

§ 1 Navn og hjemsted

Stk. 1: Foreningens navn er CrossFit Frederikshavn, og den er stiftet 19. august 2024.

Stk. 2: Foreningens hjemsted er Frederikshavn Kommune.

§ 2 Formål

Foreningens formål, er at

- gøre medlemmerne – børn, unge, voksne og seniorer – stærkere i hverdagen gennem muligheden for at dyrke idræt i form af CrossFit
- skabe et træningsfællesskab for alle aldre med fokus på kvalitet i træning og et stærkt socialt fællesskab
- udbrede kendskabet til denne form for idræt gennem folkeoplysende aktiviteter med udgangspunkt i fællesskabet og det sociale liv i klubben

Foreningen varetager disse interesser på et almennyttigt grundlag.

CrossFit er en funktionel træning, dvs. at man kan bruge træningen i det daglige. Funktionel træning tager udgangspunkt i, hvad kroppen er bygget til at blive brugt til, og så indrettes øvelserne herefter. CrossFit som en kombination af styrketræning og konditionstræning gør kroppen velfungerende, så den kan holde i mange år.

Vores vision er at skabe det bedste træningsfællesskab for hele familien – et fællesskab på tværs af køn, alder, niveauer og ambitioner.

Vores ambition er derfor også at have en bred variation i træningstilbud som fx nybegynder- og basistræning, udholdenhedstræning, styrketræning, vægtløftning, mobilitetstræning, målgrupperettet træning (fx Kids, Teens, Mama, Seniors), specielle workshops (fx gymnastiktræning, skadesforebyggende træning, teknik workshops, overgangsalder). Det skal også være muligt at dyrke individuel træning i foreningen på lige fod som holdtræning.

Foreningen har også til formål at styrke fællesskabet og det sociale liv i foreningen og fremme medlemmernes lyst til at engagere sig og tage et medansvar i foreningen. Ambitionen er derfor flere gange om året at holde sociale arrangementer som interne, kammeratlige konkurrencer, opbakning til deltagelse i konkurrencer på individuelt plan, fælles deltagelse i CrossFit Open, sommer- og julearrangementer, CrossFit for Cancer og spontane, sociale arrangementer i mindre skala.

§ 3 Tilhørsforhold til andre organisationer

Stk. 1: Foreningen er tilsluttet DIF/DGI og er underlagt dennes organisations regler og bestemmelser.

Stk. 2: Indmeldelse og udmeldelse af organisationer er bestyrelsesanliggende.

§ 4 Medlemsforhold

Stk. 1: Som aktivt medlem kan optages enhver, der tilslutter sig foreningens formål og betaler kontingent, der giver adgang til træning i foreningen.

Optagelse af medlemmer under 15 år kan ske med skriftligt samtykke fra forældre/værge.

Stk. 2: Der kan på samme måde optages passive medlemmer.

Stk. 3: Ethvert aktivt medlem har ret til at anvende foreningens faciliteter og deltage i foreningens aktiviteter og tilbud samt til demokratisk medindflydelse på foreningens forhold efter disse vedtægter. Et passivt medlem har ikke adgang til selve idrætsudøvelsen, men har alle øvrige medlemsrettigheder. For udøvelse af stemmeret på generalforsamlingen gælder bestemmelsen i § 7, stk. 4.

Stk. 4: Medlemmerne er forpligtet til at overholde foreningens vedtægter og øvrige bestemmelser, vilkår og betingelser. Medlemmerne er endvidere forpligtet til at overholde de regler og bestemmelser, som er fastsat af en organisation, som foreningen er tilsluttet.

Stk. 5: Anmodning om medlemskab behandles af foreningens medlemsudvalg, og medlemskabet gælder fra, at medlemskabet er oprettet, og medlemmet har betalt kontingent. Kun bestyrelsen kan afslå medlemskab, såfremt der foreligger en særlig begrundelse herfor. Afslag på medlemskab, dog ikke som følge af venteliste, kan kræves indbragt for generalforsamlingen af den, der har fået afslag. Anmodning herom skal fremsættes inden fire uger efter, at afslaget er meddelt. Anmodningen behandles på førstkomende generalforsamling.

Stk. 6: Udmeldelse sker skriftligt ved meddelelse til foreningens medlemsudvalg. Udmeldelse kan ske med én måneds varsel til udgangen af en kontingentperiode. Alle økonomiske mellemværender opgøres og betales ved udmeldelse.

§ 5 Kontingent

Stk. 1: Kontingentet fastsættes af bestyrelsen. Kontingent indeksreguleres årligt, og justeringer i kontingentets pris meddeles medlemmerne indeværende måned plus løbende måned forud for ændringen.

Stk. 2: Bestyrelsen er ansvarlig for opkrævning af kontingent og fastlægger betalingsterminer og opkrævningsform.

Stk. 3: Såfremt et medlem ikke betaler kontingent rettidigt, og ikke har betalt efter at være blevet rykket, slettes den pågældende som medlem. Sådant ophør af medlemskabet kan ikke kræves indbragt for generalforsamlingen.

§ 6 Udelukkelse og eksklusion

Stk. 1: Et medlem kan udelukkes midlertidigt for en periode op til seks måneder eller kan ekskluderes, når særlige forhold giver anledning hertil (fx at vedkommende handler til skade for foreningen, hvis vedkommende ikke opfylder sine medlems forpligtelser, ved uhensigtsmæssig færden, tyveri, vold, mistanke om salg/brug af doping mv.). Eksklusion indebærer, at medlemskabet ophører.

Stk. 2: I sager om midlertidig udelukkelse og eksklusion har medlemmet krav på at blive hørt, inden bestyrelsen træffer sin afgørelse. I sager om eksklusion har medlemmet desuden krav på, at bestyrelsens afgørelse prøves på førstkomende generalforsamling, og sagen sættes på dagsordenen som et særligt punkt. Såfremt den ekskluderede ønsker at bruge denne mulighed, skal anmodning herom fremsættes til bestyrelsen inden fire uger efter, at eksklusionen er meddelt. Bestyrelsens afgørelse om eksklusion gælder, selvom den er krævet indbragt for generalforsamlingen, medmindre bestyrelsen bestemmer andet.

Stk. 3: Generalforsamlingen kan godkende bestyrelsens beslutning om eksklusion med almindeligt flertal.

Stk. 4: Såfremt et ekskluderet medlem senere anmoder om optagelse i foreningen, afgør bestyrelsen spørgsmålet.

§ 7 Ordinær generalforsamling

Stk. 1: Generalforsamlingen er foreningens øverste myndighed i alle anliggender, medmindre andet fremgår af disse vedtægter.

Stk. 2: Generalforsamlingen skal afholdes en gang om året inden udgangen af regnskabsårets første halvår.

Stk. 3: Bestyrelsen indkalder til generalforsamling med mindst 4 ugers varsel ved opslag i foreningens faciliteter og via e-mail til alle medlemmer med kendt e-mailadresse og eventuelt meddelelse på Facebook. Indkaldelsen skal indeholde tid og sted og foreløbig dagsorden samt oplysning om, at forslag fra medlemmer skal være fremme hos bestyrelsen senest 7 dage før generalforsamlingen. Dog skal forslag til ændringer af foreningens vedtægter være fremme hos bestyrelsen senest 14 dage før generalforsamlingen. Bestyrelsen kan selv fremsætte forslag. Endelig dagsorden udsendes senest 2 dage før generalforsamlingen på samme måde som indkaldelsen, og den endelige dagsorden skal indeholde oplysning om de forslag, som skal behandles, de valg, der skal foretages, og regnskab og andre bilag til dagsordenen skal medfølge.

Stk. 4: Alle foreningens medlemmer har adgang til generalforsamlingen. Det samme gælder personer, bestyrelsen har inviteret. Stemmeret har alle medlemmer, der har været medlem af foreningen i mindst to sammenhængende måneder umiddelbart inden generalforsamlingen og ikke er i kontingentrestance. Der kan kun stemmes ved personligt fremmøde.

Alle medlemmer har stemmeret, fra de er fyldt 15 år. Forældre til børn under 15 år har én stemme per barn; dog har intet medlem mere end én stemme, dvs. en forælder til et barn under 15 år, hvor både forælder og barn er medlemmer, har én stemme.

Stk. 5: En lovligt indkaldt generalforsamling er beslutningsdygtig uanset antallet af fremmødte.

Stk. 6: Generalforsamlingen ledes af en dirigent, der vælges af generalforsamlingen, og som ikke må være medlem af bestyrelsen.

Stk. 7: Beslutninger træffes ved almindeligt flertal. Til vedtægtsændringer og beslutning om opløsning kræves dog kvalificeret flertal, jf. §§ 13 og 14. Ved personvalg er den valgt, der opnår flest stemmer.

Stk. 8: Valgbar til bestyrelsen er alle, der er fyldt 15 år, dog skal formand, kasserer og revisor være fyldt 18 år.

Stk. 9: Dirigenten bestemmer afstemningsmåden. Dog skal afstemningen foregå skriftligt, når blot én fremmødt stemmeberettiget anmoder om skriftlig afstemning. Alle afstemninger om eksklusion skal foregå skriftligt.

Stk. 10: Bestyrelsen sørger for, at der tages referat over generalforsamlingens beslutninger. Referatet godkendes og underskrives af dirigenten.

§ 8 Dagsorden for ordinær generalforsamling

Dagsorden for den ordinære generalforsamling skal mindst omfatte følgende punkter:

- 1) Valg af dirigent og referent
- 2) Bestyrelsens beretning, inkl. beretninger fra udvalg

- 3) Aflæggelse og godkendelse af det reviderede årsregnskab for det forløbne år
- 4) Aflæggelse og godkendelse af bestyrelsens forslag til budget for det kommende år
- 5) Behandling af indkomne forslag
- 6) Valg til bestyrelsen
 - a) Valg af formand i lige år (første gang i 2026)
 - b) Valg af kasserer ulige år (første gang i 2025)
 - c) Valg af øvrige bestyrelsesmedlemmer
 - Valg af fire bestyrelsesmedlemmer i lige år
 - Valg af tre bestyrelsesmedlemmer i ulige år
 - Valg af en til tre suppleanter
- 7) Valg af to bilagskontrollanter i ulige år
- 8) Eventuelt

§ 9 Ekstraordinær generalforsamling

Stk. 1: Ekstraordinær generalforsamling kan til enhver tid indkaldes af bestyrelsen og skal indkaldes, når mindst en femtedel af foreningens stemmeberettigede medlemmer skriftligt overfor bestyrelsen fremsætter krav herom med angivelse af det emne, som kræves behandlet.

Stk. 2: Ekstraordinær generalforsamling skal afholdes senest fire uger efter, at kravet er modtaget. Indkaldelse skal ske med mindst to ugers varsel. Reglerne om indkaldelse måde og generalforsamlingens gennemførelse gælder i øvrigt på samme måde som for ordinær generalforsamling.

§ 10 Bestyrelsen

Stk. 1: Bestyrelsen er foreningens daglige ledelse og repræsenterer foreningen i alle forhold. Bestyrelsen kan nedsætte nødvendige udvalg og arbejdsgrupper til varetagelse af løbende eller enkeltstående opgaver.

Stk. 2: Bestyrelsen består af 7 eller 9 medlemmer; en formand, en kasserer og op til 7 yderligere medlemmer. Desuden vælges 1-3 suppleanter på foreningens generalforsamling. Alle valg sker på ordinær generalforsamling for to år; suppleanter dog for et år. Se fordeling af valgperioder §8 pkt. 6. Bestyrelsens konstituerer sig selv umiddelbart efter generalforsamlingen.

Stk. 3: Bestyrelsen kan selv fastsætte en forretningsorden. Bestyrelsen er beslutningsdygtig, når mindst halvdelen af bestyrelsen er til stede. Der udarbejdes referat af bestyrelsens møder.

§ 11 Regnskab og revision

Stk. 1: Foreningens regnskabsår er kalenderåret.

Stk. 2: Bestyrelsen udarbejder årsregnskab. Regnskabet skal indeholde resultatopgørelse over driften samt status. Dette regnskab revideres og skal godkendes af generalforsamlingen. Der kan dog ved generalforsamlingen i 2025 kun forelægges et foreløbigt regnskab.

Stk. 3: Regnskabet revideres af generalforsamlingens valgte bilagskontrollanter.

Stk. 4: Bilagskontrollanterne skal hvert år gennemgå årsregnskabet og påse, at det er regnskabsmæssigt korrekt, og at indtægter og udgifter er udtryk for rimelige dispositioner. Bilagskontrollanterne skal forsyne årsregnskabet med en påtegning og har til enhver tid adgang til at påse bogføring og foreningens beholdninger.

§ 12 Tegningsret og hæftelse

Stk. 1: Foreningen tegnes af formanden samt et bestyrelsesmedlem, er formanden indisponibel, kan der tegnes af tre bestyrelsesmedlemmer.

Bestyrelsen kan foretage alle dispositioner, dog skal køb, salg og pantsætning af fast ejendom godkendes af generalforsamlingen, ligesom låneoptagelse og investeringer på mere end 10.000 kr. kræver hele bestyrelsens godkendelse.

Stk. 2: Kassereren og formanden kan disponere over foreningens konto. Bestyrelsen kan når som helst få spørge fuldmagt til kontoen. Bestyrelsen kan meddele et udvalg eller en person fuldmagt til at foretage dispositioner på vegne af foreningen.

Stk. 3: Der påhviler ikke foreningens medlemmer nogen personlig hæftelse for de forpligtelser, der påhviler foreningen.

§ 13 Vedtægtsændringer

Stk. 1: Ændring af vedtægterne kan ske på enhver generalforsamling, når mindst to tredjedele af de afgivne stemmer er for forslaget.

§ 14 Opløsning

Stk. 1: Beslutning om foreningens opløsning kræver vedtagelse af to på hinanden følgende ekstraordinære generalforsamlinger. Der skal mindst være seks uger mellem de to generalforsamlinger. Til vedtagelse af opløsningen kræves, at mindst to tredjedele af de afgivne stemmer er for beslutningen på begge generalforsamlinger.

Stk. 2: På den afsluttende generalforsamling skal der træffes beslutning om, hvilke almennyttige formål foreningens formue skal anvendes til. Ingen medlemmer kan få andel i formuen.

Stk. 3: Til at forestå opløsningen af foreningen vælger den afsluttende generalforsamling to personer til at gennemføre alle nødvendige dispositioner.

Stk. 4: I tilfælde af foreningens opløsning, skal den formue, der er i behold, overdrages til almennyttige formål i Frederikshavn Kommune efter Folkeoplysningsudvalgets anbefaling.

Vedtaget på den stiftende generalforsamling den 19/08/2024

Inkl. vedtægtsændringer vedtaget på generalforsamling den 26/03/2025