

Indberetning af 'fitness'-medlemmer i CFR 2017

'Fitness' blev sidste år oprettet som en selvstændig aktivitet, og det betyder, at alle medlemmer, der deltager på "Fitness holdtræning" og "Træning i motionscenter med/uden maskiner" registreres under kategorien "Fitness" i [Centralt ForeningsRegister](#).

Vi ved, at det kan være svært at vurdere, hvornår en holdtræning tilhører fitness kategorien, og derfor har vi lavet nedenstående guideline til dig.

Fitness er træning, der ikke er afhængig af andre og som typisk dyrkes af hensyn til sundhed eller for at opnå kropslige resultater. Det er aktiviteter, hvor konkurrence eller opvisning ikke er et centralt element.

Fitness er:

- Individuel træning (fx i maskiner)
- Holdtræning
- Alsidig træning, der rummer styrketræning, konditionstræning, koreografi, mindfulness og udstrækningsøvelser. Det kan fx være:
 - Styrketræning i maskiner og med frie vægte
 - Indoor cycling
 - Funktionel træning, fx crossgym og udendørs træning
 - Puls og styrke, mave-baller-lår, stram op
 - Aerobic, dance og step
 - Yoga
 - Pilates
- En aktivitet, der kan dyrkes selvstændigt og som supplement til en anden idræt

Så har jeres forening et yogahold, indoor cycling, puls og styrke, dance it eller andre hold af samme type, så skal holddeltagerne altså registreres som fitnessmedlemmer. Dette kan betyde, at holdmedlemmer, der tidligere har været registreret under gymnastik, nu skal registreres under fitness.

Hvorfor denne ændring?

Fitness er en stadigt voksende aktivitet blandt danskerne - både i det fri, i kommercielle centre og i foreninger. Bevæg dig for livet – Fitness er et samarbejde mellem DGI og GymDanmark, hvor målet er at få flere til at dyrke fitness i en forening. Vi har etableret en fælles fitnessafdeling, som skal sikre et fælles og stærkt tilbud for foreningerne, hvad angår rådgivning, uddannelse og udvikling. Se mere på: www.bevaegdigforlivet.dk.

Dato: 28. november 2017

DGI

Vingsted Skovvej 1
7182 Bredsten
Tlf. 7940 4040
info@dgi.dk
dgi.dk

DIF

Danmarks Idrætsforbund
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby
Tlf. 4326 2626
dif@dif.dk
dif.dk

Det er væsentligt, at vi kender omfanget af fitnessudøvere i alle foreninger, da registreringen i CFR giver mulighed for at udvikle målrettede fitnessstilbud samt sikrer at alle foreninger med fitnessmedlemmer får mest muligt ud af den fælles indsats, der er igangsat fra Bevæg dig for livet - Fitness.

Vi håber I, sammen med os, vil være med til at skabe gode betingelser for at udvikle foreningsaktiviteterne indenfor fitness.

Du er velkommen til at kontakte GymDanmark eller din lokale landsdelsforening for yderligere information.