

MÅNEDENS HGF AM'ER



Mød Josefine

Formand • træner • HGF AM'er

DET ER MIT ANDET HJEM

Josefine er 41 år, mor til fire, gift med Jesper og uddannet sygeplejerske. Hun er opvokset i både Irland og Spanien og har været en del af HGF AM i omkring 10 år.

I dag er hun formand og træner på HGF AM's motionshold.

“Hvis man gerne selv vil have noget, skal man også give noget tilbage.”

FRA ATLETIKMOR TIL FORMAND



Det, der især har fået hende til at blive, er fællesskabet. For Josefine er HGF AM et sted, hvor der er plads til forskellighed – og hvor man løfter i flok.

Josefine kom ind i HGF AM, da Marcus og Madison begyndte til atletik i 2018. Kort efter blev hun suppleant i bestyrelsen, og siden har hun blandt andet været med til at tage initiativ til nye motionshold.

Formand – og lidt for meget papirarbejde

Som formand bruger Josefine blandt andet tid på koordinering af løbene Keep Smiling, Løvbakke og Fuglsangsø Stafetten og på at være bindeled til resten af bestyrelsen.

Hun er samtidig typen, der gerne sætter noget i gang og træder til, hvor der er behov.

Som hun selv siger, kan medlemmerne komme til hende med alt fra en defekt termostat til en idé til et nyt hold.

Så har du en god idé til HGF AM, er Josefine et godt sted at starte.

LØB, EVENTYRLYST OG EN FORKÆRLIGHED FOR LANGE TURE

Josefine holder især af de lange løb – og har en tendens til at lade eventyrlysten bestemme ruten.

Det betyder også, at hun indimellem kan fare lidt vild.

En løbetur endte blandt andet på en træningsbane for politihunde.
Hun måtte over græsset – heldigvis uden hunde i hælene.

Det passer egentlig meget godt til hendes tilgang:
Vær nysgerrig, prøv noget nyt og se mulighederne.

EN KLUB MED PLADS TIL ALLE

“Der er ikke én rigtig måde at være HGF AM’er på.”

Josefine håber, at HGF AM bliver kendt som en klub, hvor der er plads til alle – uanset om man vil træne målrettet, engagere sig som frivillig eller bare gerne vil møde op og træne.

For Josefine er det netop kombinationen af individet og fællesskabet, der gør HGF AM til noget særligt.

JOSEFINE • 3 HURTIGE

Min yndlingsdisciplin:
Løb – gerne langdistance

På stadion finder du mig typisk:
På banen

Det bedste ved HGF AM:
Fællesskabet



Tak til Josefine for at være månedens HGF AM'er
og for alt det, hun lægger i klubben.