



Verksamhetsberättelse 2023

Styrelsens sammansättning

Styrelsen för Vellinge Näsets SK har haft följande sammansättning under 2023:

Ordförande: Marina Nillund

Vice ordförande: Fredrik Sjögren

Kassör: Eva Palade

Sekreterare: Mia Rosberg

Ledamöter: Pål Skoglund, Emma Lennartsson och Louise Hulteberg.

Suppleanter Fredrik Tukk och Inga Wulf

Styrelsen har haft 11 protokollförda sammanträden under verksamhetsåret 2023.

Medlemmar

Vi hade 2 123 betalande medlemmar under 2023.

Allmänt

Under 2023 var vår stora utmaning att badet (Vanningen) stängde för renovering i ca 5,5 månad. Läs nedan under respektive verksamhet hur vi löste detta.

Breddverksamhet

Föreningens Breddverksamhet omfattar allt från baby- till vuxensim. Verksamheten är inspirerad av Simlinjen, Svensk Simidrotts utvecklingstrappa. I vår breddverksamhet lär vi ut allt från vattenvana till grundläggande teknik i de fyra simsätten.

Under våren 2023 hann vi i princip med en hel termin då badet inte stängde för renovering förrän d 1 maj, men höstterminen blev en förkortad variant som inte startade förrän i mitten av oktober.

Baby-/Minisimsverksamhet har vi både på Vanningen på torsdagar samt på Månstorpsbadet i V Ingelstad på söndagar. Våren blev precis som simskolan i princip en full termin. Höstens baby/minisim på Vanningen blev en kraftigt förkortad version medan baby/minisimmet på Månstorpsbadet fick ihop en hel termin.

2023 fick vi ånyo ställa in vår vårintensiv då badet hade stängt för renovering.

Vuxensimmet kör vidare på söndagskvällar. Vi har delat upp grupperna så vi kör nybörjare och fortsättning på första timmen och avancerade gruppen på andra timmen.

Skolsim

Skolsimmet 2023 skedde under jan-mars som "vanligt". Vi hade 2 perioder á 4 veckor vars. I skolsimmet 2023 medverkade ett nittiotal barn.

Vi hade även skolsim i Falsterbopoolen under 3 veckor i början av höstterminen (aug/sep). Här deltog ett 25-tal barn från Skanör skola, Montessoriskolan i Falsterbo samt Tångvallaskolan i Falsterbo.

Vi fortsatte vårt samarbete med Förskolan Solblomman och genomförde simskola för dem både under våren och hösten. Ca 40 barn per termin fanns med i simskolan.

Sommarsimskolor

Eftersom Vanningen var stängd under sommaren erbjöd vi endast simskola i Falsterbopoolen sommaren 2023. Vi utökade dock denna så att vi skulle kunna få med så många barn som möjligt i verksamheten.

Vi erbjöd 3 olika simskoleperioder under sommaren 2023:

När skolan slutade och sommarlovet började så drog vi igång vår traditionella sommarsimskola som genomförs i samarbete med Vellinge kommun. Hos oss kallad sommar 1.

Under 2023 hade vi ca 250 barn igång i denna simskola nere i Falsterbopoolen. Vi vågade inte öka upp antalet mer då var osäkra om vattenreningen i bassängen skulle klara detta. Detta är dock ca 60-70 barn mer än vi normalt har i Falsterbo denna period andra år. Vi överlappade grupperna och det var full fart i bassängen.

Direkt efter sommar 1 hade vi en extrasimskola som hette just ”sommarsimskola extra”. Denna simskoleperiod var endast 2 veckor men i gengäld var det en mycket instruktörstätt period med endast 3 barn per grupp och instruktör. Här hade vi ca 60 barn som deltog.

I slutet av sommaren (vecka 30-32) genomfördes en intensivsimskola i Falsterbopoolen. Simskolan pågick måndag-fredag under tre veckor och 89 barn deltog i verksamheten.

Under sommarmånaderna erbjuder vi också enskild undervisning i Falsterbopoolen. Denna verksamhet är populär och efterfrågan ökar för varje år. I denna verksamhet hade vi 190 enskilda lektioner under sommaren 2023.

Utbildningar

Föreningen satsar mycket för att öka kvalitén i hela vår verksamhet. Ett sätt som vi jobbar med detta är att erbjuda flera utbildningstillfällen till våra ledare.

Till att börja med har vi internutbildningar speciellt anpassade till våra instruktörer. Vi genomför dessa i mycket liten grupp 2-3 instruktörer och utbildningen är specialanpassad för de ledare som deltar. Utbildningen innehåller både teori och praktik.

Vi utbildar också våra instruktörer på våra instruktörmöten vi håller några gånger per termin. Här skiftar ämne från ledarskap, till tempo i lektionen till teknik m.m.

Under 2023 skickade ledare på alla tre utbildningsnivåer inom svenska simförbundets utbildningssteg (Simidrottsledare, simlinjeinstruktör samt licenskurs). Vi skickade även ledare på SISU:s grundutbildning för tränare.

Ytterligare en av våra anställda blev färdiglicensierad instruktör vilket innebär att vi nu har 5 licensierade ledare i föreningen.

Under 2023 genomförde vi ett projekt för alla tränare inom tävlingsverksamheten som syftade till att stärka vårt ledarskap och på så sätt även trygga idrotten för våra simmare. Vi jobbade med Torsten Buhre som är certifierad Coach developer av International Council for coaching excellence. Projektet innebar kompetensutveckling i tränarskap, teori, praktik, eget arbete och reflektion. Kursen har genomförts enligt International Sport Coaching Framework (ISCF) och omfattar 60 timmar i områdena, “Building relationships”, “Learn and Reflect”, “Shape the Environment” och “Training and Competition” motsvarande kompetensnivå Coach/Advanced Coach.

Under året har vi även erbjudit våra ledare HLR-utbildning vid 4 tillfällen. Vårt mål är att alla ledare genomgår HLR minst en gång per 12 mån.

Personal

Under 2023 har föreningen haft i medeltal ca 6 tjänstemän anställda samt ett 40-tal arvoderade ledare.

Falsterbopoolen

2023 fick föreningen ånyo förtroendet att på uppdrag av Vellinge Kommun sköta driften av Falsterbopoolen. Anläggningen är öppen från mitten av juni till mitten av augusti och förutom simskolor så hade vi knappt 2.000 badsugna besökare.

Vi fortsatte använda Falsterbopoolen för alla våra tävlingsgrupper utom den allra översta ända fram till början av oktober

Tävlingsverksamhet

Totalt under 2023 har 123 simmare deltagit i vår tävlingsverksamhet som varit fördelad på 7 olika grupper. Vi simmade som vanligt på Vanningen fram till och med april månad. Därefter befann vi oss framförallt nere i Falsterbopoolen eller som allmänhet på Hylliebadet i Malmö. Vi simmade utomhus nere i Falsterbo ända fram till första veckan i oktober då vattnet visade dåliga prover och vi fick ett litet uppehåll innan vi kunde komma in på Vanningen igen den 9 oktober.

Tävlingar i korthet

Vi har startat igång både våren och hösten med tävling för alla tävlingsgrupper. På våren åkte vi till Höganäs och för att starta igång efter sommaren åkte vi till Växjö. Vi har också under våren varit iväg i Danmark med de tre högsta grupperna, en fin tradition som vi gärna fortsätter med. I övrigt har vi gjort många tävlingar runt om i södra Sverige, där vi gjort tydliga avtryck genom smarta och genomtänkta lopp.

Under våren var den högsta gruppen på Ullbergstrofén i Göteborg. Vi åkte även över till Danmark för att förlänga höstsäsongen för de äldre som inte simmar Sum-Sim längre. Det är ett steg i att erbjuda en attraktiv verksamhet längre upp i åldrarna.

Vår parasimmare Ida Andersson Wulf satte ett europarekord i Falkenberg på 1500 m frisim och blev tilldelad Skåne-Sims guldmalj.

Nationella och internationella mästerskapstävlingar med deltagande från VNSK

DM/JDM i Karlshamn (50m) Vi hade 14 simmare på plats och individuella topp 8 hade vi Ida Andersson Wulf, Lucas Lennartsson, Ludvig Romare, Thea Wicknertz, Sarah Fransson, Ella Nyman, Alice Skoglund, Lilly Renlund, Victor Ravn Rehnström och Nirma Bååth

Lagkapper topp 8: **4x100me** Jonatan Bååth, Elliot Rosberg, Ludvig Romare och Victor Ravn Rehnström, **4x100fr** Ella Nyman, Alice Skoglund, Sarah Fransson och Nirma Bååth, **4x100me** Alice Skoglund, Thea Wicknertz, Lilly Renlund och Sarah Fransson, **4x200fr** Sarah Fransson, Lilly Renlund, Alice Skoglund, Nirma Bååth

SM/JSM/Para SM Umeå (50m) - Vår SM-trupp bestod denna gång av Ida Andersson Wulf, Ludvig Romare och debutanterna Sara Fransson, Lucas Lennartsson och Ella Nyman. Ida simmade hem silver på 50 och 100 bröstsim samt 200 medley. Brons på 50 fjärilsim och 200 frisim.

Sum-Sim i Halmstad (50m) - Vi har en stor trupp på plats som står för många riktiga topp prestationer. De vi hade på plats var Nirma Bååth, Elliot Rosberg, Lucas Lennartsson, Elliot Salih, Anton Bjursell, Ella Nyman, Lilly Renlund, Victor Ravn Rehnström, Noah Sjögren, Wille Thente och William Ohlin.

Victor simmade hem ett silver på 200 medley och Ella plockar hem ett silver på 400 frisim och ett brons på 200 frisim.

Para SM i Säffle (25m) - Ida Andersson Wulf representerade under årets tävlingar. Hon gjorde det med bravur och plockade hem guld på 800 fr, 50 fjärilsim och 100 bröstsim, silver på 50 bröstsim och brons på 100 medley och 400 frisim.

DM/JDM/Para DM i Osby (25m) - Vi valde att hålla nere truppen och satsa mer på andra tävlingar under hösten. På plats hade vi Ida Andersson Wulf som gjorde fina individuella insatser där hon placerade sig på pallen. Vi hade också ett lag som plockade hem gullet på 4x200 frisim (Ella Nyman, Alice Skoglund, Lilly Renlund och Sarah Fransson).

SM/JSM i Göteborg (25m) - Vår trupp till mästerskapet hade växt rejäl från förra året, från två till fem. Sarah Fransson, Lucas Lennartsson, Ella Nyman, Lilly Renlund och Victor Ravn Rehnström var de simmare som representerade klubben uppe i Göteborg. Högst upp i resultatlistorna av våra simmare hittade vi Lilly som på 1500 fr simmade in som 11:a på JSM och 12:a på SM.

Nordiska mästerskapen i Tartu, Estland - Ida hade äran att representera Sverige under tävlingen. Hon simmade till sig ett guld på 50 bröstsim, silver på 100 bröstsim och på 200 medley blev det ett brons.

Sum-Sim Riks i Stockholm (25m) - Det var en trupp på 9 simmare som tog sig vidare ifrån Regionsfinalen. Lucas Lennartsson, Ella Nyman, Lilly Renlund, Saga Evenås, Victor Ravn Rehnström, Ebba Prössel, Noah Sjögren, Wille Thente och William Iversen.

Vi fick med oss ett silver hem till Vellinge, det plockade Ella hem på 400 frisim.

Läger

Mästerskapsgruppen och Sum-Sim – Järfälla

På Sportlovet åkte Mästerskapsgruppen och SumSimgruppen till Järfälla på både tävling och träningsläger. Helgen inleddes med tävlingen Järfälla Nationella, efter tävlingshelgen påbörjades träningsveckan på 4 dagar. På lägret hade de två ledare, 6 simmare från mästerskapsgruppen och 11 från Sum-Simgruppen, totalt 17 simmare. Utöver de 7 träningspassen som genomfördes i 50a anordnades en aktivitet i form av Thaiboxning. Denna var mycket uppskattad av både simmarna och ledare trots att bara uppvärmningen var mycket jobbig enligt de flesta.

Simiaden Guld/Silver – Ronneby

Under Kristi Himmelfärdshelgen 2023 hade Simiaden Silver och Simiaden Guld ett gemensamt läger i Ronneby. Vi var ti0 simmare från Simiaden Silver, tolv simmare från Simiaden Guld samt fem ledare. Lägret var från torsdag morgon till lördag eftermiddag. Vi fyllde dagarna med MYCKET aktiviteter och en hel del simning. Vi hade lagtävlingar med allt från posande för bilder, tipsrunda, jägarstol, musikquiz, brännboll, ”land o stad”, mm, mm. Simmarna hade inga problem att somna på kvällarna och det var inte många som var vakna på bussen hem.

Mästerskapsgruppen och Sum-Sim – Torremolinos

Mästerskapsgruppen och Sum Sim guppen åkte till Torremolinos i slutet av Maj18-25. Med både sen ankomst och hemkomst blev det 7 nätter och nästan 7 heldagar på plats. Under veckan genomfördes 12 träningspass i vattnet. Utöver det hade mästerskapsgruppen två gym tillfällen medan sum-sim gruppen körde på med landträning. Med tre ledare och 19 simmare var truppen totalt 22 personer. Veckan bjöd på ett intressant väder... Inleddes med lite sol, därefter moln, sedan storm och regnoväder i en dag. Mycket intressant för både simmare och tränare att gå hem från bassängen i brutalt ösregn. Därefter bjöd Torremolinos på sol de tre sista dagarna. Som aktivitet var gänget på ett vattenland näst sista dagen. Alla vågade åka den brantaste och värsta vattenrutschkanan... eller? hur var det egentligen? Under veckan arrangerades även diverse lagtävlingar, frågesport, musikquiz, dans på land men även i vattnet. Vi kan kalla det försök till konstsim. Och det hela avslutades med lagkapper.

Sprint 1 och 2 – Prison Island med avslutande pizza

Den 13 maj 2023 hade sprintgrupperna aktivitetsdag på Prison Island, Laserdom i Malmö. Tiden tickar och stressen kryper på... Det gäller att lista ut de många olika cellernas utmaningar innan tiden går ut. Vi var 12 simmare/tränare som tävlade om vem som kunde ta sig ur cellerna snabbast. Aktiviteten bidrog till gemenskap, ökad samarbetsförmåga och lagkänsla till gruppen. Dagen avslutades med pizza på Amanos pizzeria

MD 1 samt Simiaden Brons – övernattnig på Vanningen

Helgen 13-14 maj hade simiaden Brons och MD1 Övernattning i landträningsrummet på Vanningen. Ca 20 simmare och 5 ledare som pumpade upp sina madrasser och la ut sina täcken och kuddar. Dygnet började med lagtävlingar och brännboll utomhus i solen. Då badet höll på att renoveras blev det ingen simning eller bad men barnen var lika nöjda ändå. Lekar i sporthallen, bygga mänskliga pyramider och ta lagbilder. En del annorlunda stafetter som många uppskattade. På kvällen bjöds det på pizza och lite snacks och det visades även en film i köket. Många som var intresserade av filmen men även en hel del som väntade på att Eurovision skulle börja. På morgonen blev det gemensam frukost och lite musikquiz, kortspel och ritande. Efter detta packade ett gäng trötta simmare (och ledare) ihop sina madrasser och begav sig hem glada och nöjda.

Uppstartstävling – Växjö (AS)

September drog i gång med en rivstart i Växjö. Alla tävlingsgrupper packade med luftmadrasser och täcken och åkte tillsammans buss upp till Växjö för uppstartstävling. Ca 54 simmare 8 ledare och 5 behjälpliga föräldrar var med i truppen. På en skola i närheten sov simmarna och ledarna i olika klassrum ca 15 -20 i varje rum. Tävlingen erbjöd både försök på förmiddagarna och finaler på eftermiddagen. Även Växjö bjöd på sol och värme. På bussen hem var det ett gäng trötta simmare efter en lång helg med mycket bra simningar och gemenskap men även halvbra luftmadrasser bidrog för vissa.

Egna arrangemang

Under 2023 hade vi inte möjlighet att köra alla våra ”vanliga” arrangemang p g a renoveringen. Detta innebar att vi inte kunde ha mer än 3 interntävlingar under 2023, samma sak med morgondagartävlingarna som också blev 3 st. Vår Lucia/Julfest fick tyvärr helt ställas in, men vi kunde arrangera båda Vellinge Eastern Race och Höstsimiaden.

Morgondagartävling

2023 såg vi en liten nedgång i antalet starter och det genomfördes strax under 450 starter på våra Morgondagarnas tävlingar. 3 söndagskvällar fick våra yngsta simmare prova på tävlingsidrotten simning. Det är på Morgondagarnas som framtidens elitsimmare debuterar och här bjuder vi in Guldhajar, Medley och MD-simmare. Den andra tävlingen på respektive termin bjuder vi även in våra bronshajar. Hela arrangemanget avslutas varje gång med en stor prisutdelning för alla barn som varit med och tävlat.

Vellinge Easter Race

Tävlingen genomfördes för 11:e gången på Annandag påsk. 2023.

Upplägget på tävlingen är lite annorlunda med en engångskostnad där man kan simma så många grenar man vill, I startkostnaden ingår även avslutande hamburgare och lek i vågbassängen

En komplett tävling för färska simmare som befinner sig i början av sin simkarriär och där vi sätter simglädjen i fokus. En perfekt första tävling utanför hemma bassängen, precis som det var tänkt

Höstsimiaden

2 december 2023 arrangerade vi Höstsimiaden för tredje året på raken. I år var det en en-dagstävling med alla åldersklasser samma dag.

Detta är ett SkåneSimsarrangemang som vi har fått möjlighet att arrangera även 2024.

Gästande föreningar uttryckte sitt beröm och vi hoppas att det blir lika många (eller fler) som kommer och simmar höstsimiaden 2024.

Lucia - inställt

P g a renovering samt klormaskin som gick sönder tvingades vi prioritera simskolan vilket gjorde att vi tyvärr inte kunde arrangera någon Lucia under 2023.



Slutord av ordföranden

Året som gått har som många år dessförinnan inneburit både framgångar och utmaningar för vår förening.

Det är fantastiskt att se så mycket vi tillsammans åstadkommer genom hårt arbete och en stark sammanhållning. Förutom alla tävlingsframgångar och kompetensutvecklingsinsatser har vi tillsammans skapat minnesvärda stunder och främjat en hälsosam livsstil genom simsporten. Vi har sett våra simmare, tränare och instruktörer växa och utvecklas och det är med stolthet jag reflekterar över de prestationer och framsteg som har uppnåtts under året, både i och utanför bassängen.

Samtidigt kan jag konstatera att det är en utmaning av rang att bedriva simundervisning och simträning utan en bassäng, vilket har varit vår verklighet under stor del av året. Jag vill rikta ett stort tack och en stor eloge till alla anställda, tränare och instruktörer, simmare, aktiva och föräldrar som på olika sätt bidragit till att lösa situationen så bra som möjligt.

I september sammanträlade styrelsen och ledningsgruppen under en heldag för att tillsammans arbeta fram två prioriterade områden vi ska arbeta särskilt med under 2024. Detta är ett nytt grepp som vi kommer att följa upp och ha nära kopplingar till i vår verksamhetsplanering. Det blev Trygg idrott och Större simytor, vilket ligger helt i linje med de aktiviteter och förflyttningar vi ser att vi behöver göra framöver för att fortsätta utvecklas.

Jag har nu avslutat mitt första år som ordförande och vill tacka så mycket för förtroendet. Det ska bli spännande att se vad framtiden för med sig för vår fina förening!

Marina Nillund
Ordförande

