



VERKSAMHETSBERÄTTELSE
2018





INNEHÅLLSFÖRTECKNING

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018	3
ARRANGEMANG	4
PARASIM	5
PROJEKT	6
SAMARBETEN	7
SIMHOPP	9
SIMIDROTTSKOMMITTÉN	11
SIMMARGÅRDEN	12
SIMNING	14
ÖPPET VATTEN	21



VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

Styrelsen

Styrelsen, som härmed avger sin verksamhetsberättelse för 2018 har haft följande sammansättning:

Ordförande:

Johan Cyréus

Kassör:

Magnus Bornevi

Ledamöter:

Anna Flink, sekreterare

Jan Blomgren

Johanna Hamra

Zsuzsa Martinez

Annica Lööv

Suppleanter:

Fernando Huerta

Ulf Hedin

Anställda

Andreas Jonerholm

Annika Gron

Peter Axtelius

Christian Johansson

Alexander Kesenci

Kajsa Hasselström Schmidt

Layal Karyo

Hilma Ramdén

Simmargården

Kjell Ståhlberg, föreståndare

Agneta Longdon

Bo Pettersson

Marianne Höglund

Roberth Eriksson

Teresa Garheden

Johanna Fick

Medlemmar 2018:

1358 medlemmar varav 721 kvinnor och 637 män.

Medlemsavgiften:

200 kronor per medlem

Terminsavgifter:

Mellan 500-3000 kronor, beroende på verksamhet.



ARRANGEMANG – Andreas Jonerholm

Under 2018 genomförde vi ett flertal olika arrangemang – både i egen regi och tillsammans med Stockholms Simförbund.

Galakvällen 20 januari
Kringelsim 17-18 februari
Vårsimiaden distriktsfinal 4-5 maj
Scaniamilen 12 maj
Sydpoolen Knatte Cup 29 september
Södertälje Meet 30 oktober
Sum-Sim Region 10-11 november
KM 8 december





PARASIM – Kajsa Hasselström-Schmidt

Breddverksamheten består av simskole- och träningsgrupper där målet är att utveckla individen i simidrott utifrån dess egna unika förutsättningar. Breddgrupperna tränar 1 gång i veckan.

Tävlingsverksamheten består av en tävlingsgrupp som tränar 5 gånger i veckan. Träningen är i stor utsträckning integrerad med föreningens övriga tävlingsverksamhet.

Vi hade deltagande på de tre stora parasimtävlingarna nationellt, Malmö Open, SM i Landskrona och Solen Cup i Sundsvall. Parasimmarna har även tävlat flitigt i integrerade tävlingar.

Under 2018 har Nicola St Clair Maitland simmat Nordiska mästerskapen i Finland med 2 medaljer med sig hem och EM i Dublin resulterade i 2st EM-brons på 100 ry och 400 fr.

Josefine Busk blev uttagen till att tävla i World Special Games i Abu Dabi 2019.

SÖDERTÄLJE SIMSÄLLSKAPS VÄRDEGRUND



ANSVAR

VI ÄR PÅ RÄTT PLATS, I
RÄTT TID, MED RÄTT
UTRUSTNING OCH ATTITYD

VI HÅLLER
NOLLTOLERANS MOT
KRÄNKANDE BETEENDE



RESPEKT

VI ÄR ÖDMJUKA INFÖR
VARANDRAS
EGENSKAPER OCH
FÖRUTSÄTTNINGAR

VI FÖLJER DE REGLER
OCH BESTÄMMELSER
SOM GÄLLER INOM
FÖRENINGEN



TRYGGHET

VI LITAR PÅ
VARANDRA OCH VÅR
MILJÖ

VI TILLSAMMANS
SKAPAR GLÄDJE OCH
GEMENSKAP



PROJEKT

Genom Riksidrottsförbundets och Svenska Simförbundets projekt och satsning inom idrottsmedel har föreningen sökt, fått och genomfört ett flertal projekt vilka listas här:

- Fortbildning för ledare inom simskola
- Breddläger simhopp
- Licenskurser
- SA Gul + Blå
- Tränarkonferens 2018
- Simhoppsläger på Gotland
- Plattformen



Genom strategiarbetet i föreningen har flera projekt drivits och bland annat mynnat ut i följande:

- Simmargårdens ungdomar har påbörjat ICA Special Klassikern
- Skolsimssamverkan med Södertälje Kommun gällande elever i förskoleklass
- Föreningen har jobbat fram och varumärkesskyddat maskoten Flip





SAMARBETEN



Scania

Vår huvudsponsor och vi har varit med och arrangerat Scaniamilen. Scania har bland annat dykt upp på våra badmössor.



Telge

En av våra huvudsponsorer där vi arrangerat intensivsommarsimskola för kommunens invånare.



Konsum folkparken

Sponsrar våra instruktörer med frukt varje vecka.



Telge Rehab

Stöttar oss och hjälper oss vid behov.



LT

Samarbete med artiklar, nyheter och annonsering.



ICA Maxi i Södertälje

Rabatterade priser och inköp inför arrangemang



NEH

Webbshop för att kunna handla medlemsartiklar i.



Actic Sydpoolen AB

Genom en bra dialog med vår hyresvärd Actic Sydpoolen AB har vi ett gott samarbetsklimat i många frågor som rör våra idrottsliga satsningar och möjligheter i badet.



Kontorab

Rabatterade priser på kontorsmaterial och hjälp med produkter vid tävlingar



Rosenborgskolan

Elever får möjlighet i högstadiet att satsa på skola och simning/simhopp med träningar på skoltid.



Vackstanäs gymnasiet

LIU finns som alternativ på Torerkäll-, Telge- och Vackstanäs gymnasier där gymnasieelever kan kombinera simning med studier.



SISU

Genom Sisu har vi genomfört en rad olika utbildningsåtgärder och materialinköp inom verksamheten.



Södertälje Kommun

Hjälper oss och stöttar oss i många frågor gällande bidrag och i andra föreningssammanhang.



Stockholms Simförbund

Då flera anställda är involverade i olika kommittéer och i andra sammanhang inom Stockholms Simförbund har vi ett naturligt nära samarbete.



Svenska Simförbundet

Många bitar inom simidrotten arbetar vi tillsammans med Svenska Simförbundet.



SIMHOPP – Peter Axtelius

Tränarskap

Ett tiotal tränare har arbetat i verksamheten. Tillsammans har teamet coachat nivåer från nybörjare till mästerskap. Uppdragen har varit av ideell, arvoderad och anställd karaktär.

Uppgifterna för tränare i verksamheten har till exempel varit inskolning av simhoppsteknik hos deltagare, förberedelse inför tävling och tävlingscoachning. Genomförande av aktiviteter för utomstående, till exempel skolor, andra föreningar har också förekommit.

Centralt för teamet har varit att coacha med långsiktigt perspektiv. Allsidighet i träningen är en faktor tränarna värnat om.

Tränarmöten

Cirka en gång i månaden har teamet träffats för uppföljning och utveckling av verksamheten. Ofta har det genomförts möten med formen av lärgrupp och därmed med syftet av folkbildning vilket skett i samarbete med SISU, Idrottsutbildarna. Flertalet gånger har såväl representant från föreningsstyrelsen samt klubbchef medverkat vid mötena.

Funktionärsskap

Vid de arrangemang-tävlingar som klubben genomfört har ett engagerat och tydligt funktionärsskap medverkat. Inom detta område kvarstår ambitionen att rekrytera fler personer för att ha hälsosamma och välfungerande aktiviteter för våra medlemmar.

Deltagare

De senaste årens arbete med att skapa ett träningsprogram i verksamheten som tydligt presenterar Simhopp som den estetiska och akrobatiska idrott den är har fallit väl ut. Tränarna upplever alltmer att fler väljer Simhopp för att utveckla just de egenskaper som är viktiga i sporten än tidigare. Deltagarantalet är på liknande nivå som de senaste två åren. Verksamheten har mer styrts av strävan efter kvalitet och progression än jakt på volymer för att uppnå finansiella mål.

Deltagarna har åldersmässigt representerat barn, ungdomar och vuxna.

Träning

Förståelsen och vetskapen om Landträningens vikt för såväl hälsa som bättre progression för simhoppare har lett till ökat fokus på detta område. Inte sällan har halva träningstider skett på land vilket är i linje med gängse träningskultur såväl nationellt som internationellt.

Extraträningar har varit ett fortsatt inslag i terminsverksamheten och har uppskattats av såväl deltagare som tränare. Vi har funnit att flexibilitet bidrar till intresset för att träna oftare.

Svensk simhoppsslinje och nationella tävlingsserier har fungerat som en läroplan för träningen. Varje individ har tränats efter sina unika förutsättningar.

Lovträning

Skollovsträning och Sommarskoj har varit de aktiviteter utöver terminsträning som engagerat flest deltagare.



Tävling

Föreningen har haft deltagare med på samtliga mästerskap: Ungdoms-SM, Junior-SM och senior-SM samt Riksfinalen.

Hoppare från SSS har deltagit på tävlingar som representant för Stockholms Simförbunds distriktslag.

Till Nordiska Junior-mästerskapen i Bergen i december blev en SSS-are uttagen till landslaget. Senast en Södertäljehoppare tävlade för landslaget var 2015.

Den svenska rikstävlingen har SSS deltagit på med såväl lokalt arrangemang som hos andra klubbar. Att få fler hoppare att delta i denna och motiverat träna för tävlingens progression kvarstår som ett mål för verksamheten.

Avseende mästerskapspoäng slutade SSS Simhopp på 7:e plats med 201 poäng för 2018.

Övrigt

SSS-are har under året rekryterats för internationella tränare - och domaruppdrag.

I juni deltog tränare och hoppare på ett läger under samverkan med Polisen, Neptun och Wisby på Gotland.

SSS har haft både hoppare och tränare med på det nationella Breddlägret i Karlskoga i augusti.

Samarbetet med SGSF (Gymnastik) och andra simhoppklubbar har intensifierats under året.

Vid samtliga tävlingar SSS deltagit på har klubben även representerat med domare.

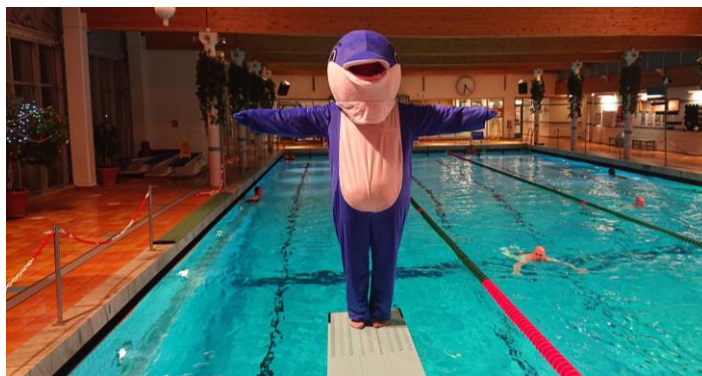
Verksamheten har utbildat tränare inom Svenska Simförbundet, RF och Sörmlandsidrotten. HLR och Livräddning som årlig utbildningsrutin hålls intakt och högprioriterat.

SSS har varit engagerade i arbetet med den nya inomhushallen, GF-hallen, samt aktivt bidragit med incitament för en ny simidrottsarena i Södertälje.

Summering

Med 2018 lyftes terminsträningen till en ännu högre systematisk nivå utan att göra avkall på allsidighet eller lekfullhet.

Konkurrensmässigt har SSS Simhopp fortsatt att etablera sig på högre nationella nivåer. Detta har skett i ett tempo som är sunt och förenligt med de mål och ekonomiska resurser som råder för klubben.





SIMIDROTTSKOMMITTÉN – Johan Cyréus

SIK-medlemmar under 2018 har varit:

Johan Cyréus	Ordförande
Peter Axtelius	Simhopp
Andreas Jonerholm	Klubbchef
Christian Johansson	Simning
Kajsa Hasselström-Schmidt	Simning
Annika Gron	Simning
Alexander Kesenci	Simning

SIK har haft tio sammankomster under verksamhetsåret.

SIK har jobbat med planeringen av det statliga simkunnighetsprojektet som löpte under hösten 2018 och resulterade i att SSS utbildade barn födda 2012 i simning.

SIK jobbar med frågor om hur vi hanterar simidrottsverksamheten i de fall som anläggningen ligger nere och vad vi gör om det blir ett långvarigt avbrott i anläggningen.

SIK har följt upp hur planeringen av ny simidrottsanläggning i kommunen framskrider. Under året har kommunen startat upp en förstudiegrupp där SSS och SIK är aktiva deltagare.

SIK har hanterat vissa frågeställningar om verksamheten rörande tränare och ledare i simskolan.

SIK har varit arenan för att diskutera träningsupplägg och verksamhetsförändringar inom simidrotten under året.

SIK har jobbat med frågor angående dagansvarig i simskolan.



SIMMARGÅRDEN – Kjell Stålberg, Marianne Höglund

På Simmargården bedrivs omsorgsverksamhet för ungdomar mellan 12-21 år med lindrig och måttlig funktionsnedsättning, autism eller autismliknande tillstånd. Verksamheten har tillstånd för 25 platser.

Ungdomarna tillhör personkretsen enligt LSS (lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade).

Ungdomarna gick i tio olika sarskolor/gymnasium i Södertälje, Salems och Nykvarns kommuner.

Under året har vi marknadsfört Simmargården i olika skolor och i verksamheter som arbetar mot målgruppen. Vi har delat ut informationsblad och vi bjöd också in alla LSS-handläggare i de olika kommunerna (Södertälje, Salem och Nykvarn) till Simmargården för att de skulle få möjlighet att se och höra mer om vår om verksamhet.

Verksamheten

Med hjälp av vår profil **IDROTT, FRILUFTSLIV** och **FRISKVÅRD** fick ungdomarna en möjlighet att pröva på en mängd olika aktiviteter. De fick också lära sig om friskvårdens betydelse för att kunna leva sunt och må bra.

Simmargårdens övergripande mål var att ungdomarna skulle ha roligt, träffa kamrater, stärka sitt självförtroende, självkänsla och självständighet samt pröva på idrott, friluftsliv och friskvård under variationsrika och lekfulla former.

Ungdomarna hade individuella utvecklingsplaner (IUP) som följdes upp på utvecklingssamtal tillsammans med ungdomarna (över 18 år), föräldrarna och LSS-handläggarna en gång /år. Vi arbetade med fysiska- och sociala mål i aktiviteterna och målen var både kort- och långsiktiga under året. Varje ungdom hade tre - fem aktiviteter/vecka. I verksamheten ingick olika individuella- och gruppaktiviteter för ungdomarna. Genom t.ex. träning, yoga, skapande, dans och friluftsliv, mindfulness, taktil stimulering (beröringsmassage), avslappningsövningar, massage, pilates och yoga m.m. fick ungdomarna meningsfulla och variationsrika aktiviteter som stärkte deras personlighet och samspelet med andra kamrater.

Pedagogiken tydliggjorde vi genom att bl.a. använda oss av bilder och olika schanan. Metoderna som vi använde oss av skapade struktur, rutiner och trygghet för ungdomarna.

På de fysiska aktiviteterna tränade ungdomarna sin grovmotorik, styrka, kondition, koordination och balans i träningslokalen/lekhallen på Simmargården, i utemiljön runt Simmargården och i olika lokaler och miljöer i kommunen. Ungdomarna hade bl.a. aktiviteter på Sydpoolen (simning), på Friskis och Svettis (enkelgymna och styrketräning) och dans på Jam dansstudio.

På de sociala aktiviteterna tränade ungdomarna på samspelet med varandra och att vara kompisar. Ungdomarna spelade t.ex. olika sällskaps- och dataspel, skapade, lyssnade på musik och pusslade tillsammans.



På lov- och studiedagarna hade vi speciella planerade aktiviteter. Ungdomarna besökte olika platser och miljöer och vi gjorde en mängd olika aktiviteter t.ex. besök på Friskis och Svettis, Stockholm och Lida friluftsområde. På utflykterna tränade vi ungdomarna på att åka buss och tåg.

Ungdomarna fick också pröva på att sköta en del "vardagssysslor" när de var lediga från skolan. Bl.a. fick de gå och handla, baka, laga mat, duka, diska m.m.

På loven hade vi också temadagar mot vår profil IDROTT; FRILUFTSLIV OCH FRISKVÅRD.

På idrott fick ungdomarna ha olika former av motion t.ex. intervallträning, simning, funktionell träning och dans m.m.

På friluftsliv var ute i naturen, prövade på att göra upp eld med tändstål och lagade mat på triangakök och murrikan m.m.

På friskvård hade vi olika teman, vi pratade bl.a. om relationer (kompisar) och sunda levnadsvanor (mat, sömn, vardagsmotion)

Under året hade vi en mängd andra aktiviteter på Simmargården och i närmiljön t.ex. brandövningar, olika temaveckor och "sommarverksamhet" (där vi träffade övriga omsorgsenheter i Södertälje kommun under en vecka på sommaren).

Under året hade vi ett projekt Special Olympics-klassikern. Vi startade detta pga att vi svenskar rör oss för lite och äter för dåligt.

Tillsammans ska vi på Simmargården utföra alla delmoment i en klassiker. Vi ska springa/gå 30 km Lidingöloppet, Simma 3000m Vansbrosimningen, 300km cykel Vätternrundan och 90 km skidor/roddmaskin/gå med stavar eller snöskor Vasaloppet. Inom varje lopp finns det en kostuppgift som vi ska genomföra. Projektet har fungerat bra och det har motiverat ungdomarna till motion och rörelse. Vi ställde också ut information och bilder från projektet i kommunen på deras kulturfestival med temat Hälsa.

Simmargården

SIMMARGÅRDEN
IDROTT
FRILUFTSLIV FRISKVÅRD



SIMNING

Simlinjen i Södertälje Simsällskap

Utvecklingsstadium 1 – Vattenvana och aktiv start, 0-4 år
Familjesim, Minisim

Utvecklingsstadium 2 – Lekfull siminlärning och rörelseglädje, 4-8 år
Baddaren, Pingvinen Silver, Pingvinen Guld, Fisken, Hajen

Utvecklingsstadium 3 – Teknikinlärning och fysisk aktivitet, 7/8 – 11/12 år
Teknik brons, Teknik silver, Teknik guld

Utvecklingsstadium 4 – Lära sig simträning, 9/10 – 13 år
Simiaden 1, Simiaden 2, Simiaden 3

Utvecklingsstadium 5 – Träna och tävla, 12/13 – 16/17 år
Ungdom Tävling, Sum-Sim

Utvecklingsstadium 6 – Träna för att prestera 15/17 år →
JSM/SM

Utvecklingsstadium 7 – Träna för att nå full potential/vinna, 17/19 år →
Elit

Utvecklingsstadium 8 – Simma hela livet, 8-200 år →
Ungdom, Vuxensimskola, Vuxencrawl 1, Vuxencrawl 2, Vuxencrawl 3, Masters,





UTVECKLINGSSTADIUM 1-2 – Annika Gron

Utvecklingsstadium 1 - Vattenvana och aktiv start, 0-4 år

- Familjesim
- Minisim

Minisim och Familjesim genomfördes under 2018 med tre grupper under vår- respektive höstterminen med syfte vattenvana, ta sig fram i vattnet och stimulera barnets motorik.

Minsim är för barn mellan 2-4 år och där har vi haft en nybörjargrupp och en fortsättningsgrupp.

Familjesim har vi haft öppen för barn under 2 år men även för familjer med fler än ett barn där syftet har varit som för Minisim, att i tidig ålder skaffa sig en vattenvana och trygghet i vattnet.

Utvecklingsstadium 2 – Lekfull siminläring och rörelseglädje, 4-8 år

- Baddaren
- Pingvinen Silver
- Pingvinen Guld
- Fisken
- Hajen

Hajen

Hajen under vardagar har vi fortsatt som en simgrupp med träning två gånger i veckan medan helgens Hajengrupper behöll en gång i veckan. Fler träningstillfällen möjliggör bättre länkning till Teknik Brons.

Tävlingar

Två gånger per termin arrangeras tävlingen Utmanaren.

Deltagare i gruppen Pingvinen Guld, Fisken och Hajen har möjlighet att delta i tävlingen eller välja att delta och visa sina färdigheter i det Uppvisningssim som hålls på kantbana 8.

Vi har under 2018 haft ett högt deltagande från simskolan med en ökad mängd engagerade föräldrar. Visionen är att flertalet av våra aktiva i simskolans ovan nämnda grupper ska delta i tävlingen.

Övrigt

Antal deltagare för de i Utvecklingsstadium 2 har under året varit mindre än mot budgeterat mål, inför 2019 behöver vi se över strategisk marknadsföring.

Sommaren 2018 genomfördes en period med Intensivsimskola en kurs på nio lektioner Dessa var mycket uppskattade av deltagarna.

En livräddningsvecka genomfördes endast under vårterminen.

Närmare 32 instruktörer har under året arbetat i utvecklingsstadium 1 och 2.



Projekt

Skolsim

Inför HT18 fick vi klartecken från kommunen att genomföra stadsbidragprojektet för ökad vattenvana under vecka 40-51. Instrukörer var Annika Gron och Hilma Ramdén.

Hilma utbildades i HLR, metodik och pedagogik innan start.

20 skolor i Södertälje valdes ut att få komma och simma med sina F-klassare.

Saltskog bassäng med träning 2 måndagar:

Eneskolan, Hölöskolan, Majtorpskolan, Mölnboskolan, Pershagenskolan, Soldalaskolan, Stålhamraskolan, Tavestaskolan, Vallaskolan och Viksbergskolan

Sydpoolen 6 tillfällen:

Blombäckaskolan, Brunnsängskolan, Fornbackaskolan, Hovsjöskolan, Igelsta grundskola, Lina grundskola, Oxbacksskolan, Ronnaskolan och Wasaskolan

Bårsta

Under veckorna 27-31 genomfördes i samarbete med Södertälje kommun för tredje året i rad gratis drop-in simskola på Bårsta IP med vår egen utomhusbassäng. Delprojektledare även i år var Johanna Hamra och Soléne Arnou. Antal deltagare för 2018 blev ca 135 st.

Vi har även under 2018 haft 14 st sommarpraktikanter från Södertälje kommun och 4 från Nynäshamns kommun med delat handledaransvar mellan Klubbchef och Breddansvarig.



Simidrott för alla

Vi deltog genom SSF i ett projekt som riktar sig till integration av ledare med olika kulturell bakgrund. Södertälje Simsällskap valdes ut att delta efter avhopp från Malmö. Då vi redan har en naturlig mångkulturell tränarstab är vårt mål för integration redan genomfört men projektet gav oss möjligheter att engagera oss ytterligare för att få fler nya instruktörer med utbildning finansierat via projektet.



UTVECKLINGSSTADIUM 3-4 – Annika Gron

Utvecklingsstadium 3 – Teknikinläring och fysisk aktivitet, 7/8 – 11/12 år

- Teknik brons
- Teknik silver
- Teknik guld

Teknikskolan är uppdelad i 3 olika nivåer och täcker åldrarna 8-12 år och är fortsättningen efter att man genomgått simskolan.

Teknikskolan följer simlinjens övergripande mål och de märken/plaketter som är vägledande där.

Teknik brons – Bronsplakett

Teknik silver – Silverplakett

Teknik guld – Guldplakett

Tävlingar

Två gånger per termin arrangeras tävlingen Utmanaren.

Deltagare i teknikgrupperna får här möjlighet att delta i tävlingen och utmana sig mot stipulationstider satta av Svenska Simförbundet för att erövra medaljer.

Summercamp

Under vecka 25-27 genomfördes summercamp med hjälp av 3 sommarpraktikanter.

2018

Utvecklingsstadium 3 hade under året, 6 Teknikgrupper som tränade två gånger i veckan. Antalet simmare var strax under 100 vår och hösttermin. 6 instruktörer har under året arbetat med teknikgrupperna.





UTVECKLINGSSTADIUM 4 – Lära sig simträning, 9/10 – 13 år – Kajsa Hasselström-Schmidt

- Simiaden 1
- Simiaden 2
- Simiaden 3

Simiadengrupperna är uppdelade i 3 st nivåer och är fortsättningen efter teknik. Simiaden är för de simmare och familjer som väljer att ha simning som tävlingsidrott. Simiadengrupperna ligger parallellt med teknikskolan åldersmässigt.

Lära sig simträning

Stort fokus i dessa grupper ligger på teknik och att lära sig hur man skall agera i och kring tävlings/lägersituationer. Detta är första utbildningsnivån för hela familjen vad det innebär att vara en simmare och simmarfamilj.

Tävlingar

Huvudmålet i simiadengrupperna är att delta och placera sig på Vårsimiaden topp 16 och vara med på Vårsimiaden final samt Höstsimiaden.

Under året var vi med på alla 4 UGP-tävlingarna, knattetävlingar och våra egna hemmaarrangemang.

Läger

Simiadengrupperna var under året på träningsläger och tävling på Gotland.



UTVECKLINGSSTADIUM 5-8 – Christian Johansson / Alexander Kesenci / Andreas Jonerholm

Utvecklingsstadium 5 – Träna och tävla, 12/13 – 16/17 år

- Ungdom Tävling
- Sum-Sim

Totalt 36 stycken ungdomar. I verksamheten samlas alla ungdomar som simmat klart i teknikskola och simiaden. 5-7 pass samt styrka och landträning.

Tävlingar

Ca 25 tävlingar deltog våra simmare i under året. Vi stod oss bra i distriktet. Vi hade finallag på både tjej och killsidan. Samt individuella medaljer på Sum-Sim.

Utvecklingsstadium 6 – Träna för att prestera 15/17 år →

- JSM/SM

JSM/SM har utvecklats under året och vi är nu en klubb att räkna med på mästerskapen. Totalt slutade föreningen på en mycket fin 10 plats i den totala poängstriden.

Tävlingar

Representation på samtliga mästerskap med fina placeringar och medaljer och svenska ungdomsrekord och juniorrekord.

Utvecklingsstadium 7 – Träna för att nå full potential/vinna, 17/19 år →

- Elit

Hur definierar man Elit? I simlinjen innebär det att den aktive satsar fullt på sin idrott, minst halvtid och är mentalt mogen och reda att lägga ner den tid som krävs.

SSS har flera simmare som valt att göra gymnasiestudierna på 4 år istället för 3 år och därmed kunna få en mer hållbar balans mellan skola och satsningen på simning. Vilket märks tydligast i årskurs 2 på gymnasiet.

Björn Seeliger är för närvarande den simmare som kommit längst i den planen och deltagit under sommaren i både EJM, EM och Ungdoms-OS. Under EJM tog Björn ett efterlängtat och välförtjänt guld på favoritdistansen 50m frisim.



Utvecklingsstadium 8 – Simma hela livet, 8-12 år →

- Ungdom
- Vuxensimskola
- Vuxencrawl 1
- Vuxencrawl 2
- Vuxencrawl 3
- Masters

Totalt 150 deltagare. I ungdom tränar 40 st simning och styrka 2 gånger i veckan.

Vuxencrawl 1, Vuxencrawl 2, Vuxencrawl 3 tränar varje måndag för att lära sig crawl, förbättra teknik och utveckla sin simning till en ny nivå.

Masters, Masters Elit, med deltagande på masters SM och EM.

Masters är nivån efter vuxencrawl och till för de simmare som vill fortsätta ha en aktiv karriär inom simningen. I Masters-simning tävlar man i klasser om 5 år.



ÖPPET VATTEN – Alexander Kesenci

Open Water, 12-14 st. deltagare, med simning i Sydpoolen 1-2 ggr/vecka kombinerat med öppet vatten träning i närliggande sjöar.



esöksadress:



SÖDERTÄLJE SIMSÄLLSKAP
Östra Kanalgatan 2
152 71 SÖDERTÄLJE

Webadress:

sss.se

E-post:

info@sss.se