

Verksamhetsberättelse för år 2025

Stockholmspolisens IF Simhopp

Styrelsen

Under 2025 har styrelsen bestått av Annette Alkebo (ordförande), Susanne Barenius, Björn Olsson, Susanne Tiger, Caroline Uddström, Patrik Johnsson och Nils Carlberg. Verksamhetens representant har varit Peter Falkman.

Styrelsen genomförde under verksamhetsåret nio protokollförda möten.

Under 2025 har Styrelsen fokuserat på utmaningen att öka antalet deltagande medlemmar framförallt i barngrupperna och har aktivt arbetat med marknadsföring via sociala media samt intresseskapande aktiviteter som synliggjort SPIF som en gedigen idrottsklubb. Styrelsen har stöttat verksamheten genom olika idéer om aktiviteter samt medverkat som funktionärer vid olika tävlingar och lagt fram förslag på sponsringsprogram. En del i marknadsförings- och lojalitetsarbetet har varit att ta fram gemensamma tränings- och tävlingskläder för medlemmar.

Fortfarande saknas ca 100 medlemmar aktiva i verksamheten för att uppnå samma ekonomiska resultat som tidigare år (2024/2025). Under verksamhetsåret har dock styrelse och anställda gemensamt arbetat med att dra ned på kostnader och minskat på icke nödvändiga utgifter.

Styrelsen har arbetat med personalfrågor och anställningar så att verksamheten kunnat upprätthållas på bästa möjliga sätt med anställdas trivsel och arbetsmiljö för ögonen. Styrelsen arbetar med att bli mer synlig för de anställda och tränarna i föreningen.

Styrelsen har noggrant informerat sig om nya nationella riktlinjerna för tävlingsverksamhet för barn yngre än 13år. En pågående dialog sker med Simförbundet samt övriga simhoppssklubbar i Sverige för att försöka hitta lösningar i hur riktlinjerna kan anpassas efter simhoppets förutsättningar.

Styrelsen för SPIF tackar medarbetare, tränare och medlemmar för ett arbetsamt men fint år i en fantastisk förening och ser med tillförsikt på föreningens möjligheter att utvecklas nästa verksamhetsår.

Strategiarbete

Enligt nedanstående så fortsätter föreningen sitt arbete.

Föreningen har sedan 2020 arbetat med att utveckla strategier för verksamheten, grundtanken är att ha en rullande planering för två kommande OS cykler dvs 8 år för att

arbeta igenom mål för alla delar av verksamheten samt det stöd som krävs i form av höjda kompetenser bland alla tränare, kommunikation till nya och existerande medlemmar, skola och yrken som fungerar ihop med satsningar på gymnasiet och uppåt i åren.

Föreningen har under året fortsatt samarbetet med NIU, Stockholms Idrottsgymnasium. Vi har haft totalt fyra aktiva på skolan under året.

Vi hoppas under kommande år, 2025 arbeta fram mål som ger riktning och som är lätta att följa upp för samtliga delar av verksamheten.

Renovering

Under hösten 2025 renoverades simhoppshallen på eriksdalsbadet vilket gjorde att vi fick flytta till 25m bassängen på eriksdalsbadet. Vi kunde fortfarande bedriva hela verksamheten på ett bra sätt trots en mycket mindre yta att vara på. Hoppskolan har använt sig mycket av startpallar och kant, masters drabbades kanske mest då vi inte hade lika mycket tid i bassängen, de fick istället träna landträningar på kvällstid och vattentid var tillgängligt på morgonträningarna. Vi kunde fortfarande boka bassängen för skolklasser och träning under dagtid. En stor fördel var att vi syntes för allmänheten och fler barn och vuxna sökte sig in till oss för att träna.

Hoppskolan

Det ekonomiska läget har slagit hårt även på idrotten och det är något vi fortsatt fått erfara under 2025. Under terminsskiftet HT24/VT25/HT25 hade vi tyvärr ett sjunkande medlemsantal i vår breddverksamhet. Det var inte fler barn/ungdomar som slutade, men betydligt färre som började. Däremot ökade vi med ett stort antal under höstterminen. Trots det och åtskilliga försök att rekrytera nya aktiva så har vi inte lyckats komma tillbaka till det önskade antalet på 300 barn i hoppskolan.

Under vårterminen hade vi 22 grupper och 24 grupper under höstterminen. 6 st av de grupperna har tränat 2-3 ggr/v. Vi har haft ca. 150 barn under vårterminen och 180 barn under höstterminen i hoppskolan.

Vi startade verksamheten i början av januari och höll på fram till jullovet, med ledigt över alla skollov. Ca 15 träningsveckor per termin har det blivit. Totalt jobbade det ca 25 olika tränare i våra hoppskolegrupper. I grupper med många barn var det två tränare, för att värna om utveckling, säkerhet och att alla barn blir sedda. Målet för alla hoppskolegrupper är att alla barn ska vilja fortsätta simhoppa i flera terminer. Under skollov ledigheterna var den ordinarie träningen inställd för hoppskolan, men våra lovläger pågick i vanlig ordning. Totalt 57 deltagande på lägren under vårterminen, och 68 under höstterminens läger.

Under vårterminen genomförde vi en märkestagning vecka, på höstterminen genomfördes märkestagningen på julavslutningen.

I december avslutade vi året med en mycket uppskattad julavslutning i ett heat, lite svårt att få plats med alla simhoppare och publik men blev bra ändå! Det bjöds på fina priser, fika och fina hopp under uppvisningen!

Prova-på kurser och Mini-hopp kurser och barngymnastik

Utöver verksamheten i hoppskolan, med träning för barn och unga på nybörjar- och fortsättningsnivå, håller föreningen prova-på kurser för barn (simkunniga) samt mini-hopp kurser för de yngsta, icke simkunniga barnen (3-5 år). Varje termin under 2025 har föreningen hållit två - tre kurser av varje sort, med 26 deltagare sammanlagt i prova-på kurserna, samma som föregående år men tyvärr en minskning i jämförelse med året innan. Deltagandet under mini-hopp kurserna har däremot fortsatt ökat. Där hade vi totalt 45 barn sammanlagt. Kurserna pågick mellan 4-5 veckor och gav deltagarna en god kännedom om hur träningen i vår ordinarie verksamhet i hoppskolan fungerar. Hopp & skutt, barngymnastik för barn mellan 3-5 år har fortsatt. Där har vi haft två fulla kurser per termin samt sett att de barn som slutat börjat på minihopp eller i våra nybörjargrupper.

Seniorträning

Under hösten 2025 startade vi med seniorträning för 65+, ett projekt som vi fick stöd från Svenska simförbundet med. Vi hade två kurser med fyra tillfällen där deltagarna fick träna styrka, rörlighet, koordination och balans! Varje tillfälle har avslutats med en fikastund!

Utbildning

Under 2025 har vi haft två internutbildningar. Tränarna har också uppmuntrats att fortsätta att auskultera vid utvecklings- och tävlingsgrupper. Målet har fortsatt vara att de ska auskultera minst 3 tillfällen i minst 2 olika grupper varje termin.

Vår tävlingstränare paco har haft kortare utbildningstillfällen för att lära tränarna hur man gör roliga träningar på startpallar och kant samt hur man gör roliga träningar på land! Vi har haft en tränare som gått domarutbildningen via svenska simförbundet.

Utvecklings-och Tävlingsverksamheten

Tävlingsåret 2025 startade med SM/JSM i Jönköping där vi ställde upp med 8 st aktiva. Resultatet blev 4 seniorguld genom Amanda Lundin höga hopp som tog ett seniorguld och Melker Tiger som tog hela 3 seniorguld genom 3m, höga hopp och mixed syncro tillsammans med Emma Riccati från Västerås gymnastikförening simhopp. Under herrarnas höga hopp tog Alexander Kiss silvermedalj, samt Linus Olsson bronsmedaljen. Under JSM så tog de tillsammans 8 Medaljer! Därav 4 guldmedaljer som Melker Tiger tog under 1m, 3m och höga hopp och en tillsammans med Filip Forsgren under Pojkar Synchro. Linus Olsson tog 4 medaljer varav 3 silver och 1 brons. Linus Olsson tog silver under 3 meter, höga hopp och

mixed Synchro med Greta Hiller från Västerås gymnastikförening simhopp. Bronsmedaljen tog han under 1 meter tävlingen.

Alexander Kiss som tog 1 bronsmedalj under pojkar höga hopp.

Freja Jonasson tog en bronsmedalj under tävlingen flickor höga hopp.

På USM i Lund ställde vi upp med 10 aktiva samt Neptuniaden i Stockholm och gjorde ett bra mästerskap med många slagna personliga rekord, en hel polisen prispall på pojkar A 1m. På USM kämpade hopparna riktigt hårt och fick med sig 4 st guldmedaljer, 13 st silvermedaljer, 4 st bronsmedaljer.

Sommar-SM ägde rum i Lund i början av juni, där SPIF hade sju aktiva med. I Lund tog Amanda Lundin brons på damer plattform, Linus Olsson brons på A-Pojkar 3m och Melker Silver. På synchro hoppade Filip Forsgren och Melker hem sin silvermedalj och Melker även på mix synchro med Emma Ricatti.

Externa tävlingar

Diving Lund, Lund

I slutet på oktober och början på november tävlade SPIF i Diving Lund och hade 14 deltagare som tävlade för både Polisen och Team Stockholm. Samtliga visade på en tydlig power och stil i sin hoppning!

De tog många fina placeringar och medaljer och hade väldigt roligt under hela helgen. Vi tränare är väldigt stolta över samtliga! I Lund passade vi även på att fira lite halloween genom att alla hopparna fick klä ut sig. Medalj fångsten under helgen blev, 2st guld, 6st silver och 3st brons

Speedo Dive och Julklappshoppet, Jönköping

Under juli deltog vi på Speedo dive som arrangeras i Jönköping. Vi hade med oss 5 simhoppare som hoppade fantastiskt! Utöver simhoppningen passade vi på att göra en hel del teambuilding! Julklappshoppet i Jönköping gick i december, då hade vi 18 aktiva med oss. Det blev en hel del bra placeringar samt glada minnen och erfarenheter!

Ungdomshoppet, Göteborg - Gunilla ska skriva

En mindre trupp än vanligt tog sig till årets 10-års jubileumsupplaga av Ungdomshoppet i Göteborg. Tävlingarna var välbesökta och vi hade flera hoppare som gått över från ordinarie klass till avancerad, så nerverna var på helspänn. Trots detta gick det väldigt bra - Vi behöll förstaplatsen i lagtävlingen och dessutom tog vi två guld, sex silver och två brons.

Triangeltävlingar

Under året har vi deltagit i flera Triangeltävlingar. Små tävlingar som vi tillsammans med

Södertälje Simsällskap och Västerås Gymnastikförening Simhopp skapat. De tävlingarna är små arrangemang för att skapa tävlingsvana, tävla med nya hopp och bygga vidare på den goda kamratskapen mellan föreningarna! Vi hade en i södertälje i maj och bjöd in SSS samt VGF till vår Dive of Hope i september!

London Legacy Open

2025 besökte vi återigen London legacy open för att tävla! Sist vi var där var 2022 då tävlingen hade premiär, den har minst sagt växt till sig! Våra simhoppare bjöd på mycket fina hopp och prestationer samt några finalplatser! Folke Barenius fick pris för bästa skruvhoppet under hela tävlingen!

Amsterdam Diving Cup

I våras var Amanda Lundin och Folke Barenius i Amesterdam för att tävla och kvala till Europeiska Mästerskapen. De gjorde otroliga insatser och båda såg till att ta poängen och lyckades där med kvala till EM!

Landslagstävligar

Under 2025 har våra simhoppare deltagit på flera landslagstävlingar så som International Youth Diving Meet, 8-nationer, Nordiska mästerskapen och Europeiska Mästerskapen. Resultaten på tävlingarna har varit blandade, både medaljer och finalplatser samt lärdomar och reflektioner.

Tävling- och utvecklingsgrupper

I vår tävlingsverksamhet har vi under 2025 haft totalt 8 grupper igång. Förberedande träningsgruppen, T6, T5, Patrullen 1, Patrullen, 2, Utveckling yngre, Utveckling USM samt Tävling-topp. Med en total på 74 aktiva i åldrarna 6-28 år som tränat 2-10 pass i veckan.

Arrangemang

Under året har vi haft ett flertal arrangemang, både stora och små. Vi har haft ett fantastiskt funktionär team som som ställt upp under alla tävlingar och som gjort ett enastående jobb!

Gamma Cup 2025, 28 Februari- 2 Mars

2025 hade vi hela 188 deltagande simhoppare på besök. Helgen bjöd på mycket fin hoppning, nya personbästa och en stor mängd skratt! Det var ett lyckat arrangemang med härlig stämning hela helgen!

Polisen Cup, 24 Maj

Fjärde året arrangerade vi Polisen Cup, en tävling för alla simhoppare! Simhopparna tävlade från 1m, tornet eller synchro, många valde att tävla alla tre!

De kunde tävla synchro med en kompis eller med familjemedlemmar, vilket var väldigt uppskattat!

Dive of Hope, 30 September

Dive of hope 2025 blev en succé som vanligt! 46 simhoppare tävlade i olika klasser, lite färre än vanligt. I år bjöd vi även in Södertälje simsällskap, Västerås gymnastikförening simhopp och Simklubben Neptun! Vi fortsatte med det populära upplägget från föregående år där de kunde välja på att tävla från 1m, tornet och synchro. De gjorde 3 olika hopp i de olika grenarna. Alla deltagare fick medaljer, totalt inbringades en intäkt på 8 880 kr, varav hälften gick till Barncancerfonden.

Marginalen Bank Diving Cup, 23- 26 Oktober

Årets Marginalen Bank Diving Cup samlade 162 simhoppare från 13 klubbar och 4 länder, Sverige, Finland, Norge och USA. Under tävlingen fick vi se många imponerande hopp och personliga rekord slogs.

Som vanligt så presterade våra polisen simhoppare otroligt och tog en hel del medaljer! 11 st guld, 11 st silver och 7 st bronsmedaljer. Helgen avslutades med en bankett fylld av skratt och gemenskap. Det var ett roligt arrangemang med otrolig simhoppning!

Svenska mästerskapen för masters, 7-8 juni

7-8 juni arrangerade StockholmsPolisen IF Masters SM. Med kort varsel till tävlingen blev antalet deltagare inte så stort, utan en liten skara på 23 tävlingshoppare tävlade om medaljerna. Tävlingarna var roliga att följa, vi fick se simhopparna prestera på en hög nivå och det var ibland små marginaler som skilde guldmedaljen och titeln svensk mästare/mästarinna till andraplatsen.

Inledningsvis, under fredagen erbjöds masterhopparna en träning med föreningens tävlingstränare. Väldigt lyckat och en bra start på tävlingshelgen. På lördagen bjöd SPIF in till en trevlig kamratmåltid där det bjöds på tre rätters och lekar i form av bland annat kahoot.

Masters

Mastersverksamheten har under året haft 4 olika nivåer, Nybörjare 1 gång/v, Fortsättare 2 ggr/v, Utveckling 2-3 ggr/v och Tävling 3 ggr/v.

Under HT25 så tränade alla nivåer tillsammans med varandra under de olika tiderna som erbjöds under renoveringen. Vilket fungerade förvånansvärt bra! Totalt har vi haft cirka 85 st masters som tränat i ordinarie grupper under året. 9 prova på kurser har genomförts under året. Samt lunchträningar under båda terminerna! Samt träning under skolloven då ordinarie träningen är inställd.

Spif Masters Camp

I januari arrangerade vi för femte gången Spif Masters Camp! 18 deltagare var med från Sverige och Norge. Lägret var fullt av träning, landträning, rörlighetsträning, handstands, koordination och självklart massa simhopp.

Tävlingar för Masters under året

Rijeka

Några av våra mastershoppare tog sig till Rijeka och tävlade. Och vilken insats de gjorde! De tog med sig en hel bunt med medaljer från både individuella och synchrotävlingar! Stort grattis!

Gamma Cup, Mars

Här deltog våra masters på både mastersklassen och noviceklassen och gjorde strålande insatser! I klassen Masters 3m woman tog Karin guld och Maja silver. I novice klassen masters 3m woman tog Anna hem en silvermedalj.

Nordic Light, Lund

I April deltog 8 masters hoppare i Nordic light, varav 7 blev nordiska mästare. Helgen blev minst sagt ett medaljregn, 14 st guld, 3 st silver, 5 st brons. Hopparna tog med sig många erfarenheter och glada minnen!

Marginalen Bank Diving Cup, Oktober

Från vår Mastersverksamhet hade vi 5 deltagare med under Marginalen som hoppade otroligt bra! Madeleine Guld, Annica Silver och Anna brons!

Masters SM

Arrangerades på hemmaplan! Vi hade en hel del masters som kämpade om medaljerna 12 av våra masters och fick titeln svensk mästare och mästarinna!

Simhoppsskul

2025 startade vi projektet simhoppsskul - en ide som skapades när vi funderade på hur vi skulle få sporten att synas ännu mer. Projektet landade i att vi under höstterminen var på GIH badet 2 ggr/v, fredagar och söndagar. På plats var 1 tränare och 1-2 simhoppare som visade upp hur kul simhopp är. Alla som var på badet kunde komma och testa på! Det var mycket uppskattat och ett kul sätt att få jobba med att visa sporten!

Enkäten

2024 skickades det inte ut någon medlemsenkät. En medlemsenkät skickades ut för 2025 i januari 2026.

Stockholmpolisen IF styrelse, verksamhetsåret 2025/2026

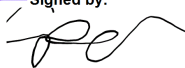
- Annette Alkebo, ordförande

Signed by:

Annette Alkebo

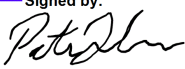
E018AA6FB142454...
- Susanne Barenius, vice ordförande

Signed by:



5E5DE7DAF4E74FA...
- Patrik Johnsson, kassör

Signed by:



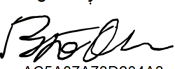
B61786969D0E448...
- Susanne Tiger, sekreterare

Signed by:

Susanne Tiger

49ECE8FD48AF488...
- Björn Olsson, ledamot

Signed by:



AC5A07A73D204A3...
- Nils Carlberg, ledamot

Signed by:

Nils Carlberg

7CC50EB32EF440C...
- Caroline Uddström, suppleant

Signed by:

Caroline Uddstrom

656FD1CCE1A5455...