



Verksamhetsberättelse

Örebro Simallians

2019

Ordförande har ordet

Vi lägger ett år av fina sportsliga prestationer till handlingarna. 2019 är ett år där Örebro Simallians även har satt Örebro på kartan genom vi har en professionell verksamhet som värnar gemenskap, glädje och engagemang. Med detta jobbar vi alla tillsammans och jag som ordförande är stolt över att representera ÖSA.

ÖSA har under året tagit imponerande 46 mästerskapsmedaljer!

Dessutom har simmare, öppetvattenssimmare, konstsimmare, simhoppare och parasimmare slagit otaliga personliga rekord och tränat massor med timmar. Det fungerar eftersom vi har en organisation av ledare som tar ansvar, är villiga att vidareutvecklas och bidra för att alla aktiva ska känna glädje i våra idrotter. En annan viktig förutsättning är att vi har föräldrar som stöttar och lägger tid på att våra tävlingar och arrangemang ska kunna genomföras.

Dessutom har klubben under året startat vattenpolo och fortsatt haft uppdraget att driva sommarbad åt ÖBO. Vi har många barn i vår simskola och vi hjälper Örebro skolelever att klara sina betyg i simning.

Styrelsen har velat få en bättre insyn i hur det fungerar ute i verksamheten, vad som är bra och vad som kan bli bättre. Vi känner också att vi behöver bli mer tillgängliga och synas ute bland ledare och aktiva. Därför har vi haft styrelsemöte på Gustavsvik och kontinuerligt bjudit in ansvariga till våra möten för att berätta om sin verksamhet. Detta kommer vi fortsätta med under nästa år.

Lika stolt som jag är över de sportsliga resultaten är jag missnöjd över hur klubbens ekonomi har utvecklats under året. Vi lämnar året med ett stort underskott och arbetar nu hårt med att få tillbaka klubben i ekonomisk balans. Vi ser över alla våra kostnader och försöker få upp intäkterna från de delar av verksamheten som hjälper till att finansiera vår idrott. Detta innebär en stor ansträngning för, och nödvändig förändring av, vår organisation vilket av förklarliga skäl skapar oro. Jag är dock övertygad om att vi ska tas oss igenom detta.

ÖSA ska vara en trygg förening, fri från mobbing, trakasserier och kränkningar. Det är viktigt att vi fortsätter att värna om vår värdegrund, ständigt jobbar med glädjen i simidrott och att alla ska känna sig välkomna. Som ett led i det begär vi nu in uppgift från brottsregistret av våra ledare. Varje förälder ska tryggt kunna lämna sitt barn i vår verksamhet!

Jag vill tacka medarbetarna på kansliet, våra ledare, aktiva, föräldrar och övriga medlemmar för det gångna året.

Maria Haglund, ordförande

Dagordning för Örebro Simallians årsmöte 2020

Tid: 9 mars 2019, klockan 18:00

Plats: Idrottens Hus, Gentlemanen (Karlskällan 28)

1. Öppnande av mötet
2. Fastställande av röstlängd för mötet
3. Val av ordförande och sekreterare för mötet
4. Val av protokolljusterare, tillika rösträknare
5. Fastställande av föredragningslista
6. Fråga om mötet har utlysts på rätt sätt
7. Presentation av Styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret
8. Presentation av Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret
9. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser
11. Fastställande av medlemsavgifter
12. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret
13. Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner
14. Fastställande av antalet ledamöter i styrelsen 6 alternativt 8, förutom ordföranden
15. Val av:
 - Ordförande för en tid av ett år
 - Kassör för en tid av två år
 - Sekreterare för en tid av två år
 - Halva antalet övriga ledamöter i styrelsen för en tid av två år
 - Två suppleanter i styrelsen med för dem fastställd turordning för en tid av ett år
 - Ansvariga för klubbens fyra verksamhetskommittéer: – Simning – Parasimning – Konstsim – Simhopp
 - Två revisorer jämte suppleanter för en tid av ett år I detta val får inte styrelsens ledamöter delta
 - Tre ledamöter till valberedningen för en tid av ett år, av vilka en ska utses till ordförande. Valberedningen ska bestå av minst en man och minst en kvinna.
 - Ombud till möten där föreningen ska representeras med ombud
16. Övriga frågor
17. Avtackning
18. Avslut

Program utanför årsmötets dagordning

- Fika och förtäring
- Premiering av 2019 års klubbmästare
- Övriga premieringar och utmärkelser

Verksamhetsrapport för styrelsen och kommittéer 2019

Styrelsen har under året haft 12 protokollförda möten.

Styrelsen har haft följande utseende:

Ordförande	Maria Haglund
Sekreterare	Mia Frännfors
Kassör	Magnus Bergane
Ledamöter	Ann Speychal
	Erik Jörstad
	Mattias Svennberg
	Maria Hagsten Skarda
Suppleant	Gordna Danqi
Revisorer	Per Jacobsson
	Ing-Marie Fors

Övrig Organisation

Parasim	Jenny Cederlind
Konstsim	Mia Frännfors
Simhopp	Felicia Speychal
Simning	Niklas Eriksson /Mikael Månsson
Skolsimmet	Björn Calleberg
Simskola	Michelle Asprou Forsberg
TI	Jenny Cederlind
Utbildning	Mikael Månsson samt respektive kommitté
Valberedning	Lennart Larsson, Göran Titus och Åsa Skanheden

Medlemsstatistik medlemsåret 2019

Ålder	0-6	7-9	10-20	21-99	Totalt
Kvinnor	286 st	348 st	250 st	169 st	1053 st
Män	285 st	347 st	185 st	154 st	971 st
Totalt	571 st	695 st	435 st	323 st	2024 st

Under 2019 minskade antalet medlemmar med 407 personer, det är främst i de yngre åldrarna och man kan se ett tydligt samband med den slopade förskolesatsningen som gjordes under 2018. Dock minskade inte antalet medlemmar lika mycket som det ökade året innan. Medlemmarna består av 52% kvinnor och 48% män.

Egna arrangemang och händelser under 2019

Mycket har hänt under 2019. Vi trivs fortsatt bra i våra lokaler på Idrottens hus. Simningen har anställt en ny chefstränare, fysträningen har utvecklats, där har vi bla annat jobbat med att ta fram olika tester för de olika disciplinerna. Vi har jobbat med olika projekt, ett exempel var i samarbete med VOX samt svenska Simförbundet för att förbättra integrationen i Örebro. Våra discipliner har växt och glädjande har vi kunnat fortbilda många av våra ledare.

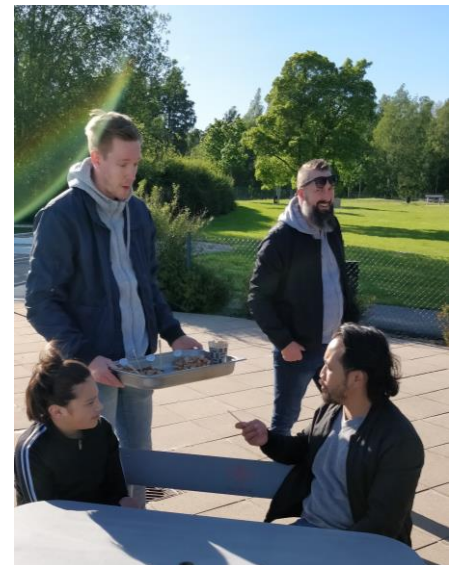
Tävlingar

Under 2019 arrangerade vi 4 stycken Utmanaren samt 3 stycken KM i långdistans och en KM i sprint för simningen. Vårsimiaden, Wadköpingsdoppet, SUM-SIM region, Örebro Synchro cup, SM i konstsim samt deltävlingar i rikstävling i simhopp har genomförts på Gustavsvik.



Vårfest

Den 29/5 arrangerade vi vårfest på Varbergabadet. Sol, äntligen vårvärme och stor uppslutning bland våra medlemmar. Vi grillade korv, badade, lekte samt delade ut Utmanarpokaler.



Juldoppet

Den 15 december anordnades det årliga Juldoppet, denna gång till förmån till Barncancerfonden. Det blev ett välbesökt arrangemang där alla aktiva bjöd på olika uppvisningar och ett avslutande vackert luciatåg.

Tack alla som hjälpte till!



Skolsimmet

I samarbete med Örebro kommun genomfördes under våren 2019 både simtester och simundervisning för årskurs 3 till 9. Under hösten 2019 blev simundervisningen begränsad till endast låg och mellanstadiet, årskurs 3 till 6. ÖSA har trots det genomfört simundervisning för elever i högstadiet, årskurs 7 till 9, då skolor med egna pengar gett oss förtroendet att bedriva deras simundervisning.

Totalt vid testning tog vi emot ca 1600 elever, 1 vecka i januari och drygt en vecka i september. I simundervisning deltog totalt under året ca 2000 elever.

Målet för eleverna är att klara simkunnighetsprovet som är att hoppa på djupt vatten, ta sig lugnt upp till ytan och sedan simma 200m varav 50m rygg. I ÖSA får eleverna visa bröstsimmets fokus ligger på 50m ryggsim och sedan får resterande 150m utföras valfritt med något av de fyra simsätten, crawl, ryggsim, bröstsimm eller fjärilssim.

Med mig hade vi under våren 5 personal och under hösten 4 personal.

Genom att regelbundet följa upp vår simundervisning har vi utvecklat den succesivt. Vi har även lyssnat på feedback från lärare och tagit del av hur andra föreningar genomför sin simundervisning. Jag är stolt över ÖSA's simlärare som genom glädje och gemenskap fortsätter att genomföra en rolig och aktiv undervisning. Den bidrar till att eleverna utvecklas, får med sig viktig kunskap samt ger möjlighet till simning som är en väldigt hälsosam aktivitet.

Björn Calleberg, ansvarig för skolsimmet

Simskolan

Örebro Simallians ordinarie simskola har under 2019 bedrivits på Gustavsviksbadet, Hagabadet, Brickebacken och Eyrabadet. Vi har under året som gått kunnat erbjuda ca 1400 barn terminsimskola. Under våra intensivsimskolor, som arrangerades under sommaren, sport, påsk samt höstlov, deltog ca 500 barn. Intensivsimskolorna har vi anordnat på Gustavsvik samt på utomhusbaden i Vivalla och Varberga.

Under våren gjordes upplägget på simskolan om. Färre barn i grupperna för att öka kvalitén samt att ge ledarna en chans att se varje barn.

Detta frigjorde även yta i bassängen så att vi kan ha flera grupper igång samtidigt.

Gruppen Hajen teknik där vi samarbetar med tekniksimm för att förbereda barnen som vill gå in i vår träningsverksamhet efter simskolan har ökat och under 2019. Detta i linje med vårt strategiarbete 2025, att få bort bryggan mellan de olika verksamheterna.

På Eyrabadet introducerade vi en grupp (Bläckfisken) för barn med olika funktionsvariationer. Under hösten utvecklades verksamheten och Bläckfisken simidrottskola, där man fick testa på de olika simidrotterna, var väldigt uppskattad.

Vi vill rikta ett stort tack till alla ledare som med glädje och engagemang gjort ett fantastiskt arbete under året.

Michelle Asprou Forsberg, Simskolechef



Sommarbaden

Vi fick förtroendet av Örebro bostäder att även i år driva sommarbaden i Vivalla och Varberga. En sämre svensk sommar gjorde att våra aktiviteter fick locka gäster mer än vädret.

Genom stöd från partnerskapet VOX fick 350 barn möjlighet till simundervisning för en låg avgift. Att lära sig simma är livsviktig kunskap som barnen tar med sig hela livet och det känns jätteroligt att många barn fick den chansen denna sommar.

Vi fick även stöd av Örebro Kommun att arrangera kollo under fem veckor på VOX-badet (fd Varbergabadet) och Vivallabadet, där 130 barn deltog. Barnen fick lära sig mer om vad som händer med vår planet men också ha simskola varje förmiddag.

Totalt arbetade 27 badvärdar på sommarbaden i Varberga och Vivalla. Alla bidrog till en lyckad sommar som gav gäster på baden en trevlig och säker badmiljö. Vi erbjöd god service, aktiviteter som simskola, livräddning, miniröris, poolparty och vattengympa. Poolparty innehöll grillning, musik och aktiviteter som fotboll, kubb, badbollar med mera. Vi hade flera poolpartyn och det blev sommarens höjdpunkter som lockade mycket badgäster.

Alla som var delaktiga under sommaren fick med sig värdefulla erfarenheter till framtiden.

Nu blickar vi framåt med stor energi mot sommaren 2020.

Michelle Asprou Forsberg, ansvarig för sommarbaden

Utbildningar

Under 2019 bytte simförbundet upplägg och namn på sin grundutbildning Simidrottsledare, fd Simlinjeassistent Gul och Blå. 16 har genomfört den nya utbildningen. 5 konstsimsstränare har genomfört Konstsimsutbildning Bas och 3 har genomfört Konstsimsstränare Nybörjare. Vi hade en deltagare på Mellansvenska Simförbundets utbildning om Öppet vatten för tränare.

Med hjälp av SISU har 9 ledare gått Grundtränare fd. Plattformen, en basutbildning att leda barn. Vi utbildade 14 simlärare tillsammans med Partnerskapet Vox i projektet Bryta barriärer som nu arbetar i vår förening.

2 stycken har slutfört Simlinjeinstruktör 12–17 år. 3 nya domare i konstsim är utbildade samt att vi under året genomfört ett flertal simfunktionärsutbildningar med Göran Titus som utbildare.

Vi har haft ledare som gått licenskurser, vi deltog på Simidrottsforum i Falun samt Mellansvenskas simidrottsforum.

Under 2019 genomfördes löpande HLR-utbildningar. Ledare för utbildningstillfällena var Björn Calleberg.

Under 2020 ser vi fram emot att fortsätta att utbildas och utvecklas.

Michelle Asprou Forsberg, Utbildningsansvarig

Masters



Karin, Marika, Brandi och Birgitta efter att de tagit silver på 4*50 medley på Masters SM.

Svenska Mästerskapen

Svenska mästerskapen i simning för masters avgjordes 22–24 mars i Munktelbadet i Eskilstuna.

Örebro Simallians deltog med en trupp på 15 simmare i åldrar från 25 till 72 år.

Truppen skördade stora framgångar, men viktigast av allt är gemenskapen i klubben och med övriga simmare, som ibland kan vara gamla konkurrenter.

SM för lite äldre simmare, som vanligtvis avslutat sina simkarriärer, är en massmönstring för simning som motionsform, en sport som man kan utöva hela livet. Den äldsta simmaren hade passerat 90.

Över 2200 starter under en helg, gör tävlingen till en av de största simevenemangen i landet.

ÖSA tog hem hela 23 medaljer, varav 7 guld. Björn Calleberg vann 3 av dem, Jonathan Kling 2 samt Brandi Kossup och André Gradin var sitt.

I lagkapperna tog Örebro hem två silver och ett brons.

I sammanräkningen blev ÖSA sjunde bästa förening med 149 SM poäng och med tanke på ÖSA:s vision om att vara en av landets 10 främsta simklubbar, så lever Masters upp till den visionen. Det var 59 klubbar som tog SM poäng.

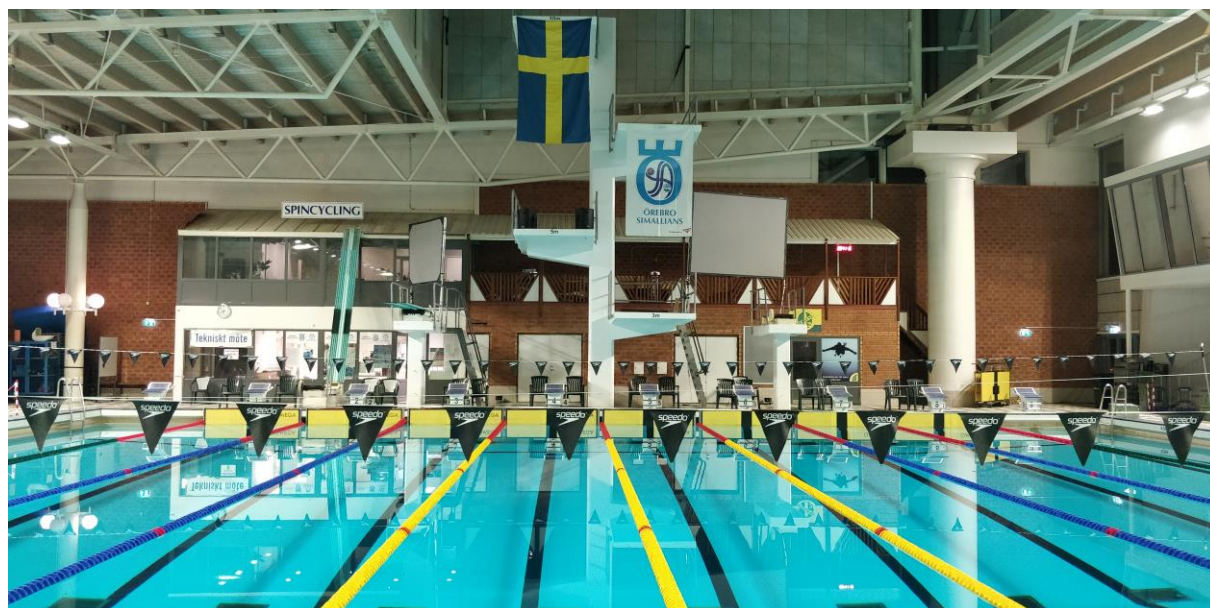
Medaljer Masters SM 2019

	Guld	Silver	Brons
Björn C-G Calleberg	3	2	3
Jonathan Kling	2	1	
Brandi Kossup	1	3	
André Gradin	1		
Karin Lobenius		1	
Elena Tsychkova			2
Harriet Bure		1	
Lag herrar		1	
Lag damer		1	1
Summa	7	10	6

Klubbmästare Masters 2019

1.	Björn C-G Calleberg	3468 poäng	1.	Marie Dasler	2373 poäng
2.	André Gradin	2662 poäng	2.	Harriet Bure	2243 poäng
3	Peter Norrmén	2539 poäng	3.	Lisa Hjalmarsson	1775 poäng

Harriet Bure, ansvarig för Masters



Konstsimm

Konstsimssektionen växer på alla hörn och kanter och vi har i dagsläget 9 träningsgrupper med barn i åldrarna 6-18 år. Vi har även 13 tränare som är mycket engagerade och värnar om de aktivas välmående och utveckling. Målet är att ge alla möjlighet att utvecklas som konstsimmare utifrån sina förutsättningar och framtidsmål. Det innebär att vi bedriver träning både för bredd- och elitnivå.



Läger, kollo och andra aktiviteter

Konstsimskollo, läger och konstsimsdagar har varit roliga och uppskattade aktiviteter under året. Vi hade bland annat en fantastisk midsommarvecka där många konstsimmare från olika grupper samlades för att ha roligt ihop under årets kollo. Nivå 3, 4a och 4b hade ett givande och roligt uppstartsläger i Skara. Vi har också invaderat JUMP, kört curling, spelat minigolf och löst gåtor på Prison Island. Men framförallt har vi under läger och konstsimsdagar tränat och utvecklat våra konstsimsfärdigheter. Året avslutades med juldoppet där alla våra grupper fick visa upp vad de lärt sig under året och showen avslutades med vårt vackra luciatåg i vattnet.

ÖSA konstsimm arrangerade även i år Sveriges största och bästa bredd- och landslagsläger. I år var det cirka 70 konstsimmare från nio klubbar som fanns på plats och hade en rolig träningshelg. ÖSA hade 12 aktiva och 6 tränare på plats.

Tävlingar

SM, JSM, USM, Svenska Cupen och RM

Vi har kammat hem hela 22 medaljer på SM, JSM, USM, Svenska Cupen och RM. Det här är bara medaljerna. Vi har även fått mängder med andra fina placeringar.

SM:

Guld i kombination – Ebba Nilsson, Ida Nilsson, Embla von Beckerath, Helena Kuksa, Marfa Chragina, Anna Frännfors, Agnes Gustavsson, Tyra Johansson, Filippa Speychal, Danai Syriopoulou, Amanda Adolfsson & Klara Pettersson.

JSM:

Guld i lag – Ebba Nilsson, Ida Nilsson, Embla von Beckerath, Anna Frännfors, Danai Syriopoulou, Filippa Speychal, Klara Pettersson, Amanda Adolfsson & Marfa Chragina.

Silver i solo – Marfa Chragina.

Brons i par – Agnes Gustavsson & Tyra Johansson.



USM:

Guld i kombination - Ebba Nilsson, Ida Nilsson, Embla von Beckerath, Helena Kuksa, Marfa Chragina, Anna Frännfors, Agnes Gustavsson, Tyra Johansson, Filippa Speychal, Danai Syriopoulou, Amanda Adolfsson & Hanna Svensson.

Guld i B-lag – Danai Syriopoulou, Filippa Speychal, Amanda Adolfsson, Klara Pettersson, Ebba Nilsson, Ida Nilsson & Embla von Beckerath.

Guld i B-par – Danai Syriopoulou & Filippa Speychal.

Guld i B-solo – Danai Syriopoulou.

Silver i juniorsolo – Marfa Chragina. Agnes Gustavsson & Tyra Johansson.

Brons i juniorpar – Agnes Gustavsson och Tyra Johansson.

Brons i B-par – Ebba Nilsson & Ida Nilsson.

Brons i B-solo – Amanda Adolfsson.

Brons i C-lag – Anny Wilhelmsson, Maria Gerasimova, Sofia Golovin, Tuva Karlsson, Stella Lindgren, Edith Hagström & Wilma Bäckemalm.



Internationella tävlingar

Året har även bjudit på fina internationella insatser.

Sju av våra aktiva deltog under sommaren i

Ungerska öppna där de gjorde väldigt bra ifrån sig.

Dessa var Ebba, Ida, Danai, Filippa, Amanda, Embla och Klara.

Marfa, Amanda och Malin deltog med svenska juniorlandslaget på junior EM i Prag. Landslaget tävlade också i Österrikiska öppna under våren och då hade vi fyra representanter från klubben.



Övriga tävlingar

Vi har också haft ett stort antal aktiva som tävlat på inbjudningstävlingar och deltagit på diplomtagning under året. Vi har även arrangerat och deltagit på våra egna tävlingar, Örebro synchro cup samt SM och JSM.

Ungdoms- och juniorlandslag

Vi har haft fem deltagare i konsimmets ungdoms- och juniorlandslag, dessa är: Marfa Chragina, Danai Syriopoulou, Filippa Speychal, Klara Pettersson & Amanda Adolfsson. Malin Gerdin tillsammans med tränarkollegan Angelica Jonasson från Järfälla blev avtackade och hyllade av konstsimsverige under SM/JSM då de efter 6 år avsäger sig uppdraget som landslagsledare för svensk konstsims.

Domar- och tränarutveckling

Vi välkomnar Lova von Beckerath, Hanna Svensson och Rafaela Syriopoulou som under året utbildat sig till domare. Vi har också haft deltagande tränare på ett flertal tränarutbildningar under året. Det är fantastiskt roligt att se att våra tränare är hungriga på att utbilda sig och bli ännu bättre.

Malin Gerdin, chefstränare

Simning

Under 2019 har vi haft 20st ledare i simningen, var av många är ledare för fler än en grupp. Under våren 2019 hade vi 142 aktiva simmare i totalt 10 grupper och under hösten 2019 totalt 139 aktiva i 10 grupper. Under året har våra aktiva varit med på en massa inbjudningstävlingar med många fina resultat, vi har genomfört teambuildingskvällar, dagsläger mm.

Höstterminen började i augusti och inleddes med breddläger i Fagersta för hela simningen fredag till söndag. Simmare från tekniksim upp till junior/senior var med på detta läger, totalt var 55st aktiva med och 5st ledare på plats.



Uppstartsläger i Fagersta

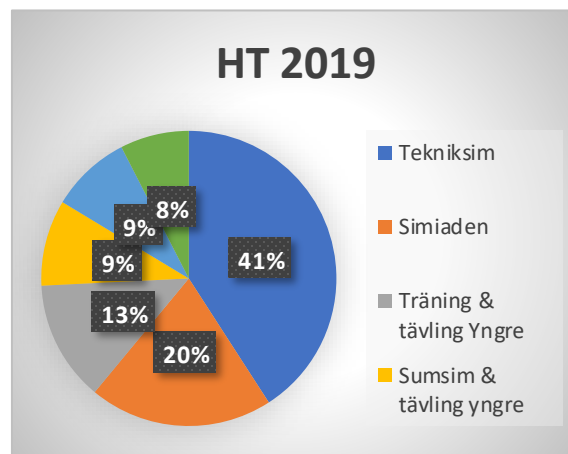
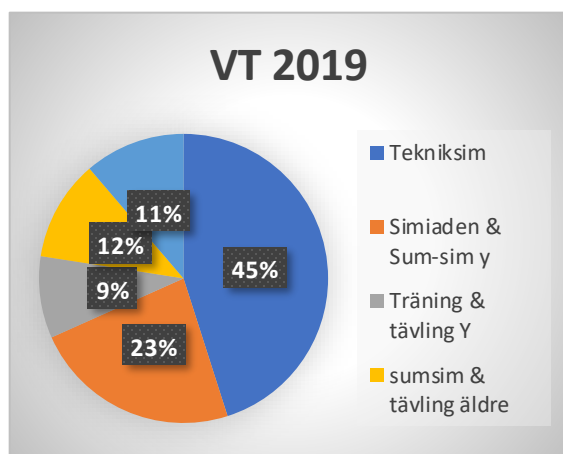
Antal simmare

VT 2019

Grupp	antal simmare
Tekniksim	65
Simiaden	32
Träning & tävling Yngre	14
Sum-sim Yngre	15
Sum-Sim & tävling äldre	14
Junior & Senior Elit	12
Totalt	152

HT 2019

Grupp	antal simmare
Tekniksim	61
Simiaden 2 & träning yngre	17
Simiaden 1 & Sum-sim Yngre	17
Träning & tävling Yngre	14
Sum-Sim & tävling äldre	15
Junior & Senior Elit	15
Totalt	139



Simmare i USA

Efter sommaren åkte Clara Momats till USA där hon nu studerar och simmar för Green Bay Athletics. Under hösten har hon kommit igång bra med skola och simning där hon gjort en handfull "meets" med succesivt förbättrade resultat.

Mästerskapsåret 2019

Simningen inklusive masters tog under året totalt 335 SM poäng.

Vi har varit representerade på samtliga nationella mästerskap och tagit ett flertal medaljer. Utöver nationella mästerskap har ÖSA-simmare även representerat landslag i tre internationella mästerskap.

SM/JSM (Malmö 50m & Eskilstuna 25m)

Under året tog vi 4st medaljer och totalt 6 finalplatser.

SM-guld för Jonathan Kling på 50m frisim i Malmö. Första senior-SM guld sedan 1989 för klubben! Jonathan simmade även final på 50m fjärilsim på samma mästerskap där det blev en 5:e placering.

Julia Månsson tog Guldmedaljen på JSM i Malmö och i SM-finalen på samma distans blev det ett fint Brons. Julia tog även JSM-brons på 50m bröstsim innan det var dags att ge sig av med landslaget till EJM i Kazan, Ryssland.

Magdalena Hagsten Skarda simmade till sig B-finalsimningar på 200m ryggsim både i Malmö och Eskilstuna.

Guldmedalj till Örebro simallians under SM-veckan - ska fira vid frukostbuffén: "Kommer parkera mig vid våffelmaskinen"



Representerade simmare på SM/JSM under året:

Jonathan Kling, Anton Svennberg, Julia Månsson, Magdalena Hagsten Skarda, Emma Cullberg (lag) och Josefine Nässén (lag).

SUM-SIM (Norrköping 50m & Umeå 25m)

Guld- och silvermedalj till Julia Månsson på SUM-SIM i Norrköping. Guld togs på 200m bröstsim och silver på 100m i samma simsätt.

Totalt hade vi 11 SUM-SIM kvalificerade under året varav 8 st individuellt.

Deltagare på Sum-Sim finaler under året 2019:

Adrijan Danqi (lag), Alma Mühr, Alina Umraeva, Anton Svennberg, Hannes Börjel (lag), Julia Månsson, Julia Pietsch, Josefine Nässén, Magdalena Hagsten Skarda, Oscar Wilhelmsson och Simon Baastad (lag).



Internationella mästerskap

ÖSA var representerade på 3 internationella mästerskap under 2019. Två stod Julia Månsson för och på det tredje var Rudolfs Stupans med.

Under EJM i Kazan, Ryssland 3–7 juli, simmade Julia Månsson till sig en semifinalsimning på 50m bröstsim där hon blev 12: a. I lagkappen över 4x100m medley kom det svenska laget 7:a i finalen där Julia simmade bröstsimsträckan. Övriga individuella lopp blev det en 19:e placering på 200m bröstsim samt en 17:e plats på 100m bröstsim.

Julia var även uttagen till Junior-VM som gick av stapeln i Budapest, Ungern 20-25 augusti. Där simmade hon 50, 100 och 200m bröstsim med placeringarna 18, 28 och 27.

Mellan den 25–31 augusti simmades VM för döva i Sao Paulo, Brasilien. Från ÖSA fanns Rudolfs Stupans på plats och representerade Lettland. Rudolfs bästa placering under mästerskapet blev en fin 8:e plats i finalen på 50m frisim. Rudolfs hade även fina simningar på 100m frisim och 100m fjärilsim där han satte nya svenska rekord för döva.



Egna simtävlingar 2019

2019 var ett intensivt arrangörsår inom simningen i ÖSA. Vi arrangerade 7 sanktionerade tävlingar.

4 maj genomförde vi Vårsimiaden på uppdrag av Mellansvenska Simförbundet. En tävling för distriktets yngre simmare upp till 13 år. För att ge även simmare som inte alltid kommer topp tre chans till att få ett pris, så fick att alla simmare som i sluttid hade 0 ett nyttpris som de fick välja från ett prisbord. Detta prisbord hade våra medlemmar skänkt nyttpriser till.

21–22 september genomförde vi Wadköpingdoppet för 53: a gången. Genom att vi till tävlingarna kunde använda 10 banor och köra på 10 banor kunde vi erbjuda många deltagare att starta. Trots detta höga deltagande så var vi tvungna att tacka nej till över 500 starter för att tävlingarna tidsmässigt inte skulle bli för utdragna. I stället för att premiera den bästa klubben så premierade vi i stället simmarna. Detta genom att de 6 bästa simmarna under tävlingen fick prispengar samt att vi två gånger per pass lottade ut ett pris till någon av simmarna som fått 0 i sluttid.

9–10 november arrangerade vi på uppdrag av Svenska Simförbundet Sum-Sim Regionfinal. Efter helgens starter var genomförda kunde vi glädjande konstatera att ÖSA kvalificerat sig till 5 simmare till finalerna av Sum-Sim riksfinal som simmades i Umeå.



Under året arrangerade vi också fyra interna tävlingar, våra viktiga Utmanaren och KM tävlingar där yngre simmare som kanske aldrig tävlat förut står på startpallarna sida vid sida med våra landslagssimmare. Och att se våra veteraner spänstig simma sina lopp kan göra vem som helst grön

av avundsjuka. Men häftigast av allt är nog ändå den peppring som alla simmare bildar innan första start och skriker ut vår ramsa så att väggarna på Gustavsvik nästan börjar dallra. Dessa tävlingar genomfördes under 2019 två gånger per termin. Med över 120 simmare per tävling visar det på vilken bredd det är i föreningen.

Klubbmästare 2019

Sprint-KM

Herrar

13 oy (2006 och senare)

Emil Jörstad – 1948
Simon Bergane – 446
Olle Urelid – 240

14-16 år (2005-2003)

August Jansson – 2805
Nathaniel Miles – 2784
Axel Skoglund - 2246

17 oä (2002 och tidigare)

Oscar Wilhelmsson – 4419
Adrijan Danqi – 4412
Rudolfs Stupans – 4272

Damer

13 oy (2006 och senare)

Ellen Jörstad – 2556
Tilde Rilvén – 2408
Meja Wernersson - 2400

14-16 år (2005-2003)

Magdalena Hagsten Skarda - 4887
Josefina Näsén – 4447
Alma Mühr – 4183

17 oä (2002 och tidigare)

Ingen deltagande!

Total Sprintmästare, oavsett kön eller åldersklass

Magdalena Hagsten Skarda – 4887 poäng

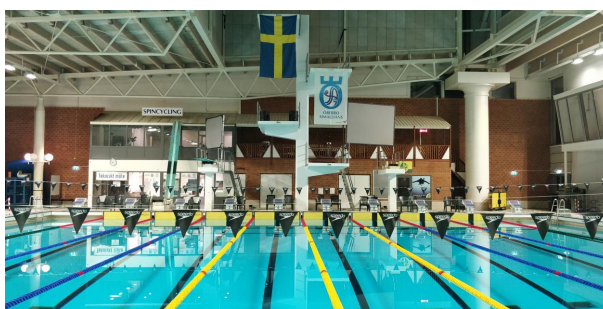
Distans-KM totalt

Herrar

Oscar Wilhelmsson - 3405

Damer

Magdalena Hagsten Skarda – 3745



Lucia 2020

Ellen Jörstad, totalsegrare i Distans-KM samt Sprint-KM flickor 13 år och yngre

Simhopp

Träningsverksamhet

Simhoppet har bedrivit verksamheten enligt svensk simhoppsslinje. Vi erbjuder träning för barn i alla åldrar och med alla olika ambitionsnivåer.

Under vårterminen hade vi 35 hoppare. Efter sommaren tackade vi av två av våra fantastiska tränare, vilket innebar en del förändringar. Under höstterminen hade vi omkring 20 aktiva. Till vår stora tacksamhet kom två "gamla" tränare tillbaka och vi stod därför återigen med en stark tränartrupp.

Tävlingar

Under våren deltog vi i Rikstävlingen, en tävling som genomförs i tre delar på hemmaplan där resultatet sammanställs nationellt och på så sätt blir det en tävling för hela Sverige. ÖSA hade hela 19 deltagare och vi är glada att så många vill prova på att tävla! Bästa placering efter den totala sammanställningen nådde på flicksidan Frida Erson som i E-klass 1m kom på första plats, och på pojksidan Max Sandin som i nybörjarklass 3m kom på andra plats.

I april var det Riksfinal i Stockholm och ÖSA hade två peppade hoppare som deltog i E-klassen på både 1 och 3m. Sally och Ellen gjorde mycket bra ifrån sig och kom hem med var sin silver- respektive bronsmedalj, från tremeterstävlingen.

Läger och utbildningar

På sommarlovet arrangerade ÖSA för första gången ett eget läger. Lägre initierades av simhoppskommittén och genomfördes med hjälp av tränarnas och föräldrarnas engagemang. Det var en varm och fartfylld lägerdag med träning både i vattnet, på land och utom hus, lekar och utmaningar och ett avslutande besök på JUMP.

Det årliga breddlägret i Karlskoga gick av stapeln i augusti och ÖSA hade fyra hoppare och en tränare på plats, som under fem dagar fick lära känna och träna tillsammans med hoppare och tränare från hela landet. Ett inspirerande och lärorikt läger för både hoppare och tränare.

Uppvisningar

ÖSA simhopp har visat upp sin verksamhet både på det traditionsenliga juldoppet och vid pausen under Sum-Sim regionsfinal. Vi hoppas detta bidrar till att väcka intresse för vår idrott!

Nästa verksamhetsår

Med de stundande OS-spelen och en stor nyfikenhet för simhopp hoppas vi att under kommande verksamhetsår få välkomna många nya hoppare till oss. Vi hoppas kunna bygga upp en trygg och stabil verksamhet, för att kunna nå ett mer långsiktigt mål att ha flera hoppare som deltar vid flera nationella tävlingar.

Felicia Speychal, simhoppstränare och kommittéordförande ÖSA simhopp



Parasimning

Parasimmet har under 2019, liksom 2018 ökat, många nya har sökt sig till föreningen, vilket är väldigt roligt. Träningen bedrivs främst på Hagabadet, men även på Gustavsvik och på Eyrabadet (Bläckfisken). Flera av våra parasimmare tränar även integrerat tillsammans med övriga träningsgrupper.



Tävlingar

Man har under året varit med på paratävlingarna Malmö Open, Riksmästerskapen, Solen Sim samt SM.

För tredje året i rad avgjordes Svenska Mästerskapen i samband med SM-veckan, i år i Malmö. Man simmade försöken integrerat med övriga simmare, men man hade egna finaler och där använde man sig av 1000 poängssystemet. Det betyder att alla klasser simmar tillsammans och mot varandra, men man utgår från respektive klassvärldsrekord.

SM guld

ÖSA hade 3 kvalade med på tävlingen. Alla simmade otroligt bra och presterade på topp. Albin Oscarsson var den som stod för årets medaljskörd med guld på 50 bröstsim och silver på dubbla distansen. Deltagare och kvalade simmare på SM var Anton Daggert, Albin Oscarsson och Isabelle Hocanin.

Roligaste av allt, förutom medaljerna och framgångarna är att se att hur alla deltagare, både med och utan funktionsvariation är på SM som ett lag och man firar alla framgångar tillsammans och stöttar om någon är i behov av det.



Svenska rekord

Under året slog våra simmare till med att slå två svenska rekord:

SB14	200m Bröstsimm	Daggert, Anton	Örebro SA	03:28.53	2019-03-30	Västerås
SM6	200m Medley	Oscarsson, Albin	Örebro SA	04:18.49	2019-07-02	Malmö

Vårt mål är att vår parasimning skall fortsätta utvecklas och växa, att fler skall simma integrerat med övriga grupper och att fler skall åka på tävlingar och ha roligt.

Under 2019 deltog vi, när Örebro parasportsförbund vid två tillfällen arrangerade Parasportens dag. Två lyckade tillfällen som resulterade i att vi fick nya medlemmar.

Klubbmästare 2019

Anton Daggert

Lisa Ekstrand

Jenny Cederlind, ansvarig på parasimning

Öppet vatten

Om 2018 var ett år vi kommer att komma ihåg som ett år med fantastiskt väder och varma vatten, så kanske vi försöker att glömma vädret under 2019. Tur att det ej är vädret vi fokuserar på utan vad vi gör i vattnet, hur kul vi har tillsammans och vilka framgångar våra aktiva skördar, både resultatmässigt men även hur många vi faktiskt är som vill träna öppet vatten.

Under sommaren tränade man mestadels i Ånnaboda och under vår och höst inomhus på Gustavsvik tillsammans med Mastersgruppen. Förutom ledarledd träning kontaktade medlemmarna varandra och tränade tillsammans under hela sommaren. Målet för många var SM, men förutom SM deltog flera på Svenska Simförbundets Open Water Trophy runt om i Sverige samt Vansbrosimningen med flera framskjutna placeringar.

SM/JSM, Ungdoms-SM samt Masters SM

SM i öppet vatten avgjordes i Göteborg och Delsjön den 17-18:e augusti.

1 guld och 1 silver

Nyhet från 2019 var att det simrades en mixed-lagkapp över 4*1250 meter. Göteborg/Delsjön bjöd på regn, blåst och vågor, så att det var svårt att navigera. Men ett roligt äventyr och bra uppladdning inför de individuella starterna dagen efter. I laget simmade Anton Wallin, Peter Norrmén, Birgitta Gustafsson och Lisa Hjalmarsson.

ÖSA hade 5 deltagare med och samtliga simmade riktigt bra! Bäst gick det för Peter Norrmén som simmade till sig ett guld i åldersklassen 55–59 år. Birgitta Gustafsson simmandes i samma åldersklass simmade till sig ett silver, Andreas Rilvén och Lisa Hjalmarsson simmade även de riktigt bra och placerade sig på en 4:e respektive 5:e plats. Ovan nämnda simmade i Masters klassen och simmade 2500 meter.

Anton Wallin simmade junior-SM och 5000 meter och kom in på en snygg 9:e plats.

Vidösternsimmet 21 KM

Anton Wallin radade under sommaren upp en massa fina resultat plats och slutade på en 3:e plats totalt i Open Water Trophy och vann även det prestigefyllda och långa loppet Vidösternsimmet som är 21 kilometer långt för andra året i rad.

Jenny Cederlind, ansvarig för Öppet Vatten



Total Immersion/vuxen crawl(TI) samt vuxengrupper

Under 2019 har vi fortsatt att köra flertalet grupper för de som vill lära sig crawla samt för de som vill utveckla och förbättra sitt crawl. Vi har under vår- och höstterminen haft igång både nybörjargrupper och fortsättningsgrupper.

Det är främst våra nybörjarkurser som bokas snabbt och det gäller att vara ute i god tid om man önskar få en plats.

Vi har även kört nybörjarkurser för vuxna på Hagabadet, som först och främst önskar lära sig vattenvana. Även dessa grupper är mycket uppskattade och man måste boka sin plats snabbt, när vi släpper platserna till dessa grupper.

Jenny Cederlind, ansvarig Total Immersion

Vattenpolo

Under 2019 startade vi upp vattenpolo, både i Simidrottsskola men även en helt ny grupp. Vi fick hjälp av Svensk Simidrott att utbilda ledare och genom detta projekt fick vi en ny ledare, som hjälpte till under våren 2019. Vi hade prova på tillfälle och var på Idrottens dag på Marieberg köpcentrum och visade upp samt pratade om vår nystartade verksamhet. Vi kämpar fortfarande på och jobbar på att få fler medlemmar i verksamheten. Med hjälp av Bergslagslyftet och Idrottslyft har vi kunnat köpa in ny utrustning samt hålla ner kostnaderna. Flera simgrupper samt konstsimmare har under året fått testa på vattenpolo. Målet är att under 2020 öka antalet spelare och få testa på att tillsammans med andra föreningar få köra några matcher.



Idrottslyftet

Under 2019 har vi med hjälp av idrottslyftet kunnat fortsätta utbilda många ledare inom respektive idrott. Med hjälp av Idrottslyftet har vi kunnat tillsammans med SISU och Svensk Simidrott kunnat köpa in utrustning för att kunna öka rörelseglädjen bland våra aktiva samt utbilda våra ledare i rörelseglädje och vad det innebär, börjat ta fram ett testbatteri för att utveckla våra aktiva och lättare kunna följa deras utveckling. Utbildat våra ledare i HLR, haft hjälp av medlemmar i de olika disciplinerna för att utvärdera vår verksamhet, startat upp ny verksamhet (Bläckfisken och vattenpolo) och mycket mer.



Tack!

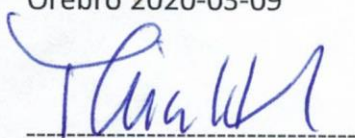
Styrelsen för Örebro Simallians vill tacka moderföreningarna Örebro Simsällskap och Karlslunds IF/ Simning för dess värdefulla stöd, kommittéer, tränare, simlärare, och alla funktionärer för ett gott samarbete under året.

Styrelsen vill rikta ett varmt tack till Örebro kommun, Kultur och Fritid, Örebro Föreningsråd, Gustavsvik Resort AB samt badpersonal på samtliga badanläggningar där verksamhet bedrivits under året.

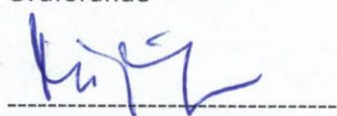
Vår samarbetspartner i utbildningsfrågor RF-SISU Örebro län med vår kontaktperson Malin Nilsson Deck.

Örebro Simallians Styrelse 2019

Örebro 2020-03-09



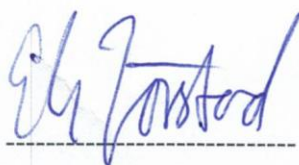
Maria Haglund
Ordförande



Mia Frännfors
Sekreterare



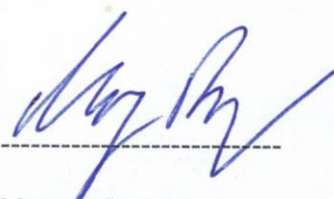
Mattias Svennberg
Ledamot



Erik Jörstad
Vice ordförande



Ann Speychal
Ledamot



Magnus Bergane
Kassör



Maria Hagsten Skarda
Ledamot