

KSLS

Nyhetsbrev



Kristianstads Sim- och
Livräddningssällskap

Årgång 2025, utgåva 3
2025-09-24

Tillsammans skapar vi framgång – tack för ert ovärderliga engagemang!

Först och främst – ett varmt och innerligt tack till alla er ideella krafter, funktionärer, ledare och anställda som varje dag bidrar till att göra Kristianstads Sim- och Livräddningssällskap till den fantastiska förening vi är. Det är ert engagemang som bygger vår gemenskap och driver vår Vi-tillsammans-anda framåt.

Det är lätt att underskatta den enorma insats som så många av er gör – ofta i det tysta, men alltid med hjärtat fullt av föreningskärlek. Sedan vårt senaste nyhetsbrev har vi sett flera lysande exempel på detta:

- KSLS-lotten blev en strålande succé
- Våra hemmatävlingar får toppbetyg
- Sociala medier hanteras med stor fingertoppskänsla
- Trygghetsvandringar genomförs med engagemang
- Över 60 personer har

rekryterats till vårt nya projekt Idrottsklivet.

Listan är lång – och imponerande. Men vi står inte still. För att fortsätta växa och utvecklas behöver vi hela tiden blicka framåt.

Om du känner att du vill vara med och bidra – stort som smått – tveka inte att höra av dig till någon av våra sektioner, skicka ett mejl till kansliet eller kom förbi på en kopp kaffe. Alla behövs, och alla kan göra skillnad.

Medan våra verksamheter, sektioner, aktiva, anställda och ideella fokuserar på att leverera trygg, kvalitativ och inspirerande verksamhet, fortsätter styrelsen sitt arbete med fyra prioriterade utvecklingsområden:

1. Att engagera fler – både aktiva och ideella – för att minska behovet av externa tjänster och samtidigt öka intäkterna.
2. Att göra simidrotten mer publikvänlig och lättare för ideella att delta i – vilket stärker både intresse och partnerrelationer.

3. Att hitta lösningar på den konkurrens från Kristianstads kommun som upplevs som snedvriden och hämmande.

4. Att sänka kostnader utan att tumma på kvaliteten.

Under hösten lanserar vi vår första utvärderingsenkät – ett viktigt verktyg för att tillsammans forma framtidens KSLS.

Avslutningsvis – ett stort och varmt tack till alla er som bidrar, i det lilla och det stora, i det synliga och det osynliga. Det är Vi Tillsammans som skapar Framgång via vatten.

Anders Wendel,
Ordförande



Foto: KSLS

Simskolan

Höstens simskola är i full gång och det är fantastiskt att se så många duktiga och nyfikna barn i bassängen. Engagemanget är stort, både hos dem och deras vårdnadshavare som stolt följer sina barns utveckling. Barnen har roligt tillsammans och är motiverade till att lära sig simma. Varje vecka fylls simhallen av glada skratt, koncentrerade ansikten och stolta leenden när nya färdigheter faller på plats. Oavsett om det gäller att

ta sina första simtag eller finslipa tekniken, möter våra simskolelever varje utmaning med mod och glädje.

Våra erfarna simlärare ser till att alla barn får individuell stöttning och uppmuntran i sin takt. Tillsammans skapar vi en trygg och positiv miljö där barnen får växa både som simmare och som individer.

Vi ser fram emot en fortsatt härlig termin fylld med lärande, rörelse och gemenskap i vattnet!



Foto: KSLS

Simning

Innan sommarledigheten avslutade vi säsongen med Färsingadoppet, Sjöbo samt SM/JSM, Norrköping där Gabriel E, Vincent J och Jacob O deltog och kammade hem medaljer.

USM gick i Halmstad, där Ella T, Thyra H, Emilia S, Vicky L, Lee S, Noah Ed, William H, Johan M, Oscar T, Kaj S, Ludwig L och Pedro J.S. deltog.

U23 i juni i Samorin, Slovakien

och Olivia K.I. tävlade för Sverige på 50, 100 och 200 br. I juli gick junior-EM i Samorin, Slovakien där Vicky L. tävlade för Sverige på 50 och 100 br.

Säsongen inleddes med hemmatävlingen "Malsten Swim Meet". Näst på tur står säsongens första KSLS CUP, Ica supermarket Cup i Osby och Speedo Swim Meet i Helsingborg.



Foto: KSLS

Masters

Masters-gänget är i full träning inför nästa tävling, nordiska Masters-mästerskapen, som går första gången i Estland. Vi blir fyra tjejer som reser till Tallin 9-12 oktober. Utöver de individuella sträckorna får vi möjlighet att tävla i lagkapperna 4x50 frisim och 4x50 medley. Vi ser verkligen fram emot tävlingen! Det är bra för träningsfliten att anmäla sig till en tävling och ha som ett mål för sin träning.

Nu har även planeringen för Masters-SM i Kristianstad kommit igång! 15-17 maj 2026 går det av stapeln på Badriket! Boka in Kristi himmelsfärdshelgen i era kalendrar redan nu för detta är ett viktigt arrangemang för klubben och vi kommer att behöva hjälpas åt med att ställa upp som funktionärer och arrangemanget som helhet. Vi tillsammans!



Foto: KSLS

Konstsim

Om du är ute efter en rolig, omväxlande och allsidig träning med övningar både på land och i vatten då kan du börja träna konstsim med oss. Vi har platser kvar.

Konstsim är både en individuell idrott och en lagidrott.

Konstsim kan beskrivas som tre idrotter i en, gymnastik, dans och simning. Du tränar allt från kondition till spänst, snabbhet,

koordination, vighet, smidighet, styrka, hållning, balans, koncentration, motivation, självförtroende och inte minst mod.

Konstsim kan alla träna, pojkar som flickor, ung som gammal. Hos oss finns inga krav på tävlande utan det viktigaste är glädjen till rörelse.

Du behöver dock klara av simkunighetskraven på 200 meter varav 50 på rygg.



Foto: KSLS

Parasim

Para verksamheten fortsätter som tidigare med tre olika nivåer. Ena gruppen med mindre barn där vi tillsammans med föräldrarna försöker hitta lösningar mot bättre vattenvana och bekvämlighet i vattnet. De andra grupperna är mer inriktade mot simning och tävling. Vi har nu tre ungdomssimmare som aktivt deltar i olika tävlingar.

Vår tävlingsparasimmare Agathe L deltog på vår hemma tävling "Malmsten Swim Meet" och simmade 50 m bröstsim. Camilla L ska vara med på Sundsvall Parasim Cup den 20-21 september.

Blickar vi framåt satsar tjejerna även mot Para-SM/RM som går 24-26 oktober i Åkeshov Sim- & Idrottshall.



Foto: KSLS

Simhopp

Nu är vi äntligen igång med simhoppsträningen efter ett långt sommarlov. Tre av våra tjejer tjuvstartade säsongen med ett inspirationsläger i Katrineholm under 4 dagar i augusti. På lägret tränade vi på nya hopp samt träffade flera nya simhoppskompisar från hela vårt land. Betyget var 10 av 10 och redan nu ser vi fram emot nästa års läger.

Nytt för denna terminen är att vi har 2 olika grupper, simhoppsskolan och tävlingsgrupp gul. Intresset har varit stort och simhoppsskolan är nu fullsatt. De tränar 1 gång i veckan och vår tävlingsgrupp har utökat till 2 gånger per vecka.

Vi ser fram emot en roligt hösttermin tillsammans med simhopparna!



Foto: KSLS

Tävlingssektionen

Även i år sken solen när vi arrangerade vårt aquathlon Helge River Meet den 5 augusti.

KSLS behöver som många andra klubbar utöka antalet utbildade funktionärer, så den 17 augusti hölls utbildning för 10 blivande funktionärer. De flesta blivande funktionärerna gjorde sin praktik den 30 augusti när KSLS tillsammans med SS Delfin anordnade terminens första tävling

utomhus i Åhus på Kantarellbadet. Simmare från KSLS, SS Delfin och Lönsboda deltog.

Den 12-14 september arrangerades Malmsten Swim Meet. I år hade vi 300 fler starter än förra året. Antalet klubbar ökade från 7 deltagande klubbar till 12 deltagande klubbar, KSLS inräknat. Under tävlingen fick vi se många fina simningar och otroligt fina tider trots att det är tidigt på säsongen.



Foto: KSLS

Föräldrasektionen

Under Helge River Meet ordnade vi fika till funktionärer och dricka till deltagarna samt lottförsäljning. Lika så på Åhus Swim Meet och Malmsten Swim Meet där vi även drev vi kioskförsäljning. Och under Meter-sim delade vi ut goda äppelbitar till alla duktiga simmare som deltog.

I samarbete med Länsförsäkringar har sju stycken trygghetsvandringar genomförts under sommaren.

Ksks-lotten såldes under hela sommaren och den 30 augusti drogs de lyckliga vinnarna.

Först ut av höstens försäljningar Newbody som pågår för full.



Foto: KSLS

Helge River Meet

Vårt aquathlon, Helge River Meet med vuxen- och ungdomsklasser, en paraklass samt två stafettklasser som riktar sig till företag och föreningar, firade i år 5-årsjubileum. Tävlingen genomförs mitt i vårt vackra och natursköna Kristianstad och dess vattenrike.

Ambitionen är att arrangera ett naturskönt motionslopp där vi bidrar till en levande stadskärna. Vi välkomnar nybörjare,

motionärer och eliten! Lopet är ett utmärkt tillfälle för företag som vill uppmuntra sina anställda till motion och rörelse.

Segrare 2025

Peter Karlsson - Herrklassen
Klara Willkocks Kjellgren - Damklassen
William Hein - Pojkklassen
Alicia Dahlerus - Flickklassen
Kardelen, LovelyLinnen - Företagsklassen
KSLS, Lag The Kings - Föreningsklassen

***Boka in den
4 augusti 2026***



Foto: KSLS

Morgonbadarna

Morgonbadarna inledde höstsäsongen 2025 lördagen den 23 augusti och har sedan dess genomfört sedvanlig träning med simpass och vattenpoloträning varje lördag. Tyvärr har vi förlorat vår mångårige administratör och kontaktperson, Jan Glantz, som gick bort i början av augusti månad, efter en längre tids sjukdom. Jan var en hängiven KSLS:are, som alltid varit klubben trogen, sedan sin tid som simmare under 1960 och-70 talen. Han var under flera år klubbens kassör, då hans egna barn var aktiva i klubben. Till Morgonbadarna kom Jan redan under 1970-talet och har varit verksamheten trogen sedan dess, det vill säga i mer än 50 år. Jan var mycket omtyckt, han var en god vän och är mycket saknad av oss som kände honom väl.

Jans bortgång gör att vi för närvarande håller på att

stuvsa om lite i organisationen kring gruppen. Tills vidare är Sonny Modig kontaktperson i frågor som rör gruppens verksamhet.

Morgonbadarna, som i "sina glansdagar" organiserade mellan 30 och 40 polosugna "äldre män", vanligtvis med simmarbakgrund, har successivt krympt i antal (men inte självklart i volym...) och räknar för närvarande bara med 9-10 medlemmar HT2025. Ambitionen är dock att öka med några till, för att få ihop minst två fulla pololag (12-14 personer), vilket givetvis kommer att göra lördagsövningarna både roligare och nyttigare.

Om någon känner sig lockad att pröva på lite vattenpolo anpassad för lite äldre herrar så får ni gärna höra av er till Sonny. För att passa in bland morgonbadarna bör man ha hyfsat god vatten- och boll-

vana, kunna ta (och ge!) en och annan "doppning" och lite "tacklingar" i (och under) vattnet, samt helst vara +50 år gammal. Dessutom behöver man tycka om att avsluta träningen med traditionsenlig fika på Duvanders Café i staden. Träningen börjar ca 07:00 på lördagsmorgnarna, med insläpp från ca 06:45. Vi går in genom klubbingången, byter om i Motion Herrar och håller till i motionsbasängen.



Foto: KSLS



Morgonbadarna i Tivolibadet juni 2022 Foto: KSLS

Preliminär kalender

September

27-28 ICA Supermarket, Osby

Oktober

18-19 Speedo Swim Meet, Helsingborg

24-25 24-timmarssim

24-26 Para SM/RM, Stockholm

November

1-2 Novembersim, Eslöv

7-9 Nationellt GP, Stockholm, (kvaltävling)

8-9 DM i kortbana, Kristianstad (kvalade)

18 KSLS Cupen

22-23 USM Region, Ystad

29 Simiaden

29-30 Seriesim del 3

December

6-7 Adventsdoppet, Sjöbo

10-14 SM/U21SM, Eskilstuna, (kvalade)

12-14 Speedo KVIK Open, Kastrup (premiär)

20-21 Sim a Lund, Lund



Foto: KSLS



Foto: KSLS



Foto: KSLS



Foto: KSLS

Kristianstads Sim- och Livräddningssällskap

Stridsvagnsvägen 16
291 39 Kristianstad
Adressrad 4

Telefon: 044-21 75 02 ; 070-53 35 295

E-post: kansli@ksls.se



KSLS - Framgång via vatten

Oavsett hur vattenvana du är så är du varmt välkommen till vår förening. Vi erbjuder kurser från de alla minsta som ska lära sig att vara trygga i vattnet till vuxna som vill lära sig crawla. Hos oss har du möjlighet att välja bland flera simidrotter. Vi har något för alla, från baby till senior!

KSLS bildades 1928 och på den tiden simmade man i Helge Å. Nu för tiden håller vi mest till på Kristianstads Badrike.

Tack för att ni stöttar oss

