

# SPÅRVÄGEN SIMFÖRENING VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2020

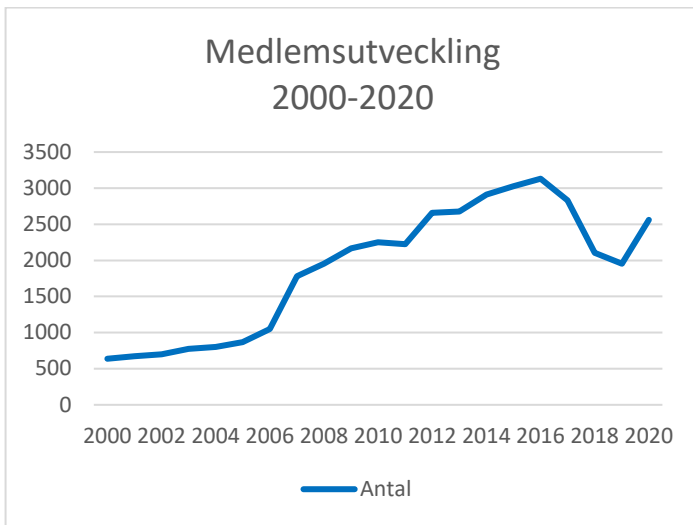


*Håller avstånd på Järvabadet*

## Innehållsförteckning

MEDLEMMAR .....	3
RESULTATUTVECKLING.....	3
STYRELSE .....	3
PERSONAL .....	3
UPPDRAG.....	4
STRATEGI 2025.....	4
CORONAÅRET 2020.....	4
UTBILDNING .....	4
LEDARUTBILDNING.....	4
FUNKTIONÄRSUTBILDNING.....	5
PARASIM.....	5
SIMKUNNIGHET.....	5
SKOLSIM .....	5
SIMUNDERVISNING FÖR FÖRSKOLEBARN.....	5
LOVVERKSAMHET .....	6
SOMMARSIMSKOLA ÅKESHOV.....	6
SIMSKOLA EKERÖ .....	6
SIMSKOLA JÄRVABADET .....	6
TRÄNING OCH HÄLSA.....	6
TRÄNINGSGRUPPER .....	6
VUXENVERKSAMHETEN .....	6
TÄVLINGSVERKSAMHETEN.....	6
GENOMFÖRDA LÄGER.....	7
REKORD .....	8
LANDSLAGSUPPDRAG .....	8
KLUBBMÄSTARE .....	8
MÄSTERSKAPSMEDALJER.....	8
KLUBBREKORD.....	8
ARRANGEMANG.....	8
GENOMFÖRDA ARRANGEMANG.....	9
EXTRA ARRANGEMANG PÅ GRUND AV PANDEMIN .....	9
INSTÄLLDA/UPPSKJUTNA ARRANGEMANG .....	9
ÅRSFEST .....	9

## MEDLEMMAR



## RESULTATUTVECKLING

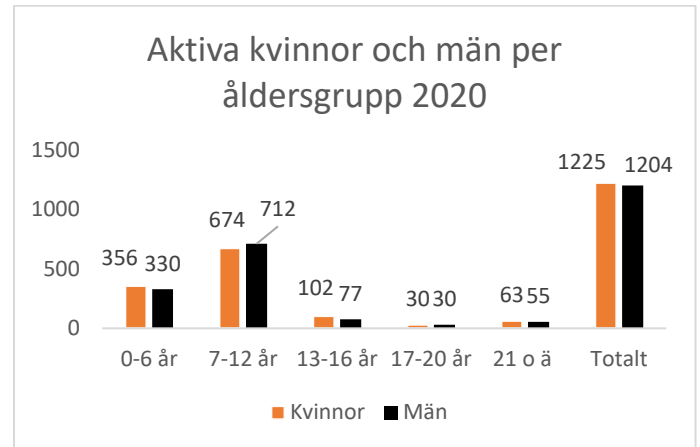
Spårvägen Simförening är en ideell förening som bedriver simidrottsverksamhet för alla nivåer. Vi bedriver både tränings och tävlingsverksamhet, från lustfylld Sim & Lek för de minsta barnen till kurser i öppet vatten för vuxna, från den första tävlingen i Utmanaren till elitsimmarnas VM- och OS-satsning.

Spårvägen Simförening är en förening för alla där vi tillsammans utvecklar verksamheten för att skapa en livslång simidrott och för att vara en självklar samhällsaktör. I föreningen ges alla möjlighet till social och idrottslig utveckling. Vi värnar om den goda Spårvägenandan.

Under verksamhetsåret 2020 har föreningen haft 11 personer anställda med olika sysselsättningsgrad. I tränarstaben har det under året varit 60 tränare/ledare involverade i våra olika verksamhetsområden. Medlemsantalet under året uppgick till 2563 st vilket är en ökning jämfört med tidigare år (1955 st).

Föreningens intäkter och kostnader har minskat under 2020 jämfört med föregående verksamhetsår. Detta beror huvudsakligen på inställda arrangemang, läger, tävlingar och mästerskap till följd av coronapandemin.

Styrelsen ser med tillförsikt fram emot år 2021, då vår förhoppning är att föreningen under sportchefen Jonatan Wik ska fortsätta att utveckla verksamheten på ett positivt sätt inom alla våra områden och för vår personal.



## STYRELSE

Magnus Sundqvist, ordförande  
Stefan Lönngren, vice ordförande  
Erik Thunberg, sekreterare  
Magnus Persson, kassör  
Karin Styrman  
Sofia Malmring  
Kristina Alexanderson  
Yassin Arif  
Mattias Annas  
Karin Jameson

## PERSONAL

Under året har följande 1 personer varit anställda med olika sysselsättningsgrader.

Ali Adel Ali  
Julia Augustsson juni-augusti  
Jenny Gustavsson  
Karin Hellström  
Helena Larsson  
André Magnusson  
Eva Niehoff-Pros  
Emma Sundstedt juni-augusti  
Jonatan Wik  
Tomas Wikland  
David Zuidwijk

## UPPDRAG

- Spårvägens alliansförenings styrelse Ensio Andersson, ledamot.
- Svensk Elitsimnings styrelse Martina Aronsson ordförande t.o.m. 25/9 och Jonatan Wik, ledamot t.o.m. 25/9, ordförande fr.o.m. 25/9.
- Stockholms simförbund Titti Höjden, ordförande

## STRATEGI 2025

År 2020 har helt och hållet varit fokuserat på pandemin och dess konsekvenser. Några direkta förändringsarbeten har därmed inte genomförts.

Däremot är de övergripande målen väl förankrade och genomsyrar verksamheten i allt som vi gör. Ett exempel är genomförande av simskolan på Järvabadet som ett första steg i ett långsiktigt arbete mot att etablera verksamhet i Tensta för barn i Järvaområdet.

## CORONAÅRET 2020

Onsdag den 11 mars 2020 hölls årsmöte på kansliet i Vällingby. Samma dag kom de första politiska beskederna om restriktioner och kompensationer, i syfte att hindra smittspridningen. Efter det har året varit en berg- och dalbana med nya restriktioner följt av vissa lättnader för att sedan stramas åt igen. Det har varit tvära kast där vi snabbt behövt ställa om. Spårvägens inställning har från dag ett varit att ta situationen på allvar och göra det allra bästa för att motverka smittspridning och efterleva de restriktioner och rekommendationer som påbjudits.

Alla aktiva, ledare och föräldrar har påverkats. Allra mest har dock våra tävlingssimmare drabbats genom att alla planerade tävlingar ställts in. Vissa perioder har framför allt de äldsta simmarna inte heller kunnat träna. Tränarna har med framgång gjort sitt bästa för att uppfinna nya sätt att träna och kommunicera, vilket säkert kan komma väl till pass även fortsättningsvis. För att i någon mån kompensera inställda tävlingar har vi genomfört några interna tävlingsliknande arrangemang inom ramen för de restriktioner som gällt.

En stor och viktig del av föreningsarbetet består av möten i olika former och med olika målgrupper. Under året har i stort sett bara digitala möten genomförts vilket passar

vissa möten bättre än andra. I några fall har det inneburit fler mötesdeltagare än vad vi annars brukar ha. Även om de flesta nog är glada när vi kan återgå till fysiska möten har vi lärt oss att även digitala möten är en fungerande form.



*Digitalt föräldramöte*

Tack vare professionell hantering och en positiv inställning har föreningen så här långt klarat sig förhållandevis bra genom pandemin såväl verksamhetsmässigt som ekonomiskt.

## UTBILDNING

### LEDARUTBILDNING

I likhet med övrig verksamhet har en hel del utbildningar blivit inställda. De utbildningar som genomförts har till största delen varit digitala.

#### **Interna utbildningar:**

*HLR:* två kurser genomfördes i februari och mars med Lina Falk-Wik som kursledare. Totalt 11 deltagare.

#### **Externa utbildningar:**

*WADC 9-12/1, Lund:* Tomas Wikland

*Grundutbildning för tränare:* Andres Mosos, Melisa Karabiyik, Selin Cifci

*Simidrottsledare:* Andres Mosos, Daniel Morota

*SI 12-17 år okt-jan:* Ali Adel Ali, Stefan Lönngren, André Magnusson

*Licenskurs Kort- och långsiktig planering:* 24-25/10, Malmö, Tomas Wikland



*Fortsättningsutbildning för tränare:* Helena Bengtsson, Jenny Gustavsson

*Idrottens ledarskaps- och managementprogram:* Jonatan Wik

## FUNKTIONÄRSUTBILDNING

*Tävlingsfunktionärsutbildning 22-23 januari, 11 deltagare*

*Speakerutbildning 7-8/3, Malmö:* Kristina Alexanderson

*Tävlingsfunktionärsutbildning 12-13/8, digital:* Arvid Styrman, Michaela Brolin

*Distriktsfunktionärskurs 12/9:* Kristina Geaney, Katarina Holmberg, Anna Johansson, Leif Östling

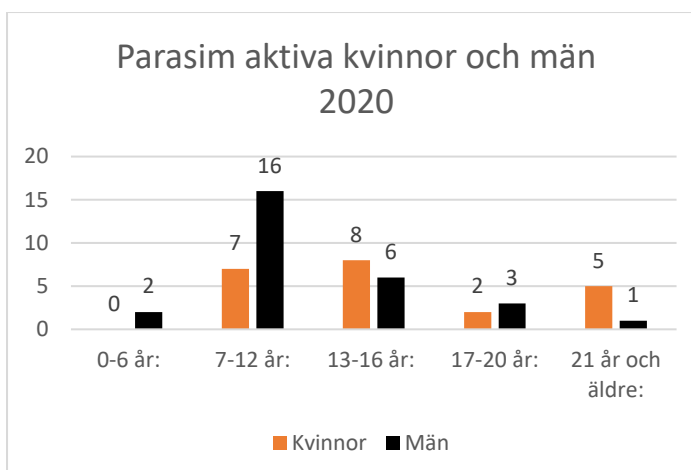
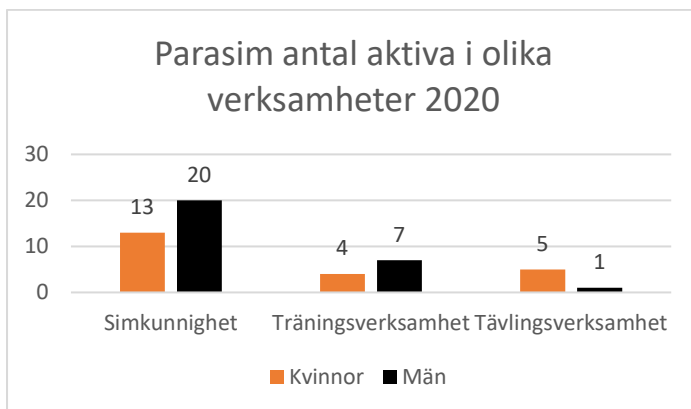
*WinGrodan 2 total, digital:* Ali Adel Ali, Karin Hellström

*Ares tidtagning, digital:* Ali Adel Ali

*WinGrodan 2 under tävling, digital:* Ali Adel Ali

## PARASIM

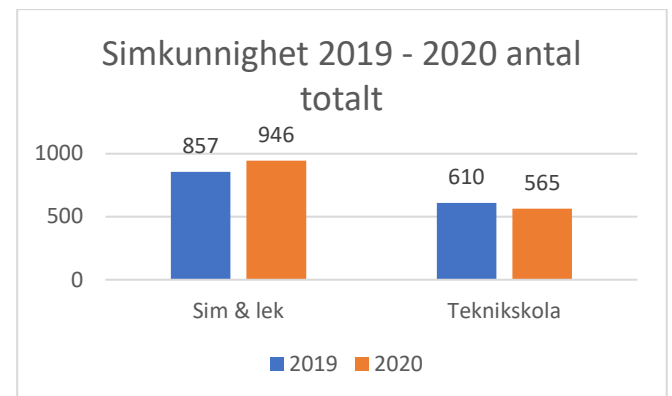
Parasim bedrivs inom ramen för alla tre verksamhetsområden och redovisas under respektive område. Parasim bedrivs i Beckomberga simhall och Nälstabadet. Under 2020 har 50 medlemmar deltagit i någon av våra parasimverksamheter.



## SIMKUNNIGHET

Simkunnighetsverksamheten har bedrivits i Vällingby simhall, Spångabadet, Beckomberga simhall, Åkeshovs sim- och idrottshall samt Nälstabadet. I och med återöppning av Spångabadet efter renovering har simkunnigheten till stor del förlagts där och Nälstabadet används framför allt till tävlingsverksamheten.

Trots flera olika beslut om rekommendationer och restriktioner som påverkat verksamheten har simkunnigheten varit den verksamhet som påverkats minst av pandemin. Tack vare att vi tidigt anpassade gruppstorlek och antal parallella grupper har vi lyckats undvika att göra större förändringar under terminen.



Tidigare år har vi efter ordinarie vårtermin genomfört en intensivsimskola i maj. Deltagarantalet i intensivsimskolan har sjunkit år från år. Därför beslutades prova att i stället genomföra en andra kortare termin. Vårterminen blev därför uppdelad i termin 1 med 12 tillfällen och termin 2 med 8 tillfällen. Detta visade sig vara en mycket bra förändring. Sim&lek ökade från 2019 med nästan 100 barn medan teknikskolan minskade något.

## SKOLSIM

Även skolsimmet drabbades av pandemin men har genomförts i mindre omfattning och oregelbundet. Skolsim bedrivs dels i samarbete med Stockholms stad och dels i föreningens egen regi.

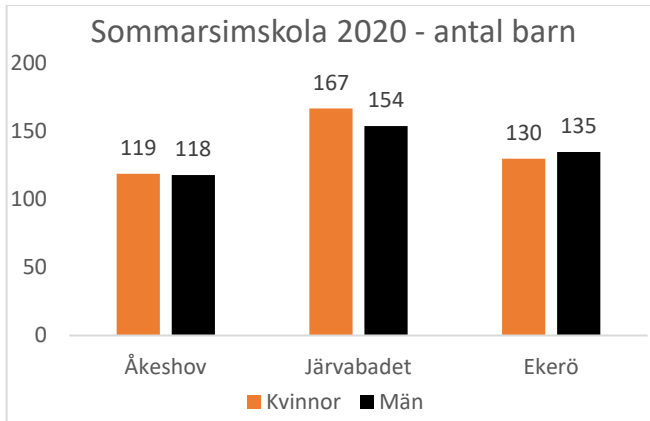
## SIMUNDERVISNING FÖR FÖRSKOLEBARN

Arbetet med att erbjuda kostnadsfri simundervisning för förskolor som startade 2010 i Tensta fortsatte under 2020. Detta tack vare finansiering av Simklubben H2Os stiftelse. Under 2020 har

verksamheten bedrivits i Tensta simhall och i Vällingby simhall med barn från Grimstaområdet.

## LOVERKSAMHET

På grund av pandemin har ingen kolloversksamhet genomförts. Sommarsimskola genomfördes i Åkeshov, Ekerö och Järvabadet. Totalt deltog 823 barn.



## SOMMARSIMSKOLA ÅKESHOV

Sommarsimskolan var förlagd till Åkeshovs simhall veckorna 25-29. Liksom tidigare år samarbetade vi med Svenska Bostäder, Familjebostäder och Stockholmshem. Samarbetet innebär att deras hyresgäster erbjuds simskola till reducerat pris och bostadsföretagen betalar mellanskillnaden.

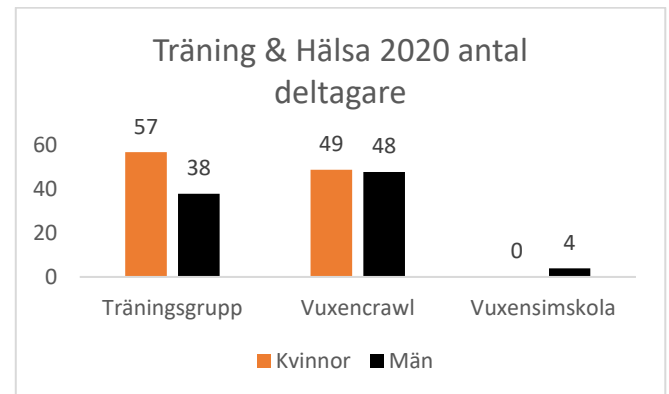
## SIMSKOLA EKERÖ

För första gången fick vi möjlighet att efter en vunnit upphandling bedriva simskola vid tre strandbad, Karlskär, Stockby och Lindhagen, i Ekerö kommun. Verksamheten genomfördes under veckorna 28-32.

## SIMSKOLA JÄRVABADET

Tillsammans med RF SISU Stockholm, Svenska Bostäder, Familjebostäder, Stockholmshem samt stiftelsen H2O genomfördes en satsning på simundervisning i det nya Järvabadet under fyra veckor, 26-29. Tack vare den ekonomiska stötningen erbjöds barn boende i Järvaområdet en veckas simundervisning för 100 kr. Intresset var enormt och grupperna var fulla. Det var tydligt att vi här nådde målgrupper som vi annars haft svårt att nå ut till. För föreningen är detta en långsiktig satsning och kommer att följas upp med ordinarie verksamhet i Tensta och förhoppningsvis även nästa sommar i Järvabadet.

## TRÄNING OCH HÄLSA



## TRÄNINGSGRUPPER

Simmarena i träningsgrupperna har simning som träningsform utan att ha fokus på tävling. Under 2020 har träningsverksamheten bedrivits i fyra åldersbaserade grupper varav en grupp riktad mot parasimmare.

## VUXENVERKSAMHETEN

Verksamheten har utgjorts av crawlkurser för nybörjare, fortsättning och avancerad samt simskola. På grund av pandemin och dess restriktioner samt försening av öppnandet av Nälstabadet i början av året har vuxenverksamheten i stort sett legat nere under året.

## TÄVLINGSVERKSAMHETEN

2020 har varit ett tufft och utmanande år för många av oss, inte minst för våra tävlingssimmare. Pandemin har inneburit minimalt med tävlingar men även träningsuppehåll i perioder. Framst är det våra tävlingssimmare i åldern 16-20 år som blivit drabbade.



Landträning i Hammarbybacken

Innan pandemin bröt ut hann Oliver Erneholm utses till totalsegrare på Ungdoms Grand Prix 2020 och 18 simmare från Ungdomsgruppen var på ett lyckat och soligt läger i Pafos på Cypern. Fem parasimmare deltog i Malmö Open 8-9 februari.

Vi fick fin uppmärksamhet i media med anledning av förändringen av tävlingsverksamheten i syfte att ge alla barn och ungdomar möjlighet att träna och tävla på sina villkor.

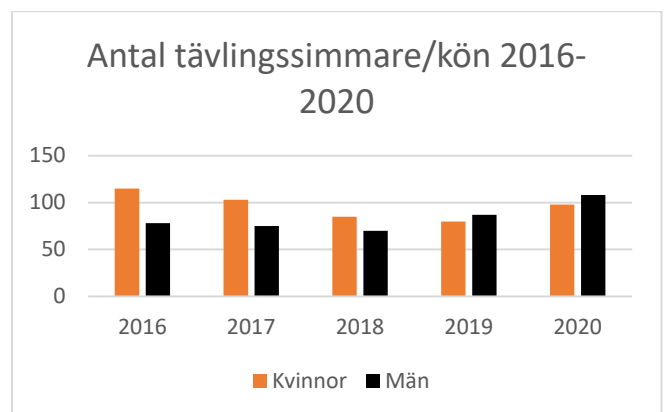
Sommarens SM/JSM/para-SM (50 m) ersattes av ett Riksmästerskap dit Sveriges simklubbar hade möjlighet att skicka resultat gjorda på hemmaplan. Vi arrangerade därför *Spårvägenmästerskapen* på Eriksdalsbadet 16-18 juni. Bland grenarna återfanns de något ovanliga distanserna 4x50 medley mixed och 4x50 frisim mixed där Spårvägen satte två svenska rekord.

Höstens SM/JSM (25 m) och para-SM (25 m) ställdes in med kort varsel. Även årets Sum-Sim (50 m) och Sum-Sim (25 m) ställdes in. Internationella mästerskap såsom OS (50 m) i Tokyo sköts upp ett år.

Trots detta gläds vi åt tre klubbrekord Michelle Coleman 50 fjärilsim (25 m), Robin Hanson 800 frisim (50 m) och Gustav Henriksen 200 ryggsim (50 m). Helena Fältman lyckades under året sätta tre svenska parasimsrekord i S10-klassen 200 ryggsim (50 m), 800 frisim (50 m), 1500 frisim (25 m). Därtill gjordes 22 resultat in på Spårvägens topp-5, vilket vittnar om att toppresultaten fanns där även om chanserna var få.

Michelle Coleman, en av totalt fyra svenskar blev uttagen till den penningstinna International Swimming League (ISL) som simrades under hösten i Budapest. Michelle representerade laget Toronto Titans och ställdes mot hårt internationellt motstånd under intensiva matcher.

Vi summerar alltså ett år där inget varit sig riktigt likt, vi har inte kunnat utöva vår idrott som vi har velat och som vi är vana vid. Vi har tvingats ställa in tävlingar och vi har fått hitta nya sätt att träna och att mäta vår utveckling och våra framgångar på.



Tävlingsgrupperna består av ca 30 fler simmare jämfört med förra året. Totalt är det 206 tävlingssimmare fördelat på 108 män och 98 kvinnor. En del av ökningen kan hänföras till den förändring av gruppindelning och inriktning som gjordes 2019 som inneburit att alla simmare som vill, ges möjlighet att delta i tävlingsgrupp.

## GENOMFÖRDA LÄGER

På grund av pandemin har den framtagna lägerplanen inte gått att följa under 2020. Tre läger har genomförts:

*Cypern 22-29 februari*, Ungdomsgruppen 18 simmare, 3 ledare.

*Vässarö 18-20 september*, kick-off för alla tävlingsgrupper, 80 simmare, 6 ledare..

*Simiadenkollo 3-6 augusti*, Åkeshov, 33 simmare, 6 ledare.



Läger Vässarö

## REKORD

### Svenska Rekord (25 m)

Helena Fältman 1500m frisim parasim S10, 21.25.66, 2020-10-23, Stockholm

### Svenska Rekord (50 m)

Helena Fältman 200m ryggsim parasim S10 3.00.44, 2020-05-14, Stockholm

Helena Fältman 800m frisim parasim S10, 11.29.29 20-06-18 Stockholm

4x50m medley mixed 1.57.97, 2020-06-18, Stockholm (Robin Hanson, Michelle Coleman, Emma Sundstedt och Isak Eliasson)

4x50m frisim mixed 1.38.47 2020-06-18, Stockholm (Gustav Henriksen, David Neuhardt, Alma Thunberg och Alina Färm)

## LANDSLAGSUPPDRAG

Inga uppdrag då internationella mästerskap såsom OS (50 m) i Tokyo sköts upp ett år.

## KLUBBMÄSTARE

På grund av pandemin genomfördes endast KM i Öppet vatten 2021. Detta under Riddarfjärdssimningen den 15 augusti.

### Öppet vatten

1609m

Damer: 2004 Emilia Wullrich

Flickor 13-15år: Alma Thunberg

Herrar: Oliver Erneholm

Pojkar 13-15 år: Carl Malm

3200m

Damer: Felicia Östlund

Herrar: Gustav Henriksen

Pojkar 13-15 år: Viktor Dahlberg

## MÄSTERSKAPSMEDALJER

### DM Öppet vatten (3200m)

GULD – Gustav Henriksen

BRONS - Felicia Östlund

På grund av pandemin genomfördes inte följande mästerskap:

SM/JSM/PARASIM-SM (50 m)

SM/JSM (25M)

SUM-SIM (50 m)

SUMSIM RIKS (25m)

DM (50m) Stockholm

DM (25 m) Stockholm

## KLUBBREKORD

### Damer 25-m bassäng:

Michelle Coleman 50m fjärilsim, 26.05 2020-10-25, Budapest

### Herrar 50-m bassäng:

Robin Hanson 800m frisim 8.26.13, 2020-02-14, Järfälla

Gustav Henriksen 200m ryggsim 2.04.20, 2020-06-17, Stockholm

### Mixed 50-m bassäng

4x50m medley mixed 1.57.97, 2020-06-18, Stockholm (Robin Hanson, Michelle Coleman, Emma Sundstedt och Isak Eliasson)

4x50m frisim mixed 1.38.47 2020-06-18, Stockholm (Gustav Henriksen, David Neuhardt, Alma Thunberg och Alina Färm)

## ARRANGEMANG

Ett normalt år hade föreningen varit involverade i en rad olika arrangemang, som huvudarrangör eller medarrangör. Det mesta har emellertid blivit inställt. För att i någon mån ge simmarna möjlighet att testa sina färdigheter har några extra tävlingar lagts in. Simmarna har även varit uppdelade så att restriktionerna kunnat hållas.



## GENOMFÖRDA ARRANGEMANG

*Utmanaren 1*, 16 februari, Vällingby  
*Tensta cup 1*, 20 februari, Tensta  
*Swim open mini*, 25-28 februari i Vällingby, Tensta,  
 Beckomberga, Sandsborg  
*Riddarfjärdssimningen*, 15 augusti  
*Tensta cup 2*, 14 maj, Nälstabadet  
*Tensta cup 3*, 17 september, Tensta



*Mixed lag, Spårvägenmästerskapen*

## EXTRA ARRANGEMANG PÅ GRUND AV PANDEMIN

*Spårvägenmästerskapen*, 16-18 juni, Eriksdal  
*Tensta cup, för Simiaden*, 4 oktober, Spånga  
*Tensta cup extra*, 22 oktober, Tensta  
*Tensta cup distans*, 23 oktober, Åkeshov  
*CovidRace Spårvägens Micro Ungdom*, 13 december,  
 Nälstabadet

## INSTÄLLDA/UPPSKJUTNA ARRANGEMANG

*Bästa 2,3,4 kvältävlingar*, 24-27 mars  
*Årsfest*, 28 mars  
*Swim Open Stockholm* 3-7 april  
*Bästa fyran final*, 20 maj  
*DM+Vårsimiaden region*, 30-31 maj  
*Lilla Tjejmilen*, 29 augusti  
*Stockholm Halvmarathon*, 5 september  
*Utmanaren 2*, 27 september  
*UGP 1*, 10-11 oktober  
*Tensta cup 4*, 19 november  
*NM/NJM/Para-NM*, 4-6 december  
*Klubbmästerskap*, 15 december

## ÅRSFEST

På grund av pandemin arrangerades ingen årsfest 2020.