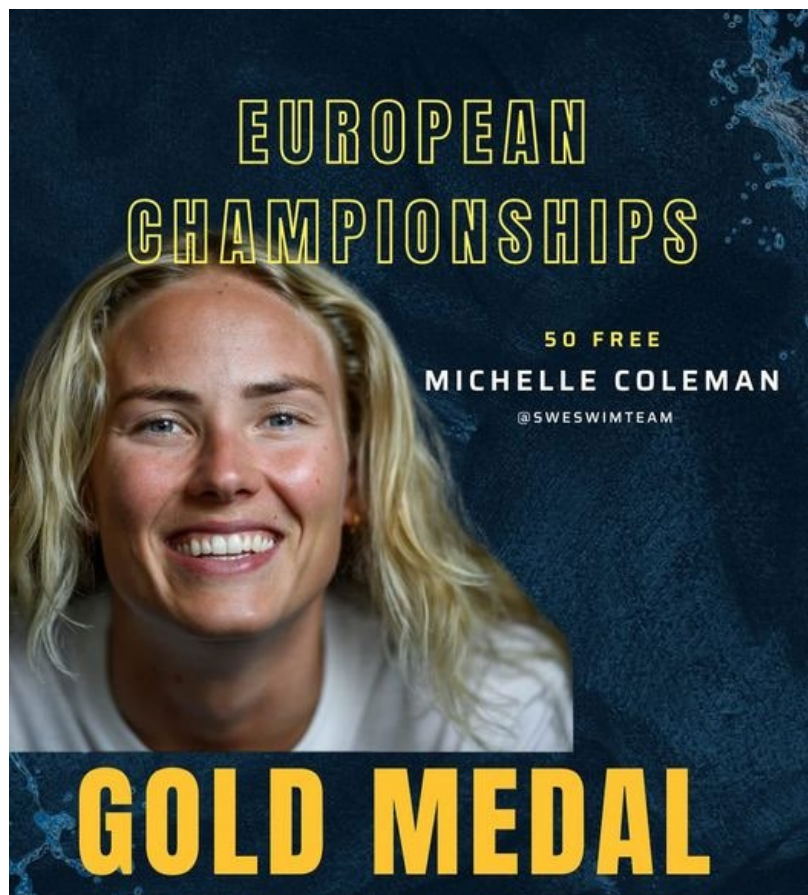




SPÅRVÄGEN SIMFÖRENING VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2023





Innehåll

INLEDNING.....	3
STYRELSE	3
PERSONAL.....	4
UPPDRAG.....	4
VÅRA TRÄNARE.....	4
ÅRETS ELDSJÄL	5
STRATEGI 2025 blir 2026.....	5
SÄSONGS- OCH TÄVLINGSPLANERING 2025-2028.....	5
UTBILDNING	6
LEDARUTBILDNING.....	6
FUNKTIONÄRSUTBILDNING.....	6
PARASIM.....	6
SIMKUNNIGHET.....	7
SKOLSIM	8
SIMUNDERVISNING FÖR FÖRSKOLEBARN.....	8
LOVVERKSAMHET.....	8
SOMMARSIMSKOLAN.....	8
STADENS SATSNING PÅ SOMMARSIMSKOLA.....	9
PARASIMSKOLA	9
ÖVRIG LOVVERKSAMHET	9
TRÄNING OCH HÄLSA.....	9
TRÄNINGSGRUPPER	9
VUXENVERKSAMHETEN	9
TÄVLINGSVERKSAMHET	10
GENOMFÖRDA LÄGER.....	12
VÅRA USA-SIMMARE.....	13
SVENSKA REKORD.....	13
KLUBBREKORD.....	13
LANDSLAGSUPPDRAG	13
KLUBBMÄSTARE	14
MÄSTERSKAPSMEDALJÖRER	15
ARRANGEMANG.....	18
GENOMFÖRDA ARRANGEMANG.....	18
ÅRSGALA 1 APRIL.....	18



INLEDNING

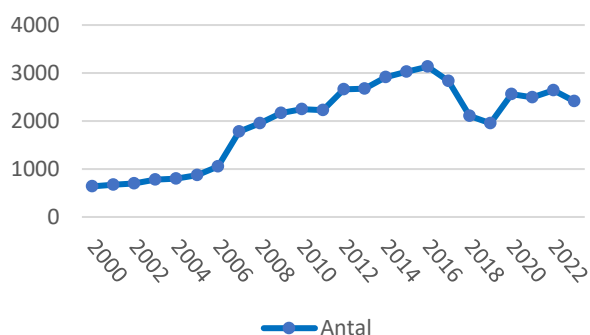
Spårvägen Simförening är en ideell förening som bedriver simidrottsverksamhet för alla nivåer. Vi bedriver både tränings- och tävlingsverksamhet, från lustfylld Sim & Lek för de minsta barnen, från den första tävlingen i Utmanaren till elitsimmarnas VM- och OS-satsningar. Föreningen har sitt säte i Vällingby.

Utöver den reguljära verksamheten under vår- respektive höstterminer bedriver föreningen bland annat sommarsimskola samt simundervisning på uppdrag av Stockholms stad och enskilda skolor.

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 2023 har föreningen haft 9 personer anställda med olika sysselsättningsgrader. Tränarstaben har under året bestått av 92 tränare /ledare involverade i våra olika verksamhetsområden.. Medlemsantalet under året uppgick till 2411 st vilket är en minskning jämfört med tidigare år (2639 st).

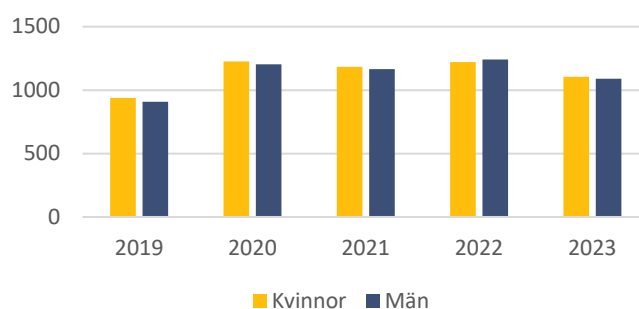
Medlemsutveckling
2000-2023



Föreningens intäkter har minskat under året jämfört med både budget och föregående år. Det beror på något färre deltagare i alla verksamheter utom parasim och sommarsimskolan. Vad minskningen beror på är svårt att säga men en ökad konkurrens från Stockholms stad kan vara en av förklaringarna.

Styrelsen ser med tillförsikt fram emot år 2024, 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.

Aktiva kvinnor och män 2019-2023

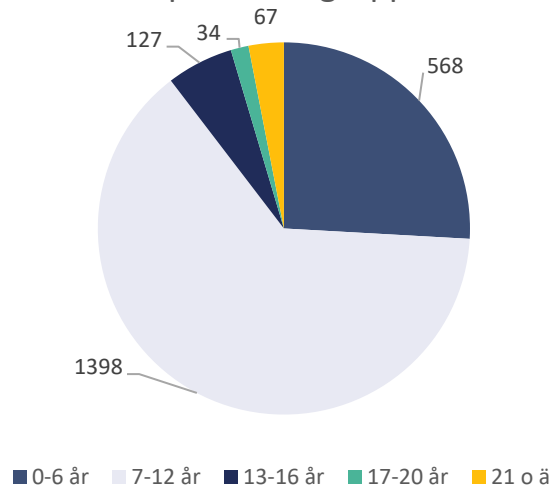


STYRELSE

Magnus Sundqvist, ordförande
 Stefan Lönngren, vice ordförande
 Helena Bengtsson, sekreterare
 Michaela Brolin, kassör
 Kristina Alexanderson
 Mattias Annas
 Johan von Arronet
 Lisen Lundgren
 Sofia Malmring
 Erik Thunberg



Aktiva per åldersgrupp 2023



PERSONAL

Under året har följande personer varit anställda med olika sysselsättningsgrader.

Jenny Gustavsson
Tobbe Hanson
Karin Hellström
Helena Larsson
André Magnusson
Eva Niehoff-Pros
Jonatan Wik
Tomas Wikland
David Zuidwijk

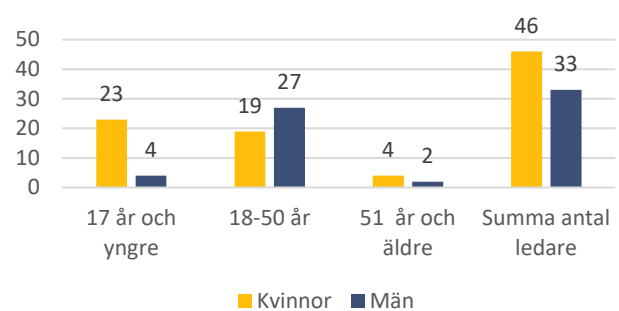
UPPDRAG

- Spårvägens alliansförenings styrelse Ensio Andersson, vice ordförande.
- Svensk Elitsimnings styrelse Jonatan Wik, ordförande.
- Stockholms Simförbunds valberedning Jenny Gustavsson och Jonatan Wik

VÅRA TRÄNARE

I den reguljära verksamheten (terminsverksamheten) har under året 79 tränare verkat. Av dessa är 71 ideella. Det är ett aktivt mål och därför glädjande att många av de ideella tränarna väljer att stanna kvar som tränare under flera år. Det innebär att kunskap och kompetens utvecklas och växer över tid och att nya tränare på ett naturligt sätt lär sig av de mer erfarna och kan växa in i rollen som tränare.

Tränare - kön och ålder 2023



Glada tränare på läktaren under Sum-Sim i Halmstad



ÅRETS ELDSJÄL

Rotary Vällingby-Spånga utser tillsammans med Hässelby-Vällingby stadsdel varje år "Årets Eldsjäl". År 2022-2023 utsågs Stefan Lönngren till Årets eldsjäl. Det är en synnerligen välförtjänt utmärkelse. Vi är stolta och glada att ha Stefan med i vår gemenskap.



Årets eldsjäl 2022-2023, Stefan Lönngren

STRATEGI 2025 blir 2026

Strategi 2025 är en av riksidrotten framtagna strategi för hela idrottsrörelsen. På grund av pandemin har tiden för strategiarbetet förlängts till 2026 men med samma mål och inriktning.

De övergripande målen är väl förankrade och är vägledande för verksamheten. Under 2023 har arbetet med att uppdatera föreningens utvecklingsplan "Röda tråden" till "Raka Spåret" fortsatt. I den samlar vi utvecklingsplaner för hela verksamheten. Delar av dokumentet ska kunna användas till t.ex. information och utbildning av föräldrar, introduktionsutbildning för nya tränare.

Både styrelsen och personalen har strategifrågorna i fokus vid de möten som genomförs. Personalen har genomfört specifika möten i större och mindre grupper där de arbetat med "Raka Spåret".

Vid Stockholms distriktskonferens 16-17 september, diskuterades flera av viktiga framtidsfrågor bland

annat säsongs- och tävlingsplanering samt svårigheterna att bemanna våra tävlingar med funktionärer. Stefan Lönngren, Jonatan Wik och Karin Hellström deltog i konferensen.

Ett av föreningens övergripande mål är att vara "den naturliga samarbetspartnern när samhället söker expertkompetens för siminläring och simträning". Det här året har vi verkligen arbetat för att leva upp till detta och vi har fört en aktiv dialog med bland annat företrädare för Stockholms stad i olika frågor. I januari fick vi besök av ordförande i Idrottsnämnden Maria-Elsa Salvo under en träning i Nälstabadet.



Jonatan Wik och Maria-Elsa Salvo diskuterar

Vi har även medverkat i utbildning av idrottslärare i Stockholm på uppdrag av Svenska Simförbundet.

SÄSONGS- OCH TÄVLINGSPLANERING 2025-2028

Under 2023 har en grupp på ca 40 personer från hela Sverige arbetat med att ta fram förslag till Säsongs- och tävlingsplanering (STP) 2025 – 2028. STP innefattar simidrotterna simning, inklusive parasimning, och simning i öppet vatten och riktar sig till aktiva 13 år och äldre. Från Spårvägen Simförening har Stefan Lönngren, André Magnusson och Helena Bengtsson deltagit i det arbetet som i slutet av året lämnade ett förslag till STP 2025-2028 på remiss.

I anslutning till det arbetet har även bildats en central grupp för att ta fram motsvarande planering för åldersgruppen 12 år och yngre. I den gruppen deltar Tomas Wikland.



För att utifrån det centrala förslaget ta fram en tävlingsplanering för distrikt Stockholm bildades även där en grupp. Där ingår från föreningen André Magnusson och Karin Hellström.

UTBILDNING

LEDARUTBILDNING

Interna ledarutbildningar:

- Under året har genomförts fyra HLR-utbildningar, tre på våren och en på hösten. Totalt deltog 31 tränare. Kursledare har varit Fredrik Bessner, Lina Wik, Annika Jonerholm och Andreas Jonerholm.



HLR-utbildning med Andreas Jonerholm

Externa ledarutbildningar:

- Licenskurs: kravprofil frisim/ryggsim 21-22/1, Tobbe Hanson, Stefan Lönngren, Tomas Wikland, André Magnusson.
- World Aquatic Conference, Lund 12-15/1, Tomas Wikland.
- Grundläggande tränarutbildning 6-18/3, Stella Klemenz, Johanna Claesson, Carla Rollvén.
- Elittränarutbildning 1/1 2023–31/12 2024, André Magnusson.
- Simidrottsforum 21-22/4, Stefan Lönngren.
- Grundutbildning för föreningsledare 1-15/6, Michaela Brolin.
- Distriktskonferens Stockholm 16-17/9, Stefan Lönngren, Jonatan Wik, Karin Hellström.
- Utbildningsresa för parasimtränare 16-19/11, Eva Pros.

FUNKTIONÄRSUTBILDNING

- Samtliga funktionärskort löpte ut 31 mars 2023. Därför genomfördes i januari-februari fyra uppdateringsutbildningar. Här uppdaterades 38 funktionärer. Kursledare var Anders Backlund.

Under året har genomförts tre utbildningar till nya tävlingsfunktionärer. Det innebär att vi fått 15 nya funktionärer till föreningen. Kursledare för samtliga tillfällen var Madeleine Andersson.

- Tävlingsfunktionär 19 och 26/1, 7 deltagare.
- Tävlingsfunktionär 6 och 13/9 4 deltagare.
- Tävlingsfunktionär 12 och 19/10, 4 deltagare.



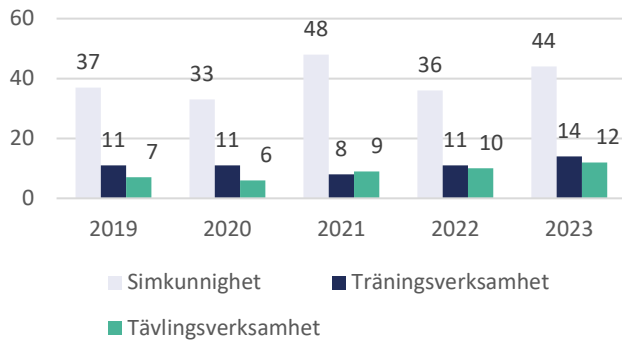
Fyra nya personer utbildar sig till tävlingsfunktionärer

PARASIM

Parasim bedrivs inom ramen för alla tre verksamhetsområden och redovisas inkluderat inom respektive område. Parasim bedrivs framför allt i Beckomberga simhall men även i Nälstabadet och Vällingby simhall. Under 2023 har totalt 67 medlemmar deltagit i någon av våra reguljära parasimverksamheter.



Antal simmare i paragrupper 2019-2023

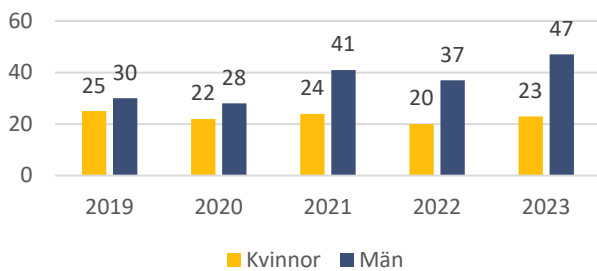


Liksom förra sommaren var simskola i Järvabadet bemannad med fler tränare per grupp än normalt för att kunna ta emot barn med lättare funktionsnedsättningar. Detta är ett behov som vi uppmärksammat tidigare. Dessutom fanns varje vecka, under åtta veckor, en specifik grupp med parasimskola vilket kan jämföras med två grupper sommaren 2022.

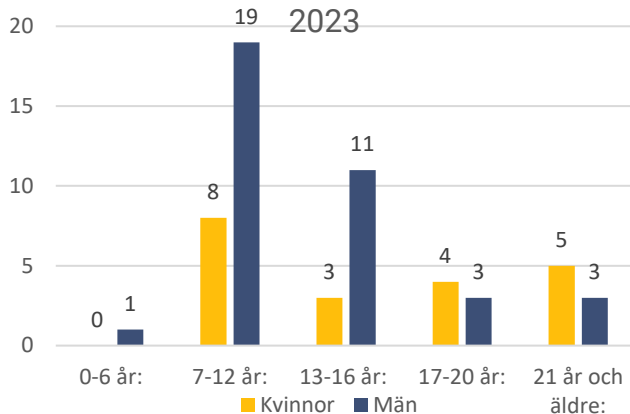
SIMKUNNIGHET

Simkunnighetsverksamheten har bedrivits i Spångabadet, Vällingby simhall, Beckomberga simhall och Åkeshovs simhall.

Antal simmare i paragrupper/kön 2019-2023

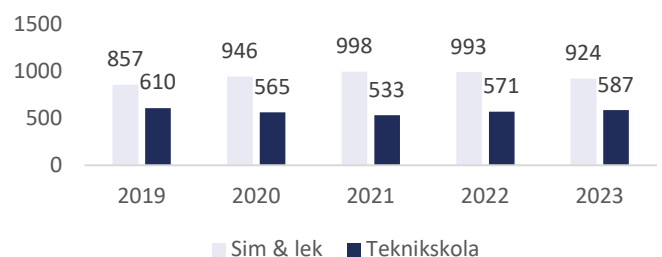


Parasim aktiva kvinnor och män 2023



I parasimningen och framför allt i simkunnigheten deltar fler pojkar än flickor. Totalt sett är det ungefär dubbelt så många män som kvinnor i paraverksamheten.

Antal deltagare i simkunnigheten 2019-2023



Liksom tidigare år delades vårterminen upp i två terminer med 12 respektive 8-10 tillfällen. Jämfört med föregående år ser vi en liten ökning av deltagarantal i teknikskolan medan Sim & lek står för en liten minskning.



SKOLSIM

Skolsim har bedrivits i Husby, Vällingby, Beckomberga, och Spånga med ca 60 timmar per vecka. Skolsimmet bedrivs dels i samarbete med Stockholms stad och dels i föreningens egen regi.

Under året har ca 100 klasser deltagit i skolsim fördelat under vår och höst. De skolor som föreningen haft avtal med utanför det kommunala samarbetet är Gullingskolan, Husbygårdsskolan och Vinsta grundskola.

SIMUNDERVISNING FÖR FÖRSKOLEBARN

Arbetet med att erbjuda kostnadsfri simundervisning i Tensta simhall för förskolebarn fortsatte under 2023. Verksamheten genomförs i samarbete med stiftelsen H2O. Under året deltog ca 200 barn fördelat under höst och vår från 9 olika förskolor i Tensta.

LOVVERKSAMHET

SOMMARSIMSKOLAN

Sommarsimskolan 2023 har bedrivits med flera målsättningar och i samarbete med flera aktörer. Stockholms stad bidrog genom sin satsning på vattenvaneträning och förberedande simskola för barn födda 2015-2018 under veckorna 26-33. Kommunala och privata bostadsbolag bidrog med medel för att erbjuda sina hyresgäster simskola till ett lågt pris, RF-SISU Stockholm, Parasport Stockholm och Viggo Foundation är andra som medverkat till att simskolan kunnat genomföras.

Tack vare de olika aktörernas insatser har de allra flesta barn kunnat delta till priset 100 kr per vecka. De enda som betalat fullt pris är barn boende i annan kommun och barn födda 2014 eller tidigare som inte bor i något av de samarbetande bostadsbolagen.



Lektionsslut i sommarsimskolan

Sommarsimskolan genomfördes på tre bad under veckorna 24-32 med varierande antal veckor på de olika baden. Totalt omfattade sommarsimskolan 1418 deltagare vilket är en kraftig ökning jämfört med 2022 (946 deltagare). Den största anledningen till den kraftiga ökningen är verksamheten i Järvabadet som förlängdes från fem till åtta veckor:

Vällingby simhall 6 veckor, v. 24-29 – 276 deltagare
Åkeshovs simhall 4 veckor, v. 25-28 – 508 deltagare
Järvabadet 8 veckor, v. 25-32 – 634 deltagare



Sommarsimskolans tränare

Våra tränare för sommarsimskolan samlade på kansliet för genomgång av sommarens verksamhet.

Samtliga grupper bemannades med 2-4 tränare. Vissa tränare arbetade en hel period medan andra valde att arbeta vissa veckor. Totalt har 38 tränare varit verksamma i sommarsimskolan 2023. Bland annat sysselsattes sju ungdomar genom stadens sommarjobbverksamhet.



STADENS SATSNING PÅ SOMMARSIMSKOLA

Stockholms stad gjorde en liknande vattenvanesatsning som 2022, men nu omfattande barn födda 2015 – 2018 mantalsskrivna i Stockholms stad. Avgiften för dessa barn var 100 kr per vecka och föreningen kompenserades med 450 kr per deltagare. Dock valde staden att inte bevilja föreningen bidrag för deltagare boende i de kommunala bostadsbolag som föreningen samarbetar med.



PARASIMSKOLA

Liksom förra sommaren har sommarsimskolan på Järvabadet innehållit riktad satsning för barn med funktionsnedsättning. Detta skedde dels genom specifika parasimgrupper dels genom att alla grupper bemannades på ett sådant sätt att barn med olika former av funktionsnedsättningar kunnat delta. I år fanns en specifik parasimgrupp varje vecka, alltså totalt åtta grupper. Alla deltagare i parasim har deltagit kostnadsfritt oavsett ålder och bostad.

ÖVRIG LOVVERKSAMHET

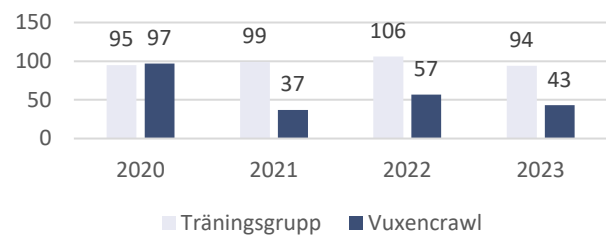
Under sportlovet v. 9 samt på höstlovet v. 44 genomfördes simskola i samarbete med Stockholms stad i Spångabadet. Under jullovet genomfördes insivsimskola även det i samarbete med Stockholms stad i Husbybadet och Tensta simhall.

TRÄNING OCH HÄLSA

TRÄNINGSGRUPPER

Simmar i träningsgrupperna har simning som träningsform utan att ha fokus på tävling. Under 2023 har träningsverksamheten bedrivits i fyra åldersbaserade grupper, totalt 94 deltagare, varav en grupp riktad mot parasimmar.

Träning & Hälsa antal deltagare
2020-2023



VUXENVERKSAMHETEN

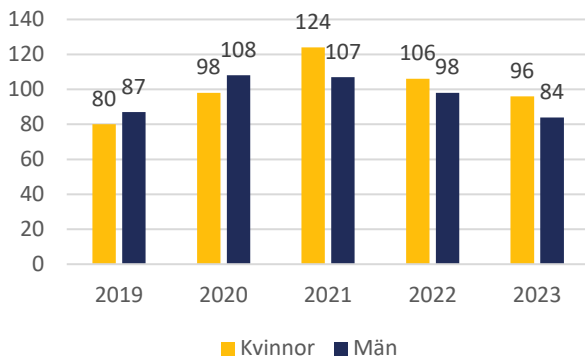
Vuxenverksamheten var den verksamhet drabbades mest av pandemin och har ännu inte kommit ifatt till nivån innan pandemin. Under 2023 har två avancerade crawlgrupper varit verksamma under hela året.



TÄVLINGSVERKSAMHET

Antal tävlingssimmare har minskat något och uppgick 2023 till totalt 180 simmare i våra tävlingsgrupper. Av dessa var 160 simmare med tävlingslicens varav 76 herrar och 84 licensierade damer. Övriga simmare har inte tävlat eller endast deltagit i Utmanaren som inte kräver tävlingslicens.

Antal simmare i tävlingsgrupper/kön 2019-2023



Förutom de olika distrikts- och svenska mästerskapen har våra simmare deltagit i en rad tävlingar under året. Nedan följer några av dessa.

Tensta cup

Under året har genomförts fyra Tensta cup. Tre av dem genomfördes i Tensta simhall och en tävling i Nälstabadet på 50m-bana.



Uppladdning inför Tensta cup

Tensta cup är en intern tävling för hela tävlingsverksamheten och har kommit att bli en naturlig del i ungdomarnas simträning.

Deltagarantalet har varierat mellan 70 - 100 simmare varje tävling.

Utmanaren

Utmanaren är den första tävlingen som barnen kommer i kontakt med. Den vänder sig till våra simmare i Simiadengrupperna och Medley. Till en av tävlingarna inbjöds även simmare från Teknik 2 att delta. I år genomfördes två tävlingar under våren och en på hösten. Utmanaren följde samma upplägg som tidigare med tävlingen uppdelad i yngre och äldre med start olika tider. Detta för att få färre deltagare i hallen samtidigt och därmed en lugnare miljö.



Utmanaren, Spångabadet

Tränare finns på plats och tar ansvar för att simmarna är på rätt plats på rätt tid samt håller ihop grupperna. Alla deltagare får deltagarmedalj och kan samla stipulationstider till en pokal. Utmanaren har med det nya upplägget kommit att motsvara dess syfte – att barnen ska få prova på och lära sig att tävla.

Roslagsmästerskapen 11-12 februari, Norrtälje.



Lukas Svensson, Agnes Munters och Bilal Mohamed
Sirad deltog i Roslagsmästerskapen



Västerås meet 25-26 mars, Västerås

Tävlingen var en av två övernattningstävlingar under året för Ungdomsgruppen. Här deltog 47 simmare.

Malmsten Swim Open Stockholm 13-16 april, Eriksdalsbadet

I årets upplaga av Swim Open deltog 16 simmare från Spårvägen.

Michelle Coleman blev 3:a på 50m frisisim och simmade under VM-kvalet.



Rasmus Hanson, William Erneholm och Adam Karlsson gjorde alla personliga rekord i B-finalen på 200m fjärilsim, Swim Open

Para Swimming World Series 12-14 maj, Berlin

Helena Fältman deltog för första gången i den här tävlingen.



Helena Fältman

Sundsvall Sim 2-4 juni, Sundsvall

Ungdomsgruppen deltog med 27 simmare i Sundsvall. För många var det den första utetävlingen. Många fina resultat gjordes under helgen.



Ungdomsgrupper på tävling i Sundsvall

Svenskt Grand Prix 27-29 oktober, Ystad

Tre spårvägenssimmare deltog i GP i Ystad; Samuel Törnqvist, Jonathan Kling och William Erneholm. Samuel slog nytt svenskt rekord och klubbrekord på 200m ryggsim med 1.54.15. Han vann dessutom 100m ryggsim.

Sum-Sim region 11-12 november, Eriksdalsbadet

Årets Sum-Sim region arrangerades på Eriksdalsbadet och resulterade i många fina personliga rekord och 12 kvalificeringar till riksfinalen. Dessa utgjordes av individuella starter för Otto von Arronet, Rastin Mortezaei, Aleks Törnqvist, Hugo Östling samt 4 x 100m medley och frisisim för pojkar 13-14 år.



Spårvägensimmare kopplar av under Sum-Sim region

Rekarne cup 2-3 december, Eskilstuna.



Gustav Dahlberg och Melvin Flink deltog i Rekarne Cup.

HÖSTSIMIADEN, 2-3 DECEMBER, ÅKESHÖV

Höstsimiaden arrangerades i år av Spårvägen Simförening i Åkeshövs simhall och för första gången genomfördes den som en ren fortsättningstävling. Totalt deltog 355 simmare upp till 12 år från 11

föreningar. Från Spårvägen deltog 47 av våra simiadensimmare.



Hacke var ett populärt inslag på Höstsimiaden.

GENOMFÖRDA LÄGER

- SM-gruppen, Mallorca 13-20 maj, 12 simmare och 2 ledare
- Ungdomsgruppen, uppstartsläger, Mariebad, Åland, 8-12 augusti, 25 simmare och 2 ledare.



Ungdomsgruppen på läger på Åland



- Simiaden 2011, uppstartsläger, Örebro 11-13 augusti, 26 simmare och 5 ledare.



Simiaden 2011 på läger i Örebro

VÅRA USA-SIMMARE

Totalt har föreningen 8 simmare som studerar och tränar simning i USA:

Eric Hansson, Gustav Henriksen, Julia Augustsson, Linnea Gipperth, Rasmus Hanson, Robin Hanson, Tone Sandsjö och Tova Andersson.



Linnea Gipperth och Gustav Henriksen skickade en hälsning från Florida

SVENSKA REKORD

Samuel Törnqvist 200m ryggsim (25m) 1.54.15, 2023-10-29, Ystad.

Samuel Törnqvist 200m ryggsim (25m) 1.53.24, 2023-12-09, Otpeni.

KLUBBREKORD

Herrar 25-m bassäng

Samuel Törnqvist 200m ryggsim (25m) 1.54.15, 2023-10-29, Ystad.

Samuel Törnqvist 200m ryggsim 1.53.24, 2023-12-09 Otpeni

Samuel Törnqvist 200m medley 1.57.05, 2023-11-23 Göteborg

Samuel Törnqvist 50m ryggsim 24.07, 2023-11-24 Göteborg

Samuel Törnqvist 100m ryggsim 51.87, 2023-11-25 Göteborg

Damer 25-m bassäng:

Michelle Coleman 50m frisisim 23.52, 2023-12-06 Otpeni

Herrar 50-m bassäng:

Samuel Törnqvist 50m ryggsim 25.69, 2023-08-03 Chengdu

Gustav Henriksen, Samuel Törnqvist, Jonathan Kling, Isak Eliasson 4 x 100m medley 3.46.98, 2023-07-02 Umeå

LANDSLAGSUPPDRAK

EM (25m) 5-10 december, Otpeni, Rumänien

Vid EM hade Spårvägen Simförening tre simmare uttagna att representera Sverige: Michelle Coleman, Samuel Törnqvist och Jonathan Kling.

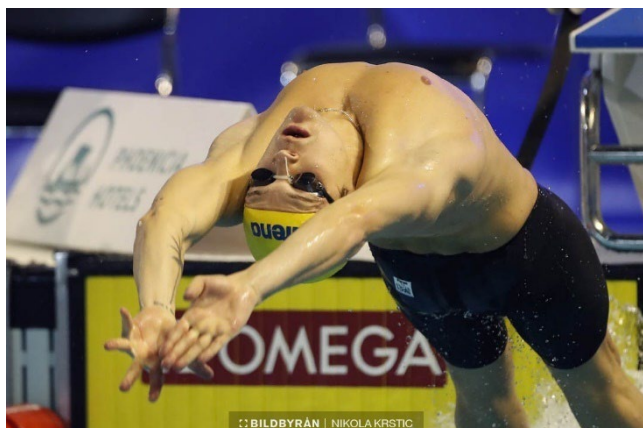


Michelle Coleman EM-guld i Otpeni

Michelle Coleman simmade till sig en individuell guldmedalj på 50m frisisim med tiden 23.52 vilket även var nytt klubbrekord. Detta var hennes första individuella medalj i ett internationellt mästerskap. Michelle var även en del i lagkapperna när Sverige vann guld på 4 x 50m frisisim och 4 x 50m medley.



Även Samuel Törnqvist simmade fantastiskt bra och slog svenskt rekord på 200m ryggsim med tiden 1.53.24. Med det gick han till semifinal.



Samuel Törnqvist vid EM i Otpeni

VM (50m) 23-30 juli, Fukuoka Japan.

Michelle Coleman, Isak Eliasson och Robin Hanson representerade Sverige vid VM.

Michelle Coleman simmade final på 50m (24.46) och 100m frisim (53.83) samt i lagkapper 4 x 100m frisim samt 4 x 100m medley.

Universiaden (50m) 1-7 augusti, Chengdu, Kina

Samuel Törnqvist simmade flera ryggsims- och medleydistanser samt två lagkapper. Kronan på verket var 50m ryggsim där Samuel slog personligt rekord med 25.69 som även är ett nytt klubbrekord.

World Cup (50m) 20-22 oktober, Budapest, Ungern

Michelle Coleman simmade final på 50m (24.85) och 100m frisim (54.66).

Para-NM (25m) 1-3 december, Tartuu, Estland

Helena Fältman slog två personliga rekord och vann en bronsmedalj på 200m frisim, S10, 2.31.72.

KLUBBMÄSTARE

KM (25m) 15 december, Åkeshov

100m fjärilsim fl 13-15: Märta Bengter 1.21.17

100m fjärilsim po 13-15: Aleksi Törnqvist 1.02.23

100m fjärilsim para herrar Lukas Svensson 1.27.61

100m fjärilsim damer: Alma Thunberg 1.08.22

100m fjärilsim herrar: Samuel Törnqvist 54.16

100m ryggsim fl 13-15: Lone Trygg Wik 1.18.93

100m ryggsim po 13-15: Otto von Arronet 1.04.28

100m ryggsim para herrar: Melvin Flink 1.53.73

100m ryggsim damer: Tova Andersson 1.04.97

100m ryggsim herrar: Samuel Törnqvist 56.77

100m bröstsim fl 13-15: Sigrid Wååg 1.31.11

100m bröstsim po 13-15: Rastin Mortezaei 1.16.16

100m bröstsim para herrar: Lukas Svensson 1.37.97

100m bröstsim damer: Alexandra Alkas Alias 1.14.24

100m bröstsim herrar: Samuel Törnqvist 1.03.54

100m frisim fl 13-15: Vida Brink 1.08.79

100m frisim para damer: Emelie Kuusela 1.47.64

100m frisim po 13-15: Otto von Arronet 56.74

100m frisim para herrar: Lukas Svensson 1.10.87

100m frisim damer: Tova Andersson 59.66

100m frisim herrar: Adam Karlsson 54.41

200m medley fl 13-15: Lone Trygg Wik 2.54.82

200m medley para damer: Helena Fältman 3.17.27

200m medley po 13-15: Otto von Arronet 2.22.68

200m medley para herrar: Melvin Flink 4.57.58

200m medley damer: Alma Thunberg 2.31.66

200m medley herrar: William Erneholt 2.11.77

Masters

50m fjärilsim herrar: Stefan Behring 31.42

50m bröstsim herrar: Niklas Adamsson 39.93

50m frisim damer: Helena Fältman 32.11

50m frisim herrar: Stefan Behring 27.72

KM Öppet vatten, Riddarfjärdssimningen 26 augusti

3200m damer: Johanna Granhällen

3200m herrar: Hugo Östling

1609m damer senior: Camilla Granhällen



1609m herrar senior: William Erneholm

1609m damer 13-15 år: Emelie Granhällen

1609m herrar 13-15 år: Sven Quas

MÄSTERSKAPSMEDALJÖRER

DM (50m) 10-11 juni, Eriksdalsbadet

GULD

Jonathan Kling, Rasmus Hanson, Adam Karlsson,
Hugo Östling 4 x 100m frisim 3.33.08

Adam Karlsson 400m frisim 4.08.85

Samuel Törnqvist 200m ryggsim 2.10.25

Samuel Törnqvist 200m frisim 1.54.10

Tova Andersson 100m ryggsim 1.07.45

Samuel Törnqvist 50m ryggsim 25.96

Isak Eliasson 100m frisim 50.48

William Erneholm 200m fjärilsim 2.13.59

Samuel Törnqvist 100m ryggsim 57.09

Samuel Törnqvist 200m medley 2.06.01

Isak Eliasson 50m frisim 23.06

Tone Sandsjö 100m bröstsim 1.14.51

Gustav Henriksen, Adam Karlsson, Viktor Dahlberg,
Rasmus Hanson 4 x 200m frisim 7.56.37

Jonathan Kling, Rasmus Hanson, Tova Andersson,
Alma Thunberg 4 x 100m frisim mixed 3.46.93

Gustav Henriksen, Tone Sandsjö, Rasmus Hanson,
Tova Andersson 4 x 100m medley mixed 4.18.77

SILVER

Isak Eliasson, Samuel Törnqvist, William Erneholm,
Eric Hansson 4 x 100m frisim 3.36.06

Rasmus Hanson 400m frisim 4.11.53

Jonathan Kling 50m fjärilsim 25.14

Rasmus Hanson 200m frisim 1.55.62

Adam Karlsson 400m medley 4.52.55

Gustav Henriksen 100m ryggsim 58.67

Gustav Henriksen 200m medley 2.11.81

Samuel Törnqvist, Adam Karlsson, Alina Färm, Lisa
Uddeholt 4 x 100m frisim mixed 3.49.05

Viktor Dahlberg, Alexandra Alkas Alias, William
Erneholm, Alina Färm 4 x 100m medley mixed 4.27.93

BRONS

Viktor Dahlberg, Jakub Majta, William Erneholm, Hugo
Östling 4 x 100m medley 4.12.01

Adam Karlsson 200m frisim 1.56.97

Jonathan Kling 100m frisim 52.36

Tova Andersson 200m medley 2.29.40

SM/JSM/Parasim-SM (50m) 28 juni-2 juli, Umeå

Seniorer:

GULD

Samuel Törnqvist 50m ryggsim 26.29

Rasmus Hanson, Gustav Henriksen, Adam Karlsson,
Samuel Törnqvist 7.35.66

Samuel Törnqvist 100m ryggsim 56.39

Rasmus Hanson, Jonathan Kling, Samuel Törnqvist,
Isak Eliasson 4 x 100m frisim 3.23.42

SILVER

Linnea Gipperth 200m ryggsim 2.19.65

Rasmus Hanson 400m frisim 4.04.02

Gustav Henriksen 100m ryggsim 57.36

Isak Eliasson 50m frisim 22.90

Samuel Törnqvist 200m ryggsim 2.04.47

Gustav Henriksen, Samuel Törnqvist, Jonathan Kling,
Isak Eliasson 4 x 100m medley 3.46.98

BRONS

Samuel Törnqvist 200m medley 2.04.26

Gustav Henriksen 50m ryggsim 26.80

Gustav Henriksen 200m ryggsim 2.06.15

Samuel Törnqvist 200m frisim 1.52.72

Linnea Gipperth 400m medley 5.06.54



Truppen vid SM/JSM/Para-SM i Umeå

Juniorer:

BRONS

William Erneholm 200m fjärilsim 2.10.49

Parasim:

SILVER

Helena Fältman 200m frisim S10, 2.39.28

BRONS

Helena Fältman 50m frisim S10, 32.61

Sum-sim (50m) 12-16 juli, Halmstad

SILVER

Otto von Arronet, Aleksí Törnquist, Rastin Mortazaei,
Gustaf Lundgren 4 x 200m frisim 13-14 år 9.07.14



Silverlaget på 4 x 200m frisim; Aleksí, Gustaf, Rastin, Otto.

Hugo Östling 1500m frisim 16 år 16.47.70

Hugo Östling 800m frisim 16 år 8.57.16



Hugo Östling, silvermedalj på 1500m frisim och 800m frisim, Sum-Sim 50m



Para-NM (25m) 1-3 december, Tartu, Estland

BRONS

Helena Fältman 200m frisim S10, 2.31.72.

EM (25m) 5-10 december, Otopeni, Rumänien

GULD

Michelle Coleman 50m frisim 23.52

Sara Junevik, **Michelle Coleman**, Louise Hansson,
Sofia Åstedt 4 x 50m frisim 1.35.60

Louise Hansson, Sophie Hansson, Sara Junevik,
Michelle Coleman 4 x 50m medley 1.43.26

DM (25m), 21-22 oktober, Torvalla, Haninge

GULD

Alexandra Alkas Alias 200m bröstsim 2.37.41

SILVER

Alexandra Alkas Alias 400m medley 5.09.89

BRONS

Alma Thunberg 200m medley 2.28.56

Jonathan Kling 50m frisim 23.02

SM Öppet vatten 19 augusti, Motala

BRONS

Emma Sundstedt 5.000m 1.05.58.00

DM Öppet vatten, 26 augusti

Riddarfjärdssimningen

GULD

Hugo Östling 3200m, 41.05.80

Para-SM/RM (25m) 27-29 oktober, Säffle

SM:

SILVER

Agnes Munters 100m bröstsim SB9, 2.11.04

Helena Fältman 100m medley SM10, 1.25.33

Helena Fältman 200m frisim S10, 2.33.56

Helena Fältman, Gustav Dahlberg, Agnes Munters,
Melvin Flink, 4 x 50m frisim mixed 2.55.53

Gustav Dahlberg, Agnes Munters, Helena Fältman,
Melvin Flink 4 x 50m medley mixed 3.30.54



Glada medaljörer vid Para-SM/RM i Säffle

BRONS

Gustav Dahlberg 100m bröstsim SB7, 3.23.07

Helena Fältman 100m frisim S10, 1.10.71

Melvin Flink 200m frisim S7, 3.47.69

Agnes Munters 50m fjärilsim S10, 1.06.14

Helena Fältman 50m ryggsim S10, 36.21

Helena Fältman 50m frisim S10, 31.89

RM:

GULD

Lukas Svensson 100m frisim N14, 1.11.39

Hannes Toma 100m medley N11-13, 2.04.76

Hannes Toma 25m bröstsim N11-13, 28.44

Lukas Svensson 25m frisim N14, 14.58

Bilal Mohamed Sirad 25m ryggsim N14, 20.54

Bilal Mohamed Sirad 50m bröstsim N14, 1.02.16

Lukas Svensson 50m frisim N14, 31.63

SILVER

Bilal Mohamed Sirad 100m bröstsim N14, 2.17.14

Bilal Mohamed Sirad 100m frisim N14, 1.36.10

Hannes Toma 100m frisim N11-13, 1.40.87

Bilal Mohamed Sirad 25m frisim N14, 18.63

Hannes Toma 25m frisim N11-13, 19.58

Hannes Toma 50m frisim N11-13, 45.15

Hannes Toma 25m ryggsim N11-13, 28.85



Bilal Mohamed Sirad 50m frisim N14. 42.64

SM/JSM (25m) 22-26 november, Göteborg

Seniorer:

GULD

Samuel Törnqvist 200m medley 1.57.05

Samuel Törnqvist 200m ryggsim 1.54.50

SILVER

Samuel Törnqvist 100m ryggsim 51.87

Samuel Törnqvist 50m ryggsim 24.11

BRONS

Jonathan Kling 50m fjärilsim 23.86

Jonathan Kling 50m frisim 21.86

Juniorer:

SILVER

William Erneholm 200m fjärilsim 2.04.03

Nordiska mästerskapen 1-3 december, Tartu, Estland

BRONS

Helena Fältman 200m frisim S9, 2.31.72

Sum-Sim riks (25m) 8-10 december, Stockholm

BRONS

Aleksi Törnquist 100m frisim 55.42

ARRANGEMANG

Under året har genomförts fyra Tensta cup och tre Utmanartävlingar.

De senaste åren har föreningen inte arrangerat någon egen inbjudningstävling utan valt att medverka som medarrangör till några av distriktets tävlingar. I år arrangerade vi tre av dessa: UGP2, DM/St Erikssimmet och Höstsimiaden.

GENOMFÖRDA ARRANGEMANG

Interna:

- Utmanaren, 12 februari, Spångabadet
- Tensta cup 1, 23 februari, Tensta simhall
- Tensta cup 2, 19 april, Nälstabadet (50m)
- Tensta cup 3, 14 september, Tensta simhall
- Utmanaren 2, 14 maj, Spångabadet

- Utmanaren 3, 22 oktober, Spångabadet
- Tensta cup 4, 16 november, Tensta simhall
- Klubbmästerskap 15 december, Åkeshovs simhall

Externa:

- UGP 2, 11-12 mars, Eriksdalsbadet
- DM/St Erikssimmet 10-11 juni, Eriksdalsbadet (50m)
- Riddarfjärdssimningen, 26 augusti, Rålambshov
- Höstsimiaden 2-3 december, Åkeshovs simhall

Föreningen medverkade också som funktionärer vid två löplopp:

- Lilla tjejmilen 2 september, simiadengrupperna
- Stockholm halvmarathon 9 september, ungdoms- och junior/senior-grupperna

ÅRSGALA 1 APRIL

Efter ett uppehåll under pandemin var det åter dags att arrangera den traditionella Årsgala – nu uppgraderad till Årsgala. Festen höll på Eggeby gård och innehöll utdelning av KM-medaljer och andra prestationspriser, lotterier, underhållning med Nina Bring med mera. Hacke, föreningens nya maskot deltog också i festligheterna.

Till årets pristagare 2022 utsågs:

Årets...

- prestation: Isak Eliasson
- ledare: Elsa Kärvestedt
- komet: William Erneholm
- peppare: Helena Bengtsson
- funktionär: Erik Thunberg
- hjälte: Katarina Holmberg
- kämpe: Adam Karlsson



Årets Hackepristagare Adam och Tone samt Eva Gustafsson och Hacke

Hackepriset 2022 tilldelades:

Tone Sandsjö och Adam Karlsson

Prisutdelare var Eva Gustafsson dotter till föreningens grundare Gunnar "Hacke" Gustafsson. Hon berättade lite historik kring det pris som nu delats ut i 50 år.



Hackepriset: Punschbägare i silver