

Verksamhetsberättelse 2023–2024

1.8.2023 – 31.7.2024

Inledning

Säsongen 2023–2024 har varit på många sett ett lyckat år i verksamheten.

Olika verksamhetsgrupper har haft en bra beläggning och det har varit framgångar på många fronter. Vi startade några nya grupper bland annat Parasim grupp.

1 Styrelse

Styrelsen har under året sammanträtt 10 gånger. Vid varje möte har det funnits möjlighet att vara med på möten digitalt via Teams. Sittande ordförande har lett samtliga möten. Där utöver har styrelsen, ordföranden och verksamhetsledaren haft kontakt via olika kanaler nästan varje vecka, förutom under juli månaden. Det har handlat om information från verksamhetsledaren angående verksamheten, ekonomi, uppgifter som slutförts, frågor som uppkommit och brev från olika förbund samt intressegrupper. På vissa styrelsemöten har styrelsen bjudit in huvudtränaren Alexis Militis på möten.

Styrelsen har bestått av:

Jan Metsola	Ordförande
Kjell Hansen	Vice ordförande
Jonas Nordberg	Kassör
Peter Wahlstedt	Medlem
Björn Karlsson	Medlem
Nina Peippo	Medlem
Linda Sundström	Medlem
Miisa Weuro	Medlem
Markus Åkerfelt	Medlem
Henny Hammar-Eriksson	Verksamhetsledare (utanför styrelsen)
Agneta Roos	Suppleant
Linda Artell	Suppleant

2 Medlemmar

Antalet medlemmar lever lite från år till år.

Aktiva gruppdeltagare: 310 st. (22/23 348 st.)

Övriga medlemmar: 96 st. (22/23 72 st.)

Sammanlagt: 406 medlemmar
(var av 390 st. betalda per 31.7)

Aktiva tränare: 31 kvinnor och 10 män

Övriga som arbetar för föreningens bästa: ca. 50 funktionärer

Simmare med licens under verksamhetsåret: 47 st. (licens under tiden 1.9.2023-31.7.2024)

3 Samarbete

ÅSF är medlem i Finska Simförbundet, Svensk Finlands Idrottsförbund och i Ålands Idrott.

Samarbetsavtal

Det har slutits några olika avtal till förmån för alla föreningsmedlemmar.

Se mer info på hemsidan vad det gäller och vilka förmåner du kan få.

Företagen är **Rehab City**, **Medimar** och **Team Sportia**.

Våra övriga samarbetspartners för det gångna året har varit:

Ålands Ömsesidiga försäkringsbolag, Ålandsbanken Abp, Alandia Försäkring Abp,

Inficon Aaland Ab, Eckerölinjen, Optinova Ab, REP-VVS, Pernord Ab.

Knattesimmet: **Taffel Factory Shop, Karl-ers frukt**

Vi vill rikta ett stort tack till alla våra värdefulla samarbetspartners.

4 Verksamhet

Jämförelsetal

För att kunna jämföra föreningens verksamhetsutveckling från år till år har vi ett jämförelsetal som baserar sig på stora delar av verksamhetens resultat.

Följande delar ingår:

- | | |
|---------------------------|-------------------------------------|
| • Uppnådd simkunnighet: | 26 |
| • Antal nya Simmagistrar: | 0 magistrar, FSL |
| | 0 primus magistrar, FSL |
| | 0 guldmagistern, Svensk Simlinjen |
| | 0 silvermagistern, Svensk Simlinjen |
| | 0 bronsmagistern, Svensk Simlinjen |
| | 15 järnmagister, Svensk Simlinjen |

• Antal licensierade simmare:	30 damer 17 herrar
• Antal simmare som erövrat Pokal 3:	5
• Antal deltagare på Rollo:	1
• Antal UMK-finalister (25):	1
• Antal UMK kvalade (50):	1
• Antal FM-kvalade:	4
• Antal slagna åländska seniorrekord:	4
• Antal simmare som nått 500 FINA-poäng:	4

Jämförelsetalet för 2023/2024 blir **108**.

I jämförelsetalet räknas inte med Småbarnssimsverksamheten, Fridykning samt Öppet Vatten där det inte är relevanta mätetal.

Registrerade aktivitetstillfällen sammanlagt under verksamhetsåret: **1788 st.**

Årsmöte

29.10.23 på Ålands Hotell- och Restaurangskola. 16 deltagare. Även denna gång hade vi mötet efter månadstävlingen och bjöd på lätt lunch. Ny styrelse tillsattes.

Vårmöte

Blev inget vårmöte i år. Styrelsen beslöt att ÅM medaljer med diplom delas ut på månadstävlingen med en ceremoni. Även Ankis vandringspris och personrekord pokalen delades ut. Rekordplaketter för åländska rekord och för åldersklassrekord delades ut.

Terminsavslutningar

Terminsavslut vid hösten 2022 skedde under vecka 50 där föreningen bjöd på saft, pepparkaka, mandarin. Terminavslut på våren 2023 kunde också hållas traditionsenligt. Samband med gruppernas sista simtillfälle för terminen bjöd föreningen på tripp och kakor. S-Market i Jomala sponsrade med tripp och kakor. ÅSF tackar för det. Grupperna höll uppvisning för föräldrar samt simmarna fick sin förvärvade sim-märken samt diplom.

Idrottsgala

Denna gång hade vi nomineringar i 3 olika kategorier.

Barbro Engdahl nominerade året barn och ungdomsledare

Alexis Militis nominerad som Årets Idrottsledare

Ålands Simförening nominerad som årets förening

Ekonomi

ÅSF sökte projektpengar till elit-satsning för 7 simmare i UMK gruppen.

Bidraget har använts till FM tävlingar x 2, tävlingsläger utom Åland 1 st., föreläsning mentalträning under läger i januari 2024 med Emelia Sundblom-Hagstöm. Ålands Idrott anordnade även en föreläsning i idrottsnutrition för aktiva och föräldrar tillsammans med Gymnastiken och Golfen med Emma Lindblom från SISU. Samtidigt var det även Workshop för simmarna. Mycket omttyckt.

UMK har även investerat i ett träningsredskap, "swim tower" med swimtimer som är ett populärt nytillskott bland simmarna att utmana sej med under träningarna och som gör att tränaren kan ha 2-4 simmare att träna med swim tower samtidigt som han/hon kan lägga tid på övriga simmare.

Ålands Idrott betalt in 2722€ för specialidrott för höst och vårterminen, ÅSF har haft två specialidrottare under säsongen 23/24

I övrigt ligger Ålands Simföreningens ekonomi på en stabil grund.

5 Tränaren

Tränarträff

12.10.23 arrangerades det tränarträff på Hotell- och restaurangskolan i lärarrummet före höstterminen startade. Där gick man igenom kommande säsong och delade ut ledarpärmar till nya tränare med info om terminer. Kontaktuppgifter och märkes info samt reviderades de gamla tränarens pärmar. Det var bra deltagande på träffen.

Arbetsintyg till alla tränaren delades ut via postfack.

Föreningen har under året haft:

24 Huvudtränare i grupper

17 Tränare

12 Extra Inhoppartränare som återkommit regelbundet

6 Utbildning och kurser

Under året har det anordnats olika utbildningar och kurser:

Simidrottsledarkurs ställdes in pga. av för få deltagare, endast 5 deltagare.

Förstahjälpkurs med Anna Lundberg och Miisa Weuro från föreningen, 6 deltagare.

Grundutbildning för tränare med Ålands Idrott

Hösten 2023: 5 deltagare

Vårvinter 2024: 4 deltagare

Funktionärskurs 16-18.1.24 med ledare Kjell Hansen, 13 deltagare

Babysiminstruktör 0-2 år Savanna Vildros samt FHJ kurs med Röda Korset start december 2023

7 Projekt / jobb / evenemang

- **Sponsorsimmet** 21.12.23 i samarbete med Steel FM hjälpen till förmån för Ålands Cancerförening. Simmarna simmade imponerande 55 908 meter och simmade in 2108,17€ till Ålands Cancerförening och samma summa till ÅSF. I simningen deltog 20 simmare varav 2 var para-simmare.
- **Try It**, Baltic hallen i Ålands Idrotts regi. ÅSF hade ett bord där vi berättade om vår verksamhet. Flera intresserade av simskolor och de fick ta plats i väntelistan.
- **UMK gruppen** har samlat in pengar till sommarläger genom att sälja Ålands Rabatten, hjälpt till på evenemangen samt gjort inventering på S-market i Godby.

8 Sektioner

Föreningen är indelad i 5 sektioner.

Småbarnssektionen, Motionssektionen, Fridykningssektionen, Simsektionen, Öppet vatten sektionen. Grupperna har regelbunden verksamhet i Maribad (MB), Ålands Idrottscenter (ÅIC) och Vikingahallen.

8.1 Småbarns sektionen

Grupper:

Babysim	1 tillfälle/vecka	1 grupp MB	
Minisim	1 tillfälle/vecka	2 grupp MB	
Familjesim	1 tillfälle/vecka	1 grupp MB	
Simlekis	1 tillfälle/vecka	2 grupper MB	1 grupp ÅIC
Simskola	1 tillfälle/vecka	5 grupper MB	1 grupp ÅIC

8.2 Motions sektionen

Grupper:

Märkesgrupp yngre	1 tillfälle/vecka	1 grupp MB
Märkesgrupp äldre	1 tillfälle/vecka	1 grupp MB
Ungdomsgrupp	2 tillfälle/vecka	1 grupp ÅIC
Vuxen teknik	1 tillfälle/vecka	1 grupp ÅIC
Masters	1 tillfälle/vecka	1 grupp MB
Parasimgrupp	1 tillfälle/vecka	1 grupp ÅIC
Nyborjar simning vuxna	5 tillfällen jan-feb 2024	

HOPPRESA till Fyrishov 23.3.24 för märkesgrupp äldre samt ungdomsgruppen. 10 deltagare.

Höstterminen för grupperna i Mariebad började först vecka 43 pga. renoveringen i simhallen.

Fokus. I dessa grupper har fokus legat på god simteknik och livräddningsfärdigheter, samt konditionsträning.

Ny simkurs på vårterminen 2024. ÅSF ordnade vuxen nyborjar simkurs fem söndagar med start 21.1.24. Det var 8 simmare anmälda och detta ordnades i samarbete med Migrationsverket. Sim ledaren Miisa Weuro och Mikaela Lingonblad var ledaren på kursen.

8.3 Fridykningssektionen

Under verksamhetsåret 2023–2024 har Fridykningssektionen fortsatt att utvecklas och bedriva en aktiv verksamhet. Vi har genomfört träningssessioner två gånger i veckan, både tisdagar och torsdagar, under hela perioden. Detta har gett våra medlemmar ökade möjligheter att utveckla sina färdigheter och upprätthålla en regelbunden träningsrutin.

En glädjande utveckling under denna period har varit det ökade intresset från nya deltagare. Tyvärr har flera av dessa nya entusiaster varit tvungna att lämna Åland, vilket har påverkat vår möjlighet att expandera gruppen långsiktigt.

Trots detta har vi lyckats bibehålla en stabil kärna av 5–6 personer som regelbundet deltar i våra träningar.

Våra träningssessioner har utformats med stor hänsyn till deltagarnas individuella önskemål och behov. Vi har strävat efter att skapa en lyhörd och anpassningsbar träningsmiljö där varje medlems mål och intressen står i centrum.

Detta tillvägagångssätt har resulterat i ett varierat och engagerande träningsprogram som omfattar:

- Skräddarsydda övningar baserade på gruppens uttryckta intressen, allt från grundläggande tekniker till mer avancerade fridykningsmetoder.
- Flexibla träningsmoment som anpassats efter deltagarnas dagsform och långsiktiga målsättningar.
- Utrymme för både individuell utveckling och gemensamma utmaningar, vilket har främjat en stark gruppsammanhållning.
- Regelbundna dialoger med deltagarna för att säkerställa att träningen fortsätter att möta deras förväntningar och utvecklingsbehov.

Trots utmaningen med att vissa potentiella nya medlemmar har lämnat Åland, ser vi positivt på framtiden. Vår stabila kärngrupp ger oss en solid grund att bygga vidare på, och vi fortsätter att välkomna nya intresserade till vår sektion.

Grupper:

1 grupp	2 tillfällen/vecka under hösttermin
	1 tillfällen/vecka under vårterminen

8.4 Simsektionen

Träning har bedrivits i enlighet med Svenska Simlinjen och pågått även under lov, utom jul- och sommarlov. Under jullovet tränade de äldre tävlingsgrupperna extra. Gruppdeltagarna har haft möjlighet att delta i tävlingsverksamhet. För de yngre är det att bekanta sig med tävlingssituationen på hemmaplan via s.k. Utmanaren. Då man simmar mot sig själv och erhåller belöning i form av klistermärken och pokaler när man uppnått vissa tider.

Grupper:

Teknikskola	1 tillfälle/vecka	3 grupper MB	1 grupp ÅIC
Medleyskola	2 tillfällen/vecka	2 grupper MB	
Utmanare	2 tillfällen/vecka	1 grupp MB	
Fortsättare	3 tillfällen/vecka	1 grupp MB	
T1	4 tillfällen/vecka	1 grupp MB	
UMK 2	4 tillfällen/vecka	1 grupp som tränar samtidigt med UMK 1	
UMK 1	8 tillfällen/vecka	1 grupp som tränar både i MB och ÅIC, samt en FYS-träning i Rehab Citys gym.	

Tävlingstillfällen: Finland: 11 tävlingar, Sverige: 8 tävlingar,
Italien: 1 tävling (para), Tyskland: 1 tävling (para)
Åland: SFI Mästerskap, Knattesimmet,
Åland Sports week samt 10 månadstävlingar

Träningsläger

SFI:s introduktionsläger i Piispala

6-8.10.23 ordnades det SFI läger där det var fyra simmare och en tränare som deltog på lägret från ÅSF.

Träningsläger i Godby för Fortsättare & UMK-grupperna

Januari läger anordnades i Mariebad som ett dagläger under jullovet 2-5.1.2024. Det var 18 simmare som deltog. I programmet var det mycket simning naturligtvis, bowling, landträning, föreläsning om visualisering, fridykning med Rasmus, vattengympa med Ia.

Finska simförbundets läger i Åbo

Anton Boman har deltagit simförbundets läger på hösten och våren i Impivaara, Åbo.

Sommarläger på Eriksdalsbadet 28.7-3.8.2024

Sommarens läger arrangerades i Stockholm och Eriksdalsbadet. Det var 11 deltagare samt ledare Alexis Militis och Anders Larsson.

Tävlingsverksamhet

Tävlingar hemma

Åländska Mästerskapen i simning år 2023 har skett i samband med de månatliga Utmanartävlingarna. Resultat i ÅM är enligt följande:

	GREN	HERR	DAM
Januari	200 frisim	Milo Bergman	Wilma Danielsson
	50 fjärilsim	Milo Bergman	Wilma Danielsson
Februari	200 bröstsim	Milo Bergman	Wilma Danielsson
	50 ryggsim	Milo Bergman	Ellen Woivalin
Mars	100 ryggsim	Milo Bergman	Selma Nordberg
	200 medley	Milo Bergman	Wilma Danielsson
April	50 frisim	Milo Bergman	Ellen Woivalin
	400 medley	Milo Bergman	Wilma Danielsson
Maj	100 bröstsim	Milo Bergman	Emelie Måtar
	400 frisim	Milo Bergman	Selma Nordberg
September	100 fjärilsim	Hugo Mirén	Ellen Woivalin
	100 medley	Milo Bergman	Ellen Woivalin
Oktober	1500 frisim	Milo Bergman	Wilma Danielsson
November	200 ryggsim	Milo Bergman	Selma Nordberg
	100 frisim	Hugo Mirén	Selma Nordberg
December	50 bröstsim	Milo Bergman	Wilma Danielsson
	200 fjärilsim	Hugo Mirén	Freja Karlsson

ÅM medaljer och diplom för kalenderåret 2023 delades ut i samband med månadstävlingen i maj. Under samtliga månader utom augusti och juni har det genomförts månadstävlingar för att de yngre simmarna ska få tävlingsvana och medan de äldre företrädesvis tävlat på ÅM har de yngre deltagit i Utmanargrenar.

Nyårssimmet på nyårsafton arrangerades traditionsenligt och det var den sista chansen på året att simmat ett rekord på 2023.

SFI Mästerskap ordnades av ÅSF på Åland vid Ålands Idrott Center i Godby 3-4 februari 2024. Det var 6 föreningar (Borgå, Jakobstad, Vasa, Åbo, ÅSF och Joensuu) som var med och simmade. Det var totalt 110 simmare som tävlade om mästerskapen.

Knattesimmet genomfördes på sedvanligt sätt 13-14 april 2024 med 5 besökande klubbar från fastlandet, men tyvärr inga svenska klubbar denna gången. ÅSF hade 14 simmare med.

Tävlingar borta

Under året har vi deltagit i följande tävlingar i bortavatten:

- Ena cup 8-9.9.23, 10 simmare
- UGP Norrtälje 13-15-10.23 , 15 simmare
- GP Esbo 4-5.11.23, 2 simmare
- UMK försök i Raisio 10-12-11-23, 8 simmare
- Norrtäljedoppet 25.11.23, 27 simmare
- UMK final 8-10.12.23 i Jyväskylä 1 simmare: Selma Nordberg kvalade in på en sträcka.
- FM 14.12.23 Uleåborg, 2 simmare kvalade: Ellen Woivalin på 4 sträckor och Wilma Danielsson på 1 sträcka. Ellen blev sjuk ock kunde inte delta.

- UGP Åkersberga 26-28.01.24, 14 simmare anmälda men blev 9 pga. att Eckerö gick sönder och det blev nattbåt med Viking Line
- JääKarhu Tammerfors 27.01.24 parasimmare Nathalie Örnkvist deltog
- Roslagsmästerskapet 9-10.2.24, 21 simmare
- UGP 2 Täby 9.3.24, 13 simmare
- Masters FM Salo 22.3.24, 3 simmare
- Helsinki Swim Meet 31.03.24, 4 simmare
- WasaWinter Games i Vasa 17-18.2.24, 1 simmare (Nathalie Örnkvist)
- Citi Para Swimming World Series Lignano Sabbiadoro Italien 19-22.3, Nathalie Örnkvist deltog och tog ett antal rekord både personliga och finska mästerskap
- Jöns Svanberg simmet 10-12.5.24, 24 simmare
- Citi Para Swimming World Series I Berlin, 30.5-2.6.24, Nathalie Örnkvist deltog och tog ett antal rekord både personliga och finska mästerskap
- Rollo Vasa 7-9.6.24 Anton Boman kvalade in och simmade 6 sträckor
- UMK finaler i Esbo 14-16.6.24 Selma Nordberg kvalade in och simmade 3 sträckor.
- FM i Helsingfors 27.6-24 6 deltagare, Ellen Woivalin 4 sträckor, Jenny Ek 3 sträckor, Wilma Danielsson 2 sträckor, Milo Berman 1 sträcka och Selma Nordberg 2 sträckor + Nathali Örnkvist simmade 8 st parasim sträckor.
- Zoggs Swim Eriksdalsbadet 28.6.24. 6 simmare
- Ålands Sports Week hade 7 simmare från utlandet anmälda samt 6 ÅSF:are.

Det är glädjande att vi åter har simmare kvalificerade till FM och att vi haft deltagare både på kort och lång bana. Det är bredare antal simmare som kvalar in.

8.5 Öppet vatten sektionen

Under året var det lite händelser inom Öppet vatten.

9 Utmärkelser

Pers pokalen År 2023

Flest erövrade personrekord under året gick till **Selma Nordberg (2009)**, 78 personrekord.

Ankis Vandringspris År 2023

Flest erövrade FINA-poäng under året erhöles av

Ellen Woivalin (2001), 602 poäng (50m fjärl, 00:28.88).

Rasmus Westerback fick Finska Simförbundet utmärkelse som **föreningshjärta** (Seurasydän). Diplomen och en fin hoodie med print delades ut på månadstävlingen i december.

Finska rekord 1.8.2023 – 31.7.2024

Namn	Tävling	Datum	Plats	Sträcka
Natalie Örnkvist	Månadstävling september 2023	9/16/2023	Godby	400m frisim
Natalie Örnkvist	Månadstävling novemvber 2023	11/18/2023	Mariehamn	100m bröstsim
Natalie Örnkvist	Nordiska Mästerskapen	12/2/2023	Tartu, Estland	50m bröstsim
Natalie Örnkvist	Månadstävling december 2023	12/9/2023	Mariehamn	50m ryggsim
Natalie Örnkvist	Månadstävling januari 2024	1/20/2024	Mariehamn	400m frisim
Natalie Örnkvist	Jääkarhu-uinnit 2024	1/27/2024	Tammerfors	100m bröstsim
Natalie Örnkvist	Jääkarhu-uinnit 2024	1/27/2024	Tammerfors	50m bröstsim
Natalie Örnkvist	Wasa Winter Games	2/17/2024	Vasa	50m ryggsim
Natalie Örnkvist	Månadstävling februari 2024	2/24/2024	Mariehamn	200m medley
Natalie Örnkvist	Citi Para Swimming World Series	3/14/2024	Lignano Sabbiadoro	200m frisim
Annika Aspholm	Masters-FM	3/23/2024	Salo	50m bröstsim
Annika Aspholm	Masters-FM	3/24/2024	Salo	100m bröstsim
Annika Aspholm	Masters-FM	3/23/2024	Salo	200m bröstsim
Natalie Örnkvist	Månadstävling april 2024	4/27/2024	Mariehamn	50m frisim
Natalie Örnkvist	Månadstävling april 2024	4/27/2024	Mariehamn	100m frisim
Natalie Örnkvist	Månadstävling maj 2024	5/25/2024	Mariehamn	200m medley
Natalie Örnkvist	Månadstävling maj 2024	5/25/2024	Mariehamn	200m frisim
Natalie Örnkvist	IDM	5/30/2024	Berlin	200m frisim
Natalie Örnkvist	IDM	5/30/2024	Berlin	100m bröstsim
Natalie Örnkvist	IDM	5/30/2024	Berlin	200m frisim
Natalie Örnkvist	IDM	5/31/2024	Berlin	100m frisim
Natalie Örnkvist	IDM	6/1/2024	Berlin	50m frisim
Natalie Örnkvist	IDM	6/1/2024	Berlin	50m bröstsim
Natalie Örnkvist	IDM	6/2/2024	Berlin	200m medley
Natalie Örnkvist	FM	6/30/2024	Helsingfors	50m bröstsim
Natalie Örnkvist	FM	6/29/2024	Helsingfors	100m bröstsim
Natalie Örnkvist	FM (försök)	6/30/2024	Helsingfors	100m frisim
Natalie Örnkvist	FM	6/27/2024	Helsingfors	100m ryggsim
Natalie Örnkvist	FM (final)	6/30/2024	Helsingfors	100m frisim
Natalie Örnkvist	FM (final)	6/28/2024	Helsingfors	50m frisim

Styrelsen tackar

Vi har i styrelsen arbetat med frågor om framtiden och hur ÅSF kan utveckla sig framåt. Hur vi kan bli ännu bättre på det vi gör och vad vi bjuder till våra medlemmar. Året har varit mycket intensivt med många tävlingar och mycket fina resultat. Vår bred på olika grupper är något vi kan vara lite stolta över. Vi ger mycket bred möjlighet på Åland att bli van vid vatten, lära sig och simma, ge en tydlig linje och stegarna hur man tar sig framåt i simningens värld. Simningen passar för alla från baby till seniorer. Vi har olika grupper som passar till många.

Denna säsong fick vi återigen vänta att renoveringar och reparationer blev gjorda vid Mariebad och många av grupperna starta 1-1,5 månader senare i Mariehamn vad det i normala fall skulle göra. Tyvärr är det något som kommer att upprepa sig några höstar till före allt är fixat i Mariebad.

Vi hade under året 11 mindre tävlingar inom föreningen och även 2 större tävlingar men föreningar utifrån. Det är mycket fint att se att vi får ihop ett proffsigt gäng med funktionärer som ställer upp och får dessa tävlingar genomförda. Men vi måste ändå bli flera funktionärer i framtiden på olika områden annars är det inte möjligt och arrangera tävlingar och verksamhet samt föra föreningen framåt. Om ni inte ännu har gått funktionärskursen, så passa på. Ni alla behövs och är viktiga. Alla mindre som större hjälp behövs.

Under den gångna åren har vår verksamhetsledare Henny Hammar-Eriksson hållit i trådarna som tidigare. Det är även många som ställt upp för föreningens bästa och vi vill tacka dem alla: utövare, funktionärer, huvudtränare/tränare, föräldrar, sponsorer och samarbetspartners.

Ni är värda ett STORT TACK! 😊

Nu ser vi fram emot det nya verksamhetsåret.

Den har redan börjat med full fart.

Kom med och var aktiv i verksamheten.

Styrelsen Ålands Simförening