



Mötesanteckningar från Föräldramöte i Simklubben 1970, måndag 2017-10-09

Ordförande Kristina Hallman hälsade välkomna och presenterade styrelsen:

Kristina Hallman, Ordförande

Henrik Paulsson, Kassör

Pernilla Eklund, Sekreterare och Funktionärsansvarig

Mikael Hörder, Ansvarig för tävlingsverksamheten

Victoria Helge, Ansvarig för Föräldrakommittén

Stefan Andersson, Funktionärsansvarig

Kjell Klasson, Ansvarig för Sponsorskommittén

Tomas Boman, adjungerad medlem i styrelsen och inblandad i de flesta frågor

Vi är en ideell förening och inte någon av styrelsens ledamöter har någon form av arvode för sitt arbete.

Kristina informerade om möjligheten att vara medlem i klubben som förälder och att det ger rösträtt på Årsmötet, vilket också ger en möjlighet att påverka klubbens framtid.

Kopplat till medlemskapet kommer det framöver att erbjudas en del förmåner, bl.a ett förmånligt pris på Sandareds Träningscenter.

Henrik informerade om klubbens ekonomi. Alla pengar är otroligt viktiga för klubben, något som många kanske inte känner till är att varje träningsstillfälle som simmarna är närvarande ger oss ett tillskott med 8,50.

Även antalet medlemmar ger oss ett tillskott från kommunen.

Intäkterna vi har går till stora delar tillbaka till simmarna.

När simmarna är på tävling är startavgiften mellan 60-70 kronor/individuell start, för en lagkappsstart är kostnaden 95 kronor. De avgifterna betalar klubben. Simmarna brukar ha vissa aktiviteter tillsammans med sina tränare som klubben betalar. Vi står för en del av lägeravgiften när simmarna åker på läger. Till detta kommer avgifterna för hallhyra, tränarlöner m.m.

Fikaförsäljningen ger klubben en bra intäkt. Tävlingarna vi arrangerar är också en viktig intäkt för oss.

Mikael informerade om Tävlingsverksamheten. Vi brukar arrangera tre tävlingar per år, Sandaredssimmet, Sandaredssprinten och en av UGP-tävlingarna (Ungdoms Grand Prix).

Varför arrangerar vi tävlingar? Ambitionen är att våra simmare skall få möjligheten att tävla i tryggheten på hemmaplan, detta är kanske extra viktigt för våra nya, yngre simmare. De startavgifter som gästande klubbar betalar genererar ett välkommet tillskott till kassan för klubben.

Det är mycket arbete kring tävlingarna, bl.a arbete med att bygga upp allting kvällen innan tävling och riva allt på kvällen efter. Detta är ett arbete där vi skulle behöva hjälp av fler än den lilla skara (en grupp funktionärer som ändå jobbar hela helgen) som nu ställer upp med den hjälpen. Här kan alla föräldrar vara till hjälp, även de som inte är funktionärer.

Pernilla och Stefan berättade om Funktionärsverksamheten.

Varför funktionär?

Du tar en aktiv del i ditt barns idrott och kan förstå regler och eventuella "diskningar".

Vid vissa tävlingar som vi besöker är vi som klubb skyldiga att ställa upp med funktionärer, annars får inte våra simmare tävla.

Du vill vara delaktig i klubben och lära känna de andra simmarens föräldrar.

Det går åt mellan 25-40 funktionärer under ett tävlingspass beroende på vilken tävling det är och var vi arrangerar den.

Det är roligt att vara funktionär.

Vi som klubb förväntar oss att alla simmare har minst en funktionärsutbildad förälder.

Utbilda dig till funktionär

Det första steget i funktionärsutbildningen är Tävlingsfunktionär, det innebär att man kan fungera som Vändningskontrollant och Tidtagare under en tävling, man har ansvar för en enskild bana.

Det andra steget i funktionärsutbildningen är Distriktsfunktionär, det innebär att man kan fungera som Tävlingsledare, biträdande Tävlingsledare, Speaker, Sekreteriat, Bandomare, Starter och Vändningskontrollantledare. Detta steg kan man gå när man är lite mer erfaren som Tävlingsfunktionär.

Det krävs inga förkunskaper inom simning, de flesta av oss har sin bakgrund i helt andra idrotter. En funktionärsutbildning består av en heldagsutbildning alt två kvällar och två praktikpass (inom 6 månader från att utbildningen genomförts).

Victoria berättade om Föräldrakommittén. Föräldrakommittén tar hand om kioskverksamheten vid tävlingar, arrangerar luciabasaren, Julaftonssimmet, Nyårssimmet, Sommaravslutningen. De är också med och ser till att det finns föräldrar med på läger.

Föräldrakommittén behöver alltid påfyllnad av intresserade föräldrar som vill vara med och jobba med de olika evenen.

Kjell informerade om Sponsringsarbetet. Båda små och stora sponsringsaktiviteter är välkomna, vi vill ha så många sponsorer som vi bara kan få. Har ni föräldrar några kontakter som skulle vara intresserade av Sponsring så flagga gärna upp det för styrelsen så tar vi gärna hand om kontakterna.

Att ha en Skylt i simhallen kostar 5000 kronor om året för våra sponsorer.

Lämnar vi in City Gross kvitton genererar det en återbäring av 1% av den sammanlagda summan.

Vi har rabatt hos Lane 4 i Bollebygd om vi talar om att vi kommer från SK70, vi kommer också kunna använda oss av rabatt om vi handlar på deras hemsida. Ågaren av Lane 4 kommer också att arrangera en klubbkväll för oss, där han håller kvällsöppet för oss som klubb.

Tomas informerade om att arbetet just nu pågår med att titta över kommande läger. Planen är ett lite större läger under påsklovet och sedan uppstartsläget i Augusti, det finns ännu inga besked om var dessa läger kommer gå av stapeln.

Chefränare Mark informerade om sin bakgrund och sin träningsfilosofi.

Bakgrund: Sydafrikansk topp 10 simmare under ungdomsåren. Fick som 15 åring stipendium att simma i USA, tränade tillsammans med olympier. Fick tidigt problem med skador i sina axlar, pga den höga träningsdosen och de mil han simmade varje dag. Tränarna såg till att han fick kortisoninjektioner och skickade honom direkt tillbaka till bassängen.

Simmade för Israels Olympiska lag, men hade både problem med axlarna och ramlade och bröt handleden och kunde inte slutföra.

Han har tidigare bott i Sverige i flera omgångar och simmat i SM, men har dragits med axelskador under hela sin karriär och måste jobba mycket med rehabiliteringsträning.

Han har en lång bakgrund som tränare. Hade en egen simskola i Australien. Har arbetat med Olympier i Australien, Sydafrikanska världsrekordhållaren Peter Williams. Han har bl.a varit tränare för världsmästare i Cricket och Triathlon.

Han har med sig erfarenheten av hur det påverkar dig att vara en skadad simmare, så han vill leda våra simmare på rätt bana så att de slipper detta med rätt träning.

Som Mark ser det så är det viktigt med en långsiktighet i arbetet med simmarna för att uppnå framgång. Han ser att vi har en del ämnen för framtida simmare på nationell nivå. Efter nyår kommer träningsupplägget att förändras och han hoppas att detta skall sporra varje simmare till att utveckla sin fulla potential och hålla dem skadefria. Hans filosofi är att träna hela simmaren (fysiologiskt, sportsvetenskapligt, idrottspsykologiskt, biomekansikt) det är som att lägga ett pussel. Han vill även arbeta med lagkänslan. Han har INGA FAVORITER bland simmarna utan försöker se varje simmare och stärka deras passion för simning.

Så här kan ett typiskt träningspass se ut:

10 min powernap

5 min där simmarna fokuserar på ett mål (något de vill uppnå)

30 min där de tränar styrka, core, balans, rörlighet och smidighet m.m.

Simträning (det är känd fakta att kroppen bara kan klara va 30-45 minuters intensiv träning, annars minskar man möjligheten till framsteg. Under och efter träning går kroppen in i en nedbrytande process, vilket gör att det är viktigt att tillföra rätt näring, återhämtning och sömn för att bygga upp kroppen och förbättras. Det är en väldigt fin linje mellan träning och överträning. Sena kvällsträningar är en stor nackdel för barn som växer)

Nedvarvning med prat kring träning, denna sker ofta i barnpoolen.

Har barnen frågor kring sin träning, be dem diskutera det med sina tränare. Har ni som föräldrar frågor om barnens träning boka gärna en tid med Mark, det ställer han gärna upp på.

Det kommer att skickas ut en lista för varje individuell simmare kring vilken personlig utrustning de behöver.

Övriga frågor

Det finns önskemål från föräldrar om en bytessida på hemsidan för byte av t.ex simfenor.

Föräldrarna upplever att träningstiderna inte alltid stämmer vilket skapar oro, speciellt hos de yngre simmarna. Det är viktigt att rätt info går ut till föräldrarna om ändrade träningstider, inställda träningar m.m.

Det kom frågor kring varför det på de senaste tävlingarna bara varit pojkar som representerat klubben vid inmarsch, det skall vid varje tävling vara en pojke och en flicka. Varför använder man vid tävling inte den nya hejaramsan som simmarna tog fram i Falkenberg?

Information kring insamlingen av vinster till Luciabasaren kommer snart att gå ut till föräldrarna.

Den nya hemsidan är nu klar och kommer att användas mer flitigt i framtiden.

Föräldrarna frågade efter Tävlingskalendern för 2018 och man inväntar att Distriktets tävlingskalender skall bli officiell innan man spikar vår kalender.

Önskemål från några föräldrar att man fördelar fikaförsäljning/funktionärsuppgifter under tävling under en liknande lista som fikalistan för simskolan. Vi ser dock ett problem kring detta då vi inte har så många funktionärer att fördelningen skulle bli rättvis.