



**SVØMMEA VDELINGEN**

**ÅRSMELDING FOR 2018**

## Innhold

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 1. Styret: .....                  | 3  |
| 2. Aktive: .....                  | 3  |
| 3. Sportslig aktivitet: .....     | 3  |
| 4. Trening: .....                 | 4  |
| 5. Treningsleir: .....            | 5  |
| 6. Arrangementer:.....            | 6  |
| 7. Svømmekurs:.....               | 7  |
| 8. Instruktører og trenere: ..... | 7  |
| 9. Dommere: .....                 | 8  |
| 10. Bassengsituasjonen:.....      | 8  |
| 11. Målsetting:.....              | 8  |
| 12. Økonomi:.....                 | 8  |
| 13. Kretsarbeidet: .....          | 9  |
| 14. Nettressurser:.....           | 9  |
| 15. Takk:.....                    | 10 |

Resultat og balanse 2018;     se eget vedlegg

Budsjett 2018;                 se eget vedlegg

## **1. Styret:**

Styret for MIL-SVØM, har hatt følgende sammensetning i 2018:

Heidi Steen, leder

Asbjørn Fosså, kasserer

Jørgen Moum, styremedlem, stevneansvarlig

Frode Eitrem, styremedlem, sportslig leder

Astrid Hiberg Rånes, styremedlem, svømmeskoleansvarlig

Jon Torkel Petersen, sekretær (f.o.m ca. september 2018)

Det har vært avholdt 5 styremøter for svømmeavdelingen i perioden.

Svømmeavdelingen ved styreleder Heidi Steen har deltatt på 2 avdelingsledermøter i hovedlaget i Malvik IL i 2018. Steen tok over som Malvik IL svømming sin representant i kretsstyret for Svømmeforbundet Sør-Trøndelag etter Frode Eitrem i april 2018 og har deltatt på 4 styremøter i 2018.

## **2. Aktive:**

Pr 31.12.18 hadde klubben 54 aktive svømmere fordelt på 15 i A gruppen, 12 i B gruppen, 13 i C gruppe og 14 i D gruppen. Dette er en nedgang i antall medlemmer fra 2017 med 8 stk.

Hoveddelen av frafallet har kommet i B/C gruppen, mens medlemstallet har gått opp i D gruppen. Det er sannsynligvis flere årsaker til ekstra stort frafall i B/C gruppen. Ett av punktene som styret har fått tilbakemelding på fra foresatte og svømmere er at treningsopplegget er for ensidig og at svømmerne har behov for mer individuell oppfølging. Dette vil være satsningsområde for klubben inn i 2019.

## **3. Sportslig aktivitet:**

Klubben har i 2018 hatt målsetting om deltagelse på 14 stevner. Det har vært fokus på å få relativt mange muligheter for stevnedeltagelse for A-gruppa, med Trøndersvøm, LÅMØ Midt, Mjøssvøm, Kristiansund Open og Julelauget som viktige stevner. 4 svømmere kvalifiserte seg til LÅMØ Midt 2018. C- og D-gruppa har deltatt på henholdsvis 8 og 4 stevner. Klubben har som målsetting å skape en god lagfølelse på stevnene vi deltar på, der bl.a. felles sitteplasser under MIL Svøm vimpelen skal bidra til at svømmere og familie opplever svømmefellesskapet i klubben.

MIL-svøm har vært representert på følgende stevner og mesterskap i løpet av 2018;

## Vår 2018

- Trøndersvøm, Pirbadet, Trondheim
- LÅMØ-MIDT, Pirbadet, Trondheim
- Rosesvøm, Molde
- NTNUI-sprinten, Pirbadet, Trondheim
- Stjørdalstoppen, Stjørdal
- Bergen Swim festival, ADO arena, Bergen
- Mjøssvøm, Hamar.
- Sommerstevne, Pirbadet, Trondheim

## Høst 2018

- Høstmønstringa, Pirbadet Trondheim
- Trondheimsmedleyen, Husebybadet, Trondheim.
- Kristiansund Open, Atlanterhavsbadet, Kristiansund.
- Kveldsstevnet, Pirbadet, Trondheim.
- Ungdomsmesterskapet/Jr.NM, Asker
- Høstjakta, klubbens eget stevne i Hommelvik.
- Julelaget/Nissesvøm, Stjørdal svømmehall.

I forhold til antall svømmere på trening er det godt oppmøte på stevnene. Klubben har en lav egenandel for deltakelse på stevner: kr. 250,- pr. stevne pr. svømmer, uavhengig av hvor mange starter hver enkelt har. Klubben har dekket startavgiftene utover dette. Klubben er av den oppfatning at lav kostnad for stevnedeltagelse gir flere svømmere som deltar på stevner i tillegg til at det svømmes flere distanser. For at klubben skal kunne gjennomføre denne formen for betaling, er det satt som en forutsetning at det er trener som sammen med svømmer setter opp aktuelle distanser for hvert stevne. Dette for å sørge for at svømmerne opplever passende utfordring og mestring på stevner.

## 4. Trening:

Svømmerne har i 2018 vært fordelt på A-, B-, C- og D-gruppa. A-gruppa er de eldste og mest erfarne svømmerne, og D-gruppa er de yngste. D-gruppa trener på Vikhammer, mens de andre gruppene trener i Hommelvik. En ny D-gruppe startet opp på Vikhammer høsten 2018 med Audun Jensen som hovedtrener.

A-gruppa har i 2018 bestått av ca 15 aktive svømmere, som har trent inntil fire ganger a/2 timer/1,5 timer per uke i bassenget i Hommelvik. Svømmerne i A-gruppa har hatt Trøndersvøm, LÅMØ og Mjøssvøm som hovedmål for første del av året, og Kristiansund Open og Julelauget som hovedmål i andre del av året. Svømmerne har vist god utvikling og det har gjennom året blitt satt mange personlige rekorder og klubbrekorder. Klubbens svømmere hevder seg også godt

i konkurranse i enkelte øvelser. Klubben hadde i 2018 en svømmer som kvalifiserte seg til Junior NM i Asker. Dette er en prestasjon som klubben er svært stolt av. Trener for A-gruppa har vært Fanny Moen Pettersen.

B-gruppa har hatt en del utskifting av svømmere gjennom året, noen har kommet til og noen har rykket opp til A-gruppa. Noen har også sluttet. B-gruppa har trent inntil fire ganger pr uke, alle treninger a/1,5 time. Hovedformål har vært å lære og utvikle svømmeteknikken i alle svømmearter. Trener for B-gruppa har vært Lars Ringen Vik-Mo.

C-gruppa har hatt stor variasjon i antall aktive svømmere gjennom året, flere har sluttet. Det har vært to treninger a/1 time per uke i Hommelvik. Hovedformål å lære basis svømmeteknikk i bryst, crawl, rygg. Trener for C-gruppa har vært Lars Ringen Vik-Mo.

D-gruppa har en trening pr uke a/1 time. Trener i vårhalvåret har vært Knut Egil Rød, i høsthalvåret har Audun Jensen vært trener med bistand av Elisabeth Leirvik Rabben.

Klubben har et godt samarbeid med Stjørdals Blink svømmegruppe og Verdal svømmeklubb. Dette har klubben dratt nytte av bl.a. i form av invitasjoner til treningskamper i Nord Trøndelag svømmekrets og ved innleie av trener til treningsleir.

## **5. Treningsleir:**

Årets treningsleir ble gjennomført i uke 32, slik tradisjonen har vært over mange år. Denne gangen gikk turen til Östersund og Storsjøbadet. Klubben hadde invitert med seg Verdal Svømmeklubb, og til sammen var 30 svømmere i aksjon fra ankomst på søndag ettermiddag, til hjemreise fredag kveld. Malvik stilte med totalt 16 svømmere og en trener. Verdal stilte med hovedtrener, en hjelpetrener og 14 svømmere. Treningsmessig ble det et veldig bra opplegg. Det ble gjennomført to treningsøkter per dag, en morgen og en ettermiddag (én på ankomst- og avreisedag). Det ble inngått en avtale med den lokale svømmeklubben om lån av to 50-metersbaner utendørs, i tillegg til 25-metersbanene vi hadde reservert innendørs. Gruppene ble delt etter ferdighetsnivå på tvers av klubbene med en trener per gruppe, og hjelpetrener som gikk imellom. I tillegg til tiden i vannet, ble det kjørt korte styrke- og tøyøkter på bassengkanten.

I tillegg til treningsutbyttet, er det sosiale miljøet og lagbygging en viktig del av det å dra på leir. Mellom slagene var det god tid til sosialt samvær både mellom interne grupper og på tvers av klubbene. Det ble både lokale aktiviteter som kubb, frisbee og fotball, og fellesaktiviteter med utflukt til Boda Borg, fotballgolf og musikkquiz. Frukt av dette ser vi både i egen gruppe, med kjennskap og vennskap på tvers av svømmegruppene, og i møte med nye kjente på stevner.

Gjennomføring av treningsleiren var sterkt dugnadsbasert, og en stor takk rettes til alle medfølgende foreldre som sto på med matlaging, vasking, og generell oppfølging av svømmerne.

## 6. Arrangementer:

MIL-SVØM har hatt følgende arrangement i 2018:

### 17.mai dugnad:

I tidligere år har svømmeavdelingen hatt ballongdugnad på Malvik IL sitt 17.mai arrangement på Vikhammer. Gitt miljøfokus og anbefalinger om å ikke selge heliumballonger, besluttet klubben for å bytte aktivitet og i stedet selge sukkerspinn i 2018. Sukkerspinnmaskin var tilgjengelig via hovedlaget. Dugnaden ble gjennomført med de eldste svømmerne, med støtte fra foresatte og kasserer. Erfaringene fra dugnaden var at det var en fordel å produsere sukkerspinnen fortløpende med to på maskinen i perioden med mest folk rett etter ankomst av toget. Overskuddet ble omtrent halvparten av hva vi har tjent på ballongsalg tidligere.

### Sommeravslutning:

Vårsesongen ble avsluttet med klubbmesterskap og kveldsmat. Her ble det informert om svømmeleir og høstsesongen. På sommeravslutningen ble også pokaler til årets svømmer ble delt ut. Markus Øyangen vant pokalen for guttene og Tina Fosså vant for jentene.

### Høstjakta /Juniorsvøm:

MIL Svømming arrangerte det tradisjonelle stevnet Høstjakta/Juniorsvøm 17.nov 2018. Stevnet profileres som et rekruttstevne, og har tradisjonelt vært et viktig stevne for nybegynnere både i egen klubb og i kretsen. Stevnet ble gjennomført med elektronisk tidtaking for første gang, gjennom samarbeid med Vestbyen og Stjørdalsblink for leie av utstyr og kyndig støttepersonell. Logistikk og den tekniske delen av gjennomføringen av stevnet fungerte godt. Det er et forbedringspotensial mht. lyd kvalitet/anlegg. Opplegg med kiosksalg fungerte også bra, og gav et bra overskudd til klubbkassen.

### Juleavslutning:

Juleavslutningen ble tradisjonen tro avviklet med klubbmesterskap og påfølgende kveldsmat med kurvfest. Klubbmesterskap er uhøytidelige stevner som er populære også for de som ikke vanligvis stiller på stevner. Det var god deltagelse fra klubbens svømmere. Stevnet er et viktig arrangement for rekruttene for å få føle på stevne-deltakelse på klubbnivå, før de evt. prøver seg på eksterne stevner.

## 7. Svømmekurs:

Første kursrunde startet opp i uke 5 i 2018, og andre kursrunde startet opp i uke 35.

Svømmeavdelingen har gjennomført 19 svømmekurs fordelt på 5 nivåer for barn etter opplegget til Norges Svømmeforbund:

|            |  |
|------------|--|
| Hval:      | lære å dykke kroppen under vann  |
| Skilpadde: | lære å flyte (trygghet på grunt vann)                                  |
| Pingvin:   | lære å gli i vannet og å snu seg fra mage til rygg.                    |
| Selunge:   | lære fremdrift i vannet. Grunnleggende svømmeteknikk.                  |
| Sel:       | svømmeteknikk 1 og 2 er opplæring og trening på alle fire svømmearter. |

Kursene holdes 10 ganger à 30 minutter i svømmehallen på Vikhammer skole fra 16:45-19:00 tirsdag, onsdag og torsdag, 4 på tirsdager, 2 (vår)/ 1 (høst) på onsdager og 4 på torsdager.

Påmelding og betaling gjøres via [www.tryggivann.no](http://www.tryggivann.no). Pris per kurs er satt til kr. 1.100,- med søskenmoderasjon på 20%.

Hovedinstruktører på kursene våren 2018 var Mira Krogstad Abelvik (tirsdag), Knut-Egil Rød (onsdag), og Astrid H. Rånes (torsdag). Høsten 2018: Mira Krogstad Abelvik (tirsdag), Harald Martin Råne (onsdag), og Astrid H. Rånes/Claudia Bjørgum (torsdag). Hjelpelinstruktører var Sebastian Moum, Robin Vennatrø, Alfred Leistad, Harald Martin Rånes, Birk Krogstad Abelvik, Frida Eitrem Brauten, Estela Bjørgum og Markus Øyangen.

Det har blitt avholdt møter med instruktørene etter kursavslutning. På møtene deles kunnskap og vi planlegger oppstart av neste kursrunde. Det er gitt positive tilbakemeldinger også i år fra foreldre og barn på kursene våre. Kursene har blitt fylt opp raskt. Det har vært annonsert via Facebook-siden til Svømmeskolen og diverse offentlige Facebook-sider. Vi har delt ut informasjon på Allidretten (Malvik IL) hvor svømmeavdelingen har stilt med instruktør. Aldersgrense på kursene er 6 år på tryggivann.no. Vi har ved spesielle forespørsler akseptert barn som er 5 år, og dette har fungert bra. Før kursstart er det ofte spørsmål om hvilke kurs barna bør meldes på. Vi viser til nivåvelgeren vår, og det er rom for å flytte barna dersom de er påmeldt feil kurs. Dette gjøres etter første kursdag.

Totalt antall deltakere i 2018: 203

## 8. Instruktører og trenere:

|                               |               |
|-------------------------------|---------------|
| Fanny Moen Pettersen          | Trener A      |
| Lars Ringen Vik-Mo            | Trener B og C |
| Knut Egil Rød og Audun Jensen | Trenere D     |

## 9. Dommere:

Klubben hadde 6 aktive dommere i 2018, hvorav 1 ny av året. Klubbens dommere var i aktivitet på stevner i Pirbadet, Kristiansund, Stjørdal, Levanger og Namsos i løpet av året. Minstekravet for å kunne arrangere stevne etter Svømmeforbundets retningslinjer er at klubben har minst fem egne dommere. Det er behov for å utvide dommerstaben i det kommende året for å unngå å bli for sårbare ved frafall.

## 10. Bassengsituasjonen:

Klubben disponerer bassengtid mandag og onsdag fra 17:00 til 20:00 (ut av vannet 19:30) og tirsdager og torsdager (fra 15:00 til 17:00/17:30) i bassenget i Hommelvik. Bassenget var stengt i tre uker i høstsesongen pga. muggsoppfunn i gangen utenfor garderobene. Svømmegruppen fikk i denne perioden et begrenset treningstilbud på Stjørdal. Når det gjelder bassenget på Vikhammer så gjør vi avtaler direkte med Vikhammer skole for de tidsrommene vi skal bruke bassenget. I 2018 har bassenget på Vikhammer vært stengt i perioder. Informasjonen fra skolen/kommunen har vært mangelfull omkring dette, noe som har gjort situasjonen for D-gruppen og svømmeskolen uforutsigbar i perioder.

## 11. Målsetting:

På styremøte 22. september 2001 ble det formalisert og vedtatt en målsetting for MIL-SVØM som skal være en norm for vår aktivitet: «*MIL-SVØM har som målsetting å arbeide for utvikling og fremme av svømmeidretten på alle nivåer i Malvik, i et miljø preget av trygghet og godt kameratskap.*» Styret mener at aktiviteten i 2018 har vært i tråd med målsettingen. Klubben er inne i en spennende periode med mange utfordringer og utviklingsmuligheter det skal arbeides med videre i 2019.

## 12. Økonomi:

Økonomien i svømmeavdelingen viser at det er stor aktivitet med deltagelse på mange stevner og stort engasjement. Regnskapet for 2018 viser et underskudd på ca.kr. 44.000,- Dette skyldes at man inntektsførte full dekning for kostnader til nye startpaller i 2017, som i 2018 ble tilbakeført med 50% etter tilbakemelding fra kommunen om at de kun dekker halvparten av kostnadene. Samtidig er det inntektsført kr. 50.000,- fra hovedlaget som forventes utbetalt i 2019. Den underliggende driften viser et overskudd på ca. kr. 30.000,- som er på linje med tidligere år. Her kan det nevnes at klubben gjennomførte en dugnad med salg av tennbriketter som bidro godt til overskuddet. Økte inntekter fra svømmekurs bidro også godt. Ca. kr. 120.000,- i fordringer skyldes at avregning for andre halvår 2018 ble sendt ut til svømmerne først i januar 2019, men ble inntektsført i 2018.



Svømmeavdelingen er i en særstilling blant avdelingene i Malvik IL med solid inntekt fra svømmekurs. I 2018 hadde svømmeskolen et overskudd på ca. kr. 170.000,-, noe som gjør at vi har lav treningsavgift og kan utbetale lønn til trenere.

Til slutt er det gledelig å notere god påmelding til Høstjakta som ga hele kr. 40.200,- i startavgifter. Dette er en solid økning fra året før.

Avdelingen har en sunn økonomisk drift og solid egenkapital.

### **13. Kretsarbeidet:**

Heidi Steen overtok styreplassen i styret for Sør-Trøndelag Svømmekrets/STSK etter Frode Eitrem i april 2018. STSK har bl.a. organisert treningssamlinger, dommerkurs og LÅMØ-samling. Videre har STSK foretatt utdeling av pris til kretsens mest fremgangsrike svømmere (en jente og en gutt, nominert av klubbene) og sendt representanter til større konferanser i regi av Norges Svømmeforbund. STSK er en pådriver for samarbeidet innenfor svømmeidrettene i tidligere Sør-Trøndelag, inkludert samarbeide med svømmekretsen i tidligere Nord-Trøndelag/NTSK.

### **14. Nettressurser:**

Hovedkommunikasjonskanalen til svømmeavdelingen er en egen lukket Facebook gruppe som heter Malvik IL svøm. Her legger vi ut aktuell informasjon om stevner og andre aktiviteter, samt at siden brukes til mer uformell kommunikasjon mellom utøvere, trenere, ledere og foresatte i svømmegruppen. Det er i tillegg etablert egne lukkede Facebook grupper for styret, dommere og trenere/instruktører for intern kommunikasjon og administrering av aktiviteten.

Svømmeavdelingen har egen hjemmeside: [www.malvikil-svømming.no](http://www.malvikil-svømming.no). På hjemmesiden ligger det nyttig informasjon om svømmeklubben, som blant annet kontaktinformasjon, skjema for innmelding for nye svømmere, informasjon om treningstilbudene, aktivitetskalender og linker til andre aktuelle nettsider. Hjemmesiden har noe begrenset funksjonalitet og det er behov for en oppgradering.

Styret innførte appen Spond i desember 2017 til bruk for stevneopmelding, noe som har fungert godt.

## **15. Takk:**

Styret i MIL Svømming retter en takk til alle svømmere og foresatte som har stilt opp som deltakere, stevnefunksjonærer og frivillige på Høstjakta, klubbstevnene og på treningsleir. Videre rettes en takk til våre dommere og andre som har gjort en frivillig innsats for klubben gjennom aktiviteter som hjelpetrenerne, leiransvarlige og på 17.mai dugnad. Vi takker også alle andre som har bidratt til driften i svømmeavdelingen. Tilslutt rettes en takk til personalet ved Idrettsbygget i Hommelvik og ved badet på Vikhammer for utvist velvillighet.

Malvik 10.02.19  
Styret 2018