



2017-03-19

## Dagordning:

=====

1. Mötets öppnande
2. Val av
  - a/ mötesordförande
  - b/ mötessekreterare
  - c/ två (2) justeringsmän tillika rösträknare
3. Årsmötets behöriga utlysande
4. Fastställande av dagordning.
5. Val till styrelsen
  - a/ ordförande –om/nyval på ett år.
  - b/ styrelseledamöter om/nyval på två år
  - c/ valberedning – val 1 år
6. Verksamhetsberättelse 2016 och ekonomisk rapport.
7. Budget 2017
8. Fastställande av Väsby SS Triathlon Styrdokument
9. Inkomna motioner
10. Mötets avslutande



2017-03-19

## Verksamhetsplan 2017 och målbild för klubben

- Sektionen har till ändamål att främja sina medlemmars träning och tävling i idrotterna triathlon, duathlon och andra idrotter av samma typ
- En fortlöpande nyrekrytering till sektionen
- Locka, utveckla och behålla triathleter av sådan "kaliber" att de kan konkurrera om SM/RM-medaljer individuellt eller i lag från ungdom till masters på både herr- och damsidan
- Ett årligen återkommande tävlingsarrangemang i kommunen i duathlon, triathlon eller aquathlon
- Anordna minst ett träningsläger för medlemmarna under försäsongen
- Utveckla barn och ungdomsverksamheten
- Skapa stöd för nya medlemmar med hjälp av mentorskap
- Stödja medlemmar som är beredda att satsa på Elit
- Bibehålla "Öppen och positiv stämning –En klubb för alla"



2017-03-19

### Triathlonsektionen

Ordförande	Anders Brunander
Ordinarie ledamot	Simon Borg
-"-	Jimmy Lejonhammar
-"-	Stefan Thorsell
-"-	Åsa Lindeblad
-"-	Kristina Stigsdotter Sundgren

## Triathlonsektionen

### Allmänt

2016 – Ett år med flera nyanser. Under tjugohundrasexton så har Väsby SS Triathlons verksamhet till en början haft en stor utmaning med att återigen organisera SM i Duathlon som brukligt har hållits den 1:a maj. Styrelsen tillsammans med tävlingsledningen drog i alla trådar som gick och det bar frukt och resultat till ännu en väl genomförd och uppskattat evenemang. Ytterligare så har Väsby SS Triathlon fortsatt med integrering som tillskottet av alla de nya medlemmar som tillkommit. Utrymme och rum har getts för nya att komma in i både styrelse, tävlingsledning, tränargruppen.

Med totalt 190 st medlemmar i klubben så har vi gjort en medlemsresa som kräver att vi alla, nya som gamla gör vårt bästa för att få allt att fungera fortsatt effektivt och smidigt.

Tävlingsschemat 2016 var ett vida spritt kapitel, från Trelleborg i söder upp till Umeå i norr där SM i olympisk distans hölls. För femte året i rad gick även Ironman-tävlingen i Kalmar med över 2700 deltagare samt ITU's tävling i Stockholm. Dessa andra fortsatt väldigt populära tävlingar som dragit fulla hus tillsammans med Vansbro triathlon som nu i år fått SM status i långdistans (halv ironman).

Vid slutet av 2016 hade VSS Triathlon över 150 vuxna medlemmar. Av dessa deltar ca 82 st i vår gemensamma simträning. Med stor aktivitet genom våra medlemmar anordnas gemensamma löpträningar på söndagar och måndagar som passar just alla.

På ungdom och juniorsidan har vi nästan 40 st aktiva i åldern 10 till 17 år.

Den väntande kön till att få komma in och bli medlem/få tillgång till i första hand simträningarna har varit konstant kring 6-7 personer där vi kontinuerligt släpper på vid tillfälle vilket brukar bli ett par personer varannan månad.

Arbetet med barn- och ungdomssidan har fortsatt med att skicka både befintliga och nya engagerade tränare på utbildningar och därigenom kunna få en större och tryggare plattform att stå på och växa vidare för att kunna motivera och inspirera barn och ungdomar.

En fortsatt kontinuitet och kvalitet på träningarna gör att vi nu kan erbjuda barn och ungdomar ett ännu bättre utbud och underlag för att kunna utvecklas till en aktiv och idrottande livsstil i allmänhet och triathleter i synnerhet. Vi har i slutet av 2016 40 st barn och ungdomar som medlemmar.



2017-03-19

## **Styrelsearbete**

Styrelsen har under året haft 8(10) protokollförda sammanträden.

Styrelsens ledamöter har haft samråd i olika frågor mellan sammanträdena.

## **Träning**

Det stora medlemstillströmningen har givit oss utmaningen att slussa in fler, nya tränare och ledare i föreningen samt utbilda dessa för att de ska känna att de står på en stabil grund och har de färdigheter som önskas från medlemmarna.

Träningen kretsar i första hand runt simningen där det är 4 ggr/vecka i Vilundabadet. Simtränare är Lena Ylitalo och Niclas Tönnfält. För att bättre kunna hantera det stora antalet medlemmar infördes under våren 2014 en förändring i bokningssystemet med kortare bokningstider och en bredare struktur på simträningarna för att passa både nya och mer erfarna simmare. Genom denna förändring så har vi kunnat få en bättre service som möter speciellt nya medlemmars önskemål och behov.

Ungdomsdelen av klubben har vuxit till den nivån att vi nu separerat barn från ungdom till separata träningar med huvudansvariga tränarna Henrik Janson och Henrik Malmström. Vårt främsta mål för barn och ungdomar har varit samhörighet och glädje – att de är en del av något större, en grupp.

Dessa bedriver idag sammantaget 7 träningar i veckan, där barngruppen har 2 och ungdomarna 5 tillfällen.

Under året får de även besöka RIG'et i Motala (riksidrottsgymnasiet för Triathlon) för mer inspiration.

På sommaren så anordnas gemensamt barnläger i Högsbobruk tillsammans med Uppsalas ungdomsverksamhet så att både nya kontakter knyts och de unga får möta flera med samma intressen.

En dag i veckan/måndagar året runt så är det gemensam löpträning där huvudtränare är Anders Brunander. Träningen bedrivs kring Sollentuna, Upplands-Väsby samt Bosön.

En dag i veckan/söndagar året runt organiseras det långdistanslöpning där inspiratör och samordnare är Mikael Karlsson. Träningen utgår från Upplands Väsby och ger alla en chans att delta oavsett tidigare nivå.

Under sommarhalvåret bedrevs organiserad cykelträning samt utomhussimning på en snitslad bana i Norrvikensjön. Ett flertal träningstillfällen för juniorer anordnades också.

Flera medlemmar var på träningsläger under våren och hösten, Mallorca är ett stående inslag som ständigt lockat, likaså under 2016 där det var en större grupp blandat med seniorer och juniorer som gjorde ön till sin. Bland övrigt genomfördes nio deltävlingar av cykeltempoloppet "Syratomten" runt sjön Fysingen med ibland upp till 40 stycken deltagare. Detta under perioden maj till september i CUP format med poäng och senare prisutdelning.



2017-03-19

### **Eget arrangemang**

Väsby Duathlon (springa-cykla-springa) fick i år SM status vilket gjorde att tävlingen fick än mer dragkraft än tidigare år. Den genomfördes den 1 maj och i år soliga och fina förhållanden. Tävlingen blev välbesökt både på senior- och juniorsidan. Tävlingen ingick i den nationella duathlon-cupen under sensvåren 2016 som en av fyra tävlingar. Vinnare på damsidan blev Sara Svensk och återigen så tog sig Fredrik Bäckson upp till första platsen.

### **Tävling**

Väsby SS Triathlons medlemmar klarade under 2016 få till strax över 90(132) nationella senior- och masterstarter, motion. Där klubben vann cupen som bästa Svenska klubb för andra året på rad. Samt även deltagit hel och halv Ironman över i stort sett hela världen, från Nya Zeeland till VM på Hawaii. Dessutom har vi haft en ungdomssektion som vuxit så det knakar. I år hade vi junior & ungdomar som deltog på hela 11(9) tävlingar med totalt 42(51) starter.

Med sorg och tårar minns vi en av klubbens eldsjälar, en motivator, drivkraft och gyllene stjärna – Anna Melinder som under årets höst lämnade oss.

Glädje och något som glimmar lite extra under 2016 är Claes Wikdahls kvalificering och deltagande på Hawaii och Ironman VM och Ungdomarnas utveckling och framgångar.

Styrelsen för Triathlonsektionen  
2017-03-19



2017-03-19

## Budget 2017

### Intäkt

Träningsavgifter	135 000
<b>Summa</b>	<b>135 000</b>

### Kostnader

Barn- och ungdomsverksamhet	15 000
Medlemsaktivitet, innefattar träningsläger	20 000
Gemensam sammankomst (fest)	10 000
Utbildning	15 000
Löner till tränare inkl sociala avgifter	45 000
Övriga kostnader	20 000
Licenser och startavgifter	10 000
<b>Summa</b>	<b>135 000</b>

### Summera från tidigare år

Resultat 2012: 9 792 kr
Resultat 2013: 37 902 kr
Resultat 2014: 25 000 kr
Resultat 2015: -44 000 kr
Resultat 2016: 0 kr



2017-03-19

## **Fastställande av Väsby SS Triathlon Styrdokument på begäran från 2016 års Årsmöte**

Förändringar som har ändrats:

- Ny logga i dokumentet
- Uppdaterat perioder för mandatperioden för styrelseledamöter
- Ändringar som avser Barn & Ungdomar, bland annat med tanke på rösträtt och prispeng
- Namnbyte av dokumentet från Stadgar till Väsby SS Triathlon Styrdokument