



2019-01-06

Verksamhetsberättelse för Väsby SS Triathlon 2018

Triathlonsektionens Styrelse 2018

Ordförande	Pernilla Malmström
Ordinarie ledamot	Simon Borg
-”-	Anna Fiorillo
-”-	Malin Annebäck
-”-	Mattias Eriksson
-”-	Nikklas Jorme
-”-	Mikael Karlsson



2019-01-06

Allmänt

Tjugohundraarton - Väsby SS Triathlons (fortsatt benämnt klubben) vann för fjärde året i rad svenska cupen för föreningar. Vi har varit en av de främsta föreningarna i att stimulera Sveriges barn- & ungdomssatsningar till och för triathlon. Centrum för klubbens fokus har i huvudsak legat på den interna verksamheten. Inför våren bjöd klubben in till en organiserad gruppresa till Mallorca där ett samordnat träningschema med alla grenar ordnats, anpassat för barn och ungdomar samt masters-aktiva. Ett stort antal personer deltog genom klubbens försorg och ett flertal anslöt utifrån med egna logistiska lösningar.

Tävlingarna under vår, sommar och höst har fortsatt att vara spridda över hela Sverige. Då vi valt att inte anordna duathlon under våren var den första tävlingen där ett flertal medlemmar deltog Hallsta triathlon. Den tävlingen följdes raskt av Uppsala, Gävle, Borås, Malmö, Tjörn, Sala, Kalmar och Stockholm. Vi har haft ett stort antal starter i många olika tävlingar. I svenska cupen kunde vi glädja oss åt att som sagt ta hem föreningscupen för fjärde året i rad. Andra föreningar börjar dock knappa in på oss där. Det stora antalet starter i både svenska cupen, olika ironman-tävlingar och även andra fristående tävlingar har självklart lett till många medaljer och fina placeringar. Medaljer i USM, JSM och RM inte minst.

Klubben fortsätter med sin tidigare utstakade plan kring integrering av nya medlemmar som står på kö till simträningar. Utrymme och rum har getts för nya medlemmar att komma in i både styrelse, tävlingsledning och tränargruppen.

Med 158 betalande medlemmar så fortsätter vi vår positiva medlemsresa som kräver att vi, nya som gamla, gör vårt bästa för att få allt att fungera fortsatt effektivt och smidigt.



2019-01-06

Vid slutet av 2018 hade klubben 129 medlemmar – vuxna och ungdomar. Av dessa deltar 94 i vår gemensamma simträning. Vi har dessutom 15 barn som tränar regelbundet. Med stor aktivitet genom våra medlemmar anordnas gemensamma löpträningar på söndagar under våren och måndagar under både vår och höst som passar alla.

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 utrymme vilket vanligtvis blir ett par personer varannan månad.

Arbetet på barn- och ungdomssidan har fortsatt med att skicka både befintliga och nya engagerade tränare på utbildningar - därigenom får vi en större och tryggare plattform att stå och växa vidare på för att kunna motivera och inspirera barn och ungdomar. För barn och ungdomsgruppen erbjuds simträningar på måndagar, torsdag, fredag och lördag samt löpning måndag, onsdag och fredagar. Alla deltar i olika omfattning på träningarna utifrån mognad och egen vilja.

Den stora ungdomsdelen av klubben har bibehållit sin struktur. Under året har ett flertal av våra ungdomar flyttat i väg för att gå på triathlongymnasier i Motala och Falun. Under hösten deltog representanter i samtal med förbundet och med Väsby Nya Gymnasium med målet att ett NIU i triathlon ska kunna starta på VNG läsåret 2020/2021. Vårt fortsatta främsta mål för barn och ungdomar är samhörighet och glädje – att de är en del av något större, en grupp.

Styrelsearbete

Styrelsen har under året haft 9 sammanträden.

Styrelsens ledamöter har haft samråd i olika frågor mellan sammanträdena.



2019-01-06

Träning

Simträning

Den stora medlemstillströmningen har gett klubben 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.

Simträningen har varit framgångsrik med fyra gånger per vecka i Vilundabadet.

Simtränare sedan flera år är Lena Ylitalo och Niclas Tönnfält på de träningar som är för våra ungdomar och vuxna.

Under sommarhalvåret bedrevs utomhussimning på en snitslad bana i Norrvikensjön. Ett flertal träningstillfällen för barn- och ungdomar anordnades också.

Cykelträning

Under sommarhalvåret bedrevs organiserad cykelträning vid flertalet tillfällen. Ett flertal träningstillfällen för barn- och ungdomar anordnades likväl. De främsta återkommande tillfällena har varit Syratomten (Timetrial 20km), där klubben nu även börjat bjuda in utomstående att få testa sina krafter mot klubbens medlemmar men utom tävlan i klubbens egna inbördes CUP-tabell med poäng och placering för damer, herrar och juniorer. Under vintern anordnades det även ett antal spinningpass för ungdomar, där vuxna också deltog i mån av plats.



2019-01-06

Löpträning

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

En dag i veckan (söndagar) organiserades det långdistanslöpning under våren, där den eviga inspiratören och samordnaren var Mikael Karlsson. Träningen utgick från Upplands Väsby och gav alla en chans att delta, oavsett tidigare nivå, med flertalet fart- och distansgrupperingar.

Övrigt

Flera medlemmar var på träningsläger under våren och hösten. Mallorca lockade många, där en större grupp seniorer och juniorer medverkade på våren.

Under en helg i september anordnades ett läger i Högbo bruk med fokus på MTB och löpning. Där deltog ett 40-tal medlemmar i olika åldrar.

Samtidigt så anordnar klubben träning på hemmaplan, för de medlemmar som väljer bort värme och sol, med ett återkommande "MisärDuathlon" som hålls då vädret helst inte ska visa sig från sin bättre sida, detta i april och oktober.

Tävling

Klubbens medlemmar klarade under 2018 få till 146 stycken nationella senior-, masters- och motionsstarter. Vi har därtill deltagit på hel- och halv-Ironmantävlingar över i stort sett hela världen. Flest deltagare på långdistans fick klubben på hemmaplan i Sverige och Ironman Kalmar med 21 startande. 2018 deltog klubbens juniorer och ungdomar i 11 tävlingar med totalt 61 starter. Klubbens medlemmar lyckades ta hem 25 förstaplatser, 10 andraplatser och 13 tredjeplatser.



2019-01-06

Eget arrangemang

Precis som 2017 hölls ett klubbmästerskap vid Bollstanäs skola och dess strand den 16 september där anmälda klubbmedlemmar fick möjligheten att bekänna färg mot varandra – under mer sociala former än blodigt allvar – vilket är klubbens signum. Trots kalla temperaturer både i vatten och luft blev det en trevlig tävling. Vinnare var Henrik Jansson och Åsa Lindeblad.

Styrelsen
2019-02-17