



2021-02-22

# Verksamhetsberättelse för Väsby SS Triathlon 2021

## Triathlonsektionens Styrelse 2021

Ordförande	Sara Andersson
Ordinarie ledamot	Robert Gouffrich
-"-	Nina Lovén
-"-	Ingrid Pettersson
-"-	Nicklas Rudehov
-"-	Nikklas Jorme
-"-	Pontus Bohlin



2021-02-22

## Allmänt

Väsby SS Triathlon (fortsatt benämnd klubben) har under 2021 haft ytterligare ett annorlunda år med Corona pandemin som begränsat vår verksamhet. Vi fortsätter vara en av de främsta triathlonföreningarna i Sverige. Våra masters har en stor bredd inom alla distanser, triathlon och våra ungdomar, juniorer och seniorer tar hem medaljer både på SM och på internationella tävlingar. Vår förening fortsätter utveckla barn- och ungdomsverksamhet i triathlon, vilket visar sig bland annat genom ett flertal aktiviteter, samarbetet med NIU och ett stort förtroende från förbundet. Vi har en trogen grupp tränande och tävlande triathleter i olika åldersgrupper, som alla bidrar till gemenskap och träningsglädje. Vi har återupptagit att vara tävlingsarrangör och vi bidrar med att skapa förutsättningar för att tävlandet inom triathlon i Sverige fortsätter att växa.

Många triathlontävlingar, 2021, ställdes in eller flyttades fram till hösten, men flera tävlingar genomfördes och även några virtuella tävlingar. Veronica Höiom genomförde Ironman Hamburg, Andreas Hjalmarsson Ironman Italien, Daniel Hedberg genomförde Ironman Tallin, Nybergarna genomförde Ironman, Johan två och Magnus tre.

Klubben fortsätter med sin tidigare utstakade plan kring integrering av nya medlemmar som står på kö till simträningar. Vi har i skrivande stund ingen i simkö.

Klubben har ökat till 179 (167, år 2020) betalande medlemmar, varav 47 st är barn och ungdomar. 61 personer deltar i den gemensamma simträningen.

Under året har inga nya tränare för barn- och ungdomar utbildats. Detta då restriktionerna inte tillåtit att samlas fysiskt.



2021-02-22

Samtliga tränare som regelbundet har kontakt med barn och ungdomar har visat upp utdrag ur belastningsregistret i enlighet med riksidrottsförbundets rutiner.

Barn- och ungdomar deltar i olika omfattning på träningarna utifrån mognad och egen vilja. Den stora ungdomsdelen av klubben har bibehållit sin struktur. Vi har fortfarande några ungdomar som går på riksidrottsgymnasiet i Motala. Väsby Nya Gymnasium anställde 2021 en ny triathlontränare, Johan Andersson. Idag går tre av våra ungdomar på skolan och deltar i träningen med klubben och egen träning med Johan Andersson. 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 regelbundna digitala sammanträden ca 1 ggr/månad.

Styrelsens ledamöter har haft samråd i olika frågor mellan sammanträdena.

Styrelsens vice ordförande är även ledamot i styrelsen för Väsby SS.

## Träning

### Simträning

Simträningen kunde återupptas under 2021 efter ett längre uppehåll på grund av Corona pandemin, då klubben inte längre fick tillstånd av kommunen att träna i Vilunda. Tränarledd simträning har genomförts enligt följande:

Måndag morgon – ungdomar (tränare Henrik Malmström och Henrik Jansson)

Onsdag morgon - ungdomar och masters (tränare Henrik Jansson, Henrik Malmström)



2021-02-22

Torsdag kväll – ungdomar och masters (tränare Lena Ylitalo och Niclas Tönnfält)

Fredag kväll – barn och ungdomar (tränare Hanna Törnlöv, Anna Fiorillo, Henrik Jansson, Henrik Malmström)

Lördag morgon – ungdomar och masters (tränare Lena Ylitalo och Niclas Tönnfält)

Några simträningar har genomförts under ledning av Tobias Marklund.

Under sommarhalvåret genomfördes SimTomten i Bollstnäs under ledning av Tobias Marklund.

## Cykelträning

Under sommarhalvåret bedrevs organiserad cykelträning vid flertalet tillfällen. Ett flertal träningstillfällen för barn- och ungdomar anordnades likväl, framför allt på Arlanda Test Track i samarbete med SMACK. De flesta återkommande tillfällena har varit Syratomten (Timetrial 20km), med CUP-tabell innehållande poäng och placering för damer, herrar och juniorer. Syratomten organiserades med stor noggrannhet av Henrik Grankvist. Våra medlemmar är även mycket aktiva i att dra ihop spontana cykelpass via facebookgruppen, ofta med trevliga fikastopp inplanerade.

## Löpträning

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

På onsdagar och fredagar är det löpträning för barn- och ungdomar. På onsdagar sker intervallträning i samarbete med friidrotten och på fredagarna är det distanslöpning.

## Övrigt

I början av maj bistod klubben förbundets sportchef Angela Fox i att arrangera uttagningar till landslaget. VSS hjälpte till med att boka simbanor och triathlon bokade Arlanda testtrack för



2021-02-22

cykel och löpning. Under sträng disciplin för att undvika smittspridning och onödig kontakt för de aktiva genomfördes uttagningarna. Flera medlemmar från klubben blev uttagna till landslaget.

Under tre veckor i juli anordnade klubben triathlonbarnläger i Bollstanäs som riktade sig främst till barn som ville prova på triathlon. Klubben fick möjlighet att ge sju ungdomar ferietjänst där klubben stod som arbetsgivare med stöd från RF/SISU och Svenska triathlonförbundet.

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, men med fokus på barn- och ungdomar.

Klubben betalade ut prispengar, sedvanligt i december, i enlighet med styrdokumentet.

Nytt för i år var att vi kunde premiera två stafettlag; ett bronslag och guldlag från SM stafett i Linköping.

Pristagarna var enligt följande:

#### **Individuella prestationer**

Tilda Månsson

Hampus Månsson

Paul Frayon

#### **Stafettlag GULD**

Tilda Månsson

Hampus Månsson

Elin Malmström

Paul Frayon

#### **Stafettlag BRONS**

Andrea Möllerberg

Martin Törnqvist



2021-02-22

Helena Rylander

Jonas Rylander

## Tävling

Många medlemmar har deltagit i tävlingar under året. Klubben dominerade helt tävlingarna i Linköping, med flera stafettlag och flera individuella SM medaljer. Två lag från klubben utmärkte sig och tog guld och brons vid SM stafetten.

Under SM tävlingarna i Sala tog Andrea Möllerberg silver, Martin Törnqvist silver och Pia Selin brons.

Våra ungdomar presterade mycket bra på internationella tävlingar men de främsta meriterna stod Tilda Månsson för som tog ett silver i junior EM i Kitzbühel och ytterligare ett silver i VM i Portugal. Vår klubb kan nu stoltsera med att vi har medlemmar på högsta världselitnivå.

Vår egen Arlandastad Duathlon tävling fick skjutas fram till hösten 2021. Tävlingen genomfördes väldigt proffsigt av klubben, såväl tävlingsledning, funktionärer och deltagare gjorde en fantastisk tävling. Tävlingen hade SM status och var finalomgång för Svenska triathloncupen. Tyvärr med lägre deltagarantal p g a flytt från maj till september.

Klubben medverkade till att genomföra en deltävling i Svenska triathloncupen. Tävlingen, en sprint, arrangerades av Svenska triathlonförbundet med Väsby SS Triathlon som LOC (lokal kontakt). Simningen genomfördes i Bollstanäs och efter avbruten start fortsatte ute på Arlanda Testtrack för cykel och löpning. Enbart Senior, junior och ungdom fick delta.



2021-02-22

Klubben har under 2021 arrangerat några swimrun träningar och klubben har representerats i flera swimrun tävlingar i Sverige.

## Övrigt

Klubben har hållit årsfest i ny lokal – Spiltan, som blev en mycket trevlig tillställning och många priser delades ut. Stort tack till festkommittén med ledning av Jimmy!

Under hösten bokades hela bowlinghallen O’Learys i Mall of Scandinavia för en gemensam aktivitet för barn- och ungdomsgruppen. Efter bowlingen gemensam middag på O’Learys. Ett uppskattat och välbesökt evenemang där flertalet av alla barn och ungdomar samt tränare och ledare samlades och umgicks utan ett träningstillfälle. Evenemanget finansierades av de pengar Hampus och Tilda Månsson donerade till klubben efter att ha vunnit Svenska spels pris ”Hejapriset”.

Valberedningen 2021 har bestått av Åsa Lindeblad, Martin Törnqvist och Jonas Rylander.

Styrelsen  
2022-02-22