



2025-03-22

Verksamhetsberättelse för Väsby SS Triathlon 2024

Triathlonsektionens Styrelse 2024

Ordförande	Sara Andersson
Ordinarie ledamot/ tf Ordf	Veronica Höiom
-”-	Marie Wiman
-”-	Björn Stille
-”-	Nicklas Rudehov
-”-	Nikklas Jorme
-”-	Anders Brunander



2025-03-22

Allmänt

Väsby SS Triathlon, sektion inom Väsby simsällskap (fortsatt benämnt klubben) har under 2024 bedrivit träning och tävling inom triathlon och idrotter av liknande slag. Vi fortsätter vara en av de främsta triathlonföreningarna i Sverige. Våra Age-group (masters) medlemmar har en stor bredd inom alla distanser, triathlon och våra ungdomar, juniorer och seniorer tar hem medaljer både på SM och på internationella tävlingar, World Triathlon. Vår förening fortsätter utveckla barn- och ungdomsverksamhet i triathlon, vilket visar sig bland annat genom ett flertal olika aktiviteter. Vi har samarbete med NIU och har ett fortsatt stort förtroende från Svenska triathlonförbundet. Vi har en trogen grupp med tränande och tävlande triathleter i olika åldersgrupper, som alla bidrar till gemenskap och träningsglädje. Klubben är, en för svensk triathlon, fortsatt viktig tävlingsarrangör och bidrar med att skapa förutsättningar för att deltagandet inom triathlon i Sverige ska växa.



Tilda Månsson representerade Sverige på OS i Paris 2025

För första gången hade Väsby SS triathlon en deltagare på OS. Från och med 2023 ingår Tilda Månsson 20 år, i SOK's Topp och Talang och redan 2024 blev hon uttagen att representera Sverige vid de olympiska spelen i Paris, vilket hon gjorde med bravur!! Tilda tävlade också framgångsrikt i världscupen med flera pallplatser och en vinst! Under hela våren 2024 bodde Tilda och hennes tränare, tillika storebror Hampus, i Oceanien och Asien. De tränade och Tilda tävlade för att samla ihop tillräckligt med poäng för att kunna kvala till OS

Pallplatser för Tilda Månsson 2024

1:a WC Wollongong 2024

2:a WC Chengdu 2024

3:a WC Uzbekistan 2024.

Övriga World triathlon tävlingar 2024

2024 World Triathlon Cup Hong Kong

2024 World Triathlon Championship Series Yokohama DNF

2024 World Triathlon Championship Finals Torremolinos-Andalucia

Olympiska spelen 2024

Paris 2024 Olympic Games



Tilda Månsson som tar sin tredje Världscupseger i Wollongong, Australien (sprintdistans)



2025-03-22

I slutet av januari 2025 släppte Sveriges Olympiska Kommitté nyheten att Hampus Månsson, triathlon, är en av 13 nya tränare i stödprogrammet Topp och Talang Tränare. Med dagens lansering är 36 tränare från 22 olika idrotter med i Topp och Talang. Tränarsatsningen består av två delar:

- * Tränarnas tid med de aktiva behöver utökas - satsningen ska bidra till detta i flera individuella idrotter.
- * Tränarnas kompetens ska stärkas – ett program för individuell utveckling och sammanhang ska skapas med sikte på tränarskap i världstopp.

Även andra Väsby-triathleter har visat framfötterna internationellt. Hanna Månsson och Anton Karlsson har framgångsrikt deltagit på Europe Triathlon Junior Cup och Oskar Arvidsson på Gdansk FISU World University Triathlon Championships.

I december delade klubben ut prispengar för mästerskapsmedaljer under 2024. Flera nya ungdomar belönades för sina prestationer på mästerskapstävlingar. Som prisutdelare deltog triathlonsektionens styrelsemedlemmar Veronica Höiom, Nikklas Jorme och Anders Brunander

- Hanna Månsson vann silvermedalj på SM i Duathlon, samt guldmedalj på USM i Sprint – triathlon, och belönades med 3 750 kr.
- Anton Karlsson vann guldmedalj på USM i Duathlon, samt på USM i Sprint – triathlon, och belönades med 3 750 kr.
- Emmy Skånstad Fant, vann en silvermedalj på USM i Duathlon, samt på USM i Sprint - triathlon och belönades med 1 850 kr.

- Mose Grafström vann bronsmedalj på USM i Duathlon, och på USM i Sprint - triathlon och belönades med 900 kr.
- Alice Birgander vann en bronsmedalj på USM i Duathlon och belönades med 300 kr.



Prisutdelning i Villundahallen för pallplatser i mästerskapstävlingar 2024.

Grattis till alla medaljörer!

Sedan 2023 delas IRONMAN World Championships upp mellan Kona, Hawaii och Nice, Frankrike. Detta år var det herrarnas tur att få in ta Hawaii medan damerna körde VM i Nice. Klubben hade deltagande med på Hawaii där bröderna Johan och Magnus Nyberg samt Odd Larsson var med.



Odd Larsson på plats i Kona, Hawaii 2024

Vi hade även deltagande i 2024 IRONMAN 70.3 World Championships på Nya Zeeland genom Yurii och Hanna Khrystianovych.

Klubben har fortsatt med sin tidigare utstakade plan kring integrering av nya medlemmar som önskar bli en del av gemenskapen. Vi har i skrivande stund ingen kö till simträningen.



2025-03-22

Klubben har minskat till 131 (170 st. år 2022, 147 st. år 2023) betalande medlemmar, varav 29 (40 st, år 2022, 34 st. år 2023) är barn och ungdomar. Ca 51 personer deltar i den gemensamma simträningen.

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. Ungdomsdelen av klubben har bibehållit sin struktur. Vi har en ungdom, Anton Karlsson 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.

Sektionsstyrelsearbete

Sektionsstyrelsen har under året haft regelbundna digitala och fysiska sammanträden ca 1 ggr/månad.

Styrelsens ledamöter har haft samråd i olika frågor mellan sammanträdena.

Styrelseledamot Nikklas Jorme är även ledamot i styrelsen för föreningen Väsby SS.

Träning

Simträning

Simträningen har fortgått under 2024. Tränarledd simträning har genomförts enligt följande:

styrelse@vsstriathlon.se



2025-03-22

Måndag morgon – ungdomar och masters (tränare Björn Stille)

Onsdag morgon - ungdomar och masters (tränare Olivia Stille från VSS)

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

Fredag kväll – barn och ungdomar (tränare Hanna Törnlöv, Mikael Karlsson, Emeli Grafström, Paula Birgander samt simtränare Rasmus Strandberg från VSS. Även flera föräldrar hjälper till som Anders Månsson mfl.)

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

Under sommarhalvåret genomfördes SimTomten i Bollstnäs under ledning av Tobias Marklund. Totalvinnare 2024 blev Daniel Swahn & Åsa Lindeblad

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. Årets totalvinnare blev Åsa Lindeblad och Jimmy Lejonhammar. Våra medlemmar är även mycket aktiva i att dra ihop spontana cykelpass via Facebook gruppen, ofta med trevliga fikastopp inplanerade.



2025-03-22

Löpträning

Regelbunden löpträning har bara genomförts av ungdomsgruppen. Martin Törnqvist har engagerat sig i en "LöpTomte – gissa din tid" på 3000 respektive 5000m. Spontant deltagande i lördagslöpning efter simträningen har kontinuerligt genomförts. I början av 2025 har klubben även anordnat gemensam intervallträning i Sollentunas inomhushall under ledning av Martin Törnqvist.





2025-03-22

Prova-på för barn och ungdomar

Den 20:e august anordnades ett Prova på triathlon för barn och ungdomar vid Bollstanäs badplats som var mycket uppskattat!

För barn och ungdomar
upp till 16 år

Läs mer och anmäl er på:
www.vsstriathlon.se

PROVA PÅ TRIATHLON!

- Simma
- Cykla
- Springa

VÄSBYSTRITHLON
EST. 1996

Söndagen den 25 augusti
Bollstanäsbadet kl. 10:00

Träningsstävling inför OS Paris

Drygt en månad innan Paris OS anordnade klubben tillsammans med Hampus Månsson en träningsstävling för Tilda Månsson. Syftet med träningsstävlingen var att skapa en miljö som så mycket som möjligt liknar en internationell tävling med bl.a. dykstart och drafting tillåten.

Träningsstävling med Tilda Månsson inför OS i Paris 2024

Kan du simma 1500 m OW på 18 minuter?

Cykla ca: 20 km i hårt tempo i klunga snittfart 40-45 km/h

Löpning 10 km i snittfart 3:30 min/km

styrelse@vsstriathlon.se



Träningsstävling för Tilda inför Paris-OS 2024.

Övriga läger

Under 2024 arrangerades ett Age-Group-läger i Väsby i ett samarbete mellan svenska triathlonförbundet och Väsby SS Triathlon. Lägret riktade sig fram för allt till AG:ers som satsade på World Triathlon Championship Finals i Torremolinos-Andalusia (Malaga) senare under året.

Barn och ungdomsläger i Hallsta

I samband med tävlingen i Hallsta anordnades ett läger för våra barn och ungdomar i Hallsta som avslutades med deltagande i tävlingen där.

MTB läger i Högsbo som genomfördes i oktober.



MTB träning i Högsbo.

Tävling

Svenska triathloncupen 2024

Totalt sett hade klubben 138 starter i tävlingsklass under 2024 och av dessa var 45 % kvinnor.

Arlandastad Duathlon anordnades av klubben för sista gången 2024. Tävlingen genomfördes väldigt proffsigt av klubben, såväl tävlingsledning, funktionärer och deltagare gjorde en

fantastisk tävling. Tävlingen ingick i Svenska triathloncupen och det arrangerades både SM/RM på distansen.



SM-klass seniorer herrar i duathlon.

Väsby SS triathlon vann för 8:e året i rad pris som bästa föreningen. Vi hade också flera pallplatser i Svenska Cupen:

- Age group 60-64 herrar – Jonas Rylander 2:a
- Age group 55-59 damer – Elisabeth Frayon 1:a
- Age group 50-54 damer – Sara Andersson 1:a
- Age group 50-54 damer – Åsa Lindeblad 3:a
- Age group 50-54 herrar – Martin Törnqvist 2:a
- Age group 45-49 herrar – Mikael Karlsson 2:a
- Age group 25-29 herrar – Daniel Swahn 2:a
- Junior damer - Hanna Månsson 1:a
- Junior damer - Emmy Skånstad 3:a
- Junior herrar - Anton Karlsson 2:a
- Ungdom 16-17 år damer – Hanna Månsson 1:a
- Ungdom 16-17 år damer – Emmy Skånstad 2:a
- Ungdom 16-17 år damer – Alice Birgander 3:a

- Ungdom 16-17 år herrar – Anton Karlsson 1:a
- Ungdom 16-17 år herrar – Mose Grafström 2:a
- Flickor 14-15 år – Alva Lagerberg 3:a
- Pojkar 14-15 år – Elias Birgander 3:a

Master total Åsa Lindeblad 3:a & Jonas Rylander 3:a



Väsby SS Triathlon vann föreningscupen för 8:e året i rad!!

2024 Age Group World Championships Torremolinos

Under World Triathlon Championship Finals i Torremolinos, Spanien deltog Sverige med en trupp på ca: 25 tävlande. Både Junior- U23 och Seniorsklass samt Age-group deltog. Tilda Månsson, från klubben, var den enda svensk som deltog i seniorsklass och tävlade mot de främsta i världen på damsidan. Som Age-group hade Sverige fler deltagare än vi någonsin haft i mannaminne. Ett initiativ från klubben att uppmana Age-group/Masters att tävla på ett World

Triathlon arrangemang vilket blev mycket lyckat. Sverige hade en stor trupp med Age-group, 20+ st som tävlade i både sprintdistans och standard distans (olympisk). Jonas Rylander deltog i både sprint- och standard distans, Nikklas Jorme, Maria Lifveredson, Ahmad El Sayed och Mikael Karlsson på standard distans. Även Tomas Perssson deltog och rekryterades till klubben under vistelsen i Spanien.



Ironman

Klubben hade representanter både på IRONMAN och IRONMAN 70.3 runt om i världen (förutom vid WC), till exempel Florida, Tallin, Portugal-Cascais, Marathon-Greece, Venedig, Elsinore och såklart på våra svenska lopp Jönköping och Kalmar!



2025-03-22

Övrigt

I maj blev VSS fullvärdiga medlemmar i Friidrottsförbundet.

Klubben har även under 2024 representerats i flera swimrun tävlingar i Sverige.

Klubben har hållit årsfest på TEN Hotell med temat VARIETÈ VAUDUVILLE. Festen blev en mycket trevlig tillställning och många priser delades ut. Stort tack till festkommittén med ledning av Marie Wiman, Åsa Lindblad, Nikklas Jorme och Jonas Rylander!

Nyårssimning med 100x100m anordnades som ett gemensamt arrangemang med Väsby simsällskap.

Valberedningen 2024 har bestått av Åsa Lindeblad, Martin Törnqvist och Jonas Rylander.

Styrelsen

2025-03-09