

Verksamhetsberättelse för år 2022

Stockholmspolisens IF Simhopp

Styrelsen

Under 2022 har styrelsen bestått av Jan-Erik Nilsson, ordförande, Ewa Glennow, kassör, Björn Olsson, vice ordförande, Erik Tjerneld, sekreterare, Susanne Tiger, ledamot, Fredrik Lindqvist, ledamot, Nils Carlberg ledamot, Petra Götell, suppleant.

Strategiarbete

Enligt nedanstående så fortsätter föreningen sitt arbete.

Föreningen har sedan 2020 arbetat med att utveckla strategier för verksamheten, grundtanken är att ha en rullande planering för två kommande OS cykler dvs 8 år för att arbeta igenom mål för alla delar av verksamheten samt det stöd som krävs i form av höjda kompetenser bland alla tränare, kommunikation till nya och existerande medlemmar, skola och yrken som fungerar ihop med satsningar på gymnasiet och uppåt i åren.

En stor del av arbetet har kretsat kring hur vi skall höja föreningens tränarkompetens. Paco tillför hög kompetens till hela föreningen. Paco valde att avsluta sin anställning under sommaren. Föreningen anställde då Stefan Lindahl som började i augusti.

Vi gör även fördjupade analyser av våra register för att se vilka närvarotrender vi har i klubbens olika verksamheter, mönster och orsaker till att man börjar eller slutar sin simhoppskarriär.

Vi hoppas under kommande år 2023 arbeta fram mål som ger riktning och som är lätta att följa upp för samtliga delar av verksamheten.

Hoppskolan (breddverksamheten)

Under 2022 har vår breddverksamhet varit stabil och inte minskat eller ökat speciellt mycket. Under Höstterminen hade vi 32 grupper igång. Intresset för att träna flera gånger i veckan ökade däremot och 7 grupper har tränat 2-3 ggr/veckan. Vi startade verksamheten i början av januari och höll på fram till jullovet, med ledigt över alla skollov. Ca 15 träningsveckor per termin har det blivit. Totalt jobbade det 32 olika tränare i våra hoppskolegrupper. I grupper med många barn var det två tränare, för att värna om utveckling, säkerhet och att alla barn blir sedda. Målet för alla hoppskolegrupper är att alla barn ska vilja fortsätta simhoppa i flera terminer. Under skollovsledigheterna var den

ordinarie träningen inställd för hoppskolan, men våra populära lovläger pågick i vanlig ordning, med många barn som deltog.

Under årets båda terminer genomförde vi märkestagningar som hoppskolan själva anmäler sig till.

I december hade vi en härlig Julavslutning i 2 olika heat för att få plats med alla simhoppare och publik. Det bjöds på fina priser, fika, fina hopp under uppvisningarna och såklart en fantastiskt rolig skämthoppning!

Prova-på kurser och Mini-hopp kurser

Utöver verksamheten i hoppskolan, med träning för barn och unga på nybörjar- och fortsättningsnivå, håller föreningen prova-på kurser för barn (simkunniga) samt mini-hopp kurser för de yngsta, icke simkunniga barnen (3-5 år). Varje termin under 2022 har föreningen hållit två - tre kurser av varje sort, med 85 deltagare sammanlagt i prova-på kurserna och 43 deltagare i mini-hoppkurserna. Kurserna pågick mellan 4-5 veckor och gav deltagarna en god kännedom om hur träningen i vår ordinarie verksamhet i hoppskolan fungerar.

Wisbyläger

20-23 Juni så arrangerades Wisbylägret, ett ungdomsläger i simhopp som arrangeras av Wisby simsällskap och Stockholm simförbund. De klubbarna som bjuds in är de som tillhör Stockholmsdistriktet, Polisen Simhopp, Simklubben Neptun, Södertälje simsällskap och Wisby simsällskap. Totalt deltog 32 simhoppare, från Polisen åkte 7 simhoppare och 2 tränare. Det blev som tidigare år ett väldigt lyckat läger med allt från simhopp till buss utflykt och trampolinpark.

Utbildning

Under 2022 har tränarna fått auskultera vid utvecklings och tävlingsgrupper för att aktivt lyssna och delta på tränarna till grupperna. De har deltagit minst 3 tillfällen i minst 2 olika grupper. Vi haft 2 internutbildning en i februari och en i april. Den i april följdes av en rolig poängjakt, aktivitet på laserfortet och en gemensam middag.

Flera tränare har också gått på utbildningar via Svenska simförbundet och SISU.

Utvecklings-och Tävlingsverksamheten

2022 har varit ett år med både högt och lite lägre resultatmässigt. På JSM i Jönköping så blev resultaten lite stolpe ut med en enda medalj som togs av Amanda Lundin på flickor höga hopp.

USM i Lund bjöd på sju medaljer av Polisens hoppare: två guld Amanda Lundin A-flickor höga hopp samt Julia Månstrand C-flickor höga hopp, tre silvermedaljer av Stella Lindqvist A-flickor 3m, Folke Barenius A-pojkar höga hopp samt Emil Apel Röstlund B-pojkar 1m. Folke och Emil tog även varsitt brons på A-pojkar 1m samt B-pojkar 3m.

På SM i Stockholm i maj tog vi tre silvermedaljer genom Jacob Stoltz 1 och 3m svikhopp herrar samt Amanda Lundin damer höga hopp.

Jacob Stoltz blev uttagen till fler internationella tävlingar med sikte på EM i Rom där Jacob inte hade sin bästa hoppning på plats men har nu känt på att tävla mot Europaeliten och kommer att ta med sig väldigt nyttig erfarenhet från sommaren.

Polisen hade två deltagare med på årets EJM i Bukarest där Amanda Lundin lyckades med att vinna A-flickor höga hopp efter imponerande hoppning, detta var klubbens första guld i EJM sammanhang. Emil Apel Röstlund tog sig till final på 1m B-pojkar vilket var en liten överraskning då konkurrensen är väldigt tuff i denna klass.

NM/NJM i Bergen Norge hade vi med Amanda Lundin, Folke Barenius samt Emil Apel Röstlund. Dessa tre tog åtta medaljer där Emil tog fem varav två guld, Folke tre varav ett guld samt Amanda med två brons. Två av medaljerna kom i syncro där vi tidigare inte varit så framträdande.

Amanda blev uttagen till att representera Sverige på UVM i Montreal/Kanada där hon inte riktigt lyckades som tidigare under säsongen, det slutade med missad final där det krävdes 12 poäng till för finalplats. Alla erfarenheter är dock viktiga och Amanda kommer säkert att vara med högt upp i resultaten framöver.

Vi har även deltagit i följande klubb tävlingar med goda resultat:

Gamma cup, Bergen cup, Speedo Dive, ungdomshoppet i Göteborg, Marginalen Bank samt Diving Lund.

Sammanfattningsvis så var detta år ett bra år tävlingsmässigt för oss med deltagande på alla internationella mästerskap samt klubbens första EJM guld och det bådär gott inför framtiden.

Vi har även gett de yngre tävlingshopparna möjlighet att träna tyngdlyftning med Stefan "Bubben" Reijer då vi ser att den träningen gör en enorm nytta i vår idrott.

Speedo Dive och Julklappshoppet, Jönköping

Under både Speedo Dive och Julklappshoppet som hålls i Jönköping har Polisen simhopp deltagit med ett stort antal tävlande. Under Speedo Dive var 13st simhoppare på plats och tog hem 2 medaljer i olika valör samt många fina placeringar.

På julklappshoppet deltog vi med 24st simhoppare och tog hem 4 guld, 1 silver och 4 brons. Samt många riktigt bra placeringar.

Ungdomshoppet, Eskilstuna

Detta året hölls Ungdomshoppet i Eskilstuna. Polisen deltog med 15st aktiva. Varav många genomförde sin allra första tävling. Vi hade deltagare i nästan alla grenar och åldersklasser. Det var ett glatt gäng som hejade på varandra under hela helgen.

Totalt tog laget hem 11 guld, 6 silver och 5 brons.

Utvecklingsprogram

I januari 2016 startade Polisens IF Simhopp ett projekt med Anna Lindberg som projektledare. I slutet av 2018 hade pilotgruppen T1 slutfört sina 5 år i projektet. 2022 hade föreningen 1 träningsgrupp igång, T5. Istället för en uttagning till projektet så har vi fortsatt med en förberedande grupp som tränar två gånger per vecka.

I slutet av 2022 så var det ca 10 barn som tog steget in i första året av utvecklingsprogrammet.

Arrangemang

Gamma Cup, 4-6 Mars

2022 kunde vi äntligen arrangera Gamma Cup igen. Det blev ett riktigt bra arrangemang med totalt 19 klubbar från Sverige, Norge, Finland, Danmark, Polen, Nederländerna och Bulgarien.

Polisen Cup, 14 Maj

Polisen Cup, en helt ny tävling för alla föreningens medlemmar.

Simhopparna kunde välja att tävla från 1m, tornet eller syncro eller tävla alla 3 grenar.

De olika grenarna tävla också i olika åldersklasser. Strax över 100 simhoppare från föreningen deltog på tävlingen och alla belönades med en medalj efter fin hoppning.

SM, 17-19 Juni

2022 så arrangerade vi Svenska Mästerskapen i simhopp. Totalt 8 klubbar från Sverige deltog. Även detta blev ett bra arrangemang. Vi fick även hjälp att med sponsorer och lyckades få väldigt fina priser till de tävlande.

Dive of Hope, 24 september

Totalt deltog 63 simhoppare uppdelade i olika heat. Det gällde att göra tre hopp eller hoppövningar från 1m för hoppskolan och 3 hopp eller hoppövningar från 3m eller

plattform för utvecklings, tävlings och Masters simhopparna. Alla deltagare fick medaljer och tillsammans drog vi in 12740 kr, varav hälften gick till Barncancerfonden.

Marginalen Bank Diving Cup, 28-30 oktober

Under oktober hade vi nöjet att arrangera Marginalen Bank Diving Cup tillsammans med Marginalen Bank!

Detta år var arrangemanget väldigt populärt med 242 tävlande och 13 klubbar från Sverige, Finland, USA och Skottland.

Masters

Detta år kunde Mastersverksamheten träna som vanligt till skillnad från tidigare år med restriktioner.

Vi började året med ett 1-dagarsläger och bjöd in masters från Sverige. Det blev ett väldigt bra läger där de fick öva på de olika hoppgrupperna och en hel del teknikträning inne på land.

Mastersverksamheten har under året haft tre olika nivåer, Nybörjare/Fortsättning 1gång/v, Utveckling 2-3 ggr/v och Tävling 3 ggr/v. Vi haft lunchträningar för några intresserade. Totalt har vi haft cirka 80st masters som tränat i ordinarie grupp under året.

Under året har vi haft sex prova på kurser för vuxna. Vi har även haft prova-på tillfällen under vissa skollov.

Masters EM, Augusti

Nio stycken av våra Mastershoppare deltog under Augusti på Masters EM!

Samtliga genomförde väldigt bra tävlingar som resulterade i 4 guld, 7 silver och 6 brons! Vi kan också stolt säga att vi under Masters EM fick en del Europeiska mästare i Masters. Sofia Isos på 1m och höga hopp, Annika Naenfeldt i Höga hopp och Pauline Ollén i Höga hopp!

Marginalen Bank Diving Cup, oktober

Från vår Mastersverksamhet hade vi 4 deltagare med under Marginalen som också tog ett silver under tävling!

Integrationsprojekt

Sedan starten av 2016 har föreningen drivit ett projekt med simhoppsträning för nyanlända ungdomar, 16-18 år i samarbete med deras gymnasieskolor. Eleverna, som är nyanlända och asylsökande flyktingungdomar, tränar ett pass varje vecka. Under 2022 upphörde projektet

med SISU. Skolorna valde då att själva finansiera fortsatt verksamhet med oss.
Samarbetet med Askebyskolan i Rinkeby fortsätter tills vidare.



Medlemsenkät

I början av december skickade vi ut årets medlemsenkät. 267 medlemmar svarade på enkäten. Det är mycket högre antal än föregående år (174). De flesta från svaren från barn och vårdnadshavare i hoppuskolan. Vi fick mycket positiv feedback så som att våra aktiva både tycker det är roligt att träna simhopp och att de känner att de utvecklas.

Vi ska fortsätta jobba med att alla medlemmar känner till målen för terminen vilket vi hoppas kunna åtgärda genom föreningens strategiarbete.

Styrelsen

Jan-Erik Nilsson, ordförande

Björn Olsson, vice ordförande

Ewa Glennow, kassör

Erik Tjerneld, sekreterare

Susanne Tiger, ledamot

Nils Carlberg, ledamot

Fredrik Lindqvist, ledamot

Petra Götell, suppleant

Verifikat

Transaktion 09222115557488446894

Dokument

Verksamhets berättelse 2022 SPIF
Huvuddokument
6 sidor
Startades 2023-03-07 11:02:52 CET (+0100) av Jonna
Tornstedt (JT)
Färdigställt 2023-03-08 11:21:22 CET (+0100)

Initierare

Jonna Tornstedt (JT)
Marginalen AB
jonna.tornstedt@marginalen.se
+46721481482

Signerande parter

Jan-Erik Nilsson (JN)
Personnummer 194208065252
janne.nilsson@polisensimhopp.se
+46708570330



Namnet som returnerades från svenskt BankID var "Jan
Erik Nilsson"
Signerade 2023-03-07 11:42:25 CET (+0100)

Björn Olsson (BO)
Personnummer 197103098252
bjorn.p.olsson@icloud.com
+46737651367



Namnet som returnerades från svenskt BankID var
"Björn Peter Olsson"
Signerade 2023-03-08 07:28:29 CET (+0100)

Susanne Tiger (ST)
Personnummer 197004100421
susanne.tiger70@gmail.com
+46708669852



Namnet som returnerades från svenskt BankID var
"Susanne Tiger"
Signerade 2023-03-07 18:04:12 CET (+0100)

Ewa Glenow (EG)
ewa.glenow@marginalen.se
+46706572685
Signerade 2023-03-07 14:23:51 CET (+0100)



Verifikat

Transaktion 09222115557488446894

Erik Tjerneld (ET)
Personnummer 197302076315
erik.tjerneld@polisensimhopp.se
+46706495000



Namnet som returnerades från svenskt BankID var "ERIK
TJERNELD"
Signerade 2023-03-07 11:06:50 CET (+0100)

Nils Carlberg (NC)
Personnummer 6005111338
nils.carlberg@gmail.com
+46707108511



Namnet som returnerades från svenskt BankID var "Nils
Oscar Carlberg"
Signerade 2023-03-08 11:21:22 CET (+0100)

Fredrik Lindqvist (FL)
Personnummer 196503174671
flindqvi1@gmail.com
+46706637420



Namnet som returnerades från svenskt BankID var
"FREDRIK LINDQVIST"
Signerade 2023-03-07 11:05:21 CET (+0100)

Detta verifikat är utfärdat av Scrive. Information i kursiv stil är säkert verifierad av Scrive. Se de dolda bilagorna för mer information/bevis om detta dokument. Använd en PDF-läsare som t ex Adobe Reader som kan visa dolda bilagor för att se bilagorna. Observera att om dokumentet skrivs ut kan inte integriteten i papperskopian bevisas enligt nedan och att en vanlig papperutskrift saknar innehållet i de dolda bilagorna. Den digitala signaturen (elektroniska förseglingen) säkerställer att integriteten av detta dokument, inklusive de dolda bilagorna, kan bevisas matematiskt och oberoende av Scrive. För er bekvämlighet tillhandahåller Scrive även en tjänst för att kontrollera dokumentets integritet automatiskt på: <https://scrive.com/verify>

