



UMEÅ SIMSÄLLSKAP



Verksamhetsberättelse 2020



Inledning	3
Styrelsen	5
Övriga förtroendevalda	5
Kansliet	5
Träningsverksamheten	13
Lägerverksamheten	14
Masterssimning	15
Parasimning	16
Vattenpolo	16
Öppet vatten	17
Swimrun	22
Issimning	23
Tävlingssektionen	24
Livbojen	24
Ersboda Bad & Gym	25
Navet	26
Externa kontakter	27
Klubben i media	27
Sociala medier	27
Hemsida	27
Avslutning	27

Umeå simsällskaps verksamhetsberättelse för 2020.

Texter och resultat från Tina Fagerström, Camilla Johansson-Sponseller, Tomas Seco, Simon Andersson, Marlene Ståvbom, Adrian Bengtson, Jenny Löfgren, Maria Forsgren, Maria Johansson Nyström.

Bilder tagna av Monica G Engström, Camilla Johansson-Sponseller, Adrian Bengtson, Tomas Seco, Jessica Sjölund.

Redaktör och formgivning: Adrian Bengtson.

Inledning

Umeå simsällskap är en framgångsrik klubb med många fina framgångar i backspegeln. Vi är en förening som lägger stor vikt på mångfald och jämställdhet. All vår verksamhet ska genomsyras av glädje, gemenskap och trygghet. Det ska bygga på delaktighet, ansvar, kompetens och kvalitet.

Året inleddes som vanligt med några simtävlingar. I februari månad arrangerade Umeå simsällskap Umestänket, som visade sig bli den enda vanliga simtävlingen som klubben hann arrangera under coronaåret 2020.

I början av året deltog klubbens representanter i Umeå idrottsgala där vi delade ut priset till årets mest jämställda förening. Ett pris vi innehaft ett år. Vid galan var även Astrid Gustavsson nominerad som årets rookie efter sina framgångar i öppet vatten-simning under 2019.



USS överlämnade jämställdhetspriset till bekanta ansikten i Umeå orientering



Tyra och Adrian var prisutdelare på Idrottsgalan där Astrid var nominerad till Årets rookie.

I mars månad blev ingenting sig likt, då pandemin tog fart i Sverige och det blev kännbart även inom vår förening. Från och med mars har det största fokuset för vår förening och i styrelsen varit att möjliggöra innehåll utifrån de förutsättningar som funnits. Vi har fått ställa om, i flera omgångar och anpassat oss. Utifrån dessa förutsättningar har vi ändå lyckats genomföra en hel del aktiviteter med roligt innehåll.

Från april och fram till juni arrangerade vi några mikrotävlingar och i slutet på juni genomfördes ett Riksmästerskap där vi hade några väldigt fina placeringar från klubben. Felix Bengs Stattin tog en meriterande tredje plats för seniorer på 50 m fritt vilket också innebar en andra plats i juniorklassen. Det blev även ett silver för Felix på 100 fjärlssim och brons på 200 frisisim i JSM-klassen. Alva Gustavsson tog en tredje plats på 1500 m fritt och Henrik Lidström tog samma placering på 800 frisisim i sin åldersgrupp 16-17 år.



Från vanliga tävlingar som Umestänket, fullt med gästande klubbar, simmare och publik...



...till mikrotävlingar med få banor, begränsat antal deltagare och ingen publik.

Under sommaren visades ett stort intresse för öppet vatten-simning där vi hade fler deltagare än tidigare år. Under sommaren drog Adrian Bengtson ihop ett helt gäng som simmade 10 000 m i älven som fick fin medial uppmärksamhet. I augusti genomförde klubben Umeälvsimmet vilket blev väldigt lyckat utifrån förutsättningarna. Många medlemmar i Umeå simsällskap deltog även på Umeriver Swimrun med fina prestationer och bra placeringar. I september genomfördes den enda, sanktionerade öppet vatten-tävlingen i vår närmaste region, Falun Runn, där Henrik Lidström segrade i herrklassen och Astrid Gustavsson kom på 3:e plats i damklassen följt av Tyra Östberg på 6:e plats.



Umeälven 10K blev en höjdpunkt som fick medial uppmärksamhet.



Många USS:are deltog i Umeriver Swimrun en solig augustidag



Henrik tog solklart guld i Falun, en av få öppet vatten-tävlingar.

Klubben genomförde även ett dagläger och lägerverksamhet i Vännäs i augusti som var mycket uppskattat.

Hösten inleddes med att vi hann åka på två covidanpassade tävlingar innan nästa våg av covid-19 kom och starkare restriktioner infördes. Verksamheten anpassade sig på nytt och alla planerade tävlingar ställdes in för resten av året.

Föreningen deltog också under hösten i Blodomloppet där vi hade bra uppslutning.

Vi genomförde en anpassad form av Swim of Hope vilket kändes jättefint att vi lyckades med. I december stängde Navet helt och vi fick avsluta verksamheten lite tidigare än planerat.

Simskoleverksamheten har kunnat genomföras under hela året och detta är vi väldigt tack-samma för. Simskolan är en viktig del för samhället, att lära våra barn att simma. Den är också viktig ur ett ekonomiskt perspektiv då detta är en inkomstkälla för vår förening för att kunna bedriva vår verksamhet.

Vi är väldigt tacksamma för att alla varit med och ställt om i omgångar utifrån covid-19. Det har inte varit lätt och smärtfritt, men vi har gjort det tillsammans och gjort det på ett väldigt fint sätt. Vårt samarbete med Navet och Umeå fritid har också fungerat bra under denna svåra period.

Vi har haft permitteringar under året som fortgår under år 2021. Vi har tack vare att vi kunnat bedriva simskoleverksamhet haft ett positivt utfall gällande vår ekonomi för 2020, och har inte sökt ekonomiskt stöd. Detta kan behöva ändras beroende på vilka förutsättningar vi står inför 2021.

Stort tack till er alla, tillsammans har vi lyckats bedriva verksamhet om än i begränsade former. Ett extra stort tack till alla tränare/ledare under 2020 som verkligen fått ställa om och tänka nytt, anpassat och skapat möjligheter utifrån rådande situation.

Nu håller vi i och håller ut tills vi har ett bättre läge gällande pandemin. Vi påverkas fortfarande av pandemin men vi kommer att få en normalare vardag igen och då ska vi fira och få uppleva den härliga idrott som vi alla brinner för och längtar att få se och uppleva igen!

*Tina Fagerström
Ordförande, Umeå simsällskap*

Styrelsen

Vid årsmötet den 18 mars 2020 valdes Tina Fagerström till ny ordförande och tog därmed över efter Monica G Engström som varit klubbens ordförande i tre år.

Som ordinarie ledamöter valdes Jessica Sjölund, Maria Kling och Christofer Stegmayr på en tid av två år samt Adrian Bengtson på en tid av ett år (som fyllnadsval för Tina som nu blev ordförande). Kvar på ett år till sedan förra årsmötet var David Gustavsson. Som suppleanter valdes Helene Wall, Åsa Nilsson och Monica G Engström.

Vid det konstituerande styrelsemötet som följde valdes Christofer Stegmayr till vice ordförande, Pernilla Granström till kassör och Adrian Bengtson till sekreterare.

Styrelsen har under året haft 11 protokollförda möten.

Övriga förtroendevalda

Valberedningen: Sara Jonsson och Ulrika Lundgren.

Livbojen: Jenny Lövgren valdes till ordförande för en tid av ett år. Åsa Koskeniemi valdes till Livbojens styrelse för en tid av två år. Sofia Landin Strömbro, Sabine Norling, och Helene Mosten har ytterligare ett år kvar.

Tävlingssektionen: Malin Trigell, Magnus Rölin, Peter Lundberg, Filip Orre Sandström, Jeanette Brändström, Mats Danielsson, Petter Lindqvist och Maria Viklands.

Revisor: Sanna Eklund, Baker Tilly. Revisorssuppleant: Jessica Semb.

Kansliet

Under verksamhetsåret har följande personer varit anställda vid föreningens kansli: Camilla Johansson-Sponseller, sportchef, Monica Törnroos, ekonomiansvarig, Iza Törnroos föreningsassistent, Linnea Öhlund föreningsassistent, Maria Forsgren, simskoleansvarig, Martin Lindvall, breddansvarig, Simon Andersson simtränare NIU, Lovisa Nyman simtränare, Dan Marques, Maria Johansson, baby-minisim-ansvarig, Tomas Seco triathlontränare NIU, Emilia Näsström och Gaia Liljeström.



Kansliet med flera från USS firade Marlene som fyllde 40 i sommar.





Simskolan

Att kunna simma är viktigt – inte bara för att kunna hjälpa sig själv och andra vid en nödsituation – utan också för att simning är en utmärkt motionsform och en rolig idrott att tävla i. Det är viktigt att vara bekväm i och under vattnet. Så snart barnet är vattenvant upptäcker hen dessutom att vatten är en utmärkt miljö för lek. I vår simskola lär vi ut alla simsätt: crawl (frisim), ryggsim (ryggcrawl), fjärilsim och bröstsim. Crawl och ryggsim är lättare att simma motoriskt än vad bröstsim är, speciellt för yngre barn, och är därför de första simsätten vi lär ut. Bröstsim och fjärilsim börjar barnen med senare då det är simsätt som kräver mer motorisk mognad.

Ungdomar och vuxna är också välkomna att lära sig att simma. Umeå SS erbjuder simsättskurser för ungdomar mellan 11–17 år som inte kan simma sedan tidigare, samt våra populära vuxencrawl-grupper för deltagare som är över 18 år. När de har gått igenom alla kurser kan de fortsätta i tränings eller tävlingsverksamheten.

Fokus och förändringar i simskolan under 2020

Vi införde **tvåterminssystem** inför hösten 2020 – till skillnad från det tidigare system med tre terminer – för bättre kontinuitet för barn och ledare vilket har resulterat i att fler barn är vidare till nästa nivå.

Vi införde en ny nivå i simskolan, Sköldpaddan i syfte att effektivisera träningen och förkorta tiden som barnen spenderar i Bläckfisken.

Vi har satsat extra på bröstsimsgupper dels för att erbjuda barn möjlighet att förbereda sig inför skolsimningen i åk 3 men också för att fånga upp barn som inte blivit simkunniga i skolan.

Simsättsgruppen för ungdomar som vill börja simträna, har äntligen hittat en form som funkar där simmarna kan slussas in i ordinarie träningsgrupper.

Baby- och minisimskola

Innan simskolan kan barnen börja med baby-minisim som är till för barn och bebisar från 3 månaders ålder till 4 år. Målet med baby- och minisimmet är att öka vattenvanan och bli bekväm i vattnet. Det är en bra förberedelse inför simskolan.

Under 2020 har vi haft verksamhet på Ersboda bad och gym och Navet.

Året började som vanligt med fulla grupper på Ersboda med 10–12 bebisar/grupp och på Navet med 3 grupper med 12 bebisar vardera på våren. Minisim hade också fulla grupper på Ersboda och Navet.

När corona kom blev det ett bortfall i deltagare på Ersboda, så att det blev cirka 5 bebisar per grupp som deltog. Till höstterminen anpassade vi gruppstorleken till rådande regler och att bara en vuxen per barn fick delta. 8 bebisar/grupp på Ersboda och 12 bebisar/grupp Navet.

Vinterns kurs hade vi precis startat när nya restriktioner gjorde att alla aktiviteter med vuxna ställdes in. Den kursen kunde startas i januari 2021 men bara på Ersbodabadet och med nya pandemilagen som grund, som gjorde att vi fick omstrukturera och ha 4–5 bebisar/grupp och minisimmet fick också anpassa deltagarantalet. Navet, som drivs kommunalt, fick hålla helt stängt.

Vi är fortfarande de enda i Umeå som erbjuder baby- och minsim.

Ledare i babysim under 2020 har varit Maria Johansson-Nyström, Marlene Stavbom och Marie Bergqvist. Ledare i minisim under 2020 har varit Maria Johansson-Nyström.



Utbildningar under 2020

8 ledare har gått Grundtränarutbildningen som arrangeras av SISU.

5 ledare/tränare har gått Simidrottsledarutbildning som arrangeras av Norrlands Simförbund.

Samtliga ledare har uppdaterat HLR.

Simskola 2020, antal deltagare

Termin	Navet	vuxensim	minisim	babysim	Ersboda	vuxensim	minisim	babysim	Robertsfors	Totalt
Vinter 19/20	508	43			267	8	56	137		1019
Vår	586	35	16	36	272	13	32	137	71	1198
Sommar 1					50					50
Sommar 2					65					65
Sommar 3					102					102
Sommar 4					59					59
Höst	612	35	16	24	274	4	30	89	60	1144

3637

2020 – ett minst sagt annorlunda år

Vi gick in i året 2020 med stora förhoppningar. I december 2019 hade klubben precis genomfört ett mycket lyckat SUM-SIM Riks-arrangemang som blev en oerhörd höjdpunkt. I januari och februari löpte verksamheten på som vanligt, men oroande rapporter runt om i världen beskrev ett nytt virus med ursprung i Kina som hade potential att bli en pandemi.

Farhågorna blev till verklighet och Sverige upplevde snabbt de första fallen av Covid-19, sjukdomen som orsakas av ett coronavirus. Inom kort ställdes allt på ända när världen blev förlamad av pandemin och fler och fler länder började stänga ner resor och verksamheter och tillslut gränser. Sjukhusen fylldes med nya, svårt sjuka patienter och samhällen började stängas ner. I mars månad blev det tvärt stopp för resor runt om i landet, det blev begränsningar på hur många som kunde samlas och vi lärde oss gemensamt ett helt nytt språk för att hantera vår nya verklighet.

Ord som "smittspridning", "social distans", "mask", och "nationella allmänna råd och rekommendationer" blev plötsligt en del av vår vardag och Anders Tegnell, statsepidemiolog, blev en rikskändis. Gång på gång under det gångna året har vi ställt inför nya förutsättningar alltefter nya restriktioner har tillkommit eller tagits bort. Gång på gång har vi tvingats ställa om verksamheten och anpassa oss till nya riktlinjer.

Mörkast såg det ut i november när inga idrottare äldre än 16 år längre fick ha verksamhet i de kommunala anläggningarna, tätt följt av en total nedstängning av alla kommunala anläggningar under december och januari månad. Därför är det med speciellt stolthet som vi ändå har lyckats ha så pass mycket verksamhet som vi har haft under året. Det har varit tufft att hitta vägar framåt ibland, men med kreativitet, uppfinningsrikedom och mycket, mycket ansträngning har vi gjort vårt bästa för att kunna erbjuda träningar, tävlingar och arrangemang på nya sätt som har varit anpassade efter förutsättningarna.

Med vaccin som tagits fram i rekordfart börjar man äntligen ana ljuset i tunneln och vi hoppas att vi någongång under 2021 kan återgå till de lite mer normala. Med tävlingar, läger och verksamhet! Som vi längtar.

Under tiden vill vi rikta ett stort tack till alla våra medlemmar, personal, ledare och tränare, föräldrar och supportrar som har hjälpt oss igenom ett av de konstigaste åren i vår livstid. Ni är mycket uppskattade! Nu blickar vi framåt och hoppas på bättre tider.

Camilla Johansson-Sponseller
Sportchef, Umeå simsällskap



Lägrer i Vännäs i sommar var en av dessa aktiviteter som uppstod ur ändrade planer på grund av pandemin.

Tävlingsverksamheten

Umeå simsällskap har under året haft 212 aktiva simmare i träningsgrupperna Elit, A-E, Ungdomssimträning, Masters, Mellanmasters och Nybörjarmasters.

Mästerskap

Klubben har varit representerade på följande mästerskap:

Riksmästerskapen i simning JSM/SM 25-27 juni (långbana). Då sommarens mästerskap blev inställda på grund av den pågående coronaepidemin så arrangerades istället ett Riksmästerskap runt om i Sverige som man körde på hemmaplan som en mikrotävling. Dvs, man använde färre banor att tävla på, begränsat antal funktionärer och simmare, ingen publik, utspridd på fyra pass på fyra dagar. Folkhälsoinstitutets rekommendationer var vägledande i detta arrangemang. Vid tidpunkten kunde man vara totalt 50 personer på ett arrangemang per pass.

Alla lokala resultat rapporterades in till Svenska simförbundet som sammanställde resultaten för landet i tre indelningar: Riksmästerskap för seniorer, juniorer och ungdom. I seniorklassen tog Felix Bengs-Stattin ett brons på 50 frisim. I juniorklassen tog Felix silver på 50 frisim och 100 fjärilsim. I ungdomsklassen 16-17 år för pojkar tog Henrik Lidström brons på 800 frisim.

Alva Gustavsson knep även hon ett brons på sträckan 1500 frisim i klassen 15 år och yngre. Tävlingen blev väldigt lyckad och uppskattad. Många USS:are som tidigare inte fått vara med på ett Svenskt mästerskap fick nu chansen att vara med och delta. Totalt 53 simmare var med, inklusive 3 simmare från Luleå som var speciellt inbjudna då de inte kunde arrangera tävlingen på hemmaplan.

Tyvärr blev detta mästerskap det enda som gick under 2020 då coronavirusets framfart ställde in alla andra arrangemang.



RM blev tyvärr det enda mästerskapet under 2020, som genomfördes som mikrotävlingar runt om i landet samtidigt.

Övriga tävlingar

Innan coronaepidemin kopplade grepp på världen hann vi med ett par tävlingar som gick som vanligt.

Den första var **Arena Open i Skellefteå** 25-26 januari där vi hade 26 simmare med.

Umetänket avlöpte i februari som planerat. Det blev sista "riktiga" tävlingen under 2020.

Våra uppskattade **nybörjartävlingar** för barnen i simskolan och teknikgrupperna blev tyvärr inställda med kort varsel både på våren och hösten.

Mikrotävlingar och andra nya grepp

Samma helg som vårens höjdpunkt Norrländska mästerskapen skulle gå av stapeln i Navet, stortävlingen som blev inställd på grund av covid-19, arrangerades en ny sorts tävlingsform för simmarna i Umeå simsällskap.

För att hålla motivationen uppe och för att man skulle ha något roligt att se fram emot hade Umeå simsällskap hittat på lite olika aktiviteter under våren. En sådan aktivitet är tävlingen **"Sverige simmar"** där man genomför ett antal grenar på träningstid och rapporterar in resultaten till Svenska simförbundet som sedan skickar ut en sammanställning över alla deltagare. Flera tusen simmare har deltagit över hela Sverige och det har varit en inspirerande aktivitet.

Men ingen av tiderna under "Sverige simmar" räknas officiellt. För att höja motivationen ytterligare ett snäpp bestämde Umeå simsällskap sig för att arrangera en **mikrotävling lördag den 23 maj**.



Vid mikrotävlingen i maj fick både de yngre och äldre simmarna en chans att tävla med viss känsla av riktig tävling.

En mikrotävling är precis som det låter, en sanktionerad tävling som ger officiella tider, fast i mindre format. Norrländska mästerskapen lockar ca 300 simmare från hela norra Sverige, samt Norge och Finland och det gick givetvis inte att genomföra med dagens rekommendationer och reserestriktioner. Men upplägget för mikrotävlingen var att man inte skulle komma över 50 personer samtidigt i simhallen. Så tävlingen genomfördes på 3 stycken 25 m-banor, med begränsat antal funktionärer och utan publik.

Endast 30 simmare från hemmaklubben i taget kunde vara med per pass och varje simmare fick delta på 2 grenar samt lagkapp. Två omgångar genomfördes med yngre simmare pass 1 och äldre simmare pass 2. Det var lång paus mellan passen så att simmarna skulle kunna gå omlott. 108 simmare från USS deltog i denna tävling.



Umeracet Corona Edition var en bantad version av vår hemmatävling på hösten, innan smittspridningen blev värre.



Vid Umeracet fick Felix BS, Henrik och Alva ta emot medaljer från Riksmästerskapen som genomfördes i juni.

På hösten genomfördes ytterligare en mikrotävling, **Umeracet Corona Edition**. Tävlingen bestod av tre korta tävlingspass varje dag, där passet i mitten var för de yngsta simmarna. Det var välkommet att äntligen få tävla, och som det tävlades sen! Det sattes personrekord i drivor och vi fick se några riktigt minnesvärda lopp!

Det lopp som fastnade starkast på näthinnan var den bravad som Henrik Lidström stod för. På lördagen satte han ett nytt och mycket fint personrekord på 800 frisim, med bara snöpliga 28 hundra delar ifrån det efterlängtade JSM-kvalet. Besvikelsen var en enorm för Henrik, men redan på söndagen hade han laddat om och gjorde ett nytt försök på 800 som en del av hans lopp på 1500 meter.

Det började i ännu högre fart än dagen innan, men sen tappade han lite upp mot 750 meter såg det ut som att det skulle bli en till snöplig miss, trots ett fint försök. Men Henrik, som såg på scoreboardn hur han låg till, vägrade ge sig och drömde till med en femtia på 31.68 och fick därmed 8:39.19 vilket var JSM-kval med nio hundra delar!

På denna tävling som blev den sista som arrangerades på Navet under 2020 deltog 92 simmare från USS.

I oktober och november gick pandemin in i ett lugnare läge och man vågade till och med hoppas på att höstens mästerskap skulle kunna genomföras. Men pandemin vände snabbt och läget förvärrades. Till sist stod det klart att inga nationella mästerskap skulle kunna hållas och allt ställdes in med kort varsel. Men två tävlingar till hanns med innan allt stängdes ner och det var **Sälsimmet** i Njurunda där 16 simmare var med och **SUM-SIM region** som gick i Sundsvall.

På grund av läget gjordes regionfinalen om till en inbjudningstävling där även de äldre simmare var välkomna. För att minska smittorisken ytterligare och för att genomföra arrangementet corona-anpassat simmade damerna på lördagen och herrarna på söndagen.



Sum-Sim Region i Sundsvall.



Damtruppen vid Sum-Sim Region i Sundsvall.

Umeå simsällskap kom med en trupp på 21 damer och 8 herrar. Det var många fina insatser och en mängd personliga rekord som föll. De som stack ut lite extra var främst Viktoria Niska (född 2005) som lyckades kvala in till sommarens SUM-SIM riksfinal på både 50 och 100 meter ryggsim. Viktoria har under hösten fått bra betalt för den träning hon har lagt in och har sänkt sin tid på 100 ryggsim med över 4 sekunder.

Bra gick det även för Nea Hjortsberg som närmar sig ett JSM-kval på 100 frisim med stormsteg. Några andra tjejer som det gick riktigt bra för var Sandra Trigell som slog pers på i princip allt hon simmade. Speciellt kul var det att hon lyckade komma under 20 minuters gränsen på 1500 fr med några sekunders marginal. Elena Henze och Tuva Lindvall slog båda pers på 200 frisim när loppet gick individuellt men kände att det fanns mer att krama ur. Så de simmade extra lopp på 200 frisim och lyckades i slutändan att kapa sina respektive pers med 4 sekunder för Elena och 8 sekunder för Tuva.



Bland herrar märker man främst Henrik Lidström som slog till med två JSM kvältider på 1500 och 400 meter frisim. Henrik tog nyligen sitt första JSM kval på 800 frisim och är lite besviken på att JSM, som skulle bli hans första, blev inställt. Därför var det extra kul att han lyckades lägga till fler distanser att simma när tävlingarna i framtiden kommer att bli av. Även Iyas Kalash lyckades bra, främst på 50 bröstsim där hans tid just nu räcker till en fjärde plats i landet i hans åldersgrupp. Iyas simmade också bra på 100 bröstsim, där hans tid hade räckt till en 3:e plats i landet, men tyvärr blev han diskad på det loppet.

Egna arrangemang och tävlingar

Året började traditionsenligt med **100x100** den 5 januari. Det var ett stort deltagande och många som nådde 10 000 m.

Tävlingar som vi har arrangerat är:

- Umestänket 22-23 februari
- Mikrotävling 25-26 maj
- Riksmästerskapen (mikrotävling) 25-27 juni
- Umeracet Corona Edition (mikrotävling) 3-4 oktober

Swim of Hope 2020

Söndag 1 november genomfördes årets Swim of Hope, ett arrangemang som i år blev lite enklare och genomfördes utan publik och utan utklädningsparad. Det blev ett annorlunda format där vi istället för att samla in sponsorer och dela på intäkterna så skapades en insamling där 100 % av medlen gick direkt till Barncancerfonden. 9 000 kr lyckades vi samla in i år till Barncancerfonden.

Övriga tävlingar

De flesta löplopptävlingar ställdes in under 2020, men **Blodomloppet** genomfördes virtuellt den 7 september och USS hade 23 deltagare med.

7 simmare ställde även upp **Sylvesterloppet** som gick på nyårsafton och där priset traditionsenligt var en munk.



Blodomloppet kördes virtuellt och USS deltog med ett helt gäng som på egen hand genomförde loppet.



Sylvesterloppet gick under enklare former denna nyårsafton, men munk ingick förstås ändå.

Träningsverksamheten

Utöver de grupper som har som inriktning att prestera bra på tävlingar finns även två grupper, Ungdomssim 1 och 2 som riktar sig till simmare som gärna vill träna för att det är kul och för att träffa kompisar. Här finns inga krav på prestation utan de aktiva tränar och har roligt. Vi fångar upp de simmare som annars skulle sluta när kraven blir för stora och erbjuder dem en chans att fortsätta hålla på och kunna utvecklas på sitt sätt. Självkärligt får simmarna tävla om de vill men det är inget krav.

Dessutom har föreningen en X-grupp som innebär att simmarna kan fortsätta att träna med sin nuvarande tävlingsgrupp men på en lägre nivå. Deltagarna tränar en till tre gånger per vecka med ett rabatterat pris och kan fortsätta att hålla kontakten med sina kompisar. Deltagarna får även åka med på en del tävlingar om de vill. Detta är ett bra alternativ för dem som till exempel är skadad eller, under en period inte är så motiverade.

Tills hösten 2020 gjorde vi om i de äldsta grupperna. Tack vare NIU i simning och triathlon får vi varje år dels ett tillskott utifrån med nya idrottare från andra kommuner, dels att våra egna deltagare väljer att fortsätta att satsa på en hög nivå från gymnasiet och uppåt.

Det är väldigt roligt att intresset är så stort, men tyvärr får inte alla dessa idrottare (ca 50 stycken) plats att träna i samma grupp. Vi har därför delat in Elitgruppen i tre delar, Elit 1 som är NIU simmare på den högsta nivån, Elit 2 som är simmare på högsta nivån som inte är i NIU och Elit triathlon som består av både NIU triathleter och de triathleter som inte är med på NIU. Dessa grupper tränar på samma träningstider, men inte alltid på samma plats och inte med samma tränare. Vi ser ett stort värde i att man får vara med de som är i liknande ålder i gymnasiet och uppåt samtidigt, även om man inte är på samma banor för att maximera utveckling och bevara vänskaper och sociala miljöer.

Tränare

Under året har vi haft följande tränare: Camilla Johansson-Sponseller (Elit/A), Simon Andersson (Elit/A), Lovisa Nyman (A/B/C/D/Vuxensim), Filip Lindberg (A/vuxensim), Andreas Koufakis (A/B), Linnea Öhlund (A/B), Joel Severin (B) Martin Lindvall (C/D/E), Anton Kallio (A/mellanmasters), Emelie Olin (E), Astrid Gustavsson (mellanmasters/C), Maja Franzen (vuxensim), Iza Törnroos, Sara Sharp (Ungdomssim 2).

Lägerverksamheten

I vecka 25 hade vi ett roligt **dagläger på Ersboda** med 11 simmare från Hajen och Teknik. Varje dag hade barnen landträning i idrottshallen, simträning inomhus samt lekar och tipsrunda utomhus. I vecka 33 hade vi ett till dagläger, den här gången på Umelagun och med simmare från Medleygruppen och E-gruppen. 12 simmare var med på det här daglägret, då vi förutom simträning gjorde roliga lekar och lagtävlingar på Nydalaområdet.



I augusti hade vi ett **läger i Vännäs** för Elit/A/B/C-grupperna. 41 simmare deltog. Vi började lägret med att cykla 35 km från Navet till Vännäs Camping med peppade simmare. Vi bodde på Vännäs Camping som ligger precis bredvid bassängen och åt på Vännäs hotell. Varje morgon var det simträning och på eftermiddagarna annan sorts träning eller roliga aktiviteter. Bland annat hade vi en Bake off tävling, en skattjakt, frisbee golf, minigolf och lite annat smått och gott. Öppet vattensimmarerna fick prova att simma på nya spännande ställen som i Umeälven i Vännäs, i Pengsjön och i Vindelälven. Lägret varade i 5 dagar och det kändes skönt att vi kunde genomföra lägret trots allt.



Inför en härlig simning i Vindelälven i Vännäs.



Lägerdeltagarna vid lägret i Vännäs.

I oktober arrangerade vi med bidrag från NSF och Maja Beskowskolan ett **Sum-Sim helgläger** för deltagare i regionen som var födda -06 till -05 och som hade minst 300 FINA poäng. 16 simmare deltog, varav 13 från USS. Under helgen så hade man gemensamma träningar, roliga aktiviteter och fick information om Nationellt Idrottsgymnasium.

Masterssimning

Intresset för masterssimning har varit rekordstort under året och i Mastersgruppen hade man 21 deltagare, i Mellanmasters har man varit 16 stycken och i Nybörjarmastersgruppen var man 21 simmare. Totalt hade de tre mastersgrupperna 58 medlemmar. Mellan- och Nybörjarmasters har tränat två gånger i veckan med tränare på kanten. Mastersgruppen har tränat 5 gånger i veckan utan tränare.

Vi är vana vid stora framgångar från våra masterssimmare men i år blev alla mästerskap och arrangemang inställda. En masterstävling hanns med innan resten av säsongen blev struken och det var Umestänket i februari där ett par USS:are deltog med gott resultat.

I november stängdes Navet för deltagare födda -04 och tidigare på grund av ett försämrat smittläge och badet är nu stängt för vuxna idrottare på obestämd tid. Det är oklart när vuxenverksamheten kan återgå.



Delar av mastersgänget som genomförde 100x100 i januari.



Före corona kunde ett tufft pass som 5x200 fjärl firas med burgare efteråt.



Astrid och Emelie håller kurs för några av vuxensim-grupperna.

Parasimning

Vi har under året haft ett flertal parasimmare som deltagit i den ordinarie verksamheten. I år hade vi inga representanter på tävlingar, men hoppas att några av våra parasimmare vågar ta steget framöver.

Vattenpolo

Under året har 18 deltagare varit med i de båda vattenpologrupperna (nybörjare och fortsättning). Det har varit 3 ledare, Adina Sundberg, Amalia Winberg och Hedda Ferm.

Fortsättningsgruppen har tränat två gånger i veckan på tisdagar och torsdagar. Nybörjargruppen som startade i höstas har tränat en gång i veckan på söndagar.



På grund av den pågående coronaepidemin så blev tyvärr alla turneringar inställda. Planen hade varit att fortsätta att låna ut spelare till andra klubbar under våren för att kunna vara med på ungdom och junior-SM, men dessa turneringar blev som sagt inställda. På hösten var planen att åka på en turnering i Lund där man kunde ställa upp med ett mixat lag, men även detta blev inställt.

Under sommaren så deltog Umeå simsällskap i ett projekt tillsammans med Svenska simförbundet och Umeå kommun där vi under 3 veckor erbjöd gratis vattenpoloträning på Umelagun. Detta projekt blev väldigt lyckat och lockade 100-tals deltagare. Resultatet av denna ansträngning gjorde att vi till hösten kunde åter starta upp vattenpolonybörjargruppen som legat vilade ett tag. Ledare till detta projekt var Hedda Ferm, Linn Vestin-Edman och Emilia Sponseller.

Utbildningar

Under hösten gick Amalia Winberg och Linn Vestin Edman vattenpololedare utbildning i Stockholm..

Öppet vatten

Numera är öppet vatten-simningen en etablerad del av klubbens verksamhet på sommaren och även om 2020 inte alls blev som vi hade tänkt oss var det stor aktivitet och många härliga upplevelser under sommarhalvåret.

Öppet vatten är av sin natur en lämplig aktivitet under en pandemi för allting sker utomhus och det finns gott plats att hålla extra avstånd. Samtidigt var vi inne i en relativt lindrig del av smittspridningen, jämfört med våren som varit och hösten som skulle komma.



Tävlingar i öppet vatten

Nästan alla lopp under sommaren blev inställda, inte minst hela Vansbro-veckan och SM i öppet vatten, två tillfällen där vi haft stort deltagande från USS.

I frånvaron av vanliga lopp arrangerades det en del virtuella tävlingar i Sverige. Till skillnad från tävling i bassäng där det faktiskt går att få rättvisa förhållanden på olika platser i landet och genomföra tävlingar som Riksmästerskapet är virtuella lopp i öppet vatten mera en kul grej för att stimulera aktivitet, då väderförhållande, vattenströmmar och annat har enorm påverkan på vilka de faktiska tiderna blir.



Ett av tre lopp i Sweden Open Water Cup som vi arrangerade längs vår bana i Nydalasjön.

Vi valde att delta i Sweden Open Water Cup, en virtuell cup med tre deltävlingar under sommaren. Vi drog upp en bana i Nydalasjön på 3km och placerade ut permanenta bojar, som bjöd på en utmaning i navigering. Det blev bra deltagande bland både ungdomar och vuxna och USS var den föreningen i Sverige som hade flest deltagare i cupen.



Umeälvsimmet arrangerades i liten upplaga.



Några av pristagarna vid Umeälvsimmet 2020: Alva, Camilla, Adrian, Henrik och Tyra.

Mot slutet av sommaren arrangerades några mindre lopp och ett av dessa var vårt eget **Umeälvsimmet** som i corona-anpassad upplaga blev ett litet men uppskattat arrangemang där Henrik Lidström vann och bröt Adrian Bengtsons tidigare svit av segrar på herrsidan medan en Lovisa Nyman i toppform var inte långt efter och tog en solklar seger i damklassen.

Sista loppet för året var Runn Open Water i Falun, de hade flyttat loppet från början av sommaren till september, och en liten trupp från Umeå var på plats. Segrade på en mycket imponerande tid gjorde Henrik Lidström. Fina placeringar även för Astrid Gustavsson som kom trea och Tyra Östberg på sjätte plats.

Arrangemang

Som nämndes ovan arrangerade vi Umeälvsimmet, om än i en mycket bantad upplaga. Tävlingen gick i sin elfte upplaga och det var andra året som USS stod för hela arrangemanget själva.

Ett annat arrangemang som blev större än planerat, kanske just för att denna sommar inte liknande någon annan, var **Umeälven 10K**.

Det hela började som en idé hos Adrian Bengtson att köra en långsimning i älven på 10 km, från Energicentrum i Klabböle till södra delen av Ön, med en fikapaus vid Bölesholmarna halvvägs på sträckan. Mer som en gemensam och utmanande utflykt än en tävling.

Målet var att få med en handfull kompisar men det blev till slut över 20 stycken deltagare och stor medial uppmärksamhet då VK bevakade det från början till slut och slog upp det på framsidan av tidningen.



Vid starten av Umeälven 10K kändes det lite väl kallt i vattnet...



...men vid fikapausen vid Bölesholmarna, halvvägs genom loppet, var det idel glada miner.

Kursverksamhet

Klubben arrangerade för fjärde året i rad en öppet vatten-kurs för både nybörjare och de som vill utveckla sitt öppet vatten-simmande, som avslutades med en härlig pizzakväll vid Kärleksviken.



Triathlon

Triathlon är en sport som passar utmärkt för både motionären, som tycker om allsidig träning, och för den topptränade elitidrottaren. Detta gör att alla, oavsett nivå, är välkommen att träna och tävla med oss i Umeå simsällskap. Fokus är att lägga grund för långsiktiga prestationer samt att träningen ska ske skadeförebyggande. Triathlon som sport är, genom sin variation, en rolig idrott för barn och ungdomar. Under 2020 har intresset för triathlon växt och det har varit mer än fördubblat deltagande på aktiviteter och träningar mot ifjol.

Klubben har en aktiv Tri4Fun-verksamhet där 25 ungdomar tillsammans med fyra ledare hade träning under året. Det finns tre terminer att välja mellan och populärast är Tri4Fun-gruppen på sommaren som hade 19 deltagare som under tre, två tillfällen i veckan genomförde minitriathlon på Nydalaområdet.

Till hösten 2020 gjordes ungdomsgruppen om och slogs ihop med NIU triathlon. Under året har det varit 15 deltagare varit med. Vuxengruppen, som under sommaren tränare tillsammans med ungdomsgruppen har haft 16 deltagare.

Tränare för triathlonsektionen är Tomas Seco. Han är även ansvarig lärare/tränare för NIU i triathlon. Han har en gedigen utbildning och mycket erfarenhet inom triathlon. Han är även kopplad till Svenska Triathlonförbundet och verkar för ungdomar i sporten. Simon Andersson och Camilla Johansson-Sponseller har haft en del av simträningen för ungdomsgruppen. I Tri4Fun-gruppen har Astrid Gustavsson, Elena Henze, Jakob Nyström och Emelie Ohlin varit tränare.

På grund av den pågående coronaepidemin har inga tävlingar genomförts under säsongen. Däremot hann 4 ungdomar och Tomas åka på läger till Playitas, Spanien, under sportlovet tillsammans med andra NIU-ungdomar och svenska landslaget i triathlon. Några dagar efter de anlänt till Spanien blev det stora restriktioner, men man kunde ändå genomföra lägret och alla kom hem som planerat.



Lägret i Playitas precis innan större restriktioner infördes.



När träning inomhus begränsades passade det bra med den utomhusträningen som ingång i triathlonverksamheten.



NIU – nationellt godkänd idrottsutbildning

Umeå Elitidrottsgymnasium

Umeå Elitidrottsgymnasium håller till på Maja Beskowskolan i Umeå. Umeå Elitidrottsgymnasium strävar efter att erbjuda Sveriges bästa elitidrottsutbildning. Här delar specialidrottslärare, ämneslärare och alla idrottselever samma våning vilket skapar en unik miljö och fantastiskt bra möjligheter för att kunna erbjuda eleverna en elitidrottsutbildning av högsta kvalitet. Att dela arbetsrum och vara så nära idrottselever är något som specialidrottslärarna för NIU-simning och NIU-triathlon uppskattar väldigt mycket då de har ett nära samarbete tillsammans. NIU-lektionerna bedrivs på Navet, skolans gym eller inne på Nolia (friidrottshallen) Båda NIU-utbildningarna har ett avtal med Umeå simsällskap som innebär att eleverna får träna tillsammans med oss..

NIU-triathlon

Fyra nya elever började det nya läsåret 2020–2021 på NIU triathlon: Agnes Lind, Kristina Vestman från Härnösand, Tyra Östberg och Arvid Holmlund från Dorotea. Triathleter går i samma klasser tillsammans med andra idrottselever. Att eleverna går i samma klass, läser samma ämnen och tränar tillsammans med Umeå simsällskap är något unikt och väldigt speciellt med många fördelar. Det skapas mycket gemenskap bland dessa ungdomar. Dessutom blir utbildningen och träningen mycket roligare!

Totalt är det 10 elever som går NIU-triathlon på Umeå Elitidrottsgymnasium. Rekryteringen inför nästa läsår 2021 är klar och 6 nya elever har blivit uttagna till NIU-triathlon. Lite annorlunda från tidigare år är att det kommer att bli enbart tjejer (6st) som börjar nästa årskurs. Söktrycket och intresset om NIU-triathlon fortsätter på samma höga nivå som tidigare år och det beror på det fina samarbete mellan NIU-triathlon och Umeå simsällskap.

På grund av den pågående pandemin har de flesta tävlingar varit inställda eller förskjutna under 2020. I mars, två veckor innan läget försämrades i Sverige, åkte Tomas Seco till Playitas tillsammans med Emelie Ohlin, Eliza Happonen, Jakob Nyström, Robin Andersson och Albin Granström för en träningsvecka i solen tillsammans med landslagstruppen som skulle befinna sig på plats i två veckor men återkom till Sverige efter första vecka på grund av att Spanien sattes i karantän sista dagen av första träningsveckan.



Träningsläger i Sala.



Träningsläger i Sala.

I augusti genomfördes ett träningsläger i Sala, på ett coronasäkert sätt, där hemföreningen arrangerade en tävling för alla deltagande. Jakob Nyström, Robin Andersson och Kristina Vestman åkte dit tillsammans med Tomas Seco och fick träna och tävla tillsammans med andra aktiva, inklusive eliten.

NIU-simning

Hösten 2020 startade skolterminen med fyra sistaårselever (Elida Hansson, Felix Bengs Stattin, Arvid Strömbro, och Nellie Luthman) som tillsammans med sex årskurs två elever (Maja Byström, Iyas Kalash, Agnes Gustavsson, Johanna Ahlenius, Emma Haglund och Tindra Norling) samt fyra nya årskurs ett elever (Theo Ylipää, Nea Hjortsberg, Magnus Lindström och Felix Luthman) ökade på antalet simmare på NIU simning till 14 stycken.

På grund av corona blev tyvärr NIU-mästerskapen inställt som många andra tävlingar under hösten också blev. En kändis termin med många nya bud från regeringen med bland annat distansundervisning gjorde det inte lätt att planera genomförandet av lektioner. Trots detta lyckades många av dem prestera bra på den sista tävlingen vi hade i november (Sundsvall).

Rekryteringsarbetet blev på grund av corona lite haltande i år, trots detta var söktrycket bra även i år. Vi lyckades arrangera ett sum-sim läger, med 20 deltagare, som finansierades av Norrlands simförbund och Umeå elitidrottsgymnasium. Intresset för att gå på NIU simning är högt och nivån på de sökande är även den väldigt hög.

Riksidrottsuniversitetet

Förutom NIU och samarbetet med Umeå elitidrottsgymnasium bedrivs även ett samarbete med Umeå universitet som är ett av tre riksidrottsuniversitet (RIU) i landet. I år har vi haft möte med Svenska simförbundet angående en eventuell utökning/förbättring av detta.

Ett informationsbrev kommer att skickas ut till de simmare som går ut gymnasiet och är JSM/SM kvalad för att visa att detta alternativ finns. Målet är att fler ska söka till Umeå universitet och sedan skriva på dessa avtal som kan innebära ett stort lyft och ett större samarbete med simförbundet och Umeå universitet.

Swimrun

En annan aktivitet som slog igenom stort under 2020 var swimrun. Redan året innan var det ett några USS:are som provade på den relativt unga sporten där man omväxlande springer och simmar, ofta i natursköna miljöer.

Det var många av klubbens öppet vatten-simmare som passade på att testa swimrun för första gången då i stort sett alla öppet vatten-lopp blivit inställda samtidigt som den lokala tävlingen **Umeriver Swimrun** skulle gå av stapeln i augusti.

Det sprangs och simrades kors och tvärs längs älven, i Nydalasjön, runt Bäcksjön och till och med ute på Holmön. Vi har fått stor mersmak för swimrun och det kommer säkerligen att bli en allt större sommaraktivitet i kombination med öppet vatten-simmande.



Swimrun-träningarna var välbesökta.



Träning längs Umeriver-banan.



Swimrun på Holmön.

Det blev också ett stort och framgångsrikt deltagande i Umeriver Swimrun med över 20 stycken medlemmar från USS (även om inte alla tävlande i klubbens namn) varav flera fina placeringar. I soloklassen 22 km för herrar vann Petter Lindqvist följt av Magnus Rölin och i damklassen var Carmen Henze tvåa och Emma Lindkvist trea, samtliga masterssimmare i USS. I partävlingen på duo 11 km tog ungdomarna Elena Henze och Sandra Trigell silver och vår tränare Lovisa Nyman vann duo 22 km dam med sin partner.



Petter vann herrklassen i det långa Solo 22, före Magnus.



Det var trötta men glada vinnare i dam Duo 22, med Lovisa och Anna.



Carmen tog silver i damer Solo 22 före Emma.

Issimning

Den kanske mest extrema formen av simning är issimning, det vill säga simning i iskallt vatten på vintern. Sedan ett antal år tillbaka arrangeras årligen en Vintersimmet i Skellefteå där en 25-metersbassäng sågas upp i älven och en tävling med stort internationellt deltagande genomförs. USS har varit på plats med deltagare i flera år och 2020 var det fler än någonsin.

Ingrid Lindelöw Berntson är i en klass för sig med hela fyra lopp – 25 fj, 50 br, 50 fr och 100 fr – där hon tog guld i sin ålderklass på samtliga. Guld i åldersklassen tog även Tyra Östberg på 25 bröstsim och Astrid Gustavsson på 50 frisim.

Tyra och Astrid simmade även lagkamp tillsammans med Elena Henze och Anton Kallio där de tog silver på 2 x 25 m bröstsim.



Astrid simmar i isvakbassängen i Skellefteå.



Lagkapslaget med Anton, Astrid, Elena och Tyra intervjuas i tv.

Tävlingssektionen

Klubben har under detta speciella 2020 ändå lyckats arrangera några tävlingar. Innan alla restriktioner satte stopp för tävlingsverksamheten hann vi med att arrangera Umestänket som gick av stapeln i februari.

I maj körde vi en mikrotävling, framförallt för USS-simmarna men även ett fåtal inbjudna från andra klubbar. I slutet av juni anordnade vi Riksmästerskapen, en tävling som anordnades på flera platser i landet samtidigt men med en gemensam resultatlista. I början på oktober anordnade USS Umeracet Corona Edition, även detta en mikrotävling med ett fåtal inbjudna utöver USS-simmarna.

Trots alla restriktioner har vi alltså lyckats arrangera en del tävlingar. Till alla som ställt upp och hjälpt till vill tävlingssektionen rikta ett stort tack.

Under året har det även anordnats distriktsfunktionärsutbildning samt att det varit digitala utbildningar i WinGrodan och Quantum där vi fått några nya distriktsfunktionärer och nya funktionärer till sekretariatet.



Livbojen

Livbojen, ansvarar för servering och försäljning av simutrustning under tävlingar och andra arrangemang samt service till funktionärer och övriga volontärer. Under 2020 innan pandemin slog till medverkade livbojen vid årets enda tävling Umestänket i februari. Då såldes fika och utrustning från klubben sponsor Arena. Livbojen hoppas på nya uppdrag när vi åter kan samlas i gemenskapen i simhallen.

Ersboda Bad & Gym

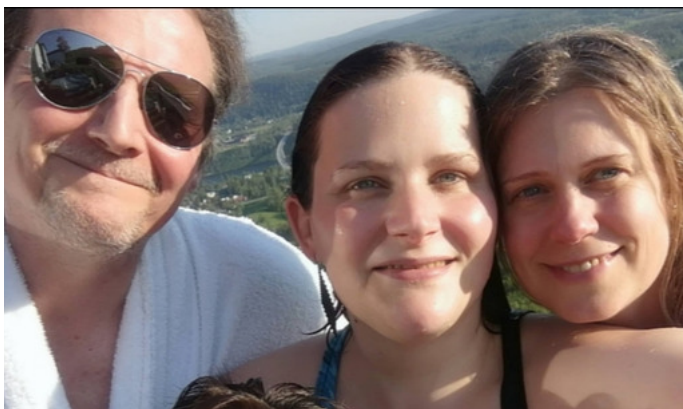
Ersbodabadet ligger i stadsdelen Ersboda 6 km för Umeå centrum med ca 10. 000 invånare.

Umeå simsällskap driver badet och hyr lokalerna av Bostaden. I anläggningen finns även ett gym som drivs av det privata företaget Tenton.

Fast personal under året

- Marlene Stavbom, 100%, driftansvarig badmästare
- Mats Wallin, 100 %, badvärd
- Marie Bergqvist 50% badvärd
- Dan Marques 25 % badvärd

Mats Wallin, badvärd vid Ersbodabadet, gick hastigt bort 23 februari 2021 efter en kort tids sjukdom. Mats var en mycket uppskattad kollega och medarbetare. Mats har lämnat oss i djup saknad.



Mats, Marlene och Marie under ett studiebesök på en badanläggning i Sollefteå.



Badet på Ersboda.

Verksamheten, uthyrningar under året

På Ersbodabadet har vi dagtid uthyrningar och babysim. Olika grupper som hyr för att rörelseglädje, träning och vattenvana. Anläggningen är handikappanpassad och vattnet håller en bra temperatur om man har besvär som ev vis reumatiska sjukdomar.

Det är en trivsamt anläggning med gemytlig stämning. och många stamkunder.

Skolor, föreningar och grupper som hyr hos oss:

- Ersängsskolan
- Ersboda Behandlingshem
- Assistansbolaget Aktiv Assistans
- Röda korsets ungdomsförbund
- Ystarvägens stödboende
- Tenton (vatten träning)
- Vän i Umeå
- Assistansbolaget Pålitlig assistans
- Ersdungens skola
- Umeå Kommun fastighet.



Vi har haft simskola för nyanlända vuxna som aldrig badat eller lärt sig simma förut. Bekostat och bokad av Vännäs kommun, ett projekt som verkligen berikade och oss ledare och deltagarna.

Från V 14 och året ut blev det uppehåll på dessa grupper då en hel del är i riskgrupp av deltagarna då många är äldre på dessa aktiviteter.

Utöver detta så har Tenton i genomsnitt fyra vattenträningspass per vecka i bassängen med totalt 70 deltagare/v (fram till v 14).

På dagtid har vi även bedrivit babysim. Vi har även i liten skala haft privata lektioner främst till icke simkunniga vuxna med stor rädsla för vatten.

16 timmar per vecka är det öppet för allmänheten.

Ersboda under pandemin

Från v 14 stängde vi för allmänhetens bad och försökte att hitta alternativa lösningar för att kunna erbjuda bad så säkert som möjligt. Vattenvana och simkunnighet är så pass viktigt att vi har gjort allt vi kunnat för att kunna erbjuda aktiviteter men som då såklart är så pass säkra att det går att genomföra med hänsyn till pandemin och inte öka smittspridningen.

Vi tog emot bokade grupper på poolpartyn mestadels kvällar och helger. På så sett så hade vi koll på hur många som badade åt gången. De som i vanliga fall umgås ex en familj, en skolklass etc. Det fungerade jättebra och var väldigt uppskattat.

Vi hade även babybad och motionssim där deltagarna också fick boka in sig.

Under sommaren sökte vi stöd av Föreningsbyrån och blev beviljade bidrag så att alla som hade "händer på lovet kortet" kunde hyra simhallen gratis (alla som går i Umeå kommuns grundskola får detta kort i samband med sommarlovet).

Kvällstid är det simskola här på badet. Simskola har pågått måndag till torsdag samt söndagar. Baby-/minisim har genomförts dagtid tisdag, onsdag, torsdag och lördag.

Driften av vattenrening utförs av Umeå kommun på uppdrag av Bostaden (som hyr ut lokalerna). Umeå simsällskap backspolar sandfilter, rengör pumpfilter och tar dagliga vattenprover och har ansvar för att rengöring av bassängerna utförs enligt gällande rutiner.

Vi har varit noga att anpassa verksamheten och följt råd, restriktioner och lagar kring att bromsa smittspridningen av corona. Bl.a ökad städfrekvens med anpassade medel som tar död på virus.

Minimerat antal deltagare på aktiviteter och haft bokning på de aktiviteter vi genomfört så vi vet exakta antalet som kommer och att det inte är för många.

Navet

Sedan hösten 2016 har klubben bedrivit träningsverksamhet i Navets simanläggning. Efter en del inkörningsproblem med bland annat luftkvaliteten har nu många av problemen rättats till.

Umeå simsällskaps sportchef och ordförande har haft regelbundna träffar med badanläggningens ansvariga för att lyfta aktuella frågor och förbättra samarbetet.

Under detta mycket annorlunda år har vi samarbetat med Navet för att säkerställa att vi kan ha igång vår verksamhet så mycket som möjligt. Restriktioner och förhållningsregler har ändrats gång på gång och både vi och Navet har fått se planer ändras med kort varsel.



Externa kontakter

Under normala verksamhetsår arbetar klubben med att utveckla sitt kontaktnät och ha regelbundna träffar med politiker och tjänstemän.

I år har inget varit som vanligt, det enda som hanns med var medverkan vid Umeå idrottsgala där föreningen lämnade över jämställdhetspriset till nästa föreningen.

Därefter har klubbens externa kontakter varit sådant som rört frågor kring vilken typ av verksamhet vi överhuvudtaget kan ha igång, vilka som ska få komma på den och hur vi gör.

Klubben i media

2020 blev ett annorlunda år men föreningen har ändå lyckats synas till viss del i media, i det mån det varit möjligt att rapportera resultat. Ett stort reportage om långsimningen Umeälven 10K under sommaren visade att simningen är aktiv även när förutsättningarna ändras.

Sociala medier

USS har under 2020 fortsatt nyttjandet av sociala medier, även om det fortfarande sker i rätt blygsam omfattning från officiellt håll och är långt ifrån heltäckande för vår breda verksamhet.

Vi har en Facebook-sida i klubbens namn, men den flitigast använda delen av sociala medier är fortfarande våra gemensamma Facebook-grupper där tränare, kanslipersonal, ledare, simmare, föräldrar, medlemmar med flera är välkomna att delta. Inte minst utnyttjas Facebook-gruppen för öppet vatten flitigt som central plats för all typ av planering och rapportering kring träningar och tävlingar under sommaren.

Vårt officiella Instagram-konto finns på www.instagram.com/umeasimsallskap/ och vår Facebook-sida finns på www.facebook.com/uss.umeasimsallskap/.

Hemsida

USS nya hemsida (www.umesim.nu) som lanserades under 2018 har mottagits väl och fortsatt att utvecklas och underhållas av Adrian Bengtson, som timanställd webbansvarig och redaktör. Adrian tar gärna emot synpunkter och förslag på förbättringar samt rapporter om fel eller inaktuell information på webb@umesim.nu.

Avslutning

Styrelsen vill rikta ett stort tack till alla aktiva, tränare, föräldrar och andra engagerade i Umeå simsällskap och vi ser fram emot att kunna ses mer tillsammans i simhallen, på tävlingar och andra aktiviteter när världen blir mer normal igen.

Året som gick gav en extra insikt i hur värdefulla alla dessa fysiska möten är, allt från motivationen hos simmarna till sammanhållningen mellan föräldrar har sin grund i att man kan ses och umgås i olika former och få känslan av en aktiv och engagerande föreningsverksamhet.

Än är det inte över men vi ser en ljusning på horisonten, förhoppningvis redan senare i år. Vi ser samtidigt stora utmaningar framför oss i efterdyningarna av epidemin, i allt från ekonomi till att behålla våra simmare.





