



STAVANGER

SVØMMEKLUBB

Stavanger Svømmeklubb

Årsmelding 2024

Innhold

<u>Saksliste årsmøte Stavanger Svømmeklubb</u>	Side 2
<u>Sak 1 – Godkjenning av fremmøtte representanter</u>	Side 3
<u>Sak 2 – Valg av møteleder, sekretær og to til å signere protokoll</u>	Side 4
<u>Sak 3 – Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden</u>	Side 5
<u>Sak 4 – Behandle idrettslagets årsberetning for 2024</u>	
<u>4.1 – Formål, visjon, verdier og virksomhetsidé</u>	Side 6
<u>4.2 – Verv</u>	Side 7
<u>4.3 – Rapport styrets arbeid</u>	Side 12
<u>4.4 – Rapport drift</u>	Side 22
<u>4.5 – Rapport avd. Sport</u>	Side 23
<u>4.6 – Rapport avd. Svømmeskole</u>	Side 56
<u>Sak 5 – Behandle idrettslagets reviderte årsregnskap for 2024</u>	Side 61
<u>5.2 – Kontrollutvalgets beretning for 2024</u>	Side 67
<u>5.3 – Revisors beretning for 2024</u>	Side 68
<u>Sak 6 – Innkomne forslag</u>	Side 71
<u>Sak 7 – Vedta endring i lov for Stavanger Svømmeklubb</u>	Side 72
<u>Sak 8 – Fastsette medlemskontingent for 2025</u>	Side 73
<u>Sak 9 – Vedta idrettslagets budsjett for 2025</u>	Side 74
<u>Sak 10 – Behandle idrettslagets organisasjonsplan</u>	Side 77
<u>Sak 11 – Engasjere registrert revisor til å revidere regnskap</u>	Side 78
<u>Sak 12 – Valg</u>	Side 79
<u>Sak 13 – Utmerkelser</u>	Side 80
Appendix 1 – Lov for Stavanger Svømmeklubb	Side 81
Appendix 2 – Detaljert budsjett 20245	Side 85
Appendix 3 – Status handlingsplan Virksomhetsplan	Side 88
Appendix 4 – Sportslige oppnåelser 2024	Side 100
Appendix 5 – SSK klubbrekorder pr. 31.12.2024	Side 105

Saksliste årsmøte Stavanger Svømmeklubb

- Sak 1** Godkjenning av fremmøtte representanter
- Sak 2** Valg av møteleder, sekretær og to medlemmer til å underskrive protokoll
- Sak 3** Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden
- Sak 4** Behandle idrettslagets årsberetning for 2024
- Sak 5** Behandle idrettslagets årsregnskap for 2024 i revidert stand
- Sak 6** Behandle innkomne forslag og saker
- Sak 7** Vedta endring i lov for Stavanger Svømmeklubb
- Sak 8** Fastsette medlemskontingent for 2025
- Sak 9** Vedta idrettslagets budsjett for 2025
- Sak 10** Vedta idrettslagets organisasjonsplan
- Sak 11** Engasjere statsautorisert/registrert revisor til å revidere idrettslagets regnskap
- Sak 12** Foreta valg
- Sak 13** Utmerkelser 2024



Minner om at SSK er en miljøvennlig klubb og at vi derfor anbefaler at denne årsmeldingen ikke blir printet på papir. Den vil ikke bli trykket opp til årsmøtet og vi anbefaler derfor alle å ta den med på sin tablet eller lignende. Vi vil også gå gjennom den punkt for punkt på selve årsmøtet.

Sak 1 - Godkjenning av fremmøtte representanter

Stemmeberettigete på årsmøtet er betalende medlemmer over 15 år. Svømmere over 15 år er automatisk medlemmer. Deltakere over 15 år som deltar på svømmeopplæring er også fullverdige medlemmer. Alle som ønsker å avgi sin stemme må ha betalt sin medlemsavgift for 2024 på kr 300,-, eller 1 måned før årsmøtet for nye medlemmer. Foreldre av barn som svømmer er ikke automatisk medlem og må betale egen medlemsavgift dersom de ønsker å stemme. Et medlem under 15 år har møterett, forslagsrett til og på årsmøtet, men ikke stemmerett.

Det er ikke lov å forhåndsstemme eller stemme på vegne av andre med fullmakt.

Innstilling fra styret:

Årsmøtet godkjenner følgende antall stemmeberettigede medlemmer [antall].

Sak 2 – Valg av møteleder, sekretær og to medlemmer til å underskrive protokoll

Innstilling fra styret:

Årsmøtet godkjenner følgende dirigenter/ordstyrere: Jone Edland

Årsmøtet godkjenner følgende sekretær(er): Sindre Wold

Årsmøtet godkjenner følgende medlemmer til å underskrive protokollen: [navn] og [navn].

Sak 3 - Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden

Forretningsorden:

Årsmøtet ledes av den valgte møteleder. Protokoll føres av valgt sekretær for årsmøtet.

Ingen medlemmer gis ordet mer enn tre ganger i samme sak. Med unntak av innledningsforedraget, settes taletiden til 4 min første gang, 2 min andre gang og 1 min tredje gang.

Alle forslag leveres skriftlig til møteleder undertegnet med medlemmets navn.

Alle vedtak gjøres med alminnelig flertall (unntatt lovendringer).

I protokollen føres inn alle forslag og vedtak med angivelser av stemmer for og imot.

Valg foregår skriftlig hvis det foreligger mer enn ett forslag eller det fremmes krav om det. Hvis det skal være skriftlige valg, kan bare foreslåtte kandidater føres opp på stemmeseddelen.

Stemmesedler som er blanke, eller som inneholder ikke foreslåtte kandidater, eller ikke inneholder det antall det skal stemmes over, teller ikke, og stemmene anses som ikke avgitt.

Innstilling fra styret:

Årsmøtet godkjenner innkalling, saksliste og forretningsorden.

Sak 4 – Behandle idrettslagets årsberetning for 2024

4.1 Formål, visjon, verdier og virksomhetsidé

4.1.1 Formål

Stavanger Svømmeklubb er en autonom, frivillig og demokratisk medlemsorganisasjon som har som formål å drive idrett. I klubbens formålsparagraf §1 står det at: *Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.*

4.1.2 Visjon

Vår visjon er: «Mestring i svømming og i livet».

Med det ønsker vi å gjøre det klart at vi er en klubb for alle. Både de som vil lære å svømme, de som vil trene svømming, de som vil konkurrere og de som vil bli best!

Vi skal ha ett tilbud til alle, og vi ser verdien i bredde. For å bli en klubb med elitesvømmere, trenger - og ønsker vi - bredde. For å kunne nå vårt felles mål, er alle like verdifulle. Og på veien dit – skal vi ha det kjekt!

4.1.3 Verdier

Klubben har utviklet et verdigrunnlag som beskriver selve fundamentet for hvordan vi ønsker å ha det i Stavanger Svømmeklubb, hvordan vi opptre og hva som kjennetegner klubben.

Vi skal være en klubb som våger å sette hårete mål. Vi skal være en klubb som har plass til alle, der vi tar vare på hverandre og gleder oss over hverandres prestasjoner. Vi skal være en klubb som utvikler mestring og svømmeglede hos alle.

Oppsummert er verdiene til Stavanger Svømmeklubb: Samhold, ambisiøs og svømmeglede.

Verdiene er forankret i klubbens virksomhetsplan og er en rettesnor for klubbens ledelse, ansatte, medlemmer, foresatte og andre støttepersoner. Verdiene er i tråd med Norges Svømmeforbunds fem verdier: grensesprengende, lekende, ansvarlig, dristig og inkluderende.

4.1.4 Virksomhetsideen til Stavanger Svømmeklubb

Stavanger Svømmeklubb skal:

- ✓ Tilrettelegge og motivere for konkurransesatsing for de som ønsker å utvikle potensialet sitt maksimalt.

- ✓ Tilby grunnleggende svømmeopplæring gjennom svømmeskolen for alle barn, ungdom og voksne Stavanger.
- ✓ Tilrettelegge et tilpasset aktivitetstilbud i et godt klubbmiljø for alle svømmemedlemmer.
- ✓ Bidra til at medlemmene blir ambassadører til gode holdninger, og en sunn og aktiv livsstil.

4.2 Verv

4.2.1 Styret 2024

Leder:	Silje Steinnes
Nestleder:	Jone Slutås
Styremedlem:	Sindre Wold
Styremedlem:	Caroline Finstad Rasmussen
Varamedlem:	Anne Katrine Bergland
Varamedlem:	Halvor Vøllestad

4.2.2 Utvalg 2024

Sponsor- og markedsutvalg

Jone Edland
Tine Lærdal
Halvor Vøllestad
Bredo Klepp
Øystein Kjellsen

Sponsorkomiteen har hatt lite aktivitet gjennom 2024, da det ble opprettet egen stilling med bl.a. sponsor- og markedsarbeid i fokus.

Det er et ønske og et mål at sponsor- og markedsutvalg er mer aktivt i 2025.

Dugnadsutvalg

Leder:	Eldbjørg Holmaas
Medlem:	Kjell Erling Slettevold

Stevneutvalg

Medlem:	Rune Småvik
Medlem:	Eivind Sædberg
Medlem:	Inge André Ommundsen
Medlem:	Marina Askildsen



Foto: Stevneutvalget deltok i komiteen som arrangerte NM Kortbane i Stavanger Svømmehall 17. – 20.11.2022.

Foreldreutvalg (FAU)

Nestleder/sekretær: Kirsten Mönig
Medlem: Anne Gro Kalvenes
Medlem: Ulrika Johansson
Medlem: Kristine Knutsen Klepp

Dommerkontakt

Leder: Karen Berg

Kontrollutvalg

Leder: Eldbjørg Holmaas
Medlem: Egil Willumsen

Valgkomiteen

Leder: Henrik Z. Nessler
Medlem: Kristin Tønsager
Medlem:
Varamedlem: Kjell Erling Slettevold

4.2.3 Stavanger Svømmeklubbs hederstegn

Dette er klubbens nest høyeste utmerkelse og kan tildeles et medlem som har gjort stor innsats for klubben i en årrekke eller ved spesielle anledninger har gjort en innsats som er særegen, og/eller er tildelt NSFs fortjenestemedalje/NSFs bragd merke. Unntaksvis kan det tildeles ikke-medlemmer for særdeles verdifull støtte på en annen måte, f.eks. for økonomisk hjelp av betydelig omfang og for stor innsats i forbindelse med svømme- og treningsanleggene.

Innstilling til Hederstegnet kan gjøres av alle klubbens medlemmer. Hederstegnet kan kun utdeles etter enstemmig styrevedtak.

Josef Ween 1950
Morten Rasmussen 1950
Lars Fosse 1950
Arne Maudal 1955
Enok Rasmussen 1955
Lars E. Marvik 1955
Alfred Fredriksen 1970
Einar Palmer Rasmussen 1970
Rolf Angell Olsen 1980
Alf Lura 1980
Arne Berglia 1981 (stup)
Brit Dirdal Enger 1981
Øyvind Eriksen 1985
Ole Johnny Aasen 1985 (stup)
Rose Sandvoll 1985
Frank Johnsen 1985 (stup)
Øyvind Barkved 1985
Dag Tresselt 1985
Charles Magne Hinna 1992
Trond Høines 1992
Arthur Abrahamsen 1993
Odd Svensen 1993
Ståle Rugland 1993
Bente Johnson 1993 (stup)
Pål Sanner 1994 (stup)
Rune Andersen 1994
Torstein Ådnøy 1995
Per Høines 1995
Åshild Eltervåg 1996 (stup)
Arne Borgstrøm 1996
Kyrre Bjørn Larsen 1998
Ivar Fett 2000
Aud Fiskå 2001
Lise Fadnes 2001
Monica Danielsen 2002
Ole Mossige 2003
Terje Fadnes 2003
Kjell Skiftun 2004
Thomas Ole Fadnes 2005
Morten Falck 2007
Hilde Nygård 2007
Monica Martinsen 2012
Christin Svensen 2013

4.2.4 Æresmedlemmer i Stavanger Svømmeklubb

Dette er klubbens høyeste utmerkelse og tildeles medlemmer som over en årrekke har gjort en ekstraordinær innstas for klubben, sportslig og/eller administrativt. Helt ekstraordinære enkeltprestasjoner kan også gi æresmedlemskap.

Æresmedlemmer betaler ikke kontingent.

Som synlig tegn på æresmedlemskap utdeles SSK`s æresmedlemsmerke i gull. Innstilling til æresmedlemskap kan fremmes av alle klubbens medlemmer. Æresmedlemmer kan kun utnevnes etter enstemmig styrevedtak.

Ole Hovland 1935
Oscar Svensen 1935
Josef Ween 1955
John Hendricks 1957
Enok Rasmussen 1970
Lars Fosse 1970
Einar Palmer Rasmussen 1980
Arne Berglia 1988 (stup)
Dag Tresselt 1993
Arne Borgstrøm 2002
Arthur Abrahamsen 2009
Odd Svensen 2009
Øyvind Eriksen 2010
Christin Svensen 2015
Kjell Skiftun 2016
Sarah Louise Rung 2023

4.2.5 Medlemmer med tillitsverv utenfor klubben

Embla B. Gudbrandsen:	Styremedlem Norges Svømmeforbund
Kjell Erling Slettevold:	Styremedlem Rogaland Svømmekrets
Silje Steinnes:	Medlem kontrollutvalget Rogaland Svømmekrets
Karl Henry Steen:	Leder Svømmealliansen i Stavanger
Åge Olsen:	Styremedlem Idrettens Hus AS (til juni 2024)

4.2.6 Representanter som har møtt på vegne av klubben i andre fora

Ledersamling, Rogaland Idrettskrets, november 2024

- Finn Zachariassen
- Kari-Sofie Isachsen
- Jone Edland

Årsmøte, Rogaland Svømmekrets

- Silje Steinnes
- Sindre Wold

Trener og Lederkonferansen, Norges Svømmeforbund

- Finn Zachariassen
- Sondre Urdal
- Sondre Møll
- Henning Pryde

Kompetansehelgen inkl. daglig leder-seminar, Norges Svømmeforbund

- Finn Zachariassen
- Monica Martinsen
- Kari-Sofie Isachsen
- Jone Edland

Daglig leder-seminar, Norges Svømmeforbund

- Finn Zachariassen



4.3 Rapport styrets arbeid

Å tilby og sikre idrettslig aktivitet til barn og ungdom i Stavanger er hovedfokuset til Stavanger Svømmeklubb, og klubben har også i 2024 hatt søkelys på å tilby et tilstrekkelig tilbud samt opprettholde en økonomisk profil i klubben som sikrer langsiktig drift av klubben.

Styret har i løpet av året avholdt en strategisamling og 10 styremøter hvor det spesielt har bl.a. har blitt jobbet med følgende strategiske saker:

Anlegg | Nautilus

Styret har hele tiden vært opptatt av stabil og best mulig drift av Nautilus for å sikre at klubben til enhver tid har tilstrekkelig kapasitet til å gjennomføre klubbens innsats for svømmeopplæring.

Systemansvarlig for anlegget er daglig leder og daglig drift ivaretas gjennom en avtale med Stavanger kommune – eiendom.

Anlegg kapasiteten for de øvrige bassengene klubben benytter til svømmeopplæring har i 2024 rapportert til å være akseptabel, men noe begrensende. Anleggskapasiteten for sportsavdelingen har vært krevende, men akseptabelt for 2024.

Sportslig | Svømmeskole

Styret observerer også i 2024 en god og stabil utvikling i konkurranseavdelingen og for svømmeopplæringen. Styrets strategi har vært å gi tillit til klubbens drift, både sport og svømmeskole, og styret er fornøyd med arbeidet.

Klubben har fortsatt arbeidet med å forsterke overgangen mellom svømmeskolen og rekruttavdelingen og som har medført flere svømmere med ferdigheter til å starte i rekruttavdelingen.

Klubben har markert seg sportslig og ble av Norges Svømmeforbund ble nummer 2 når prisen for årets svømmeklubb i sesongen 2023/2024 ble delt ut under trener lederkonferansen 2024.

Arrangement

Stavanger Svømmeklubb hadde i 2024 ingen mesterskap vi var arrangør for i samarbeid med Norges Svømmeforbund, men deltok med vår andel under Nordsjøstevnet som arrangeres av Rogaland Svømmekrets.

Klubben arrangerte 4 lokale approberte stevner samt flere uapproberte stevner, klubb arrangementer som treningshelger, leirer og teknikkamlinger.

Frivillighet

For å kunne gjennomføre klubbens aktiviteter er vi avhengige av frivillig innsats. Klubben har mange positive frivillige som benytter mange timer i året på å bidra til at vi kan gi et tilstrekkelig tilbud til klubbens medlemmer. Det rettes en stor takk til alle frivillige som gjennom 2024 var deltakende i alle aktivitetene vi har. Noen av aktivitetene som kan nevnes er; tilsynsvakter, frivillige verv hvor man representerer klubben eksternt, FAU, styret og andre utvalg, dommere, arrangere stevner, reiseledere og alle andre aktiviteter vi har fått hjelp til gjennom året.

Klubben hadde også i 2024 utfordringer med at belastning på enkeltpersoner ifm. dugnadsarbeidet og belastningen er ujevn. Vi ser dog i 2024 en forbedring i innsatsen, men må også fremover jobbe med rekrutteringen av flere frivillige.

Organisasjon

Det har vært kontinuitet i organisasjonen gjennom året og klubben har hatt tilgang til mange dyktige ansatte og instruktører.

Klubben har en velfungerende Administrasjon og 2024 har vært første driftsår for ny administrasjon ledet av daglig leder og sportssjef Finn Zachariassen i en kombinert rollen. Klubbens utvikling med egen ansatt som økonomi og markedsansvarlig har fungert etter hensikt og styret observerer en positiv utvikling innenfor dette.

Dialog med utøverne

Som svar på forespørsler fra foreldremøtet om bedre involvering av utøverne i styrets arbeid, etablerte vi en dialoggruppe bestående av representanter fra de forskjellige utøvergruppene. Vårt første møte ble avholdt 20. november 2024, hvor utøverrepresentanter og to medlemmer fra styret deltok. Dette initiativet, som vi planlegger å fortsette, sikrer at utøvernes stemmer og perspektiver aktivt bidrar til å forme relevante saker i klubben.

Sponsor

Styret har fremdeles tro på at det er mulig å jobbe mer målrettet for å tiltrekke nye mulige sponsorer og samarbeidspartnere til klubben, men observerer en positiv utvikling innenfor dette arbeidet for 2024. Økonomi og markedsansvarlig har sammen med daglig leder hatt en sentral rolle i dette arbeidet.

Veien videre

Klubbens strategiske langtidsplaner som virksomhetsplan og sportslig plan for perioden 2024 – 2028 vil det jobbes videre med i 2025. Strategisk retning vil opprettholdes. Klubbens sportslige plan vil bli utarbeidet videre av klubbens trenersteam i lys av det parallelle arbeidet med virksomhetsplanen.

Økonomi

Stavanger Svømmeklubb leverer et årsresultat etter finansinntekter på kr. 563 144 mot et årsmøtegodkjent budsjett i balanse. Egenkapitalen er ved 31.12.2024 på kr. 6.885.630. Positivt avvik mellom budsjett og regnskap tilskrives i all hovedsak solid drift av svømmeskolen, økt fokus på kostnader, forhandling av avtaler og søknader om tilskudd og sponsorer gir resultater.

Styret er opptatt av at klubbens egenkapital skal forvaltes på en økonomisk bærekraftig måte slik at klubben er sterk ift. iverksettelse av nødvendig tiltak for å sikre klubbens aktiviteter og drift, og ikke minst bygge Stavanger Svømmeklubb i tråd med klubbens virksomhetsplan, plan for svømmeskolen og sportslig plan.

Klubben har fortsatt en solid egenkapital, men styret vil i året som kommer styre mot et nullresultat.

Takk

Til slutt vil styret benytte anledningen til å rette en stor takk til svømmere, foresatte, frivillige, ansatte og støttespillere for deres innsats i året som har gått!

Styret

4.3.1 Medlemstall

Det totale medlemstallet i 2024 er på 2.803, noe som tilsvarer en nedgang på 196 medlemmer eller 6,5 % sammenlignet med 2023.

Nedgangen ser vi i all hovedsak i aldersgruppene 6 – 12 år - jenter (-6,4%) og gutter (-11,1%).

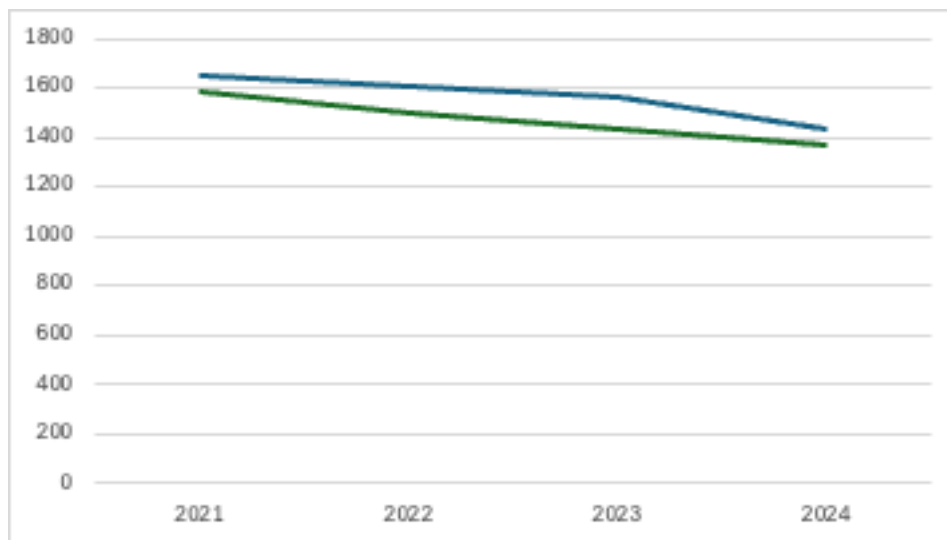
Vi observerer færre fortsatt barn i svømmeskolen, men vi har stabilisert oss i sportsavdelingen på ca 300 svømmere i 2024.

På generelt grunnlag sees dyrtid, inflasjon, egenandeler og valg mellom mange andre fritidsaktiviteter også som en medvirkende årsak til det fallende medlemstallet i SSK.

Således er det viktig at klubben evner å avdekke evt. forhold som kan påvirke medlemstallet på kort og lang sikt, slik at nødvendige tiltak kan iverksettes for å beholde svømmerne i klubben.

Menn

Kvinner



4.3.2 Status svømmehaller og skolebasseng

De kommunale bassenganleggene som har vært åpne i 2024 har hatt en forholdsvis stabil drift, med unntak av enkelte dager nedetid som følge av kortvarig driftsstans.

Skolebassengene på Madlamark skole har vært stabil i 2024.

Kannik skole har fått problemer med taket og lyddemping. Dette er løst med provisoriske plater montert på veggen i svømmehallen. Kannik skole har i 2024 ikke hatt nedetid, men står over for en større restaurering i sommer 2025.

Den generelle adgangen til treningstid i de kommunale hallene er tilfredsstillende, men kan fremdeles bli bedre med tanke på å kunne tilby bedre treningstider for alle treningsgrupper.

Alle våre grupper trener stort sett lørdag eller søndag som følge av at det ikke er nok bassengtid tilgjengelig i ukedagene.

For å sikre større forutsigbarhet og trygghet ift. det tilbud som gis av svømmeopplæringen i klubben, har Stavanger Svømmeklubb siden 2018 leid og driftet et varmtvannsbasseng på Eiganes (også kjent som Nautilus). For å ivareta en forsvarlig teknisk drift av anlegget har klubben inngått en driftsavtale med Stavanger kommune - eiendom. Avtalen er resignert januar 2024 og løper frem til 2025.

4.3.3 HMS, arbeidsmiljø og likestilling

Sykefraværet i klubben var i gjennomsnitt 2,2 % i 2024.(nedgang på 0,1%)

Utover det som normalt følger av svømmeklubbens virke, er det ikke forekommet eller rapportert arbeidsuhell eller ulykker som har resultert i alvorlige materielle eller personskader. Klubbens målsetning er at ingen skal skade seg under aktivitet i regi av SSK. Klubben hadde i 2024 ingen hendelser av høy alvorsgrad, ingen hendelser av middels grad og ingen hendelser av lav grad knyttet til idrettsaktivitet. Alle skader relatert til trening i våre treningsgrupper blir registrert elektronisk via skadetelefonen og fulgt opp i henhold til gjeldende prosedyrer og forsikring gjennom NSF.

Vi er 53 damer og 25 menn som er ansatt som i SSK. Hoveddelen av de ansatte er trenere og instruktører. Det er blitt videreført tiltak for å holde sykefraværet nede, samt tiltak for å få sykemeldte raskest mulig tilbake i arbeid. Arbeidsmiljøet betraktes på generelt grunnlag som godt. Stavanger Svømmeklubb har som mål å være en arbeidsplass der det råder likestilling mellom kvinner og menn. Det skal ikke forekomme forskjellsbehandling grunnet kjønn.

Klubben har nulltoleranse for mobbing og trakassering. Det jobbes aktivt med å skape lagfølelse og samhold gjennom ulike aktiviteter. Miljøet i klubben har vært generelt godt i 2024. Enkeltepisoder har vært håndtert i god dialog med involverte svømmere, trenere og foresatte. Det er viktig for klubben at alle skal trives og det skal jobbes videre med dette i 2024. I lys av at styret er opptatt av strategisk arbeid og videreutvikling av klubben, har klubben ulike utvalg ansvar for operative oppgaver innenfor sine arbeidsområder. For å få til en sunn drift der man ivaretar både ansatte og frivillige, er klubben avhengig av innsats fra foresatte både i utvalg og ikke minst under ulike arrangementer i regi av klubben.

Styret ønsker med dette å takke administrasjonen, trenere, instruktører, svømmere, foreldre, dommere, komité- og utvalgsmedlemmer og andre frivillige for deres innsats i klubben i 2024.

4.3.4 Rapport fra Foreldreutvalget (FAU)

I løpet av året har følgende representanter vært medlem i FAU:

- Kirsten Mönig
- Anne Gro Kalvenes
- Kristine Knutsen Klepp
- Ulrika Johansson

Det har vært 4 FAU medlemmer gjennom året. FAU har hatt åtte møter i løpet av 2024, hovedsakelig for å organisere kiosken for stevner og matservering for forskjellige arrangementer.

I løpet av 2024 organiserte FAU kiosk driften for alle SSK stevne: SSK Open, SSK Grand Prix, SSK Sommerstevne og SSK Kvalikken, samt 2 Rekruttstevner. I tillegg drev FAU kiosken under Nordsjøstevnet som er en god inntektskilde til klubben.

Ellers organiserte FAU matservering for rekruttsamling i mai på Kannik og hjalp til med servering for årsfesten i januar på Kvernevik og ved foreldremøtet i september på Hetland vgs. Oppmøtet hva stort på både årsfest og foreldremøte.

FAU har og hvert med å organisere dugnad i form av plastikk innsamling utmed Hafrsfjord i begynnelsen av juni. Her hva det mange som stilte opp og det blev en kjekke sosial happening i kombinasjon med innsats for vårt miljø, som avsluttedes med pizza ute i det frie. Denne innsatsen premieredes med en god inntekt til klubben fra Handelens Miljøfond. Første helgen i juni organiserte FAU dugnad i form av diverse oppgaver under Vaulen Open Air konserten. Her gikk dugnads inntekten til den enkelte svømmeren med tanke på at kunne vare et tilskudd til at betale egenandeler. Både plastikk- og konsert dugnaden blev vel gjennomført med stor innsats og god stemning.

Foreldrekontaktene i de ulike gruppene har organisert flere ulike sosiale aktiviteter som grilling, kveldsmat, jule kos, bowling, surfe kurs mm. gjennom året. Dette har blitt godt mottatt. FAU setter stor pris på dette og ønsker at det fortsettes med liknende sosiale aktiviteter i 2025.

Det har vært en god del foreldre som under 2024 hjelp til med diverse arrangement som rekrutt samling, rekrutt leir, trenings leir, som reiseleder mm og det setter FAU stor pris på. Det

trenges flere folk som kan bygge seg opp erfaring og stille på de ulike dugnads oppgavene som er gjennom året og under de ulike aktiviteter i gruppene.

FAU er et viktig utvalg både for svømmere og foreldre i klubben, men har vært sårbart under 2024 med kun fire aktive medlemmer. Under 2025 ønsker vi å bygge opp et stabilt FAU som kan bidra til organisering av stevner, samlinger/leir, foreldremøte og andre sosiale arrangement. Vi håper at flere melder sitt interesse da vi sammen er sterke og kan dele litt av ansvar og oppgaver.

4.3.5 Rapport fra Stevneutvalget

Følgende representanter har vært medlem i Stevneutvalget i 2024:

- Rune Småvik, medlem
- Eivind Sædberg, medlem
- Inge Andre Omundsen, medlem
- Marina Askildsen, medlem

Stavanger Svømmeklubb arrangerte følgende stevner/mesterskap i 2024:

- ✓ SSK Open: 09.02 – 11.02
- ✓ SSK Rekruttstevne: 10.03
- ✓ Vår Energi Grand Prix: 26.04 – 28.04
- ✓ SSK Sommerstevne: 29.06
- ✓ SSK Rekruttstevne: 29.06
- ✓ Klubben.no Grand Prix: 27.09 – 29.10
- ✓ Nordsjøstevnet (sterkt delaktig sammen med kretsen): 25.10 - 27.10
- ✓ SSK Rekruttstevne: 10.11

Stavanger Svømmeklubb har arrangert flere approberte stevner og rekrutt-stevner i løpet av 2024 med god deltagelse i de approberte stevnene fra både nært og fjernt. Det har vært en prioritet å få inkludert alle svømme-øvelsene i våre stevner og det har derfor vært gode muligheter for svømmerne til å både utfordre seg på nye øvelser og forbedre gamle opptil flere ganger gjennom sesongen. Vi har fått gode tilbakemeldinger fra både lokale og tilreisende klubber på gjennomføringen av stevnene vi har hatt. Så ser vi fortsatt at det er færre

deltagende klubber/svømmere nå enn før Koronaen men det har vært relativt stabilt fra 2023 til 2024 og det tar vi som et godt tegn. Det viser at det arbeides godt i svømmeklubbene både i forhold til ny rekruttering og hvordan beholde svømmerne i klubbene.

Nordsjøstevnet ble som vanlig arrangert med deltakere fra mange steder, men en del lavere deltagelse fra utenlandske klubber i 2024 sammenlignet med 2023. Nordsjøstevnet er fortsatt en attraktiv svømmekonkurranse og kretsen jobber meget godt med dette arrangementet og vi håper på flere utenlandske klubber i 2025.

I løpet av 2024 ble det arrangert to rekrutt stevner i Stavanger svømmehall og ett stevne på Hundvåg (sammen med det approberte sommerstevnet), og erfaringene fra disse er at dette er kjekke stevner med godt oppmøte og mange spente svømmere og foresatte.

Vi ser viktigheten av å ha et nært samarbeid med personale i svømmehallene i Stavanger (Stavanger svømmehall, Hundvåg svømmehall og Kvernevik svømmehall), og ved planlegging av framtidige stevner må vi ta dem med tidlig i prosessen.

Som i de siste årene har dommerne også i 2024 blitt brukt til å ta manuelle tider (i stedet for egne tidtakere). Det ble i 2023 og videre i 2024 testet ut å ikke bruke manuelle tider – hverken av dommerne eller egne tidtakere. Dette har fungert godt og videreføres i 2025. Dette pga at man ser tegn til mer trafikk og støy bak pallene etter at koronarestriksjonene er fjernet og at det i tillegg fører til at kvaliteten på dømmingen kan forringes når de også skal ta tid ved innslag (og at det blir meget hektisk, spesielt ved 50m distansene).

I 2024 har vi klart å dekke opp omtrent alle dugnadsposisjoner under stevnene våre. Vi har dog måttet ta noen små grep / justeringer underveis i stevnene, men stort sett har det gått fint, og vi er godt fornøyde med den fleksibilitet foreldre har vist for å hjelpe underveis.

En stor takk til alle svømmere og trenere/ledere som bidrar til at SSK leverer svømmeprestasjoner på et meget høyt nivå og er en attraktiv klubb å være i, og som har medført at vi per dato er Norges største svømmeklubb. Og som alltid, stor takk til alle frivillige og andre svømmevenner som stiller opp og gir sitt bidrag.

Og til slutt, det er fortsatt ønskelig å styrke Stevneutvalget med 1-2 medlemmer. Dette er en gøy og interessant oppgave og man blir kjent med mange mennesker i klubben.

4.3.6 Rapport fra Dommerutvalget

I 2024 hadde Stavanger svømmeklubb 23 (24) aktive dommere – inklusiv 4 som tok kurset i høst:

Marina Askildsen (kretsdommer)

Karen E. B. Berg (forbundsdommer, overdommer, starter)

Kathrine Borsheim (forbundsdommer)

Ingjerd Anda Brigg (forbundsdommer, overdommer, starter)

Georgeta Ciuca (kretsdommer)

Kaouther Hadji (kretsdommer)

Svein Hebnes (kretsdommer)

Tron Bjelland Helgesen (forbundsdommer, starter)

Cecilie Vorland Hertervik

Eldbjørg Holmaas (forbundsdommer)

Ole-Johannes O. Hommekland (kretsdommer)

Hanne Christine Kaland (kretsdommer)

Bredo Knutsen Klepp (forbundsdommer, starter)

Per Martin Mauroschat (kretsdommer)

Ingrid T. Meling (kretsdommer)

Leyla Melikova (kretsdommer)

Ådne Nessa (kretsdommer)

Inge Andre Omundsen (forbundsdommer)

Sunniva Pedersen (kretsdommer)

Michael Smith (forbundsdommer)

Rune Småvik (forbundsdommer)

Karl Henry Steen (forbundsdommer)

Silje Steinnes (forbundsdommer, starter)

Michael Vert (kretsdommer)

Nye kursdeltakere/apsiranter/ferdig dommer i høst:

Erika Daniela Cevallos Torres

Maren Westlye Hildèn
Kushil Deeshan Ranaweera
Martin Vaagland Solberg

Vi oppfordrer foreldre og tidligere svømmere til å delta som dommere og minner om at det er sterkt ønskelig at minst en forelder av barn i konkurranse gruppene utdanner seg og er aktiv som dommer. Det er en fin måte å bli bedre kjent med svømmeregler og teknikker samtidig som man kan bidra til svømmesporten på en positiv måte. RSK arrangerer jevnlig sertifiseringskurser for kretsdommere. Ingen forkunnskaper er krevd.

Tusen takk til alle dommere som stiller slik at vi får gjennomført approberte stevner!

4.4 Rapport drift

4.4.1 Arten av virksomheten og hvor den drives

Foreningen ble stiftet 31.08.1910. Foreningen er et idrettslag knyttet til Norges Idrettsforbund. Foreningens virksomhet er å drive med svømmeundervisning og svømmeaktivitet. Foreningen driver ingen forsknings- og utviklingsaktiviteter. Foreningens kontor er i Stavanger kommune.

4.4.2 Rettvisende oversikt

Foreningen hadde et positivt økonomisk resultat i 2024 på kr. 563.144,-. Positivt avvik mellom budsjett og regnskap tilskrives i all hovedsak solid drift av svømmeskolen, økt fokus på kostnader, forhandling av avtaler og søknader om tilskudd og sponsorer.

Resultatet slik det fremgår av resultatregnskap gir et rettvisende bilde av virksomheten i 2024.

4.4.3 Redegjørelse for fortsatt drift

Forutsetningen om fortsatt drift er til stede og årsregnskapet er satt opp under denne forutsetningen.

4.4.4 Redegjørelse for arbeidsmiljø

Ved utgangen av 2024 var det totalt 82 ansatte i foreningen (21 årsverk), hvorav ni er fast ansatt. 53 damer og 25 menn som er ansatt som i SSK. I styret er det 4 medlemmer, hvorav to menn og to kvinner, i tillegg til 2 varamedlemmer som også er kjønnsfordelt. Det er ikke iverksatt noen spesielle likestillingstiltak i året som er gått, men foreningen tilstreber å likestille menn og kvinner. Sykefraværet har vært lavt (under 2,5%). Det er etter styrets oppfatning at arbeidsmiljøet og den generelle trivselen på arbeidsplassen er god.

4.4.5 Opplysninger om forhold som kan påvirke det ytre miljø

Foreningen forurensrer ikke det ytre miljø.

4.5 Rapport avd. Sport

4.5.1 Elite

Trener: Henning Pryde

Elite 1: 8 svømmere (5 jenter og 3 gutter + 1 gutt «elite mentor»)



Generelt

Gruppen har gjennom året bestått av totalt 9 utøvere der trening har vært differensiert i tre ulike grupper med individuell og utviklingstilpasset belastning og tilpasning.

Én utøver fra jr. ung gutter har fortsatt å hospitere i gruppen gjennom elitegruppens mentorprogram. Her følges individuell progresjonsplan.

Sportslig

Resultatutvikling i mesterskap: Utøver fra gruppen har i 2024 hatt svært høy grad av måloppnåelse i nasjonale mesterskap.

NM langbane Jr.: 1 gull, 3 sølv, 2 bronse

NM langbane Sr.: 2 gull, 5 sølv, 4 bronse

NM kortbane Jr.: 1 gull, 4 sølv, 1 bronse

NM kortbane Sr.: 8 gull, 6 sølv, 5 bronse

Kvalifisering til internasjonale mesterskap eller landslag:

Tobias Moen Olsen og Bea Hovda kvalifisert til Nordisk Mesterskap i Vejle, Danmark.

Styrketrening:

Samtlige i gruppen har individuelt tilpassede opplegg og oppfølging, enten gjennom klubb eller ressurspersoner i OLT. Basistrening i regi av klubb 2-3 ganger per uke.

Treningsgjennomføring:

Gruppen har stabilisert treningsprogresjonen fra forrige år. Disponibel treningstid og treningssted blir forsøkt utnyttet i høyeste grad for å tilrettelegge trening best mulig.

Kontinuitetsprinsippet fortsetter å stå svært sentralt for gruppens sportslige utvikling.

Treningsinnhold og belastningsrytme differensieres og individualiseres innenfor gruppens rammebetingelser, og har med utgangspunkt i konkurransedistanse og tilhørende arbeidskrav gitt mulighet for større grad av utviklingstilpasset trening.

Økende grad av differensiert trening fordelt på én trener, krever høy grad av disiplin, selvstendighet og tålmodighet i utøvergruppen. Dette dyrkes gjennom gradvis økende eierskap til egen treningsprosess hos utøverne. Raushet, respekt og kameratskap i treningsarbeidet vil stå sentralt i kulturarbeidet kommende sesonger.

Treningsleirer, samlinger og treningsopphold:

Individer i gruppen har hatt inspirasjonsopphold både sammen med andre klubber i Norge, og ved elitesenter i andre nasjoner.

Det ble gjennomført treningsleir på Tenerife i januar, NM-leir i Nørresundby, og høstleir i Brønderslev. Alle tre treningsleirer var svært suksessfulle med høy grad av måloppnåelse og hensikt.

Neste steg:

Gruppens rammebetingelser rundt treningstider, treningssteder og tilhørende mulighet for alternativ trening arbeides med, og optimaliseres. Hyppigere kompetansesamlinger og mikroleksjoner bør gjennomføres oftere i treningshverdagen. Avklaring av spilleregler og

forventninger, samt kontinuerlig arbeid med gruppedynamikk, klubbkultur og utøveransvar er området der bør brukes mer tid på de neste sesongene.

Gruppen holder periodevis en meget høy treningskvalitet og har en relativt god treningskultur sammenlignet med nasjonal standard. Målsetting for neste år er å forbedre og utvikle treningsmiljøet ytterligere i retning av en internasjonal treningskultur. Forbedring kan skje gjennom økt grad av indrejustis, dyrking av ledertyper, økende bevissthet rundt eierskap og disiplin, samt øvelse i raushet og respekt.

Takk

Jeg ønsker å si takk for hjelpen til alle foresatte, foreldrekontakter og styret i SSK, som gjør sitt aller beste i tilretteleggingen for elitens treningshverdag og på aktiviteter. Jeg ønsker også å takke utøverne for innsatsen, prestasjonene og ikke minst alle gode treninger som utvikler oss som gruppe og meg som trener.

Med vennlig svømmehilsen, Henning Pryde



4.5.2 Elite 2

Trener: Sondre Møll



Mål og Fokusområder. Elite 2

Gruppen har hatt som mål å kvalifisere og prestere på mesterskap som NM-kortbane, ÅM, NM-langbane og eventuelle internasjonale mesterskap som Nordisk mesterskap, Em-Jr, EYOF og lignende. Sesongen er tre-delt, slik at de tre hovedkonkurranser er NM-kortbane, BSF og NM-langbane og/eller eventuelle internasjonale mesterskap. Gruppen har som mål og legge til rette for at hver enkelt utøver skal utvikle seg generelt innenfor svømming, samt innenfor sin/ sine spesialøvelser. Individuell tilpasning vektlegges i høyere grad nå enn på de foregående nivåer.

Vår 2024 – Elite 2:

Vårsesongen startet i Januar med Skagerrak-Swim, en god formsjekk som ga flere svar på hva som måtte jobbes med på treningsleiren i vinterferien. Gruppen får også deltatt på SSK-Open før avreise til vinterens treningsleir. Treningsleiren går til Tenerife sammen med Elite 1, her får

gruppene trent godt under optimale forhold. Gruppen kommer hjem fra leiren med et godt grunnlag, som gir gode forutsetninger for å kunne prestere på de store stevnene som kommer senere på våren/sommeren. Under BSF i Bergen har gruppen flere gode prestasjoner, og dette stevnet avslutter også gruppens andre treningsperiode i sesongplanen. Sesongen fortsetter så frem mot NM-leir i Nørresundby, og NM-Langbane i Bergen i begynnelsen av Juli. Karen Klepp deltar også på NUM i Finland.

Høst 2024 – Elite 2:

Ved oppstart i August teller Elite 2 24 medlemmer. Det er en gjeng god gjeng som går godt sammen og tar vare på hverandre. I løpet av sommeren er det også noen utøvere som har gått ut av gruppene, vi ønsker disse lykke til med nye utfordringer.

Høsten er tettpakket med stevner, leirer og mesterskap. Gruppen kommer godt i gang med treningen i August og September, før stevnene og leirene kommer på rekke og rad i Oktober og November. I høstferien var vi på leir i Brønderslev, leiren er svært vellykket, alle får trent godt og det er sosialt og kjekt på kveldene. Helgen etter leiren deltar 5 av gruppens utøvere på UM. Uken etter UM deltar hele gruppen på Nordsjøstevnet som er siste test før NM-Kortbane. I ukene etter leiren i Brønderslev deles gruppen mer og mer opp i mindre grupper, avhengig av hvilke stevner de skal delta på og hvilke øvelser som skal svømmes. På NM-Kortbane i Bodø deltar 20 av gruppens utøvere, det svømmes hjem flere medaljer og enda flere personlige rekorder, stevnet er avslutningen på første treningsperiode for alle unntatt Karen i Elite 2. Karen deltar også på Nordiske mesterskaper i Vejle Danmark. Gruppen deltar på Julesprinten og Sandnes-Open før vi tar juleferie.

Stevner og leirer: Vi har vært på flere stevner i løpet av året, men de stevnene med høyest fokus har vært BSF, NM-Langbane, NM-Ungdom og NM-Kortbane. Vi har vært på to ressursleirer hvor hovedfokuset har vært å legge et godt grunnlag, i henholdsvis Tenerife og Brønderslev. Og vi har vært på en toppingsleir i Nørresundby før NM-Langbane.

Mål for fremtiden:

Målet for kalenderåret 2025 er at gruppen skal fortsette den gode utviklingen den har hatt. Først og fremst personlig utvikling, men også at enda flere fra gruppen skal kvalifisere seg til Elite 1, landslag og internasjonale mesterskaper.

Takk!

Takk til utøvere, trenere og foreldre som er med på å gjøre jobben min spennende og utfordrende.

Hilsen Sondre T. Møll



4.5.3 Junior Ung Jenter

Trener: Ole Martin Ree

Assistenter: Sondre Møll (tirsdager)



Generelt

Året 2024 har vært ett fint år med masse gode svømmeprestasjoner og utviklinger. Det har blitt gjennomført leirer og mange gode stevner som svømmerne i Junior Ung Jenter har prestert bra på. Etter sommeren gikk 2009-kullet videre i klubben, mens 2012-modellene kom inn gruppen. Den gode trenden med at de nye kullene som kommer opp stadig kommer med flere verktøy og bedre kontinuitet i treningen i det de starter i Junior Ung gruppen. Det jeg ser er at klubbssystemet blir bedre og bedre for hvert år. De tilegner seg treningen enda bedre enn kullene før dem igjen. Det nye kullet har vært stort med 10 svømmere. De vil si at de utgjør halve gruppen nå.

Mål

Hovedmålet for gruppen er det samme som før. Det å lære seg å trene, for å kunne trene. Det vil si at vi har hatt hovedfokus på teknikk slik at utøverne i fremtiden skal kunne tåle en økende belastning. Gruppen jobber mye med å skape gode rutiner rundt trening og stevner (landoppvarming, restitusjon osv.). Allsidighet er et begrep som vi prøver å jobbe med. I den alderen gruppens utøvere er i, har allsidighet en stor betydning. De eldste jobber gjerne litt mer med individuelle svømmearter men alle sammen har hovedfokus på allsidighet i den alderen de er i.

Sportslig

Sportslig sett har det vært et veldig bra år for gruppen. Det har blitt gjennomført mange gode stevner og leirer, samt gode prestasjoner på jentene i gruppen. Gruppen har presentert høyt på personlige rekorder gjennom året. Det er veldig bra, men det viktigste er hvordan gruppen jobber med arbeidsoppgavene på stevner. Her har det vært litt varierende kvalitet, men vi ser fremgang hele tiden. En ting som vi har fortsatt å jobbe videre med fra i fjor er forventningsavklaring i forkant av stevner. Slik at utøverne skriver ned tider de tror de vil svømme på og hvilke arbeidsoppgaver de skal jobbe med. Dette for å gjør utøverne bevisst på at det er prosessen og arbeidsoppgavene som er det viktigste for å få ett godt resultat. Samt jobber med refleksjoner av egen innsats og forståelse for hvilket arbeid som har blitt gjort.

Vi hadde med 15 svømmere fra Junior Ung Jenter (2009-2011) under LÅMØ 2024 i Førde. Det er en fin økning fra 2023 hvor det var 11 svømmere. Pluss flere 2012-jenter som på den tiden svømte i rekrutt. Under LÅMØ ble det svømt mange fine personlige rekorder.

Under Årsklasse mesterskapet i Kristiansund deltok 5 svømmere, det er like mange som året før. I året som har vært har vi deltatt på påskeleir til Strandebarm. Dette var en veldig kjekk leir hvor det ble svømte mye i bassenget, men også ble en veldig fin leir sosialt sett. Vi fikk mye tid på dagen og kveldene til å være sammen og gjøre aktiviteter i lag. De som svømte mest, fikk gjennomført over 70 000 meter på den leiren.

I høstferien reiste vi tilbake til Hjørring på leir. Dette er ett sted hvor vi føler oss hjemme og komfortable. Det er alltid litt mer utfordrende å trene i langbane, men de aller fleste gjennomførte en fin leir med mye trening i kroppen. De som svømte mest, fikk over 70 000 meter på denne leiren også. Dagene gikk for det meste i trening, mat og søvn. Men vi fikk også lagt inn litt sosiale møter på kvelden hvor alle rommene står for en underholdningsbit hver. Dette er like gøy hvert år.

Veien videre

Fremover kommer vi til å fortsette med fokus på teknikk, rutiner, oppførsel og utvikling i riktig retning. Gruppen fungerer bra og vi skal jobbe enda mer med det sosiale gruppen imellom videre. Neste år skal vi igjennom de samme stevnene, og målene blir å fortsette den gode utviklingen som vi har hatt i 2024.

Takk

Tusen takk til alle de andre trenerne, foreldre og ikke minst svømmerne for ett flott 2024.

Med vennlig svømmehilsen, Ole Martin Ree.

4.5.4 Junior Ung Gutter

Trener: Sondre Urdal

Assistent: Nynke Hoekstra (tirsdager)



Generelt

Året 2024 har vært et godt trenings- og konkurransår. Det har vært et år fylt med gode prestasjoner og god utvikling, både sportslig og sosialt. Året startet med ny trener for gruppen, hvor gruppen har vendt seg til ny type treninger, en ny trener å forholde seg til og nye utfordringer for begge parter. I starten av 2024 var vi 20 svømmere i klassene 2008 (1), 2009 (8) og 2010 (9). I tillegg var 2 svømmere fra klassen 2011 rykket opp til Junior Ung et halvt år tidligere etter avtale mellom trenerne. Etter sommeren gikk 2008-modellen videre til Elite 2, og vi ønsket 3 nye 2011-modeller velkommen til gruppen. Gjennom høsten har dessverre noen av svømmerne valgt å gi seg med sin satsing av svømming, så ved utgangen av 2024 var gruppen på 18 svømmere i klassene 2009 (7), 2010 (6) og 2011 (5). Sosialt har 2024 vært et år hvor jeg som trener har lært meg å kjenne hver utøver, både i og utenfor bassenget. Jeg opplever at det

sosiale innad i gruppen har vært bra, og hele tiden utvikler seg i positiv retning. Alle har alltid noen å snakke med, det er alltid store smil på trening og alle føler seg inkludert.

Mål

Målet med Junior Ung Gutter er å «trene for å kunne trene». Det vil si at vi har hatt hovedfokus på allsidighet, teknikk og utholdenhet slik at utøverne i fremtiden skal kunne tåle en økende belastning. Gruppen jobber mye med å skape gode rutiner rundt trening og stevner (landoppvarming, restitusjon, treningsdagbok osv.). Som nevnt, er allsidighet noe vi jobber med i Junior Ung Gutter. I den alderen gruppens utøvere er i, har allsidighet en stor betydning. Alle i Junior Ung Gutter skal beherske alle svømmeartene godt uten å spesialisere seg for mye i for tidlig alder.

Sportslig

Sportslig sett har 2024 vært et år med mye god trening og mange gode prestasjoner og utvikling. I 2024 har vi spesielt hatt fokus på at det ikke er prestasjonene som er viktigst, men innsatsen og utviklingen til hver utøver. Dette har vi jobbet mye med på treningene, og som utøverne har klart å ta med seg videre i konkurranse. Det er personlige rekorder på alle gjennom hele året, noe som viser at treningen som har blitt gjort gjennom året har blitt gjort skikkelig med god innsats. I forkant av hvert stevne sender utøverne inn forventninger og arbeidsoppgaver til hver øvelse. Dette er for at utøverne skal ha oversikt over hvilke arbeidsoppgaver de skal jobbe med under løpene og hva de forventer.

Under LÅMØ i mars hadde Junior Ung Gutter med 15 svømmere, hvor alle svømmerne løste arbeidsoppgavene sine godt, full innsats på hvert løp og gode personlige rekorder. Vi har flere svømmere som hevder seg i toppen av sin årsklasse, noe som resulterer i flere medaljer og topp 6-plasseringer.

Junior Ung Gutter var representert med 7 svømmere under ÅM i Kristiansund. Her viste de yngste best innsats og utvikling, hvor de eldre svømmerne blir felt litt av dårlige forberedelser og utenomsportslige hendelser utenfor bassenget. Utviklingen hos de yngste resulterer i personlige rekorder og klatring på rangeringslisten. Vi får og med oss noen medaljer og en 2. plass sammenlagt i 2009-klassen med Janis Vert-Mönig.

Janis representerte også Junior Ung Gutter og SSK under flere store stevner i 2024. Janis var med på NM langbane (juli) og NM kortbane (november) sammen med eliten i SSK. Janis representerte SSK og Norge under NUM i sommeren 2024. Vi i Junior Ung Gutter er stolt over det Janis får til og hans utvikling gjennom 2024.

Under NM Ungdom i Jessheim er Junior Ung Gutter representert med 5 svømmere. Her gir alle guttene gass fra første dag, og vi får med oss hjem en haug av personlige rekorder, medaljer (både individuelt og på stafett) og god motivasjon til å fortsette å legge ned god trening for veien videre.

I tillegg er Junior Ung gutter godt representert med flere svømmere under store stevner som Bergen Swim Festival og Nordsjøstevnet.

Under 2024 ble det gjennomført 2 leirer, i Strandebarm i påsken og Hjørring i høstferien. Under begge disse leirene ble treningsvilje og treningsinnsats satt på prøve ettersom at begge leirene bestod av flere og lengre treninger enn svømmerne var vant med fra hverdagen. Hjørring-leiren ble i seg selv og en tøff utfordring, ettersom treningen her foregikk på langbane. Det ble gjennomført 88 km for de som svømte lengst på Strandebarm og rett over 80km i Hjørring. Dette viser at Junior Ung Gutter har tatt store steg når det kommer til treningsnivå og treningsmengde, noe som absolutt vil hjelpe utøverne til å utvikle seg så mye som mulig og nå målene sine innenfor svømmingen.

Veien videre

Året 2025 blir et år hvor Junior Ung Gutter skal fortsette å ta store steg i riktig retning, innenfor utvikling i vannet, rutiner, innsats, treningsnivå og treningsmengde, teknikk og allsidighet, gruppekultur og det sosiale. Klarer vi å fortsette den gode trenden vi startet på i 2024 er jeg sikker på at Junior Ung Gutter vil utvikle seg og heve seg gjennom året 2025.

Takk

Til slutt ønsker jeg å takke alle svømmere, trenere, foresatte, styret og ansatte i SSK for et flott 2024 og en varm velkomst for min del i starten av 2024. Jeg ser frem til 2025 og veien videre sammen med Junior Ung Gutter og SSK



Med vennlig svømmehilsen, Sondre S. Urdal.

4.5.5 Rekrutt Jenter

Trener: Sondre Lea Monslaup

Assisterter: Marie Faret, Sunniva Vik, Mats Lea Monslaup, Kaja Heusschen, Hannah Borg Nordbø, Nynke Hoekstra, Karianne Auestad Kjellesen, Anne Holmås, Aksel Kruger Larsen, Ole Jørmeland, Sanna Valset, Andrea Berg, Kari Lærdal, Alex Lootz, Hanne Ribskog



I Rekrutt Jenter jobber vi med å utvikle svømmernes teknikk, utholdenhet, treningsvaner og holdninger. Det kan være store forskjeller i blant annet antall treningsår og fysisk utvikling - så fokus på seg selv og egen utvikling står sentralt. Fokuset vårt er på innsats og utvikling, så kommer resultater som et produkt av de to. Langsiktigheten i både utvikling og deltakelse i svømmesporten vektlegges også stort. Vi ønsker å gi svømmerne ferdigheter og erfaringer som kan komme dem til gode i svømmingen og livet utenfor idretten – som holdninger, atferd, innsats, målsetting, mental styrke, refleksjonsferdigheter, selvstendighet og ansvarlighet. Vårt fokus ligger både på individuelle forbedringer, men også fellesskapet. Det sosiale, og det å føle tilhørighet til gruppen, rekruttavdelingen, SSK som klubb og svømming som idrett. Gjennom mestring, gode opplevelser og trivsel ønsker vi å skape positive assosiasjoner til svømming. Målet er å knytte svømmerne til SSK og inspirere dem til å fortsette i svømmeidretten på lang sikt.

Fokus Rekruttavdelingens kjerneverdier kan oppsummeres i trygghet, mestring, og trivsel. Vi etterstreber at alle svømmerne skal føle seg trygge på trening og konkurranser, også med andre svømmere og trenere enn de man har i treningshverdagen. Gjennom utfordringer tilpasset individet håper vi svømmerne kjenner på sterk mestring. Utfordringene må verken være for lett eller for vanskelig, og man kan vise til andre som eksempel dersom det er realistisk. Ønsker å utvikle et mindset om å gjøre litt mer, eller litt bedre, for hver trening man er på.

Rekruttsvømmerne kan ikke forvente å gjøre nye ting helt perfekt, men jo mer man får øvd, lært og repetert - jo bedre blir man. Det er en prosess, som vi må få utøverne til å se og like. Så er det vår oppgave som trenerne å tilrettelegge for, og vise denne utviklingen og mestringen. Vi tror også på at glede og en positiv holdning er nøkkelen til god utvikling. Gjennom dette skaper vi tryggheten svømmerne trenger i en alder med mye nytt. Trivsel på trening vil ofte medføre bedre oppmøte, noe som gir mer tid i vannet og bedre svømmemessig utvikling.

Mål Som første avdeling i SSKs konkurransesystem er et mål for Rekrutt å introdusere svømmerne til både uapproberte og approberte stevner. Vi ønsker å skape glede, trivsel og motivasjon rundt stevnedeltakelse, med mål om å få med flest mulig på disse arrangementene. Etterhvert ønsker vi at svømmerne utfordrer seg selv på stevnene ved å prøve nye øvelser, slik at man kan variere hva man svømmer på stevner. For Rekrutt 1 og Rekrutt 2 er det et spesielt fokus på å kvalifisere flest mulig til LÅMØ. Ellers ønsker vi at alle svømmerne skal trives når de kommer på trening i SSK, og kjenne på mestring i vannet og svømmemessig utvikling.



Gruppeinndeling og fokusområder

Rekrutt Jenter 3 (R3) R3 er første steg i rekruttavdelingen og SSKs konkurransesystem. Så her er det ofte mye nytt og barn med masse energi og spørsmål - så mye som skal læres. Det kan være alt fra basis som en del av treningshverdagen og lære ulike basisøvelser, til baneregler på

svømmingen som det å svømme på høyre side, hvor mye mellomrom man skal ha, ikke stoppe før man har svømt til veggen, osv. R3 jobber mye med innlæring av fraspark under vann, pil/streamline, innslag, vendinger, startstup og generell forbedring av teknikk i de 4 svømmeartene. Det svømmes mye 25/50m for å holde kvalitet på det tekniske, så det er oftest pausetiden som kortes ned enn økning av distanse. Dersom vi ser at utøverne ikke klarer å ha det fokuset og innsatsen som kreves for teknikkøving, skifter vi til noe vi anser utøverne får mer utbytte fra - det kan eksempelvis være å svømme lengre. R3 deltar kun på uapproberte stevner, altså rekruttstevner. Dette for at stevner skal være gøy og motiverende, hvor mestring og glede står i fokus. I tillegg har man noe å strekke seg etter, da man i Rekrutt 2 får mulighet til å delta på vanlige approberte stevner.



Rekrutt Jenter 2 (R2) I R2 videreføres fokusområdene fra R3. I denne gruppen har svømmerne mer treningserfaring så vi legger til flere fokusområder; undervannsarbeid, vendinger, pusterytme, medley (IM) og butterfly. Her stilles også litt større krav til oppmøte, fokus og innsats. Treningstid, treningsdistanser og svømmevolumet økes, og gruppemålet er LÅMØ-deltakelse for de som er gamle nok. Approberte stevner introduseres i R2 når trenere vurderer at svømmerne er klare for det. Målet er at flest mulig deltar jevnlig på disse, får tid på nye øvelser og til slutt kvalifiserer seg til LÅMØ. Ellers jobbes det mye med teknikk/drills og de tingene man kan bli disket for på stevner. Men vi ser ikke på disk som noe farlig. Tenker at disk kan tydeliggjøre ovenfor svømmer hva man må forbedre, disk er normalt ila en

svømmekarriere, samt at man da har pushet seg selv og sine grenser godt - så tar man heller disken med som videre læring.



Rekrutt Jenter 1 (R1) R1 er for de eldste svømmerne i Rekruttavdelingen, som er klare for de kravene som følger. Antall økter, foruten en plusstrening, økes ikke mellom de ulike gruppene i Rekruttavdelingen. Men treningen intensiveres ytterligere; svømmevolumet økes, treningstiden økes, samt tilbud om en plusstrening i uken om krav innfris. Det kan også forekomme hospiteringstrening med Junior Ung Jenter (mentortrening) ved behov - denne sesongen har en svømmer tilbud om dette per dags dato. R1 øver på å svømme enda lengre distanser, mer kontinuerlig, flere repetisjoner, starttider skal følges og puls/intensitet skal introduseres. Samtidig står fortsatt teknikk helt sentralt i treningsarbeidet.

I tillegg øves det i større grad enn tidligere på det å svømme maks, standard-serier og tøffere serier. Dette for utviklingens skyld; innlæring av treningsvaner, øve på å bli sliten, vise forbedring og viktigheten av innsats. Det jobbes med å tydeliggjøre at vi må være utenfor komfortsonen, og gjøre ting mer/bedre enn tidligere, om vi skal fortsette å forbedre oss. Målet er at svømmerne begynner å se det, samt hvor mye de selv faktisk styrer disse prosessene. Forhåpentligvis skal dette motivere til videre innsats og utvikling. Gruppens hovedmål er størst mulig LÅMØ-deltakelse. I R1 skal de lengste LÅMØ-øvelsene svømmes for første gang, så må jobbes godt med å få flest mulig med over den sperren mange får når de hører 400 fri og 100 fly. Her jobber vi med å vise at jentene klarer mye mer enn de selv tror, spesielt når de jobber målrettet mot øvelsene, møter opp på trening og trener godt når man først er på trening.



Statistikk 01.02.2025 (nå) 01.08.2024 (oppstart) Rekrutt Jenter 1: 11 svømmere 11 svømmere
Rekrutt Jenter 2: 10 svømmere 10 svømmere Rekrutt Jenter 3: 35 svømmere 20 svømmere
Ved sesongoppstart etter sommeren var det naturlig nok nye grupper for de fleste; hele 2012-kullet flyttet videre og mange R3 var nye fra kurs. R3 fikk også mange nye svømmere fra Delfin i desember. Ved årsskiftet var det et par som takket for seg og sluttet med svømming. For flere er det fordi de da har lært seg å svømme og er trygge i vann, og ønsker å drive med andre aktiviteter videre. Vi ønsker å knytte dem til svømmingen og SSK lengst mulig, men det vil naturlig nok alltid være noe frafall. Vi i Rekrutt setter uansett stor stolthet i det å ha vært med på svømmeundervisningen til så mange barn i Stavanger!

Fordeling per årskull

2013: 19 stk [R1 = 10 R2 = 2 R3 = 7]

2014: 14 stk [R1 = 1 R2 = 6 R3 = 7]

2015: 15 stk [R1 = 0 R2 = 2 R3 = 13]

2016: 8 stk [R1 = 0 R2 = 0 R3 = 8]

Treningsrutiner Rekrutt har en standard grovplan for innsvømming, spesielt i R3 er det en mer fast innsvømming med crawl, rygg, bryst, supersprint. Formålet er å etablere gode rutiner, tydelig oppstart med trygge og kjente rammer. I tillegg blir det enklere å ha en tydelig

progresjon i svømmevolumet. For R2 og R1 er det i mindre grad en fast innsvømming, men fortsatt en grovplan og disse har en standard stevneinnsvømming. Dette for å innarbeide gode rutiner og starte en selvstendighetsprosess der svømmerne forstår at de i stor grad er ansvarlig for egen utvikling gjennom sine valg og atferd. Dersom svømmerne klarer å være noe selvstendige vil det også kunne frigjøre tid for at trenerne får ha fokus på selve svømmingen - slik at man i enda større grad kan følge opp svømmerne på det svømmetekniske og selve utførelsen.

Trenertemaet ønsker alltid å gå over treningsinnholdet, både basis og svømming, med å spørre seg selv om det blir for repetitivt. Vi ønsker at treningsinnholdet er engasjerende. Så selv om det er samme øvelse(r), prøver man da å ha en liten vri på øvelsen eller opplegget. For de yngste prøver vi å pakke inn både svømming og basis i en del lek/lekbetonte øvelser, og innimellom droppes treningsinnholdet helt for lek. Vi ønsker også en progresjon i dette arbeidet, slik at det gradvis mot Rekrutt 1 blir mer og mer som normal trening. I de eldre rekruttgruppene foregår det også lek, men i enda større grad "deliberate play". Samtidig skal vi også huske at vi driver konkurranseidrett; så det å delta på stevner, konkurrere og svømme godt i en slik mer stresset og presset situasjon skal anerkjennes.

Basistrening Basistrening er en viktig del av treningshverdagen, fordi vi utvikler ferdigheter man ikke klarer å utvikle like bra/raskt i vannet. Dette er ferdigheter som koordinasjon, mobilitet, relativ styrke og skadeforebygging. I Rekruttgruppene handler det om å introdusere basisøvelser som kan støtte svømmeteknikken, samtidig som det forbereder svømmerne på landtrening i videre grupper.

R3 har mye lekbetont basis, samt noen standardøvelser som vi ønsker at svømmerne bygger kjennskap til og lærer seg. I tillegg prøver vi å ha øvelser som vi kan overføre direkte til svømmespesifikke bevegelser og teknikk. Dette er for eksempel; brystbeinspark, brystarmtak, pil/streamline og linjeholding i crawl/rygg. For de litt eldre gruppene (R2 + R1) blir hovedfokuset for basis å utvikle den relative styrken (styrke ifht egen kroppsvekt) slik at svømmernes styrke ikke blir en begrensende faktor i teknikkarbeidet, og mobilitet slik at svømmerne klarer å sette kropp/ledd i de gode og effektive posisjonene som kreves i de ulike svømmeartene.

Stevner og Leirer Svømmerne i Rekrutt oppfordres til å delta på så mange stevner og treningssamlinger som mulig. Det vil gi gode muligheter for å se hva svømmesporten har å tilby.

Våren 2024: Så deltok Rekrutt på 6x approberte stevner, 5x uapproberte stevner, 1x LÅMØ og 2x treningshelg (Moi + Kannik). Høsten 2024: Så deltok Rekrutt på 4x approberte stevner, 3x uapproberte stevner og 1x treningshelg (Kannik).

Vi har sett mye utvikling i løpet av året, samt masse glede og mestring på både trening og stevner. Treningshelgene er, etter mitt inntrykk, gode sosiale sammenkomster som har stor positiv påvirkning på miljøet internt. I tillegg er det gode muligheter for å bli kjent med svømmere fra gruppene ved siden av, under eller over. Treningshelger og rekruttstevner gir også mulighet til å eksponere rekruttsvømmerne for klubbens eldre utøvere, som elite-svømmere som enten er på jobb eller dugnad. Dette kan kanskje forsterke fellesskapsfølelsen som klubb, samt inspirere og engasjere klubbens yngste konkurransesvømmere. Stevner gir også gode muligheter for å bli kjent med utøvere fra andre grupper på tvers av avdelingene, samt se hvilket fellesskap man er del av her i SSK. Dette eksempelvis i form av felles heiarop, eller når vi blander stafettlag på tvers av SSKs avdelinger.

LÅMØ I 2024 har jentene oppnådd store fremskritt. Mange har prøvd nye øvelser i konkurranse, og alle har forbedret sine personlige rekorder. 15 jenter fra Rekrutt deltok på LÅMØ i Førde. For LÅMØ på hjemmebane i 2025 blir det nok et noe lavere antall deltakere fra Rekrutt, grunnet stor og sterk 2012-årgang har gått videre til Junior Ung og noen LÅMØ-deltakere sluttet sommeren 2024. 2014-kullet er ikke så stort og ender med mindre tid/treningsår i R2 og R1 enn ønskelig. Optimalt ønsker vi 3-4 år totalt i R2/R1, mens 2014-kullet ender med kun 2 år nå. Samme tendenser gjelder 2015-kullet; her virker det dog som et større antall svømmere, men alle disse er nye til R3. Så strategien blir å tidligere identifisere og flytte opp til R2. Det blir de svømmerne som kan passe ifht LÅMØ-alder, har vært positive på R3-treningene, kan ha en positiv effekt på R2 samt er klare for nye steg og utfordringer. Dette prøves med 2015-kullet, nå i mars, men vil nok først merkes med 2016-kullet.

LÅMØ-arbeidet er en viktig del av svømmernes utvikling, og kan være et veldig fint mål å jobbe mot. Det kan gi mer mening til treningshverdagen, og gjerne forbedre fokus og kvalitet på treningene når man har noe helt konkret å jobbe mot. Vi jobber med å tydeliggjøre målene om LÅMØ-deltakelse både for svømmerne og foresatte. For svømmerne ønsker vi å fremsnakke arrangementet ved enhver anledning, mens ovenfor foresatte blir det gjennom Spond eller dialog på kanten. LÅMØ sikrer allsidige svømmere, og vi vektlegger mestring/innsats/utvikling fremfor resultater.

Sportslige Høydepunkter & Resultater Treningshelgene på Kannik og Moi har vært et klart høydepunkt; kombinasjon av svømming, aktivitetsglede og masse sosialt fellesskap. Stevner gir også en unik mulighet til å se svømmernes innsats i praksis, med mestring og utvikling som resultat.

LÅMØ-deltakelse er som sagt et av de høyeste sportslige målene i Rekrutt, og gruppemålet for R1 og R2 er å få flest mulig kvalifiserte til det stevnet. For flere svømmere har kvalifisering til LÅMØ vært en stor milepæl dette kalenderåret. I 2024 kvalifiserte hele 15 svømmere fra Rekrutt Jenter seg til LÅMØ (2012; 10 stk, 2013; 5 stk). Svømmestevner er det vi trener mot og alltid spennende å se hvor vi står, hva bra man gjør og hva man kan gjøre enda bedre. Så er det alltid kjekt å se når all innsatsen som svømmerne har lagt ned over tid gir mestring og glede. Ellers har det vært mye utvikling og personlige rekorder gjennom hele sesongen, i alle svømmearter og en rekke ulike distanser. Flere har tatt store steg, mange svømmer mer, lengre og bedre teknisk → alt dette vil over tid føre til både utvikling og mestring. Så høydepunktene for oss trenere i Rekrutt er å se gleden etter en trening, samling eller konkurranse.

Status og utfordringer Rekrutt Jenter består av tre grupper (R1, R2, R3) med svømmere i alderen 7-12 år. Sommeren 2024 gikk alle 2012-modeller videre til Junior Ung Jenter og Medley Junior Ung, og en 2013-modell gikk også til Junior Ung 1 år tidligere enn planlagt. Oppstarten etter sommeren ble brukt til at ny hovedtrener kom inn på jentesiden, og et stort skifte i assistenter. Fokus har da vært på å bli kjent med svømmerne, skape trygge rammer, tydeliggjøre hvordan vi vil ha det på trening og legge til rette for sosial aktivitet og utvikling i vannet. Flere 2013-modeller har tatt gode steg denne sesongen, og vil garantert ta det videre med en enda større treningsbelastning i videre grupper. 2012 og til dels 2013-kullet nå er relativt sterke årganger, neste 2014-kull er per dags dato ikke like "sterkt", og 2015 er litt for tidlig å si noe om.

R3 har opplevd stor tilstrømming av nye svømmere fra kurs. Gruppen har vært 1,5 ganger flere medlemmer enn R1+R2 til sammen. Dette gir oss et større "pool av svømmere" for å bygge videre på rekrutteringen som SSK ønsker/trenger. Det er dog store interne forskjeller på alder, nivå, motivasjon og modenhet. Så gode ressurser og tydelige rammer/retningslinjer for arbeidet som skal gjøres i treningshverdagen er viktig. To praktiske dilemmaer for breddeklubb vs eliteklubb vil i Rekrutt være; Istedenfor å alltid bruke tid/ressurser på de som ikke gjør det de skal, skal man bruke oppmerksomheten på de svømmerne som gjør det de skal (1). Skal man ved opprykk vektlegge svømmenivået og uavhengig av andre faktorer flytte dem som er klar, eller ta hensyn til å unngå splittelser som kan resultere i frafall fra idretten (2).

Veien Videre Ønsker å bygge videre både sportslig og sosialt. Ambisjonen er å få svømmerne til å utfordre seg selv, få flest mulig med på stevner, etterhvert til LÅMØ, og så videre opp i SSKs konkurransesystem. For å sikre videre fremgang i Rekrutt-avdelingen bør nok følgende områder ses/fokuseres på:

Videreutvikle assistenter Slik dagens Rekruttssystem er organisert har assistenter stor innvirkning på treningskvaliteten i Rekruttavdelingen. I løpet av sommeren 2024 skjedde et paradigmeskifte blant assistentene, der mange erfarne trenere forlot klubben og nye assistenter kom inn i trener- og instruktørrollen. Disse trenger tid til opplæring gjennom praksis og kurs, samt muligheten til å tilegne seg erfaringer fra å være på kanten. I tillegg vil assistenter naturlig komme og gå, når vi har tidligere svømmere som nærmer seg slutten på videregående skole. Derfor er det viktig å skape et bærekraftig system for kontinuerlig opplæring og utvikling blant de assistentene som kommer inn i Rekrutt, og ellers i SSK. Noen kvaliteter vi ønsker å ha i Rekrutt er å ta initiativ, være engasjerende og inspirerende, kunne lede og korrigere de yngste svømmerne i vannet, og gi tekniske tilbakemeldinger fra kanten. Et konkret tiltak for å utvikle og styrke disse ferdighetene kan være at nye assistenter får kombinere rollen som assistenttrener med minst en dag som instruktør på svømmekurs. Erfaringen fra svømmekurs gir verdifull innsikt i det å ta ansvar, instruksjon, gruppehåndtering og tilrettelegging. Som sagt er det mye svømmerne skal lære i Rekruttavdelingen, så at alle trenere/assistenter har et ønske om å lære og videreutvikle seg er noe vi etterstreber for å sikre god kvalitet.

Basis Som tidligere nevnt kan basisen være viktig for å forsterke utviklingen i vannet. Vi står likevel ovenfor litt praktiske utfordringer ifht basis - som påvirker kvaliteten og gjennomføring av øktene. Rekruttjentene trener på Kannik og Tasta, begge plassene er det begrensninger ifht utstyr og plass til å ha basisen. Basis på torsdager (Tasta) har vi sesongen 2024/25 måtte hatt på kanten, men da det har forstyrret de som samtidig trener i vannet har vi nå måtte kutte basisen frem til været tillater oss å være ute. For Kannik hadde det mest optimale vært om SSK hadde hatt en egen nøkkel til gymsalen, og kunne brukt gymsalen til å ha basis i. Til tross for utfordringene gjør vi selvfølgelig alltid det beste vi klarer ut av situasjonen, og tilpasser øktene etter tilgjengelige forhold/ressurser. Men som sagt så står vi ovenfor litt utfordringer på basisfronten, så håper det er mulig å gjøre noe med dette da vi tror det vil kunne gi stor verdi for svømmernes utvikling.

Gruppeprioriteringer Rekrutt 1: Fortsette å øke oppmøte og effektiviteten i treningen slik at treningsvolumet økes. Enda mer pulsarbeid, slik at jentene i større grad selv innser om de

trener med tilstrekkelig intensitet. Fortsette fokus på teknikk, innsats, selvstendighetsprosesser, ta seg ut og bli skikkelig sliten, samt en tankegang om å prøve å bli litt bedre hver dag. Viktig at jentene ser hvor mye de selv er ansvarlig for sin egen utvikling gjennom oppmøte, innsats og fokus på trening. Ønsker gjerne også litt mer overlapp med Junior Ung Jenter om det lar seg gjøre. Tror det kan være positivt gjennom å se hva som kreves i neste gruppe - hva er standarden der på trening. I tillegg kan det bygges litt relasjoner slik at en overgang for aktuelle svømmere til Junior Ung sommeren 2025 går enda bedre.

Rekrutt 2: Kan være relativt effektive på svømmingtreninger, selv om dette styres litt av hvem som er på trening. Prøve å innarbeide denne effektiviteten jevnlig på trening og uavhengig av hvem som er der. Samtidig et godt fokus på teknikk og drills da det er masse rom for forbedring. Tid i vann er nøkkelen.

Prøve å få flest mulig på trening; der skal vi utfordre oss selv, svømme lengre distanser, og innse at man klarer mye mer enn man tror. Ønsker også flere jevnlig med på approberte stevner, der man prøver å få tid på nye øvelser. Siste punkt er å få flere til å jobbe konkret mot LÅMØ-deltakelse. For 2014-kullet blir neste sesongs LÅMØ de lengste distansene, som mange svømmere alltid føler er uopnåelig, så her skal det jobbes godt.

Rekrutt 3: Stor gruppe med veldig mye som skal læres. Fortsette å tydeliggjøre rammene og fremsnakke positiv atferd og holdninger på trening - så kanskje flere andre henger seg på. Fokus er på innsats og utvikling. Både i teknikk og en progresjon i hvor langt man svømmer på trening. I Rekrutt-alderen er tid i vann kjempeviktig, så ønsker godt oppmøte, men enda viktigere er hvordan man faktisk gjennomfører de treningene man er på. Samtidig er det svært viktig at treningene holdes engasjerende og lekbetont - mange er små barn og skal få lov til å være barn. Sosiale samlinger/aktiviteter Treningshelgene virker å ha en stor positiv effekt både sportslig og sosialt. Sosiale arrangement og aktiviteter, styrt av hver gruppes foreldrekontakter og et budsjett på 5000 kr, er også viktige tiltak. Det sosiale er kjempeviktig da det vil påvirke trivsel, motivasjon, oppmøte og som produkt av disse også utviklingen i bassenget. De beste mulighetene for å være litt ekstra sosiale på svømmingen er som regel før/etter trening, på basis og i dusj/garderobe. Dermed vil de sosiale arrangementene være særdeles viktig fordi det gir en annerledes og litt uvanlig måte å forsterke det sosiale på. I tillegg viser vi at svømmingen tilbyr mye mer enn bare trening, tider og se ned på en svart linje på bunnen av bassenget. Alt dette forhåpentligvis med en positiv påvirkning på trivsel og oppmøte, i håp om å holde jentene i klubben og svømmeidretten - og forhindre frafall i for ung alder.

Takk

Avslutningsvis rettes det en stor takk til alle svømmerne for den store gleden og energien de bringer med seg på trening, samt alle foresatte som stiller opp og hjelper på stevner/samlinger/sosiale arrangement gjennom hele året. Videre, en stor takk til alle assistenter som både har vært med i 2024, og nå er med Rekrutt Jenter. Uten dere hadde vi ikke klart å gjennomføre treningene med den kvaliteten som vi i SSK ønsker. En ekstra stor takk til foreldrekontaktene og deres innsats med sosiale aktiviteter og miljøskapende tiltak. Jeg ser frem til et nytt år med fortsatt fremgang, mestring og glede!

Med vennlig hilsen Sondre Lea Monslaup 01.03.2025 Stavanger



4.5.6 Rekrutt Gutter

Trener: Thomas Brustveit

Assistenter: Nynke Martine Hoekstra, Aksen Krüger-Larsen, Mats Lea Monslaup, Kaja Heusschen, Joanna Stasiak, Vetle Lien Jektvik



Innledning

Rekrutt Gutter avdelingen består av Rekrutt Gutter 1, Rekrutt Gutter 2 og Rekrutt Gutter 3.

Gruppene består av gutter helt fra 8 år til 13 år.

En stor gjeng gikk videre til Medley Junior Ung og 2 gutter til Junior Ung etter sommeren.

Et av hovedmålene var LÅMØ i Førde og der var vi 7 gutter fra Rekrutt.

Vi hadde ingen gutter fra rekrutt med til ÅM.

Vi brukte starten etter sommeren til å samle svømmerne i de nye gruppene, sette trygge rammer og mye sosiale aktiviteter på trening med utvikling i svømmingen.

Vi er en stor gjeng i Rekrutt gutter og kom opp en del nye i starten av desember 2024.

Mål:

Siden Rekrutt gruppen er den første avdelingen i konkurransesystemet til SSK er målet å introdusere svømmerne til uapproberte og approberte stevner. Ett av målene til Rekrutt er å få med flest mulig på stevner. Gruppen har også et mål om å få flest med til LÅMØ og bli trygge på de forskjellige øvelser og på litt lengre distanser enn tidligere.

Fokus:

Fokuset har vært trygghet, positivitet og mestring. Vi jobber mot alle skal føle seg trygge på trening og konkurranse, med andre svømmere og trenerne. I Rekrutt har vi stor tro på glede og en positiv holdning gir god utvikling og trygghet som svømmerne trenger. Mestring oppnås ved å gi utfordringer som er innen rekkevidde og ta steg fremover. Gruppen har også et stort fokus mot allsidighet, hvor alle svømmearter og distanser er velkomne.

Stevner/Leirer:

Rekrutt oppfordres til å være med på så mange approberte stevner som mulig.

Våren 2024 deltok Rekrutt på 6 approberte stevner, 5 uapproberte stevner, LÅMØ, 1 treningsweekend på Moi + 1 treningsweekend på Kannik. Høsten 2024 deltok Rekrutt på 4 stevner + 3 Uapproberte stevner + 1 treningsweekend på Kannik.

Vi så stor utvikling fra hvert stevne og masse glede i konkurransen. Treningsweekendene var en god sosial sammenkomst og svømmerne blir kjent på tvers av avdelingene. Samt noen blir også kjent med svømmere fra gruppene vedsiden og under.

Sportslig høydepunkt:

Høydepunktene var utvilsomt treningsweekend på Moi og hjemme på Kannik. Stevnene er alltid gøy å se all innsatsen svømmerne har lagt ned over tid gi mestring og glede.

Treningsweekend er kjekk, sosial og en god sammenkomst for alle gruppene med. Stevnene er det vi trener mot og alltid spennende å se hvor vi står. Høydepunktene for oss trenere er å se gleden etter en trening, samling eller konkurranse. Flere fra gruppen er kvalifisert LÅMØ, noe som har vært et mål.

Resultat:

Det var 7 svømmere kvalifiserte fra Rekrutt Gutter til LÅMØ 2024. En nedgang fra 13 året før. Ingen svømmere kvalifiserte seg til ÅM 2024.

Mange store personlig rekorder gjennom hele sesongen.

Høsten startet med flere nye ansikter og noen som rykket videre til andre grupper. De nye i

gruppen ble tatt godt imot og ble fort en del av gruppen. Sportslig er vi fornøyde med utviklingen, det var mange gode steg tatt av svømmerne i løpet av høsten. Vi ser alle gruppene svømmer lengre og mer effektivt på treningene som fører til større mestring. Ekstra gøy å se det er fortsatt få som slutter når de svømmer i Rekrutt Gutter.

Mål og ambisjoner:

Fortsette den gode utviklingen både sportslig og sosialt. Få flest mulig med på stevner og videre opp i konkurransesystemet. Neste år håper vi å få enda flere deltakere med til LÅMØ, men også flere svømmer nye øvelser/distanser på stevner gjennom året generelt.

Statistikk

Rekrutt Gutter 1 består i dag av 18 medlemmer.

Rekrutt Gutter 2 består i dag av 15 medlemmer.

Rekrutt Gutter 3 består i dag av 26 medlemmer.

Vi startet etter sommeren med 26 medlemmer i Rekrutt Gutter 3 og fikk nye svømmere fra Delfin ved oppstart desember. Ved årskifte så vi flere takke for seg og sluttet med svømming. De fleste så er det fordi de har lært seg å svømme og ønsker å drive med andre aktiviteter videre. Vi setter stor stolthet av å vært med på svømmeundervisningen på så mange barn i Stavanger.

Mange som har prøvd nye øvelser dette året, noen på litt lengre distanser og noen på andre svømmearter enn før. Store personlige rekorder jevnt året rundt med noen disk her og der, men det lærer vi av.

Takk

Stor takk rettes til alle svømmerne for den store gleden de bringer med på trening, alle foreldre som stiller opp og hjelper på stevner og leirer. En stor takk til alle assistenter som er med Rekrutt Gutter, uten dere hadde vi ikke klart å gjennomføre treningene med den kvaliteten Stavanger svømmeklubb ønsker å tilby. Ekstra takk til foreldrekontaktene.



4.5.7 Medley

Trener: Kristian F. Nilsen

Assistenten: Sondre Monslaup, Tobias Moen Olsen, Nynke Hoekstra



I sesongen 2024/25 er medley gruppene delt inn i 2 grupper; Medley Jr/Sr, Medley Jr/Ung. Medley Jr/Ung er videre inndelt i en A-gruppe og B-gruppe. Grunnen for dette er fordi gruppen er svært stor (46 medlemmer). For at de skal få en bedre opplevelse på trening er gruppene delt inn etter nivå, slik at fokuset på treningen er tilpasset svømmerne i gruppen. Forrige sesong, 2023/24, var ansvaret for medleygruppene fordelt mellom Ole Jørmeland og Sondre Monslaup. I siste kvartal av 2024 tok Kristian Nilsen over ansvaret. Sondre har fått ansvaret for Rekrutt Jenter, men er fortsatt med som assistent for medleygruppene.

Medley Junior Senior

Medley Jr/Sr har sesongen 2024/25 har gruppen et treningstilbud med 6 svømmetreninger. Gruppen har dessverre mistet styrkeøkten de har hatt tidligere, men det er noe vi jobber med å få tilbake. Gruppen består av 23 svømmere (2005-2010). Det er foreløpig bare 1 hospitant på

Onsdagstreningene (2011). Grunnet inntreden av svømmere fra konkurransegruppene har medley Jr/Sr hevet nivået mye. Antall meter på treningene har økt til mellom 4000 og 5000 meter. 2 dager i uken blir det også laget spesifikke programmer for de som ønsker å svømme mer sprint og de som ønsker å svømme mellom-distanse.

Trener: Kristian Fisketjøn Nilsen

Assistenter: Erik Iversen, Tobias Moen Olsen, Sondre Monslaup, Nynke Hoekstra, Sondre Urdal

Svømmere: Totalt 23 (7 Gutter og 16 Jenter)

Medley Junior Ung (A + B)

Medley Jr/Ung A har et tilbud om 4 svømmetreninger med 30 min basis før hver økt.

Treningsmengden på trening er mellom 2000 og 4000 meter. Medley Jr/Ung B har et tilbud med 3 treninger i uken med 30 min basis før hver økt. Treningsmengden der er mellom 2000 og 3000 meter per trening. Medley Jr/Ung gruppene er store og har med den grunn svømmere med svært ulike forutsetninger, personligheter, ferdigheter og mål. Treningene blir derfor planlagt slik at de både kan være sosiale på trening, men at de også får trent svømming. For de i gruppen som ønsker progresjon er det fullt mulig ved å komme på trening 2-3 ganger i uken. Samme gjelder for de som drar på trening mer for det sosiale. Ved å komme på trening 2-3 ganger i uken hjelper å knytte sterkere bånd med de andre svømmerne i gruppen.

Trener: Kristian Fisketjøn Nilsen

Assistenter: Ole Martin Ree, Sebastian Hidle, Sondre Urdal, Tobias Moen Olsen, Nynke

Hoekstra, Sondre Monslaup

Svømmere: Totalt 46 (23 Gutter og 23 Jenter)

Veien Videre

Medley Jr/Ung B skal fortsette å jobbe med de grunnleggende svømmetekniske ferdighetene, samtidig som det også skal være en gruppe hvor det er et godt sosialt miljø. Basisen vil være leksbetont, men også avslutte med noen grunnleggende oppvarmingsøvelser for hele kroppen før de starter å svømme. I A-gruppen vil fokuset fortsatt ligge på teknikk, men også litt lengre distanser på trening. Grunnen for dette er at vi ser at de som er på A-gruppen tåler større belastning og gjerne vil svømme mer. Basis for A-gruppen vil av og til være leksbetont, men her er det mer fokus på å varme opp hele kroppen og i tillegg legge til et par styrkeøvelser i

oppvarmingen. Hovedfokuset på Medley Jr/Ung gruppene vil uansett at svømmerne skal få en større glede av å være på trening. Hvis de trives på trening vil oppmøte holdes stabilt. Det er både godt for utviklingen av det svømmetekniske og det sosiale.

Medley Jr/Sr vil videre fortsette med svømmetreningene slik som de har gjort siden jeg tok over ansvaret for gruppen. Jeg har sett at det har vært positivt å ha en inndeling i sprint og mellom distanse 2 ganger i uken. Mulig det gjør at de føler at de selv kan ha litt påvirkning på treningen. Når det gjelder basisen, er det der gruppen har mest forbedringspotensiale. Som tidligere nevnt prøver vi å få tilbake 1 styrkeøkt i uken. I tillegg til det vil basisen bestå litt mer av styrkeøvelser enn den har gjort tidligere. Når det blir varmere ute, er det også mulig at vi begynner med litt jogging/løping i basisen.

Avsluttende tanker om Medley gruppene

Medley Jr/ung gruppene skulle gjerne hatt en fast trener som var med hver trening, slik at de kunne knyttet gode relasjoner til svømmerne og tilpasset treningen enda bedre. Svømmerne i gruppene har litt variert hvilke dager de kommer på trening og blir derfor litt vanskeligere å kunne føle opp utviklingen optimalt. Vi har god kommunikasjon mellom de trenerene som er på kanten de ulike dagene, men en fast trener ville vært mer optimalt.

Medley Jr/Sr gruppen kommer stadig på et høyere treningsnivå, noe som gjør at forskjellen kan føles litt stor for de som skal rykke opp fra Medley Jr/Ung. Derfor vil det noe være en god løsning at man får en hospiteringstrening i uken en liten periode før opprykk, slik at de føler seg klare og at det ikke kommer som et sjokk.

Til slutt vil jeg takke alle svømmere som har vært en del av Medley gruppene i 2024. Jeg setter stor pris på innsatsen og gleden jeg ser på trening, og håper at dette vil fortsette. Jeg vil også takke alle trenere og assistenter som har bidratt med medleygruppene slik at det har vært mulig å gi de det tilbudet som de får.

Med vennlig hilsen

Kristian Fisketjøn Nilsen

4.5.8 Dreamteam

Trener: Ole Jørmeland og Sondre Monslau



Ser vi på strukturen i gruppa, så er de flinke til å gi beskjed på Spond / SMS om hvem som kommer, og hvorfor de eventuelt ikke kommer. Videre har de fleste lært seg rutiner knyttet til dusj og innsvømming utenat, så det skaper god forutsigbarhet. Gruppas størrelse har vært uendret i løpet av året. De fleste kommer på sine faste treninger, men de har også vært flinke til å delta på treninger de normalt sett ikke kommer på, dersom de har mulighet til det. Det er fremdeles noen som har pause / ikke stiller, men stort sett er det god deltakelse i gruppa.

Sportslig var Landsstevnet i Trondheim et stort mål. Vi reiste med like mange utøvere i 2024 som i 2023. Alle utøverne dro hjem med både medalje og personlige rekorder, og stemningen var god over hele helgen. I løpet av året var også gruppa representert internasjonalt, da vi hadde en utøver som deltok for Norge under Special Olympics Idrettsfestival i Frederikshavn. Dette var Mia's første internasjonale stevne. Hun fikk med seg blant annet to medaljer og flere finaleplasser hjem til Stavanger, samt mange gode erfaringer og minner. I forhold til stevner, er det stabil deltakelse fra gruppen. Samtidig er det rom for forbedring her. Litt vanskelig å si noe

om hvorfor enkelte ikke vil være med, da de har vært med andre år. Men jeg tror en veg å gå er å prøve å prøve å ufarliggjøre stevnedeltakelse, da flere tross alt vært med før. Spesielt på Landsstevnet bør vi prøve å få til en økning. Må prøve å være i god og tidlig dialog med foreldre / bofellesskap.

Det sosiale har også stått sterkt i gruppen. I hverdagene har vi prøvd å ha fokus på god stemning og om å kose oss på trening. Videre har det vært et fast innslag av sang og «bølge-fly» ved bursdager, som har vært et veldig populært innslag i gruppen. Det ble også avholdt sosiale sammenkomster, som for eksempel pizzakveld for hele gruppen. Dette ble møtt med stor begeistring, både fra utøverne og fra foreldre/ansvarlige fra de ulike boligene. Dette er absolutt et tiltak som burde videreføres.

Noen utfordringer er det allikevel. En av disse er at enkelte utøvere bruker veldig lang tid i garderoben, uavhengig hvor tidlig vi sender dem opp. I herregarderoben går det greit nok, da jeg og Sondre kan gå inn å sjekke og hjelpe dem. I damegarderoben er det litt vanskeligere. Vi har få/ingen kvinnelige trenere med Dreamteam og hjelperne fra Solborg er sjeldent inne og hjelper dem, spesielt på lørdager. Et annet forbedringspunkt kunne vært dialogen med foresatte / bofellesskap. Det er noen foresatte som er veldig på, mens andre er så og si ikke til stede. Hvordan dette skal forbedres helt konkret vet jeg ikke helt, men det er i vert fall noe å ha i bakhodet.

Veien videre for Dreamteam er litt vanskelig for meg å kommentere på. Jeg ser for meg at ny trener ønsker å sette sitt preg på gruppen, og med det kan man se for seg at det blir noe nytt ift hva som var i 2024. Avslutningsvis kan man se fra årsberetningen fra 2023 at et av målene for gruppen var å delta mer på arrangementer i regi av NSF eller opplegg spesifikt for vår målgruppe. Dette synes jeg klubben har levert på, for eksempel gjennom deltakelse treningssamling på Olympiatoppen for S14-svømmere.



4.6 Rapport avd. Svømmeskole

4.6.1 Norges Svømmeskole | kurs tryggivann.no

Svømmeskolen har i løpet av 2024 gjennomført kurs for 2.390 barn og voksne, en nedgang på 226 deltakere fra 2023. Svømmeskolen legger grunnlaget for den videre rekrutteringen inn i sportsavdelingen, og ca 100 barn er tilbudt en plass i sportsavdelingen i løpet av året. 70 av disse barna har takket ja til plassen og blitt en del av treningsgruppene våre. Vi har en jevn og god rekrutering inn i treningsavdelingen, og det blir spennende å følge de nye rekruttsvømmerne på veien videre i svømmekarrieren.

I januar 2024, hadde Stavanger Svømmeklubb 1.283 barn og voksne som var klare for oppstart på nye svømmekurs. Vi har tilbudt kurs for baby, småbarn, barn, ungdom og voksne, i alderen 0-61 år.

I vinterferien gjennomførte vi intensivkurs som gikk over fem påfølgende kvelder på Eiganes skole. Vi gjennomførte kurs for 36 barn på begynner nivå. Vi hadde også oppstart av nye voksenkurs i Hetlandshallen denne måneden, med 21 deltakere.

I april startet vi en ny ordinær kursrunde på Nautilus, i Stavanger svømmehall og i Tasta varmtvann, 556 deltakere deltok på kurs i denne perioden.

I mai startet vi opp en litt kortere kursrunde i Hetlandshallen og Kvernevik, samtidig som vi hadde tilbud om intensivkurs som gikk over flere kvelder i uken på Eiganes og Madlamark skole. Totalt 138 deltakere deltok på kurs i denne perioden.

I juni 2024 ble det gjennomført intensivkurs for 96 kursdeltakere i bassengene på Eiganes og Madlamark skole. Kursene gikk over fem kurskvelder, og vi hadde kurs på nivåene fra hval til delfin, i tillegg til nybegynnerkurs for voksne.

Høsten 2024 gjennomførte vi to ordinære kursrunder på Nautilus for baby og småbarnssvømming, en med oppstart i august og en med oppstart i oktober. På de øvrige nivåene gjennomførte vi en litt lenger kursperiode i perioden fra august til desember. I de kommunale bassengene ble det gjennomført en kursrunde med oppstart i august/september. Vi fikk oi 2014 tilgang til bassengene 1-2 uker mer enn tidligere, og dette gjorde det mulig å forlenge kursrunden noe på flere av høstens kurs. 1.468 deltakere deltok på kursene hos oss denne høsten, og flere av deltakerne på baby og småbarnssvømming deltok på to kurs i løpet av høsten.

I høstferien gjennomførte vi intensivkurs på kveldstid, på begynnernivå for 27 barn i bassenget på Eiganes skole.

Vi har i 2024 videreført tilbudet med ekstra teknikksamlinger, for deltakerne på Sjøløve og Delfin nivå. Trenerne i rekruttavdelingen har fortsatt å ha ansvar for gjennomføringen av samlingene. Det har blitt gjennomført seks samlinger i løpet av året, søndager på Kannik skole, i forlengelse av rekruttavdelingens treninger. Kurseltakerne har også fått tilbud om å delta på en treningsamling på Kannik i september. Deltakerne på Sjøløve og Delfin nivå, født 2016 og tidligere, har også hatt tilbud om å delta på seks lokale rekruttstevner gjennom året. Oppslutningen på stevnen er god, og vi ser at dette veldig ofte gir mersmak og at deltakerne på rekruttstevnen oftere takker ja til å fortsette videre i treningsavdelingen vår.

Monica Martinsen har ledet svømmeskolen i Stavanger SK i 2024. I perioden fra januar til juni fikk hun god hjelp og støtte fra fagleder Hanne Dahl, og fra august overtok Jenny Hustrulid og Sigrid Bergsløkken i rollen som fagledere. Begge har tidligere jobbet som instruktører i klubben, og de har bidratt med mye godt engasjement og utvikling den siste tiden.

Svømmeskolen har i 2024 benyttet seg av følgende bassenger; Auglend skole, Eiganes skole, Hetlandshallen, Kvernevikhallen, Nautilus, Revheim skole, St. Svithun ungdomsskole og Tastahallen. Alle bassengene har vært i drift som planlagt, og vi har derfor sluppet å avlyse/utsette kurs dette året.

Svømmeskolen har hatt en fin utvikling i 2024, men vi har opplevd en nedgang i antall kursdeltakere. Vi har fokus på kvalitet, og jobber stadig med å forbedre tilbudet vårt og sikre høy kvalitet på undervisningen vi gir.

Vi vil i 2024 fortsette det gode arbeidet i svømmeskolen vår, og jobbe for å sikre høy deltakelse på alle våre aktiviteter/kurs. Vi vil jobbe videre med å sikre en god overgang mellom kurs og treningsavdelingen, og jobbe for å oppnå mestring og trivsel på alle nivåer. Vi har mange dyktige ansatte på laget, og sammen skal vi jobbe mot klubbens mål om å være Stavangers foretrukne leverandør av svømmeopplæring.

Tusen takk til alle våre fantastiske instruktører, som gjør en solid innsats og hjelper oss i gjennomføringen av kursene våre. Dere gjør en stor og viktig jobb, og skaper utvikling og svømmeglede hos våre kursdeltakere. Vi er utrolig stolt av den flotte og viktige jobben dere gjør både for barn og voksne. Vi takker for innsatsen, og vi gleder oss til videre samarbeid og utvikling i årene som kommer.



Foto: Illustrasjonsbilde

4.6.2 Barnehagesvømming

Stavanger Svømmeklubb har gjennomført svømmekurs for 1.772 barnehagebarn i 2024. Dette er omtrent på samme nivå som i 2023, med en nedgang på 13 barn. Vi har gjennomført totalt fem kursrunder a sju uker, tre runder på vinteren/våren og to på høsten.

Det var i 2024 rekordmange barnehager/organisasjoner som søkte om tilskudd til barnahagesvømmingen, noe som gjorde at tilskuddet per barn ble noe redusert i forhold til tidligere år.

Tilbudet med gratis svømming for de eldste barnehagebarna er nå godt etablert, og de fleste barnehagene i området benytter seg av tilbudet. Vi opplever stort engasjement og får gode tilbakemeldinger både fra barnehagenes ansatte og foresatte.



Foto: Illustrasjonsbilde

4.6.3 Skolesvømming | Svøm Stavanger

Svøm Stavanger er et prosjektsamarbeid mellom Stavanger kommune, Norges Svømmeforbund og svømmeklubbene i Stavanger, hvor Stavanger Svømmeklubb er hovedleverandør av instruktører og trenere til prosjektet. Formålet med prosjektet er gi bedre og likeverdig svømmeopplæring uavhengig av hvilken skole den enkelte elev går på, med mål om at alle skoleelever skal oppnå kompetansekravet i svømming. Prosjektet retter seg spesielt mot elever på 2. og 4. trinn i grunnskolen, hvor alle klasser på 4. trinn har vært en del av prosjektet fra skoleåret 2022/2023.

Foruten om overnevnte har Stavanger Svømmeklubb i 2024 også levert trenerekompetanse til St.Svithun videregående skole (TMT/TID). Avtalen med TID ble videreført i skoleåret 2024/2025.

Klubben har fått gode tilbakemeldinger på den kompetanse klubben har levert til skolene, noe som er svært gledelig. Stavanger Svømmeklubb skal være kommunens og innbyggernes foretrukne leverandør av svømmeopplæring for barn og unge i Stavanger, derfor er det en annerkjennelse for klubben å være en sterk bidragsyter inn mot svømmeopplæring i skolen, og ikke minst i arbeidet for at alle barn skal kunne svømme.

4.6.4 Prosjekt | Aqua Swim Camp | Barnas Sommer



Stavanger Svømmeklubb arrangerte i ukene 26-29 i 2024 gratis aktivitetsuker/svømmecamp for barn i alderen 6-10 år (1. – 4. skoletrinn) i Stavanger kommune. Aktivitetsukene hadde som formål å gi målrettet svømmeopplæring til deltakerne i tråd med nasjonal standard for svømmeopplæring iht. Norges

Svømmeskole, samt å gi alle barn en opplevelsesrik sommer fylt av læring, samhold og glede.

Bakgrunnen for at Stavanger Svømmeklubb ønsket å gjennomføre prosjektet, slik som i både 2021, 2022 og 2023, er at ikke alle barn og unge har mulighet til å dra ut av kommunen på ferie på bakgrunn av sosioøkonomiske forskjeller i befolkningen. Prosjektet rettet seg med bakgrunn i dette seg spesielt mot barn i lavinntektsfamilier og med innvandrerbakgrunn, som er overrepresentert blant dem som ikke deltar i fritidsaktiviteter og ikke kan svømme.

Aqua Swim Camp var lokalisert en fast plass i kommunen gjennom alle aktivitetsukene – nærmere bestemt i Hetlandshallen. Foruten om hovedaktiviteten i svømmehallen, ble nærliggende idrettshall og friluftsområde benyttet til ulike aktiviteter.

Basert på tilbakemeldinger fra barn, foresatte og instruktører, vurderes prosjektet som vellykket. Prosjektet har fått mange positive tilbakemeldinger fra foresatte som forteller om barn som har gledet seg over aktivitetene og fellesskapet med andre barn.

Stavanger Svømmeklubb vil benytte anledningen å takke Stavanger kommune og Gjensidigestiftelsen for tilskudd til prosjektet.

Innstilling fra styret:

Årsmøtet godkjenner klubbens årsberetning for 2024

Sak 5 – Behandle idrettslagets årsregnskap for 2024 i revidert stand

5.1 Årsregnskap 2024

RESULTATREGNSKAP			
STAVANGER SVØMM EKLUBB			
DRIFTSINNTEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2024	2023
Aktivitetssinntekter		12 859 729	12 744 500
Medlemskontingent og treningsavgift		2 801 585	2 717 211
Tilskudd og støtte		3 564 765	3 155 012
Egenandeler		2 500 775	2 331 559
Annen driftsinntekt		781 960	408 985
Sum driftsinntekter		22 508 813	21 357 267
Aktivitetskostnader	1	5 525 342	5 490 884
Lønnskostnad	2	12 264 916	12 440 598
Annen driftskostnad		4 410 856	4 300 520
Sum driftskostnader		22 201 114	22 232 002
Driftsresultat		307 699	-874 735
FINANSINNTEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		274 440	70 234
Annen finansinntekt		133	1 263
Annen finanskostnad		19 127	20 299
Resultat av finansposter		255 445	51 198
Årsresultat		563 144	-823 536
OVERFØRINGER			
Avsatt til annen egenkapital		563 144	-823 536
Sum overføringer		563 144	-823 536

BALANSE

STAVANGER SVØM M EKLUBB

EIENDELER	Note	2024	2023
OM LØPSMIDLER			
Lager av varer og annen beholdning		502 399	546 508
FORDRINGER			
Kundefordringer		372 309	389 255
Andre kortsiktige fordringer		521 030	821 108
Sum fordringer		893 339	1 210 363
Bankinnskudd, kontanter o.l.		10 049 119	9 603 895
Sum omløpsmidler		11 444 856	11 360 766
Sum eiendeler		11 444 856	11 360 766

BALANSE

STAVANGER SVØMMEKLUBB

EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2024	2023
EGENKAPITAL			
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		6 885 630	6 322 485
Sum opptjent egenkapital		6 885 630	6 322 485
Sum egenkapital		6 885 630	6 322 485
GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		305 302	838 431
Skyldig offentlige avgifter		580 808	608 129
Annen kortsiktig gjeld	3	3 673 117	3 591 721
Sum kortsiktig gjeld		4 559 226	5 038 281
Sum gjeld		4 559 226	5 038 281
Sum egenkapital og gjeld		11 444 856	11 360 766

Stavanger, 25.02.2025
Styret i Stavanger Svømmeklubb

Silje Steinnes
styreleder

Jone Slutås
nestleder

Sindre Wold
styremedlem

Finn Zachariassen
daglig leder

Caroline Finstad Rasmussen
styremedlem

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapsskikk for små foretak.

DRIFTSINNTEKTER

Inntektsføring ved salg av varer skjer på leveringstidspunktet. Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres.

KLASSIFISERING OG VURDERING AV OMLØPSMIDLER

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, samt poster som knytter seg til varekretsløpet. Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og virkelig verdi.

VARER

Varer er vurdert til det laveste av anskaffelseskost og netto salgsverdi.

FORDRINGER

Kundefordringer og andre fordringer oppføres til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av en individuell vurdering av de enkelte fordringene.

SKATT

Foreningen anses ikke å drive skattepliktig virksomhet.

Note 1 Spesifikasjon av aktivitetskostnader

Aktivitetskostnader	2024	2023
Stevnekostnader	2 323 674	1 974 118
Treningsleir	2 358 271	2 615 436
Annen aktivitetskostnad	843 396	901 330
Sum aktivitetskostnader	5 525 342	5 490 884

Note 2 Lønnskostnader og antall årsverk

LØNNSKOSTNADER

	2024	2023
Lønninger	10 326 305	10 496 333
Arbeidsgiveravgift	1 556 704	1 562 650
Pensjonskostnader	359 605	379 417
Andre ytelser	22 302	2 198
Sum	12 264 916	12 440 598

Foreningen har i 2024 sysselsatt 17 årsverk.

Note 3 Spesifikasjon av annen kortsiktig gjeld

Annen kortsiktig gjeld	2024	2023
Skyldige feriepenge inkl. påløpt arbeidsgiveravgift	1 148 532	1 157 203
Forskuddsbetalt Trygg i Vann	2 390 185	2 424 500
Annen kortsiktig gjeld	134 400	10 017
Sum annen kortsiktig gjeld	3 673 117	3 591 721

PENNEO

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokument signert med "Penneo™ - sikker digital signatur". De signerende parter sin identitet er registrert, og er listet nedenfor.

"Med min signatur bekrefter jeg alle datoer og innholdet i dette dokument."

Zachariassen, Finn

Daglig leder

Serienummer: no_bankid:9578-5993-4-2195069

IP: 46.24.xxx.xxx

2025-02-25 20:56:32 UTC



Slutås, Jone

Nestleder

Serienummer: no_bankid:9578-5994-4-475636

IP: 81.166.xxx.xxx

2025-03-06 16:25:38 UTC



Steinnes, Silje

Styreleder

Serienummer: no_bankid:9578-5999-4-2255273

IP: 92.221.xxx.xxx

2025-03-06 16:27:30 UTC



Wold, Sindre

Styremedlem

Serienummer: no_bankid:9578-5998-4-1100776

IP: 45.90.xxx.xxx

2025-03-07 09:38:36 UTC



Rasmussen, Caroline F

Styremedlem

Serienummer: no_bankid:9578-5997-4-509354

IP: 85.167.xxx.xxx

2025-03-09 18:40:57 UTC



Dette dokumentet er signert digitalt via Penneo.com. De signerte dataene er validert ved hjelp av den matematiske hashverdien av det originale dokumentet. All kryptografisk bevisføring er innebygd i denne PDF-en for fremtidig validering.

Dette dokumentet er forseglert med et kvalifisert elektronisk segl ved bruk av et sertifikat og et tidsstempel fra en kvalifisert tillitsjenesteleverandør.

Slik kan du bekrefte at dokumentet er originalt

Når du åpner dokumentet i Adobe Reader, kan du se at det er sertifisert av Penneo A/S. Dette beviser at innholdet i dokumentet ikke har blitt endret siden tidspunktet for signeringen. Bevis for de individuelle signatørenes digitale signaturer er vedlagt dokumentet.

Du kan bekrefte de kryptografiske bevisene ved hjelp av Penneos validator, <https://penneo.com/validator>, eller andre valideringsverktøy for digitale signaturer.

5.2 Kontrollutvalgets beretning for 2024

Kontrollutvalgets beretning for 2024

I henhold til NIFs lov § 2-12 avgir herved kontrollutvalget i Stavanger Svømmeklubb sin beretning.

Kontrollutvalget skal kontrollere at styret utfører de oppgaver styret er tillagt etter Stavanger Svømmeklubbs lov.

Vi har utført følgende handlinger:

Vi har gjennomgått protokoll for årsmøtet i Stavanger Svømmeklubb 2024 (20.mars 2024), styrets protokoller (10 stykk), samt andre dokumenter utvalget har funnet det nødvendig å gjennomgå. Vi har fått alle opplysninger som vi har bedt om fra Stavanger Svømmeklubb styre og administrasjon. Kontrollutvalget ble invitert med på aktuelt styremøte 20. januar 2024, hvor foreløpig årsregnskap ble presentert og fikk der anledning til å stille oppfølgingsspørsmål. Vi har i etterkant gjennomgått styrets årsberetning for 2024 og det styrebehandlede årsregnskapet for 2024. Kontrollutvalget er også forelagt uavhengig revisors beretning, som er uten merknader.

Regnskapet viser en omsetning på NOK 22 508 813, og et overskudd på NOK 563 144, og ved årsavslutning 2024 var den frie egenkapitalen NOK 6 885 630.

Kontrollutvalget har følgende merknader til forvaltningen av Stavanger Svømmeklubb:

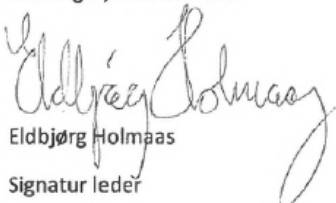
Kontrollutvalgets vurdering er at Stavanger Svømmeklubb sitt styre har fulgt opp årsmøtets vedtak og forvaltningen av Stavanger Svømmeklubb.

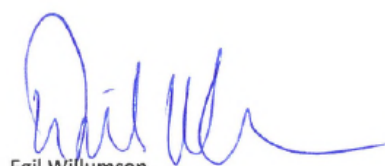
Basert på det materialet vi har fått oss forelagt, er det ikke grunnlag for ytterligere merknader ut over det som fremgår av denne beretningen.)

Konklusjon:

Det er kontrollutvalget konklusjon at styret har utført de oppgaver som det er tillagt etter loven, og kontrollutvalget anbefaler at styrets beretning og Stavanger Svømmeklubbs årsregnskap for 2024 godkjennes av årsmøtet.

Stavanger, 14.mars 2025


Eldbjørg Holmås
Signatur leder


Egil Willumsen
Signatur medlem

5.3 Revisors beretning for 2024



Revisjon Ryfylke AS

Ryfylkevegen 1982, 4120 Tau

Org nr 983 549 896

www.revisjonryfylke.no

Til årsmøtet i Stavanger Svømmeklubb

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Uttalelse om revisjonen av årsregnskapet

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet for Stavanger Svømmeklubb som viser et overskudd på kr 563 144. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2024, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av organisasjonens finansielle stilling per 31. desember 2024 og av dets resultat for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av organisasjonen slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av the International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Øvrig informasjon

Styret og daglig leder (ledelsen) er ansvarlige for øvrig informasjon som er publisert sammen med årsregnskapet. Vår konklusjon om årsregnskapet ovenfor dekker ikke øvrig informasjon.

I forbindelse med revisjonen av årsregnskapet er det vår oppgave å lese øvrig informasjon. Formålet er å vurdere hvorvidt det foreligger vesentlig inkonsistens mellom den øvrige informasjonen og årsregnskapet og den kunnskap vi har opparbeidet oss under revisjonen av årsregnskapet, eller hvorvidt informasjon i årsberetningen ellers fremstår som vesentlig feil. Vi har plikt til å rapportere dersom øvrig informasjon fremstår som vesentlig feil. Vi har ingenting å rapportere i så henseende.

Ledelsens ansvar for årsregnskapet

Ledelsen er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til organisasjonens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avvirket.

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil dekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke økonomiske beslutningene som brukerne foretar, på grunnlag av årsregnskapet.

Som del av en revisjon i samsvar med ISA-ene, utøver vi profesjonelt skjønn og utviser profesjonell skepsis gjennom hele revisjonen. I tillegg:

- identifiserer og vurderer vi risikoen for vesentlig feilinformasjon i årsregnskapet, enten det skyldes misligheter eller utilsiktede feil. Vi utformer og gjennomfører revisjonshandlinger for å håndtere slike risikoer, og innhenter revisjonsbevis som er tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon. Risikoen for at vesentlig feilinformasjon som følge av misligheter ikke blir avdekket, er høyere enn for feilinformasjon som skyldes utilsiktede feil, siden misligheter kan innebære samarbeid, forfalskning, bevisste utelatelser, uriktige fremstillinger eller overstyring av intern kontroll.
- opparbeider vi oss en forståelse av den interne kontroll som er relevant for revisjonen, for å utforme revisjonshandlinger som er hensiktsmessige etter omstendighetene, men ikke for å gi uttrykk for en mening om effektiviteten av organisasjonens interne kontroll.
- evaluerer vi om de anvendte regnskapsprinsippene er hensiktsmessige, og om regnskapsestimatene og tilhørende noteopplysninger utarbeidet av ledelsen er rimelige.
- konkluderer vi på om ledelsens bruk av fortsatt drift-forutsetningen er hensiktsmessig, og, basert på innhentede revisjonsbevis, hvorvidt det foreligger vesentlig usikkerhet knyttet til hendelser eller forhold som kan skape tvil av betydning om organisasjonens evne til fortsatt drift. Dersom vi konkluderer med at det eksisterer vesentlig usikkerhet, kreves det at vi i revisjonsberetningen henleder oppmerksomheten på tilleggsopplysningene i årsregnskapet, eller, dersom slike tilleggsopplysninger ikke er tilstrekkelige, at vi modifierer vår konklusjon. Våre konklusjoner er basert på revisjonsbevis innhentet frem til datoen for revisjonsberetningen. Etterfølgende hendelser eller forhold kan imidlertid medføre at organisasjonen ikke kan fortsette driften.
- evaluerer vi den samlede presentasjon, strukturen og innholdet i årsregnskapet, inkludert tilleggsopplysningene, og hvorvidt årsregnskapet gir uttrykk for de underliggende transaksjonene og hendelsene på en måte som gir et rettviseende bilde.

Vi kommuniserer med styret blant annet om det planlagte innholdet i og tidspunkt for revisjonsarbeidet og eventuelle vesentlige funn i revisjonen, herunder vesentlige svakheter i intern kontroll som vi avdekker gjennom revisjonen.

Tau, den 25. februar 2025
Revisjon Ryfylke AS

Morten Helland
Statsautorisert revisor

Godkjent revisjonsselskap - Medlem av Den norske Revisorforening

PENNEO

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokument signert med "Penneo™ - sikker digital signatur". De signerende parter sin identitet er registrert, og er listet nedenfor.

"Med min signatur bekrefter jeg alle datoer og innholdet i dette dokument."

Helland, Morten

Oppdragsansvarlig revisor

Serienummer: no_bankid:9578-5997-4-27889

IP: 81.166.xxx.xxx

2025-03-09 18:43:34 UTC



Dette dokumentet er signert digitalt via **Penneo.com**. De signerte dataene er validert ved hjelp av den matematiske hashverdien av det originale dokumentet. All kryptografisk bevisføring er innebygd i denne PDF-en for fremtidig validering.

Dette dokumentet er forseglet med et kvalifisert elektronisk segl ved bruk av et sertifikat og et tidsstempel fra en kvalifisert tillitsjenesteleverandør.

Slik kan du bekrefte at dokumentet er originalt

Når du åpner dokumentet i Adobe Reader, kan du se at det er sertifisert av **Penneo A/S**. Dette beviser at innholdet i dokumentet ikke har blitt endret siden tidspunktet for signeringen. Bevis for de individuelle signatørens digitale signaturer er vedlagt dokumentet.

Du kan bekrefte de kryptografiske bevisene ved hjelp av Penneos validator, <https://penneo.com/validator>, eller andre valideringsverktøy for digitale signaturer.

Sak 6 – Behandle innkomne forslag og saker

Ingen innkomne saker

Sak 7 – Vedta endring i lov for Stavanger Svømmeklubb

Ingen endringsforslag

Sak 8 – Fastsette medlemskontingent for 2024/2025

Styrets innstilling:

Styret foreslår å opprettholde dagens medlemskontingent på 300 kroner. Samtidig ber styret om årsmøtets fullmakt til å fastsette treningsavgiften for sesongen 2025/2026 (høst/vår).

Forslag til vedtak:

Årsmøtet godkjenner styrets innstilling.

Sak 9 – Vedta idrettslagets budsjett for 2024

Stavanger Svømmeklubb venter i all hovedsak et ordinært driftsår i 2025.

Aktivitetssinntekter

For 2025 budsjetterer klubben med en omsetning på omtrent samme nivå som i 2024. Etter en periode med nedgang i aktivitetssinntekter har markedet stabilisert seg, og etterspørselen etter svømmekurs holder seg jevn. Klubben vil fortsette å overvåke utviklingen i økonomien og justere markedsføringstiltak etter behov for å opprettholde interessen for svømmeopplæring. Selv om prisveksten på nødvendige utgifter fortsatt påvirker husholdningenes kjøpekraft, ser vi en fortsatt prioritering av svømmeferdigheter blant barn og unge i regionen. Klubben vil derfor videreføre sine tiltak for å tiltrekke nye deltakere og beholde eksisterende medlemmer i svømmeskolen og sportsavdelingen.

Tilskudd

Tilskudd fra Stavanger kommune, idrettsråd, Norsk Tipping mv. er forventet å gå inn i et normalår med en liten økning i momskompensasjonen. I tillegg fortsetter strømstøtten til frivillige lag og organisasjoner, noe som er et godt bidrag med tanke på de økte strømkostnadene klubben har med å drifte varmtvannsbassenget Nautilus. Av prosjekter kan det nevnes at klubben også i år, som i 2021, 2022, 2023 og 2024 søker Gjensidigestiftelsen om tilskudd til Aqua Swim Camp. Barnas Sommer er dessverre avlyst av Stavanger Kommune og dermed er kr. 220.000,- forsvunnet fra budsjettet i 2025.

Egenandeler

Egenandeler er satt med bakgrunn i planlagt terminliste for 2025, herunder reisestevner og treningsleirer. Retningslinje for egenandeler er at den enkelte svømmer betaler 2/3 av total kostnad ifm. deltakelse på stevner og leirer utenfor krets, og klubben 1/3. For mesterskap er fordelingen 50/50 mellom klubb og utøver. Klubben har en forventning om at planlagte aktiviteter vil forløpe som normalt.

Aktivitetskostnader

Aktivitetskostnadene vil på gruppenivå stort sett ligge på samme kostnad som i 2024, dog vil elite 1 ha litt høyere kostnader på grunn av en høydeleir i februar på 20 dager.

Medlemskontingent og treningsavgift

Klubben har en forventning om at treningsavgift og medlemskontingent vil ligge på tilsvarende nivå som i 2024, jf. medlemstallene 31.12.2024.

Annen driftsinntekt

Inntekter fra interne dugnader som tilsynsvakt er forventet å holde seg på samme nivå som 2024. Vi har ansvaret for både Kannik skole og Sunde skole.

Inntekter fra kiosksalg på stevner er forventet å ligge på samme nivå sammenlignet med 2024. Vi avholder LÅMØ Vest i 2025 og vil her spare en reiseutgift for alle kvalifiserte LÅMØ svømmere. Når det kommer til eksterne dugnader som f.eks. det å stille med personell til konserter er det en forventning om at dette vil beramme seg til 1-2 ganger i 2025 og vil kreve innsats fra både dugnadsutvalg og foresatte.

Lønnskostnader

Lønnskostnadene er forventet å gå opp i 2025 sammenlignet med 2024, noe som tilskrives en lønnsjustering sommeren 2024. Timeantallet i skolesvømmingsprosjektet Svøm Stavanger vil øke en del fra 2024 da Stavanger Svømmeklubb har fått tildelt 22 vakter pr. uke mot tidligere 18 vakter.

Der er i budsjettet lagt inn en lønnsregulering og økte pensjonskostnader sommeren 2025. Foruten om dette er styret opptatt av å løse klubbens arbeidsoppgaver med de ressurser som nå er tilgjengelig.

Annen driftskostnad

Andre driftskostnader er ventet å holde seg på et stabilt nivå i 2025.

Oppsummert

Styret vil på bakgrunn av forventede aktivitetsinntekter mot aktivitetskostnader budsjettere med et årsresultat etter finansinntekter på kr. 2270,-

Klubbens egenkapital var 31.12.2024 på kr. 6.885.630 (mot kr. 6.322.485 i 2023 | kr. 7.146.022 i 2022 | 8.631.824 i 2021 | kr. 8.840.282 i 2020 | kr. 4.451.535 i 2019).

Budsjett 2025

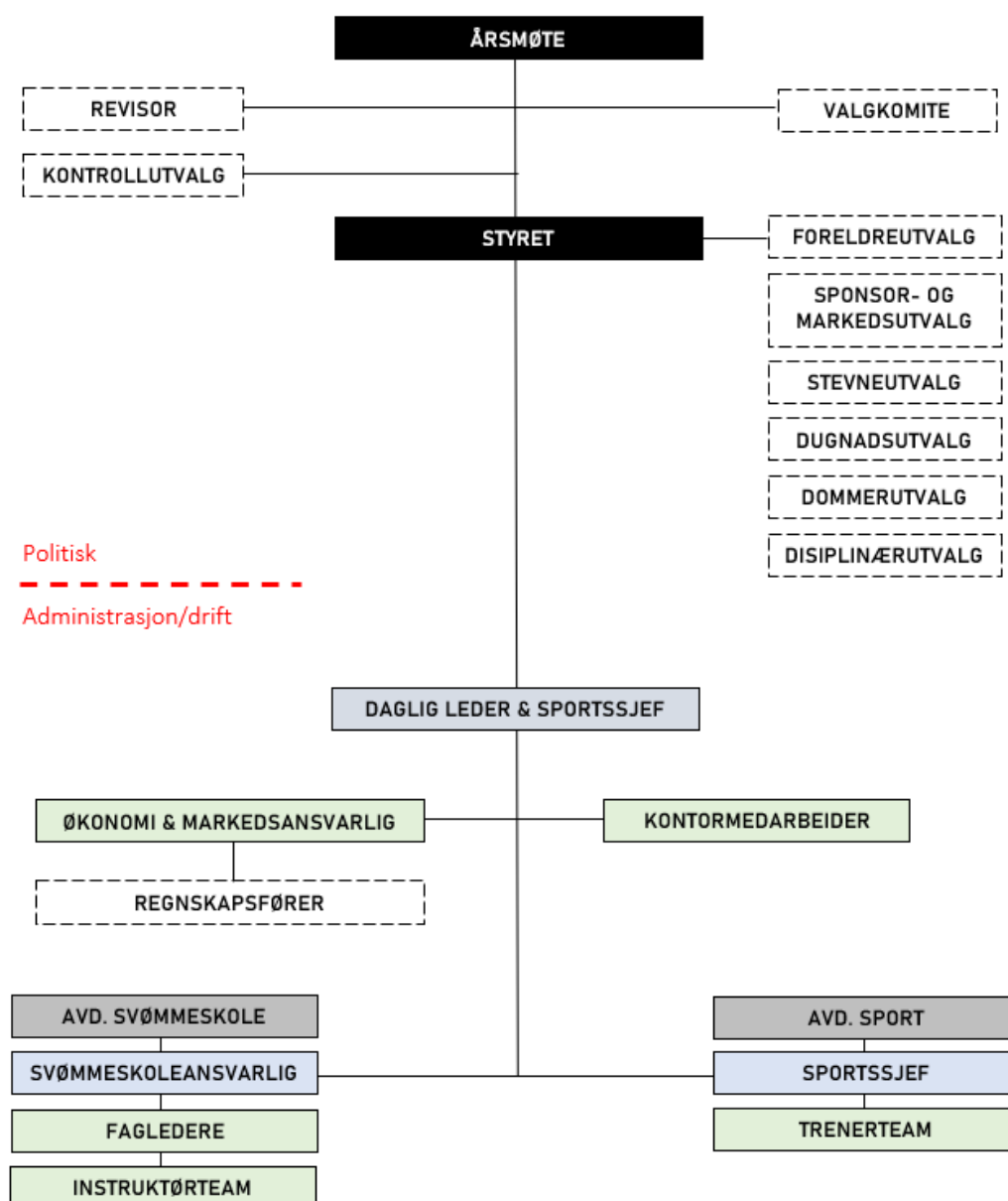
	Budsjett 2025	Regnskap 2024
Aktivitetssinntekter	-kr 13 000 000	-kr 12 840 229
Tilskudd	-kr 3 195 000	-kr 3 699 783
Egenandeler	-kr 2 931 500	-kr 2 500 775
Medlemskontingent og treningsavgift	-kr 2 740 000	-kr 2 801 585
Annen driftsinntekt	-kr 605 000	-kr 666 442
Sum driftsinntekter	-kr 22 471 500	-kr 22 508 814
Aktivitetskostnader	kr 5 877 000	kr 5 596 250
Lønnskostnader	kr 12 664 430	kr 12 264 916
Annen driftskostnad	kr 4 152 800	kr 4 339 948
Sum driftskostnader	kr 22 694 230	kr 22 201 114
Driftsresultat	kr 222 730	-kr 307 700
Finansinntekter	-kr 225 000	-kr 274 573
Finanskostnader	kr -	kr 19 127
Årsresultat	-kr 2 270	-kr 563 146

For detaljert budsjett se Appendix 2.

Styrets innstilling:

Årsmøtet godkjenner budsjett for 2025

Sak 10 – Behandle idrettslagets organisasjonsplan



Styrets innstilling:

Årsmøtet godkjenner organisasjonsplanen.

Sak 11 – Engasjere registrert revisor til å revidere idrettslagets regnskap

Styrets innstilling:

Styret foreslår å benytte Aaudit AS v/Reidar Seland som klubbens statsautoriserte revisor for regnskapsåret 2025

Sak 12 – Valg

Innstilling

Valgkomiteen innstiller følgende kandidater til styre og kontrollutvalg i Stavanger Svømmeklubb for 2025

Styret

Leder: Silje Steinnes – ikke på valg før i 2026

Nestleder: Jone Slutås – gjenvelges for perioden 2025 - 2026

Styremedlem: Caroline Rasmussen – ikke på valg før i 2026

Styremedlem: Sindre Wold – ikke på valg før i 2026

Styremedlem: Svein Tore Karlsen ny – velges for perioden 2025 - 26

Varamedlem Halvor Vøllestad – gjenvelges for perioden 2025 - 2026

Varamedlem: Anne Katrine Bergland – ikke på valg før i 2026

Kontrollutvalg

Leder: Martin Solberg ny – velges for perioden 2025-2026

Marianne Thorsen ny – velges for perioden 2025 -2026

Valgkomite

Styret innstiller følgende til valgkomité:

Leder, medlem og varamedlem blir offentliggjort på årsmøtet 26.mars

Sak 13 – Utmerkelser

Utdeling av utmerkelser skjer normalt i forbindelse med klubbens årlige klubbstevne/årsfest.

13.2 Sportslige oppnåelser 2024

Se Appendix 4.

13.3 Klubbrekorder pr 31.12.2024

Se Appendix 5.

Appendix 1 – Lov for Stavanger Svømmeklubb

Lovnorm for idrettslag

Vedtatt av Idrettsstyret 16. november 2021.

Lov for Stavanger Svømmeklubb

Stiftet 31. august 1910

Sist endret 25. april 2022

§ 1 Formål

Idrettslagets formål er å drive idrett organisert i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF). Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

§ 2 Organisasjon

- (1) Idrettslaget er selveiende og frittstående med utelukkende personlige medlemmer. [[Alt. 1: Idrettslaget inngår i en idrettslagsallianse med [legg inn navn på allianseidrettslaget og ev. øvrige idrettslag i idrettslagsallianse]/ [Alt. 2: Allianseidrettslaget inngår i en idrettslagsallianse med [legg inn navn på alle idrettslagene i idrettslagsalliansen].] For regler om idrettslagsallianser, gjelder [NIFs lov § 10-7.](#)]
- (2) Idrettslaget er medlem av [navn på de(t) særforbund som idrettslaget er medlem av]. For regler om idrettslagets plikt til å være medlem av et særforbund, gjelder [NIFs lov § 10-1 \(4\).](#)
- (3) Idrettslaget er medlem av NIF og dermed tilsluttet [navn på idrettskretsen] og [navn på idrettsrådet].
- (4) For regler om representasjonsrett, gjelder [NIFs lov § 10-3 \(1\).](#)
- (5) For regler om idrettslagets plikt til å overholde overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, gjelder [NIFs lov §§ 2-2](#) og [2-3](#).

§ 3 Medlemmer

- (1) For regler om opptak av medlemmer, utmelding, fratakelse av medlemskap mv., gjelder [NIFs lov §§ 10-4](#) og [10-6](#).
- (2) For idrettslagets plikt til å registrere opplysninger i idrettens medlems- og organisasjonsregister, gjelder [NIFs lov § 10-5](#) og [forskrift om idrettens medlems- og organisasjonsregister](#) med [utfyllende regler](#).

§ 4 Kjønnsfordeling

For regler om kjønnsfordeling i styre, utvalg mv. og ved representasjon til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, gjelder [NIFs lov § 2-4](#).

§ 5 Regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.

For regler om stemmerett, valgbarhet og forslagsrett, gjelder [NIFs lov §§ 2-5](#), [2-6](#) og [2-7](#).

§ 6 Inhabilitet

For regler om inhabilitet, gjelder [NIFs lov § 2-8](#).

§ 7 Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll

For regler om vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll, gjelder [NIFs lov § 2-9](#).

§ 8 Refusjon av utgifter og godtgjørelse

For regler om refusjon av utgifter og godtgjørelse, gjelder [NIFs lov § 2-10](#).

§ 9 Regnskap og revisjon mv.

For regler om regnskap og revisjon mv., gjelder [NIFs lov §§ 1-7](#), [2-11](#), [2-13](#) og [2-14](#).

§ 10 Årsmøtet

- (1) Årsmøtet er idrettslagets høyeste myndighet, som avholdes hvert år innen utgangen av mars måned.
- (2) Ordinært og ekstraordinært årsmøte gjennomføres i samsvar med denne lov og [NIFs lov §§ 2-15](#), [2-16](#), [2-17](#), [2-19](#), [2-20](#).
- (3) Årsmøtets oppgaver:
 1. Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene
 2. Velge dirigent(er)
 3. Velge protokollfører(e)
 4. Velge to medlemmer til å underskrive protokollen
 5. Godkjenne forretningsorden
 6. Godkjenne innkallingen
 7. Godkjenne saklisten
 8. Behandle idrettslagets årsberetning
 9. Behandle
 - a. idrettslagets regnskap
 - b. styrets økonomiske beretning
 - c. kontrollutvalgets beretning
 - d. eventuell beretning fra engasjert revisor
 10. Behandle saker som fremgår av godkjent sakliste
 11. Fastsette
 - a. medlemskontingent på minst kr 50
 - b. eventuell treningsavgift, eller gi styret fullmakt til å fastsette treningsavgifter
 12. Vedta idrettslagets budsjett
 13. Behandle idrettslagets organisasjonsplan
 14. Velge:
 - a. Styre med leder, nestleder, 2-4 styremedlemmer og 2 varamedlemmer.
 - b. Kontrollutvalg med leder, ett medlem og ett varamedlem.
 - c. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene
 - d. Valgkomité med leder, og to medlemmer og ett varamedlem.
 - e. Eventuelt øvrige valg i henhold til idrettslagets organisasjonsplan
 15. Beslutte om det skal engasjeres revisor til å revidere idrettslagets regnskap.

Ledere og nestledere velges enkeltvis. Øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet. Der det velges flere varamedlemmer skal det velges 1. varamedlem, 2. varamedlem osv.

For regler om stemmegivningen på årsmøtet, gjelder [NIFs lov § 2-21](#).

- (4) For regler om innkalling og gjennomføring av ekstraordinært årsmøte, gjelder [NIFs lov § 2-19](#).

§ 11 Idrettslagets styre

- (1) Idrettslaget ledes og forpliktes av styret, som representerer idrettslaget utad.
- (2) Styret er idrettslagets høyeste myndighet mellom årsmøtene, men visse beslutninger kan kun vedtas av årsmøtet iht. § 10 (3) og [NIFs lov § 2-22](#).
- (3) Forvaltningen av, og tilsynet med, alle deler av idrettslagets virksomhet hører under styret. Styret skal sørge for:
- at idrettslagets formål ivaretas
 - forsvarlig organisering av idrettslagets virksomhet og økonomistyring
 - at beslutninger fattes i samsvar med overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak, idrettslagets lov og årsmøtets vedtak
 - registrere opplysninger iht. § 3 (2)
 - at det oppnevnes en ansvarlig for politiattestordningen, dersom idrettslaget organiserer idrett for mindreårige eller personer med utviklingshemming
 - at det oppnevnes en ansvarlig for barneidretten, dersom idrettslaget organiserer barneidrett
- (4) Styret kan oppnevne komiteer/utvalg til ivaretagelse av løpende eller enkeltstående oppgaver, og utarbeide mandat/instruks for disse.
- (5) Styret skal oppnevne representanter til årsmøter/ting i overordnede organisasjonsledd dersom årsmøtet ikke har valgt representanter.
- (6) Styret skal avholde møter når lederen bestemmer det eller minst 2 av styrets medlemmer forlanger det.

§ 12 Kontrollutvalg og valgkomité

- (1) For regler om kontrollutvalget, gjelder [NIFs lov § 2-12](#).
- (2) For regler om valgkomiteen, gjelder [NIFs lov § 2-18](#).

§ 13 Grupper

- (1) Idrettslagets årsmøte kan beslutte å opprette og nedlegge grupper, og hvordan disse skal organiseres og ledes. Dette vedtas i forbindelse med årlig behandling av idrettslagets organisasjonsplan, jf. § 10 (3) pkt. 13. Innmelding og utmelding av særforbund krever lovendring, jf. § 2 (2).
- (2) Dersom idrettslagets årsmøte, ved behandlingen av organisasjonsplanen, har vedtatt å opprette grupper med gruppestyrer, gjelder følgende:
- a) Hver gruppe skal ha et gruppestyre på minst tre medlemmer. Gruppestyret velges på årsmøtet eller oppnevnes av styret etter fullmakt fra årsmøtet.
 - b) Gruppen bør ha minst ett årlig møte der gruppen diskuterer gruppens økonomi og aktiviteten i gruppen, og forslår kandidater til gruppestyret, samt gir eventuelle innspill til saker som behandles av styret eller årsmøtet.
 - c) Gruppestyret konstituerer seg selv, med mindre annet er besluttet av årsmøtet.

- d) Gruppestyret fastsetter eventuell treningsavgift innenfor rammen av fullmakt gitt av årsmøtet eller styret.
- (3) Gruppestyret eller representanter for grupper kan ikke inngå avtaler eller på annen måte forplikte idrettslaget uten fullmakt fra styret.
- § 14 Lovendring
- For regler om lovendring, gjelder [NIFs lov § 2-2](#).
- § 15 Oppløsning, utmelding mv.
- (1) Idrettslaget kan vedta oppløsning:
- a. ved et enstemmig vedtak om oppløsning på årsmøtet, eller
 - b. ved å vedta oppløsning med 2/3 flertall på to påfølgende årsmøter, der det etterfølgende årsmøtet må avholdes minimum tre måneder og maksimum 6 måneder senere.
- En forutsetning for et gyldig vedtak om oppløsning, er at idrettslaget skriftlig varslor idrettskrets og særforbund senest 14 dager før idrettslagets årsmøte behandler forslag om oppløsning.
- (2) Sammenslutning med andre idrettslag anses ikke som oppløsning av idrettslaget. Vedtak om sammenslutning eller utmelding fra særforbund, og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette, fattes med 2/3 flertall av årsmøtet.
- (3) For regler om utmelding og tap av medlemskap i NIF, gjelder [NIFs lov § 10-2](#).
- (4) Ved utmelding eller tap av medlemskap skal idrettslagets eiendeler opparbeidet som en direkte følge av idrettslagets medlemskap i NIF, tilfalle et formål godkjent av Idrettsstyret. Ved oppløsning eller annet opphør, tilfaller idrettslagets overskytende midler etter avvikling et formål godkjent av Idrettsstyret.

Appendix 2 – Detaljert budsjett 2025

	BUDSJETT 2025		REGNSKAP 2024	
Aktivitetssinntekter				
3010 - Barnas Svømmeskole	-kr	7 300 000	-kr	7 311 316
3011 - Refusjoner Barnas Svømmeskole	kr	50 000	kr	46 408
3330 - Stevneinntekter	-kr	480 000	-kr	459 029
3403 - Svømmeopplæring for barnehager	-kr	3 370 000	-kr	3 246 767
3404 - Svømmeopplæring for skoler	-kr	1 800 000	-kr	1 774 525
3406 - Bedriftskurs	-kr	100 000	-kr	95 000
Sum Salgsinntekter	-kr	13 000 000	-kr	12 840 229
Tilskudd				
3200 - Sponsorstøtte	-kr	200 000	-kr	166 500
3201 - Støtte fra stiftelser/legater	-kr	430 000	-kr	419 338
3202 - Gaver	kr	-	-kr	60 000
3400 - Støtte fra kommune/idrettsråd/NIF/ <u>Lott.stift</u>	-kr	2 400 000	-kr	2 918 950
3401 - Norsk Tipping (grasrot)	-kr	80 000	-kr	79 477
3402 - Støtte fra Bingodrift AS	-kr	70 000	-kr	55 518
3405 - Støtte fra NSF	-kr	15 000	kr	-
Sum Tilskudd	-kr	3 195 000	-kr	3 699 783
Egenandeler				
3300 - Treningsleir, egenandeler	-kr	1 754 500	-kr	1 371 235
3310 - Stevner, egenandeler	-kr	1 307 000	-kr	1 129 540
0000 - Fratrekk egenandeler	kr	130 000	kr	-
Sum Egenandeler	-kr	2 931 500	-kr	2 500 775
Medlemskontingent og treningsavgift				
3014 - Treningsavgift	-kr	1 900 000	-kr	1 947 185
3015 - Medlemskontingent	-kr	840 000	-kr	854 400
Sum medlemskontingent og treningsavgift	-kr	2 740 000	-kr	2 801 585
Annen driftsinntekt				
3501 - Salg av svømmeutstyr	-kr	15 000	-kr	4 283
3700 - Lotteri	kr	-	kr	-
3701 - Dugnad ekstern	-kr	80 000	-kr	70 075
3702 - Dugnad intern	-kr	240 000	-kr	212 025
3750 - Kiosksalg	-kr	150 000	-kr	147 968
3760 - Øvrig inntekt	-kr	40 000	-kr	232 091
0001 - Øvrig inntekt Nautilus	-kr	80 000	kr	-
Sum andre inntekter	-kr	605 000	-kr	666 442
Sum driftsinntekter	-kr	22 471 500	-kr	22 508 814

Aktivitetskostnader

4001 - Stevnekostnader, reisestevner	kr	2 397 000	kr	2 254 587
4002 - Stevnekostnader egne arrangement	kr	95 000	kr	69 088
4004 - Landslagsutgifter	kr	90 000	kr	85 140
4005 - Treningsleir	kr	2 555 000	kr	2 358 271
4007 - Prosjektkostnader, kommune/stiftelser	kr	45 000	kr	40 326
4010 - Kontingent krets, særforbund	kr	110 000	kr	113 687
4020 - Lisenser, Norges svømmeforbund	kr	80 000	kr	77 600
4025 - Premier, diplomer, medaljer	kr	190 000	kr	204 239
4030 - Dommerutgifter	kr	60 000	kr	69 134
4040 - Svømmemateriell	kr	170 000	kr	253 271
4050 - Utstyr som skal viderefaktureres	kr	-	kr	-
4150 - Innkjøp varer til kiosk	kr	70 000	kr	70 907
4500 - Konsulentonorar ekstern trener	kr	15 000	kr	-
4510 - Konsulentonorar administrasjon	kr	-	kr	-
Sum aktivitetskostnader	kr	5 877 000	kr	5 596 250

Lønnskostnader

5000 - Lønn til ansatte - fastlønn	kr	5 015 000	kr	4 966 809
5010 - Lønn til ansatte - timelønn	kr	4 515 000	kr	4 302 103
5093 - Feriepenger over 60 år	kr	5 000	kr	5 652
5092 - Feriepenger (12,0/10,2%)	kr	1 062 330	kr	1 014 042
5182 - Arbeidsgiveravgift på løpte feriepenger (14,1%)	kr	-	kr	-
5210 - Fri telefon	kr	40 000	kr	37 698
5290 - Motkonto for gruppe 52	-kr	40 000	-kr	37 698
5400 - Arbeidsgiveravgift (14,1%)	kr	1 423 100	kr	1 379 239
5405 - <u>Arbeidsgiveravg</u> av feriepenger (14,1%)	kr	150 000	kr	177 465
5420 - <u>Innberetningspliktig pensjonskostnad, inkl</u> uføreforsikring	kr	450 000	kr	359 605
5500 - Annen kostnadsgodtgjørelse	kr	44 000	kr	37 500
5505 - Medlemskontingenter ansatt	kr	-	kr	22 500
5800 - Refusjon av sykepenger	kr	-	kr	-
Sum Lønnskostnader	kr	12 664 430	kr	12 264 915

Annen driftskostnad				
6300 - Leie lokaler	kr	187 000	kr	219 949
6301 - Leie av svømmehall	kr	110 000	kr	130 500
6302 - Kostnader privat basseng Eiganes	kr	2 040 000	kr	2 080 466
6420 - Leie datasystemer	kr	-	kr	624
6540 - Inventar	kr	10 000	kr	8 065
6550 - Nautilus, kjemikalier, vaskemidler, øvrig innkjøp til basseng	kr	208 000	kr	308 114
6700 - Regnskapshonorarer	kr	140 000	kr	129 305
6701 - Revisjon	kr	65 000	kr	65 000
6800 - Administrasjonskostnader	kr	35 000	kr	61 492
6810 - Data/EDB	kr	20 000	kr	19 490
6840 - Aviser og tidsskrifter, bøker o l	kr	-	kr	-
6860 - Kurs- møteutgifter	kr	225 000	kr	176 459
6861 - Sosialt, gaver	kr	157 000	kr	180 801
6900 - Telefon	kr	72 000	kr	66 623
7020 - Bilkostnader Caddy	kr	18 000	kr	18 065
7030 - Leasing Caddy	kr	66 000	kr	66 288
7040 - Forsikring Caddy	kr	13 800	kr	13 072
7100 - Bilgodtgjørelse, oppgavepliktig	kr	-	kr	4 796
7140 - Reisekostnad, ikke oppgavepliktig	kr	-	kr	3 565
7320 - Reklamekostnad	kr	45 000	kr	26 867
7400 - Kontingent, fradragberettiget	kr	-	kr	17 371
7500 - Forsikringspremie yrkesskade-personforsikring	kr	126 000	kr	122 414
7560 - Nautilus, service basseng (Enviro Finans, Eurofins etc.)	kr	125 000	kr	105 125
7600 - Lisensavgifter og royalties	kr	250 000	kr	274 217
7700 - Andre driftskostnader	kr	30 000	kr	29 874
7770 - Bank og kortgebyrer	kr	210 000	kr	211 406
Sum Driftskostnader	kr	4 152 800	kr	4 339 948
Sum driftskostnader	kr	22 694 230	kr	22 201 113
Driftsresultat	kr	222 730	-kr	307 701
Renteinntekt	-kr	225 000	-kr	274 573
Annen renteinntekt				
Annen finanskostnad			kr	19 127
Sum finansposter	-kr	225 000	-kr	255 446
Årsresultat	-kr	2 270	-kr	563 147

Appendix 3 – Status handlingsplan Virksomhetsplan

Appendix A. Langsiktig handlingsplan 2019 – 2029

Uttalelse fra styret i forbindelse med Årsmøtet 2024: Styret vil sammen med administrasjon følge opp og revidere Handlingsplan frem til sommeren 2024. Denne planen er å anse som et dynamisk dokument.

A1. Organisasjonsutvikling

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal ha en effektiv styring og ledelse som sikrer en god forsvarlig drift og utvikling av klubben.

Delmål 1

Stavanger Svømmeklubb skal ha en klubbleidelse som ivaretar og sikrer god drift utvikling.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal ha et aktivt styre med god organisasjonsforståelse der medlemmene har tydelige roller og ansvarsoppgaver	Utarbeide klare rollebeskrivelser (arbeidsfordeling) for styrets medlemmer, og påse at valgkomiteen tar disse i bruk i sitt arbeid	Valgkomite og styret	Innen utgangen av 2019 Fullført
SSK skal ha et organisasjonskart som viser roller, ansvar, kommunikasjonslinjer for styret, utvalg og ansatte	Utarbeide og publisere organisasjonskart. Utarbeide klare mandat for utvalg, komiteer og arbeidsgrupper	Daglig leder og styret	Mai 2019 Fullført
SSK skal ha en administrasjon med tydelige roller, ansvar og arbeidsoppgaver	Oppdatere stillingsbeskrivelse til daglig leder, administrasjon, sportssjef, trenere, instruktører og svømme-skoleansvarlig	Daglig leder og styrets leder	Fortløpende Fullført
SSK skal øke antall ansatte i administrasjon for å sikre god drift og utvikling	Ansette svømme-skoleansvarlig i full stilling	Styret og daglig leder	2019 Delvis fullført 50 % stilling
	Ansette kontor- og administrasjonsmedarbeider	Styret og daglig leder	2019 Fullført 100 % stilling
SSK skal ha en inkluderende arbeidsgiverpolitikk (IA)	Gjennomføre medarbeidersamtaler	Daglig leder/sportssjef	Årlig innen utgangen av april Fullført
	Utarbeide en arbeidsgiverstrategi for rekruttering og	Daglig leder og styret	2020 Ikke ansett som aktuelt

	ivaretagelse av ansatte i klubben		
	Arrangere sosiale sammenkomster for de ansatte	Daglig leder og styrets leder	Årlig Fullført
	Tilby opplæring og kompetanseheving til de ansatte	Daglig leder og kompetanseansvarlig i styret	Kontinuerlig Fullført
SSK skal ha en egen beredskapsplan HMS	Beredskapsplanen skal holdes oppdatert og kommuniseres til de ansatte	Daglig leder og HMS ansvarlig i styret	Årlig Fullført
SSKs personalarbeid skal settes i system og følges opp	Videreutvikle IT-system	Daglig leder og styret	I løpet av 2019 – 2020 Fullført
SSK skal utarbeide og aktivt bruke styringsdokumenter i drift og utvikling av klubben	Utvikle, oppdatere og bruke virksomhetsplan, sportslig plan, klubbhåndbok og svømmeskolehåndbok, og økonomihåndbok i daglig drift og utvikling	Daglig leder, styret og sportssjef og svømmeskoleansvarlig	Årlig Fullført
SSK skal ha jevnlig klubb utviklingsprosesser	SSK Seminar for svømmere, foreldre, trenere/ansatte og styret	Daglig leder og Sportssjef	Årlig Fullført
	SSK skolen for trenere og instruktører	Daglig leder og Sportssjef/Svømmeskoleansvarlig	Årlig Fullført
SSK skal rekruttere unge ledere, trenere og dommere i klubben	Tilby deltagelse på Lederkurs for ungdom, samling for unge ledere, og ha en strategi for oppfølging og bruk av dem i etterkant	Daglig leder og barneidrettsansvarlig i styret	Årlig Fullført
	Tilby Trenerutdanning og ha en strategi for oppfølging og bruk av trenere i etterkant	Daglig leder og sportssjef	Kontinuerlig Fullført
	Tilby dommerkurs og ha en strategi for oppfølging og bruk av dommere i etterkant	Dommeransvarlig i styret	Kontinuerlig Fullført
SSK skal aktivt inngå dialog og prosess med andre svømmeklubber i kommunen for tettere samarbeid og sportslig utvikling til de beste for svømmesporten i kommunen.	Være aktiv i kretsen, svømmealliansen og direkte mot andre klubber. Oppmuntre til felles samlinger/leirer og treninger, og legge til rette for slike	Sportssjef	Kontinuerlig Fullført

SSK skal til enhver tid ha et medlemsregister som er oppdatert.	Sikre god administrasjon og gode rutiner	Daglig leder og kontor- og administrasjonsmedarbeider	Kontinuerlig Fullført
SSK skal utarbeide en styreinstruks	Beskrivelse av klubbens aktiviteter i et årshjul, der styremedlemmene blir ansvarliggjort for sine oppgaver og erfaringsoverføring sikres	Styret	I løpet av 2019 Fullført

Delmål 2

Stavanger Svømmeklubb skal påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på årsmøtet.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal ha månedlig kontroll på inntekter og utgifter i klubben	Godt samarbeid mellom regnskapsfører og daglig leder/styrets økonomiansvarlig	Styreleder, daglig leder, økonomiansvarlig i styret	Kontinuerlig Fullført
SSK skal følge regnskapsloven og bokføringsloven, engasjere registrert revisor og følge revisorloven, samt velge kontrollkomite	Følge regnskapsloven og bokføringsloven, engasjere registrert revisor og følge revisorloven, samt velge kontrollkomite.	Styret	Kontinuerlig Fullført
SSK skal øke klubbens sponsorinntekter	Utarbeide/videreutvikle en sponsorpakke, samt inngå samtaler med aktuelle sponsorer	Daglig leder og sponsorutvalg	I løpet av 2019 Delvis fullført
SSK skal tilby kjøp av klubbklær, effekter og produkter rettet mot medlemmer og utøvere	Inngå avtale med totalleverandør av klubbklær	Daglig leder og sponsor/markedsutvalg	I løpet av 2019 Fullført
SSK skal søke etter små og store finansieringskilder innenfor lokal og nasjonal idrett og offentlige instanser	Skaffe oversikt ulike tilskuddsordninger og etablere rutiner for søknad og rapportering.	Daglig leder og sponsor/markedsutvalg	Kontinuerlig Fullført

Delmål 3

Stavanger Svømmeklubb skal være synlig i lokalmiljøet som en aktiv samfunnsaktør.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal ha en god dialog og et godt samarbeid med kommunen og lokale samfunnsaktører når det gjelder tilbud til ulike grupper i kommunen	Inngå dialog og samarbeid med kommunen om lokale folkehelseprosjekter	Daglig leder og svømmeskoleansvarlig	2019 Fullført
	Være en attraktiv samarbeidspartner for andre frivillige lag og organisasjoner og private aktører som genererer midler til lokal aktivitet	Daglig leder og svømmeskoleansvarlig	2019 Fullført

Delmål 4

Stavanger Svømmeklubb skal informere og kommunisere godt internt og eksternt, og i det skape større engasjement i og rundt klubben.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal sikre god kommunikasjon i alle ledd, både innad og utad.	Det er spesielt viktig å nå ut til publikum, presse og kommunen, samt interne grupperinger som styre, trenere, utøvere og foreldre. Det skal også avholdes foreldremøter foran hver sesong.	Alle i klubben	Kontinuerlig Fullført
SSK skal markedsføres tydeligere i lokalsamfunnet	Benytte NSF's markedsføringshåndbok, samt utarbeide egen plan for mer synliggjøring i lokalmedia	Daglig leder	2020 Pågående
	Utarbeide en kommunikasjons-strategi for media nå det gjelder omtale av barn og ungdom, toppidrett, folkehelse, samfunnsansvar og krisehåndtering	Daglig leder	2020 Pågående
SSK skal revidere nettsiden	For å bedre kommunikasjon med foreldre og foresatte, må det legges vekt på å ha en informativ og oppdatert nettside der det blir opplyst om treningstider, kontaktpersoner, mv.	Styret og daglig leder	2019 Fullført

SSK skal forsterke foreldreengasjementet i klubben gjennom opprettholdelse av et Foreldreutvalg (FAU)	Opprettholde FAU som består av foreldrekontakter fra hver av klubbens trenings- og konkurransegrupper	Leder FAU	I løpet av 2019 Fullført
	Utarbeide et standard velkomstbrev til foreldre hvor de inviteres til å bidra aktivt i klubbarbeidet, beskrive forventninger om innsats (f.eks. dugnadsarbeid). Behovet for nye dommere skal også fremkomme i velkomstbrevet	FAU	I løpet av 2019 Pågående
SSK skal markedsføre årsmøtene	Sørge for god og tydelig informasjon om tid og sted. Oppfordre til deltakelse, samt sikre en lokalitet slik at foreldre og andre medlemmer får anledning til å delta.	Styreleder og daglig leder	Foran hvert årsmøte Fullført
SSKs skal tydeliggjøre roller og synliggjøre klubben	SSKs styremedlemmer og ansatte skal bære klubbklær når man rep. klubben	Daglig leder og styret	Kontinuerlig Fullført

A2. Anlegg

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal sikre at klubben har nok brukstid i kommunale svømmehaller og skolebasseng, samt bidra til at det bygges nye svømmeanlegg i fremtiden.

Delmål 1

Stavanger Svømmeklubb skal arbeid for at det bygges nye svømmeanlegg for trening og konkurranser.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal bidra til at det bygges et 50m svømmebasseng med varmtvanns opplæringsbasseng	Samarbeide med Rogaland svømmekrets, lokale idrettsråd og klubber.	Styret og daglig leder	Innen 2028 Pågående
SSK skal arbeide for at det bygges flere nye bydelsbasseng	Arbeide kontinuerlig inn mot idrettsråd og lokale politikere	Daglig leder	Kontinuerlig Pågående
	Bidra til sikring av arealer til svømmeanlegg	Daglig leder	Kontinuerlig Pågående
	Bidra til at svømmeanlegg kommer inn i langtidsbudsjettene i kommunen	Daglig leder og styret	Kontinuerlig Pågående

	Arbeide politisk for at kommuner bevilger investerings- og driftsmidler til svømmeanlegg over flere poster enn idrett i kommunebudsjettet	Daglig leder og styret	Kontinuerlig Pågående
SSK skal fortsette driften av et eget opplæringsbasseng, p.t Nautilus Eiganes	Dialog og samarbeid med lokale myndigheter og private aktører	Styret og daglig leder	Kontinuerlig Fullført

Delmål 2

Stavanger Svømmeklubb skal arbeide for å øke klubbens tilgang til eksisterende svømmeanlegg.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal jobbe for mer og bedre treningstid i kommunale svømmebasseng	Være en aktiv pådriver mot kommunen og innad i Svømmealliansen	Styrets representanter i Svømmealliansen og daglig leder	Kontinuerlig Fullført
SSK skal jobbe for god tilgang til kommunale svømmebasseng i skoleferier og fridager	Søke om utvidet tid i hallene	Daglig leder, styrets representanter i Svømmealliansen og svømmeskoleansvarlig	Kontinuerlig Fullført

Delmål 3

Stavanger Svømmeklubb skal arbeide for å øke egen kompetanse på drift av svømmeanlegg.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal øke sin kompetanse på drift av basseng	Lære fra andre klubber som har erfaring, og delta på kurs i regi av Bad, Park og Idrett.	Styret og daglig leder	Først aktuelt ved mulighet til å drifte eget anlegg. Fullført

A3. Aktivitetstilbud

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal gi et variert bredde- og konkurransetilbud til barn, ungdom, voksne, herunder mennesker med behov for tilrettelegging.

Delmål 1

Stavanger Svømmeklubb skal bidra til at alle kommunens innbyggere lærer å svømme (kurs).

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal tilby svømmeopplæring for alle aldersgrupper	Arbeide for tildeling av halltid i alle typer	Daglig leder og svømmeskoleansvarlig	Kontinuerlig Fullført

uavhengig av funksjonsgrad	bassenger slik at vi kan gi tilbud		
	Ansette og utdanne instruktører med riktig kompetanse	Daglig leder og kompetanse-ansvarlig i styret	Kontinuerlig Fullført
SSK skal tilby svømmeopplæring for barnehager der det ligger til rette for det	Etablere god dialog og kontakt med barnehager	Svømmeskole-ansvarlig	Kontinuerlig Fullført
	Tett dialog med Fylkesmannen i Rogaland for å sikre høy tildeling av midler gjennom året	Daglig leder	Kontinuerlig Fullført
SSK skal tilby svømmeopplæring for skoler der det ligger til rette for det	Inngå dialog med aktuelle skoler for å vurdere mulighet for svømmeopplæring i regi av SSK	Daglig leder og Svømmeskole-ansvarlig	2019 Fullført
	Inngå dialog med Stavanger kommune for å styrke svømmeopplæring i skolen	Daglig leder og svømmeskole-ansvarlig	2019 Fullført
SSK skal bidra til at alle 4. klassinger i Stavanger når kompetansemålet i svømming	Tilby undervisning til skolene, samt bredt kurstilbud, herunder FFF og SFO	Daglig leder og svømmeskole-ansvarlig	2019 Fullført

Delmål 2

Stavanger Svømmeklubb skal ha Norges best drevne svømmeskole – alltid fulltgnede kurs.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal ha en god og veldreven svømmeskole etter retningslinjer fra Norges Svømmeskole	En heltidsansatt svømmeskoleansvarlig som tilfredsstill NSFs veiledende kompetansekrav	Styret og daglig leder	2019 Fullført 50 %
	En deltidsansatt hovedinstruktør med ansvar for å føre tilsyn med instruktørene, samt ivareta faglig utvikling av instruktørene	Styret og daglig leder	2019 Fullført
	Sikre at alle instruktører til enhver tid har nødvendig kompetanse	Daglig leder og svømmeskole-ansvarlig	Kontinuerlig Fullført
SSK skal styrke svømmeskolens posisjon i kvalitet og omfang	SSK skal opprette et bredt og allsidig aktivitetstilbud	Daglig leder og svømmeskole-ansvarlig	2019 Fullført
SSK skal ha et godt organisert	Tid i vann skal utnyttes optimalt gjennom god	Svømmeskole-ansvarlig	2019

opplæringstilbud for barn, ungdom og voksne	organisering og flere parallelle aktiviteter		Fullført
---	--	--	----------

Delmål 3

Stavanger Svømmeklubb skal øke antall medlemmer, samt ha en nullvisjon om frafall i barne- og ungdomsåar.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal øke andelen barn som går fra svømmeskolen til klubbens trenings- og konkurransegrupper	Trenere og instruktører oppmuntrer svømmere til å fortsette med svømming, og legge til rette for hospitering, samt informere foreldre om videre muligheter i klubben	Sportssjef og svømmeskoleansvarlig	2019 Fullført
	Utvikle alternativt aktivitetstilbud for barn og ungdom 6-19 år	Daglig leder og Sportssjef	2019 Fullført
	Sikre nok bassengtid til «Vill i vann», treningsgruppe	Daglig leder	2019 Fullført
SSK skal ivareta konkurransesvømmere så lenge som mulig	Tilby alternativt treningsopplegg (f.eks. Masters, Treningsgruppe, Open water, Triatlon, etc.)	Sportssjef og svømmeskoleansvarlig	2020 Pågående
Redusere kostnader for deltakelse i SSK	Lage og implementere retningslinjer for kostnader ifm. konkurranser, leire og utstyr (jf. Idrettspolitisk dokument om reduksjon av økonomiske hindringer for barn og unges deltakelse)	Styret, daglig leder og sportssjef	Kontinuerlig Fullført

Delmål 4

Stavanger Svømmeklubb skal tilby aktivitetstilbud til alle som ikke vil konkurrere (Aktiv for Livet).

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal øke sitt aktivitetstilbud	Eksempler: Vill i Vann, Master, Open Water, Treningsgruppe, Barn med spesielle behov, etc.	Daglig leder, sportssjef og svømmeskoleansvarlig	Kontinuerlig Pågående
SSK skal ha en god dialog og et godt samarbeid med kommunen og lokale samfunnsaktører når det	Jobbe politisk for å bedre klubbens mulighet for samarbeid med kommunen om ulike (folkehelse)prosjekter	Daglig leder og svømmeskoleansvarlig	2019 Pågående

gjelder tilbud til ulike grupper i kommunen			
	Være en attraktiv samarbeidspartner for kommune og frivillige lag/organisasjoner som kan generere midler som kan omsettes til lokal aktivitet	Daglig leder og svømme-skoleansvarlig	2019 Pågående

A4. Utøverutvikling

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal gjennom et fullverdig trenings- og konkurransetilbud gi alle svømmere en opplevelse av ferdighetsutvikling og mestringsglede i tråd med egne ambisjoner.

Delmål 1

Stavanger Svømmeklubb skal tilby konkurransetilbud til alle som vil konkurrere (Livet som Aktiv).

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
Alle utøvere skal alltid oppleve ferdighetsutvikling og mestringsglede som svømmer, samt oppleve det å vokse som menneske	Oppfølging og etterlevelse av sportslig plan	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Fullført
Hver svømmer skal få jevnlig individuell veiledning og oppfølging	Mål- og utviklingssamtaler, individuell trening	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Fullført
Motivere og kommunisere verdien av allsidig trening	Legge til rette for alternativ trening som f.eks. basis, styrke, kondisjon, bevegelse etc.	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Fullført
SSK skal knytte til seg fagfolk og tilby medisinsk tilbud i Stavanger for klubbens medlemmer	Informere om tilbudet til svømmere og foresatte	Daglig leder	Kontinuerlig Fullført

Delmål 2

Stavanger Svømmeklubb skal utvikle konkurransesvømmere og elitesvømmere i et sunt og inkluderende prestasjonsmiljø.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal forsterke satsingen på basis og mental trening	Inngå samarbeid med relevante kompetanseaktører som kan gi en merverdi for klubbens svømmere	Sportssjef	Kontinuerlig Fullført / Pågående

SSK skal forsterke satsingen på teknikktraining?	Oppfølging og etterlevelse av sportslig plan	Sportssjef	Kontinuerlig Fullført
SSK skal forsterke det sosiale miljøet og verdiene i klubben	Gruppesamtaler, sosiale sammenkomster utenfor trening, mv	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Fullført / Pågående
SSK skal være et rent idrettslag	Alle aktive utøvere skal det året de fyller 12 år gjennomføre «Ren utøver» programmet i regi av Antidoping Norge	Sportssjef og ansvarlig i styret	Årlig Fullført

Delmål 3

Stavanger Svømmeklubb skal utvikle svømmere til deltakelse i nasjonale og internasjonale mesterskap som NM, Nordisk, EM, VM, OL og PL.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
Styrke den nasjonale og internasjonale stevnedeltagelsen. Kvalifisere svømmere til finaler i nasjonale og internasjonale mesterskap Finalister/medalje individuelt i NM innen 2019 Minst 2 landslagsutøvere innen 2019	Styrke og videreutvikle samarbeidet med OLT Sørvest og NSF.	Sportssjef	2019 Pågående
	Tilrettelegge for at toppidrettsutøvere kan kombinere utdanning og trening lokalt		
	Kompetanseutvikling for trenere på alle nivå i klubben	Daglig leder og sportssjef	Kontinuerlig Fullført
	Videreutvikle prestasjonskultur gjennom oppfølging av sportslig plan	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Pågående
	Gjennomføre systematiske målprosesser	Sportssjef og trenerteam	Kontinuerlig Pågående
	Samarbeid med andre klubber så de gode utøverne får nok trening	Sportssjef	Kontinuerlig Pågående

A5. Trener- og instruktørutvikling

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal til enhver tid ha et tilstrekkelig antall trenere og instruktører med god kompetanse, samt utvikle Norges beste svømmetrenere.

Delmål 1

Stavanger Svømmeklubb skal tilby instruktør- og trenerutvikling av høy kvalitet.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
------------------	------------------	---------------	-----------------

SSK skal sørge for at alle instruktører har grunnleggende instruktørkurs og videregående kurs, og nødvendig tilleggsutdanning	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder og svømmeskole-ansvarlig	Kontinuerlig Fullført
SSK skal legge til rette for at alle trenere på «Vill i vann» har Vill i vann kurs, samt Trener 1	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder	Kontinuerlig Fullført
SSK skal legge til rette for at alle trenere i gruppene Hai og Medley har Trener 1 eller høyere.	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder	Kontinuerlig Fullført
SSK skal legge til rette for at alle trenere i K-grupper har Trener 2 utdanning eller høyere	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder	2018 Fullført
SSK skal legge til rette for at trenere fra NM-Elite har Trener 3 utdanning eller høyere, samt nødvendig tilleggsutdanning	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder	2019 Fullført
SSK skal rette til rette for at Sportssjef har Trener 4 utdanning, samt nødvendig tilleggsutdanning	Motivere og tilrettelegge for kurs (økonomisk støtte til kurs, tilpassede kurs, økt lønn, mv.)	Daglig leder	2022 Fullført
SSK skal til enhver tid ha oversikt over klubbens kompetanse og utdanningsstatus	Oppdatere internt personalregister og føre tilsyn med Sportsadmin	Daglig leder	Kontinuerlig Fullført
SSK skal utvikle egen internskole for klubbens trenere og instruktører	Utvikle og igangsette SSK skolen med 2-3 utviklingssamlinger pr. år	Daglig leder og Sportssjef	2019 Pågående

Delmål 2

Stavanger Svømmeklubb skal ha trenere som skaper høy motivasjon og sunn prestasjonskultur blant svømmerne i klubben.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal fremheve begeistring og entusiasme på hver trening og konkurranse	Tema på Trenermøter Ha fokus på samarbeid. Gjøre hverandre bedre sammen. Støtte og	Alle i klubben	Kontinuerlig Fullført / Pågående

	oppmuntre hverandre. Se til at alle utøvere blir sett.		
--	--	--	--

A6. Dommerutvikling

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal til enhver tid ha et tilstrekkelig antall dommere med god kompetanse til å gjennomføre egne stevner, samt levere dommere til regionale, nasjonale og internasjonale mesterskap.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal rekruttere flere krets- og forbundsdommere	Sende flere dommere på dommerkurs	Dommeransvarlig	Kontinuerlig Pågående
SSK skal tilstrebe å utdanne flere internasjonale dommere	Sende dommere på FINA dommerkurs	Dommeransvarlig	Kontinuerlig Pågående
SSK skal rekruttere flere unge dommere	Tilby gode kompetansehevende tiltak (f.eks. Samling for unge dommere, dommerseminarer)	Dommeransvarlig	Kontinuerlig Pågående
SSK skal opprettholde et godt samarbeid med Rogaland svømmekrets ift. rekruttering og videreutdanning av dommere	Samarbeide med Rogaland svømmekrets om rekruttering	Dommeransvarlig	Kontinuerlig Pågående

A7. Arrangementsutvikling

Hovedmål

Stavanger Svømmeklubb skal arrangere stevner og leirer av høy kvalitet.

Strategier (Hva)	Tiltak (Hvordan)	Ansvar (Hvem)	Tidspunkt (Når)
SSK skal opprettholde høy kvalitet på arrangering av stevner og leirer	Samarbeide med de beste tilbyderne	Daglig leder og sportssjef	Kontinuerlig Fullført
SSK skal vurdere muligheten for å arrangere flere interne stevner.	Ta dette opp som sak på trenermøter	Sportssjef og trenersteam	Årlig Fullført

Appendix 4 – Sportslige oppnåelser 2023

1. Internasjonale rekorder
(Nordisk-, Europa- og Verdensrekorder)

2. Medaljevinner og finaleplass i internasjonale mesterskap
(EM, VM, OL, PL, EYOF, YOG)

3. Internasjonal senior mesterskapsdeltakelse
Bea Hovda – Nordiske Mesterskaper i Vejle, Danmark
Tobias Moen Olsen – Nordiske Mesterskaper i Vejle, Danmark

4. Finaler i internasjonale Juniormesterskap: Nordiske/EM/VM.
Karen Knutsen Klepp – Nordiske Mesterskaper i Vejle, Danmark

5. Deltakelse på landslaget i svømming.
Karen Knutsen Klepp, Juniorlandslaget

6. Individuelle medaljer fra:
NM Ungdom
NM Junior Kortbane
NM Senior Kortbane
NM Junior Langbane
NM Senior Langbane

Medaljevinnere ÅM
Medaljevinnere LÅMØ

Kretsrekorder kortbane
Kretsrekorder langbane
NM Ungdom Øvelse Medalje
Karen Knutsen Klepp 50 bryst Gull
Karen Knutsen Klepp 100 bryst Gull

Karen Knutsen Klepp	100 IM	Gull
Karen Knutsen Klepp	200 IM	Gull
Karen Knutsen Klepp	200 Fri	Sølv
Janis Vert-Mönig	200 fri	Sølv
Janis Vert-Mönig	400 Fri	Bronse
Stafett, damer	4x200 fri	Gull
Stafett, damer	4x100 Medley	Bronse
Stafett, Mix	4x100 fri	Bronse
NM Kortbane Junior	Øvelse	Medalje
Aksel Krüger-Larsen	200 rygg	Gull
Aksel Krüger-Larsen	50 Rygg	Sølv
Aksel Krüger-Larsen	400 IM	Sølv
Aksel Krüger-Larsen	100 Rygg	Sølv
Karen Knutsen Klepp	200 bryst	Sølv
Mille Christensen Oftedal	50 fri	Sølv
Iben Bøe Vøllestad	50 fly	Sølv
Iben Bøe Vøllestad	100 fly	Bronse
Mille Christensen Oftedal	50 Bryst	Bronse
Karen Knutsen Klepp	100 bryst	Bronse
Stafett, damer	4x50 Medley	Bronse
Stafett, damer	4x50 fri	Sølv
Stafett, damer	4x100 fri	Bronse
Stafett, Mix	4x50 Medley Mix	Sølv
NM Kortbane Senior	Øvelse	Medalje
Bea Hovda	400 fri	Gull
Bea Hovda	800 fri	Gull
Bea Hovda	200 fri	Gull
Bea Hovda	1500 fri	Gull

Susanne Steinnes	50 rygg	Gull
Susanne Steinnes	100 rygg	Gull
Aksel Krüger-Larsen	200 rygg	Gull
Tobias Moen Olsen	200 fly	Gull
Tobias Moen Olsen	400 IM	Sølv
Tobias Moen Olsen	800 fri	Sølv
Susanne Steinnes	50 bryst	Sølv
Anne Holmaas Johansen	200 rygg	Sølv
Simon Slettevold	100 IM	Sølv
Silja Vert-Mönig	100 IM	Sølv
Silja Vert-Mönig	100 fly	Bronse
Silja Vert-Mönig	200 fri	Bronse
Tobias Moen Olsen	400 fri	Bronse
Tobias Moen Olsen	1500 fri	Bronse
Aksel Krüger-Larsen	100 rygg	Bronse
Stafett, damer	4x200 fri	Gull
Stafett, damer	4x100 fri	Sølv
Stafett, damer	4x100 Medley	Bronse
Stafett, damer	4x50 Medley	Bronse
Stafett, damer	4x50 Fri	Bronse
NM Langbane Junior	Øvelse	Medalje
Iben Bøe Vøllestad	50m butterfly	Gull
Mille Christensen Oftedal	50m fri	Gull
Karen Knutsen Klepp	100m bryst	Sølv
Karen Knutsen Klepp	50m bryst	Sølv
Aksel Krüger-Larsen	400m fri	Sølv
Aksel Krüger-Larsen	200m rygg	Sølv
Aksel Krüger-Larsen	50m rygg	Sølv
Iben Bøe Vøllestad	100m butterfly	Sølv

Aksel Krüger-Larsen	100m rygg	Bronse
Birk Kalvenes Slutås	800m fri	Bronse
Mille Christensen Oftedal	100m fri	Bronse
Thomas Wilhelmsen Steen	200m bryst	Bronse

Stafett, gutter	4x200m fri	Sølv
Stafett, jenter	4x100m medley	Sølv
Stafett, gutter	4x100m medley	Sølv
Stafett, jenter	4x200m fri	Bronse

NM Langbane Senior	Øvelse	Medalje
Silja Vert-Mönig	200m IM	Gull
Bea Hovda	200m fri	Sølv
Bea Hovda	400m fri	Sølv
Bea Hovda	800m fri	Sølv
Bea Hovda	1500m fri	Sølv
Tobias Moen Olsen	400m fri	Bronse
Tobias Moen Olsen	1500m fri	Bronse
Tobias Moen Olsen	200m butterfly	Bronse
Anne Holmaas Johansen	200m rygg	Bronse
Susanne Steinnes	50m rygg	Sølv
Stafett, damer	4x200m fri	Gull
Stafett, damer	4x100m fri	Sølv
Stafett, damer	4x100m medley	Bronse

ÅM sammenlagtvinner	Medalje/årsklasse
Janis Vert-Mönig	Sølv / 2009

LÅMØ sammenlagt	Medalje/årsklasse
Lykke Franz	Gull /2013
Imme Hoekstra	Bronse / 2008
Janis Vert-Mönig	Bronse / 2009
Tirill W Steen	Bronse / 2012

7. Norske rekorder (seniorrekorder, juniorrekorder, ÅM rekorder)

8. Nye klubbrekorder 2022 (ikke årsklasse)

Se egen statistikk

9. Nye kretsrekorder 2023 (ikke årsklasse)

Kortbane (25m basseng)

Silja Vert-Mönig	50 m butterfly	27,21
Susanne Steinnes	100 m medley	1.00,19
Aksel Krüger Larsen	50 m rygg	24,68
Aksel Krüger Larsen	100 m rygg	53,58
Aksel Krüger Larsen	200 m rygg	1.55,73

Langbane (50m basseng)

Silja Vert-Mönig	50 m butterfly	d27,99
Susanne Steinnes	100 m rygg	1.03,73
Silja Vert-Mönig	200 m medley	2.18,70
Aksel Krüger Larsen	100 m rygg	57,42

Appendix 5 – SSK klubbrekorder pr 31.12.2024

Klubbrekorder kortbane (25meter) – Damer

Distanse	Navn	Født	Tid	Dato	Sted
50m Fri	Henriette Brekke	1988	0:25.05	fre, 30 nov 2012	Stavanger
100m Fri	Ida Marko-Varga	1985	0:54.35	lør, 29 okt 2011	Lambertseter
200m Fri	Ida Marko-Varga	1985	1:58.14	lør, 20 mar 2010	Stavanger
400m Fri	Ida Marko-Varga	1985	4:07.74	lør, 12 nov 2011	Stavanger
800m Fri	Bea Hovda	2004	8:34.90	fre, 17 nov 2023	Bergen
1500m Fri	Bea Hovda	2004	16:19.38	søn, 19 nov 2023	Bergen
50m Bryst	Henriette Brekke	1988	0:30.66	tor, 22 nov 2012	Chartres
100m Bryst	Henriette Brekke	1988	1:06.73	søn, 25 nov 2012	Chartres
200m Bryst	Karen Knutsen Klepp	2008	2:30.13	søn, 22 okt 2023	Sandnes
50m Rygg	Susanne Steinnes	2005	0:27.37	tor, 14 nov 2024	Bodø
100m Rygg	Susanne Steinnes	2005	0:59.63	søn, 11 des 2022	Bergen
200m Rygg	Anne Holmaas Johansen	2005	2:15:70	søn, 27 okt 2024	Stavanger
50m Butterfly	Ida Marko-Varga	1985	0:27.01	fre, 23 mar 2012	Drammen
100m Butterfly	Ida Marko-Varga	1985	0:58.64	lør, 29 okt 2011	Lambertseter
200m Butterfly	Ida Marko-Varga	1985	2:07.73	fre, 11 nov 2011	Stavanger
100m Medley	Susanne Steinnes	2005	1:00.19	lør, 10 feb 2024	Stavanger
200m Medley	Ida Marko-Varga	1985	2:12.48	fre, 11 nov 2011	Stavanger
400m Medley	Ida Marko-Varga	1985	4:38.28	lør, 24 mar 2012	Drammen

Klubbrekorder kortbane (25meter) – Herrer



Distanse	Navn	Født	Tid	Dato	Sted
50m Fri	Thomas Ole Fadnes	1987	0:22.29	søn, 21 mar 2010	Stavanger
100m Fri	Thomas Ole Fadnes	1987	0:48.60	lør, 20 mar 2010	Stavanger
200m Fri	Truls Wigdel	1999	1:47.13	fre, 11 des 2015	Bergen
400m Fri	Erik Årsland Gidskehaug	1997	3:44.39	lør, 03 nov 2018	Kristiansand
800m Fri	Tobias Moen Olsen	2002	7:47.83	tor, 16 nov 2023	Bergen
1500m Fri	Erik Årsland Gidskehaug	1997	14:53.04	fre, 01 nov 2019	Stavanger
50m Bryst	Simon Slettevold	2002	0:27.97	tor, 17 nov 2022	Stavanger
100m Bryst	Simon Slettevold	2002	1:02.03	lør, 21 nov 2020	Stavanger
200m Bryst	Bjørn Terje Bratt	1979	2:17.04	søn, 19 nov 2000	Stavanger
50m Rygg	Aksel Krüger Larsen	2006	0:24,68	fre, 15 nov 2024	Bodø
100m Rygg	Aksel Krüger Larsen	2006	0:53.58	lør, 16 nov 2024	Bodø
200m Rygg	Aksel Krüger Larsen	2006	1:55,73	tor, 14 nov 2024	Bodø
50m Butterfly	Truls Wigdel	1999	0:23.85	lør, 29 mai 2021	Stavanger
100m Butterfly	Truls Wigdel	1999	0:53.17	lør, 29 mai 2021	Stavanger
200m Butterfly	Tobias Moen Olsen	2002	1:59.13	lør, 18 nov 2023	Bergen
100m Medley	Simon Slettevold	2002	0:55.57	lør, 18 nov 2023	Bergen
200m Medley	Aksel Krüger Larsen	2006	2:03.65	lør, 20 apr 2024	Sandnes
400m Medley	Tobias Moen Olsen	2002	4:18.74	søn, 19 nov 2023	Bergen

Klubbrekorder langbane (50meter) – Damer



Distanse	Navn	Født	Tid	Dato	Sted
50m Fri	Ida Marko-Varga	1985	0:25.37	fre, 13 apr 2012	Eindhoven
100m Fri	Ida Marko-Varga	1985	0:55.11	fre, 13 apr 2012	Eindhoven
200m Fri	Ida Marko-Varga	1985	2:01.17	lør, 21 apr 2012	Stockholm
400m Fri	Bea Hovda	2004	4:18.43	søn, 23 apr 2023	Bergen
800m Fri	Ida Marko-Varga	1985	9:00.16	lør, 01 mai 2010	Arlöv
1500m Fri	Bea Hovda	2004	17:17.75	tir, 04 jul 2023	Fredrikstad
50m Bryst	Henriette Brekke	1988	0:31.95	søn, 03 mar 2013	Berlin
100m Bryst	Karen Knutsen Klepp	2008	1:09.91	lør, 01 jul 2023	Fredrikstad
200m Bryst	Karen Knutsen Klepp	2008	2:35.17	tir, 25 Jul 2023	Maribor
50m Rygg	Susanne Steinnes	2005	0:29.59	tor, 13 apr 2023	Stockholm
100m Rygg	Susanne Steinnes	2005	1:03.73	lø, 23 mar 2024	Linköping
200m Rygg	Anne Holmaas Johansen	2005	2:20.66	fre, 22 mar 2024	Linköping
50m Butterfly	Iben Bøe Vøllestad	2006	0:27.80	søn, 07 juli 2024	Bergen
100m Butterfly	Ida Marko-Varga	1985	1:00.28	søn, 29 jan 2012	Luxembourg
200m Butterfly	Ida Marko-Varga	1985	2:11.91	lør, 28 jan 2012	Luxembourg
200m Medley	Ida Marko-Varga	1985	2:16.55	lør, 28 jan 2012	Luxembourg
400m Medley	Eva Marie Wilson Østerhus	1994	5:02.31	tor, 04 jul 2013	Kristiansand

Klubbrekorder langbane (50meter) – Herrer



Distanse	Navn	Født	Tid	Dato	Sted
50m Fri	Thomas Ole Fadnes	1987	0:22.86	ons, 03 jun 2009	Austin, TX
100m Fri	Truls Wigdel	1999	0:50.21	fre, 11 jun 2021	Bergen
200m Fri	Truls Wigdel	1999	1:48.85	fre, 06 apr 2018	Stockholm
400m Fri	Truls Wigdel	1999	3:53.24	ons, 06 jul 2016	Hódmezővásárhely
800m Fri	Tobias Moen Olsen	2002	8:11.27	tir, 04 jul 2023	Fredrikstad
1500m Fri	Erik Årslund Gidskehaug	1997	15:31.00	fre, 05 jul 2019	Drammen
50m Bryst	Pål Larsen	1976	0:29.32	lør, 08 jul 1995	Namsos
100m Bryst	Bjørn Terje Bratt	1979	1:04.97	fre, 13 jul 2001	Hamar
200m Bryst	Bjørn Terje Bratt	1979	2:22.48	fre, 13 jul 2001	Hamar
50m Rygg	Aksel Krüger-Larsen	2006	0:26.67	lør, 06 jul 2024	Bergen
100m Rygg	Aksel Krüger-Larsen	2006	0:57.42	tor, 04 jul 2024	Bergen
200m Rygg	Aksel Krüger-Larsen	2006	2:04.82	fre, 05 jul 2024	Bergen
50m Butterfly	Truls Wigdel	1999	0:24.75	søn, 04 jul 2021	Bergen
100m Butterfly	Truls Wigdel	1999	0:54.36	lør, 03 jul 2021	Bergen
200m Butterfly	Tobias Moen Olsen	2002	2:02.57	søn, 14 april 2024	Bergen
200m Medley	Fredrik Knutsen Hegdal	1994	2:10.90	lør, 09 jul 2011	Drammen
400m Medley	Tobias Moen Olsen	2002	4:29.70	man, 03 jul 2023	Fredrikstad