

# Trosabygdens Simsällskap (TBSS)

Org.nr. 802460-1455

## Verksamhetsplan för 2023

TBSS Verksamhetsplan för 2023-01-01 -- 2023-12-31

**Styrelse:** Simklubben leds av 7 tränare och en styrelse på 4 personer.

Ordförande: Annette Wahlström

Kassör: Mia Eriksson

Ledamot: Sita Jern

Ledamot: Mona Strid Wallin

Chefstränare: Jonas Wahlström

Tävlingsansvarig: Angelica Ljungcrantz

Tränare: Maria Englund, Sita Jern, Angelica Ljungcrantz,  
Mona Wallin Strid, Lisa Beijhoff, Maria Hamzo,  
Ingrid Hellgren  
Slutar som tränare 2023;  
Shaun Ogden, Annette Wahlström, Jonas Wahlström

### Målsättning

Att lära simkunniga barn och ungdomar de 4 simsätten (bröst-, fri-, rygg- och fjärlssim).

Att erbjuda klubbens simmare möjlighet att utvecklas som simmare i en positiv atmosfär till den nivå de själva önskar.

Att vidareutveckla vuxna i frisim samt leda in dessa som tränare till ungdomsverksamheten.

Att bibehålla de ungdomar som börjar gymnasiet genom möjlighet till egna tider för träning.

Att uppmuntra fler simmare att delta i olika tävlingar.

### Verksamhet

TBSS är en tävlingsklubb och uppmuntrar barn och ungdomar att delta i olika tävlingar samt stödjer de simmare som önskar elit-satsa till klubbövergång.

TBSS bedriver träningsverksamhet i Safiren fyra dagar i veckan i åldersrelaterade grupper.

TBSS ser kontinuerligt över möjligheterna till alternativa träningsmetoder under sommarsäsongen.

TBSS bedriver simträning för vuxna som vill vidareutveckla sin frisimsteknik.

## **Träningar**

Träningar bedrivs på Safiren följande dagar och tider:

- Måndagar simträning kl 19:00 - 21:00
- Onsdagar simträning kl 19:00 - 21:00
- Lördagar simträning kl 09:00 - 11:00
- Söndagar distansträning kl 09:00 - 11:00
- Söndagar tävlingsträning kl 10:00 - 11:00
- Söndagar simträning vuxna kl 09:00 - 11:00

Totalt finns utrymme för c:a 80 deltagare per vecka.

## **Tävlingar**

TBSS deltar i tävlingar som rekommenderas av TBSS tävlingsansvarig efter samverkan med styrelsen. Vissa tävlingar bekostas av den enskilde simmaren.

TBSS bekostar deltagande i Vansbrosimningen för simmare från 10 år och för tränare.

## **30-årsjubileum**

TBSS bildades 1993 och styrelsen planerar att fira detta under 2023.

## **Ledar- och tränarutbildning**

TBSS avser att genomföra minst en vidareutvecklingsutbildning för tränarna under 2023.

TBSS avser genomföra en upprepade kurs i HLR för tränare.

TBSS avser att uppmuntra de äldre simmarna att utbilda sig till simtränare alternativt livräddning.

## **Medlemmar**

TBSS har fått flera nya yngre medlemmar och kommer verka positivt för att de fortsätter sin simträning.

Trosa 2023-03-15

## **Styrelsen för Trosabygdens Simsällskap**

Annette Wahlström, Ordförande

Mia Eriksson, Kassör

Sita Jern, Ledamot

Mona Strid Wallin, Ledamot