

# Verksamhetsplan 2025 Umeå Simsällskap

## *Simidrott för alla – hela livet*

### Vision

Umeå Simsällskap (USS) ska vara en central aktör i kommunens utveckling och idrottsliv. Umeå ska vara norra Sveriges centrum för simidrott och triathlon. Detta genom att stärka och utveckla föreningen, såväl bredd som elit.

### Verksamhetsidé

Vår verksamhetsidé är att erbjuda simidrott och triathlon som glädjefyllda sporter för barn, ungdomar och vuxna. Verksamheten ska ge möjlighet för utövarna att röra sig mellan olika aktiviteter utifrån sina personliga förutsättningar och mål och genom detta uppmuntras att idrotta hela livet. De aktiva ska ges möjlighet att utvecklas till sin fulla potential.

### Värdegrund

All vår verksamhet ska genomsyras av glädje, gemenskap och trygghet. Det bygger på delaktighet, ansvar, kompetens och kvalitet. Mångfald och jämlikhet är en självklarhet i USS.

### Långsiktiga mål

- Vara Umeå kommuns främsta aktör när det gäller simkunnighet
- Erbjudna både breddverksamhet och tävlingsverksamhet med hög kvalitet, alla medlemmar ska utifrån sina individuella mål och förutsättningar vara med
- Ha en verksamhet genomsyrad av gemenskap och glädje - bredda intresset för simidrott och erbjuda en meningsfull och rolig fritidssysselsättning
- Ha en långsiktig och stabil ekonomi med årlig budget och resultat i balans
- Ha en tydlig organisation med tydliga roller
- Vara en attraktiv arbetsgivare där anställda trivs och samarbetar mot gemensamma mål
- Stärka kvalitén på de utbildningar och träningar som sker inom Umeå Simsällskap
- Möta behovet av simskoleutbildningar
- Öka genomströmningen i Simlinjen

### Prioriterade områden/fokusområden att jobba med under 2025

- Fortsatt arbete med värdegrund
- Fortsatt arbete med organisationsplan
- Förbättrat samarbete mellan olika verksamheter i föreningen, både inom och mellan olika sektioner
- Följa Svenska Simförbundets utvecklingstrappa Simlinjen
- Se över och uppdatera policys
- Fortsatt arbete med föräldraengagemang
- Etablera kontakter med potentiella sponsorer och samarbetspartners
- Utveckla integrationssim

- Utveckla hemsidan och hålla den uppdaterad så att information om föreningen blir tydligare och lättare att hitta
- Utveckla extern och intern kommunikation, inklusive sociala medier

## Verksamhetsbeskrivning

Alla föreningens olika delar ska aktivt jobba för en bra verksamhet med hög kvalitet och god ekonomi inom sitt område.

### Baby och minisim

Baby- och minisim ska följa Svenska Simförbundets Simlinje, utvecklingsstadie 1 – Vattenvana och aktiv start.

De olika nivåerna är: *Babysim nybörjare 1* och *Babysim fortsättning steg 2-5* samt *Minisim 2-3 år*, *Minisim 3-4 år* och *Minisim fortsättning*.

Verksamheten bedrivs på Ersbodabadet. Baby- och minisim ska genomföras under tre terminer per kalenderår.

### Simskola

Simskolan ska följa Svenska Simförbundets Simlinje, utvecklingsstadie 2 – Lekfull siminlärning och rörelseglädje.

Grupperna följer simförbundets märkesstege: *Baddaren*, *Sköldpaddan*, *Bläckfisken*, *Pingvinen 1 och 2*, *Fisken*, *Hajen*, *Bröstsimskola*, *Simsättsgrupp*.

#### Verksamhet på Navet

Simskola ska genomföras under två kursperioder, höst och vår.

#### Verksamhet på Ersboda

Simskola ska genomföras under två kursperioder, höst och vår.

Intensivsimskola planeras att genomföras under tre perioder under sommaren 2025 samt under skolornas sportlov och höstlov i grupperna *Baddaren*, *Sköldpaddan*, *Bläckfisken*, *Pingvinen 1 och 2*.

#### Verksamhet i Holmsund

Simskola ska erbjudas under två kursperioder, höst och vår.

### Teknikgrupperna

Teknikgrupperna ska följa Svenska Simförbundets Simlinje, utvecklingsstadium 3 – Teknikinlärning och fysisk aktivitet.

Teknikgruppernas två nivåer är: *Teknik* och *Medley*. Verksamheten bedrivs på Navet.

Tävlingar: Nybörjartävling en gång per termin, USS hemmatävlingar, USS Klubbmästerskap.

Läger: Dagläger under sommaren.

# Träningsgrupperna

Träningsgrupperna ska följa Svenska Simförbundets Simlinje:

- Utvecklingsstadium 4 – Lära sig simträning
- Utvecklingsstadium 5 – Träna och tävla
- Utvecklingsstadium 6 – Träna för att prestera
- Utvecklingsstadium 7 – Träna för att nå full potential/vinna
- Utvecklingsstadium 8 – Simma hela livet

Träningsgruppernas olika nivåer är:

- E-gruppen, D-gruppen, C-gruppen, B-gruppen, A-gruppen, Elit 1 och 2
- Ungdomssim, X-gruppen
- Nybörjarmasters, Mellanmasters, Masters

Verksamhet på Navet

- Samtliga träningsgrupper

Verksamhet i Holmsund

- B-gruppen, C-gruppen, D-gruppen. Masters, Nybörjarmasters

Tävlingar: Hemmatävlingar, inbjudningstävlingar och mästerskapstävlingar utifrån lämplig nivå enligt tävlingskalendern.

Läger: Lovläger för E, D, C, B, A. Utlandsläger under vårterminen för Elit (i samarbete med Norrlands simförbund, Luleå Simsällskap och Skellefteå Simklubb).

## Vuxensim

Ska följa Svenska Simförbundets Simlinje, utvecklingsstadium 8 – Simma hela livet.

De olika nivåerna är: Vuxen nybörjare Crawl och Masters Crawl.

Verksamhet på Navet

Crawl och Masters crawl erbjuds 2ggr/kalenderår.

Verksamhet på Ersboda

Vuxensim nybörjare erbjuds 2 ggr / kalenderår.

## Simhopp

Simhoppsträning ska bedrivas i två grupper från nybörjare till tävlingsnivå. Verksamheten bedrivs på Navet.

Tävlingar: Två hemmatävlingar ska anordnas under året. Simhopparna planerar åka på en inbjudningstävling under året.

Läger: Lovläger.

Arrangemang: Prova på-tillfällen i samarbete med USS övriga sektioner och inbjudan till nya medlemmar.

## Öppet vatten

Träning: Gemensamma initiativ under sommaren.

Tävlingar: Inga anordnade av föreningen.

## Triathlon

Träningsgrupper: Elit-triathlon.

Träning: Simning på Navet, cykel- och styrketräning på Maja Beskowgymnasiet, banlöpning på Campus friidrottsarena och i Nolia friidrottshall.

Tävlingar: Enligt tävlingskalendern.

Läger: Höstläger i Göteborg.

Arrangemang: Inget planerat.

## Vattenpolo

Träning: Ett tillfälle per vecka på Navet.

Tävlingar: Inget planerat.

Läger: Inget planerat.

Arrangemang: Prova på-tillfällen i samarbete med USS övriga sektioner och inbjudan till nya medlemmar.

## Skolsim

I samarbete med Umeå Kommun, bedrivs skolsim under terminstid. Undervisning till elever som inte uppfyller skolans krav inom simning bedrivs 1 ggr/vecka – Navet.

Vid behov kontaktar skolor i Umeå Kommun Ersboda badet för extra undervisning av elever.

USS hjälper även till med LIU (Lokal idrottsgymnasium) på IKSU 1ggr/vecka.

## Integrationssim

Plan: Att utveckla verksamhet på Ersboda.

## Parasim

Parasimskola bedrivs på Ersboda 1 ggr/vecka.

På Navet är parasimmare inkluderade i grupper inom Simskola, Medley, Teknikgrupp samt Simträningsgrupp.

## NIU simning och triathlon, Idrottshögskolan

Nationellt godkänd idrottsutbildning (NIU) ska drivas i samarbete med Umeå Elitidrottsgymnasium.

Simträning inom ramen för elitidrottsavtalen ska erbjudas i samarbete med Idrottshögskolan/Umeå Universitet.

## Tävlingar i egen regi eller i samarbete med Norrlands simförbund

- Umestänket
- Sommarhoppet
- Norrländska Mästerskapen
- Umeracet
- Klubbmästerskap
- Nybörjartävling vår och höst

## Egna arrangemang

- Temadagar Ersboda: Kalas för alla, Bad-disco
- Sommaravslutning
- Julavslutning
- Studieresa för anställd personal till annan badanläggning

## Utbildningar

- Utbildning för anställd personal: Livsmedelshantering, licenskurser, brand och säkerhet samt Team-building
- HLR-utbildning för simskoleledare och tränare
- Utbilda fler tävlingsfunktionärer och distriktsfunktionärer
- Grundutbildning för nya tränare, vidareutbildningar för de befintliga ledarna

## Organisation

### Årsmötet

Årsmötet är klubbens högst beslutande organ och genomförs varje år senast i april.

### Styrelsen

- Ska se till att stadgarna är uppdaterade efter föreningen och följs
- Har yttersta personalansvaret
- Ska verka för en stabil ekonomisk utveckling
- Ska leda utvecklingen i föreningen
- Ska ha god insyn och kontakt med verksamhetens olika delar
- Ska värna samarbetet med RF-SISU, Umeå Kommun, Svensk Simidrott, Svensk Triathlon och övriga föreningar

### Kansliet

USS kansli finns i föreningslokalen på Östra Kyrkogatan 14A samt på Ersbodabadet, Trattgränd 1E.

- Ska systematiskt arbeta med värdegrunden
- Ska sköta medlemsregister
- Ska sköta klubbens övergripande administrativa uppgifter som fakturering, löner och kontering
- Ska informera och kommunicera med klubbens medlemmar
- Ska bidra till att hålla ekonomin i balans med god kostnadskontroll och kostnadsmedvetenhet
- Ska söka bidrag för verksamheten
- Ska genomföra och vid behov kommunicera styrelsens beslut

#### Ersboda bad och gym

Bedriver babysim och minisim, simskola och simundervisning enligt verksamhetsbeskrivningen.

- Uthyrningar
- Lovaktiviteter
- Öppet bad i mån av plats
- Motionssim
- Vattenträning
- Vuxensim
- Integrationssim