

# ÁRSSKÝRSLA 2009



Sunddeild Umf. Selfoss

## Skýrsla formanns 2009

Á síðasta aðalfundi deildarinnar, sem haldinn var 9. mars 2009, voru eftirtaldir kjörnir í stjórn; Guðmundur Jóhannesson, Ingibjörg Elfa Laugdal Stefánsdóttir, Guðbjörg Árnadóttir, Sigrún Sunna Skúladóttir og Steinunn Aradóttir. Varamenn voru kjörnir Ragnheiður K. Arnadóttir og Sigurveig Sigurðardóttir.

Stjórnin hefur fundað 10 sinnum frá síðasta aðalfundi auk þess sem formaður hefur setið allmarga fundi aðalstjórnar Ungmennafélagsins en í henni eiga sæti framkvæmdastjórn félagsins og formenn deilda. Aðalstjórn fundar alla jafna mánaðarlega.

### Fjáraflanir

Fjáraflanir deildarinnar á árinu voru hefðbundnar. Deildin sá um kaffiveitingar á aðalfundi Ungmennafélagsins og flöskum var safnað. Þær skipulagsbreytingar sem gerðar hafa verið vegna flöskusöfnunar hafa skilað sér í léttari og fljótlegri vinnu en þetta er einn mikilvægast fjáröflunarliður deildarinnar. Auk þessa höfum við allmiklar tekjur af sölu auglýsingaskilta við sundlauginu á Selfossi þó að þær viðgerðir sem staðið hafa yfir á Sundhöllinni hafi valdið okkur verulegum tekjumissi á árinu þar sem skiltin voru ekki uppi nema hluta ársins.

Þá höfum við tekið upp kökulottó sem fastan fjáröflunarlið í okkar starfi.

Þá er ótalið ungbarnasundið sem skilar deildinni verulegum tekjum á ári hverju. Guðbjörg Bjarnadóttir sýnir deildinni þar mikla velvild og tryggð sem undirrituðum er bæði ljúft og skylt að þakka fyrir.

### Þjálfaramál

Ekki urðu neinar breytingar á þjálfaramálum deildarinnar á árinu. Bryndís Ólafsdóttir gegnir sem fyrr stöðu yfirþjálfara og sér um þjálfun gull-, títan- og eirhópa. Hrafnhildur Guðmundsd. þjálfar silfur-, kopar- og bronshópa. Samstarf stjórnar við þjálfara hefur verið með miklum ágætum og ekki er annað að sjá en þjálfunin skili stöðugt betri árangri.

Bryndís Ólafsdóttir hefur einnig haft veg og vanda af Sundskóla Sunddeildarinnar en á árinu voru haldin 6 námskeið með 102 þátttakendum.

### Foreldrastarf

Íþróttastarf barna og unglunga á Íslandi byggir að verulegu leyti á samstarfi viðkomandi íþróttafélaga við foreldra iðkenda. Brýnt er að það sé eins gott og mögulegt er á hverjum tíma. Stjórn deildarinnar hefur reynt að bæta þetta, m.a. með góðu upplýsingaflæði um starf deildarinnar til foreldra. Í haust var að venju gefinn út bæklingur um vetrarstarfið sem dreift var til allra foreldra og heimasíðan hefur verið uppfærð með reglulegum hætti auk þess sem miklu magni af upplýsingum hefur verið bætt þar inn.

Foreldraráð var skipað sömu aðilum og árið áður. Í því sitja Bergrós Gísladóttir, Elín Hafsteinsdóttir og Helga Sigurðardóttir. Því miður hefur foreldraráð ekki starfað með reglubundnum hætti en það er von okkar að breyting verði á.

### Iðkendur

Í janúar 2008 var fjöldi iðkenda 36 en góðu heilli hefur orðið nokkur fjölgun síðan þá og í desember voru iðkendur 45 talsins. Vonandi verður framhald á fjölgun iðkenda sem myndi auðvelda okkur starfsemina á margan hátt. Meðal annars myndi fjárhagslegur grundvöllur starfsins styrkjast og hægt yrði að dreifa vinnunni á fleiri hendur.

Það er von okkar í stjórn Sunddeildarinnar að okkur takist að auka iðkendafjöldann á næstu árum en segjast verður eins og er að það er við ramman reip að draga gagnvart öðrum vinsælum

íþróttagreinum. Það er líka okkar sjónarmið að halda ekki uppi samkeppni milli deilda um iðkendur heldur að börnin/unglingarnir finni sjálf hvaða íþrótt hentar þeim best. Okkar markmið er að búa þeim sem besta umgjörð og stuðla að félags-, and- og líkamlegum þroska hvers einstaklings.

Varðandi árangur einstakra iðkenda vísast til skýrslu yfirþjálfara.

### Mót og ferðir

Sundmenn frá deildinni kepptu á 14 sundmótum sem er þremur mótum fleira en árið áður. Fjögur þessara mótu voru á Selfossi og þar af tvö haldin af Sunddeildinni sjálfri. Þá sendum við 4 keppendur á Aldursflokkameistaramót Íslands á Akureyri. Þrír iðkendur náðu lágmörkum en þar sem Sundsamband Íslands leyfir félögum að senda 4 sundmenn hafi a.m.k. einn náð lágmörkum, var ákveðið að senda leyfilegan fjölda.

Sunddeildin náði góðum árangri á þessum mótum og sigraði meðal annars á Héraðsmóti HSK í Hveragerði og á Unglingamóti HSK á Selfossi. Á Aldursflokkamótinu á Hvolsvelli töpuðum við naumlega fyrir Hamri.

Farið var í hina hefðbundnu vorferð í Prastarlund í vor þar sem farið var í leiki og grillað. Auk þessa var farið í Skautahöllina í Reykjavík og á Söngvaseið í Borgarleikhúsinu. Þá voru æfingabúðir að Borg í Grímsnesi í haust eins og undanfarin ár.



Mynd 1 Sigurlið Selfoss á Héraðsmóti HSK í Hveragerði 2009

Í júní fóru 7 iðkendur úr gullhópi í vikuför til Rosenheim í Þýskalandi. Ferðin var í upphafi skipulögð sem keppnisferð en vegna þess að mótið sem fara átti á var fært til var ferðinni breytt í æfingaferð. Þjálfarar deildarinnar, Bryndís og Hrafnhildur, fóru með í ferðina sem í alla staði heppnaðist vel. Vonandi getur Sunddeildin staðið fyrir slíkum ferðum á komandi árum en mikilvægt er að iðkendur okkar fái að kynnst aðstæðum hjá öðrum félögum, innanlands sem utan. Sunddeildin styrkti ferðina um 200 þús. kr. og VÍS styrkti okkur um 50 þús. kr. sem hér með er þakkað kærlega fyrir. Að öðru leyti sáu þeir iðkendur sem í ferðina fóru um fjáröflun, m.a. með maraþonsundi og kökulottói.

### Félagslíf

Félagslíf innan deildarinnar hefur verið gott. Samheldni iðkendahópsins er mikil og aðdáunarvert að sjá hve vel eldri iðkendur aðstoða þá yngri jafnt á mótum sem og æfingum. Staðið hefur verið fyrir ýmsum viðburðum eins og skautuferð, pizzakvöldi, adventuskemmtun, bingói o.fl. Þetta þjappar hópnum saman og er gaman að sjá hve hópnum kemur vel saman þrátt fyrir nokkurn aldursmun.

### Áhaldakaup

Á árinu var fjárfest í sundkútum og sundspöðum til notkunar við þjálfun. Þá smíðaði Árni Laugdal verðlaunapall til notkunar á sundmótum hér á Selfossi og kunnum við honum hinar bestu þakkir fyrir.

### Félagsgallar og sundföt

Sunddeildin stóð fyrir kaupum iðkenda á bolum og stuttbuxum í litum Umf. Selfoss auk þess sem iðkendum voru boðnir „Áfram-Selfoss“ bolir til kaups. Allmargir nýttu sér þetta en við þessi kaup nutum styrks frá TRS á Selfossi sem við þökkum kærlega fyrir.

Á haustmánuðum flutti síðan Sunddeildin inn sérmerktan sundfatnað í litum Umf. Selfoss frá Agonswim í Bandaríkjunum. Þessi sundfatnaður er einkum hugsaður sem keppnisfatnaður þannig að sundmenn okkar komi fram sem ein heild í liðsfatnaði.

### Lokaorð

Fjármögnun íþróttastarfs er ekki auðveld við þær aðstæður sem ríkt hafa í þjóðfélaginu undanfarin misseri. Erfiðara er að fá styrki frá fyrirtækjum og auglýsingatekjur af skiltum hafa dregist saman. Ef ekki á að koma til hækkunar á æfingagjöldum verðum við að ná auknum fjölda iðkenda inn í íþróttina. Þar er við ramman reip að draga eins og áður sagði en íþróttir eins kanttspyrna, fimleikar og handbolti taka til sín meginþorra barna og unglunga á svæðinu. Eftir stendur þó sú staðreynd að mikill meirihluti barna og unglunga á Selfossi stundar skipulagt íþróttastarf sem hlýtur á allan hátt að koma okkur til góða er fram í sækir. Það er líka staðreynd að æfingagjöld hjá Umf. Selfoss eru lág sem kemur til vegna almennrar og góðrar þáttöku auk velvilja fyrirtækja sem styðja við starfið.

Á árinu styrkti Hafsteinn Þorvaldsson deildina með 100 þús. kr. gjöf. Ég vil fyrir hönd deildarinnar þakka Hafsteini fyrir þann mikla hlýhug sem hann hefur sýnt starfi okkar og vona við berum gæfu til að nýta þessa fjármuni skynsamlega í þágu iðkenda okkar.

Ég vil að lokum þakka stjórn og þjálfurum deildarinnar kærlega fyrir samstarfið sem hefur verið með mjög gott. Þá vil ég þakka Erni Guðnasyni, framkvæmdastjóra Ungmennafélagsins og Hansínu Kristjánsdóttur, bókara Ungmennafélagsins gott samstarf og góða vinnu á þágu Sunddeildarinnar. Ég vil enn fremur þakka iðkendum og foreldrum/forráðamönnum þeirra fyrir gott og ánægjulegt samstarf á árinu.

Guðmundur Jóhannesson,  
formaður Sunddeildar Umf. Selfoss



Mynd 2 Frá Þýskalandsferðinni 2009

## Þjálfaraskýrsla vegna ársins 2009

Iðkenda fjöldinn fór úr 36 í janúar upp í 45 í desember.

### Sundmót

Sunddeild Selfoss fór með sundmenn sína á 14 sundmót. Fjögur mótanna voru á Selfossi, tvö þeirra haldin af Sunddeildinni sjálfri. Við sendum 4 keppendur á Aldursflokkameistaramót Íslands á Akureyri. Þrjú af þeim náðu lágmörkum en þar sem Sundsamband Íslands leyfir félögum að senda minnst 4 sundmenn, tók ég þá ákvörðun að bjóða næsta stigahæsta einstaklingi deildarinnar. Hrólfur Laugdal Árnason varð 10. í 100m bringusundi (bæting), 11. í 200m fjórsundi (bæting), 200m bringusundi og 100m flugsundi (bæting) og 12. í 100m skriðsundi (bæting). Árný Oddbjörg Oddsdóttir varð 29. í 100m baksundi, 10. í 100m (bæting) og 200m bringusundi. Ólöf Eir Hoffritz varð 26. í 100m baksundi (bæting) og Kristín Inga Elísdóttir varð í 17. og síðasta sæti í 100m bringusundi (bæting).



Mynd 3 Sigurlið Selfoss á Unglingamóti HSK í des. 2009.

### Viðurkenningar

Helena Mist Bjarnadóttir bætti sig best á árinu eða um 21,09 sekúndur í 50m bringusundi. Alls bættu 8 sundmenn sig um meira en 10 sek í 13 greinum. Ellefu sundmenn fengu viðurkenningu fyrir góða ástundun og dugnað á árinu. Er þá átt við að sundmaður sé með 80% mætingu á æfingar eða betri.

### Ferðir

Farin var vikuferð til Þýskalands í júní. Ferðin átti upphaflega að vera keppnisferð en þar sem mótið færðist til þá var hún notuð sem æfinga- og skemmtiferð. Alls fóru 7 meðlimir gullhópsins sem höfðu bæði keppt og stundað æfingar vel. Í æfingabúðir að Borg í Grímsnesi fóru 23 sundmenn og ófáir foreldrar keyrðu, elduðu og sáu um þarfir sundmannanna okkar. Flöskusöfnunarferðin var á sínum stað. Farið var í Hellisskóg fyrir utan á. Hin hefðbundna lautar-og grillferð í Þræstarlund var einnig farin í vor en eftir þá ferð fara flestir sundmennirnir okkar í sumarfrí.

### Árangur

Fjórir sundmenn náðu 500 stigum eða meira fyrir synt sund. Þetta er fjölgun um tvo. Árný Oddbjörg Oddsdóttir náði þessum góða árangri í 50, 100 og 200m bringusundi. Hrólfur L. Árnason í 50 og 100m skriðsundi og 100m bringusundi. Ólöf E. Hoffritz í 100m skriðsundi og Eygerður Jónasdóttir í 100m bringusundi og skriðsundi.

### Sundskóli Sunddeildarinnar

Sundskólinn var á sínum stað og var með 6 námskeið með 102 þátttakendum.

### Flokkar deildarinnar

Flokkum deildarinnar fjölgaði úr fjórum (gull, silfur, brons og kopar) upp í sex (gull, títan, silfur, brons, kopar og eir). Þessi fjölgun var nauðsynleg þar sem kunnátta og geta iðkenda sem hafði fjölgað, var orðin of breið og skapaði því vandamál í tækniþjálfuninni. Við fengum eina línu til viðbótar í útilauginni sem leysti öll okkar vandamál varðandi flokkaskipti í innilauginni. Þar hafa hins vegar

orðið árekstrar og samnýting laugarinnar ekki gengið upp sem skyldi vegna fjölgunar á iðkendum og flokkum.

### Þjálfarar

Bryndís Ólafsdóttir er sem áður fyrr yfirþjálfari og þjálfar gull, títan og eirhóp Hrafnhildur Guðmundsdóttir þjálfar silfur-, kopar- og bronshóp.

Bryndís Ólafsdóttir,  
yfirþjálfari



Mynd 4 Frá grillferðinni í Þrastarskóg 2009



Mynd 5 Frá sundmóti sjóarans í Grindavík 2009