

ÁRSSKÝRSLA 2010



Sunddeild Umf. Selfoss

Skýrsla formanns 2010

Á síðasta aðalfundi deildarinnar, sem haldinn var 17. mars 2010, voru eftirtaldir kjörnir í stjórn; Guðmundur Jóhannesson, Ingibjörg Elfa Laugdal Stefánsdóttir, Edda Björk Ólafsdóttir, Sigríður Runólfsdóttir og Sveinn Svavarsson. Varamenn voru kjörnir Helga Sigurðardóttir og Sigurbjörg Björnsdóttir.

Verkaskipting stjórnar hefur verið þannig að Guðmundur er formaður, Ingibjörg varaformaður og gjaldkeri og Edda Björk og Sigríður hafa skipt ritarastörfum á milli sín. Sveinn starfaði í stjórn fram á vorið en sagði sig þá úr stjórninni vegna breytinga á sínum högum.

Stjórnin hefur fundað 8 sinnum frá síðasta aðalfundi auk þess sem formaður og varaformaður hafa setið 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. Við höfum létt vinnuna við flöskusöfnunina mikið frá því sem var. Pokum er ekki lengur dreift og miðum sendir í fjölpósti. Tekjur af flöskusöfnun hafa dregist saman en kostnaður hefur að sama skapi minnkað þannig að þetta er eftir sem áður einn mikilvægast fjáröflunarliður deildarinnar. Auk þessa höfum við allmiklar tekjur af sölu auglýsingaskilta við sundlauginu á Selfossi þó að þar höfum við ekki farið varhluta af efnahagsástandinu en mörg fyrirtæki halda að sér höndum.

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

Bryndís Ólafsdóttir gegnir sem fyrr stöðu yfirþjálfara og sá um þjálfun gull-, títan- og eirhópa á tímabilinu janúar-maí. Hrafnhildur Guðmundsdóttir sá á sama tíma um þjálfun silfur-, kopar- og bronshópa sem að vísu æfðu aðeins út apríl. Hrafnhildur hætti svo þjálfun að þeim tíma liðnum og Bryndís sá því um þjálfun allra hópa á tímabilinu september-desember. Eftir áramótin 2010/11 tók Guðbjörg H. Bjarnadóttir við þjálfun yngstu iðkendanna.

Bryndís Ólafsdóttir hefur einnig haft veg og vanda af Sundskóla Sunddeildarinnar en á árinu voru haldin 6 námskeið með 49 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 á fyrsta fundi stjórnar eftir aðalfund. Í því eiga sæti Elín Hafsteinsdóttir, Helga Sigurðardóttir og Sigríður Pálsdóttir. Því miður hefur foreldraráð ekki starfað með reglubundnum hætti en það er von okkar að breyting verði á.

Iðkendur

Í janúar 2010 var fjöldi iðkenda 41 en því miður voru heimtur slakar eftir sumarfrí og í desember voru iðkendur 30 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



Mynd 1 Ólöf Eir Hoffritz sundmaður HSK 2010.

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.

Hins vegar er ekki hægt annað en lýsa nokkrum áhyggjum yfir varðandi framtíð sundíþróttarinnar á Selfossi með svo lítinn hóp iðkenda sem stundar sundæfingar með reglubundnum hætti.

Varðandi árangur einstakra iðkenda vísast til skýrslu yfirþjálfara að öðru leyti en því að rétt er að geta þess að á Héraðsþingi HSK í mars 2010 var Hrólfur Laugdal valinn sundmaður HSK 2009 og á Héraðsþingi HSK í mars 2011 var Ólöf Eir Hoffritz valin sundmaður HSK 2010. Sunddeildin óskar þeim til hamingju með þessa útnefningu sem er viðurkenning fyrir mjög góða ástundun og dugnað sem skilað hefur sér í miklum framförum.

Mót og ferðir

Sundmenn frá deildinni kepptu á 13 sundmótum sem er einu færri en árið áður. Fjögur þessara mótu voru á HSK-svæðinu og þar af tvö haldin af Sunddeildinni sjálfri. Þá sendum við 3 keppendur á Aldursflokkameistaramót Íslands á Akureyri. Fjórir iðkendur náðu lágmarkum.

Sunddeildin náði prýðilegum árangri á þessum mótum og sigraði á Unglingamóti HSK á Selfossi. Aldursflokkamótinu í Þorlákshöfn töpuðum við naumlega með þriggja stiga mun fyrir Hamri. Hamar vann síðan Héraðsmótið með nokkrum yfirburðum enda lið okkar hvergi nærri fullskipað.

Þórðarmótið sem haldið var 7. nóvember var fjölmennasta sundmót á Selfossi nú í seinni tíð. Að þessu sinni voru 99 keppendur skráðir á mótið en þeir komu frá Selfossi, Hveragerði, Hvolsvelli og Grindavík.

Farið var í hina hefðbundnu vorferð í Þrastarlund í vor þar sem farið var í leiki og grillað. Ekki var farið í æfingabúðir á þessu hausti.

Félagslíf

Félagslíf innan deildarinnar hefur verið í lágmarki á þessu ári. Þrátt fyrir það er samheldni iðkendahópsins er mikil og aðdáunarvert að sjá hve vel eldri iðkendur aðstoða þá yngri jafnt á mótum sem og æfingum. Hefðbundnir viðburðir eins og aðventuskemmtun og uppskeruhátíð hafa þó verið til staðar.

Segja má að aðhaldssemi í rekstri hafi mótað félagslífið nokkuð en vegna fárra iðkenda er lítið fjárhagslegt svigrúm til þess að takast á við fjölbreytt verkefni sem þyrfti þó að vera raunin.



Mynd 2 Hannes Höskuldsson náði góðum árangri á árinu.

Áhaldakaup

Á árinu var fjárfest í sundkútum og nýjum korkum til notkunar við þjálfun.

Lokaorð

Þær aðstæður sem ríkt hafa í þjóðfélaginu undanfarin misseri hafa gert fjármögnun íþróttastarfsemi erfiðari en áður. Styrkveitingar fyrirtækja hafa dregist saman og aðrar fjáraflanir eru örðugari en áður. 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 knattspyrna, 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. Þá má ekki gleyma því mikla og góða starfi sem foreldrar og velunnarar félagsins leggja af mörkum.

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

Þjálfaraskýrsla vegna ársins 2010

Iðkendum fækkaði úr 41 í janúar niður í 30 í desember. Eftir sumarfrí skiluðu aðeins 22 iðkendum sér til æfinga fyrstu vikuna en fjölgaði svo upp í áðurnefnda tölu innan mánaðar með nýjum iðkendum.

Sundmót

Sunddeild Umf. Selfoss fór með sundmenn sína á 13 sundmót. Fjögur mótanna voru á HSK svæðinu, tvö þeirra voru haldin af Sunddeildinni sjálfri. Við sendum 3 keppendur á Aldursflokkameistaramót Íslands. Fjórir náðu lágmarkum en Kári Valgeirsson ákvað að taka ekki þátt í mótinu. Hannes Höskuldsson varð 9. í 100m fjórsundi á tímanum 1:34,69 sem er bæting um tæpar 3 sekúndur, 11. sæti í 100m flugsundi á tímanum 1:50,79 sem var langt frá hans besta tíma. Ólöf Eir Hoffritz varð 19. í 100m skriðsundi á tímanum 1:09,45 sem er bæting um 1,2 sek., 20. sæti í 100m flugsundi á 1:26,63 sem var 2 sek. frá hennar besta og 24. sæti í 200m skriðsundi á 2:34,72. Hrólfur Laugdal Árnason varð 17. í 100m flugsundi á tímanum 1:14,92 sek. sem er bæting um



Mynd 3 Frá Þórðarmótinu 2010.

1,5 sek., 12. sæti í 100m bringusundi á tímanum 1:21,54 sem er bæting um tæpar 7 sek., 17. sæti í 200m fjórsundi með 9 sekúndna bætingu og 19. sæti í 100m skriðsundi á 1:01,28 sem var 0,3 sek yfir besta tímanum hans.

Frá og með september jókst synt vegalengd á sundæfingum í gullhóp um hálfan kílómetur til jafnaðar og er að meðaltali frá sept. til des. 2.850 m á æfingu, þar með talið er jólafrí og fleiri frí sem lækka töluna umtalsvert. Markmiðið er að hækka þessa tölu frá og með næsta ári. Títanhópur syndir á æfingum 2.000 metra á klukkustund.

Viðurkenningar

Ásgeir Nemisio Halldórsson bætti sig mest á árinu eða um 30,61 sekúndur í 100m skriðsundi. Alls bættu 5 sundmenn sig um meira en 10 sek. í 10 greinum. Tólf sundmenn fengu viðurkenningu fyrir góða ástundun og dugnað á árinu en til þess að ná því þarf a.m.k. 80% mætingu á æfingar.

Ferðir

Við fórum ekki í æfingabúðir að Borg í Grímsnesi vegna fækkunar á iðkendum í september. Hin hefðbundna lautar- og grillferð í Þrastarlund í vor var farin en eftir þá ferð eru flestir sundmennirnir okkar komnir í sumarfrí.

Árangur

Tveir sundmenn náðu 500 stigum eða meira fyrir synt sund. Þetta er fækkun um tvo. Stigahæstur var Hrólfur Laugdal Árnason með 565 stig fyrir 100m skriðsund. Ólöf Eir Hoffritz náði 549 stigum fyrir 100m skriðsund og 540 stigum fyrir 50m skriðsund

Afrekaskrá Sunddeildar Selfoss (10 bestu) - synt sund árið 2010

Ólöf Eir Hoffritz synti sig inn í 10. sætið í 50m flugsundi, 8. sæti í 100m fjórsundi og 9. sæti í 200m skriðsundi.

Hrólfur Laugdal náði inn á 10. sæti í 50m skriðsundi og 50m flugsundi. Hannes Höskuldsson komst inn á 10. sæti í 100m fjórsundi.

Sundskóli Sunddeildarinnar

Sundskólinn var á sínum stað og var með 6 námskeið með 49 þátttakendum.

Flokkar deildarinnar

Í janúar voru allir 6 flokkarnir í gangi en frá sept. – des. var enginn í eirhóp þar sem enginn nýr iðkandi kom inn í þann hóp vegna fækkunar á framhaldsnámskeiðum.

Þjálfarar

Bryndís Ólafsdóttir var yfirþjálfari sunddeildarinnar og þjálfaði gull-, títan- og eirhópa á tímabilinu janúar-maí. Í september tók hún svo við öllum hópum og þjálfaði þá út árið.

Hrafnhildur Guðmundsdóttir þjálfaði silfur-, kopar- og bronshópa á tímabilinu janúar-apríl en hætti svo þjálfun um vorið.

Bryndís Ólafsdóttir,
yfirþjálfari