



ÅRSBERETNING
for
Svømmeklubben Poseidon
2019



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Om Svømmeklubben Poseidon -historikk

Svømmeklubben Poseidon ble stiftet i 1950 og er Telemarks største svømmeklubb. Klubben har et godt elitenivå, samt god bredde og rekruttering. Vi har profesjonelle og dyktige trenere i tillegg til et engasjert styre og en arbeidsom foreldregruppe. Sammen skaper vi en svømmeklubb med stor aktivitet. Klubben har det meste av sine aktiviteter lokalisert til Heistadhallen i Porsgrunn kommune.

Målsetning

Vi har som mål å tilby flest mulig barn og voksne svømmeundervisning slik at de kan føle trygghet ved aktiviteter og lek i vann. Samtidig ønsker vi å bygge gode svømmere i en sunn prestasjonskultur og et godt sosialt miljø. Vi tilbyr et bredt spekter av ulike treningspartier, aktiviteter i vann og grunnleggende svømmeopplæring gjennom Norges Svømmeskole. Vårt arbeid skal preges av positivitet og kvalitet. Alle våre medlemmer skal føle seg ivaretatt i et miljø preget av ærlighet, involvering, aktivitetsglede og utvikling. Samspillet mellom de ulike aktører i klubben skal preges av våre verdier: ærlig, ansvarlig og inkluderende..

Organisering av klubben

Klubbens øverste organ er Årsmøte. Klubben drives av et eget Styre som er klubbens ledelse. Styret har ansvaret for å utvikle klubben og samtidig føre kontroll med klubbens økonomi. Styret definerer retningslinjer for hvordan klubbens aktiviteter skal driftes og følger opp klubbens målsetninger og planer. Styret er også ansvarlig for å følge opp de vedtak som besluttes av årsmøtet, og som er fastsatt i klubbens vedtekter. En av styrets hovedoppgaver å legge til rette for et godt sportslig tilbud. Dette gjøres gjennom å følge opp, koordinere og være et bindeledd mellom de ulike aktivitetstilbudene. Styret skal også koordinere/administrere virksomheten og sikre god kommunikasjonsflyt I tillegg kan det være nødvendig å legge til rette for nødvendig kompetanse blant alle instruktører. Styret sørger for oppfølging av at alle lagledere og trenere har nødvendig politiattester og følger klubbens interne retningslinjer



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Styrets sammensetning

For året 2019 har styret hatt følgende sammensetning:

Leder:	Merethe Pepevnik
Nestleder:	Rune Kristiansen
Kasserer:	Mona Vinje Olsen
Sportslig leder:	Ragnar Johnsson
Sekretær:	Henriette Rennesund/Siren Jakobsen
Styremedlem:	Benedikte Pflug
Styremedlem:	Svend Mælhum Løvåsdal /Ingerid Heggelund
Varamedlem:	Susanne Hansen
Valgkomite:	Anne Vidnes/Marte Helmet
	Vara: Dario Kayial
Revisor:	Odd Harald Olsen og Mona Imislund Aamodt



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Styrets arbeid

I mars 2019 ble et nytt styre for SK Poseidon etablert, med 4 styrerepresentanter fra det forrige styret sammen med 2 nye. Konstitueringen av styret for 2019 innebar igjen mange fikk nye roller. I tillegg hadde vi frafall av to styremedlemmer som sluttet i september, og måtte erstattes. 2019 har vært sterkt preget av mangel på svømmearena og det å opprettholde klubbens teambuilding.

Det har i løpet av året vært høy aktivitet på mange områder i klubben og det har i perioder vært mye arbeid for flere av styrets medlemmer. Det er viktig å stadig søke etter flere ressurser slik at det blir mindre på enkeltpersoner.

Det har i 2019 vært avholdt 14 styremøter og diverse arbeidsmøter.

De mest kritiske sakene styret har håndtert i 2019 er:

- Treningsarena
- Teambuilding
- Økonomi
- Svømmeskolen

Klubben har vært igjennom viktige, omveltende prosesser som har krevd stort frivillig engasjement og masse arbeid.

Styret har målrettet fulgt klubbens virksomhetsplan og handlingsprogram. Følgende kan nevnes:

- *Forhandling av treningstider i ny hall til klubb*
- *Forhandling av treningstider gammel hall skole.*
- *Innkjøp av nytt tidtakeranlegg og ryggstartere, investering på 1,2 MiO NOK*
- *Ny trener på B og C: Petter Malm*
- *Ny svømmeskoleansvarlig*
- *Søkt om UM og ÅM i 2020/22*
- *Startet Jaked cup og endret stevnestruktur*
- *Utvikler inkluderingsminister*
- *Målrettet arbeid for å søke på midler til familier som av ulike årsaker trenger bistand (som en del av inkluderingsarbeidet)*
- *Stort fokus på økonomisk resultat på svømmestevnene*
- *Positivt økonomisk årsresultat har vært viktig og er oppnådd igjen*
- *Handikappsvøm og samarbeide med kommunen fortsetter*
- *Hovedtrener har fokus på LÅMØ*
- *Dugnadspoeng vurderes*
- *Stadig oppdatering av ny hjemmeside og påmeldingsløsning (MinIdrett)*
- *Omlegging av regnskap ved bruk av KID*



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

- *Profileringsarbeid. Design av ny klubbkolleksjon og forhandling av ny leverandøravtale. Ny kolleksjon inkluderer konkurranse- og treningsdrakter i ulike prisklasser, sekker, håndklær, sko etc.*
- *Pågående medvirkningsprosess mot kommunen i forbindelse med planlegging av ny svømmehall i Porsgrunn. Møtevirksomhet og kommunikasjonsarbeid deler av året*
- *Arrangering av utenlandsk NM-leir i egen regi suksessen fra 2018 ble gjentatt*

Av andre driftsmessige oppgaver som styret har hatt fokus på og arbeidet med i 2019 kan nevnes:

- Sikret tilstrekkelig og nødvendig halltid til klubbens aktiviteter.
- Ansettelse og inngåelse av arbeidskontrakter med trenere og instruktører
- Kontinuerlig arbeid med oppfølging av trenere og instruktører i klubbens daglige drift.
 - Klubben har organiserte aktivitet ca 25 timer pr uke, 6 dager i uken, i tillegg kommer reiseaktivitet i forbindelse med stevner og leirer.
 - Klubbens har ved årsslutt 2 ansatte trenere og 9 instruktører som jobber en eller flere dager pr uke, i tillegg til verdifull dugnadsinnsats fra foreldre.
- Etablert elektronisk medlemsregister i tråd med NIFs pålegg.
- Styret har jobbet med å bedre klubbens rapporteringsrutiner og økonomiske styring løpende gjennom året.
 - KID er innført
 - Betale startavgift i Min Idrett
 - Daglig drift av klubben med fokus på en sunn økonomi
- Styret har sendt søknader om midler fra det offentlige, stiftelser og fond hvorav vi har lyktes med å få følgende:
 - *Kr 80 000 til ryggstartere*
 - *100 000 til tidtakeranlegget fra Porsgrunn kommune*
 - *Diverse støtte til individuelle utøvere*
 - *Diverse støtteordninger til familier som av ulike årsaker trenger bistand*
- Administrativ og politisk oppfølging av den pågående prosessen med ny Svømmehall på Kjølnes i Porsgrunn.
- Oppfølging av media for å sikre klubbens synlighet og profilere våre sponsorer i lokalavisene i Telemark.
- Opprettholder bruk av Spond som informasjonskanal ved at hvert parti har fått en lukket gruppe der foreldre og svømmere er medlemmer, og en felles
- Oppdatering av hjemmeside er et stadig pågående arbeid.
- Arbeid med å skaffe sponsorer til klubben og til våre stevner, blant annet avtale med hovedsponsor: Eramet, Megafliis og Sparebank1
- Arrangert LÅMØ, Telemark svøm og Jaked cup
- Gjennomført dugnad på Barnas Dag i Porsgrunn samt potet og jule- dugnad
- Arrangert Sponsorsvøm med inntekt for sykehusklovnene.



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

- Organisert reiser og opphold til både stevner og leirer.
- Foreldremøter på alle partier.
- Videreført samarbeidet med Toppidrettsgymnaset i Telemark basert på samarbeidsavtalen fra 2015

Styret understreker at klubben i dag driftes av for få personer og ser det som helt nødvendig at flere engasjerer seg i klubbens oppgaver.

Spesielt er det viktig å minne oss selv på at styret og alle som bidrar til drift av klubben er her for at medlemmene i klubben skal ha et fint idrettsmiljø.

Styret vil benytte anledningen til å takke trenere, instruktører og ikke minst støttepersoner som har bidratt til å legge til rette for drift og videreutvikling av SK Poseidon, i året som har gått. I tillegg vil styret rette en takk til foresatte og andre som stiller opp på våre årlige dugnader, spesielt å nevne er våre stevner som er en viktig bærebjelke i klubbens økonomi og en forutsetning for dagens drift.

Foreldregruppe

SK Poseidon har en egen foreldregruppe som fungerer godt og sørger for at viktige sosiale arrangementer blir gjennomført. I tillegg fungerer de som bindeledd på hvert enkelt parti hvor alle partier er representert i gruppen. De har i år gjennomført en veldig hyggelig sommeravslutning og juleavslutning, i tillegg har de velvillig stilt opp ved andre arrangementer.

Trenere, instruktører og dommere

Klubbens aktiviteter krever kvalifiserte trener, instruktører og dommere. Det er stadig behov for dommere ved stevner, så vi ønsker at så mange som mulig av foreldre melder seg til dette. Klubben hadde, pr 31.12.2019, 7 autoriserte kretsdommere og 1 forbundsdommer og sertifisert starter.

Svømmeklubben forsøker stadig å rekruttere nye trenere og instruktører. Vi søker personer med svømmebakgrunn og/eller interesse for trening og instruksjon. Vi tilbyr NSF's trener- og instruktørutdanning for aktuelle kandidater. Alle interesserte kan henvende seg til Sportslig leder eller Styreleder.

Pr 31.12.2019 hadde klubben to ansatte trenere: én i 100% stilling og én i 40%. Sistnevnte har i tillegg ansvar for svømmeskolen. Klubben har to ringevikarer, samt at eldre utøvere blir benyttet på lavere partier. Det er forsøkt rekruttert inn vikarer uten hell. Dette arbeidet må fortsette i 2020.



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

SK Poseidon rekrutterer trenere også blant eldre svømmere (over 16 år). De som blir vurdert å være egnet til å bli trener/instruktør får tilbud om trenerkurs. Ved å bidra som trener får man brukt sine kunnskaper og erfaringer innen svømmemiljøet, også om man ikke selv satser videre som aktiv svømmer.

Kurstilbud

SK Poseidon tilbyr et bredt spekter av svømmekurs som vi jobber med å utvikle. Vi tilbyr svømmeopplæring til barn, ungdom og voksne i tillegg til spesialtilpassede kurs til blant annet innvandrere.

SK Poseidon tilbyr også privattimer med skreddersydd svømmeopplæring en-til-en. Ønsker du å forbedre din svømmeteknikk, lære grunnleggende svømming eller bli trygg i vann er dette et godt tilbud for deg. Innholdet vil være tilpasset nivået til hver deltaker og ønsker for svømmeopplæring.

Norges Svømmeskole, Svømmeopplæring

Svømmeskolen er for barn i alderen 5 år og oppover som ønsker å lære å svømme. SK Poseidon tilbyr to trinn; nybegynnere og videregående.

Trinnene legger vekt på de fire kjernefunksjonene dykke, flyte, gli og skape fremdrift i vannet. Funksjonene bygger på hverandre.

Veien til svømmedyktighet blir delt opp i 5 deler/merker: vannmerket, hvalmerket, skilpaddemerket, pingvinmerket og selungenmerket som igjen inneholder delmål.

Klubben jobber hardt for å bedre svømmeskolen med hovedmål å lære flere barn å svømme men også for å få flere rekrutter fra svømmeskolen til C partiet.

Vi har et ønske om ca 20 nye rekrutter opp fra kursene til C-partiet hvert år, i respektive 5-7 års alderen, gjerne fordelt noenlunde likt på kjønnene.

2019 har vært et noe spesielt år for svømmeskolen. Etter at tidligere ansvarlige sa opp på slutten av 2018, benyttet klubben de eldste og beste instruktørene til å administrere skolen. Målsetningen var å holde skolen «flytende» til vi hadde en ansatt på plass som leder. På vårparten ble Petter Malm ansatt som ansvarlig for svømmeskolen og tok formelt over ansvaret fra 1. august.

I løpet av sommeren ble Heistadhallen stengt og kursvirksomheten måtte flytte til Brevik. Dette har medført vanskeligheter for instruktører da de trente i enten Fritidsparken, Skien eller Kjølnesshallen før de måtte reise til Brevik for å jobbe.

Til tross for utfordringene har vi sette en betydelig forbedring av kvalitet på svømmeskolen som også gir utslag på antall utøvere og økonomisk resultat.

Det ble i 2019 solgt ca 240 svømmekurs. XXX av disse var på våren og YYY på høsten.



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Klubben var ansvarlig for feriekoloni for Bamble kommune i juli med ca 20 barn. Handikappsvøm på oppdrag fra kommunen har vært gjennomført tilnæringsvis hver onsdag. I tillegg har svømmeklubben gitt privatleksjoner

Alle instruktører har resertifisert Livredningssertifikat.

Stevner og sportslig aktivitet

Klubben har i dag et Elite, A, B og C - parti. Pga stengning av Heistadhallen på høsten har C vært delt i C1 og C2. Partistrukturen omfatter alt fra svømmere som satser på svømming som konkurranseidrett til utøvere som ønsker å ha svømming som en fritidsaktivitet hvor de kan utvikle og forbedre sine svømmeferdigheter.

Alle opptak til og forflytning mellom treningspartier gjøres av ut fra trenernes faglige vurdering.

I tillegg til dette tar hovedtrener/trener initiativ til jevnlig samtaler med utøverne, enten en-til-en situasjon eller i grupper.

Hovedtrener har en koordinerende og helhetlig faglig rolle i forflytning mellom partiene. Som følge av tidligere års problemer med svømmeskolen, har klubben valgt å løfte noen interesserte svømmere fra skolen over på C-partiet. Pga mange på C-partiet har derfor noen utøvere blitt flyttet over til B litt prematurt i forhold til nivå. Dette er en utfordring klubben sliter med mtp å tilby en god, enhetlig trening. Styret har under året valgt å ikke sette utøvere tilbake på kurs, eller flytte ned på partistigen av hensyn til utøverne.

Sportslig utvalg

Sportslig utvalg i desember 2019 består av følgende:

Hovedtrener:	Glenn G. Cudmore (alle partier)
Trener B- og C:	Petter Malm
Trener TTG:	Lars Kristian Allum
Sportslig leder:	Ragnar Johnsson
Oppmann:	Janne Helmet
Bookingansvarlig:	Ingerid Heggelund



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Stevner og leire.

Klubbens svømmere har deltatt på ulike lokale, regionale og nasjonale stevner i ulike deler av Norge. Klubben har hatt fra 2 til 39 svømmere som har deltatt aktivt på totalt 17 stevner i 2019, i tillegg til LÅMØ, ÅM, og NM-stevner.. Deltakelsen i de ulike stevnene reguleres av klubbens terminliste som finnes på klubbens hjemmeside.

Klubben stilte med utøvere og stafettlag på NM langbane, UM og jr-/st.NM kortbane.

Treningsleire:

Poseidon har arrangert 6 treningsleire i 2019, i tillegg til ekstra trening hjemme på helligdager og i pinsen etc.

- Vinterferien på Madeira for A & Elite sammen TTG-elevene
- Hjemmeleir i Påskeferien – for Elite, A og B-partiet.
- NM-/Sommer-leir på Kypros , for A- og Elitepartiet.
- Oppstartsleir i Nørresund, Danmark oppstartsleir i august – for Elite-, A- og B-partiet
- Høstferieleir i Drammen – for Elite, A og B-partiet.
- Hjemmeleir Juleferien – for Elite, A og B-partiet.

Poseidon har arrangert tre stevner i 2019: Grenland Tyr Cup i februar, LÅMØ Sør i mars og TelemarkSvøm i september. Påmelding var ganske lav til Grenland Tyr Cup med bare 1128 individuelle starter og 47 lag-starter fordelt på 12 klubber. Siste arrangerte stevne i Kjølneshallen, TelemarkSvøm 2019 hadde 1453 individuelle starter og 26 lagstarter fordelt på 13 klubber. Pga god gjennomføring ble det likevel et godt overskudd økonomisk og det var god stemning i hallen under begge stevnene. LÅMØ Sør ble en stor suksess for klubben. 248 utøvere fra 30 klubber gav godt resultat og mange klubber gav positiv tilbakemelding på arrangementet.

Ved årsslutt har SK Poseidon 23 (ca 25) aktive svømmere på C-partiet, 12 (13) svømmere på B-partiet og 19 (20) stk svømmere på A- og Elitepartiet. Tallene i parantes er fjorårstall. Totalt har antall svømmere på treningspartiene sunket noe sammenliknet med de foregående årene. Ved utgangen av 2019 har vi totalt 54 registrerte svømmere. Ny trener har etter hvert gitt en positiv driv blant de yngre utøverne med høy grad av positivitet.



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

I løpet av høsten har det vært stor fokus på deltagelse på rekruttstevner for utøverne på C-partiet. Dette gir en trygghet for utøverne mtp deltagelse på konkurranse, samtidig som de opplever hvor moro dette er.

Eneste pallplassering under nasjonale mesterskap kom i Årsmesterskapet der Samantha Pepevnik tok 3. plass sammenlagt i 2005-klassen.

Til LÅMØ Sør i egen hall, hadde Poseidon 15 kvalifiserte utøvere:

Rebecca-Annelis Kaiyal, Gabriela Rennesund, Richard-Alian Kaiyal, Aurora Kristiansen Pflug, Ane Vinje Olsen, Haavard Hansen, Samantha Pepevnik, Hedda Lindkjenn, Leon Magnusson, Peder Henriksen, Kaisa Helmet Dalene, Nikoline Kristiansen Pflug, Julian Rennesund, Eirik Vinje Olsen og Andreas Imislund Aamodt.

Av disse kvalifiserte 3 utøvere seg til Årsklassemesterskapet: Samantha Pepevnik, Andreas Imislund Aamodt og Eirik Vinje Olsen. Dette er like mange utøvere som i 2018.

Til NM Langbane i Drammen i juli hadde klubben 7 påmeldte utøvere: Anders Valdar, Kristine Johnsson, Ine Marie Andersen, Jonette Kristiansen Pflug, Lucas Rennesund og Samantha Pepevnik. Dette er like mange utøvere som året før.

Til UM i Bergen i oktober hadde klubben 5 kvalifiserte utøvere: Andreas Imislund Aamodt, Samantha Pepevnik, Eirik Vinje Olsen, Julian Rennesund og Sebastian Pedersen.

Ungsommesterskapet ble i 2018 arranger sammen jr-NM og det foreligger derfor ikke sammenlikningstall.

Til NM kortbane i november i Stavanger hadde klubben 8 deltagere: Anders Valdar, Jonette Kristiansen Pflug, Ine Marie Andersen, Didrik Næss, Kristine Johnsson, Samantha Pepevnik, Eirik Vinje Olsen og Edle Irene Vidnes. Dette er på samme nivå som i 2018.

Under målsettinger i gjeldende virksomhetsplan står det at «*klubben skal ha 5-6 svømmere kvalifisert for individuelle øvelser under UM/jr-NM*». For 2019 har klubben nådd dette nivået.

Virksomhetsplanens målsetting er at «*75% av svømmere mellom 10 og 16 år skal være kvalifisert til LÅMØ.*» I 2019 kvalifiserte 78% av utøverne i aldersklassen seg. Målet er således oppnådd. Klubben har dermed brutt en nedadgående trend med fallende kvalifisering til LÅMØ, men det er fortsatt godt bak de 23 som deltok i LÅMØ Sør 2015.

Videre arbeid med de yngre utøverne er nøkkelen til fortsatt økt deltagelse, som i seg selv er et mål. Stor deltagelse til LÅMØ gir god gro-bunn for utøvere som senere kan hevde seg i nasjonale stevner.



Svømmeklubben
Poseidon Postboks 60

3906 Porsgrunn
www.skposeidon.no

Året oppsummert under ett må dessverre sies å være et skritt tilbake fra 2018 og tidligere år. Plasseringsmessig er klubben svakere i de nasjonale mesterskapene enn tidligere.

Erfaring fra vårsemesteret er at klubben tidlig må avklare hvilke mål svømmere i 3. klasse videregående (TTG og andre) har for året og spesifikt det siste semesteret. Det må legges opp til en annen trening for utøvere som velger å ikke satse inn mot NM.

Høsten 2019 har vært preget av manglende tilgang på svømmehall, som har resultert i mange utøvere i hver bane og vanskelig å få til gode treninger. Dette har igjen generert mye ekstra arbeid for trener som må endre og tilpasse påfølgende trenings program. At klubben bare har hatt tilgang til en trener på hvert parti, ikke har hatt treninger på samme lokasjon for å skape et arbeidsmiljø og har få vikarer å spille på har medført veldig høy belastning på hovedtrener. Stenging av Heistad-hallen har også medført mye ekstra arbeid opp mot kommune og for planlegging i styret. Det har vært vanskelig å finne tid til møter i sportslig utvalg. Disse møtene bør forsøkes prioriteres fremover.

Det har vært en del grums i A- og Elite-partiet på slutten av året som styret i klubben har forsøkt løst ved bruk av Larviks-baserte Fearless Minds Godt arbeid av utøverne gjennom desember har gitt en bedre gruppe-dynamikk og bedre stemning i gruppen på slutten av året.