



**TACK ALLA  
MEDLEMMAR FÖR  
ETT BRA ÅR - 2022**

Nu avslutar vi ännu ett år och blickar  
framåt mot ett spännande 2023. Till  
hösten flyttar vi in i en ny simhall!

# SJÖHÄSTEN

MÖLNDALS ALLMÄNNA SIMSÄLLSKAPS MEDLEMSBLAD

VINTER 2022, NR 3



# KLUBBCHEFEN HAR ORDET

## EN NYÅRSHÄLSNING TILL ALLA MEDLEMMAR

Nu är höstterminen slut och vi kan blicka tillbaka på en höst där vi äntligen har fått bedriva verksamhet utan anpassningar och restriktioner. Höstterminen inleddes med uppstartsaktiviteter för de flesta av våra tävlingsgrupper. Några var bortresta på läger, medan andra hade aktiviteter på hemmaplan. Alla grupper, oavsett verksamhetsområde, var igång under vecka 34. Vi har under höstterminen haft inte mindre än 1700 aktiva barn och ungdomar och cirka 50 anställda och ideella ledare på Lilla Åbybadet och Streteredsbadet.

Föreningen arrangerade en stor kickoff för alla anställda på Quality Hotel The Weaver i slutet av augusti. Där gick vi igenom höstens huvudpunkter, samt fick ta del av en föreläsning av RF-SISU gällande bemötande av barn och ungdomar med NPF diagnoser.

I september hölls ett stort föräldramöte på kulturhuset Möllan och inte mindre än 78 föräldrar, styrelsen och delar av personalen närvarade. Det var verkligen roligt med så stor uppslutning, vilket bådar gott inför framtidens familjeengagemang.

Föreningen har med god hjälp av ideella föräldrar anordnat såväl två fullbokade funktionärsutbildningar som två egna MASS race. All denna hjälp är ovärderligt i en ideell förening och vi är så glada och tacksamma för att det är så många som hjälper till.

Under hösten har föreningen gjort stora investeringar i att rusta upp klubbstugan. Bland annat med nya paneler och nya armaturer, såväl utvändigt som invändigt. Under våren 2023 kommer även ventilationen invändigt att bytas ut.

Under julen har många av våra simmare en välförtjänt viloperiod. Några av våra medarbetare kommer också passa på att ta ut lite ledighet. Bokningen inför vårens kursverksamhet är öppen och schemat för tränings- och tävlingsgrupperna är uppdaterat. Vi på MASS vill passa på att tacka för ett riktigt fint år och hoppas att ni alla får en riktigt härlig start på det nya året!

## SAVE THE DATE - ÅRSMÖTE

Onsdagen den 22 mars kommer MASS att hålla årsmöte. Kallelse kommer ut under början av nästa år.



# NYTT AVTAL FÖR PROFILKLÄDER

NU BLIR BESTÄLLNINGEN AV PROFILKLÄDER SMIDIGARE FÖR ALLA MEDLEMMAR

Under hösten 2022 har vi börjar avveckla vår Badshop. Vi hade bland annat en lyckad klubbkväll den 1 december, där många fynd gjordes av våra medlemmar.

Våren 2023 kommer vi att komma ut med mer information gällande nytt upplägg för beställning av profilkläder. Sortimentet kommer att kännas igen, med kläder från Craft. Som medlem kommer du framöver enkelt kunna beställa och betala profilkläderna direkt via vår webbshop. Föreningen har tecknat ett avtal med företaget Tifosi, som kommer sköta leverans och tryck av profilkläderna.

Så snart webbshopen är helt klar kommer vi att återkomma med mer information, så håll ögonen öppna!

## TIPS!

Det finns fortfarande några varor kvar som kan köpas till klubbkvällens priser.

# NYA TÄVLINGSREGLER FÖR BARN

UPPDATERAT REGELVERK FÖR BARN 12 ÅR OCH YNGRE

Efter årsskiftet träder ett nytt regelverk i kraft för barn som är 12 år och yngre. Detta grundar sig i att göra det enklare att tävla och arrangera tävlingar för barn. Det kommer till exempel inte längre att behövas en full uppsättning med 20 utbildade funktionärer, utan endast tre på huvudpositionerna och resterande platser fylls upp med föräldrar som kan hjälpa till.

Reglerna lättas även för deltagarna och diskningar sker endast vid grova regelbrott så som fel simsätt, grov tjuvstart med mera. Det uppmuntras även till att simma andra grenar så som benspark, kick, hinderbana eller liknande.

För mer information hänvisar vi till [svensksimidrott.se](https://svensksimidrott.se). Det går även bra att prata med ansvarig tränare.

# VI TÄVLAR FÖR FULLT IGEN

## KORT RAPPORT FRÅN HÖSTENS STÖRRE TÄVLINGAR

### SM/JSM och SUM SIM riks

SM/JSM genomfördes i Stockholm 23-27 november och MASS var representerade av 11 simmare som alla genomförde ett bra mästerskap. Vi fick se många bra simningar som resulterade i personliga rekord och fina placeringar. Bäst gick det för Alvin, som tog ett JSJ-silver på 50 bröstsim, som han simmade på ett nytt klubbrekord. Även på den dubbla distansen slog han till med ett klubbrekord som gav en fin fjärdeplats.

Sum-Sim riks genomfördes den 16-18 december i Helsingborg och vi var på plats med fyra simmare som alla presterade på topp. Vi åkte hem med många nya personliga rekord och fem stycken topp-8 placeringar. Nu tar vi med oss allt vi lärt oss under 2022 och blickar framåt mot nästa år och nya framgångar.

### Höstsimiaden

Lördagen den 1 december var det god stämning på Höstsimiaden i Kungsbacka. MASSa duktiga simmare närvarade (57 anmälda) och spred simglädje individuellt, i lagkapp och på bassängkanten! I de 24 lagen deltog simmare från E-gruppen upp till B-gruppen, med mer eller mindre rutin, där de erfarna gjorde ett föredömligt jobb med att ta hand om de mindre erfarna simmarna. Glädjande också att numera kunna vara med på Höstsimiaden utan restriktioner och med publik så att alla hade möjligheten att följa barnens utveckling.



GLÖM INTE ATT NI KAN LÄSA MER OM DE TÄVLINGAR OCH LÄGER VÅRA SIMMARE DELTAR PÅ PÅ HEMSIDAN, UNDER FLIKEN TÄVLING - ALLMÄN INFORMATION - NYHETER

# ANMÄLAN VÅRTERMINEN 2023

GLÖM INTE ANMÄLA ER TILL VÅRENS VERKSAMHET

**Sim- och teknikskolan (även para) & nya simmare i tränings- och tävlingsgrupperna:** Anmälan görs via bokningssidan (klicka på fliken BOKNING i huvudmenyn på hemsidan). Där ser ni alla tillgängliga grupper för vårterminen.

**Träning- och tävlingsgrupperna:** Anmälan till fortsatt simning under höstterminen görs genom att svara på den avisering ni fått skickad till er på mejl.



## VÅRA EGNA ARRANGEMANG

MASS RACE OCH TOMTESIM

Trots en liten simhall har vi under året kunnat anordna mindre tävlingar för våra egna simmare. Det har varit MASS-race för simmarna i tävlingsgrupperna och sommar- och tomtesimmet för simmare i sim- och teknikskolan.

Vi avslutade året den 17-18 december med Tomtesim på lördagen och MASS-race på söndagen. Intresset för Tomtesimmet var stort och tyvärr hade vi inte möjlighet att låta alla som ville delta den här gången. En ny chans kommer i juni då det är Sommarsimmet. På MASS-racet deltog cirka 120 simmare. En av höjdpunkterna var de gruppblandande lagkapperna, där simmare i alla åldrar fick simma tillsammans.



# NYA ÅBYBADET ÖPPNAR TILL SOMMAREN

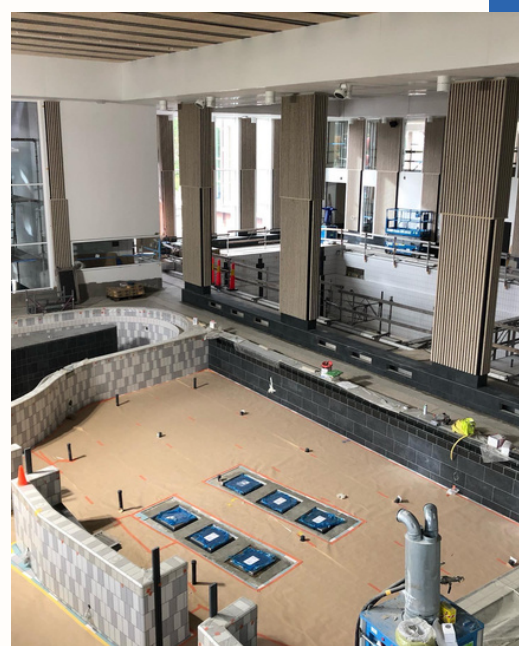
VI SER FRAM EMOT ATT FLYTTA VERKSAMHETEN TILL EN NY ANLÄGGNING

I oktober fick vi chansen att besöka Nya Åbybadet, som börjar bli klart. Beräknad inflyttning är fortsatt sommaren 2023. Vi har ännu inte fått något mer exakt besked.

På kommunens hemsida kan man läsa följande rapport från december månad:

*Test av alla tekniska installationer pågår. Lås och larm installeras i dörrar. Provisoriska räcken byts ut mot permanenta. Vändkorsen i entrén är på plats. De båda mindre rutschkanorna i familjebadet är monterade. Det är även de nedsänkbara hissarna för rullstolar i multibassängerna. Enmeterssvikten och startpallarna är på plats.*

Vi ser fram emot en vår av planering för att kunna starta upp verksamheten i en ny anläggning hösten 2023. Håll utkik på vår hemsida löpande under våren för mer information.



# FEM SNABBA MED PERSONALEN

LÄR KÄNNA VÅRA FASTANSTÄLLDA

## LISA NYQVIST



### Vad är din roll i MASS?

Assisterande verksamhetsansvarig för simkunnighet och ansvarig för medlemskontakten via kanslimejlen och kanslitelefonen.

### Nämn en sak ingen vet om dig?

Jag kan böja mina ben och tummar bakåt!

## FEM SNABBA

**Kaffe/te**

Morgonmänniska/**kvällsmänniska**

Pasta/**potatis**

**Solsemester/skidsemester**

Hav/**sjö**

## JENNIFER SCHIER SIGGELIN



### Vad är din roll i MASS?

Verksamhetsansvarig för simkunnighet. Jobbar mycket med våra unga ledare och flätar samman alla olika trådar.

### Nämn en sak ingen vet om dig?

Jag älskar att sova ute på balkongen!

## FEM SNABBA

**Kaffe/te**

**Morgonmänniska/kvällsmänniska**

**Pasta/potatis**

**Solsemester/skidsemester**

**Hav/sjö**

## JONATHAN SUHL



### Vad är din roll i MASS?

Tränare i tävlings- och träningsgrupperna, samt för masters och vuxencrawl. Sköter även en hel del administration.

### Nämn en sak ingen vet om dig?

Jag har brutit båda armarna samtidigt.

## FEM SNABBA

**Kaffe/te**

Morgonmänniska/**kvällsmänniska**

**Pasta/potatis**

Solsemester/**skidsemester**

Hav/**sjö**