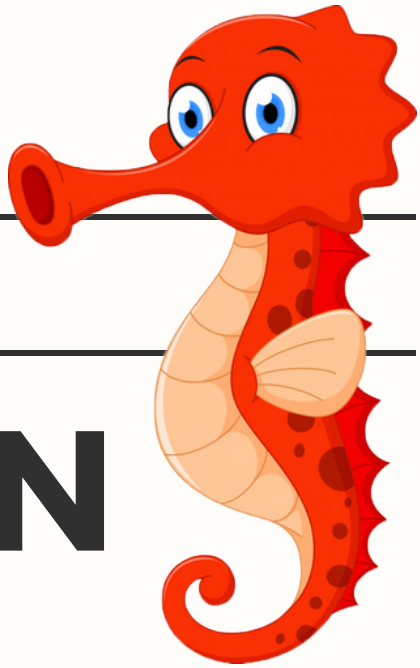
LADDADE MED ENERGI FÖR HÖSTTERMINEN

Vi har lagt sommaren bakom oss och laddade med en massa ny energi har vi kickat igång en ny termin.



SOMMAR 2024, NR 2

SJÖHÄSTEN

MÖLNDALS ALLMÄNNA SIMSÄLLSKAPS MEDLEMSBLAD

KLUBBCHEFEN HAR ORDET

MASS STARKARE ÄN PÅ LÄNGE

Hej,

Hösten är här och jag hoppas att ni alla har haft en fin sommar med mycket bad och bus. MASS har startat upp verksamheten och vi kan glädjande nog se att föreningen är tillbaka till likvärdigt medlemsantal som föreningen hade när gamla Åbybadet stängde 2018. Föreningen har under den här tiden klarar sig bra och vi är mycket tacksamma över alla er medlemmar som varit med under hela eller delar av resan.

Deltagarstatistik

Antalet aktiva vid uppstart av höstterminen 2024

	2024	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013
Baby och minisim	116	72	0	0	0	122	160	167	177	157	157	153
Simskola	1560	1427	1165	1056	1071	1163	1311	1577	1547	1495	1496	1490
Teknikskola	254	224	179	172	213	190	178	271	255	225	265	267
Tävlings- & träningssimmare	341	309	269	285	236	262	277	279	247	208	213	198
Parasimning med simskola	70	72	54	69	60	48	55	78	79	83	85	74
Masters	46	46	53	43	43	11	10	12	10	13	14	14
Vuxencrawl	43	82	43	0	15	58	0	119	113	129	137	101
Vuxensimskola	34	43	12	5	14	17	16	15	8	16	14	15
Seniorer 65 +	34											
	2498	2275	1775	1630	1652	1871	2007	2518	2436	2326	2381	2312

Baby- och minisimmet var under pandemin vilande och de verksamheterna behöver vi arbeta upp. Dock visar statistiken ovan att vi gjort en snabb ökning redan från förra året.

Föreningens tränings- och tävlingsverksamhet är större än aldrig förr. Det är framför allt antalet träningssimmare som ökat mycket de senaste åren. Andelen masterssimmare har varit stadigt högre de senaste fem åren och under 2024 har vi även utökat föreningens samarbete med Triathlonväst och Mölndals stad, där vi bland annat stöttar folkhälsan genom subventionerad verksamhet för målgruppen 65+ genom fler friska år i Mölndal.

Inför hösten 2024 har några medarbetare valt att gå vidare med bland annat studier. Några av dem har varit i föreningen länge och de vill vi rikta ett extra stort tack till, för det fina arbete de gjort. Tack! Vi har också glädjen att välkomna några nya medarbetare, dessa kommer ni helt säkert att träffa på i simhallen. Välkomna Agnes, Anton, Kajsa, Martin och Wilma. Vi har också en hel del nya timanställda ledare som har börjat.

Vi på MASS önskar er alla en fortsatt fin höst och hoppas att vi ses i simhallen.

Lindakatarina Ek, klubbchef

SOMMARENS MÄSTERSKAP

MED MÅNGA FINA RESULTAT I BAGAGET

VÅRSIMIADEN

Den 4 maj gick distriktstävlingen Vårsimiaden av stapeln i Stenungssund. Vi var en stor trupp på 55 simmare som under dagen deltog på många olika distanser i olika simsätt. Vi deltog även i både medley- och frisimslagkapper. När simmarna lämnade simhallen gjorde dem det med många fina prestationer i bagaget och en hel del nya personliga rekord.

SUM-SIM

Årets Sum-Sim (Ungdoms-SM) genomfördes i Sundsvall den 10-14 juli och MASS var på plats med en trupp på 17 simmare. Vi fick se sex stycken finalsimningar och bäst gick det för Angus som simmade till sig ett silver på 200 frisim.

SM/JSM

I sommras simmades SM/JSM i Tinnerbäcksbadet. MASS hade med sig en trupp på 15 simmare som genomförde många bra lopp, vilket resulterade i en massa nya personbästan.

Medaljer och finaler:

- Felix Jedbratt (SM Silver) 100m Fjärilsim, (SM Brons) 200m Fjärilsim och (SM Brons) 100m Frisim
- Arvid Höglund (JSM Brons) 50m Frisim

A-finalister:

- Felix Jedbratt 100m Fjärilsim, 200m Fjärilsim och 100m Frisim
- Måns Evertsson 200m Bröstsim och 200m Medley
- Herrarnas lag 4x100m frisim, 4x200m frisim och 4x100m medley

B-finalister:

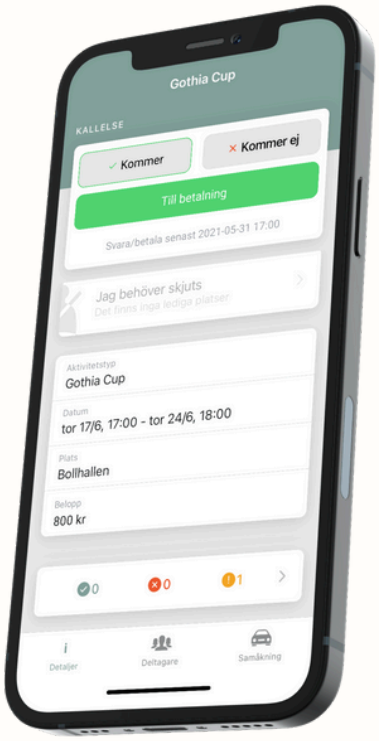
- Felix Jedbratt 50m Frisim och 50m Fjärilsim
- Max Swegmark 200m Ryggsim
- Sara Nyqvist 200m Fjärilsim
- Tilde Haugsnes 50m Bröstsim
- Robin Andreasson 100m Frisim

Top 8 placeringar på JSM:

- Arvid Höglund 50m Frisim och 50m Fjärilsim
- Erik Bailey 50m Frisim och 100m Frisim
- Tilde Haugsnes 50m Bröstsim

NY MEDLEMSAPP

FÖR EN ENKLARE TILLGÄNGLIGHET



Vår systemleverantör SportAdmin har lanserat en ny och förbättrad medlemsapp. Vi rekommenderar alla våra medlemmar att ha appen nerladdad, för att enkelt kunna komma åt t ex träningskalender och information om simmärken (utmärkelser).

Så här gör du:

1. Ladda ner appen “SportAdmin – För ledare och medlemmar” i App Store eller Google Play
2. Logga in i appen med e-post och inloggningskod. Använd samma e-post som du idag använder för att logga in i MedlemsAppen
3. Du kan nu ta bort den gamla MedlemsAppen från din telefon. Den kommer snart stängas för användning

KOMMANDE BOKNINGSÖPPNINGAR

GLÖM INTE ATT NOTERA I KALENDERN

Det kan kännas avlägset att tänka på simskola och simning till våren, när höstterminen nästan precis startat upp. Vi tänker att det kan vara skönt att sätta en påminnelse redan nu, så att det inte glöms bort vidare framåt i stundande juletider. Bokningen för vårterminen 2025 öppnar för **återanmälan den 10 december**. Nyanmälan öppnar den 17 december.

Övriga bokningsöppningar i höst:

- Höstlovskul (aktiviteter vecka 44 för Hajen & teknikskolan): Vecka 40
- Privatundervisning på höstlovet: Vecka 42
- Julintensivsimskola (vecka 50-51): Vecka 47

UPPDATERING FRÅN TEAM TRÄNING/TÄVLING

AKTIVITETER & TÄVLINGAR

LAGKAPPSKVÄLL SOM AVSLUTNING FÖR VÅRTERMINEN

Den 29 maj genomfördes en lagkappskväll för samtliga simmare i MASS tränings- och tävlingsgrupper. Vi mixade lag med simmare från alla åldrar och nivåer och det var en uppskattad kväll av både simmare och ledare. Totalt var 150 simmare med och simmade!

UPPSTARTSAKTIVITETER

För att starta igång höstterminen på bästa sätt har eller kommer alla tävlingsgrupper att ha en gemensam aktivitet. Träningsgrupperna kommer att erbjudas dagaktiviteter på höstlovet - mer information om detta kommer att komma inom kort. Nedan kan ni ta del av en kort redogörelse för de olika gruppernas aktiviteter:

- E-grupperna: Fikade tillsammans och körde en mångkamp, där en av grenarna var att kasta prick med makaroner. Tränarna hade också gjort en frågesport om sig själva.
- D-grupperna: Har en planerad uppstartsaktivitet den 14/9. Planen är att äta korv med bröd, köra samarbetsövningar för att lära känna varandra, leka och diskutera landträning.
- C-gruppen: Har en planerad uppstartsaktivitet den 27/9, med liknande upplägg som D-grupperna.
- B-grupperna: Bytte ut en träning för en förmiddag på Prison Island. Det vinnande laget fick sedan planera en lagkappsträning för grupperna.
- A-gruppen: Hade ett gruppmöte på kansliet, där vi gick igenom höstens planering och åt tacos.
- USM-gruppen: Startade upp terminen med lite klättring i Sisjön. Här fick simmarna utmana sig i lite nya rörelser och moment!
- Speedogruppen: En gemensam uppstartsaktivitet håller på att planeras.

Mästerskapsgruppen har startat terminen med mycket träning och laddar nu för första tävlingen i form av Wadköpingsdoppet. En del av simmarna i gruppen genomför sin träning på lite olika håll denna säsong, både i USA och på andra orter i Sverige.

VÄLKOMNA PÅ FÖRÄLDRAMÖTE

Onsdagen den 18 september kl. 17.30-20.00 bjuder Mass in till föräldramöte på Kulturhuset Möllan i Mölndal. Inbjudan riktar sig till alla tävlingsgrupper i föreningen. Vi kommer bland annat presentera organisationen, familjemodellen och gästas också av föreläsaren Göran Roos. Göran kommer att prata om vikten av värdegrundsarbetet i föreningslivet.

KOMMANDE TÄVLINGAR PÅ HEMMAPLAN

Lördagen den 30 december kommer vi att arrangera Höstsimiaden på Åbybadet. Tävlingen riktar sig till simmare 13 år och äldre. Vi ser fram emot att få arrangera och bjuda in föreningar i distriktet. **Under tävlingsdagen kommer vi att vara i behov av ideella krafter i bland annat bygg- och servicegruppen.**

Vårt andra Mass Race för terminen kommer gå av stapeln söndagen den 15 december. Mer information kommer löpande under terminens gång.

ROBIN ANDREASSON FIRAR 30 MASS-ÅR

I ÅR HAR HAN TÄVLAT FÖR MASS I 30 ÅR - EN SANN MASS:ARE!

UPPDATERING FRÅN TEAM SIMKUNNIGHET

VAD HAR HÄNT OCH VAD ÄR PÅ GÅNG

SOMMARSIMMET AVSLUTADE VÅRTERMINEN

Den 25 maj annordnade vi vårterminens avslutningstävling för våra deltagare i grupperna Fisken, Krokodilen, Hajen, samt teknikskolan. Under denna roliga förmiddag var vi cirka 80 simmare som deltog i olika grenar. Antingen så kunde man simma 25 meter valfritt eller välja något material och simma 25 meter med. Efter deltagande fick varje simmare med sig en medalj och en glass. Tack till alla er som kom och ville skapa en härlig och rolig avslutning på vårterminen 2024!

HÖSTTERMINEN 2024

Vi har nu startat i gång alla våra verksamheter inom simkunnighet. Vi är glada över att se våra yngre medlemmar komma till deras lektioner för att lära sig mer om simning. Vi har även denna termin grupper inom; baby- och minisim, simskola för barn, ungdomar och vuxna, teknikskola för simkunniga barn, samt para sim- och teknikskola.

PRIVATUNDERVISNING

Vi erbjuder privatlektioner för alla som inte har uppnått simkunnighet, oavsett ålder. Det går just nu att boka privatlektioner som kommer ske på fredagar (morgontider) och lördagar (tidigare eftermiddag) under veckorna 40–47, med uppehåll v. 44. Vi kommer också att erbjuda privatlektioner på höstlovet, tisdag-fredag. Dessa är bokningsbara från och med vecka 42.

LOVSIMSKOLA

Vi har nu under ett läsår haft möjligheten att erbjuda simundervisning på skolloven, för skolelever som ännu inte är simkunniga. Detta är ett samarbete med Mölndals stad - skolförvaltningen. Höstlovet är nästa tillfälle detta erbjuds - mer information kommer att ges via skolorna inom en snar framtid.

FLER FRISKA ÅR

MASS bidrar till folkhälsa och ökad livskvalité för kommuninvånarna 65 år och äldre

Forskning visar att befolkningen lever allt längre och ett hälsofrämjande arbete är därför en förutsättning för att klara kommande års välfärd. Mölndals stad har med anledning av detta avsatt en pott pengar och gett föreningar möjlighet att ansöka om medel för att kunna arrangera hälsofrämjande aktiviteter för denna målgrupp.

MASS har ansökt och blivit beviljade medel och har under hösten 2024 startat upp en kostnadsfri aktivitet för denna målgrupp. Vi kan med glädje meddela att intresset och uppslutningen varit över förväntan och att vi nu arbetar för ett fortsatt samarbete med staden i denna fråga.

”Det är roligt att kunna välkomna nya målgrupper i vår verksamhet och att i och med detta också kunna bidra till ökad folkhälsa och livskvalité på ett så konkret sätt. ” säger klubbchef Lindakatarina Ek

VÅRA FANTASTISKA MEDARBETARE

I MASS JOBBAR CA 70 PERSONER I OLIKA OMFATTNING

För att vi ska kunna bedriva all vår verksamhet krävs många fantastiska ledare, men också medarbetare som sköter allt bakgrundsarbete. Inför höstterminen 2024 har vi välkomnat många nya medarbetare i vårt fantastiska team. Besök gärna vår personalsida på hemsidan för att få ett ansikte på oss som är fast- eller visstidsanställda.

Alla nya medarbetare som börjar hos oss behöver delta på en introduktionsutbildning, där teori varvas med praktik. Denna genomförs en gång/halvår. Sedan behöver alla anställda delta på en HLR-kurs en gång/år - under hösten stundar kurser både för våra nya och tidigare medarbetare.

Inför uppstarten av varje höstermin har vi en gemensam kickoff för alla våra medarbetare. I år var vi på The Weaver i Mölndal. Förutom uppstartsmöte för respektive team omfattade dagen en föreläsning om att vara en trygg ledare, samt knep- och knåplekar som skulle lösas i team.