

# Årsmøte 24.mars 2022



## LARVIK SVØMMEKLUBB

### Dagsorden:

1. Godkjenne de stemmeberettigede.
2. Velge dirigent, referent, samt to medlemmer til å underskrive protokollen.
3. Godkjenne innkallingen, saklisten og forretningsorden.
4. Behandle Larvik Svømmeklubbs årsberetning, herunder eventuelle gruppeårsmeldinger.
5. Behandle Larvik Svømmeklubbs regnskap i revidert stand.
6. Behandle forslag og saker.
7. Fastsette medlemskontingent.
8. Vedta Larvik Svømmeklubbs budsjett.
9. Behandle Larvik Svømmeklubbs organisasjonsplan.
10. Valg

## **4. Årsberetning 2021**

### **Årsberetning består av:**

1. Styrets sammensetning, tillitsverv og faste oppgaver
2. Beretninger for året 2021
  - a) Styrets
  - b) Sportslig
  - c) Svømmeskolen
  - d) Sosialt
  - e) Masters

### **4.1. Styrets sammensetning**

Leder: Cathrine Tvedt-Hagtvedt

Nestleder: Torbjørn Engstrøm

Styremedlem: Atle Gulbrandsen

Styremedlem: Kjersti Nielsen

Styremedlem: Mads Helgaker

Varamedlem: Imran Mughal

### **Valgkomité:**

Leder: Audun Hystad

Medlem: Linn Storesund

Medlem: Øystein Werner Larsen

Varamedlem: Per Lakselvhaug

### **Kontrollutvalg:**

Medlem: Vilko Domazet

Medlem: Camilla Sleveland Lundh

Varamedlem: Arne Kjærmann

**Oppmann:** Ingfrid Svendsen

### **Dommere:**

Kirsten Sundby Foldvik, Forbundsdommer, overdommer, starter (nasjonal og internasjonal)

Øyvind Røed, Forbundsdommer, overdommer, starter

Grethe-Lill Olufsen, Kretsdommer

Antall Registrerte medlemmer 2021: 370 (337 i 2020)

Inkludert masters, trenere, styret, kursdeltakere og andre som er meldt inn i klubben.

Ca 54+269 aktive svømmere fordelt på følgende grupper:

NM	10
Ak	6
At	3
B	3
C	14
Intro	6
Masters	Ca 15
Kurs	269

## 4.2 A. Styrets beretning

Det har blitt avholdt 5 styremøter hvor 35 saker har blitt behandlet. Det har i tillegg blitt gjennomført endel drøftelser og uformelle møter da flertallet av styret har brukt noe tid sammen. Vi har også hatt en del avklaringer på telefonen, da vi har hatt- som i 2020, et spesielt år med covid-19.

Hovedfokuset til klubben har vært å holde klubben i gang, skape trivsel i partiene og ikke minst legge til rette for hver enkelt svømmer og ha en sunn økonomi.

Kommunikasjonskanaler som har blitt brukt er hovedsakelig hjemmesiden, facebook og mail.

Dugnadsvirksomhet: Vi har hatt ett rekruttstevne, men vår hoved dugnad er uten tvil badevakt for Larvik kommune.

Covid-19 har dette året- som i fjor, gitt oss store utfordringer i deler av året. Vi har fulgt alle anbefalinger og restriksjoner som har blitt gitt. Vi har måtte avlyse treningene ved flere anledninger i perioder og har da kommet med alternativ trening som sykling og løping. Dette i tråd med riktige antall svømmere og kohorter.

Vi avsluttet sesongen 2020-21 med en fin dag på høyt og lavt for alle svømmerne.

Vi arrangerte for første gang en 5 dagers sommercamp i 2 uker for distriktets barn i alder 7-13 år i uke 25 og uke 26. Vi hadde svømmetrening 2 ganger om dagen, og så brukte vi nærområdet med uteaktiviteter mellom kl. 09:00 og 15:00 hver dag.

I juli dro en god gjeng fra B, A og NM på hyttetur til Rjukan med fokus på samhold og trening. Der var det svømmetrening i Rjukanbadet og turer i området rundt Rjukan og Gaustablikk.

Opgaver i styret har blitt fordelt med ansvarlige grupper for dugnadsarbeid, sportslige aktiviteter, sosiale aktiviteter og økonomi. Det jobbes fortsatt med å få på plass foreldre som kan ta ansvar for ulike oppgaver under de ulike partiene.

- Vi arbeider for å ivareta et tett samarbeid mellom styret, svømmeskolen og trenerne
- Holde mest mulig aktivitet i gang i klubb og svømmeskolen
- Det har også i år blitt jobbet med det sosiale og lagt til rette for gode treningsforhold.

Vi er opptatt av alle gruppene og trenerne skal fungere godt sammen.

Styret har fokus å legge til rette for at alle svømmerne skal ha det bra, bli sett, føle mestring og kjenne trivsel i klubben. Vi ønsker at alle skal ha muligheten til å delta på våre aktiviteter. Derfor har vi i 2021 også dekket 50% på starter og lisenser og støttet både sommerleir og hotellopphold ifm stevne. Vi har jobbet iherdig med svømmeskolen både med kvalitet og tilgjengelighet for kurstilbud, både på dagtid og kveldstid. Vi har prioritert en god og ryddig økonomi, samtidig som vi har prioritert kvalitet i alle aktivitetene våre.

*Vi vil takke foreldre og ansatte for tid og energi de legger ned i klubben og en spesiell takk til dommerne våre som også legger ned mye dugnadstid for Larvik svømmeklubb.*

*For styret*

*Larvik 16.03.2022 Cathrine Tvedt-Hagtvedt*

## 4.2 B. Sportslig

### Utvalgte sportslige punkter fra 2021

#### Covid-19 preget igjen svømmeåret... Alle mesterskap ble arrangert høsten 2021

- 14 svømmere deltok på **LÅMØ Kongsberg** september 2021.
  - o Larvik svømmeklubb ble **BESTE KLUBB** 😊
  - o 5 på pallen sammenlagt (Øystein (3), Hallvard (2), Kaja (2)) hvorav 2 vinnere, Kristoffer og Michael
  - o Michael **BEST I NORGE**, gutter 2009. Diplom fra NSF
  
- ÅM Sandnes september 2021; 5 deltagere fra LSK, Noah, Hallvard, Kaja, Øystein og Kristoffer. Meget sterk prestasjon, som 2019.
  - o Kristoffer – 3 sammenlagt, 2 på 100 fly
  - o Øystein – 24 sammenlagt, 20 på 200 bryst/200 IM
  - o Kaja – 7 sammenlagt, 3 på 400 fri
  - o Hallvard – 6 sammenlagt, 3 på 200 bryst
  - o Noah – 26 sammenlagt, 20 på 400 fri
  
- 3 deltok i UM i Stavanger, oktober 2021; Kristoffer, Kaja og Øystein
  - o Kristoffer; 100 fly, 200 fri og 200fly
  - o Kaja; 200 fri og 200fly
  - o Øystein; 200 fly
  
- Kristoffer deltok på kortbane NM jr i Porsgrunn i november, 100 og 200 fly

### TRENERTEAM OG SPORTSLIG UTVALG 2021

Ingen hovedtrener ansatt i 2021.

Juan Escalada har hatt ansvar for program for gruppene (B) AK og NM.

Mange trenere har måtte dele på ansvaret for å kunne gi svømmerne et tilbud. Tusen takk for innsatsen i et krevende år!

- Juan Eduardo Escalada
- Petter Malm
- Grethe Lill Olufsen
- Katrine Sundy Foldvik
- Elvir Cehajic
- Didrik Næss
- Marthine Skarvang Engstrøm
- Thea Eikenes Sørensen

Sportslig leder, Atle Gulbrandsen

### KONFERANSER/KURS 2021

Ingen

## **REKRUTTSTEVNER I FARRISHALLEN, ARRANGERT AV LARVIK SVØMMEKLUBB 2021**

### **Larviksrekrutten 31/10**

28 deltagere, 6 stafettlag fra Larvik Svømmeklubb.

### **APPROBERTE STEVNER 2021**

#### **AQ Kick off stevne 14/8 – 15/8**

18 deltagere

#### **Låmø Sør 3/9 – 5/9**

14 deltagere

#### **Telemark svøm 11/9 – 12/9**

1 deltager

#### **Lambertseter Open 17/9 – 19/9**

15 deltagere

#### **ÅM, Sandnes 24/9 – 26/9**

5 deltagere

#### **Bergmannssvøm 16/10**

1 deltager

#### **UM, Stavanger 22/10 – 24/10**

3 deltagere

#### **Slottsfjell Open, Tønsberg 23/10 – 24/10**

22 deltagere.

7 lag.

#### **NM kortbane, Porsgrunn 11/11 – 14/11**

1 deltager

#### **Fjordsvøm, Sandefjord 20/11**

26 deltagere

6 lag

Larvik, mars 2022

Atle Gulbrandsen

Sportslig leder, Larvik Svømmeklubb

## 4.2.C. Svømmeskolen

Svømmeskolen har gjennomført 3 kursrunder i 2021 mens den 4. kursrunden ble startet opp i slutten av november som har overlappet med de fleste kursdagene i 2022.

Det har vært av type: Vanntilvenning, Hval, Skilpadde, Pingvin, Selunge, Sel, Sjøløven, Lær å svømme og Crawlkurs.

Vi har også startet en ny gruppe som vi har kalt Rekruttgruppa. Gruppen består av de som vi måtte finne et tilbud til, etter at de hadde gjort seg ferdig på sjøløve gruppa.

Vi har utvidet tilbudet for Sel, Sjøløve og Rekrutt med svømming 2 ganger i uka. Vi føler det blir mye mer samhold i gruppene og at de føler større tilhørighet til svømmingen, i tillegg til at de får en bedre utvikling på kortere tid.

Vi har for første gang også arrangert Sommercamp med 2x1 ukers opplegg for 7-12 åringer, hvor deltakerne kom og var sammen med oss fra mandag til fredag fra kl 09:00-15:00 Vi var i bassenget 2 ganger hver dag hele uka, og så brukte vi nærmiljøet rundt oss, med diverse aktiviteter da vi ikke oppholdt oss i bassenget. Her ble de eldste i svømmegruppa til LSK hjelpeinstruktører, i tillegg til den vanlige gjengen med instruktører og frivillige foreldre som stilte opp. Et veldig vellykket prosjekt til glede for både deltakere og klubben!

Det har vært 269 personer som har gått på kurs og 547 kursplasser er benyttet gjennom hele året som er registrert via tryggivann.no. Pga Covid-19 så har aktiviteten på svømmeskolen på kveldstid blitt noe redusert. Vi har måttet ha noen utsettelse av kurskvelder, så til tross for at vi har fått gjennomført kursene våre, så har det tatt noe lenger tid med en kursrunde i forhold til normalt.

Vi har vært aktive for å få til svømmeopplæring på dagtid. Vi er fortsatt utrolig heldige ved å ha fått til en avtale med Larvik kommune. Vi har avholdt svømmekurs i uke 8 og uke 41 for 263 påmeldte fem-åringer som er skolestartere til høsten 2022, og som går i de kommunale barnehagene i Larvik kommune. Dette gir oss gode muligheter i forhold til å synliggjøre hva vi jobber med, sysselsetning og ikke minst god økonomi. Det har også åpnet opp for flere interesserte kursdeltakere.

Vi har også gjennomført svømmekurs for Kvelde barnehage, Salbutangen Fus Barnehage, og Leikvang barnehage i tillegg til en siste runde med Verdensmesteren før skolen ble oppløst.

Svømmekursene på kveldstid har i hele 2021 vært holdt på Hedrum Ungdomsskole. Dagkursene har vært holdt på Hedrum Ungdomsskole, i Farrishallen, på Brunla Ungdomsskole og i Kveldehallen.

Tilbakemeldingene fra kursene har vært svært gode. Vi etterstreber god kvalitet i kursene våre, og at alle barn skal være ivaretatt og bli sett, samtidig som at alle skal ha en progresjon i svømmekursene og forhåpentligvis føle mestring.

Petter Malm har hatt vært hovedansvarlig for kursene vi har holdt på kveldstid, mens på dags kursene så har jeg tatt meg av administrering og fått avklart avtalene. Selve gjennomføringen av kursene gjøres i tett samarbeid med alle de flinke instruktørene og trenerne vi har i klubben vår.

Jeg er stolt av å jobbe sammen med alle de flotte og flinke instruktørene og trenerne som vi har i Larvik Svømmeklubb. Alle jobber selvstendig og er veldig flinke til å se alle barna!

Vi jobber oss inn i 2022 med mål om å ha fokus på alle diverse svømmekurs som vi har hatt i 2021, og for stadig å kunne bli enda bedre.

Ella Cathrine Schønning

## 4.2.D. Sosialt

Covid-19 preget LSK i hele 2021 og vi fikk dessverre kun gjennomført en liten del av arrangementene vi hadde planlagt. Covid-19 satte en stopper for påskeleir, Camp LSK/Aquarama stevne og Kveldeleir. Vi kommer sterkere tilbake når Covid-19 går over.

Litt fikk vi allikevel til...

12 juni fikk vi endelig samlet hele gjengen til sommeravslutning og en aktiv dag på **Høyt og Lavt** i Svarstad. Total ca 45 stk, svømmere med familie koste seg i tretoppene og med pizzasnurrer, baguetter, boller, kaffe og brus. En stor suksess!



I juli (7-14) gjennomførte vi en treningsleir på Rjukan for NM og AK som forberedelse til Låmø. Mye god svømmetrening, fjellturer mm og en veldig hyggelig sosial samling. Tusen takk til Ella for lån av hytte!

Vi overnattet samlet på Kongsberg Vandrerhjem ifm Låmø på Kongsberg. Låmø ble arrangert uten publikum og kun begrenset adgang for trenere i hall. Ved å bo samlet fikk vi bygget videre det gode samholdet blant svømmerne våre.

**Horten svømmeklubb** arrangerte en sosial høstsamling i november for alle i Vestfold med hinderløype i basseng, landtrening på treningsstudio og stretching i sal.

15 desember fikk vi gjennomført juleavslutning i **Farrishallen** uten publikum.

## 4.2.E. Masters

Året 2021 kan for Masters kort oppsummeres i Covid 19 😞

Vi har grepet alle muligheter til å trene innenfor de til enhver tid gjeldene føringer og retningslinjer. Det har dessverre ikke vært gjennomført konkurranser. Mastersgruppa er stort sett stabil, men litt frafall. Vi ønsker å rekruttere flere, men får det ikke helt til. Hvor blir 30 og 40 åringene av lurer vi litt på...



## **5. Behandle LSK sitt regnskap i revidert stand**

Vedlegg

## **6. Behandle forslag og saker**

**Hederstegn**

### **Valg til Forbundstinget 2022.**

Styret foreslår: Årsmøtet gir styret fullmakt til å utpeke en representant for LSK for deltagelse på årets digitale Forbundsting 22.april.

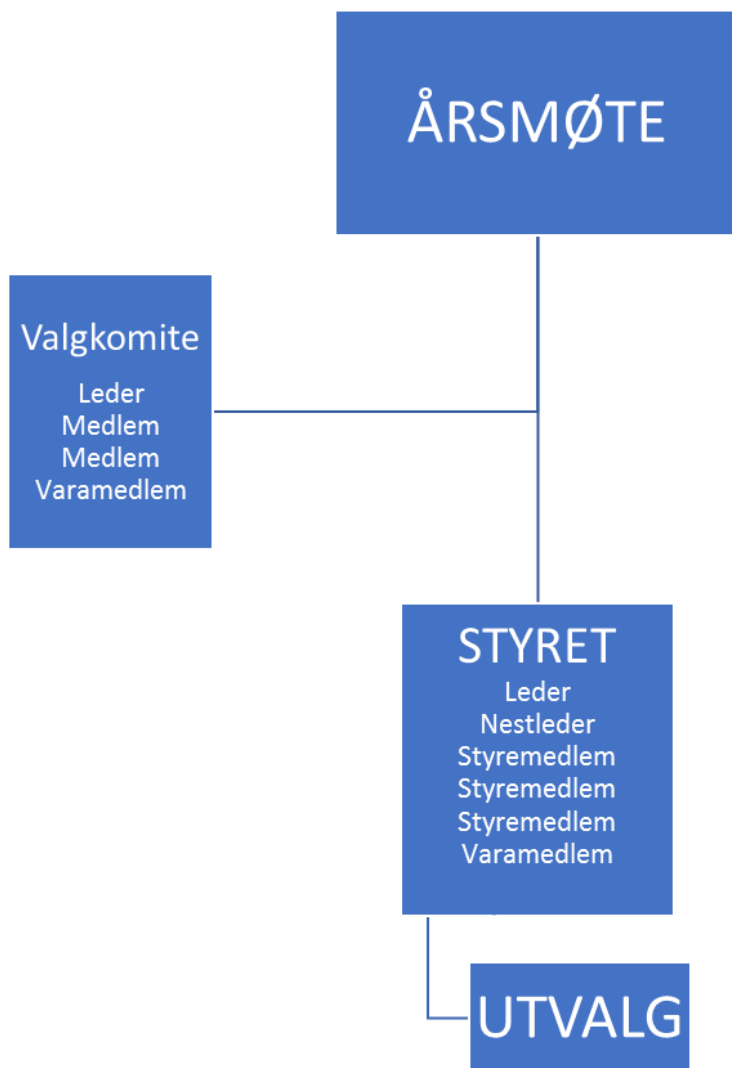
## **7. Fastsette medlemskontingent**

Det foreslås at medlemskontingenten økes til 350,- pr år fra 2023. Det foreslås videre at styret fastsetter treningsavgift som tidligere.

## **8. Vedta LSK sitt budsjett**

Vedlegg

## 9. Behandle LSK sin organisasjonsplan



## 10. Valg

Innstilling fra valgkomite

Vedlegg