

Årsrapport Delfin 2021/2022

Vi startet året med 9 svømmere. I løpet av året har 3 stykk rykket opp til hai og 1 har sluttet. Fra sjøløve har 3 stykk har rykket opp til delfin, og vi har også fått 1 ny svømmer. Vi er 9 svømmere per april 2022. Treningstidene har vært litt forskjellig i de to årene med corona. Fra sommerferien har vi hatt trening på tirsdag 18:40-19:30, fredag 16-17 og lørdag 17-18. Hver eneste fredag har vi mistet 15 minutter av treningstiden på grunn av smittevern, men nå har vi endelig fått tilbake de 60 minuttene vi egentlig skal ha.

Vi har fokusert mye på teknikk ved alle de fire svømmeartene. Etter en lang usikkerhet i 2020/2021 har det vært veldig fint å ha en nesten helt normal sesong, spesielt med treninger. Vi har derfor fokusert mye på teknikk både ved butterfly, rygg, bryst og crawl på grunn av at mange av svømmerne har mistet mye av dette fra fjorårets sesong.

Nå de siste månedene har vi begynt å fokusere mer på starter, vendinger og undervannsarbeid – men også det å svømme lengre og mer allsidig. Det har ikke vært noe særlig med stevner dette året. Men alle deltok på klubbmesterskapet og viste fine resultater og god fremgang. Vi har også sett et større engasjement fra ungene dette året hvor treningene går som de skal, enn fjoråret.

Thea Amalie Aksmo Svendsby og Helle Gjøsund, trenere delfin.