



HALDENS SVØMMEKLUB

Aktiv og interaktiv

Årsmøte 20. Mars 2010

Dagsorden

1. Åpning v/leder Lars Engen
2. Valg av dirigent
3. Valg av referent
4. Valg av 2 personer til å skrive under protokoll fra årsmøtet.
5. Årsberetning
6. Regnskap
7. Innkomne forslag
8. Utdeling av Byveterinær Svendsens pokal
9. Utdeling av reisestipend
10. Valg

Styret og øvrige verv som ble valgt på årsmøtet 4. Mars 2009

Adm. Leder:	Lars Engen	Ny 1 år
Sportslig leder:	Bjørn Berger	Ny 1 år
Sportslig leder:	Trond Forsstrøm	Gjenvalg 1 år
Nestleder:	Thor Edquist	Gjenstår 1 år
Kasserer:	Ulf Fredriksen	Gjenstår 1 år
Sekretær:	Tom Aronsen	Ny 2 år
Styremedlem:	Åshild Andersen	Ny 2 år
	Trude Landsverk	Gjenstår 1 år
Varamedlem:	Kirsten G. Berg	Gjenvalg 2 år
	Beata Harackiewicz	Gjenstår 1 år

Øvrige verv gjelder for 1 år:

Web-ansvarlig:	Ronny Signebøen
Revisor:	Bjarte Norheim
	Ole-Richard Holm-Olsen
Foreldregruppa:	Åse Næss
	Marianne H. Fredriksen
	Nina Engen
	Turid Bunæs
	Lisbeth Labori
	Sylvia Bjerregaard
	Marianne Grimsrud
Trenersekretærer:	Marianne H Fredriksen
	Atle Bergseth
Stevnekomite/Stevnesekretærer:	Trond Bakke
	Atle Bergseth
	Tom H Aronsen
	Tom-Rune Karlsen
	Tormod Olafsrud
Materialforvalter:	Lars Petterson
Merkeansvarlig:	Elisabeth S Eriksen
Påmeldingsansvarlig uapprobert:	Lasse Bunæs

Mediakontakt: Trener A (Elite) Lagleder
Valgkomite: Mari Morland
Tore Målerud

Oppsummering fra styret 2009:

Styremøter: Det har vært avholdt 8 styremøter i løpet av 2009/2010

Stevner:

Fredriksten cup	mai 2009
Fredriksten cup uapprobert	mai 2009
Julesvøm/klubbmesterskap	desember 2009

Annet:

Båtlotteriet gav en gevinst på kr. 99414

Dugnad allsang på grensen økte inntektene for foreldregruppa

Rehabilitering Remmen svømmehall har vært en aktuell sak siste halvår 2009

Styret overførte kr 100000 til Oscars minnefond

En takk fra styret

En stor takk til alle komiteemedlemmer, trenere, instruktører, foreldre og aktive støttemedlemmer, for den innstasen som har blitt gjort i det året som har gått.

Vi vil også takke de aktive svømmerne for innsatsen i 2009, og gratulere med oppnådde resultater.

Vi ønsker dere lykke til videre!

Styret

Medlemmer:

Aktive (medregnet div kurs)

Passive

Æresmedlemmer (Tormod Holm og Elisabeth S Eriksen)

Totalt

Dommere:

Klubben har følgende aktive dommere:

Forbundsdommere:

Morten P Hansen

Instruktør

Thor Gundersen

Kretsdommere:

Atle Bergseth

Ulf Fredriksen

Lars Engen

Beata Harackiewicz

Tormod Olafsrud

Representasjoner:

Bjørn Baltzersen:

Kasserer ØSK

Elisabeth S. Eriksen:

Sekretær i HIR

Æresbevisninger:

Bjørnlings pokal tildelt:

Oda Haagensen

Byveterinær Svendsens pokal tildelt:

Anna Forsstrøm

Valgkomiteens innstilling til årsmøtet 20.03.2010

Adm. Leder:	Lars Engen	Gjenvalg 1 år
Sportslig leder:	Bjørn Berger	Gjenvalg 1 år
Sportslig leder:	Trond Forsstrøm	Gjenvalg 1 år
Nestleder:	Thor Edquist	Gjenvalg 1 år
Kasserer:	Gunn B. Håkonsen	Ny 2 år
Sekretær:	Bjarte Norheim	Ny 2 år
Styremedlem:	Åshild Andersen	Gjenstår 1 år
	Trude Landsverk	Gjenvalg 1 år
Varamedlem:	Kirsten G. Berg	Gjenstår 1 år
	Beata Harackiewicz	Gjenvalg 2 år

Øvrige verv gjelder for 1 år:

Web-ansvarlig:	Ronny Signebøen
Revisorer:	Ulf Fredriksen Ole-Richard Holm-Olsen
Foreldregruppa:	Marianne Grimrud Åse Næss Sylvi Bjerregaard Marianne Fredriksen Turid Bunæs Nina Engen Lone Bjørgengen Grethe Rindal
Trenersekretær:	Atle Bergseth
Stevnekomite/Stevnesekretærer:	Trond Bakke Atle Bergseth Tom H Aronsen Tormod Olafsrud
Materialforvalter:	Lars Petterson
Merkeansvarlig:	Elisabeth S Eriksen
Påmeldingsansvarlig uapprobert:	Lasse Bunæs
Mediakontakt:	Trener A (Elite) Lagleder

Valgkomite:

Marit Lie
Grethe Rindal

Årsberättelse för A partiet 2009

Det har skett en del under året för detta partiet.

I Januari blev Jan sjuk, det togs då beslut att jag (Bea) skulle ta över som huvudtränare för A partiet.

det bestämdes också att vi skulle slå ihop de 2 partierna, A och B1 eftersom de ändå tränade i stort sett samma program. Detta visade sig vara ett bra drag, och det har fungerat utmärkt, de anpassade sig snabbt in i gruppen och gjorde stora framsteg både på tävling och i att klara av träningarna. De som kom upp var Andreas, David, Jacob, Joakim, Johanne och Linn Carina.

Under våren deltog vi på de tävlingar som var på terminlistan, Kongsten Swim Cup, Oslofjordlekene, ÅMÖ kvalikken, Fredriksten cup.

Vi deltog också med 10 simmare på Solstad doppet i Karlstad. Detta var nog den tävlingen under våren som bjöd på allra bäst resultat av simmarna. Många pers och bra placeringar.

7 simmare deltog på Landsdelsmönstringen i Kolbotn (Anna, Anne Helene, Emilie, Cecilie, Oda, Jacob, Andreas. Bäst gick det för Oda som hade topp placeringar i de flesta grenarna. Men även Andreas visade fin form och tag en 2 plats på 200 rygg.

I april representerade Nora HSK på NM. Hon ställde upp på 200 butterfly (2.36.85) och fick för det en 19 plats.

I pingsten deltog vi på Swimshop Cup på Frognerbadet. det var första tävlingen i långbana denna säsongen.

Som avslutning på terminen för de flesta deltog vi traditionsenligt på Mjössvöm i Hamar som är en av Norges största tävlingar. Oda fick med sig 2 st kvalificeringar till UM på 50 och 100 bryst. Övriga simmade också bra och satte en del långbane pers. Deltagare från A partiet var Anna, Anne Helene, Oda, Nora, Emilie, Cecilie, Johanne, Jacob, David, Joakim, Andreas, Oscar, Pål.

I juli var Nora än en gång HSK's enda representant på NM/JNM. HON simmade 100 och 200 butterfly (1.09.65 och 2.31.77) det höll till en 18 och en 9 plats.

Efter sommarlovet var det dags för uppstartsläger i Skagen. Här deltog alla utom Nora, Johanne och Linn Carina (Siri, Pål, Henriette och Håkon har slutat) Vi fick även tillskott i partiet i form av Stian och Hallvard.

Veckan präglades av teknik och vattenkänsla som sig bör på ett uppstartsläger. Alla visade fin form och var motiverade att satsa till hösten.

Vi hade ett möte och gick igenom vad som krävs för att vara elitsimmare och satsa till mästerskap. Men alla fick också besked att det var helt valfritt om man ville göra detta.

När vi kom hem fortsatte vi med samtal med simmare och föräldrar, alla fick anmäla vilka träningar man tänkte delta på under veckorna, detta för att det ska bli lättare för tränaren att anpassa träningarna efter de simmare man vet kommer på de olika träningarna samt för att simmarna ska få lite rutiner.

De flesta var väldigt sugna på att satsa hårt i höst. Tyvärr bestämde sig Joakim för att ge sig som simmare. Men satsa på en karriär som tränare istället vilket är väldigt fint.

För att vara en del av de satsande simmarna var kravet att träna minst 6 pass i veckan.

Första tävlingen för hösten var Glomma Cup, vilket var en tävling vi inte prioriterat så högt, den kom mitt i en ganska intensiv träningsperiod, likaväl blev det många pers här.

Nästa tävling var Arne Borgs Minne i Stockholm. Denna sammanföll fint med höstferien, så det blev en tur med både träning och tävling för simmarna. Vi tränade lite själva och ett par pass med SKK. Det var väldigt skoj att se hur bra simmarna tränade tillsammans med andra.

Tävlingen gick väldigt bra. Alla persade på nästan allt de simmade. Det var ganska hård konkurrens, men Andreas lyckades knipa silvret på 50 m rygg. Alla var nöjda med en fin tur.

På väg hem hände det som alla vet en förfärlig olycka. Jag tänker inte skriva mer om det. Men det förändrade mycket. Ingenting kommer bli sig likt, som vi alla ville haft det.

Efter samtal med simmare och andra ledare bestämdes det att vi fortsätter träningen som vanligt och efter planen i den mån det går. Och det gick relativt bra, det var nog skönt för de flesta att ha något som var nästan som vanligt.

Trots allt bestämde de flesta sig för att delta på nästa tävling, Olavslekene. Alla simmade kanonbra och fina pers sattes.

Några deltog på Speed Open. Här simmade framförallt Jacob och Anna väldigt bra.

I november deltog Andreas och Oda på Nordsjøstevnet i Stavanger. Bäst gick det för Andreas som fick en 3e plats och sitt första UM krav på 200 rygg. (2.19.60)

Övriga deltog på Höstduppen i Moss och simmade bra där.

26-29 november deltog 6 simmare på UM i Harstad. Det var: Andreas, Anna, Oda som simmade individuellt. Anne Helene, Emilie och Cecilie simmade stafetter.

Bäst gick det nog för Anna som noterades för en 7 plats på 800 fri (9.35.74) och en 9 plats på 400 fri (4.43.61) två fina personliga rekord.

Oda hade sina bästa placeringar på 100 och 200 medley (1.11.19 och 2.32.76) där hon blev nummer 7.

Andreas blev lite tagen av stundens allvar och simmade lite över pers på 200 rygg (2.23.07) för detta fick han en 7 plats.

Alla simmade bra, och för första gången var alla tjejerna under 30 sekunder på 50 fritt. För övrigt var det pers på nästan alla lopp i stafetterna.

Nora var också kvalificerad men har under hela hösten slitit med en höftskada och inte kunnat träna fullt.

Året avslutades som vanligt med klubbmästerskap på Remmen.

Under året har vi även kört triathlon, ishockey, löpning, klättring m.m

Vi har även ingått ett avtal med Family Sports Club om ett visst antal gruppträningar där, vilket har varit uppskattat hos simmarna.

Vi har haft ett par besök av simmare från SKK som tränat ihop med oss här. Det har också varit skoj för simmarna.

Vi har haft en del samarbete med det nya rekrutt partiet och tränat lite tillsammans med dem. Vilket både jag och Jan ser som väldigt positivt.

Under sista delen av året bestämde sig Oda för att byta klubb till SIL och Johanne bestämde sig för att sluta simma.

Simmarna har under året gjort stora framsteg både fysiskt och psykiskt. De har fått mer förståelse för vad de håller på med och varför. De har satt många personliga rekord, en del fler än andra, vilket säkert kan bero på ålder och utveckling. Killarna är de som rent tidsmässigt kapat mest sekunder.

De allra flesta hade UM som sitt stora mål och presterade väldigt bra där trots allt som hänt i höst.

Gruppen har blivit liten, det återstår nu 8 personer. Så blir det ibland. Det är en svår ålder då man måste bestämma sig om man vill träna 6-7 gånger i veckan+tävla nästan varje helg, eller om man vill göra något annat. En liten men relativt stabil grupp återstår.

Våra träningstider har varit: Måndag, tisdag morgon, tisdag kväll, onsdag, torsdag morgon, torsdag kväll, fredag, lördag morgon, lördag kväll.
Totalt 9 pass, där simmarna fick välja ut minst 6 st att delta på.

Beatrice Sjölund

Tränare



A-rekrutt, 2009 !

Gruppen utøvere:

10 jenter, 5 gutter fordelt på aldersgruppen 12-15 år. Usedvanlig fin og talentfull ungdom, håndplukket fra byens ulike skoledistrikt.....

Treningsansvarlige:

Jan Hansen (Hovedtrener)

Sessa G. Berg (Trenerass. 1)

Jørgen J. Berg (Trenerass. 2)

Vanlige mennesker, oppdaget i byens parkområder en søndag morgen, bragt til Remmen og satt i arbeid.....

Treningstider:

Mandag, onsdag og fredag, 15.00-17.00, nå også lørdager 16.00-18.00.

Partiets formål:

Å utvikle talenter til fremtidens elitesatsing i klubben, ved forsiktighet og hensyn til gruppen, å gradvis øke den totale treningsbelastning.

Å arbeide mer resultatorientert med tanke på den relative svømmehastighet, samt nærme seg en mer moden forståelse av ulike tekniske detaljer rundt svømmingen.

Å utvikle tøffe og robuste ungdommer på en basis av å være sympatiske og reflekterte.

Som trenere å møte de unge vel forberedt, med godt humør, respekt og forståelse,

Som trenere å gi alle gruppens utøvere en følelse av å bli sett og roset.

Å utmerke oss på en positiv måte når vi representerer klubben vår på stevner.

Å ha det riktig gøy sammen og søke et positivt samarbeid med de andre trenere og utøvere i klubben vår.

Høst og vinteren 2009/2010:

Under Hansens kyndige hånd har partiet gradvis økt den totale treningsbelastning fra 6000m/uke til ca 13000m, med en topp på 22000m i forbindelse med en treningshelg vi arrangerte i slutten av januar i år. Vi ser i perioden et meget godt treningsoppmøte og nærmest en komplett deltagelse på klubbens prioriterte stevner. Utenfor distriktet har utøverne deltatt på stevner i Oslo, Asker og Lysekil, for derfor å møte andre svømmemiljøer enn de i vårt eget fylke. En bra utvikling av resultater er i perioden registrert. 5-6 utøvere i gruppen hevder seg blant topp 3 i fylket i sine spesialøvelser. ÅM var ingen proritert mål for partiet, likevel kvalifiserte 5 utøvere seg til regionsfinaler, 1 til landsfinale. Avstanden til de beste i landet er krympet i perioden. Samarbeidet i gruppen oppleves harmonisk og utøverne utviser bra respekt for

hverandre. Ulike sosiale tiltak er prioritert for videre å kunne utvikle et godt vennskap i gruppen. Ungdommen opplever vi som flotte enkeltindivider som mest er en glede å kunne følge opp og være sammen med. Takk for det gode samarbeidet med alle dere foresatte på partiet. Deres gode humør ,forståelse og hjelp er viktig for å finne glede i arbeidet vårt og for å kunne motivere de unge videre. Styret og samholdet i klubben er unikt. Det arbeides fruktbart i alle ledd og oppmersomhet på hvor dyktige styret er må understrekes. Nå er er det snart påske og nær alle på A-rekrutt deltar på leir i et myrområde et sted i midtsverige. Der skal Trond steke kylling til alle.....Vi gleder oss , God Påske alle sammen.....

Jan, Sessa og Jørgen

Evaluering Høst 2009 - B-parti

Måneder	August	September	Oktober	November	Desember	Kommentarer
Samlet kommentarer	<p>Mye rot og frustrasjon med sammensetningen på partiet og avgjørelser som ble tatt uten mulighet til å påvirke. Sportslig er det frykkelig store sprik i nivået på de ca 15 svømmerene. I tillegg fungerte ikke trener sammensetningen. Det tok lang tid før vi fikk en plan, grunnet at den ene treneren ville ha delt ansvar, men tok ikke ansvar.</p>	<p>Sammensetningen av svømmere har satt seg, men fremdeles et dårlig trener team. Vanskelig med teknikk da nivå er veldig lavt. Likevel er det store fremgangar å se. Fulgt plan - gikk bra. Ingen sosiale aktiviteter</p>	<p>Ikke gjennomført havhest, balanse eller sosiale aktiviteter. Ellers ok. Ny trener som skulle inspirere. Alt gikk bedre både administrativt og sportlig.</p>	<p>pga nivå fortsatte vi med mellomdistanse. Vi fullførte ingen test på slutten av perioden grunnet øving til stevne ble heller prioritert. Ikke fulgt opp motivasjon og koordinasjon. Trener team fungerer bra.</p>	<p>ikke bowling og pust. Ellers fulgt plan og gjennomgått puls.</p>	
Utholdenhet	Kartlegging	cr - mellomdistanse	cr - mellomdistanse. Havhest. Lengdemerker	cr - langdistanse. Liten test. Lengdemerker	Intervalltrening basert på testen	bra
S styrke - basert på lek	_____m"_____	dips. planken --> supermann	fortsette planken. Mer dips. kast med medisinalball med knebøy	supermann. Trillebor. klatring 1x pr uke. kast med medisinalball fra sitt ups	armbøyninger. Dips	bra
Teknikk - hele høsten brukes crawl som mestringsøvelsen. Kun strekk og noe albue her, altså mer spesifik teknikk trening	_____m"_____	rygg: heve bein /strak hof, rolasjon, noen mangler 2.del i taket:knekk i albuen, noen mangler avslutning dvs stramme håndledd, hodet bakover, telle tak til vending	br - beinstyrke, strekkhof, 1.del:skuldre, 2. del:eksplosivitet, 3.del:skuldre, hodet: fremover. Salto vending	bf: Mye individuelt: takt, styrke, strekk, skuldre, hodebruk.Saltovending	start,pust	bra
Annet innen GRUNNTRENING (spenst - bevegellighet - hurtighet - koordinering)	_____m"_____	bevegellighet gjennom tøying - spagat, skuldre. Begrense de som er overbevegelige. Koordinasjon gjennom ulike bevegelser på armer og bein og ulike stillinger i vannet	fortsette tøye. balanse øvelser med variasjoner. Tautrekking som en trening av 2. del i br taket	koordinasjon gjennom synkronsvømming	snipp og snapp. Reaksjon trening gjennom lyd under vann	ok
Konsentrasjon og motivasjon	_____m"_____	-disiplin -NÅMØ -lazerworld.	NÅMØ - 200 m. balanse Vannpolo	valgfritt øvelse valg på stevne- skuddtrening - 400 m. Synkronsvømming. Curling	. Klubbmesterskap. bowling. Brettspill. Stup	dette må jobbes mer med
Sosiale aktiviteter	skaffe telefon/adresse til alle, grille og fortelle litt om sommerferien	foto- og kunstverksted (eks snekker eller mekanisk)	samles til film og brettspill	samles til film og brettspill. Curling	film verksted. bowling. Brettspill	

Konkurranser

— på hvert stevne fikk alle krav om minst en øvelse alt etter hva vi hadde jobbet med

E/F-partiet 2009

Gruppen:

Fra og med januar fikk partiet treningstid på Remmen i stedet for på Halden bad.

Denne fortsatt livlige gruppen har bestått av 16 ivrige svømmere; 1998 (1 gutt) 1999 (1 gutt og 2 jenter) resten er fordelt i årsklassene 2000 og 2001. Vi begynner å bli bedre kjent og det sosiale miljøet er godt.

Fire svømmere har sluttet og to nye har begynt, slik att gruppen nå består av 14 ivrige svømmere.

Trening/stevner:

Treningstidene har vært fra 15 – 16, mandager og fredager.

Oppmøtet til treningene har vært meget godt og stabilt.

Vi har deltatt på alle stevner i Østfold, og svømmerne begynner å bli "rutinerte".

Treningsinnhold:

Vi har fortsatt å fokusere på å gi svømmerne en felles forståelse for linjeholding, det å kunne flyte og gli. Vi har jobbet med grunnleggende crawlteknikk, mest med hodets posisjon og pusteteknikk. Vi har også øvet på ryggteknikk og stup.

Vi begynte med bryst- og flyteknikk mot slutten av året.

I tillegg har gruppen sammen med Joakim gjennomført en kort styrketrening føre hver svømmetrening.

Trenerteamet:

Trenere denne sesongen har vært Joakim Labori, Maria Forsstrøm og fra og med august var vi så heldige å få med oss Ragnhild Lauritsen på teamet.

Joakim, Ragnhild og Maria

Masters HSK, Årsberetning for året 2009



Fra Åbne Københavnske Masters november 2009

Mastersgruppen er minst like aktiv som tidligere, og året har vært fullt av treningsiver, hyggelig prat i badstua, stevner og hederlige resultater. Vi har fått noen nye treningskamerater og noen viser seg mer sjeldent, men vi har for det meste et godt oppmøte på 10-15 svømme glade eks-svømmere. Vi er pr i dag 18 Masters i klubben. Alderen spenner fra 23 – 54 år, med hovedtyngden et sted midt i mellom.

Vi disponerer som tidligere 3 baner på mandagskveldene fra 21.00 og hele bassenget samme tid på onsdagene. Hvis vi er nærmere 15 stykker med varierende ambisjoner, blir det for trangt om plassen på mandagene, og det er veldig viktig å kunne disponere hele bassenget på onsdagene. Dette er viktig også for å kunne ha et tilbud til de som er potensielle nye masterssvømmere, og for de som ønsker å svømme litt i sitt eget tempo. Det er frivillig om man ønsker å være med på fellesprogrammet som pleier å være 2000m eller litt mer.

Våren 2009 var vi 5 lovende Masters-svømmere som deltok på Danish Open Masters i Ringsted - Haldens vennskapsby i Danmark. Medaljehøsten sto Jørgen Berg for med 1 gull og 1 sølv.

Vi var en stor gjeng som deltok på det mest tradisjonsrike stevnet "Åbne Københavnske Masters" i november 2009. Vi var 12 påmeldte, men noe frafall reduserte kontingenten til 8 mann. Det ble 2 andreplasser og 1 tredjeplass til Jørgen Berg, og også tredjeplasser til Rune Offerdal og Christian Børresen.

For å veie opp for det totale fravær av kvinner i Masters-gruppa, inviterte vi våre bedre halvdeler på julebordet som markerte slutten på Masters året 2009.

I år er det Masters VM i Gøteborg, og vi håper at vi blir mange Masters- HSK'ere der.







På vegne av mastersgruppen,

Christian Børresen

HALDENS SVØMMEKLUBS SVØMMEKURS.



ÅRSBERETNING BARNAS SVØMMESKOLER.

VANN (Vannmerket)	DYKKE (Hval)	FLYTE (Skillpadde)	GLI (Pingvin)	FREMDRIFT (Selunge)	SVØMME- DYKTIGHETS- MERKET
					

VANNTILVENNING – VANNSIKKERHET – VANNGLEDE- SVØMMEDYKTIGHET!

Haldens svømmeklubb gjennomførte totalt 19 svømmekurs 2009. 7 kurs våren 2009 og 12 kurs høsten 2009, kursene går over 10 kurs dager. Hovedmålene for kursene er at barna skal være trygge i vann, samt tilegne seg grunnleggende ferdigheter som man kan bygge videre på i selve svømmeopplæringen.

Svømmedyktighetspartiet avsluttet kurset sitt våren 2009 med å delta på den uapproberte delen av Fredriksten cup og høstkurset avsluttet kurset med klubbmesterskapet/ Julesvømmingen.

Dette medførte at klubben hadde totalt 120 stk deltagere på årets klubbmesterskap, noe som lover godt for den videre utviklingen av klubben.

Noen tall og data:

Kurs	Deltagere våren	Deltagere høsten
Vann	15	30
Hval	20	21
Skillpadde	12	30
Pingvin	19	11
Selungen	16	31
Svømmedyktighet	12	33
E		22
Totalt	94	178

Vi ser her at vi i løpet av høsten nesten doblet antall elever. Årsaken til det er at vi laget en liten brosjyre som ble delt ut til de fleste av Haldens barneskoler.

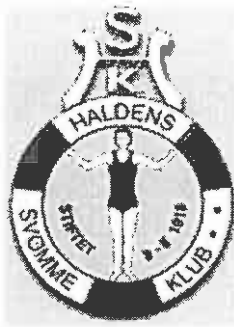
Det ble også innført "prøvesvømming" 3 lørdager før kursstart. Dette for at de nye elevene kunne komme å vise hva de kunne og vi kunne ut fra det de viste oss gi de et best tilpasset tilbud.

Vi har fortiden ca. 20 personer som deltar i dette opplegget.

HSK har som krav at alle trenerne i Barnas svømmeskoler skal ha gjennomgått trenerkurset "Nybegynner" eller tilsvarende kurs og ha godkjent livredningskurs. Undervisningen foregår på Remmen søndager mellom kl.15.00 -18.00. Vi deler da bassenget i 4- 5 deler, noe som gjør at vi kan ha mange grupper i sving på en gang.

Det er meget lite frafall på kursene, av de som deltok våren 2009, kom 80 % igjen til nye kurs på høsten. (Denne trenden fortsetter også for våren 2010).

Marit Lie
Trond Forsstrøm
2009.



Foreldregruppa i 2009 har bestått av følgende:

Marianne Grimsrud	leder
Åse Næss	kasserer
Lisbeth Labori	sekretær
Sylvi Bjerregaard	
Marianne Fredriksen	
Turid Bunæs	
Nina Engen	

Vi har i løpet av perioden hatt fire møter i Haldens Svømmeklubs lokale og ett møte hjemme hos Marianne Grimsrud.

Følgende arrangement for medlemmene:

Sommeravslutning Ormtjern 27.mai 2009

RollinBowling for D-partiet 9.oktober 2009

LazerWorld for A+B+C parti 30.september 2009

Grøttest Ormtjern 7.desember 2009

Kiosksalg på følgende arrangement:

Fr.sten Cup 25.+26. april 2009

Klubbmesterskap 6.desember 2009

Barnas Svømmeskole Remmen

Foreldregruppa har skaffet gevinster og organisert salg av julekalendere hvor alle svømmere har bidratt.

Foreldregruppa har arrangert 4 frokoster og klargjort for brettspill og hyggekveld for alle svømmerne i klubblokalet.

Følgende arrangement er sponset:

Askimbadet, romjul 2008	8750
Støtte til Karlstادتur	4000
Frokost/bevertning i april	2025
Frokost/bevertning i april	1123
Bevertning på kurs i klubblokalene	892
Støtte til Mjøssvøm	4385
Sommeravslutning, Ormtjern	255
Støtte til Oppstartsleir. Fårup sommerland	19982
Frokost/bevertning i september	512
Støtte til høstleir	10000
Lazerworld	2400
RollinnBowling	1670
Frokost/bevertning i oktober	884
Grøtfest på Ormtjern	1912
<hr/> Sum utbetalinger	<hr/> 58790

For øvrig viser vi til regnskapet.

For foreldregruppa:

Lisbeth Labori
Halden, 2010-03-11



Årsmøtereferat for 2009

Protokoll fra årsmøte Haldens svømmeklub
Risum v.g.s. 20.mars 2010

Det var 9 medlemmer til stede, i tillegg til styret. Totalt 15.

1. Åpning og konstituering:

- Årsmøte ble åpnet av adm.leder Lars Engen.
- Valg av dirigent. Lars Engen påtok seg jobben, siden ingen andre var villige. Valgt
- Valg av referent. Styremedlem Åshild Andersen ble foreslått og valgt.
- Valg av 2 personer til å underskrive protokollen. Atle Bergseth og Bjørn Berger ble foreslått og valgt.

2. Årsberetning: Årsberetning ble lest og godkjent. Ønske for neste årsberetning er at alle personer blir notert både med fornavn og etternavn, slik at det for ettertiden er enklere å vite hvilke personer det er skrevet om.

3. Regnskap: Kasserer Ulf Fredriksen gikk igjennom regnskapet for 2009, dette viste et overskudd på kr. 25449,20. Regnskapet var revidert av Bjarte Norheim og Ole-Richard Holm Olsen.

4. Innkomne forslag: ingen innkomne saker.

5. Utdeling av byvetrenær Svendesens pokal 2009 gikk til Anna Forsstrøm

6. Utdeling av reisestipend for 2009 gikk til Anna Forsstrøm.

7. Valg i henhold til forskrifter:

Adm.leder:	Lars Engen	Gjenvalg 1 år
Sportslig leder 1:	Bjørn Berger	Gjenvalg 1 år
Sportslig leder 2:	Trond Forsstrøm	Gjenvalg 1 år
Nestleder:	Thor Edquist	Gjenvalg 1 år
Kasserer:	Gunn B. Håkonsen	Ny 2 år
Sekretær:	Bjarte Norheim	Gjenstår 1 år
Styremedlem:	Åshild Andersen	Gjenstår 1 år
	Trude Landsverk	Ny 2 år.
Varamedlem:	Kirsten G. Berg	Gjenstår 1 år
	Beata Harackiewicz	Ny 2 år

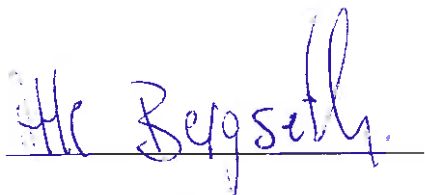
Øvrige verv gjelder for 1 år:

Web-ansvarlig	Ronny Signebøen
Revisorer	Ulf Fredriksen Ole-Richard Holm Olsen
Foreldregrupper	Marianne Grimsrud Åse Næss Sylvie Bjerregaard Marianne Fredriksen Turid Bunæs Nina Engen Lone Bjørgengen Grethe Rindahl
Trenersekretær	Atle Bergseth
Stevnekomite:	Trond Bakke Atle Bergseth Tom H. Aronsen Tormod Olafsrud
Materialforvalter:	Lars Petterson
Merkeansvarlig:	Elisabeth S. Eriksen
Påmelding uapp.:	Lasse Bunæs
Mediakontakt	Trener A og elite/ oppmann Ulf Fredriksen
Valgkomite 2010:	Marit Lie Grethe Rindahl

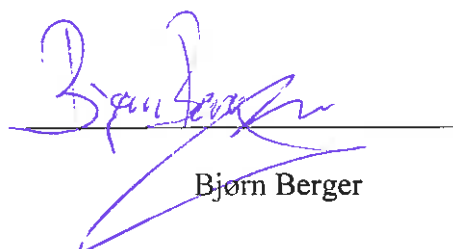
Det var ikke kommet inn andre forslag til vervene. Valgkomiteens innstilling ble enstemmig vedtatt.

Ettermiddagen ble avsluttet med enkel servering.

Referent
Åshild Andersen



Atle Bergseth



Bjørn Berger