



Årsmøte 8.mars 2014

Dagsorden

1. Åpning v/leder Grete Rindahl
2. Valg av dirigent
3. Valg av referent
4. Valg av 2 personer til å skrive under protokoll fra årsmøtet.
5. Årsberetninger
6. Innkomne forslag
7. Regnskap og budsjett
8. Valg

Styret og øvrige verv som ble valgt på årsmøtet 18. mars 2013

Adm. Leder:	Grete Rindahl	Ny, 1 år
Sportslig leder:	Jørgen Berg	Ny, 1 år
Sportslig leder:	Jan Chr. Bjørneby	Gjenstår 1 år
Nestleder:	Joakim Karlsen	Ny, 2 år
Kasserer:	Ronny Signebøen	Gjenstår, 1 år
Økonomiansvarlig:	Gunn B. Håkonsen	Gjenstår, 1 år
Sekretær:	Lars Engen	Gjenstår, 1 år
HMS-ansvarlig:	Harald Oseland	Ny, 2 år
Styremedlem:	Sissel Kallar	Gjenstår, 1 år
Styremedlem:	Trond Forsstrøm	Ny, 2 år
Varamedlem:	Øystein Back	Ny, 2 år
Varamedlem:	Kjetil Fjellstad	Gjenstår 1 år

Øvrige verv gjelder for 1 år:

Web-ansvarlig:	Ole Magnus Olsen
	Joakim Karlsen
Revisor:	Ulf Fredriksen
	Ole-Richard Holm-Olsen
Foreldregruppa:	
A-parti:	Beata Harakiewicz
A-rekrutt:	Anne Midtlien Signebøen
B-parti:	Elisabeth Bergstrøm, Ann-Charlott Woldheim, Gro Løwengren, Mariann Melhus
C-parti:	Monica Oseland

D-parti: Mona Olsen

E-parti: Inger Edvardsen

F-parti: Mona Back

Påmeldingsansvarlig approbert: Sissel Kallar

Påmeldingsansvarlig uapprobert: Per Forsstrøm

Stevnekomite/Stevnesekretærer: Bjørn Berger (leder)

Per Forsstrøm

Atle Bergseth

Materialforvalter: Ingen

Klubbdraktansvarlig: Josielyn Dahl

Merkeansvarlig: Elisabeth S Eriksen

Svømmehall komite: Trond Forsstrøm

Lars Engen

Valgkomite: Monica B. Oseland

Linn Aksmo Olsen

Oppsummering fra styret 2013

Styremøter:

Det har vært behandlet 64 saker av styret i 2013.

Stevner:

Svømmeklubben har arrangert Fredriksten Cup uapprobert i mars 2013 og julesvøm/klubbmesterskap i desember 2013.

Annet:

Svømmeklubben hadde også i 2013 utfordringer med begrenset halldid i forhold til partienes behov, og både utøvere og trenere har vært fleksible for å få det til å gå i hop. Arbeidet mot ny svømmehall pågår, men moderat, og et vellykket møte med berørte lag og foreninger og politikere ble holdt i juni. Vi avventer fortsatt videre utvikling i saken, og er glade for at Remmen heller ikke i 2013 ble stengt for en lite formålstjenlig rehabilitering.

Svømmeskole og lavere partier har fortsatt god oppslutning, og det gjøres mye godt arbeid i klubbens regi for å gjøre Haldens yngre garde svømmedyktige. Her nyter klubben også godt av arbeidet som legges ned med å kurse egne unge instruktører, og det er mye god kompetanse i klubben. På de høyere partiene er det god fremgang, og flere nye svømmere er kommet til på det høyeste nivået.

Idrettsregistreringen viser 416 aktive i Haldens Svømmeklub, og det kan vi være stolte av.

En takk fra styret

Styret ønsker å rette en stor takk til alle komitémedlemmer, trenere, instruktører, foreldre og aktive for den innsatsen som er gjort i 2013.

Vi gratulerer også de aktive svømmerne med en rekke fremragende resultater i året som gikk, og takker for innsatsen.

Vi ønsker lykke til videre!

Styret

Medlemmer:

Aktive 416

Æresmedlemmer 2 (Tormod Holm og Elisabeth S Eriksen)

Dommere:

Klubben har følgende aktive dommere:

Forbundsdommere:

Thor Gundersen

Beata Harackiewicz

Kretsdommere:

Ingen

Representasjoner:

Lars Engen Styremedlem ØSK

Joakim Karlsen Styremedlem ØSK

Bjørn Baltzersen: Kasserer ØSK

Elisabeth S. Eriksen: Sekretær i HIR

Trenerinstruktører NSF:

Maria Forsstrøm

Sessa G. Berg

Æresbevisninger:

Reisestipend tildelt: Nora Bjørneby og Emil Karlsen

Bjølrlings pokal tildelt: Ole Marius Bunæs

Byveterinær Svendsens pokal tildelt: Sofie Forsstrøm

Nytt fra 2013 er at sprintmesterpokalene skal være vandrepokaler.

Sprintmesterpokal damer: Sofie Forsstrøm

Sprintmesterpokal herrer: David Engen

A-parti 2013

Året 2013 var ett väldigt händelserikt år för A-parti, då vi för första gången hade 7 st simmare med till Långbane Junior och Seniorsmästerskapen. Halden simmarna gjorde goda insatser där samtliga simmare gjorde fina simningar i stafett och många personbästa. Som bäst blev stafetterna 10:a bland Juniorerna och individuellt så placerade sig Sofie Forsström bäst med en 5:e plats bland seniorerna. På herrsidan blev Jacob Berger 11:a bland Juniorerna.

På UM i Asker, där man simmar mot jämnåriga och högsta åldern är det året man fyller 16 år, så gick det riktigt bra för Halden. HSK tog 1 guld, Sofie Forsström på 1500 fri och 1 brons, Ole Marius Bunaes på 100 bryst. Det blev dessutom 2st 4:e platser av samma simmare (200 bryst och 800 fri). Det stod därmed klart att Sofie Forsström fick gå upp överst på prispallen på långdistansgrenen 1500 fri i norsk Ungomdssimning. Sofie blev 4:a bland Juniorerna (upp till och med 19 år). Grattis Sofie!

På hösten hade vi dessutom 4 st nya simmare, samtliga födda -97, som började på Wang Toppidrett. Johann Berg, Helene Hafsrød Fredriksen, Sofie Forsström, Natalia Harackiewicz. Vi ser att simmare får bättre resultat, när man har möjlighet till simning i skolschema och mer fysträning.

A-parti har fått två tillskott till gruppen, Aurora Oseland och Christer Mellberg, som är två duktiga adepter från A-rekrut som har haft fin utveckling över hösten.

Vi glädjer oss mycket till året 2014 och hoppas på fler framgångar för A-parti.

Coach Andreas

A-REKRUTT.

A-rekrutt partiet har vært en fin og stabil gruppe hele høsten. De var flinke til å komme på trening og har gjort en god jobb i bassenget. Flott ungdom som er en fryd å trene , - alle 17.

For høstsesongen var Jan hovedtrener. Sessa (undertegnende), steppet inn som assistentrener i 5 uker ved ferieavvikling + stevneansvarlig. Ragnild har bidratt som profesjonell vikar for vikaren. Alt i alt ga dette et stabilt, fint trenerteam rundt gruppa.

A-rekrutt har vært på 5 stevner i høst. De har deltatt på Glomma-cup, Olavslekene, Høstduppen, Vestfoldsvøm og Julesvøm hjemme. Alle har vist en fin progresjon og satt mange gode personlig rekorder. Noe som igjen har gitt gode plasseringer og medaljer i alle valører.

Vi hadde med 4-5 utøvere på oppstartsleir til Ungarn. Det er et sterkt ønske fra undertegnende om å få med flere A-rekrutter på oppstartsleireren. Denne samlingen gir en verdifull treningsmengde og god start for høstsesongen. Vi hadde informasjonsmøte og ga ut infoskriv. I tillegg ble det tatt kontakt med foreldre og utøvere direkte. Allikevel ga ikke dette et godt nok antall deltakere fra A-rekrutt. Jeg håper på en mye bedre deltakelse på leieren før neste høstsesong.

Understreker et meget godt samarbeid med alle trenerne og sportslig leder i HSK.

Mvh Sessa Gaupen Berg

B-partiet 2013

Gruppen:

Ved oppstart 2013 besto B-partiet av 13 svømmere; født 01 - 03. Fin fordeling mellom jenter og gutter. Samholdet i gruppen er godt. Ingen har sluttet.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1,5 time tirsdag og torsdag, og 2 timer på lørdag morgen. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over godt og stabilt.

Partiet har deltatt på 4 stevner som var satt opp høsten 2013.

Treningsinnhold/utvikling:

På treningene har det vært lagt vekt på teknikk og utholdenhet.

Fokus i teknikkdelen har vært alle svømmearter, vendinger og starter.

I tillegg har treningene hatt en «lengre» serie. Svømmerne klarer jevnt over å svømme distanser/serier med brukbar teknikk. Treningsmengden er mellom 1500m – 3000m per økt.

De fleste svømmerne begynner å få til bra starter og vendingsteknikker, og det jobbes alltid kontinuerlig med dette.

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært meget bra.

Trenere:

Trenere høsten 2013 har vært:

Kjetil Fjellstad
Christian Børresen
Jan Bjørneby
Anna Forsstrøm

For B-partiet: Jan Bjørneby

C-partiet våren 2013

Gruppen:

Våren 2013 besto C-partiet av 12 svømmere. 4 gutter og en jente f. 01 og 7 jenter f. 02-03. Samhold, treningsfokus og engasjement i gruppen er meget godt.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time mandag, 1 time på onsdag og 1 time på lørdag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over meget godt og stabilt.

Partiet har deltatt på 4 uapproberte stevner som var satt opp våren 2013, samt et approbert stevne i Lysekil.

Treningsinnhold/utvikling:

Treningene har i stor grad fulgt oppsatt halvårsplan for perioden. Fortsatt brukes mye tid på teknikk trening. Men treningene har generelt vært todelt. En del teknikk og en del utholdenhet

Fokus i teknikkdelen har vært en videreføring fra høsten 2012, da med særlig vekt på crawl, bryst og rygg og holde god teknikk gjennom lengdetrening.

Vi har fortsatt grunntrening av butterfly. Mange av svømmerne får til relativt bra fly, men det er et stykke igjen til det sitter. Svømmerne klarer jevnt over å svømme lengre distanser/serier med brukbar teknikk. Treningsmengden er nå oppe i 1500-2000m per økt.

Stevnet i Lysekil var en opptur for partiet både i bassenget og sosialt. Flere gruet seg for muligheten til å bli disket, men alle gjennomførte strålende.

De fleste svømmerne begynner å få til bra starter og vendingsteknikker, og det jobbes alltid kontinuerlig med dette.

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har vært noe sprikende, men som helhet meget bra.

Trenere:

Trenere våren 2013 har vært: Kjetil Fjellstad, Anna Forsstrøm, Jan Bjørneby

For C-partiet: Jan Bjørneby

Oppsummering for C-partiet 2013

Gruppen:

2. halvår 2013 besto C-partiet av 14 svømmere; 01 - 03. 12 jenter og 2 gutter. 2 jenter og 1 gutt sluttet etter sommeren og 2 jenter "ble igjen" på C-partiet fra 1. halvår. Samholdet i gruppen er fortsatt meget god.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time på mandag, 1 time på onsdag og 1 time på lørdag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over god og stabil.

Partiet har deltatt på 4 uapproberte stevner som var satt opp høsten 2013. Vi har også deltatt i flere stafetter for å ytterligere øke team følelsen i gruppa.

Treningsinnhold/utvikling:

Fokus på rygg, crawl og bryst. Hovedvekt på teknikk, vendinger, starter. Har også jobbet videre med butterfly og introdusert medley med hovedvekt på teknikk og vendinger. Har økt utholdenhet/kapasitet ved å kjøre pyramider og serier.

Fortsatt tid til lek og moro/fri lek for å holde motivasjon og pågangsmot på topp :=)

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært mega bra.

Trenere:

Trenere høsten 2013 har vært:

Tommy + litt assistent trenere fra tid til annen.

For C-partiet
Tommy Aksnes

D-partiet våren 2013

Gruppen:

1. halvår 2013 besto D-partiet av 15 svømmere; 01 - 03. 12 jenter og 3 gutter. Samholdet i gruppen er meget godt.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time på onsdag og 1 time på lørdag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over god og stabil.

Partiet har deltatt på 5 uapproberte stevner som var satt opp våren 2013.

Treningsinnhold/utvikling:

Fokus på rygg, crawl og bryst. Hovedvekt på teknikk, vendinger, starter. Brukt en del tid på benspark også m. og uten plate. Har økt utholdenhet/kapasitet ved å kjøre flere 50 metere samt noen 75 metere. Har også introdusert butterfly.

Fortsatt tid til lek og moro/fri lek for å holde motivasjon og pågangsmot på topp :=)

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært meget bra.

Sosiale tiltak:

Pizza kveld på Peppes.

Trenere:

Trenere våren 2013 har vært:

Tommy + litt assistent trenere fra tid til annen.

For D-partiet
Tommy Aksnes

D-partiet Høsten 2013

Gruppen:

I august 2013 besto D-partiet av 12 svømmere, f.01-05. 2 gutter og 10 jenter. Oppmøtet har vært stabilt og samholdet har vært bra i gruppen. Det har vært prioritert å få partiet til å stille på stafetter for å styrke lagfølelsen, noe som har gitt resultat.

Treningstider/stevner:

Partiet har trent 1 time på onsdager og 1 time på lørdager. Det ønskes ytterligere en treningsøkt i uken.

Svømmerne har deltatt på alle stevnene som klubben har deltatt på (4 st høsten 13). Det har vært noe ujevn deltagelse fra svømmerne. Resultatmessig så har alle satt personlige rekorder!

Treningsinnhold/utvikling:

Det har vært lagt mest vekt på teknikk på treningene, med hovedvekt på crawl, rygg og bryst. Det ble en liten innføring av grunnleggende butterfly etter høstferien. Det har også blitt vektlagt start- og vende trening.

Det er forholdsvis store variasjoner på teknikken på svømmerne i de fleste svømmearter. Men mange av svømmerne har en bra teknikk og kan øke mengdetreningen.

Trenere høsten 2013:

Elisabeth Kirkerød

Andrea Norheim

For D-partiet

Jan Bjørneby

E-partiet våren 2013

Gruppen:

I januar 2013 besto E-partiet av 9 svømmere; født 01 - 04. I mars kom 5 svømmere opp på E parti fra F, og 2 sluttet. Fra april var det 12 svømmere på E partiet. Sterk overvekt av jenter, 10 st mot 2 gutter. Veldig ivrig og fin gjeng.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time på lørdag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over veldig bra.

Partiet deltok på 4 uapproberte stevner som var satt opp i Østfold våren 2013. Nesten alle svømmerne på partiet har deltatt på 3 eller flere stevner.

Treningsinnhold/utvikling:

Treningene har fortsatt holdt fokus på teknikk crawl, rygg og bryst. Vendinger/stup trenes det også jevnlig på. Lek og andre aktiviteter underveis for å styrke samhold og "moro-elementet" i hevd. Svømmer primært 25 metere teknikk og benspark, men også 50-75 metere for å øke svømmernes utholdende kapasitet.

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært bra.

Trenere:

Trenere våren 2013 har vært:
Celine Bergstrøm Netland

For E-partiet
Jan Bjørneby

E-PARTI

Oppsummering for E-partiet høsten 2013

Gruppen:

Det er et veldig godt samhold i gruppen. De er som regel flinke til å høre etter, når det blir gitt beskjeder. Det har vært litt ujevnt oppmøte, men de fleste har vært flinke til å møte opp på hver trening. Svømmerne kan bli flinkere til å møte opp til presis tid og være helt klare til treningen starter.

Treningstider/stevner:

Partiet trener en time på lørdager. Treningstiden er fra 17.30-18.30. De har vært flinke med og deltatt på ulike stevner og mange har klart å slått personlige rekorder. Håper på at flere etter hvert blir med og deltar på stevnene.

Treningsinnhold/utvikling:

Det som er lagt mest vekt på under treningene er teknikken. Det har vært fokuset på hver trening. Før stevner så har det blitt lagt vekt på stup og vendinger. Dette er for å være forberedt og trygge i tanke på deltagelse på stevnene. Svømmeartene som har vært fokuset er crawl, rygg og bryst.

Det er veldig mange flinke svømmere på partiet, og de står på for fullt. Man kan se framgang, og det vil jo gi bra resultater senere. Det er klart at alle svømmerne trenger mye trening, for at teknikken skal sitte som ett skudd. Det skal bli lagt mye vekt på teknikkene utover våren også.

Sosiale tiltak:

Det ble ikke gjennomført noen sosiale tiltak høsten 2013.

Det er veldig fint med sosiale tiltak, svømmerne blir bedre kjent og det blir sterkere samhold i gruppen. Dette er noe som bør prioriteres.

Trener: Celine

Skrevet av: Celine Bergstrøm Netland

F-partiet våren 2013

Gruppen:

I januar 2013 besto F-partiet av 18 svømmere; født 01 - 05. F.o.m. mars «rykket» 5 svømmere opp på E parti, 1 sluttet og 2 nye kom til. Fra april var det 14 svømmere på F partiet. Noen flere jenter enn gutter. Fin gjeng.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time på lørdag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over veldig bra.

Partiet har deltatt på 4 uapproberte stevner som var satt opp i Østfold våren 2013. Nesten alle svømmerne på partiet har deltatt på 1 eller flere stevner.

Treningsinnhold/utvikling:

Treningene har vært fokusert på rygg og crawl. Fokus på teknikk og også vendinger/stup. Har lagt inn noe lek underveis for å holde "moro-elementet" på plass. Svømmer primært 25 metere, men også noen 50 metere for å øke svømmerenes kapasitet og for å presisere viktighet av god teknikk for å holde ut lenger.

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært bra.

Trenere:

Trenere våren 2013 har vært:
Jan med "hjelpetrenerer"

For F-partiet
Jan Bjørneby

Oppsummering av F-partiet høsten 2013

Gruppen:

Ved oppstarten av august, besto gruppen av 16 svømmere hvorav 7 gutter og 9 jenter. Senere på høsten kom det 2 nye svømmere til partiet. Samholdet i gruppen er veldig godt, men naturligvis litt prating og uro innimellom.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært på 1 time på lørdag, oppmøtet har vært godt og de fleste av svømmerne stiller opp.

Svømmerne har deltatt på 4 uapproberte stevner høsten 2013, hvor alle svømmerne med unntak av 2-3 har deltatt på minst ett stevne.

Treningsinnhold/utvikling:

Fokuset har vært på crawl og rygg. Hovedvekten har vært på teknikken i de nevnte svømmeartene, samt benspark, vendinger og starter. Ved oppstarten av høsten lå lengden på programmene på 250-300m, mens etter noen måneder med teknikktraining og utvidet til 500m, ligger programmene på alt fra 450-600m. Dette varierer litt ettersom hva vi trener på.

Jeg ser stor fremgang i gruppen, mange har økt utholdenhet og kapasitet.

Sosiale tiltak:

Siste trening før jul var dessverre ikke jeg til stedet, men Elisabeth tok over og hadde lek, moro og kake til alle svømmerne.

Trenere:

Trenerne høsten 2013 har vært:

Linn-Carina (hovedtrener)

MED GOD HJELP FRA: Elisabeth, Celine og Andrea

For F-partiet

Linn-Carina Nes

Oppsummering for F1-partiet våren 2013

Gruppen:

F1-partiet startet som tilbud i svømmeklubben etter avslutning barnas svømmeskole fra april. Det var 19 utøvere i alderen «02-05». 11 jenter og 8 gutter. En flott og ivrig gjeng.

Treningstider/stevner:

Treningstidene har vært 1 time på lørdag ettermiddag. Oppmøtet til treningene har vært jevnt over veldig bra.

Treningsinnhold/utvikling:

Hovedfokus på treningene har vært å videreføre svømmekompetansen fra svømmeskolen. Linjeholdning, flyte på rygg, flyte på mage, begynnende innføring i crawl. Vi har trent på stup og vendinger, og utøverne har også lekt i vannet en hel del.

Svømmer primært korte (5-15)meter crawl, men også noen 25meter for å øke svømmernes utholdenhet.

Fremgangen i gruppen både mht teknikk og resultater i øvelser har som helhet har vært god.

Sosiale tiltak:

Det ble ikke gjennomført noen sosiale tiltak våren 2013 for gruppen.

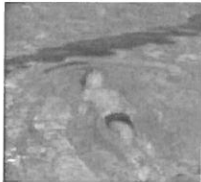
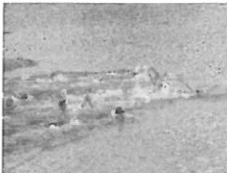
Trenere:

Trenere våren 2013:
Jan Bjørneby

For F1-partiet
Jan Bjørneby

HALDENS SVØMMEKLUBS SVØMMEKURS.

NORGES SVØMMESKOLER.

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

VANNTILVENNING – VANNSIKKERHET – VANNGLEDE- SVØMMEDYKTIGHET!

Haldens Svømmeklub gjennomførte totalt 43 svømmekurs 2013, 36 egne kurs +7 i regi av Gjensidige stiftelsen. Kursene går over 10 timer. 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 2013 med å delta på den uapproberte delen av Fredriksten cup og høstkurset avsluttet kurset med klubbmesterskapet/ Julesvømmingen.

HSK har fortiden ca. 25 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. Bassenget blir delt i 4- 5 deler, noe som gjør at det er mulig å ha mange grupper i sving på en gang.

Som en konsekvens av at det var mange som ville fortsette i klubben ble det startet opp et nytt F-parti mars 2013 og 10 stk. fra vårens kurs sluttet seg til dette partiet etter at vårens svømmekurs var avsluttet.

Foreldregruppen stiller opp hver søndag med kiosk salg.

Trond Forsstrøm
24.02.2014

Masters HSK, Årsberetning for året 2013

Gjennomsnittsalderen har økt med omtrent 1 år siden i fjor – ellers er det meste som det pleier hos klubbens eldste aktive svømmegruppe. Som før er det en fin kombinasjon av trening, hyggelig prat i badstua, stevner og hederlige resultater.

Også i løpet av 2013 har vi fått nytt friskt blod i form av et brødrepar fra Finmark og en frisk Lofotværing. De har tidligere vært habile svømmere på brukbart nivå, og de et positivt tilskudd. Vi er nå 22 registrerte Masters-medlemmer, og det er så vidt undertegnede kan huske ny rekord. Veldig gledelig! Vi har et strukturert og velfungerende opplegg med banefordeling og muligheter både for felles og individuelle treningsopplegg. Fremmøteprosenten er stort sett imponerende høy, og for eksempel bedre enn mange dager på Stortinget.

Alderen på vår spreke svømmestall spanner fra 39-64 år, med en gjennomsnittsalder på 46,9 år. Kvinneandelen er dessverre bare på 1, og prosentvis må der dessverre se oss grundig slått av Stortinget.

Det har ikke bare vært trening som har stått i fokus gjennom 2013 – også noen konkurranser har vi plottet inn for å kunne toppe formkurven. Særlig er det som tidligere København-stevnet på høsten som mange velger seg ut for å måle muskler med seg selv og likesinnede fra Danmark og Sverige. Heder, ære og medaljer tok vi med oss hjem også denne gang: Jørgen Berg tok 2 andreplasser og 1 tredjeplass. Veldig morsomt var det også at stafettlaget vårt på 4 x 50 fri aldersklasse 200+ tok en sterk andreplass.

Men til tross for hard trening, formtopping, konkurranser og utenlandsturer blir det også mye tid til sosialt samvær og hyggelig prat i badstuen. Og dette elementet er like viktig som det sportslige.

Sesongen ble avsluttet og oppsummert på vanlig måte på Masters julebord, og planer er lagt også for et aktivt svømmeår i 2014.

På vegne av Masters i HSK,

Christian Børresen

Årsberetning – vannaerobic 2013

I 2013 har vi hatt vannaerobic-trening en gang i uken (tirsdag), med samme treningstid som tidligere år, kl. 21.00 til kl. 22.00.

Første halvår hadde vi 22 treninger, mens andre halvår kun 16 treninger. Antall deltagere har vært stabilt de siste årene.

Vi håper å fortsette treningene på tirsdager også i 2014. Flere deltagere ønsker muligheten for å trene 2 ganger i uken, men pga. trenerkapasiteten avventer vi dette.

Halden, 24. januar 2014

Marit B. Engebretsen

Kari Døhlen Aarsund
Stenrødveien 77
1784 Halden

Halden 11/3 - 2013-03-11

Haldens Svømmeklubb,
v/ Lars Engen

Årsrapport - Unge damer 80+
Vanntrim.

Vi har endret navn fra *Unge damer 60+* til *Unge damer 80+* . Årsak til navnendring : det er kun en deltager foruten undertegnede som er under 80 år!

Denne spreke gjengen , 2 deltagere er 87 , trener en gang i uka , i oppvarmet basseng på Halden Sykehjem. Et par har vært med nesten fra starten for over 20 år siden . De trimmer med en glød og en iver som kunne være et eksempel for unge utøvere!

Vi trener til passende musikk for aldersgruppen . Foruten generell styrke- og utholdenhets- trening , legger jeg stor vekt på bevegelse og balanse . Men først og fremst har vi det gøy !

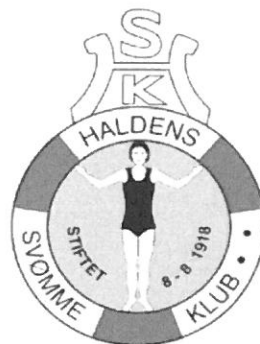
Vi kunne hatt plass til 2 deltagere til , men deltagerne ønsker ingen nye inn! I så fall måtte klubben avertere .

Hilsen Kari
Instruktør

Leien av bassenget har gått opp til kr. 300 pr. time . D. v . s . at i vår tok jeg ingen godtgjøring .

Foreldregruppa har i 2013 bestått av følgende personer:

Mariann Melhus	leder
Anne Signebøen	kasserer
Elisabeth Bergstrøm	sekretær
Mona Back	
Monica Oseland	
Beata Harackiewicz	
Inger Edvardsen	
Ann Charlott Woldheim	sluttet i perioden
Gro Løwengreen	sluttet i perioden



Aktiviteter 2013:

Avholdt 8 møter
Vasket og ryddet klubblokale
Organisert salg av Enjoy Bonushefter
Skaffet gevinster og organisert loddsalg på våre arrangement

Kiosksalg for følgende arrangement:

Kiosk på Fredriksten cup 16.mars
Kiosk på Barnas svømmeskole vår og høst, i alt 20 søndager
Kiosk på Julesvøm/klubbmesterskap 15.desember

Arrangement for våre medlemmer:

Sommerfest på Ormtjernhytta	27.mai
Grøtfest på Ormtjernhytta	9.desember
Kostveiledning for A-partiet	13.februar
Kostveiledning for B-partiet	13.mars

Pengestøtte til våre medlemmer:

Overført hovedkonto HSK	50 000,-
Frokost for B-partiet	873,-
Pizzakveld for B-partiet	1 351,-
Mat stevne i Sandefjord	352,-
Utgifter til kostveiledningskursene	

For Foreldregruppa, 3.mars 2014
Mariann Melhus, Elisabeth Bergstrøm

Kari Døhlen Aarsund

Stenrødveien 77

1784 Halden.

Halden, 12.2.2014

Regnskap for Vanntrim for unge damer over 80 år, vår 2013 og høst 2013.

Vår 2013:

1 parti, 5 deltagere á kr. 800	kr 4000
--------------------------------	---------

Godtgjøring	kr.0	
Batterier	kr. 150	
Leie av basseng	kr. 3600	
Inn		<u>kr 4000</u>
Ut	<u>kr 3750</u>	
Overskudd		kr 250

Høst 2013:

1 parti, 6 deltagere á kr 800	kr 4800
-------------------------------	---------

Godtgjøring	kr. 1200	
Leie av basseng	kr. 3600	
Inn		<u>kr 4800</u>
Ut	kr.4800	
Overskudd/underskudd		kr. 0

Overskudd 2013 vil bli overført klubben med kr. 250

Bakgrunn for forslaget:

Inntektene til Foreldregruppa baseres på dugnadsarbeid fra foreldre/svømmere. Foreldregruppa ønsker at alle svømmerne uavhengig av parti opplever at de får noe igjen for innsatsen.

I 2013 var det kun ett parti som søkte pengestøtte av Foreldregruppa til sosiale aktiviteter. Dette skyldes nok både mangel på informasjon om muligheten til pengestøtte, og at det å arrangere sosiale aktiviteter for de ulike partiene i stor grad er avhengig av foreldre/trenere på partiet.

Vi ønsker større fokus på å bygge opp et godt sosialt miljø i alle våre svømmepartier, dette er viktig både for å beholde våre medlemmer og for å rekruttere nye svømmere.

Foreldregruppa ønsker derfor klarere retningslinjer for ansvar for arrangering av sosiale aktiviteter samt fordeling av Foreldregruppas inntekter.

Vi har følgende forslag til årsmøtet:

Forslag til sosiale aktiviteter og ansvarfordeling for disse:

Valgkomiteen skal etterstrebe å få tak i en foreldrerepresentant fra hvert svømmeparti. Den enkelte representant skal ha ansvar for å initiere 2 uformelle sosiale aktiviteter per år for svømmepartiet han/hun representerer. Den praktiske gjennomføringen av disse arrangementene skal skje i samarbeid med andre foreldre og trenere for partiet.

Foreldregruppa støtter i 2014, hvert enkelt medlem med inntil 200 kr for disse arrangementene.

Foreldregruppa har ansvar for ett større arrangement for C, D, E og F partiet. I 2014 foreslår vi tur til Inspiriasenteret, på «Move and play» et eget opplegg Inspiria senteret tilbyr til idrettsklubber. En pakke som inkluderer bespisning, foredrag og konkurranser.

Forslag til fordeling av Foreldregruppas inntekter:

Foreldregruppa utarbeider et forslag til fordelingen av Foreldregruppas inntekter før hvert årsmøte. Forslaget tar utgangspunkt i fjorårets overskudd og foreslås følge prinsippene:

- 200 kr per medlem setter av til uformelle sosiale aktiviteter, gjf forrige punkt.
- 10 000 settes av til arrangementer som Foreldregruppa har ansvar for
- Det resterende beløp fordeles slik:
 - 60 % overføres til styret:
Styret disponerer disse midlene, de skal fortrinnsvis gå til sosiale arr. f.eks i forbindelse med påskeleir, oppstartsleir, Lysekilstevne o.l
 - 40 % går til arrangement for C, D, E og F-partiet, gjf forrige pkt.

For 2014 blir tallene slik:

Overskudd 2013:	76 000,-
Uformelle sosial aktiviteter: 86 medlemmer * 200;	17 200,-
Grøtfest, sommerfest	10 000,-
60% av 48 800 overføres styret	29 300,- (770,- per svømmer)
40% av 48 800 til C, D, E, F	19 500,- (406,- per svømmer)

Dersom forslaget godkjennes, ønsker Foreldregruppa at klubbens hjemmeside oppdateres med denne informasjonen

REVISJONSUTTALELSE REGNSKAPSÅRET 2013
HALDENS SVØMMEKLUB

Vi har revidert svømmeklubben og foreldregruppas årsregnskap for 2013, og finner at disse er utarbeidet og fastsatt i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser, og at styret har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av regnskapsopplysninger.

Vi har blant annet kontrollert bilag på stikkprøvebasis, kontrollert kassebeholdning og bankavstemminger og sjekket at innbetalt medlemskontingent samsvarer med medlemsregisteret.

Vi har ingen merknader til regnskapet.

Halden 5. mars 2014



Ulf Fredriksen



Ole Richard Holm-Olsen

FORELDREGRUPPA HALDEN SVØMMEKLUBB

REGNSKAPET FOR 2013

INNTEKTER:

Kiosksalg	kr	55 621,00
Loddsalg	kr	8 523,00
Bonushefte	kr	28 000,00
Kakebokser	kr	2 500,00
Diverse inntekter, hetter, briller	kr	4 075,00

SUM INNTEKTER:		kr 98 719,00
-----------------------	-------	--------------

KOSTNADER:

Div. kostnader kiosk	kr	17 707,80
Kjøkkenutstyr	kr	-
Diverse kostnader	kr	2 498,00
Pengestøtte	kr	52 579,13 Note 1
Bankkostnader /renteinntekter	kr	(70,33)

SUM KOSTNADER:		kr 72 714,60
-----------------------	-------	--------------

OVERSKUDD/UNDERSKUDD:	kr 26 004,40
------------------------------	---------------------

INNSKUDD:

Kasse	kr	1 000,00
Bank	kr	127 561,80
SUM INNSKUDD:		kr 128 561,80

EGENKAPITAL:

Fjorårets egenkapital	kr	102 557,40
Overført årets resultat	kr	26 004,40
SUM EGENKAPITAL:		kr 128 561,80

Note 1:

* Pengestøtte til HSK	kr	50 000,00
* Frokost for B-parti	kr	875,73

* Pizzakveld for B-parti

kr 1 351,40

* Mat på stevne i Sandefjord

kr 352,00

kr 52 579,13

Resultatregnskap

	Note	2013	2012
DRIFTSINNTEKTER OG DRIFTSKOSTNADER			
Driftsinntekter			
Salgsinntekt		48 023	114 979
Annen driftsinntekt		1 690 976	1 772 645
Sum driftsinntekter		1 738 999	1 887 624
Driftskostnader			
Varekostnad		727 504	709 247
Lønnskostnad		649 871	712 309
Annen driftskostnad		287 420	304 362
Sum driftskostnader		1 664 795	1 725 918
DRIFTSRESULTAT		74 204	161 706
FINANSINNTEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Finansinntekter			
Annen renteinntekt		7 801	5 309
Annen finansinntekt		117	0
Sum finansinntekter		7 917	5 309
Finanskostnader			
Annen rentekostnad		1 707	472
Sum finanskostnader		1 707	472
NETTO FINANSPOSTER		6 210	4 838
ORDINÆRT RES. FØR SKATTEKOSTNAD		80 414	166 543
Skattekostnad på ordinært resultat		0	0
ORDINÆRT RESULTAT		80 414	166 543
ARSRESULTAT		80 414	166 543
OVERF. OG DISPONERINGER			
Overføringer annen egenkapital		80 414	166 543
SUM OVERFØRINGER OG DISPONERINGER		80 414	166 543

Balanse pr. 31.12.2013

	Note	31.12.2013	31.12.2012
EIENDELER			
OMLØPSMIDLER			
Varer		55 850	52 110
Fordringer			
Kundefordringer		34 609	33 502
Andre fordringer		8 697	14 271
Sum fordringer		43 306	47 773
Bankinnskudd, kontanter o.l.		1 121 257	1 097 118
SUM OMLØPSMIDLER		1 220 413	1 197 000
SUM EIENDELER		1 220 413	1 197 000
 EGENKAPITAL OG GJELD			
EGENKAPITAL			
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		816 698	736 284
Sum opptjent egenkapital		816 698	736 284
SUM EGENKAPITAL		816 698	736 284
 GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		(1 254)	(481)
Skyldig offentlige avgifter		38 414	64 667
Annen kortsiktig gjeld		366 555	396 530
SUM KORTSIKTIG GJELD		403 715	460 716
SUM GJELD		403 715	460 716
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		1 220 413	1 197 000

Styret 2014

Verv	Navn	På valg
Styreleder	Joakim Karlsen	velges for 1 år
Nestleder	Øystein Back	velges for 2 år
Sportslig leder approbert	Jørgen Berg	velges for 1 år
Sportslig leder uapprobert		velges for 2 år
HMS-ansvarlig	Harald Oseland	1 år igjen (velges for 2 år)
Kasserer	Linn Aksmo Olsen	velges for 2 år
Økonomiansvarlig	ikke verv, se regnskap	
Sekretær	Ronny Signebøen	velges for 2 år
Styremedlem	Trond Forstrøm	velges for 1 år
Styremedlem	Jan Bjørneby	velges for 2 år
Varamedlem	Svein Atle Fjellstad	velges for 2 år
Varamedlem	Kjetil Fjellstad	velges for 2 år
Regnskap	Gunn B.Håkonsen	ikke i styret

Andra verv**OBS! alle for 1 år**

Verv	Navn
Webansvarlig	Ole Magnus Olsen
Påmeldingsansvarlig approbert	Jan Bjørneby
Påmeldingsansvarlig uapprobert	Per Forstrøm
Revisorer	Ole-Richard Holm Olsen + Ulf Fredriksen
Merkeansvarlig	Elisabeth S.Eriksen
Stevnekomite	Per Forstrøm+ Bjørn Berger
Markeds og sponsorarbeid	Dag Halvorsen + Jens Petter Berget
Klubbdraktansvarlig	Josielyn Dahl
Valgkomite	Helene Bjerrum-Meusburger
Svømmehallkomite	Lars Engen+ Trond Forstrøm
Fotoansvarlig	Bente Gulbrandsen
Dommeransvarlig	

Foreldregruppe**OBS! alle for 1 år**

2014

A-parti	Beata Harakiewicz
A-rekrutt	Mariann Melhus
B-parti	Elisabeth Bergstrøm
C-parti	Anne Stang
D-parti	Helene Bjerrum-Meusburger + Mona Back
E-parti	Astrid Kynningsrud
F-parti	Ann-Charlott Lindahl Johansen

Tekst	Budsjett hittil	Hittil i fjor
INNTEKTER		
Salgsinntekter		
3110 - Salgsinntekter varer	-30000	-33293
3120 - Sponsorinntekter	-2500	-2500
Sum Salgsinntekter	-32500	-35793
Annen driftsinntekt		
3400 - Tilskudd NIF/NSF	-60000	-59046
3401 - Kom. tilskudd	-67000	-67210
3450 - Andre tilskudd	-40000	-1936,83
3451 - Spons Fr.stad Energi	-8000	-13100
3700 - Loddsalg	-40000	-39023
3915 - Inntekter vannttrim	-25000	-26630
3920 - Medlemskontigenter	-28000	-28850
3921 - Medl.kont. støttemedlem	-8000	-8250
3930 - Treningsavgifter	-390000	-393350
3931 - Startlister NSF	-22700	-22700
3966 - Grasrotandelen	-30000	-30593,31
3980 - Innbet. tr.leir	-260000	-261721
3981 - Foreldregruppa	-60000	-55621
3982 - Barnas Svømmeskole	-320000	-320875
3983 - Innbet. stevner	-80000	-78781
3985 - Div inntekter	-47100	-47104
3986 - Båtførerkurs	-12000	-12600
3987 - Svømmeaksjon Gjensidige	-120000	-140000
3990 - Momskompensasjon	-50000	-83585
Sum Annen driftsinntekt	-1667800	-1690976,14
Inntekter u/avgiftsomr.		
3200 - Inntekter egne stevner	-12200	-12230
Sum Inntekter u/avgiftsomr.	-12200	-12230
Sum driftsinntekter	-1712500	-1738999,14
KOSTNADER		
Varekostnad		
4210 - Utstyr/bøker til kurs	8000	10467,4
4300 - Innkjøp arrangementer	3500	3306,6
4350 - Varer for videresalg	10000	31991,87
4360 - Frakt, toll og spedisjon	0	1936
4600 - Utgifter egne stevner	23000	23860
4601 - Krets/regionstevner	102000	101127
4602 - Nasjonale stevner (NM/ÅM)	140000	137268,38
4603 - Internasjonale stevner	55000	55251,33
4604 - Uapproberte stevner	12000	12375
4680 - Utgifter treningsleir	280000	278546,35
4683 - Sos. aktiviteter egne svømmere	70000	51168,69
4981 - Foreldregruppa	20000	20205,8
Sum Varekostnad	723500	727504,42
Lønnskostnader		
5000 - Lønn	500000	494477,49
5010 - Lønn stevner	15000	15250

5090 - Skyldig lønn	0	-2340
5092 - Ferielønn	54000	53462,52
5210 - Fri telefon	3600	1669
5280 - Annen fordel i arbeidsforhold	4900	4946
5290 - Motkonto for gruppe 52	-8500	-6615
5400 - Arbeidsgiveravgift	73000	72804,34
5405 - Aga av ferielønn	7600	7538,26
5907 - Innbetalt OTP	4900	4946
5920 - Yrkesskadeforsikring	3700	3732,74
Sum Lønnskostnader	658200	649871,35
	0	0
Husleie, lys/varme, mv		
6300 - Hall-leie Remmen	38000	36350
6310 - Husleie klubblokale	18000	18000
Sum Husleie, lys/varme, mv	56000	54350
Leie maskiner/utstyr		
6410 - Leie inventar	1000	990
Sum Leie maskiner/utstyr	1000	990
Driftsmat/rekv/vedlikehold		
6540 - Inventar	17100	17101,1
6551 - Datautstyr	12000	11695,55
6552 - Programvare/oppdateringer	8000	8011,5
6553 - Rep. datautstyr	2800	2576
6560 - Rekvisita og utstyr	30000	6427,56
6570 - Arbeidsklær og verneutstyr	2000	1790
Sum Driftsmat/rekv/vedlikehold	71900	47601,71
Honorarer		
6705 - Regnskapshonorar	24000	22714
6725 - Advokathonorar	0	2344
6730 - Inkasso	1000	829,39
Sum Honorarer	25000	25887,39
Kontorrekv, telefon, porto		
6800 - Kontorrekvisita	2200	2116
6840 - Aviser og tidsskrifter, bøker o l	1000	525
6860 - Møte, kurs, oppdatering o l	44000	44004,36
6900 - Telefon	0	1200
6903 - Mobiltelefon	4800	3854,39
6907 - Datakommunikasjon/Internett	800	562,5
6910 - Internett/domene	2700	2688
6940 - Porto	500	124
Sum Kontorrekv, telefon, porto	56000	55074,25
Bilkost, reiser, bilgodtgj.		
7100 - Bilgodtgjørelse, oppgavepliktig	28000	27975
7140 - Reisekostnad, ikke oppgavepliktig	3000	2610,48
7150 - Diettkostnader, oppgavepliktig	3000	1444
Sum Bilkost, reiser, bilgodtgj.	34000	32029,48
Annonser, reklame mv		
7310 - Annonser	15000	17131,5
Sum Annonser, reklame mv	15000	17131,5
Kontingent, gaver, represent. mv		
7405 - Startlisenser NSF	23000	22700
7410 - Kontingenter til idrettsorg.	1200	1200

7420 - Gaver/premier	6000	7562
7421 - Gaver, annet	2000	1645,8
7422 - Gaver/t-skjorter etc til medlemmer	10000	12218,75
Sum Kontingent, gaver, represent. mv	42200	45326,55
Andre driftskostnader		
7500 - Forsikringspremie	3900	3927,51
7746 - Øreavrunding, avgiftsfritt	0	0,01
7770 - Bank og kortgebyrer	6000	4960,54
7790 - Div andre kostnader, fr.ber.	200	140,71
Sum Andre driftskostnader	10100	9028,77
Sum kostnader	1692900	1664795,42
 DRIFTSRESULTAT	 -19600	 -74203,72
 Annen renteinntekt		
8050 - Annen renteinntekt	-8000	-7713,33
8055 - Renter kunder	0	-87,47
Sum Annen renteinntekt	-8000	-7800,8
Annen finansinntekt		
8060 - Valutagevinst (agio)	0	-116,5
Sum Annen finansinntekt	0	-116,5
Annen rentekostnad		
8155 - Leverandørrenter	200	1706,99
Sum Annen rentekostnad	200	1706,99
	0	0
Ordinært resultat før skatt	-27400	-80414,03
	0	0
ORDINÆRT RESULTAT	-27400	-80414,03
	0	0
ÅRSRESULTAT	-27400	-80414,03