



Hej!

Vi lämnar förhoppningsvis en både allmänt och även verksamhetsmässigt utmanande tid bakom oss och blickar framåt med nya förutsättningar när det gäller bantider, medarbetare och ytterligare strukturella förbättringar. Trots det tuffa året 2020 fick vi mycket gjort administrativt och i höstas implementerade vi vår nya struktur. Anledningen till att det tagit lite längre tid än planerat att implementera denna har varit alla de restriktioner vi anpassat oss till med simhallsstängningar, tävlingsförbud och olika maxantal för att på ett säkert sätt kunna bedriva verksamhet.

Vi hoppas under nästa termin, med start vecka 33, komma närmare den strukturella vision vi har för verksamheten där vi ska kunna erbjuda fler möjlighet att simma och utvecklas på deras nivå. Vi har därför gjort mindre justeringar i grupperna. Verksamheten utvecklas i takt med simmarna i den och vi gör vårt yttersta för att alla ska nå den potential de eftersträvar.

Du som har fått detta mejl ingår i vårt spår som kallas tävlingsgrupper "TG" här tränar man allt från tre till fem gånger i veckan beroende på vilken nivå och ambition man har. På denna nivå finns möjligheten att genomföra flera olika sporter men ändå genomföra simningen vid sidan eller som första sport utan allt för höga krav på tävlingsnärvaro. Med namnet Tävlingsgrupp förväntas du ändå delta på tävlingar några gånger per termin och vi ser självklart att du är med så mycket som möjligt på simningen och att du håller god kommunikation med ansvarig tränare för att säkerställa din fortsatta simutveckling. För dig som har höga ambitioner inom simningen är tävlingsgrupperna rätt plats för att vid senare tillfälle ha möjlighet till avancemang.

Känner ni att detta är lite för tufft och skulle vilja backa lite i ambitionsnivå har vi självklart annan verksamhet att erbjuda. Vi har även grupper där simträning bedrivs med lika mycket fokus på utveckling och glädje men där prestationsdelarna helt är borttagna. Hör gärna av er om vilken nivå ni känner skulle passa er bäst.

Blandad information inför träningar och tävlingar.

Vid frånvaro, alltså sjukdom eller skolaktivitet, är det viktigt att du meddelar din tränare, antingen via mail eller sms att du inte kan delta.

Alla träningar börjar med 15 minuter "Landträning". Denna inkluderar rörlighets- och styrkedelar som kommer att vara gynnsamma för vattendelen av träningen. På landträningen förväntas du vara klädd i badkläder/badbyxa med shorts och t-shirt och ett par jumpaskor ovanpå.

Utrustning i form av, simdräkt, badmössa, simglasögon, landträningskläder, Vattenflaska samt fenor förväntas tas med på varje träning. Är det en tävling eller ett läger förväntas även representationsartiklar användas. Detta i form av SS04 badmössa och kläder.

Planering innehållande lägeraktiviteter, tävlingar och extraträningar för kommande termin kommer att skickas ut separat så fort vi vet hur det ser ut med tävlingar för nästa termin.



Anmälan till tävlingar sköts av tränaren i samråd med simmaren. Där kommer vi dock behöva ett godkännande med bekräftelse om möjlighet till deltagande av er som sker enligt info i planeringen.

Träningsstider får ni reda på i samband med detta mail. Vi återkommer senare med ytterligare landträningsstider som ännu inte är klart.

Har ni frågor eller något ni vill informera om är ni välkomna att maila kansli@ss04.se eller Jens.haraldsson@ss04.se

Vi ser fram emot en rolig och lärorik termin med mycket glädje och entusiasm!