



Verksamhetsplan 2023

Organisationsnummer: 889201-3064

## Innehållsförteckning

<b>1. Övergripande verksamhet och utveckling av föreningen</b>	<b>4</b>
<i>Verksamhet</i>	4
<i>Vision</i>	4
<b>2. Hemmatävling och arrangemang</b>	<b>5</b>
<i>Verksamhet</i>	5
<i>Mål 2023</i>	5
<i>Aktiviteter</i>	5
<b>3. Simskola</b>	<b>6</b>
<i>Verksamhet</i>	6
<i>Mål 2023</i>	6
<i>Aktiviteter</i>	6
<b>4. Teknikgrupper</b>	<b>7</b>
<i>Verksamhet</i>	7
<i>Mål 2023</i>	7
<i>Aktiviteter</i>	7
<b>5. Träningsgrupper</b>	<b>8</b>
<i>Verksamhet</i>	8
<i>Mål 2023</i>	8
<i>Aktiviteter</i>	8
<b>6. Tävlingsgrupper</b>	<b>8</b>
<i>Verksamhet</i>	8
<i>Mål 2023</i>	8
<i>Aktiviteter</i>	9
<b>7. Vuxenverksamhet</b>	<b>9</b>
<i>Verksamhet</i>	9
<i>Mål 2023</i>	9
<i>Aktiviteter</i>	9
<b>8. Simidrott</b>	<b>9</b>
<i>Verksamhet</i>	9
<i>Mål 2023</i>	9

<i>Aktiviteter</i>	9
<b>9. Gympa</b>	<b>10</b>
<i>Verksamhet</i>	10
<i>Mål 2023</i>	10
<i>Aktiviteter</i>	10
<b>10. Ledare, tränare och utbildning</b>	<b>10</b>
<i>Verksamhet</i>	10
<i>Mål 2023</i>	10
<i>Aktiviteter</i>	10
<b>11. Projekt</b>	<b>11</b>
<i>Verksamhet</i>	11
<i>Mål 2023</i>	11
<i>Aktiviteter</i>	11
<b>12. Intern och extern kommunikation</b>	<b>11</b>
<i>Verksamhet</i>	11
<i>Mål 2023</i>	11
<i>Aktiviteter</i>	11
<b>13. Försäljning och sponsring</b>	<b>11</b>
<i>Verksamhet</i>	11
<i>Mål 2023</i>	12
<i>Aktiviteter</i>	12
<b>14. Jämställdhet och integration</b>	<b>12</b>
<i>Verksamhet</i>	12
<i>Mål 2023</i>	12
<i>Aktiviteter</i>	12

## 1. Övergripande verksamhet och utveckling av föreningen

### Verksamhet

Njurunda simsällskap bedriver simverksamhet som sträcker sig från simskola via teknik-, tränings-, och tävlingsgrupper till vuxensim. Föreningen vill kunna ge de som vill möjlighet att träna och tävla på hög nivå och samtidigt erbjuda en bred verksamhet där alla får vara med och träna utifrån sina ambitioner. **Njurunda simsällskap verkar för att alla skall bli simkunniga vill lära ut simkunnighet och ge barn, ungdomar och vuxna möjligheten att motionera genom simidrott.**

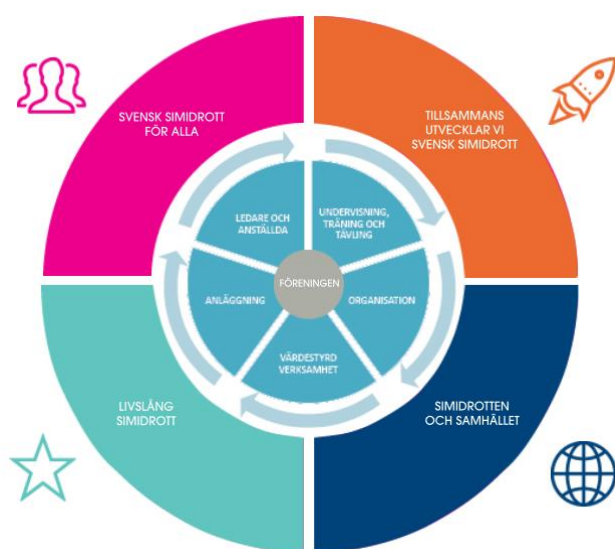
Njurunda Simsällskap bedriver också gympa för åldrarna 2-12 år, där fokus är på rörelseglädje. Njurunda Simsällskap vill ge barn i närområdet en möjlighet att få röra på sig där de utvecklar sin grundmotorik och fysik.

Föreningen har anställd personal men för att kunna bedriva verksamheten krävs fördelning av aktiviteter och ideella insatser från föreningens medlemmar och föräldrar.

### Vision

**2023: Njurunda simsällskap är en simklubb för individuell utveckling av simmare i världsklass, en klubb med teamkänsla.**

*Njurunda simsällskap står bakom Svenska Simförbundets övergripande mål för strategi 2025 och har utifrån den skapat denna verksamhetsplan med mål och aktiviteter för 2023.*



Källa: Svensk Simidrott, Verksamhetsinriktning 2022-2023

## 2. Hemmatävling och arrangemang

### Verksamhet

Det krävs många ideella resurser för att arrangera en hemmatävling och under kommande år kommer föreningen att försöka tillmötesgå de önskemål som finns gällande bemanning av de olika positioner som behövs. Möjlighet kommer att finnas att skriva in sig på önskad position och de positioner som inte bemannats kommer därefter att placeras ut av tävlingssektionen.

Ansvarsgrupper har etablerats och skall fortsätta att utvecklas. Grupperna bemannas av föräldrar med anknytning till föreningen och arbetar för att kunna genomföra väl planerade och uppskattade arrangemang. Samt i vissa fall löpande under året arbeta med specifika aktiviteter som exempelvis försäljning. Exempel på ansvarsgrupper är:

- **Eventgrupp** (Fika, servering, kiosk, utflykter, TeamRace, klubbdag, luciasim etc. )
- **Försäljning** (Shop och försäljningsaktiviteter)
- **Tävlingsgrupp** (Sälsimmet, Simiaden och Njurundasim)

### Mål 2023

Njurunda simsällskap ska fortsätta att arrangera hemmatävlingar och arrangemang.

### Aktiviteter

- 2.1 Arrangera de årliga hemmatävlingarna, Njurundasim och Sälsimmet
  - 2.2 Arrangera Höstsimiaden
  - 2.3 Säkerställa att vi har rätt tävlingsutrustning till våra hemmatävlingar.
  - 2.4 Arbeta för att sprida kunskapen avseende tidtagningsutrustning med fokus på utbildning.
  - 2.5 Aktivt verka för att utbilda fler funktionärer i närområdet i syfte att knyta fler utbildade funktionärer till föreningen.
  - 2.6 Föreningen ska fortsätta att arbeta med klubbstärkande aktiviteter som till exempel Teamrace, Regnbågesim och familjedag på Dyket.
  - 2.7 Föreningen ska arrangera en klubbdag i samband med terminsstart för att förmedla information inför terminen.
-

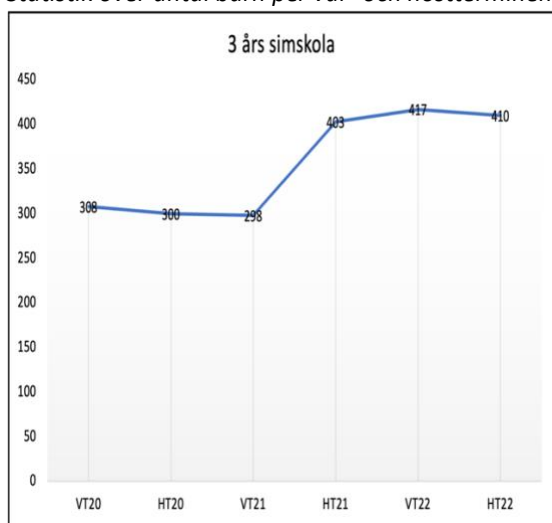
### 3. Simskola

#### Verksamhet

Bedriva simskoleverksamhet i två perioder, höst och vår. Samt intensivkurs under sommaren och lov.

Nedan kan du se statistiken över simskolan de senaste 3 åren. Vi har gjort en förändring i simskolan och HT22 ingår inte vår före detta Hajen Guld i simskolan, vi gjorde om den till MedleyHajen och den ingår nu i våra Medleygrupper (teknikverksamheten). Skulle vi räkna med den gruppen HT22 skulle vi ha ytterligare 34 barn till.

*Statistik över antal barn per vår- och höstterminen samt över sommarsimskolan de senaste tre åren.*



#### Mål 2023

Njurunda simsällskap ska fortsätta att bedriva simskola för barn. Föreningen ska i första hand bedriva sin verksamhet i Njurundahallen.

#### Aktiviteter

- 3.1 Föreningen ska arbeta aktivt för att behålla fler simmare som går från simskoleverksamhet till teknikgrupp genom mer information och genom att marknadsföra all verksamhet.
  - 3.2 Ambition att införa fler tillfällen för intensivkurser under loven (sommars, höst, jul, sport och påsk).
  - 3.3 Jobba för att öka den livsviktiga kunskapen simkunnighet, genom simskola i världsklass.
  - 3.4 Samverka med kommunala simskoleverksamheten.
-

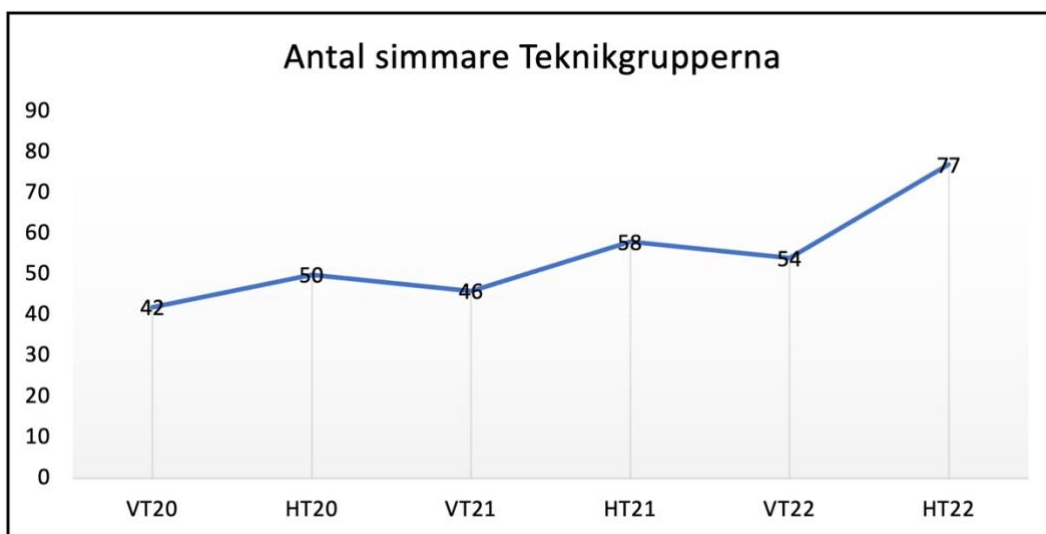
## 4. Medleynivån

### Verksamhet

#### Teknik/Medley

Vi har under HT22 gjort om strukturen och gjort en träningsgrupp där vissa simmare gått till när de fyllt 13, dessa är för dem som inte vill tävla utan träna för att tävla.

Vi har vi gjort om Hajen Guld till MedleyHajen och den ingår nu i våra Medleygrupper (teknikverksamheten). Vi har även gjort så alla som gick i T3 förra terminen har nu blivit en ytterligare tävlingsgrupp, så vi har utökat tävlingsgrupperna.



### Mål 2023

Jobba med att simmarna ska utmanas utifrån sin egen nivå samt erbjuda aktiviteter utöver simträningen. Genom rörelseglädje, kroppskänedom och kroppskontroll jobbar vi för att barnen ska lära sig tekniken i de fyra simsätten och finna ett intresse i simning.

### Aktiviteter

- 4.1. Riktad träning där äldre etablerade simmare är med och deltar i undervisningen.
  - 4.2. Erbjuder teknikgrupperna möjlighet att prova på andra grenar inom simidrott.
  - 4.3. Fortsätta arbetet att utveckla simteknik hos föreningens simmare.
  - 4.4. Föreningen ska erbjuda läger för teknikgrupperna under året.
  - 4.5. Föreningen ska erbjuda simmarna att få testa på TeamRace och hemmatävlingar.
-

## 5. Träningsgrupper

### Verksamhet

Träningsverksamhet är en del av Njurunda Simsällskaps satsning på simidrott för alla. Det är ett alternativ för dig som fortfarande vill träna delvis med din grupp men färre tillfällen per vecka. Samt för dig som gillar simning som träningsform och vill simma för att motionera.

### Mål 2023

Klubben ska bibehålla träningsverksamheten för att erbjuda simning som träningsform samt att erbjuda simidrott för alla.

### Aktiviteter

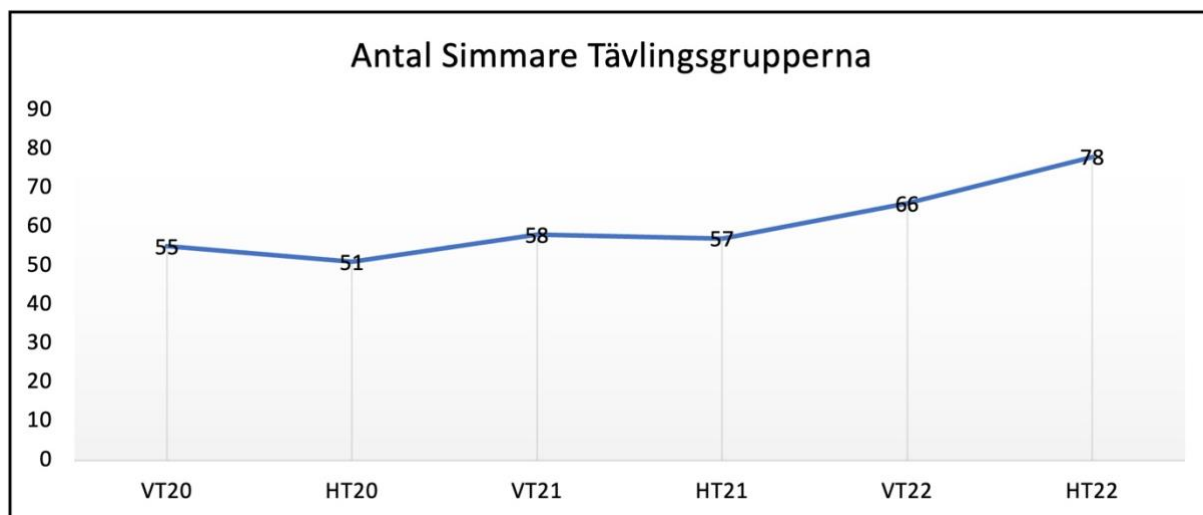
- 5.7 Föreningen erbjuder möjlighet att delta på öppet vatten tävling.
- 5.8 Föreningen erbjuder närliggande tävlingar.

---

## 6. Tävlingsgrupper

### Verksamhet

Tävlingsverksamhet bedrivs idag i grupperna, Simiaden, Ungdom, Junior/senior och Seniorelit.



### Mål 2023

Klubben ska fortsätta vidareutveckla tävlingssimmare och målet är att fortsatt ha simmare representerade i Sum-Sim och JSM/SM, där vi har simmare i finalheat samt tar medaljer. Klubben ska



också arbeta för att förbereda simmare för landslagsuppdrag. Klubben ska bibehålla satsning på öppet vatten simning.

### Aktiviteter

- 6.1. Jobba aktivt kring frågor kopplade till kost, idrottspsykologi, hälsa och återhämtning.
  - 6.2. Föreningen ska erbjuda läger för tävlings-simmare under året.
  - 6.3. Föreningen ska ingå i NIU, Sundsvalls gymnasium och vara samarbetspartner.
- 

## 7. Vuxenverksamhet

### Verksamhet

Njurunda Simsällskap ska återstarta Masterverksamheten. Klubben erbjuder crawlkurser för vuxna fördelat på steg 1 och steg 2. Kurserna erbjuds vid två omgångar; vår och höst.

### Mål 2023

Klubben ska återuppta Masterverksamhet samt fortsätta erbjuda crawlkurs i två steg

### Aktiviteter

- 7.1. Föreningen erbjuder mastersverksamhet.
  - 7.2. Föreningen erbjuder tävlingar för mastersgruppen.
- 

## 8. Simidrott

### Verksamhet

Teknikverksamheten erbjuds simidrott vid 1 tillfälle i veckan.

### Mål 2023

Fortsätta erbjuda allsidig simidrottsträning i kombination med ordinarie träningsverksamhet.

### Aktiviteter

- 8.1 Erbjuder teknikverksamheten alternativa grenar inom simidrotten som kompletterande träning i syfte att vidareutveckla exempelvis rörelsemönster.
  - 8.2 Föreningen erbjuder öppna tillfällen för att prova på, som ex under lov.
-

## 9. Gympa

### Verksamhet

Njurunda Simsällskap bedriver barngympa för åldrarna 2 till 12 år, där vi har grupperna indelade efter ålder med fokus på rörelseglädje. Vi jobbar mot att varje individ ska känna sig glad och stolt före, under och efter varje gymnastiktillfälle. Samt att varje individ ska ges möjlighet att utvecklas i sin egen takt och hela tiden ha en känsla av att utvecklas.

### Mål 2023

Fortsätta erbjuda barngympa för åldrarna 2 till 12 år.

### Aktiviteter

- 9.1. Föreningen erbjuder barngympa i närområdet.
  - 9.2. Jobba för att etablera barngympan i Njurunda med omnejd.
- 

## 10. Ledare, tränare och utbildning

### Verksamhet

Föreningen har totalt ca 21 timavlönade ledare varav en som jobbat med administrativt, simskola och teknikverksamhet. Även en anställd verksamhetsansvarig. Det finns en bra stab i teknik-, tävlings- och träningsverksamheten och bra ledare och instruktörer för simskoleverksamheten. Det finns ett behov av att utöka ledarstaben främst i Teknik- och tävlingsverksamheten.

### Mål 2023

Föreningen ska ha en anställd som simskole- och teknikansvarig. Samt en anställd verksamhetsansvarig.

Ledare i föreningen ska känna föreningsanda och känna att de är värdefulla i föreningen.

### Aktiviteter

- 10.1 Föreningens mål är att ungdomar från 16 år som vill engagera sig inom klubben erbjuds:
    - HLR-utbildning till samtliga ledare.
    - Grundutbildning för tränare via SISU samt Simidrottsledare via Mellannorrlands simförbund erbjuds alla ledare i klubben.
    - Simlinjeinstruktör och Lic. Simlärare eller Lic. Simtränare erbjuds utifrån behov till ledare som vill fortsätta att engagera sig och utvecklas inom föreningen.
  - 10.2 En gemensam träff för alla ledare inom föreningen i syfte att stärka teamkänslan inom föreningen, skapa tillhörighet och säkerställa att alla ledare i föreningen arbetar mot samma mål.
  - 10.3 Fortsätta att samarbeta med SISU, till exempel använda deras modeller för att utveckla föreningens verksamhet.
-

## 11. Projekt

### Verksamhet

Föreningen samarbetar med Sundsvalls Kommun med att exempelvis anordna simidrottskollo. Föreningen har även samarbete med Skol-IF.

### Mål 2023

Föreningen ska fortsatt ha Simidrottskollo. Föreningen ska erbjuda simverksamhet med kommun eller andra aktörer vid förfrågan. Återuppta Mammasim efter uppehåll på grund av pandemin.

### Aktiviteter

- 11.1. Arbeta mot skol-IF (för att få in fler i verksamheten).
  - 11.2. Föreningen ska arrangera simidrottskollo på Dyket.
  - 11.3. Simundervisning Ukrainskabarn (SISU)
  - 11.4. Regnbågen
- 

## 12. Intern och extern kommunikation

### Verksamhet

Hemsidan används tillsammans med sociala medier (som Instagram och Facebook) och mail som primära informationskanaler inom föreningen.

### Mål 2023

Att utveckla verksamheten genom att nå en större publik via riktade medier.

### Aktiviteter

- 12.1 Arbeta mer på att få användarna/våra medlemmar att söka information mer aktivt genom punkt i informationsbrev och på föräldramöten.
- 12.2 Sträva att synas i media, ex. tidning, tv och/eller radio.

## 13. Försäljning och sponsring

### Verksamhet

Föreningen arbetar med försäljning av Newbody vid två tillfällen under året samt försäljning av Restaurangchansen samt fika och lotter vid hemmatävlingar. Vid valda tillfällen inventeras behov av nya beställningar av klubbkläder. Föreningen är registrerad vid Svenska spel/Gräsroten för den som

önskar koppla sitt spelkonto till föreningen. Vid behov kan styrelsen fatta beslut om ytterligare försäljningsinsatser.

Föreningen har ett framtaget informationsmaterial som används i dialogen med sponsorer. Mallar och lagringsytor finns framtagna för föreningens dokument.

### Mål 2023

Medlemmarna i klubben ska gemensamt hjälpas åt och säkra intäkter till föreningen.

### Aktiviteter

- 13.1 Försäljningsgruppen ska planera försäljningsaktiviteter.
  - 13.2 Newbody ska säljas vid två omgångar under verksamhetsåret
  - 13.3 Restaurangchansen ska säljas under hösten
  - 13.4 Vi ska hitta sponsorer/samarbetspartners för ett värde av 100 000 kronor
  - 13.5 Föreningen ska fortsatt arbeta med Freker för att få kick-back på försäljning till föreningens medlemmar.
  - 13.6 Föreningen har fortsatt samarbete med Teamed/RND.
  - 13.7 Föreningen har fortsatt samarbete med ICA Kvantum, Kvissleby.
  - 13.8 Föreningen har fortsatt samarbete med Brandcode.
  - 13.9 Föreningen skall etablera samarbete med Tifosi klubbkläder
  - 13.10 Föreningen skall etablera samarbete Hälsinglands sparbank
- 

## 14. Jämställdhet och integration

### Verksamhet

Föreningen jobbar aktivt med jämställdhet och fortsatt jobba för jämställd representation i styrelse och bland personal.

### Mål 2023

Föreningen ska fortsatt arbeta aktivt med jämställdhet och integration.

### Aktiviteter

- 14.1 Länka information till simidrottsförbundet (på olika språk)