



*Anders Melander, JSS ordförande*

## **Vi har flyt!**

Förra året skrev jag i julkrönikan om vart alla denna "frivillighet" egentligen kommer ifrån. Vad är det som gör att anställda lägger ner mer timmar än de har betalt för, att obetalda ställer upp o står vid bassängkanten, lagar kaffe, säljer lotter eller fotar! Min tes då var att frivillighet är kopplat till "rolighetsfaktorn". Är det roligt så ställer man gärna upp som frivillig.

I år kan vi lägga till en faktor till. Har man flyt är det roligt! Under hösten 2011 har JSS haft flyt! Medaljerna har rasat in på SM tävlingar i konstsim, simhopp och simning. Som krydda på moset har vi tagit medaljer på Nordiska juniormästerskap. Graneringen på moset utgörs av Martinas fortsatta framgångar i den absoluta simtoppen. Våra simidrottare bevisar gång på gång att seriös träning är roligt – för det ger resultat!!

Men det finns även andra tecken på vårt flyt. Vår simundervisning, själva grunden i vår verksamheten går bättre än någonsin! Simskoleavslutningarna som vi börja med förra julen drar nu regelbundet 5-600 besökare! Och även utan statistik tror jag vi kan konstatera att vi aldrig haft så många simidrottare som söker till Nationella Idrottsutbildningen på Sanda som i år. Sökande som tycker att det skulle vara roligt att som 16 åringar flytta många mil hemifrån för att utvecklas som simidrottare hos JSS! Sist men inte minst har vi flyt på ledarsidan. Vid julavslutning var det rekordmånga ledare som hade skoj.. Vi har nu över sjuttio aktiva ledare i klubben! Och även om det var en oldtimer från styrelsen som fick högst poäng på bowlingen, så visade de unga ledarna att de i många fall även har en potential inom bollsporterna!

Men men, det är inte mycket som händer av sig själv! I skrivande stund har vi några utmaningar inför 2012. Vi måste försöka få Jönköpings kommun att förstå att det är roligt (och lönsamt) att ha en framgångsrik simklubb som gäster i Rosenlundsbadet! Idéer om att bygga klätterväggar är rolig. Mindre roligt att man kommer på tanken att bygga klätterväggen i träningsbassängen!! Vi tror det blir roligare både för kommunen och JSS om vi har mer dialog kring hur vi skall utveckla Rosenlundsbadet under 2012. Vi har även några utmaningar personellt. Kajsa, vår ankare i undervisningsbassängen lämnar sitt chefskap under våren och under hösten kommer Niklas(chefstränare simning) att ha roligt med sina barn på heltid.

Som ordförande ligger jag dock inte sömnlös över dessa utmaningar. Niklas barn tycker säkert det skall bli skoj att ha pappa hemma och Christin har redan gjort bra planer för att täcka upp de luckor som uppstår. Kvaliten på våra nya ledare gör även detta till en rolig aktivitet!

God Jul och Gott nytt år –och tack för ett roligt år!  
Samt "May the flow be with you", som Dr **Csikszentmihalyi (!)** uttryckte det 1981!

Anders



*Niklas Larsson, chefstränare simning*

## **Simning**

Det finns mycket att säga om 2011 och jag tänkte ta det från början till slut men tänkte först kort kommentera den sista tävlingen jag var på. Återkom till Sverige igår kväll efter en spännande vistelse i Atlanta, USA, och mer precist "Duel in the Pool". Tävlingen var mellan USA och team Europa där det gällde att ta poäng till sitt lag. Amerikanska laget var lite för tufft motstånd denna gång men hoppas att vi i Europa kan skrapa fram ett ännu bättre lag till nästa gång. Det som verkligen slog mig var hur enormt duktiga simmare är gällande detaljer på denna nivå. Mycket träning ligger bakom grymma starter, undervattens simningar, simtekniker och taktiska upplägg. Ska vi bli lika bra som dessa så kan vi inte missa en endaste chans att göra ovan nämnda saker rätt. Alltså ska vi ännu mer lägga fokus på detaljerna i poolen framöver. Simmare; se till att ni alla är med på den resan!

Årets första mästerskap var JSM som simrades i Södertälje. Den stora giganten var under mästerskapen var Martina Granström. Hon vann totalt fyra guld och ett silver! Utöver Martinas medaljer så hade vi flera framskjutna placeringar av Erika Carlén, Anton Andersson och Axel Pettersson. Likaså simmade JSS herrlag flertalet finaler i lagkapperna och damerna som bara simmade 4x200fr tog sig också till final. Nästa JSM i kort bassäng blir utan Martina Granström som nu inte längre är junior. Det blir tufft att fylla hålrummet efter Martina men jag tror att när vi lämnar Väsby i januari efter avslutat mästerskap har flera simmare taget steget upp och är med och konkurrerar med Sveriges bästa juniorer.

Efter det enda mästerskapet på våren så följer tre nationella och tre internationella sommarmästerskap som vi har deltagit på. Först ut av dessa var SM/JSM som simrades i Halmstad. Efter en stukad fot på Martina redan under andra dagen blev det ett mästerskap som hade lite stolpe ut känsla. Redan innan mästerskapet visste vi om att Anton skulle simma ett reducerat program och missa hela sista dagen för att ha full fokus mot junior EM som startade vecka efter. De individuella prestationerna var bra, i många fall mycket bra, men placeringsmässigt var det inte riktigt som vanligt. Vi slutade placeringsmässigt utanför JSS stående målsättning att vara bland de 10 bästa föreningarna poängmässigt både i SM och JSM. Att vi skulle ändra på detta till hösten var vi fast beslutna att göra. Innan vi tar oss mot hösten så har vi våra tre simmare som deltagit på internationella tävlingar under sommaren att skryta med. Axel Pettersson, en ryggssimmare av klass, deltog på Ungdoms OS och simmade final i lagkapper och individuellt på 100ry. Anton Andersson, en frism- /medleysimmare av klass, deltog på Junior Em och simmade final i lagkapp. Sist men inte minst så hade vi Martina Granström, en fjärilsimmare av världsklass, som deltagare på VM. Martina blev totalt 11 på 200fj, och då pratar vi 11 i världen!

En del av att vi inte kom upp i samma nivå som vanligt gällande klubbplacering på SM/JSM var att vi inte matchade våra simmare som skulle iväg på internationella uppdrag fullt. Detta för att ge dem den bästa tänkbara möjlighet att toppa formen och hålla full fokus mot deras internationella simningar.

Sommaren avslutades med Sum-Sim där Daniel Forndal och Axel Pettersson var dem som lyckade erövra guldmedaljer, grabbarnas 4x100me tog silver och Erika Carlén tog brons. En lyckad tävling där många simmade sina bästa tider.

Efter sommarledigheten startades jobbet mot höstens mästerskap. Efter en höst med mycket träning men också med en hög närvaro satte det oss i ett bra slagläge. Sum Sim region (kval) var första tävling där vi simmade mycket bra och kvalificerade sju simmare. Utöver dessa sju som kvalade vidare till finalen simmade även våra yngre simmare mycket bra med massor av personliga rekord. Dessa blir till att se upp med för konkurrenterna runtomkring i landet om något/några år. Helgen efter var det dags för SM. Trots att vi igen fick klara oss utan Martina halva SM (förkyldning) så lyckade vi mycket bra. En missad topp-tio placering i somras byttes ut mot en fin femte plats. Individuellt lyckades Martina bäst och knep inte mindre än tre guld och ett silver på sina två tävlingsdagar. Anton Andersson fixade sin första och andra medalj någonsin på SM. Medaljerna togs på 100me och 400me. Utöver dessa medaljplaceringar hade Anton flertalet topplaceringar. Tredje aktören att ta medalj blev damernas 4x50fr. Laget bestod av Erika Carlén, Beatrice Andersson, Martina Granström och Maria Galic. Utöver dessa medaljörer hade vi fantastiskt många bra simningar. Av dessa vill jag nämna Axel Petterssons insats på 200ry där han slutade på fjärdeplats och simmade in sig som den snabbaste 200ry simmaren i JSS historia. Likaså simmade vi riktigt bra i alla lagkapperna.

Sist ut av mästerskapen under hösten var Sum Sim finalen. Finalen avgjordes i den nybyggda simarenan i Helsingborg. Efter ett mycket bra kval var förväntningarna höga på simmarna som representerade Jönköping. De gjorde ingen besviken och simmade ännu bättre än de gjort i kvalet. Totalt i klubbtävlingen hamnade vi på fjärde plats. Medaljerna togs av Axel Pettersson, Emil Gustavsson, Daniel Forndal och grabbarnas lag (Axel Pettersson, Kevin Thorvaldsson, Emil Gustavsson, Abel Fistume och Daniel Forndal). 14 medaljer totalt, där av sex guld, åkte med hem till Jönköping.

Utöver de nationella mästerskapen har Axel Pettersson hunnit med att bli Nordisk Juniormästare på 200ry och 4x100me. Martina Granström har haft en väldigt lyckad världscupsturné som ledde fram till att hon blev uttagen till lag Europa att möta lag USA i "Duel in the Pool" i Atlanta, USA.

Min summering av 2011 är att vi tävlar om medaljer på alla nationelle mästerskap och att vi producerar simmare som kvalificerar sig att representera vårt landslag på olika nivåer vilket är bra. Vi ska inte luta oss tillbaka i fåtöljen nu utan i skrivande stund startar jakten på kommande medaljer redan i slutet av januari då JSM står på programmet.

Avslutningsvis vill jag lyfta fram Martinas svenska rekord på 200fj i lång bassäng. Hon slog rekordet två gånger under sommaren och den senaste gången var på VM i Shanghai. Hennes tid lyder 2:08,01. Imponerande!



*Bo Sjögren, chefstränare i simhopp*

## **Simhopp**

Jönköpings SS simhopp har under 2011, liksom 2010, varit ett händelserikt år på många olika sätt.

**Rekryteringen** är god och tillströmningen av nya tävlingshoppare är stabil bl a genom en bred tränarkader.

**Hemmaarrangemang** har varit en väsentlig del i verksamheten. **TYR Diving** samt **Östadstävlingen** som är klubbens egna hemmatävlingar har god respons och kommer att utökas till antal grenar 2012.

**Två samarrangemang med konstsim har genomförts.** Dels **Junior – SM**, dels **Triangeltävlingar.**

JSM kommer även under 2012 att genomföras på hemmaplan som samarrangemang med konstsim. Triangeltävlingarna ligger som Idrottslyftprojekt t o m vt 2012 tillsammans med SIK Göteborg och Växjö och berör utbildningsgrupperna i simhopp och konstsim. Huvudsyftet är ett ökat tävlingsdeltagande hos de nya och yngsta hopparna/konstsimmerskorna.

Dessutom har **Sommar – SM** genomförts med **extra insatser för att få bättre publiktillströmning** allt enligt intentioner från SSF:s förbundskapten Ulrika Knape-Lindberg.

Fortfarande är **JSS simhoppning flickornas idrott** även om en viss ökning bland pojkarna kan skönjas. Det belyses av tävlingsframgångarna, inte minst på mästerskapssidan.

**Lina Forndal har under året representerat Sverige vid såväl EM, EJM, NM/NJM med god framgång.** Sammantaget har JSS hoppare vid årets nationella mästerskap tagit elva medaljer där toppen varit

**Daniella Neros SM - guld i parhoppning på 3 m** (tillsammans med Julia Lönnegren/MKK) samt

**Lina Forndals SM – silver på 1 m svikhopp.** Övriga medaljörer har varit Michelle Larsson, Klara Melander samt Hanna Engdahl.

**JSS blev under 2011 totalt Sveriges tredje bästa mästerskapsklubb.**

**Seniorhopperskan** Daniella Nero gör sin sista (fjärde) tävlingssäsong för University of Hawaii och har goda förhoppningar att kvala in till amerikanska skolmästerskapen (NCAA) 2012. Daniella har varit mycket nära under tre säsonger men inte nått ända fram.

**På träningssidan** har samträning (landträning) med simmarna kunnat schemaläggas i positiv riktning samt även regelbunden videofilmning.

**Utbildning** till sist där man mycket glädjande kan se att fem av JSS tio mästerskapshoppare drar nytta av Sanda Idrottsgymnasies och friskolan Prolympias förmåner med kombination skola och idrott. Ett upplägg som mycket tydligt speglar toppskiktet hos JSS tävlingsaktiva oavsett disciplin.

Jag ser fram emot 2012 med både nyfikenhet och förväntan !!



*Stefan Nyander, chefstränare livräddning*

## **Livräddning**

Dags att summera året 2011.  
Det har tävlats i både bassäng och Hav.

Vi börjar med att sammanfatta våra Svenska Mästerskap.

### **SM i bassäng internationella grenar,**

Jss stod åter som värd för detta arrangemang. Ett öppet mästerskap som lockar deltagare från både Tyskland, Danmark, Norge, Belgien och Holland. JJss hade 2 deltagare i SM klassen, Emil Johansson och Diana Horvath. Båda dessa tog varsitt SM brons. Emil på 100 rescuedmedley och Diana på 100 manikin carry with fins.

I ungdomsklasserna deltog Jonas Strid, Didrik Engström, Peter Herzney och Felicia Svensson.

### **SM i Nordisk lagkapp,**

Jss deltog med 1 herr och dam lag.  
Bäst gick det för damerna som kom på 4.e plats. Herrarna slutade 6:a.



*Ida, Frida, Lisa 4:a på SM nordisklagkapp*

## **SM i Hav,**

4 deltagare i SM klassen och 2 i öppna klassen deltog från jss.  
2 medaljer blev det. Båda på beachflag.



*Hela truppen på Havs SM. Bakre raden; Emil, Diana, Jonas.  
Första raden; Anton, Frida Liggande; Didrik*



*Silver till Frida & Brons till Diana på Beachflag*

Vi har haft ett antal uppdrag under året, med b.l.a medverka som säkerhet vid Jönköpingsfesten och Triathlon tävling.



*Emil och Anton har under året varit tränare för vår första träningsgrupp.*

Nu ser vi fram mot 2012, som kommer bli ett händelse rikt år för livräddarna.  
19 Maj arrangeras SM/Brita Memorial.  
Höjd punkten blir 17-19 Augusti då JSS står som arrangör för Junior EM i Jönköping.

Vid pennan

Stefan Nyander



*Christin Berglund, klubbchef i JSS*

## **JSS, kvalité och kvantitet**

Vid årsslutet 2010 skrev jag på temat "JSS, en bra förening, som kan bli bättre" med följande målsättning för 2011 :

**I**nför 2011 jobbar vi vidare med våra högst uppsatta mål där vi

-skall fortsätta att utveckla simkunnigheten i Jönköpings Kommun.

-skall vara bland de tio bästa föreningarna i landet sammanlagt i alla idrotter vid årets slut. (2010 års resultat är ännu inte publicerat men 2009 var JSS Sverige 6:a).

-skall fortsätta att utveckla samarbetet mellan idrotterna och mellan alla ledare och aktiva. Vi skall på så sätt utveckla vår "vi-känsla" som gör att det blir roligare att vara en del av JSS och att resultaten både på undervisnings- och tävlingsidrottssidan blir ännu bättre.

## **Hur gick det ?**

-Deltagarantalet i våra simkurser har ökat eftersom antalet födda barn har ökat i simkoleåldrarna. Mer än 200 anmälningar fler än föregående år i vår simkursverksamhet. Det ger en ökning med fem procent. Ett fortsatt högt födelsetal i kommunen indikerar att nivån kommer att vara stabil en period framåt. Ett fyrtiotal lärare och handledare har sett till att kvalitén är hög på undervisningen som omfattar allt från babysim till vattengymnastik.

- Listan kan göras lång när det gäller de aktivas framgångar under 2011 och mer om det finns under respektive idrott.

Martina Granström är vår frontfigur och hon och vi hoppas på en OS start i London under nästa år.

-Vi känslan och gemensamma aktiviteter har vi utvecklat på flera plan.

Gemensamma träningspass och träningsläger för simmar och simhoppare, Konstsim och simhopp har en gemensam nybörjartävling i triangeltävlingen. Gemensamma utbildningar och träffar för alla idrotter. Nytt upplägg av sponsorsimsport med större gemenskap.

## **Arrangemang , en styrka hos JSS**

"Som vanligt" har vi varit flitigt i farten när det gäller att ordna arrangemang.

Distriktsmästerskap, SM tävlingar och inbjudningstävlingar med bra deltagarantal har

avlöst varandra. Våra arrangemang är en bra inkomstkälla och har under året gett oss ett tillskott i kassan på ca 500'. För detta har det lagts ner ungefär 3500 (!) idéella timmar under året .

100 personer/tävlingspass i publiken på simhopp-SM , där arrangemanget fick följande lovord av Ulrika Knape-Lindberg:

"Vill framföra mitt och Svenska simförbundets tack till JSS för en mycket bra genomförd tävling. Det projekt som vi drog igång efter inne-SM blev mycket lyckat. Vi hade mer publik och hela inramningen blev jätte bra. Hopparna tyckte att det var en markant skillnad från förr"

## 2011

Årets komet blev Axel Pettersson, simning och årets ledare Anders Sjögren, elitidtagningsexpert. Junefeltmedaljen tilldelades Klara Melander.

NIU (Nationell Idrotts Utbildning) har i och med höstterminen 2011 startat på 12 platser i landet och en av de platserna är Sandagymnsiet i Huskvarna med inriktning simning och simhopp. Vi har 16 platser fördelade på tre år och det ser inte ut att vara några problem att fylla dem med högkvalitativa ungdomar både från våra egna led och utifrån.

Ekonomi ser i skrivande stund ut att fortsatt vara god tack vare eget hårt arbete med simkurser och arrangemang.

## Inför 2012

2012 sätter vi vår Open Water satsning JOW (Jönköping Open Water) med tävlingar i Rocsjön 1 juli . JSS står också som arrangörer för Junior-EM i livräddning i augusti då ett 15-tal nationer väntas hit för att tävla både på Rosenlundsbadet och på Vätterstranden.

2012 kommer förhoppningsvis också innebära nya framgångar på tävlingsarenorna för de ca 150 tävlingsaktiva som finns i våra idrotter simning, simhopp, konstsim och livräddning.

**Ett stort tack** till alla som ser till att JSS är och förblir en av Sveriges bästa och största simföreningar genom ert engagemang som lärare, tränare, handledare, instruktörer, reseledare, styrelseledamöter, tävlingsfunktionärer eller anställda !!

En God Jul och Gott Nytt År tillönskas alla medlemmar i JSS!!

