



# **Verksamhetsberättelse Mellannorrlands Simförbund - Verksamhetsåret 2020**



## Föredragningslista

1. Fastställande av röstlängd för mötet.
2. Fastställande av föredragningslista för mötet.
3. Fråga om mötet är utlyst i rätt ordning och tid.
4. Val av ordförande för mötet.
5. Val av sekreterare för mötet.
6. Val av två protokolljusterare
7. Val av erforderligt antal rösträknare, andra än protokolljusterare.
8. Behandling av styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret.
9. Behandling av styrelsens årsredovisning för det senaste räkenskapsåret.
10. Behandling av revisionsberättelsen för det senaste verksamhets- och räkenskapsåret.
11. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsens förvaltning för samma tid.
12. Beslut om antalet ledamöter i styrelsen och i valberedningen.
13. Kandidatnominering för val enligt punkterna 14 – 19.
14. Val av distriktsordförande tillika ordförande i styrelsen för ett år.
15. Val av erforderligt antal ledamöter i styrelsen för två år.
16. Val av en revisor och en revisorssuppleant för ett år.
17. Val av ombud till SSF-mötet jämte erforderligt antal suppleanter.
18. Val av ombud till Distriktsförbundsmöten och SISU distriktsmöten jämte erforderligt antal suppleanter.
19. Val av ordförande och två ledamöter i valberedningen för nästkommande SDF-möte.
20. Fastställande av de skyldigheter som förening har att iaktta mot SDF.
21. Redovisning av långsiktiga och kortsiktiga mål samt ekonomisk planering.
22. Behandling av ärenden, vilka getts in i den ordning som anges i stadgarna kap 2 - § 4 samt av ärenden som styrelsen hänskjutit till mötet.



## Röstlängd vid årsmötet för verksamhetsåret 2020

Föreningarna nedan har uppfyllt skyldigheterna som medlemsföreningar i Svenska Simförbundet och är därmed röstberättigade på Mellannorrlands Simförbunds SDF-möte för verksamhetsåret 2020. Enligt § 154, Simförbundets stadgar, ska Mellannorrlands Simförbund lägga till röster för mästerskapspoäng som erövrats vid 2020 års senior-DM men då inget senior-DM har genomförts inom Mellannorrland under 2020 har ingen justering skett av röstlängden.

## Röstberättigade föreningar vid Mellannorrlands simförbunds SDF-möte för verksamhetsåret 2020

Förening	Röster
Björna IF	1
Bollsta Idrottsklubb	1
Föreningen Kallbadet	1
Härnösands SS	1
Höga Kustens SS	1
KFUK-KFUM Kometerna	1
Kramfors-Alliansen	1
Krokom Parasport Idrottsförening	1
Matfors SS	1
Njurunda SS	1
SK Ägir	1
Solens Idrottsförening	1
Sollefteå ASS	1
Sundsvalls SS	1
Timrå SK	1
Örnsköldsviks ASS	1
Örnsköldsviks Skolors Idrottsförening	1

Antal röster:

17



# Styrelsens verksamhetsberättelse 2020

## Ordförande har ordet

Mellannorrlands simförbund har haft ett annorlunda år. Det startade bra med tävlingar och verksamhet som vanligt sedan kom covid-19 pandemin.

Som ni alla vet så har covid-19 satt spår i allt som vi har gjort under året. Inställda tävlingar, ändrade träningsförhållande mm. Vad har genomförts i distriktet 2020 i covid-19 skugga, jo en massa bra saker.

**Microtävlingar** i föreningarna på träningstid i enskild förening.

**Riksmästerskap** i juni månad, tävling som genomfördes på olika orter i landet samtidigt.

**Simidrottsforum** Vi har tillsammans med Norrlands distrikt genomfört ett covid-19 anpassat Simidrottsforum i Umeå, tack Sara för ett bra genomfört arrangemang där föreläsningarna även kunde följas via länk för dem som inte valde att fysiskt delta.

Programmet var fyllt med bra föreläsningar och intressanta seminarium. Utvärderingen från deltagarna var mycket bra och nu planerar vi för ett nytt forum år 2021. Forumet har skapat många nya och gamla kontaktytor och möjligheter till fortsatt utökat samarbete mellan föreningar och distrikt i Norrland.

Konkreta saker från detta är gemensamma arbete är:

- Tävlingskalender 2021 UGP, Norrländska mästerskapen, 50m Umeå, 25m Härnösand.
- Gemensamt tränarråd för distrikten.
- Simidrottsforum 2021.

**Utbildningsvecka** på två orter Umeå och Sundsvall covid-19 anpassat.

**Inbjudningstävlingar** Med hösten kom lättare restriktioner och det genomfördes ett antal inbjudningstävlingar med parollen ”ställ inte in ställ om” i distriktet. Sundsvalls simsällskap, Njurunda simsällskap, SK Ägir genomförde alla fina tävlingar med betydande anpassningar för att begränsa smittorisker.

Vi ses på bassängkanten  
Jan Jonasson Ordförande MNSF



## Organisation Mellannorrlands Simförbund

### Styrelse

#### **Ordförande**

Jan Jonasson Njurunda

#### **Sekreterare**

Susanne Norvell Sundsvall

#### **Kassör**

Niklas Boman, Sundsvall

#### **Ledamöter**

Sophie Lai Sundsvall

Tommie Eriksson Örnköldsvik

Johan Sundqvist Härnösand

Malin Nordlander Sundsvall v.ordf.

#### **Suppleanter**

Kerstin Norberg Sundsvall

Birgitta Westerlind Härnösand

Joel Bäckman Timrå

Ulf Eriksson Sollefteå

Jenny Ramkrantz Örnköldsvik

### Valberedning

Katrin Melander Bollstabruk

Anna Jansson Östersund

### Revisor

Marlene Olsson Sundsvall

### Revisorssuppleant

Maria Öman, Njurunda

### Utvecklingskonsulent

Sara Johansson

### Ombud

Jan Jonasson, kontaktperson SSF

Jan Jonasson, kontaktperson MNSF

Utvecklingskonsulent

### Tävlingsråd

Sophie Lai (sammankallande)

Susanne Norvell

Birgitta Westerlind

Johan Sundqvist

### Tränarråd

Sophie Lai (sammankallande)

### Läger

Sophie Lai (sammankallande)

### Utbildning ledare

Niklas Boman (sammankallande)

Sara Johansson

### Funktionärsansvarig

Tom Sandgren (sammankallande)

### MNSF hemsida

Jan Jonasson

Sara Johansson

### Möten

11 styrelsemöten



## Tävlingar

Under 2020 har följande sanktionerade tävlingar planerats och delvis genomförts enligt kommentarerna.

Datum	Namn	Arrangör	Grupp	Kommentar
25-26 januari	UGP 2	Härnösand SS (25m)	Alla	Genomfördes
3 februari	KM 1	SK Ägir (25m)	Alla	Genomfördes
22-23 februari	NjurundaSim	Njurunda SS (25m)	Alla	Genomfördes
27-29 mars	Sundsvalls Age Group Showcase	Sundsvalls SS (25m)	Alla	Inställd
28 mars	Sundsvalls KM 1 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
4 april	Sundsvalls KM 2 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
6 april	KM 2	SK Ägir (25m)		Genomfördes
26 april	Klubbtävling HSS	Härnösand SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
26 april	Sundsvalls KM 3 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
10 maj	SolenSim	Solens Idrottsförening (25m)	Nationell	Inställd
9-10 maj	Vårsimiaden	SK Ägir (25m)	Yngre	Inställd
10 maj	Njurunda Microtävling	Njurunda SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
13 maj	KM 3	SK Ägir (25m)		Genomfördes
24 maj	Sundsvalls KM 4 2020			
24 maj	Vår Simtävling	Härnösand SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
6-7 juni	Sundsvalls Sim	Sundsvalls SS (50m)	Alla	Inställd
7 juni	Sundsvalls KM 5 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
26 juni	Riksmästerskap 2020	Sundsvalls SS (25m)	SSS, Solen, HSS	Covid-19 edition
26 juni	Riksmästerskap 2020	Njurunda SS (50m)		Inställd
27 juni	KM 4	SK Ägir (25m)		
26-27 september	Sundsvall Arena Cup	Sundsvalls SS (25m)	Alla	Covid-19 edition
10-11 oktober	UGP 1 /TYR Sprint Cup	SK Ägir (25m)	Alla	Covid-19 edition
17 oktober	Stjärnracet 2020	Njurunda SS (25m)	Yngre	Covid-19 edition
18 oktober	Sälsimmet 2020	Njurunda SS (25m)	Alla	Covid-19 edition
22 oktober	HSS Kval	Härnösand SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
24 oktober	Sundsvalls KM 6 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
2 november	KM 5	SK Ägir (25m)		Genomfördes
7-8 november	Sum-Sim Region	Sundsvalls SS (25m)	Alla	Covid-19 edition
15 november	Sundsvalls KM 7 2020	Sundsvalls SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
21-22 november	Norrländska Mästerskapen	Härnösand SS (25m)	Alla	Inställd
28-29 november	Höstsimiaden	Njurunda SS (25m)	Yngre	Inställd
2 december	Öbacka Covid race	Härnösand SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
8 december	Öbacka Covid race 2	Härnösand SS (25m)	Interntävling	Covid-19 edition
12-13 december	Öviksracet	Örnsköldsviks Allmänna Simklubb (25m)	Alla	Inställd

Det skedde en rad förändringar i tävlingskalendern under året 2020 på grund av den rådande pandemin, covid-19 som drog in över Sverige i början på mars 2020. Tävlingar tvingades att ställas in men många föreningar beslutade att behålla tävlingsdatum genomförde istället interntävlingar som ofta var mycket kreativa och genomtänkta under våren 2020. Tävlingarna kunde, under restriktioner, återupptas under tidig höst men sedan blev restriktionerna allt



hårdare vilket har innebar att de allra flesta tävlingarna från mitten på november och framåt ställdes in. Vi har sett ett stort engagemang hos våra medlemsföreningar att hitta roliga, kreativa och utmanande tävlingsformer inom föreningarna – idéer vilka vi hoppas kunna ta med oss vidare in mot ett mer ” normalt ” tävlings år.

Arbetet med 2021 års tävlingskalender startades i juni 2020 och genomfördes på samma sätt som under 2019. MNSF har tagit fram nya rutiner inför tävlings ansökningar ”Rutin – MNSF Tävlning”. Tävlingssektionen beslutade dock att under 2020 fortsätta med de tidigare rutinerna för att försöka underlätta arbetet för föreningarna så mycket som möjligt i en redan svår tidsperiod i och med covid-19 samt p.g.a. osäkerheten kopplat mot SSF:s säsongsplanering 2021-2025 som ännu inte var klar. Under remisstiden för SSF Säsongsplanering var vi inte nöjda med förslaget och lämnade yttrande över den, vilket gjordes genom att distriktets föreningar fick möjlighet att lämna sina synpunkter till oss. Vi uppmanade också att föreningarna själva skulle lämna sina synpunkter direkt till SSF. MNSF tävlingskalenders första utkast var klart till Simidrottsforum i Umeå i augusti 2020 och synkades där med NSF tävlingskalender för 2021.

Trots att de flesta tävlingarna inte kunde genomföras enligt plan har två distriktsrekord slagits under 2020.

- Ebba Hann, SK Ägir. 200 fjäril (25 m), 2.18,43
- Elise Öberg, Njurunda SS. 200 rygg (50 m), 2.18,01

Under 2020 har tävlingskommittén haft två möten för att diskutera tävlingsplanering med anledning av pandemiläget.

*Tävlingssektionen MNSF*

*Sophie Lai, Susanne Norvell, Birgitta Westerlind och Johan Sundqvist*

## **Läger**

ÖASS hade ansökt för att arrangera breddlager yngre i början på februari 2020. Tyvärr tvingades lägret att ställas in på grund av för få deltagande. MNSF och dess medlemsföreningar behöver fortsätta arbetet för att tillsammans kunna erbjuda kvalitativa och socialt stimulerade läger och aktiviteter för våra simmare i regionen. Ingen förening ansökte att genomföra breddlager äldre.

*Läger MNSF*

*Sophie Lai*

## **Funktionärsutbildningsverksamheten**

Inför 2020, liksom de senaste åren, sattes det upp en ambitiös kursplan för utbildning av nya funktionärer. Tyvärr gjorde pandemin det ogörligt att arrangera simtävling, med några enstaka undantag. Detta ledde till att de flesta av årets planerade kurser fick ställas in då möjligheten för deltagarna att göra sin praktik skulle komma att saknas.



Datum	Utbildning	Utbildnings- timmar	Deltagare	Deltagar- timmar	Ledare	Ledar- timmar	Totalt timmar
2020-03-14	Tävlingsfunktionär	10	9	90	1	10	100
2020-09-12	Tävlingsfunktionär	10	10	100	1	10	110
2020-10-25	Tävlingsfunktionär	10	7	70	1	10	80
				<b>260</b>		<b>30</b>	<b>290</b>

Med en förhoppning om att vårens vaccinering får avsedd effekt och att vi snart får en återgång mot vad som får anses vara det normala.

*Ansvarig utbildning av funktionärer inom Mellannorrlands Simförbund  
Tom Sandgren*

### Ledarutbildningsverksamheten

Ledarutbildningar har blivit påverkade av rådande pandemi. Inledningsvis under 2020 rådde oklarhet kring riktlinjer och förhållningssätt kring organiserandet av utbildningsträffar. Detta gjorde att antalet utbildningstillfällen blev färre än ett vanligt år.

De utbildningar som genomförts har gjorts så med gott resultat och engagerade deltagare. Utbildningssamarbetet med Norrlands Simförbund har fortsatt och resulterat i 5 stycken nya simlinjeinstruktörer 2-8 som deltog under utbildningsveckan i Umeå som kunde genomföras under sommarens lättnader i pandemirestriktioner. Då intresset för att gå utbildningen Simidrottsledare var väldigt högt genomfördes den på två platser under utbildningsveckan där distriktets ledare fick genomföra den i Sundsvall. Arbetet med rekrytering av nya kursledare har fortsatt, målsättningen är att under 2021 kunna säkerställa en ny kursledare på ledarsidan.

Likt ifjol planerades det för en träff för unga ledare i slutet av november. Tyvärr hindrade rådande restriktioner från att genomföra en fysisk träff gemensamt med Norrlands Simförbund. Då detta var desamma runt hela Sverige genomfördes istället två stycken digitala utbildningstillfällen för unga ledare. Utbildningarna hade höga deltagarantal och fokuserade på landträning tillsammans med Anna Lundeborg och att utvecklas som ledare tillsammans med Ulrika Sandmark.

*Ledarutbildningsansvarig  
Niklas Boman  
Sara Johansson*

### Utvecklingskonsulentens arbete

I mars 2020 anställdes Sara Johansson som utvecklingskonsulent i Mellannorrland på 50% samtidigt som hon vikarierade 50% som utvecklingskonsulent för Norrlands Simförbund.

Ett speciellt år har även ställt om mycket av konsulentens arbetsuppgifter och fokuserat på nedanstående uppgifter:

- Stöd och information kring covid-19, rådande restriktioner och stöttning till föreningar vid omställning av verksamheter samt för att söka stöd.
- Under året har en digital omställning skett på grund av att vi inte har kunnat träffas fysiskt och många träffar, nätverk och utbildningar har därför genomförts digitalt.





Under året har föreningar mötts i föreningsnätverk, simkunnighetsnätverk och träffar för unga ledare.

- Delta på Simförbundets utbildningar, projektarbeten och nätverk tillsammans med övriga konsulenter.
- Planering och genomförande av utbildningsveckan tillsammans med Norrlands Simförbund den 13–16 augusti. I år lockade utbildningsveckan 55 stycken deltagare utspridda på olika utbildningar och olika orter.
- Planering och genomförande av Simidrottsforum i Umeå tillsammans med Norrlands Simförbund den 29-30 augusti. På grund av de restriktioner som gällde vid evenemanget begränsades möjligheten till deltagande och totalt deltog 35 föreningsrepresentanter. Helgen inleddes med föreläsningar från Mikael Fredriksson och Simon Sjödin. Under eftermiddagen fick samtliga deltagare höra om Spårvägens satsning Ungdomsgruppen. Resterande av dagen fick deltagarna välja mellan att prata föreningsutveckling med Umeå Gymnastikförening och hur vi kan arbeta för att behålla simmare tillsammans med Spårvägen och Michelle Asprou.

*Utvecklingskonsulenten  
Sara Johansson*

## Årsredovisning 2020

### Förvaltningsberättelse 2020

#### **Verksamhetens art och inriktning**

Mellannorrlands Simförbund skall såsom Svenska Simförbundets regionala organ arbeta i enlighet med detta förbunds ändamål. Mellannorrlands Simförbund agerar där särskilt för ungdoms- och breddidrottens utveckling inom simidrotten. Förbundets strävan är att alla som önskar utöva simidrott inom förbundets område skall mötas av kunniga och aktiva simidrottsföreningar.

#### **Medlemmar**

Följande föreningar är medlemmar i distriktet:

- Björna IF
- Bollsta Idrottsklubb
- Föreningen Kallbadet
- Härnösand SS
- Höga Kustens SS
- KFUK-KFUM Kometerna
- Kramfors-Alliansen
- Krokoms Parasport Idrottsförening
- Matfors SS
- Njurunda SS
- SK Ägir



- Solens IF
- Sollefteå ASS
- Sundsvalls SS
- Timrå SK
- Örnsköldsviks ASS
- Örnsköldsviks Skolors IF

### **Ekonomisk rapport**

MNSF, ekonomi har under 2020 till stor del följt den plan som beslutades vid årsmötet men med vissa avvikelser från lagd budget. Då mycket verksamhet blivit påverkad av pandemin som dominerat händelsehorisonten 2020 har också verksamheten i MNSF påverkats. I den mån verksamheten påverkats är det fram för allt i minskad volym.

Intäkter har kommit från bidrag, medlems- och deltagaravgifter. MNSF har använt sina medel till att subventionera läger och utbildning, arvodera utbildare, styrelsearbete samt delta i representantmöten arrangerade av SSF. MNSF har under året subventionerat kostnaden för de aktiva föreningar som deltog vid Simidrottsforum i Umeå.

I augusti 2020 genomförde MNSF och Norrlands simförbund en gemensam ledarutbildning. All ekonomi runt aktiviteten skötes av kassör MNSF.

Bokföring, in och utbetalningar, fakturering samt bokslut har varit arbetsuppgifter för MNSF kassör. Under året har kassör bytts och revisor anlåtats som konsult i arbetet med bokföring. Årets resultat visar ett mindre plus resultat då flera av de under året planerade lägren inte genomfördes p.g.a. pandemi och att Ledarutbildning "Norrlandsprojektet" gav ett litet överskott.

Beträffande detaljer i föreningens ekonomi hänvisas till, i verksamhetsberättelsen bifogade resultat- och balansrapport.

### **Resultat- och balansräkning 2020**

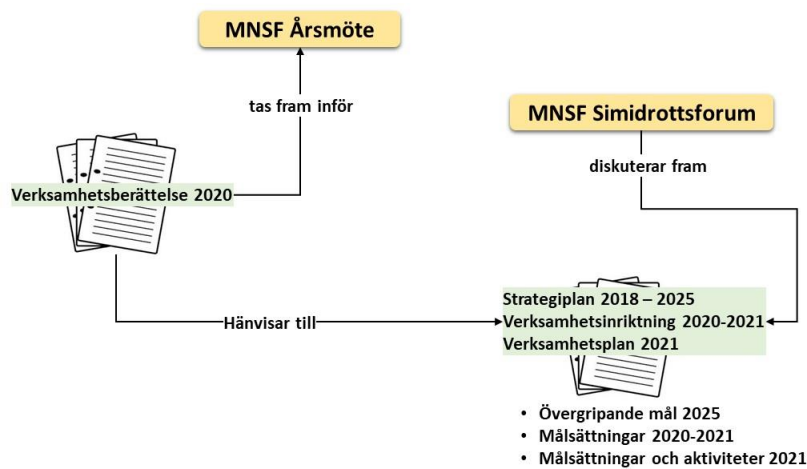
Resultat- och balansräkning finns i bilagorna *MNSF - Resultatrapport 2020.pdf* och *MNSF - Balansrapport 2020.pdf*

### **Revisionsberättelse 2020**

Revisionsberättelsen finns i bilagan *MNSF - Revisionsberättelse 2020.pdf*

### **Långsiktiga och kortsiktiga mål**

Lång- och kortsiktiga målsättningar med tillhörande planerade aktiviteter beskrivs i dokument enligt bilden nedan.



## **Strategiplan 2018-2025**

De långsiktiga strategierna med de övergripande målen beskrivs i bilagan *MNSF - Strategiplan 2018-2025.pdf*

## **Verksamhetsinriktning 2020-2021**

Verksamhetsinriktningen och målsättningarna för 2020-2021 beskrivs i bilagan *MNSF - Strategiplan 2018-2025.pdf*

## **Verksamhetsplan 2021**

Målsättningar och planerade aktiviteter för verksamhetsåret 2021 beskrivs i bilagan *MNSF - Strategiplan 2018-2025.pdf*

De planerade aktiviteterna följs upp under året.

## **Budget 2021**

Budget 2021 kommer att till stor del ha samma fördelning som 2020.

Detaljerna i budgeten återfinns i bilagan *MNSF Budget 2021.pdf*

## **Slutord**

Nu när vi tittar i backspegeln så har föreningarna inom MNSF gjort ett fantastiskt arbete med ”ställ inte in ställ om”. Detta gäller även för MNSF och det arbete som gjorts i styrelsen mycket bra jobbat.

Med förhoppning att ses på bassängkanten under 2021.