

## Bestyrelsens beretning for 2022



## Formandens beretning

Årets beretning er anledning til at kigge tilbage på året der gik. Starten af forrige år kan ind imellem virke så lang tid siden, at man næsten ikke kan huske det. Det er nærmest lykkeligt glemt, men året 2022 startede med endnu en coronanedlukning, der dog kun varede et kort stykke ind i januar. Og 2022 blev derfor også året, hvor vi for alvor vristede os fri af coronas skygge, og igen kom på omgangshøjde med vores medlemstal før nedlukningerne. Lige så med vores mange fantastiske og engagerede frivillige. Det har været nogle hårde år at være frivillig. Det der normalt både skaber frivilligheden og binder klubben sammen, nemlig vores mange aktiviteter, som klubbens frivillige er med til at drive, har også været ramt af nedlukningerne, og frivilligheden har haft trange vilkår de senere år. Men i 2022 oplevede vi, sammen med samfundets tilbagevenden til en mere normal hverdag, også igen at kunne byde mange nye frivillige velkommen i klubben til vores mange aktiviteter.

Børn, unge og voksne på alle niveauer vendte tilbage i fuldt flor i 2022. 11.226 medlemmer fandt vej til HSK i 2022. Endnu mere glædeligt er det, at det er blandt de helt yngste medlemmer, den største medlemsfremgang skal findes. Mere end 1.100 flere børn end i 2021 gik således i 2022 til svømning i Hovedstadens Svømmeklub. Også i gruppen 13-19 år vokser medlemstallet fortsat. Tæt ved 1.000 unge mellem 13 og 19 år fandt vej til et hold i HSK i 2022, et tal der siden 2016 er fordoblet. Vi er meget stolte af at have udviklet et foreningstilbud til en gruppe, der normalt forsvinder fra svømningen, når de har lært at svømme.

En anden gruppe vi i en årrække har arbejdet på at finde plads til, er børn med særlige behov. HSK har altid fundet det vigtigt at skabe et mangfoldigt svømmetilbud og i 2022 startede vi et pilotprojekt med specialhold for børn med særlige behov. Det skal ikke være nogen hemmelighed, at det været en udfordring at definere holdets mere præcise målgruppe, men vi valgte i første omgang at fokusere på børn, der har behov for særlige rolige omgivelser at være i vandet i. Typisk børn med diagnoser på autismespektret, ADHD eller lignende.

### Gang i HSK

Efter fravær af større aktiviteter i næsten to år har genåbningen af idrætslivet givet os utroligt mange positive oplevelser i løbet af 2022 og vi har kunnet glæde os over de enormt mange aktiviteter, stævner, opvisninger osv. som HSK har arrangeret eller været en del af i årets løb.

Vi har haft udsolgte Rema1000 Aquacamps i sommerferien, hvor mere end 350 børn deltog på en af årets Camps.

Vi har holdt 60+Camp for første gang, med morgensang, svømning, bevægelsestræning, yoga og en masse sociale aktiviteter. Og naturligvis banko og smørrebrød.

Lidt over 500 svømmebørn var med til stævne i svømmeskolen, hvor de svømmede forhindringsbaner og helt almindelige svømmeløb.

Hvor vores arbejde i de foregående år har været meget isoleret, er samarbejde og aktivitet nationalt og internationalt også i gang igen, og vi har i årets løb haft både udøvere og trænere med til EM i Rom, vandpolos første udenlandstræningslejr i Serbien, fastholdelse af placering i toppen af dansk svømning ved DM for hold, og en helt fantastisk præsentation af Casper Puggaard som vandt HSKs – og Danmarks – første VM junior medaljer. Alle disse flotte resultater kan I læse mere om i afdelingernes beretninger.

Vores frivillige har været i gang med at arrangere stævner, opvisninger, kampe, som hjælpere til Christiansborg Rundt eller et af de mange andre arrangementer i København, hvor vi hjælper til, til møde i en af vores mange arbejdsgrupper eller i en af de mange andre helt essentielle frivillige roller i HSK. Blandt andet var mere end 60 frivillige med til at arrangere Danish Open i påskedagene. Mange nye frivillige er kommet til, og officialsuddannelsen er kommet i gang igen.

Vi har uddannet mange trænere og hjælpetrænere i årets løb, bl.a. i samarbejde med Københavns Kommunes Ungdomsskole. I årets løb var vi også på jobmesse på de lokale folkeskoler, for at fortælle om det fantastiske fritidsjob som træner og hjælpetræner i svømning.

Det har været skønt at se jer i gang igen. Og det har været skønt at se de mange HSK-medlemmer igen udfolde sig i vandet.

### **Gang i svømmehallerne**

Et tilbagevendende emne i beretningen de seneste mange år, har været svømmehalssituationen på Frederiksberg og i København. Vi er i sagens natur helt og fuldt afhængige af åbne og velfungerende svømmehaller. I 2022 har Øbro og Frederiksberg svømmehaller fortsat været ramt af lukninger efter fejlslagte renoveringer. Vi glæder os til begge haller åbner igen. Selvom det er to af Danmarks ældste svømmehaller vi taler om, så skal de jo gerne være åbne mange år endnu. Der er også mange positive nyheder på svømmehalsfronten. Byggeriet af en ny svømmehal i Ørestaden og på Papirøen er godt i gang. Planlægningen af en ny på Østerbro på Beauvaisgrunden er tilendebragt og en snarlig vedtagelse må forventes. Derudover vedtog Københavns Kommune i forbindelse med budgetforliget for 2023 (vedtaget i september 2022) at:

- Mulige placeringer af specialanlæg med svømmehal og gymnastikfacilitet i Vanløse skal undersøges.
- Mulighederne for at placere nye skoleidrætshaller og skolesvømmehaller ved eksisterende skoler i København skal undersøges.

- Mulighederne for at placere nye svømmehaller i København Kommune skal afdækkes.

HSK har især i slutningen af 2021 og op til budgetforliget i september via oplægget "Hovedstaden mangler vand" intenst fortalt politikerne i København om behovet for flere svømmefaciliteter. Budgetforliget var det første meget synlige resultat af vores oplysende arbejde. Derudover offentliggjorde Københavns Kommune i 2022 en renoveringsplan for de københavnske svømmehaller frem mod 2030, en plan vi også længe har efterlyst. Sidst, men ikke mindst, vedtog man i relation til idrætsmilliarden at bygge en ny svømmehal i Sundby Idrætspark til erstatning for den gamle. Selvom HSK ikke normalt har tid i Sundbybadet, så er det jo alligevel glædeligt at der kommer en ny svømmehal i Sundby Idrætspark.

I budgetforliget for 2023 står der også, at Kultur-og Fritidsforvaltningen skal gå i dialog med foreningslivet om at øge foreningernes adgang til de københavnske svømmehaller, fx. gennem udvidet åbningstid. Et forslag HSK også har spillet ind med ved flere lejligheder. Det er dokumenteret, at vi som forening generelt udnytter tiderne bedre i svømmehallerne. Der er altså flere i vandet når vi har tiden. Derfor er det en vigtig indsats de kommende år at holde fokus på at få mere foreningstid, da det kan få flere i vandet.

### **HSK 10 år**

Den 24. april 2022 kunne HSK fejre sin første runde fødselsdag, da klubben fyldte 10 år. HSK blev stiftet på en ekstraordinær generalforsamling den 24. april 2012, da klubberne GI40Hermes og Svømmeklubben København blev lagt sammen til Hovedstadens Svømmeklub. Og hvilke 10 år. Som ovenstående beretning bærer præg af, er HSK en velfungerende forening med meget stor bredde af aktiviteter for alle niveauer og alle aldre. Vi er virkelig stolte af, hvad vi har nået på ti år og vi glæder os til de næste mange år i godt selskab med engagerede frivillige, ansatte, samarbejdspartnere osv. Og ikke mindst vores fantastiske medlemmer, tak for at I har støttet HSK gennem årene.

### **Ny formand**

I december 2022 blev det offentliggjort at HSKs formand gennem ti år, Allan Nyhus, havde fået job som direktør i Dansk Svømmeunion (nu SvømDanmark) og han derfor fratrådte som formand i HSK. Allan nåede mere end 100 bestyrelsesmøder som formand og var i årene inden også dybt engageret i klubben som formand for GI40Hermes i årene 2007-2012 og inden da som bestyrelsesmedlem i Hermes. Allan startede som træner i Hermes i 2001 og nåede også at være leder af svømmeskolen og redaktør af Hermesbladet, dengang det udkom på tryk, inden han blev medlem af bestyrelsen for først Hermes, så GI40Hermes og så naturligvis Hovedstadens Svømmeklub. Tak for din store frivillige indsats. En sjov krølle på historien er at Allans

afløser blev Susanne Glasius Tischer, der var formand for GI 40 inden sammenlægningen med Hermes i 2007. Susanne havde således også været svømmer, træner, bestyrelsesmedlem m.m. inden hun blev formand for GI 40. Fra en ildsjæl til en anden. Uden ildsjæle og frivilligt engagement, ingen klub. Tak til Susanne og Allan og alle de mange andre ildsjæle og frivillige, der får HSK til at løbe rundt.

Der skal også lyde en stor tak til samarbejdspartnere, tak til Københavns Kommune, tak til Frederiksberg Kommune og FIU/Frederiksberg Idræt. Tak til personalet i hallerne der sørger for at svømmehallerne fungerer og velvilligt stiller op med hjælp når vi eks. skal holde stævner og arrangementer. Også en tak til de fonde der støtter vores arbejde.

Og tak til alle vores iderige og fantastiske ansatte. Tak for den store forskel i gør dagligt. Det er en fornøjelse at komme ind på kontoret og i hallerne, og mærke at jeres engagement i HSK er intakt. I gør også en kæmpe forskel for en masse børn, unge og voksne ude i svømmehallerne. Tusind tak for jeres store arbejde.





## Mastersafdelingen – HSK Hermes Masters

Efter et par sæsoner, der har været stærkt præget af corona, har 2022 været et mere normalt år.

Ved DM kortbane i marts sikrede 13 masterssvømmere sig 23 guldmedaljer. DM langbane, som også plejer at blive afholdt i forårssæsonen, blev desværre aflyst, da man ikke kunne finde en klub, der ville arrangere.

Efter sommerferien sikrede fem damer to bronzemedaljer i holdkap ved EM i Rom.

Ved NM på Færøerne i oktober deltog fire svømmere og vandt 12 nordiske mesterskaber.

Det betyder, at om et par uger, er der i alt 16 masterssvømmere, der skal hilse på Frederiksbergs borgmester, når Frederiksberg Kommune afholder sin mesterskabsfest på rådhuset. Det bliver i øvrigt sammen med rekordmange af vores klubkammerater: svømmere, vandpolospillere og kunstsømmere.

Medlemstallet har igennem mange år været ret stabilt omkring de 55 svømmere – aldersmæssigt imellem 25 og 80 år. Engang havde vi et slogan i klubben: "et medlemskab af foreningen må jo meget gerne blive et livslangt bekendtskab" – og det kan vi jo gøre ved at tilbyde svømning til alle aldersgrupper.



## Vandpoloafdelingen

### Medlemsoversigt

Oversigten nedenfor angiver antallet af medlemmer fordelt på hold (ungdom og divisionsniveau). Afdelingen havde i 2022 ca. 95 spillere og 13 trænere/hjælpetrænere. På ungdomsniveau, har HSK 13 pigespillere ud af 62 spillere. Der er et ønske om en mere ligelig fordeling mellem drenge og piger fremadrettet, hvilket vil være et fokuspunkt i 2023 og fremover.

Der ses en lille tilbagegang i antal spillere sammenlignet med 2021, hvilket primært tillægges den sene tilmelding til vandpolo i sommer for 2022/2023 sæsonen pga. den pludselige lukning af universitetssvømmehallen, NEXS. For divisionsholdene har lukningen af NEXS betydet samtræning fra sæsonstart i september, som begge hold har været glade for, da haltid i Bellahøj har været prioriteret til U15/17/19 under lukningen.

Antal træninger og træningstider fremgår også af oversigten nedenfor.

Hold	Niveau	Antal tilmeldte	Antal piger	Trænings pas	Vandtid (timer)
U11	Ungdom	12	1	3	3,5/3,0
U13	Ungdom	14	3	3	5,0/4,0
U15	Ungdom	20	5	3	4,5/ 6,0
U17/19	Ungdom	16	4	4	4,5/4,5
Damehold	Division – 1. og 2. division	17	17	2/2*	3,0/3,0
Mastershold (herrer)	Division – 2. division	16	0	1/2*	3,0/3,0
Trænere	7 trænere		3	*Damehold og Masters har samtræner fra sæsonstart i september	
Hjælpetrænere	7 hjælpetrænere		2		

Flere ungdomsspillere har i 2022 trænet med ungdomslandsholdet og en U15-spiller har to gange i 2022 været udtaget til U15-ungdomslandsholdet og deltaget i de Nordiske Mesterskaber 2022 med U15-ungdomslandsholdet, hvor de vandt sølv.

### Status stævner, herunder DM

HSK-vandpolo er på ungdomsniveau Danmarks største klub og gør sig nu for alvor gældende til samtlige stævner.

I 2022 høstede vandpolo-ungdom medaljer ved alle stævner – fx lokale klubstævner samt ved pokalturnering og DM. Ved DM tog U11 sølv, U13 guld og U15 bronze.

Sammenholdt med andre klubber i Danmark, har HSK pigespillere på alle hold, som også naturligt får spilletid til samtlige stævner samt DM. På divisionsniveau, vandt Masters 2. division på Sjælland mens dameholdet tog bronze i DM.

### **Nye tiltag i 2022**

I 2022 var alle HSK vandpolo-ungdomshold på træningslejr for første gang. U11 og U13 var på træningslejr i Tarm i Påsken og U15/17/19 var i efterårsferien på træningslejr i Beograd, Serbien. Begge træningslejre var en stor succes og planlægges gentaget i 2023. Sportsligt, såvel som socialt, gav de to træningslejre meget til spillere og trænere, og ses som et afgørende tiltag, hvis HSK vil fastholde og udbygge spillere og træneres niveau. Begge træningslejre er planlagt også for 2023.

### **Status på vandpoloudvalget**

Det nedsatte vandpoloudvalg fungerer godt – der er to medlemmer pr. hold for ungdom og et medlem fra de to divisionshold. Udvalget koordinerer og har tovholderrollen ift. deltagelse i stævner (i samarbejde med trænerteamet), koordinerer deltagelse i Spartaarrangementer, sociale arrangementer mv. Der foregår et løbende arbejde med at rekruttere flere frivillige, bl.a. når nye hold starter op.

### **Fokus i 2023**

Udvalget har besluttet, at det i 2023 vil se på målsætninger for HSK-vandpolo og formulere en række konkrete mål, som skal være retningsgivende for HSK-vandpolo på kort sigt her i 2023, men også på lidt længere sigte. Dette skal ses i lyset af at afdelingen fortsat vokser og nu har en stabil fødekæde af ungdomsspillere.

Desuden vil udvalget gerne bidrage til det igangsatte tværgående arbejde med svømmeskole, kunst og k-afdeling, herunder bredere oplysning om vandpolo som tilbud i HSK – fx er der forslag og opdatering af hjemmeside og mere strategisk tilgang til SoMe platformene i HSK.

I 2023 forventes fokus i vandpoloafdelingen at være centreret omkring:

1. Formulering af mål for HSK-vandpolo i overensstemmelse med HSKs værdigrundlag og det kommende arbejde i regi af SVØMDanmark, hvor fokus i 2023 bl.a. er meldt ud til at være de mindre idrætsgrene som fx vandpolo. Fx forestiller vi os konkrete mål ift. bredden (antal spillere, kønsfordeling mv.) og rekruttering ift. ungdom – og pigevandpolo, mens vi på divisionsniveau vil igangsætte drøftelser ift. fødekæde og ambitionsniveau indenfor en 2-5-årig horisont – fx antal divisionshold og niveau, herunder deltagelse i fællestræning med ungdomslandsholdene og udtagelse til stævner.



2. Udvikling af vandpolotræneruddannelse og 'materiale', som vil skulle kunne anvendes af andre klubber også. Indsatsen spiller fint sammen med den brede efterspørgsel fra andre klubber i DK, da der ikke i nogen klubber i Danmark er udarbejdet træneruddannelsesmateriale. Der søges fondsmidler til arbejdet, som faktisk lige er blevet imødekommet af DIF og DGI Foreningspulje.

Der er fortsat behov for videreudvikling af samarbejdet med svømmeskolen, så også svømmetrænere kan indtænke vandpolo i deres undervisning og på AquaCamps.

3. Bidrage til det tværgående arbejde igangsat af bestyrelsen som i samspil med bredere oplysning og information om vandpolo, skal medvirke til større opmærksomhed omkring sporten i hovedstadsområdet.



## Svømmeskoleafdelingen

### Gået godt i 2022

Hvor 2021 var et år med tydeligt corona-aftryk i svømmeskolen, har 2022 været et år, som bedst kan beskrives som "tilbage til normal". Klubbens samlede medlemstal i 2022 er nogenlunde tilbage på niveau med 2019, hvor medlemstallet toppede, hvilket også afspejles i svømmeskolens medlemstal og aktivitetsniveau.

Vi har således i 2022 igen kunnet gennemføre en række aktiviteter udover den almindelige undervisning:

- Svømmeskolestævne blev afholdt den 12.-13. marts i Damsøbadet, Flintholm Svømmehal og Damhusengen med hjælp fra K-afdelingens stævneudvalg samt forældre til børn i svømmeskolen. Stævnet havde lidt mere end 500 deltagere og var en succes. Vi gentager i øvrigt stævnet i marts 2023 med endnu flere deltagere.
- Aquacamps blev afholdt i sommerferien. Vi afholdt i alt ti camps inklusive en teknikskolecamp. Ni af de ti camps blev afholdt i Damsøbadet. AquaCamps blev igen afholdt med stor succes, og både trænere, børn og forældre har været glade for muligheden for en god og aktiv sommerferieuge
- For ansatte i svømmeskolen har der været afholdt både sæsonafslutning, opstartsdage samt HSK-academy. I foråret 2022 trådte den opdaterede lønpolitik i kraft i HSK. Den nye lønpolitik er indført for bedre at kunne tiltrække og fastholde medarbejdere og betyder blandt andet, at vi nu aflønner for læringsmoduler, giver weekendtillæg og generelt har hævet lønningerne for vores mange dygtige trænere og hjælpetrænere. Tiltag som naturligvis er værdsat af medarbejderne.

Vi har også haft fokus på klubbens sociale indsatser i 2022 med hold i Damhusengen, Tingbjerg, Hillerødgade og Kirsebærhaven. Aktiviteten er størst i Tingbjerg, hvor vi pt. har 33 hold med ca. 250 medlemmer. Vi afholdt også pige- og drengestævner i Tingbjerg i juni 2022. Specielt pigestævnet var en stor succes med 75 deltagere og tilskuerpladser, der var fyldt med jublende mødre og søstre.

### Forventninger til 2023

Med udsigt til fortsat godt aktivitetsniveau i svømmeskolen er det vores forventning, at vi i 2023 vil fokusere mere på frivilligindsatsen. En del af dette er involvering af flere svømmeskoleforældre i afholdelse af svømmeskolestævne. Vi ønsker også at få flere forældre engagerede i svømmeskolens forældrepanel, hvor vi pt. kun er tre forældre.





## Kunstsvømmningsafdelingen

### Det, der er gået godt i 2022

Kunstsvømning arbejder videre med udvikling og konsolidering af holdstrukturen i afdelingen.

Sidste sæson etablerede vi en "pipeline" til afdelingen med oprettelsen af blæksprutte/kunsthold i svømmeskolen. I opstarten til sæson 22/23 har vi finpudset denne løsning, som derfor i denne sæson er pingvin/kunsthold. Dette niveau fungerer rigtig fint ift. alder og svømmefærdigheder og vores forventning er, at vi fremadrettet nu kan fokusere på den svømmefaglige udvikling af tilbuddet.

I 2022 har afdelingen oplevet rigtig god fremgang på antallet af svømmere, ca. en fordobling. Vi skal nu øve os i, hvordan vi fastholder svømmerne.

Vores trænersteam har udviklet sig godt i 2022, både med fordeling på hold og niveauer, med fantastiske initiativer for svømmerne, f.eks. den store juleafslutning med opvisning og luciaoptog og med gode resultater for svømmerne ift. nåle og konkurrenceresultater. En stor tak til trænere og hjælpetrænere for indsatsen.

I 2022 har vi valgt at opnormere de fleste af vores hold med hjælpetrænere, der er tidligere kunstsvømmere. De modtager på denne måde "sidemandsoplæring" ude i svømmehallerne. Disse vil i løbet af foråret 2023 gennemføre de almene hjælpetræner- og træneruddannelser, så vi (forhåbentlig) har et fundament af trænere klar til næste sæson.

Samtidig gennemfører vi i indeværende sæson for første gang en "kortlægningsindsats" ift. at registrere og ajourføre træningsplaner for alle niveauer henover sæsonen. Det er intentionen, at denne øvelse kan danne grundlag for, at afdelingen til sommer har et "træningsårshjul" der – henset til et meget stabilt nationalt årshjul - kan genbruges og kvalitetssikres løbende og udvikles i takt med, at trænerbasen gøres bredere.

### Forventninger til 2023

Årets aktiviteter følger et forholdsvis fast årshjul for kunstsvømmerne.

Træningsaktiviteterne er lagt godt til rette til at understøtte de planlagte aktiviteter. Udviklingsaktiviteterne for afdelingen vil i 2023 derfor særligt have fokus på følgende forhold:

#### Træneruddannelse(/-rekruttering)

I foråret gennemfører vores unge trænere uddannelser mhp. at ruste afdelingen til næste sæson og generelt højne niveauet i undervisningen. På det korte sigte vil der i foråret konkret skulle kigges på løsninger for

den kommende sæson. Vores chefræner forlader os og ny-rekruttering startes op i start marts.

### Dommeruddannelse

Kunstsømningssafdelingen har til alle konkurrencer behov for at stille med et vist antal dommere. Da afdelingen er vokset markant, gennemføres der i 2023 gentagne dommerkursus for at sikre den nødvendige dommerbase til konkurrencer. Første kursus er gennemført i januar.

### Deltagelse i nordisk stævne

Kunstsømning planlægger i foråret at deltage i et nordiske stævne, der er målrettet årgangssvømmere og juniorsvømmere. Formålet med deltagelse er dels at give svømmerne mulighed for at udvikle sig op mod tilsvarende konkurrencemiljøer, dels at give inspiration/motivation til fastholdelse, der kan være med til at understøtte en trænerpipeline fremadrettet.

Vores to dygtigste svømmere har i 2022 været udtaget til juniorlandsholdet og har trænet og konkurreret med landsholdet over året. En stor cadeau til svømmerne og trænerne for at gribe muligheden og hente inspiration og erfaringer i nye omgivelser.





## Konkurrenceafdelingen

### Generelt

2022 var et godt år Konkurrenceafdelingen, særligt fordi vi kom på den anden side af coronarestriktioner og for første gang siden 2019 oplevede et "normalt" år ift. træning, stævner og træningslejre.

Vi har udvidet konkurrenceafdelingen med et ekstra hold for de yngste – T3 mix – og det er meget populært.

### Frivillighed

Vi har gennem nogle år kæmpet med faldende frivillighed, særligt i afdelingens forskellige udvalg og arbejdsgrupper, og det er gået hårdt ud over blandt andet stævneudvalget, som har måttet løbe meget hurtigt for at få planlagt og afviklet klubbens egne svømmestævner. Vi besluttede derfor i 2022 at gøre en ekstra indsats for at rekruttere til stævneudvalget, og det har heldigvis givet pote. Næste skridt bliver at få fyldt hullerne ud i de resterende udvalg også. Her er der en del huller ift. tidligere, som konkurrenceudvalget arbejder på at få lukket.

Men et generationsskifte omkring vores vigtige svømmestævner og dermed stævneudvalget er sat i gang.

I konkurrenceudvalget valgte formanden for udvalget igennem flere år, Martin, at trække sig. Martin skal have stor tak for en kæmpe indsats igennem mange år. Konkurrenceudvalget besluttede at udpege Grith som ny formand. Grith er også leder af stævnegruppe og i øvrigt mor til en svømmer på eliteholdet.

### Stævner

Ved Klubmesterskaberne i begyndelsen af 2022 introducerede vi familieholdkapper, hvor hvert hold bestod af to svømmere plus to forældre. Det var et populært tiltag, og flere forældre fik bevist at de faktisk kan svømme en gedigen 50 fri. Klubmesterskaberne er efterhånden blevet en god traditionel og lidt uformel opstart af konkurrenceafdelingen i januar. I 2022 fik vi borgmesteren på Frederiksberg til at åbne stævnet. Det var han åbenbart så glad for, at han takkede i 2023 også.

Efter nogle års pause grundet corona og renovering af svømmehallen var vi igen værter for CPH Swim Cup i Bellahøj i maj måned. Sidst stævnet blev afholdt var i 2018. Vi fik ikke helt så mange deltagere, som vi kunne have ønsket, men der var super stemning og flot svømning hele weekenden, så alt i alt et fint comeback. Vi ser frem til en gentagelse til maj, denne gang med endnu flere klubber og deltagelse af vores yngste børnesvømmere. Det tager tid og indsats at bygge et stævne op med faste og tilfredse deltagere fra andre klubber.

I starten af september tog hele konkurrenceafdelingen minus de yngste svømmere fra T3 til stævne i Lund i Sverige. Stævnet blev afviklet som et holdstævne, så alle svømmerne samlede point sammen til klubben. Det var en stor oplevelse, særligt for de yngste, at være afsted sammen med elitesvømmerne, og der blev virkelig gået til den i de blandede holdkapper, hvor seniorerne fik heppet de yngste i mål. Vi slog de svenske klubber suverænt, men har heldigvis fået lov at komme igen til september.

## Trænere

I sommer sagde vi farvel til talentudvikler og årgangstræner Marie Simanis, som gennem sine mange år i HSK har gjort en kæmpe indsats for talentudviklingen i konkurrenceafdelingen. Som erstatning for Marie har vi ansat Nicolai Degn Andersen fra GTI Swim som ny talentudvikler og ansvarlig for svømmere og træner-team på Talent 1 og overordnet ansvarlig for Talent 2.

På Eliteholdet sagde vi farvel til Frederik, som ønskede at fortsætte sin karriere uden for svømningens verden. I stedet har vi fået Lasse Iversen som ny elitetræner. Lasse kommer fra en tilsvarende stilling hos Sigma Swim.

Blandt de mange fantastiske deltidsansatte trænere i afdelingen, var der heldigvis rekordmange som valgte at blive i klubben ifb. med sæsonskiftet. Det giver god stabilitet på holdene. De deltidsansatte trænere i afdelingen, fik som de øvrige trænere i klubben, en markant forbedring af deres løn- og ansættelsesvilkår i foråret. Bl.a. med weekendtillæg og forhøjelse af satserne for timeløn.

De seneste mange år har afdelingen haft samarbejde med DoubleYou og Mikkel Bonke. Et samarbejde der fortsatte i 2022. Mikkel arbejder med at udvikle og uddanne trænere om pædagogik og idrætspsykologi. Der har således været særlige og målrettede projekter for de deltidsansatte trænere, for de fuldtidsansatte trænere og så også et særligt projekt for de tre fuldtidsansatte trænere på eliteholdet.

## Resultater

Konkurrencesvømmerne i HSK har generelt leveret flotte resultater i 2022. Særligt er det værd at nævne, at Casper Puggaard tog medaljer ved både junior-EM og junior-VM for første gang i klubbens historie. Faktisk er det også de første junior VM-medaljer til dansk svømning. Mads Møller deltog ved EM for juniorer og Caroline Wiuff Jensen blev udtaget til senior EM. Derudover har vi haft både senior- og juniorsvømmere med ved Nordiske Mesterskaber, hvor der også blev taget medaljer. Ved DM for Hold i november endte HSK på 2. pladsen efter, at vi i 2021 for første gang nogensinde vandt hold DM. Ved DM for seniorer, DM for juniorer og DM for årgangssvømmere findes der også holdkonkurrencer, hvor vi efterhånden hver gang placerer HSK i toppen. Vi kan roligt sige, at HSK i sine første ti år har markeret sig som en stærk eliteklub med en kultur og et udtryk blandt andre klubber, som er baseret på seriøst og professionelt udviklingsarbejde.

Udover de mange flotte internationale og nationale resultater, er der heldigvis et stort antal svømmere i afdelingen, som til hvert af ugens mange træningspas og hvert eneste af sæsonens mange stævner, leverer flotte resultater, personlige rekorder, god stemning og højlydte kampråb. Indsatser som understreger klubbens værdier og skaber en stærk klubkultur og dermed grobunden for fremtidens flotte HSK-resultater.



ooooo000oooo