

Bestyrelsens beretning – Generalforsamlingen 6. april 2025

Generelt

Farum Familiesvøm er en breddeklub med ca. 1.000 medlemmer, der fordeler sig på 117 ugentlige hold. Hold der dækker bredt både med hensyn til alder og indhold.

Vi har den klassiske svømmeskole for børn og voksne – ja voksne kan også gå i svømmeskole. Vi har også ungdomshold, hold for mennesker med særlige behov, kajak, vandgymnastik, vandskræk, udspring og livredning.

Til at holde alle de aktiviteter i gang, har vi ud over de frivillige kræfter: En daglig leder, 27 uddannede instruktører og 16 hjælpeinstruktører. Hjælpeinstruktørerne er i gang med deres svømmeinstruktør uddannelse. Af de 16 afslutter de 8 deres uddannelse i foråret 2025.

Lidt om de enkelte aktiviteter. Lad os starte med de mindste hold:

Børn med særlige behov.

Vi har to hold med 5 tilmeldte sådan som deltagerne godt kan lide det. Vi arbejder med aktiviteter fra samme kategori hver gang. F.eks. er der altid noget balance, hvor øvelserne i sig selv varierer, da det enten kan være på en plade eller på en slange eller noget helt tredje. Enkelte hold er baseret på aktiviteter som styrker fællesskabet - og det virker. Deltagerne er også meget glade, når de får instruktørerne med i vandet, det synes de er sjovt – hvad der faktisk gælder for både deltagere og instruktører.

På disse hold for medlemmer med særlige behov deltager både børn, forældre og hjælpere i vandet. Og selvom holdet har hele træningsbassinet i Farum Svømmehal til rådighed, så kan det til tider føles lidt trangt, da der også er op til 4 instruktører med på et hold.

MEN - at vi har hele træningsbassinet giver mulighed for, at vi kan differentierer undervisningen, så der kan undervises i små grupper med 2-3 elever med en instruktør. Samtidig giver det også mulighed for, at én elev kan have egen instruktør plus en forældre med i vandet, hvis der er behov for det. Det fungerer simpelthen så fint.

En klar favorit blandt børnene er de store legetøjs plader og dyr, som flittigt bruges af både børn, forældre og instruktører til leg - og eller redskaber til svømningen.

Livredning og Motion 2024-2025

Instruktørerne på dette hold er både instruktører og uddannede livredder dommere, derfor varetager de, ud over undervisningen, også den vigtige funktion at sikre, alle klubbens instruktører kommer op til bassinlivredderprøven hvert år. Den prøve, skal alle instruktører bestå, for at kunne stå med ansvaret for et hold.

Holdet har i år haft tilgang af et antal nye - men kendte - medlemmer, der ivrigt har deltaget. Året er typisk delt op i tre perioder, så de to faste instruktører, Jeff og Maj, kan skiftes til at undervise og afholde bassinlivredderprøven for instruktører og deltagere.. Og endelig at alle måske kan få svømmet lidt selv til slut.. Prøveaflæggelsen har været fordelt over en længere periode i år, da vores tid i hallen er blevet beskåret, så vi i må nøjes med to oppe til prøve på en aften - og ikke længere kan have tre ad gangen. .

I år har vi også haft deltagere på holdet fra andre hold, der har deltaget i en periode for derefter at aflægge prøven, som de kan bruge til undervisning andre steder.

Vores sæson-startdag med førstehjælp har hjulpet vores De **nye unge trænere** (hvem, dem der deltager en periode -eller, dem der er instruktører?), og herudover har de haft hjælp af Kasper, som ekstraordinært har gennemgået bassinlivredderprøven med dem / for dem ???, og

Endelig vedligeholder holdet også det sociale traditioner med fødselsdage/kage og lign!

Ungdomsholdet 10-14 år mandag

På ungdomsholdene vægter det sociale højt. Der laves mange lege, i mange forskellige variationer. På holdene har deltagerne en høj grad af medbestemmelse. Deltagerne kan både vælge aktiviteter /legene, med de kan også udvikle og introducere nye lege selv. Eneste regel for nye lege, der introduceres, er, at alle skal kunne være med. Det kan godt være lidt svært at finde lege, som alle kan være med til, i en sæsonstart, på grund af holdets aldersspredning og at deltagerne er på forskellige niveauer. Men indtil nu er det lykkedes, og holdene fungerer fint.

Aktiviteterne strækker sig også uden for bassinerne. Der afholdes bla. filmaftener, som vi har fået positive tilbagemeldinger på., hvor de planlægger med endnu en sæsonafslutningen.

Unge 12-15 år og unge 15-17 år om onsdagen

Denne aldersgruppe har altid været svær at tiltrække, og det er et af de få steder, hvor vi fortsat mærker eftervirkningerne af Covid. Vi har fået flere deltagere, og det betyder, at fremmødet stort set altid er tilstrækkelig til, at holdene kan gennemføre de planlagte aktiviteter med boldspil, stafetter eller andre ting, som kræver, at der er lidt flere. En typisk undervisning vil bestå af 20 minutters opvarmning og så 40 minutter fordelt på forskellige aktiviteter i henholdsvis det dybe og det lave bassin. Heldigvis er det dygtige instruktører, som selv på de dage med få fremmødte, kan medgive en god oplevelse for deltagerne, selvom det bliver med lidt andre aktiviteter.

Holdene for disse aldersgrupper har også fået lidt flere arrangementer op at køre uden for bassinerne. Her laver de filmaftener, og der er planlagt en tur på brætspil café her i foråret. Og muligvis et afslutnings-arrangement, når sæsonen slutter.

Kajak

Kajakholdene er altid populære. Holdene bliver hurtigt udsolgt, og der er ventelister. Senest har vi fundet plads til 3 hold i alt. På holdene øves der mange ting, fra grundteknikker og sikkerhed, til

grønlænderrul. Onsdagsholdet er flyttet ind i træningsbassinet, så Per "instruktøren" kan stå i vandet på 120cm og holde i kajakken, når teknikker skal indøves hos begyndere. Grønland og kajak er jo tæt forbundet.

Vores dygtige instruktør gennem mange år, Merete Fischer, er her i oktober 2024 kommet tilbage efter 2 sæsoners ophold i Grønland og Merete khar overtaget torsdagsholdet efter John Madsen, som er stoppet. Stor tak til John for de mange år, som dygtig instruktør. Per Hülse underviser på de 2 kajakhold, tirsdag og onsdag, som begge foregår i træningsbassinet. Per har boet 17 år i Grønland og er også overdommer ved danmarksmesterskaber i Grønlænderrul, .

Vandskrækhold for voksne.

Vi har i denne sæson 3 vandskrækhold. 2 om formiddagen og 1 tirsdag aften for voksne. (ER kun tirsdag aften for voksne??)

At have vandskræk skal tages alvorligt, og der skal undervises med stor tålmodhed, respekt og forståelse for den udøvende. Det er en stor overvindelse alene bare at møde op til undervisning. For nogle kan det tage lang tid, og for andre går det lidt lettere at lave øvelserne for til sidst at kunne svømme.

Vi har flere, der er begyndt at svømme, og det er en kæmpe sejer og dejligt som træner at se glæden i deres øjne.

Klubben har haft vandskrækhold i mange år. Og vi har oplevet, at nogle er gået hele vejen fra vandskræk over almindelige svømmehold til instruktør, med bestået bassinlivredderprøve.

Vandgymnastik:

I denne sæson har der været 4 vandgymnastikhold om formiddagen og et onsdag aften. Alle 5 hold har ventelister.

Maj og Lone har formiddagsholdene, og Kasper og Johanne har onsdag aften. Kasper har været på et weekendkursus i vandgymnastik her i januar 2025. Johanne har været med på holdet onsdag aften for at blive lært op.

Svømmeskolen:

Svømmeskolen har gennemført 58 svømmehold for børn i denne sæson. *Plask og leg, børn begynder lavt vand og børn begynder dybt vand* har været meget fint besøgt. Mange hold er helt udsolgt og har venteliste. Især på *plask og leg* og *børn begynder lavt vand* har ventelisterne været lange. Vi har derfor oprettet yderligere hold om fredagen. Holdene for *let øvede* og *øvede børn* er ikke helt så efterspurgt, men dog med en fornuftig belægning.

Udspring:

Deltagerantallet på *Udspring* har ligget stabilt i denne sæson, dog stadig lidt under medlemstallet fra før Covid. Det har været nødvendigt at lukket enkelte hold.

I år er der kommet 4 nye springere på konkurrenceholdet, som klarer sig rigtig godt. Det er måske det hold i klubben med størst aldersspredning 10-30 år, men holdet fungerer virkelig godt, Alle har samme interesse og hjælper hinanden med træning. Mest, når de yngre er nervøse for nye udfordringer, så er det godt at se en af "de ældre" vise springet. I år er der startet 2 nye hjælpetrænere, som også har gjort det godt. Klubben har er nu 7-8 instruktører, som kan undervise i udspring, som selv er "gamle konkurrencespringere".

Farum Familiesvøm deltager i flere Udsprings-stævner her i foråret både for begyndere og for de øvede. Og så arbejder vi frem mod DM til oktober 2025 i Århus.

Eksterne samarbejder

Farum-Familiesvøm har mange gode samarbejdspartnere uden for klubben bla. med de øvrige klubber i hallen og med hallens personale.

Vi har fortsat et godt og tæt samarbejde med Furesø Fritidsvejledning, som hjælper udsatte og svage familier med at få deres børn til svømmeundervisning. Det er altid en fornøjelse, når de udsatte borgere bare glider ind på holdene og det fungerer gnidningsløst, hvilket vi faktisk er ret gode til. Det kan vi i høj grad takke vores daglige leder, Lone, for.

Vi har også påbegyndt et samarbejde med Furesø Kommune og Dansk Oplysnings Forbund DOF om et projekt for ensomme voksne, der skal hjælpes videre i livet. Farum Familiesvøm hjælper med svømmedelen, efter svømning mødes deltagerne i FSU-lokalet, hvor DOF har forskellige emner, som skal styrke det sociale samvær og give indblik. Kommunen hjælper via deres kendskab til hvilke voksne, der kunne tænkes at være i målgruppen for projektet. Projektet er under implementering, og første gang, deltagerne mødes, bliver den 1. september 2025. Vandpladsen er søgt, men ikke godkendt endnu.

Til sidst

Farum Familiesvøm er en stabil klub, der tænker langsigtet, og sikrer, at der også vil være veluddannede og engagerede undervisere de kommende år. Vi får, som tidligere nævnt, afslutter 8 hjælpeinstruktørers uddannelse til svømmeinstruktører her i foråret. De vil til næste sæson være med til at løfte opgaven på alle de mange svømmehold. Det betyder, at Farum Familiesvøm er godt rustet til en ny kommende sæson.

Som afslutning vil vi minde omklubbens værdigrundlag og vores overskrifter for al undervisning :

- Tryghed i vandet er en forudsætning for at både børn og voksne bliver gode svømmere - Det skal være sjovt at gå til svømning, hver gang!
- Bredde tages alvorligt
- Kvalitet i undervisning

Disse tre principper er klubbens fundament, som, vi i Farum Familiesvøm tror på, er et langtidsholdbart koncept.