



Sommarbrev **LGSS A/B-grupp**

Återigen en grym säsong genomförd med många tävlingar, pers och rekord. Har skrivit ihop detta sommarbrevet för att sammanfatta det föregående året men också för att gå igenom lite smått och gott om det kommande året.

Brevets innehåll

- s.1 Sammanfattning USM Halmstad
- s.2 Klubbrekord 2025
- s.2 Sammanställning säsongen HT24/VT25
- s.3 Hösten 2025
- s.4 Preliminära tävlingar hösten 2025

Sammanfattning USM Halmstad

USM är nu klart för detta året, där vi i år hade två simmare med oss – Oliver och Siri. Båda två simmade på extremt bra, här kommer en summering:

Tävlingen började på torsdagen för Oliver med 100m bröstsim. Han lade ett bra första lopp och lyckades persa med nästan en halv sekund, vilket gjorde att han slutade på 29:e plats i landet i åldersklassen 13-14 år. Hans nya tid är 1:21.94

På fredagen var det dags för Siris 200m fjärl. I försöken simmade hon på riktigt bra och sänkte sitt pers med 3 tiondelar, även fast hon kände sig rätt trött, vilket gav en 4:e placering inför kvällens finaler. I finalen var orken med och hon sänkte sin tid ytterligare 1.6 sekunder som då resulterade i en 5:e plats i landet bland 17-18 åringar. Det nya klubbrekordet lyder nu 2:33.20

Lördagen var både Oliver och Siri lediga, men på söndagen tävlade båda två. Siri började med 100m fjärl där hon simmade på bra men landade 2 tiondelar över pers. Det slutade i en 17:e plats för henne där. Oliver simmade 200m bröstsim, där han lyckades sänka sitt pers med 2 hundraödelar och slutade även här på en 29:önde plats.

Klubbrekord 2025

Här är sammanställningen av klubbrekorden under våren 2025. De får stå kvar året ut, så får vi kämpa på att fylla på listan med ytterligare rekord!

200 Medley damer (50m)	Siri Karlsson	02:36.17
200 Fjärilsim damer (50m)	Siri Karlsson	02:33.20*

* ovan på klubb- och åldersrekorden betyder att rekordet slagits mer än en gång under året.

Junior- och åldersrekord 2025

Damer junior	Siri Karlsson	200 medley (50m)	02:36.17
	Siri Karlsson	200 fjärilsim (50m)	02:33.20*
Herrar 14 år	Oliver Johansson	50 ryggsim (50m)	00:35.76*
	Oliver Johansson	100 ryggsim (50m)	01:19.12
	Oliver Johansson	50 bröstsim (50m)	00:36.80

Sammanställning säsongen HT24/VT25

Det har varit en lång säsong för er. Ändå från att ni satte igång i augusti 2024 till nu har ni inte fått många veckors vila totalt, men jag hoppas ni tycker att det har varit värt det. Och även fast att det är en liten utmaning att vara ett så litet gäng som tränar tycker vi att ni löst det bra.

Rätt tidigt in på säsongen fick vi tillskottet av Johanna. Det var extremt kul att få in en extra person i gänget, och hon kom in i gänget snabbt. Tyvärr blev det inget Lökken i höstas, men ni fick istället åka till Skövde över helgen på träningsläger. Det gjorde däremot att vi förhoppningsvis kan ta oss till Lökken i år istället, så det får vi hålla tummarna för.

I november och december var det dags för det sista Sum-Sim:et någonsin, där vi hade med oss Carl, Johanna, Oliver och Siri till regionsfinalen i Göteborg vilket vi tyckte var mycket kul. Till Riksfinalen i Uddevalla kvalificerade sig Siri! Att det var det sista innebär även att vi fick testa på USM nu i juli, vilket egentligen inte är så stor skillnad förutom att det går upp till 18 år och är vissa skillnader i grenutbud.

Till sommarn nu har Eija tyvärr valt att sluta i simningen vilket är jättetråkigt, men självklart är hon alltid välkommen tillbaka. Markus har även valt att ta en paus från simningen ett tag, och även han är varmt välkommen tillbaka när han känner sig redo!

Utöver detta har det varit en mycket bra säsong med många pers och även ett antal klubbrekord.

Hösten 2025

Hur hösten ser ut är i nuläget väldigt preliminärt, men kommer troligtvis bli som följande.

Ni kommer fortsätta träna samma dagar och tider som ni gjort nu om vi får ihop det med tränare etc. Det innebär:

Måndag 18:00 – 20:00

Tisdag 16:00 – 17:30

Onsdag 18:00 – 20:00

Torsdag 18:45 – 20:30

Söndag 18:00 – 20:00

Med 30 minuters uppvärmning innan varje pass och även styrka på söndagar. Men mer återkoppling om träningschemat kommer i augusti till uppstarten.

Som jag nämnde förut är tanken att vi ska åka till Lökken igen. Återkommer mer med datum, men som vanligt åker vi över höstlovet, antingen några dagar i början eller i slutet av lovet.

En förändring som kommer till hösten är att tävling- och träningsupplägget kan förändras lite tack vare att de nya USM-tävlingarna flyttas lite jämfört med Sum-Sim. USM Region 2025 ligger i slutet av november i Göteborg, och Riksfinalen är flyttad från mitten av december till slutet av januari, den också i Göteborg. Tänker att detta kan vara bra för er att veta om ni planerar någon resa under jullovet.

Preliminära tävlingar hösten 2025

Så här ser vår tävlingsplanering ut i nuläget, kan vara så att det tillkommer fler tävlingar under tiden eller att någon tas bort. Jag har egentligen bara fyllt på med alla tävlingar jag tycker ser intressanta ut. Nu vet ni iallafall så att ni kan boka in era helger redan nu.

Augusti

Skara Sommarland Kickoff Swim 16-17/8

September

Rosenlundsbadet Sprint Jönköping 5-7/9

Uddevalla Malmsten Open 5-7/9

Varberg Swim Games 6-7/9

Sandaredssprinten 6-7/9

Trollsim Trollhättan 27-28/9

Oktober

DM/JDM Varberg 11-12/10

November

Ållebergsdoppet Falköping 2/11

Kungsbacka Sprint Open 8-9/11

USM Region Göteborg 22-23/11

December

Barracuda Race Göteborg 5-7/12

SM/U21-SM 10-14/12