

# 2023 SIMKLUBBEN NEPTUN

## Verksamhetsberättelse



*Sveriges bästa simidrottsklubb 2021, 2022 och 2023*

**PASSION KAMRATSKAP KVALITET UTVECKLING**



*Simklubben Neptuns herrlag – Svenska Mästare i beachpolo 2023*

## Innehåll

- |                             |                  |
|-----------------------------|------------------|
| 3. Styrelsens förord        | 10. Simhopp      |
| 4. Styrelsens arbete        | 13. Simning      |
| 5. Organisation & medlemmar | 22. Vattenpolo   |
| 7. Konstsim                 | 24. Klubbranking |

# Styrelsens förord

## Klubbens verksamhet

2023 blev ännu ett framgångsrikt för vår verksamhet. Klubben har aldrig tidigare haft så många aktiva. Med 5902 aktiva i våra olika verksamhetsområden låg vi kvar på en fortsatt rekordhög nivå.

Idrottsliga framgångar under året var bland annat:

- För tredje året i rad korades vi till Sveriges bästa simidrottsklubb
- Inom Simning blev vi bästa klubb på både senior kort- och långbanemästerskap och för Sum-Simgrupperna blev vi på motsvarande mästerskap bästa och tredje bästa klubb
- Inom Simhopp har vi tagit viktiga steg för att också skapa en framgångsrik tävlingssektion
- Inom Konstsim säkrades Sveriges genom tiderna bästa VM-resultat
- Polosektionen vann guld vid utomhus-SM i beachpolo och säkrade fortsatt spel i Elitserien

Under året genomfördes ett stort antal tävlingar och evenemang inom alla fyra simidrotterna. Särskilda höjdpunkter under 2023 var Sum-Sim Riks som markerade det tredje året i följd med mästerskapstävlingar i simning. Året avslutades med konstsimmens fina och traditionsrika Luciauppvisning.

Sammanfattningsvis var 2023 ett mycket framgångsrikt idrottsår för Simklubben Neptun!

I styrelsearbetet har fokus legat på att skapa solida förutsättningar för driften och utvecklingen av klubbens verksamheter. Under september genomfördes en verksamhetsutvecklingsdag tillsammans med personal, kommittéer och styrelse. Tillsammans ledde denna dag, med utgångspunkt i klubbens vision, verksamhetsidé och värdegrund till att styrelsen skapat en verksamhetsplan med fyra övergripande inriktningsmål:

1. Neptuns verksamheter genomsyras av god kvalitet, högt engagemang, utveckling och bedrivs med respekt för allas lika värde
2. Neptun är resultatmässigt en av Sveriges bästa simidrottsklubbar
3. Neptun är en attraktiv arbetsgivare
4. Neptun har en långsiktig hållbar ekonomi

De fyra inriktningsmålen ligger till grund för de operativa mål och planer som har fastställts för klubbens olika aktiviteter och kommer under 2024 vara styrande för utvecklingen av verksamheten.

Tillsammans med personalen har styrelsen dessutom fokuserat på att fastställa policydokument avseende arbetsmiljö, integritetsskydd, registerutdrag och ekonomistyrning. Vi har även tagit fram riktlinjer för vi som är engagerade i klubben som aktiva, ledare och anhängare och vi har påbörjat implementeringen av Antidoping Sveriges program för vaccination av klubben mot doping. Strukturen i de olika dokumenten framgår av bilden nedan.

Styrelsens enskilt viktigaste uppgift för 2024 och troligen de kommande åren blir den planerade renoveringen av Eriksdalsbadet. Tidsplanen för renoveringen är ännu osäker och liknande osäkerhet råder om andra viktiga punkter som kan påverka föreningens verksamhet. Desto viktigare är det att klubben har en beredskap för att hantera de situationer som kan uppstå på såväl kort som längre sikt under renoveringsperioden som i dagsläget förväntas bli 4-5 år.

# Styrelsens förord

## Klubbens ekonomi

Ett särskilt fokusområde för styrelsen har varit att förbättra vår ekonomistyrning. Årets resultat visar dock en förlust på kr. 1,4 miljoner. I resultatet är inte bidraget på 450 tkr som under 2023 togs ut från det arv på kr. 5,9 miljoner som Konstsimssektionen fick i 2022. Förlusten påverkas också av ett flertal engångsposter som inte förväntas återkomma. Kvar efter korrektion för dessa poster är dock en förlust på den löpande återkommande verksamheten i nivån 400 tkr vilket inte är tillfredsställande.

För att skapa en bättre ekonomisk styrning och uppföljning fattade styrelsen i december beslut om en omorganisation för att skapa ökad tydlighet i ansvaret för aktivitetsplanering, budgetering och uppföljning inom varje av de fyra sektioner Simning, Simhopp, Konstsim och Polo. Samtidig skapar vi en tydligare ram för samarbetet mellan sektionerna. Den nya organisationen förväntas implementeras löpande under 2024.

Klubbens ekonomiska fundament är fortsatt solid med ett eget kapital på kr. 8 miljoner samt en realiserad reavinst på värdepappersinnehavet från arvet till Konstsim på ytterligare kr 580 tkr. Föreningens likvida medel uppgår till kr 6 miljoner och marknadsvärdet av innehavet av värdepapper till kr. 6,3 miljoner.

## Styrelsens arbete

Styrelsen har under året haft 13 protokollförda sammanträden. En stor del av styrelsens arbete äger rum mellan styrelsemötena i olika arbetsgrupper, kommittéer och liknande grupper. Styrelsen har inte uppburit något arvode.

## Samarbetspartners

Simklubben Neptun har haft många olika samarbetspartners som hjälpt oss mycket under året. Vi vill framföra ett särskilt tack till: Aqua Dental, Eriksdalsbadet, Malmsten, Stockholms Stad, Kansliet AB, Stockholmshem, Svenska Bostäder, Familjebostäder, Swimstore AB, Ebba von Sydow Jewelry, Ebba von Sydow Sports, IC Control Media och Sport AB, Power Woman, Sponsorhuset och sällskapet Gamla Neptunare.

Niels Jörgen Larsen  
Ordförande

Lisa Härmark  
Sekreterare

Airi Iliste

Stefano Prestinoni  
Vice Ordförande

Ulrika Martin

Simon Frank

Magnus Lundgren  
Ekonomiansvarig

Kenny Wahlsten

Georgios Gavrillidis

# Organisation och medlemmar

## Medlemmar

Antalet registrerade medlemmar vid ingången av 2024 är 4463.

Antalet aktiva under 2023 uppmättes till 5902.

## Medlems- och träningsavgifter

Medlemsavgiften har under året varit 250 kronor. Avgiften för ständiga medlemmar har varit 5 000 kronor. De aktiva har erlagt en differentierad träningsavgift mellan 650 - 4 000 kronor beroende på aktivitet och antalet träningstillfällen.

## Hedersordförande

Per-Olov "Perre" Ericsson

## Styrelsen

Niels Jörgen Larsen –

Ordförande

Stefano Prestinoni – Vice

Ordförande

Magnus Lundgren -

Ekonomiansvarig

Lisa Härmark - Sekreterare

Ulrika Martin

Kenny Wahlsten

Airi Iliste

Simon Frank

Georgios Gavrilidis

## Revisorer

Lena Normann

Anders Haglund

## Valberedning

Anders Berlin, sammankallande

Vicki Galiamoutsas

Jan Lindberg

## Medaljnämnden

Fredrik Sickling

Camilla Lagerfors

## Hedersledarmöter

Margareta Rylander-Carlsson,  
1963

Elisabeth Morris-Elebring, 1967

Jarl Ivars, 1974

Kristian Köning, 1992

Ulla-Britt Eklund-Öberg, 1996

Therese Alshammar, 2002

Hans Holm, 2002

Monica Holm, 2002

Ann-Christin Hagberg, 2006

## Innehavare av Simklubben

## Neptuns förtjänstmedalj i guld

Bengt Bergvall, 1966

Hugo Johansson, 2002

Perre Ericsson, 2006

Therese Alshammar, 2006

Bengt Nordenbrand, 2011

Anneli Blomberg, 2012

Carina Wahlquist Winberg,  
2012

Tyri Öhman, 2012

Marianne Tour, 2013

Anders Toreborg, 2020

## Personal

Anna Heed

Anna Nosova

Annahi Rosentreter

Arash Loras (t.o.m. nov)

Emil Svendsen

Felicia Tornberg Widmark

Fredrik Henlöv

Fredrik Lundin

Galina Nässelius

Jesper Jonsson

Justin Shields

Kevin Speiner Thorvaldsson

Kleopatra Veroni

Linnea Lindberg

Maria Lund

Maria Edstedt

Marie Lindman

Mikael Rosén (t.o.m. dec)

Nils Zätterström

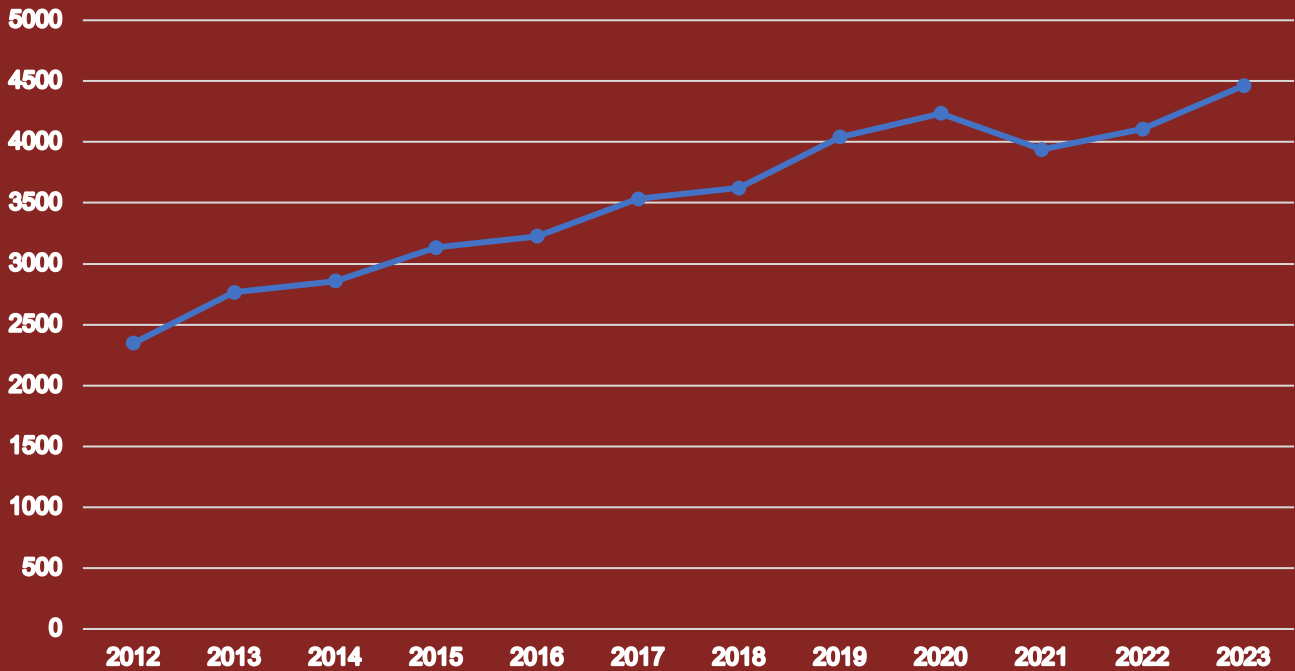
Prince Mayiza

Roberto Prestinoni

Therese Karlsson

Walter Forsberg Meinhart

## Medlemstillväxt åren 2012-2023



## Styrande dokument i Neptun

Policydokument för hur vi agerar

Aktiva

Anhöriga

Ledare

Styrelse

Missbruk

Trygg  
simidrott

Mål och verksamhetsplaner för varje sektion

Simning

Simhopp

Konstsim

Vattenpolo

Sportkontor

### Värdegrund

Passion – Kamratskap – Kvalitet - Utveckling

### Verksamhetsidé

Simklubben Neptun ska erbjuda alla de allra bästa möjligheterna att genom lek, träning, tävling och motion utvecklas i vattenmiljö

### Vision

Neptun är den ledande simklubben inom Svensk Simidrott, där alla ges möjlighet att växa och utvecklas som individer.

Styrande dokument så som stadgar, integritetspolicy, riktlinjer för registerutdrag med fler finns att hitta på Neptuns hemsida.



# Konstsim

Neptuns konstsim är en av Sveriges största konstsimverksamheter och bedriver tränings och tävlingsverksamhet för alla från barn till senior. Konstsim är en simidrott där utövaren, både med och utan musik utför olika figurer och formationer i solo, par och lag. Såväl svårighet, utförande som artistisk intryck bedöms vid tävling.

## Konstsimskommittén

Mirjam Odelby Orförande  
Annika Bäcklin Freund  
Maria Brogren  
Galina Shugay  
Matilda Lewis

## Anställda

Kleopatra Veroni  
Anna Nosova

Under våren 2023 var antalet konstsimmande medlemmar 170 stycken i klubben, varav 40 stycken masterssimmare vilket är en fantastisk utveckling för vår sektion, att grupperna har ökat och utvecklas både inom barn, ungdom och masters. Vår hemmaarena är fortfarande Forsgrenska badet, delar av träningarna dock är förlagda på Eriksdalsbadet och simhallen i Bredäng.

Under sommarveckorna arrangerade vi även i år konstsimkollo för barn mellan 6–17 år gamla. Vi deltog också som vi gjort under tidigare år på sommarens simsportskollo.

Sektionen har under många år tagit hjälp av olika utländska tränare, men under 2023 fastanställdes en tränare från Ukraina. Vi har även haft möjlighet att ha kvar tränaren från Grekland som togs in 2022 på halvtid. Tillsammans har de främst arbetat med tävlingsgrupperna, men även tränat mastersgrupperna. Vi ser det som en stor

styrka att vi har ett så pass bra rykte att vi kan locka internationella tränare till vår klubb i Sverige. Med deras kompetens har vi kunnat utvecklas enormt och tar stora steg inom utvecklingen för konstsim i Sverige.

Våra egenutbildade, yngre, tränare är i många fall även aktiva konstsimmare och får – genom kontakten med utländska tränare – en god möjlighet till ett internationellt perspektiv på konstsimmet. Sektionen jobbar hela tiden aktivt med att försöka få fler personer att skaffa domarkompetens och att få befintliga domare att vidareutbilda sig till högre nivå.

Vårt traditionella luciatåg gick av stapeln med hela fantastiska sex stycken utsålda föreställningar i Forsgrenska badet. Lucishowen blev mycket uppskattad och vi sålde 1300 biljetter, showen uppmärksammades på både sociala medier och genom olika tidningar.

Vid årets början tog vi tacksamt emot en stor donation från en person som testamenterat värdepapper till en summa av drygt 5 miljoner kronor, vars avkastning är öronmärkt konstsimsektionen. Det ger oss betydande möjligheter till både utveckling av verksamheten och för våra tävlingsaktiva konstsimmare för lång tid framöver.



# Konstsim

## Årets höjdpunkter

Det har varit ett fantastiskt år med många aktiva och många framgångar på olika sätt, inte minst att en av våra simmare var med i VM och flera av våra simmare gjorde stort intryck och hamnade på prispallen i många tävlingar.

Juniorlaget utförde även en musikvideo tillsammans med en känd artist som kommer kunna ses under 2024. Vår luciashow, som lockat många besökare genom åren slog rekord i år, vilket vi är mycket glada och stolta över.

## Så blickar vi framåt

Under 2024 kommer vi att fortsätta att arbeta för att bibehålla både bredd i verksamheten och spets i form av tävlingsaktiva. Vi kommer även starta upp en grupp enbart för killar. Vi kommer att jobba mycket med att bibehålla våra aktiva och våra tränare.

Vi har även som mål att inte bara utveckla de aktiva och våra tränare utan också sporten i sin helhet.

Mirjam Odelby, ordförande för  
konstsimkommittén





Barn gymnastiken hade premiär under 2023



Neptun blev bästa JSM och SM-klubb på SM-tävlingarna i Göteborg



# Simhopp

## Verksamheten 2023

Verksamheten bestod av ca 40st tränare, ca 550 barn/ungdomar och ca 90 vuxna varje termin. Ca 100st barn i barngymnastik under höstterminen. Upprustning av torrhoppet gjordes möjlig med hjälp av beviljade projektpengar och bidrag från Svenska Simförbundet. Anställning av gymnastiktränare i augusti Vadym Dudin.

Utöver terminsträning har vi haft lovträningar, Visbyläger, prova-på-kurser, uttagningar till snabbinlärnings grupper, uppstartsläger för tävlingsgrupperna, extra kurser/träning i början och slutet av terminen, Nivåuppvisningar, Nivåtävlingar, interna/externa workshops/utbildningar, Öppet Hus på GIH samt tränarmiddagar.

Ett gäng unga hoppare tränade på Svenska Simförbundets inspirationsläger i Uppsala. Äldre aktiva deltog i interna tränarutbildningar och börjat jobba som tränare. 6st tränare genomförde SSF tränarutbildning. Under sommaren hade vi familjehoppning/drop in för allmänheten på söndagar. Detta följdes upp med en uppskattad Familjehoppning för våra aktiva simhoppare i slutet av höstterminen. Uppstart av barngymnastik på Eriksdalsbadet under höstterminen.

Vi anordnade en mycket lyckad Halloweenfest under lovet för alla våra simhoppare. Ett stort tack till alla tränare och föräldrar som ställde upp under kvällen - er insats var fantastisk!

Vi tävlade i Gamma Cup, Nordic Light, Speedo Dive, Ungdomshoppet, Marginalen, Diving Lund,

Julklappshoppet, JDM/DM, USM, och SM. Tyvärr arrangerades inte Masters SM under 2023, men 3st Neptunare representerade Sverige på Masters-VM.

## Anställda

Galina Nässelius  
Prince Mayiza  
Maria Lund  
Anna Heed  
Emil Svendsen

## Simhoppskommittén

Efter att ha arbetat fram och bestämt de nya målsättningarna för simhoppssektionen omorganiserades hoppkommittén under året:

Ordförande: Carina Winberg  
Representant Neptuns styrelse: Airi Iliste  
Förälder rep: Gustaf Bonde  
Tränar rep: Emil Svendsen  
Aktiv Masters rep: Stephano Dinamarca Fernandez  
Aktiv rep: Stefan Krüger  
Ansvarig vuxna: Prince Mayiza  
Ansvarig inläring: Galina Nässelius  
Koordinator/admin: Anna Heed



# Simhopp

## Så blickar vi framåt

Simklubben Neptun är glada att åter stå som värd för USM på Eriksdalsbadet. Parallellt med USM kommer också en tävling Neptuniaden i simhopp tillbaka för barn 12år och yngre.

Under året finns en plan för att öka deltagandet och kvaliteten i åldersklasser och grenar på nationella tävlingar. Stor satsning på spets för att bli Sveriges Bästa ungdomsklubb och få Neptun representerade i landslaget på ungdomsnivå senast 2025!

## Resultat från året som gått

### Masters- VM

4:a hopp	Stephano Dinamarca 1m, 3m, höga hopp
4:a	Annica Berlin 3m, höga hopp
5:a	Annica Berlin 1m
15:e	Emma Aspenberg 1m, 3m

### SM

9:a	Stefan Krüger 1m
9:a	Annica Berlin höga hopp
10:a	Freja Jonasson höga hopp
11:a	Stefan Krüger 3m
11:a	Annica Berlin 3m
12:a	Stefan Krüger 1m

### USM

1:a	Mykyta Tsud 1m C
1:a	Mykyta Tsud 3m C
1:a	Mykyta Tsud höga hopp C
2:a	Eliot Jönsson höga hopp C
2:a	Noah Endler 3m C

2:a

2:a

3:a

3:a

3:a

3:a  
synchro

3:a  
synchro

4:a

4:a

4:a

DM

1:a

2:a

2:a

3:a

Öppen klass äldre

1:a

1:a

1:a

2:a

2:a

3:a

Öppen klass yngre

1:a

1:a

1:a

1:a

3:a

3:a

Filip Kusar 1m C

Minou Åkerström höga hopp C

Noah Endler höga hopp C

Eliot Jönsson 1m C

Eliot Jönsson 3m C

Mykyta Tsud/Noa Endler höga hopp

Freja Jonasson/Tindra Meckbach 3m

Sixten Stenberg 1m C

Filip Kusar 3m C

Freja Jonasson höga hopp B

Stefan Krüger 1m

Stefan Krüger 3m

Annica Berlin höga hopp

Annica Berlin 3m

Minou Åkerström 1m

Minou Åkerström 3m

Eliot Jönsson 3m

Mykyta Tsud 3m

Noa Wache 1m

Mykyta Tsud 1m

Maria Uhrwing 1m

Eira Cedergren 3m

Carl Bonde 1m

Carl Bonde 3m

Fred Korsvik 1m

Eskil Simberg 3m



Sum-Sim Riks på hemmaplan. Foto: Linnea Lindberg



Konstsimmare i Budapest på tävling under året



# Simning

## Siminläring

I Simklubben Neptuns siminlärningsverksamhet för barn och ungdomar introducerar vi grunderna i vattnet och förbereder barnen för en fortsatt god utveckling i deras simkunnighet. Simklubben Neptun följer en struktur som förhåller sig till Svenska Simförbundets röda tråd och Neptuns egna Simlinje. Neptun bedriver verksamheten utefter våra värdegrunder och letar alltid nya sätt att ta verksamheten till en ny nivå.

### Verksamheten 2023

2023 var ett spännande år för siminläringen då en utökning skedde i form av minisim, en simskola för yngre barn i åldrarna 2–3 år. Detta gör att vi nästan täcker alla åldrar i form av simundervisning i klubben, endast babysim saknas. Fortsatt finns en stor efterfrågan på simundervisning i Stockholm och samtliga grupper har haft hög beläggning.

Vi fortsätter att växa i antal tränare på kanten och i vattnet. Ett stort fokus har varit att kvalitetssäkra simskolorna runt om alla bad. Detta har vi gjort i form av ett rekryteringsprojekt lett av Louise Sverin och Elin Grähs. De lyckades rekrytera och utbilda 40st tränare som efter processen var redo att börja jobba efter årsskiftet. Vi uppmuntrar fortsatt tränarna till utbildning genom att höja timarvode vid utbildningstillfälle. Inför varje termin anordnas en kick-off och ett utbildningstillfälle för att skapa kamratskap, glädje och ett positivt avstamp inför terminen.

Utöver ordinarie ledare så har vi även på varje bad en teamleadare som stöttar tränarna och har överblick och uppsyn på plats på baden. Teamledarna jobbar nära med verksamhetsansvarig och simkoordinator och återkopplar hur det ser ut på baden när det gäller bemanning, utrustning osv. Teamledarna är också en viktig roll för kommunikationen till föräldrarna ute i verksamheten.

Siminläringen har även fått förstärkning i form av en ny tjänst simkoordinator. Denna roll har Annahi Rosentreter och jobbar mycket ute i simhallarna för att se till att simskolan håller en hög kvalitet. Samt backar upp och stöttar vid evenemang så som knattetävlingar och uppvisningar.

### Anställda

Linnea Lindberg  
Annahi Rosentreter  
Felicia Tornberg Widmark

### Teamledare

Lucas Burgos, Hampus Bengtsson, Aida Koldzo, Amanda Bekkewold, Agnes Behrenfledt, Iris Martinsson, Freja Nordeman, Emilia Wullrich, Adam McCarthy, Louse Sverin och Morgan Martinsson.

Termin	Antal anmälningar	Antal köplatser
HT 2023	2073	319
VT 2023	1859	200
HT 2022	1848	234
VT 2022	1823	152
HT 2021	1799	554
VT 2021	1580	92



# Simning

## Siminläring

Skolsim bedrivs av tränare i Neptun i Stockholmstads regi på Farstabadet och bidrar till fler arbetsmöjligheter för tränare i siminläringen och resterande verksamhet. Fortsatt samarbete med Stockholm Stad förväntas även under 2024.

Vi står fortsatt inför en stor utmaning i form av framtida renovering av Eriksdalsbadet, ett av de baden som vi bedriver störst verksamhet på. Med hjälp av en stark och positiv tränarstapel och stöttning från anställda i klubben, samt god kommunikation med involverade parter så ser vi positivt på den utmaningen.

### Sommarverksamheten

En av våra mest uppskattade verksamheter är simskolan vi bedriver på olika bad samt simidrottskollo som bedrivs på Eriksdalsbadet. Simskolorna är en-veckors kurser som många barn väljer att gå på flera veckor för att stegvis träna upp sin simförmåga på ett effektivt sätt. De flesta barnen som väljer att gå sommarsimskola börjar även hos oss under ordinarie verksamhet på hösten.

Även vårt Simidrottskollo anordnas hela sommaren och introducerar barnen till alla simidrotter i Neptun. Tack vare engagemang och samarbete över de olika sektionerna (simhopp, vattenpolo och konstsim) får barnen chansen att prova på alla vattensporterna.

Sommarverksamheten gör det även möjligt att erbjuda sommarjobb till många av våra ungdomar som är medlemmar i klubben. Vi har även samarbete med Stockholm Stad och erbjuder sommarjobb externt.

För att möjliggöra att fler barn får möjlighet att gå

på simskola under sommaren så har vi ett fortsatt samarbete med Familjebostäder och kan erbjuda rabatt för dessa familjer.

Sommarverksamhet	Anmälningar sommarsimskola	Anmälningar simidrottskollo
2023	1190	190
2022	1384	223
2021	1372	253

### Parasimning

Som en del i klubbens inkluderingsarbete startade Neptun hösten 2021 parasimskola för barn och ungdomar på Forsgränka badet. Parasimskola är ett samlingsbegrepp för idrottare som har särskilda behov i sitt idrottsutövande. Idrottare med rörelsenedsättning, synnedsättning eller intellektuell funktionsnedsättning deltar i vår parasimskola i Tummlaren-nivån. I verksamheten bedrivs undervisningen tillsammans med specialutbildade ledare inom området och vi utvecklas hela tiden tillsammans med våra nya simmare. Efterfrågan på parasimning är stor och verksamheten växer i takt med att ledarnas erfarenhet och kompetens på området blir större.

Termin	Antal anmälningar
HT 2023	13
VT 2023	13
HT 2022	11
VT 2022	5
HT 2021	4



# Simning

## Tävlingssimning

### Anställda

Annahi Rosentreter

Marie Lindman

Fredrik Henlöv

Jesper Jonsson

Mikael Rosén

Kevin Speiner Thorvaldsson

Justin Sheilds

Nils Zätterström

Roberto Prestinoni

Fredrik Lundin

### Simiaden-nivån

Under året har Simiaden varit indelad i grupperna Brons, Silver och Guld. Totalt har ca 80 simmare tränat i de olika grupperna. Simiaden Brons har tränat på bra under året och glädjen i gruppen har varit stor. Gruppen har blivit ännu mera sammansvetsad efter våra uppskattade läger till Flen. Det har även tävlats med bra fart i bassängen och en bra sammanhållning utanför. Många lagkapper har simmats så att alla har fått varit med.

Simiaden Silver och Guld har haft en bra kontinuitet och progression i träningen och det har visats sig på bra och snabba simningar på tävlingarna. Tre mycket lyckade läger har också genomförts under året, ett till Ronneby i juni, ett till Boda Borg i september och ett till Godby, Åland under höstlovet. Glädjen och sammanhållningen i grupperna har varit bra både i bassängen och utanför.

Under året har följande tränare deltagit i simiadengrupperna: Marie Lindman, Mikael Rosén, Nils Zätterström, Per-Olof Melander, Eryk Do, Annahi Rosentreter, Elin Grähs, Emilia

Wullrich, Hedvig Duit, Jonas Lund, Lars Edman, Walter Forsberg Meinhart, Johan Wallberg, Hampus Bengtsson och Agnes Behrenfeldt.

### Ungdomsnivån

Under året har ungdoms-nivån varit indelad i träningsgrupperna Sum-Sim Brons, Silver & Guld, samt Ultra Silver & Ultra Guld.

### Sum-Simgrupperna

Vårterminen var lång med stort fokus på att lägga grundträning för ungdomarna inledningsvis. Följt av många säsongstävlingar och måltävling i mitten av sommaren – JSM/SM och Sum-Sim (50m). Vi hade flera simmare från Sum-Simgrupperna med i JSM/SM-truppen, där de fick med sig bra erfarenhet där ifrån. Väl på SUM-SIM (50m) så hade vi en trupp på 38 simmare nere i Halmstad och blev för andra året i rad bästa klubb i poängstriden! Från vårterminen hade vi 4 simmare uttagna till internationella mästerskap; Vincent Nordlander och Kasper Lee till NUM, samt Vincent Nordlander och Melissa Stålhammar Kierkegaard till EJM öppet vatten.

Hösten inleddes åter igen med lagtävlingen NeppanGames där alla våra ungdomar deltog. Fokus för träning gick mot att tävla snabbt från start med tätt tävlingsprogram. Även under höstens JSM/SM hade vi ett flertal med i truppen från Sum-Simgrupperna. Vi avslutade säsongen med fina resultat från Sum-Sim Region och ett starkt Sum-Sim Riks på hemmaplan där vi slutade på en 3:e plats i poängstriden. Här ska vi framför allt lyfta fram alla lagkappsprestationer där vi utmärker oss starkt med både bredd och topp.



# Simning

## Tävlingssimning

### ULTRA-grupper

I Ultra-grupperna hade vi cirka 50 simmare som tränat flitigt och deltagit på både interna och externa tävlingar runt om i Stockholm. Stort fokus på individuell utveckling inom tävlingssimning med goda resultat som präglade året. Två av årets höjdpunkter var åter igen juniläget i Ronneby, samt teambuildingsläger till Boda Borg. Allt som allt, ett bra år med mycket glädje och starka insatser av alla i trän

Under året har följande tränare deltagit i ungdomsnivån: Fredrik Henlöv, Jesper Jonsson, Mikael Rosén, Mattias Wernqvist, Vilma Brolund, Christine Ekman, Stina Jönsson, Terese Bergstrand, Osama Momtaz och Andreas Steijner, Lena Jansson.

### Mästerskapsnivån, junior och senior

Mästerskapsåret 2023 har varit fyllt av många höjdpunkter. Justin Shields gjorde sin återkomst i föreningen och tog över ansvaret för sprintverksamheten. Justin har bjudit på ett nytänkande upplägg kring träning och har spridit mycket positiv energi till simmarna vilket har märkts av vecka efter vecka med glada och motiverade simmare.

Sommarens mästerskap bjöd på många smällkarameller. Nya medaljörer klev upp på prispallen, många personliga rekord blev slagna och vi slutade på två fina andraplatser i klubbstriderna för junior, respektive senior. Under sommaren befann sig även simmarna Tim Rogersson och Lisa Nystrand i Serbien för deltagande på EJM där en av höjdpunkterna var den sistnämndes första EJM-medalj.

Hösten 2023 var som varje år en intensiv termin där tävlingarna kommer allt tätare och tiden är mera knapp. Vi minns bland annat tillbaka till Stefan Nystrands återgång till simbassängen, Björn Seeligers imponerande insatser på SM och såklart de två vinsterna: Sveriges bästa juniorklubb, Sveriges bästa seniorklubb! Året avslutades med att mästerskapsgruppen hade fem stycken representanter ute för landslag på tävlingarna NM samt EM där det bjöds på fina resultat av alla simmarna.

### Nationell idrottsutbildning - NIU

Under Våren 2023 hade vi totalt fyra stycken elever som avslutade sin gymnasietid på SIG och därmed också på NIU. Dessa ersattes med två stycken nya hungriga elever under hösten som kommit in i verksamheten på ett bra sätt.

Simmarna tränade på bra och gjorde ett stark sommar-SM med bra resultat både från Neptunsimmarna och de simmarna vi har ifrån andra föreningar.

### Årets Höjdpunkt, NIU

Som årets höjdpunkt vill vi uppmärksamma NIU-Mästerskapen som i år gick av stapeln lite senare i oktober och denna gång på hemmaplan på GIH-badet i Stockholm. SIG ställde upp med en något decimerad trupp pga. sjukdomar och resor. Men våra 7 simmare på plats gjorde ett riktigt hästjobb med fina simningar och kunde bärga hem en 3:e plats i skolstriden. Ett otroligt imponerande jobb med den lilla truppen.





# Simning

## Tävlingssimning

### Simning i öppet vatten

Öppet Vatten-gruppen bestod av cirka 15 simmare som tränade fyra gånger i veckan hela sommaren. Tillsammans med Polisen Simning konstruerade vi en 600 m varvbana vid Sickla Strandbad. Tränare har varit Mikael Rosén och Osama Momtaz, men också tränare från Stockholms Polisen IF Simning, tack vare ett fint samarbete.

Öppet Vatten-SM avgjordes i Motala. Trots en mindre trupp blev tävlingen en framgång för Neptun.

- Melissa Stålhammar Kierkegaard vann USM-guldet i den äldre klassen över 2500.
- Vincent Nordlander simmade hem USM-silvret i den äldre klassen över 2500.
- Malva Eriksson, Melissa Stålhammar Kierkegaard, Vincent Nordlander och Frank Rosén simmade hem USM-bronset på 4x1250m. Frank blev därmed den första simmaren från Ultragrupperna som tagit en SM-medalj.

Melissa och Vincent togs ut till Junior-EM på grekiska Korfu där de simmade såväl individuellt som i det svenska laget.

- Fjortonåriga Melissa kom 23: a på 5000m, som hon simmade tillsammans med 15-åringar.
- Sextonåriga Vincent kom 35: a på 7500m, en gren där också 17-åringar deltog.
- I laget simmade Vincent och Melissa 4x1250m tillsammans med Samuel Lönnberg Flores och Sofia Bang från SKK och de simmade i mål på en femte plats.

Som ledare deltog också två Neptunare, Fredrik Henlöv som tränare och Ultragrupperns Mikael Rosén som förbundskapten.

Neppan var också under året samarrangörer av såväl Stockholms Simfestival som Riddarfjärdssimningen, två av landets största simtävlingar bakom Vansbrosimningen. Simmare från alla tävlingsnivåer plus mastersnivåer deltog på bägge tävlingarna.

Mikael Rosén, Öppet vatten-ansvarig

### Evenemang

2023 bjöd på många högkvalitativa tävlingar på hemmaplan för våra simmare. Förra årets nykomling GIH-games växte sig ännu större och Stockholms Simfestival är det snabbast växande loppet i öppet vatten i landet.

2023 markerade också det tredje året i rad av mästerskap i simning på hemmaplan då Neptun stod också som arrangör för Sum-Sim Riks för första gången sedan 2013, vilket blev det häftigaste arrangemanget som vi bjudit på.

Stockholm Knattesim är ett tävlingskoncept som vi arbetat fram tillsammans med och som under 2023 fick ett rejält uppsving. Tävlingskonceptet bygger på att erbjuda barnen ett särskilt framtaget tävlingsdiplom, likt tidigare utmanardiplom för att utmana och stimulera fortsatt utveckling.

### Årets höjdpunkter

Det har varit ett fantastiskt år för oss. Vi har upplevt så många glädjeämnen och framgångar under 2023, ett minne är alla lagkapper från tävlingarna vi deltagit på, en annan att vi under 2023 tog vi flest mästerskapspoäng i simning, precis som 2021 och 2022.

Vi är så stolta över våra simmare som har visat fantastiska resultat på de nationella mästerskapen. De har tävlat i alla simsätt, korta som långa distanser, och i lagkapper. Vilken laganda! Vi blev bästa klubb på Sum-Sim (50m) och tredje klubb på Sum-Sim Riks. Det är ett resultat på vårt långsiktiga arbete som också ledde till att vi blev bästa klubb på poäng i Junior SM (25m) även 2023. Vi har satsat på tränarresurserna i Simiaden- och Ungdomsverksamheterna sedan 2015 och nu ser vi frukterna av det. På seniorsidan vann vi i mästerskapspoäng på SM JSM (25m) och blev tvåa efter Jönköping SS på SM JSM (50m). På öppet vatten-SM i Motala, med bara fyra simmare lyckades klubben ta hem tre USM-medaljer, inklusive USM-bronset på 4x1250m (Malva Eriksson, Melissa Stålhammar



Den virröda väggen av simmare och tränare på SM-veckan i Umeå



Simhoppare på pallen och nöjd coach Prince!



# Simning

## Tävlingssimning

### Landslagsrepresentation

#### EJM Simning öppet vatten, Grekland

- Vincent Nordlander
- Melissa Stålhammar Kierkegaard
- Fredrik Henlöv (ledare)
- Michael Rosén (ledare)

#### NUM (50m), Sverige

- Kasper Lee
- Vincent Nordlander

#### EJM (50m), Serbien

- Lisa Nystrand
- Tim Rogersson
- Kevin Speiner Thorvaldsson (ledare)

#### U-23 EM, Irland

- Vilma Oura (Finland)

#### VM (50m), Japan

- Björn Seeliger

#### NM (25m), Estland

- Christine Ekman
- Felicia Klintemar
- Morris Martin
- Kiira Mauranen (Finland)

#### EM (25m), Rumänien

- Lisa Nystrand
- Kevin Speiner Thorvaldsson (ledare)

Kierkegaard, Vincent Nordlander och Frank Rosén) och två EJM-platser.

Det har varit ett fantastiskt år för landslagssimmarna Lisa Nystrand och Björn Seeliger, som har slagit flera klubbrekord under året och flertalet av topplaceringar på världsrankingen. Lisa imponerade på EM i Bukarest, där hon tog sig till två finaler samt silver på EJM på 400 medley.

Vi har haft ett spännande år med många samarbeten. Vi är stolta över att vara en del av Big 4, ett tränarnätverk med Helsingborg

Simsällskap, Jönköping Simsällskap och Sigma från Danmark. Genom att dela våra erfarenheter och kunskaper med varandra, kan vi utveckla vår verksamhet och skapa bättre förutsättningar för våra simmare. Ett annat nätverk som Simklubben Neptun är med i är "Kompetensutveckling för föreningar med elitverksamhet i Stockholm", totalt 24 föreningar och inom flera idrotter. Båda är viktiga och lärorika nätverk som ger oss en bättre verksamhet.

Neptuns tränarakademi är ett samarbete med Gymnastik- och idrottshögskolan, Kungliga tekniska högskolan och Bosön (Riksidrottsförbundets utvecklingscentrum). Akademin möjliggör för studenter att genomföra sin praktik i en föreningsmiljö i Neptun och erhåller personlig utveckling och praktisk erfarenhet. Deltagande studenter var Jesper Jonsson och Eryk Do.

### Så blickar vi framåt

Det nya året är här och vi är redo för nya fantastiska äventyr tillsammans! Vi har många spännande aktiviteter, tävlingar, läger och träningar inplanerade och vi ser fram emot att ha kul och utveckla oss. Vi fortsätter att jobba på att göra vår vardag så bra som möjligt, med fokus på lagkapper och laganda. Vi vill se simning som en lagidrott där vi stöttar och peppar varandra i både i vattnet och på land.

Vi fortsätter att investera i vår tränarkompetens och utbildar oss inom simning, ledarskap och gruppdynamik vilket är grunden för vår framgångsrika tävlingsverksamhet. Nya fina whiteboards har vi köpt in för att genomföra våra träningar och aktiviteter med bättre pedagogik.

Vi planerar att revidera vår handbok för tävlingssimningen för att följa simutveckling i stort samt anpassa till Neptuns simverksamhet. Handboken hjälper oss att följa en simmares utveckling med hänsyn till tillväxt, mognad, träningsbarhet och verksamhetens nivåer.



# Simning

Masters, hälsa och motion

Vi ser tillbaka på ett händelserikt år och blickar framåt mot nya möjligheter för vår Masterversamhet inom simning. Under 2023 strävade vi efter att fortsätta sprida kunskap om simning i både bassäng och öppet vatten, samt att förbättra vår verksamhet för våra vuxna medlemmar.

Neptuns mastersverksamhet har 900 deltagare, varav cirka 50 inom tävling, ca 800 inom motion och ca 50 inom öppet vatten. Simning är en fantastisk motionsidrott som kan konkurrera med traditionell friskvårdsverksamhet. Det är också en idrott för alla åldrar och i vår mastersverksamhet har vi deltagare från 18 år och äldre.

Under 2023 var Nils Zätterström som Sportchef för Masters-sim pappaledig under åtta månader, under tiden var det Linnea Lindberg och Jesper Johanson som delade på arbetet. Både Linnea och Jesper är väl insatta i verksamheten och kunde driva den på bästa sätt.

Anders Berlin som i många år varit ansvarig inom Masters-tävling klev under 2023 åt sidan. I stället är det Patric Ridell och Rebecca Mattsson som skriver passen och coachar simmare. Anders är fortfarande involverad i frågor som rör verksamheten.

## Tävlingsverksamheten

Tävlingsverksamheten fortsätter att blomstra på Eriksdalsbadet med fyra pass i veckan. Vi har nu 50 simmare som tränar regelbundet och cirka 10 som deltar mer sporadiskt. Många av våra medlemmar är erfarna elitsimmare med meriter från 1960-talet och framåt. Vi strävar efter att täcka alla ålderskategorier från 20 år och uppåt, inklusive både män och kvinnor. Simning är en livslång idrott, och vår verksamhet är designad för att vara inkluderande och tillgänglig för alla.

Masters SM i Stenungsund var den stora

tävlingen för Neptun Masters och vi blev tvåa i den sammanslagna poängställningen.

## Hälsa och motion

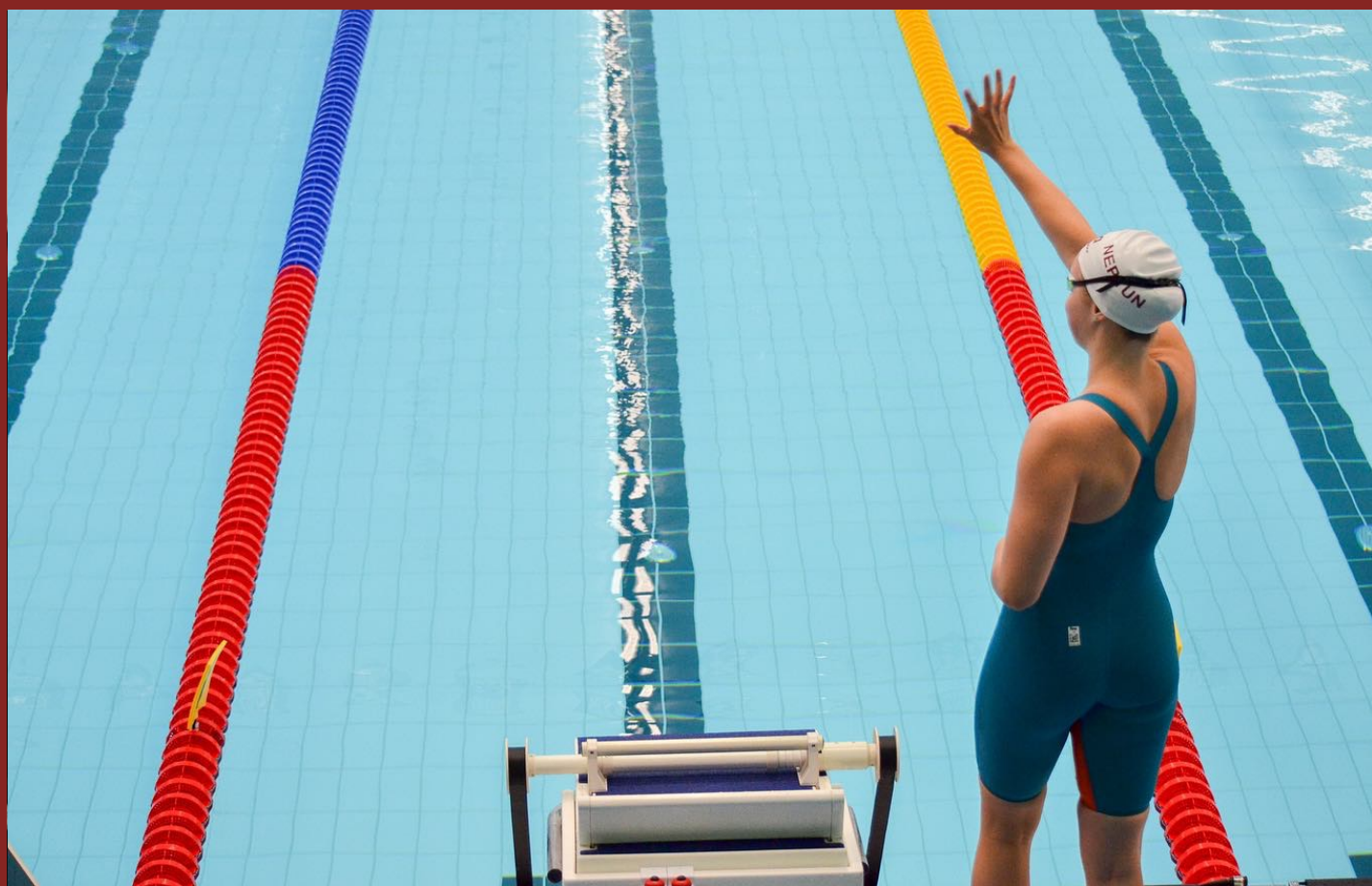
Verksamheten inom hälsa och motion fortsätter att utvecklas och SK Neptun bedriver en av landets största verksamheter för vuxna inom simning. Hösten 2023 hade vi fler anmälda till våra träningar än vad vi haft någon gång efter pandemin. Trots att många medlemmar har ett mer ekonomiskt utsatt läge nu på grund av inflation och höjda räntor så fortsätter människor att prioritera sin träning och hälsa.

## Så blickar vi framåt

Inför 2024 sätter vi fokus på att fortsätta utveckla vår verksamhet i en hållbar takt. Banfördelningen förblir en avgörande faktor för att kunna erbjuda en högkvalitativ verksamhet. Vi kommer att upprätthålla en kontinuerlig dialog med baden för att säkerställa de bästa möjliga förutsättningarna för våra medlemmar. Genom detta engagemang hoppas vi kunna fortsätta erbjuda en träningsmiljö där passion, gemenskap och prestation möts. Vi kommer även fortsätta att driva Öppet vatten och har en ambition att fler av våra simmare även ska simma och tävla utomhus i sommaren 2024.



Felicia Klintemar, Kiira Mauranen och Morris Martin på NM i Estland. Foto: Linnea Lindberg



Vilma Oura vinkar mot Neptunsupportrarna på SM-tävlingarna i Umeå



# Vattenpolo

Vattenpolo har varit en fundamentalt viktig del av Simklubben Neptuns verksamhet sedan föreningens grundande 1906. Med flera SM-guld både för dam- och herrlag har sektionen skrivit in sig i vattenpolohistorien. Landets mest framstående spelare och tränare har representerat klubben både i seniora sammanhang och i ungdomsserier, vilket har bidragit till att stärka Neptuns position som en kraft att räkna med inom vattenpolo i Sverige.

## Verksamheten 2023 – Fortsättning och Framgång

Neptun vattenpolo har under 2023 fortsatt att driva verksamheten i linje med Simklubben Neptuns strategiplan 2018-2025 och vattenpolosektionens strategiplan för 2019-2023. Framgångskonceptet "Mer för fler" har varit centralt i vårt arbete, med fokus på att locka fler att prova på olika simidrotter. Kombinationen av vattenpolo och simning som vi kallar polosim, genomförs genom ett samarbete mellan föreningens sim- och polo-tränare för att få variation i träningarna samt kvalitet på simningen som frambringar utveckling hos de aktiva. Vi har erbjudit flera prova-på-tillfällen under terminens gång och har haft polotränare på det populära simidrottskollot.

Ytterligare en höjdpunkt från året var att vår elitserietränare Nikola Zdravkovic erhöll Svensk Simidrotts ledarstipendium som delas ut en gång per år.

## Tränings- och tävlingsverksamhet

Efter att herrlaget inte deltagit i Elitserien på 35 år, lyckades laget på sitt första år tillbaka i högsta serien säkra semifinalplats och slutade som 4:e bästa klubben i Sverige. Herrlaget har även fortsatt sitt deltagande i internationella Nordic League som blivit större än någonsin, och har

lyckats kvala vidare till omgång 2 i ett tuffare format sedan senaste upplägget.

I somras deltog herrlaget för första gången någonsin i beachpolo som arrangeras under SM veckan med stor exponering, där våra seniora spelare vann SM på sitt första försök i en spännande final som sändes på SVT. Beachpolo laget bestod utav:

Vicente Triado  
Malte Haargard  
Kristian Kron  
Stefan Starcevic  
Marcus Kron  
Isak Wallström Blomgren  
Axel Kuchler (Lagkapten)  
Nikola Zdravkovic (Tränare)

J20 laget vann SM guld i februari. Därmed har Neptuns gyllene 03 och yngre generation inte endast vunnit varje juniorkategori (USM-B, USM-A och JSM), utan även vunnit J20 för andra gången.

## Landslagsprestation

4 av våra spelare representerade Sverige i EU Nations cup för herrar, där Sverige tog 5e plats. Axel Kuchler, Hugo Liljeberg, och Kristian Kron deltog som spelare medan Vicente Tirado var assisterande coach.

Tränare Nikola Zdravkovic ledde U17 landslaget återigen, och tog silvermedalj i NM i Danmark.

Vicente Tirado och Nikola Zdravkovic utseddes under året som huvudtränare och assisterande tränare respektive för U19 landslaget pojkar som ska delta i EM kval i mars 2024. Detta blir Sveriges första gång på 15 år att delta i EM kval på herrsidan.



# Vattenpolo

## Träningsverksamhet

Det är glädjande att många nya unga spelare har tillkommit i poolkampen-grupperna. De har framförallt kommit till nybörjargruppen i Gubbgängen och till polosim i Eriksdalsbadet. Vi har fortsatt under 2023 att rekryterat polointresserade simmare från 8 år och uppåt till våra grupper i poolkampen samt U14. Spelarrekrytering till U16 sker från U14 laget. U16, U14 och poolkampen har deltagit cuper och turneringar under året

## Så blickar vi framåt

Neptun vattenpolo kommer under 2024 fortsätta att rekrytera i Poolkampen 8–12 år, U14 samt U16. Vi kommer att genomföra en satsning på tjejer i devisen med tjejer, för tjejer, mot tjejer.

”Poloverksamheten under nytt ljus” – är en långsiktig satsning där en modell tagits fram för att kunna rekrytera simmare från siminläringen som är intresserade av lagsport och vattenpolo.

Vi vill också uppmärksamma och ge en stor eloge till våra tränare:

- Jenny Morsten, huvudtränare U16 mix
- Aleksander Brahimaj, huvudtränare i poolkampen och U14, tränare U16 mix
- Luis Brahimaj, tränare i poolkampen och U14
- Sixten Philipson, tränare i poolkampen
- Daniel Mironidis, tränare i poolkampen
- Justus Frederiksen, tränare i poolkampen
- Vicente Tirado, tränare herrlaget
- Nikola Zdrakovic, tränare herrlaget

# Klubbranking och poäng

Simklubben Neptuns placering och poäng i Sverige sedan 2013 i de olika simidrotterna samt totalt baserat på SM-poäng.

## Placering

	2023	2022	2021	2020*	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013
<b>Totalt</b>	1	1	1	-	2	3	3	2	1	1	1
<b>Simning</b>	1	1	1	-	2	3	3	2	1	1	2
<b>Simhopp</b>	6	6	8	-	5	5	6	5	4	9	8
<b>Vattenpolo</b>	3	8	6	-	7	4	6	6	4	4	6
<b>Konstsim</b>	3	2	3	-	3	2	1	3	2	3	1
<b>Öppet vatten</b>	8	7	1	-	1	4	12	21	5	15	-

## Poäng

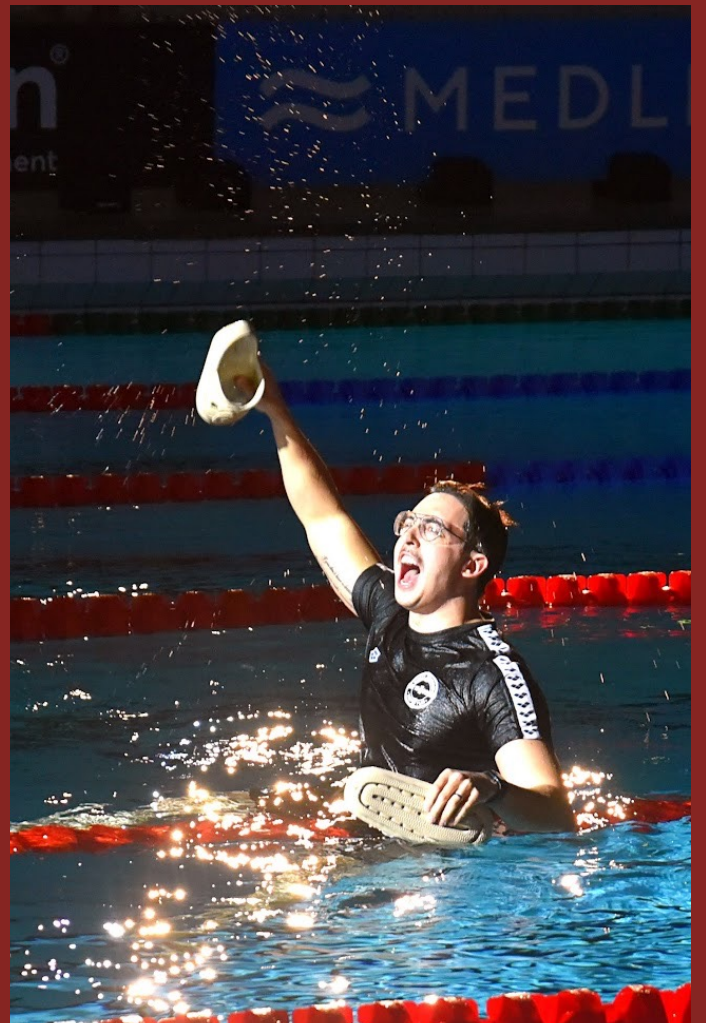
	2023	2022	2021	2020*	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013
<b>Totalt</b>	7022	7062	6039	-	7236	6021	5476	7072	7521	6331	5357
<b>Simning</b>	6161	5699	5094	-	5823	4768	4458	5981	6621	5820	4737
<b>Simhopp</b>	302	178	101	-	655	404	244	542	163	74	52
<b>Vattenpolo</b>	304	128	168	-	196	344	310	242	344	180	120
<b>Konstsim</b>	649	922	406	-	291	402	429	296	334	243	448
<b>Öppet vatten</b>	50	95	270	-	271	103	35	11	59	14	0

\*2020 uteblev placering och poängräkning p.g.a. Coronapandemin





Fler än 150 simmare kom till start på Stockholms Simfestival som växer så det knakar!



Björn Seeliger startar på SM-tävlingarna i Göteborg (25m), coach Kevin i vattnet under firandet av bästa SM-klubb

# SIMKLUBBEN NEPTUN



PASSION KAMRATSKAP KVALITET UTVECKLING