

# Verksamhetsberättelse

2024





## Verksamhetsberättelsen för 2024

Styrelsen för SK ENA lämnar härmed följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2024-01-01 till 2024-12-31.

### Styrelsen och förtroendevalda för verksamhetsåret 2024

#### Styrelse:

Ordförande	Maria Bakas
Vice Ordförande och Kassör	Maria Arosenius
Sekreterare	Kristina Kumblad
Ledamot	Vanja Kollmann
Ledamot	Emil Eriksson
Ledamot	Bengt Olsson
Ledamot	Mathilda Wahlberg

#### Övriga klubbfunktionärer:

Revisor	Ann Almström
Revisor	Jesper Asp
Suppleant	Ann Bakas
Valberedning	Sofia Bårgård
Valberedning	Helena Kumblad
Valberedning	Nivine Doughali



## **Styrelsesammanträden**

**Styrelsen har under året haft 8 ordinarie protokollförda sammanträden.**

## **Medlemmar**

Under 2024 har det varit 455 medlemmar.

## **Utbildning**

### **Funktionärsutbildning genomfördes vid två tillfällen under 2024**

Den 3 mars utbildades 7 st nya funktionärer i simklubben

#### **Deltagare:**

- Anita Lindbom
- Carin Glatz
- Nathalie Johansson
- Carin Egehult
- Veronika Eriksson
- Sandra Engvall
- Johan Engvall

Den 17 november utbildades 4 st nya funktionärer i simklubben

#### **Deltagare:**

- Stefan Boman
- Lilit Greyan
- Thomas Brännholm
- Natalia Oikonomidou

Föreningen har nu 40 aktiva funktionärer.

**HLR utbildningen blev tyvärr inställd på för få deltagare.**

## **Assisterande Simledare**

- Emilia Bakas
- Elna Zetterberg

## **Licenskurs de fyra simsätten**

- Azad Osman

## **Grundutbildning**

- Marie Lindeberg

## **Quantum tidtagningsutbildning**

- Maria Arosenius
- Johannes Verstegen

## **Triathlonutbildning TriFun**

- Johan Kumblad



## Ledare som lyssnar

En utbildning som tränare tillsammans med personal från Simhallen gjorde tillsammans i regi av RF SISU. Totalt var det 11 deltagare och 3 föreläsare.

- Elna Zetterberg
- Lotta Karlström
- Louise Store Kübar
- Maria Bakas
- Marie Lindeberg
- Maria Palm
- Stefan Boman
- Tindra Bäckgård
- Tuva Bäckgård
- Zaarrin Darbandi
- Stefan Forsman
- Matilda Blom
- Hedda Forsman
- Mikael Botolfs

**Utbildning i kost och hälsa i samband med träning** genomfördes 2024-05-16 i regi av Azad Osman för SUMSIM/DM's träningsgrupp med totalt 23 deltagare.



Sekretariatet på Stora Coopsimmet 2024:  
Johannes Verstegen och Maria Arosenius  
Foto: Marie Lindeberg



### PEP-Dagen 2024-11-09 i Pepparrottsbadet

Pepdagen var en ny tillställning. Pepparrottsbadet bjöd in Simklubben ENA till att delta i PEP dagen. Generation PEP Sweden är en organisation som arbetar för barn och ungas hälsa!

Dagen började med att Helena Kumblad, simmare och tränare i SK ENA utmanades av Jesper Englundh, Kommunalråd i opposition i Enköpings kommun, att simma 50 m bröstsim. Helena vann stort, men Jesper var mycket glad silvermedaljör.

SK ENA hade representanter på plats och erbjöd deltagare att prova på crawl, hinderbana i undervisningsbassängen och svarade på frågor om simskolor och simträning. Simhallen erbjöd fri entré och mängder med aktiviteter. Förutom SK ENA's aktiviteter erbjöds man att prova SUP, prova att klättra på klätterväggen, simma med flytväst samt ett flertal hinderbanor i olika bassänger. Dagen blev mycket uppskattat och simhallen blev full av besökare. Från SK ENA deltog:

Maria Bakas  
Marie Lindeberg  
Helena Kumblad

Emilia Bakas  
Tindra Bårgård  
Tuva Bårgård



Jesper Englundh, Wasabi, Helena Kumblad  
Foto: Johan Kumblad



## Ekonomi

Simklubbens ekonomi har under 2024 varit stabil och utfallet blev bättre än budget för året. Resultatet för året är positivt. Under 8 månader hade klubben en anställd till 80 % och under 4 månader var Marie Lindeberg breddansvarig anställd till 100 %.

Under 2024 har det varit 455 medlemmar varav 265 kvinnor och 190 män, föreningen har ökat antalet medlemmar med 72 st från 383 st föregående år. Antalet grupper har ökat med Delfinen och Silver-Pingvinen, Mastersgruppen och Kvinnosimning. Antalet simmande barn har också ökat i samtliga grupper. Därav har intäkterna men även kostnaderna ökat under verksamhetsåret. Ett antal projekt har påbörjats och avslutats och dessa har fallit väl ut, läs mer under projekt. Sponsorer till föreningen har gjort att våra kostnader har kunnat hållas till en lägre nivå än förväntat. Föreningens resultat och ställning framgår av efterföljande resultat och balansrapporter som finns tillgängliga i fristående bilagor till denna verksamhetsberättelse.



Medaljer vid Stora Coopsimmet 2024





Samarbetspartners och sponsorer

Stort tack till alla som sponsrat oss på olika sätt under 2024:



**MB Redovisning AB**  
*-Din redovisnings konsult-*



Sparbanken  
i Enköping



**Östersta Lantbruk AB**

**Örsundsbro  
Compaktschakt AB**



**ICA Supermarket Westerlund**



**Simbutiken**



SPONSORHUSET



MGP Kompetens AB/  
Mauro Massage

**Tack för ert stöd!**



## Vandringspriser

Styrelsen beslutade under året 2024 att uppmärksamma dessa vandringspriser extra mycket genom att dela ut priset i samband med klubbens mästerskap i december. Vandringspriser för 2023 delades ut i samband med årsmötet i mars 2024 och 2024 års vandringspriser delades ut under KM i december.

### Gamla Simmares vandringspris

Priset är skänkt av Enköpings Oldboyssimmare och har delats ut i samband med klubbens årsmöte sedan 1977-2023. Priset består av en pokal i tenn där pristagaren får sitt namn ingraverat.

Tilldelas en simmare i klubben som är mycket omtyckt av såväl klubbkamrater som av ledare.

Priset år 2023 delades ut i samband med årsmötet 2024 till:

## Gamla Simmares Vandringspris 2023

*Tilldelas en simmare i klubben som är mycket omtyckt av såväl klubbkamrater som av ledare.*

**G** lädjespridare

**L** yhörd

**Ä** lskad

**D** riven

**J** ätterolig

**E** nergifull

Du har växt i din roll som ledare där Du visar stor omtanke och inspirerar.

Du sprider stor glädje runt dig och har ofta roligare än barnen.

Du visar på stort ansvarstagande i simskolan samt under sommarlägret och skolmålssimningen.

Du är en bra kompis och är mån om alla runt omkring dig.

*Därför tilldelar vi Gamla simmares vandringspris 2023 till:*

## Emilia Bakas



Emilia Bakas och Maria Bakas





Priset år 2024 delades ut vid KM den 14 december ut av förra årets pristagare Emilia Bakas till:

## **Gamla Simmares vandringspris 2024**

*Tilldelas en simmare i klubben som är mycket omtyckt av såväl klubbkamrater som av ledare.*

**G**lädjespridare

**L**yhörd

**Ä**lskad

**D**riven

**J**ätterolig

**E**nergifull

Ayda har vuxit i sin roll som ledare och visar stort engagemang och omtanke om alla simskolebarn. Hon sprider glädje och har roligt tillsammans med barnen. Hon inspirerar och engagerar sig. Hon visar stort ansvarstagande i simskolan och har ett fantastiskt sätt med barnen.

Ayda är en omtänksam kompis och är mån om att alla ska trivas och må bra tillsammans. Hon har ett välkomnande sätt och tar hand om nya klubbkamrater på ett beundransvärt sätt.

*Därför tilldelar vi Gamla Simmares vandringspris 2024 till:*

## **Ayda Berhane**

Tack för allt Du gör för klubben!





## Stig Landströms vandringspris

Priset är uppkallat efter Stig Landström (1938-2017) En kommuninnevånare som följt Simklubben ENA's framfart i bassängen. Han har valt att skänka ett fat i tenn att användas som vandringspris inom klubben.

Tilldelas en person som förtjänstfullt arbetat positivt i klubben och bidragit till att utmärka klubben genom det lilla extra.

Priset år 2023 delades ut i samband med årsmötet 2024 till:

## Stig Landströms vandringspris 2023

*Tilldelas en person som förtjänstfullt arbetat positivt i klubben och bidragit till att utmärka klubben genom det lilla extra.*

Du visar ett stort engagemang och intresse för alla våra fantastiska barn i klubben. Barnens bästa är alltid i Ditt fokus.

Under delar av våren och hösten när vi saknade ledare i simskolan så var det givet för dig att Du skulle hjälpa till så att barnen skulle kunna fortsätta i simskolan.

När det saknas ledare i olika grupper så är det oftast Du som sen står på kanten eller har hoppat i bassängen, även fast Du redan lägger så otroligt mycket tid på SK ENA i Din ordinarie roll.

Du har ett stort ansvar i Din roll som ordförande men Du tar även ett stort ansvar som ledare vilket gör att Du sticker ut.

*Därför tilldelar vi Stig Landströms vandringspris 2023 till:*

# Maria Bakas

Tack för allt Du gör för klubben!



Gamla simmares vandringspris



Stig Landströms vandringspris

Priset år 2024 delades ut vid KM den 14 december av föregående års pristagare Maria Bakas till:



## Stig Landströms vandringspris 2024

*Tilldelas en person som förtjänstfullt arbetat positivt i klubben och bidragit till att utmärka klubben genom det lilla extra.*

Maria har tagit över ansvaret för både hemma och bortatävlingar. Du har utbildat dig till systemansvarig för alla våra hemma-tävlingar och hon håller ordning på alla Simklubbens tävlingar, anmälningar och sköter sekretariatet vid alla Simklubbens hemmatävlingar. Dessutom är du den som ser till att alla våra simmare kan åka iväg på alla bortatävlingar.

Du är en person som sköter allt som inte syns, men som verkligen behövs. I ditt engagemang ingår också att vara kassör, vice ordförande och tillsammans med styrelsen ordna med allt från stora till små saker. När systemen är på väg att rasa löser du det med ett lugn som gör att man blir imponerad.

Utan att tveka hoppar du in som hjälptränare i vilken grupp det än behövs och du gör det med glädje och tränar gärna simmare.

Du har lagt ner mängder med timmar på ideellt arbete för Simklubben ENA.

Du håller en låg profil, men finns alltid till hands när klubben har behöver hjälp. Du är en ovärderlig tillgång för klubben.

*Därför tilldelar vi Stig Landströms vandringspris 2024 till:*

## Maria Arosenius

Tack för allt Du gör för klubben!





## Gamla Simmares vandringspris

Priset är skänkt av Enköpings Oldboyssimmare och har delats ut i samband med klubbens årsmöte sedan 1977—2023. Från 2024 vill styrelsen ge extra uppmärksamhet till pristagarna och delade ut priset i samband med årets KM. Priset består av en pokal i tenn där pristagaren får sitt namn ingraverat.

Tilldelas en simmare i klubben som är mycket omtyckt av såväl klubbkamrater som av ledare.

Pristagare år 1989-2022:

1989	Lars-Olof Lindberg	2019	Tindra Bårgård
1990	Mikael Eriksson	2020	Daniela Ohlsson
1976	Jan Gardberg	2021	Alice Johansson
1977	Krishna Agardi	2022	Pontus Asp Almström
1978	Anders Gustavsson		
1979	Jan Gardberg		
1980	Patrick Nimander		
1981	Magnus Frykholm		
1982	Patrick Nimander		
1983	Magnus Andersson		
1984	Katarina Sundqvist		
1985	Claes Philippen		
1986	Pia Åkerdahl		
1987	Katarina Sundqvist		
1988	Pär Grip		
1989	Anna Ohlson		
1990	Lars Olof Lindberg		
1991	Anna Philippen		
1992	Mathias Svedlund		
1993	Niklas Magnusson		
1994	Anna Johansson		
1995	Madeleine Lahti		
1996	Christine Pershon		
1997	Stina Norlin		
1998	Maria Karlsson		
1999	A/B-Gruppen		
2000	Helena Kumblad		
2001	Johan Widén		
2002	Lisa Olsson		
2003	Axel Johansson		
2004	Eric Rylén		
2005	Alexandra Hedengren		
2006	Denise Jonsson		
2007	Julia Pedersen		
2008	Julia Norén		
2009	Erica Ackerstierna		
2010	Johannes Ålander		
2011	Adam Ackerstierna		
2012	Rebecka Gustafsson		
2013	Fredrik Ekesten		
2014	Gustav Ekesten		
2015	Joel Marin		
2016	Gustaf Walldén		
2017	Alice Johansson		
2018	Alva Beckman		



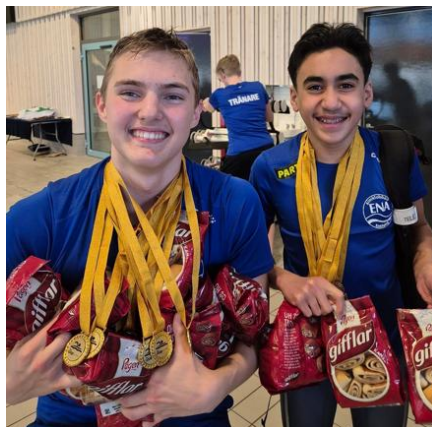
## Stig Landströms vandringspris

Priset är uppkallat efter Stig Landström (1938-2017) En kommuninnevånare som följt Simklubben ENA's framfart i bassängen. Han har valt att skänka ett fat i tenn att användas som vandringspris inom klubben. Priset delas ut i samband med årsmötet under perioden 1990-2023. Från 2024 vill styrelsen ge extra uppmärksamhet till pristagarna och delade ut priset i samband med årets KM.

Tilldelas en person som förtjänstfullt arbetat positivt i klubben och bidragit till att utmärka klubben genom det lilla extra.

Pristagare år 1989-2022:

1989	Lars-Olof Lindberg	2016	Ann-Charlotte Sundberg
1990	Mikael Eriksson	2017	Tomas Olausson
1991	Anna Ohlson	2018	Jenny Eriksson
1992	Anna Ohlson	2019	Jannica Randerstedt-Engström
1993	Jan Ohlson	2020	Sofia Bårgård
1994	Anna Ohlson	2021	Maria Bakas
1995	Stina Norlin	2022	Azad Osman
1996	Sara Lörenskog		
1997	Emma Wesström		
1998	Sylvia Philippen		
1999	Per Andersson		
2000	Emmy Olsson		
2001	Helena Kumblad		
2002	Axel Johansson		
2003	Patrik Widén		
2004	Helena Kumblad		
2005	Lotta Andersson		
2006	Kicki Kumblad		
2007	Anders Olsson		
2008	Adam Ackerstierna		
2009	Kristoffer Vuori		
2010	Marie Lindeberg		
2011	Teija & Lars-Göran Ålander		
2012	Carin Gustafsson		
2013	Niklas Lindberg		
2014	Tomas Olausson		
2015	Andreas Bårgård		



Pontus Asp Almström och Jino Osman på Stora Coopsimmet 2024





## Tävlingar

Föreningen har arrangerat och genomfört 4 hemmatävlingar under året.

ENA GAMES genomfördes som en endagarstävling den 13 januari

Stora Coop simmet 2024 simrades lördag den 23 mars

ENA CUPEN 2024 genomfördes den 7 september 2024

KM 2024 simrades den 14 december 2024 och Sala Simsällskap simmade tillsammans med SK ENA.

ENA-simmare som deltog på ENA Cupen 2024



Aya Oulaywan, Marielle Kumblad, Dante Andersson, Charlie Göransson, Olivier Byszewski, Anestis Konstantinidis, Alma Kohlén, Ebba Johansson, Maja Engvall, Agnes Eriksson, Freja Lundberg, Julia Odeheim, Agnes Arosenius, Evelina Kollmann, Lucas Kollmann. Foto: Helena Kumblad



Tränarna: Marie Lindeberg, Helena Kumblad, Khaled Kalle Oulaywan på Stora Coopsimmet 2024  
Foto: Matilda Olausson





## Läger

### Dagläger

Under vecka 25 erbjöd vi simmare från Guldfisken upp till Simiaden att delta i dagläger i Pepparrottsbadet under 4 dagar. Lägerdagarna pågick från 13.00-18.00 och programmet var fullspäckat med simning, mellanmål, roliga aktiviteter med lekar och stafetter. Ledare denna vecka var Emilia Bakas, Tindra Bärgård och Marie Lindeberg. Totalt deltog 12 simmare och deras simglädje var verkligen smittande. Tillsammans simmade dom alla simsätten. En av dagarna erbjöds alla att testa på Triathlon tillsammans med Johan Kumblad. Löpning och cykling samt utomhussimning testades och blev mycket omtyckt. Sista dagen utmanades alla simmare att simma för att ta märken och samtliga deltagare lyckades simma minst ett märke.



Emilia Bakas, Marie Lindeberg, Tindra Bärgård, Tilde Rönnngren Aminder, Marielle Kumblad, Jack Ullerud, Elsa Berkö, Olivia Boman, Arevik Ohanyan, Ebba Johansson, Agnes Eriksson, Stig Lindbom Cers, Henry Glats, Dante Andersson och Fabian Engman.



## Uppstartsläger för SUMSIM/DM och SIMIADEN

I år reste grupperna SUMSIM/DM och SIMIADEN till Skantzö Camping och bad i Hallstahammar för uppstartsläger tillsammans från fredag eftermiddag till söndag lunch. En skara på 15 simmare från SUMSIM och 8 från SIMIADEN samlades utanför campingen och träffade tränarna Azad Osman, Khaled "Kalle" Oulaywan och Marie Lindeberg. Simmarna i SUMSIM/DM simmade tillsammans 4 simpass. SIMIADEN simmade 3 simpass. Tillsammans hittade simmarna på alla möjliga roliga saker tillsammans, som fotboll, burken, spelade kort och umgicks under helgen. Frukost åt vi tillsammans i storstugan där alla tjejer bodde och övriga måltider åt vi i Restaurangen vid campingen. Stämningen var väldigt god både bland simmare och tränare.



Svea Burman, D'Leeon Ghatoore, Bakker Chiekh Ahman, Fredrik Löfving, Viggo Scholz, Pontus Asp Almström, Maja Lagberg, Meja Vilén, Tuva Vilén, Cassandra Markborg, Inez Arosenius, Aziza Osman, Sebastian Kingsler, Jino Osman, Emilia Bakas, Agnes Arosenius, Lova Andersson, Ronja Egehult, Olivier Byszewski, Jack Ullerud, Tim Wahlberg, Freja Lundberg, Mohammed Oulaywan.

Foto: Marie Lindeberg



## Stipendier

### Idrottsstipendiet

Pontus Asp Almström nominerades och tilldelades Enköpings Kommun Idrottsstipendium. Stipendiet delades ut i samband med Trädgårdsdagen i Enköping den 2024-09-09.

### Motivering

**Pontus Asp Almström** är en talangfull och hängiven simmare med en stark karaktär och en positiv attityd. Att tilldela honom detta stipendium är en investering i en framtida elitsimmare och en förebild för alla unga idrottare.

Pontus är Simklubben ENAs främsta simmare och har visat enastående utveckling sedan han började simma som barn. Han har kvalificerat sig till SUM SIM och siktar på en finalplats i 50 meter och 100 meter frisim. Nästa mål är att kvalificera sig till JSM under sommaren.

Pontus tränar hårt och dedikerat, har en stark vilja att vinna och en positiv inställning till alla utmaningar. Han är en hjälpsam och engagerad simkamrat som alltid bryr sig om andra.

Jurygruppen är glada över att kunna tilldela Pontus Asp Almström detta ungdomsidrottsstipendium för att han är en naturlig ledare och en förebild för yngre simmare. Pontus tar motgångar på ett professionellt sätt och ser dem som en möjlighet att utvecklas. Stipendiet kommer att ge Pontus möjlighet att delta i fler tävlingar och träningsläger, vilket kommer att accelerera hans utveckling. Att han nyligen tilldelades Gamla Simmares vandringspris för att vara en bra kompis, förebild samt tränar föredömligt tycker jurygruppen säger mycket om Pontus. Stipendiet som delades ut hade ett värde på 10 000 kronor.



Pontus Asp Almström

Foto: Ann Almström





## Civilsamhällestipendiet tilldelades SK ENA, Maria Bakas och Kristina Kumblad

Enköpings kommun har ett stipendium som ska uppmärksamma och uppmuntra ideellt engagemang och dess bidrag till lokalsamhället.

Stipendierna ges utifrån dessa kriterier:

Hållbarhet – hållbarhetsinitiativ i civilsamhället.

Kreativitet – kreativa och oprövade lösningar på en samhällsutmaning.

Samverkan – samverkan över sektorsgränser (privat, offentlig, föreningsliv).

Ungdomsinitiativ – årets initiativ av ungdom.

### Motivering

Jury vill med detta stipendium lyfta fram en person som med mycket tålamod, engagemang och förmåga till nyskapande initiativ bidrar till ökad simkunnighet i hela Enköping. Genom dialog och samverkan med olika skolor i kommunen tar man sig an utmaningen att hitta gemensamma vägar framåt för att öka simkunnigheten bland kommunens barn och unga.

Stipendiaten ses av juryn som en person som bidrar med värdefulla insatser för utvecklingen av Enköping.

Stipendiet som delades ut hade ett värde på 10 000 kr till SK ENA.

**Stipendiet delades ut av Enköpings kommun på Westerlundska gymnasiet 2024-12-05.**



Marie Lindeberg, Breddansvarig

Maria Bakas, Ordförande

Foto: Linda Johansson



Kristina Kumblad, Sekreterare

Foto: Helena Kumblad



## Årets Volontär

### Till årets volontär nominerades i år Azad Osman

Hans nominering ledde till en av de 12 finalplatserna bland 260 nominerade kandidater.

Azad är en otroligt engagerad tränare. Han kan verka hård och sträng till en början, men han mår om varje simmare och jobbar hårt för att alla ska lära sig så mycket som möjligt och lära sig så bra teknik som möjligt. Han gillar ordning och reda och motiverade simmare.

Han har varit med i Simklubben ENA sedan 2015 när hans dotter Aziza började simma och Azad började som hjälptränare. Simning var en ny sport för honom. Han satte genast igång att utbilda sig och har under åren gått alla utbildningar man kan gå. Han är licensierad simtränare och otroligt kunnig. Han är även utbildad distriktsfunktionär och är en viktig person vid alla klubbens hemmatävlingar. Under snart 10 år har han tillsammans med andra tränare byggt upp och tränat allt från simskolor till vuxengrupper. Flera hundra simmare har han undervisat, utvecklat och coachat med stort engagemang.

Just nu är han tränare i SIMIADEN, Vuxencrawl nivå 2 och 3 men hans fokus är på vår SUMSIM/DM grupp som tränar 4 dagar i veckan.

Azad är en person som ser varje individ och bryr sig mer än han skulle erkänna själv. Han är också bra på att stötta sina medtränare och kollegor, har ger alltid en hjälpsam hand eller goda råd till kollegor och simmare. Han finns där när man behöver honom, både i att coacha andra tränare och att lära simmarna att göra sitt bästa. Han är mån om att alla ska må bra, han tillåter inte att man gör mindre än sitt bästa. Han är mycket bra på att motivera och jobbar hårt för att alla ska kunna träna och utvecklas ordentligt. Han vill att alla ska lyckas och peppar och coachar alla nivåer. Ingen skillnad om simmaren är på simskolenivå, eller om det är en simmare på elitnivå eller en nybörjare i vuxencrawl.

Han lägger otaliga timmar för att träna allt från simskolebarn till vuxencrawl. Han ägnar även helger och ledighet för att åka på tävlingar och läger med simmarna. Där ser han till att simmarna inte bara är på plats vid rätt gren och rätt heat, han ser också till att alla får mat, sömn och mår bra tillsammans. Han är en ledare som tar ansvar och engagerar sig i allt och han gör det med humor. Han ägnar mycket tid åt att organisera resor, läger, planera träningar, samtal med föräldrar och han arbetar hårt för att få så bra resultat som möjligt. Även om man vid första mötet kan uppleva Azad som en hård och tuff tränare så är han en inlämnande och uppskattad tränare. Han vill få ut det bästa av alla och för det krävs det ett innerligt engagemang och ett stort hjärta, vilket han verkligen har.

Azad är en otroligt stor tillgång och utan honom skulle vi inte kunna klara att träna så många simmare som vi har idag. Azad står för kunskap, engagemang med hjärta och hårt arbete.



Azad Osman  
Foto: Kalle Oulaywan



## Till årets volontär nominerades i år Andreas Bårgård

### Motivering

Nominering för Andreas Bårgård till Årets Volontär 2024

Andreas har ägnat stora delar av sitt liv åt Simklubben ENA i olika roller. Han har tränat och inspirerat över hundratals simmare under årens lopp. Han har varit och är fortfarande trädet som alla kan luta sig mot när det blåser.

Andreas är en väldigt hängiven tränare, ord som hans tränarkollegor beskrivit honom med är: hängiven, positiv, hjälpsam, inspirerande. Han lägger ner hela sin själ i att få fram en bra simmare. Han är lojal och väldigt omtyckt. Hans trygga framförhållningssätt har skapat en trygg miljö och inspirerat både barn och unga att simma och träna hårt. Han har sett individen och skapat en miljö i Simklubben som varit välkomnande och trygg för alla. Allt från barn som han har lärt sig simma i simskolan till barn som velat simma på elitnivå har han tålmodigt tränat och hjälpt. Han är en fantastisk tillgång. Hans gärning har gjort stor skillnad i hundratals simmares utveckling och framtid.

Det går inte att summera hans gärning under fyra decennier på ett kortfattat sätt. Här är ett axplock:

#### Simmare

Som barn på 1980-talet tränade och tävlade Andreas för klubben. Han fanns bland annat med som medaljör vid Mini-KM 1984 och medaljör på KM 1986, -87, -88 och -90. Andreas har också deltagit på många lägerresor. En av dem till Ølstykke i Danmark 1989, som vid den tiden var en av Enköpings kommuns vänorter.

#### Styrelsearbete

I samband med klubbens årsmöte 2001 valdes Andreas in som ledamot till styrelsen. Under 2002-2003 var han även klubbens vice ordförande.

#### Tränare

Andreas har haft många olika tränaruppdrag för SK ENA genom åren. Han var bland annat klubbens huvudtränare mellan 2002-2003 och deltog bland annat som ledare för klubben under SM.

När Andreas döttrar började simträna i början av 2010-talet, tog han uppdrag som tränare för klubbens barngrupper. Från 2017 är han åter klubbens huvudtränare. Som ledare har han tillbringat otaliga timmar vid bassängkanten under träning, tävling och vid träningsläger. Andreas är mycket omtyckt av såväl simmare som övriga klubbmedlemmar.



Andreas Bårgård  
Foto: Kalle Oulaywan





## Media

Den 17 mars skrev Enköpingsposten en artikel om SK ENA's skrivelse till utbildningsförvaltningen angående bristande kunskaper i simning. Rubriken lydde: **Larmet: Var tionde elev riskerar underkänt.**

Detta ledde sedan vidare till ett antal möten mellan Kristina Kumblad och Maria Bakas tillsammans med rektorer för skolor i Enköpings kommun och vidare fint samarbete mellan SK ENA och sedemera Enöglaskolan.

Den 11 december uppmärksammade Enköpingsposten SK ENA i samband med att föreningen och Maria Bakas och Kristina Kumblad tilldelades Civilsamhällestipendiet år 2024. Rubriken löd: **De vill lära barnen i Enköping att simma – får 15 000 kr.**

## Lucia

Årets luciafirande genomfördes med stort engagemang från simmare och i år fick Aziza Osman och Emilia Bakas äran att vara simmande lucior. Tillsammans med tärnor, tomtenissar, pepparkaksgummor och gubbar simmades luciatåget genom bassängen. Även Rudolf, Pontus Asp Almström var med. Även detta uppmärksammades i Enköpingsposten och en film från Luciatåget publicerades i sociala medier av.



Aziza Osman, Emilia Bakas, Svea Burman



## Luciatåget

Foto: Azad Osman



## **Simmare från SK ENA har deltagit vid följande tävlingar 2024:**

ENA Games 2024	2024-01-13
UGP 1 i Borlänge	2024-01-27—2024-01-28
Järfälla Nationella 2024	2024-02-16—2024-02-18
UGP 2 i Eskilstuna	2024-03-09—2024-03-10
Caroline af Ugglas Knattessim	2024-03-10
Stora Coop simmet 2024	2024-03-23
Strängnäs Simcup 2024	2024-04-07
Sala Sparbanks Silverdoppet 2024	2024-05-09
Jöns Svanbergsimmet 2024	2024-05-10—2024-05-12
DM/JDM/UDM 2024	2024-06-15—2024-06-16
SM/JSM	2024-07-03—2024-07-07
ENA Cupen 2024	2024-09-07
Jöns Svanbergsimmet 2024	2024-10-05—2024-10-06
UGP i Falu 2024	2024-10-12—2024-10-13
DM/JDM 2024	2024-10-19—2024-10-20
SUM-SIM Region 2024	2024-11-09—2024-11-10
SM/JSM	2024-11-20—2024-11-24
Sparbanken Rekarne Simcup 2024	2024-11-30—2024-12-01
Höstsimiaden 2024	2024-11-30
SK ENA KM	2024-12-14



**Bild från Jöns Svanberg i Uppsala**

Mohammed Oulaywan, Jino Osman, Bakker Chiekh Ahmand,  
Pontus Asp Almström, Svea Burman, Vincent Avås  
Foto: Azad Osman



## Övriga tävlingar

### Vansbrosimningen 3000 meter

Marie Lindeberg Tiden 1:37,3

Mauro Pliscovaz Tiden 1:37,3

### Vansbrosimningen öppen älv 3000 meter

Erica Gjälby Tiden 51:11,3

### Vansbro tjejsim 1000 meter

Inez Arosenius Tiden 19:01,8

Elisabeth Arosenius Tiden 22:58,7

### Stockholm Simfestival 1800 meter

Cecilia Rosengård Tiden 32:03

### Riddarfjärdssimningen 1609 meter

Cecilia Rosengård Tiden 33:47,2

### Swimrun Ö till Ö World Championship Swimrun VM

Erica Gjälby Tiden 11 tim 48 min

## Triathlon

### Horla Triathlon

Inez Arosenius, Ungdom 13-14 år Tiden 1:02,24

Maria Arosenius, Individuell 18år- Tiden 2:00,34

### Sala Silverman medeldistans

Trine Raustein Tiden 6:26,24

### Sila Silverman Sprintstafett

Helena Kumblad 2'a placering

### Sala Silverman Halv-Ironman SM Masters

Johan Kumblad 8'e placering



KM med Tränare  
Helena Kumblad och Marie Lindeberg  
Foto: Cecilia Rosengård



## Rapporter från våra simgrupper

Totalt har simskolorna haft 4 terminer under året. 2 terminer på vårterminen och 2 terminer på hösten. Sammanlagt har simskolorna från Baddaren-Späckhuggaren haft 559 simmare under året. I tävlingsgrupperna Delfinen-SUMSIM har det totalt varit 108 simmare under vår och höstterminen. Gruppernas storlek har varierat från 9 barn till som mest 24 barn i Guldfisken. Vi anpassar vår bemanning av tränare beroende på antalet deltagare och ser till individens förmåga och utveckling när vi arbetar med simmarna. Tillsammans gör vi skillnad för alla barn. Vuxengrupper har varit totalt 150 deltagare.

### **Baddaren, Sköldpaddan, Pingvinen och Silver-Pingvinen**

Grupperna har under året varit 4 terminer. Totalt har det varit 289 barn som har lärt simmat i dessa grupper. Under hela året har Marie Lindeberg ansvarat för simskolorna. Assisterande tränare har varit Emilia Bakas, Tuva Bäckgård, Elna Zetterberg, Svea Burman, Inez Arosenius, Ayda Berhane, Yuxin Zhao, Ann-Sofi Guzman Wigren. Även en del föräldrastöd har vi haft under året. Helena och Johan Kumblad. Nathalie Johansson och Nils Forsell under höstterminen.

### **Silver-Pingvinen**

Denna grupp skapade Tuva Bäckgård och Emilia Bakas. En mellangrupp för barn som gått i Pingvinen, men inte riktigt är redo för Silverfisken, detta var ett test och efter utvärdering har vi beslutat att fortsätta med upplägget. Simmarna får en mjukare övergång till Silverfisken. Upplägget har fungerat mycket bra, då gruppen har delats upp i två olika grupper och en grupp har varit i stora bassängen och en i UV bassängen halva passet, sedan har dom bytt bassäng och på slutet har vi varit tillsammans i UV-bassängen.

I grupperna Silverfisken-Späckhuggare deltog under året totalt 270 barn i simskolan. Detta under ledning av Maria Bakas, Tindra Bäckgård, och Khaled Oylawan tillsammans med ett antal hjälptränare och föräldrar.

### **Silverfisken 1**

I Silverfisken 1 har Khaled "Kalle" Oulaywan och Tindra Bäckgård varit ansvariga tränare för gruppen under hela 2024. Jenny Sollfors och Pontus Asp Almström har varit med som hjälptränare för gruppen under året. Hjälptränare har även Emilia Bakas och Maria Thörn varit under våren, samt Stefan Boman och Mohammed Oulaywan under hösten. Detta för att få en så stor grupp som möjligt. I grupperna har det varit barn mellan åldrarna 6-12 år och målet för grupperna har varit att simma 25 meter.

### **Silverfisken 2**

I Silverfisken 2 har Maria Bakas och Emilia Bakas ansvarat för träningen i gruppen under hela 2024. Jenny Sollfors, Stefan Boman har tillsammans med ytterligare en hjälptränare som varierat mellan Inez Arosenius, Ayda Berhane, Yuxin Zhao, Ann-Sofi Guzman Wigren. Under våren har framförallt Ayda Berhane varit med i gruppen. Även en hel del föräldrar har varit med i denna grupp. Inga nämnda och inga glömda. Vi försöker jobba med så mycket föräldrar som möjligt i denna grupp för att sedan får med de i vårt gemensamma föreningsarbete. Mycket stort tack till alla föräldrar som hjälpt oss att öka takten på simkunskaper i denna grupp och gjort att vi kunnat gå vidare till nya utmaningar. Målet i denna grupp är att lära sig simma 25 m för att kunna gå vidare till nästa grupp. Detta är föreningens första grupp i simskolan som bara simmar i 25 metersbassängen. Barnen som simmat har varit i åldrarna 6-12 år.



## **Guldfisken**

I Guldfisken har Tindra Bårgård varit ansvarig tränare för gruppen under hela 2024. I gruppen har det både varit många föräldrar och äldre simmare som har hjälpt till som hjälptränare. Under hela vårterminen har Maria Bakas hjälpt till i gruppen och under VT 1 har Pontus Asp Almström hjälpt till i gruppen, som hjälptränare. Under hela höstterminen har Stefan Boman varit med som hjälptränare, men även Stefan Altner, Ayda Berhane och Svea Burman har under höstterminen hjälpt till i gruppen. I gruppen har det varit barn mellan åldrarna 6-14 år och målet för gruppen har varit att simma 50 meter på mage och rygg, samt att dyka från kanten.

## **Hajen**

I Hajen har de ansvariga tränarna varit Khaled "Kalle" Oulaywan och Tindra Bårgård. Under vårterminen och HT 1 har träningen hållits två gånger i veckan, onsdagar och söndagar. På onsdagarna har det varit Tindra och Marie Lindeberg som har hållit i träningen, medan på söndagarna har det varit Tindra och Kalle som istället har hållit i träningen. Under HT 2 har gruppen enbart haft en träning i veckan, på grund av att närvaron varit låg på onsdagar och för att gruppen var rätt liten (9 st). I gruppen har det varit barn mellan åldrarna 7-13 år och gruppens stora mål har varit att simma 100 meter med god teknik.

## **Späckhuggare**

Under vårterminen var Khaled "Kalle" Oulaywan ansvarig tränare för gruppen tillsammans Helena Kumblad. Under höstterminen har Kalle varit ansvarig tränare för gruppen tillsammans med Marie och hjälptränarna Kalle Andersson och Stefan och Emelie Boman har stöttat upp i gruppen hela året. Totalt har det varit 30 simmare på vårterminen och under hösten 17 simmare. Några av simmarna har även börjat tävla på några hemmatävlingar och verkligen gjort stora framsteg.

## **Delfiner**

Denna grupp startade vi upp som en grupp mellan Späckhuggare och SIMIADEN och den döptes till Delfinen. Fokus har legat på att vässa teknik och uthållighet med mycket inslag av roliga utmaningar. Gruppen har blivit fint sammansvetsad och många har testat att tävla på klubbens hemmatävlingar under året. Under vårterminen var Marie Lindeberg ansvarig tränare, men under höstterminen har Helena Kumblad varit ansvarig tränare. Hjälptränare under året har varit Lena Rydh/Flodin och Emil Eriksson. Under vårterminen har det varit 11 simmare och under höstterminen 13 simmare.

## **SIMIADEN**

Marie Lindeberg har varit ansvarig för gruppen med stor hjälp av Azad Osman som varit tränare på söndagar och några söndagar har Andreas Bårgård varit tränare. Vi har haft Inez Arosenius och Elna Zetterberg som hjälptränare på tisdagar. Vi har också haft hjälp av Maria Bakas och Tilde Svegårdh vid flera tillfällen. Under vårterminen var det 19 simmare och under höstterminen var det 18 simmare i gruppen. Fokus har varit teknik och konditionsträning. De flesta i gruppen tävlar regelbundet både på borta och hemmatävlingar.

## **SUMSUM/DM**

Azad tränade SUMSIM/DM måndag, tisdag, torsdag och Andreas på söndagar. Träningarna kördes efter terminsplanering där tävlingar var även med. Detta var för hela året. Vi hade även en föreläsning om kost och träning under våren.



Inför hösten så hade vi ett uppstartsläger för SUMSIM/DM och SIMIADEN med Azad, Kalle och Marie på Skantzö i Hallstahammar. I slutet av terminen så simmade några ur SUMSIM/DM 5 km och ett par tog sitt 10 km märke, sedan avslutades terminen hos Pizzerian Misto Uno. Tävlingar, bortatävlingar hade Azad hand om och hemmatävlingar tog Andreas hand om.

### **Skolmålssimning**

Under året har klubben på uppdrag av Kunskapsskolan hållit simundervisning för elever som inte når simskolemålet i simning. Marie Lindeberg tillsammans med Emilia Bakas lärde elever simma vid 3 veckors undervisning. Tindra Bäckgård var med som tränare vid 2 av veckorna för skolmålssimning. Totalt simmade 22 elever under veckorna med skolmålssimning. Eleverna som deltog vid alla tillfällen uppnådde simskolemålet att simma 200 m, varav 50 m ryggsim utan att stanna.

### **Privatlektioner**

Efterfrågan på att få simma ensam tillsammans med en tränare har ökat. Vi har haft många privatlektioner under året och allt från icke simkunniga till ungdomar som vill träna på att simma fortare. Vi har individanpassat alla privatlektioner efter simmarens behov.

### **Vuxencrawl nivå 1-3**

Marie Lindeberg ansvarade för vuxencrawl nivå 1 nybörjare och hade 4 terminer. Totalt lärde sig 23 simmare att simma crawl. Vuxencrawl nivå 2 och 3 ansvarade Azad Osman för hela året. Totalt simmade 12 simmare med nivå 2 och 3. Crawl nivå 2-3 har främst inriktat sig på teknikträning.

### **Masters**

För första gången i klubbens historia har det under 2024 funnits en Mastersgrupp. Gruppen tränar 1-2 gånger i veckan och har simmat både i bassäng och i öppet vatten i Bredsand/Mälaren under sommarmånaderna. Mastersgruppen simmar pass på ca 2000 m och har olika fokus olika veckor inklusive testveckor, distansveckor och teknikveckor. I mastersgruppen simmar fd. tävlingssimmare, triathleter, vuxencrawlare och förhoppningsvis blir det en naturlig grupp att gå till även för klubbens simmare när de vill lägga badkläderna på hyllan. Helena Kumblad ansvarar för gruppen och Marie Lindeberg är hjälptränare. Gruppen hade 16 simmare under vårterminen och 13 simmare under höstterminen.

### **+65 år Simning**

Föreningen startade ett projekt +65 år för att locka den generationen att vilja träna simning tillsammans. Vi lyckades få in endast en deltagare. Simmaren var väldigt motiverad och simmade en dag i veckan. Hon deltog senare i Vansbro Tjejsim och simmade även 50 m frisisim på KM. Målet var att få in fler deltagare, men trots reklam i sociala medier och besök på äldreboenden fick vi inte fler deltagare.

### **Kvinnosimningen**

Totalt genomfördes 5 terminer och av de totalt 75 kvinnor som simmade har alla lärt sig vattenvana och att ta sig fram i vatten. 50 procent av deltagarna har lärt sig simma bröstsim. Projektet var väldigt lyckat och kurserna var fullteknade och deltagarna var mycket nöjda. Ansvarig tränare var Marie Lindeberg och till din hjälp hade hon Lotta Karlström och Andrea Palm under hela året och Erika Heydorn var hjälptränare under höstterminen.





## Enöglaskolan samarbete för simskolemål

Vi har gjort en kartläggning av Enöglaskolans elever årskurserna 4-9 under hösten. Totalt kartlades 133 elever och vi har haft simskoleundervisning varje vecka i vattnet för årskurserna 6-9. Av dessa totalt 48 elever har 14 elever lärt sig simma under hösten. Marie Lindeberg har tillsammans med Sara Pavasson, idrottslärare på skolan drivit detta projekt från planering i augusti till simlektioner i små grupper i bassängen samt uppföljning. Projektet har varit väldigt lyckat, då man tidigare inte har lyckats lära dessa elever simma. En stor utmaning i projektet har varit att få eleverna att faktiskt komma till simundervisningen. Den största utmaningen har dock varit att få elever som är rädda för vattnet att känna sig trygga i vatten och våga lära sig lita på sin förmåga och sedan lära sig simma. Undervisningen har skett i mindre grupper från 1-8 deltagare per grupp för att öka fokus på varje elev och för att ha en trygg miljö för eleverna.

## Trygghetsprojektet

Under höstterminen har projektet Trygghetsprojekt och trygghetsperson påbörjats. Målet är att göra en trygghetsplan, som är under arbete. Trygghetsperson i föreningen är Marie Lindeberg och Maria Arosenius.

## Idrottens dag

I september hade SK ENA Idrottens dag, då föreningen hade två dagar med öppet hus under dagtid för alla elever i kommunen som ville komma och simma. Dagarna var mycket uppskattade och det var fullt med elever under hela dagarna.

## Uppnådda stipulationspriser 2024

### Pontus Asp Almström

Guld	200 m Medley på ENA Cupen 2024-09-07 på tiden	02:16,58
Silver	100 m Fjärilsim på UGP 1 2014-01-27 på tiden	01:03,87
Brons	200 m Ryggsim på DM/JDM 2024-06-15 på tiden	02:25,04

## Klubbmästare 2024:

### Damer

Åldersklass	Gren	Namn	Tid
13-14 år	50 m Bröstsims	Ayda Berhane	41:77
	50 m Fjärilsim	Tuva Vilén	36:84
	50 m Ryggsim	Inez Arosenius	38:73
	50 m Frisim	Ayda Berhane	32:88
	100 m Medley	Ayda Berhane	01:26:46
15 år och äldre	50 m Bröstsims	Aziza Osman	37:95
	50 m Fjärilsim	Aziza Osman	33:66
	50 m Ryggsim	Aziza Osman	37:11
	50 m Frisim	Aziza Osman	31:28
	100 m Medley	Aziza Osman	1:17:30
Master	50 m Bröstsims	Helena Kumblad	36:56
	50 m Frisim	Helena Kumblad	31:33



## Herrar

Åldersklass	Gren	Namn	Tid
13-14 år	50 m Bröstsims	Anton Olsen	36:64
	50 m Fjärilsims	Anton Olsen	34:29
	50 m Ryggsgims	Anton Olsen	35:78
	50 m Frisims	Anton Olsen	30:04
	100 m Medley	Anton Olsen	01:17:38
15 år och äldre	50 m Bröstsims	Pontus Asp Almström	31:53
	50 m Fjärilsims	Pontus Asp Almström	27:04
	50 m Ryggsgims	Pontus Asp Almström	28:86
	50 m Frisims	Pontus Asp Almström	24:41
	100 m Medley	Pontus Asp Almström	1:01:79

### Nya klubbrekord under 2024:

Inga nya klubbrekord noterades för herrar eller damer under året.

I enlighet med Svenska Simförbundets rekommendationer så uppdateras inte åldersklubbrekord för 12 år och yngre efter 2021-12-31.

## Klubbrekord

### MANLIGA KLUBBREKORD IND, 25m bana,

50m Frisims	Adam Ackerstierna	24,39	121014	Stockholm
100m Frisims	Adam Ackerstierna	51,34	131124	Göteborg
200m Frisims	Adam Ackerstierna	1:53,04	111217	Helsingborg
400m Frisims	Adam Ackerstierna	3:59,73	120211	Stockholm
800m Frisims	Fredrik Ekesten	8:42,95	131121	Göteborg
1500m Frisims	Fredrik Ekesten	16:45,64	131123	Göteborg
50m Bröstsims	Adam Ackerstierna	30,49	131214	Enköping
100m Bröstsims	Adam Ackerstierna	1:04,57	131121	Göteborg
200m Bröstsims	Adam Ackerstierna	2:26,72	120922	Örebro
50m Ryggsgims	Adam Ackerstierna	27,09	131214	Enköping
100m Ryggsgims	Adam Ackerstierna	57,46	111217	Helsingborg
200m Ryggsgims	Adam Ackerstierna	2:06,35	111218	Helsingborg
50m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	25,57	131120	Göteborg
100m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	54,69	131121	Göteborg
200m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	2:00,00	111125	Stockholm
100m IM	Adam Ackerstierna	57,74	131120	Göteborg
200m IM	Adam Ackerstierna	2:03,60	111217	Helsingborg
400m IM	Adam Ackerstierna	4:30,42	120214	Stockholm

### MANLIGA KLUBBREKORD IND, 50m bana,

50m Frisims	Adam Ackerstierna	25,23	140504	Uppsala
100m Frisims	Adam Ackerstierna	53,60	140405	Västerås
200m Frisims	Adam Ackerstierna	2:02,08	120627	Norrköping
400m Frisims	Adam Ackerstierna	4:22,00	120720	Borås
800m Frisims	Marcus Aurén	9:09,86	130706	Halmstad
1500m Frisims	Fredrik Ekesten	17:31,05	130601	Eskilstuna
50m Bröstsims	Adam Ackerstierna	32,21	120204	Uppsala
100m Bröstsims	Adam Ackerstierna	1:09,88	130519	Stockholm



200m Bröstsimsim	Adam Ackerstierna	2:34,89	120204	Uppsala
50m Ryggsimsim	Adam Ackerstierna	29,57	110604	Eskilstuna
100m Ryggsimsim	Adam Ackerstierna	1:02,70	130601	Eskilstuna
200m Ryggsimsim	Sean Johansson	2:16,32	150125	Uppsala
50m Fjärilsimsim	Adam Ackerstierna	25,62	120704	Antwerpen
100m Fjärilsimsim	Adam Ackerstierna	56,22	130427	Västerås
200m Fjärilsimsim	Adam Ackerstierna	2:06,91	120324	Stockholm
200m IM	Adam Ackerstierna	2:08,42	120721	Borås
400m IM	Adam Ackerstierna	4:44,63	110721	Falun

#### MANLIGT KLUBBREKORD SKARPANSIMNING

Skarpansimningen	Lars-Olof Lindberg	19:10,1	920801	Bredsand
Bästa tid någonsin	Anders Kroon (US)	16:15,5	920801	Bredsand

#### MANLIGA KLUBBREKORD LAG

4*50m Frisimsim	25m	1:42,42	111030	Örebro
	Fredrik Ekesten	26,73		
	Adam Ackerstierna	23,65		
	Olle Lindberg	26,05		
	Johannes Ålander	25,99		
4*50m Medleysim	25m	1:53,56	111030	Örebro
	Fredrik Ekesten	30,10		
	Adam Ackerstierna	29,72		
	Olle Lindberg	27,63		
	Johannes Ålander	26,11		
4*100 m Frisimsim	25m	3:40,14	111218	Helsingborg
	Fredrik Ekesten	26,99	56,65	
	Adam Ackerstierna	24,72	51,74	
	Olle Lindberg	26,56	56,66	
	Johannes Ålander	25,97	55,09	
4*200m Frisimsim	25m	8:14,09	120127	Väsby
	Fredrik Ekesten	2:04,49		
	Adam Ackerstierna	1:55,74		
	Olle Lindberg	2:07,52		
	Johannes Ålander	2:06,34		
4*100m Medleysim	25m	4:04,11	111217	Helsingborg
	Fredrik Ekesten	30,99	1:04,92	
	Adam Ackerstierna	29,51	1:03,64	
	Olle Lindberg	27,71	1:00,61	
	Johannes Ålander	25,82	54,94	

#### KVINNLIGA KLUBBREKORD IND, 25m bana,

50m Frisimsim	Rebecka Gustafsson	27,11	141121	Stockholm
100m Frisimsim	Rebecka Gustafsson	58,14	141207	Helsingborg
200m Frisimsim	Rebecka Gustafsson	2:08,35	141206	Helsingborg
400m Frisimsim	Julia Pedersen	4:35,22	110212	Västerås
800m Frisimsim	Rebecka Gustafsson	9:47,18	141004	Uppsala
1500m Frisimsim	Pia Gustavson	19:00,0	800321	



50m Bröstsims	Erica Ackerstierna	32,30	111125	Stockholm
100m Bröstsims	Erica Ackerstierna	1:10,36	111126	Stockholm
200m Bröstsims	Erica Ackerstierna	2:38,87	120126	Väsby
50m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	30,90	150228	Gimo
100m Ryggsims	Julia Pedersen	1:07,42	120115	Gävle
200m Ryggsims	Julia Pedersen	2:23,90	120422	Järfälla
50m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	28,42	140920	Örebro
100m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	1:03,21	141207	Helsingborg
200m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	2:25,64	131207	Stockholm
100m IM	Rebecka Gustafsson	1:05,70	141120	Stockholm
200m IM	Rebecka Gustafsson	2:23,91	141206	Helsingborg
400m IM	Anna Ohlson	5:14,78	941127	Enköping

#### KVINNLIGA KLUBBREKORD IND, 50m bana,

50m Frisims	Rebecka Gustafsson	27,40	150501	Riga, LV
100m Frisims	Rebecka Gustafsson	59,12	150503	Riga, LV
200m Frisims	Rebecka Gustafsson	2:12,50	140503	Uppsala
400m Frisims	Rebecka Gustafsson	4:46,85	140504	Uppsala
800m Frisims	Adelina Walldén	10:18,18	150606	Uppsala
1500m Frisims	Viktoria Vuori	19:55,42	130608	Falun
50m Bröstsims	Helena Kumblad	33,31	070727	Halmstad
100m Bröstsims	Erica Ackerstierna	1:14,56	120630	Norrköping
200m Bröstsims	Erica Ackerstierna	2:40,27	120628	Norrköping
50m Ryggsims	Paulina Björkbacka	31,86	150606	Uppsala
100m Ryggsims	Paulina Björkbacka	1:08,33	150606	Uppsala
200m Ryggsims	Paulina Björkbacka	2:30,45	150606	Uppsala
50m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	27,77	150419	Jönköping
100m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	1:03,37	150418	Jönköping
200m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	2:29,38	150419	Jönköping
200m IM	Rebecka Gustafsson	2:28,91	150425	Uppsala
400m IM	Rebecka Gustafsson	5:30,16	150426	Uppsala

#### KVINLIGT KLUBBREKORD SKARPANSIMNING

Skarpansimningen	Anna Ohlson	19:39,40	920801	Bredsdand
------------------	-------------	----------	--------	-----------

#### KVINNLIGA KLUBBREKORD IND, yard bana,

50y Frisims (Yard)	Julia Pedersen	24,79	130214	Clearwater, FL
100y Frisims (Yard)	Julia Pedersen	54,71	121217	Ft. Lauderdale, FL
200y Frisims (Yard)	Julia Pedersen	1:57,81	131215	Ft. Lauderdale, FL
50y Ryggsims (Yard)	Paulina Björkbacka	27,36	160218	Orlando, FL
100y Ryggsims (Yard)	Paulina Björkbacka	58,08	160219	Orlando, FL
200y Ryggsims (Yard)	Paulina Björkbacka	2:05,48	160221	Orlando, FL
100y Bröstsims (Yard)	Julia Pedersen	1:13,08	141122	Piscataway, NJ
200y Bröstsims (Yard)	Julia Pedersen	2:40,82	150228	Cambridge, MA
100y IM (Yard)	Julia Pedersen	1:04,80	140117	Saint Leo, FL
200y IM (Yard)	Julia Pedersen	2:20,10	121027	Tampa, FL

#### KVINNLIGA KLUBBREKORD LAG

4*50m Frisims	25m	1:53,57	111029	Örebro
	Julia Pedersen	28,50		
	Erica Ackerstierna	27,93		
	Rebecka Gustafsson	28,09		
	Viktoria Vuori	29,05		



4*50 m Medley	25m		2:04,72	111029	Örebro
		Julia Pedersen	32,53		
		Erica Ackerstierna	32,83		
		Rebecka Gustafsson	30,43		
		Viktoria Vuori	28,93		
4*100m Frisim	25m		4:06,22	120127	Väsby
		Julia Pedersen	28,11	1:00,37	
		Erica Ackerstierna	28,86	1:01,42	
		Rebecka Gustafsson	28,85	1:01,52	
		Viktoria Vuori	29,33	1:02,91	
4*200 m Frisim	25m		9:20,64	110116	Söderhamn
		Erica Ackerstierna	1:03,80	2:13,79	
		Julia Pedersen	1:05,21	2:15,96	
		Therese Trostemo	1:09,36	2:22,77	
		Viktoria Vuori	1:09,14	2:28,12	
4*100m Medley	25m		4:33,70	111030	Örebro
		Julia Pedersen	33,02	1:07,84	
		Erica Ackerstierna	32,72	1:11,77	
		Rebecka Gustafsson	31,20	1:10,89	
		Viktoria Vuori	30,00	1:03,20	

## Åldersklubbrekord

### BÄSTA TIDER POJKAR 14-15 ÅR

25m Frisim	Pontus Asp Almström	12,04	230924	Örebro
50m Frisim	Adam Ackerstierna	25,76	100925	Visby
100m Frisim	Adam Ackerstierna	53,59	101212	Stockholm
200m Frisim	Adam Ackerstierna	2:02,80	091212	Västerås
400m Frisim	Jonathan Mastrangeli	4:23,60	141025	Gävle
800m Frisim	Olle Lindberg	9:40,20	101016	Haninge
1500m Frisim	Adam Ackerstierna	17:23,56	100321	Eskilstuna
25m Bröstsims	Pontus Asp Almström	15,54	230401	Enköping
50m Bröstsims	Adam Ackerstierna	32,34	100918	Enköping
100m Bröstsims	Adam Ackerstierna	1:06,00	101212	Stockholm
200m Bröstsims	Adam Ackerstierna	2:33,44	101024	Gimo
25m Ryggsims	Pontus Asp Almström	14,54	230401	Enköping
50m Ryggsims	Adam Ackerstierna	28,64	101025	Visby
100m Ryggsims	Adam Ackerstierna	59,50	101205	Stockholm
200m Ryggsims	Adam Ackerstierna	2:09,17	101212	Stockholm
25m Fjärilsims	Pontus Asp Almström	12,67	230401	Enköping
50m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	27,23	101218	Enköping
100m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	56,42	101212	Stockholm
200m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	2:08,62	101203	Stockholm
100m IM	Adam Ackerstierna	1:02,07	101010	Uppsala
200m IM	Adam Ackerstierna	2:07,49	101211	Stockholm
400m IM	Adam Ackerstierna	4:59,42	100707	Norrköping

### BÄSTA TIDER FLICKOR 14-15 ÅR

25m Frisim	Rebecka Gustafsson	12,87	130921	Örebro
50m Frisim	Rebecka Gustafsson	27,32	120922	Örebro



100m Frisim	Rebecka Gustafsson	58,78	131110	Västerås
200m Frisim	Rebecka Gustafsson	2:08,67	131207	Stockholm
400m Frisim	Katarina Sundquist	4:42,1	870208	Uppsala
800m Frisim	Adelina Walldén	10:00,55	161210	Enköping
1500m Frisim	Pia Gustavson	19:00,0	800321	
25m Bröstsims	Rebecka Gustafsson	16,69	120819	Enköping
50m Bröstsims	Adelina Walldén	35,26	161016	Örebro
100m Bröstsims	Adelina Walldén	1:16,39	170226	Stockholm
200m Bröstsims	Anna Ohlson	2:46,80	911116	Uppsala
25m Ryggsims	Emilia Boberg	15,74	160409	Enköping
50m Ryggsims	Emilia Boberg	31,42	161016	Örebro
100m Ryggsims	Emilia Boberg	1:08,48	161016	Örebro
200m Ryggsims	Emilia Boberg	2:31,08	161015	Örebro
25m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	13,65	120414	Enköping
50m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	28,56	130706	Halmstad
100m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	1:03,93	121125	Helsingborg
200m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	2:25,64	131207	Stockholm
100m IM	Rebecka Gustafsson	1:06,19	131121	Göteborg
200m IM	Anna Ohlson	2:28,02	920216	Gävle
400m IM	Rebecka Gustafsson	5:22,32	130921	Örebro

### BÄSTA TIDER POJKAR 13 ÅR

(fram t.o.m. 2021-12-31 var åldersklassen 12-13 år)

25m Frisim	Anton Olsen	14,36	230401	Enköping
50m Frisim	Adam Ackerstierna	27,62	081116	Enköping
100m Frisim	Adam Ackerstierna	1:01,44	081025	Falun
200m Frisim	Magnus Andersson	2:19,0	800604	
400m Frisim	Adam Ackerstierna	4:51,48	080711	Varberg
800m Frisim	Gustav Walldén	10:02,73	161016	Örebro
1500m Frisim	Gustav Walldén	19:19,76	161022	Falun
25m Bröstsims	Anton Olsen	18,16	230401	Enköping
50m Bröstsims	Adam Ackerstierna	36,86	081213	Enköping
100m Bröstsims	Patrick Nimander	1:15,0	831213	Enköping
200m Bröstsims	Patrick Nimander	2:47,9	831030	
25m Ryggsims	Jonathan Mastrangeli	17,67	120819	Enköping
50m Ryggsims	Adam Ackerstierna	32,71	081011	Enköping
100m Ryggsims	Adam Ackerstierna	1:09,82	081026	Falun
200m Ryggsims	Jacob Pedersen	2:37,91	131005	Uppsala
25m Fjärilsims	Gustav Walldén	16,80	160409	Enköping
50m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	30,06	081213	Enköping
100m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	1:09,80	081116	Bålsta
200m Fjärilsims	Gustav Walldén	2:54,95	160312	Eskilstuna
100m IM	Adam Ackerstierna	1:10,43	081213	Enköping
200m IM	Gustav Walldén	2:37,47	161113	Eskilstuna
400m IM	Gustav Walldén	5:33,97	160918	Örebro

### BÄSTA TIDER FLICKOR 13 ÅR

(fram t.o.m. 2021-12-31 var åldersklassen 12-13 år)

25m Frisim	Rebecka Gustafsson	13,76	110313	Sollentuna
50m Frisim	Rebecka Gustafsson	28,51	111029	Örebro
100m Frisim	Rebecka Gustafsson	1:01,52	111119	Uppsala
200m Frisim	Adelina Walldén	2:18,82	151128	Eskilstuna
400m Frisim	Adelina Walldén	4:51,27	151018	Västerås
800m Frisim	Adelina Walldén	09:58,66	151003	Uppsala
1500m Frisim	Adelina Walldén	19:28,20	151018	Västerås
25m Bröstsims	Adelina Walldén	17,07	150411	Enköping
50m Bröstsims	Adelina Walldén	36,16	150321	Falun
100m Bröstsims	Adelina Walldén	1:16,83	151115	Borlänge





200m Bröstsims	Adelina Walldén	2:50,31	150322	Falun
25m Ryggsims	Matilda Olausson	17,34	170401	Enköping
50m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	33,81	110130	Borås
100m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	1:13,09	111120	Uppsala
200m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	2:44,96	110416	Enköping
25m Fjärilsims	Matilda Olausson	15,98	170401	Enköping
50m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	30,78	110702	Norrköping
100m Fjärilsims	Rebecka Gustafsson	1:08,14	111119	Uppsala
200m Fjärilsims	Alice Johansson	3:32,91	160604	Eskilstuna
100m IM	Rebecka Gustafsson	1:12,44	110424	Sala
200m IM	Anna Ohlson	2:36,05	901202	Gävle
400m IM	Adelina Walldén	05:49,09	151004	Uppsala

### BÄSTA TIDER POJKAR 12 ÅR

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisims	Olle Hansen	16,02	130323	Enköping
50m Frisims	Adam Ackerstierna	31,44	071215	Enköping
100m Frisims	Adam Ackerstierna	1:09,56	071013	Enköping
200m Frisims	Gustav Walldén	2:29,94	151025	Bålsta
400m Frisims	Gustav Walldén	5:08,25	151122	Katrineholm
800m Frisims	Gustav Walldén	10:42,61	151010	Falun
1500m Frisims	Gustav Walldén	20:11,55	151004	Uppsala
25m Bröstsims	Anton Olsen	20,16	220409	Enköping
50m Bröstsims	Adam Ackerstierna	40,52	071215	Enköping
100m Bröstsims	Adam Ackerstierna	1:27,96	071117	Stockholm
200m Bröstsims	Sebastian Olsson	3:21,71	001021	Gimo
25m Ryggsims	Jacob Pedersen	19,4	120414	Enköping
50m Ryggsims	Jonathan Östergren	37,00	081213	Enköping
100m Ryggsims	Adam Ackerstierna	1:19,35	071118	Stockholm
200m Ryggsims	Gustav Walldén	2:47,40	151128	Eskilstuna
25m Fjärilsims	Olle Hansen	17,61	130323	Enköping
50m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	34,47	071215	Enköping
100m Fjärilsims	Adam Ackerstierna	1:18,01	071118	Stockholm
200m Fjärilsims	Gustav Walldén	3:05,04	151128	Eskilstuna
100m IM	Adam Ackerstierna	1:20,00	071215	Enköping
200m IM	Gustav Walldén	2:49,65	151122	Katrineholm
400m IM	Gustav Walldén	6:00,83	151212	Enköping

### BÄSTA TIDER FLICKOR 12 ÅR

(ej officiell åldersklass fr.o.m. 2022-01-01)

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisims	Matilda Olausson	14,20	160917	Örebro
50m Frisims	Rebecka Gustafsson	29,11	101016	Falun
100m Frisims	Rebecka Gustafsson	1:03,37	101113	Örebro
200m Frisims	Rebecka Gustafsson	2:24,91	101016	Falun
400m Frisims	Adelina Wallden	4:59,29	141123	Strängnäs
800m Frisims	Sara Randerstedt	10:53,53	161210	Enköping
1500m Frisims	Sara Randerstedt	21:25,06	161022	Falun
25m Bröstsims	Matilda Olausson	17,75	160409	Enköping
50m Bröstsims	Matilda Olausson	37,38	160910	Enköping
100m Bröstsims	Adelina Wallden	1:20,27	141109	Västerås
200m Bröstsims	Adelina Wallden	2:58,49	141025	Gävle
25m Ryggsims	Matilda Olausson	16,98	160409	Enköping
50m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	35,28	101107	Bålsta
100m Ryggsims	Rebecka Gustafsson	1:14,75	101113	Örebro
200m Ryggsims	Matilda Olausson	2:50,77	160312	Eskilstuna
25m Fjärilsims	Sara Randerstedt	16,43	160409	Enköping



50m Fjärilsim	Rebecka Gustafsson	33,17	101016	Falun
100m Fjärilsim	Tara Klarbo-Egan	1:16,57	170401	Enköping
200m Fjärilsim	Tara Klarbo-Egan	3:10,89	170129	Borlänge
100m IM	Rebecka Gustafsson	1:15,56	101016	Falun
200m IM	Rebecka Gustafsson	2:45,27	101113	Örebro
400m IM	Matilda Olausson	6:10,08	161022	Falun

### BÄSTA TIDER POJKAR 10-11 ÅR

(ej officiell åldersklass fr.o.m. 2022-01-01)

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisim	Pontus Asp Almström	16,02	191124	Bålsta
50m Frisim	Magnus Andersson	32,6	781203	
100m Frisim	Magnus Andersson	1:11,7	781112	
200m Frisim	Gustav Walldén	2:41,08	141129	Eskilstuna
400m Frisim	Gustav Walldén	5:44,55	141004	Uppsala
800m Frisim	Pontus Asp Almström	14:15,86	190120	Enköping
1500m Frisim	-----	-----	-----	-----
25m Brösts	Pontus Ramström	21,93	101113	Enköping
50m Brösts	Patrick Nimander	40,9	810426	
100m Brösts	Patrick Nimander	1:28,8	811010	
200m Brösts	Olle Hansen	3:54,02	121014	Gimo
25m Ryggsim	Pontus Asp Almström	18,77	191124	Bålsta
50m Ryggsim	Jörgen Englund	37,52	961110	Iggesund
100m Ryggsim	Jörgen Englund	1:21,30	961130	Uddevalla
200m Ryggsim	Gustav Walldén	3:18,12	141004	Uppsala
25m Fjärilsim	Olle Nordbeck	17,37	051030	Uppsala
50m Fjärilsim	Jörgen Englund	36,96	961109	Iggesund
100m Fjärilsim	Gustav Walldén	1:41,61	141129	Eskilstuna
200m Fjärilsim	-----	-----	-----	-----
100m IM	Patrick Nimander	1:26,2	811017	
200m IM	Gustav Walldén	3:15,41	141019	Bålsta
400m IM	-----	-----	-----	-----

### BÄSTA TIDER FLICKOR 10-11 ÅR

(ej officiell åldersklass fr.o.m. 2022-01-01)

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisim	Sara Randerstedt	14,71	150919	Örebro
50m Frisim	Matilda Olausson	31,85	151128	Eskilstuna
	Sara Randerstedt	31,85	151128	Eskilstuna
100m Frisim	Tara Klarbo-Egan	1:08,01	161126	Västerås
200m Frisim	Tara Klarbo-Egan	2:27,58	161126	Västerås
400m Frisim	Tara Klarbo-Egan	5:13,52	161113	Eskilstuna
800m Frisim	Tara Klarbo-Egan	10:48,64	161023	Falun
1500m Frisim	Sara Randerstedt	21:26,15	151011	Falun
25m Brösts	Malvina Walldén	20,55	160409	Enköping
50m Brösts	Matilda Olausson	40,56	151004	Uppsala
100m Brösts	Anna Ohlson	1:28,19	881218	Västerås
200m Brösts	Matilda Olausson	3:16,22	151128	Eskilstuna
25m Ryggsim	Matilda Olausson	18,31	150411	Enköping
50m Ryggsim	Matilda Olausson	36,06	150704	Norrköping
100m Ryggsim	Tara Klarbo-Egan	1:18,25	161113	Eskilstuna
200m Ryggsim	Sara Randerstedt	2:48,57	150920	Örebro
25m Fjärilsim	Stina Norlin	16,60	940320	Bålsta
50m Fjärilsim	Tara Klarbo-Egan	34,40	161126	Västerås
100m Fjärilsim	Tara Klarbo-Egan	1:19,93	161023	Falun
200m Fjärilsim	Alicia Budden	3:34,84	151003	Uppsala
100m IM	Tara Klarbo-Egan	1:18,81	161126	Västerås
200m IM	Tara Klarbo-Egan	2:49,30	161023	Falun



400m IM Sara Randerstedt 6:31,17 151004 Uppsala

**BÄSTA TIDER POJKAR 9 ÅR OCH YNGRE** (ej officiell åldersklass fr.o.m. 2022-01-01)

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisim	Daniel Dooley	18,35	041211	Enköping
50m Frisim	Andreas Trulsson	41,3	931024	Enköping
100m Frisim	Gustav Wallden	01:50,4	120923	Bålsta
200m Frisim	Sebastian Rosenberg	4:25,38	151212	Enköping
400m Frisim	----	----	----	----
800m Frisim	----	----	----	----
1500m Frisim	----	----	----	----
25m Brösts	Patrick Nimander	21,2	790513	
50m Brösts	Patrick Nimander	45,8	791008	
100m Brösts	Anton Olsen	1:52,17	190907	Enköping
200m Brösts	----	----	----	----
25m Ryggsim	Fredrik Jansson	21,1	781213	Enköping
50m Ryggsim	Jörgen Englund	48,1	941217	Enköping
100m Ryggsim	Jino Atiwit Osman	2:18,99	190330	Enköping
200m Ryggsim	----	----	----	----
25m Fjärilsim	Anton Olsen	22,40	191214	Enköping
50m Fjärilsim	Jino Atiwit Osman	1:02,79	190615	Visby
100m Fjärilsim	----	----	----	----
200m Fjärilsim	----	----	----	----
100m IM	Anton Olsen	01:51,7	191214	Enköping
200m IM	Jino Atiwit Osman	4:32,83	190929	Bålsta
400m IM	----	----	----	----

**BÄSTA TIDER FLICKOR 9 ÅR OCH YNGRE**

(ej officiell åldersklass fr.o.m. 2022-01-01)

(Senast uppdaterad 2021-12-31)

25m Frisim	Lisa Nordbeck	16,43	051210	Enköping
50m Frisim	Lisa Nordbeck	37,24	051008	Enköping
100m Frisim	Olivia Budden	1:32,33	161002	Eskilstuna
200m Frisim	Olivia Budden	3:23,65	161210	Enköping
400m Frisim	----	----	----	----
800m Frisim	----	----	----	----
1500m Frisim	----	----	----	----
25m Brösts	Carolina Sundqvist	21,8	841111	
50m Brösts	Kristina Gustafsson	50,6	851027	
100m Brösts	Malvina Walldén	2:04,54	140906	Enköping
200m Brösts	----	----	----	----
25m Ryggsim	Matilda Olausson	20,69	131214	Enköping
50m Ryggsim	Freja Klarbo-Egan	46,02	170528	Ludvika
100m Ryggsim	Tuva Bärgård	2:43,08	180908	Enköping
200m Ryggsim	----	----	----	----
25m Fjärilsim	Olivia Budden	19,68	161210	Enköping
50m Fjärilsim	Olivia Budden	48,74	161002	Eskilstuna
100m Fjärilsim	----	----	----	----
200m Fjärilsim	----	----	----	----
100m IM	Olivia Budden	1:40,70	161126	Västerås
200m IM	Malvina Walldén	4:19,09	140921	Bålsta
400m IM	----	----	----	----



**Slutligen tackar styrelsen alla som på något sätt har arbetat och verkat under 2024**

**Enköping 17 mars 2025**

**Styrelsen Simklubben ENA**

---

Ordförande Maria Bakas

---

Vice ordförande och kassör Maria Arosenius

---

Sekreterare Kristina Kumblad

---

Ledamot Vanja Kollmann

---

Ledamot Emil Eriksson

---

Ledamot Bengt Olsson

---

Ledamot Mathilda Wahlberg