

Verksamhetsberättelse Elmhults Sport Club 2017  
Styrelsen

Medlemmar: Klubben har under året aktivt verkat för att öka medlemsantalet.  
ANTAL MEDLEMMAR PER 2017-12-31  
VAR 505 st.

Möten och konferenser:  
Styrelsen har hållit 7 protokollförda sammanträden.  
Varav 1 extra möte i Jan.

Verksamhet: Klubben har medverkat vid årliga lotteri det så kallade ål-lotteriet i samband med julslytningen samt medverkat i Ikeas aktivitetshus i form av information av vår verksamhet.  
Möckeln runt på cykel.

Sedvanliga klubbmästerskap i samtliga våra fyra grenar (dock ej skidor 2017 p.g.a. brist på snö.)

Separat redovisning från respektive sektion.

Det arbete som våra ledare och medlemmar lägger ner för att vi ska må bra och att vi även kan hjälpa behövande, är värt en stor eloge.

Ekonomi: Beträffande klubbens ekonomi: se bilaga.

Slutord: Elmhults Sport Clubs verksamhet har bedrivits i mycket gott samarbete med myndigheter, organisationer och företag samt Älmhults Kommun.  
Med en tydlig strävan mot Drog och Mobbing.

Styrelsen framför här sitt tack till alla som bidragit till det goda resultat vi uppnått under 2017.

Älmhult Missionskyrkans lokaler 13 februari 2018.  
Göran Rydén Ordförande.

## Verksamhetsberättelse för Simsektionen 2017

Simsektionen har ägnat sig åt simträning på Haganäsbadet under året som gått. På måndagar och söndagar har vi erbjudit simträning för vuxna. På lördagar har vi haft simträning för hela familjen där barn varit välkomna i vuxens sällskap.

Simträningen har lockat ett varierande antal deltagare, men lördagssimningen har oftast varit välbesökt. Var och en har tränat på det sätt som passat deras nivå. Många har passat på att ge sina barn simträning och vattenvana. Säkerheten vid simningen har varit bra och stämningen god.

Klubbmästerskapet i simning hölls 16/12. Ett 40 tal personer i alla åldrar deltog. Distanserna var 25, 50, 100, och 400 meter. Särskilt imponerade blev vi av Daniel Shebalin som simmade 400 meter på 5.27.64. Några barn deltog också i det ärofyllda grodplasket. Efter tävlingen har vi haft utdelning av medaljer till alla barn. Vi har också fikat och haft besök av tomten.

Under året har det rått stor osäkerhet kring renoveringen av simhallen. Datumet för stängningen av simhallen har skjutits på framtiden ett antal gånger. Det har inneburit att vi fått bokningarna för simhallen klara med kort varsel. I slutänden har vi ändå fått möjlighet att simträna hela vår- och höstterminen, med uppehåll under sommaren samt under lov dagar.

Johan Nilsson  
simsektionen

## **Verksamhetsberättelse Löparsektionen 2017**

Under vintern körde vi intervaller på tisdagar och långpass på söndagarna. Tisdagarna var som vanligt välbesökta med en stadig grupp på 10/15 personer hela året. Tävlingsäsongen började i Mars med Annelundsrundan och sen välbesökta Hallarydsloppet vid påsk. Sen började formtoppningen mot det stora målet Göteborgsvarvet. Efter Göteborgsvarvet tog den planerade löpträningen en paus till förmån för triathlonsäsongen/cykelsäsongen. Den planerade löpträningen startade upp igen i slutet av augusti med terränglöpning för att komma i form inför Lidingöloppet. I Oktober blev det fokus på teknik och löpstyrka. I November och December körde vi intervallträning. Som avslutning på året var Sylvesterloppet på nyårsafton i Olofström med den traditionsenliga semlan.

### **Lite axplock från året**

Filip Gustafsson certifierade sig som löptränare via Svenska Friidrottsförbundet. Petrus Johansson har gått plattformen och kommer hjälpa till som ledare på tisdagspassen.

Stina Mattsson och Niklas Hansson blev 2017 år klubbmästare över 8.8 km .

Göteborgsvarvet Matilda Samuelsson 1.27.02 43:e plats i dam klassen och Niklas Hansson 1.20.23 207:e plats i herrklassen

Matilda Samuelsson och Amanda Lewis genomförde Ultravasan 90 km. Matilda vann sin åldersklass D19-20.

Fredrik Ekström blev bäste svensk i Ironman Copenhagen och kvalade därmed in till Ironman VM på Hawaii 2017.

Fredrik Ekström genomförde sin andra Ironman VM på Hawaii 2017.

Mia Ekström gjorde ett bra lopp i Ironman Malaysia och kvalade in till Ironman VM på Hawaii 2018.

Niklas Hansson vann Elme trailen på nytt banrekord

Niklas Hansson och Matilda Samuelsson klarade prestationsmedaljerna på Lidingöloppet.

Niklas Hansson sprang Växö Marathon under 3 tim

Matilda Samuelsson vann Sunnerboloppet

Matilda Samuelsson vann Sylvesterloppet i Olofström. 30 deltagare från ESC

127 löpare har deltagit i våra sponsrade lopp

Filip och Bertil  
Löparsektionen

## Verksamhetsberättelse för ESC-cykelsektionen 2017

- 2017 började tidigt, grusvägsträning redan 29 januari och fortsatte så alla söndagar fram tills vi fick barmark.
- 22/3 upptaktsträff på Kaj Inrikes med genomgång av årets kalender.
- Den 27/3 började vi åter igen med måndagsturer, då med fokus på Grundteknik-Säkerhets-Gruppcykling. Vi körde så i 5 veckor, därefter intervallträning på måndagsturerna.
- Den 30/3 började den första officiella onsdags träningen utomhus. Därefter hade vi onsdagar och söndagar som fasta träningsdagar, men andra dagar cyklades det
- 8/4 gjordes årets första motionslopp utomlands med Paris Roubaix Challenge med deltagare från ESC.
- 14-17/4 Påskcykling och distansträning.
- 8/5-14/5 ESC träningsvecka med pass varje dag och målsättning att komma upp i 30-70 mil för veckan
- 17/5 kördes KM i cykel med många på plats. Mattias Håkansson blev klubbmästare herrar. Tyvärr ingen deltagande dam/tjej. Vi valde att inte ha klassindelning, då det ej kommer något folk till prisutdelningar på årsmöterna.
- 25-27 var det Kronobergstrippeln med deltagare från ESC
- 26-28/5 hade vi 2 (?) deltagare på Vänern runt 60 mil.
- Den 28/5 var det åter dags för ett långpass som var över 15 mil långt med fika.
- Möckeln runt den 4/6, ESC är medarrangörer och det funkade perfekt med många som hjälpte till.
- 10/6 Tjej Vättern med deltagare från ESC
- 11/6 Halv Vättern, även här deltagare från ESC
- 16-17/6 Hel Vättern med 40 talet deltagare från ESC. Efteråt sedvanlig fest och prisutdelning.
- 12/8 körde Cykel Vasan öppet spår, några från ESC stod på startlinjen.
- 13/8 kördes Cykel Vasan med deltagare från ESC
- 19-20/8 var det velodrom cykling i Ballerup Danmark med Iain som reseledare. Mycket uppskattat.
- 19/8 Ironman i Kalmar med ESC deltagande
- Under Augusti och framåt tränades det mest, både landsväg och spinning med Iain på Friskis.
- Vi hade mycket bra MTB framgångar i ESC med framskjutna placeringar i skånska och småländska X-Cup tävlingar och Snapphaneturen.