



# HÖSTMÖTE 2019

## Välkommen till Östsvenska simförbundets höstmöte på First Hotel Jönköping 13–14 september 2019

Vi bjuder nu in alla **klubbledare**, **tränare** och **Unga ledare** (ca 15-30 år) till en konferens för att planera verksamhetsåret 2020 och tillsammans fortsätta vårt arbete med att vara ett av Sveriges starkaste distrikt inom simsport. För unga ledare erbjuder vi en chans att få vara med i det demokratiska arbetet i distriktet, samt att inspireras av andra duktiga ledare, bland annat vår förbundskapten i simning Ulrika Sandmark. Ni ges också chansen att prova på konstsim.

| Unga ledare   | Tränare och föreningsledare  |
|---|--|
| <b>Fredag 13 sep</b><br>16.00 Fika<br>16.30 Välkomna och Styrelsens förslag<br>17.30 Inspirationsföreläsning med Dennis Aulander (info på nästa sida)<br>19.00 Slut för dagen<br>19.30 Middag och aktivitet | <b>Fredag 13 sep</b><br>16.00 Fika<br>16.30 Välkomna och Styrelsens förslag<br>17.30 Inspirationsföreläsning med Dennis Aulander (info på nästa sida)<br>19.00 Slut för dagen<br>19.30 Middag och aktivitet      |
| <b>Lördag 14 sep</b><br>Frukost<br>08.00 Ulrika Sandmark (info på nästa sida)<br>10.00 Erfarenhetsutbyte<br>10.30 Konstsim praktik<br>12.30 Lunch<br>13.30 Höstmöte<br>14.30 Kaffe och slut                 | <b>Lördag 14 sep</b><br>Frukost<br>08.00 Verksamhetsinriktningen 2021-22<br>09.30 Ulrika Sandmark (ink fika)<br>11.30 Lisa Hegmegi (info på nästa sida)<br>12.30 Lunch<br>13.30 Höstmöte<br>14.30 Kaffe och slut |

**Kostnad:** Tränare och föreningsledare:  
1100:-/person inkl. logi i dubbelrum  
700:-/pp inkl. logi i dubbelrum för föreningar som ej tidigare varit representerade på Östsvenska Simförbundets höstmöte.  
Önskas enkelrum så tillkommer en avgift på 150 kr. Om enkelrum önskas **uppge det i anmälan**.

Unga ledare:  
200kr inkl. mat och logi. OBS! begränsat antal platser, eventuell begränsning sker utifrån en jämn fördelning mellan föreningarna.

**Anmälan:** Anmäl dig på länken nedan **senast den 2 september**.  
<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1267407>

**Kallelse:** Personlig kallelse med deltagarlista skickas med e-post till samtliga anmälda deltagare.



# HÖSTMÖTE 2019

## Helgens föreläsare



**Dennis Aulander** är till vardags coach på Sandagymnasiets basketlinje.

Han håller på Rögle i ishockey och kommer från Ängelholm.

Dennis har spelat i landslaget i många år och med Plannja basket tagit hem ett antal SM titlar.

På sin fritid sysslar han , så klart, med basket och succéföreningen Wetterbygden Basketball.

Han är expertkommentator i tv för svensk basketboll och kommer att inspirera oss med erfarenheter från sina upplevelser som spelare och coach i olika sammanhang både på den nationella och internationella arenan.



Efter många år som aktiv simmare tyckte **Lisa Hegmegi** att det var dags att även börja engagera sig i barn och ungdomar, som kan behöva extra stöd.

"Jag hade burit på de här tankarna en tid, att kunna erbjuda simträning även för barn och ungdomar med särskilda behov

"De ska lära sig att älska vatten och att leka i vatten", fortsätter Lisa, som har tre sim-grupper för barn och ungdomar med motoriska svårigheter.

Lisa var en av fyra finalister i folkspels "Årets eldsjäl 2018" och delar med sig av sina erfarenheter av att arbeta med barn med speciella behov.



**Ulrika Sandmark**, svensk simnings sportchef och förbundskapten.

Ulrika kommer att prata om svensk simnings framtid och om den nya säsongspaneringen som håller på att tas fram.

Ulrika är en engagerad simledare som är mån om att hålla kontakten med föreningar och simledare runt om i landet. Hon har ett förflutet som lärare och som tränare i Väsby SS.

Ulrika kommer att lite olika inriktning beroende på den målgrupp som det gäller; våra etablerade simledare respektive våra Unga Ledare.