

### En fantastisk vårsesong med fremganger på mange plan

Denne uken ble NM Langbane arrangert i Fredrikstad, og med det settes det sluttstrek for en utrolig innholdsrik og flott vårsesong for Bergen Vest Svømmeklubb. Høydepunktene har vært mange med gode sportslige fremganger på mange plan. Bergen Vest Svømmeklubb har markert seg som en av landets fremste klubber på ungdomssiden.

Vi har gjennomført en rekke store arrangement i egen regi, foruten Bergen Swim Festival og AdO Cup gjennom samarbeidet i Stevne Bergen AS. Våre medlemmer og deres foresatte har lagt ned et fantastisk stykke dugnadsarbeid – det står det stor respekt av!

Vi er svært bevisst vårt samfunnsansvar, og i vår har vi hatt rekordmange i opplæringsaktivitet, flere aktiviteter og tilrettelagte tilbud for brukere med funksjonsnedsettelse, hatt ansvaret for publikumssvømmingen på Ågotnes, vi er stolt medarrangør av Stolpejakten Bergen vest, og i sommer tilrettelegger vi tilbud for rundt 1000 barn og unge slik at de kan få ta del i svømmeglede og fellesskap.

I dette nyhetsbrevet kan dere lese mer om det gode arbeidet som gjøres. Vår dyktige fotograf Peter Aglen står bak svømmebildene i nyhetsbrevet, mens de øvrige er tatt av foreldre og daglig leder.

Med dette ønsker jeg våre medlemmer, ansatte, gode samarbeidspartnere og alle våre venner i svømme- og idrettsverden en riktig god sommer 😊

Sommerhilsen

Erik Kubon Halvorsen, daglig leder



## Bergen Swim Festival (BSF)

Med over 800 deltakere fra 13 nasjoner ble årets BSF en skikkelig svømmefest. Rammene i AdO arena var de aller beste, og med LED-vegger på begge kortsidene ble det skapt en magisk stemning for både utøvere og publikum under arrangementet.



Vi tok en prat med hovedtrener Erik Dorch som oppsummerte BSF som følger:

"Det var en veldig kjekk helg. Stort sett alle sammen setter personlige rekorder på de fleste løp. De er flinke og lærer ifra løp til løp. Utøverne har blitt mye flinkere på at være selvstendig og skjønner verdien av at slappe av og lade batteriene mellom øvelsene. Syns det er ekstra kjekt med de som får finaler og griper muligheten og forbedrer seg enda mer. Bra stemning på finalene, og kjekt med en gjeng ifra klubben som er der og heier hverandre frem."



Til både fredagens og søndagens finaler inviterte vi utøvere og trenere fra trenings- og konkurransegruppene til å være heiagjeng på tribunen. Samtidig kjøpte vi inn pizza og laget god stemning! BVSK flaggene vaiet flott på tribunen, og heingen hjalp utøvere og stafettlaget frem til gode prestasjoner.

Helgens BSF var også det første i rekken hvor Stevne Bergen AS var arrangør. Vi retter en stor takk til alle som stilte opp som frivillige og hjalp til med dugnad gjennom arrangementet. Og en ekstra stor takk til våre gode venner i Bergens Svømme Club (BSC) og Svømmeklubben Delfana (SK Delfana) som vi gjorde dette sammen med. Vi hadde ikke klart dette uten så mange dyktige mennesker som dro lasset sammen.

En stor takk også til Norges Svømmeforbund (NSF), Hordaland Svømmekrets (HSK), AdO arena, Bergen kommune, Vestland fylkeskommune, dommere og samarbeidspartnere som bidro til det flotte arrangementet. Og ekstra takk til Scandic for samarbeidet rundt gjesteprogrammet.



Noen av våre sentrale ildsjeler i aksjon under BSF: Jan Kenneth Antun, Charmaine Pettersen og Christer Rotseth (leder HSK)



Fylkesidrettssjef Britt Karen Spjeld, Leder av Hordaland Svømmekrets Christer Rotseth, styreleder i Vestland idrettskrets Nils R. Sandal og styreleder i Idrettsrådet i Bergen Dag Jarle Aksnes under Bergen Swim Festival



Våre utøvere i K1 sammen med hovedtrener Erik Dorch stilte sporty opp og rigget ned tribunen etter Bergen Swim Festival. Flotte utøvere med gode verdier som setter pris på og forstår viktigheten av å stille opp.

## Rekordstor aktivitet i svømmeopplæringen



Denne våren har vi gitt et bredt og omfattende opplæringstilbud i våre nedslagskommuner Bergen, Øygarden og Askøy. Tilbudet har omfattet babysvømming, småbarnsvømming, svømmeopplæring gjennom Norges Svømmeforbund sin grenskole, ungdomstilbud og tilrettelagte tilbud for dem med funksjonsnedsettelse eller andre særskilte behov. Ukentlig har nesten 1600 barn og ungdom tatt del i våre aktiviteter.

I tillegg følger vi opp Svøm Bergen sammen med de andre bergensklubbene ift å levere instruktører, en svært viktig samfunnsoppgave ift å lære barn og unge i bergensskolen å svømme.

Våre trenere (instruktører og trenere regnes som det samme) har gjort en strålende innsats denne våren, og sammen med våre opplæringskoordinatorer har de virkelig utgjort en forskjell for flere tusen barn og unge. De fortjener stor ros for deres innsats.

Høstens tilbud er rullet ut, og all informasjon vil dere finne på vår hjemmeside og Tryggivann.no.

## Førdesprinten

I starten av juni deltok flere av våre yngre utøvere i K3 og K4 i Førdesprinten. For flere er dette aller første reisestevne med overnatting. Derfor er det ekstra viktig at vi har trygge og gode rammer som sikrer en flott opplevelse hvor svømme glede, samhold og fellesskap står i fokus.

Årets Førdesprinten var så definitivt en slik opplevelse. Tusen Takk til våre dyktige trenere Nikoline, Kristian og Frida som var med utøverne. Og tusen takk til reiselederne som bidro til en flott tur.



## Svømmeglede på Fana Sparebank Cup

Fana Sparebank Cup ble arrangert i Slåtthaughallen helgen 12.-14-mai. Stevnet inneholdt fredagsmedley, approbert og uapprobert stevne. Det var altså en innholdsrik og hektisk helg for de mer enn 200 barna & ungdommene som deltok.

Her var det svømmeglede, vennskap og samhold stod i fokus. Stemningen var god, og det ble vist frem mye god svømming fra både liten og stor. Vår hovedsamarbeidspartner Fana Sparebank stilte med selfie kamera, og det var en stor suksess!



Vi må rette en stor takk til dommere, starter, tidtakere og alle de fantastiske frivillige som stilte opp, slik at vi sammen kunne gjennomføre helgens Fana Sparebank Cup. Dere bidro så til de grader til at arrangementet forløp så fint som det gjorde, og til den gode stemningen vi så i helgen. Vi har sagt det før – og vi gjentar det gjerne – vi setter utrolig stor pris på dere alle sammen!





## 17-mai

Bergen Vest Svømmeklubb var selvstøtt på plass i Hovedprosesjonen. Rundt 40 utøvere og noen foreldre gikk i Hovedprosesjonen med fane, flagg og fantastiske heiarop. Her var det ikke en stemme som ikke var hes!

Dere satte virkelig et fint preg på Hovedprosesjonen. Og planleggingen av hvordan vi kan bli enda bedre neste år er allerede i gang.



## Zeekit Årsklassemønstring (ÅM)

I det forrige nyhetsbrevet kunne dere lese om våre utøvere som gjorde et meget godt Zeekit LÅMØ Vest. Zeekit LÅMØ Vest arrangeres interregionalt, og så går de 30 beste jentene og guttene i hver årsklasse 13-16 år, til den nasjonale årsklassemønstringen (ÅM).

Årets mesterskap ble arrangert i Nadderudhallen i Bærum kommune i pinsen. Vi hadde 12 utøvere som var kvalifisert for mesterskapet, noe som er meget bra. Sammen med trenerne Erik Dorch og

Joakim Throndsen var det en spent gjeng som reiste over fjellet for å møte de beste utøverne ellers i landet.



Fra venstre: Selene Kleiven Henriksen, Emma Stannard, Joakim Throndsen (trener), Anna Sigdestad, Elise Uppheim, Erik Dorch (trener), Sara Rotseth, Mikkel Myklatun, Vilde Arefjord Elholm, Daniel Marinov, Samanta Silina, Nicolai Haugland, Theodor Refsnes og Astrid Hatten

### Flott stemning på tribunen

Utøverne våre viste frem mye god svømming, og det var skikkelig moro å se hvordan de løftet hverandre frem til gode prestasjoner. Mange satte nye personlige rekorder, mens andre jobbet sterkt etter sykdom i inngangen til mesterskapet. Fellesnevneren var en gjeng som stod sammen og løftet hverandre frem.

På tribunen var også en ivrig heijageng til stede, og viste at vi også var blant de beste på tribunen denne helgen. Tusen takk til alle foreldrene som stilte og laget flotte rammer!





## Gode prestasjoner sammenlagt

Under Zeekit ÅM svømmer alle fem distanser slik at man dekker alle svømmearter, og det kåres sammenlagtvinere i årsklassene basert på oppnådde FINA-poeng sammenlagt. Dette er en bevisst satsing fra Norges Svømmeforbund (NSF) på å få frem allsidige utøvere som ikke spesialiserer seg i ung alder. Derfor er det ekstra kjekt å se at BVSK markerer seg med å ha gode og allsidige svømmere.

Sammenlagt fikk vi også flere leverte meget bra. I 2010-klassen for jenter var det Samanta Silina som tok gull sammenlagt, mens Selene Kleiven Henriksen tok bronse. I 2008-klassen for jenter ble Elise Uppheim nr. 6 sammenlagt, mens i 2007-klassen for gutter tok Daniel Marinov sølv etter flere strålende prestasjoner rett fra en sykdomsperiode. Våre andre utøvere gjorde alle fine prestasjoner, og skal være godt fornøyde etter mesterskapet.



En fullstendig oversikt over alle resultatene fra helgen finner dere [her](#).

Sammenlagt resultatene finner dere [her](#).

## Bergen Vest Svømmeklubb ble nest beste klubb sammenlagt

Med de flotte prestasjonene og sammenlagtprestasjonene ble Bergen Vest Svømmeklubb den nest beste klubben under årets Zeekit ÅM. Det er en prestasjon som alle involverte utøvere og trenere skal være skikkelig stolt av, og som viser at vi er på rett vei det arbeidet som gjøres på utviklingsiden i klubben.

Rangering over de beste klubbene ser dere [her](#).



## Hyllest til Trond Mohn

I forbindelse med Trond Mohn Games 3.juni på Fana Stadion hadde Idrettsrådet i Bergen invitert idrettslagene til å stille opp for å hylle fantastiske Trond Mohn.

Her var vi selvsagt til stede og markerte vår takknemmelighet for alle de fantastiske bidrag Trond Mohn har gitt til idrett og folkehelse.



## AdO Cup

Det blir ikke skikkelig sommer før langbanestevnet AdO Cup er unnagjort. Ute stekte sommervarmen, og inne i bassenget leverte våre utøvere prestasjoner som varmet like mye. Det var svømmeglede, råskap og samhold i skjønn forening.



Flere av utøverne tok NM-krav, en rekke satte personlige rekorder og andre gjennomførte sitt aller første langbane-stevne. Alle la ned en strålende innsats, og vi er stolte av å se utviklingen deres. BVSK var med i toppen i mange øvelser, og vi ble til slutt den tredje beste klubben på stevnet.

En stor takk til foreldrene som heiet skikkelig på tribunen med flagg og nye supporter t-skjorter. Takk til våre dyktige trenere som fulgte utøverne gjennom helgen, og en stor takk til alle dere som stilte opp som frivillige gjennom helgen (enten som funksjonær eller som dommer). AdO Cup ble en flott opplevelse på grunn av dere. Og hva var vel bedre enn å runde det hele av med at dommerne tok en skikkelig "Viggo Venn" entré før søndagens finaleøkt! Helt herlig.





De nye supporter t-skjortene er nå på plass, og vil bidra til at foreldre og søsken kan bli enda mer synlig på tribunen fremover.

### Sommeravslutning for trenings – og konkurransegruppene

Mandag 19.juni ble årets sommeravslutning for trenings – og konkurransegruppene våre arrangert på Ortun. Her deltok rundt 100 av våre utøvere, og programmet inneholdt et ministevne i svømmehallen, Stolpejakten konkurranse rundt Ortun vannet, pizza og drikke, premie til alle og sist og ikke minst, en hyllest til våre dyktige trenere for den innsatsen de legger ned hver eneste dag.

En ekstra takk ble gitt til våre ansvarlige trenere Nikoline, Frida og Aleksandra som skal flytte eller over i andre private jobber fra høsten av. Tusen takk for den flotte innsatsen dere har lagt ned for klubben 😊



## NUSS – Nordiska Ungdomsspelen i Sverige

NUSS arrangeres i Sverige i starten av juli måned, og er et stevne vi reiser til for å hente viktig læring og erfaring for våre unge utøvere. I år ble stevnet arrangert i Linköping, og BVSK hadde med 11 utøvere fra K2-gruppen.



Her hadde vi en kjempetin tur både sportslig og sosialt. Utøverne var flinke til å støtte og heie hverandre frem til gode prestasjoner over hele linjen. Det resulterte i en rekke flotte plasseringer og medaljer med hjem til Bergen fra dyktige unge utøvere.

Resultatene fra stevnet finner dere [her](#).



## NM Langbane

Årets NM Langbane ble arrangert i Kongstenbadet i Fredrikstad 1.-4.juli. Mesterskapet er for senior og junior. Fra Bergen Vest Svømmeklubb deltok 7 utøvere, alle unge og i junioralder.



Fra venstre: Mikkel Myklatun, Emma Sofie Antun, Leah Emilie Stensaker Nilsen, Emilie Uppheim, Vilde Arefjord Elholm, Sara Rotseth og Daniel Marinov

I varierende østlandsvær måtte utøverne takle både sol, regn og vind – og det gjorde de på en utmerket måte. Gjennom mesterskapets 4 dager ble det levert en rekke flotte prestasjoner og personlige rekorder. BVSJ ble 9 beste klubb på juniorsiden, og viser at vi er i flott utvikling.

På vår Facebook side og hjemmeside vil dere finne et fyldig referat fra alle øvelsene og prestasjonene til utøverne. Hovedtrener Erik Dorch var godt fornøyd med mesterskapet. «Utøverne har vokst, tatt steg og blitt klokere og råere. De disponerer løpene sine godt, og tar virkelig muligheten når den byr seg. Vi har hatt fire fantastiske dager med masse svømmeglede og gode prestasjoner!»

Daniel Marinov var blant de aller yngste juniorene i mesterskapet. Han imponerte stort med 2 gull, 1 sølv og 2 bronse i Jr. NM. Alle resultatene finner dere [her](#).



## Vi skaper svømmeglede for alle i sommerferien

I sommerferien skal vi tilby 1000 barn og unge i og rundt bergensområdet rimelig eller gratis svømmetilbud. Tilbudet består av barnehagesvømming, Aqua Camp og intensivopplæring.

Tilbudet gjennomføres sammen med de andre bergensklubbene og et godt samarbeid med Bergen kommune.

For oss i Bergen Vest Svømmeklubb er det viktig å stille opp og skape svømmeglede og gode mestringsopplevelser for alle, og spesielt for dem som trenger det mest. Derfor prioriterer vi de prosjektene høyt.

En oversikt over alle tilbudene i sommer finner dere [her](#).



## Oppstartsleir i Strandebarm

Tradisjonen tro starter vi høstsesongen for utøvere i trenings- og konkurransegruppene med oppstartsleir i vakre Strandebarm 9.-13.august. Påmelding er sendt ut til alle i Spond, og har du ennå ikke meldt deg på er det ennå noen få plasser igjen. Ta kontakt med administrasjonen hvis du/dere har spørsmål.

For alle som er påmeldt vil vi sende ut informasjon ca. 1.august med alt dere trenger av informasjon til turen.



## Dommerkurs 3.september

For å kunne gjennomføre svømmestevnene er vi helt avhengig av å ha nok dommere. Å være dommer er en fantastisk fin måte å ta del i svømmesporten på, og det kreves ingen forkunnskaper for å melde seg på dommerkurs. Vi dekker påmelding og har støtteordninger ift bekledning for dere som ønsker å bli dommer i klubben.

Vi kommer til å legge ut påmelding i slutten av juli, så her er det bare å gripe muligheten.



## Bli med på Stolpejakten i sommer

Vi er stolt samarbeidspartner med Stolpejakten Bergen Vest. I år har vi 280 stolper fordelt på Lyderhorn, Kanadaskogen, Loddefjord, Fyllingsdalen og Knappefjellet. Så langt i våres har det vært over 300 000 besøk på våre stolper.

Vi oppfordrer alle til å laste ned Stolpejakten appen og bli med på moroen. Det er veldig kjekt og passer for hele familien som ønsker å gå ut på tur.



### Hovedsamarbeidspartnere



### Samarbeidspartnere



### Leverandører/støttespillere



[bvsk.no](http://bvsk.no)

