



En utviklingskultur som utvikler hele mennesket og gir alle muligheten

På vårt møterom smiler julenissene til meg, det lukter pepperkaker og juletreet lyser i vintermørket. Rundt meg er det full aktivitet i vår dyktige administrasjon med planlegging av årets juleavslutning for utøvere, trenere, dommere og foreldre. Fokus er på å skape de fineste rammene for en verdig avslutning av et veldig innholdsrikt 2024.

For 2024 var virkelig året der BVSU vokste og utviklet klubben videre. 2024 var et år der vi tok større lederskap og samfunnsansvar i godt samarbeid med våre solide støttespillere og offentlige medspillere. Et år der vi sa JA der andre sa NEI, for vi mener virkelig alvor med å gi et tilbud til alle. Et år der vi fornyet den positive energien i frivilligheten og sammen med Stevne Bergen AS (heleid av BVSU, BSC og Delfana) arrangerte tidenes første frivillighetsgalla. Og ikke før var gallaen ferdig, så arrangerte vi med Stevne Bergen tidenes største Bergen Swim Festival med 950 svømmere til start!

I mars vedtok vi ny strategiplan med tre strategiske hovedområder; samfunnsansvar & bærekraft, sport og opplæring & rekruttering. Vi er godt i gang med å utvikle alle disse områdene, noe vi har behørig nevnt i nyhetsbrevene gjennom året. Spesielt har vi satt fokus på vårt brede og omfattende samfunnsansvar og hvordan vi nå integrerer bærekraft som en del av alt vi gjør i klubben. Vi har løftet frem det enorme opplæringsaktiviteten og bredden i våre tilbud. Og vi har gått i bresjen for å styrke samarbeidet på tvers av klubbene for å nå dem som trenger det mest.

Derfor er vi veldig glade for at vi i november fikk på plass en videreføring av avtalen med de andre bergensklubbene for ferieprosjektene 2025-2026. Et flott eksempel på at samarbeid for å løse de viktigste oppgavene gir størst resultater.

Vi har skrytt mye av våre fantastiske frivillige ressurser. For oss i administrasjonen og ledelsen handler det om å legge forholdene til rette for frivilligheten, være en profesjonell klubb som gir vekstmuligheter for nye prosjekt og nye initiativ, og en klubb som understøtter våre dyktige ansatte i hverdagen. I november ble vårt nye Arrangementsutvalg oppnevnt, og i 2025 skal de bidra til å løfte kvaliteten og de gode opplevelsene for alle våre medlemmer ytterligere. Se frem mot gøy og kreative påfunn som får trimmet lattermusklene!

Når året går mot slutten, passer det veldig godt å løfte frem hvordan vi jobber med utviklingskulturen i klubben. I BVSK er vi opptatt av å gi et kvalitetstilbud til alle kjennetegnet ved idrettsglede, fellesskap og VI-kultur. Vi er opptatt av å skape gode og trygge rammer for å utvikle hele mennesket, gi våre utøvere verdier og gode holdninger de kan ta med seg videre i livet, for når alt kommer til alt er det tross alt idrettens viktigste rolle – å utvikle gode mennesker.

I dette nyhetsbrevet kan dere lese mer om hvordan vi tilrettelegger og gjennomfører treningsleirer, sosiale samlinger, foredrag og stevner for våre utøvere og trenere. Det er et omfang som gjør meg skikkelig stolt. Fra min dyktige ledergruppe i administrasjonen, til våre engasjerte trenere og TEAM ledere, til Ungdomsutvalget og til våre entusiastiske foreldre - alle bidrar til å skape minnerike opplevelser og sosiale felles arenaer som utvikler den gode BVSK-kulturen. En utviklingskultur og en VI-kultur som skaper gode mennesker.

I BVSK er vi heldige som har et dyktig og strategisk styre som ser langsiktig og setter en offensiv retning på vårt arbeid. Klubbens strategiplan er klar og tydelig, og vi våger å prioritere. I 2024 tok BVSK mange store steg, og vi har de aller beste forutsetninger for 2025 og veiene videre på plass. Jeg vil rette en stor takk til styret og våre valgte- og oppnevnte utvalg for den innsatsen dere legger ned for klubben.

Jeg vil også rette en ekstra stor takk til mine kollegaer i administrasjonen som står på fra tidlig morgen til sent på kveld, til alle våre dyktige ansatte som er våre spydspisser i bassengene og møter alle med entusiasme og smil, til våre hundrevis av frivillige som bidrar til å skape gode opplevelser på løpende bånd, og ikke minst til alle dere utøvere og medlemmer som er BVSK.

Tusen takk til våre samarbeidspartnere for at dere står sammen med oss i å utvikle klubben videre. I 2024 er de aller fleste samarbeidsavtalene forlenget ut 2027, noe som underbygger det langsiktige fokuset vi alle har og står sammen bak. Tusen takk også til teamet i AdO arena, til Bergen kommune v/Etat for idrett, Askøy kommune og Øygarden kommune for flott samarbeid i året som gikk.

Vi er også veldig takknemlig for det gode samarbeidet vi har med idrettens organer; NSF, HSK, NIF, VIK, IRB, IRØ og OLT Vest. Tusen takk til svømmeklubbene i Bergen for flott samarbeid i året som gikk, og i særdeleshet til våre venner i BSC og Delfana som står sammen med oss i Stevne Bergen AS.

På vegne av oss alle i BVSK ønsker jeg dere en riktig god jul og et godt nytt år!

Med vennlig hilsen
Erik Kubon Halvorsen, daglig leder



Høstferien = treningsleir med glimt i øyet

Under årets høstferie var over 80 utøvere på treningsleir med klubben. Våre yngre utøvere reiste til vakre Rong i Øygarden, mens våre eldre ungdommer tok turen til Danmark.

Høstferieleir på Skansen – «Oh la la la – ta på svømmebriller»

51 utøvere, trenere og ledere fra våre tre øverste nivåer (K1, Utfordrergruppen og K2) reiste med Fjord Line fra Bergen-Hirtshals, før det ble buss til Nørresundby rett utenfor Aalborg. På båten ble det kjørt quiz der utøverne viste frem et imponerende høyt kunnskapsnivå om alt fra allmennkunnskap til svømming.

Vel fremme i Danmark sjekket vi inn på Skansen idrettssenter. Her fikk vi de aller beste forhold for årets treningsleir med fine boforhold, fantastisk god mat og service, og alt vi kunne ønske oss av trenings- og sosiale fasiliteter.





Trenerteamet Joakim Thronsen, Lena Bloch og Leander Larsen Nedreaas hadde ansvaret for treningsopplegget på leiren. Her fikk utøverne et variert program med svømming, styrke og basis på menyen – ispedd lekbetonte øvelser som fikk frem både konkurranseinstinkt og lattermuskler.

Det ble jobbet godt med fokus på teknikk og selvbevisstgjøring. Spesielt ser vi stor utvikling blant våre yngre utøvere gjennom en slik leir, de lærer av de eldre utøverne som er gode forbilder, og de vokser virkelig utover leiren.

VI-kultur, samhold og fellesskap

Noe av det viktigste med felles treningsleir er muligheten til å bygge sterkere fellesskap og samhold på tvers av gruppene våre. Kulturoverføringen fra våre eldre utøvere til de yngre er svært viktig, og ikke minst er det viktig å bygge VI-kulturen som er så viktig for å utvikle oss videre. Under årets leir ble det satt ekstra fokus på "Hvordan skal vi gjøre hverandre gode?" Temaet gikk igjen gjennom hele uken, og både utøvere, trenere og reiseledere ble utfordret på temaet.



Underveis i leiren ble det spilt mye kort og andre spill, og spesielt “Mafia/morderen” skapte et engasjement som ble lagt merke til blant andre gjester på Skansen!



Den siste kvelden var det duket for talentkonkurranse der vi hadde trukket utøverne i syv forskjellige lag. De valgte selv hva de ville gjøre, og det ble vist frem et imponerende spekter av talenter! Her fikk vi se teater rundt viktigheten av å forebygge mobbing og utenforskap, danseinnslag, høytlesing av egenskrevet Halloween historie og tidenes gjemsel variant. Men det var allikevel ingen tvil blant juryen om at årets vinner var gruppen som lagde egen tekst og dans til Nicolay Ramm sin “Raske briller” – “Oh la la– ta på svømmebriller”. Rett og slett utrolig gøy og moro!



Jubelen stod også i taket da vi fikk et gjensyn med fjorårs vinnerne sin Barbie Girl dans. Her har vi en virkelig klassiker. Akkompagnert av Leander sang stilte reiselederne opp og sang “Tore Tang”, så det ble virkelig en perfekt avslutning på en super leir.



Sigrid, Kristine og Selene hadde en kjempefin treningsleir på Skansen

Tusen takk til reiselederne våre

Det hadde ikke vært mulig å arrangere en treningsleir for så mange utøvere til Danmark uten dyktige reiseledere. Til årets leir var det Terese Aglen, Ellen Berget og Vu Quoc Nguyen som var reiseledere. De stilte opp fra morgen til kveld og bidro til at utøvere og trenere kunne fokusere på trening og ha det gøy! Tusen takk.



Våre dyktige reiseledere var på plass fra morgen til kveld, og bidro til en flott leir i Danmark

Høstferieleir på Rong – en kjempefin leir hvor latteren satt løst!

Mens våre eldre ungdommer var i Danmark, var det lagt til rette for en herlig leir på Rong og Hjeltefjorden arena. Over 30 utøvere fra K3, M1, T1, T2 og Sjøløve deltok på leiren, og sammen med trenere og reiseledere fikk de en leir de sent kommer til å glemme!



Treningsleiren inneholdt det meste en god leir kan ha – masse svømming, landtrening, lek, gøye og morsomme aktiviteter mellom treningene, mye god mat og nye vennskapsbånd.

Trenerne hadde lagt opp til et variert og morsomt program som lot utøverne oppleve mestring og lagarbeid både i bassenget og i gymsalen. Også her ser vi en veldig fin utvikling gjennom leiren, og få ting er kjekkere enn å se smilet når man lykkes med en teknisk øvelse eller «high five» på en lagøvelse.

Spesielt morsomt ble det da trenerteamet med Elna, Julie, Petter og Alise med god hjelp fra Iwonka stilte opp og kjørte skikkelig show. Om noen lurte så kan vi trygt fortelle at trenerne våre har flere skjulte talenter. En ny list er lagt for hva vi kan forvente fremover!



Da kunne selvsagt ikke reiselederne være noe dårligere, og Jan-Erik, Magnus, Iwonka, Nils-Eivind, Atis og Christian stilte sporty opp og løftet humøret ytterligere. Utøverne lo både med og av de herlige reiselederne som virkelig stilte opp og bidro.

Tusen takk til både reiseledere og trenere for en strålende innsats. Sammen skapte dere litt høstmagi og varige minner for de som var heldig å være til stede. Vi gleder oss allerede til neste leir i vinterferien, og er veldig spente på hvilke kreative påfunn som da dukker opp!





Utøverne koste seg på Rong, og i det flotte bassenget på Hjeltefjorden var det perfekte forhold for Iwonka og Julie til å skape gode mestringsbaserte øvelser og gøye økter



Hovedtrener Erik Dorch, Selene Kleiven Henriksen, Nicolai Haugland, Johannes Aglen, Adrian Lohne Næss, Theodor Alexander Refsnes, Elise Uppheim, Thomas Fadnes Hatlevik, Emma Louise Stannard, trener Joakim Throndsen, Nicolay Skagen og Samanta Silina

NM Ungdom ble arrangert på Jessheim i midten av oktober. BSK hadde 10 svømmere som var kvalifisert (og friske til å delta). Hovedtrener Erik Dorch var godt fornøyd, og oppsummerte mesterskapet som følger:

«Da er NM Ungdom over for denne gang. Vi var 10 svømmere som reiste over til Jessheim for å konkurrere i tre dager mot landets beste ungdommer. Vi har hatt noen travle dager med masse aktivitet. Gjengen har imponert med godt humør, samhold og innsats.

Selene Kleiven Henriksen tar med seg en sølvmedalje på 50 butterfly og Theodor Alexander Refsnes en bronsemedalje på 100 butterfly. I tillegg har vi mange utøvere som kvalifiserer seg til både A- og B finaler og får fine plasseringer og viktig læring.

Stort sett alle sammen får med seg en eller flere personlige rekorder, noe som er veldig kjekt at få til i et mesterskap når man må holde nervene under kontroll. Jeg er kanskje mest imponert over alle debutantene som vi hadde med oss, som virkelig tar store skritt og presterer på et høyt nivå.

Johannes står for den største personlige rekorden, med 50 sekunder på 1500 fri. Ellers så ønsker jeg å løfte frem de fantastisk kjekke stafettene, der både guttene og jentene gjorde en flott prestasjon på medley stafetten. Vi måtte gjøre noen forandringer på miks laget siste dagen på grunn av sykdom, og at noen hadde et krevende program. Men gjengen som svømte tok utfordringen på strak arm og presterte langt over forventningene.

Alt i alt et veldig kjekt og vellykket mesterskap!»



Selene Kleiven Henriksen (til venstre) og Theodor Alexander Refsnes tok sine første medaljer på NM Ungdom

Halloween fest på Sandgotna

Fredag 25.oktober var tiden på nytt kommet til den årlige Halloween festen for utøvere og trenere i våre trenings- og konkurransegrupper. Over 100 stk var samlet på Sandgotna for en kveld fylt med fellesskap, samhold, skrekk og gru 🦋👻

Det var vårt dyktige Ungdomsutvalg (bildet nedenfor) som hadde regien på kvelden arrangement sammen med sportslig leder Elna Luice Bønnes (bildet nedenfor). I tillegg stilte et par foreldre opp og bidro til at det ble strålende og skumle rammer for arrangementet.

Vi var imponert over den store kreativiteten og spennvidden i kostymene som ble vist frem. Her var både utøvere, trenere, administrasjonen og foreldre kledd ut. Tusen takk til alle som bidro til slik at dette ble en flott og minnerik kveld 🤡👻🦋👽









Foredrag med Olympiatoppen og Hanna Rosvall – over 200 stk fylte Hans Tank!

Et av formålene med etableringen av Stevne Bergen AS har vært å utvikle svømmesporten i Bergen og regionen. Derfor tar vi gjennom selskapet initiativ til foredragskvelder for å gi utøvere, trenere og foreldre inspirasjon, læring og motivasjon.

Siste tirsdag i oktober var det tid for neste foredragskveld i rekken, og denne gangen kunne daglig leder i Stevne Bergen AS, Markus Lie, invitere til foredrag om ernæring & søvn, foruten at OL-svømmer Hanna Rosvall skulle dele sine erfaringer fra sin reise mot toppen.

Det var derfor svært gledelig at over 200 stk møtte opp og fylte Hans Tank Auditorium!

Før foredragene tok til kunne Markus Lie fortelle at en av svømmesportens aller største stjerner, Kyle Chalmers fra Australia kommer til Bergen Swim Festival (BSF) til våren. Det var mange «wow» i salen, og vi gleder oss allerede til det som tegner å bli et fantastisk arrangement i starten av april 2025. I vårt neste nyhetsmagasin skal vi se fremover mot BSF, så dere kan glede dere til masse informasjon da.



Deretter holdt Pia Mørk Andreassen fra Olympiatoppen Vest et godt foredrag rundt to sentrale tema for å kunne prestere; ernæring og søvn. Her ble det notert flittig fra både utøvere og foreldre.

Etter en liten pause var det OL-svømmer Hanna Rosvall sin tur. Hun delte av sine erfaringer og sin reise mot toppen. Et spennende foredrag med mange gode tips og råd for de unge svømmerne.

En flott kveld, og vi ble både inspirert og motivert 🙌



Nordsjøstevnet i Stavanger 25.-27.oktober

Til tross for en del sykefravær var det en stor gjeng på 17 utøvere som reiste ned til Stavanger for Nordsjøstevnet. Trenerteamet var Erik Dorch og Joakim Throndsen.

Noen av utøverne hadde vært med før, mens for andre var det første gangen på dette nivået. På planen så stod det tre fulle dager med konkurranse i Stavanger Svømmehall. BVSK sine utøvere gjør en god profil og sanker mange medaljer, personlige rekorder og flotte opplevelser. Flere av utøverne som var på NM Ungdom forrige helg, viste til god utvikling og fulgte opp de arbeidsoppgavene trenerne hadde bedt dem om fra det mesterskapet. Dette førte til at de løftet seg ytterligere i Stavanger.

For de eldre utøverne så ble helgen en siste test før NM Kortbane i Bodø i midten av november. Mange hentet fine erfaringer, og fikk svar på hva de skulle fokusere på de neste ukene. Daniel Marinov vant superfinalen på 400 IM og tar en bronse på 200 Bryst i superfinalen. I tillegg så svømte han 50 og 100 bryst i B - finale. Til superfinalen kom også Mikkel Henne Myklatun på 200 fly. Der tok han en fin 5 plass. Trenerne Erik og Joakim var godt fornøyd med helgen, og ser en gjeng i fin utvikling.





NM Kortbane i Bodø

Årets NM Kortbane ble arrangert i Nordlandsbadet i Bodø. I det nye bassenget fikk vi se mye god svømming fra våre unge utøvere. Flere tok fine steg og satte personlige rekorder, mens andre fightet godt etter sykdomsperioder inn mot mesterskapet, og gjorde en helhjertet innsats som det står respekt av fra et krevende utgangspunkt. I sum tar vi med oss mye positivt fra et fint mesterskap i Bodø.



Til årets NM Kortbane i Bodø deltok følgende utøvere fra BVSK (fra venstre): Selene Kleiven Henriksen, Mikkel Henne Myklatur, Sara Rotseth, Mia Sørvik, Vilde Arefjord Elholm, Theodor Alexander Refsnes, Samanta Silina, Daniel Marinov og Emma Louise Stannard. Med seg hadde gjengen hovedtrener Erik Dorch og reiseleder Tone Myklatur

Fine fremganger og mye å glede seg over

Hovedtrener Erik Dorch oppsummerer mesterskapet på følgende sett:

Første delen av mesterskapet hadde mye bra å ta med seg. Gjengen hadde en trøblete inngang til mesterskapet med mye sykdom, så prestasjonene i starten har vært litt variable, men det er også fine fremganger. Daniel fighter seg til en sølvmedalje på 200 bryst i juniorklassen, og kvalifiserte seg for seniorfinale på kvelden. Her senket han tiden sin litt, og får en fin 5.plass.

Samanta klinket til på 50 bryst og får en flott 7. plass i juniorklassen. Hun kvalifiserte seg til sin første finale på juniornivå. På kvelden så dropper hun ytterligere litt i tid og får en fin 3.plass i B finalen.

Sara, Samanta, Vilde og Selene gjorde en bra 4*100 fri stafett. Mikkel svømmer en klart godkjent 100 butterfly og havner rett utenfor finaleplass. Emma Louise gjorde sitt første NM løp i dag på 50 bryst akkurat på pers. En fin start på en lang NM karriere.

Når vi kommer inn til selve helgen og siste del av mesterskapet løfter utøverne seg videre, og vi får mange fine prestasjoner.

Mikkel tar sølv på 200 butterfly i juniorklassen. Han er på fra start, jobber godt gjennom hele løpet og slår inn på ny flott pers i tillegg. På kvelden så får han en fin 4 plass i seniorklassen.

Samanta fortsetter de fine fremgangene, og på 100 bryst så åpner hun skikkelig tøft, fighter hele veien inn, og får en herlig personlig rekord og kvalifiserte seg til B finale. Så gjør hun et nytt flott løp på kvelden og får en 4 plass i B finalen. Selene svømte 50 fri rett bak sin personlige rekord. Litt uheldig med hundredelene og havner akkurat utenfor finalen. Sara fikk det ikke helt til på 100 rygg individuelt, men hun jobbet med tilbakemeldingene og løftet seg skikkelig på 100 rygg i stafettlaget.

Etter en god burgermiddag lørdag kveld var gjengen klare for å yte maks siste dag. Her starter Mikkel med en ny pers på 400 IM og en flott 6 plass.

Daniel som ikke har svømt så mye i løpet av helgen pga sykdom var i aksjon på 100 bryst. Han tar en imponerende sølvmedalje i juniorklassen med tanke på omstendighetene. Han kvalifiserte seg til seniorfinale, der han senker tiden sin og setter ny personlig rekord og får en 6 plass i seniorklassen.

Vi avsluttet mesterskapet med en fantastisk kjekk 4x50 IM miks stafett. Hele laget (Mikkel, Daniel, Selene og Samanta) presterte på sitt beste, og vi kunne ikke ønsket oss en bedre avslutning på mesterskapet.

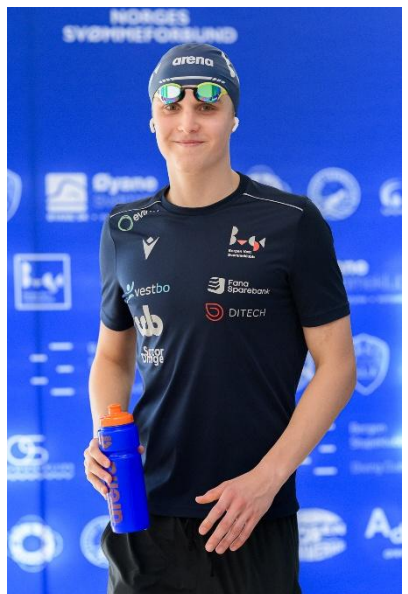
Et flott arrangement i det nye Nordlandsbadet

Med nytt basseng var det knyttet en del forventninger til årets NM Kortbane, mange var spente og flere gledet seg nok litt ekstra til å få debutere på dette nivået i et flunkende nytt basseng. I forkant hadde også flere i BVSK sin arrangørstab bidratt med gode tips og råd til arrangøren. Om det var rådene som hjalp vites ikke, men både trenere og utøvere storkoste seg på årets NM.

Tusen takk til Bodø Svømmeklubb som leverte et godt NM-arrangement i det nye og flotte Nordlandsbadet sammen med NSF. Vi koste oss og gleder oss til neste besøk i Bodø.



Mikkel Henne Myklatun tok sølv på 200 butterfly, Samanta Silina imponerte i sitt første Jr. NM, mens Daniel Marinov tok med seg to sølvmedaljer fra sine starter



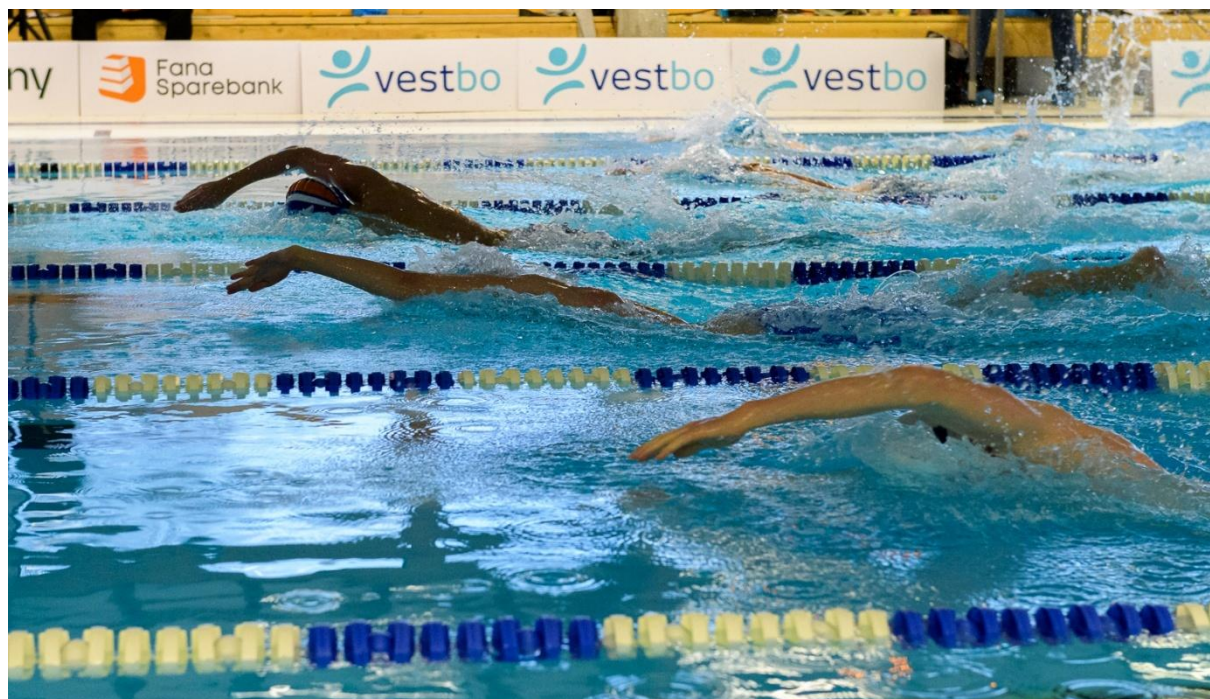
Våre ni utøvere som deltok under NM Kortbane i Bodø

Fantastisk helg med Vestbo Medley på Ågotnes

Siste helgen i november har vi tradisjonen tro gleden av å invitere til vårt store kretsstevne på Ågotnes - Vestbo Medley. Dette er vårt høydepunkt på høsten, og stevnene på Ågotnes er alltid noe helt spesielt med sin intime ramme og gode stemning.

Årets Vestbo Medley ble intet unntak, og det var en fantastisk helg med mye god svømming, flott stemning og en imponerende innsats fra dommere og våre frivillige.

Stevnet startet med Fredags medley på fredagskvelden der utøverne fikk teste seg på 100/200 IM.

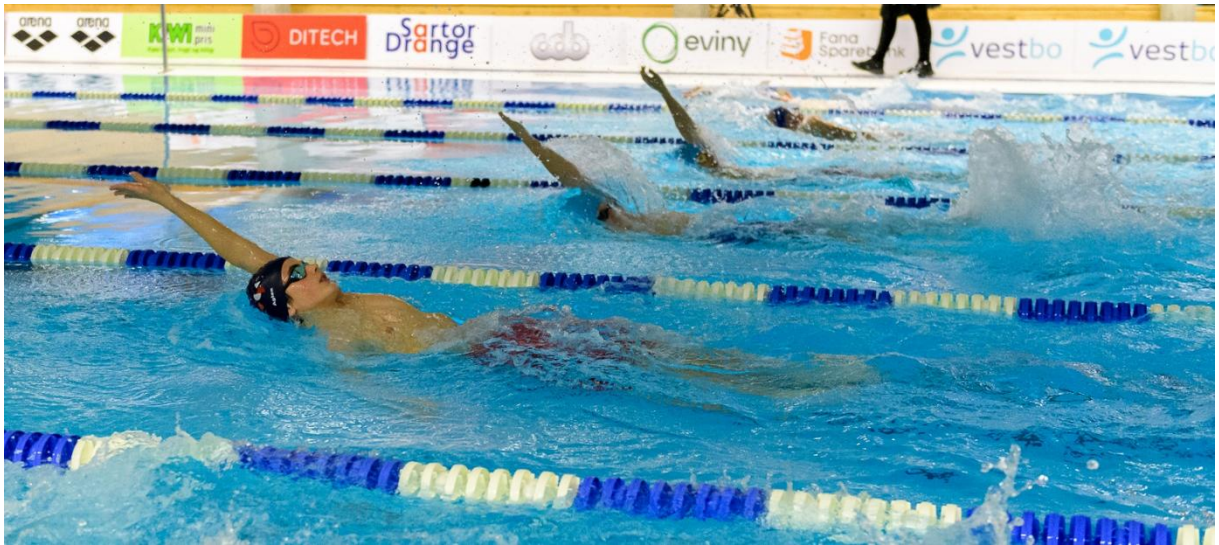


Deretter var det et tettepakket program fra tidlig lørdag morgen til sent søndag kveld. Over 300 utøvere deltok, og vi så en herlig idretts glede gjennom helgen. For oss handler det om å skape gode rammer og fine svømme-opplevelser. Det klarte vi virkelig takket være en fantastisk innsats fra våre dyktige frivillige, dommere, utøvere og trenere. Samhold og fellesskap står i sentrum, og det tas virkelig steg hele tiden, noe som varmer.

Det var også veldig kjekt å se hvordan publikum bidro til å heie frem utøverne. Om det var kaldt og surt ute, da var det varmt og elektrisk inne.

Vi satte stor pris på at Anne Grethe fra vår hovedsamarbeidspartner Vestbo tok turen innom stevnet og fortalte om Vestbo, vårt samarbeid, og fordelene med å tegne Vestbo medlemskap.

Tusen takk til alle som deltok og bidro til nok en flott Vestbo Medley. Det er utrolig kjekt å jobbe sammen med så mange dyktige og engasjerte ressurser.





En stor takk til våre fantastiske dommere og frivillige

Vi har sagt det før, og vi gjentar det gjerne. Du verden hvor heldig vi er som har så mange dyktige, engasjerte og positive ressurser i klubben. Fra tidlig morgen til sent på kveld, humøret er på topp og fokus er på hvordan man kan bidra til å skape gode opplevelser for store og små.

Under årets Vestbo Medley var det igjen våre aktive utøvere som stilte opp som speaker på det uapproberte stevnet. Det skaper noe helt spesielt, og ikke minst vokser de unge utøverne veldig på oppgaven og utfordringen. Som vi har nevnt før i dette nyhetsmagasinet, det handler om å utvikle hele mennesket – og det gjør vi med å gi ansvar og muligheter!

Tusen takk alle sammen for at dere stilte opp og bidro til å skape skikkelig svømmestemming for over 300 barn og ungdommer under årets Vestbo Medley.





4 GULL til Daniel Marinov i Nordisk Mesterskap

Nordisk Mesterskap ble arrangert i Vejle (Danmark) 1.-3. desember. Daniel Marinov var tatt ut på det norske landslaget til mesterskapet. Her imponerte Daniel stort og tok 4 gull med seg tilbake til Bergen!



Imponerte og satte nye personlige rekorder i finalene

I mesterskapet var det de to lengste brystøvelsene foruten stafettene som var hovedprioritet for Daniel. Det startet med 100 bryst første dagen i mesterskapet. Her svømte Daniel seg kontrollert til finalen, og der klinket han likegodt til og senket den personlige rekorden til 1.00,86 – en meget god prestasjon som holdt til gull i jr. klassen.

På dag to i mesterskapet var det 4x100 medley stafetten som var målet for det norske landslaget. Juniorguttene hadde klare ambisjoner, og de viste virkelig flott svømming og tok gullet hjem. “Jeg ble løftet frem av en syk stemning i det norske laget”, sa Daniel etter å ha levert sterke 59.95 på sin 100 bryst etappe. For aller første gang under minuttet!

På mesterskapets siste dag fortsatte de gode prestasjonene for Daniel. Han tok seg greit videre fra forsøket på 200 bryst på formiddagen. På kveldens finaleøkt svømte han med en råskap og trøkk som levnet liten tvil, satte ny personlig rekord på 2.10,86 og tok dermed sitt andre individuelle gull i mesterskapet!

Og for å runde av et fantastisk mesterskap ble det hele avsluttet med nok et stafettgull for juniorguttene på 4x100 fri.

Vi gratulerer Daniel og det norske landslaget med flotte prestasjoner i Nordisk Mesterskap.



Svømmeglede i fokus på lokale stevner denne høsten



Høsten er en hektisk tid der stevnene kommer på løpende bånd. Foruten våre egne stevner arrangerer alle bergensklubbene egne stevner også.

Det betyr at det er mange supre muligheter for våre yngste svømmere og ungdommer til å delta på stevner, og spesielt kjekt er det for de aller yngste som gjerne er med for aller første gang.

På disse stevnene deltar som regel rundt 80 stk fra BVSK, noe som er veldig kjekt. Vi har mange dyktige trenere som følger opp utøverne og legger forholdene til rette for at de kan få flotte mestingsopplevelser sammen med de andre utøverne i klubben.

Denne høsten har vi også fått på plass et nytt heiarop, noe som bygger oppunder det fine samholdet og fellesskapet vi jobber med hele tiden. VI-kulturen i BVSK skapes blant annet gjennom disse fine opplevelsene. Her har dere noen fine bilder fra Arnasprinten og Høstskvetten som ble arrangert i oktober og starten av november.



LÅMØ Samling på Sandgotna 16.november

Gjennom året gjennomfører vi flere LÅMØ samlinger for våre yngre utøvere. Her får vi benyttet trenere og eldre utøvere til å dele tips og gode råd til de yngre utøverne som skal starte med LÅMØ løpet.

Trenerteamet Joakim Throndsen, Julie Stakkestad Stenersen og Melanija Silina hadde en fin dag på Sandgotna med alle utøverne denne lørdagen i november. Ekstra kjekt var det også at flere av våre eldre ungdommer var med og holdt faddertrening. Vi ser hva det betyr for de yngre, og det skapes flotte interne forbilder.

Etter trening ble det felles frokost for alle sammen. Tusen takk til Vu og May Britt som stilte opp og hjalp til med et herlig måltid!



NSF Nettverkssamling i Bergen

Norges Svømmeforbund (NSF) arrangerer to årlige nettverkssamlinger for daglig ledere og svømmeskoleansvarlige. I november var det tid for å møtes i Bergen. Det betydde at BVSK fikk delta med ledergruppen i administrasjonen på denne samlingen.

Samlingen hadde denne gangen flere spennende temaer. Det var spennende å høre om hvordan Egersund Svømmeklubb har fått realisert nytt flott anlegg, noe som definitivt bør være en inspirasjon for klubbene i Bergen ift behovet for nye svømmeanlegg her i byen.

Grethe Hillestad og Aida Dahlen fra Vestland idrettskrets tok opp viktige tema rundt barn og ungdom med adferds utfordringer, og spesielt satsing på paraidrett. Her fikk vi også presentert hvordan vi i BVSK har tatt et bevisst valg om å si JA der andre sier NEI på dette feltet. Leder for svømmeskolen, Charmaine Pettersen, gav deltakerne et flott innblikk i hvor viktig holdning og innstilling til å få dette til er.

Samlingen inneholdt også et klubb besøk til Fana IL, og der delte sportssjef Gisle Ellingsen og assisterende sportssjef Sverre Lunde Pedersen godt om hvordan Fana IL jobber systematisk med sin utviklingskultur.

Takk til NSF for en god samling. Vi gleder oss til neste gang! (Foto: NSF)



Husk kretsdommerkurs i januar

En av de fineste måtene å oppleve svømmesporten på er som dommer. Da får du en unik mulighet til å være tett på utøverne og oppleve hvor fantastisk gøy svømming er.

I BVSK jobber vi tett sammen med Hordaland Svømmekrets med å utdanne flere dommere.



Allerede søndag 5.januar er det ny mulighet for å ta Kretsdommerkurs. Dette arrangeres i Bergen, og kurset går fra kl. 11:00-17:00.

Dersom noen av våre medlemmer ønsker å melde seg på kan dere gjøre dette via lenken nedenfor. Vi dekker påmeldingsavgiften for våre medlemmer, og har også gode støtteordninger for bekledning etc for våre dommere.

Link: [Kretsdommerkurs svømming Bergen - Min idrett](#)

Hva skjer i januar og februar

Her er en oversikt over noen av de viktigste aktivitetene ide kommende tre månedene:

- 4.januar LÅMØ Samling på Sandgotna
- 5.januar Kretsdommerkurs
- 7.januar Første åpningsdag for publikumstilbudet på Ågotnes i 2025
- 11.januar Fredagsmedley 200/400 fri Åstveithallen
- 12.januar Vinterskvetten i Åstveithallen
- 17.-19.januar Trøndersvøm
- 29.januar Årsfest for utøvere og trenere i trenings- og konkurransegruppene
- 1.-2.februar BSC Delfina Cup i Stemmemyren
- 12.-16.februar LÅMØ Kvalifisering i Slåtthaughallen
- 21.-27.februar Vinterferieleir Strandebarm
- 21.-25.februar Vinterferieleir på Rong

Foto: De flotte svømmebildene i nyhetsbrevet er tatt av Peter Aglen/aglenphoto. Bilder fra landslagsaktiviteten er tatt av NSF. Øvrige bilder er tatt av administrasjonen og reiseledere.

Hovedsamarbeidspartnere



Samarbeidspartnere



Leverandører/støttespillere



bvsk.no



Bergen vest svømmeklubb



bergenvestsk