

## Verksamhetsberättelse 2019

338 Småland Triathlon & Multisportförening

---

### Föreningsöversikt

Föreningen har under året haft 116 medlemmar, vilket är en betydande minskning från föregående år (135 betalande 2018)

### Förtroendevalda

#### Styrelsen

- Ordförande: Johan Eriksson
- Kassör: Ola Langvall
- Ledamöter: Morgan Sjödahl, Fredrik Sager, Christian Lüddeckens, Henrik Ahlin
- Suppleanter: Fredrik Isberg, Tobias Björklund

Styrelsen har under verksamhetsåret haft fem stycken protokollförda styrelsemöten.

### Övriga förtroendeposter

Valberedning: Jacob Österberg (ordförande), Mikael Karlsson (ledamot)

Revisor: Alexander Levin

### Sponsorer under året

Följande sponsorer har stöttat föreningen; Ramirent, Stoby, Marhults bygg samt Alwex. Dessutom har klubben haft ett samarbete med Bike Brothers och Växjö Cykelservice som ger medlemmar rabatt på inköp i butiken.

### Cykelväskan

Vår cykelväska har inte lånats ut under 2019. Medlemmar hyr den för 200:-/vecka. Tips inför cykelresor!

### Större händelser under året

#### Händelser 2019

- Ironman - 17 medlemmar fullföljt under 2019 (främst IM Kalmar)
- Nytt klubbrekord för damer - Annica Winblad 10:37 (enligt ironmanstatistik)
- Vätternrundan 300km - 1 startande
- Cykelvasan 90 - 9 startande
- Ulrika Berglund tog sig till IM Hawaii
- 338 Småland är 2019 års åttonde mest representerade förening i IM sammanhang

### Växjö Triathlon

Denna triathlontävling ställdes tyvärr in även 2019. Under våren gjordes flera försök att få igenom ansökan hos Länsstyrelsen, men nya regler innebar att ansökan inte skulle hinna bli färdigbehandlad i tid till tävlingsstarten. Tyvärr hade vi i det skedet redan tagit in många anmälningar, vilka nu fick återbetalas.

Som ersättning till den inställda Växjö Triathlon, arrangerade föreningen istället Växjö Triathlon Cup, med en serie av 4 motionslopp som mycket enkla arrangemang, dels på den tilltänkta tävlingsdagen, dels på 3 vardagskvällar utspridda under sommaren, avslutande med KM (se nedan). Cupen var mycket lyckad, med 20-30 deltagare per lopp, varav många var helt nybörjare på triathlon.

### **Leverans av klubbkläder**

Under 2019 var klädshopen hos vår klädleverantör BioRacer öppen under ett par tillfällen.

### **Våra klubbmästerskap**

#### **KM triathlon**

Vårt klubbmästerskap genomfördes som brukligt i Växjö, med Henrik Ahlin som tävlingsledare.

Klubbmästare blev Oskar Wijik och Emma Alexsson.

#### **KM simning 1500 m**

-

#### **KM tempo 20 km**

Tempo-KM i Kånna, strax utanför Ljungby blev återigen en lyckad tillställning. Även i år var det Niclas Fagerlund som stod som klubbmästare på tiden 25:33. Bland damerna så blev Jane Nilsson klubbmästare på tiden 32:12.

## **Resultat från tävlingar**

Våra medlemmar tävlar väldigt mycket så denna sammanställning är endast ett urval av prestationer som gjorts under året.

### **Ironman Hawaii / Ironman VM i Kona**

I år hade vi förmånen att följa vår medlem Ulrika Berglund som gick i mål på den utmärkta tiden 12:16:52 i klassen F50-54.

### **SM i triathlon, olympisk distans**

Nils Bergdahl enda representant

### **SM i triathlon, sprint**

Nils Bergdahl enda representant

### **SM i Duathlon**

Nils Bergdahl enda representant

## **SM i Cyclocross**

Johan Eriksson, H30

## **Kalmar Ironman**

Detta måste nog betecknas som föreningens huvudtävling. Ända sedan 1999 har vi haft många medlemmar som ställt upp i denna nästan legendariska tävling. En tävling med många deltagare och en fantastisk publik och inramning. Föreningen har idag 103 medlemmar (ökning från 99 2018) som genomfört en Ironman, de allra flesta av dessa har genomfört en i just Kalmar.

### Klubbrekord

9.27:51        Jacob Österberg, Ironman Kalmar, 2016

10.37:10      Annica Winblad, Ironman Kalmar, 2019

## **Övriga aktiviteter**

Cyclocross - två medlemmar har deltagit vid Musettecrosscup i skåneregionen.

### **Vätternrundan**

1 person i resultatlistan för Vätternrundan 2019

1 person i resultatlistan för HalvVättern 2019

### **Cykelvasan**

9 personer i resultatlistan för Cykelvasan

# Våra organiserade träningar

## **Inomhuslöpning i Växjö**

Ola Langvall har hållit i inomhuslöpningen i Telekonsult Arena under kvartal 1 2019. Detta var ett inslag med stort intresse. Därefter har Henrik Ahlin ansvarat för inomhus träningarna under slutet av 2019.

## **Löpträning utomhus i Växjö**

Intervallträningen på torsdagar har varit ett stående inslag under året.

## **Simning i Växjösjön**

Det har simmats en hel del under säsongen.

## **Löpning i Ljungby**

Det enda frekventa löppasset har varit torsdagspasset, ett intervallpass som letts av Johan Runesson. Passet vänder sig både till nybörjare och erfarna löpare och har anordnats hela året.

## **Cykelträning i Ljungby**

Basen i cykelträningen har varit distanspasset på söndagar, som vi kör året om. Sommartid har detta varit landsvägsträning övrig tid MTB eller Gravel. På onsdagarna har vi haft fartpass under sommarmånaderna. Det har varit en hel del mountainbike träningar under framför allt hösten 2019, normalt både tisdagar och torsdagar. MTB-passen har letts av Anders Cederholm.