

Referat af generalforsamling i Aalborg Svømmeklub

lørdag den 4. marts 2023 13.00 i klubhuset,
Skydebanevej 1, Pavillon, 9000 Aalborg.

Dagsorden

Valg af dirigent – Tidl. formand Klaus Borkmann blev valgt, og konstaterede at generalforsamlingen var lovlig indvarslet, og beslutningsdygtig.

1. **Formandens og afdelingernes beretninger.** – Alle afdelinger og formand John Larsen gennemgik beretningerne. Der var enkelte opklarende spørgsmål, som der blev givet en uddybende forklaring på.
2. **Regnskab afsluttet pr. 31. december 2022** blev gennemgået af kasserer Jan Byskov, som forklarede årets underskud med stigende aktiviteter efter Corona, samt en bevidst strategi om, at dække stigende omkostninger ved brug af formuen.
3. **Indkomne forslag.** Der er på dykkernes generalforsamling den 14. februar 2023 vedtaget en række ændringer af afdelingens vedtægter. Dykkerleder Søren Staun gennemgik ændringerne, som også har været forelagt Aalborg Svømmeklubs bestyrelse, uden kommentarer og med anbefaling. - Forsamlingen vedtog ændringerne.

4. Valg af bestyrelse:

Formand (2 år)

John Larsen blev genvalgt.

Svømmeleder (1 år)

– Svømmeudvalget har indstillet Sebastian Frische til valg. Sebastian genvalgt.

Vicesvømmeleder (2 år)

– Svømmeudvalget har indstillet Ruben Kirkegaard til valg. – Ruben genvalgt.

Dykkerleder (2 år)

– Torben Olsen genopstiller ikke. Dykkerafdelingen valgte på deres generalforsamling 14. februar 2023 Søren Staun Jørgensen, som ny dykkerleder.

Undervisningsleder (2 år) – Der var ingen kandidater til undervisningslederposten, som derfor fortsat er vakant. Opgaverne varetages i forening af kasserere Jan Byskov og klubkoordinator Jesper Graungaard.

Eventuelt.

Formand John Larsen takkede den afgangende dykkerleder Torben Olsen for 10 års formandskab for dykkerafdelingen, og dermed som medlem af AS bestyrelse, og bød den nye formand Søren Staun velkommen.

I 2023 har Aalborg Svømmeklub 110-års jubilæum, som markeres med en mindre indbudt sammenkomst tirsdag den 2. maj 2023 i SKANSEN' restaurant.

Generalforsamlingen sluttede med et hurra for Aalborg Svømmeklub.



Referent formand John Larsen, Aalborg 4. marts 2023.



AALBORG SVØMMEKLUB

STIFTET DEN 2. MAJ 1913

ÅRSBERETNING 2022



Medlem af: DIF * SVØM * DGI * DSF * SIFA

Indholdsfortegnelse

	Side
Generalforsamlingens dagsorden	3
Formandens årsberetning	5
Undervisningsafdelingens årsberetning	11
Vandpoloafdelingens årsberetning	13
Sportsdykkernes årsberetning	17
Konkurrenceafdelingens årsberetning	18
Medaljer ved mesterskaber 2022	23
Alle tiders TOP-10	31
Klubrekorder pr. 31/12 2022	32
Ædle nåle i 2022	40
Diverse pokaler i 2022	44

Årsrapport 2022. 110. Regnskabsår

Foreningsoplysninger

Ledelsespåtegning

Revisorpåtegning

Ledelsesberetning

Anvendt regnskabspraksis

Årsregnskab 1. januar – 31. december 2021

Generalforsamling i Aalborg Svømmeklub

afholdes lørdag den 4. marts 2023 13.00 i klubhuset, Skydebanevej
1, Pavillon, 9000 Aalborg.

Dagsorden

5. Valg af dirigent
6. Formandens og afdelingernes beretninger.
7. Regnskab afsluttet pr. 31. december 2022 fremlægges af kassereren
8. Indkomne forslag
9. Valg af bestyrelse:

Formand (2 år)

John Larsen er villig til genvalg.

Svømmeleder (1 år) *Svømmeudvalget har indstillet Sebastian Frische til valg.*

Vicesvømmeleder (2 år)

Svømmeudvalget har indstillet Ruben Kirkegaard til valg.

Dykkerleder (2 år)

Torben Olsen genopstiller ikke. Dykkerafdelingen vælger deres formand på generalforsamlingen den 14. februar 2023.

Undervisningsleder (2 år) – Vakant

10.Eventuelt.

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden John Larsen, john@aalborgsvommeklub.dk, i hænde senest tre uger forud for denne.

Navne på personer, der opstilles som emner til ovennævnte valg, skal ligeledes være formanden John Larsen, john@aalborgsvommeklub.dk i hænde senest tre uger forud for generalforsamlingen med angivelse af til hvilken post det konkrete emne opstiller til.

Stemmeret har alle aktive medlemmer der er fyldt 16 år og som har været medlem i mindst et halvt år og ikke er skyldig i forfaldent kontingent. Stemmeafgivelse kan kun ske ved personligt fremmøde.

Stemmeseddel udleveres mod forevisning af gyldigt medlemskort/kontingent kvittering.

Aalborg Svømmeklub

Bestyrelsen

Aalborg d. 1. februar 2023.



Svømning for livet – hele livet.

2022 har stort set været et restriktionsfrit år for Aalborg Svømmeklub. Ved indgangen til februar måned kunne vi igen drive svømmeklub som vi kender det fra før marts 2020.

Dermed begyndte en opstigning til dagligt driftsniveau, som løbende kom på plads i løbet af 2022. Dog vil der altid efter en sådan periode være ting der skal justeres og genopfindes, hvilket efterhånden er lykkedes takket være ansatte og frivilliges indsats, samt medlemmernes forståelse.

Det at vende tilbage til normalen, har også stillet skærpede krav til klubbens økonomi. – Kort før Aalborg Svømmeklub måtte indstille aktiviteterne i 2020, havde bestyrelsen besluttet, at der skulle ske en regulering af de ansattes løn. Det fandt vi imidlertid ikke forsvarligt under de forhold der opstod pga. Corona, og valgte at udsætte reguleringen. - Disse lønreguleringer er først implementeret i 2022, ligesom kontingentet er justeret fra 2. halvår. Samtidig har der været stigende stævneaktivitet og stigning i øvrige omkostninger, hvilket har medført et forbrug af klubbens formue. – Et naturligt valg ovenpå de trængte tider medlemmerne var igennem de foregående år. Underskuddet i 2022 går nogenlunde lige op med overskuddet for 2021.

I Aalborg Svømmeklub kan du:

Lære at svømme – lære livredning – dyrke udspring – motionere – svømme i det åbne vand – dykke på store dybder – spille vandpolo – dyrke konkurrence svømning på alle niveauer.

Med alle disse muligheder, er det en meget aktiv og travl forening, som ikke kan drives uden en lang række dygtige og dedikerede ansatte og frivillige. Tak til jer alle for den store indsats I har ydet i 2022 til gavn for vores medlemmer.

Den enkelte afdeling har lavet egne beretninger, men jeg vil her kort nævne enkelte ting.

Alle afdelinger i Aalborg Svømmeklub er vigtige, men der er ingen tvivl om, at fundamentet er undervisningsafdelingen, som udover at have gennemført undervisning mv. for alle holdene, også har sørget for afvikling af skolesvømning, Rescue Camp og 2 succesfulde uger med Aqua Camp.

Tak til alle instruktører, assistenter og opsyn. – I udfører et godt job i dagligdagen.

Sikkerhed, og dermed bassinprøver fylder en del i Aalborg Svømmeklub. Udover prøver for egne trænere, har AS i samarbejde med Svømmeklubben NORD også ansvaret for bassinprøverne for de skolelærer-/pædagoger der har skolesvømning. – Også i 2022 er der uddannet mange personer. – Stor tak til vores livredningsdommere for denne indsats, som er med til at vi har en sikkerheden der er i top.

Udspringsholdet har haft stor fremgang, og der har været afholdt et godt stævne i Gigantium. Dejligt med denne succesfulde aktivitet i AS. Og det ser ud til at den er i fortsat fremgang, og vi håber på mere vandtid i Gigantium til denne aktivitet.

Vandpolo har svære tider, men vandpololeder Jesper Balle, og andre brave vandpolofolk arbejder ihærdigt på at få tilført nye og yngre kræfter til afdelingen. Vi ser frem til, at det må lykkes til gavn for vandpolosporten.

Livredningsholdet overlevede i først omgang ikke det lave aktivitetsniveau under Corona, og endte stort set uden medlemmer på holdet.

Men ved igangsætning af AS-onsdag er der nu kommet et tilbud, som vi har store forventninger til, idet tilbuddet giver mulighed for, både at dyrke livredning og vandpolo, samt andre vanaktiviteter. Holdet er især rettet imod svømmere, som har lyst til at prøve et større udbud af vandaktiviteter. Og i løbet af 2023 forventer vi at aktiviteter udvides.

Konkurrenceafdelingen har haft et meget travlt år lokalt, regionalt, nationalt og internationalt.

Der er svømmet mange medaljer, mesterskaber og rekorder hjem, og det må siges at være et succesfuldt år, kronet med Helena Rosendahl Bachs sølvmedalje og samtidig nordisk og dansk rekord i 200 meter butterfly ved EM, ligesom det blev til en 4. plads ved VM i Australien senere på året. Godt arbejde af Helena og cheftræner Bjørn Sørensen.

I december måned blev Aalborg Svømmeklub danske holdmester. En stor præstation, som kræver mange svømmere på højt niveau, og en stærk trænerindsats til at planlægge løbssammensætningen. Med et godt hold og nogle super gode trænere, blev det til det 4. mesterskab på 10 år, de øvrige år er det blevet til sølv og bronze. Aalborg Svømmeklub har efterhånden en del aktier i DM-pokalen.

Aalborg Svømmeklub har også i løbet af 2022 afviklet to mesterskaber. DM på langbane i SKANSEN (en del af DM-ugen), holdmesterskab for årgangssvømmere i Sofiendal, og herudover den traditionsrige Aalborg Cup i Haraldslund. Stor tak til de frivillige som gjorde det muligt at afvikle disse stævner. ASV leverede igen en stor indsats omkring forplejning og overnatning ved Aalborg Cup. I er og bliver unikke med jeres indsats. – Alle tre stævner har AS også på programmet som arrangør i 2023.

DM på langbane i SKANSEN var en del af DM-ugen, som DIF lancerede for første gang. En fantastisk uge i Aalborg, med mulighed for at se mange forskellige idrætsgrene. Aalborg er også vært for DM-ugen i 2023. Aalborg Svømmeklub skylder SKANSEN en stor tak for hjælpen med DM-ugen, ved at stille hal, lokaler og personale til rådighed, således det blev et succesfuldt stævne.

Under DM-ugen blev der også afviklet Limfjordskrydser og DM 5 km åbent vand., samt High Diving. Limfjordskrydseren er blevet afviklet siden 2007 i et godt samarbejde mellem SVØM Danmark, SKANSEN, Svømmeklubben NORD og Aalborg Svømmeklub. – For første gang var der start fra nordsiden. Registreringen foregik i lokaliteterne i havebadet, hvorefter deltagerne i Rib Boat blev sejlet på nordsiden, hvorfra starten gik. En succesfuld afvikling, med gentagelse i 2023.

Dykkerafdelingen erhvervede i løbet af 2021 en ny båd, som blev søsat i løbet af 2022. – En båd svømmeklubben også får glæde af ved den årlige Limfjordskrydser rent

sikkerhedsmæssigt. Dykkerne havde også sikkerhedsopgaver mv. i forbindelse med High Diving. - Et godt aktiv til stor gavn for AS.

På årets generalforsamling blev følgende valgt: Ruben Kirkegaard som svømmeleder og Sebastian Frische som vicesvømmeleder, efter indstilling fra svømmeudvalget. Senere på året byttede Ruben og Sebastian plads af forskellige årsager, så Sebastian blev svømmeleder og Ruben vicesvømmeleder

Jesper Balle, blev efter indstilling fra vandpoloafdelingen genvalgt som pololeder.

Jan Byskov blev valgt som kasserer, og varetager i et samarbejde med klubkoordinator Jesper Graungaard de opgaver der er for undervisningslederen, idet denne post er vakant.

Bestyrelsen i Aalborg Svømmeklub udnævnte på generalforsamlingen **Jan Byskov** til klubbens 23. **æresmedlem** med baggrund i den indsats han har ydet for AS i omkring 30 år.

Opsyn, underviser, bassinprøver, undervisningsleder, it ansvarlig, kasserer og viceformand. – Titlerne er utallige – Nogle opgaver er løst med aflønning og andre som frivillig. – Men AS er aldrig gået forgæves, når der var en opgave der skulle løses.

Jans kvalifikationer og kompetencer spænder vidt. Utallige børn og unge har han lært at svømme, og utallige trænere mv. har han haft oppe til den obligatoriske bassinprøve. Jan har givet sit bidrag og sin arbejdsindsats i bestyrelsen og på IT-området, når der har været behov for det.

Ofte har Jan sat en anden vinkel på tingene til gavn for det beslutningsgrundlag der var behov for.

Formand John Larsen overrakte diplom, æresmedlemsnål og blomster til Jan. – Tillykke med udnævnelsen.

Der har i 2022 været et godt samarbejde med Dansk Svømmeunion – nu SVØM Danmark - såvel nationalt, som regionalt, hvor Lars Bo Larsen som altid har været til rådighed med hjælp, vejledning og arbejdskraft, når Aalborg Svømmeklub har haft behov derfor.

På Dansk Svømmeunions generalforsamling blev formand Pia Johansen genvalgt til posten for en toårig periode efter et kampvalg med den nuværende økonomiansvarlige Lars Warm. På generalforsamlingen ændrede Dansk Svømmeunion navn til Svøm Danmark, og dette medførte også et nyt logo for unionen.

Senere på året fratrådte direktør Merete Risager, og bestyrelsen valgte at lade posten dele mellem sportschef Lars Robl, udviklingschef Morten Hinnerup og bestyrelsesmedlem Allan Nyhus.

En rekrutteringsproces blev igangsat. Bestyrelsen nedsatte et ansættelsesudvalg og indgik samarbejde med rekrutteringsbureauet Human Trust. – Valget faldt på Allan Nyhus som ny direktør,

Og der er allerede nok at gå i gang med for den nye direktør:

“Alle skal have mulighed for at lære at svømme. Sådan er det ikke i dag. Derfor står Allan overfor en strategisk opgave i – sammen med relevante samarbejdspartnere –at udvikle og udvide rammerne for svømme-Danmarks mange forskellige vandaktiviteter

”Samtidig skal han naturligvis lede kontoret i Brøndby med fokus at sikre sammenhæng på tværs af klubber og unionens ansatte.”

Allans karriere med klorblåt blod i årene har siden teenageårene i Frederiksværk Svømmeklub været fyldt med organisatorisk arbejde. De seneste 10 år har han som formand for Hovedstadens Svømmeklub stået i spidsen for en imponerende udvikling af landets nu største idrætsforening. Derudover har han siden 2018 været medlem af Dansk Svømmeunions bestyrelse.

Det er dog ikke kun svømme-Danmark, Allan har sin erfaring med ledelse i politisk ledede organisationer fra. I sin civile karriere har han senest haft titlen som IT- og digitalchef i Danmarks Naturfredningsforening. I den rolle har han opnået solid erfaring med udvikling, implementering og ikke mindst involvering i en stor organisation med engagerede ansatte og frivillige. Det er erfaringer, som vil komme Svøm Danmark til gode.

Sportschef Lars Robl er i løbet af 2022 kommet med en række overordnede tanker, med baggrund i de samtaler han har haft med trænere, ledere i klubberne, svømmere og andre samarbejdspartnere

Det har givet overskriften ”Atleten i centrum”, som handler om at lave individuelle udviklingsplaner, der rækker langt frem i tiden. Det handler om at bygge et team op omkring den enkelte atlet for at tage vedkommende til det næste niveau med individuel kompetenceudvikling. Det er en udviklingsplan, der skal revideres to gange om året, og den skal tage udgangspunkt i atletens helt specifikke behov i forhold til det tekniske, det taktiske, det fysiske, det mentale og det økonomiske. - Herudover skal der i fremtiden arbejdes med planlægning, der rækker ud over en olympisk periode, hvilket bl.a. giver udfordringer overfor Team Danmark. Men de er dog klar til dialog.

Aalborg Svømmeklub har i perioden 2018 til 2022 haft en partnerskabsaftale med Dansk Svømmeunion, Aalborg Kommune og Elite Sport Aalborg, og denne aftale er i løbet af 2022 forlænget frem til marts 2024. Områderne interne og eksterne talentudvikling, rekruttering og kompetenceudvikling skal der fortsat arbejdes med. Hertil kommer udvikling af talentmiljøet specielt med fokus på motorik og kropsbevidsthed, samt mentale færdigheder. Transitions strategi, er et nyt område, hvor medlemmerne tilbydes en anden form for tilknytning til AS, når de stopper som konkurrencesvømmer, samt sikre at de såvel fysisk som psykisk kommer ”ordentligt” ud af sporten.

Aalborg Svømmeklub er den største forening i Aalborg kommune, med hvem vi har et godt samarbejde, såvel forvaltningen, som de enkelte ”halinspektører” og det øvrige personale. Vi har vandtid i Gigantium, SKANSEN, Østre Alle og Sofiendal svømmehaller. De to sidst nævnte haller har begge eksisteret i omkring 50 år, og som følge heraf skal der indimellem noget ekstra vedligeholdelse til, hvilket sættes i gang på Aalborg kommunes foranledning samt AS. – I løbet af 2023 får vi i Østre Alle adgang til et nyt depotrum, således vi her kan få noget ligesom det der er i Sofiendal.

Da der i efteråret blev varslet en energikrise, var vi forberedt på at svømmehallerne formentlig måtte bære sin del af besparelserne. Forvaltningen havde foreslået en lukning af alle saunaer, men fra politisk side valgte man i stedet at sænke vandtemperaturen i alle haller, undtagen Vadum Svømmehal. – Dette tiltage har kostet medlemmer, idet vandet specielt for mindre børn bliver for kold. Derfor har jeg, sammen med Svømmeklubben NORD henvendt os til forvaltningen, og forklaret vores udfordring. - Sundheds- og kulturudvalget har det på dagordenen 8. marts 2023.

Vi forventer at der sker en hævnning af vandtemperaturen, således vi kan få nogle af de tabte medlemmer retur.

Udover Aalborg kommune, har AS mange **støtter og samarbejdspartnere**. – Der skal lyde en tak til følgende: SIFA, ASV, Svømmeklubben NORD, DGI, Dansk Svømmeunion, SKANSEN, Elite Sport Aalborg, Gigantium, Haraldslund, Østre Alle, Sofiendal, BROEN, SVØM Region Nordjylland, Kollegaerne i elitenetværket, Partnerskabsklubberne, Team Danmark, Spar Nord, SPORTMASTER og Aalborg Sportshøjskole.

Jeg vil gerne specielt sige tak til alle vores frivillige, herunder specielt ASV, som har ydet en kæmpe indsats. Uden jeres hjælp kunne vi ikke lave de arrangementer der er gennemført i 2022.

Jan Frøslev og Mette Yde har lavet en flot indsats på SoMe, således omverdenen har kunnet følge de mange sportslige- og andre aktiviteter i AS. – Tak for indsatsen.

Specielt en frivillige har markeret sig i 2022, og blev derfor tildelt vogteren ved juleafslutningen i konkurrenceafdelingens i SKANSEN. Vogteren går i år til en frivillig, som både før, under og efter Corona har brugt weekend efter weekend og masser af ferie på frivilligt arbejde i AS. Det er en årelang indsats som vi i dag hædrer med tildeling af vogteren. Listen over opgaver som årets modtager har løst gennem tiden er tilsvarende lang, da man igennem tiden har kunnet møde hende både som medaljepige og køkkenhjælper. Hun er dog nok mest kendt for hendes lange karriere som holdleder, hvor hun i årevis har sikret transport, forplejning og omsorg til svømmere og trænere. Vogteren går i år til Anne Mette Voldbjerg.

I løbet af 2022 valgte bestyrelsen også at ændre på Aalborg Svømmeklubs logo. – Der var et par anderledes forslag fremme, men et traditions rig logo, som det Aalborg Svømmeklub har, kan ikke ændres markant. Derfor valgte en enig bestyrelse at bibeholde den kendte redningskrans med AS i midten, og så omkranset af Aalborg Svømmeklub navnet.

Jeg afsluttede min beretning for 2021 med en række **mål for 2022**, og sådan er det gået:

- Forbedring af rammer og vilkår for medlemmer, frivillige og ansatte, bl.a. igennem anvendelse af Antibull (mobning), Members1 (medlemsundersøgelser) og øget fokus på uddannelse, og sociale arrangementer. I et samarbejde med Aalborg Sportshøjskole forventer vi at igangsætte en form for ”kundebetjeningskursus” for alle vores ansatte, således de er godt klædt på til de udfordringer dagligdagen indimellem byder på.

Vi har gennemført en medlemsundersøgelse, som gav kritik og forslag til forbedringer, som vi har bestræbt os på at forbedre. Ligesom vi i forbindelse med opstartsmødet i undervisningsafdelingen havde Trine Steen fra Aalborg Sportshøjskole forbi og holde et foredrag, med dialog, om hvordan konflikter håndteres. – De ansatte har udtrykt, at det var lærerigt, og vi påtænker at gentage det i 2023. Der er på et konkurrencehold med succes arbejdet med Antibull (mobning).

- Fortsat have som målsætning, at tiltrække regionale og nationale stævner til Aalborg, til gavn for Aalborg og Nordjylland – Aalborg Svømmeklub er tildelt DM på langbane i forbindelse med DM-ugen 2023, men vi er selvfølgelig også klar til at se på muligheden for afholdelse af andre mesterskaber.

AS afviklede i samarbejde med SKANSEN, Aalborg Kommune og SVØM Danmark DM på langbane, som blev en succes. I efteråret var Sofiendal Svømmehal rammen om DM for hold for årgangssvømmere (Jylland/Fyns). Succesfuld stævne med rigtig god afvikling og forplejning.

- Sikre at vores motto: *Svømning for livet – hele livet*, understøttes fuldt ud således at, vores medlemmer altid har et andet vandtilbud eller andet i foreningen, hvist der er behov for det.
I løbet af 2022 har konkurrenceafdelingen startet AS onsdag, som et alternativ til traditionel svømning. Her er det bl.a. muligt at dyrke livredning og vandpolo, samt på sigt andre vandaktiviteter. – Men området kan altid løftes til nye højder.
- Partnerskabsaftalen mellem Dansk Svømmeunion, Aalborg Kommune, Elite Sport Aalborg og Aalborg Svømmeklub skal forhandles færdig og implementeres.
Der er indgået en ny aftale, som udover de kendte elementer fra tidligere aftaler også sætter fokus på transaktions strategi og udvikling af talentmiljøet, specielt med fokus på motorik og kropsbevidsthed, samt mentale færdigheder

I 2023 vil AS udover sikring af god og stabil daglig drift af nuværende vandaktiviteter, og gode sportslige resultater i toppen af dansk svømning, arbejde med følgende områder:

- Medlemstilgang bl.a. i form af reklametiltag på sociale medier mv.
- Kompetenceudvikling af de ansatte.
- Fortsat udbygning af alternative tilbud til konkurrencesvømning, i form af de øvrige discipliner indenfor Svøm Danmark.

Jeg vil slutte med at sige tak til mine bestyrelseskollegaer for det gode samarbejde og indsatsen i 2022. Også en tak til medlemmerne, alle frivillige og ansatte for indsatsen, og jeg håber, at alle fortsat vil arbejde for at Aalborg Svømmeklub er det naturlige valg for svømmer, vandpolospiller, dykker, udspringer, livredningsarbejdet, og andre vandhunde. En speciel tak til klubkoordinator Jesper Graungaard, som har ydet en fantastisk indsat i dagligdagen for at få vores driftige klub til at køre. - Der er indimellem tale om et 24/7 job. Tak for indsatsen Jesper.

På årets generalforsamling er svømmeleder Sebastian Frische, vicesvømmeleder Ruben Kirkegaard og formand John Larsen på valg. Sportsdykkerleder Torben Olsen har valgt at stoppe som leder af dykkerafdelingen, og dykkerne har valgt Søren Staun som ny formand. Tak til Torben for indsatsens gennem mange år. - Posten som undervisningsleder er fortsat vakant, og der har i skrivende stund ikke meldt sig en kandidat. Jeg er klar til at tage to år mere, og kan kun anbefale forsamlingen at støtte op om indstillingen fra svømmeudvalgets af valg af Sebastian og Ruben.

Beretningen skal ses i sammenhæng med beretningerne fra de enkelte afdelinger. Med disse ord vil jeg indstille beretningen til generalforsamlingens godkendelse.

John Møller Larsen, Formand Aalborg Svømmeklub

Årsberetning for undervisningsafdelingen 2022

Vi startede året med fortsatte begrænsninger relateret til Covid-19. Disse var heldigvis begrænset til begrænsninger i brugen af saunaer, samt antallet af personer i omklædningsrum samt opdeling i bassinet.

Disse udfordringer blev adresseret og det lykkedes at afvikle langt største delen af holdende uden yderligere begrænsninger.

Vi endte året med et samlet deltagerantal på 2.448 personer totalt for året i undervisningsafdeling og konkurrenceafdelingen. Det er et virkelig stort antal mennesker som vi gennem året har været i kontakt med, og tilsvarende mange som vores ansatte har skulle opbygge en relation til.

Foråret

Efter 2 år med store udsving i den daglige undervisning, så blev der i foråret sat ekstra fokus på og sikre at alle medlemmer var placeret på det rigtige niveau/hold. Dette var en ekstra stor opgave efter en periode med manglende mulighed for at gennemføre normale oprykninger, samtidig med alle de begrænsninger som Covid-19 havde bidraget med de seneste mange måneder.

Fokus blev nu rettet mod også og sikre de aktiviteter som tidligere var muligt at udbyde til vores medlemmer. Dette betød etablering af såvel Aqua Camp og Rescue Camp som tidligere har været godt besøgt fra både medlemmer samt andre interesserede.

Sommerferien

De første uger i skolernes sommerferie blev traditionen tro brugt på at afvikle bassinprøver for såvel vores ansatte samt kommunes folkeskolelærere.

I ugerne 31 og 32 blev der afholdt både Rescue Camp og Aqua Camp som begge havde et meget flot deltager antal.

Skolesvømning

Aftalen om at forestå skolesvømning i Aalborg kommune sammen med Svømmeklubben Nord blev fornyet. Vi står derfor fortsat med ansvaret for og sikre kompetente undervisere som sammen med skolernes lærere introducerer svømning som en fast del af pensum.

Dette dog med en revideret aftale om den timemæssige compensation som kan relateres til de faktiske udgifter som vi har i klubberne.

Opstart på den nye sæson

Ud over det almindelige opstartsmøde med de ansatte, så bød opstarten også på en revidering af vores hold beskrivelser. Dette både på opfordring fra vores ansatte, men også baseret på den type spørgsmål som blev sendt til vores kontor.

Ved opstartsmødet blev der desuden lavet et indlæg med inspiration fra Sportshøjskolen. Der blev taget udgangspunkt i relevant teori, men samtidig gjort det relevant via øvelser og perspektivering til vores daglige udfordringer. Et positivt indlæg som kan danne grundlag for mange opfølgende snakke.

Efteråret

Vores primære fokus har i efteråret været på at sikre at vi havde de rigtige kompetencer klar til at håndtere de forskellige hold.

Der var desværre en del udskiftning i forbindelse med at mange af vores ansatte fik deres skemaer tildelt fra forskellige studier. Så for og sikre at vi fortsat har en rød tråd i undervisningen, så gør vi flittigt brug af materialerne fra Aqua School som supplement til de forskellige kurser som afholdes for de ansatte.

Som et nyt initiativ er der også dedikeret en person som har til ansvar og komme rundt til specielt nye ansatte og coache og vejlede dem til hurtigst muligt at føle sig trygge i jobbet.

Udspring

Efter at vi en del år har haft udsprings hold i klubben, så bød efter året også på at klubben for første gang var vært ved et udspringsstævne i Gigantium. Det var et stævne i rækken af "Trip-Trap stævner" som tilbydes til bredde klubber i udspring under Svøm Danmark.

Der var 32 deltagere til stævnet og dagen blev afviklet som en virkelig positiv oplevelse for de fremmødte gæster og deltagerne. Samarbejdet med Gigantium fungerede fint, og det er tydeligt at der rent faktisk godt kan afvikles denne type stævner i Aalborg.

Samarbejde med Aalborg kommune

En dialog med genoptræningsenheden fra Aalborg kommune er desuden blevet etableret for sammen med DGI at vurdere mulighederne for at etablere et tilbud for at skabe brobygning mellem de kommunale tilbud og de private udbydere.

Målgruppen er de mange hundrede borgere som hvert år kommer gennem et genoptræningsforløb i Aalborg kommune hvor en del af dette har fundet sted i vand. Fokus vil være på og sikre en smidig overgang hvad angår såvel træning, omgivelser som tilgængelighed.

Årsberetning 2022 AS Vandpolo.

Vi startede 2022 med endnu en stilstandsperiode med de opblussende smittetal, hvorfor der kun var ganske få der mødte op til træning pr. gang. Vi skulle til at have rusket op i folk igen, da vi planlagde at spille 2. div. hjemmekampe lørdag d. 19. marts i Haraldslund. Nina Sørensen var igen tovholder for en Jysk/fynsk 2. divisionsturnering, uden indblanding/deltagelse/støtte fra Svømmeunionen.

Trænersituationen var fortsat uafklaret. Marvin forblev fortsat vores officielle træner. Ungdomstræner, Marcell, havde meddelt at han i nærmeste fremtid satsede på at rejse udenlands og stoppede dermed som ungdomstræner slut februar. Der var et par af de store ungdomsspillere der i en kort periode kunne tage over, hvis vi ikke fandt en anden løsning forinden.

Der blev aftalt et samarbejde med K-afd. I 2022 ift. hverve/informere om vandpolo.

Start februar fandt Klubkoordinatoren en ung mand, Jacob Tin Nielsen, som var interesseret i at prøve hvervet som ungdomstræner. Jacob var aktiv på andre svømmehold og havde snust lidt til vandpolo i en anden klub for en del år siden. Jacob blev dog kun hos os et par måneder, da han skulle flytte til Sjælland, hvorefter vores unge spillere, Jelmer og Gustav var flinke til at tage over.

Der blev aftalt med lederen af K-afd., at vi inviterer svømmere i alderen 12 - 18 til gratis at komme og prøve vandpolo i Haraldslund henholdsvis fredag d. 18/3 og d. 25/3, samt komme og overvære 2. div. kampene d. 19. marts. Vi bød på sandwich og sodavand efter arrangementerne. Der mødte 6 ud af 8 tilmeldte op. Og 7 mødte op d. 25/3. Ud af de fremmødte er der én der er fortsat. Men de unge mennesker har, i mine øjne, stadig for dårlige svømmekundskaber i forhold til det jeg mener vi skal bruge kræfter på, for lidt overskud til at håndtere en bold, da kræfterne bruges på at holde sig oven vande. De kom fra hold GØ1 og SØT1. Min konklusion er at kommende polospillere skal komme fra hold, hvor de er længere fremme, rent svømmemæssigt.

I start marts blev jeg kontaktet af en Ukrainsk mor, som sammen med sin søn, var flygtet til Danmark. Sønnen, Andrii, på 15 år, havde spillet polo i Kiev. Han gik nu i international klasse på Ranum Efterskole, og ville gerne spille polo i DK. Det ville vi selvfølgelig gerne hjælpe med. Jeg fik gennem skolen, givet info om busforbindelser og lavede aftale om afhentning på busstationen i Aalborg. Andrii nåede at træne og spille hos os nogle måneder, inden han og familien flyttede til Tyskland.



Lørdag d. 19. marts skulle vi spille 2. div. mod Tommerup og Kolding på hjemmebane. Haraldslund var booket, men grundet pludselig opstået skade i hallen, blev kampene flyttet til Svømmeland i Nørresundby, nu ”Skansen”.

Resultater: Kolding – Tommerup 17 – 10

Aalborg – Tommerup 7 – 8

Aalborg – Kolding 10 – 9

Lørdag d. 21. maj spillede vi igen 2. div. i Haraldslund. Denne gang mod FREM og Lystrup.

Resultater: Aalborg – FREM 14 – 11

Aalborg – Lystrup 10 – 7

Vi kvalificerede os d. 21/5, med 2 sejre over henholdsvis Lystrup og FREM, til slutspillet i 2. div, hvor #1 + #2 fra henholdsvis øst og vest skulle dyste om 2. div. mesterskabet i Odense d. 29/5. Vi måtte desværre melde fra pga. manglende spillere.

Kolding vandt mesterskabet, - Kolding som vi i øvrigt slog i indledende kampe. Superærgeligt vi var så pressede med spillere.

Vi lavede en grov plan for endnu et hverveprojekt, med start efter sommer. Introduktion til polo på følgende hold: Super øvede tirsdag 19.00-20.00 ØA og AS ungdom tirsdag 20.00-21.00 ØA. Der blev også kigget på træningstider, hvor der blev fundet ny tid til ungdoms-træning torsdag kl.15.15 i SOF. Den blev sat i værk. Det kom 2 nye (fra SØ-hold) + en af polo's egne unge. Den

ene af de nye kom efterfølgende til fredagens træning også. Der var dog meget få fremmødte til det nye ungdomstræningstiltag i SOF torsdag fra 15.15-16.00,- det lå på 2-4 stykker, og blev efter ca. 1 ½ måned aflyst igen.

Til gengæld opstod der ledig træningstid i Haraldslund onsdag aften, da den sene åbning for offentlige blev sløjfet. Det blev til en Polo/konkurrencelivredder træning. Jesper G's mail til 207 svømmere, med tilbud om foreløbig gratis Polo/konkurrencelivredder træning, fik 12-14 unge til at møde op. De fleste holder ved ind til videre.

I august fik vi endnu en udenlandsk spiller (30år), denne gang fra Spanien. Man må sige vi har en international trup med spillere fra; Spanien, Italien, Portugal, Litauen og Grækenland. Vi havde også kortvarigt en Argentinier, men han rejste igen.



På 2. div-fronten så efterårsprogrammet således ud:

8. oktober i Kolding.

5. november i Aalborg (Haraldslund).

12. november i Tommerup.

Vi var d. 8. okt. i Kolding for at spille 2. div. kampe. Skulle møde Kolding og Lystrup. Dagen forinden fik jeg fra Kolding at vide at Lystrup ikke kunne stille hold og derfor måtte trække sig, men man havde så kontaktet Sønderborg, som var villig til at komme op med et hold. Så kunne vi dog få 2 kampe, - kampen mod Sønderborg dog uden for turneringen.

Vi var 8 mand til start i turneringskampen mod Kolding (inkl. vores tidligere spiller, Jacob fra København), så dvs. én udskiftning. Det blev en hårdt spillet kamp som endte uafgjort 7 - 7, hvor det skal siges at vi var meget tæt på at tage sejren inden sidste udligning af Kolding.

Der blev lagt meget energi i at få den efterfølgende hjemmerunde d. 5. november afviklet med inviteret publikum til følgende kampprogram:

16.00: Kolding – Tommerup

17.15: Aalborg – Tommerup

18.30: Aalborg – Kolding

Men tingene begyndte at smuldre, - først meldte Tommerup fra, siden Kolding. Vi kunne heller ikke få Lystrup til at møde op til en af de udestående kampe. Thisted og Aars blev spurgt om de havde lyst at komme og spille i Aalborg, men havde ikke materiale (læs spillere) til at stille med. Vi vendte situationen til træning ugen inden og besluttede at afvikle en lokal kamp på dagen. Det skete på baggrund af vi havde annonceret det overfor vores ungdomsspillere m.m., at de skulle komme og se hvad vandpolo var for en størrelse.

Vi fik trods alt afviklet en god kamp, og der var da også få tilskuere.

Da vi nærmede os d. 12. november, hvor vi skulle til Tommerup, viste det sig at AS desværre heller ikke kunne stille hold, og måtte melde afbud. Nu må vi se om der kommer noget 2. div. op og stå i 2023.

Der har, siden 2.div. turneringen gik lidt i opløsning, være begrænset fremmøde til træning i resten af 2022. Det skyldes ikke kun de manglende kampe på programmet, men også en del rejseaktiviteter blandt medlemmerne, inkl. jeg selv.

Der blev afviklet julefrokost d. 9. dec. med 10-12 deltagere, fortrinsvis "de unge", da vi igen var ramt af andre aktiviteter blandt medlemmerne. De havde efter sigende, en hyggelig aften.

Vi har nydesignede hold-speedos under bestilling fra Turbo-Spanien.



Mvh. Jesper Balle

Vandpololeder

Aalborg Svømmeklubs Sportsdykkerafdeling

Formandens beretning 2022

Covid-19 har i 2022 ikke helt snuppet sit tag. Fremmødet til klubaftener har været svingende, hvilket også er kendetegnende mange andre steder i klubliv og samfund. Vi håber meget på, at det ændrer sig til det bedre fremover.

Vi fik den nye rib-båd hjem og arbejdet med at få den gjort klar til dykkerture kunne gå i gang. Flere har givet en hånd med og specielt Henrik Adelborg og Søren Juul har givet et godt nap med det rustfri stål arbejde – mange tak for det.

Bådleverandøren havde ikke helt holdt sig til aftalen om hvilket elektronisk udstyr der skulle monteres. Vi måtte derfor have den på værksted lokalt, for at få de sidste finesser klaret – selvfølgelig med leverandøren som betaler af de ekstra omkostninger.

Båden har nu allerede vist sin funktionalitet, til stor tilfredshed for de dykkere der har været på båd dyk.

Der er afholdt kursus, så de af medlemmerne der endnu ikke havde speedbåds-certifikat kunne erhverve sig dette.

AS bestyrelse har genoplivet en gammel tradition om at aflægge vores klubhus et årligt besøg og ved samme lejlighed holde et bestyrelsesmøde. Desværre gjorde vejret, at det ikke var muligt at tage bestyrelsesmedlemmerne med på en sejltur i den nye båd – den må de have til gode. I forbindelse med besøget overrakte John Møller Larsen os en rigtig flot messing-dykkerhjelme i anledning af vores 50-års jubilæum som var i 2020. Vi har i bestyrelsen valgt at lave en lidt større markering af jubilæet, når vi i 2025 kan fejre 55-året for stiftelsen af dykkerafdelingen.

I maj måned afholdt vi standerhejsning. Her var en del medlemmer mødt op til mad fra grillen og lidt at slukke tørsten med.

Vi har igen i 2022 deltaget i beredskabet omkring såvel High-Dive som LX22. Det er dejligt at vi aldrig har problemer med at finde medlemmer som vil give en hånd med ved disse arrangementer. Mange tak til de af jer der deltog.

Søren Staun Jørgensen har i løbet af året lagt et stort stykke arbejde i at søge diverse fonde om støtte til indkøb af et nitrox-anlæg. Det er faktisk via hans indsats at samle kr. 80.000 ind til formålet, hvilket har betydet at der i 2023 vil blive installeret et sådant anlæg i klubhuset.

Vi havde i slutningen af året desværre et dykkeruheld, hvor et medlem måtte en tur forbi sygehuset. En rutineret indsats af et andet klubmedlem samt beredskabet der var involveret i hændelsen, betød heldigvis at vores tilskadekomne dykker kom fra uheldet uden nogen form for men. Dejligt at se, at tingene fungerer når der er brug for det.

Mod slutningen af året blev der afholdt såvel julefrokost som juleafslutning med fint fremmøde.

Torben Olsen, formand ASS

Konkurrenceafdelingens beretning for 2022

2022 har været relativt stabil med hensyn til besættelse af de ledende poster, bortset fra at personerne på posterne som Svømmeleder og Vicesvømmeleder byttede plads i juni, så Sebastian Frische blev svømmeleder og Ruben Kirkegaard vicesvømmeleder.

Vi har justeret **holdstrukturen**, ved at oprette "AS-Sprint" til de ældste, men stadig aktive konkurrencesvømmere på topplan. "AS-Sprint" fungerer i dagligdagen tæt sammen med AS-1. Vi har desuden ændret navnene på de to yngste hold, så vi har følgende fordeling (februar 2023):

- AS-Sprint: (ældste senior svømmere på topniveau) 5 svømmere
- AS1 (senior og de bedste junior svømmere): 22 svømmere
- AS2 (junior og de bedste årgangssvømmere): 25 svømmere
- AS3 (årgang og de bedste i årgangen inden): 24 svømmere
- AS4 (børnesvømmere): 23 svømmere
- AS Talent med 29 svømmere
- AS Ungdom: 22 svømmere
- AS Masters: 43 svømmere

Tilsammen giver det 193 konkurrencesvømmere i AS.

Vi har derudover i samarbejde med Vandpolo-afdelingen iværksat en ny aktivitet kaldet "AS-Onsdag". Dette er varieret træning i Haraldslund onsdag aften med elementer fra vandpolo og konkurrence livredning. Hensigten med holdet er at skabe et tilbud til gode svømmere fra konkurrence-holdene og de ældste hold i undervisningsafdelingen, der ønsker at stifte bekendtskab med andre typer sport, hvor svømning indgår. Håbet er at "AS-onsdag" letter rekrutteringen til Vand-polo-afdelingen og til konkurrence-livredningsholdet, som i efteråret desværre ikke kunne samle nok deltagere. Pr 1.1.2023 har vi dog genoprettet holdet på baggrund af rekruttering via "AS-Onsdag".

Trænere:

2022 har også været rimeligt stabilt på trænersiden, hvor cheftrener Bjørn Selvejer Sørensen har stået i spidsen for et team med følgende sammensætning (Nuværende bemanning med fed skrift)

Hold	Ansvarlig træner	Assisterende trænere
AS-1 + AS-Sprint	Bjørn Selvejer Sørensen	Lasse Schrøder Jakobsen, Katarina Skafsgaard Thomsen
AS 2	Erik Haahr Pallesen	Mie Ø. Nielsen Viktor Bromer
AS 3	Peter Mandrup	Johanna Marie Poulsen Ghita Kobbegaard
AS 4	Maria Carolina Krumbak	Johanne Marie Poulsen Mathias Toft Søren P. Rasmussen

AS-talent	Asta Blanch Casper Christensen	Rasmus Nørfjand Mathias Toft Iben Bengtson Tobias Bjerg
AS-Ungdom	Emma Kjær/ Rasmus Nørfjand	Emil Viltøft Andersen Rebecca Haahr Pallesen (afløser)
AS-Masters	Anders Borkman	Mads Juul
AS-Onsdag	Iben Bengtson Marvin Meyer	Gustav

Alle trænere har ydet en stor indsats i 2022, som de skal have tak for.

Holdlederne

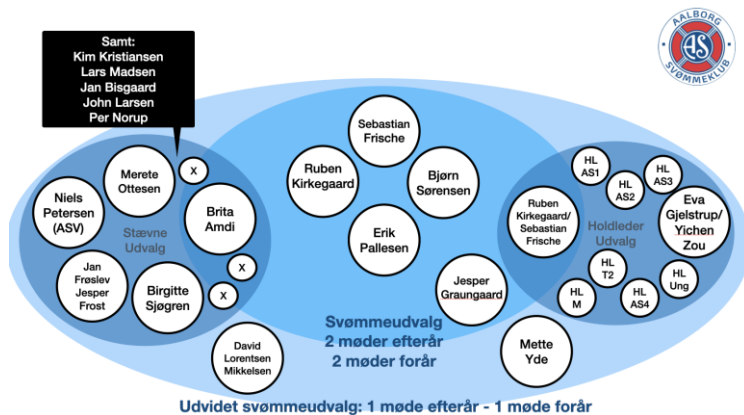
Vi har som vanligt haft lidt udskiftning på **holdlederposterne** i 2022, men heldigvis har der stået frivillige klar til at løfte opgaverne, både som holdleder og som **turledere**. Vi har bevidst arbejdet på at få flere turledere på holdene, så arbejdet som holdleder ikke kræver helt så mange ture. Alle holdledere og turledere i 2022 fremgår af nedenstående skema. Nuværende holdledere er skrevet med fed skrift.

Hold	Holdledere	Turledere
AS-1 + AS-Sprint	Mette Lundhøj Anne Mette Voldbjerg	Jan Kjelstrup Helena Ellings mor
AS 2	Anne Mette Voldbjerg Belma Ilic	Birgitte Sjøgreen Lotte Larsen
AS 3	Thomas Bager Morten Bjørn	Thomas Bager
AS 4	Morten Bjørn Aksel Nielsen	
AS-talent	Aksel Nielsen Stine Rotbøll Malene Steensgaard Jane Ditlev Nødbak Emine Lynge Eriksen	
AS-Ungdom	Helle Aarup Høeg	
AS-Masters	Lotte Kobbegaard	
AS-Onsdag		

Vi vil gerne benytte lejligheden til at takke alle "gamle" og nye holdlederne for deres store indsats i 2022. Som det fremgår, har vi en holdleder-gruppe på AS-talent, hvilket giver de nye svømmere i afdelingen de bedste muligheder for en god start. Vi ser frem til fortsat at involvere flere forældre som turledere i 2023.

Det udvidede Svømmeudvalg

Vi valgte fra sommer at stramme en smule op på mødestrukturen i afdelingen med det formål at gøre det mere overskueligt at deltage. Strukturen og mødefrekvensen fremgår af figuren her:



Holdlederne, der er præsenteret ovenfor, mødes i **holdlederudvalget**, der mødes efter behov. **Stævneudvalget** med Brita Amdi i spidsen og Kim Kristiansen som deltager hele året, mødes også efter behov og er løbende blevet udvidet, senest med Per Norup. Derudover er stævneudvalget samlingspunkt for en række vigtige frivillige. **Sekretariatsgruppen**, hvor Merete Ottesen efter mange år med en fantastisk arbejdsindsats har overladt rollen som kontaktperson til Randi Bøgh Worup, der nu sammen med Ole Kristensen og Jacob Høeg har opgaven, og flere er på vej ind i gruppen. Birgitte Sjøgren har med fantastisk gejst hele året løst opgaven som **frivillig-ansvarlig**. Mette Yde Larsen har i rollen som **presseansvarlig** sørget for at AS er blevet endnu mere synlig på både Facebook og Instagram. **Sponsorarbejdet** har Jan Frølev og Jesper Frost stået for, men i den sidste del af året har de desværre måttet trække sig pga. andre opgaver, så her ligger en opgave at tage fat på i 2023. John Larsen og Sebastian Frische holder arbejdet i gang på "vågeblus" og har lagt en plan for, hvordan vi genoptager dette vigtige arbejde.

Vi har fået ny **official-ansvarlig** til bemanding af stævner. Her har Yichen Zou overtaget fra Eva Gjelstrup. David Lorentsen Mikkelsen har overtaget opgaven som **ansvarlig for uddannelse af officials** fra Sebastian Frische, og Lotte Kobbegaard er desuden blevet tilknyttet denne opgave som "medhjælp" ved afholdelse af kurser. Arbejdet med officials er nu sat endnu mere i system og vi oplever måske derfor fremgang i antallet af uddannede officials.

Vi har som noget nyt i 2022 haft et fast udvalg, der har arbejdet med **Aalborg Cup**. Brita Amdi, John Larsen, Jan Bisgaard, Lars Madsen og en repræsentant fra ASV sikrede med deres gode forberedelse et virkelig godt Aalborg Cup 2022, hvor forholdene for sekretariat og overdommere var forbedrede takket være et nyt podium, og hvor den nye opstilling af projektor gjorde det endnu lettere for alle i hallen at følge med. Dertil kom en række andre nye tiltag. For at sikre fortsat udvikling af Aalborg Cup har vi valgt at nedsætte udvalget fast og give Aalborg Cup en mere fremtrædende placering på hjemmesiden.

Og selvfølgelig kan man ikke tale om AS uden at nævne **ASV (Aalborg Svømmeklubs Venner)** med Niels Petersen på formandsposten, godt bakket op af Steen Mejdal og Lise Lorentsen, som igen igennem året har ydet en stor indsats ved en række stævner og arrangementer, der er afholdt i AS. Det gælder "Fårup-turen" i august, "Holdstævne for årgang"

i september og ikke mindst "Aalborg Cup" i november og "Juleafslutningen" i december. Vi er taknemmelige for alt de I gør for AS, og vi ved, at det ikke har været let i år, hvor den lange pause i arrangementer under Corona-epidemien har gjort, at mange rutiner skulle genetableres.

Vogteren (vandrepokal)

Vogteren tildeles en person som har ydet en ekstraordinær indsats for Aalborg Svømmeklub.

Vogteren blev i 2022 tildelt holdleder på AS-1: Anne Mette Voldbjerg.

Kontoret og Bestyrelsen

På kontoret har Jesper Graungaard gennem hele 2022 ydet al tænkelig support til os når der har været brug for det. Jesper er altid klar når vi har brug for hjælp til noget teknik, økonomi eller praktisk – det sætter vi stor pris på.

Vi sætter stor pris på, at vores ideer og ønsker til udvikling af afdelingen altid mødes konstruktivt hos både Jesper og den øvrige bestyrelse, og vi ser derfor frem til samarbejdet i 2023.

Aalborg Kommune

Igen vil vi gerne sige en stor tak for samarbejdet til Aalborg Kommune i 2022. Det er dejligt, at I altid er parat til at mødes med os og lytte til vores synspunkter og bidrage til at få skruet nogle acceptable kompromisser sammen. Det gælder i alle de sammenhænge vi møder kommunens ansatte, i administrationen, i hallerne og på Vester Kæret Skole og Sofiendalskolen, som vi er glade for at kunne låne til afvikling af stævner og andre aktiviteter.

Endelig skal der også lyde en stor tak til Elite Sport Aalborg for samarbejdet omkring Aalborg Svømmeklubs Elite + samt samarbejdet omkring Sønderboskolen. Den støtte, I yder, er fantastisk og uundværlig!

Omtale af mesterskaber, stævner, træningslejre mm.

2022 har været på aktivitetssiden været meget succesrigt. Vi har afholdt træningslejre for alle hold, og deltaget i Begynderstævner, Nordjyske Cups, Holstebro Swim Cup, Vejle International Swim Cup, Aarhus Open, Smilets By sommer cup, Thy Cup, Regionsmesterskaber, Vest-mesterskaber, og alle danske mesterskaber. Det skal særligt fremhæves, at AS vandt DM for hold i 2022. Desuden har vi haft svømmere til en Ungdomslegene, Kiel Julestævne, NM, EM og VM, som fik medaljer med hjem. At der svømmes stærkt i AS for tiden, understreges også af, at der i 2022 blev slået en række klubrekorder.

Vi har også været vært for to nationale stævner i 2022:

1) DM Åben klasse på langbane, som AS arrangerede i uge 25 i SKANSEN. Her ydede alle frivillige en kæmpe indsats og takket være et godt samarbejde med SKANSEN og Aalborg Kommune blev stævnet en succes.

2 Holdstævne for Årgang (Vest), som AS arrangerede på Sofiendalskolen. Igen ydede de frivillige en kæmpe indsats, ikke mindst ASV, som resulterede i at de mange unge svømmere der deltog, havde et rigtig godt stævne som vi har fået meget ros for.

Begge nationale stævner skal vi også afholde i 2023, og her vil vi bygge på erfaringerne fra 2022 og justere hvor muligt og nødvendigt.

Derudover holdt vi som nævnt ovenfor Aalborg Cup samt naturligvis klubmesterskab. Årets tur i august til Fårup Sommerland blev også gennemført og var en stor succes takket være træneres og frivilliges indsats.

Tusind tak til alle, for både indsats, resultater, opbakning, samarbejde, og så håber vi alle på et endnu fantastisk år i og for Aalborg Svømmeklub.

Sebastian Frische – Svømmeleder Aalborg Svømmeklub

Ruben Kirkegaard – Vicesvømmeleder Aalborg Svømmeklub

Internationale svømmere 2022

Udtaget svømmere til Nordiske Årgangsmesterskaber 2022

Emilie Pedersen

Kristiane Frøslev

Udtaget svømmere til Europæiske Junior Mesterskaber 2022

Lars Riisgaard-Jensen

Louise Lie Thisted

Fenja Romanski

Karoline Kjelstrup

Udtaget svømmere til Nordiske Junior Mesterskaber på Kortbane 2022

Christian Thorhauge

Karoline Kjelstrup

Udtaget svømmere Udtaget til VM-Langbane 2022

Helena Rosendahl Bach

Snæfridur Sol

Udtaget svømmere Udtaget til EM-Langbane 2022

Helena Rosendahl Bach, Sølv Medalje i 200 Fly – i ny Dansk rekord.

Snæfridur Sol, semifinale 200 fri i karrieren.

Udtaget svømmere Udtaget til VM-Kortbane 2022

Helena Rosendahl Bach, 4. plads i 200 Fly – i ny Dansk Rekord

Snæfridur Sol – Første Semifinale ved VM i karrieren med 15. plads i 100 fri, samt 11. plads i 200 fri.

Medaljer ved mesterskaber 2022

Danske Årgang kortbane, Esbjerg d.2-4. februar 2022

Guld – og Dansk årgangsmester.

Sigurd S. Kristensen	50 Ryg	0:29,86	Yngste årgang.
----------------------	--------	---------	----------------

Sølv

Sigurd S. Kristensen	50 Fly	0:27,97	Yngste årgang.
Sigurd S. Kristensen	100 Fri	0:57,41	Yngste årgang.

Bronze

Sigurd S. Kristensen	100 Ryg	1:04,46	Yngste årgang.
Sigurd S. Kristensen	100 Fly	1:03,91	Yngste årgang.

Vestdanske Langbane mesterskaber, Aarhus d.4-6. Marts 2022

Junior Guld – og Vestdanske junior mester

Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:24,20	Junior
Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:42,01	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	800 Fri	8:43,69	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	1500 Fri	16:57,19	Junior
Christian Thorhauge	400 Medley	4:43,13	Junior
Christian Thorhauge	200 Fri	1:58,19	Junior
Christian Thorhauge	200 Medley	2:14,25	Junior
Luanna Russo	50 Ryg	0:30,56	Junior
Louise Lie Thisted	50 Fly	0:27,75	Junior
Lars Riisgaard-Jensen	50 Fly	0:25,35	Junior
Lars Riisgaard-Jensen	100 Fly	0:57,17	Junior
Fenja Romanski	400 Medley	5:05,75	Junior
Fenja Romanski	200 Ryg	2:21,30	Junior
Asgar Knakkegaard	200 Ryg	2:15,30	Junior
Cecilie Nørgaard Frost	200 Fly	2:22,30	Junior
Cecilie Nørgaard Frost	100 Fly	1:03,89	Junior

Junior Sølv

Karoline Kjelstrup	400 Fri	4:35,23	Junior
Karoline Kjelstrup	400 Medley	5:10,98	Junior
Karoline Kjelstrup	100 Bryst	1:14,44	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	400 Fri	4:16,67	Junior
Kristiane Frøslev	50 Fri	0:27,53	Junior
Louise Lie Thisted	100 Fly	1:04,26	Junior
Fenja Romanski	200 Medley	2:25,06	Junior
Inas Ilic	200 Fri	1:58,79	Junior
Inas Ilic	200 Bryst	2:31,89	Junior
Camilla Nørgaard Frost	200 Fly	2:24,10	Junior
Caroline Lærkegaard Hyltoft	800 Fri	9:53,45	Junior

Junior Bronze

Christian Thorhauge	400 Fri	4:17,71	Junior
Kristiane Frøslev	50 Fly	0:29,18	Junior
Kristiane Frøslev	200 Fri	2:13,84	Junior
Asgar Knakkegaard	100 Ryg	1:01,96	Junior
Asgar Knakkegaard	200 Medley	2:17,71	Junior
Camilla Nørgaard Frost	100 Fly	1:04,84	Junior
Matilde Bager	200 Bryst	2:43,88	Junior
Casper Johannesen	800 Fri	9:06,62	Junior

Senior Guld – og Vestdansk Senior mester

Helena Rosendahl Bach	400 Fri	4:15,98	Senior
Helena Rosendahl Bach	200 Fly	2:10,51	Senior
Helena Rosendahl Bach	200 Medley	2:19,51	Senior
Helena Rosendahl Bach	100 Fly	1:00,06	Senior
Helena Rosendahl Bach	800 Fri	9:00,08	Senior
Camille Lily Mei Cheng	50 Fri	0:26,23	Senior
4x200 Fri Damer (Helena RB, Camille, Camilla BA., Fenja)	4x200 Fri	8:29,07	Senior
4x100 Fri Damer (Camilla BA, Fenja, Helena RB, Camille)	4x100 Fri	3:51,31	Senior
4x100 Medley Damer (Luanna, Karoline K, Helena RB, Camille)	4x100 Medley	4:20,11	Senior

Senior Sølv

Christoffer P. Voldbjerg	800 Fri	8:43,69	Senior
Christian Thorhauge	400 Medley	4:43,13	Senior
Camille Lily Mei Cheng	100 Fri	0:56,92	Senior
Lars Riisgaard-Jensen	50 Fly	0:25,35	Senior
Fenja Romanski	400 Medley	5:05,75	Senior
Fenja Romanski	200 Ryg	2:21,30	Senior
Thea Søe Bach	1500 Fri	17:23,90	Senior
Emma Kutsko Jensen	200 Fri	2:09,14	Senior
Emma Kutsko Jensen	800 Fri	9:08,18	Senior
Rasmus Nørfjand	100 Ryg	0:58,45	Senior
4x200 Fri Damer (Thea, Emma, Karoline K, Louise BA)	4x200 Fri	8:37,14	Senior

Senior Bronze

Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:42,01	Senior
Christoffer P. Voldbjerg	1500 Fri	16:57,19	Senior
Luanna Russo	50 Ryg	0:30,56	Senior
Louise Lie Thisted	50 Fly	0:27,75	Senior
Thea Søe Bach	400 Medley	5:05,76	Senior
Thea Søe Bach	800 Fri	9:11,50	Senior
Emma Kutsko Jensen	1500 Fri	17:33,94	Senior
Cecilie Nørgaard Frost	100 Fly	1:03,89	Senior
4x100 Fri Damer (Helena E, Louise BA, Kristiane, Karoline K)	4x100 Fri	8:37,14	Senior

Danske Junior Langbane mesterskaber, Odense d.24-27. marts 2022

Junior Guld – og Dansk juniormester

Louise Lie Thisted	50 Fly	0:27,78	Junior
4x100 Fri Junior Piger (Karoline K, Cecilie, Fenja, Kristiane)	4x100 Fri	3:56,03	Junior
4x200 Fri Junior Piger (Karoline K, Cecilie, Kristiane, Fenja)	4x200 Fri	8:48,45	Junior

Sølv

Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:37,71	Junior
Karoline Kjelstrup	400 Medley	5:02:05	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	800 Fri	8:33,70	Junior
Fenja Romanski	200 Fri	2:06,37	Junior
Lars Riisgaard-Jensen	50 Fly	0:24,83	Junior
4x100 Medley Junior Dreng (Asgar, Jacob, Lars, Morten)	4x100 Medley	4:00,96	Junior
4x200 Fri Junior Dreng (Christoffer, Morten, Asgar, Christian)	4x200 Fri	7:52,07	Junior

Bronze

Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:24,01	Junior
Christian Thorhauge	400 Medley	4:39,80	Junior
Christian Thorhauge	200 Medley	2:11,14	Junior
Cecilie Nørgaard Frost	200 Fly	2:21,92	Junior
Lars Riisgaard-Jensen	100 Fly	0:56,43	Junior
4x100 Fri Junior Dreng (Christoffer, Christian, Asgar, Morten)	4x100 Fri	3:33,41	Junior
4x100 Medley Junior Piger (Fenja, Karoline K, Louise, Kristiane)	4x100 Medley	4:23,23	Junior
4x200 Ind. Medley Junior Piger (Karoline K, Kristiane, Bager, Fenja)	4x200 Ind. Medley	9:47,89	Junior

Danske Senior Langbane mesterskaber, Aalborg d.23-26. juni 2022 (DM-Ugen)

Guld – og dansk mester

Thea Søe Bach	1500 Fri	17:13,13	Senior
4x100 Fri Damer (Sol, Helena E, Helena RB, Fenja)	4x100 Fri	3:49,07	Senior
4x200 Fri Damer (Sol, Thea, Camilla BA, Fenja)	4x200 Fri	8:22,67	Senior

Sølv

Thea Søe Bach	800 Fri	9:04,56	Senior
Thea Søe Bach	400 Fri	4:23,21	Senior

Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:20,35	Senior
--------------------	------------	---------	--------

Bronze

Emma Kutsko Jensen	1500 Fri	17:40,02	Senior
Louise Lie Thisted	50 Fly	0:27,82	Senior
4x200 Fri Damer 2 (Karoline K, Emma, Karoline LK, Louise BA)	4x200 Fri	8:38,94	Senior
4x100 Medley Damer (Fenja, Karoline K, Cecilie, Helena E)	4x100 Medley	4:17,57	Senior

Ungdoms Guld

Karoline L. Kristensen	200 Fly	2:24,10	Ungdom
------------------------	---------	---------	--------

Ungdoms Sølv

Emma Kutsko Jensen	800 Fri	9:10,51	Ungdom
Emma Kutsko Jensen	1500 Fri	17:40,02	Ungdom
Karoline L. Kristensen	100 Fly	1:04,63	Ungdom

Danske Årgangsmesterskaber Langbane, Helsingør d.28. juni – 1. juli 2022

Sølv

Sigurd S. Kristensen	200 Fri	2:04,47	Yngste årgang
Sigurd S. Kristensen	100 Fly	1:01,87	Yngste årgang
Sigurd S. Kristensen	50 Fly	0:27,95	Yngste årgang
Sigurd S. Kristensen	100 Fri	0:56,07	Yngste årgang
Nicklas L. Mikkesen	50 Fri	0:25,20	Ældste årgang

Bronze

4x200 Fri Dreng (Sigurd, William, Nicklas, Rasmus)	4x200 Fri	8:36,10	Årgang.
---	-----------	---------	---------

Vestdanske Kortbanemesterskaber, Hjørring 7-9. oktober 2022

Junior-Guld

Karoline Kjelstrup	400 Fri	4:29,39	Junior
Karoline Kjelstrup	400 Medley	5:00,99	Junior
Karoline Kjelstrup	200 Fri	2:06,42	Junior
Karoline Kjelstrup	100 Medley	1:04,47	Junior
Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:33,10	Junior
Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:15,33	Junior
Christian Thorhauge	400 Fri	4:02,49	Junior
Christian Thorhauge	100 Ryg	0:56,10	Junior
Christian Thorhauge	200 Medley	2:04,79	Junior
Christian Thorhauge	400 Medley	4:29,98	Junior
Christian Thorhauge	100 Medley	0:56,29	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	1500 Fri	16:16,20	Junior
Emilie Pedersen	50 Fri	0:26,81	Junior
Emilie Pedersen	100 Fri	0:57,81	Junior

Junior-Sølv

Caroline Lærkegaard Hyltoft	400 Medley	5:08,73	Junior
Caroline Lærkegaard Hyltoft	800 Fri	9:28,56	Junior

Christoffer P. Voldbjerg	800 Fri	8:37,29	Junior
Kristiane Frøslev	50 Fri	0:27,10	Junior
Kristiane Frøslev	100 Fri	0:58,86	Junior
Luanna Russo	50 Ryg	0:29,82	Junior
Luanna Russo	50 Bryst	0:34,79	Junior
Morten Kobbelgaard	100 Fri	0:53,53	Junior

Junior-Bronze

Caroline Lærkegaard Hyltoft	400 Fri	4:35,19	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	400 Fri	4:12,18	Junior
Kristiane Frøslev	50 Fly	0:29,31	Junior
Kristiane Frøslev	100 Medley	1:07,01	Junior
Inas Ilic	200 Fri	1:56,39	Junior
	800 Fri	8:48,40	Junior
Luanna Russo	100 Ryg	1:05,42	Junior
Jonatan S. Nielsen	200 Fly	2:16,52	Junior
Livia Frische	50 Bryst	0:34,34	Junior
Victoria Amdi Brinkmann	200 Ryg	2:21,93	Junior

Senior-Guld – og Vestdansk Mester

Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:33,10	Senior
Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:15,33	Senior
Christian Thorhauge	100 Medley	0:56,29	Senior
Helena Rosendahl Bach	400 Fri	4:10,08	Senior
Helena Rosendahl Bach	50 Fly	0:27,84	Senior
Helena Rosendahl Bach	400 Medley	4:44,76	Senior
Helena Rosendahl Bach	200 Fly	2:09,55	Senior
Helena Rosendahl Bach	100 Medley	1:03,16	Senior
Helena Rosendahl Bach	1500 Fri	16:15,39	Senior
Thea Søe Bach	800 Fri	8:54,30	Senior
Snæfridur Sol	50 Fri	0:25,82	Senior
Snæfridur Sol	100 Fri	0:55,47	Senior
Snæfridur Sol	200 Fri	1:58,79	Senior
Viktor Bromer	50 Fly	0:25,11	Senior
Viktor Bromer	100 Fly	0:54,75	Senior
4x200 Fri Damer 1 (Sol, Karoline LK, Helena E, Karoline K)	4x200 Fri	8:23,64	Senior
4x100 Fri Damer 1 (Sol, Karoline K, Kristiane, Helena E)	4x100 Fri	3:49,49	Senior
4x100 Medley Damer 1 (Fenja, Karoline, Helena RB, Sol)	4x100 Medley	4:09,57	Senior

Sølv

Christoffer P. Voldbjerg	1500 Fri	16:16,20	Senior
Thea Søe Bach	1500 Fri	16:59,55	Senior
Christian Thorhauge	200 Medley	2:04,79	Senior
Christian Thorhauge	400 Medley	4:29,98	Senior
Christian Thorhauge	100 Ryg	0:56,10	Senior
Louise Lie Thisted	50 Fly	0:28,18	Senior
Viktor Bromer	100 Medley	0:56,97	Senior
Fenja Romanski	100 Fri	0:57,47	Senior
Cecilie Nørgaard Frost	100 Fly	1:03,44	Senior
4x200 Fri Damer 2 (Emma, Caroline, Helena RB, Cecilie)	4x200 Fri	8:27,63	Senior
4x200 Fri Herrer	4x200 Fri	7:41,28	Senior

(Inas, Christian, Christoffer, Mathias)			
4x100 Fri Herrer (Rasmus, Christian, Mathias, Viktor)	4x100 Fri	3:26,65	Senior
4x100 Fri Damer 2 (Fenja, Karoline LK, Helena RB, Emilie)	4x100 Fri	3:51,85	Senior
4x100 Medley Herrer (Rasmus, Andreas, Viktor, Christian)	4x100 Medley	3:46,96	Senior

Bronze

Karoline Kjelstrup	200 Fri	2:06,42	Senior
Karoline Kjelstrup	100 Medley	1:04,47	Senior
Rasmus Nørfjand	50 Fri	0:23,94	Senior
Thea Søre Bach	400 Fri	4:21,68	Senior
Thea Søre Bach	400 Medley	4:56,02	Senior
Thea Søre Bach	200 Ryg	2:17,92	Senior
Helena Elling	50 Fri	0:26,56	Senior
Karoline L. Kristensen	200 Fly	2:19,59	Senior
Emma Kutsko Jensen	800 Fri	9:06,64	Senior
Emma Kutsko Jensen	1500 Fri	17:14,03	Senior
Andreas Hougaard	50 Bryst	0:29,44	Senior
4x200 Fri Damer 3 (Fenja, Thea, Matilde, Kristiane)	4x200 Fri	8:31,96	Senior

DM Junior Kortbane, Esbjerg 3-6. november 2022

Guld – og Dansk Juniormester

Christian Thorhauge	400 Medley	4:21,30	Junior
Christian Thorhauge	200 Medley	2:01,15	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	800 Fri	8:09,78	Junior
Christoffer P. Voldbjerg	1500 Fri	15:42,92	Junior
4x100 Fri Junior Piger (Karoline K, Emilie, Kristiane, Livia)	4x100 Fri	3:51,08	Junior

Sølv

Karoline Kjelstrup	200 Medley	2:13,82	Junior
Karoline Kjelstrup	400 Medley	4:50,95	Junior
Karoline Kjelstrup	200 Bryst	2:29,45	Junior
Karoline Kjelstrup	100 Medley	1:03,34	Junior
Christian Thorhauge	100 Medley	0:55,69	Junior
Christian Thorhauge	100 Ryg	0:53,77	Junior
4x200 Fri Junior Piger (Karoline K, Livia, Kristiane, Caroline H)	4x200 Fri	8:31,64	Junior

Bronze

Karoline Kjelstrup	100 Bryst	1:09,77	Junior
Christian Thorhauge	50 Ryg	0:25,34	Junior
4x200 Ind. Medley Junior Dreng (Christian, Christoffer, Inas, Morten)	4x200 Ind. Medley	8:26,33	Junior
4x200 Ind. Medley Junior Piger (Kristiane, Karoline K, Caroline H, Livia)	4x200 Ind. Medley	9:35,82	Junior
4x100 Fri Junior Dreng	4x100 Fri	3:25,43	Junior

Danske Holdmestre 2022

1. division - slutstilling

Vinderen - Aalborg Svømmeklub - er forhåndskvalificeret til deltagelse i 1. Division i 2023

1	Aalborg	53872
2	Hovedstaden	52551
3	Sigma NS	50990
4	Gladsaxe	49614
5	KVIK Kastrup	49031
6	Vejle	48636
7	AGF	48058
8	Helsingør	46382
9	Aarhus Swim	45989

Viktor Bromer	Helena Rosendahl Bach
Tobias Bjerg	Snæfridur Sol
Andreas Hougaard	Helena Elling
Gustav Jørgensen	Thea Søe Bach
Rasmus Nørfjand	Astrid Nielsen
Lawrence Langley	Emma Kutsko Jensen
Mathias Rasmussen	Cecilie N. Frost
Lars Riisgaard-Jensen	Louise Thisted
Christian Thorhauge	Fenja Romanski
Christoffer P. Voldbjerg	Karoline L. Kristensen
Morten Kobbeltgaard	Karoline Kjelstrup
Inas Ilic	Mie Ø. Nielsen
Lasse Schrøder	
Asgar Knakkegaard Nielsen	

Ranglister – Top10 All-time i Aalborg Svømmeklub

Kortbane:

50 fri						
2013	Emil Skovfoged	0.22.48	1	0.24.17	Mie Ø. Nielsen	2016
2016	Jens Bach	0.22.70	2	0.24.82	Julie Levisen	2014
2015	Anton Bromer	0.22.85	3	0.25.61	Helena V. Elling	2022
2022	Lars Riisgaard-Jensen	0.22.96	4	0.25.70	Snæfridur Sol	2020
2008	Simon Sønderup	0.23.01	5	0.25.76	Camilla Ottesen	2018
2021	Viktor Bromer	0.23.18	6	0.26.00	Line Jørgensen Bruun	2017
1988	Vagn Høgholm	0.23.20	7	0.26.15	Emma Sofie Hestbech	2015
2013	Lasse Thor Carstensen	0.23.38	8	0.26.30	Fenja Romanski	2021
2021	Rasmus Nørfjand	0.23.47	9	0.26.37	Camilla Brøgger-Andersen	2020
2013	Magnus Yde	0.23.49	10	0.26.47	Laura Glerup Jensen	2021
100 fri						
2013	Emil Skovfoged	0:48.93	1	0.52.93	Mie Ø. Nielsen	2014
2015	Anton Bromer	0.49.63	2	0.53.39	Julie Levisen	2014
2016	Jens Bach	0.49.69	3	0.53.75	Snæfridur Sol	2022
2021	Rasmus Nørfjand	0.49.88	4	0.55.06	Helena Rosendahl Bach	2021
2019	Nicolas Blanch	0.50.20	5	0.55.42	Line Jørgensen Bruun	2015
1988	Vagn Høgholm	0.50.42	6	0.56.00	Fenja Romanski	2022
2009	Simon Sønderup	0.50.52	7	0.56.09	Camilla Ottesen	2019
2022	Gustav Jørgensen	0.50.56	8	0.56.21	Helena V. Elling	2022
2021	Viktor Bromer	0.50.71	9	0.56.47	Katrine Bukh Villesen	2016
2014	Lasse Thor Carstensen	0.50.72	10	0.56.66	Amalie Bærentsen	2017
200 fri						
2016	Viktor Bromer	1.46.76	1	1.55.04	Mie Ø. Nielsen	2013
2013	Pál Joensen	1.47.03	2	1.55.36	Snæfridur Sol	2022
2013	Emil Skovfoged	1.47.56	3	1.55.79	Helena Rosendahl Bach	2022
2015	Nicolas Blanch	1.47.57	4	1.57.89	Line Jørgensen Bruun	2015
2022	Gustav Jørgensen	1.49.49	5	1.58.63	Katrine Bukh Villesen	2017
2015	Anton Bromer	1.50.38	6	1.59.54	Laura Glerup Jensen	2021
1985	Benny Nielsen	1.50.80	7	2.00.44	Julie Levisen	2014
2017	Søren Villumsen	1.50.81	8	2.00.72	Camilla Ottesen	2019
2016	Jens Bach	1.51.31	9	2.01.36	Maria Bjørnbak	2012
1993	Peter Sonne	1.52.29	10	2.01.37	Amalie Bærentsen	2018
400 fri						
2012	Pál Joensen	3.42.23	1	4.03.59	Helena Rosendahl Bach	2022
2015	Nicolas Blanch	3.48.22	2	4.04.38	Mie Ø. Nielsen	2012
2014	Viktor Bromer	3.50.99	3	4.06.71	Katrine Bukh Villesen	2017
2017	Søren Villumsen	3.55.28	4	4.09.34	Line Jørgensen Bruun	2015
2022	Christian Thorhauge	3.57.59	5	4.14.06	Louise Bach Andersen	2017
2022	Christoffer P. Voldbjerg	3.58.50	6	4.14.41	Snæfridur Sol	2021
1988	Benny Nielsen	3.58.78	7	4.16.07	Laura Glerup Jensen	2021
2009	Mikkel Munk Sørensen	3.58.90	8	4.16.72	Thea Søe Bach	2022
1992	Dan Christensen	3.59.13	9	4.17.15	Mette Christensen	1981
2015	Anton Bromer	3.59.74	10	4.18.05	Amalie Bærentsen	2017
800 fri						
2013	Pál Joensen	7.39.69	1	8.28.50	Katrine Bukh Villesen	2017
2017	Søren Villumsen	8.02.08	2	8.30.93	Mie Ø. Nielsen	2011
2021	Nicolas Blanch	8.04.90	3	8.31.35	Helena Rosendahl Bach	2021
2013	Viktor Bromer	8.06.36	4	8.43.21	Thea Søe Bach	2022

2022	Christoffer P. Voldbjerg	8.09.78	5	8.44.91	Louise Bach Andersen	2017
2009	Mikkel Munk Sørensen	8.11.47	6	8.49.06	Line Jørgensen Bruun	2013
2014	Mikael Thode Sørensen	8.21.93	7	8.50.60	Camilla Brøgger-Andersen	2021
1998	Heine Brunø	8.23.83	8	8.50.95	Jackie Gade	2018
2011	Mikkel Knudsen	8.27.58	9	8.56.71	Emma Kutsko Jensen	2022
1988	Benny Nielsen	8.28.31	10	8.57.85	Rikke Johansen	1988
1500 fri						
2014	Pál Joensen	14.26.54	1	16.15.39	Helena Rosendahl Bach	2022
2015	Nicolas Blanch	15.19.77	2	16.40.79	Thea Søe Bach	2022
2017	Søren Villumsen	15.29.00	3	16.48.09	Louise Bach Andersen	2017
2013	Viktor Bromer	15.37.17	4	16.49.19	Mie Ø. Nielsen	2009
2022	Christoffer P. Voldbjerg	15.42.92	5	16.58.49	Jackie Gade	2018
2009	Mikkel Munk Sørensen	15.45.43	6	17.03.56	Emma Kutsko Jensen	2022
1998	Heine Brunø	15.46.07	7	17.18.16	Kathrine Hammer	2006
1988	Benny Nielsen	15.58.84	8	17.23.80	Mette Christensen	1980
2014	Mikael Thode Sørensen	15.59.55	9	17.35.25	Line Jørgensen Bruun	2011
1993	Dan Christensen	16.07.00	10	17.40.89	Kathrine Beck	2005
50 ryg						
2022	Rasmus Nørfjand	0.25.30	1	0.26.39	Mie Ø. Nielsen	2014
2022	Christian Thorhauge	0.25.34	2	0.27.65	Isabella Sørensen	2016
2018	Viktor Bromer	0.25.59	3	0.27.98	Cecilie Hansen	2013
2015	Sebastian Strandberg	0.25.61	4	0.28.85	Louise Lie Thisted	2022
2008	Örn Arnarson	0.25.79	5	0.29.12	Luanna Russo	2022
2012	Daniel Svane Halkjær	0.25.90	6	0.29.22	Snæfridur Sol	2020
2022	Gustav Jørgensen	0.26.17	7	0.29.39	Birita Debes	2018
2012	Michael R. Olesen	0.26.55	8	0.29.57	Mathilde Pugholm Hvid	2013
2006	Martin Jensen	0.26.56	9	0.29.59	Katrine Bukh Villesen	2016
2021	Mathias L. Laursen	0.26.71	10	0.29.64	Cecilie Nørgaard Frost	2022
100 ryg						
2022	Christian Thorhauge	0.53.77	1	0.55.99	Mie Ø. Nielsen	2013
2021	Rasmus Nørfjand	0.54.25	2	0.59.80	Isabella Sørensen	2016
2018	Viktor Bromer	0.54.66	3	1.01.18	Cecilie Hansen	2013
2022	Gustav Jørgensen	0.55.24	4	1.02.15	Katrine Bukh Villesen	2016
2012	Daniel Svane Halkjær	0.55.56	5	1.02.92	Fenja Romanski	2021
2015	Sebastian Strandberg	0.56.39	6	1.03.19	Luanna Russo	2021
2006	Martin Jensen	0.56.59	7	1.03.40	Louise Lie Thisted	2021
2017	Johan Mowinckel	0.56.96	8	1.03.53	Snæfridur Sol	2021
2007	Palle Gordon	0.57.69	9	1.03.64	Laura Glerup Jensen	2021
2012	Michael R. Olesen	0.57.77	10	1.04.39	Anne Marie Andersen	1988
200 ryg						
2021	Rasmus Nørfjand	1.58.16	1	2.05.63	Mie Ø. Nielsen	2015
2014	Viktor Bromer	1.58.28	2	2.10.79	Snæfridur Sol	2022
2022	Christian Thorhauge	1.58.41	3	2.12.92	Isabella Sørensen	2016
2022	Gustav Jørgensen	1.58.90	4	2.13.40	Fenja Romanski	2021
2013	Sebastian Strandberg	2.02.99	5	2.14.39	Helena Rosendahl Bach	2022
2006	Martin Jensen	2.03.27	6	2.15.09	Katrine Bukh Villesen	2017
2013	Emil Skovfoged	2.03.64	7	2.15.59	Cecilie Hansen	2012
2016	Johan Mowinckel	2.03.67	8	2.15.99	Ellen Hobolth	1994
1993	Peter Sonne	2.04.25	9	2.17.43	Laura Glerup Jensen	2021

2017	Lars Lyhne	2.05.54	10	2.17.45	Maja Jørgensen Bruun	2013
50 bryst						
2022	Tobias Bjerg	0.27.27	1	0.30.81	Louise Dalgaard	2014
2012	Mathias Andersen	0.27.89	2	0.31.10	Astrid Nielsen	2022
2012	Joachim Mortensen	0.27.89	3	0.31.21	Majken Thorup	2003
2017	Janus Meinert	0.28.02	4	0.32.15	Elida Folkedal Hole	2016
2020	Andreas Hougaard	0.28.27	5	0.32.45	Victoria Haahr Pallesen	2020
2013	Mads Larsen	0.28.37	6	0.32.56	Fenja Romanski	2022
2015	Marcus Brandborg	0.28.38	7	0.32.60	Emma Sofie Hestbech	2015
2015	Kristoffer Moos	0.28.39	8	0.32.77	Karoline Kjelstrup	2022
2007	Andreas Holmskov	0.28.67	9	0.32.94	Ghita Kobbelaar	2013
2020	Lawrence Langley	0.28.92	10	0.33.38	Katrine Bukh Villesen	2016
100 bryst						
2022	Tobias Bjerg	0.59.89	1	1.07.25	Louise Dalgaard	2014
2012	Mathias Andersen	1.00.68	2	1.07.49	Majken Thorup	2003
2014	Kristoffer Moos	1.00.80	3	1.08.91	Astrid Nielsen	2022
2016	Janus Meinert	1.00.87	4	1.09.58	Karoline Kjelstrup	2022
2012	Joachim Mortensen	1.00.92	5	1.10.52	Victoria Haahr Pallesen	2019
2019	Lawrence Langley	1.01.75	6	1.11.03	Elida Folkedal Hole	2016
2020	Andreas Hougaard	1.01.82	7	1.11.53	Ghita Kobbelaar	2015
2007	Andreas Holmskov	1.02.52	8	1.12.28	Fenja Romanski	2021
2017	Macus Brandborg	1.02.56	9	1.12.49	Maria Pedersen	2011
2020	Aksel Skrydstrup	1.02.63	10	1.12.50	Tinna Lythje	1989
200 bryst						
2012	Joachim Mortensen	2.11.26	1	2.26.84	Majken Thorup	2003
2017	Kristoffer Moos	2.12.44	2	2.27.75	Louise Dalgaard	2014
2020	Aksel Skrydstrup	2.14.63	3	2.29.45	Karoline Kjelstrup	2022
2016	Janus Meinert	2.16.10	4	2.33.83	Victoria Haahr Pallesen	2018
2019	Lawrence Langley	2.17.55	5	2.35.24	Elida Folkedal Hole	2016
1994	Jacob Iversen	2.17.60	6	2.36.68	Line Jørgensen Bruun	2018
2013	Emil Skovfoged	2.17.84	7	2.36.70	Emma Sofie Hestbech	2014
2013	Viktor Bromer	2.17.99	8	2.37.01	Ghita Kobbelaar	2012
2013	Pál Joensen	2.18.38	9	2.37.16	Camilla Linckert	1991
2017	Morten Due Nielsen	2.19.53	10	2.37.57	Julie Hald	2018
50 fly						
2008	Örn Arnarson	0.23.94	1	0.26.57	Isabella Sørensen	2017
2014	Viktor Bromer	0.24.21	2	0.26.86	Mie Ø. Nielsen	2014
2022	Lars Riisgaard-Jensen	0.24.29	3	0.27.09	Helena Rosendahl Bach	2022
2012	Daniel Svane Halkjær	0.24.45	4	0.27.14	Louise Lie Thisted	2022
2015	Sebastian Strandberg	0.24.47	5	0.27.52	Mathilde Pugholm Hvid	2014
2021	Rasmus Nørfjand	0.24.49	6	0.27.53	Lisa Rijkhoff	2020
2020	Lasse Schøder Jacobsen	0.24.58	7	0.27.60	Katrine Bukh Villesen	2017
2009	Jess Reese Jacobsen	0.25.00	8	0.27.61	Emma Sofie Hestbech	2015
2020	Mathias L. Laursen	0.25.09	9	0.27.62	Helena V. Elling	2022
2015	Anton Bromer	0.25.09	10	0.27.66	Lisa Schøn	2017
100 fly						
2015	Viktor Bromer	0.51.38	1	0.57.15	Helena Rosendahl Bach	2022

2013	Daniel Svane Halkjær	0.53.41	2	0.58.83	Katrine Bukh Villesen	2017
2022	Lars Riisgaard-Jensen	0.53.83	3	0.59.63	Isabella Sørensen	2015
1987	Benny Nielsen	0.54.07	4	1.00.10	Mathilde Pugholm Hvid	2013
2014	Sebastian Strandberg	0.54.12	5	1.00.42	Mie Ø. Nielsen	2014
2016	Nicolas Blanch	0.54.21	6	1.00.76	Lisa Rijkhoff	2019
2015	Anton Bromer	0.54.37	7	1.01.18	Louise Lie Thisted	2022
2013	Lasse Schøder Jacobsen	0.54.82	8	1.01.37	Cecilie Nørgaard Frost	2022
2008	Palle Gordon	0.55.65	9	1.01.58	Lisa Schøn	2017
2009	Jess Reese Jacobsen	0.55.94	10	1.01.98	Camilla Nørgaard Frost	2022
200 fly						
2015	Viktor Bromer	1.51.62	1	2.04.41	Helena Rosendahl Bach	2022
1987	Benny Nielsen	1.57.74	2	2.07.73	Katrine Bukh Villesen	2017
2018	Nicolas Blanch	1.57.94	3	2.10.21	Isabella Sørensen	2014
2014	Sebastian Strandberg	1.59.36	4	2.11.52	Mathilde Pugholm Hvid	2013
2010	Daniel Svane Halkjær	1.59.75	5	2.15.17	Lisa Rijkhoff	2020
2008	Palle Gordon	2.01.20	6	2.15.49	Cecilie Nørgaard Frost	2020
1990	Dan Christensen	2.04.55	7	2.17.69	Camilla Nørgaard Frost	2020
2002	Kris Kristensen	2.04.67	8	2.17.89	Lisa Schøn	2016
2012	Michael Grønlund	2.05.88	9	2.17.99	Tinna Lythje	1990
2010	Lasse Schøder Jacobsen	2.06.85	10	2.18.28	Birgit Jeppesen	1987
100 IM						
2013	Viktor Bromer	0.53.99	1	0.59.34	Mie Ø. Nielsen	2014
2022	Christian Thorhauge	0.55.69	2	1.01.44	Snæfridur Sol	2022
2012	Emil Skovfoged	0.56.61	3	1.02.07	Julie Levisen	2013
2014	Lasse Thor Carstensen	0.56.68	4	1.02.20	Helena Rosendahl Bach	2021
2008	Örn Arnarson	0.56.70	5	1.02.24	Katrine Bukh Villesen	2016
2021	Rasmus Nørfjand	0.56.84	6	1.02.89	Line Jørgensen Bruun	2019
2020	Mathias L. Laursen	0.56.95	7	1.03.07	Isabella Sørensen	2017
2016	Nicolas Blanch	0.57.17	8	1.03.21	Fenja Romanski	2021
2013	Mads Larsen	0.57.24	9	1.03.34	Karoline Kjelstrup	2022
2016	Morten Due Nielsen	0.57.57	10	1.03.42	Victoria Haahr Pallesen	2020
200 IM						
2013	Viktor Bromer	1.54.86	1	2.10.57	Helena Rosendahl Bach	2022
2022	Christian Thorhauge	2.00.21	2	2.10.76	Mie Ø. Nielsen	2014
2014	Nicolas Blanch	2.01.48	3	2.12.34	Katrine Bukh Villesen	2017
1985	Benny Nielsen	2.03.78	4	2.13.82	Karoline Kjelstrup	2022
2017	Johan Mowinkel	2.05.61	5	2.14.76	Line Jørgensen Bruun	2019
2007	Martin Jensen	2.05.98	6	2.15.46	Fenja Romanski	2022
2011	Lasse Thor Carstensen	2.06.12	7	2.15.49	Victoria Haahr Pallesen	2018
2011	Daniel Svane Halkjær	2.06.42	8	2.16.58	Snæfridur Sol	2021
2013	Joachim Mortensen	2.06.84	9	2.16.59	Lisa Rijkhoff	2019
2022	Gustav Jørgensen	2.06.94	10	2.16.63	Julie Levisen	2014
400 IM						
2013	Viktor Bromer	4.07.38	1	4.38.20	Helena Rosendahl Bach	2021
2014	Nicolas Blanch	4.20.04	2	4.38.87	Katrine Bukh Villesen	2017
2022	Christian Thorhauge	4.21.30	3	4.41.77	Mie Ø. Nielsen	2011
2015	Pál Joensen	4.21.68	4	4.46.29	Line Jørgensen Bruun	2015
2012	Emil Skovfoged	4.23.60	5	4.49.21	Karoline Kjelstrup	2022
1993	Dan Christensen	4.27.26	6	4.49.32	Fenja Romanski	2021

1988	Benny Nielsen	4.27.77	7	4.49.43	Julie Levisen	2013
2016	Morten Due Nielsen	4.33.84	8	4.51.67	Victoria Haahr Pallesen	2018
2010	Daniel Svane Halkjær	4.34.03	9	4.51.98	Asta Blanch	2014
2008	Palle Gordon	4.34.20	10	4.52.13	Thea Søe Bach	2021

Langbane:

50 fri						
1988	Vagn Høgholm	0.23.27	1	0.25.18	Mie Ø. Nielsen	2016
2012	Emil Skovfoged	0.23.33	2	0.25.38	Julie Levisen	2014
2017	Jens Bach	0.23.37	3	0.25.96	Camille L. M. Cheng	2022
2009	Simon Sønderup Jensen	0.23.47	4	0.26.43	Snæfridur Sol	2022
1989	Claus Thomsen	0.24.25	5	0.26.52	Camilla Ottesen	2018
2021	Mathias L. Laursen	0.24.27	6	0.26.69	Helena V. Elling	2022
2022	Rasmus Nørfjand	0.24.33	7	0:26.97	Line Jørgensen Bruun	2016
2013	Magnus Yde	0.24.48	8	0.27.16	Amalie Bærentsen	2018
2018	Kristoffer Moos	0.24.57	9	0.27.18	Camilla Brøgger-Andersen	2022
2022	Lars Rissgaard-Jensen	0.24.73	10	0.27.20	Fenja Romanski	2022
100 fri						
2012	Emil Skovfoged	0.50.89	1	0.54.47	Mie Ø. Nielsen	2016
2017	Jens Bach	0.51.29	2	0.55.28	Julie Levisen	2014
1987	Vagn Høgholm	0.51.37	3	0.55.95	Camille L. M. Cheng	2022
2016	Niclas Blanch	0.52.37	4	0.56.15	Snæfridur Sol	2021
2009	Simon Sønderup	0.52.39	5	0.57.06	Fenja Romanski	2022
2021	Viktor Bromer	0.52.50	6	0:57.21	Line Jørgensen Bruun	2016
2016	Søren Villumsen	0:52.79	7	0.57.72	Camilla Ottesen	2019
2009	Palle Gordon	0.52.81	8	0:57.87	Laura Glerup Jensen	2021
2022	Rasmus Nørfjand	0.52.96	9	0.58.09	Katrine Bukh Villesen	2017
1987	Benny Nielsen	0.53.05	10	0.58.21	Camilla Brøgger-Andersen	2021
200 fri						
2009	Pál Joensen	1.50.04	1	1.58.83	Mie Ø. Nielsen	2015
1988	Benny Nielsen	1.51.34	2	2.00.20	Snæfridur Sol	2021
2019	Niclas Blanch	1.51.57	3	2.00.38	Helena Rosendahl Bach	2022
2012	Emil Skovfoged	1.51.75	4	2.01.92	Line Jørgensen Bruun	2016
2015	Viktor Bromer	1.52.17	5	2.02.11	Camille L. M. Cheng	2022
1987	Vagn Høgholm	1.54.80	6	2.02.48	Katrine Bukh Villesen	2019
2017	Jens Bach	1.55.92	7	2.03.45	Laura Glerup Jensen	2021
2005	Palle Gordon	1.56.18	8	2.04.16	Mette Christensen	1980
1993	Peter Sonne	1.56.25	9	2.04.44	Julie Levisen	2014
2016	Søren Villumsen	1:56.32	10	2.04.52	Amalie Bærentsen	2018
400 fri						
2009	Pál Joensen	3.48.57	1	4.12.27	Katrine Bukh Villesen	2019
2016	Niclas Blanch	3:57.07	2	4.13.36	Helena Rosendahl Bach	2022
1988	Benny Nielsen	3.58.78	3	4.16.93	Mie Ø. Nielsen	2014
2014	Viktor Bromer	4.01.10	4	4.17.05	Line Jørgensen Bruun	2014
2015	Mikael Thode Sørensen	4.05.82	5	4.20.74	Mette Christensen	1981
1993	Dan Christensen	4.06.45	6	4.20.75	Snæfridur Sol	2021
1998	Heine Brunø	4.06.85	7	4.21.93	Louise B. Andersen	2017

2017	Søren Villumsen	4.07.22	8	4.22.72	Thea Søe Bach	2022
2021	Christoffer P. Voldbjerg	4.09.89	9	4.24.54	Julie Sundahl	2014
2022	Christian Thorhauge	4.10.01	10	4.24.70	Amalie Bærentsen	2017
800 fri						
2014	Pál Joensen	7.48.49	1	8.46.25	Katrine Bukh Villesen	2019
2021	Niclas Blanch	8.20.21	2	8.56.51	Mie Ø. Nielsen	2012
2014	Viktor Bromer	8.25.24	3	8.58.52	Thea Søe Bach	2022
1988	Benny Nielsen	8.32.02	4	9.00.08	Helena Rosendahl Bach	2022
2022	Christoffer P. Voldbjerg	8.33.70	5	9.00.37	Louise B. Andersen	2017
2015	Mikael Thode Sørensen	8.34.02	6	9.02.36	Mette Christensen	1981
2017	Søren Villumsen	8.34.96	7	9.06.77	Line Jørgensen Bruun	2014
2005	Palle Gordon	8.39.43	8	9.08.18	Emma Kutsko Jensen	2022
2009	Mikkel Munk Sørensen	8.41.24	9	9.09.88	Camilla Brøgger-Andersen	2021
1996	Dan Eisenhardt	8.45.15	10	9.12.66	Jackie Gade	2018
1500 fri						
2014	Pál Joensen	14.50.59	1	17.13.13	Thea Søe Bach	2022
2015	Nicolas Blanch	16.03.86	2	17.16.63	Louise B. Andersen	2017
1987	Benny Nielsen	16.04.93	3	17.33.94	Emma Kutsko Jensen	2022
2009	Mikkel Munk Sørensen	16.06.41	4	17.34.13	Jackie Gade	2018
2017	Søren Villumsen	16.14.56	5	17.43.73	Mie Ø. Nielsen	2010
2015	Viktor Bromer	16.16.37	6	17.56.30	Julie Sundahl	2014
1998	Heine Brunø	16.19.94	7	17.56.33	Kathrine Hammer	2006
2021	Christoffer P. Voldbjerg	16.24.00	8	18.02.73	Mathilde Pugholm Hvid	2014
2015	Mikael Thode Sørensen	16.28.71	9	18.09.55	Line Jørgensen Bruun	2011
1996	Dan Eisenhardt	16.38.29	10	18.11.50	Katrine Bech	2005
50 ryg						
2015	Viktor Bromer	0.27.50	1	0.27.63	Mie Ø. Nielsen	2015
2022	Rasmus Nørfjand	0.27.55	2	0.29.02	Isabella Sørensen	2017
2018	Oliver Degn	0.27.72	3	0.29.89	Cecilie Hansen	2014
2006	Martin Jensen	0.27.77	4	0.30.24	Louise Lie Thisted	2022
2022	Christian Thorhauge	0.27.96	5	0.30.56	Luanna Russo	2022
2012	Emil Skovfoged	0.28.09	6	0.31.01	Mathilde Pugholm Hvid	2014
2014	Daniel Svane Halkjær	0.28.11	7	0.31.03	Katrine Bukh Villesen	2018
2017	Sebastian Strandberg	0.28.43	8	0.31.62	Fenja Romanski	2022
2019	Marius Nørgaard	0.28.46	9	0.31.86	Anna Toft Petersen	2020
2016	Lars Lyhne	0.28.62	10	0.31.89	Thea Søe Bach	2022
100 ryg						
2013	Viktor Bromer	0.57.66	1	0.58.73	Mie Ø. Nielsen	2016
2022	Rasmus Nørfjand	0.58.45	2	1.03.19	Isabella Sørensen	2017
2012	Daniel Svane Halkjær	0.59.32	3	1.03.43	Cecilie Hansen	2013
2006	Martin Jensen	1.00.08	4	1.04.55	Katrine Bukh Villesen	2019
2009	Palle Gordon	1.00.20	5	1.05.38	Fenja Romanski	2022
2017	Johan Mowinckel	1.00.25	6	1.05.85	Victoria H. Pallesen	2020
1988	Benny Nielsen	1.00.72	7	1.06.87	Luanna Russo	2022
2018	Oliver Degn	1.01.09	8	1.07.16	Louise Lie Thisted	2020
2017	Lars Lyhne	1.01.10	9	1.07.47	Ellen Hobolth	1995
1996	Heine Brunø	1.01.16	10	1.07.55	Lene Ravn	1995
200 ryg						
2014	Viktor Bromer	2.06.02	1	2.11.97	Mie Ø. Nielsen	2012

1988	Benny Nielsen	2.09.44	2	2.19.83	Fenja Romanski	2021
1993	Peter Sonne	2.10.44	3	2.20.80	Katrine Bukh Villesen	2017
2017	Johan Mowinckel	2.11.31	4	2.21.32	Cecilie Hansen	2013
2016	Lars Lyhne	2.12.30	5	2.22.20	Ellen Hobolth	1995
2006	Martin Jensen	2.12.34	6	2.22.36	Thea Søre Bach	2022
2007	Palle Gordon	2.13.07	7	2.24.76	Maja Jørgensen Bruun	2013
2021	Asgar Knakkegaard	2.13.21	8	2.25.11	Mille Moeslund Lausen	2017
2005	Kris Kristensen	2.13.47	9	2.26.12	Victoria Amdi Brinkmann	2022
1996	Heine Brunø	2.13.77	10	2.26.21	Line Jørgensen Bruun	2014
50 bryst						
2018	Janus Meinert	0.28.70	1	0.31.65	Louise Dalgaard	2014
2012	Joachim Mortensen	0.28.73	2	0.32.05	Majken Thorup	2004
2012	Mathias Andersen	0.28.95	3	0.33.05	Victoria H. Pallesen	2019
2015	Kristoffer Moos	0.29.22	4	0.33.67	Julie D. Hald	2016
2021	Andreas Hougaard	0.29.65	5	0.33.90	Ghita Kobbegaard	2015
2016	Marcus Brandborg	0.29.78	6	0.33.97	Emma Sofie Hestbech	2012
2021	Lawrence Langley	0.29.86	7	0.34.47	Karoline Kjelstrup	2022
1999	Anders Knudsen	0.30.20	8	0.34.59	Maria Pedersen	2011
2017	Johan Mowinckel	0.30.25	9	0.34.64	Line Jørgensen Bruun	2019
2012	Mads Larsen	0.30.36	10	0.34.75	Fenja Romanski	2022
100 bryst						
2012	Joachim Mortensen	1.02.76	1	1.09.44	Louise Dalgaard	2015
2015	Kristoffer Moos	1.03.12	2	1.09.50	Majken Thorup	2004
2017	Janus Meinert	1.03.63	3	1.12.94	Karoline Kjelstrup	2022
2012	Mathias Andersen	1.03.87	4	1.12.95	Victoria H. Pallesen	2018
2019	Lawrence Langley	1.04.46	5	1.14.35	Julie D. Hald	2016
2021	Aksel Skrydstrup	1.04.92	6	1.14.97	Katrine Bukh Villesen	2016
1995	Jacob Iversen	1.05.18	7	1.14.98	Ghita Kobbegaard	2014
2021	Andreas Hougaard	1.05.44	8	1.15.06	Line Jørgensen Bruun	2016
1998	Anders Knudsen	1.06.59	9	1.15.17	Camilla Linckert	1992
2017	Daniel Haahr Pallesen	1.06.70	10	1.15.86	Maria Pedersen	2011
200 bryst						
2012	Joachim Mortensen	2.16.16	1	2.34.01	Louise Dalgaard	2014
2016	Kristoffer Moos	2.18.37	2	2.34.26	Majken Thorup	2004
2021	Aksel Skrydstrup	2.18.78	3	2.35.72	Karoline Kjelstrup	2022
1995	Jacob Iversen	2.19.95	4	2.39.14	Julie D. Hald	2016
2017	Janus Meinert	2.21.47	5	2.41.05	Victoria H. Pallesen	2018
2015	Pál Joensen	2.21.71	6	2.41.20	Matilde Bager	2021
2019	Lawrence Langley	2.23.81	7	2.42.03	Katrine Bukh Villesen	2017
1999	Anders Knudsen	2.27.14	8	2.42.92	Sanne Høck	1994
2017	Daniel Haahr Pallesen	2.28.02	9	2.43.51	Lotte Simonsen	1982
2017	Morten Due Nielsen	2.28.17	10	2.44.20	Jannie Veis	1986
50 fly						
2014	Viktor Bromer	0.24.33	1	0.27.28	Mie Ø. Nielsen	2014
2022	Lars Riisgaard-Jensen	0.24.43	2	0.27.39	Isabella Sørensen	2018
2011	Daniel Svane Halkjær	0.24.94	3	0.27.43	Louise Lie Thisted	2022
2014	Sebastian Strandberg	0.25.27	4	0.27.91	Mathilde Pugholm Hvid	2014

2011	Lasse Schrøder Jakobsen	0.25.49	5	0.27.97	Katrine Bukh Villesen	2019
2019	Niclas Blanch	0.25.57	6	0.28.13	Lisa Rijkoff	2018
2022	Rasmus Nørfjand	0.25.64	7	0.28.16	Lisa Schøn	2017
2021	Mathias L. Laursen	0.25.83	8	0.28.24	Julie Levisen	2014
2012	Lasse Thor Carstensen	0.25.85	9	0.28.34	Emma Sofie Hestbech	2011
2019	Oliver Nørgaard Frost	0.25.89	10	0.28.52	Cecilie Nørgaard Frost	2022
100 fly						
2016	Viktor Bromer	0.52.43	1	58.80	Helena Rosendahl Bach	2022
1988	Benny Nielsen	0.54.08	2	0.59.15	Katrine Bukh Villesen	2017
2011	Daniel Svane Halkjær	0.54.65	3	1.00.50	Isabella Sørensen	2017
2013	Sebastian Strandberg	0.55.00	4	1.01.84	Lisa Rijkoff	2018
2019	Nicolas Blanch	0.55.47	5	1.01.88	Mathilde Pugholm Hvid	2014
2022	Lars Riisgaard-Jensen	0.55.78	6	1.02.26	Cecilie Nørgaard Frost	2022
2012	Lasse Schrøder Jakobsen	0.55.96	7	1.02.41	Mie Ø. Nielsen	2015
2022	Mathias Rasmussen	0.56.83	8	1.02.88	Karoline L. Kristensen	2022
1991	Dan Christensen	0.57.05	9	1.02.89	Lisa Schøn	2016
2007	Palle Gordon	0.57.06	10	1.02.94	Emma Sofie Hestbech	2012
200 fly						
2015	Viktor Bromer	1.54.47	1	2.07.30	Helena Rosendahl Bach	2022
1987	Benny Nielsen	1.57.74	2	2.09.41	Katrine Bukh Villesen	2017
2018	Nicolas Blanch	2.01.66	3	2.14.86	Isabella Sørensen	2015
2012	Sebastian Strandberg	2.03.09	4	2.18.79	Mathilde Pugholm Hvid	2014
2011	Daniel Svane Halkjær	2.05.00	5	2.19.48	Cecilie Nørgaard Frost	2022
1990	Dan Christensen	2.06.05	6	2.20.17	Tinna Lythje	1989
2007	Palle Gordon	2.07.42	7	2.21.22	Mette B. Jensen	1980
2019	Oliver Nørgaard Frost	2.07.58	8	2.21.36	Birgit Jeppesen	1986
2012	Michael Grønlund	2.09.20	9	2.21.46	Camilla Nørgaard Frost	2020
2011	Lasse Schrøder Jakobsen	2.10.02	10	2.21.65	Karoline L. Kristensen	2022
200 IM						
2014	Viktor Bromer	2.02.08	1	2.16.46	Mie Ø. Nielsen	2015
1985	Benny Nielsen	2.06.34	2	2.17.00	Katrine Bukh Villesen	2017
2015	Nicolas Blanch	2.08.62	3	2.18.91	Victoria H. Pallesen	2019
2022	Christian Thorhauge	2.08.65	4	2.19.17	Line Jørgensen Bruun	2020
2017	Johan Mowinckel	2.10.79	5	2.19.25	Isabella Sørensen	2018
2012	Lasse Thor Carstensen	2.11.39	6	2.19.51	Helena Rosendahl Bach	2022
1985	Henrik Boholm	2.11.53	7	2.19.63	Fenja Romanski	2022
1982	Klaus Nissen	2.11.81	8	2.20.02	Karoline Kjelstrup	2022
2019	Lawrence Langley	2.11.93	9	2.22.53	Julie Levisen	2014
2012	Joachim Mortensen	2.12.09	10	2.22.76	Lisa Schøn	2017
400 IM						
2014	Viktor Bromer	4.23.01	1	4.45.70	Katrine Bukh Villesen	2019
2012	Emil Skovfoged	4.32.97	2	4.55.78	Helena Rosendahl Bach	2022
2014	Niclas Blanch	4.33.19	3	4.57.69	Line Jørgensen Bruun	2013
1985	Benny Nielsen	4.33.58	4	4.57.88	Karoline Kjelstrup	2022
1990	Dan Christensen	4.36.79	5	4.57.98	Victoria H. Pallesen	2019
2022	Christian Thorhauge	4.38.52	6	5.01.19	Thea Søe Bach	2022

2013	Pál Joensen	4.39.15	7	5.01.97	Asta Blanch	2014
1997	Heine Brunø	4.42.18	8	5.03.09	Mette Christensen	1980
1985	Henrik Boholm	4.43.91	9	5.05.32	Lisa Rijkoff	2020
1977	Henrik Rasmussen	4.44.10	10	5.05.71	Birgit Jeppesen	1986

Navn	Årgang	Nål	Løb	Tid	Dato
Albert Brandt-Petersen	2008	Bronze delfin med sløjfe	100 Fri	01:14,14	01-05-2022
Alberte Sørensen	2012	Talent	100 IM	01:55,17	03-09-2022
Alberte Sørensen	2012	Flipper	100 Fri	01:32,69	30-10-2022
Alberte Sørensen	2012	Bronze	100 Fri	01:28,32	27-11-2022
Alexander Kassow	2011	Talent	100 Fri	01:51,00	06-05-2022
Alexander Kassow	2011	Flipper	100 Fri	01:38,60	11-06-2022
Andrea Mørk	2012	Talent	100 IM	01:44,02	03-09-2022
Andrea Mørk	2012	Flipper	100 IM	01:44,02	03-09-2022
Andrea Mørk	2012	Bronze	100 Fri	01:24,33	30-10-2022
Andrea Mørk	2012	Bronze med sløjfe	100 Bryst	01:44,43	25-11-2022
Andrea Mørk	2012	Bronze delfin	100 IM	01:28,08	11-12-2022
Andreas Henius Thomasen	2010	Talent	100 Fri	01:51,00	06-05-2022
Andreas Hougaard	2000	Guld med sløjfe	50 Bryst	00:28,59	19-11-2022
Andreas Schüsler Dethlefsen	2010	Bronze	200 Bryst	03:53,73	21-05-2022
Ann Christensen	1967	Bronze med sløjfe	100 IM	01:23,68	09-04-2022
Ann Christensen	1967	Bronze delfin med sløjfe	100 IM	01:23,68	09-04-2022
Anna Munk Fuglsang	2005	Guld med sløjfe	50 Fly	00:28,32	25-11-2022
Annamai Dybdal	2011	Talent	100 IM	01:56,41	16-01-2022
Annamai Dybdal	2011	Flipper	100 IM	01:50,38	04-03-2022
Annamai Dybdal	2011	Bronze	100 Bryst	01:41,70	30-04-2022
Annamai Dybdal	2011	Bronze med sløjfe	100 IM	01:35,86	11-06-2022
Annamai Dybdal	2011	Bronze delfin	200 Bryst	03:30,81	21-05-2022
Anne Rytter Jensen	2000	Talent	100 Fri	01:23,99	12-11-2022
Anne Rytter Jensen	2000	Flipper	100 Fri	01:23,99	12-11-2022
Anne Rytter Jensen	2000	Bronze	100 Fri	01:23,99	12-11-2022
Anni Ruohan Zou	2010	Sølv med sløjfe	100 Ryg	01:17,16	30-04-2022
Anni Ruohan Zou	2010	Sølv delfin	50 Ryg	00:32,24	25-11-2022
Anton Bjørn	2010	Bronze	800 Fri	12:55,96	29-10-2022
Anton Søndergaard Sørensen	2010	Bronze	200 IM	03:31,78	30-04-2022
Anton Søndergaard Sørensen	2010	Bronze med sløjfe	100 Bryst	01:43,96	02-10-2022
Bertram Dremstrup Stefansen	2013	Talent	100 IM	02:03,07	03-09-2022
Bertram Dremstrup Stefansen	2013	Flipper	100 Bryst	02:03,42	29-10-2022
Bjørk Mejdahl Rotbøll	2013	Talent	100 Fri	01:57,07	11-12-2022
Bo Henriksen	2011	Bronze med sløjfe	100 IM	01:31,20	30-10-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Talent	100 Fri	00:57,80	06-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Flipper	100 Fri	00:57,80	06-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Bronze	100 Fri	00:57,80	06-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Bronze delfin	100 Fri	00:57,80	06-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Sølv	100 Fri	00:57,80	06-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Sølv delfin	50 Fri	00:26,28	04-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Guld	50 Fri	00:26,28	04-03-2022

Camille Lily Mei Cheng	1993	Guld delfin	50 Fri	00:26,28	04-03-2022
Camille Lily Mei Cheng	1993	Elite	200 Fri	02:02,11	17-04-2022
Carl Bille	2008	Bronze delfin	100 Fri	01:13,49	06-05-2022
Caroline Frandsen	2010	Talent	200 Ryg	04:17,93	16-01-2022
Caroline Frandsen	2010	Flipper	100 Fri	01:38,83	06-05-2022
Caroline Frandsen	2010	Bronze	200 Bryst	03:56,38	30-10-2022
Cecilie Nørgaard Frost	2005	Guld med sløjfe	50 Ryg	00:29,64	17-12-2022
Christian Thorhauge	2005	Guld med sløjfe	100 Ryg	00:56,72	02-10-2022
Christian Thorhauge	2005	Guld delfin	100 Ryg	00:54,57	03-11-2022
Clara Mejdahl Rotbøll	2012	Talent	200 Fri	03:31,68	29-10-2022
Clara Mejdahl Rotbøll	2012	Flipper	200 Fri	03:31,68	29-10-2022
Daniel Schüsler Dethlefsen	2011	Talent	100 Fri	01:35,99	06-05-2022
Daniel Schüsler Dethlefsen	2011	Flipper	100 Fri	01:35,99	06-05-2022
Edvin Smajic	2008	Sølv	100 Fri	01:05,67	29-01-2022
Elvira Steen Sloth	2012	Talent	100 Fri	01:44,10	11-12-2022
Ema Ilic	2009	Sølv delfin	200 Fri	02:17,30	29-10-2022
Emil Semic	2012	Talent	100 Fri	01:39,14	11-12-2022
Emil Semic	2012	Flipper	100 Fri	01:39,14	11-12-2022
Emilie Kjær Skrivers	2012	Talent	100 Fri	01:30,49	11-12-2022
Emilie Kjær Skrivers	2012	Flipper	100 Fri	01:30,49	11-12-2022
Emilie Pedersen	2007	Guld	50 Fri	00:27,38	19-04-2022
Emma Andersen	2007	Sølv delfin	800 Fri	10:03,82	29-10-2022
Emma Christensen	1997	Talent	100 Fri	01:15,64	09-04-2022
Emma Christensen	1997	Flipper	100 Fri	01:15,64	09-04-2022
Emma Christensen	1997	Bronze	100 Fri	01:15,64	09-04-2022
Emma Christensen	1997	Bronze delfin	100 Fri	01:15,64	09-04-2022
Ethan Clausen Skov	2011	Bronze	100 Fri	01:24,19	29-01-2022
Ethan Clausen Skov	2011	Bronze med sløjfe	100 Bryst	01:42,28	11-12-2022
Ethan Clausen Skov	2011	Bronze delfin	100 Fri	01:13,85	30-10-2022
Filippa Læborg	2010	Bronze	100 Ryg	01:42,35	21-05-2022
Filippa Læborg	2010	Bronze med sløjfe	100 Fri	01:25,02	01-10-2022
Frederik Demant Sørensen	2009	Sølv med sløjfe	100 Fly	01:08,36	30-01-2022
Frederik Demant Sørensen	2009	Sølv delfin	100 Fri	00:58,74	22-05-2022
Frederik Demant Sørensen	2009	Sølv delfin med sløjfe	50 Bryst	00:31,31	29-10-2022
Frederik Lauritz Thomsen	2010	Bronze med sløjfe	200 IM	03:31,14	21-05-2022
Frederik Lauritz Thomsen	2010	Bronze delfin	100 Fri	01:14,24	30-10-2022
Frida Sørensen	2010	Bronze med sløjfe	200 Ryg	03:26,73	01-05-2022
Frida Sørensen	2010	Bronze delfin	200 Fri	02:51,52	12-06-2022
Gustav Dremstrup Stefansen	2010	Flipper	100 Fri	01:40,39	21-05-2022
Herman Höhle Hjulskov	2009	Bronze delfin	100 Fri	01:13,98	02-04-2022
Herman Höhle Hjulskov	2009	Bronze delfin med sløjfe	100 IM	01:20,76	30-09-2022
Herman Höhle Hjulskov	2009	Sølv	400 Fri	05:06,67	26-11-2022
Hjálmar Freyr Hauksson	2010	Bronze	100 IM	01:33,61	26-11-2022
Iben Höhle Hjulskov	2011	Talent	100 Bryst	02:15,17	30-04-2022
Iben Höhle Hjulskov	2011	Flipper	100 Fri	01:40,69	01-05-2022
Ida Demant Sørensen	2012	Talent	100 Ryg	01:42,93	29-10-2022
Ida Demant Sørensen	2012	Flipper	100 Ryg	01:42,93	29-10-2022
Ida Demant Sørensen	2012	Bronze	100 Ryg	01:36,73	26-11-2022

Ida Gjelstrup	2009	Sølv	200 Fri	02:36,17	02-04-2022
Ida Marie Ildal Djørup	2010	Bronze	100 Ryg	01:41,90	30-04-2022
Ida Marie Ildal Djørup	2010	Bronze med sløjfe	100 IM	01:40,87	30-09-2022
Jeppe Moeslund Lausen	2006	Sølv delfin	50 Fri	00:25,22	26-11-2022
Jeppe Nyeboe Nørgaard	2010	Bronze	100 Fri	01:21,30	21-05-2022
Joakim Nyby-Jacobsen	2012	Talent	100 Bryst	02:10,03	03-09-2022
Joakim Nyby-Jacobsen	2012	Flipper	100 Bryst	02:02,61	29-10-2022
Jonatan Schubart Nielsen	2006	Sølv delfin	200 Fly	02:15,56	02-10-2022
Karoline Kjelstrup	2006	Guld delfin med sløjfe	200 Bryst	02:29,45	05-11-2022
Kirstine Dyg Lerup	2010	Bronze delfin	200 Fri	02:50,53	13-02-2022
Kirstine Dyg Lerup	2010	Bronze delfin med sløjfe	100 IM	01:27,50	12-03-2022
Kirstine Dyg Lerup	2010	Sølv	200 Fri	02:36,63	29-10-2022
Klara Milthers	2010	Bronze	100 Ryg	01:37,79	21-05-2022
Klara Milthers	2010	Bronze med sløjfe	100 Bryst	01:50,86	25-11-2022
Kristian B Rasmussen	2003	Guld med sløjfe	100 Fri	00:54,28	18-04-2022
Kristiane Frøslev	2007	Guld med sløjfe	50 Fri	00:27,53	05-03-2022
Lars Riisgaard-Jensen	2004	Guld delfin	50 Fly	00:24,83	27-03-2022
Laura Norup	2008	Sølv delfin	50 Fri	00:28,73	07-10-2022
Lenette nielsen	1997	Talent	100 Ryg	01:13,07	22-01-2022
Lenette nielsen	1997	Flipper	100 Ryg	01:13,07	22-01-2022
Lenette nielsen	1997	Bronze	100 Ryg	01:13,07	22-01-2022
Lenette nielsen	1997	Bronze delfin	100 Ryg	01:13,07	22-01-2022
Lenette nielsen	1997	Sølv	100 Ryg	01:13,07	22-01-2022
Linn Van Zanden	2009	Bronze delfin	200 Ryg	03:11,36	22-05-2022
Louise Lie Thisted	2005	Guld delfin	50 Fly	00:27,14	17-12-2022
Lucas Hirata	2012	Talent	100 IM	01:56,49	03-09-2022
Lucas Hirata	2012	Flipper	100 Bryst	01:56,40	29-10-2022
Ludvig Møller	2007	Sølv med sløjfe	200 Fri	02:20,59	02-04-2022
Lukas Bøgh Worup	2007	Sølv med sløjfe	200 Fri	02:19,93	02-04-2022
Maja Marie Bager	2010	Sølv	200 Fri	02:35,75	16-01-2022
Maja Marie Bager	2010	Sølv med sløjfe	100 Ryg	01:21,10	30-04-2022
Maja Marie Bager	2010	Sølv delfin	50 Fri	00:28,87	26-11-2022
Marcus Bilgrau	2010	Bronze	100 Bryst	01:44,53	29-01-2022
Marcus Bilgrau	2010	Bronze med sløjfe	100 IM	01:31,04	18-09-2022
Marianne Juul Madsen	1995	Bronze delfin	200 Fri	02:51,63	12-03-2022
Mathias Rasmussen	2001	Guld med sløjfe	400 Fri	04:05,88	26-11-2022
Mathilde Frandsen	2012	Talent	100 Ryg	01:43,18	29-10-2022
Mathilde Frandsen	2012	Flipper	100 Ryg	01:43,18	29-10-2022
Mathilde Petersen	2012	Talent	100 Bryst	02:11,81	03-09-2022
Mathilde Petersen	2012	Flipper	100 Bryst	01:59,23	29-10-2022
Nicoline Aarup Høeg	2008	Sølv delfin	200 Ryg	02:28,59	01-10-2022
Nicoline Aarup Høeg	2008	Sølv delfin med sløjfe	400 IM	05:20,06	05-11-2022
Oliver Kassow	2009	Bronze	100 Fri	01:25,24	22-05-2022
Oliver Kassow	2009	Bronze med sløjfe	200 IM	03:21,74	30-10-2022

Oskar Flou Andreasen	2011	Talent	100 Ryg	01:58,32	30-04-2022
Oskar Flou Andreasen	2011	Flipper	100 Fri	01:38,52	06-05-2022
Rasmus Norup	2007	Sølv delfin	200 Fri	02:04,33	04-11-2022
Rasmus Starcke Jeppesen	2008	Sølv delfin	100 Fri	00:58,24	30-06-2022
Renata Sophia Ishøy	2010	Bronze med sløjfe	100 Ryg	01:33,44	17-09-2022
Renata Sophia Ishøy	2010	Bronze delfin	100 Fri	01:17,17	30-10-2022
Signe Laursen	2008	Sølv	400 IM	06:06,36	04-03-2022
Signe Laursen	2008	Sølv med sløjfe	200 Bryst	03:07,09	01-10-2022
Signe Mørch	2012	Talent	100 Ryg	01:45,46	30-04-2022
Signe Mørch	2012	Flipper	100 Ryg	01:45,46	30-04-2022
Signe Mørch	2012	Bronze	100 Fri	01:32,41	01-05-2022
Signe Mørch	2012	Bronze med sløjfe	200 IM	03:35,97	11-06-2022
Sigurd S. Kristensen	2008	Sølv delfin	200 Fri	02:08,50	30-04-2022
Sigurd S. Kristensen	2008	Sølv delfin med sløjfe	100 Ryg	01:01,45	26-11-2022
Silje Møller Søndergaard	2012	Talent	100 Fri	01:46,16	11-12-2022
Simon Ryttersgaard	2012	Talent	100 IM	02:11,39	16-01-2022
Simon Ryttersgaard	2012	Flipper	100 Fri	01:43,20	21-05-2022
Simone Lykkegaard	2010	Bronze	100 IM	01:37,81	04-03-2022
Snæfridur Sol	2000	Guld delfin med sløjfe	100 Fri	00:56,18	24-06-2022
Snæfridur Sol	2000	Guld delfin med sløjfe	100 IM	01:01,44	20-11-2022
Sophia Borkmann	2011	Bronze	200 IM	03:37,14	04-03-2022
Sophia Borkmann	2011	Bronze med sløjfe	100 Bryst	01:52,71	30-04-2022
Storm Mandrup Ozimek	2009	Bronze delfin	200 Fri	02:39,09	30-04-2022
Storm Mandrup Ozimek	2009	Bronze delfin med sløjfe	100 Ryg	01:24,70	21-05-2022
Storm Mandrup Ozimek	2009	Sølv	400 Fri	05:06,68	01-10-2022
Søren B. Andersen	2009	Bronze delfin med sløjfe	100 Ryg	01:18,61	29-10-2022
Søren B. Andersen	2009	Sølv	100 Fri	01:05,68	30-10-2022
Thor Schøne Nielsen	2013	Talent	100 Fri	01:25,33	30-10-2022
Thor Schøne Nielsen	2013	Flipper	100 Fri	01:25,33	30-10-2022
Victoria Stensgaard Korsgaard	2012	Talent	100 Fri	01:46,52	11-12-2022
William Bundgaard	2007	Sølv delfin	400 Fri	04:27,09	26-11-2022

Bryst svømmer pokalen:

Pokalen går i år til en svømmer, som i efterhånden mange år, har vist at vedkommende kan svømme bryst.

Der har dog været en smule stagnering i 2021, men vedkommende har bevist, at en god arbejdsindsats hver eneste dag, altid belønner sig.

I har hun forbedre sig på alle 3 distancer, 50, 100 og 200 bryst, både på langbane og kortbane.

I foråret begyndte der at ske noget, hvor hun også svømmede en 22. plads hjem ved de Europæiske Junior Mesterskaber.

I efteråret har hun forsat den gode udvikling, og virkelig rykket niveau på kortbane.

Selvom der har været mange gode brystsvømmere i klubben igennem tiden, er Karoline den pige, som har scoret flest Fina-point på de 3 bryst løb på lang og kortbane siden 2013.

Derfor går pokalen i år til **Karoline Kjelstrup**.

Æresfadet:

Det er en stor ære at modtaget æresfadet i Aalborg svømmeklub. Æresfadet uddeles altid til svømmere, som gør noget ekstraordinært for klubben eller en der repræsenteret klubbens værdier på allerbedstevis.

Derfor går æresfadet i år til **Karoline Kjelstrup**.

Karoline er ekstrem god til at holde fokus på sine mål, også selvom de ligger 3 måneder eller 12 måneder fremme i tiden. Karoline ved hvordan hun vil opnå sine mål – og husker det hver eneste dag til træning. Der er altid bomb på vejen, men Karoline er god til at holde fokus og ved hvilken retning hun skal arbejde i.

Karoline er nysgerrig på nye udfordringer og er ikke bange for at prøve noget nyt eller stille sig på usikker grund.

Udover Karolines store arbejde i den daglige træning, så er Karoline også meget vellidt af alle i klubben, fordi Karoline er god holdkammerat, der kan snakke med alle.

Hun er i bundgrund bare rigtig godt opdraget hjemmefra, med et stort foreningshjerter.

Karoline er et symbol på klubbens værdier og repræsentere altid klubben fantastisk, både når hun er med klubben eller med landsholdet. Karoline har altid lyst til at udvikle sig, både som svømmer, kammerat og som menneske.

Jeg er stolt over at overrække Karoline klubbens æresfad.

AS2 – Fiduspokaler

Pige

På AS2 går Fidus-pokalen i år til en pige, som altid er klar til at udfordre sine trænere på mange parameter. Hun er født i 2007 😊 – hun elsker at stå tidligt op og cykle til træning. Denne sæson har budt på det hele, som livet gør, gode perioder og knap så gode perioder, hvor ting ikke altid lykkes. Hun har formået at komme rigtig godt igen med god træning her i kortbanesæson - det resulterede i et rigtig godt DJM. Guld i 4x100 fri fik det helt store smil frem. Herlig pige 😊

Må vi se: **Livia Weidick Frische**

Dreng:

På AS2 går Fidus-pokalen i år til en dreng, som virkelig har udviklet sig meget i denne sæson. Det gælder dog mest i vand – det halter lidt med udstrækning på land, som skal forbedres. Der er tale om en 2007 dreng – han har vundet en træstamme fra sin træner – det er sjældent det går den vej, han elsker ikke at svømme ben, men ved det skal blive bedre – og det bliver det, da han næsten altid laver en god indsats til daglig træning. Godt humør, glimt i øjet – hvilke der er flere der lægger mærke til 😊. Skøn dreng.

Må vi se: **Nicklas Lorentsen Mikkelsen**

AS3 – Fiduspokaler 2022

Pige

Pigen som vinder fiduspokalen, har gennem årets løb, vist stor personlig og svømmemæssigt udvikling. Hendes evne til at håndtere store udfordringer har udviklet sig betydeligt gennem året. Hun tager selv ansvar for at øve ting, som hun føler ikke helt er på plads og hvis man spørger hende, har hun næste altid styr på hvad hun skal arbejde med. Desuden er hun dedikeret omkring sin træning og gør en dyd i at gøre alt ting så godt som overhovedet muligt, dog nogle gang med for høje krav til sig selv. Hun viser et kæmpe engagement i holdet, hvor hun altid påtager sig ansvar for at hjælpe sine holdkammerater. Med sin glade person gør hun AS3 til et rigtig rart sted at være.

Må vi se: **Maja Marie Bager**

Dreng

Drengen som vinder fiduspokalen i år, har siden sin start på AS3, vist udviklet et stort engagement i sin egen udvikling. Til træning er han altid sulten efter viden han har virkelig har lært at tage ansvar for egen læring. Hvis der noget han ikke forstår, giver han ikke op før han har forstået det. Den samme attitude har han i sin træningsindsats, hvor han virkelig kan finde ud af at lave et stykke arbejde og er ikke bange for om det er hårdt, eller om han kan klare det. Ros for hans indsats til træningerne hører jeg som træner endda fra hans morgentræningskammerater. Desuden tager han imod udfordringer med stiv arm og man hører aldrig noget brok fra ham.

Må vi se: **Storm Mandrup Ozimek**

AS4 - Fiduspokaler

Den dreng der i år får holdets fiduspokal, er en sød og smilende dreng der altid spreder en masse positiv energi på holdet.

Han har i flere omgange været nomineret til ugens kammerat på AS4, og bliver ofte nomineret af både drenge og piger.

Han er pligtopfyldende og har en af holdets bedste fremmødeprocenter.

Han gør sig altid umage og forsøger altid at få så meget som muligt ud af træningen.

Derudover er han den som altid træder til og hjælper når trænerne har besluttet at holdet selv skal kunne holde starttider, så kan man høre ham starte hele banen med nedtælling.

Årets drenge fidussvømmer er: Simon Ryttersgaard

Pigen der i år får holdets fiduspokal, er altid sød og smilende og bidrager altid med godt humør.

Hun er enormt omsorgsfuld og hjælper alle - drenge som piger - nye som gamle svømmere.

Hun har en stor vilje og er absolut ikke bange for en udfordring - faktisk kan hun bedst lide når det ikke er let.

Hun er en fighter som har en dejlig positiv indstilling også i modgang.

Sidst men ikke mindst er hun en intelligent svømmer som elsker at hjælpe andre, men som selv sagtens kan være selvstændig.

Årets pige fidussvømmer er: Iben Höhle Hjulskov

Talent - Fiduspokaler

PIGE

Trænerteamet har udvalgt en pige som med sit dejlige smil skaber en positiv stemning fra det øjeblik hun træder ind ad døren. Hun er en meget imødekommende og venlig sjæl også er hun hjælpsom og omsorgsfuld for sine holdkammerater. I vandet har hun været igennem en tydelig udvikling, hvor hun har vist engagement til træning, men også selvstændigt øvet sine tekniske færdigheder udenfor træningstiderne. Det har været en fornøjelse at have hende på AS-Talent!

Må vi se: **Emilie Kjær Skrivers**

DRENG

Trænerteamet har udvalgt en dreng som til træning yder en ekstra indsats både i vandet og på land. Han har vist et kæmpe engagement til træning, hvor han har været nysgerrig på hvordan man bliver bedre, og har en positiv energi som smitter af på sine holdkammerater. Til stævner er han flittig til selv at lave landopvarmning, og han viser træneretemaet hvor meget han har udviklet sig. Han har vist en stor kærlighed til svømning, og det har været en fornøjelse at have ham på AS-Talent!

Må vi se: **Thor Schøne Nielsen**

Ungdom – Fiduspokaler

Ungdom fidus-pokaler

I år går Fidus-pokalen til to svømmere, som begge møder op med et smil på læberne og spreder god stemning til træning. De kommer altid hurtigt i vandet og gør deres bedste mens de er der. De er med til at skabe et fedt træningsmiljø på holdet, samt hurtig svømning til stævner.

Må vi se: **Line Gjelstrup og Albert Brandt-Petersen**