



**USK**

**UMEÄLVENS**  
**SIMKLUBB**



# USK

## Välkomna!

Agenda:

Vilka är vi

Värdegrund och motto

Våra idrotter

Vad vill vi göra?

Våra drömmar

Nästa steg

Ordet fritt

Vårt motto är: Nu ska vi ha kul!.





# Vilka är vi?

Ett gäng som älskar  
simning som vill fler.

Styrelse just nu:

Ordförande Monica Gustavsson Engström

Kassör Camilla Johansson-Sponseller

Ledamot Ingrid Lindelöw-Berntson

The logo for USK, consisting of the letters 'U', 'S', and 'K' in a bold, blue, blocky font. The background of the slide is a photograph of two young women in wetsuits and life jackets, smiling and talking outdoors.

# USK

## Värdegrund och motto

Vår värdegrund: Föreningen har som ändamål att vara en idrottsförening som präglas av gemenskap, glädje och rörelserikedom. Det ska vara enkelt och trivsamt att vara medlem i klubben.

Vårt motto är: Nu ska vi ha kul!.



# Våra idrotter



Simning

Öppet vatten simning



Swimrun

Vintersim



I nuläget riktar vi in verksamheten mot de som är 18 år och äldre med undantag av öppet vatten simning där deltagare i alla åldrar är välkomna.



**USK**

# Vad

## vill vi göra?

- Tränarledd nivåindelad träning på Navet (framförallt vintertid)
- Vintersim som läggs ut på sociala medier och på vår hemsida.
- Under sommaren simmer och springer vi i och vid havet, sjöar och självklart i älvar.



Erbjuda träning och tävlingsmöjligheter



Arrangera tävlingar och events



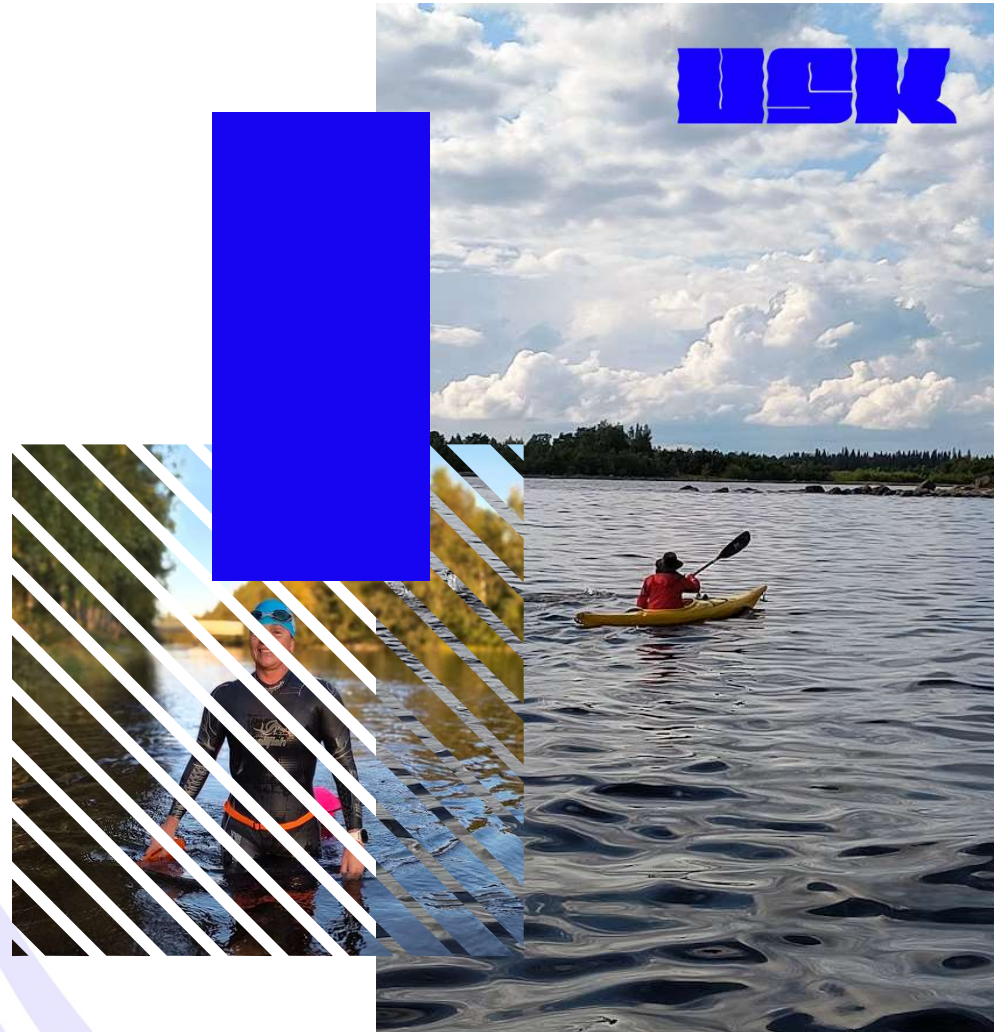
Skapa sociala aktiviteter



# Våra drömmar

- Tillsammans simma/springa längs med hela 470 km av Umeälven.
- Backyard simtävling på Bölesholmarna,
- Nybörjarmasters tävling på Navet,
- 10 k äventyrslopp i älven
- Swimrun tävling i älven
- Xxx X 100
- Och mycket, mycket mer.

Vad drömmar du om? Skicka förslag och upplägg till [umealvens.simklubb@gmail.com](mailto:umealvens.simklubb@gmail.com)





# Nästa steg

## [www.umesk.se](http://www.umesk.se)

Gå in på [www.umesk.se](http://www.umesk.se) och fyll i en intresseanmälan.

Utifrån era önskemål bokar vi tider på Navet. Start i januari. Vi återkommer med tider och kostnad för att delta. Information läggs ut kontinuerligt i FB-gruppen

Umeälvens simklubb är medlem i Riksidrottsförbundet, Svenska simförbundet och Norrlandssimförbund. Det innebär att man kan lösa tävlingslicens för att representera Umeälvens simklubb i bassängsimning och öppet vatten.







# Ordet är fritt

+46 (0)70-2306702

umealvens.simklubb@gmail.com

www.umesk.se

Varmt välkommen till vår första sociala aktivitet. Det blir julfika och isbad för de som vill och är modiga hemma hos Ingrid på Brogatan 2 A i Umeå på tisdag den 10 december kl. 18.00. Det är knytkalas så ta gärna med något att dela. Vi ses där!



# Inbjudan till julfika och isbad

A group of swimmers in a lake, with a forest in the background. The swimmers are wearing black wetsuits and orange buoys. The water is dark blue, and the sky is clear. The forest is dense with green trees.

**USK**

**TACK!**

**UMEÄLVENS  
SIMKLUBB**