

Kære Medlem af USG Svømning og Vandpolo

Sæsonen 2010/11 står for døren! Dette brev indeholder en række relevant information om den kommende sæson. Bemærk at den information, du finder i dette brev, nu også kan findes på hjemmesiden [www.usgvand.dk](http://www.usgvand.dk).

### **Reducerede hold**

I svømmeafdelingen har vi i nogle år ud fra et pointsystem baseret bla. på fremmøde reguleret vores procentdel af studerende ved at bede nogen af medlemmerne komme på et hold med reduceret træningstid. Men på grund af ustabil fremmødere registrering i den forgående sæson og fordelingen af træningstider i denne, har vi valgt i første omgang ikke at lave reducerede hold i denne sæson. Såfremt det måtte være nødvendigt, vil bestyrelsen genoverveje reducerede hold til januar og derfor beholder vi også pointsystemet.

### **Bassinprøve**

Det er ikke altid, vi har træner på kanten, men i flere af de haller vi træner, skal vi have mindst én kvalificeret person på kanten hele tiden. Det plejer vi at skiftes om. Hvis man ønsker at træne, når der ikke lige er træner på, bør man også tage sin del af tiden på kanten, og til det skal man have en bassinprøve. Klubben arrangerer at alle får mulighed for at tage en gratis bassinprøve. Vi forventer, at alle så vidt muligt tager prøven, når den bliver arrangeret.

### **Aktivt klubliv**

Igen i den kommende sæson vil bestyrelsen opfordre medlemmerne – såvel studerende som ikke-studerende – til at deltage aktivt i klubben. Dette gælder fx i forhold i at være behjælpelig med at være official, være stævne- og festansvarlig og i det hele taget tage initiativer til klubarrangementer. Som medlem har du et medansvar for et aktivt klubliv.

For at støtte et aktivt klubliv har klubben et sæt tilskudsregler, der har til hensigt at fremme og støtte visse aktiviteter. Disse tilskudsregler kan findes på klubbens hjemmeside, [www.usgvand.dk](http://www.usgvand.dk)

Med venlig hilsen,

### **Bestyrelsen for USG Svømning og Vandpolo,**

Bo Stenhuus (formand), Marianne Voigt (næstformand), Ann Fugl-Mayer (kasserer), Jakob Clement (svømmeleder), Søren Folke (pololeder), Christian Bundgaard (sekretær), Ebbe Rasmussen (idrætsinspektør).

# USG Svømning og Vandpolo 2010/2011

## Hold og kontingentsatser

### Svømning (inkl. styrketræning)

KI-SvA Studerende/ikke-studerende

KI-SvA1(\*) Ikke-studerende. Træning tirsdag, torsdag, fredag, søndag

(\*) SvA1 er reserveret til ikke-studerende med lavt fremmøde i sæsonen 08/09.

Du kan kun tilmelde dig dette hold, hvis du får særlig besked om det.

### Vandpolo (inkl. styrketræning)

KI-SvP1 1. divisionshold

KI-SvP2 Begynderhold

### Kontingenter (01.09.10 til 31.08.11)

KI-SvA, KI-SvP1, KL-SvP2 (studerende) 900 kr

KL-SvA, KI-SvP1, KL-SvP2 (ikke-studerende og Ph.D.-studerende) 2200 kr

KL-SvA1 (ikke-studerende) 1700 kr

Passivt medlemskab 200 kr

Den eneste undtagelse fra satserne er studerende, som kan dokumentere et udlandsstudieophold på minimum et semesters varighed. Disse kan få refunderet en del af kontingentet. Pr. 1. januar nedsættes kontingenterne for resten af sæsonen.

### Studerende

Studerende er, i følge USGs definition, aktive fuldtidsstuderende på SU-berettigede uddannelser. USG kontrollerer i nogen grad studiestatus ved tilmelding, og vi kan bede om dokumentation i løbet af sæsonen. Snyd med studenterstatus vil medføre eksklusion jfr. USGs vedtægter. Det er studiestatus ved sæsonstart, der tæller.

### Passivt medlemskab

- Kun mulighed for at deltage i de sociale arrangementer
- Tilmeldingsfrist 13.08.10
- Mulighed for overgang til aktivt medlemskab **muligt** fra 01.01.11
- Passive, ikke-studerende medlemmer, der over en femårig periode har været passiv i fire sæsoner, kan ikke optages som aktive medlemmer

## Træningstider

### Svømning

Holdkode		Bellahøj	IFI	Vesterbro		Gebyr kr. Stud./Ej. stud
kl-svA	man.	20.00-21.15			bane 1+2+3	720/2.020
	tirs.	20.00-21.10			bane1+2	
	ons.			19.30-21.00	bane1-4/+5-6	
	tors.	20.50-22.00			bane 1+2+3	
	fre.		17.50-19.20		6 baner	
	lør.		13.00-14.15		6 baner	
	søn.		08.00-		6 baner	

			10.00			
<b>Trænere:</b>						

## Vandpolo

Holdkode	Niveau	Dag	Tid	Sted	Træner	Gebyr kr. Stud./Ej. stud
<b>sv35</b>	<b>begynder</b>	fre.	16.50-17.50	IFI - Svømmehal	Ebbe Rasmussen	<b>620</b>
		tirs.	21.00-23.00	Hillerødgade Svømmehal	sam.træn m/Mermates	
<b>kl-svp1</b>	<b>øvet-elite</b>	tirs.	19.40-21.00	IFI - Svømmehal	Thomas Schauby	<b>720/2.020</b>
		tors.	19.00-20.30	Bellahøj Svømmest.	sam.træn m/Mermates	

## Styrketræning

Klubben tilbyder i år styrketræning til alle medlemmer på følgende tider

		Alle
Tirs	19.00 – 22.00	Kong Frederik d. 9's Hal, Nørre Allé 57
Tors	07.00 – 08.00	Kong Frederik d. 9's Hal, Nørre Allé 57
Lør	09.00 – 12.00	Kong Frederik d. 9's Hal, Nørre Allé 57

Se flere tider på [www.usg.dk](http://www.usg.dk) under programmet 2010-2011. Det er fritræning sammen med de andre klubber i USG.

## Børnesvømning

Klubben tilbyder i år medlemmerne, at de kan tage ægtefælle eller kæreste samt børn med i det lille bassin på Nørre Allé lørdag fra 13.00-14.15, uanset hvilket hold man er tilmeldt. Der skal vises hensyn til små børn, og ryddes op efter brug af bassinet og børnene skal hele tiden være under opsyn af en voksen. Det koster 200 kr./barn for en sæson, og man tilmelder sig ved henvendelse til kassereren .

## Aflysninger/ændringer

Afvisninger fra træningstiderne annonceres på [www.usg.dk](http://www.usg.dk) og for svømning vedkommende oftest også via unisvoem-mailinglisten (groupcare).

## Procentdel studerende

Medlemsskab af USG som ikke-studerende bør betragtes som et privilegium – i mange andre lande er studenterklubber kun for studerende. Universitetet kræver, at der højst må være 35 % ikke-studerende i klubben pr. 1. februar. Dette løses forskelligt i svømme- og poloafdelingen. Ikke-studerende svømmere kan læse nærmere længere nede, polospillere bedes kontakte pololeder, hvis der er spørgsmål.

## Fremmøderegistrering

Klubben skal aflevere fremmødelister til USG. Det er derfor vigtigt, at alle træningsdeltagere, studerende såvel som ikke-studerende, sørger for at blive krydset af på fremmødelisterne. Medlemmerne opfordres til selv at checke, at de bliver krydset af, specielt hvis de kommer for sent, eller er ingen træner er.

## Point system (gælder kun ikke-studerende i svømmeafdelingen)

Universitetet kræver, at der højst må være 35% ikke-studerende i klubben. Med en endelig holdstørrelse og medlemmer, der hvert år færdiggør deres studie, skaber dette et pres på antallet af ikke-studerende, der kan være i klubben. Presset på antallet af pladser opleves ubehageligt af mange ikke-studerende medlemmer, og for at kunne retfærdiggøre dit fortsatte medlemskab over for kommende ikke-studerende, forventer vi, at du bidrager aktivt til klublivet. Det forventes dog, at også studerende bidrager aktivt til klublivet.

Dit bidrag opgøres konkret vha. et pointsystem, hvori forskellige aktiviteter giver forskelligt antal point:

Træning	1 point pr. træningsgang
Stævnedeltagelse	5 point pr. stævnedag
Stævneansvarlig	8 point pr. stævne
Official (tidtager)	8 point pr. stævneafsnit
Dommer	10 point pr. stævneafsnit
Festansvarlig	8 point pr. fest
Fremmøde i svømmeudvalg eller bestyrelse	5 point pr. møde
Revision af klubbens regnskab	16 point
Webmaster	40 point

Pointene tælles løbende sammen i perioden 1. september-30. april (begge dage inklusiv). De optjente point kommer i brug to gange i løbet af sæsonen:

**1. februar** tilpasses medlemssammensætningen til USGs krav. Hvis det er nødvendigt at udmelde et vist antal ikke-studerende, bliver det dem med **færrest point**. Vi bestræber os på at rekruttere nok studerende i løbet af efteråret, så det ikke bliver nødvendigt, men vi kan ikke give garantier.

**31. juli** udmeldes *alle*, der ikke har optjent **30 point**, da vi vurderer at de ikke viser tilstrækkelig interesse for klubben.

## Hold med reduceret træning

Et antal ikke-studerende medlemmer med **færrest træningspoint** i den forgående sæson kan kun tilmelde sig holdet med lille træningsmængde (SvA1). Til gengæld tæller disse ikke med fuld vægt i opgørelsen af studenterandelen, og den nedsatte træningsfleksibilitet er den pris, vi betaler, for at kunne have flere ikke-studerende i klubben. Medlemmer på dette hold vurderes i pointopgørelser på lige fod med andre medlemmer. Der er altså ingen compensation for det reducerede træningsudbud, da der tilbydes flere træningsgange end medlemmer, der tilbydes dette hold, typisk har benyttet i forgående sæson.

Da modellen med reducerede hold bygger meget på tillid fra foreningens side, vil der blive skredet hårdt ind, hvis nogen mod forventning forsøger at deltage i en træning, de ikke er berettiget til. Uberettiget deltagelse i træning vil medføre en indstilling til eksklusion af klubben.

Efter sæsonen vil en ny gruppe til det reducerede hold blive udvalgt blandt alle medlemmerne, der var ikke-studerende i sæsonen, og som har trænet mindst.

### Længerevarende sygdom

Bliver du eller en i din allernærmeste familie ramt af længerevarende sygdom, der gør, at du ikke kan deltage i klubbens aktiviteter, kan det give anledning til hel eller delvis dispensation fra aktivitetskravet. Det vil blive vurderet af bestyrelsen fra gang til gang, og du kan blive bedt om at fremvise en lægeerklæring.

### Passivt medlemskab

Kan du se, at du i en periode ikke vil kunne deltage i klublivet, kan du melde dig passiv inden sæsonstart. Som passivt medlem må du ikke træne eller deltage i stævner, men der stilles heller ikke krav til din aktivitet, så længe du er passiv. Du har så mulighed for at melde dig ind i klubben igen, når du kan deltage aktivt. Melder du dig ind i løbet af en sæson, optjener du point som alle andre, og din indsats vurderes ved sæsonafslutning på lige fod med alle andres, uanset at du har haft kortere tid til at optjene point. Melder du dig ind ved sommertilmeldingen har du mulighed for frit at melde dig på den holdtype, du var tilmeldt, da du meldte dig passiv. Du kan højst være passivt medlem i 4 år.

## Tilmeldingsprocedure

Tilmelding til aktivt medlemskab sker via USG's hjemmeside, [www.usg.dk](http://www.usg.dk). Du skal her gå til "tilmelding" og herfra vil du blive guidet igennem din tilmelding. Var du medlem i sidste sæson, skal du logge ind med dit gamle brugernavn og kodeord. Efter indtastning af dine oplysninger vil du blive overført til en speciel betalingside, hvor du skal betale med dankort. Når du har betalt, vil du modtage en e-mail som bekræftelse på, at du er tilmeldt. Du vil efter et par dage også modtage et medlemskort, som du skal vise som adgangskort til træning andre steder end Nr. Allé. **som adgangskort.**

13. august	Tilmeldingen til passivt medlemskab lukker
17. august	Tilmeldingen åbner for tidligere medlemmer(*)
26. august	Tilmeldingen lukker for ikke-studerende
26. august	Tilmeldingen åbner for alle studerende

(\*) for at kunne tilmelde sig som ikke-studerende, skal man have været medlem som studerende i mere end en hel sæson, altså have betalt kontingent mere end én gang som studerende.

Pladserne til ikke-studerende fordeles efter først-til-mølle princippet fra tilmeldingen åbner. Vi vil gerne gøre opmærksom på, at der i BASK også er mulighed for at svømme som ikke studerende. Se mere på BASK's egen hjemmeside.

Tilmelding til passivt medlemskab sker via [www.usg.dk](http://www.usg.dk), senest 13.08.2010.

Husk at opdatere adresse, telefonnumre og e-mailadresse mm. i din USG-profil ved ændringer og for svømmernes vedkommende også gerne at rette det på groupcare.

## Elektronisk kommunikation

På de fleste områder kommunikerer vi elektronisk med vores medlemmer, så hold din

e-mailadresse opdateret i din USG-profil og på mailing-lister, du måtte være medlem af.

Klubbens hjemmeside findes på [www.usgvand.dk](http://www.usgvand.dk). Her finder du bl.a. informationer om

- Træningstider
- Adresser på svømmehaller
- Telefonnumre
- Klubrekorder
- Billeder fra diverse begivenheder
- Bestyrelsens kontaktinformationer
- Aktivitetskalender
- Tilskudsregler

På USG's hjemmeside [www.usg.dk](http://www.usg.dk) findes ændringer i træningstider aflysninger mm. Information herfra vil oftest blive overført til [www.usgvand.dk](http://www.usgvand.dk) men det kan ikke garanteres.

## Generalforsamling

Den årlige generalforsamling finder sted mandag d. 20.10.2010 kl. 19.00 i Store Auditorium på Nørre Allé 53. Dagsordenen vil senere kunne læses på klubbens hjemmeside, men indeholder bl.a. valg til bestyrelsen – mød op og gør din indflydelse gældende! Der vil blive serveret en forfriskning og en bid brød. Ønsker du at stille op til bestyrelsen, er du velkommen til at kontakte os og høre om arbejdet.

## Svømmeudvalg/poloudvalg

Svømmeudvalget tager sig af de sportslige aktiviteter i svømning. Udvalget ledes af Ja ([tokesp@hotmail.com](mailto:tokesp@hotmail.com)), som repræsenterer udvalget i bestyrelsen.

Svømmeudvalget består af følgende medlemmer:

### Svømmeudvalget

Svømmeleder  
Jacob Clement  
[jacob\\_clement@hotmail.com](mailto:jacob_clement@hotmail.com)

Anders Berg Jørgensen  
35831718 - 60943993  
[abergj@gmail.com](mailto:abergj@gmail.com)

Maria Fjällstein  
25371286  
[mauritzdk@hotmail.com](mailto:mauritzdk@hotmail.com)

Astrid Eliassen  
23379717  
[astrid\\_eliasen@hotmail.com](mailto:astrid_eliasen@hotmail.com)

Toke S. Pedersen  
26130850  
[tokesp@hotmail.com](mailto:tokesp@hotmail.com)

Signe Cederstrøm  
[signece@stud.ku.dk](mailto:signece@stud.ku.dk)

De sportslige dispositioner i vandpoloafdelingen træffes af pololeder og bestyrelsesmedlem Søren Folke Larsen, 22759657, [soerenfolke@hotmail.com](mailto:soerenfolke@hotmail.com)

# Svømning

## Mailing-lister

Der findes to Groupcare fora (mailing-lister) for svømmerne,

- [unisvoem@groupcare.dk](mailto:unisvoem@groupcare.dk) er reserveret til seriøse indspark fra medlemmerne, invitationer til stævner, klubarrangementer og træningsleje samt annonceringer fra bestyrelsen og svømmeudvalg. Derudover må mailing-listen anvendes til annoncering af private fester.
- [usgswim@groupcare.dk](mailto:usgswim@groupcare.dk) Til tider ret useriøst, men ofte humoristisk spam. Alt er tilladt her!

Respekter venligst opdelingen, så alvorlige indlæg ikke drukner i spas. For at tilmelde dig mailing-listerne bedes du kontakte svømmeudvalgsmedlem Anders Berg Jørgensen, ([abergj@gmail.com](mailto:abergj@gmail.com)).

## Official-uddannelse

Det er de færreste af os, der har vores forældre til at hjælpe med til stævner, så derfor er klubbens stævnedeltagelse afhængig af, at medlemmerne uddanner sig til officials. Et tidtagerkursus som minimum bør betragtes som obligatorisk for alle medlemmer. Kontakt Signe Cederstrøm ([signece@stud.ku.dk](mailto:signece@stud.ku.dk)) fra svømmeudvalget for yderligere information.