

HAMINAN UIMASEURAN TOIMINTAKERTOMUS 2022

Vuosi 2022 seuran toiminnassa oli paluu pitkästä ajasta taas normaaliin. Korona-pandemia hellitti ja sen myötä elämä palasi seurassa pikkuhiljaa normaaliksi. Seuran toimintaan korona ei vaikuttanut vuonna 22 enää laisinkaan, sillä vaikka halli pari viikkoa tammikuussa olikin kiinni, niin Haminan kaupunki mahdollisti tällöin seuran vuorojen toiminnan. Kaikki lapset ja nuoret saivat uida normaalisti omien vuorojen puitteissa, vaikka yleisövuorojen osalta halli kiinni olikin. Suuri helpotus Uimaseuralle ja ennenkaikkea jäsenistölle, että vihdoinkin saatiin taas oikeanlainen toimintavuosi ja lapset pääsivät tykkäämäänsä harrastuksen pariin.

Kysyntä seuraa kohtaa on edelleen runsasta, vaikka ikäluokat Haminassa pienenevätkin hurjasti. Kysyntään vaikuttaa myös se, että kaupunki ei järjestänyt uimakouluja koronavuosina lainkaan, myös koulujen uimaopetus oli pahimpina korona-aikoina tauolla. Tällöin seura oli ainoa paikka, mistä lapselle tärkeän uimataidon voi saavuttaa.

Seuran vuoroilla ui toimintavuonna noin 250 lasta viikoittain. Muutamia vapaita paikkoja jäi myöhäisempiin pienen altaan vuoroihin (klo 19.15-20.00), mutta kaikki muut vuorot täyttyivät jopa liiaksi. Maanantain ison altaan vuorolle nimittäin kirjautui 53 uimaria. Nämä kun jaetaan kolmelle radalle, niin se tarkoittaa liki 18 uimaria / rata.

Kilpauinnin osalta parhaisiin suorituksiin eli 10. sijaan pääkisoissa ylsivät Venla Tolvanen ja Minea Ruusu, kummatkin Ikäkausimestaruusuinneissa. Hienot suoritukset tytöiltä! Kilpauimariryhmät mullistuivat myös vuoden aikana melkoisesti ja syksyllä oltiin tilanteessa, että seuralla ei ole yhtään poikakilpauimaria. Tyttöjä on sen kahdessa ryhmässä yhteensä 8.

Haminan Uimaseura kiittää kaikkia seuran toiminnassa mukana olleita vuodesta 2022!

1. Kausi 2022

Vuosi 2022 paketoitiin seuran osalta maanantaina 19.12. järjestetyssä "Pikkujoulu" tilaisuudessa Tarmolan majalla, jossa jaettiin Mestaruusuintien palkinnot sekä lukuisat tunnustus- ja kiertopalkinnot seuran ansioituneille uimareille.

Tilaisuudessa vierailleille tarjottiin kahvit/limut yhdessä hyvinkin perinteisin Aitolahden joulupullan kanssa.

Tuttuun tapaan mukana oli myös arpajaiset, jotka järjestettiin kera pikavoittojen. Arpajaisvoitot olivat tällä kertaa varsin hyvät, sillä palkintona oli kolme noin viiden kilon “joulusuklaasäkkiä” sekä 10 konditoria Huovilan lahjakorttia, kaksi TallinkSiljan risteilylahjakorttia sekä yksi Kotipizzan 50€ arvoinen lahjakortti.

Jokainen mestaruusuunteihin osallistunut uimari palkittiin kunniakirjalla ja joulupussilla. Kunkin sarjan kolmelle parhaalle annettiin tuttuun tapaan mitalit. Pikkualtaassa ”kisanneet” saivat kaikki kultaisen mitalin. Samoin kultamitali annettiin kaikille alle kouluikäisille ison altaan uimareille.

Vuonna 2022 kiertopalkinnot jaettiin seuraavasti:

Seuran paras urheilija:	Emilia Ruusu
Paras tyttö-/ naisuimari:	Emilia Ruusu
Paras junnu-uimari:	Venla Tolvanen
Voittajapatsas:	Miisa Eerola
Vuoden sekauimari	Venla Tolvanen
Mika Hännisen Vuoden molskija:	Lauri Tolvanen
Vuoden perhosuimari:	Minea Ruusu
Vuoden Polskija:	Enni, Juulia ja Luukas Kervinen
Vuoden Tsemppari:	Lotta Kylmälä
Nuori ja Lupaava:	Helmi Heikkilä
Aktiivisuuspokaali:	Martta ja Alisa Huovila
Teräsjunnutyttö:	Venla Tolvanen
Teräsnainen:	Taru Eerola

Tunnustuspalkinnot:

Roosa Iivanainen
Helmi Lahtinen
Sara Helminen
Vuokko Vainio
Antti Pälli
Monica Mikkola
Joona Ahonen
Aaron Aittomaa
Niilo Rahnasto
Venla Liikkanen
Peppi Stolt
Anna Chukhlebova

Osa seuran perinteisistä kiertopalkinnoista jätettiin tänä vuonna jakamatta, mm. “Hikipäälautanen”, paras rintauimari ja Kevään kelluja.

2. Jäsenasiat

Seuralla oli jäseniä vuoden lopussa 268 henkeä. Jäsenrekisterin mukaan jäsenistön jakauma oli seuraavanlainen:

POJAT:	121	MIEHET:	5
TYTÖT:	<u>134</u>	NAISET:	<u>8</u>
	255		13

Seuran jäsen(kausi)maksun suuruus oli keväällä 110 euroa / kausi. Sisaralennusta annettiin 40 euroa eli jäsenmaksu oli heiltä 70€. Syksyllä vuosikokouksen päätöksen mukaan jäsen(kausi)maksua korotettiin 5€ eli ne olivat sen jälkeen 115€ ja 75€. Edellisen kerran kyseistä maksua oli korotettu vuonna 2018. Jäsenmaksu perittään kahdesti vuodessa erikseen syys- ja kevätkaudelta.

Kilpauintiryhmään kuuluvien jäsenmaksu oli keväällä 50€ / kausi. Syksyllä vuosikokouksen päätöksen mukaan tähänkin maksuun tuli 10€ korotus, joten maksu oli sen jälkeen 60€. Pienempi jäsenmaksu muihin verrattuna johtuu siitä, että kilpauimarit joutuvat ostamaan Linnoituksen halliin vuosikortin (220€). Vuosikortin avulla kaikki kilpauimareiden harjoitukset ovat ilmaisia eli seura ei joudu maksamaan niistä mitään. Mikäli korttia ei halua ostaa, joutuu maksamaan normaalin hallin sisäänkäsymaksun. Kilpauintiryhmän kausimaksua oli korotettu edellisen kerran vuonna 2016.

Kilpauimarit maksavat seuralle jäsenmaksun lisäksi valmennusmaksua 40-60€ kuukaudelta, jonka suuruus riippuu harjoitusmääristä. Valmennusmaksua perittiin 11. kuukaudelta vuodessa, heinäkuulta maksua ei peritä.

3. Johtokunta ja toiminnantarkastajat

Puheenjohtaja	Sanntu Pärssinen
Varapuheenjohtaja	Ville Tolvanen
Sihteeri ja jäsenasiainhoitaja	Timmi Tuutti
Jäsen	Elisa Itkonen
Jäsen	Roope Pakkanen
Varajäsen	Anssi Kolari
Varajäsen	Nina Karesti-Tolvanen

Toiminnantarkastajat:	Elina Harjama ja Sisko Pesu
Varatoiminnantarkastajat:	Tarja Schneider ja Tytti Tuutti
Kirjanpitäjä:	Tero Tuononen

3. Harjoitukset

Seuran harjoitukset jatkoivat toimintavuotena samaa kaavaa kuin aiemminkin on totuttu eli palattiin pitkästä aikaan normaaliin koronavuosien jälkeen. Koronapandemia ei enää nimittäin vaikuttanut tänä vuonna lainkaan seuran toimintaan. Halli oli suljettuna ainoastaan pari viikkoa tammikuun lopulla, mutta sen sulkun aikana seuran lapset/nuoret saivat harjoitella normaaliin tapaan.

Näistä parista viikosta kaupunki ansaitsee suuret kiitokset, jotta se mahdollisti seuran harjoittelut, vaikka muuten halli kiinni olikin.

Seura sai syksyllä kaikki anomansa vuorot kaudelle 22-23 eli harjoituskauden käynnistys kävi totutun helposti.

Uusi kausi aloitettiin vasta maanantaina 19.9., sillä Linnoituksen uimahallilla oli huoltotauko syyskuun kolme ensimmäistä viikkoa. Seuran mielestä tämä ajankohta huoltotauolle on hyvinkin huono, sillä se hienosti estää kaikkien haminalaisten seurojen toiminnan altailla aikana, jolloin ns. talvilajien tulisi jo olla käynnissä.

Seuran harjoitusvuorot 2022:

Linnoituksen uimahalli:

Maanantai klo 17.45-18.45 isoallas harrastelijaryhmät

klo 17.45-18.30 pikkuallasryhmä 1

klo 18.30-19.15 pikkuallasryhmä 2

klo 19.15-20.00 pikkuallasryhmä 3

Keskiviikko klo 17.30-18.15 Aikuisten tekniikkakurssi

klo 18.15-19.00 Aikuisten tekniikkakurssi

Aikuisten tekniikkakurssit ovat aina sekä keväällä että syksyllä.

Kurssi kestää 10 viikkoa ja sen aikana käydään lävitse selkä-, rinta, ja vapaauintin tekniikat.

Torstai klo 17.45-18.45 isoallas harrastelijaryhmät 1
 klo 18.45-19.45 isoallas harrastelijaryhmät 2

 klo 17.45-18.30 pikkuallasryhmä 1
 klo 18.30-19.15 pikkuallasryhmä 2
 klo 19.15-20.00 pikkuallasryhmä 3

 klo 19.45-20.30 Aikuisten ohjattu harjoitustunti

Sunnuntai klo 11.00-12.00 iso allas harrastelijaryhmät
 klo 11.00-12.00 pikkuallasryhmä

 klo 16.15-17.00 pikkuallasryhmä 1
 klo 17.00-17.45 pikkuallasryhmä 2
 klo 17.45-18.30 pikkuallasryhmä 3

 klo 16.30-18.30 Kilpauimarit

 Kilpauimareiden ja pienen altaan ryhmien aikaan seuralla oli käytössään
 koko halli.

Yllä mainittujen aikojen lisäksi seuran kilpauimarit ovat harjoitelleet yleisövuorojen aikana
Linnoituksen Uimahallissa. Näitä harjoituksia on lähes päivittäin.

Kilpauintiryhmien valmentajina toimivat Santtu Pärssinen ja Marko Ruusu.

Santun ollessa estynyt hänen harjoituksia lähinnä pitivät Sasa Seppälä, Lauri Tolvanen tai Toni
Muurman. Markoa taasen tuurasi Janne Eerola.

Seuralla oli viikoittain kymmenen pienen altaan ryhmää, joissa tavoitteena on oppia uimaan, niin
että pärjää sitten isossa altaassa. Uintilajeista opetus painottuu myyrä- ja koirauintiin sekä
alkeisselkäuintiin. Opetus tapahtuu erilaisten leikkien varjolla. Yhteen pienen altaan ryhmään
otetaan 12 lasta.

Pienessä altaassa seuran ohjaajina toimivat keväällä:

Maanantaisin: Eva-Maria Haaja, Sanni Kaukonen ja Kiira Tulkki

Torstaisin: Annika Vuorinen ja Scarlet Ström (klo 17.45 ja 18.30 aloittavat ryhmät

Scarlet Ström, Hanna Lahtela ja Annika Vuorinen klo 19.15 aloittava ryhmä.

Sunnuntaisin: Scarlet Ström, Sanni Kauhanen ja Kiira Tulkki (klo 11.00-12.00)

Scarlet Ström, Kiira Tulkki ja Matilda Suikkanen (klo 16.15-18.30)

Syksyllä ohjaustyöstä vastasivat taas:

Maanantaisin: Matilda Suikkanen, Eva-Maria Haaja ja Lyyti Haapanen

Torstaisin: Hanna Lahtela, Annika Vuorinen ja Isa Ahola

Sunnuntaisin: Lyyti Haapanen, Sanni Kaukonen, Sanni Liikkanen ja Viivi Vapalahti

Näistä neljästä työstä paikalla on viikoittain kolme.

Tytöt sopivat aina keskenään, ketkä paikalle pääsevät.

Varsinaisten ohjaajien apuna toimivat apuohjaajat. Apuohjaajat kouluttautuvat lähes aina lopulta myös seuran varsinaiseksi ohjaajaksi, joten he saavat jo apuohjaajavuosina paljon hyviä oppeja kokeneilta ohjaajilta.

Toimintavuonna apuohjaajia oli ainoastaan keväällä, sillä syksyn Vesiralli-koulutuksen myötä heistä valtaosasta tuli varsinaisia ohjaajia. Uusia innokkaita 12 vuotta täyttäneitä apuohjaajia ei ilmaantunut tänä syksynä lainkaan.

Apuohjaajina keväällä toimivat:

Maanantaisin: Onni Kajasaranta (klo 17.45 ja 18.30 aloittavat ryhmät)

Torstaisin: Dana Garces ja Isa Ahola

Tytöistä oli aina paikalla toinen

Sunnuntaisin: Sanni Liikkanen (klo 17.00 ja 17.45 aloittavat ryhmät)

Isossa altaassa seuralla oli viikossa 11 ryhmää. Jokaisella vuorolla yksi rata muodostaa yhden ryhmän. Ison altaan opettaminen aloitetaan selkä- ja krooliuinnista ja näiden sujuessa mukaan astuu rintauinti. Pidemmän aikaa seurassa uineet pääsevät ainakin kokeilemaan myös perhosuintia.

Myös starttihippyjä ja käännöksiä harjoitellaan isossa altaassa.

Opetus tapahtuu pienen altaan tavoin leikkien varjolla. Seuran tarkoituksena ei ole tehdä harrastelijoista kilpauimareita, vaan opetus pyritään tekemään niin, ettei se olisi liian rankkaa. Kilpauintiryhmään pääsee kyllä siirtymään, jos sitä vain haluaa.

Isossa altaassa ohjaajina toimivat: Liina Kekäläinen, Heta Haaja (ainoastaan keväällä), Verna Haaja (ainoastaan keväällä), Mari Lammi, Rasmus Hämäläinen, Emilia Ruusu, Fanny Puska (ainoastaan keväällä), Joosa Brusila (ainoastaan syksyllä), Luukan Kervinen (ainoastaan syksyllä), Viivi Vapalahti (ainoastaan syksyllä), Nelly Hoikkala (ainoastaan syksyllä), Kaarina Leppä, Matilda Suikkanen, Hanna Lahtela, ja Santtu Pärssinen.

Ohjaajatilanne seurassa on edelleen onneksemme varsin hyvä, sillä esimerkiksi kaikille vuoroille löydettiin syksyllä ohjaajat. Tässä auttoi paljon se, että seura järjesti syyskuun lopussa Vesiralli-koulutuksen Haminassa. Tämän avulla saatiin runsaasti uusia ohjaajia myös tuleville vuosille.

Edelleen kaikki seuran ohjaajina toimivat ovat koulutettuja tehtäväänsä.

Tarvittaessa ohjaajat tuuraavat toisiaan. Mikäli joskus on sattunut niin, että poissa on ollut useampikin ohjaaja ja tuuraajia ei ole saatu, on joku ohjaajista uittanut samanaikaisesti kahta rataa. Ykkösrata eli pienempien uimareiden rata ei kuitenkaan ole koskaan ilman ohjaajaa.

Koko vuoden torstai-iltaisin pyöri jatkoi toimintaansa myös aikuisten ohjattu ryhmä. Ohjaajana ryhmällä oli ex-kilpauimari Sasa Seppälä. Ryhmän ideana on pitää yllä hyvää uintikuntoa ja parannella omia tekniikoita. Ryhmän suosio on kasvanut koko ajan ja siinä ui syksyllä liki 10 uimaria. Varsin monet ryhmään tulevat uudet uimarit liittyvät ryhmään seuran tekniikkakurssin jälkeen.

Seuran vuoroilla uiskenteli viikoittain edelleen noin 260 uinnin harrastajaa. Torstai on edelleen pysynyt suosituimpana harjoituspäivänä, sillä tällöin seuran kahden tunnin vuoron aikana harjoituksissa käy noin 120 lasta. Maanantaisin lapsia on noin 90, ja sunnuntaisin noin 70.

4. Kilpailutoiminta

Kilpailutoiminnan osalta korona-vuodet jäivät onneksemme taakse eli palasimme taas normaaliin seuran kilpailurytmiin, johon kuuluvat Karkki-uinnit toukokuussa, Mestaruusuinnit marraskuussa ja teräsmieskilpailut Tarmolan maastossa syyskuussa.

Kaikki kilpailut pystyttiin taas järjestämään niin, että myös yleisö pääsi niitä seuraamaan uimahallille. Kilpailut järjestettiin Linnoituksen uimahallilla sunnuntai-iltoina, jolloin koko halli on seuran käytössä. Pienen altaan uimarit uivat kisansa omalla vuorollaan.

Osallistujia kummassakin uintikisatapahtumassa oli liki 200 eli todella hieno määrä, mutta Teräsmieskisojen suorituksen suoritti vaivaiset 4 kilpailijaa.

Teräsmieskisojen kohtaloa kannattaa seurassa pohtia, sillä osallistujia tuntuu olevan hankala saada. Ei ole kovin järkevää järjestää kisoja vain muutamalle osallistujalle.

Kilpauintiryhmiä seuralla on kaksi. Toinen niistä eli Santtu Pärssisen valmentama ryhmä koki kesällä täydellisen myllerryksen, sillä ryhmästä hävisi kaikki ns. “vanhat uimarit”. Seuraa vuosikaudet loistavin tuloksin edustanut Lauri Tolvanen päätti tällöin kilpailu-uransa Tampereen SM-uinteihin.

Lauri oli seuran ykkösuimari vuosia. Hän kiersi uinnin pääkilpailuja seuran väreissä aivan nuoresta pojasta lähtien ja aikarajoja hän onnistui rikkomaan aina niin monessa lajissa, että lajeja valittaessa, esim. SM-uinteihin, oli todellakin valinnanvaraa. Aivan terävimpään kärkeen hän ei kovassa (2003-syntyneet) ikäluokassa päässyt, mutta pistesijoja (8 parhaan joukkoon uimista) hän saavutti liki vuosittain niin Ikäkausimestaruusuinneissa kuin Nuoren SM-uinneissa.

Myös asenteeltaan ja käytökseltään Lauri oli aivan loistava malli seuran nuorille uimareille. Hän jäivät altaassa kaipaamaan myös uimahallin muut käyttäjät, joiden kanssa Lauri aina auliisti jutteli. Kiitokset Lauri näistä vuosista, jotka seuraa todella merkittävällä tavalla edustit.

Ennen Laurin lopettamista Santun ryhmästä oli “uikkarit naulaan” päättänyt laittaa Johannes Kauppinen(17v). Hän edusti seuraa viimeisen kerran huhtikuussa kisoissa Espoonlahdessa.

Lauri ja Johanneksen lopetettua Toni Muurman(17v) jäi niin sanotusti yksin, joten hänkään ei enää syyskaudella kilpauintiryhmään liittynyt mukaan.

Santun ryhmä koostuukin syksyllä ainoastaan kolmesta tytöstä, toki tytöt olivat Santun alaisuudessa uineet jo aiemminkin eli ryhmässä uivat syksyllä Venla Liikkanen (12v), Peppi Stolt (14v) ja Anna Chukhlebova (15v). Keväällä ryhmässä uineet David Korte, Viivi Vapalahti ja Annika Kettunen päättivät kaikki lopettaa harrastuksen.

Santun kilpauintiryhmä harjoitteli 5 kertaa viikossa. Lisäksi urheiluakatemiaan kuuluvilla oli aamuharjoituksia ja myös kuntosalilla uimarit kävivät uintien lisäksi.

Yhden harjoituksen viikoittain veti Sasa Seppälä.

Nuorempia kilpauimareita valmensi Marko Ruusu yhdessä Janne Eerolan kanssa.

Tässä ryhmässä ui ainoastaan tyttöjä ja tästä ryhmästä kehittyi seuran ykkösryhmä, kun kaikki vanhemmat kilpauimarit lopettivat keväällä. Ryhmässä uivat Minea Ruusu (13v), Lotta Kylmälä(13v), Venla Tolvanen (12v), Emilia Ruusu (16v), Miisa Eerola (14v) ja Helmi Heikkilä (12v). Ryhmään kuului vielä alkuvuonna myös Nelly Hoikkala, mutta hän lopetti ryhmässä kevään aikana.

Markon ryhmä harjoitteli altaassa viidestä kahdeksaan kertaan viikossa. Ryhmällä oli uintien lisäksi myös yhteisiä saliharjoituksia ja akatemian kuuluvilla myös aamuharjoituksia.

Vuoden 2022 arvokisat:

Rollo-uinnit: Espoo / Leppävaaran maauimala kesäkuu-22

Pitkän radan IKM-uinnit: Oulu kesäkuu-22

Pitkän radan SM/NSM-uinnit: Tampere kesäkuu-22

GP:t Espoo / Espoonlahti marraskuu-22

IKM-finaalit: Raisio marraskuu -22

Lyhyen radan SM-uinnit: Vaasa joulukuu-22

Kilpauimareiden arvokisamenestystä 2022:

Rollot uitiin Espoon Leppävaaran maauimalan 50m altaalla. Aikarajoja kisoihin olivat seurasta rikkoneet 12-vuotiaat Venla Tolvanen ja Helmi Heikkilä.

Parhaaseen sijoitukseen ylsi Venla Tolvanen 100m selkäuinnissa ollen tulostilalla 18. sijalla.

Venla ui kisoissa myös 100m vapaauinnin ja 200m sekauinnin, joista hänelle sijoitukset 58. ja 54. Helmin vauhti Rolloissa oli parhaimmillaan 100m rintauinnissa, jossa 1.31,61 irtosi 19.sija 12-vuotiaiden tyttöjen sarjassa. Myös toinen laji 100m vapaauinti sujui mallikkaasti, sillä siitä hänelle kirjattiin 24. sija.

Ouluun, pitkän radan Ikäkausimestaruusuinteihin, matkusti seurasta yksi uimari: Minea Ruusu.

“Minni” ui kisoissa kaksi rintauintimatkaa eli satasen ja kahdensadan rintauinnit.

Minni oli oivassa iskussa näissä lajeissa ja ui itsensä tuloslistoilla kummassakin lajissa 12. parhaan joukkoon ollen 200m matkalla 10. ajalla 3.03,48 ja puolta lyhyemmällä matkalla sijoitus oli 12. ajalla 1.25,01. Hieno suoritus 13-vuotiaiden tyttöjen sarjassa uivalle tytölle.

Tampereen helteisessä kesäsäässä utiin nuorten ja aikuisten SM-uinnit kesä-heinäkuun taitteessa.

Kisoihin osallistui Haminasta kaksi uimaria eli Emilia Ruusu NSM-kisoihin(T17-sarja) ja SM-uinteissa uransa viimeiset startit uinut Lauri Tolvanen.

Kummatkin uimarit uivat kisoissa kaksi matkaa.

Kisojen parhaan haminalaissijoituksen kauhoi Emilia ollen 200m selkäuinnissa 26. Toisessa lajissaan eli 50m selkäuinnissa Emilian vauhti riitti 69. sijaan.

Laurin sadan metrin selkäuinti oikeutti 28. sijaan ja rinnan pikamatkan (50m) sijoitus oli 60.

Ikäkausimestaruusuintien karsinnat syksyllä kisattiin haminalaisten osalta Nurmijärvellä, Rajamäen hallissa lokakuun lopussa. Karsinnat uidaan yhtäaikaisesti seitsemällä paikkakunnalla Suomessa.

Näiden paikkakuntien tulokset laitetaan aina yhteen ja niiden perusteella finaaleihin pääsee aina 16 parasta uimaria yli 13-vuotiaiden sarjoissa. Finaalit utiin noin kuukautta myöhemmin Raisiossa. Nuoremmissa sarjoissa kahdeksan parasta uimaria saavat valtakunnallisten tulosten perusteella kunniakirjat.

Finaaleihin seurasta selvisi kaksi uimaria kummatkin yhdessä lajissa. Lotta Kylmälä (13v) saavutti finaali paikan 100m rintauinnissa ja Venla Tolvanen(12v) 200m selkäuinnissa.

Venla onnistui finaalistartisaan upeasti, sillä liki viiden sekunnin parannus ennätykseen nosti hänen sijoituksensa kymmenenneksi. Loppuaika hänellä oli 2.41,50.

Venlan kymmenes sija yhdessä Minea Ruusun (kesän IKM) kanssa olivat seuran toimintavuoden parhaat sijoitukset pääkisoissa. Vuosikaudet joku seuran kilpauimari on onnistunut uimaan itsensä 10 parhaan joukkoon ja näin se onnistui tänäkin vuonna.

Lotta Kylmälän ui finaaleissa lähelle omaa ennätystään saaden sijoituksen 16.ajalla 1.21,72.

GP-kisoihin Espoonlahdessa seurasta osallistui neljä uimaria eli Emilia Ruusu, Minea Ruusu, Lotta Kylmälä ja Miisa Eerola. Kisoista ei vielä finaali paikkoja irronnut, mutta uusia ennätysaikoja tytöille kirjattiin useita. Lyhyillä matkoilla (50m ja 100m) illan finaaliin pääsee 16 uimaria. Pidemmillä matkoilla finaalissa ui 8 uimaria.

Emilia Ruusun oli tarkoitus lähteä uimaan myös Vaasan SM-kisoihin, mutta valitettavasti sairastelu pilasi häneltä nämä kisat. Ne jäivät kokonaan väliin.

Pääkisojen lisäksi kilpauimarit kisasivat läpi vuoden kansallisissa kilpailuissa. Alkuvuonna koronarajoitukset vaikuttivat vielä hieman kisoihin, sillä tammikuussa kisoja vielä peruttiin ja esimerkiksi yleisöä ei vielä laskettu seuraamaan kilpailuja, mutta jo maaliskuussa päästiin uimaan kisoissa vanhaan hyvään malliin koronarajoitusten päättyessä.

Haminan uimarit kisasivat vuoden aikana mm: Kotkassa, Lappeenrannassa, Espoossa, Porvoossa, Vantaalla ja Hyvinkäällä.

Mitaleja saatiin varsin runsaasti ja pääkisojen aikarajoja saatiin silloin tällöin rikottua.

Uinnissa pääkisoihin päästäkseen pitää rikkoa Uimaliiton asettamat aikarajat.

5. Muu toiminta

- Kilpauimarit leireilivät huhtikuussa ja lokakuussa Tanhuvaaran urheiluopistolla. Leiri toteutettiin yhteistyönä Haminan Ampumaseuran kanssa.
- Haminan Energia muisti seuraa keväällä 300€ stipendeillä.
- Seura osti valmentajien käyttöön gopro-kameran.
- Marko Ruusun kilpauintiryhmä teki yhteistyötä Lappeenrannan Kisatovereiden kilpauintiryhmän kanssa muutaman kerran. Ryhmät vierailivat mm. toistensa harjoituksissa.
- Kilpauimarit Venla Tolvanen ja Helmi Heikkilä pääsivät syksyllä Uimaliiton viikonlopun yli kestäväälle alueleirille Helsinkiin
- Seura järjesti aikuisille suunnatun uintitekniikkakurssin sekä keväällä että syksyllä Haminan hallissa. Osallistujia kurssilla oli 10. Kurssin piti Santtu Pärssinen Lauri Tolvasen ja Toni Muurmannin avustamana.
- Ennen syksyn aloitusta ohjaajille järjestettiin palaveri, jossa käytiin läpi tulevan kauden tapahtumia sekä jaettiin ohjausvuorot alkavalle uintikaudelle. Seura tarjosi palaverien yhteydessä ruuat ohjaajilleen.
- Seura maksoi kilpauimareille kesällä Kotkan maauimalan harjoituskulut.

- Syys-lokakuun vaihteessa Haminassa järjestettiin Vesiralli-koulutus. Tämän avulla seura sai runsaasti uusia ohjaajia niin isoon kuin pieneen altaaseen. Uusina virallisina ohjaajina aloittivat koulutuksen jälkeen Lyyti Haapanen, Sanni Kaukonen, Sanni Liikkanen, Dana Garces, Isa Ahola, Viivi Vapalahti, Joosa Brusila ja Luukas Kervinen
- Seura kustansi Hanna Lahtelalle SUH:n uimaopettajakurssin. Hanna on jo vuosia ollut seuran ohjaajana niin pienessä kuin isossa altaassa ja jatkaa työssään edelleen.
- Uimaliiton johto vieraili Haminassa syyskuussa juttelemassa ajankohtaisista uintiasioista. Liiton edustajat vastaanottivat Santtu Pärssinen ja Ville Tolvanen.
- Seuran kotisivuille sekä Facebook:iin päivitettiin ajankohtaisia seurauutisia. Sivujen päivityksestä vastasi Santtu Pärssinen.
Instagram-tiliä seuralla ei ole, kilpauimareilla taasen. Se perustettiin syksyllä-22.
- Kilpauimarit Emilia Ruusu, Anna Chukhlebova, Minea Ruusu (vain syksyllä), Lotta Kylmälä (vain syksyllä), Toni Muurman (vain keväällä) ja Lauri Tolvanen (vain keväällä) kuuluivat Kymenlaakson urheiluakatemiaan. Tämä mahdollisti harjoittelun koulun ohessa myös aamuisin.
- Vuoden aikana järjestettiin myös kaksi kilpauintiryhmien ja johtokunnan välisiä palaveria, jossa pyrittiin keskustelemaan ryhmien toiminnasta ja taloudesta.
- Seura sponsoroi Haminan lukion Wanhaja 2022 50€:lla, sillä seuran ohjaajissa oli useita wanhaja vuosimallia-22.

