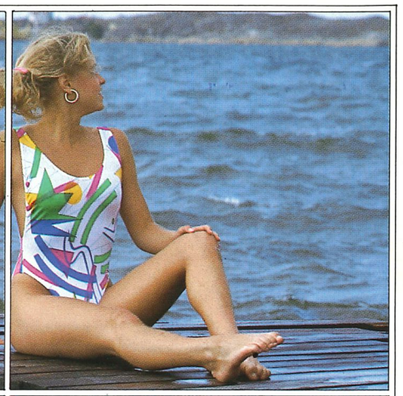
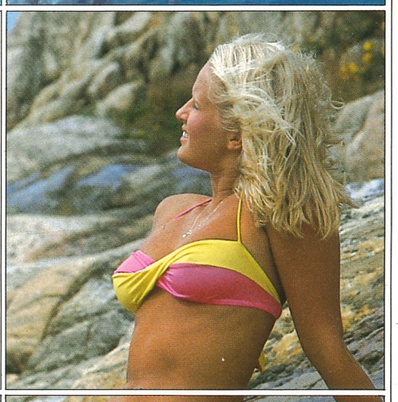
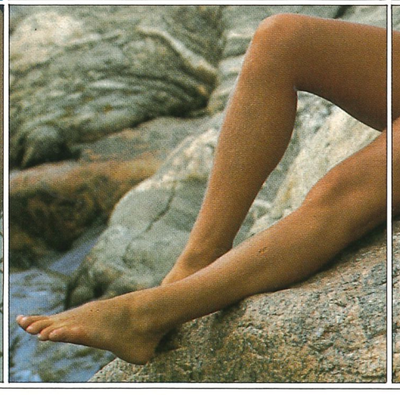
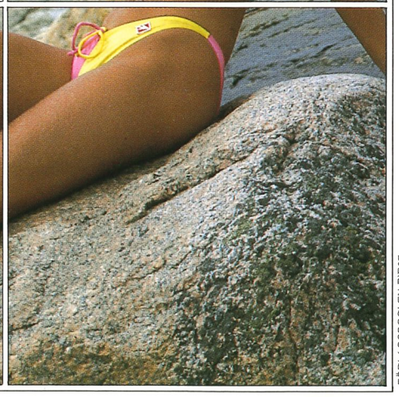




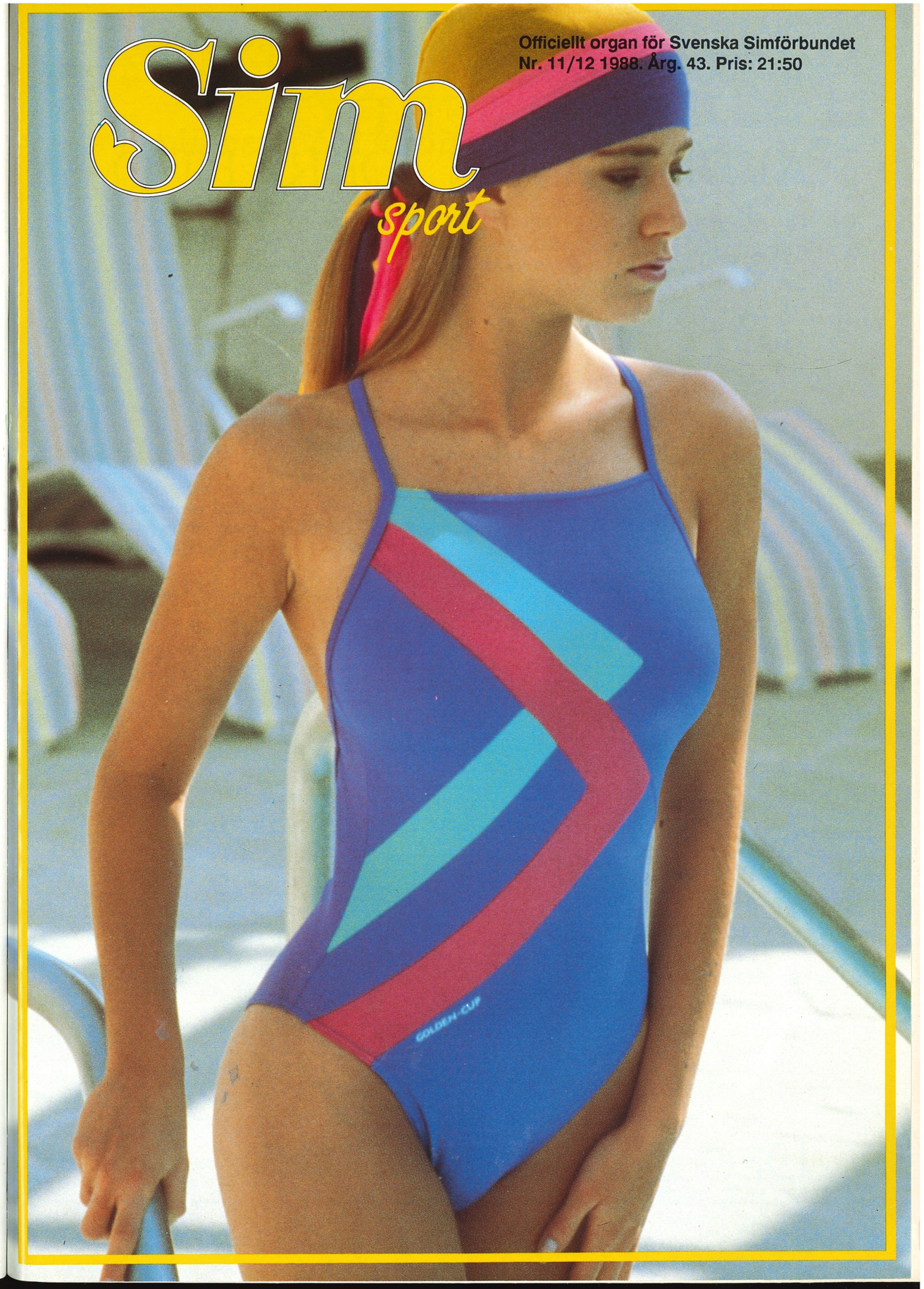


LANDSLAGET
SIMMAR I
RUE ROYALE
DIANA
sport




FÖRLAGSPOOLEN PIR87
GENERALAGENT, Craft Gruppen AB Box 74, 501 02 BORÅS, Tel. 033–10 20 40

Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Nr. 11/12 1988. Årg. 43. Pris: 21:50

Sim sport



VÅR KLINISKA ERFARENHET HJÄLPER DIG ATT BOTA DIN TORRA HUD.

Ledande inom klinisk vård.

Decubal hudvårdsserie utvecklades för att tillgodose den kliniska vårdens behov av mjukgörande och fuktighetsbevarande produkter. Kraven är stora. De ska kunna användas och vara effektiva på torr och känslig hud utan att ge upphov till biverkningar.

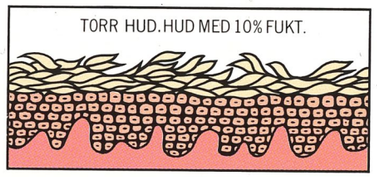
Sedan tolv år har Decubal varit den mest använda hudcremen inom klinisk vård. Under tiden har vi bedrivit en metodisk forskning för att förbättra egenskaperna när det gäller komposition och funktion. Vi har också ingående dokumenterat dessa.

Ökar fukten med 70%.

Med den nya Decubal Lotion finns det nu en möjlighet att få tillgång till all den erfarenheten. Du får den i en kosmetiskt tilltalande lotion, väl lämpad att användas över hela kroppen.

Med en unik mätteknik utvecklad vid Dermatologiska kliniken vid Linköpings universitet, har vi konstaterat, att Decubal Lotion har en fuktighetshöjande effekt på mer än 70% vid regelbunden användning.

För att inse vilken effekt detta har är det nödvändigt att se lite på din hud.



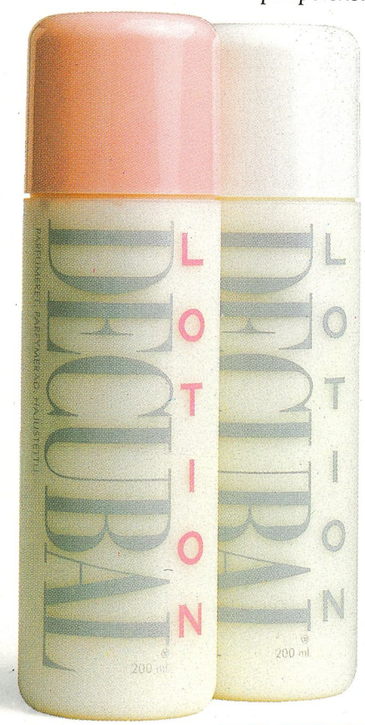
Så slipper du torr hud.

När din hud känns normal, är mjuk och smidig, ligger fukten i det yttersta skiktet, hornlagret, på ca 20%. När huden av olika anledningar känns torr och fnasig, beror det på att fukten har sjunkit till 10% eller mindre.

Det gäller alltså att se till att huden alltid har en ordentlig fuktreserv. Använder du Decubal Lotion regelbundet håller du fukten i huden på en normal nivå. Huden känns då inte bara mjuk och smidig, utan tack vare Decubal Lotions fuktighetshöjande egenskaper står den också bättre emot uttorkning. Det är extra viktigt på sommaren när sol och bad annars lätt torkar ut huden.

Prova själv så känner du att det fungerar. Decubal Lotion finns såväl parfymerad som oparfymerad på apoteket.

Finns på apoteket.



DUMEX

DECUBAL LOTION

GE DIN HUD 70% EXTRA FUKTRESERV I SOMMAR.

SSF:S OFFICIELLA LEDARE

Jämlikhet inom idrotten?

Trots en ovanligt jämn könsfördelning bland de aktiva inom vår lättklädda idrott framgår den fysiska skillnaden klart mellan flickor och pojkar, (tack och lov), men någon medveten särbehandling av könen förekommer mig veterligen inte.

Går vi upp i åldrarna och tittar på oss medelålders aktiva simsupporters har vi däremot en markant "övervikt" på manssidan, vilket dock inte betyder kvinnoförtryck. De "mulliga mansgrisarna" verkar lyckligtvis inte vara speciellt intresserade av simidrotten och själv har jag inte drabbats av dem eller också är jag så naiv eller dum att jag tror att ett dåligt uppförande mer beror på bristande uppfostran än på att jag gör intrång i mannens värld.

RF:s kurs "Kvinnor och ledarskap" gav mig emellertid en helt annan bild än den jag själv upplevt. Här berättade kvinnliga ledare inom andra idrotter om hur "duktiga" manliga ledarveteraner uppträtt mycket närgånget och trakasserat dem, helt klart för att de var kvinnor.

Vid Rikssimmartinget i Luleå var det kvinnliga deltagarantalet 22%, vid Elittränarkonferensen i Skövde 8% och vid Västergötlands Simmarting i november 50%. Min tolkning av dessa siffror och jämfört med tidigare år är inte att Västergötland är speciellt, (som det ju faktiskt är), utan att vi kvinnor är på gång ur vår Törnrosasömn. Säkert är att om några år kommer frågan om jämlikhet mellan könen knappast längre att vara aktuell, utan debatten kommer vid förtroendeval till ledarposter inom simidrotten att gälla personens lämplighet oavsett kön.

Uppfostrad och uppvuxen med den självklara grundfilosofin att alla människor har samma värde och existensberättigande kan jag enbart tycka synd om dem som tror sig vara förmer än andra.

Och tyvärr är det inte bara vissa inskränkta män som är ute och cyklar i ställer för simmar. Det finns i Sverige flera grupper med kortsynt revirtänkande och det är min övertygelse att vi i idrottsrörelsen skall vara först när det gäller såväl att bryta mansdominansen på ledarsidan som att räcka ut en hand till våra invandrare och genom idrotten ge dem möjlighet att komma in i vår gemenskap och vårt samhälle.

Vår värld är inte stor nog att rymma avund, misstänksamhet eller hat. Vi måste leva med varandra.

Birgit Götenstedt
Kvinnlig bassängkantare

(Birgit Götenstedt är inte bara kvinnlig bassängkantare utan också styrelseledamot i Svenska Simförbundet)

Sim sport

Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Idrottens Hus
123 87 Farsta
Tel. 08-713 60 00

Nr 11/12 1988. Årg. 43

INNEHÅLL

Simnyheter 5
Konferenser, Konstsim, polo Masters, 22
Officiellt 29
Teknik, medicin, forskning 34
Simhistoria, 36
Simsport besöker, 40
Resultat, 45
Tävlings-kalender, 51
Sidan sist, 58

Omslaget: Sommarens badmode från Golden Cup, modell Audrey

SIMSPORT - Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Idrottens Hus, 123 87 Farsta, Tfn. 08-713 60 00
Ansvarig utgivare: Paul Alfons, Chefredaktör: Lars-Åke Lindqvist
Redaktionens adress: Simsport Box 8346, 402 79 Göteborg Tfn. 031-23 33 50
Annonser: Jaar Reklamkonsult Tfn. 031-44 15 35
Prenumeration: Tfn. 031-23 33 50 säkrast mellan klockan 10-14. Prenumerationspris 140 kr per år insättes på postgirokonto Nr. 98 55 05 - 7.
Teknisk produktion: Förlagspoolen Box 8346 402 79 Göteborg Tfn. 031-23 33 50
Förlagsredaktör: Anders Wernesten. Grafisk form: Birgitta Lindgren
Tryck: Smp TRYCK, Växjö ISSN: 0346- 1084
För ej beställt insänt material ansvaras ej. Det går bra att citera Simsport bara källan anges.

Vaddå kvinnlig officer?

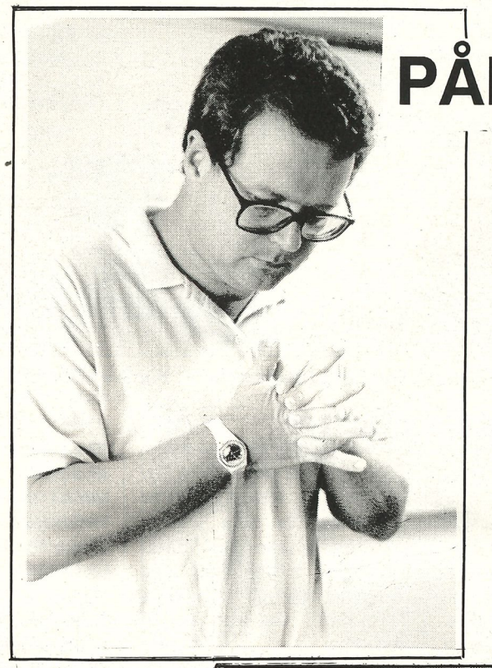


Gillar Du människor, omväxling, friluftsliv?
Är Du intresserad av utbildning?
Stimuleras Du av utmaningar och ibland hårda tag?
Har Du 2- eller 3-årig gymnasiekompetens?
Är Du fullt frisk och har god fysik?
Då bör officer i armén vara ett alternativ för Dig!
Yrket är även öppet för män.

Vill Du veta mera? Skriv till:
Arméns Yrkesinformation • Box 80002 • 104 50 Stockholm

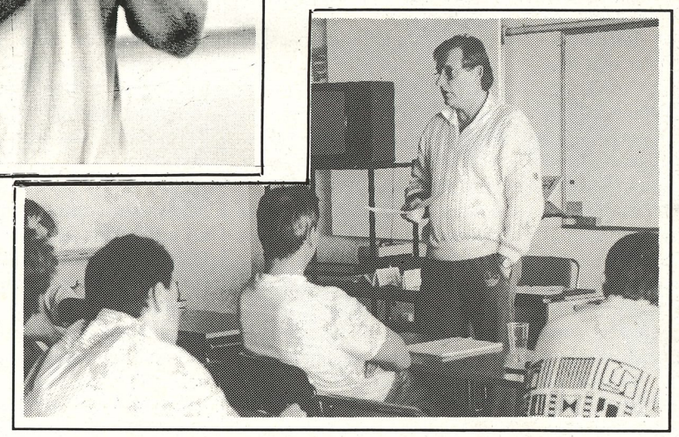
ARMÉN

SIMNYHETER



PÅLLEVISIONEN

"NYTT" SIMMARÅR FRÅN 9 ÅR OCH UPPÅT



Kära Ni alla. Bo Hultén ser ut att be den församlade tränarkåren "köpa" förslaget om det nya simmaråret. Lars-Eric Paulsson propagerar och förklarar fördelarna med "Pållevisionen".

I samband med elittränarkonferensen i Skövde 21-23 oktober presenterade Lars-Eric Paulsson, simkommitténs ordförande och tillika manager för seniorlandslaget, simkommitténs förslag till hur det nya simmaråret skall se ut. Med tanke på vem som är upphovsman, döptes förslaget redan i somras till "Pållevisionen". Under våren 1988 började arbetet på den nya idén och vid SM i Jönköping fanns de första bitarna klara. Under landslagslägret inför OS arbetade en grupp bestående av simkommittén samt representanter för SSTF och SES med förslaget och lagom till elittränarkonferensen var "Pållevisionen" färdig att presenteras för en större publik. Ett 50-tal tränare fanns på plats i Skövde och under tre dagar stöttes och blöttes Pålles nya simmarår i sina beståndsdelar. Ungdomslandslagets Leif Ericsson har tillsammans med Lars-Eric Paulsson arbetat fram en helhetslösning för simningen som omfattar alla från nio år och uppåt, från ren breddverksamhet till ett lag som skall ta medalj vid OS i Barcelona 1992. De församlade tränarna tog förslaget till sig men inte utan invändningar. Dessa gällde i första hand en del detaljer som SM för klubbar i november och avsaknaden av tävlingar i mars/april för dem som inte riktigt platsar i landslagen.

Det var en samling förväntansfulla simtränare från hela Sverige som samlats till tre dagars konferens på Billingehus i Skövde. Drygt 50 tränare skulle tillsammans med simkommittén göra färdigt det förslag som svensk simning i framtiden skall arbeta efter. Simförbundets styrelses Birgit Götenstedt hälsade välkommen till Västergötland med att berätta om hur gammal simningen är i landskapet. Därefter tog Lars-Eric Paulsson över.

- Simningen kan numera delas in i två tidsperioder, före och efter Söul. Världssimningen har gått in i en ny fas och globalt är bredden på toppen större än någonsin medan Sverige blivit mindre än någonsin. Vi har blivit förbisimmade vid en internationell jämförelse och måste nu välja om vi i framtiden vill tävla internationellt mot Färöarna och Andorra eller mot den världselit vi varit vana vid. Svenska simmare tränar på tok för lite och detta är en spegling av det samhäller vi lever i. Vi har tidigare planerat vår säsong enbart med tanke på vår nationella verksamhet. Helt annorlunda mot den internationella. Nu måste vi anpassa oss och sluta tävla med för låga krav. Innan jag går in på våra nya tankegångar vill jag presentera simkommitténs 11 punkter på väg mot en kvalitetshöjning, avslutade Lars-Eric Paulsson sin inledning.

De elva punkterna som skall styra simverksamheten är följande:

1. Vi måste öka standarden på svensk landslagssimning.
2. Vi måste öka bredden och kvalitén på ungdomssimningen.
3. Vi måste öka massmedias och allmänhetens intresse för simning.
4. Vi skall arrangera två högklassiga internationella tävlingar varje år på svensk botten. Dessa är Swedish Open och Svenska Simspelen.
5. Vi måste verka för fler och bättre simsportsanläggningar.
6. Vi skall starta fler simcentra.
7. Vi skall höja kunskapsnivån på svenska simtränare.



Idéerna och frågorna var många i de olika arbetsgrupperna.. Här Sven-Bertil Mattsson och Lars Klingén.

8. Vi skall verka för en forskning som har praktisk inverkan på simtränigen.
9. Vi måste internationalisera svensk simning.
10. Vi måste förbättra de ekonomiska förutsättningarna för simmare på väg mot världstoppen.
11. Vi måste arbeta aktivt för att få EM 1993 eller VM 1994.

Lars-Eric Paulsson utvecklade sedan varje punkt och sammanfattade med att säga:

- Världscupen kommer kommer i framtiden att styra simutvecklingen under vinterhalvåret. Detta kommer att avspeglas i resultaten. Därför måste vi simma fort på vår egen tävling Swedish Open. Detsamma gäller Svenska Simspelen under sommarhalvåret. Hela världen satsar på simning. Simningen ger PR-poäng för den är en socialt mycket gångbar idrott.

Det nya simmaråret, som fått arbetsnamnet Pållevisionen, inleds i september och slutar med det internationella mästerskapet i augusti. Året är uppdelat i träningsperioder om 6-8 veckor avbrutna av fem tävlingsperioder.

Med träningsstart i september kommer den första tävlingsomgången i månadsskiftet november-december. För seniorerna blir det ett Team-SM, där landets bästa klubb skall utses. I december följer Europacupen och de första tävlingarna i Världscupen. För skiktet under seniorerna blir det Sum-Sim med regionsfinaler i slutet av oktober och riksfinal i slutet av november. De allra yngsta, miniorerna simmar "Bästa sim 3:an" i september, en rekryteringstävling och GB:s klubb- och distriktsfinaler i december.

Efter en ny period med träning väntar världscupen i februari med bland andra Swedish Open. Juniorerna simmar sitt SM i februari och de yngre Nordiska UngdomsSpelen. Efter en ny träningsomgång väntar i april den tredje tävlingsomgången med landskamper, 4-nationers för seniorerna och 6- och 8-nationers för juniorer och ungdom. I slutet av april avgörs Simicaden med distriktsfinaler, följda i maj av regionsfinal för miniorerna.

En ny träningsperiod följs sedan av internationella stortävlingar för seniorerna med bland andra Svenska Simspelen i Falun. Ett EJM-kval och Sum-Sim ute finns för ungdomsklasserna. Med ett SM och internationellt mästerskap i augusti finns det ändå plats med 6-8 veckors träning under sommaren.

Ungdomslandslagets förbundskapten, Leif Ericsson visade sedan hur det finns en plan som väl tar hand om alla som vill fortsätta från nio år och uppåt.

Det börjar med PR- och rekryteringstävlingen "Bästa Sim 3:an" som är en lagkapp om 8x25 meter. Genom denna tävling får också simklubbarna en bättre kontakt med idrottslärarna i skolorna. En vidareutvecklingstävling som den GB svarat för följer sedan med klubbfinaler och distriktsfinaler. Denna tävling skall simmas i åldersklasserna 9-11 år eller yngre och det skall gälla 25 och 50-metersdistanser.

Sedan väntar Simicaden för åldrar upp till och med 12 år och ett utbyggt tävlingsprogram, lagkapper och längre sträckor. Meningen är att det också skall upprättas "bästa-listor" från Simicadens distrikts- och regionsfinaler.

Sum-Sim är ett välkänt begrepp och ändras inte nämnvärt. Nytt är att Sum-Sim alltid skall simmas i bassäng med åtta banor och att programmet utökas till 64 grenar under fem simpass. Samtidigt utökas programmet med längre distanser.

EJM-kvalet och Sum-Sim ute skall simmas med försök och final och vara ett genrep inför EJM. Simmas i slutet av juni i två klasser, pojkar 15 år och yngre samt 16-17 år. För flickorna blir åldrarna 13 år och yngre samt 14-15 år. JSM, planerat att simmas i februari med fullt program, blir för pojkar 18 år och yngre samt flickor 17 år och yngre.

De flesta protesterna mot förslaget gällde placeringen av JSM, att det inte fanns tillräckligt med tävlingar för dem som inte kvalat in till olika SM och

Team-SM:s placering på hösten. Att inne-SM bara försvann som tävling, väckte inte några protester.

Leif Ericsson replikerade att det fanns cirka 50 tävlingar på olika håll i Sverige under juni, juli och augusti bara för åldersklasserna ungdom och junior.

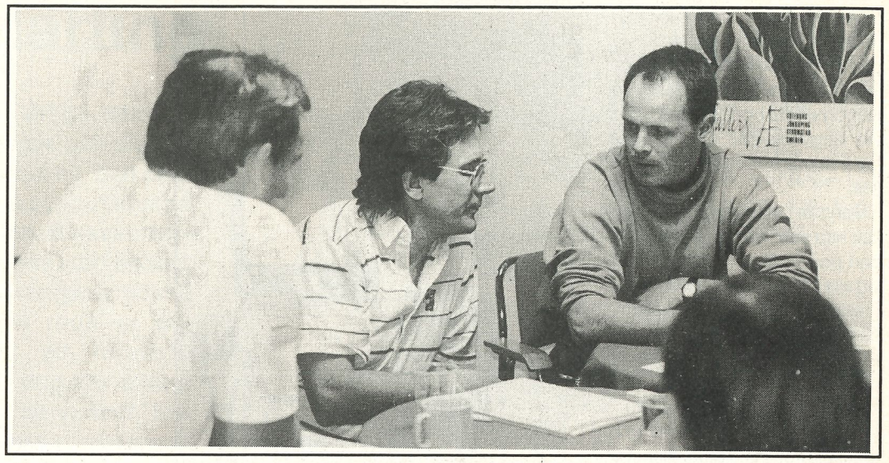
På frågan varför inne-SM skulle bort och ett Team-SM skulle till, i november, svarade Lars-Eric Paulsson:

- Inne-SM i mars eller april har profilerats för hårt, tagit åt sig för stort intresse och för mycket energi. Vid de internationella övningarna före SM, med världscup och efter SM med landskamp, så har dessa fått komma i andra hand. Men i november kan Team-SM bli en fin avslutning på en lång höstträning. Det kan bli en tävling där vi kan simma fort. Vi måste nu bredda toppen och tänka mer kvalitativt och inte bara kvantitativt.

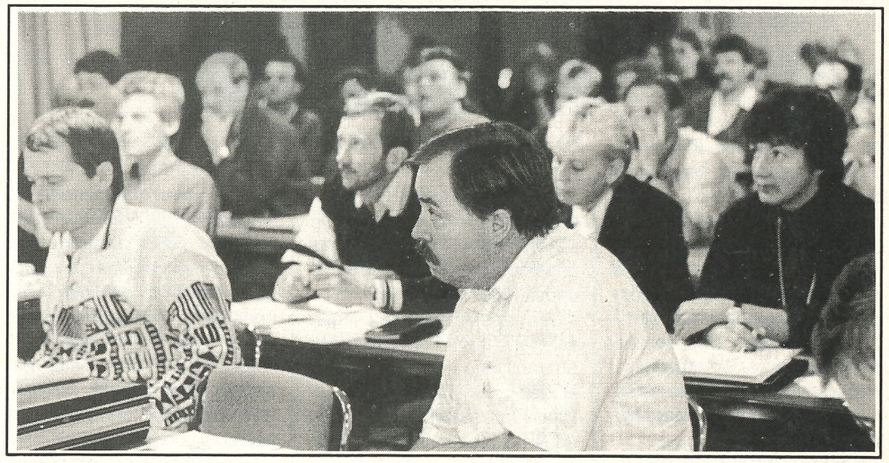
Konferensdeltagarna delades sedan in i arbetsgrupper för att arbeta med "Pållevisionen". Efter några timmars arbete redovisade de olika gruppernas synpunkter. Alla var positiva till förslaget men hade invändningar mot en del detaljer. Mest positivt var att det nu fanns en plan för all tävlingssimning. Från de yngsta till de äldsta, från de sämsta till de bästa. Kanske sammanfattade Helsingborgs Hans Crunack allas känslor när han redovisade sin grupps synpunkter:

- Vi står nu inför en högeromläggning. Det känns rätt att den kommer nu, men vi måste vara försiktiga så att vi inte hamnar mitt i gatan. Det gäller ju att utveckla simmarna. Det finns en del i förslaget som känns motsägelsefullt men det går säkert att rätta till. Frågan är vad som är målet med högeromläggningen. Att SM avdramatiseras är säkert bra för vår del i den intenationella simningen men frågan är om det är bra för svensk simning.

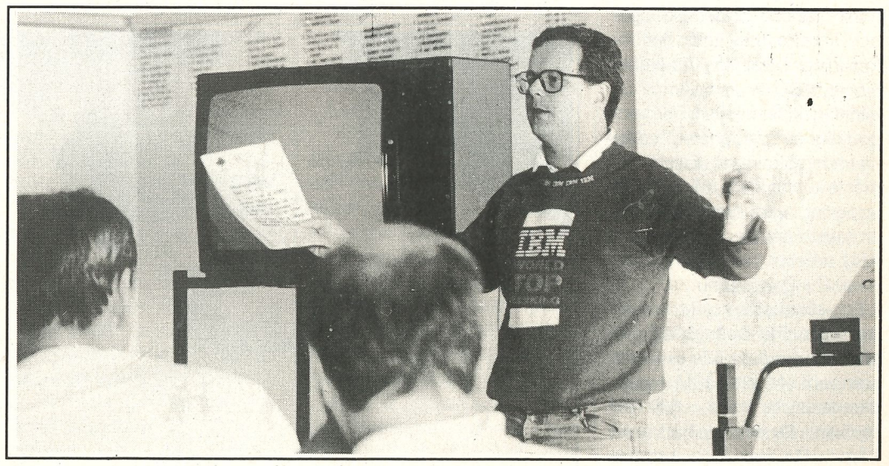
I samband med redovisningen från de olika arbetsgrupperna kom massor av synpunkter och förslag på olika företeelser inom simningen. En fråga som



Hans Crunack och Torsten Buhre försöker pussla ihop den nya säsongen



Greg Conell, Malmö KK, närmast, lyssnade först och berättade sedan om sin intryck från amerikanska motsvarigheten till årets tränarkonferens. En månad senare blev han årets tränare.



Så här lång skall säsongen vara men vi skall dela upp den i träning och tävling. Det blir ert jobb att komma med synpunkter och förslag. Konferensledare Bo Hultén höll i trådarna.

alla enades om var att de olika åldersklasserna från junior och neråt i fortsättningen skall anges med utskrivna åldrar i stället för som nu med bokstäver. Någon ville ta bort SM-poängen vid långbane-SM och i stället bara räkna poängen vid Team-SM.

Spridda visslingar och rop fick han som ansåg att med all den poängräkning som finns vid alla SM saknas bara det som i skidor kallas Nordisk kombination och som i simningen skulle kunna bestå av 200 m medley, 3 m svikthopp och konstsimfigurer.

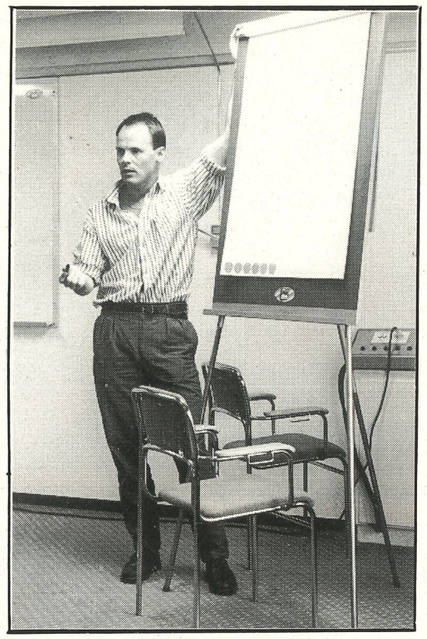
Funktionärsutbildningen och funktionärernas status diskuterades och några ville ha sanktionerade tävlingsbassänger i Sverige. SSTF, Sverige Simtränares förening skulle kunna ge olika bassänger godkänt så att dessa kvalade in i bassängligan. För att göra simtävlingarna populärare för åskådarna borde inmarscher och prisutdelningar minimeras.

- Det marscheras alldeles för mycket i svensk simning idag.

Det var inte bara den nya säsongen som diskuterades och presenterades vid Elittränarkonferensen i Skövde. Arbetsgruppen för simutbildning, ASU, presenterade olika forskningsprojekt genom Matz Widerström.

Sedan 1974 har det inte funnits någon undersökande verksamhet i svensk simning. Vi måste veta mer och sedan göra dessa undersökningar och kanske inte kalla det för forskning utan för undersökningar. ASU är kopplad till utbildningskommittén, UBK, som godkänner "vettigheten" i dessa undersökningar. En tränare måste kunna klara många olika uppgifter, vara omnipotent, för att kunna sköta jobbet idag. ASU arbetar med följande undersökningar just nu.

Ett simskadeprojekt under ledning av Pia Spångberg och Matz Widerström. Alla simmare som varit SM eller JSM kvalificerade under 1988, 600-650 stycken, får svara på ett antal frågor. De ansvariga hoppas på att 90 procent skall svara och en utvärdering skall vara klar under våren 1989.



Torsten Buhre berättade om träning.

Magnus Kjellberg driver ett projekt om kostens påverkan på träningen. Också denna undersökning skal utvärderas under 1989.

Den tredje undersökningen handlar om frekvensstudier och ansvariga för undersökningen är Bo Larsson och Ulf Hansson. Ursprungligen kom undersökningen till som ett specialarbete på GIH och har sedan fortsatt med undersökningar vid JSM och SM 1987 samt SM 1988. Dataprogram för undersökningens genomförande används och det som undersöks är frekvensen per minut under olika lopp, verkningsgraden och meter per armtag under själva loppet. Denna undersökning skall utvärderas i början av 1989.

Matz Widerström välkomnade de nya projekt och bad alla intresserade att höra av sig.

Mycket annat diskuterades under de tre dagarna. Greg Conell redovisade sina intryck från amerikanska tränarkonferensen och Torsten Buhre berättade om träning. Järfälla berättade genom Thomas Lövgren om Speedo Fast Water Swim Meet, en tävling som är annorlunda och verkligen bjuder på något utöver det vanliga.

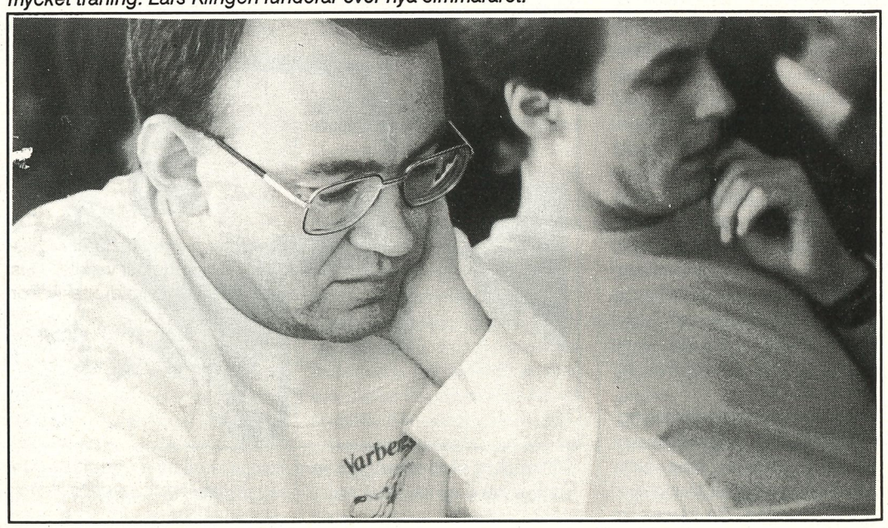
Matz Widerström berättade vidare om Simförbundets syn på "Simning 2000" och Lennart Gullstrand pratade för simkommitténs simmedicinska grupp. (Mer om detta på annan plats och i kommande nummer av Simsport).

Lars-Eric Paulsson lämnade en kortfattad redovisning om OS och Torsten Buhre berättade om medaljfördelningen. Det framkom att 21 nationer tog medalj, 25 nationer simmade final och inte mindre än 36 nationer var i B-final.

Det stora ämnet på konferensen var dock "Pållevisionen". Sveriges simtränare har nu varit med om att bygga något för framtiden då de i stort accepterade det nya simmaråret. Ännu återstår en del finputsning men huvudlinjerna är klara. Lämnar Simförbundets styrelse sitt ja till ett Riksmästerskap för klubbar, ett "Team-SM" i november 1989, kan nyåret börja i september nästa år.

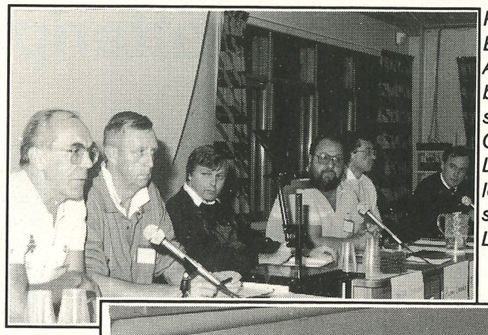
Lars-Åke Lindqvist

Låt mig se. 52 veckor med 7 dagar ivarje gör att det blir väldigt mycket träning. Lars Klingén funderar över nya simmaråret.



Rikssimmarting

Rikssimmartinget är den årliga samling där simledare från föreningar och distrikt ges tillfälle att dels informeras av den centrala ledningen, dels ge sina synpunkter på svensk simning til densamma. Rikssimmartinget är alltså inte beslutande utan endast rådgivande. Förbundet arrangerar också simallting och kanske bör vi reda ut begreppen. Simalltinget är ett förstärkt rikssimmarting, eller ett ting där allting sker. Det hörs ju förresten på namnet. Sålunda utövas alla kommittéers konferenser under samma tak och programmet är dels gemensamt, dels respektive kommitté för sig. Simallting har hittills arrangerats två gånger, 1985 på Viking Line och 1987 i Örebro.



Panelen fr v Lars Edstedt och Per-Axel Eriksson, båda SSF:s styrelse, samt Janeric Gidlund, Hilding Lindbäck, debattledare, Roland Ekström och Roger Lundkvist.



Pausgympa - ett populärt inslag.

Årets ting var förlagt till Luleå, men samlade trots detta delegater från hela landet. En del skåningar gnydde och menade att om man åkt söderut hade man hamnat i Italien.

För att ge lite plåster på såren utnämndes skåningarnas skåning, tillika styrelseledamot och ansvarig utgivare av Simsport, Paul Alfons till Hederslapp under allmänt jubel. Styrelsen har dock den policyn att riksarrangemang bör spridas i landet. Där kan den lokala föreningen respektive distriktet både göra PR för detta i lokalmedia samt hjälpa till rent praktiskt/arrangörsmässigt.

Styrelsen har därför beslutat att förlägga 1989 års simallting till Borås, 16-17 september 1989.

Styrelsen informerar

Traditionellt är styrelseinformation den första punkten. Så också i Luleå. Här delgavs prognos för budgetutfall för 1988 samt den beslutade budgeten för 1989. Vidare gavs information om den stundande Världscupen i simning, där Swedish Open i Göteborg 14-15 februari är en av deltävlingarna.

Simuniversitetet redovisades. Styrelsen har i detta fall beslutat att förlänga verksamheten ytterligare ett år. Distrikten uppmanades också att se över representationen på motions- och utbildningsledarkonferenser.

Slutligen delgavs också de tankar som finns när det gäller förbundets organisation. Styrelsen har belsutat att anställa en förbundsdirektör och det kommer att sätta sina spår i relationen styrelse-kommittéerkansli.

Kost - en viktig detalj

Motionskommittén har det senaste året ingått i ett RF-projekt tillsammans med elva andra SF och här informerades om arbetet. Vi måste kort sagt bli mer kostmedvetna. Röster från auditoriet höjdes då gällande McDonalds. McDonalds har under året varit en av förbundets huvudsponsorer och det kändes lite främmande för delar av auditoriet att samtidigt verka för god kost.

Framtiden

Konferensen gick i framtidens tecken och de tre gästföreläsarna gav sin syn. Roland Ekström, RF:s utvecklingschef och ordförande i Södertörns SS gav idrottens syn. Kan idrotten verkligen hålla samman år 2000 eller kommer eliten att bli något eget?

Janerik Gidlund talade om kommunen och framtiden där vi fick inblick i teorier om Informationssamhället, Tjänstesamhället, Systemsamhället och Kunskapssamhället.

En fråga ställdes: Är simningen beredd att avdela ideella krafter för att driva anläggningar?

Roger Lundkvist, ordförande i Umeå SS, talade om klubben och framtiden och många exempel gavs.

- ledarrekryteringen i framtiden sker hos pensionärerna.
- håll lokalpress och lokalradio varma.
- frukostträffar med företagen i närområdet.

Det viktigaste är dock att vi fortfarande har roligt.

Paneldebatt

Gästföreläsare, Lars Edstedt och Per-Axel Eriksson från styrelsen, svarade på auditoriets frågor med Luleås Hilding Lindbäck som debattledare. Många viktiga synpunkter ventilerades, exempelvis simidrottsskador, idrottsanläggningsproblematiken, kommunernas vilja att satsa, bredd kontra elit etc.

Kvällens största applåd drog Jan Ulmander ner när han påpekade att vi måste sluta gnälla. Vi är bra och det skall vi tala om för andra och oss själva och gå hem och jobba!

Grupparbete

Söndagen ägnades år grupparbeten där framtidsgruppens "Simning 2000" i detalj penetrerades. Efter en guidad rundtur i Luleå, (tack Luleå kommun för det), genomfördes redovisningen där bland annat följande framkom:

- Taxera inte föreningarna utan kämpa för höjda statsbidrag.
- Klubbarna behöver alla pengar.
- De 20 bästa klubbarna skall fortfarande ha mer inflytande än de andra.
- Distrikten bör samarbeta i olika frågor.
- Anställ en forskare på GIH.
- Vi måste hänga med på den internationella nivån när det gäller forskning och utbildning.
- Vi bör arrangera en internationell clinic.
- Simningen skall vara en drogfri och dopingfri sport.

Epilog

Årets ting utmärktes av en stor enighet kring viktiga frågor. Jag är säker på att förbundets framtidsgrupp fick många bra tips på vägen mot årsmötet där framtidsprogrammet skall fastställas.

Rolf Karlsson, text o foto

Simning och vattenpolo

Varför inte polo?
En outnyttjad möjlighet för den seriöse simtränaren.

De framgångar som bland andra Pablo Morales, Matt Biondi och Tim Shaw nått inom simningen har skapat mycket diskussion i Kalifornien de senaste åren. Samtalen har huvudsakligen rört frågan om simtränarna ska låta simmarna spela vattenpolo eller inte.

Som ni kanske vet spelade Morales, Biondi och Shaw polo från mitten av augusti till december varje år under sin collegetid. Tyvärr finns det, med få undantag, ingen debatt om polo/simning utanför Kalifornien, eftersom man i övrigt i USA inte spelar särskilt mycket polo. Varför? Varför inte vattenpolo?

Vissa tränare säger att de inte tror på vattenpolo då de anser att polon förstör simtekniken.

Den före detta olympiske tränaren Don Gambril, som varit både simmare och polospelare, har emellertid sagt: "Jag tror inte alls det är någon risk att vattenpolon förstör simtekniken. De två sporterna fungerar bra tillsammans till en viss grad. Polo är speciellt användbar under utvecklingen av unga simmare eftersom den är rolig och omväxlande samtidigt som den ger vissa ungdomar, som inte hör till eliten, en chans att känna att de är en del av laget."

Gambril tillägger att han alltid har utnyttjat poloträning när det inte är säsong för simning.

Han fick också frågan varför fler tärnare inte använder vattenpolo som ett kompliment till sina simprogram, speciellt på age group- och high school nivåerna och han svarade: "Jag tror att tränarna är rädda för att tappa simmare till polon. Vi har insett att polo helt enkelt är förbaskat roligt."

Roy Saari, en före detta simmare som vann amerikanska mästerskap på distanser från 100 yards till 3 miles redan från 13 års ålder och Buck Dawson kallad "Den bäste NCAA simmaren genom tiderna", spelade också polo under sina simkarriärer. Så vad tycker Saari om vattenpolo?

"Vissa tränare är rädda för att tappa simmare, men det är en ogrundad rädsla. Historiskt sett, från John Weissmüller till mig själv, till Tim Shaw och vidare till Matt och Pablo, har alla som varit tillräckligt lyckligt lottade att befinna sig i eliten i båda sporterna samtidigt, ändå konsekvent satt simningen i första hand. Det har något med den individuella utmaningen att göra. Känslan av att lyckas är större i en individuell sport än i en lagsport. Jag vet hur mina prestationer inom simningen kändes större för mig och jag har pratat med många löpare och fotbollsspelare (amerikansk fotboll) som har sagt samma sak. 1964 var jag med i det olympiska laget både i simning och i vattenpolo, men jag drog mig ur vattenpolon eftersom jag visste att den skulle störa simningen. Det var ett lätt beslut. Men för att återgå till Dons kommentarer, så visar mina erfarenheter att man inte tappar simmare till polon. Det faktum att min klubb också speladé vattenpolo innebar att fler duktiga simmare kunde rekryteras. Polo är i grund och botten en sport för simmare och för att spela bättre vet de att de måste simma bättre."

När Saari fick frågan varför inte fler simtränare tog upp vattenpolo på sitt program, sa han: "Vissa tränare har sagt mig att de är rädda att deras simmare ska tappa kondition genom att spela polo. Men på den punkten håller jag inte alls med. Jag tror att jag personligen fick ut mer av vattenpolon än jag någonsin kunde ha fått ut av varje annan form av komplementträning till simningen. Vattenpolo är i själva verket oerhört fysiskt krävande.

Tränare söker alltid efter nya sätt att utveckla en allmän idrottskapacitet genom t ex laktattester och mental träning lika väl som att förbättra känslan för vattnet. Min åsikt är att vattenpolo är det mest effektiva sättet att bredda träningen. Jag tycker att min karriär bevisade det och jag tycker att Pablo Morales och Matt Biondis karriärer bevisar det idag. Men detta är bara de fysiska fördelarna med vattenpolo. Jag var i vattnet 12 månader om året under min karriär och jag kände mig aldrig utbränd. Jag tackar polon för att jag alltid kunde hålla min mentala styrka på topp. Polon gav mig också chansen att delta i en lagsport, där jag lärde mig att lita på mina lagkamrater och de lärde sig att lita på mig. Detta dubbelsidiga förtroende förde oss samman till ett lag och gav oss riktig fighting spirit. Kombinationen simning/polo gav mig en värdefull bred idrottserfarenhet jämfört med om jag bara hade tävlat individuellt. Möjligheten att delta i de båda sporterna är fantastisk ur personlighetsutvecklande synpunkter. Ärligt talat kan jag inte förstå varför polon inte sprider sig mer utanför Kalifornien."

En tränare har sagt att han var rädd för att hans simmare skulle skada sig genom att spela polo. Självklart är vattenpolo en fysisk sport. Denna anmärkning lät riktig, så Pete Cutino, polotränare i Kalifornien vars lag vunnit NCAA, (amerikanska universitetsmästerskapen) sju gånger, fick frågan om han inte ibland oroade sig för att Matt Biondi skulle bli skadad.

"Inte speciellt", svarade Cutino, som även har tränat simmare i Kalifornien. "Ungdomar gör så mycket utanför poolen som är mycket farligare. Faktiskt tycker jag att axelproblem som är så vanliga inom simningen är ett mycket allvarligare bekymmer. Den typ av skador som förekommer inom polon är mindre saker som skrubbsår och blåmärken. Dessutom, fördelarna som vattenpolo ger simprogrammen överväger klart eventuella risker. Ta Matt till exempel, han har vid flera tillfällen sagt att vore det inte för polon skulle han antagligen ha spelat basket. Han är en otrolig idrottsman, men jag tvivlar på att han skulle nått samma framgångar i basket som han har gjort inom simningen, (Biondi åkte till Kalifornien för polons skull och inte för simningens)", fortsätter Cutino.

"Ett annat exempel som inte skall glömmas är Joel Thomas. Han var helt utbränd efter age-group simningen. Polon höll honom dock kvar i vattnet varefter han fortsatte med simningen och vann en guldmedalj i NCAA. Enligt min åsikt är tränarens svåraste uppgift att få ungdomar till simningen och att hålla dem kvar i vattnet. Om du kan lyckas med dessa två saker, har du som tränare goda chanser att nå framgång."

Cutino tillägger: "Jag tycker det är underligt att inte fler simklubbar och skollag spelar vattenpolo."

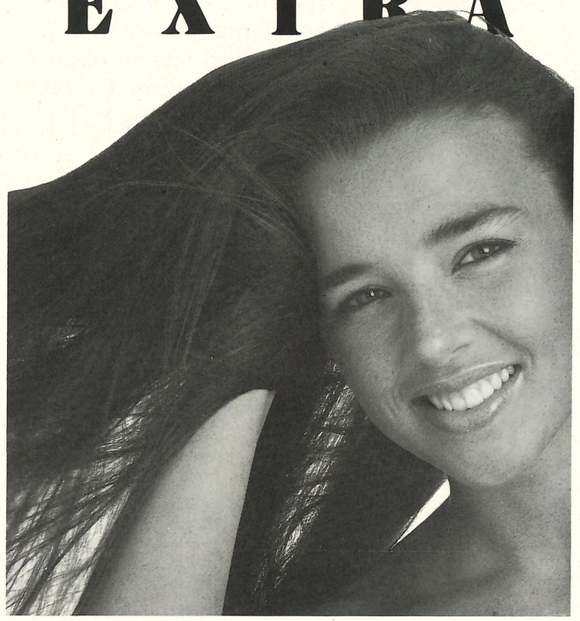
Varför tror han då att de inte gör det.

"Den enda anledning jag kan tänka mig är att simtränarna helt enkelt inte vet något om vattenpolo. De kan inte spelets grunder, taktik eller regler och de skulle känna sig osäkra att lära ut spelet. Om de bara kunde offra lite tid till att lära sig, läsa en bok eller uppsöka en poloclinic, skulle de upptäcka hur rolig sporten är och hur roligt det är att träna den och hur bra den kan vara för deras simprogram", svarar Cutino.

Till sist. En ung tränare argumenterade mot vattenpolo "därför att Mark Schubert, tränare i Mission Bay, inte utnyttjar spelet i sin träning." Det är sant, men alla tränare har inte Schuberts karisma, hjälpmedel och resurser.Och alla simmare är inte kapabla att träna 15000 meter varje dag."

Översatt av Lars och Tomas Elison efter tillstånd av Steven G Brunner, utgivare av WaterPolo Score Board, Amerikanska vattenpoloförbundets tidning.

Hår-Pantotén EXTRA



Naturlig näring
för hår, hud och naglar!

Hur mår ditt hår? Hår-Pantotén EXTRA ger dig en naturlig näring för både hår, hud och naglar.
Vitaminer, mineraler, aminosyror och örter – alla utvalda med tanke på framförallt hårets bästa.

P.S. Hår-Pantotén EXTRA finns nu även som ett komplett hårvårdsprogram – inpackning, shampo och tabletter. Finns i hälsokostbutiker. D.S.



Ja tack, jag vill veta mer om
☐ HÅR-PANTOTÉN EXTRA
☐ HÅR-PANTOTÉN EXTRA HÅRVÅRDSPROGRAM

Namn: _____
Adress: _____
Postnr: _____
Personnr: _____

Insändes till: AB Carls-Bergh, Box 47076, 402 58 Göteborg

AB CARLS-BERGH BIOKEMISK OCH FARMACEUTISK FABRIK
–ett HOLOMED-företag, Göteborg



Din fritid vårt arbete!

Vi anställda inom idrottsrörelsen

instruerar - informerar - inspirerar
arrangerar - administrerar
Vårt förbund är

HTF

Facket som tror på samspel

Jag vill veta mer om HTF. Förbundet för tjänstemän i handel—transport—service med över 125 000 medlemmar.

Namn
Adress
Postadress

Frankera ej HTF betalar portot

HTF

Svarspost

Kundnummer 13256060
104 25 STOCKHOLM 30

Läger på Malta

Ludvika SS sju bästa konstsimmare var under veckan 14-21 augusti på träningsläger på Malta. Det var första gången ett träningsläger arrangerades på denna ö i Medelhavet och LSS:arna var något av pionjärer. I början av veckan hade man problem med träningsbassängen, då man erbjöds en "havspool", d v s en bit inhägnat hav med naturbotten, fiskar, krabbor, tång och sjögräs.

Bassängen var också för grund för konstsim, så flickorna stod nästan med huvudet i tångruskorna när de stod i lod. Räddningen blev till slut hotell Holiday Inn, som hade vänligheten att erbjuda sin fina bassäng till eftermiddagspassen.

Förmiddagspassen kördes i en annan havspool, djupare än den som först erbjöds. Man hade även ett träningspass med Maltas konstsimmare. Det var ett tiotal flickor som hållit på i ungefär tre år men som fortfarande befann sig på nybörjarnivå.

Trots problemen i början av veckan blev lägret mycket lyckat. Mycket tack vare Holiday Inn.

Eva Larsson

Virpi bäst För första gången

Trygg Hansa Synchro avgjordes under Allhelgonahelgen i Göteborg för femte året i rad. Tävlingen bjöd inte på några större överraskningar men roligt var att se att standarden bland Sveriges konstsimmare stadigt ökar.

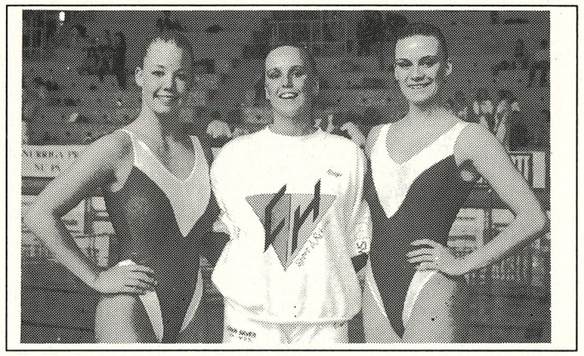
Tävlingen var som vanligt, arrangörsmässigt, väl genomförd. Alla var nöjda, aktiva såväl som ledare. Mest nöjd var kanske Fagerstas Virpi Joki-Hollanti, som äntligen vann en stor nationell tävling. Hon vann med 168.98 poäng över Eva Johnsson, Borlänge, 168.82 poäng. Trea kom Nina Holpers, också Borlänge, 166.69 poäng.

Eva och Nina vann partävlingen med ett mycket sevärt program. Fart och fläkt och roligt att titta på. Standarden har höjts över lag inom svenskt konstsim.

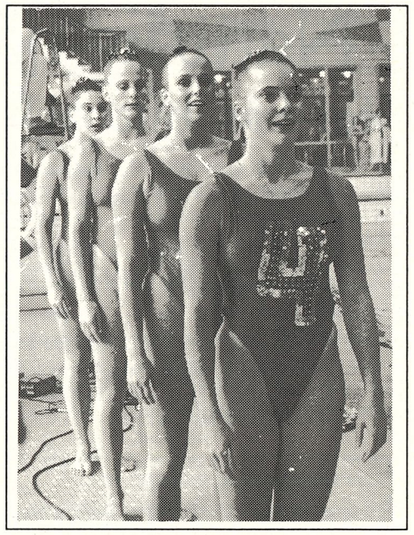
Något som var roligt att notera var att det fanns fyra anmälda lag till tävlingen. Tyvärr var Växjös lag tvingade att stryka sig på grund av sjukdom. Vann lagtävlingen gjorde Fagersta med 149.755 poäng.

Var var Marie Jacobsson, konstsimmets dominant under många år, vid denna tävling? Jo, hon har lagt baddräkten på hyllan och istället ställt sig på kanten i form av badvakt och tränare i Göteborg. Simsport hyllar Marie för hennes fina insatser inom svenskt konstsim, inte minst nu senast under OS i Söul då hon kom på en mycket hedrande 9:e plats.

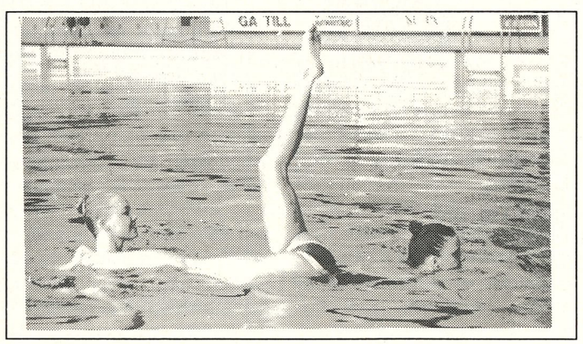
BEWE, text o bild.



Ettan i solo Virpi Joki Hollanti i mitten flankerad av t v Borlänges Nina Holpers, trea och tvåan Eva Johnsson också Borlänge. De båda Borlängeflickorna vann partävlingen.



Fagerstas vinnande lag i lagtävlingen, Anna Claesson, Karin Lobenius, Anna-Lena Johansson och Virpi Joki Hollanti.

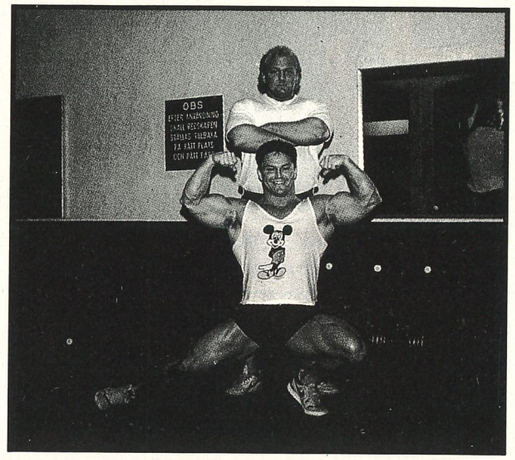


Det segrande laget i partävlingen, Nina Holpers och Eva Johnsson, Borlänge.

GÖR SOM MÄSTARNA!!

Använd PAINAWAY! Direkt från USA.

*Används och rekommenderas av **Jörgen Lindblad,** världsmästare i styrkelyft.*



*Används och rekommenderas av **Ronny Karlsson,** flerfaldig Svensk Mästare i bodybuilding.*

PAINAWAY är ett liniment som verkar smärtstillande och uppmjukande.

PAINAWAY hjälper och lindrar vid muskelinflammationer, ryggbesvär, sträckningar, träningsvärk m.m.

1 flaska innehåller 120 ml. och räcker för många behandlingar.

☐ Ja, sänd mig snarast mot postförskott:

_____ st PAINAWAY (120 ml/flaska) Pris: 125:-

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Tel: _____

(OBS! Frakt tillkommer)

Ordertelefon 042-29 85 72. Dygnet runt.

Skicka kupongen till:

GOLDEN-BEE
Box 4007
250 04 HELSINGBORG

Hala fötter?

'Noppy' har hundratals små nabbar på både under– och ovansidan. Du slipper halka av våta underlag, samtidigt som du får välgörande massage.



Finns i Hälsokost–, sjukvårds– och skoaffärer

Birkenstock

Box 15120, 161 15 Bromma 08 – 25 55 55

KLASS MOT KLASS

Detta är klass 8 D, Gullstensskolan i Gullspång. Samtliga i klassen blev Simborgare 1988 och utmanar alla klasser i Sverige. Vilka andra klasser i landet vågar anta utmaningen? Simma 200 meter, låt gärna läraren vara med och skaffa Simborgarmärket. Skicka sedan in en bild på klassen med Simborgarmärket till Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg, så skall vi hitta på något innan nästa sommar.



Klass 8 D, Gullstensskolan, Gullspång. Samtliga simborgare 1988, utmanar andra klasser.

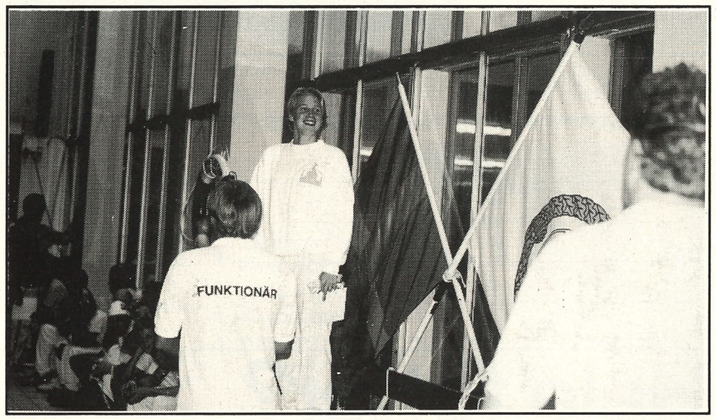
ARNE BORGS MINNE

Storsimmaren och legenden Arne Borg tävlade för SKK, Stockholms Kappsimningsklubb. För att hedra hans minne arrangerade SKK en speciell tävling i anslutning till anrika 10-manna. Tävlingen, Arne Borgs minne simmades i Åkershovsbadet 8 oktober.

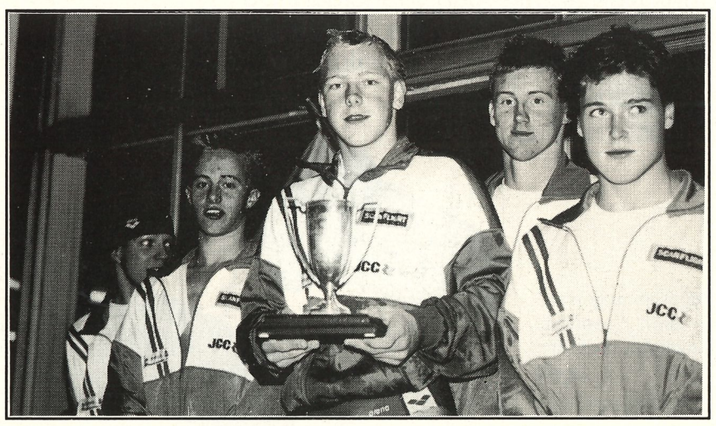
Ända sedan 1922 har SKK haft hand om 10-manna och tävlingen bildade tillsammans med en medleycup, individuellt och i lag och ungdomstävlingar på 50 m sträckor, Arne Borgs Minne.

Linköpings Anette Philipsson, bästa svenska simmerska vid OS satte inofficiellt svenskt rekord på 100 m medley med 1.05.9. Lars-Ove Jansson, Upsala S, simmade under minuten på 100 m medley, 59.66. Upsala S vann stafetten efter en knallhård fight med SPIF, förra årets segrare. Anders Kron avgjorde för Upsala S.

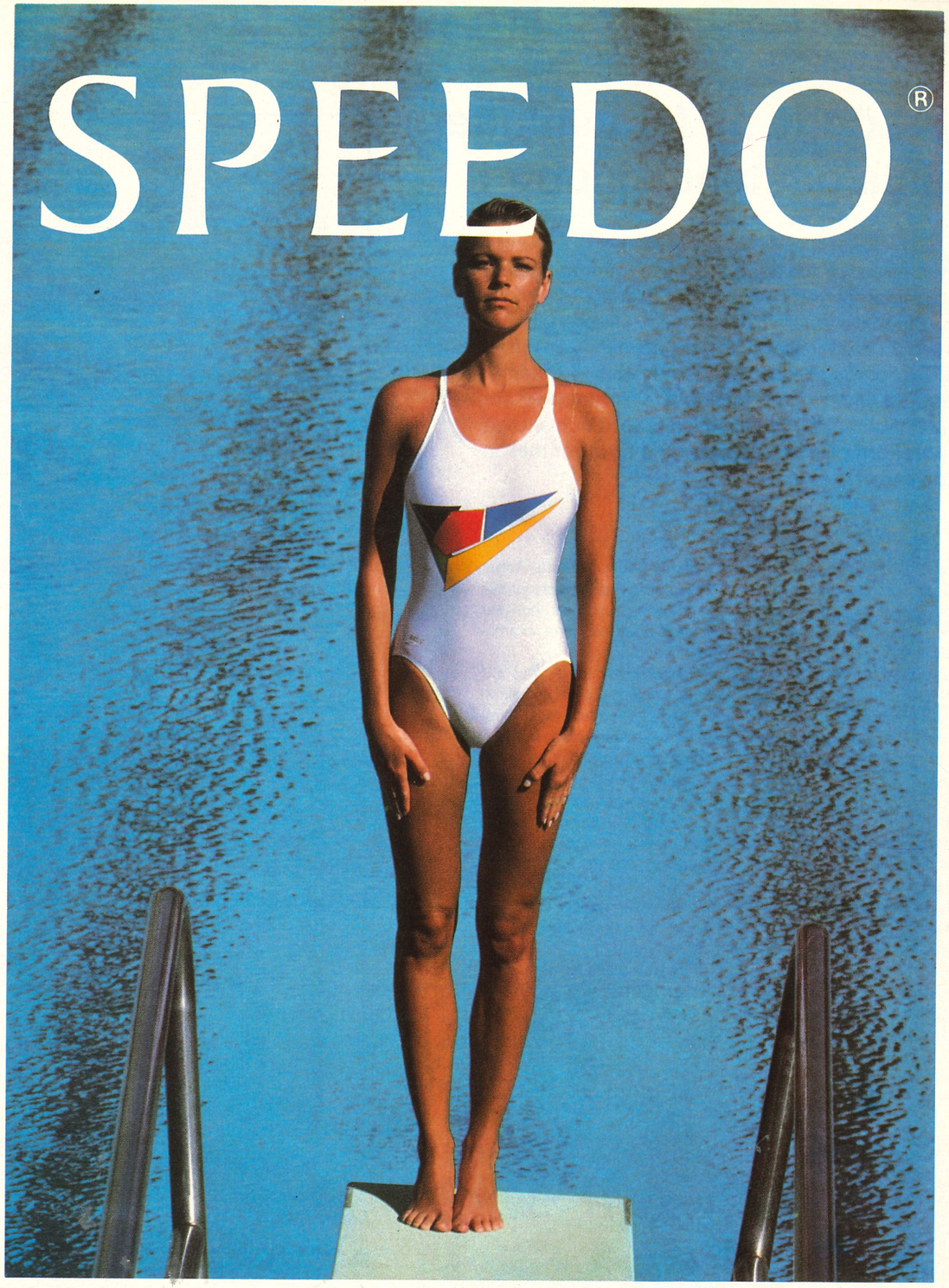
Upsala S vann också medleycupen för herrarna och SPIF för damerna.



Svensk damsimnings leading lady, Anette Philipsson, Linköpings ASS efter segern och det inofficiella rekordet på 100 m medley.



Anders Kron i mitten med Arne Borgs minnespokal och delar av Upsala S segrande lag i stafetten. Pokalen är den som Arne Borg erövrade efter ett av sina världsrekord på 1000 m frisim.



Marknadsförs av Helly-Hansen AB, 16391 Spånga. Tel 08-7617080.

SK Lödde på femnationers Bästa gästande klubb

Simklubben Lödde hade stora framgångar vid den stora simtävlingen i västtyska Bingen 23-24 oktober. Bland deltagare från Italien, Holland, Luxemburg och Västtyskland tog de 23 simmarna från Löddeköpinge i Skåne inte mindre än 14 guldmedaljer, 13 silver och 9 brons. Dessutom blev det smått fantastiska 70 personliga rekord och sju nya klubbrekord. De deltagande simmarna var mellan 10 och 16 år.

Utöver alla grensegrar vann klubben prestationspriser för bästa utländska prestation i både flick- och pojkklassen. Cecilia Landin, Löddes juniorlandslagsflicka, fick det av västtyske utrikesministern signerade priset på flicksidan och fick också en klocka för sin prestation på 50 m frisim, 26.8 som innebär att hon är kvalificerad för SM.

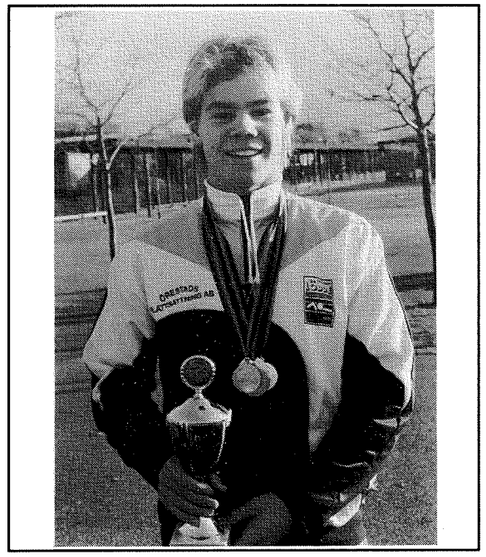
Priset för bästa utländska prestation på pojksidan togs av Björn Fjällström, som nu har ett pris med den västtyske utrikesministerns signatur i sitt prisskåp.

Fina priser för bästa prestations i respektive åldersklass fick också Mattias Persson i 15-årsklassen och Lars Lindvall i 14-årsklassen.

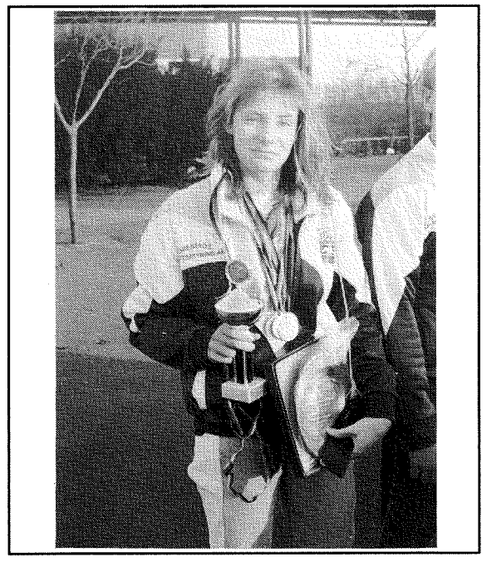
Löddes huvudtränare, Roger Strandberg hade lyckats pricka in formtoppen precis och var mycket nöjd med sina simmares prestationer.

Sedan snart tio år har SK Lödde haft ett utbyte med simklubben i Bingen. Skånesimmarna blir inkvarterade i familjer som möter vid bussen. Under några dagar behandlas simmarna som familjemedlemmar med extra stor gästfrihet. Under vistelsen i Bingen ses de sedan bara i simhallen. På så sätt lär de sig också en hel del mer än att bara simma fort. Även de vuxna från Löddeköpinge tas väl om hand.

På samma sätt fungerar utbytet när västtyskarna kommer till Skåne.



Mattias Persson fick pris för bästa prestation i sin åldersklass.



Cecilia Landin fick bl a pris som bästa utländska flicka.



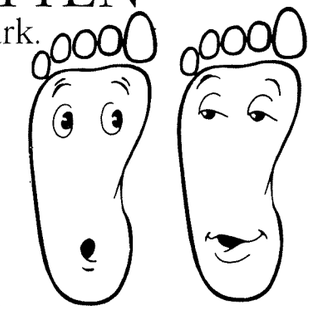
En glad samling löddesimmare med sin imponerande prisskörd.

SOM ATT SPRINGA PÅ VATTEN

Sulan som "flyter" mellan häl och mark.



– Vad hade du i skorna sa du!?
– Viskoelastiska elastomerer.
– Vad sa du, sa du?
– Sulorna som tar stöten.
– Vad hette det, sa du?
– SORBOTHANE!



Mår fötterna bra, så mår hela kroppen bra. För varje steg du tar får nämligen fötterna ta emot en stötchock, som fortplantar sig upp igenom benen till ryggen.

Här finner du också orsaken till många av de problem med knän och rygg, som idrottare har. Det gäller både eliten och motionsidrottare.

Därför har vi utvecklat Sorbothane, en sula som du lägger i skorna. Den är tillverkad av ett viskoelastiskt elastomermaterial och absorberar 94% av stötchocken.

Så oavsett om du redan har problem med dina knän och din rygg, eller vill förebygga besvär, så är Sorbothane en billig skadeförsäkring.

Sorbothane finns i sportfackhandeln som helsula, häl + trampdyna och som häl-inlägg.



SORBOTHANE®

På god fot med kroppen.

MARKNADSFÖRS AV: C Å AHLQVIST AB. TEL. 031-87 92 20

TIPS!

Priser - Presenter
Frotté i fin kvalité

Vi marknadsför handdukar, duschhanddukar, badlakan och badrockar.
Badlakan och badrockar i flera olika färger.
Vi ombesörjer även textiltryck.

KONTAKTA OSS



RyWi

Åmänningevägen 72, 121 70 JOHANNESHOV
TEL 08-91 44 10, 91 43 59

Dopp i grytan

Fastän snön ligger vit på taken och endast tomten är vaken blir det snart sommar igen. Tävlingssäsongen tar dock aldrig någon paus. Det gör inte baddräktsfabrikanterna heller. De har hållit på i ett par år med att ta fram nya modeller. Modeller som får dig att simma fortare. Det är också modeller som följer modet, år efter år. Här är några av nästa års nyheter.



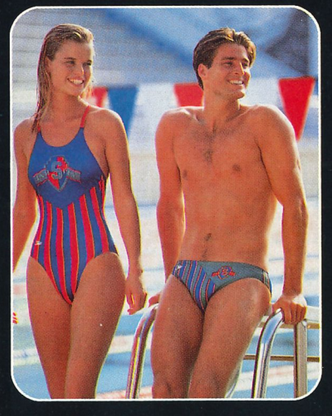


Rapide för henne och Adour för honom från ***Arena.*** *Finns också i svart med motsvarande tryck. Högt skuren vid höften från början och med ryggskärningen superflyback II. Formel 1 modellen i Arenas kollektion för 1989. Men smakar det så kostar det. Baddräkten kostar ca 450:- och byxan ca 250:-.*



Anita från ***Golden Cup*** *är en proffsig simbaddräkt i 85 polyamid och 15 elastan i tre olika färgställningar. Korslagda axelband i ryggen och högt uppringade ben. Ingår i kollektionen för vintern 1988 och vår-sommar 1989. Pris ca 229:-.*

Speedo, *som svarat för årets reklamfilm i engelsk TV när det gäller baddräkter, den är fantastisk, försök att få se den, presenterar för 1989 bland andra Varsity Cross Back för henne och Varsity Brief för honom. Båda i 100 procent polyester/lustreflex. De finns i färgerna violett, grön, marinblå, olympiablå och off-white. Baddräkten kostar ca 300:- och byxan ca 170:-.*



Ge diplom till alla som kämpat!

Alla behöver vi beröm. För att vi gjort någonting bra, kanske bäst.

Ett diplom eller intyg stimulerar till fortsatt träning och utveckling. Gör att man orkar hålla på ett tag till, även om det tar emot ibland. Det är också roligt att ha kvar som minne.

Ring eller skriv till Esselte Blankettförlag, Box 1379, 171 27 Solna, tel 08-734 39 42 och beställ vår folder, där du även hittar diplom för andra idrotter.

Foldern finns också i bok- och pappershandeln.



ESSELTE BLANKETTFÖRLAG

JUKON
FOLKLÄKEKONSTEN I MODERN TAPPNING

FOTVÅRD SKAVSÅR TORR HY SOLSVEDA HUDVÅRD



Go hard or go home!

Det här är rubriken på en annons som Speedo kör i USA. Det kunde lika gärna vara mottot för det budskap jag nu så här i slutet av ett olympiskt år vill föra fram till dig svenske simmare, tränare eller ledare.

Svensk simning står som jag ser det vid ett vägval. Antingen kan vi ta av på Lugna Gatan och släntra fram i ett behagligt tempo, lyckliga och obekymrade om vad resten av simmarvärlden håller på med. I den mån vi skall ha ett internationellt utbyte får vi välja våra motståndare bland t ex Färöarna, Andorra eller Lichtenstein. Men faran med denna inställning är att simningen tappar marknadsandelar och att det bara blir en handfull badentusiaster kvar i en för omvärlden fullkomligt ointressant idrott.

- Nu målar han allt fan på väggen, tycker du säkert och det har du naturligtvis rätt i. Låt oss i stället titta på det andra vägvalet. Du har förstås redan förstått vilket jag förordar. Den smala, slingriga vägen utan rastplatser. Så här ser jag på svensk simning utifrån det perspektiv som ett helt liv med simning och två år som förbundskapten har givit mig:

Vi har tappat mark till omvärlden. Svenska simmare har allt svårare att hävda sig i internationell konkurrens. Allt medan rekorden slås och nya, hisnande gränser passeras av simmare inte bara från de etablerade supermakterna, utan i allt hägre grad från småNationer, så står utvecklingen stilla här hemma. Vi saknar inte talanger. Inte heller baskunskaper eller traditioner. Däremot tycks vi ha tappat kontakten med utvecklingen. Viljan att hänga med och ta upp kampen med de bästa är urvattnad. Vi seglar för svag bris medan världen i övrigt har styv kuling i seglen.

Svenska simmare utnyttjar inte sin talang i syftet att bli bäst. Det verkar som om både simmare och tränare sätter för kortsiktiga och låga mål. Man strävar efter att bli bäst i distriktet, i några fall bäst i Sverige. Men mycket sällan finns begreppet bäst i världen med i resonemanget. Man nöjer sig med att delta. Av den anledningen ser vi sällan en svensk simmare göra det där häftiga lyftet på en stortävling.

När stack en svensk simmare upp från en okänd position och gjorde ett världsresultat senast?

Det finns ett lysande undantag just nu: Anders Holmertz. vilken härlig känsla att se honom gå på knock i lopp efter lopp. Ganska ofta går han rakt in i betongväggen som i OS-finalen på 400 m. Men ibland håller han och då är han bäst i världen.

Det krävs mod och fighteranda för att simma som Anders. Det bästa av allt är att Anders på det här viset flyttar fram sina gränser bortom det till synes omöjliga. Han kommer rätt snart att slå ett magnifikt världsrekord.

Nå, vad skall vi då göra åt situationen? Jo, först och främst måste vi bestämma oss för vad vi vill att svensk simning skall vara. Det är mitt jobb just nu att höja standarden på svensk landslagssimning. Men landslagen, det finns ju flera, är en spegelbild av breddverksamhet och klubbarbete i stort. Sverige är ju ett mycket litet land. Det erfar vi som reser med simningen mycket. Det blir ännu mindre sett som rekryteringsbas om stora befolkningscentra inte längre är starka simmarfästen.

Några exempel: Göteborg har inte en enda simmare i landslaget. Inte heller Stockholm var representerat i OS-laget. Västerås som för ett antal år sedan framstod som den stora motorn i svensk simning, har bara Agneta Eriksson kvar i elitskiktet. Örebro var för inte länge sedan Sveriges bästa ungdomsklubb. Nu har man Göran Titus och inget mer. Lägg ihop befolkningsmängden i dessa städer och kvar är bara halva lilla Sverige.

Vi måste gemensamt se till att varenda stad, varenda klubb, varenda bassäng, har en bred och kvalitativt högtstående verksamhet. Därför skulle jag vilja att 1988-89 blir det stora rekryteringsåret. Låt notvarpen kamma igenom Sveriges alla ungar. Många talanger fastnar då i garnen och vi har en bas att bygga svensk landslagssimning på.

Träna mer har jag och andra sagt. Med det menar jag att vi måste utnyttja tiden bättre så att simmarna får fler träningspass fördelat på året än vad som nu är fallet. vi kan inte falla in i den allmänna samhällstrenden med mer och mer ledighet, kompledighet och semester. Det kommer då att avteckna sig i resultaten. Det är inte vi själva som bestämmer hur mycket vi måste träna - det bestämmer konkurrenterna. Förhoppningsvis kan en ny strukturplan som SK, (Simkommittén), jobbat fram, bättre koordinera vår egen säsongplanering med den internationella.

Klubbarna måste ställa upp på landslaget bättre. Allt för ofta har SK tagit ut simmare till stora internationella tävlingar där resultaten har varit dåliga. Följden av detta är dålig PR för simningen, lågt intresse från sponsorer, ett avtagande intresse för svenska simmare från internationella arrangörer, sämre utländska startfält till våra egna internationella tävlingar Swedish Open och Svenska Simspelen. Dessutom utvecklas man inte av att simma dåligt och inte kunna matcha övrig elit.

Detta är trist för alla inblandade för att inte tala om hur mycket pengar vi gör av med i onödan. Du som simmar skall ställa högre krav på dig själv, din tränare och också på oss i landslagsledningen. Alla bör vi inta en mer professionell attityd till landslagsrepresentationen. Go hard or go home!

Till mina kollegor på bassängkanten vill jag säga att aldrig någonsin har det varit svårare att vara simtränare. Idrotten har blivit mer komplicerad och kräver bättre kunskaper. Du måste söka kunskapen där den finns och inte tro att den kommer till dig som ett förklarat skimmer i natten. Tag reda på vad de gör som lyckas och vars simmare simmar fortast. Var ödmjuk till andras framgångar och hård mot dig själv. Vi behöver nya och fler tränarprofiler i svensk simning. Samtidigt skall vi tacksamt ta vara på erfarenheter vunna i hårt arbete av dem som varit med länge.

- Gott omdöme kommer av erfarenhet, erfarenhet kommer av dåligt omdöme.

Nu tycker du att jag gnällt länge nog. Finns det inget positivt med svensk simning? Jo, massor. Annars hade jag inte åtagit mig uppdraget som manager. Det är bara det att jag är otålig och har ont om tid. Jag vill se resultat och jag måste ha din hjälp.

Vi kan, om vi samarbetar och tar på oss blåställen, vända trenden uppåt igen. Faktum är att jag redan sett tecken på det. Jag vill se svensk simning som en stark rörelse med en bred bas och med goda resultat på ungdomssidan och med världselit på seniorsidan.

Tag tag i utmaningen. du skall få allt tänkbart stöd från mig personligen och från en simkommitté som innehåller många kompetenta människor. Med kunskap, arbete och lite vansinne skall vi lyckas. Go hard or go home!

Lars-Eric Paulsson

SPIF NÄRA SEGER

Stockholmspolisens IF var nära en jätteskräll i polons Cupvinnarcup när de tog emot jugoslaviska Jadran Split. Ett fullsatt Eriksdalsbad vädrade morgonluft redan efter en period då stockholmskillarna mycket väl stod emot trycket från jugoslaverna.

Efter en period var ställningen 1-0 till Jadran Split. Anders Flodqvist i SPIF-målet storspelade utespelarna offrade sig för varandra och laget. När halva matchen var spelad var SPIF nästan ikapp och perioden slutade 3-3, Jadran ledde således med 4-3.

Junioren Andreas Hartzell storspelade tillsammans med Patrik Morsten, Christer Stenberg, Hans Öberg och Sören Wallgren. Men hela laget spelade över sin förmåga. I Jadran svarade Sinica Tokitc för tre mål och laget kan mycket tacka sin målvakt, Ante Brantic för att de vann.

I tredje perioden drog jugoslaverna ifrån till 7-4. När en och en halv minut var kvar att spela var SPIF ikapp och ställningen var 7-7. SPIF fick en man uppvisad och en konstant press på Anders Flodqvist blev följden. När sex sekunder var kvar på matchklockan blev pressen för stor och Jadran Split vann matchen med 8-7.

Jadran Split är ett av världens bästa pololag i ett land där polon står på topp. SPIF svarade för en lagprestation och många tillfälligheter avgjorde matchen. Ändå visade SPIF att svensk polo är på väg att väl hävda sig internationellt.

WORLD CUP I SIMNING

Säsongen 1988-1989 blir det premiär för en världscup i simning. Swedish Open i Göteborg i mitten av februari, är en av de tio deltävlingarna. Det bästa startfältet någonsin vid en simtävling i Sverige kommer att vara på plats under två dagar, med deltagare från nästan hela världen.

Tankar på en världscup i simning har funnits länge. Sverige har tillsammans med Västtyskland varit en av de drivande krafterna för att få en cup till stånd.

Världscupen är en individuell tävlingsform med tio deltävlingar denna första säsong. Tävlingarna går på tre kontinenter, USA, Australien och Europa. För att få vara med i världscupen krävs deltagande vid minst fem deltävlingar på två av kontinenterna.

Totalt kommer 12 segrare att utses i de olika grenarna. En poängräkning enligt 17, 15, 14, osv ner till 1 kommer att användas men världsbästa på 25 m bana och eller världsrekord på 50 m bana, ger tre bonuspoäng. Detta för att uppmuntra simmarna att simma fort mer än en gång varje år.

De olika grupperna kommer att vara sprint, 25 m/50 m, 100 m och 200 m, distans 400 m och 800/1500 m allt i frisim, 50 m, 100 m och 200 m i rygg, bröst och fjäril samt 100 m, 200 m och 400 m medley. Det blir inga lagkapper i världscupen. Tio gjorda resultat i varje grupp får räknas.

World Cup i Göteborg 14-15 februari blir på många sätt en höjdpunkt. Sju deltävlingar har simmats i USA, Australien och Europa. Ingen gruppseger bör vara avgjord men kan mycket väl avgöras i Göteborg. Därför kommer också spänningen att vara på topp inför Swedish Open. I början av november var fler än 13 nationer klara för Göteborg och det innebär simmare från bland annat Kanada, USA, Australien, Kina, Japan samt större delen av Europa, både öst och väst. Dessutom har Surinam och Costa Rica visat stort intresse vilket innebär guld- och silvermedaljörer från OS.

Startfältet vid World Cup i Göteborg kommer att bli det bästa någonsin i Sverige. Förutsättningarna i Göteborgs nya Valhallabad kan mycket väl inspirera till rekord.

Det landslag Sverige nominerat för deltagande i Världscupen består av simmare som var världsrankade 1 oktober 1988. Dessa har tackat ja: Anders Holmertz, Motala, Per Johansson, Borlänge, Tommy Werner, Karlskrona, Jan Bidrman, Malmö, Göran Titus, Örebro, Stefan Persson, Malmö, Anders Peterson, Mariestad, Jan Stensson, Hagfors, Henrik Jangwall, Malmö, Anders Rasmusson, Helsingborg, Niclas Håkansson, Stockholmspolisen, Camilla Olsson, Malmö, Helena Åberg, Helsingborg, Karin Furuhed, Borlänge, Anna-Karin Persson, Kungälv, Suzanne Nilsson, Helsingborg och Eva Nyberg, Mariestad.

De olika deltävlingarna säsongen 1988-1989 är:

WC Toronto, Kanada,	25 m,	15-17 december
WC Indianapolis, USA,	50 m,	18-20 december
WC Perth, Australien,	50 m,	6-8 januari
WC Emmen, Holland,	25 m,	27-29 januari
WC Paris, Frankrike,	25 m,	3-5 februari
WC Berlin, Österskland,	50 m,	6-8 februari
WC Bonn, Västtyskland,	25 m,	10-12 februari
WC Göteborg, Sverige,	50 m,	14-15 februari
WC Venedig, Italien,	25 m,	17-19 februari
WC London, Storbritannien,	25 m,	25-27 februari

MASTERS

I serien "Varför simmar jag Masters" har vi kommit fram till två mycket intressanta simmare, Tuula Typpö från Finland och Catherina Troell. Intressanta därför att de visar att man med mycken god vilja och envishet kan rå på de svåraste handikapp, men intressanta också därför att de visar hur bra simning är ur rehabiliteringssynpunkt.



Tuula Typpö



Catherina Troell

Tuula Typpö

är ett mycket intressant fall ur medicinsk synpunkt. Redan före tjugoårsåldern drabbades hon av en märklig sjukdom som yttrade sig så att hon blev utan kraft i musklerna. Läkarna förbjöd henne att idka någon som helst sysselsättning, som kunde tära på de krafter hon hade kvar. Hon skulle inte ens överleva sin 25-årsdag (hon är nu 33 år).

Hon trotsade emellertid läkarna och började simma. Nu är samma läkare helt på det klara med att det är simningen som räddat hennes liv.

Hon får hjälp med träningsprogram av terapeuten Hillevi Huhta, som också följer med henne på tävlingarna utomlands som tolk, eftersom Tuula själv bara talar finska. Hillevis uppgift är också att peppa upp Tuula före tävlingarna och så måste hon få hjälp ner i bassängen eftersom hon sitter i rullstol. Tuula har två världsrekord för handikappade. Hon tränar simning tre gånger i veckan och simmar 3-4000 meter varje pass. Dessemellan tränar hon annat också flera timmar varje dag. Hennes träningsprogram går för övrigt ut till olika idrottsläkare runt om i världen och används för både sjuka och friska.

Enligt Hillevi Huhta består Tuulas simning av 65% humor, 30% sisu (äkta finsk) och 55 teknik.

Det där med humor kan vi som träffat henne, stryka under, sällan får man se en så glad idrottskvinna.

Så här kan en dags träning se ut för Tuula. Tillsammans fyra timmar.

På förmiddagen gymnastik och töjning, ungefär en timma.
Simning:
2000 m frisim, varav 500 m föruppmjukning, raskt och fullt 100 m, 2 gågner varje gren = 800 m
8x25 m utan att andas återkommande ungefär 5 sek
400 m slutuppmjukning
= 3400 m tillsammans.
På kvällen töjning en timma.

Hemma använder hon dagligen olika instrument, bandet, roddapparaten, små vikter och så vidare.

Catherina Troell

är ett annat intressant medicinskt fall från Ängelholm. För åtta år sedan blev hon enda överlevande efter en svår bilolycka. Att hon överlevde räknas som ett mirakel, eftersom hon betraktades närmast död när hon kom in på sjukhuset. Läkarna klarade dock livet på Catherina, men hon fick stanna på sjukhuset i nära ett halvt år.

Väl utskriven från sjukhuset fick hon använda kryckor i ett års tid. Hon ordinerades att börja simma (igen?) för att träna upp höften som blev svårast skadad.

Hon räknas som 50% invalid just på grund av höftskadan. Hon berättar också att än idag kan galssplitter tränga ut ur kroppen.

Genom simträningen kom hon i kontakt med tävlingssimmandet. Först som funktionär i klubben där hemma, men sedan vaknade lusten att vara med och tävla i Masters, ett tävlande som lett till en hel del framgångar.

Men viktigast är inte framgångar i bassängen, utan det är att ha roligt i ett kamratgäng. Den sociala biten är verkligt viktig, kanske den allra viktigaste säger Catherina som har bråttom att gå och förbereda sig för nästa start.

Detta var de två sista Masterssimmarna som presenterades för Simsports läsare, men vi hoppas få återkomma i nästa nummer med ett PS, då vi vill presentera medlemmarna i den nybildade Mastersgruppen, d v s de tre personer som skall jobba för att Masters skall "flyta" på bästa sätt.

Motionskommittén SSF
Text: Torsten Lidén
Foto: Marianne Sköld

Generalagent: Gunnar Lundström AB Box 6081 126 06 Hägersten Tel: 08-709 37 00

SMIDIG DESIGN.

Allt fler upptäcker att simning är den perfekta motionsformen. Som håller både kondition och den egna formen i trim. Det enda som behövs är en smidig simdräkt med perfekt funktion – som gör att den inte känns.

arena

Ulrika Knapes och de andras badplagg finns hos välsorterade sportaffärer och varuhus.

Vakna, SDF!

Överallt i samhället blir man mer och mer klar över hur viktig den förebyggande hälsovården är. T o m så viktig att RF satsar pengar (tillsammans med ett antal specialförbund) på ett projekt just i detta ämne. Det man ansett viktigt att jobba med är fem "tårtbitar". ANT, Skadeförebyggande åtgärder, Psykisk/Social hälsa, Motion och kost. Alla bitar är lika viktiga i sammanhanget.

Simförbundet var ett av de förbund, som fick erbjudandet/förmånen delta i projektet och vi som deltog för Simförbundet, Marianne Sköld och undertecknad valde att tillsammans med Skolidrottsförbundet jobba med KOST. En satsning som vi tycker var riktig, inte minst efter simmartinget i Luleå, där vi fick tillfälle presentera vad vi sysslat med.

Där i Luleå alltså, visade sig att behovet av upplysning verkade vara mycket stort, skrämmande brister blottades när ämnet kom på tal. Några exempel skall dock inte nämnas. Nog med att konstatera att det behövs massor av upplysning till simledarna, föräldrarna och inte minst simmarna. De sista kanske för unga att själva inse vikten av riktig kost. Det blir alltså ledare och föräldrar, som får ta på sig ansvaret.

Nå, vad hände då när MK bjuder in simmotionsledarna i distrikten till konferens för att få mmöjlighet att informera inte bara om vikten av vettiga kostvanor utan om hela ovannämnda "friskvårdstårta" och andra viktiga frågor.

Jo, fyra distrikt besvarar inbjudan, övriga kostar inte ens på sig att svara. Övermåttan dåligt!

Vad beror detta på? Jo, förmodligen på att styrelserna i övriga distrikt inte förstått hur viktig simmotionsledaren är i ett distriktsförbund. Man skickar in ett namn på en simmotionsledare, som sedan inte får något som helst stöd av sin styrelse, kanske inte ens får veta att det skall hållas konferens.

Vad anser dessa styrelser? Skall en så viktig del av svensk simning, som simmotion, skötas av andra, när det är vi, d v s simklubbarna, som har kunskapen, när det gäller simning.

Nej ryck upp er! Se till att få fungerande simmotionsledare och ge dessa helhjärtat stöd så skall ni snart finna att ni på köpet får en hel del annat som kommer övrig "legaliserad" simning till godo.

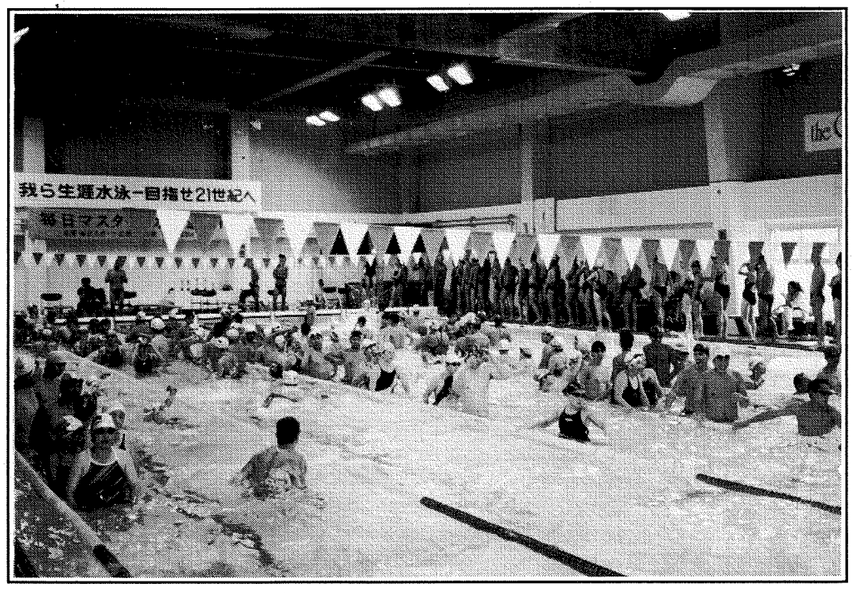
Tosten Lidén
Ordförande i Motionskommittén

PÅ RAD FÖR MASTERS

Från Simsports korrespondenter i Japan, Ann och Glen Christiansen har vi fått ett vykort som dels berättar om intresset för masters i Japan och dels berättar lite om under vilka förhållanden som masterssimmarna lever under. Så här skriver Ann och Glen på andra sidan vykortet:

"Hej! Detta är inmjukan på en helt vanlig Masterstävling i Japan. Folk står i kö på långsidan för att få simma 25:or. Och motionärerna på Valhalla i göteborg de klagar.
PS. Detta är vår "hemmapool".

Kram Ann o Glen



BADMODE MED SMIDIG PASSFORM

Klokt att välja en baddräkt med LYCRA* som nu har fyra gånger bättre resistens mot klor!

Lättskött
- Skölj efter varje användning
- Tvättas i ljumt vatten med fintvättmedel
- Använd inte blekmedel
- Dropptorka

SMIDIG PASSFORM
Lycra
I VÅTT o TORRT

* Du Pont's inregistrerade varumärke dess elastanfiber

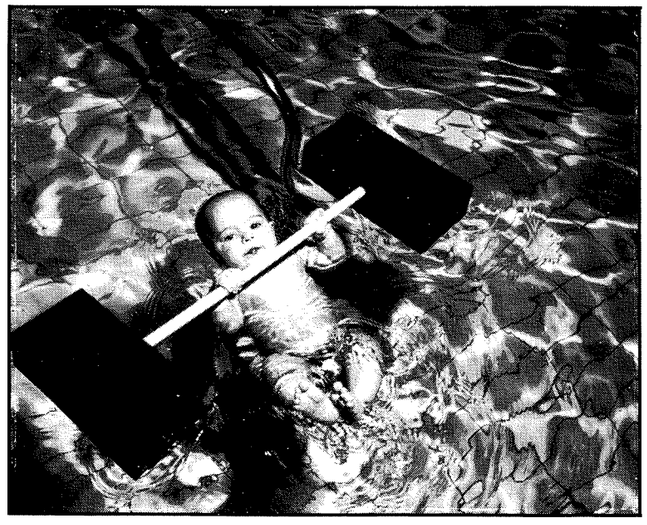
UPSALA SIMSÄLLSKAP söker ELITTRÄNARE

INTRESSERAD?

För närmare information ring någon av följande som är anträffbara på kvällstid

Bo Andersson 018/429156
Anders Ernäs 018/425027
Ove Haag 018/355166

Med öppna ögon.



ANVÄND UVP-systemet och Du slipper farliga kemikalier i Ditt badvatten.

ETT NYTT miljöväligt reningssystem för badvatten.

UTARBETAT i samråd med Naturvårdsverket.

UVP-systemet renar vattnet från bakterier och virus med enbart ljus och syre.

Begär prospekt från:

Raydar AB
Datavägen 41, 436 32 ASKIM
Tel. 031/28 98 80, Telefax 031/28 18 07, Telex 21443

Masters - VM i Brisbane, Australien

Glen C dubbel världsmästare

Av Håkan Wassdahl

Världens hitintills största simtävling har ägt rum under Masters-VM vid Candlers sport center i Brisbane, Australien den 9-15 oktober. Cirka 20.000 starter inklusive lagkapper, simhopp och vattenpolo, gjordes av 3.800 entusiastiska masterssimmare från 28 länder som satte minst 64 världsrekord. Glen Christiansen, numera Japan, vann 50 m och 100 m bröstsim och blev dubbel världsmästare. Dessutom tog han silvret på 200 m bröstsim. Kerstin Göres, Hellas, klarade två silver och ett brons medan Peter Bergengren återvände till Strömstad med en bronsmedalj.



Pool was home for Swedish swimmers

THE MANLY public swimming pool became home turf recently for a team of veteran Swedish swimmers visiting for the World Masters Swim '88 at Chandler.

The 11 swimmers were treated to the hospitality of Manly pool lease holder Sabina Piper who is an ex-Swede champion swimmer herself.

Ms Piper, who also competed in the Masters games, said she was thrilled to have her childhood swimming friends visit.

"I never dreamed I'd see them here," she said. "I believe strongly in social swimming and the masters is a wonderful form for people to get together and improve their health."

• Manly Pool lease holder Sabina Piper gets a dunking by the Swedish World Masters team in fun appreciation of her hospitality.

HÄLSNINGAR TILL SSF-MASTERS FRÅN VM-SIMMARNA I BRISBANE 9-15 OKT 1988



Anläggningen som ligger ute i bushen utanför Brisbane, var den mest imponerande simanläggning som svenskarna någonsin skådat. Förutom en komplett simanläggning med en 50-meterspool omfattande 10 banor, hoppool och uppmjukningspool på 25 meter, fanns teater och velodromanläggning.

Anläggningens placering ute i bushen gav besökaren en inblick i den australiska naturen. Speciellt i den ljumma skymningen hördes för oss nordbor alla möjliga underliga djurläten. Brisbane sökte ju OS, vari detta sportkomplex utgjorde en viktig bit av OS-materialet.

Tävling i tävlingen

För att hinna med det stora antalet starter var tävlingen uppdelad i två. En för damerna, som startade från ena bassängkanten och en för herrarna som startade från den andra sidan. Damerna hade företräde, d v s de startade först, vilket senare skulle visa sig extra spännande.

Man släppte nämligen herrar från den andra sidan när damerna hade cirka 15 meter kvar till mål. Väl i mål skulle man hänga på vänster lina, Australien har ju vänstertrafik och solen, månen och vattnet snurrar motsols, tills annalkande simmare från andra sidan passerat. först då fick man lämna bassängen.

Nu blev det ofta extra spännande. Skulle man hinna i mål och undan innan efterföljande kom? Så var ej alltid fallet. En snabb kille hann ifatt sin lady och blev hindrad som tvåa, men efter protest fick även han en guldmedalj.

Det var således alltid några som simmade i bassängen. Inga döda väntetider annat än vid tjuvstarter.

Japaner, japaner, japaner

Japan hade den största truppen vid VM med ccirka 700 livliga och entusiastiska små japaner. En del var ovanan vid att tävla och förstod inte språket så bra.

En liten japanska hoppade nämligen kvickt i vattnet redan vid första visselsignalen, den som skall samla simmarna till startpallarna. Hon blev emellertid stoppad och tillsagd att starta om. Vid nästa visselsignal hoppade hon lika kvickt i vattnet som tidigare. Hon fick nya anvisningar och förstod nog att hon nu fick lugna ner sig. Hon stod därför kvar tills alla dykt i varpå hon hövligt bugade sig mot de förmanande funktionärerna och med ett asiatiskt leende hoppade hon till publikens stora jubel i med ett elegant plask.

En manlig kollega till denna japanska tjuvstartade också. Dock mer normalt så att säga.

Han reagerade emellertid inte på funktionärernas tutande och hojtande varför man sänkte tjuvstartslinan framför honom, vilken han elegant dök under och fortsatte ännu mer energiskt än tidigare. Han ledde ju.

Funktionärerna skrek och hojtade och publiken jublade.

Vid nästa tjuvstartlina lyckades man få linan under halsen på den glatt simmande lille japanen. Han kränglade sig ur linans grepp och ökade takten. Han ledde fortfarande heatet trodde han. Så kom han i mål, sträckte armarna jublande och segervisst i luften, jag vann, jag vann. Publiken tjöt av förtjusning. Dess gunst vann han i alla fall.

Japanskorna visade sin beundran för dem som tog medalj, vilket de tio främsta fick. Hans Andersson var en av de första svenskarna som fick medalj. När han hämtat den och kom tillbaka till läktaren tjöt japanskorna av beundran och kastade sig om halsen på Hasse som sedan inte tog av sig den på ett bra tag.

Glen Christiansen arbetar sedan en tid framgångsrikt med Masters i Japan. Han önskar ett vänskapsöte i Masters mellan Japan och Sverige i Göteborg nästa sommar efter Master Games i Danmark. Detta framförde han till mig som är Simförbundets masterrepresentant.

Svensklägret

Alla de elva VM-svenskarna bodde hos glada och gästfria utlandssvenskan Berit Sabina Piper. Hon driver sedan 12 år en anläggning med pooler i Brisbane. Arbetsveckan blir lång då hon också arbetar med undervisning och simklubbsarbete. Sabina kom till Australien för 16 år sedan och har sedan dess gjort mycket för simningen i trakten. SK Neptun från Stockholm har gästat henne och andra svenska simklubbar planerar att göra likadant. Sabina är mycket intresserad av att få svenska klubbar som gäster för träningsläger och hon kan också ordna tävlingsutbyte med klubbar från Brisbane.

Hon äger en fastighet intill poolerna där mastersimmarna fick bo. Eftersom Chandlerkomplexet ligger ute i bushen där det inte finns något husrum och den enorma världsexpon i Brisbane blev en oväntat stor publiksuccé var det ont om logi för både expobesökare och mastersimmare. Tack vare Sabina Piper kunde vi erbjuda schweizare, tyskar och australiensare att bo tillsammans med oss svenskar. Detta visade sig vara mycket lyckat, framför allt ur transportsynpunkt. VM-sponsorn, svenska SAAB, hade ställt två bilar till vårt förfogande genom internationella handikappförbundets generalsekreterare Hans Lindströms försorg.

Australiensarna hjälpte oss elegant med diverse ovana bekymmer som vi ställdes inför.

Simundervisning

Sabina är som sagt också simtränare. När hon fick se oss simma kunde hon inte låta bli att rätta till simstilen hos flera av oss.

Detta råkade även Sveriges genom tiderna ende världsrekordhållare i bröstsim, Lennart Brock, ut för. Hans bröstsim fick kritik, vilket han uppskattade. Han började omgående rätta till sina fel, vilket konkurrenten Jonny Lysell inte tyckte speciellt bra om.

Att simma är socialt

Den sociala delen av mastersimningen torde vara en av de mest värdefulla ingredienserna i vår verksamhet. Stämningen var på topp hela VM-tiden. Det visade sig inte minst när Hellas representant Brittis Malm och jag överlämnade minnesgåvor från Hellas till de tre arrangörspresidenterna.

Dessa får säkert ofta ta emot kritik och klagomål av olika slag. Nu möttes de av en liten nöjd och glad dalkulla, Brittis hade på sig en folkdräkt, vilket fick presidenternas ögon att tåras. När Brittis märkte detta kramade hon om dem så att de inte skulle behöva stå där och böla.

De uppskattade verkligen denna uppvaktning och var mycket imponerade av att Brittis fraktat sin folkdräkt runt jordklotet bara för deras skull.

Den finska mastertruppen besökte oss i vår förläggning. De hade haft en extra besvärlig resa med ankomst natten före första tävlingsdagen. Dessutom saknades åtta väskor. De bodde också långt från tävlingsbassängen.

De blev imponerade av hur professionellt vi ordnat det för oss, vår enhetliga VM-klädsel, våra förberedelser och transporterna och vi fick mycket berröm.

Mastersimmarnas äldsta organisation, MSI, kongressade under VM. Hans Lindström, Internationella Handikappförbundets generalsekreterare och jag själv, Svenska Simförbundet, deltog från svensk sida. På kongressen behandlades bland annat nästa masters-VM 1990 i Rio de Janeiro samt USA:s 1992.

Brasilianarna som är arrangörer för nästa VM, bjöd alla simmare på en galaafton med filmförevisning, presenter, information, dans musik och förfriskningar. Även detta inslag uppskattades mycket och många längtar nog redan till Rio.

De svenska VM-deltagarnas placeringar:
Glen Christiansen, Japan, 2 guld, 1 silver.
Kerstin Göres, Hellas, 2 silver, 1 brons, 4, 6,
Peter Bergengren, Strömstad, 1 brons, 4, 4, 5, 5, 8,
Kristina Vadem, Hellas, 5, 6,
Maj-Britt Nordin, Ran, 6, 9,
Lennart Brock, Poseidon, 5, 7, 8,
Hans Lindström, Nyköping, 7, 8, 8, 11,
Hans Andersson, Hellas, 8, 9, 12, 18,
Håkan Wassdahl, Hellas, 9, 9, 10, 13, 15,
Jonny Lysell, MSS Malmö, 9, 10, 11
Ingvar Eriksson, Hellas, 9, 10, 16, 16,
Sabina Piper, Australien, 17, 21, 26,
Hellas mixed 4x50 m medley, 11,* + +

ÅRETS SIMMARE OCH ÅRETS TRÄNARE

Simförbundets simkommitté har utsett Anders Holmertz till Årets simare 1988 och Greg Conell till Årets tränare 1988.



Anders Holmertz, Motala får utmärkelsen för tredje året i rad. Efter guldmedaljen och EM-titeln på 200 m frisim förra året har han vid nästan varje tävling simmat under de aktuella kvaltiderna som gällde för OS i år. Han började med svenskt rekord på 800 m frisim vid tävlingar i USA för ett år sedan och fortsatte sedan med världstider under hela säsongen.

Sedan mer än ett år har hans personbästa på 200 m och 400 m frisim varit bland de fyra bästa världen och således varit svåra att förbättra. Ändå lyckades han med detta vid de olympiska spelen i Söul då han blev silvermedaljör på 200 m frisim och bäst i Europa.

Några dagar senare utmanade han världen och höll nästan hela vägen på 400 m.

Nu fortsätter Anders med siktet inställt på världscupen i vinter och på att försvara EM-titeln vid EM i Bonn i augusti 1989.

Anders bor hemma hos mamma Annica och sin tränare Sven-Arne Selling i Motala. Han tränar på heltid med hjälp av de pengar som IBM belönat honom med för gjorda insatser under året. (Pengarna har gått till Anders klubb Motala SS.) De få stunder han inte är i vattnet lyssnar han på musik, hårdrock och han kör gärna bil. Den 1 december fyllde han 20 år.

Greg Conell, Malmö fick utmärkelsen för sitt fantastiska arbete med att göra Malmö KK till Sveriges i särklass bästa simklubb. Malmö KK vann SM i Jönköping med mer än 1000 poängs marginal till tvåan. Gregs arbete medförde också att han hade tre olympier i OS-truppen, Jan Bidrman, Henrik Jangwall och Stefan Persson.

Greg kom till Sverige från USA 1980 då han började som tränare i Södertälje. 1983 började han i Malmö och sedan dess har klubbens simmare utvecklats med och mot rekordfart. Gregs enorma arbetskapacitet har smittat av sig på simmarna. Hans psykologiska blick har också gett malmösimmarna ett övertag.

Under Gregs träning har Jan Bidrman, Stefan Persson med flera utvecklats till simmare av världsklass. Greg Conell har tagit tillvara det bästa från amerikansk simning och blandat detta med de svenska fördelarna för att t på så sätt hitta ett arbetssätt som passar. Han är också mycket krävande då han anser att bara hårt arbete ger resultat.

Näst efter simning är skidåkning det bästa han vet. Så har han också åkt Vasaloppet två gånger.

IBM SATSADE GULD GER ANDERS CHANS TILL MER GULD



nför den gångna simsäsongen ställde IBM upp på en något våghalsig satsning som Simförbundets sponsor. Ingen simmare skulle få något innan resultat utan först efteråt. Satsningen gick under namnet IBM Grand Prix World Top Ranking. Ett svenskt rekord i någon av de nio utvalda tävlingarna gav 5000 kr, ett OS-guld gav 100.000, silver 50.000 och brons 25.000 kr. Om någon slagit världsrekord skulle detta gett 75.000 kr och ett europarekord 25.000 kr. Dessutom skulle belopp delas ut efter placeringen på världsrankingen efter OS med 50.000 kr för första plats, 25.00 för andra, 20.000 för tredje, 16.000 för fjärde o s v ner till 10.000 för tionde plats. Det kunde blivit dyrt för IBM.

Två simmare fick rankingpengar, Per Johansson 12.000 för åttonde plats på 100 m fritt och Anders Holmertz totalt 99.000 kr för OS-silver, 16.000 för fjärdeplatsen på 200 m fritt, 14.000 för sjätteplatsen på 400 m fritt och lika mycket för samma placering på 800 m fritt. Dessutom 5.000 för det svenska rekordet vid OS.

Sammanlagt har IBM under säsongen delat ut mer än 200.000 kronor direkt till simmarnas klubbar för uppnådda resultat.

I samband med Järfälla elit i slutet av november uppvaktades Anders Holmertz med en jättecheck av IBM:s Stefan Rydén. Curt Troell och Lina Geuna, där Curt Troell varit den drivande kraften i IBM:s satsning och Lina varit kontakten med Simförbundet, höll sig diskret i bakgrunden med blomsterkvastarna beredda.

Greg Conell uppvaktades också för utmärkelsen årets tränare vilket gav honom ett stipendium från IBM på 10.000 kronor.

Simsport sällar sig till hyllningskören och riktar ett stort tack till IBM, vars satsning nu gör det möjligt för Anders Holmertz att behålla sin tätposition i den internationella simningen.

Bruce Hopping Award

Eftersom Medaljnämnden har fått i uppdrag att utreda varför utmärkelsen Bruce Hopping Award inte utdelats sedan 1974 vill vi på detta sätt nå kandidater till denna utmärkelse.

Några riktlinjer finns inte beträffande val av kandidat men tumregeln hittills har varit att man skall ha en lång ledar- och tränargärning bakom sig. Man bör ha varit verksam i minst 15 år. Verksamhetsåren bör ligga från 1975 och bakåt.

Förslag på namn med meritförteckning sändes till **Svenska Simförbundet, Idrottens Hus, 123 87 Farsta.**

Utmärkelsen har tidigare erhållits av:

1965	Sten Hellqvist, Stockholm
1966	Bertil Sällfors, Borås
1967	Elisabeth Ljunggren, Stockholm
1968	Peter Feil, Eskilstuna
1969	Stig Lindahl, Stockholm
1970	Gunnar Larsson, Malmö
1971	Ulrika Knape, Göteborg
1972	Gunnel Weinås, Göteborg
1973	Bengt Gingsjö, Göteborg
1974	Åke Lindgren, Stockholm

OBS! Glöm inte bort att för dina välförtjänta ledare och tränare söka någon forma av utmärkelse från Simförbundet, diplom eller medalj.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Medaljnämnden
Stig Ohlsson
Ordförande

INBJUDAN SIMHOPP

1989 års inomhus-SM i svikthopp 1 m och 3 m samt höga hopp äger rum i Göteborg den 17-19 mars 1989.

Anmälningstiden utgår fredagen den 3 mars och efteranmälningstiden utgår onsdagen den 1 mars kl. 12.00.

Separat inbjudan utsändes till hoppinstruktörerna.

KANSLIET

ÅRSMÖTE

Svenska Simförbundets årsmöte äger rum 23 april 1989 i Södertälje.

e.u. Maud Uddman/SSF

OBS! VIKTIGT! OBS! OBS! VIKTIGT! OBS! OBS! VIKTIGT! OBS! OBS! VIKTIGT! OBS!

Angående ryggsim

Vid sitt möte 1 oktober 1989 i Söul beslöt den nya FINA Byrån en tolkning av ryggsimsregeln med anledning av den på senare tid alltmer utspridda undervattenssimningen i ryggsim. Efter en långvarig diskussion beslöt Byrån att inte godkänna undervattenssim.

Någon regeländring kunde emellertid inte äga rum, eftersom regeländringar i tekniska frågor endast sker vid tekniska kongresser i samband med Världsmästerskap. Då Byrån emellertid fann det nödvändigt att förbjuda undervattenssim i ryggsim så fort som möjligt och inte avvakta nästa tekniska kongress, som äger rum om två år, gjorde Byrån följande tolkning av Regel SW 6.2. i FINA Handboken (Regel 410 B i Svenska Simförbundets stadgar och tävlingsbestämmelser). Tolkningen har följande lydelse:

"Under hela loppet förbli i ryggläge" betyder att någon del av kroppen måste bryta vattenytan under hela loppet, utom att omedelbart efter start och efter varje vändning simmaren får vara helt översköljd under upp till 10 m från bassängväggen.

Denna tolkning som sålunda gäller med omedelbar verkan innebär ett slut på långa undervattenssimningar i ryggsim. Det är av vikt, att regeltolkningen sprides till samtliga berörda så fort som möjligt till undvikande av onödiga diskvalifikationer i kommande simtävlingar.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Regelkommittén
Gunnar Werner

Officiellt

Inbjudan till Junior-SM i simning i Norrköping 3-5 februari 1989

Åldersklasser:
Pojkar 18 år och yngre, (födda 1971 och senare)
Flickor 17 år och yngre, (födda 1972 och senare)

Medarrangör:
Norrköpings KK (25 m x 7 banor)

Tävlingstider:

Försök:	Finaler
Fredag 09.00	Fredag 16.30
Lördag 09.00	Lördag 16.30
Söndag 09.00	Söndag 16.30

Anmälan:
Anmälan skall vara Norrköpongs KK, Albrektsvägen 19, 603 50 Norrköping, tillhanda senast 20 januari. (Poststämpelns datum 19 januari).

Anmälningsavgift:
20:-ind. start och 30:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som anmälan på Norrköping KK:s postgiro 271817-9.

Efteranmälan:
Efteranmälningstiden utgår onsdagen den 1 februari kl. 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSITD OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.

Efteranmälningsavgift:
300:-/ind. start och 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som efteranmälan på Norrköping KK:s postgiro 271817-9.

Kvalnormer:
1. Kvaltider:
Kvaltider, se Simsport nr 10/1988, har också presenterats i SSF:s föreningsutskick SK-cirkulär samt finns i Simkalendern 1989.
2. Kvaltermin:
Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 1988.02.05 - 1989.01.19.

Övrig information:
Övriga mästerskapsbestämmelser, se Simkalendern 1989 och SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser 1987-1990.
Information om logi, entrebiljetter, biluthyrning etc, har utsänts till klubbarna från Norrköpings KK.

OBS! Viktigt vid klubbbyte.
Från och med 1989 måste vid anmälan till mästerskap respektive förening uppge om en simmare ej skall ha SM-poäng. (klubbyte), på det speciella anmälningsformulär som skickas ut från arrangören. Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng. Se SSF:s stadgar paragraf 225.

Grenordning:

Fredag 3 februari

1.	50 m	frisim	flickor
2.	50 m	frisim	pojkar
3.	100 m	ryggsim	flickor
4.	100 m	ryggsim	pojkar
5.	400 m	frisim	flickor
6.	400 m	frisim	pojkar
7.	100 m	fjärilsim	
8.	100 m	fjärilsim	pojkar
9.	200 m	medley	flickor
10.	200 m	medley	pojkar
11.	4x100 m	frisim	flickor
12.	4x100 m	frisim	pojkar

Lördag 4 februari

13.	200 m	frisim	pojkar
14.	100 m	frisim	flickor
15.	100 m	bröstsim	pojkar
16.	200 m	bröstsim	flickor
17.	200 m	ryggsim	pojkar
18.	200 m	fjärilsim	flickor
19.	400 m	medley	pojkar
20.	4x200 m	frisim	flickor
21.	4x100 m	medley	pojkar
22.	800 m	frisim*)	flickor

(Heat över 1)
*) I finalpasset avverkas 800 m frilsm som gren 13.

Söndag 5 februari

23.	200 m	frisim	flickor
24.	100 m	frisim	pojkar
25.	100 m	bröstsim	flickor
26.	200 m	bröstsim	pojkar
27.	200 m	ryggsim	flickor
28.	200 m	fjärilsim	pojkar
29.	400 m	medley	flickor
30.	4x200 m	frisim	pojkar
31.	4x100 m	medley	flickor
32.	1500 m	frisim*),	pojkar

(Heat över 1.)
*) I finalpasset avverkas 1500 m frisim som gren 23.

INBJUDAN WORLD CUP SWEDISH OPEN SWIM MEET

14 - 15 februari 1989 i Göteborg

Svenska Simförbundet och Göteborgs Simförbund inbjuder till Swedish Open Swim Meet, som också är en av tio deltävlingar i Världscupen, World Cup, den 14-15 februari i Valhallabadet, Göteborg, 50 m x 8 banor.

Anmälan:
Anmälan insändes till Göteborgs Simförbund, Valhallagatan 3, 412 51 Göteborg senast onsdagen 25 januari 1989. Anmälningstiderna skall vara uppnådda under 1988. Inga anmälda tider omräknas. D v s anmälningstid uppnådd på kort eller lång bana under 1988 kommer ej att räknas om.

Startavgift:
Startavgiften är 40 kr per start och inbetalas på GDF:s postgiro 524920-6 efter det att startlista erhållits.

Insimning:
Klockan 6.00 och 16.00 båda dagarna.

Inkvartering:
Inkvartering sker via Göteborgs Simförbund. Pris: 400 kr per dygn i tvåbäddsrum med helpension eller 550 kr per dygn i enkelrum, helpension.

Upplysningar:
Göteborgs Simförbund, 031-20 56 37, (10-16), Svenska Simförbundet, 08-713 63 09, Berth Johansson.

Välkomna till Världscupen och Swedish Open Swim Meet 1989.

Grenordning

Tisdag 14 februari

1.	200 m	frisim,	herrar
2.	100 m	frisim,	damer
3.	50 m	ryggsim,	herrar
4.	100 m	bröstsim,	damer
5.	50 m	fjärilsim,	herrar
6.	400 m	medley,	damer
7.	200 m	medley,	herrar
8.	400 m	frisim,	damer
9.	1500 m	frisim,	herrar *)
10.	100 m	ryggsim,	damer
11.	50 m	bröstsim,	herrar
12.	100 m	fjärilsim,	damer

Onsdag 15 februari

13.	200 m	frisim,	damer
14.	100 m	frisim,	herrar
15.	50 m	ryggsim,	damer
16.	100 m	bröstsim,	herrar
17.	50 m	fjärilsim,	damer
18.	400 m	medley,	herrar
19.	200 m	medley,	damer
20.	400 m	frisim,	herrar
21.	800 m	frisim,	damer *)
22.	100 m	ryggsim,	herrar
23.	50 m	bröstsim,	damer
24.	100 m	fjärilsim,	herrar

*) direktfinal

TRÄNINGSLÄGER - EXTRA

Simsports Lägerextra
Riv ur och spara bilaga



TRÄNINGSLÄGER FINNS FÖR ALLA

Sverige är fantastiskt - på många sätt. Aldrig tidigare har det funnits så många olika platser, beredda på att ta emot simmare, hoppare, konstsimmare och polospelare som nu. Varje kommun med självaktning har en eller flera bassänge väl lämpade för simträning. Dessutom erbjuds logi och sociala arrangemang vid sidan av träningen. Vid eller i närheten av träningslägret finns massor av utflyktsmål och äventyrligheter som gör att lägret aldrig blir tråkigt. Egentligen är det fantastiskt att det finns något för alla över nästan hela landet. Inte bara när det gäller träning.

Efter en mörk och tung höst börjar nu säsongen närma sig olika höjdpunkter. Det finns en världscup för de bästa. Det finns JSM och SM på hemmaplan. Så kommer Simicaden med distrikts- och regionsfinaler. Sedan väntar EJM-kval med ute-Sum och därefter långbane-SM för seniorerna. För landslaget avslutas säsongen med EM i västtyska Bonn i mitten av augusti.

Men eftersom Sverige är fantastiskt finns också flera hundra tävlingar för alla kategorier i Sverige. Från norr till söder och från väst till öst. Därför är det alltid tid för ett träningsläger, någonstans, någon gång. De aktivas mål är olika. Några siktar på landslaget och andra på ett personligt rekord vid en klubbtävling i grannbassängen. Oavsett mål har alla en sak gemensamt. De vill få chansen att förbereda sig på bästa sätt.

Ett träningsläger är det bästa sättet för det ger så mycket mer än bara träning. Simsport har frågat landets kommuner vad de har att erbjuda. Många har svarat och redovisar sitt utbud på följande sidor. Bläddra och välj och du finner att Sverige är fantastiskt.

Redaktionen

SimSport
Träningslägerextra
Ansv. utg. Paul Alfons
Red. Lars-Åke Lindqvist
Redaktionens adress:
SimSport, Box 8346
402 79 Göteborg
Tel. 031-23 33 50
Tryck SmpTRYCK, 1988
ISSN 0346-1084

SPECIAL
resa för

VATTEN MOTIONÄRER

i samarbete mellan
SIMFÖRBUNDET - SIMSPORT - SCANTRAVEL
Vattengymnastik med instruktör från
Sv. Simförbundet.

CYPERN 1/6
PORTUGAL 26/5

Begränat antal platser. Försäkra Dig om en plats.
Beställ program!

Ring! 08 - 715 90 00, 715 90 06

SCANTRAVEL
SCANDINAVIAN INCOMING & SPORTTRAVEL AB

Box 58, Orminge Centrum
132 01 Saltsjö – Boo

AnkerSkogen Svømmehall og Idrettspark HAMAR NORGE

Tlf. 00947 – 65 – 220 35

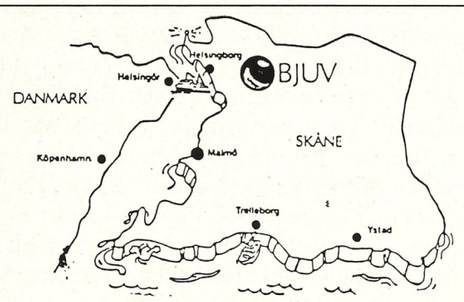
Till: Simmarnorden
Från: Ankerskogens Simhall

Nordens största inomhus simhall erbjuder:

- Utmärkta träningsförhållanden hela året i saltvatten.
- Simning i 50 m eventuellt 25 m banor.
- Simhopp, alla aktuella höjder, svikt - hopptorn.
- Styrketräningsrum kan disponeras.
- 33°C varmvattenbassäng kan disponeras efter överenskommelse.
- Våt och torr bastu.
- Solarium.
- Utomhus solplage med två 80 m vattenrutschbanor.
- Motionsslingor i området.
- Cafeteria med bra villkor för klubbar.
- Övernattning? Kontakta oss, vi förmedlar.
- Kontakta Kristiansen, tlf. (065) 22 035
- Vi reserverar banor och träningstider för Er.

Två glada nyheter för 1988:
Vid hyra av min. 25 timmar erhålles 20% rabatt på ordinarie hyrpriser.
Hoppare:
nu finns både bubbelanläggning under 3, 5, 7.5 och 10 m.

Välkommen till
Norges sim- och hoppeldorado.



TRÄNINGSLÄGER

BJUV är centralt beläget i nordvästra Skåne ca 2 mil från Helsingborg.

Vi erbjuder möjligheter till simträning i vår 50 – m bassäng under sommarsäsongen 1988.

Enkel förläggning med möjligheter till visst självhushåll inom gångavstånd från simanläggningen.

Fritidslokaler med TV, video, biljard, bordtennis m. m.

Kontakta oss så kan vi diskutera och därefter presenterar vi ett ”paket” innehållande träningstider, logi, mat, utflykter, studiebesök, ellt efter Era önskemål.

Fritidsassistent Carl – Johan Greiff står till Ert förfogande för information tel 042/815 00

FRITIDSFÖRVALTNINGEN I BJUVS KOMMUN

---

19 TRÄNINGSLÄGER 89

DANMARK
BULGARIEN
GREKLAND
SPANIEN
POLEN
FRANKRIKE
JUGOSLAVIA
ENGLAND
HOLLAND
MALTA
ISRAEL
CYPERN
MAROCKO
PORTUGAL
JERSEY
ITALIEN
TJECKOSLOVAKIEN

Låt resan bli en segerresa! Res med

SRF **NIKE TOURS** IATA

GÖTEBORG 031-40 71 70 | **MALMÖ 040-10 03 70** | STOCKHOLM 08-663 30 75

Beställ katalog Träningsläger 89

TRÄNINGSLÄGER I SOMMAR!

VAR: RAN-Segevångsbadet i MALMÖ
50 m, 8 banor, minst 26° i vattnet

HOTEL: **SCANDIC HOTEL,**
50 m från bassängen

KOSTAR: Från 240 kr/person, helpension

KUL: Bangolf, golfbana
1/2 timme från TIVOLI, BAKKEN, ZOO

BOKA: TEL. 040-23 72 83

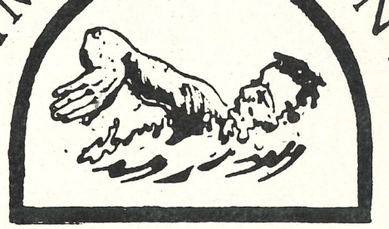
RAN

SOLAR swimwear

SCANDIC HOTEL
MALMÖ

Burlövs Simklubb
BURLÖVS KOMMUN
Scandic Hotel
Morsans Kåk

SIMMA LUGNT

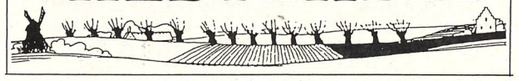


SIMLÄGER
I MALMÖ/ARLÖV
TILL PRISET AV ENDAST

223:- (alt 211:-) /per person o dygn
Helpension och träning 2 ggr/dag
Kontakta; Stig Kylborn tel. 040/43 92 00

SCANDIC HOTEL ARLÖV

DALBYBADET



Dalbybadet ligger i Lunds kommun och är en föreningsdriven simanläggning med en kaklad 50:ia med tillhörande undervisningsbassäng.

Dalby är beläget 8 km från Lunds centrum och 18 km från Malmö. Avståndet till Köpenhamn är 33 km.

Dalbybadet ligger invid Skånes enda nationalpark och kan förutom att bjuda er på proffsiga träningsförhållanden - erbjuda olika alternativ för inkvartering.

Tag kontakt med vår klubbdiriktör Bosse Hultén på Poseidons kansli så berättar han mer - ring 046-12 82 60 måndag - torsdag 9.00-13.00.

Dalbybadet - Skånes bästa och mysigaste träningsalternativ.

Vi öppnar till pingsten, först i landet?

SPEEDO **SIMKLUBBEN POSEIDON LUND**

SIMNING



JUGOSLAVIEN

Välplanerade träningsresor med buss eller flyg

För många idrottslag får ett träningsläger utomlands avgörande betydelse. En lyckad resa stärker motivationen och ökar sammanhållningen. För dig som åtagit dig att ordna resan gäller det att få alla detaljer att klaffa. Låt oss på Paddans avlasta dig med de praktiska arrangemangen.
Att ordna resor är vår specialgren! Vi har haft många idrottslag till Jugoslavien - här finns många lämpliga orter att välja bland, bra klimat, fin inkvartering och träning inom bekvämt avstånd. Dessutom är det billigt!
Kontakta oss på Paddans för ett lyckat träningsläger!

paddans
RESEBUREAU AB
F.d. ***CONTINENT RESOR***

101 24 STOCKHOLM Vasagatan 8, tel 08-14 53 60

MARKARYDS KOMMUN
-aktiv, attraktiv...

SIMLÄGER I SYDVÄSTRA SMÅLAND

-Vi har simhall året runt

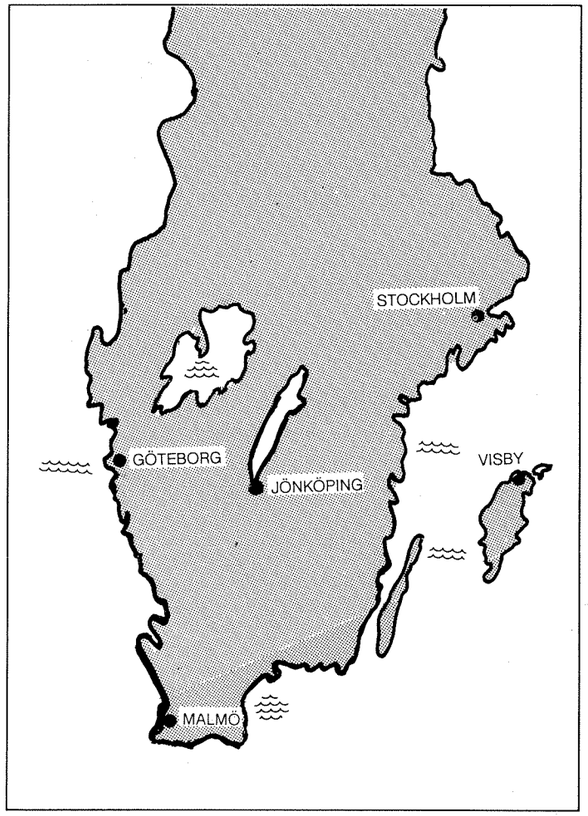
-Vi har tempererat utomhusbad

-Vi har vandrarhem

-Vi har skolförläggning
med och utan självhushåll

-Vi har hotell

Ring badföreståndaren tel. 0433-120 78
så hjälps vi åt att plocka fram ett
simläger som passar dig.



Glöm inte Röstånga friluftsbad som ett alternativ för 1989 års sommarsimläger. Utförlig annons i nästa nummer

Svalövs kommun

Turism och Fritid
0418-630 00

MITT I SKÅNE

TRÄNA I SOMMAR!
50m BASSÄNG (8 BANOR)

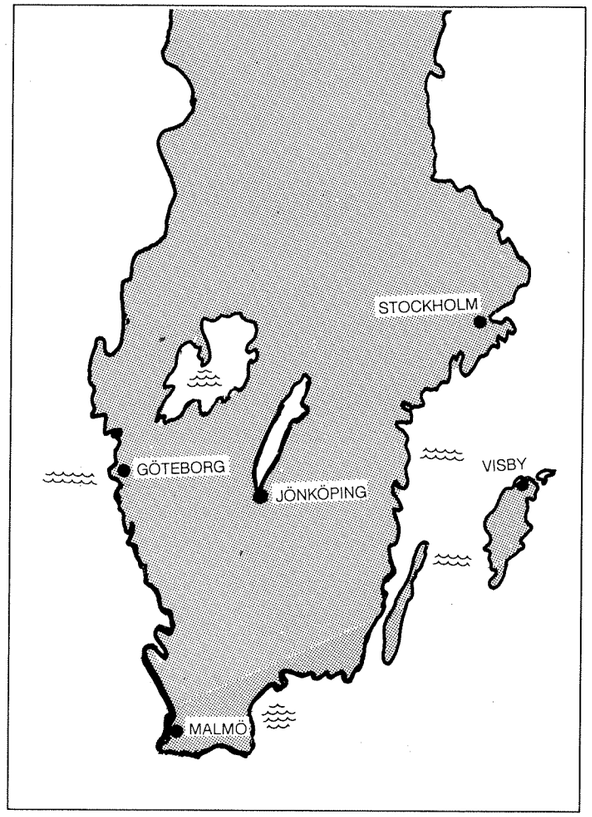
BO PÅ:
FRITIDSGÅRD
VANDRARHEM
HOTELL

NÄRA TILL:
KÖPENHAMN-HELSINGÖR
DJURPARK
SOMMARLAND

KONTAKTA KURT HENRIKSSON 0413-622 46

FRITID ESLÖV

TRANINGSLAGER - EXTRA



SIMLÄGER I FALKENBERG

*Bassäng 50 m * Temp. havsvatten

Många simklubbar har redan upptäckt fördelarna med att förlägga sina läger i Falkenberg:

* Priset * Läget * Resultatet

KLITTERBADET: Simanläggning med 50 m bassäng och temp havsvatten. Motionshall, solarium och restaurang.

STRANDBADENS FRITIDSHOTELL: Feriehotell med självhushåll i direkt anslutning till Klitterbadet. Prisex; 325:-/person/vecka. Helpension kan ordnas till rimligt pris.

Anläggningarna ligger på Skrea strand i Falkenberg, känd badstrand på hallandskusten.

För information och bokning:

LOGI:
Turistbyrån
Box 293
311 23 Falkenberg
tel. 0346 - 174 10

En glad tax i FALKENBERG

SIMHALLEN:
Fritidskontoret
Nyhemsplan
311 00 Falkenberg
tel. 0346 - 863 21

FÖRLÄGG ERT TRÄNINGSLÄGER I SJÖBO

VI KAN ERBJUDA ER

– 50 m BASSÄNG, 7 BANOR
– LÄGERHUS, 20 BÄDDAR
– 4 CAMPINGSTUGOR 4–BÄDDS

I DIREKT ANSLUTNING:
– SERVERING, KIOSK
– CAMPING
– MINIGOLFBANA
– TENNISBANA
– MOTIONSSPÅR O STRÖVOMRÅDEN

För vidare information:
Fritidsnämnden, Sjöbo kommun
Tel: 0416/ 27 201, 27 202, 27 203

SJÖBO KOMMUN

SIMRISHAMNS KOMMUN
VID SKÅNES SYDOSTKUST,
I CENTRUM AV
ÖSTERLEN
ÄR MÅLET FÖR
ETT GIVANDE
TRÄNINGSLÄGER



HÄR FINNS:

* Flera tempererade utomhusbassänger, både 50– och 25 meter.

* Simhall.

* Goda förläggningsmöjligheter av varierande art, bl a med tillgång till självhushåll.

* Inom– och utomhusanläggningar även för andra aktiviteter än simsport.

* Och dessutom humana priser!

Vi hjälper gärna till att organisera ett givande läger!

Ring gärna för närmare information:

FRITIDSKONTORET, SIMRISHAMN,
TEL. 0414/118 70 vx.

STENUNGSUND MER ÄN INTRESSANT!

SUNDA HALLEN

Träningsläger på bästkusten.

Förlägg sommarens träningsläger till västkustkommunen Stenungsund och Sundahallen! (vid Tjörnbroarna).

* **Idrottshall** med parkettgolv av internationella mått för bl a handboll, basketboll, volleyboll och badminton.
* **Specialhallar** för bordtennis, brottning, korthållsskytte och bowling samt teorisalar.
* **Simhall** med 25-metersbassäng om 8 banor inklusive redskapsrum.
* **Tennisbanor:** Sveriges enda av konstgrästyp.
* **Friidrottsanläggning** av allväderstyp.
* **Gräsplan** 105x65 m.
* **Motionsslinga,** grusplan m.m.

Förläggning i olika prisklasser kan ordnas.

Ring eller skriv till Sundahallen,
444 00 Stenungsund.
Tel. 0303/830 00
ank 265 och 266

SIMLÄGER
I KLIPPANS KOMMUN

VI KAN ERBJUDA

VID SIMHALLSBADET I KLIPPAN
Träning i 25 eller 50 m bassäng inomhus vid veckoslut eller sommarläger.

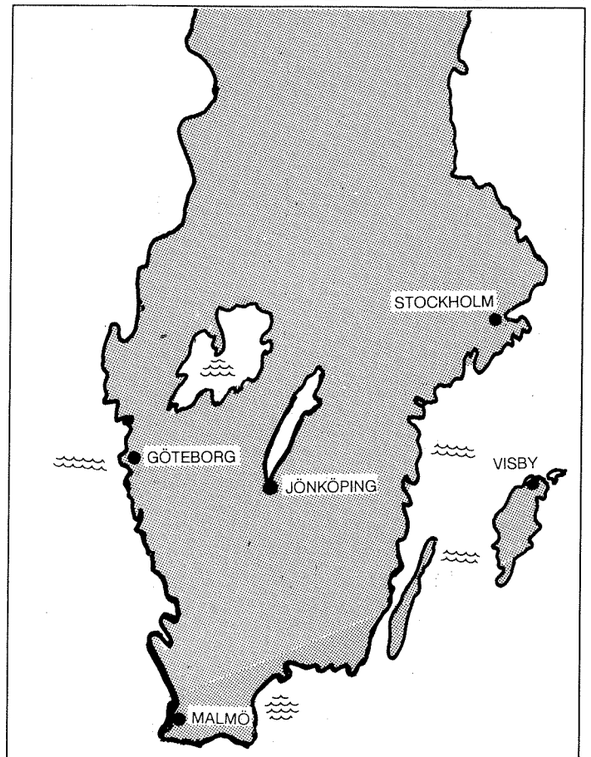
VID FRILUFTSBADET I LJUNGBYHED
Träning i 50 m bassäng utomhus.

VID FRILUFTSBADET I ÖSTRA LJUNGBY
Träning i 25 m bassäng utomhus.
Övernattning finns att tillgå i olika prislägen

Upplysningar: Eivo de la Cueva 0435/28 200
Anders Johansson 0435/28 194

VÄLKOMMEN TILL KLIPPANS KOMMUN!

KLIPPAN
FRITID & TURISM



Hallstahammars - kommun

SKANTZÖ BAD & CAMPING HALLSTAHAMMAR

Träna i 50 m bassäng, bo i campingstugor eller skolsal.
Självhushåll eller ät på Skantzöbaren.

Övriga aktiviteter: -Minigolf,
-Kanotuthyrning,
-Tennisbanor.

För införmation ring 0220-409 41
Gunilla Ramström eller Anders Säfström

gör som
svenska
SIMFÖRBUNDET
anlita
INTER TOURS
För era resor
Specialist på idrottsresor
Kompletta arrangemang, suveräna priser!

INTERTOURS
St. Eriksgatan 76
113 20 Stockholm
Tel. 08 – 34 41 30

FRITID ULRICEHAMN

Du tränar, Du bor, Du äter - bra och billigt! Allt inom gångavstånd!



-Kommunen med de många fritidsmöjligheterna-

ULRICEHAMN
- i centrum för ett aktivt träningsläger!

FÖR INFORMATION - RING
SIMHALLEN: 0321-15005

SIMLÄGER i *Mariestad*

VÄNERNS PÄRLA

Självklart!!!

– träna i bra bassäng
– bo billigt
– ha trevligt på lediga stunder

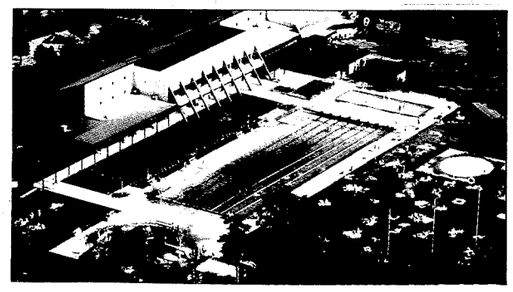
Kort sagt:
Ha det bra i Mariesta"

Mariestad Vänerns pärla

Kontakta:

Ang. badet
Badmästaren
0501 – 10083

Ang. logi
Turistbyrån
0501 – 10001



Simma lugnt och bo bra i Växjö

Ett utmärkt affärsrese- och konferenshotell!
Mitt i en grön oas, centralt i Växjö, I vår tempererade 50 m bassäng o hopp torn tränar även Växjö Simsällskap.
Du blir generöst och väl bemött på Carisma Hotell.

Carisma Hotell

Dackevägen 7, 352 47 Växjö
Tel 0470-104 40 Telefax 0470-232 11

SIMSPORT LÄGEREXTRA

Fritid Linköping

FÖRLÄGG ERT TRÄNINGSLÄGER I LJUNGSBRO

(Badet beläget vid Göta Kanal)

Simbassäng 25 m (7 banor)

Separat hoppbassäng

Närhet till:

Tennisbanor (inne o ute)
Skogsområde
Konstfrusen isbana

Kontakta: Kenneth Carlsson 013/666 98

FRILUFTSBADET I LINGHEM

Simbassäng 16,67x50 m

Närhet till:

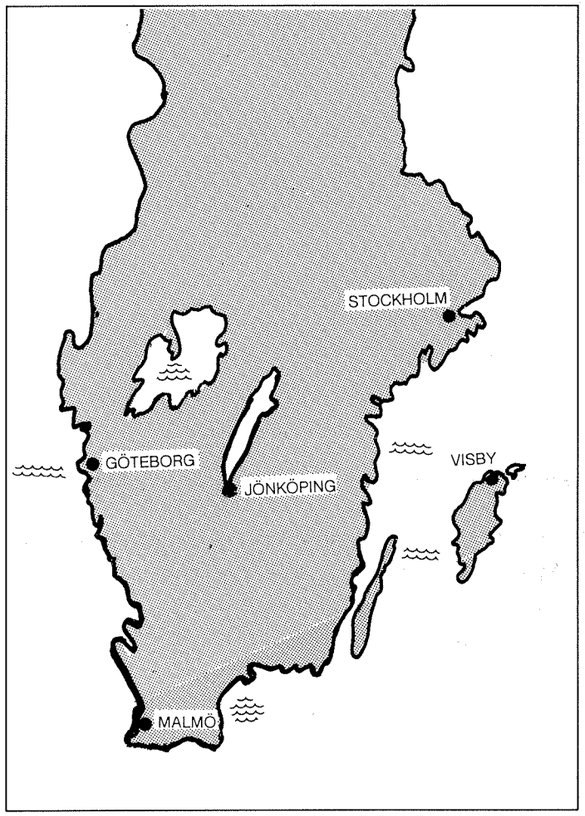
Bangolf, Tennisbanor o stora gräsytor

Kontakta: Eva Rytjärn 013/20 71 55

Gör även ett besök på badattraktionerna

ÄVENTYRSBADET O BADSJÖN I LINKÖPING

Linköpings Kommun



TRÄNINGSLÄGER NORRA ÖLAND

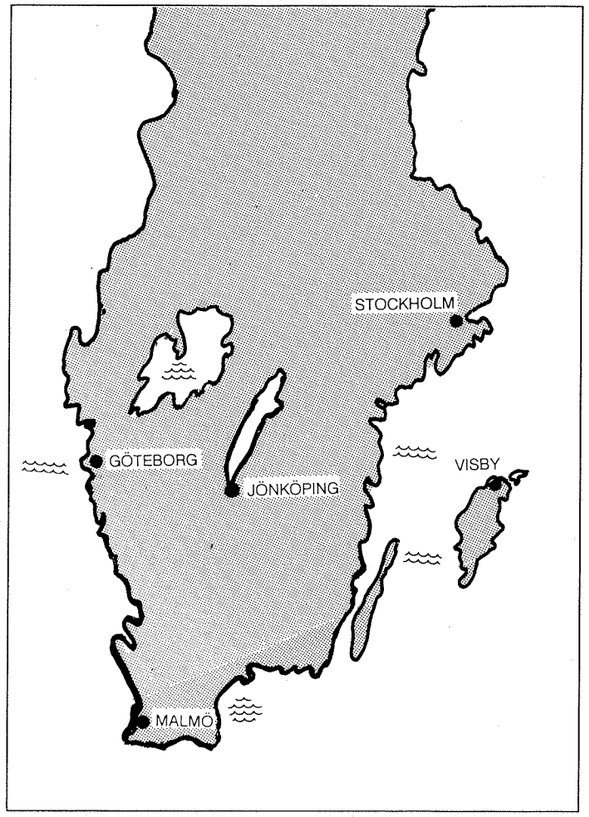


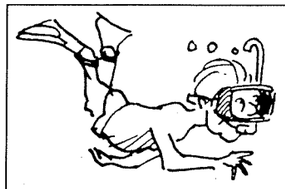
Vi har en 25 meters simbassäng väl lämpad för träningsläger. Du bor på hotell eller i massförläggning 100-150 m från simhallen.
Affärer, post, bank och kondis inom 700 m. Mat, kiosk, gatukök och bangolf inom 500 m.

LÄGERARRANGÖR: HÖGBY IF

Box 92, 380 74 Löttorp
Tel. 0485/205 64

TRANINGSLAGER - EXTRA





SIMMA LUGNT!

VI LIGGER BRA TILL FÖR TRÄNINGSLÄGER

Det är lätt att komma till Nässjö. Här finns gott om spännande idrottsanläggningar som utnyttjas flitigt.

Du kan t ex utnyttja simhallens 25 m bassäng och bo med truppen på året-runt-öppna vandrarhem.

Fritid Nässjö ger Dig de upplysningar Du behöver.
Ring 0380/781 86

NÄSSJÖ



I HJÄRTAT AV GÖTALAND

Bad är hälsa – hälsa ofta!!!

ÅKERBOBADET

LÖTTORP tel 204 41

Tempererad inne- och utebassäng, bastu, solarium.

Sommarsäsong: 12/6 - 20/8

Måndag–Lördag kl 10–18
Söndagar stängt
Midsommarafton och -dag stängt
Kassan stänger kl 17.30

Vintersäsong:

Helgfria torsd och fred kl 17–20
Lördagar kl 13-16

Torsdagar – Varmbad

Simskola:

2-veckors kurser med start den 26 juni.
Anmälan göres till Åkerbobadet, tel 204 41.

Välkomna!



Fritidsnämnden



ODENBADET

FALKÖPING

DEN PERFEKTA PLATSEN FÖR SIMLÄGER

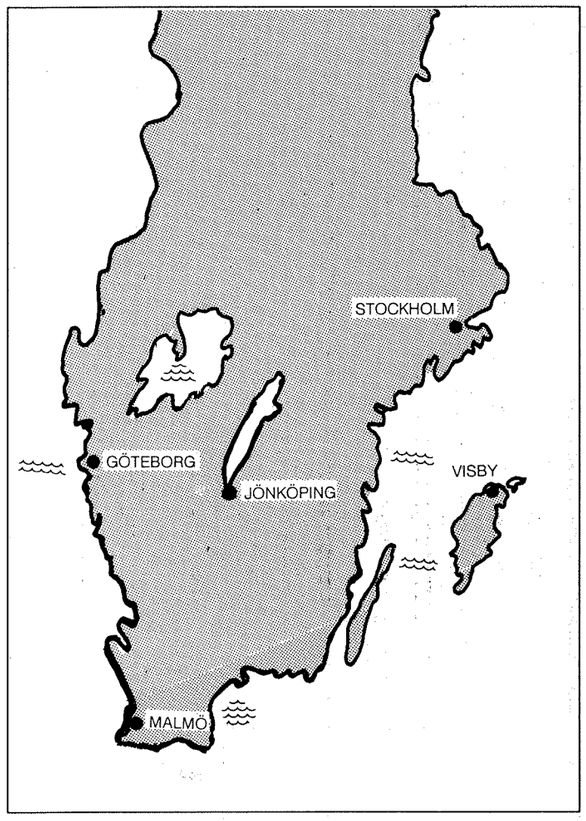
Vi har 50-meters utomhusbassäng och 25-meters inomhusbassäng, hoppbassäng och övningsbassäng.

För fritidsaktiviteter i Odenbadet finns vatten-rutchbana och solarier.

Vi kan erbjuda flera olika övernattningsalterna-tiv, bland annat i intilliggande skola och idrotts-hall.

Falköping och Falbygden erbjuder en mängd övriga idrotts- och friluftsanläggningar, bland annat Mösseberg med camping och stugby. Dessutom flera välkända turistmål.

För bokning och upplysningar, kontakta
Odenbadet, telefon 0515-168 36
eller fritidskontoret 0515-850 60



TRÄNINGS-LÄGER

Himnabadet 1,2 mil från Linköping erbjuder till humana priser:

- -50 m bassäng
- -Omklädning med bastu
- -Servering
- -Golfbana
- -Fritidsgårdsfilial
- -Logimöjligheter

Kontakta Ewa Rytjärn via Linköpings simhalls badkontor.
Tel. 013-20 71 56

Rabatt
500:-
En komplett Idrottsanläggning
En gång Haganäs Idrottsanläggning
Gärna en gång till!!!

Träna i

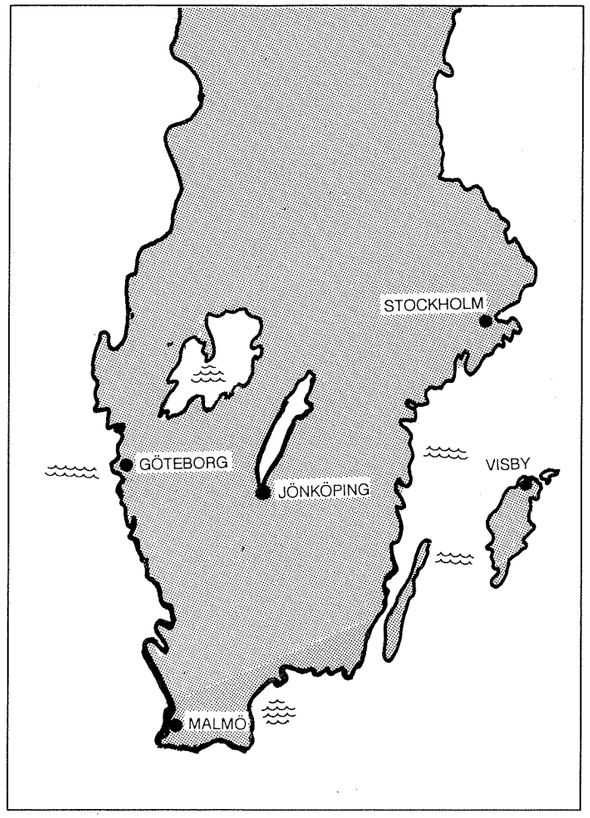
Det Blomstrande Älmhult

Älmhult

Förlägg ert nästa
träningsläger till
Haganäsbadet och Älmhult!
Otroliga priser!
Föreståndare Kenneth Hedman
vet mer.....
Ring honom på tel. 0476.552 54

"Ledarpaket" *Fritidsnämden*

TRANINGSLAGER - EXTRA



LESSEBO KOMMUN
TURISM o FRITID

SIMLÄGER MITT I GLASRIKET

Bo billigt (kolla priset)
Köp glas förmånligt

Information
Kosta folkets hus
0478-500 41

GLASRIKET
The Kingdom of Crystal · Das Glasreich

TRÄNINGSLÄGER

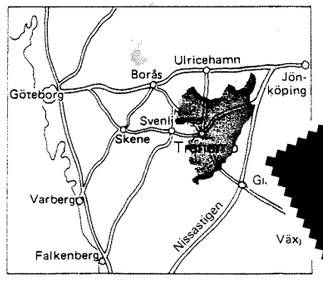
Sim- och idrottshallen i Tranemo har en simbassäng 25×8 meter med hopptorn och en undervisnings-bassäng 10×5 meter. Idrottshallen är 42×20 meter plus läktare.

På vandrarhemmet, som är öppet året runt, finns 9 rum med 42 sängplatser, 4 duschar och toaletter. Sällskapsrum med färg-TV och biljardbord hör till bekvämligheterna i det genomgående moderna och handikappvänliga vandrarhemmet.

Vi har färdiga paketpriser med träningstid, mat och logi. Det finns även möjlighet till självhushåll.

Upplysningar genom Fritidskontoret eller Sim- och idrottshallen, Box 21, 514 01 TRANEMO, tel 0325-79 000.

TRANEMO



i Tygriket

SVENSKA TURISTFÖRENINGEN
Fritid i Laholm
Laholm Turist

PARKGÅRDEN

Vandrarhemsboende med "hotellstandard" i två– och fyrabäddsrum mitt i Laholm, knappt 200 m från järnvägsstationen

Sjuttiotalet bäddar • Moderna rum med toalett • Självhushåll, Frukost, lunch och middagsservering vid förfrågan • Dusch och bastuavdelning • Torkrum • Nära till bollhallar, fotbollsplaner, idrottshall och simhall Konferens och samlingsutrymmen • Tennisbanor

Lax, havsörings– och skrubbafiske i Lagan

BOKNING: Parkgården, tel 0430-133 18
adress: Tivolivägen 4, 312 00 Laholm

Träningsläger i KUNGSBACKA

2,5 mil söder om Göteborg

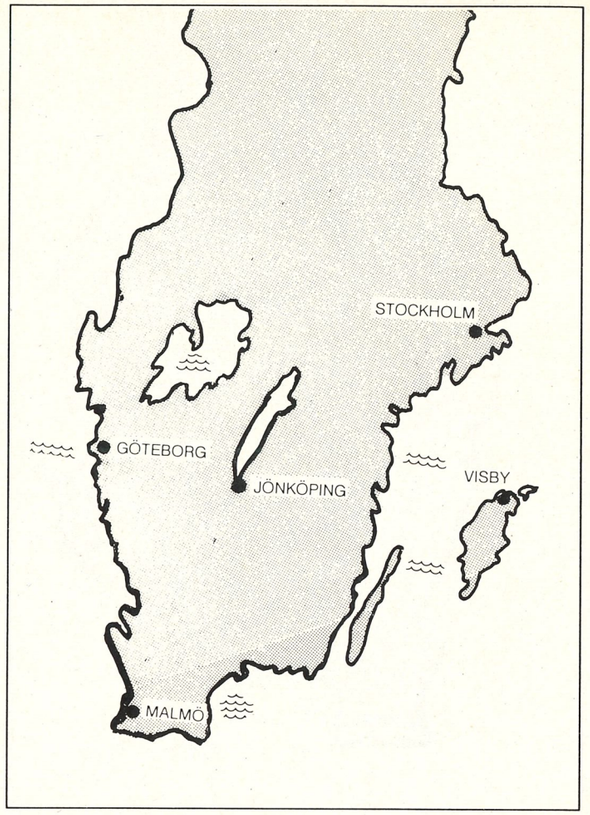
Vi kan erbjuda 2 simhallar

Kungsbacka Simhall:
25 m 8 banor
Vattenrutschbanor, bubbelpool och bastu.

Fjärås Simhall:
25 m 6 banor, bastu,
3 km elljusspår, idrottshall samt teorilokaler.

Ring Bengt Edenlind, tel 0300-346 45
för ytterligare upplysningar

FRITID
KUNGSBACKA



FALUN Lugnet

TRÄNINGSLÄGER ?
FALUN SÅ KLART !

FRITID FALUN erbjuder LUGNET

INOMHUS

simhall 25m bassäng med 7 banor, svikt och trampolin, undervisningsbassäng, plaskbassäng, romersk bad. Sportanläggning med idrottshall, gymnastiksalar, gym, atlethall, sportskade-mottagning med massage, solarium, cafeteria med matservering.

UTOMHUS

3 bassänger: 50m bassäng med 10 banor, 25m bassäng med vattenrutchbana, plaskbassäng. Svenska Simspelen är förlagda till Lugnets tempererade utebad.

Fritid Falun

SKARA 1000-ÅRSSTADEN

Välj SKARA
för ert träningsläger 1989

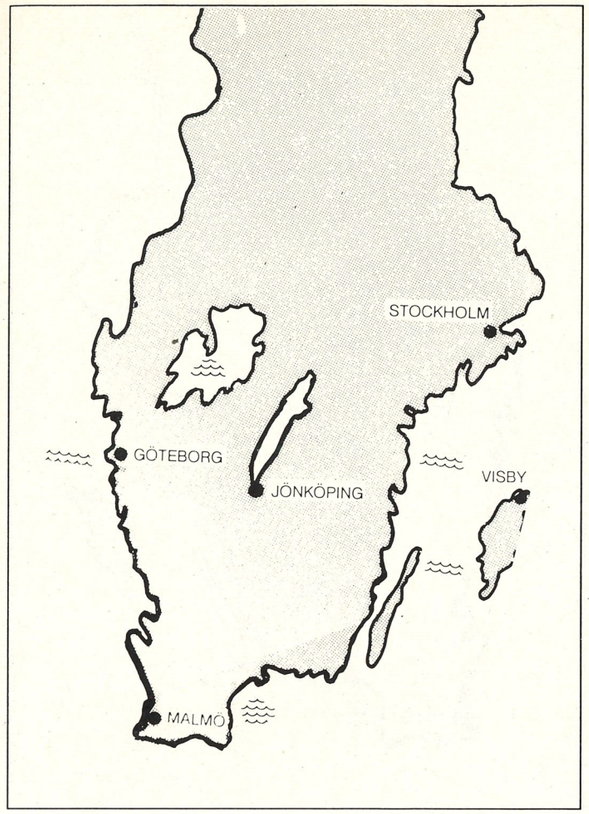
Vi erbjuder:
- -Tempererad 50 metersbassäng
- -16 fyrbäddsstugor utrustade för självhushåll
- -Campingplats
- -Möjlighet till hårdförläggning

Dessutom :
Gångavstånd till centrum med många sevärdheter och nöjen
8 km till Skara Sommarland

Ytterligare upplysningar kan du få genom fritidskontoret i Skara, Vilan, 532 37 Skara
Tel. 0511-163 00

VÄLKOMMEN
Fritidsnämden

TRANINGSLAGER - EXTRA





FÖRLÄGG SOMMARENS SIMLÄGER TILL MOTALA!

MÖT MOTALA
- 50 meters bassäng
  Träning 2 gånger om dagen
- Pensionat/vandrarhem/stugby
- Frukost lunch och middag
- Paketpris från 135:–/per person/dygn
- Spännande fritidsaktiviteter: vattenrutschbana, windsurfing, båt/kanotuthyrning, minigolf, grillplats, minizoo m.m.

Allt detta beläget inom gångavstånd i Motalas sommarparadis Varamobaden.

För information och bokning kontakta
Motala Turistbyrå
Sjögatan 5
591 30 Motala

Tel. 0141 – 254 50, 252 54

Fritid Ljungby

SIMLÄGER SOMMAREN 1988

LAGAN
- Bassäng ute 50 m
- Camping inom området
- Massförläggning i närheten av badet
- Måltider i Lagan (500 m från badet)

LJUNGBY
- Bassäng ute 50 m, inne 25 m
- Camping i anslutning till badet
- Stugor två eller fyra bäddar
- Masförläggning i anslutning till badet
- Måltider på campingens servering

FRITIDEN I LJUNGBY/LAGAN
Långgolf, bangolf, tennis, elljusspår, fotbollsplaner, sporthall, styrketräning, moped– cykel– kanotuthyrning m.m.

Intresserad
Ring eller skriv till
Fritid Ljungby
Sunnerbohallen
341 83 Ljungby
tel 0372/89295

FRITID OCH TURISM

DIN BIT FRÅN SURAHAMMAR!

EKÄNGSBADET SURAHAMMAR
– lätt att nå, värt att åka till!
Ca 25 km norr om Västerås.

Du tränar i Ekängsbadet
i 25 m bassäng med 6 banor.

Du bor på vandrarhemmet Bruksgården
med 96 bäddar i 2, 4 eller 6 bäddsrum, hog standard

Du äter på Midgårdsservering
Frukost, lunch och middag. Husmanskost med rikligt tilltagna portioner.

Allt inom gångavstånd!

Priser:
Helpension (grupper minst 15 personer) **165:-** /person och dygn.
Bassänghyra **25:-** /bana och timme.

Upplysningar och bokningar per tfn 0220/307 00 eller 0220/336 60.

Välkommen till Ekängsbadet hälsar
Fritid och Turism.

KATRINEHOLMS SPORTCENTRUM

SIMLÄGER I KATRINEHOLM

Duveholmshallen erbjuder Dig och Din förening utmärkta träningsmöjligheter till låga priser:

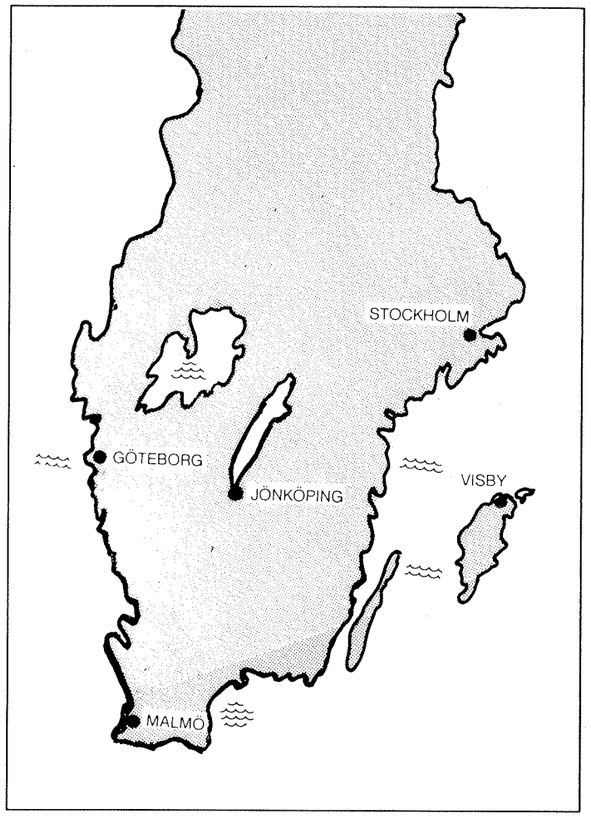
*Helpension på vårt sporthotell

*Banhyra

*Teorilokaler med AV-utrustning och video

Allt för endast 190:- per person och dag

För ytterligare information
ring 0150-572 48

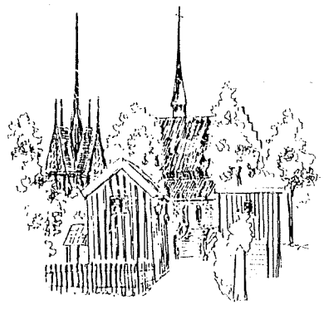


HJORTENBERGSBADET

Fakta om simhallen
4 bassänger och 2 bubbelpooler innehåller totalt 1 200 kubikmeter vatten.
Simhallen har kostat 26 milj.kronor att anlägga.
Yta: ca 4000 kvm., volym: 17 500 kbm.
I simhallen finns motionsbassäng, (tävlingsbad), vågbassäng, undervisningsbassäng, varmbassäng, vattenrutschkana, bubbelpooler, relaxavdelning, servering, bastu, läktare och omklädningsrum i tre avdelningar.
Två värmepumpar återvinner värmen från anläggningen. All energi från avlopps- och duschvatten tas tillvara i en värmeväxlare.

HJORTENBERGSBADET
Stockholmsvägen
611 90 Nyköping

Tel: förest. 0155-48911
utebad 489 12
kassa 489 15



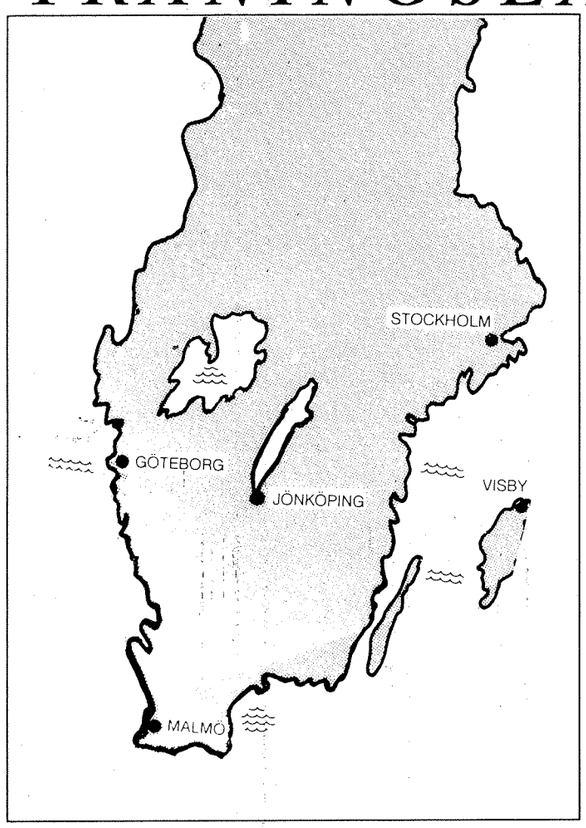
SIM-LÄGER I SÖDERKÖPING

Här finner Du möjligheterna till ett lyckat träningsläger.

I **SÖDERKÖPING** finns mycket att uppleva. Du kan vandra omkring i den **GAMLA STA'N** eller besöka **KOLMÅRDENS DJURPARK,** åka en tur på **GÖTA KANAL** eller uppleva **S:T ANNA SKÄRGÅRD**

Vill Du ha mera information om träningsläger i **SÖDERKÖPING**, ring då GERT WAHLBÄCK tel. 0121/181 57.

TRANINGSLAGER - EXTRA



BOXHOLMS KOMMUN

SIMLÄGER I BOXHOLM

Boxholm ligger i södra Östergötland vid länsgränsen till Småland.

Vi erbjuder Er förening:
* 25 meters simbassäng med 4 banor. Ni disponerar hela simhallen för Er själva.
* Logi på hotell eller klassrum.
* Gångavstånd till alla aktiviteter.

Dessutom finns närhet till märkta motionsstigar styrketräningshall, bordtennis och sporthall.

Vi offererar ett paketpris på:
frukost, lunch, middag, logi på hotell eller i klassrum, simhall, styrketräningshall och sporthall.

Välkommen med förfrågningar och bokningar till:
Lars Ståhlberg eller Barbro Jonsson tel. 0142-510 80.
Säkrast mellan kl. 08.30-12.00.

Välkomna till

LÖGARÄNGSBADET, VÄSTERÅS

kombinerat inom – och utomhusbad
50x25 m
Vintertid: 25 st 25 m banor
Sommartid: 10 st 50 m banor

Anläggningen är anpassad för utpräglad simidrottsverksamhet.
Upplysningar: tel 021–161906–07.

OXELÖSUND

Simläger i kuststaden Oxelösund

Vi erbjuder:
-Träning i 25 m bassäng
-Goda logimöjligheter

Ring för information eller bokning
0155-383 81
tala med Mats Kullman

LÄGERPLATS MJÖLBY

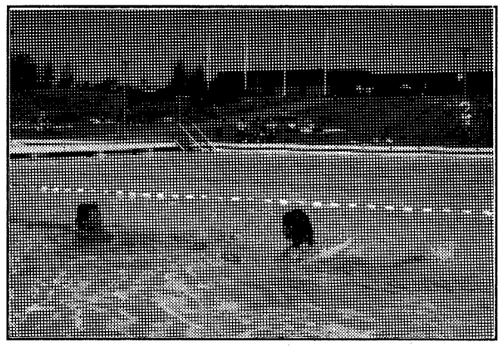


TRÄNINGSLÄGER

Mjölby Fritidsförvaltning erbjuder simklubbar ett mycket billigt alternativ för träningsläger i internatform med gångavstånd till goda träningsmöjligheter i tempererad 50m-bassäng.

Helpension med logi i 2-bäddsrum, frukost, lunch och middag samt kvällsmål, inklusive lokal- och anläggningskostnader från

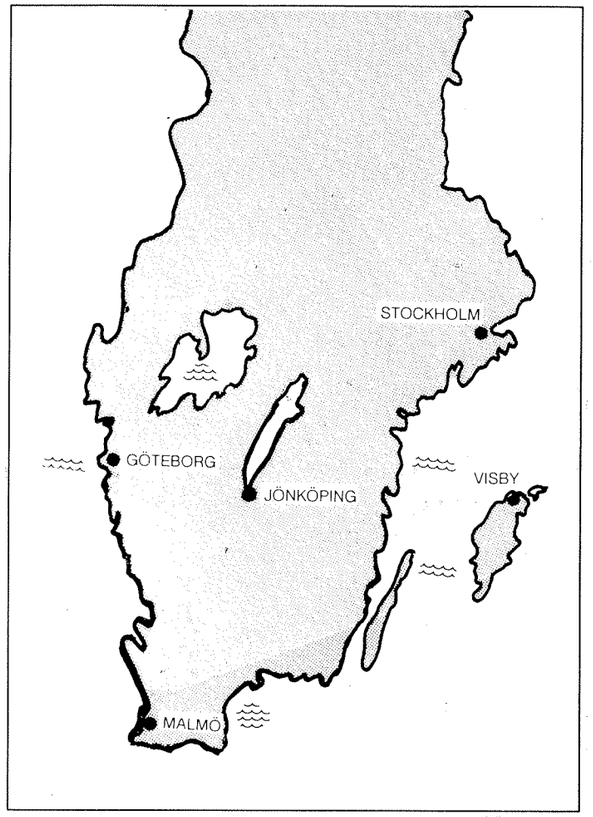
145:- per person och dygn



För bokning och förfrågningar skriv eller ring

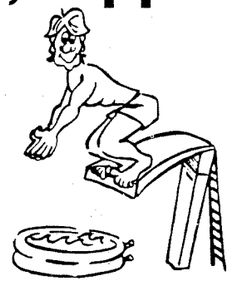
MJÖLBY KOMMUN
Fritidskontoret
Box 500
595 00 MJÖLBY

Tel. 0142- 85 234



Simmare, hoppare

☆ träning
☆ tävling
☆ lek
☆ läger

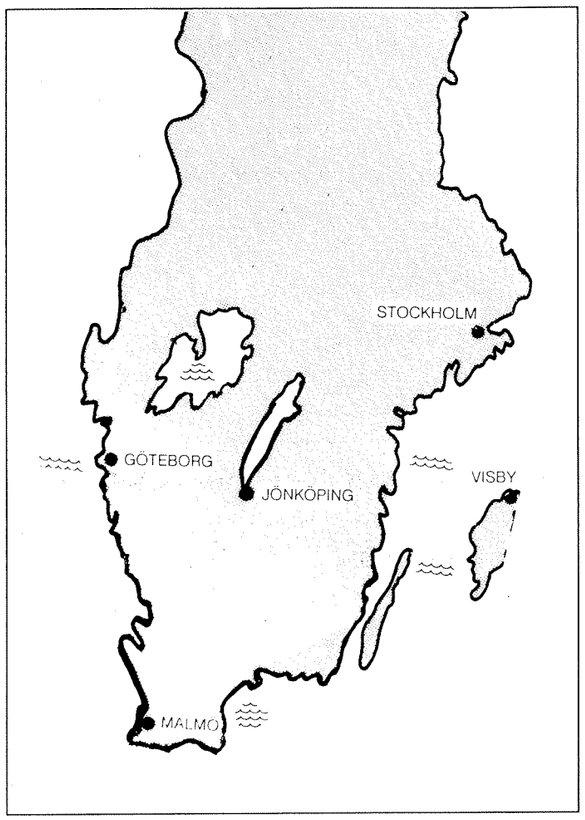


Fritid Norrköping har resurser för Dej - simhallar, logi, miljö

Kontakta oss på telefon
011-15 29 00

FRITID NORRKÖPING

TRANINGSLÄGER - EXTRA



Välkommen till Enköping

ENKÖPING
SVERIGES NÄRMASTE STAD
FAGERSTA
VÄSTERÅS
KÖPING
ENKÖPING
UPPSALA
ESKILSTUNA
STOCKHOLM
SÖDERTÄLJE

Söker du plats för träningasläger?
I Enköping "Sveriges närmaste stad" kan vi erbjuda dig bra möjligheter för träningsläger.
Inkvartering ordnar vi på gångavstånd från vårt idrottshus, som förutom idrottshallar kan erbjuda en simhall med 4 bassänger samt separat hoppbassäng, 1, 3 och 5 meter.

Ring gärna så ordnar vi alla detaljer för ett trivsamt besök i Enköping.

ENKÖPINGS KOMMUN
Fritidskontoret
Tel 0171 - 25 114

Simläger

Hässleholms FRITID * TYRINGE *

DET PERFEKTA ALTERNATIVET

I Tyringe, Hässleholms kommun, finns en sportanläggning - TYRS HOV - som innehåller sim-, is-, och idrottshall, kraftsport, bordtennis, bowling, cafeteria, restaurang och andra träningslokaler. I anslutning till anläggningen finns friidrotts-, fotbolls- och tennisanläggning samt elljusspår.

När Ni skall planera träningsläger, ha då TYRS HOV i tankarna.

Vi kan erbjuda Er:

*Specialpriser för simhallshyra

*Behaglig vatten- och lufttemperatur

* Förläggning på förstklassigt hotell eller självhushåll för 30 personer

*Närhet mellan förläggning och anläggning

* Social samvaro runt lägren

*Natursköna områden runt förläggning och anläggning

Tveka inte - ring oss för upplysningar

Tyrs Hovs Simhall

Gertie Broman Mats Daun

0451/501 73



VI VILL GÄRNA ERBJUDA DIN KLUBB ETT ANNORLUNDA TRÄNINGSLÄGER HÄR I KARLSBORG. EN GIVEN FÖRUTSÄTTNING ÄR FÖRSTÅS ATT VI STÄLLER UPP MED FÖLJANDE:

- Molidens Idrottsanläggning med sim-, sport-, styrke-, judo- och bordtennishall.

- En mängd boendealternativ från självhushåll till hotellstandard

- En turistbyrå med uppgift att serva er under er vistelse hos oss.

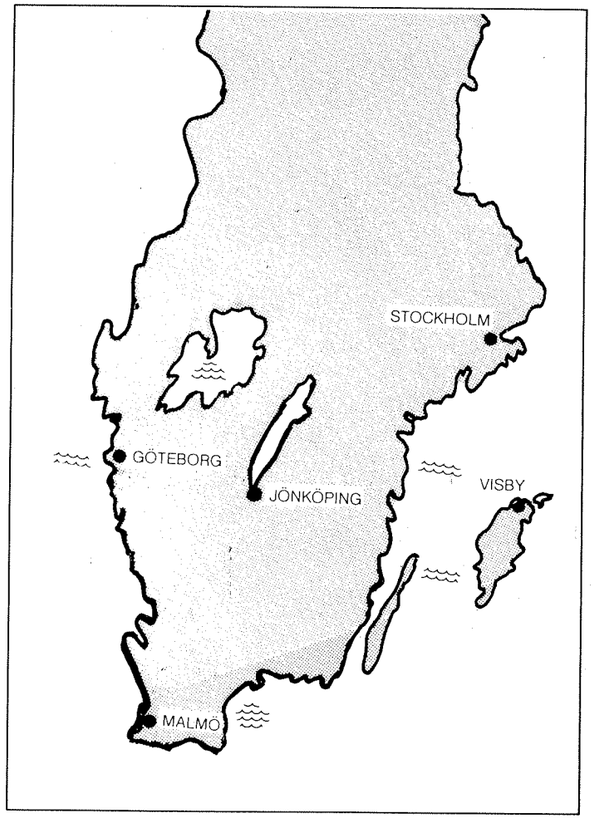
Några fritidproblem lär ni inte få. KARLSBORGS FÄSTNING med sina mystiska gångar sätter fantasin i rörelse. Vi har härliga båtturer på GÖTA KANAL, TIVEDEN med Kronofiske och nationalpark, FORSVIKS INDUSTRIMINNEN, massor av fina badplatser och mycket, mycket mer!

Vänd er till:
Håkan Ågren, Molidens Idrottsanläggning. Tel 0505/110 20
Bodil Wahlberg, Karlsborgs Turiskontor. tel 0505/121 20



Karlsborgs Turistkontor

Norra Kanalgatan 2
546 00 KARLSBORG Tel. 0505-121 20



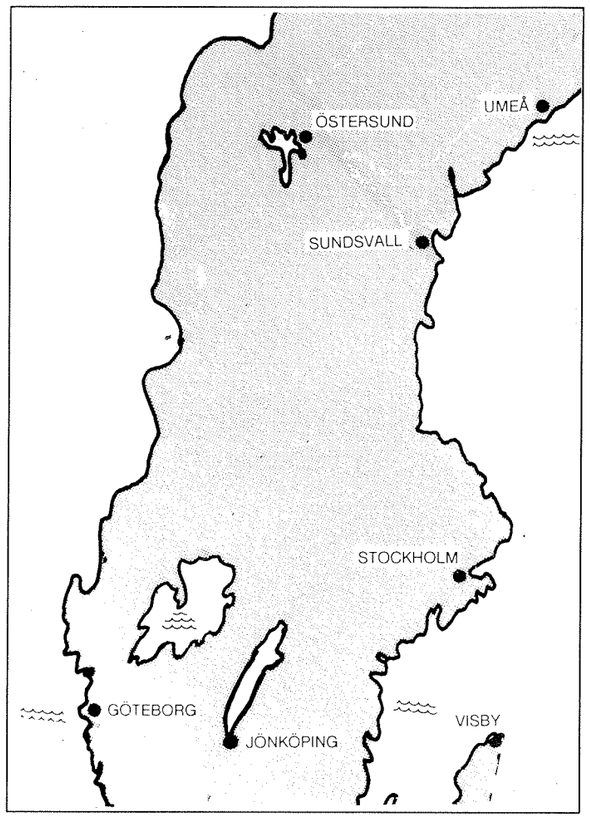
LINDESBERGS KOMMUN

MED UTMÄRKTA RESURSER
FÖR
SIMLÄGER MM.

50 MTR TEMP. BASSÄNG I FELLINGSBRO
LOGI I OLIKA ALTERNATIV
KONKURRENSKRAFTIGA PRISER
KOMPLETTERANDE AKTIVITETER PÅ SAMMA OMRÅDE,
TENNIS-ELLJUSSPÅR-BOLLPLANER MM.

*KONTAKTA FRITIDSKONTORET
TEL: 0581/811 60-62

TRANINGSLAGER - EXTRA



TRÄNINGSLÄGER HOLLAND

HOLLAND ÄR MÖJLIGHETERNAS LAND FÖR ALLA IDROTTSGRENAR.

I DRACHTEN, SOM LIGGER 35 KM SÖDER OM GRONINGEN, HAR VI 50 M BASSÄNGER BÅDE INOM- OCH UTOMHUS.
FÖR GRUPPER OM 20 – 50 PERSONER GÖR VI KOMPLETTA RESEPAKET INKL. BUSS, FÄRJA, LOGI MED HELPENSION OCH HYRA AV ÖNSKAT ANTAL BANOR.

KONTAKTA OSS REDAN IDAG FÖR EN OFFERT PÅ JUST ER RESA!

SRF Svenska Resebranschens Förening

TEAMTOURS
Box 63, Dymmelkärrsv. 20, 146 00 Tullinge
Tel 08-778 51 00, 778 10 80

DET KOMPLETTA TRÄNINGSLÄGRET FÖR BREDD OCH ELIT

Brunflo träningscenter

Bara ett stenkast söder om Östersund. Inte långt från korsningen E 75 och riksväg 81.
En kvarts bilväg till järnvägsstationen eller flygbussen. Det perfekta träningsalternativet för simning. Granne med den varierande och spännande fjällvärlden. Där det finns möjlighet att komplettera träningsaktiviteterna med fjällfiske, vandring, kanotpaddling, vildmarksliv mm på sommaren.
Storsjön med ädelfisk ligger på gångavstånd från träningscetrat.

Fritidkontoret, Östersund Telefon 063-228 20
Fack
831 82 ÖSTERSUN

fritidens ÖSTERSUND

Ja, tack! sänd mig ytterligare information
Namn .....
Adress .....
Postnr/Ort .....

Välkommen till
KRISTINELUNDSBADET !

Köping 0221-133 13 Bokningar 106 41

Öppettider

Måndag-fredag	kl. 09.00-20.00
Lördag-söndag	kl. 09.00-18.00

Kassan stänges 1 timma före badets stängning.
Morgonbad onsd. 06.00-08.00 GRATIS.

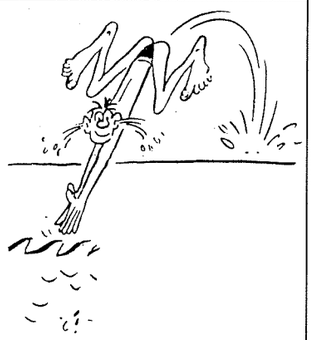
Servering: **Golfbana** **Kiosk**
Varma smårätter, smörgåsar, kaffe, dricka.

TRE Bassänger: **Bastu**

Huvudbassäng	50x21 m.
Barnbassäng	20x10 m.
Plaskdamm	14 meter i diameter.

Stor gräsplage **Solgårdar**

DU SOM PLANERAR TRÄNINGS-LÄGER



FAGERSTAHALLEN erbjuder SIMLÄGER ÅRET RUNT

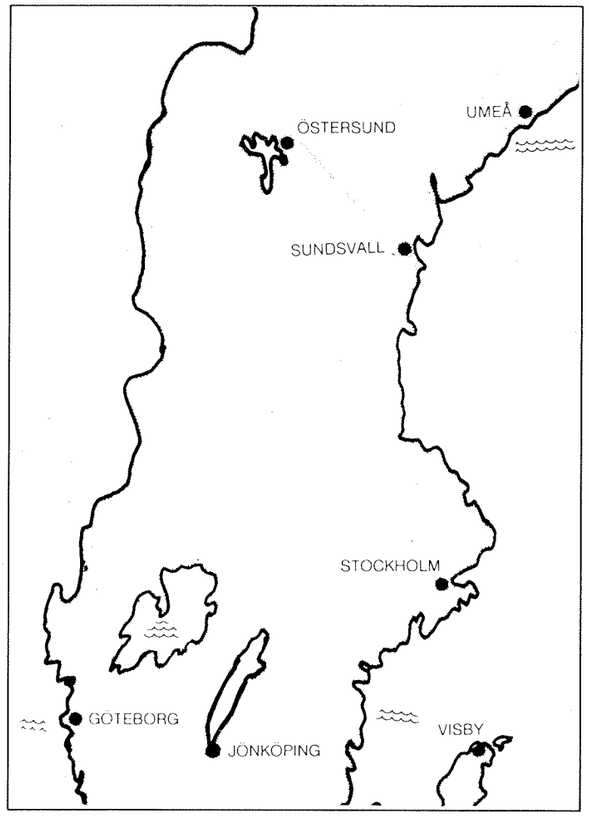
- Sommartid i utebadet med 50 m bassäng
- Övrig tid i vår nybyggda simhall med 25 m bassäng
- NYHET: Båda anläggningarna öppna under sommaren.

VÄLJ BLAND FÖLJANDE ALTERNATIV:
(priserna inkluderar övernattning, frukost, lunch och middag samt 4 timmar träning/dag)

MASSLOGI		**130:-**/person och dygn
PENSIONAT	från	**195:-**/person och dygn
HOTELL	från	**235:-**/person och dygn

INFORMATION OCH BOKNING:
FAGERSTAHALLEN, Box 600, 773 01 Fagersta.
Tel. 0223/442 30
TURISTBYRÅN, tel. 0223/131 00

FAGERSTA TURISM

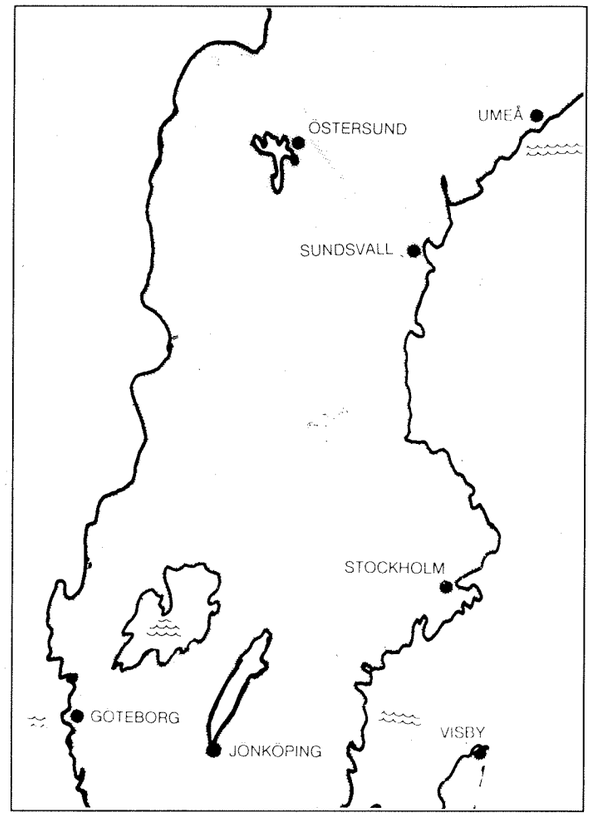


FRITID FLEN

Violstaden hälsar

DIN klubb välkomna till oss på träningsläger. Vi ordnar övernattning och simträning under samma tak. Intresserad ? Kontakta Aina Madsen Tel: 0157-191 15

TRANINGSLAGER - EXTRA



täby FRITID

SIMLÄGER I TIBBLEBADET

juni - juli

50-meters bassäng

Ring för närmare information
Täby Sportcentrum, 183 36 Täby
Tel 08-768 02 50 vx

Avesta
Simläger i Horndals simhall

I södra Dalarna, ca 190 km från Stockholm, finner du en utmärkt simhall för läger.

-4 st 25 meters banor
-sporthall i samma byggnad
-logi i Rossgårdens vandrarhem
-fördelaktiga tider och priser

Upplysningar genom badhusföreståndare
Anders Nilsson, tel. 0226/851 50

Avesta Fritidsnämd, Box 54, 774 01 Avesta

TRÄNINGSLÄGER I SALA

* Modern simhall 6 banor 25 m. Förläggning i skola vid simhallen

* Temp. utebad 6 banor 25 m. 8 km SÖ Sala. Förläggning, mat inom 1 km.

* Upplysningar tfn 0224/553 15 el 553 16

FRITID SUNDSVALL

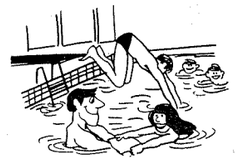
I SVERIGES BADTÄTASTE KOMMUN GÅR DET MESTA ATT ORDNA

* Träningsläger på bra tider, styrketräning, sporthall och bassäng.
* Mat och logi på bekvämt avstånd.
* Matchning mot kommunens simklubbar.
* Ett av baden handikappanpassat med extra varmt vatten och ramp.
* Trevliga välskötta bad med mer än simma på schemat.
* Kontakta sporthallen för bokning: 060-12820

VÄLKOMNA
Fritid Sundsvall
851 85 Sundsvall

Söderhamn, simhallen Hällåsen
Tel. 191 81

Huvudbassäng L-formad 25x25 m, djup 1,60- 3,80m
Undervisningsbassäng 7,5x12,5 m
Barnbassäng 4x3 m
Solarium
Cafeteria



SIMLÄGER

För information och bokning kontakta:

SÖDERHAMN
FRITIDSKONTORET TEL.0270-750 00

Gruppinternat?
Träningsläger?
Tävling?

BO BRA FRÅN 40 kr/bädd

Beställ kostnadsfritt vår gruppbroschyr

STF VANDRARHEM

Svenska Turistföreningen
Box 25 101 20 Stockholm
08 – 790 31 00

TRÄNINGSLÄGER I FLORIDA FÖR SIMSPORT

Världens förnämsta vattensportcentra.
Fantastiska The Mission Bay Aquatic Centra i Florida.

*2 st 50 m uppvärmda simbassänger
*Separat bassäng för simhopp
*Styrketräningsanläggningar

Prata gärna med en av våra nöjda kunder:
Åke Hansson, simlärare vid Pitedalens Folkhögskola, Älvsbyn Tel. 0929-107 15

För ytterligare information och broschyr

ÄLVSBY RESEBYRÅ
Storgatan 6 - Älvsbyn - 0929 - 117 35

TRÄNINGSLÄGER I

STRÖMSUND

50-m utomhusbassäng med all tävlings- och tränings-utrustning.

Bra förläggning i moderna 4-bäddsstugor (med möjligheter till självhusåll). Cirka 150 meter från bassängen.

Stor samlingslokal 150 meter från bassängen för teorilektioner, samkväm eller andra samlingar.

Bra paketpris på matställen kan ordnas.

Bassängen ligger cirka 1,5 kilometer från Strömsunds centrum.

INTRESSERAD?

Ring gärna Bill Pettersson, Fritidskontoret, 0670-135 00, för mer information

---

TRÄNINGSLÄGER!

ETT LYCKAT LÄGER GER FRAMGÅNG. ETT MISSLYCKAT LÄGER ÄR KATASTROF.

HÖG TID ATT BOKA VÅRENS TRÄNINGSLÄGER!

SVERIGE ● DANMARK ● FINLAND
HOLLAND ● TYSKLAND ● ENGLAND
JUGOSLAVIEN ● SPANIEN ●
ITALIEN ● CYPERN ● MALTA
BULGARIEN ● GREKLAND
FRANKRIKE
Ring för information och broschyr.



GOTHIA TRAVEL

031- 17 86 40 ● 08 -11 60 12 ● 040-793 13
060-15 83 87 ● 0910-138 37

Läger

i Sollefteåbygden

Simning
Skidor
Ishockey
Basket
Handboll
Fotboll
Bordtennis





För simning erbjuder vi moderna bassänger med varmt vatten och banutrymmen som svarar upp mot era önskemål.

Kontakta för närmare upplysningar:
Sollefteå:
Ted Olows, 0620-825 44
Junsele:
Bengt Åkerlind, 0621-106 00
Ramsele:
Bo Nilsson, 0623-105 46

Priser inkl. mat och träning:

Hårdbädd	120:-
Sängförläggning	130:-
Hotell	190:-

Sollefteå kommun
Fritidskontoret
Box 1005, 881 01 Sollefteå
Tel. 0620-820 00

GÄLLIVARE

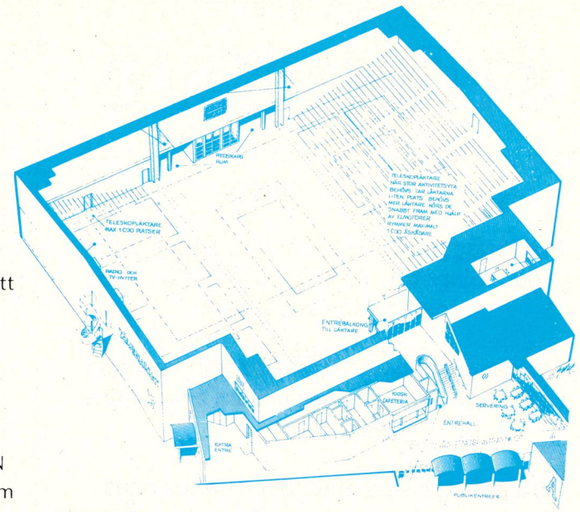
Simträning i Gällivare simhall innebär skidåkning på Dundret. Det som gör ett träningsläger i Gällivare till ett läger utöver det vanliga. Till ett läger som man minns länge. Det är inte bara de fina träningsmöjligheterna för simning.

Tre simhallar, tempererad bassäng, sporthall, bowlinghall, ridhus, fotbollsplan med konstgräs, golf, minigolf och fritidsgård.

Bokningar och förfrågningar:
Gällivare Fritidskontor
0970 – 186 65
Simhallsföreståndare
Krister Karlsson
0970 – 186 71

TRANINGSLÄGER - EXTRA

EN LYSANDE FÖRESTÄLLNING!
ETT LYCKAT EVENEMANG!



Södertälje är känt för topp och bredd i såväl idrott som kultur.

— Här finns erfarenhet av stora evenemang

— Här finns arenor och estrader

— Här sviker inte publiken

Det *bästa* alternativet kan t ex vara TÄLJEHALLEN — modern fritidsanläggning för såväl aktörer som publik. Detta och många andra goda alternativ erbjuder Södertälje kommun.

Fritidsförvaltningen
151 89 Södertälje
Tel 0755-214 04

fritid SÖDERTÄLJE



Stockholm: Sveavägen 29, Tel. 08-796 67 00. Göteborg: Östra Larmgatan 15-21, Tel. 031-17 15 10.
Malmö: Gustav Adolfs Torg 45. Tel. 040-778 20.

Inbjudan till SM i simning i Malmö

17 - 19 mars 1989

Medarrangör:
Malmö Simallians

Tävlingstider:
Försök:
Fredag 09.00
Lördag 09.00
Söndag 09.00

Finaler
Fredag 16.30
Lördag 16.30
Söndag 16.30

Anmälan:
Anmälan skall vara Malmö Simallians, Banérsgatan 8, 211 48 Malmö, tillhanda senast 3 mars. (Poststämpelns datum 2 mars).

Anmälningsavgift:
25:-ind. start och 35:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som anmälan på Malmö Simallians postgiro 943590-0.

Efteranmälan:
Efteranmälningstiden utgår onsdagen den 15 mars kl. 12.00.
KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSITD OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.

Efteranmälningsavgift:
300:-/ind. start och 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som efteranmälan på Malmö Simallians postgiro 943590-0.

Kvalnormer:
1. Kvaltider:
Kvaltider, se Simsport nr 10/1988, har också presenterats i SSF:s föreningsutskick SK-cirkulär samt finns i Simkalendern 1989.
2. Kvaltermin:
Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 1988.04.15 - 1989.03.02.

Övrig information:
Övriga mästerskapsbestämmelser, se Simkalendern 1989 och SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser 1987-1990.
Information om logi, entrebiljetter, biluthyrning etc, har utsänts till klubbarna från Malmö Simallians.

OBS! Viktigt vid klubbbyte.
Från och med 1989 måste vid anmälan till mästerskap respektive förening uppge om en simmare ej skall ha SM-poäng. (klubbyte), på det speciella anmälningsformulär som skickas ut från arrangören. Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng. Se SSF:s stadgar paragraf 225.

Grenordning:

Fredag 17 mars

1.	50 m	frisim	damer
2.	50 m	frisim	herrar
3.	100 m	ryggsim	damer
4.	100 m	ryggsim	herrar
5.	400 m	frisim	damer
6.	400 m	friism	herrar
7.	100 m	fjärilsim	damer
8.	100 m	fjärilsim	herrar
9.	200 m	medley	damer
10.	200 m	medley	herrar
11.	4x100 m	frisim	damer
12.	4x100 m	frisim	herrar

Lördag 18 mars

13.	200 m	frisim	herrar
14.	100 m	frisim	damer
15.	100 m	bröstsim	herrar
16.	200 m	bröstsim	damer
17.	200 m	ryggsim	herrar
18.	200 m	fjärilsim	damer
19.	400 m	medley	herrar
20.	4x200 m	frisim	damer
21.	4x100 m	medley	herrar
22.	800 m	frisim*)	damer

(Heat över 1)
*) I finalpasset avverkas 800 m frisim som gren 13.

Söndag 19 mars

23.	200 m	frisim	damer
24.	100 m	frisim	herrar
25.	100 m	bröstsim	damer
26.	200 m	bröstsim	herrar
27.	200 m	ryggsim	damer
28.	200 m	fjärilsim	herrar
29.	400 m	medley	damer
30.	4x200 m	frisim	herrar
31.	4x100 m	medley	damer
32.	1500 m	frisim*),	herrar

(Heat över 1.)
*) I finalpasset avverkas 1500 m frisim som gren 23.

Officiellt

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Moderklubb	Ny klubb	Tävlingsklar
Charlotte Linde	Malmö S	Malmö KK	880922
Therése Gustavsson	Sydsim	SK Poseidon	880922
Jonas Danielsson	Kramfors-All	Härnösands SS	880922
Fredrik Forslund	Malungs SS	Falu SS	880923
Linda Althin	Märsta SS	Väsby SS	880923
Magnus Althin	Märsta SS	Väsby SS	880923
Jan Björk	Hanvikens SK	SK Neptun	880924
Mats Nilsson	SKK	LASS	880924
Katja Valppu	Märsta SS	Kristinebergs SK	880925
Tanja Määttä	Eskilstuna SS	Södertälje SS	880930
Eva Jonsson	Tunafors SK	Västerås SS	881006
Anita Bergström	Tunafors SK	Västerås SS	881006
Anita Larsson	Tunafors SK	Västerås SS	881006
Erica Pettersson	Tunafors SK	Västerås SS	881006
Gunilla Fredriksson	Tunafors SK	Västerås SS	881006
Stefan Karlsson	Tunafors SK	SKK	881007
Markus Andersson	Hanvikens SK	SK Neptun	881008
Johanna Sjövall	Borlänge SS	Nyköpings SS	881009
Josefin Sjövall	Borlänge SS	Nyköpings SS	881009
Magnus Jonsson	LUGI SK	Ran	881013
Mathias Lanner	Västerviks SS	LASS	881013
Pernilla Johansson	LASS	SPIF	881016
Louise Johansson	Sundbybergs IK	SPIF	881016
Christina Myhrbro	KSLS SK	Elfsborg	881020
Gunnar Asp	Ale SK	S 02	881020
Anna Edvall	Sävar IK	Sandviks IK	881021
Jennie Jönsson	SK Triton	Limhamns SS	880917
Pierre Olsson	SS Stimmet	Västerås SS	881001
Christer Magnusson	SPIF	Väsby SS	881026
Björn Sund	Sandviks IK	Karlskoga SF	881026
Anna Rosengren	SS Mora	Falu SS	881026
Benny Carlsson	LUGI	SK Ran	881026
Tomas Johansson	Mölndals ASS	Skene SoIS	881028
Per-Åke Brinck	Jönköpings SS	Södertörns SS	881029
Sara Nordlander	Timrå SK	Sundsvalls SS	881029
Magnus Kronlund	Byske IF	Skellefteå-Rönnsk.SS	881030
Josefine Askagården	SK Poseidon	Malmö S	881031
Niklas Borg	Ale SK	Kungälvs SS	881102
Anette Fogelborg	Ale SK	Kungälvs SS	881102
Catarina Karlsson	Ale SK	Kungälvs SS	881102
Camilla Lindgren	S 02	Askim-Frölunda SK	881102
Niklas Rosmark	ÖSA	Ronneby SS	881103
Anna Malmesjö	Norrköpings KK	Gävle SS	881105
Stefan Malmesjö	Norrköpings KK	Gävle SS	881105
Anna Lindberg	Klippans SS	KSLS	881107
Ellenor Svensson	ÖSA	LASS	881108
Patrik Callin	Turebergs IF	Solna SS	881117
Anton Brink	Turebergs IF	Solna SS	881117
Peter Lund	Turebergs IF	Solna SS	881117
Jesper Persson	KSLS	Bromöllaortens SS	881119

God Jul
Gott Nytt År

Jorden runt i 3:e klass

Tillsammans med GB-Glass och Skolidrottförbundet arrangerade Simförbundet en breddaktivitet för landets alla tredjeklassare under 1988. Arrangemanget var också ett led i Simförbundets rekryteringskampanj.

"3:e klassarnas JORDEN RUNT SIM" går ut på landets tredjeklasser skall hänga med GB:s välkända clown Clovve på en simtur jorden runt. Genom att simma och samla så många meter som möjligt under en valfri tvåmånadersperiod från skolstart till 30 november deltog de olika klasserna i kampanjen. Alla klasser som ställde upp blev bjudna på glassfest och fick ett fint diplom.

Dessutom vann klasserna pengar till klassresan. Bästa klassen, d v s flest antal meter per elev, i varje distrikt vann 500 kr och bland de deltagande klasserna i varje distrikt lottades två priser a 300 kr ut.

I kampanjen ingick en stor, färgglad affisch, en informationsfolder, simkort och diplom. Varje tredjeklass fick information och respektive klass rapporter lämnades in senast 10 december. Simsport kommer i början av nästa år att redovisa slutresultatet.

Totalt finns i Sverige 4.182 tredjeklasser. 1.046 klasser hade beställt material före september månads utgång vilket gör ett deltagande på 25 procent. Samtliga 23 distrikt fanns representerade men det var en kraftig spridning mellan distrikten. Bäst var Bohuslän-Dal med 55 procentigt deltagande och sämst Örebro och Östergötland där endast 5 procent deltog.

FRÅN DISTRIKTEN

Norrbottens Simförbund har

Årsmöte, 11 mars 1989 i Luleå.
DM Norrbotten, Umeå, 11-12 februari 1989.
DM utomhus, Boden, 30 juni-2 juli 1989.
JDM, Kalix, 3-5 november 1989.

Upplands Simförbund har

Juniorer-DM, kort bana, 14-15/1 i Uppsala
Seniorer-DM, kort bana, 18-19/2 i Enköping/Uppsala
Seniorer-DM, lång bana, 2-4/6 i Gävle
Separat inbjudan till samtliga föreningar

Kom med i det som blir Sveriges största och roligaste simtävling: Panda Cup

12-15 MAJ I MÖLNDAL/GÖTEBORG.

MASS och S02 inbjuder i samarbete med Världsnaturfonden WWF till deltagande i Panda Cup. Syftet är att dels hjälpa Världsnaturfonden att samla in pengar till viktiga natur- och miljövårdsprojekt, dels att sprida kännedom om WWFs verksamhet bland ungdomar.

Och inte minst: att uppleva gemenskap och spänning under några intensiva tävlingsdagar.

Tävlingen är öppen för alla klubblag med tävlande från 9 år till elitnivå.

Möt simmare från hela Sverige och från våra nordiska grannländer samt från England, Holland och Västtyskland. Du och dina klubbkamrater tävlar individuellt och i lag i och utanför bassängen.

Kom med i Panda Cup och möt våren tillsammans på Liseberg som ordnar med specialarrangemang. Fri entré för alla simmare och ledare. Startavgifter, kost och logi till låga kostnader.

WWF

Mölndals Allmänna Simsällskap

S02

Liseberg

Panda Cup är ett arrangemang som genomförs i samarbete med MASS, S02, WWF och Liseberg.

PANDA CUP WWF

Anmäl din klubb till Panda Cup på tel. 031-86 41 68, Åby Simhall, 431 32 Mölndal.

Simmedicinsk grupp bildad

Av Torsten Buhre

Vid Svenska Simspelen i Falun i somras, då simkommittén omorganiserades, skapades också en simmedicinsk grupp. Gruppen består av Bengt Eriksson, landslagets läkare, Susanne Brokop, landslagets sjukgymnast, Lennart Gullstrand, Bosöns simfysiolog och Torsten Buhre, träningskoordinator i landslaget. Ansvarsområdet för gruppen är ganska brett, men gruppen skall ses främst som ett organ som initierar sådan verksamhet som kan vara till stöd för simningens utveckling inom medicin, fysiologi, biomekanik, sjukgymnastik, testning, näringslära och i viss mån då också utbildning efter som alla dessa punkter kräver sådan. Gruppen har en del klart definierade punkter som den vill påverka och dessa är:

Användandet av forskningsmaterial:

Det finns mycket att t lära från många av de internationella tidskrifter som finns i cirkulation. I stället för att alla skall behöva prenumerera på dessa skrifter, så väljer gruppen ut cirka fyra stycken som anses vara speciellt bra, bland andra Journal of Swimming Research. Dessa tidskrifter skall sedan finnas tillgängliga för alla så att man kan rekvirera de artiklar som verkar intressanta.

Informera om och bevaka internationella Clinics:

Varje år finns det en mängd olika internationella clinics, som vi aldrig får någon information om. Vart informationen tar vägen vet vi inte. Men vi vet att det finns en hel del, oftast, att lära från dessa clinics. Därför måste vi skapa möjligheter så att fler tränare kan åka på dessa clinics. Dessutom måste vi ställa högre krav på avrapportering från de som besökt olika clinics och dessa rapporter bör alltid publiceras i Simsport så att så många som möjligt kan ta del av dem.

Träningsuppföljning med vetenskapliga metoder:

Om vi har svart på vitt vad den gjorda träningen ger för resultat så är det också lättare att korrigera denna för att få en ännu bättre effekt, eller rentav den som är önskvärd. Därför är det gruppens idé att rekommendera olika typer av tester för träningsuppföljning. Dessa kan vara mer eller mindre avancerade och kostsamma.

Det är tänkt att man skall bedriva en testverksamhet för den landslagstrupp som vi räknar som vår elitsatsning. Denna verksamhet kommer att vara betald av SK, varför den också blir obligatorisk för denna grupp av simmare. Vad den kommer att innehålla vill jag inte gå in på här och nu. Därefter kommer simmedicinska gruppen att rekommendera tester till klubbarna och distrikten för att dessa inte själva skall behöva söka i det stora utbud som finns. Samtidigt får vi också genom att rekommendera simmartester till alla för ett bättre underlag för jämförelser.

Detta betyder inte att alla behöver träna på samma sätt bara för att vi använder oss av samma tester. Fortfarande kommer träningsuppläggningen att vara varje tränares ensak. I detta paket inkluderas även medicinska tester, kost, laktat och liknande. Om vi sedan kan komma fram till ett bra sätt att distribuera allas resultat till alla, så är också detta väldigt positivt.

Det är viktigt att poängtera att för att dessa tester skall ha någon effekt på träningen så måste man veta vad man testar, varför man testar och när man testar. Man måste även känna till orsaker och anledningar som kan påverka ett individuellt testresultat. Dessa kunskaper finns inom den simmedicinska gruppen. Därför ser vi som en av våra stora uppgifter att vara rådgivare eller konsulter i just denna verksamhet.

Det är också viktigt att komma ihåg när man testar att ha tålamod. Testerna måste också bedrivas kontinuerligt under hela säsongen, innan man fattar beslut att fortsätta testerna, börja med andra tester eller sluta helt.

Stödja specifika undersökningar:

Först skall vi kanske definiera skillnaden mellan vad vi betecknar som specifika undersökningar och forskning. En undersökning kan i grund och botten vem som helst göra, så länge man gör den noga, har klart specificerat vad man undersöker och objektivt analyserar resultaten. Detta för att undersökningen inte blir till för att påvisa något utan att undersökningen görs för att få svar på ett problem eller en frågeställning. Forskning bedrivs av personer som har forskarkompetens.

Gruppen vill alltså stötta dem som är intresserade av att göra specifika undersökningar, typ den frekvensstudie som har gjorts, eller till exempel en skadeundersökning. Det finns en del kompetens inom gruppen varför vi gärna ser att man vänder sig till gruppen om man har problem med frågeställningar angående en undersökning.

Vi vill också försöka påverka institutioner som kan bedriva forskning, att bedriva forskning som har simmässig anknytning.

Slutord:

Detta program är någonting som vi anser vara mycket nödvändigt för att vi skall kunna hänga med i den internationella utvecklingen som för närvarande pågår inom alla idrotter. Med detta program dyker det upp behov av utbildning för alla tränare på alla nivåer. Då kan de tillgodose sig det stora utbud av information som kommer att spridas.

I Västtyskland satsar man nu på något som de kallar Olympic Center. Där samlas alla olympiska idrotter under ett och samma tak på tolv olika orter i landet. De summor som satsas är otroliga och det är en professionell satsning. Är det inte dags att vi också ser till att bli riktigt professionella inom svensk simning?

Badmössor med TRYCK

Badmössor med klubbnamnet stärker samhörigheten i föreningen.

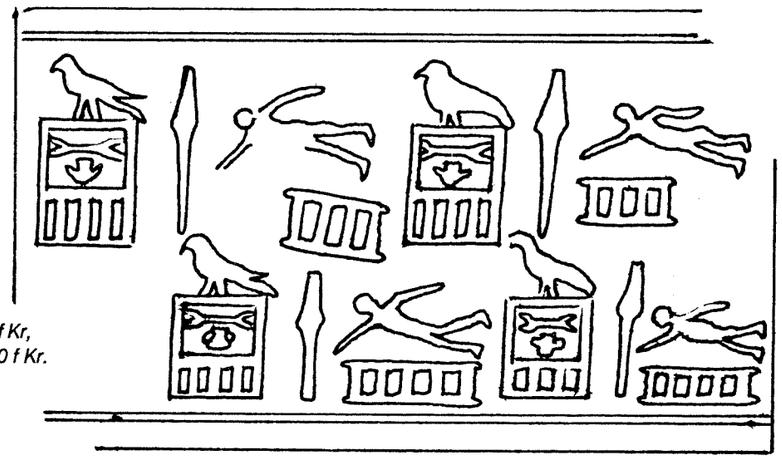


Beställ direkt från:
PAUL ALFONS AB
BOX 105
233 00 SVEDALA
Tfn .040-40 38 78

Simningens historia

Av Per Holmquist

För att vi ska kunna få perspektiv och kunskap om vår moderna simteknik kan det vara roligt att blicka tillbaka på simningens historia. Det är ju faktiskt så att vår simhistoria är något alldeles unikt. Simning är något som har funnits mycket längre än sporter som t ex ishockey, handboll och bowling. Simning har följt oss människor sedan långt tillbaka i tiden.



Hieroglyftecken för simning, överst äldre från omkring 3000 f Kr, nederst yngre från omkring 2500 f Kr.

Människan lärde sig antagligen att simma genom att studera hur djuren simmade. Var simningen ursprungligen kommer från vet man dock inte säkert. De äldsta bevarade bilderna av vad man tror visar ett sorts crawl, kommer från Egypten cirka 3000 före Kristus.

Att det var crawl, frisim, och inte bröstsim som man lärde sig först är det numera inget tvivel om.

Genom århundradena har vatten varit till för att behålla hälsan. "In aqua sana est", vatten är hälsosamt, var inristat i badrumsväggarna hos de gamla romarna. Vad det än var för anledning som romarna hade för att förknippa vatten som en sorts hälsofaktor spelar egentligen ingen roll. Idag vet vi alla att det är sant.

Första boken 1538

Enligt de gamla vikingasagorna var simningen väl utvecklad över hela norra Europa. Det var framför allt då crawl och ett bröstsimsliknande simsätt som bedrevs. Det var alltså hos kulturer som de hos egyptier, greker och romare det hela började. Redan före Kristi födelse.

Under religionernas utbredning under åren 500-1600 i Europa så gick faktiskt det här med simning tillbaka på grund av olika religiösa uppfattningar. Framför allt så var det den stränga katolska kyrkan som bidrog till att intresset för idrottsutövande drastiskt sjönk under medeltiden.

Den första boken som skrevs om simning var "The Art of Swimming". Den skrevs redan 1538. Det dröjde ända tills 1813 då den första helsvenska boken skrevs. Det var den svenska gymnastikens fader, P H Ling, som var författare.

Flying Gull och Tobacco

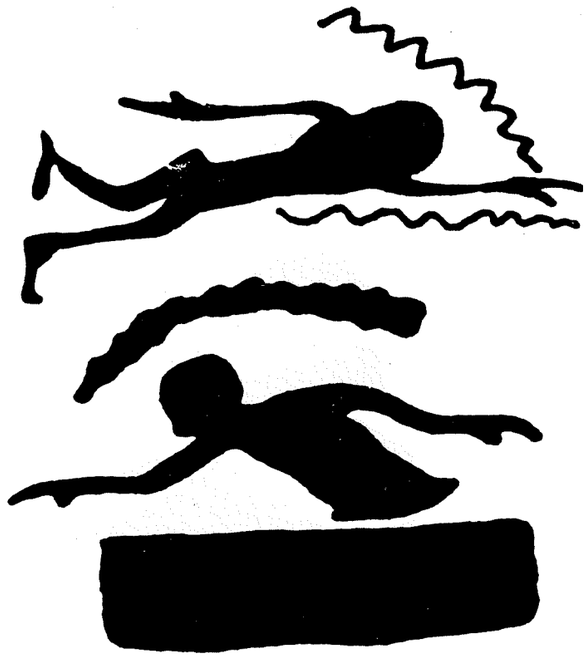
Vi människor är inte gjorda för att tvistas i vatten. Hela vår fysiska uppbyggnad och hållning är felaktig. Kroppstemperaturen är inte rätt, andningsorganen är felkonstruerade, kroppsformen är inte vidare lämplig och dragningskraften är fel med mera, med mera. Ja, hela människan är gjord för att leva på land och inte i vattnet.

Det finns inget naturligt som tyder på att människan är anpassad för vattenaktiviter. Nej, i stället är det människans obegränsade nyfikenhet, den enorma viljan, en fin tänkande hjärna och en stark fysik som trots allt har fått oss att hoppa i vattnet. Människan är ett av de få djur, kanske det enda, som måste lära sig att simma.

Lärde sig att simma gjorde man också i England. Det var nämligen engelsmännen som var först i världen med att tävla i simning. De första tävlingarna hölls omkring år 1837 i London. Innan dess hade man mest simmat för att kunna livrädda och överleva.

Vi får inte glömma bort att den idag äldsta existerande simklubben faktiskt är svensk. 1796 bildades Upsala Simsällskap av Jöns Svanberg.

1844 tävlade amerikanska indianer i London. Flying Gull besegrade Tobacco, båda var indianer, genom att simma en 130 foot lång bassäng, cirka 45 meter, på 30 sekunder. Indianerna använde sig av det crawlliknande, ursprungliga simsättet medan engelsmännen använde sig av ett slags sidosimsätt och bröstsim.



Den äldsta bevarade bilden av simning visar crawl och återfinns på en sigillcylinder från Nagada, härstammande från omkring 3200 f Kr.

300 m medley försvann

I slutet av 1800-talet introducerade J Arthur Trudgen ett bröstsimsliknande simsätt med andning åt sidorna. Detta var den så kallade "Trudgenstilen", som blev allt mer utvecklad i början av 1900-talet.

Under 1920-talet var det framförallt Arne Borg och amerikanen Johnny Weissmüller som var de stora simmarna. Johnny på de kortare sträckorna och Arne på de längre. Arne Borg satte med detta nya crawlsimsätt ett legendariskt världsrekord 1927. Det var i Bologna på 1500 meter frisim han nådde tiden 19.07.2. Då trodde många att hans rekord aldrig skulle kunna gå att slå. Idag simmar flera mer än fyra minuter snabbare på samma sträcka.

Det vanliga bröstsim som vi simmar idag var inte med på Svenska Mästerskapen förrän 1906. Innan dess var det bara crawl och ryggsim som gällde. Bröstsimmet ändrades sedan inte mycket under första hälften av 1900-talet.

Ur detta bröstsim utvecklades fjärilsimmet. Ända fram till 1950-talet var fjärilsimmet en form av bröstsim. Fjärilsimtekniken i bröstsim godkändes som tävlingsteknik 1936 och det var först en bit in på 50-talet som fjärilsim blev ett eget simsätt.

Det innebar att medleyn, både individuellt och som lagkapp, ökades från 300 m och 3x100 m till 400 m och 4x100 m medley.

Det är således bröstsim och fjärilsim som utvecklats mycket de senaste 30 åren. Både crawl och ryggsim har funnits betydligt längre. De uppnådda tiderna har dock utvecklats och blivit snabbare inom alla fyra simsätten.

Simhallsexplosion

Utvecklingen inom idrotten simning har alltså gått mycket fort. Det finns idag fler utövare och fler simhallar än någonsin. Skåne, som är Sveriges största simdistrikt vad gäller tävlingssimmare, hade 1987 ett 50-tal simbassänger utomhus. 1937, 50 år tidigare, fanns det endast elva simhallar i hela Sverige. Utvecklingen är enorm, inte bara i Sverige, utan i hela världen.

Jag tycker det är viktigt att vi vet att simning, som vi på olika sätt håller på med, är en mycket ung verksamhet, men att själva simningen som sådan har behärskats av människan i tusentals år. Förhoppningsvis kommer simkonsten att få vara med ännu ett bra tag.

Vi borde vara stolta över vår sport med dess fina historia och gamla tradition. Så låt alla få ta del av den och låt alla få vara med.

TEKNIKENS SEGER.

Världssensation! Ultra Tan's nya 38 rörs solarium är här...

NYHET!



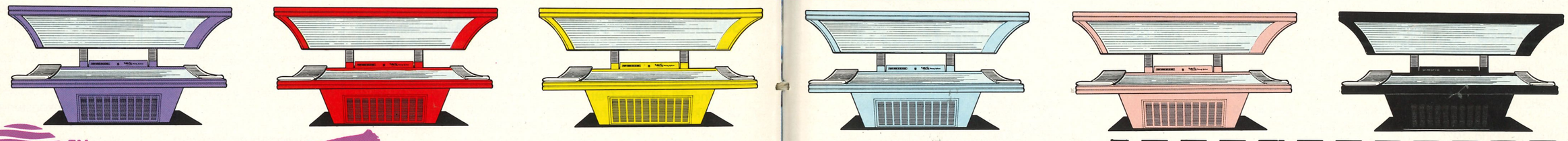
Ultra Tans utvecklingsavdelning har konstruerat ett helt oöverträffat solarium. 38 Ultra Tan XR reflektorrör, hög teknologi, design och komfort i samverkan.

Världens enda S-märkta 38 rörs solarium, och inte vilka lysrör som helst. Alla 38 är Ultra Tans unika reflektorrör XR.

En teknisk prestation ingen tidigare kommit i närheten av.
Nu blir det fart igen på Sveriges solotek.

Håll dig framme.

Skicka in kupongen eller ring 0492-133 03, dygnet runt.



Ultra Tan™

Ultra Tan International AB, Box 80, 598 00 Vimmerby, 0492-150 55

Du kan få ett Ultra Tan solarium fritt uppställt!

Vi ställer ut solarier på arbetsplatser, bostadsområden, föreningar etc. helt kostnadsfritt. Du betalar bara för den tid du solar, halva priset eller mindre mot vad det kostar på "sta'n". Solariet är ett riktigt 30 rörs proffssolarium, ULTRA TAN PURPLE PRO.

Ett av de absolut bästa solarierna på marknaden idag. Helt i proffsklass. På den här marknaden finns mycket undermåliga eller förenklade solarier ute. Ultra Tan är enda företaget som ställer ut ett riktigt proffssolarium på samma premisser.

Namn_____

Företag_____

Adress_____

Postadress_____ Tel._____

Ja tack, skicka mig information om
☐ Proffssolarium 38 rör ☐ Proffssolarium 30 rör
☐ Hästsolarium ☐ Begagnade solarium
☐ Fritt uppställt proffssolarium 30 rör. ☐ Tillbehör lysrör.

Gävle Simsällskap

Gävle Simsällskap
100 år
1888 - 1988

Av Kaj Annebrant

Gävle Simsällskap är nere i en vågdal, även om bredden finns. 18-åriga Johanna Olsson är enda SM -simmerskan. I Sum-Sims finalerna i mitten av oktober i Gävle, representerades arrangörsklubben av endast Frddrik Olsson, 13 år. Han kom sexa på 100 m börstsim med nytt perosnligt rkeord, men kan bli mycket bättre. Han har nämligen först nu i år börjat med hård, regelbunden tärning.



GSS simungdomar är ett kamratgäng

Johanna och Fredrik är syskon. Chefstränaren "Stisse" Bengtsson hade räknat med ett 1972-lag i medley, men det spräcktes genom ankaret Klas Edins sjukdom. I honom, Björn G Eriksson, Jesper Hedblom och Björn Eriksson har GSS annars framtidshoppen.

- Men vi är inne i en djup svacka, tycker "Stisse", som tog över efter Ulf Ögren för drygt ett år sedan. "Uffe" föregicks av förre elitsimmaren Per Berglund, som 1983 flyttade till Södertälje.

Fredrik Olsson, född 1975, och Annika Lundmark, född 1976, är några löften bakom 72:orna samt Johanna Olsson, som kom trea på JSM 1985 och representerade Sverige vid EJM samma år. Johanna var sedan i USA ett år men har inte nått ända fram sedan dess.

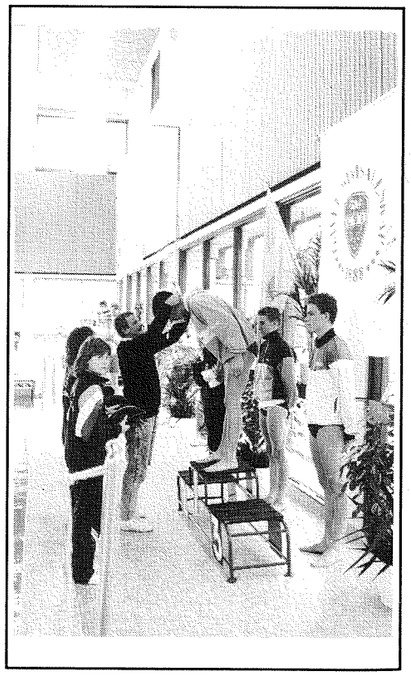
- Vi har många simmare men har glömt bort flera årsklasser på grund av ledarbrist och kanske förbiseende. Vi hade ju duktiga seniorer och juniorer, oftast ett tiotal simmare.

Nu tror "Stisse" att det dröjer fyra-fem år innan GSS åter är på topp och som tidigare kan vara bland de 20 bästa klubbarna i landet. 1983, 1984 och 1985 blev GSS bästa förening i Norrland vid landsdelsmästerskapen.

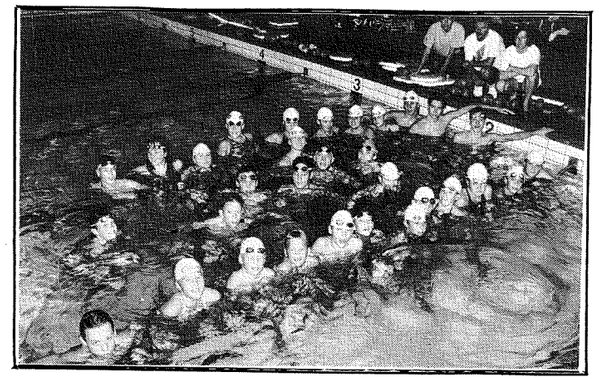
Senaste SM-medaljen tog Petra Danielsson på 200 m bröst 1986. Alfons Kubulenso var bronsmedaljör på 400 m fritt 1981 och 1983. Några JSM-medaljer utöver nämnda Johannas har det även blivit.

Senaste storhetstiden inleddes när Per-Alvar Magnusson kom till Gävle från Bollnäs runt 1977. Han nådde landslaget snabbt och simmade EM.

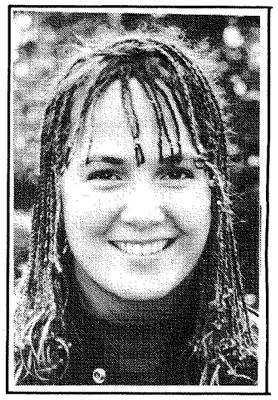
Strömbadet från 1960 och Fjärran Höjder, utebadet med plasttält, från 1972, räcker inte



"Stisse" Bengtsson var prisutdelare vid Sum-Sim och fick hjälp av GSS-ungdomar. Hela GSS var engagerat i Sum-Sim.



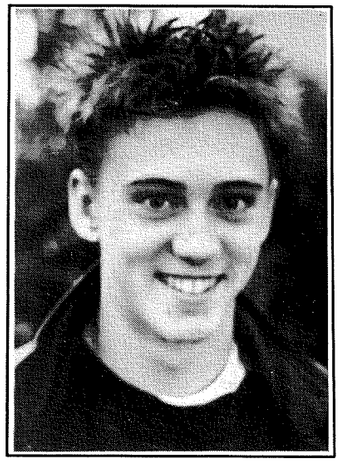
Ett 30-tal GSS-ungdomar med tränare i Fjärran Höjdertältet en helt vanlig höstkväll i år. Medelåldern är låg och det finns säkert några stora talanger bland de 30 simmarna i bassängen. Foto Kaj Annebrant.



Johanna Olsson, foto Kaj Annebrant



Maria Degerman, främre raden till vänster, Cecilia Cederloo, Maria Jonsson, Jennie Nyström och Cecilia Lindberg. I övre raden står Caroline Lindberg och Annika Lundmark. Alla tjejerna är födda 1976-1977. Foto: Kaj Annebrant.



Fredrik Olsson, foto Kaj Annebrant

längre till. Styrelsen i Gävleföreningen hoppas också på en ombyggnad av Fjärran Höjder, kanske en överbyggnad av 50-metersbassängen och en breddning från 20 till 25 meter.

- Då får vi 50 25-metersbanor och bättre möjligheter till ökad träning, drömmer "Stisse" som även vill ha fler ledare och bättre tränarutbildning.

Han har inga större förhoppningar om framgångar vid Norrländska Mästerskapen i Östersund i december, men hand hoppas att några av 72:orna kvalar in till JSM. Talang finns hos många, men skolan kräver sitt och det är mycket som lockar dagens ungdom utanför idrotten.

Det stora glädjeämnet för "Stisse" är de 500 nybörjarna i simskolorna och de 50-talet simmarna i C- och D-grupperna. Där finns framtiden.

Gävle Simsällskap 1888-1988

25 juli 1888 bildades Gefle Simsällskap vid ett sammanträde i Stadshotellets damcafé. 29 oktober i år firades 100-årsjubiléet av 230 GSS:are i Stadshusets festsal.

Klubbens historia är dock inte enbart en dans på rosor. Den grå vardagen har bjudit på såväl svackor som djupa vågdalar. 1956 började dock den nuvarande verksamheten växa sig allt starkare. Karl-Erik Freste, tidigare simmare i Hellas, blev ny ordförande.

De andra i styrelsen var: Ivar Holmgren, Harry Nordh, Mailis Axner senare Holmgren, Allan Synnemark, Stig Aspelin och Charles Snögren.

Mailis Holmgren finns med i vardagsarbetet även nu och hennes mångåriga, oegennyttiga arbete belönades under jubelfesten.

GSS bildades när ett nytt badhus byggdes i Gävleån. 1842 hade ett första uppförts, men 1888 var tiden tydligen mogen för en förening för "simkonstens utbredande", som det skrevs i pressen.

1960 invigdes Strömbadet invid Gävleån och det betydde mycket för nya GSS. 400 simglada ungdomar mellan 10 och 15 år kom till nybörjarträningen första säsongen. Och på den vägen rullar rekryteringen till GSS vidare.

Vinterhalvårets simskolor drar alltid många ungdomar. En del av dem får smak på simningen och fortsätter i GSS:s medleyskolor. Sedan kan de fångas in till nybörjartävlingen 5-klubbars och via Gästrikeserien nå fram till större tävlingar i länet och

SIMSPORT BESÖKER

regionen med Hälsingland, Dalarna och Uppland.

Några årtal:

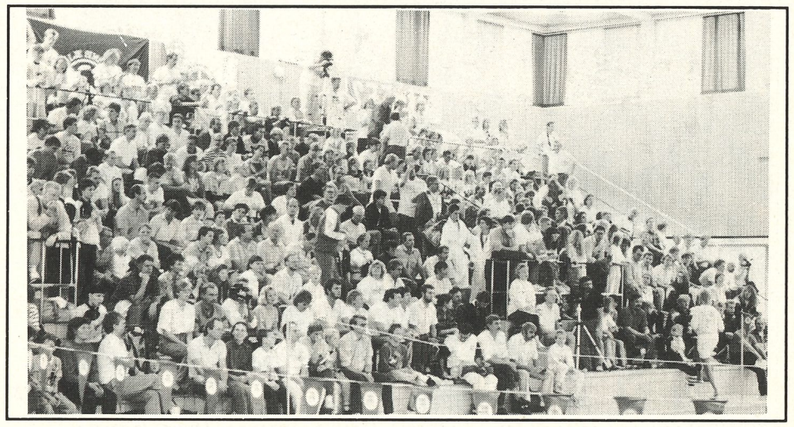
1961 Inomhus-SM i Strömbadet.
1963 En tioårig svit med Sum-Sims riksfinaler dras igång.
1965 Britt Julander och Marianne Lundkvist blir svenska mästarinnor.
1971 GSS tar lagkappsguld genom Elisabeth Hjorth, Ulla Eriksson, Carina Eriksson och Annika Hessman.
1981 Ute-SM på Fjärran Höjder
1988 Sum-Sims riksfinal i Strömbadet

Fakta om Gävle Simsällskap:

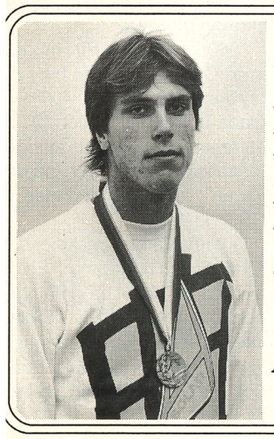
Ordförande: Jan Jansson
Vice ordförande: Ove Engberg
Sekreterare: Birgitta Jonson
Kassör: Leif Lövblad
Övriga i styrelsen: Kenneth Danielsson och Sture Olsson
De aktivas företrädare: Johanna Olsson och Ami Hammar
Chefstränare: Sten-Erik "Stisse" Bengtsson
Föreningskonsulent: Benneth Jonsson
1436 medlemmar 1 januari 1988
263 aktiva i simsektionen, därav 185 nybörjare
500 ungdomar i GSS:s simskolor hösten 1988



Louise Mikaelsson till vänster, Mari Wallmark, Jenny nilsson, Mia Löfblad, Pia Olsson och Åsa Andersson är duktiga på distriktsnivå men kan bli mycket bättre. Foto: Kaj Annebrant



Simintresset är stort i Gävle. Det visades vid Svenska Ungdomsmästerskapen i Strömbadet 15-16 oktober.Stämningen var också hög även om bara en hemmasimmare kvalificerat sig till riksfinalen.



Hej!
Under 1989 kommer jag att medarbeta i Simsport. Du hittar min krönika i varje nummer under nästa år. Till dess, God Jul och Gott Nytt År.

Anders Holmertz



Återförsäljare sökes, kontakta oss för information.

Elenor

Stl. 34-46
Färg Grön/Lila
Korall/Marin
Ceris/grön
Ceris/Blå
Gul/Svart
Pris: 298:-
Finns också i herrbyxa med samma färgsättning stl. 4, 5, 6, 7/8, 9/10.

Charlotte

Stl. 36-46
Färg Blå/gul
Svart/Gul
Pris: 260:-

Star

Stl. 36-46
Färg Blå/Vit
Grön/Marin
Pris: 298:-

Julklapps-erbjudande året ut!

Alla som köper valfri baddräkt ur vårt sortiment (eller två badbyxor) erhåller helårsprenumeration på Simsport (9 nr.) utan extra kostnad. Värde 140:-

Skicka beställningen idag

Ordersedel

Skickas till: .....
ev c/o .....
Gata/box .....
Postadress .....

Rad nr	Art. nr	Pris	Ant.	Modell	Storlekar
1					
2					
3					
4					
5					

Frankeras

Paleski Sport

Aschebergsgat. 34
411 33 Göteborg
Tel. 031-16 02 74,
Pg: 94 40 19-9

Konstsim

Trygg-Hansa Synchro Cup, Göteborg 5-6 november 1988

Solo
1. Virpi Joki Hollanti, Fagersta SK, 168.98 poäng
2. Eva Johnsson, Borlänge SS, 168.82
3. Nina Holpers, Borlänge SS, 166.69
4. Helen Svensson, Växjö SS, 154.79
5. Anna Claesson, Fagersta SK, 153.72

Par
1. Borlänge SS, Nina Holpers/Eva Johnsson, 167.255
2. Fagersta SK, Anna Claesson/Karin Lobenius, 154.06
3. Örebro SA, Michaela Kogler/Karin Andersson, 149.475
4. Ludvika SS, Ellen Sölver/Maria Paavo, 129.57

Lag
1. Fagersta SK, Anna Claesson, Virpi Joki Hollanti, Anna-Lena Johansson, Karin Lobenius, 149.755
2. Ludvika SS, Sara Lindholm, Annika Bäcklin, Ellen Sölver, Maria Paavo, 132.975
3. S 02 Göteborg, Anna Engelin, Josefine Björnsson, Anna Jondelius, Katarina Vetesson, Louise Öberg, 112.365

Konstsim

Sumkonstsim nr 4
SK Neptun/Järfälla SS
Västertorpsbadet 29 oktober 1988

Solo
Klass A
1. Camilla Rosenkvist, Järfälla S, 127.70

Klass C
1. Karin Letzler, Järfälla S, 89.18
2. Annelie Löfgren, Järfälla S, 85.13
3. Erika Larsson, Järfälla S, 78.95

Klass D
1. Annika Nilsson, SK Neptun, 102.44
2. Maria Holmertz, SK Neptun, 101.06
3. Kicki Lundblad, Järfälla S, 99.59
4. Annica Lindfors, Järfälla S, 95.00
5. Kajsa Hugosson, Järfälla S, 88.10
6. Annette Pettersson, SK Neptun, 83.32
7. Melissa Forsberg, SK Neptun, 82.28
8. Jenny Pettersson, Järfälla S, 78.23

Par
Klass C
1. Karin Letzler/Annelie Löfgren, Järfälla S, 83.48

Klass D
1. Annika Nilsson/Maria Holmertz, SK Neptun, 97.41
2. Annika Lindfors/Kicki Lundblad, Järfälla s, 90.46

Poäng ställning, Sum-Sim.

1. Upsala S,	279 poäng
2. Växjö SS,	217
3. Helsingborgs S,	193
4. Ystads SS,	166
5. Turebergs IF,	157
6. SK Poseidon,	155
7. SPIF,	152
8. Malmö KK,	151
8. Norrköpings KK,	151
10. Ängelholms SS,	144
11. Skärets SS,	135
12. SK Ran,	134
13. Sjöbo SS,	124
14. Järfälla S,	122
15. Väsby SS,	112
16. Borlänge SS,	109
17. Södertälje SS,	104
18. Södertörns SS,	95
19. Umeå SS,	87
20. Limhamns SS,	82

21. SK Triton, 80, 22. SK Team Wexiö, 79, 23. KSLS, 77, 24. Spårvägens GoIF, 72, 25. Kristinebergs SK, 71, 25. Ljungby SS, 71, 27. Österlen Sim, 66, 28. Sim 77 Stenungsund, 59, 29. Örebro SA, 58, 30. Piteå SS, 56, 31. Kalix SS, 52, 32. Malmö SS, 51, 33. Karlskrona SS, 49, 34. Kalmar SS, 47, 35. Sundsvalls SS, 46, 36. SS Artemis, 45, 37. Solna SS, 39, 38. SK Neptun, 37, 38. SS Stimmet, 37, 40. Sydsim, 35. 41. Åmåls SS, 34, 42. Mariestads SS, 32, 42. Ronneby SS, 32, 42. Västerås SS, 32, 45. Landskrona SS, 30, 45. Strängnäs SS, 30, 47. Tunafors SK, 26, 48. Eskilstuna SS, 25, 49. Klippans SS, 24, 49. SK LÖdde, 24, 51. SK Elfsborg, 23, 52. Sandvik IK, 21, 52. Iggesunds SS, 21, 54. Skara SS, 20, 55. Vansbro AIK, 19, 56. Hudiksvalls SS, 18, 56. SK Korrugal, 18, 58. Sollefteå ASS, 17, 59. Hallsbergs SK, 15, 59. Kumla SS, 15, 61. Falu SS, 14, 61. Jönköpings SS, 14, 61. KK Karpen, 14, 61. Trelleborgs SS, 14, 65. SoIK Hellas, 13, 65. Varbergs Sim, 13, 67, Bromölla SS, 12, 67. Skellefte-Rönnskärs SK, 12, 67. Ösmo SS, 12, 70. SK Näcken, 10, 70. SK Laxen, 10, 72. Deje SS, 9, 72. Säffle SS, 9, 72. Trollhättans SS, 9, 75. Kungälvs SS, 8, 75. S 02 Göteborg, 8, 75. SK 1970 Sandared, 8, 75. Tyringe SS, 8, 79. Sandvikens SoHK, 7, 79. Brunflo Sim, 7, 79. Gävle SS, 7, 79. Linköpings ASS, 7, 83. Hanvikens SK, 6, 84. SK Ägir, 5, 84. Oxelösunds SS, 5, 86. Filipstads IF, 4, 87. SS Mora, 3, 89. SS Delfinen, 2, 89. Falkenbergs SS, 2, 89. Katrineholms SS, 2, 89. Nyköpings SS, 2, 93. S 71 Hässleholm, 1 poäng.

Masters

Svenska Mastersrekord vid Hildesheimer Rose, Västtyskland, 23-24 september 1988

Herrar
50 m ryggsim
Klass F 50-54 år,
Runo Romell, SoIK Hellas, 34.4

100 m frisim
Klass J 70-74 år,
Nils Ferm, SoIK Hellas, 3.23.1

Svenska Mastersrekord vid Open NM-Masters 1988, Halden, 24-25 september 1988

Herrar
100 m medley
Klass G 55-59 år, Jan Höög, SoIK Hellas, 1.25.50

Damer
50 m frisim
Klass B 30-34 år, Grete Mathisen, Motala SS, 29.93
Klass G 55-59 år, Marianne Grane, SoIK Hellas, 38.66

100 m frisim
Klass G 55-59 år, Marianne Grane, SoIK Hellas, 1.28.8

50 m ryggsim
Klass B 30-34 år, Agneta Söderberg, SoIK Hellas, 38.76
Klass G 55-59 år, Marianne Grane, SoIK Hellas, 45.63

100 m ryggsim
Klass G 55-59 år, Marianne Grane, SoIK Hellas, 1.42.49

Svenska Ungdoms Mästerskap, Sum-Sim

Riksfinal, Gävle 15-16 oktober 1988, 25 m.

50 m frisim po A -72-73
1. Pär Helgesson, Borlänge SS, 23.81
2. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 24.27
2. Dick Broman, Södertälje SS, 24.27
4. Daniel Larsson, Örebro SA, 24.40, 5. Magnus Frölander, Sundsvalls SS, 24.60, 6. Jacob Andersson, Helsingborgs SS, 24.78, 7. Roger Svensson, Brunflo Sim, 24.95, 8. Fredrik Letzler, Järfälla S, 25.01, 9. Pierre Johansson, Kristinebergs SK, 25.04, 10. Mathias Ivansson, SK Laxen, 25.10, 11. Kent Asp, SK Triton, 25.13, 12. Björn Möller, Malmö KK, 25.61

400 m frisim fl A -73-74
1. Anna Söderström, Upsala S, 4.25.92
2. Annika Rasmusson, Malmö KK, 4.26.78
3. Malin Nilsson, Malmö KK, 4.29.06
4. Linda Sälle, Mariestads SS, 4.29.89, 5. Anna Hultgren, Varberg Sim, 4.30.19, 6. Ann-Sofi Jönsson, Tunafors SK, 4.32.08, 7. Anna Lindberg, Klippans SS, 4.32.92, 8. Anette Lindbom, Mariestads SS4.34.10, 9. Malin Johansson, Kumla SS, 4.38.18, 10. Cecilia Andersson, Ängelholms SS, 4.39.44, 11. Christina Öhlund, Piteå Sim, 4.40.7, 12. Annika Remaeus, Turebergs IF, 4.44.04

100 m ryggsimn po B -74
1. Anders Kroon, Upsala S, 1.01.65
2. Klas Lindfors, Södertörns SS, 1.04.31
3. Magnus Ohlsson, KSLS, 1.04.62
4. Johan Lund, Södertörns SS, 1.04.99, 5. Johan Andersson, SK Näcken, 1.05.99, 6. Johan Smith, SPIF, 1.06.02, 7. Patrik Calln, Turebergs IF, 1.06.09, 8. Urban Lindh, Deje SS, 1.06.51, 9. Fredrik Andersson, Kalmar SS, 1.07.92, 10. Peter Hjerts, Kristineberg SK, 1.08.22, 11. Zsolt Hegmegi, Jönköpings SS, 1.10.5, 12. Henrik Larsson, S 71, 1.11.53

200 m medley fl B -75
1. Cecilia Kentell, Malmö SS, 2.30.70
2. Lisa Lundqvist, Umeå SS, 2.30.74
3. Malin Skaresson, Väsby SS, 2.33.34
4. Carina Andersson, Upsala S, 2.34.3, 5. Jenny Larsson, Åmåls SS, 2.35.64, 6. Linda Engström, Bromöllaortens S, 2.36.31, 7. Lisa Holmström, Trelleborgs SS, 2.37.13, 8. Viktoria Gadd, Ronneby SS, 2.37.26, 9. Sylvia Stefanic, Ljungby SS, 2.37.60, 10. Ingela Asplund, SPIF, 2.37.63, 11. Charlotte Sahlqvist, S 02, 2.43.03, 12. Linda Sjödin, Sydsim, 2.43.55

400 m frisim po C -75
1. Björn Olsson, Ystads SS, 4.32.99
2. Jacob Werner, Upsala S, 4.36.12
3. Andreas Lindholm, Sjöbo SS, 4.37.52
4. Conny Mattsen, SK Neptun, 4.39.32, 5. Martin Sjöbäck, Sjöbo SS, 4.39.88, 6. Robert Dolama, Växjö SS, 4.40.2, 7. Henrik Forsberg, Spårvägens GoIF, 4.44.56, 8. Andreas Gustavsson, Skärets SS, 4.46.04, 9. Fredrik Lundin, SS Artemis, 4.46.74, 10. Marcus Nilsson, Sjöbo SS, 4.47.24, 11. Tobias Marklund, Piteå Sim, 4.48.41, 12. Jonas Lundström, SK Ägir, 4.51.24.

50 m fjärilsim fl C -76
1. Malin Strömberg, Österlen Sim, 30.55
2. Louise Jöhncke, Väsby SS, 32.19
3. Anna Görtz, SK Poseidon, 32.91
4. Ulrika Raue, SK Ran, 33.14, 5. Tina Wallgren, Sollefteå SS, 33.24, 6. Mikaela Lavrén, SPIF, 33.26, 7. Tina Holmgren, SK Ran, 33.53, 8. Angelica Ockedahl, Ängelholms SS, 33.6, 9. Noemi Persich, Norrköpings KK, 33.80, 10. Anna-Karin Rantsow, Södertälje SS, 33.99, 11. Lotta Cornelius, Ronneby SS, 34.00, 12. Anneli Olsson, Skellefteå-Rönnskär SK, 35.01.

200 m ryggsim po A -72/73
1. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 2.06.71
2. Henrik Cleverdahl, Norrköpings SS, 2.07.61
3. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.13.20
4. Kent Asp, SK Triton, 2.15.26, 5. Joachim Eriksson, SK Ran, 2.16.30, 6. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.17.18, 7. Johan Ferraro, LASS, 2.17.20, 8. Pierre Andersson, SPIF, 2.18.07, 9. Kai Palonen, Södertälje SS, 2.19.46, 10. Martin Svensson, Jönköpings SS, 2.19.50, 11. Johan Svensson, KSLS, 2.20.62, 12. Magnus Ingves, Säffle SS, 2.22.98.

100 m fjärilsim fl A -73/74
1. Anna Lindberg, Klippans SS, 1.04.02
2. Catarina Mattson, Järfälla S, 1.04.94
3. Veronica Svensson, Ystad SS, 1.05.33
4. Christina Öhlund, Piteå Sim, 1.05.45, 5. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 1.05.54, 6. Andrea Bolin, Kalmar SS, 1.06.31, 7. Jeanette Richter, Helsingborgs S, 1.07.94, 8. Therese Sandberg, Oxelösunds SS, 1.07.97, 9. Eva Ulmander, Upsala S, 1.08.02, 10. Maria Kindlund, SK Poseidon, 1.08.05, 11. Erika Ståhl, SK Korrugal, 1.08.32, 12. Eva Broberg, SPIF, 1.09.61.

400 m frisim po B -74
1. Anders Kroon, Upsala S, 4.02.48
2. Magnus Ohlsson, KSLS, 4.16.00
3. Jonas Brodin, Väsby SS, 4.17.08
4. Lars Frölander, Borlänge SS, 4.20.12, 5. Christian Lindström, Turebergs IF, 4.21.18, 6. Peter Lund, Turebergs IF, 4.21.64, 7. Peter Hjerts, Kristinebergs SK, 4.22.07, 8. Patrik Andersson, Växjö SS, 4.25.44, 9. Gunnar Klintberg, Upsala S, 4.26.08, 10. Rutger Ljungqvist, Sydsim, 4.27.90, 11. Stefan Selander, Tyringe SS, 4.32.91, 12. Lars Lindvall, SK Lödde, 4.38.55.

100 m bröstsim fl C
1. Linda Kylborn, Sydsim, 1.19.42
2. Angelica Ockedahl, Ängelholms SS, 1.20.53
3. Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.21.65
4. Anna Lilja, Vansbro AIK, 1.21.99, 5. Jenny Gustavsson, Ljungby SS, 1.23.22, 6. Lina Kalrsson, SK Laxen, 1.24.27, 7. Jenny Svensson, Åmåls SS, 1.24.35, 8. Anna Görtz, SK Poseidon, 1.24.76, 9. Martina Kristiansson, Skäret SS, 1.25.30, 10. Hanna Stegby, Ronneby SS, 1.25.46, 11. Boel Kristersson, Trelleborgs SS, 1.26.59, 12. Pernilla Klarin, Ystads SS, 1.26.94

100 m bröstsim po A
1. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 1.06.43
2. Jonas Larsson, Sjöbo SS, 1.07.17
3. Pierre Johansson, Kristineberg SK, 1.07.47
4. Peter Hammar, Hallsbergs SK, 1.08.63, 5. Niklas Bohman, Södertälje SS, 1.08.76, 6. Fredrik Isaksson, SK Laxen, 1.09.26, 7. Lars Eriksson, Hudiksvalls SS, 1.09.70, 8. Marcus Olsson, Sundsvalls SS, 1.10.81, 9. Magnus Sturesson, SK Elfsborg, 1.11.54, 10. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 1.11.64, 11. Mikael Ottestig, Järfälla S, 1.11.65, 12. Björn Eriksson, Södertälje SS, 1.11.96.

4x100 m frisim fl A-B
1. SPIF, 4.05.27, Eva Broberg, 1.01.92, Filippa Loman, Karina Ridderstolpe, Amina Majdob
2. Helsingborgs S, 4.05.54, Bodil Pirkonen, 1.02.00, Jeanette Richter, Pernilla Pettersson, Cecilia Svensson
3. Upsala S, 4.06.76, Anna Söderström, 1.02.47, Anna Carlsson, Carina Andersson, Eva Ulmander
4. SK Triton, 4.08.45, 5. Örebro SA, 4.09.38, 6. Växjö SS, 4.11.03, 7. Turebergs IF, 4.12.10, 8. Väsby SS, 4.12.28, 9. Skäret SS, 4.12.75, 10. SK Poseidon, 4.15.63, 11. SS Artemis, 4.19.89, Jönköpings SS diskv.

4x50 m frisim po C o yngre
1. Växjö SS, 1.50.32, Erik Schultz, 28.22, Tor Möller, Ola Johansson, Robert dolama
2. Sjöbo SS, 1.51.99, Bonny Olsson, 26.73, Marcus Nilsson, Andreas Lidholm, Martin Sjöbeck
3. Limhamns SS, 1.54.92, Henrik Andersson, 29.64, Niklas Larsson, Markus Kjellberg, Johan Olsson
4. Västerås SS, 1.55.91, 5. Ängelholms SS,

1.55.98, 6. Upsala S, 1.56.63, 7. SK Poseidon, 1.56.70, 8. Skäret SS, 1.56.90, 9. Ystads SS, 1.57.29, 10. Karlskrona SS, 1.58.54, 11. SK Neptun, 1.59.60, 12. SPIF, 2.04.32.

50 m frisim fl A
1. Louise Karlsson, Skäret SS, 26.40
2. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 27.16
3. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 27.30
4. Malin Nilsson, Malmö KK, 27.43, 5. Sofia Nylén, Borlänge SS, 27.79, 6. Rebecka Ståhl, SK Korrugal, 27.90, 7. Anneli Borvander, S 02, 27.95, 8. Bodil Pirkonen, Helsingborgs SS, 28.10, 9. Åsa Karlsson, Norrköpings KK, 28.23, 10. Anna Söderström, Upsala S, 28.28, 11. Christina Öhlund, Piteå Sim, 28.29, 12. Eva Granlund, KSLS, 28.31.

400 m frisim po A
1. Pär Helgesson, Borlänge SS, 3.59.97
2. Björn Möller, Malmö KK, 4.04.36
3. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 4.05.65
4. Mathias Ivansson, SK Laxen, 4.07.42, 5. Fredrik Letzler, Järfälla S, 4.07.96, 6. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 4.08.05, 7. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 4.11.18, 8. Marcus Kjellman, Karls. SS, 4.11.85, 9. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 4.12.31, 10. Torbjörn Adolfsson, Jönköpings SS, 4.12.75, 11. Håkan Olsson, Ystads SS, 4.14.34, 12. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 4.15.76.

100 m ryggsim fl B
1. Lia Lundqvist, Umeå SS, 1.09.84
2. Anna Gustafsson, SK Elfsborg, 1.11.25
3. Sylvia Stefanic, Ljungby SS, 1.12.59
4. Margareta Jönsson, Helsingborgs S, 1.12.94, 5. Petra Andersson, Turebergs IF, 1.13.10, 6. Cecilia Kentell, Malmö SS, 1.14.19, 7. Malin Leijon, S 77, 1.14.23, 8. Linda Engström, Bromöllaortens SS, 1.14.25, 9. Laila Bucht, Upsala S, 1.14.62, 10. Malin Skaresson, Väsby SS, 1.14.96, 11. Lisa Holmström, Trelleborgs SS, 1.15.05, 12. Ingela Asplund, SPIF, 1.16.26.

200 m medley po B
1. Anders Kroon, Upsala S, 2.13.06
2. Peter Hjerts, Kristinebergs SK, 2.17.68
3. Magnus Ohlsson, KSLS, 2.19.08
4. Patrik Andersson, Växjö SS, 2.20.84, 5. Lars Lindvall, SK Lödde, 2.20.96, 6. Peter Johansson, Trollhättans SS, 2.22.27, 7. Henrik Thuresson, Iggesunds SS, 2.22.92, 8. Lars Frölander, Borlänge SS, 2.22.95, 9. Klas Lindfors, Södertörns SS, 2.24.46, 10. Patrik Callin, Turebergs IF, 2.24.84, 11. Stefan Davidsson, Västgerås SS, 2.25.19, 12. Anders Engdahl, Växjö SS, 2.27.08.

400 m frisim fl C
1. Therese Ekstrand, Ystads SS, 4.44.16
2. Mikaela Lavrén, SPIF, 4.46.33
3. Ulrika Thuresson, SS Artemis, 4.46.90
4. Malin Strömberg, Österlen Sim, 4.47.17, 5. Louise Jöhncke, Väsby SS, 4.51.27, 6. Anna Görtz, SK Poseidon, 4.55.30, 7. Ulrika Backlund, SoIK Hellas, 4.55.86, 8. Lotta Cornelius, Ronneby SS, 4.56.22, 9. Sofia Lindström, Turebergs IF, 4.57.08, 10. Anneli Olsson, Skellefte-Rönnskärs SK, 4.57.60, 11. Angelica Ockedahl, Ängelholms SS, 4.59.24, 12. Lina Karlsson, SK Laxen, 5.08.74.

50 m fjärilsim po C
1. Robert Dolama, Växjö SS, 29.80
2. Tor Wildenstam, Solna SS, 30.00
3. Jacob Werner, Upsala S, 30.28
4. Björn Olsson, Ystads SS, 30.42, 5. Johan Andersson, Kungälvs SS, 31.31, 6. Andreas Gustavsson, Skärets SS, 31.34, 7. Fredrik Lundin, SS Artemis, 31.36, 8. Christian Edberg, Tunafors SK, 31.69, 9. Björn Hansson, SK Poseidon, 31.83, 10. Niclas Johansson, SK Elfsborg, 32.00, 11. Marcus Nilsson, Sjöbo SS, 32.23, 12. Oscar La Fleur, SK Poseidon, 34.58.

200 m ryggsim fl A
1. Veronica Svensson, Ystads SS, 2.21.66
2. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 2.22.82
3. Annika Rasmusson, Malmö KK, 2.24.64
4. Malin Håkansson, SK Triton, 2.26.47, 5. Eva Ulmander, Upsala S, 2.27.14, 6. Camilla Johansson, Växjö SS, 2.28.16, 7. Linda Barthelsson, Södertörns SS, 2.28.41, 8. Anette Ask, Skärets SS, 2.31.60, 9. Bodil Pirkonen, Helsingborgs S, 2.31.83, 10. Martina Aronsson, Spårvägens GoIF, 2.31.90, 11. Linda Sälle, MariestadsSS, 2.32.29, 12. Pernilla Björnström, SK Triton, 2.32.79.

100 m fjärilsim po A
1. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 57.99
2. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 58.42
3. Fredrik Letzler, Järfälla S, 58.48
4. Michael Alpfors, SK Ran, 59.81, 5. Fredrik Isaksson, SK Laxen, 59.87, 6. Daniel Larsson, Örebro SA, 59.95, 7. Ulf Areblad, Umeå SS, 1.00.17, 8. Fredrik Forslund, Falu SS, 1.00.44, 9. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 1.00.71, 10. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 1.00.92, 11. Petter Lindh, Jönköpings SS, 1.01.30, 12. Pierre Johansson, Kristinebergs SK, 1.02.08.

400 m frisim fl B
1. Pernilla Pettersson, Helsingborgs S, 4.38.62
2. Viktoria Gadd, Ronneby SS, 4.43.64
3. Carina Andersson, Upsala S, 4.45.19
4. Cecilia Kentell, Malmö SS, 4.47.24, 5. Jenny Larsson, Åmåls SS, 4.47.33, 6. Ingela Asplund, SPIF, 4.48.89, 7. Elin Carlsson, Ösmo SS, 4.49.27, 8. Åsa Lindhe, Sjöbo SS, 4.50.55, 9. Malin Skaresson, Väsby SS, 4.51.86, 10. Pernilla Börman, SK Neptun, 4.53.08, 11. Eva Pettersson, Säffle SS, 4.53.17, 12. Jill Pettersson, Katrineholms SS, 5.02.62.

100 m bröstsim po C
1. Magnus Bondesson, S 77, 1.13.49
2. Tor Möller, Växjö SS, 1.14.37
3. Jonas Flyghagen, Ystads SS, 1.15.73
4. Christina Ingerhed, Södertörns SS, 1.16.06, 5. David Ljung, Skellefte-Rönnskärs SK, 1.16.61, 6. Fredrik Olsson, Gävle SS, 1.17.14, 7. Tony Carlsson, Skärets SS, 1.19.13, 8. Rickard Johansson, Karlskrona SS, 1.19.17, 9. Ulrik Karlsson, Skara SS, 1.19.18, 10. Robert Dolama, Växjö SS, 1.19.69, 11. Tor Bengtsson, Nyköpings SS, 1.19.87, 12. Ferenc Habony, Ängelholms SS, 1.20.48.

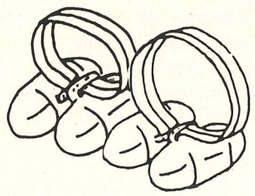
100 m bröstsim fl A
1. Louise Karlsson, Skärets SS, 1.12.53
2. Catarina Mattsson, Järfälla S, 1.13.08
3. Anna Stiberg, Umeå SS, 1.14.58
4. Johanna Karlsson, SS Stimet, 1.15.35, 5. Terese Gustavsson, SK Poseidon, 1.16.08, 6. Andrea Bolin, Kalmar SS, 1.16.14, 7. Sara Månsson, Tyringe SS, 1.17.36, 8. Jeanette Richter, Helsingborgs S, 1.17.50, 9. Anna-Karin Dahlström, SS Stimmet, 1.17.53, 10. Anne Hector, Sundsvalls SS, 1.18.53, 11. Christina Holm, Jönköpings SS, 1.18.68, 12. Erika Ståhl, SK Korrugal, 1.20.11

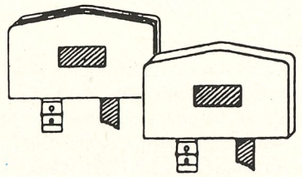
4x100 m frisim po A-B
1. Södertälje SS, 3.36.11, Dick Broman, 53.42, Nicklas Bohman, Jörgen Uusimäki, Patric Robertsson
2. Helsingborgs S, 3.37.83, Magnus Gustavsson, 55.16, Jacob Andersson, Thomas Landin, Mac Ewerthz
3. Sundsvalls SS, 3.38.33, Jocke Pettersson, 56.36, Kjell Mogren, Peter Hedlund, Magnus Frölander
4. Järfälla S, 3.38.70, 5. Upsala S, 3.41.18, 6. Norrköpings KK, 3.44.50, 7. KSLS, 3.44.62, 8. Umeå SS, 3.46.16, 9. Jönköpings SS, 3.47.15, 10. SK Ran, 3.47.20, 11. Örebro SA, 3.47.70, 12. Ängelholms SS, 3.50.76.

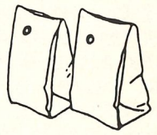
4x50 m frisim fl C o yngre
1. SK Ran, 2.01.56, Ulrika Raue, 30.47, Caroline Magnusson, Åsa Nilsson, Tina Holmgren
2. Ängelholms SS, 2.02.63, Angelica Ockedahl, 30.42, Carina Nilsson, Annika Bjärenstam, Tanja Persson
3. Limhamns SS, 2.03.41, Karolina Yngvesson, 32.82, Jennie Andersson, Magdalena Schultz, Jennie Jönsson
4. SPIF, 2.04.88, 5. SK Poseidon, 2.05.10, 6. Spårvägens GoIF, 2.05.14, 7. Landskrona SS, 2.05.54, 8. Turebergs IF, 2.07.08, 9. Ljungby SS, 2.07.42, 10. KSLS, 2.07.82, 11. Eskilstuna SS, 2.08.04, 12. SK Triton, 2.08.20

MIWEX
— SIMSPECIALISTEN —
Generalagent för ROLLO simprodukter

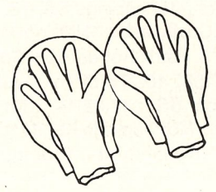
FULLSORTIMENT
FÖR ALL SIMSPORT
DIN TOTALLEVERANTÖR
FÖR BAD OCH SIMVERKSAMHET

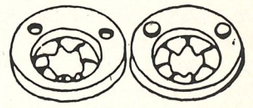

Rollo simdyna
senior & junior

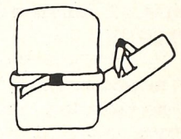

Rollo mjuk simdyna &
simdyna ENOK

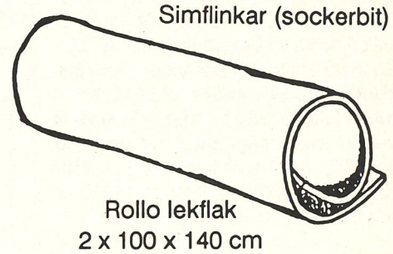

Uppblåsbara armkuddar
0 - 6 år, 6 - 12 år, 12 - vux.

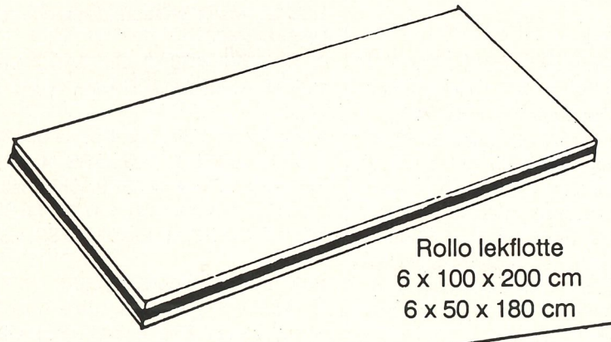
VI
HÅLLER
ER
FLYTANDE

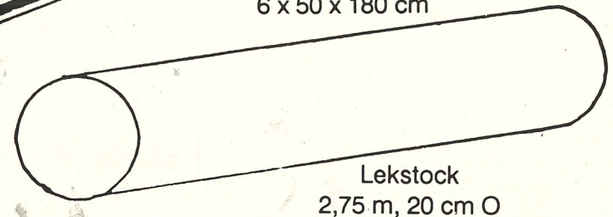

Rollo simflythandske


Simskiva Delphin
senior & junior


Simflinkar (sockerbit)


Rollo lekflak
2 x 100 x 140 cm


Rollo lekflotte
6 x 100 x 200 cm
6 x 50 x 180 cm


Lekstock
2,75 m, 20 cm O

MIWEX FRITID AB - BOX 6063 - 550 06 JÖNKÖPING
TEL. 036-14 21 55

200 m bröstsim po A
1. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.25.91
2. Niklas Bohman, Södertälje SS, 2.26.65
3. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 2.28.78
3. Lars Eriksson, Hudiksvalls SS, 2.28.78
5. Jonas Larsson, Sjöbo SS, 2.30.04, 6. Pierre Johansson, Kristinebergs SK, 2.30.57, 7. Conny Wennberg, Spårvägens GoIF, 2.30.77, 8. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 2.32.35, 9. Fredrik Isaksson, SK Laxen, 2.32.65, 10. Mikael Ottestig, Järfälla S, 2.33.38, 11. Peter Hammar, Hallsbergs SK, 2.33.72, 12. Johan Ferraro, LASS, 2.34.73.

200 m medley fl A
1. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 2.21.32
2. Catarina Mattsson, Järfälla S, 2.21.51
3. Andrea Bolin, Kalmar SS, 2.24.78
4. Veronica Svensson, Ystads SS, 2.25.50, 5. Eva Ulmander, Upsala S, 2.26.57, 6. Malin Nilsson, Malmö KK, 2.28.98, 7. Malin Johansson, Kumla SS, 2.29.20, 8. Anna Hultgren, Varberg Sim, 2.30.23, 9. Erika Ståhl, SK Korrugal, 2.30.3, 10. Jeanette Richter, Helsingborgs S, 2.30.37, 11. Martin aAronsson, Spårvägens GoIF, 2.30.44, 12. Christina Öhlund, Piteå Sim, 2.31.60.

100 m bröstsim po B
1. Peter Hjers, Kristinebergs SK, 1.09.72
2. Oatrik Andersson, Växjö SS, 1.11.87
3. Fredrik Bergljung, Karlskrona SS, 1.11.94
4. Lars Lindvall, SK Lödde, 1.12.47, 5. Henrik Thuresson, Iggesunds SS, 1.12.68, 6. Gunnar Klöintberg, Upsala S, 1.12.78, 7. Anders Kroon, Upsala S, 1.12.84, 8. Jonas Nilsson, Säffle SS, 1.14.50, 9. Henrik Norsten, Hallsbergs SK, 1.14.91, 10. Håkan Bill, SK Ran, 1.15.40, 11. Peter Johansson, Trollhättans SS, 1.15.79, 12. Jonas Bergzén, Kalmar SS, 1.16.23.

100 m frisim fl B
1. Pernilla Pettersson, Helsingborgs S, 1.00.97
2. Ingela Asplund, SPIF, 1.01.49
3. Cecilia Kentell, Malmö S, 1.01.55
4. Lisa Lundqvist, Umeå SS, 1.02.89, 5. Malin Skareson, Väsby SS, 1.03.00, 6. Carina Andersson, Upsala S, 1.03.39, 7. Viktoria Gadd, Ronneby SS, 1.03.42, 8. Anna Gustafsson, SK Elfsborg, 1.03.55, 9. Jenny Larsson, Åmåls SS, 1.03.95, 10. Tine Bengtsson, SK Team Wexiö, 1.04.86, 11. Elin Carlsson, Ösmo SS, 1.04.88, 12. Sofia Högström, KK Karpen, 1.05.29.

100 m frisim po C
1. Robert Dolama, Växjö SS, 58.94
2. Bonny Olsson, Sjöbo SS, 59.48
3. Magnus Bondesson, S 77, 59.99
4. Olof Petersson, SK Poseidon, 1.00.52, 5. Jacob Werner, Upsala S, 1.00.54, 6. Tomas Olinger, SolK Hellas, 1.00.74, 7. Johan Olsson, Limhamns SS, 1.01.60, 8. Björn Olsson, Ystads SS, 1.02.13, 9. Jonas Lundström, SK Ägir, 1.02.16, 10. Christina Edberg, Tunafors SK, 11. Tor Wildenstam, Solna SS, 1.02.55, 12. Andreas Gustavsson, Skärets SS, 1.03.00.

100 m ryggsim fl C
1. Noemi Persich, Norrköping KK, 1.11.94
2. Mikaela Lavrén, SPIF, 1.13.71
3. Marie Hanemyr, Ljungby SS, 1.15.14
4. Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.15.37, 5. Johanna Roos, SK 70 Sandared, 1.15.72, 6. Charlotta Lindgren, S 77, 1.16.74, 7. Malin Henriksson, Landskrona SS, 1.16.92, 8. Louise Jöhncke, Väsby SS, 1.17.11, 9. Anna Görtz, SK Poseidon, 1.17.68, 10. Marie Stifanic, Ljungby SS, 1.18.24, 11. Tina Holmgren, SK Ran, 1.18.44, 12. Boel Kristersson, Trelleborgs SS, 1.19.29.

100 m ryggsim po A
1. Daniel Lönnberg, 59.91
2. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 1.00.84
3. Kent Asp, SK Triton, 1.01.33
4. Joachim Eriksson, SK Ran, 1.02.39, 5. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 1.02.66, 6. Pär Helgesson, Borlänge SS, 1.02.68, 7. Peter Martinsson, KK Karpen, 1.03.18, 8. Daniel Larsson, Örebro SA, 1.03.20, 9. Thomas Landin, Helsingborgs S, 1.03.53, 10. Emil Alm, Väsby SS, 1.03.96, 11. Pierre Andersson, SPIF, 1.04.99, 12. Ola Söderholm, Norköpings KK, 1.04.94.

100 m frisim fl A
1. Louise Karlsson, Skärets SS, 57.99
2. Annika Rasmusson, Malmö KK, 59.13
3. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 59.50
4. Petra Meuller, SS Stimmet, 59.87, 5. Catarina Mattsson, Järfälla S, 59.88, 6. Malin Nilsson, Malmö KK, 1.00.02, 7. Anna Söderström, Upsala S, 1.00.07, 8. Sofia Nylén, Borlänge SS, 9. Christina Öhlund, Piteå Sim, 1.00.55, 10. Rebecka Ståhl, SK Korrugal, 1.00.78, 11. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 1.00.98, 12. Cecilia Andersson, Ängelholms SS, 1.01.53.

100 m fjärilsim po B
1. Johan Lund, Södertärns SS, 1.02.14
2. Lars Frölander, Borlänge SS, 1.02.78
3. Peter Hjerts, Kristinebergs SK, 1.02.82
4. Anders Engdahl, Växjö SS, 1.04.34, 5. Mikael Granström, Turebergs IF, 1.04.60, 6. Henrik Thuresson, Iggesunds SS, 1.05.06, 7. Magnus Ohlsson, KSLS, 1.05.25, 8. Christian Lindström, Turebergs IF, 1.05.71, 9. Martin Nilsson, Sjöbo SS, 1.05.93, 10. Magnus Rosvall, Åhus SS, 1.06.20, 11. Johan Andersson, SK Näcken, 1.06.7, 12. Urban Lindh, Deje SS, 1.07.87.

100 m medley fl C
1. Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.10.96
2. Louise Jöhncke, Väsby SS, 1.13.03
3. Anna Lilja, Vansbro AIK, 1.13.72
4. Angelica Ockedahl, Ängelholms SS, 1.13.91, 5. Anna Görtz, SK Poseidon, 1.14.74, 6. Ulrika Raue, SK Ran, 1.14.81, 7. Charlotte Närwall, Malmö SS, 1.15.15, 8. Tina Holmgren, SK Ran, 1.16.03, 9. Ulrika Thuresson, SS Artemis, 1.16.54, 10. Noemi Persich, Norrköpings KK, 1.17.05, 11. Lisa Johansson, S 77, 1.17.28, 12. Boel Kristersson, Trelleborgs SS, 1.20.5.

1500 m frisim po A
1. Björn Möller, Malmö KK, 15.57,62
2. Pär Helgesson, Borlänge SS, 16.09.58
3. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 16.25.83
4. Mattias Liljebald, Falu SS, 16.39.70, 5. Ulrik Järnö, Umeå SS, 16.40.00, 6. Mac Ewertzh, Helsingborgs S, 16.43.40, 7. Petter Lindh, Jönköpings SS, 16.48.39, 8. Magnus Gustavsson, Helsingborgs SS, 16.50.56, 9. Patrik Robertsson, Södertörns SS, 16.57.58, 10. Torbjörn Adolfsson, Jönköpings SS, 17.02.44, 11. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 17.11.77, 12. Henrik Rosenqvist, Strängnäs SS, 17.50.74.

4x100 m medley fl A-B
1. Helsingborgs S, 4.36.29, Bodil Pirkonen, 1.10.10, Jeanette Richter, Kicki Kajanne, Cecilia Svensson
2. Malmö KK, 4.36.52, Annika Rasmusson, 1.08.42, Malin Nilsson, Charlotte Linde, Linda Möller
3. Växjö SS, 4.38.12, Camilla Johansson, 1.08.31, Anna Jensen, Anna Lycke, Karin Wigert
4. SK Triton, 4.39.71, 5. Upsala S, 4.40.75, 6. SPIF, 4.43.79, 7. Skärets SS, 4.44.53, 8. Turebergs IF, 4.44.55, 9. SK Poseidon, 4.47.17, 10. Ystads SS, 4.47.27, 11. Södertälje SS, 4.49.17, 12. Eskilstuna SS, 4.52.37.

4x50 m medley po C o yngre
1. Ystads SS, 2.08.98, Jens Börjesson, 41.40, Jonas Flyghagen, Björn Olsson, Martin Kristensson
2. Sjöbo SS, 2.09.40, Andreas Lidholm, 34.08, Bonny Olsson, Marcus Nilsson, Martin Sjöbeck
3. Limhamns SS, 2.10.81, Markus Kjellberg, 33.87, Niklas Larsson, Henrik Andersson, Johan Olsson
4. Ängelholms SS, 2.11.11, 5. Södertörns SS, 2.11.37, 6. Skara SS, 2.11.49, 7. Västerås SS, 2.11.80, 8. Skärets SS, 2.11.98, 9. SK Neptun, 2.13.35, 10. Spårvägens GoIF, 2.14.64, 11. SK Poseidon, 2.15.51, Växjö SS, diskv.

200 m bröstsim fl A
1. Louise Karlsson, Skärets SS, 2.35.98
2. Catarina Mattsson, Järfälla S, 2.37.96
3. Johanna Karlsson, SS Stimmet, 2.40.66
4. Andrea Bolin, Kalmar SS, 2.40.80, 5. Anna Stiberg, Umeå SS, 2.42.34, 6. Jeanette Richter, Helsingborgs S, 2.43.27, 7. Therese Gustavsson, SK Poseidon, 2.44.56, 8. Anna-Karin Dahlström, SS Stimmet, 2.44.62, 9. Annika Remaeus, Turebergs IF, 2.46.10, 10. Christina Holm, Jönköpings SS, 2.47.96, 11. Anna-Bella Hakala, Väsby SS, 2.48.05, 12. Erika Ståhl, SK Korrugal, 2.49.4.

200 m medley po A
1. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.08.55
2. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 2.09.47
3. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 2.10.80
4. Niklas Bohman, Södertörns SS, 2.11.66, 5. Fredrik Isaksson, SK Laxen, 2.10.99, 6. Björn Möller, Malmö KK, 2.14.00, 7. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.14.15, 8. Kenneth Sääf, Solna SS, 2.15.29, 9. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 2.15.80, 10. Lars Eriksson, Hudiksvalls SS, 2.17.32, 11. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 2.18.80, 12. Magnus Ingves, Säffle SS, 2.21.15.

100 m bröstsim fl B
1. Jessica Kristoffersson, Sydsim, 1.16.26
2. Therese Dekreon, Eskilstuna SS, 1.17.64
3. Veronica Olofsson, Sanviks IK, 1.17.78
4. Linda Karlström, Norrköpings KK, 1.19.68, 5. Jessika Sjögren, Jönköpings SS, 1.19.92, 6. Nina Nilsson, Sanvikens SoHK, 1.20.18, 7. Carina Andersson, Upsala S, 1.20.40, 8. Jenny Larsson, Åmåls SS, 1.21.17, 9. Elin Carlsson, Ösmo SS, 1.22.40, 10. Gunilla Jernhall, SS Mora, 1.22.55, 11. Theres Ijäs Nilsson, SS Delfinen, 1.23.13, 12. Sofia Högström, KK Karpen, 1.24.72.

100 m frisim po B
1. Anders Kroon, Upsala S, 54.00
2. Lars Frölander, Borlänge SS, 55.78
3. Anders Engdahl, Växjö SS, 55.91
4. Magnus Ohlsson, KSLS, 56.15, 5. Klas Lindfors, Södertörns SS, 56.56, 6. Johan Smith, SPIF, 56.68, 7. Lars Lindvall, SK Lödde, 57.22, 8. Peter Hjerts, Kristinebergs SK, 57.27, 9. Jonas Brodin, Väsby SS, 57.80, 10. Urban Lindh, Deje SS, 58.07, 11. Fredrik Andersson, Kalmar SS, 58.72, 12. Christian Lindström, Turebergs IF, 58.81.

100 m frisim fl C
1. Louise Jöhncke, Väsby SS, 1.02.22
2. Jenny Engqvist, Spårvägens GoIF, 1.03.45
3. Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.03.52
4. Tina Wallgren, Sollefteå ASS, 1.04.50, 5. Therese Ekstrand, Ystads SS, 1.04.67, 6. Sofia Lindström, Turebergs IF, 1.05.07, 7. Ulrika Thuresson, SS Artemis, 1.05.12, 8. Charlotte Närwall, Malmö SS, 1.05.39, 9. Tina Holmgren, SK Ran, 1.05.47, 10. Mikaela Lavrén, SPIF, 1.05.53, 11. Tanja Persson, Ängelholms SS, 1.06.15, 12. Lina Karlsson, SK Laxen, 1.07.10.

100 m ryggsim po C
1. Robert Dolama, Växjö SS, 1.05.65
2. Tor Wildenstam, Solna SS, 1.07.93
3. Fredrik Lundin, SS Artemis, 1.09.28
4. Magnus Bondesson, S 77, 1.10.62, 5. Henrik Forsberg, Spårvägens GoIF, 1.10.75, 6. Carl Wallin, Upsala S, 1.10.80, 7. Tobias Marklund, Piteå Sim, 1.11.41, 8. Björn Hansson, SK Poseidon, 1.11.44, 9. Andreas Lidholm, Sjöbo SS, 1.12.33, 10. Tony Carlsson, Skärets SS, 1.13.54, 11. Mikael Bill, Karlskoga SF, 1.14.03, 12. Andreas Gustavsson, Skärets SS, 1.16.04.

100 m ryggsim fl A
1. Veronica Svensson, Ystads SS, 1.06.91
2. Malin Håkansson, SK Triton, 1.07.45
3. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 1.07.69
4. Camilla Johansson, Växjö SS, 1.08.18, 5. Annika Rasmusson, Malmö KK, 1.08.85, 6. Linda Barthelsson, Södertörns SS, 1.09.83, 7. Marie Lindman, SK Neptun, 1.10.25, 8. Eva Ulmander, Upsala S, 1.10.4, 9. Helena Persson, Filipstads IF, 1.10.69, 10. Anette Ask, Skärets SS, 1.10.78, 11. Bodil Pirkonen, Helsingborgs S, 1.11.08, 12. Malin Nilsson, SS Artemis, 1.11.49.

100 m frisim po A
1. Pär Helgesson, Borlänge SS, 52.05
2. Daniel Lönnberg, SK Team Wexiö, 52.56
3. Magnus Frölander, Sundsvalls SS, 52.73
4. Dick Broman, Södertälje SS, 53.09, 5. Fredrik Letzler, Järfälla S, 53.21, 6. Jacob Andersson, Helsingborgs S, 53.27, 7. Peter Martinsson, KK Karpen, 53.64, 8. Daniel Larsson, Örebro SA, 53.84, 9. Mathias Ivansson, SK Laxen, 54.10, 10. Ulf Areblad, Umeå SS, 54.22, 11. Patrik Robertsson, Södertälje SS, 54.47, 12. Roger Svensson, Brunflo Sim, 55.52.

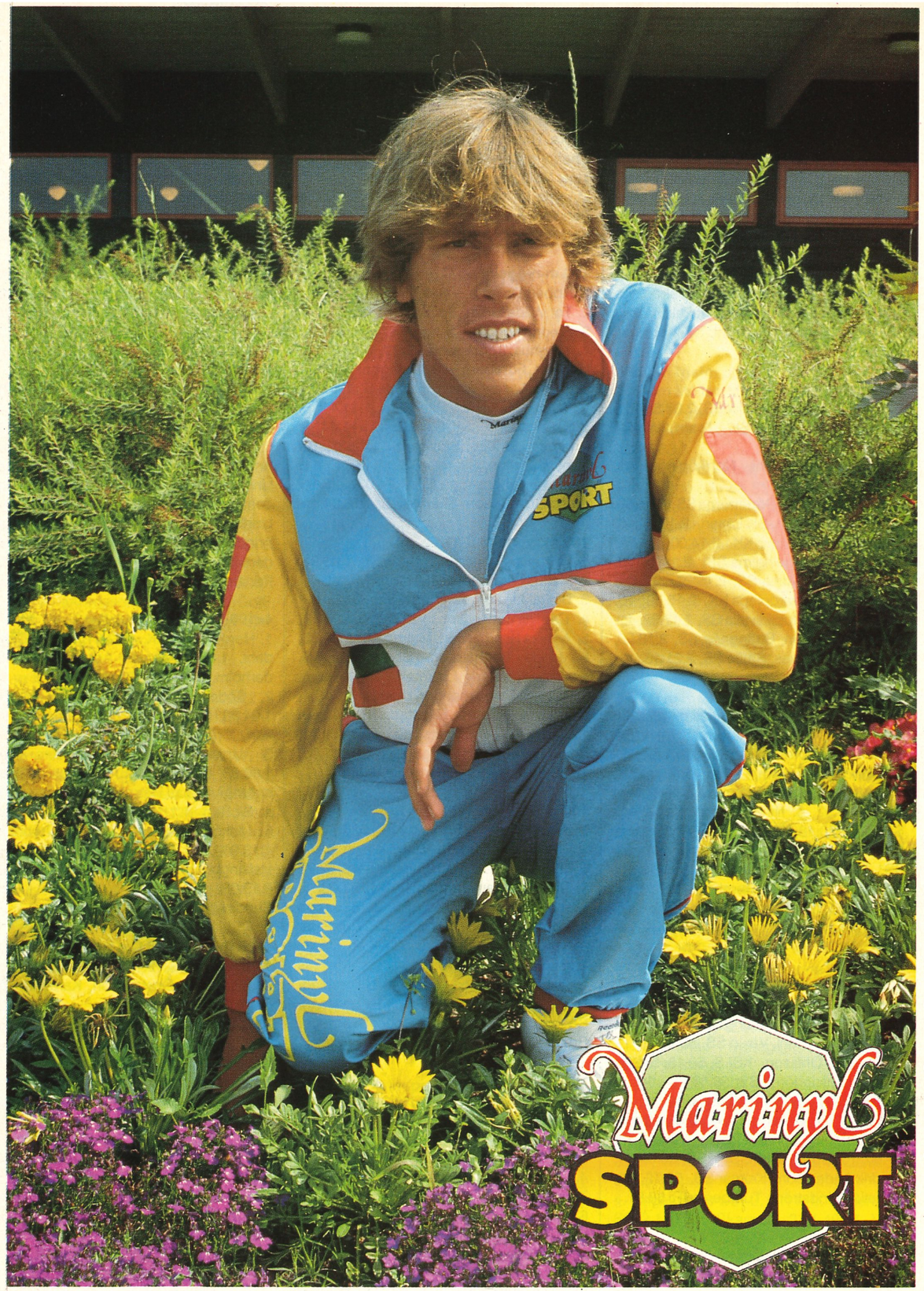
100 m fjärilsim fl B
1. Pernilla Pettersson, Helsingborgs S, 1.08.98
2. Lisa Wiklund, Sandviks IK, 1.09.51
3. Lisa Lundqvist, Umeå SS, 1.09.80
4. Malin Skareson, Väsby SS, 1.09.92, 5. Tine Bengtsson, SK Team Wexiö, 1.10.71, 6. Pernilla Börman, SK Neptun, 1.10.99, 7. Elin Weimer, Hanvikens SK, 1.11.21, 8. Åsa Lindhe, Sjöbo SS, 1.11.45, 9. Jenny Levander, Ängelholms SS, 1.11.64, 10. Jenny Larsson, Åmåls SS, 1.12.05, 11. Therese Olsén, Falkenbergs SS, 1.13.08, 12. Carola Palmqvist, SK Poseidon, 1.16.22.

100 m medley po C
1. Robert Dolama, Växjö SS, 1.06.23
2. Magnus Bondesson, S 77, 1.07.81
3. Tor Wildenstam, Solna SS, 1.08.72
4. Bonny Olsson, Sjöbo SS, 1.09.92, 5. Björn Olsson, Ystads SS, 1.10.33, 6. Daniel Svensson, Ängelholms SS, 1.11.13, 7. Björn Hansson, SK Poseidon, 1.11.25, 8. Tobias Marklund, Piteå Sim, 1.11.64, 9. Tony Carlsson, Skärets SS, 1.11.69, 10. Tor Möller, Växjö SS, 1.12.14, 11. Ulrik Karlsson, Skara SS, 1.12.92, Jacob Werner, dikv.

800 m frisim fl A
1. Malin Nilsson, Malmö KK, 9.04.39
2. Ann-Sofi Jönsson, Tunafors SK, 9.07.08
3. Linda Sälle, Mariestads SS, 9.08.08
4. Annika Rasmusson, Malmö KK, 9.13.88, 5. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 9.17.25, 6. Andrea Bolin, Kalmar SS, 9.24.02, 7. Anette Lindbom, Mariestads SS, 9.24.05, 8. Malin Johansson, Kumla SS, 9.24.29, 9. Anna Lindberg, Klippans SS, 9.24.81, 10. Petra Arinder, Sydsim, 9.25.41, 11. Cecilia Andersson, Ängelholms SS, 9.31.52, 12. Ulrika Forsberg, SK Laxen, 9.32.21.

4x100 m medley po A-B
1. Norrköpings KK, 4.02.61, Henrik Cleverdahl, 1.00.97, Joakim Adolfsson, Ola Söderholm, Andreas Wiberg
2. Södertälje SS, 4.07.98, Kai Palonen, 1.04.88, Nicklas Bohman, Patric Robertsson, Jörgen Uusimäki
3. Upsala S, 4.08.66, Anders Kroon, 1.00.38, Gunnar Klintberg, Mattias Wennström, Andreas Hägglund
4. Sk Ran, 4.11.40, 5. Järfälla S, 4.12.96, 6. Jönköpings SS, 4.13.11, 7. Örebro SA, 4.13.99, 8. SK Poseidon, 4.16.01, 9. Helsingborgs S, 4.16.95, 10. KSLS, 4.19.09, 11. Ängelholms SS, 4.23.01, Sundsvalls SS, diskv.

4x50 m meldey fl C o yngre
1. Ljungby SS, 2.16.53, Marie Hanemyr, 34.89, Jenny Gustavsson, Karolina Ydermark, Marie Stifanic
2. SK Poseidon, 2.18.91, Jelena Removic, 35.74, Helena Kubicek, Ann aGörtz, Carina Kraftling
3. SK Ran, 2.19.19, Rina Holmgren, 36.20, Carolina Nilsson, Ulrika Raue, Caroline Magnusson
4. Spårvägens GoIF, 2.19.24, 5. Limhamns SS, 2.19.46, 6. SPIF, 2.21.86, 7. Landskrona SS, 2.22.26, 8. Ängelholms SS, 2.22.90, 9. Eskilstuna SS, 2.24.13, 10. Ystads SS, 2.25.24, 11. KSLS, 2.35.42, 12. Trelleborgs SS, 2.25.81.



*"Sedan jag började med **Marinyl Sport** har jag kunnat träna betydligt hårdare och varit helt fri från förkylningar . Därför är **Marinyl Sport** en självklarhet i min satsning på OS i Söul!"*

Marknadsförs av Seaweed AB. Tel. 031-20 22 18

Godkänd av Svenska Simförbundet. Marinyl Sport är ett reg. naturmedel nr 87-5042. Har ej genomgått för läkemedel föreskriven kontroll.

TÄVLINGSKALENDER

Januari

Simning

2-3	Nordsjö Cup, 25 m, P 15/16-13, F 14/15-12,	Hirsthals, DEN
6-8	World Cup, 50 m,	Perth, AUS
6	Domus Open, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Katrineholm
7-8	Norrlandscupen, Sen, P 14, F 13,	Jämtland/Härjedalen
14-15	Älvsby-Sim,	Älvsbyn
14-15	Sundsvalls-Sim, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Sundsvall
14-15	Hellas till tusen,	Stockholm, (Hellas)
21-22	ICA-Cup,	Örnsköldsvik
21-22	Silverdoppet, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Arjeplog
22	Oxelödoppet, P 13 o y, F 13 o y,	Oxelösund
27-29	World Cup, 25 m,	Emmen, HOL
27	Boliden Sprint, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Helsingborg
28-29	Nationell inbjudningstävling, 25 m, Sen, Jun, ungdom,	Nyköping
28-29	Bessemersimmet, Sen, Jun, P 15/16 o y, F14/15 o y,	Sandviken
28-29	Ungdomstävling,	Lycksele
28-29	Nike Tour Trophy, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Helsingborg
29	Beson Cup, Sen, Jun, P 15/16-13, F 15/14-12,	Nässjö
29	Brio Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 15/14 o y,	Osby
29	Hylte Sim Cup, P 15/16-11, F 14/15 10,	Hyltebruk

Hopp

31/12-81	Diving Safari,	Harare, ZIM
3-4	Las Palmas,	ESP
14-15	Elit, London,	GBR

Konstsim

15	Sum-Konstsim, regioner 7 och 8,	Helsingborg
21	Sum-Konstsim, regioner 2 och 5,	Örebro
28	Sum-Konstsim, regioner 6,	Göteborg (S 02)

Masters

6	Hong Kong winter championship, 50 m

Polo

28	Serieomgång
29	Serieomgång

Februari

Simning

1	Schwimm-Gala, 50 m,	Hambrug, FRG
3-5	JSM, 25 m,	Norrköping
3-5	World Cup, 25 m, Coca-Cola Meet,	Paris, FRA
4-5	Norsjö, P 15/16 o y, F 15/14 o y	Norsjö
5	Jubileumscupen,	Varabygden
5	Järnia Cup,	Ulricehamn
5	Harnäs 100 tävling, Sen, Jun, Po 15/16 o y, F 15/14 o y,	Harnäs, (Gävle)
6-8	World Cup, 50 m NOK,	Berlin, GDR
10-12	World Cup, 25 m, Arena Festival,	Bonn, FRG
10-12	Nordiska Ungdomsimspelen,	Linköping
11	USF-Cupen, P 12, F 11,	Uddevalla
12	KSLS-Knatte, P 11, F 10,	Kristianstad
14-15	World Cup, 50 m, Swedish Open,	Göteborg, SWE
17-19	World Cup, 25 m,	Venedig, ITA
18-19	Freestyle Cup, Sen, Jun, P 15/16, 14, F 14/15, 13,	Stockholm, (Neptun)
19	Öpiaden distriktstävling,	Brunflo
19	Magplasket, Sen, Jun, P 15/16, F 14/15,	Lysekil
24-26	World Cup, 25 m,	London, GBR
25-26	Poznan Meet, 25 m,	Poznan, POL

Simhopp

3-5	Delphin Cup,	Oslo, NOR

Konstsim

3-5	Ludvika Synchro Open,	Ludvika
26	Sum-Konstsim, regioner 3 och 4,	Järfälla

Polo

11	Serieomgång
12	Serieomgång
21	Serieomgång
25	Serieomgång
26	Serieomgång

Mars

Simning

4-5	Korrugal Cup,	Finspång
4-5	Värnamo Simspel,	Värnamo
4	Niladoppet, P 15/16, F 14/15,	Malå
11	Stenungsdoppet, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, negativ,	Stenungsund
11	Cellbes Cup, P 14, 12 o y, F 13, 11 o y, negativ,	Sandared, (KSS)
11-12	Sponsor Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Hässleholm
11-12	Ess-Open, 25 m, Jun o y,	Eskilstuna, (ESS)
12	Mini Cup,	Kalmar
12	Trandoppet,	Falköping
12	Nya Sparbanksdoppet, Jun, P 13 o y, F 12 o y,	Kumla
12	Östersund nat. med Scandic Cup,	Östersund
12	Vårplasket, P 13 o y, F 12 o y,	Uddevalla, (USF)
12	Butler Cup, Jun o y,	Laholm
17-19	Kortbane-SM, 25 m,	Malmö
18	Holmens Cup, P 14 o y, F 13 o y,	Norrköping
19	Kycklingdoppet,	Skövde
19	Kramfors Sprint Open, 50 m,	Kramfors
19	Burträsk Cup,	Burträsk
19	Lergökasimmet, P 13 o y, F 12 o y,	Ängelholm
24-26	Konferens med Örjan Madesn, Michael Lohberg m fl,	VirginIsland, USA
25-26	7-nationers, 50 m, P 18/19, F 16/17,	Mölndal, SWE
25-26	8-nationers, 50 m, P 15-17, F 14/15,	HOL
26	Alingsåsträffen,	Alingsås
31	Landskampsclinic,	Örebro
31-2/4	CIJ Meet Lux -89, 50 m,	LUX

Simhopp

2-5	Landslag,	Leipzig, GDR
9-12	Elit,	Kiev, URS
10-12	Tränarkurs, steg 1	
17-19	Inomhus-SM,	Göteborg
25-26	Vaanto Cup,	Vaanta, FIN
25-26	Saloniki Age Group,	GRE

Konstsim

3-5	Nordisk juniorlandskamp,	SWE

3-5	Sovjet Women,	Moskva, URS
4	Sum-Konstsim, region 6,	Herrljunga
19	Sum-Konstsim, region 7 och 8,	Jönköping
31-2/4	Loano Synchro Cup,	Loano, ITA
JSM,	Herrljungaregionen	

Masters

4 Hartzer	10:e Int. Senioren Schwimfest, 25 m,	MTV Goslar, FRG
4	Kiels Internationella mastersfestival,	Kiel, FRG
18-19	Hürt, Köln,	FRG
31-1/4	3:e Int Mastera Meeting, 25 m,	Trento, ITA

Polo

11-12	Semifinalspel	
11-12	Kval till elitserien	
11-12	Landslagsutbyte med Norge, damer,	Oslo, NOR
25-27	4-nationers, damer,	HOL

April

1-2	SWE-ITA-GBR-HOL, landskamp seniorer, 50 m,	Örebro
1-2	Limhamnstrofén, Sen, P 15/16, F 14/15,	Malmö, (LSS)
7-9	Ungdomstränarkurs, beteendeämne alt. 14-16 april	
8-9	Iggesundstrofén, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Iggesund
8-9	Solar Formo Freestyle Cup, P 15/16-12, F 14/15-11,	Malmö, (Ran)
8-9	Lions Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Knislinge
8-9	Jobson Cup, P 15/16-13, F 14/15-12,	Varberg
9	Emmaboda Sim Cup,	Emmaboda
9	Golden Cup Sprint,	Göteborg, (S 02)
9	Zugol Cup,	Falun
15-16	Simlärarassistent, norr	
15-16	Bergen Swim Meet, 25 m,	Bergen, NOR
15-16	Sandaredssimmet,	Sandared, (SK 70)
15-16	Lappdoppet/Umestänket,	Lycksele/Umeå
15-16	Artemis Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Tomelilla
15-16	Malmö Meet Sprinter, 10-manna, Sen,	Malmö, (LSS)
15-16	Västsvenska Mästersskapen,	Uddevalla
16	US-lagkapperna, ungdom,	Uppsala
22-23	Simlärarassistent, syd	
22-23	SSF:s årsmöte	
22-23	Simicaden distriktsfinal	
22-23	Korsvirkessim, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Ystad
22	OLW-cupen, Filipstad	
23	Höglandsdoppet, Sen, Jun, P 15/16-12, F 14/15-11,	Nässjö
23	Sjörövarsimmet,	Göteborg, (S 02)
23	Västkustloppet, P 15/16-10, F 14/15-9,	Uddevalla, (Skäret)
29-30	3-distriktsmatch, P 15/16-12, F 14/15-11,	Umeå
29-1/5	Diana Arrow,	Göteborg, (GKKN)
30	Aranäs Cup,	Kungsbacka

Simhopp

30/3-2	Europacupen, landslag,	Zürich, SUI
15-16	B-landslag,	Amersfoort, HOL
22-23	Regionsfinaler,	Lund och Stockholm
29- 1/5	Diving Fish Cup,	Hirsthals, DEN

Konstsim

1	Sum-Konstsim, regioner 3 och 4,	Stockholm, (Neptun)
9	Sum-Konstsim, regioner 2 och 5,	Mora
15	Sum-Konstsim, region 6,	Mariestad
23	Sum-Konstsim, regioner 7 och 8,	Karlshamn
22-23	Catalina	Trofé, Borlänge

Masters

1-2	Finska Öppna Mästerskapen, 25 m,	Jyväskylä, FIN
14-16	Svenska Öppna Masters, 25 m,	Borlänge
21-23	Tyska Öppna Masters, 50 m, långa sträckor, Kiel,	FRG

Polo

1-2	Semifinalspel	
1-2	Kval till elitserien	
13-16	8-Nationers, herrar,	Marseille, FRA
22-23	Semifinalspel	
22-23	Kval till elitserien	
28-30	6-Nationers, herrar,	Århus, DEN

Maj

Simning

5-7	Ullbergstrofén,	Göteborg, (ASK)
6-7	Klippan Sim Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Klippan
6-7	Kringelsimmet, Sen, Jun, Ungdom,	Södertälje
7	Ecco Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Skara
7	Sparbanken-Cup,	Timrå
13-14	Kalottkampen, 25 m,	Reykjavik, ISL
13	Metalldoppet, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Hofors
13-15	Int Ungdomstävlingar,	Mölndal o S 02
13-14	Coop-Sam Sim, Sen, Jun, P 15/16-13, F 14/15-12.	Visby
13-15	Wella Cup, Sen, Jun, P15/16 o y, F 14/15 o y,	Täby
14-15	Mitt i prick,	Eksjö
20-21	Simicaden, regionsfinaler	
20-21	Belgian Cup, 50 m,	Liege, BEL
20-21	Eiser Cup, Sen, Jun, 50 m, P 15/16, F 14/15,	Burlöv, (Sydsim)
27	Byggcupen, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Stenungsund
27-28	Knallesim, P 15/16-13, F 14/15-12,	Borås
27-2	8 Solar Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Malmö, (Ran)
27-28	Skinnarsimmet,	Malung
28	Iso-Kaern Cup,	Kalix

Simhopp

3-7	FINA World Cup,	Indianapolis, USA
5-7	Inomhus-Sum,	Skövde
12-14	CAN-AM-MEX,	Boxa Raton, USA
12-15	Anker Cup,	Hamar, NOR
12-15	Videback,	DEN
26-28	Landslag,	Aachen FRG

Konstsim

5-7	SM,	Stockholm
28	Sum-Konstsim, regioner 2 och 5,	Fagersta
28	Sum-Konstsim, regioner 3 och 4,	Linköping

Masters

6-7	Veteransim,	Malmö, (LSS)
7-10	USA Championship, 25 yards,	Florida, USA
13-14	Alfredo Pagani 6:e Int Masters,	Rom, ITA
27	Ungerska 3rd Open Masters, 25 m,	Baja, HUN

Polo

3-4	JSM-slutspel	
12-14	EM-kval, herrar	
27	SM-final, damer	
28	SM-final, herrar	

Juni

Simning

2-4	International Meet, 50 m,	Moskva, URS
2-4	Monaco International Meet, 50 m,	Monte Carlo, MON
2-4	Sikleken, Sen, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Holmsund
2-4	Examensimmet,	Hallsberg
2-4	Filbyter Cup,	Linköping
3-4	Skogaholmsdoppet, 50 m, Jun o yngre,	Eskilstuna, (ESS)
3-4	Citadellsimmet, 50 m, Sen, Jun, P 15/16-14, F 14/15-13,	Landskrona
9-11	7-Kullars Trofé, 50 m,	Rom, ITA
10-11	Uggledoppet, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Perstorp
10-11	Kungasimmet, 50 m,	Kungälv
11	Örbyhussimmet, P 15/16-11, F 14/15-10,	Örbyhus
16-18	Svenska Simspelen, 50 m,	Falun
17	Speedo Cup, 50 m, Sen, Jun,	Mariestad
17-18	Färsingadoppet, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Sjöbo
18	Speedo Cup, 50 m, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Mariestad
18	Glasbruksdoppet, Jun, P 13 o y, F 12 o y,	Kosta
30-2/7	Juliaden, Jun, P 15/16-12, F 14/15-11,	Stockholm, (Neptun)

Simhopp

3-4	NOR-SWE, Ungdomslandskamp,	Hamar, NOR
9-11	Sju kullar, Rom,	ITA
10-12	JSM	
12-16	Centralt träningsläger	
16-18	Diving Norway Cup,	Tönsberg, NOR
23-25	Gran Premio,	Madrid, ESP
23-25	Ungdomslandskamp,	Sindelfingen, FRG

Konstsim

23-25	Mallorca Sincro,	Mallorca, ESP
31-2/7	SOC,	Oslo, NOR

Masters

2-4	3:e Super Internationella Masters, 50 m,	Stockholm, (Hellas)
17-18	4-Kampf,	Basel, SUI

Polo

3-4	SM-final, damer och herrar	
8-10	5-Nationers, herrar,	POL
16-18	5-Nationers, damer,	Todefine, ITA

Juli

Simning

7-9	JSM och EJM-kval, 50 m,	Sundsvall
8	Nat. lagkapper,	Vansbro
9	Vansbrosimningen,	Vansbro
14-16	Bockstensdoppet, Sen, Jun, P 15/16-10, F 14/15-9,	Varberg
25-27	Långbane-SM, 50 m,	Landskrona
27-30	EJM, 50 m,	Leeds, GBR
29	Ferlindoppet,	Filipstad
30	Västersjösimningen, 1500 m öppet vatten, min.ålder 15 år,	Ängelholm

Simhopp

30/6-2	Swedish Cup,	Ronneby
7-9	Elit, Graz,	AUT
12-13	Elit,	Bolzano, ITA
14-16	Utomhus-SM	ev. SWAGI
15-16	Elit,	München, FRG
21-23	Aten, GRE, ev. Barcelona Age Group,	Barceloa, ESP
22-23	Öppna Finska Masters,	Helsingfors, FIN
22-23	NM,	Hamar, NOR
27-30	Landslag, EJM-UEM,	Leeds, GBR

Konstsim

31-4/8	Masters,	Århus, DEN

Masters

31-5/8	2nd Masters Games, 50 m,	DEN

Polo

7-9	6-Nationers, juniorer	
28-30	7-Nationers, herrar,	Wien, AUT

Augusti

Simning

4-5	Ronneby Elddop, 50 m, Sen, Jun, P 15/16-12, F 14/15-11,	Ronneby
5-6	Skrinnarsim, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Östra Ljungby
6	Åsimning, 2700 m,	Nyköping
9-13	Mölndalsfestivalen,	Mölndal
11-13	Sparbankens Ålasim, Sen o y,	Åhus, (Kantar:N)
13-20	EM,	Bonn, FRG
13	MSS Cup,	Markaryd
19	Stor & Litenloppet, 50 m, P 15/16-12, F 14/15-11,	Eskilstuna, (TSK)
19-20	Scandic Hotel Simfestival, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Malmö, (Ran)
19	Kanalsimmet, motion,	Södertälje
20	Gästabudssimningen, 50 m, Sen, Jun, Ungdom,	Nyköping
20	Augusti-25:an, Sen, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Hörnefors
26-27	Sum-Sim Test, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Kristianstad
26-27	Hallsbergs Nationella,	Hallsberg
27	Fridasimmet, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y,	Vänersborg
27	Ungdomskampen,	Sundsvall

Simhopp

1-3	Master Games,	Aarhus, DEN
4-6	Utomhus-SM,	Valbo
12-20	EM,	Bonn, FRG
24-27	Ungdoms-VM,	Madrid, ESP
24-27	EM Masters,	Helsingfors, FIN
25-30	Universiaden,	Sao Paolo, BRA

Konstsim

12-20	EM,	Bonn, FRG
31-3/9	JVM, 18-15 år,	COL

Masters

12	Masters Festival, 50 m,	Malmö, (Ran)
17-20	USA Championships, 50 m,	Grand Forks, USA
31-3/9	2nd European Masters Championships, 50 m,	Åbo, FIN

Polo

12-20	EM, damer och herrar,	Bonn, FRG

September

Simning

2-3 Vågspelet, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Skellefteå
2-3 Sim a Go, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Ängelholm
3 Picasso Cup, Kristinehamn
9-10 Violsimmet, Flen
9-10 Engmo Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Kumla
9-10 Rasta Cup, Timrå
10 Sigillsimmet, Sundsvall
11-15 FINA Medical Congress, London, GBR
15-17 Simallting
16-17 Strömbadspelen, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Gävle
16-17 Electrolux Quality Race, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Hässleholm
17 USF-Cupen, P 12 o y, F 11 o y, Uddevalla, (USF)
17 Härnösim, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Härnösand
23 Gruvsim, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Kristineberg
23-24 Sum-Sim regionsfinaler, 25 m
30-1/10 Trollsimmet, Trollhättan
30-1/10 Modulent Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Tyringe
30-1/10 Linnedoppet, Älmhult
September ASCA-Clinic

Simhopp

22-24 Instruktörskonferens

Konstsim

10 Sum-Konstsim, regioner 2 och 5, Ludvika
10 Sum-Konstsim, regioner 3 och 4
16 Sum-Konstsim, region 6, Herrljunga
17 Göta Cup, Jönköping
17 Svea Cup, Hallstahammar

Masters

2-3 Open French Masters Championships, 50 m, Vichy, FRA
8-10 Tyska Mästerskapen, Bremen, FRG
29-30 14:e Hildesheimer Rose, 25 m, Hildesheim, FRG

Oktober

Simning

1-2 Delfinsimmet, Linköping
7 Knallecupen, negativ, P 13 o y, F 13 o y, Sandared, (KSS)
7-8 Flygt Cup, Emmaboda
7-8 Lödde Cup, neg. kvaltider, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Löddeköpinge
7-8 Trelleborg Open Sprint, Sen, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Trelleborg
7-8 Arena Trygg Hansa Cup, Göteborg, (S 02)
8 Tjust Cup, Västervik
8 Domus Cup, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Hudiksvall
8 FK-Swim, Falun
14-15 Sum-Sim Riksfinal, 25 m, Örebro
14-15 Sagavägsimmet, Jun o y, Åsele/Vilhelmina
14-15 10-manna, Nässjö
15 Ljusnan Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Bollnäs
21 Centrumhallen Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Stenungsund
21 GKKN Sprint, Göteborg, (GKKN)
21-22 Kalix Internationella, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Kalix
21-22 Göingeplumset, P 12 o y, F 11 o y, Broby
21-22 Luxor Cup, elit, Motala
22 Medleypokalen, Sen, Östersund
22 Nya Lions Cup, Jun, P 15/16, F 14/15, Brunflo
22 Tomeliten, P 11 o y, F 10 o y, Tomelilla
22 Sjörövarsimmet, Göteborg, (S 02)
22 Örnasimmet, Hyltebruk
27 50-manna, Stockholm, (Neptun)
27-29 Ungdomstränarkurs, naturämne
28-29 Tunafors Nationella, Sen, P 15/16-13, F 14/15-12, Eskilstuna, (TSK)
28 Öjebyspelen, Öjebyn
29 Sigfridsdoppet, Växjö
29 ICA-Cup, Njurunda
29 KBSS ungdomstävling, P 15/16-10, F 14/15-9, Kungsbacka
29 Juvelcupen, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Lysekil

Simhopp

6-8 Stavanger Cup, Stavanger, NOR
20-22 Tränarkurs, steg II

Konstsim

1 Sum-Konstsim, regioner 2 och 5, Ludvika
8 Sum-Konstsim, regioner 2 och 5, Borlänge
15 Rikscup, Fagersta
29 Sum-Konstsim, regioner 3 och 4, Stockholm, (Neptun/Järfälla)

Masters

7 4 Int. Seniorenschwimmfest, 25 m, Pforzheim, FRG
7-15 1st FINA Pan Pacific Aquatic Games, 25 m, Indianapolis, USA

November

Simning

3-5 Fantomen Cup, 50 m, Jun o y, Stockholm, (SPIF)
3-5 Veckoslutsläger, EJM-kandidater -90,
4 Allhelgonasim, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Åmål
4-5 Kalmar Cup, Kalmar
4-5 November Sim, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Eslöv
5 IV-Cup, Jun, P 15/16-9, F 14/15-8, Laholm
11-12 Simlärare, norr
11-12 Luna Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Alingsås
11-12 Sundsvalls Sprint, Sen, Jun, Sundsvall
11-12 Lilla Sälsimmet, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Njurunda
11-12 NK Final, Luleå
11-12 Sim a Go Go, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Malmö, (MS)
12 Ungdomslagkapperna, P 15/16-13, F 14/15-12, Stockholm, (Neptun)
12 US Open, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Uppsala
18-19 Simlärare, syd
18-19 Ramdalsdoppet, Sen o ungdom, Oxelösund
18-19 Hoppe Cup, 25 m, P 14 o y, F 13 o y, Eskilstuna, (ESS)
18-19 Lilla Simspelen, Borlänge
18-19 Merab Cup, Jun, P 15/16-13, F 14/15-12. Halmstad
19 Sandaredsdoppet, Sandared, (SK 70)
19 Billingesimmet, negativ, Skövde
19 Läkerol Cup, Sen, Jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Gävle
19 Sparbanken Väst Cup, negativ, P 15/16-10, F 14/15-9, Uddevalla (Skäret)
24-26 Norrländska Mästerskapen, Sandviken
24-26 Hallsbergscupen, Hallsberg
25 20-Manna, Stockholm, (Hellas)
25 Karpsimmet, P 13 o y, F 12 o y, Perstorp

25-26 Järfälla Elit, Järfälla
25-26 Kaffedoppet, Mölndal
25-26 Sparbankscupen, Ale
25-26 Medley Cup, Sen, Jun, P 15/16-12, F 14/15-11
25-26 Cloettasimmet, Linköping
26 Adventspokalen, P 12 o y, F 11 o y, Helsingborg

Simhopp

3-5 Speedo Cup, Lund
17-19 Fantomen Cup, Stockholm

Konstsim

3-5 Trygg Hansa Synchro, Göteborg
18-19 Sum-Konstsim final, Ludvika

Masters

18 Copenhagen Åben Masters, 25 m, Köpenhamn, DEN

December

Simning

2 AC-Kuppen, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Malå
2 Håsten Cup, Sen, Jun, P 15/16-9, F 14/15-8, Varberg
2 Juldoppet, Strömstad
2-3 Team-RM, (Björn Borg Trphy), Norrköping
2-3 Julklappsplasket, Ljungby
2-3 Decemberspelen, Uleåborg, FIN
2-3 Fritidscupen, P 14 o y, F 13 o y, Ystad
2-3 3-distriktsmatch, Närke
9-10 NJM, 25 m, P 15/16 o y, F 14 o y, Villmarstrand, FIN
9-10 Europacupen, Sabadell, ESP
9-10 Kvantum Cup, Luleå
9-10 Julklappsdoppet med Stockholm Sprint Open, Stockholm, (Spårvägen)
10 Domus Cup, Hofors
10 Juldopp, Göteborg, (GKKN)
10 Juldopp, Askim
15-17 World Cup, 25 m, Toronto, CAN
16-17 Speedo Cup, 50 m Sen o y, Västerås
17 Dollarsimmet, Askim
18-20 World Cup, (US Open), 50 m, USA

Simhopp

2-3 Synchro Cup, Karlsruhe, FRG
9-10 Trofeo Martini Rosso, Turin, ITA

SIMKALENDERN 1989

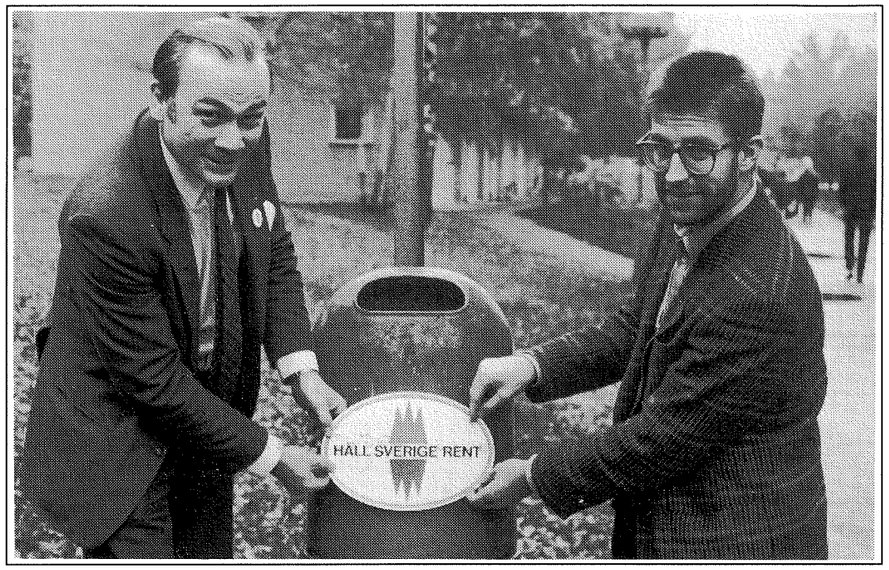
Svenska Simförbundets kalender med fakta om förbundet, distrikten, föreningarna, kommittéerna finns färdig. I år med särskild kalenderdel och tävlingskalender. Beställ ditt eget exemplar från Simförbundet, Idrottens Hus, 123 87 Farsta, Tel 08-713 60 00.



God Jul
och
Ett Gott Nytt 1989
tillönskas alla

Idrotten bidrar till miljön
STÖRSTA STÄDINSATSEN NÅGONSIN

Idag finns det statistik på vad som oroar oss svenskar mest. Det är inte krig, fattigdom eller svält. Inte arbetslöshet eller höjda skatter. Nej, det som oroar oss mest är miljöproblemen. Nu har Sitftelsen HÅLL SVERIGE RENT och POOL 2TUSEN träffat ett unikt samarbetsavtal som kan bli startskottet till ett större miljöansvar hos hela svenska folket.



Sören Norrby, VD i Stiftelsen Håll Sverige Rent och Håkan Svanberg, projektledare för STÄDA SVERIGE-kampanjen, har träffat ett unikt avtal genom vilket svensk idrott kan tjäna stora pengar på aktiva insatser för miljön. Foto: Erik Stenfors

STÄDA SVERIGE heter projektet, som kommer att bli, den största, svenska städinsatsen i Sverige - genom tiderna. Hela Riksdagshuset - (ca150.000 kubikmeter) skall fyllas - bildligt talat med skräp, tomflaskor, bilbatterier, metallskrot m.m.

Och i vår ska 200.000 medlemmar från Poolens 15.000 idrottsföreningar under fyra veckor städa Sverige från Skåne till Norrbotten!

Projektet ligger "rätt" i tiden. Här finns enorma publicitetsmöjligheter för Poolens alla idrotter. Men dessutom kan STÄDA SVERIGE ge mycket stora intäkter till Poolens förbund och föreningar.

20 miljoner till idrottsföreningarna är målet för projektledaren Håkan Svanberg. Det är kommuner, vägförvaltningar, lokala företag och privatpersoner, som skall betala städningen. Dessutom hoppas Pool 2Tusen kunna dra in 5-8 miljoner i form av olika sponsorsamarbeten! Nu förhandlar projektledningen om avtal och kontrakt och Pool 2Tusen återkommer med en utförligare rapport om dessa.

Så här kan det se ut

Tyngdlyftare, dragkampare och varpakastare lyfter riktigt "skrot". Bilsportare tar rätt på en del av de ca 1 miljon uttjänta bilbatterier som finns i garage och lador på parkeringsplatser - t o m ute i naturen. Kanotister, roddare och båtsportare städar stränderna.

Gångarna jagar skräp längs vägkanterna och sportdykarna går till botten med nedskräpningen, så att säga.

Tanken är att alla idrottsförbunden skall medverka i STÄDA SVERIGE.

Det väsentliga är att man utnyttjar - idrottsgrenarnas specialiteter. På det här sättet blir också STÄDA SVERIGE ett "nytta med nöjeprojekt". Här kan man visa upp udda och spännande idrotter, samtidigt som man samlar Sveriges största skräphög. Och det är här de stora publicitetsmöjligheterna ligger. - Vi kommer att synas och höras, var så säkra på det, säger man på Pool 2Tusen.

Lokala STÄDA SVERIGE-kontor

Både företag och privatpersoner skall kunna ringa till lokala STÄDA SVERIGE-kontor och beställa allt från röjning av industriområden till vindsstädningar. "Ring så städar vi ..." Givetvis alltid mot betalning till den lokala föreningen!

- STÄDA SVERIGE-kampanjen ska minska nedsräpningen radikalt, säger Sören Norrby, ansvarig för Håll Sverige Rent.

Nedskräpningen är inte alls den värsta miljöförstöringen, men den onödigaste. Och alla som ställer upp och städar blir ambassadörer för Ett Reanre Sverige.

Bakom städa Sverige står de 47 förbunden. Nu hänger det på engagemang, vilja och genomförandeförmåga hos Poolen själv, specialförbunden, föreningarna och medlemmarna.

Information

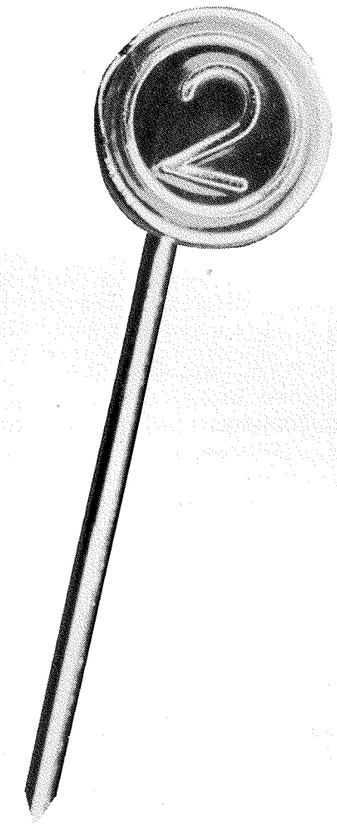
I januari går en kampanjhandledning ut till idrottsföreningar, kommuner, vägverk, skolor och renhållningsverk. I nästa steg planeras en turné över hela landet för att sammansvetsa och organisera arbetet - och för att möta pressen.

Därefter följer en annonskampanj en till två veckor före kampanjstarten som är den 15 april 1989. Boka redan nu tid under kampanjveckorna för din och föreningens miljövårdssatsning.

POOL 2TUSEN

(Simförbundet är ett av specialförbunden som är med i Pool2Tusen)

NU GÄLLER DET ATT VI STÄLLER UPP – EN FÖR ALLA, ALLA FÖR EN!



Pool 2Tusen

– en unik sammanslutning av 47 idrottsförbund med 15 000 föreningar och 1,2 miljoner medlemmar! Vi arbetar med att få in pengar till våra idrotter så att vi kan bli ännu fler och ännu bättre.

Vi har varit igång i ett halvår och vi har redan fått stor uppmärksamhet i pressen.

Nu ska vi börja synas över hela landet – vi förbereder en hel del spännande aktiviteter!

Först och främst Pool 2Tusen-nålen som ska ge oss grundplåten i vår verksamhet.

Av varje nål som säljs, går hälften, **tio kronor, direkt till föreningen.** Andra hälften går till poolen. Efter avdrag för kostnader för tillverkning, marknadsföring och en fond för framtida tillväxt utbetalas sedan överskottet, årligen och lika, till poolens alla 47 förbund. Att användas till det de känner mest behov av.

Om 100 medlemmar i din förening säljer 10 nålar var till släkt, vänner och bekanta så får ni 10 000:– kontant. Finns det något bättre sätt att få pengar i kassan?

POOL 2 TUSEN

STUREGATAN 58, S-114 36 STOCKHOLM
TEL. 08-666 98 64, FAX. 08-660 93 54

Sidan sist ...

Pelle och Stina år 2000.

Pelle och Stina är två helt vanliga ungar. De tycker om att bada och leka med vatten. Eftersom Sverige är fullt med bad och bassänger har de alltid nära till vatten. De lärde sig att simma ganska tidigt och är säkra i vattnet. I sommar skall de båda, oberoende av varandra, ta ännu fler simmärken. De fyller nio år nu i vår och börjar i tredje klass till hösten.

Då har de sommarens simning i färskt minne och ställer givetvis upp när klassen skall simma i "Bästa 3:an". Båda simmar bra och den lokala simklubbens representant är ovanligt altert och värvar båda till klubbens teknikskolegrupp. Pelle och Stina lär sig snabbt och får också vara med i GB-simmet på klubbnivå. Som tack får de glass och ett diplom. Pelles pappa tycker att Pelle får för lite träning och tränaren ger med sig. Pelle börjar träna tre timmar i veckan.

Så rullar det på. Pelle blir allt bättre av all träning. Han och hans tränare finner också att det alltid finns ett trappsteg till att kliva upp på. Pelle är med i Simiaden, både i distriktet och på regionsnivå. I Sum-Sims regionstävling får han lön för all träning och placerar sig i toppen. Träningsdosen har höjts väsentligt och han har också inspirerats av de svenska simframgångarna, främst genom Anders Holmertz dubbla guld, vid de Olympiska Spelen i Barcelona under sommaren.

När sedan regionsfinalen för Sum-Sim avgörs i december vinner Pelle de fyra grenar han ställer upp i.

Stina har tagit det betydligt lugnare. Efter GB-simmet fortsatte hon att simma ett par dagar i veckan. Hennes föräldrar tyckte det var bra att hon hade något att syssla med vid sidan av tennislektionerna.

Åren går och Pelle simmar alla sina Sum-Sim. Stina har upptäckt att det är i simklubben hon har alla sina kompisar. När hon upptäcker att hon orkar mer, både i bassängen och i skolan, inleder hon en tävling med sig själv. Hon börjar tävla mot sina egna personliga rekord. De rekord som hennes tränare har i sin pärm. Stina känner av glädjen när hon lyckas och går allt oftare till simhallen.

Hon får följa med på läger och börjar sätta upp andra mål. När hon fyllt 15 simmar hon sitt första och sista Sum-Sim. Det går mycket bra och hon spänner nu bågen mot JSM 1996. Hennes föräldrar har under tiden undrat vad det varit i simklubben som fått Stina att sluta med nästan allt annat. De upptäcker att det också finns något för dem och utbildar sig till funktionärer och motionsledare. Sedan får de ta hand om en "Simlekisgrupp" och en vattengymnastikgrupp för pensionärer, som klubben sköter.

Pelle kan inte öka sin träning mycket mer. Han står nu på trappsteget till JSM och har också kvalat in till SM. Men det börjar ta emot. Han har trots all träning svårt att förbättra sina tider och han tycker tjatet hemifrån är jobbigt. Hans pappa har alltid klagat på allt som görs i klubben och kräver mer av Pelle. Ändå har hans pappa aldrig tid att hjälpa till. Eftersom Pelle tränade så mycket när han var yngre har han också missat en del i skolan. Simningen är inte rolig längre.

Där står våra simmare, Pelle och Stina, i slutet 1996. Båda är 16 år fyllda. De har haft stora upplevelser av OS i Athen och Stina är fylld av tillförsikt. Hon börjar arbeta på allvar för att vara med i toppen om ytterligare fyra år. Pelle är trött på simning och vill lägga av.

En träningskväll när han kommer sent upptäcker han att pololaget skall träna. Han tar chansen att vara med och har snabbt hittat något nytt. All hans simträning kommer till sin rätt och som medlem i en annan typ av lag känner han mindre krav. Snart spelar han i A-laget och vid EM 1997 får han chansen i landslaget. Under tiden har Stina simmat juniorlandskamper och även provat på seniorlandslaget. Hon känner sig säker nu och vet att hon ändå har mer att ta av. Vid VM 1998 har hon klättrat upp på näst översta trappsteget på simtrappan och får följa med till Egypten där VM simmas. Nu återstår bara två år till 20-årsdagen.

Pelle och Stina och deras föräldrar har alla hittat något vettigt inom simningen. En bilolycka fick Pelles pappa att tänka om när han efter sjukhusvistelsen började simma för att få tillbaka krafterna.

När det blivit klart att Kina skall arrangera OS i Peking ser både Pelle och Stina chansen att få vara med. Pololandslaget har, under över alla under, tack vare den satsning som skedde i slutet av 1980-talet blivit ett av Europas bästa lag och har således kvalificerat sig till OS. Pelle ser en dröm gå i uppfyllelse.

Stina, som varit bofast i landslaget sedan några år jobbar som aldrig tidigare och satsar två år på heltid med simningen. Tack vare IBM och deras sponsorpengar som kommer efter prestationerna har hon råd att göra så. Satsningen ger rrsultat och trots mycket tuffa kvaltider, en kvarleva från OS 1992, får hon klartecken av nya SOK.

Så en dag står de där båda vid OS-bassängen i Peking. Det är två dagar kvar till första start för Stina och Pelles landslag skall spela sin första match i morgon. Mot Nigeria, som vann den afrikanska kvalturneringen i finalen mot Nya Sydafrika. Eftersom de träffats på allvar ett par år tidigare i samband med ett läger för polospelare och simmare har ljuv musik uppstått dem emellan.

Pelle är den som bryter stämningen vid torget i OS-byn:

- Är det inte fantastiskt vad simningen ställt till med för oss båda? Jag menar att under mer än tio år så har det alltid funnits något att göra. Det har funnits naturliga steg i utvecklingen oavsett hur bra vi simmat.

- Javisst. För varje år har något nytt väntat och det har aldrig varit slut på upplevelser. Nu sitter vi här och om fyra år är det OS igen, svarar Stina.

Framför TV:n i den svenska sommarnatten väntar en pensionerad förbundskapten på höjdpunkterna från ett OS som snart skall starta. Han är mycket nöjd för aldrig tidigare har Sverige skickat en större simtrupp till ett OS. Och aldrig tidigare har de varit så bra. Åtskilliga mil därifrån sitter den före detta förbundskaptenen för juniorerna framför sin TV och tänker på hur väl de flesta i simlandslaget simmat uppför den trappa som de beslutade om för så många år sedan.

- Låt mig se nu, tänkte de nästan samtidigt, var det inte i Skövde hösten 1988 som vi beslutade om det nya simmaråret. Jo, eller var det 1989. Skit samma. Det blev i alla fall bra.

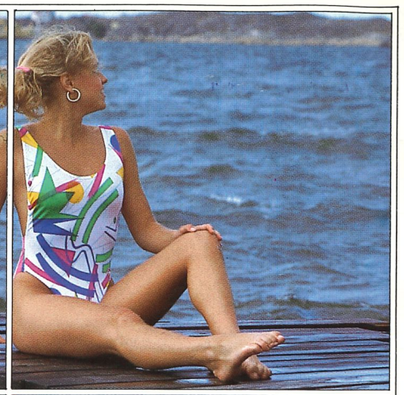
Lars-Åke Lindqvist

Valhallabadet

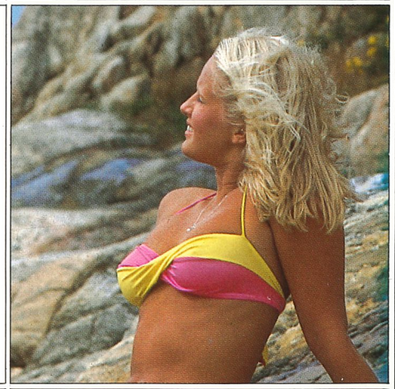
Valhallabadet bjuder svenska simeliten välkommen till en nybyggd 50-meters tävlingsbassäng i samband med SM-simningarna 31/7-5/8.

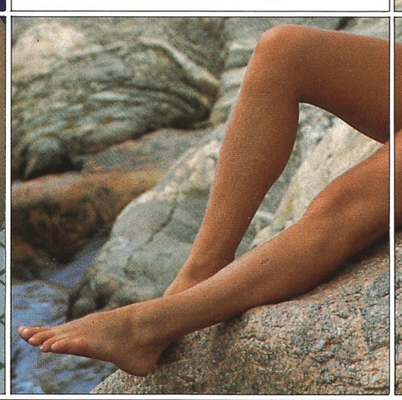
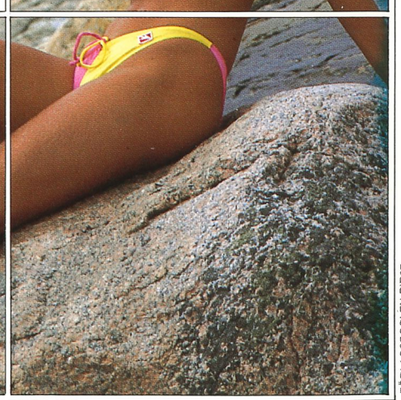
Fritid GÖTEBORG







LANDSLAGET
SIMMAR I
RUE ROYALE
DIANA
sport




FÖRLAGSPOOLEN PIR87
GENERALAGENT, Craft Gruppen AB Box 74, 501 02 BORÅS, Tel. 033–10 20 40