UTGIVARKORSBAND
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Idrottens Hus
123 87 FARSTA

Marknadsförs i Sverige av
handic Sport
Box 156, 421 22 V. Frölunda,
tel. 031 - 45 01 80

arena
Officiell leverantör till
OS i Moskva -80.

MELLERSTA SKÅNES OFFSETTRYCKERI AB
HÖRBY
1980

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET



BABIES UTVECKLAS till mera harmoniska barn om de i spädbarnsålder får bada och lära sig simma. Det visar sensationella forskningsresultat, vilka presenteras i stort Simsportsreferat (Foto: Göran Buhre)



EXTRA OM SIMMOTION

Det här numret av Simsport har ett stort inslag av simmotion. Det är simmotionskommittén (SMK) som berättar om sina tankar och en del av vad som förverkligats. Bilden är hämtad från vattengymnastik i Skärblacka.

Premiär för
Svenska SIM SPELEN

Första Simspelen, se sidorna 22-24.

Hej!

Vi på Svenska Lloyd Resebyrå ordnar regelbundet gruppresor till träningsläger och tävlingar utomlands för idrottsföreningar.

Vi har nu fått en ny medarbetare i Susanne Mattsson. Susanne, som varit aktiv simmare i 7 år (f d GKK/Najaden), har varit med på många simläger - både bra och dåliga - bland annat i Norge, Danmark, Väst- och Östtyskland, Benelux, Österrike, Tjeckoslovakien, Polen, Italien, Spanien, Bahamas och USA (där hon bodde 1 år i Californien).

Med Susannes hjälp och erfarenhet lägger vi nu upp arrangemang som verkligen passar svenska simklubbar, elit- eller ungdomssimmare vid bra simanläggningar, där de små viktiga detaljerna klaffar.



Ring Susanne 031-13 86 08

När Du eller Din klubb planerar resor och läger, så hör av Dig. Vi ska ge förmånliga och intressanta förslag på resor och inkvartering till rätt pris.

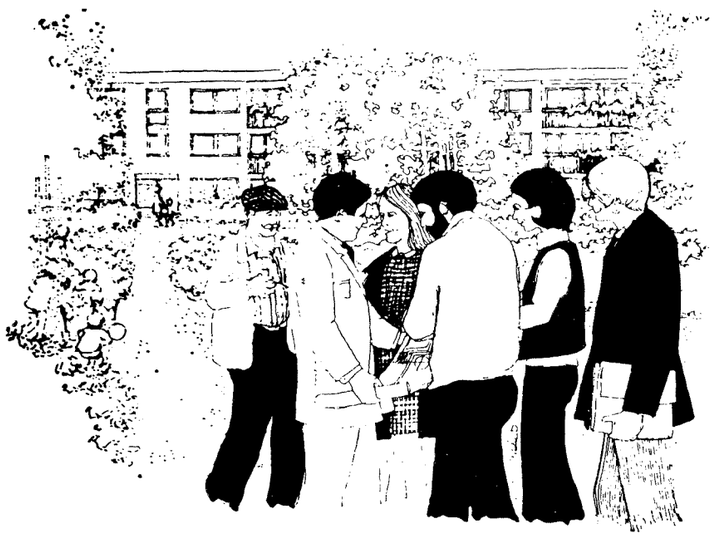
Vår resebyrå finns i Stockholm, Göteborg och Malmö. Vill Du prata om träningsläger och resor så ring Susanne i Göteborg på tel. 031-13 86 08 eller sänd en rad till Svenska Lloyd, Box 277, 401 24 Göteborg.

Välkommen med Dina förfrågningar!

031-17 08 40

SVENSKA LLOYD

Södra Hamngatan 2 (Palace Huset) Öppet: Må - Fr 9 - 18



Vi grannar . . .

vi äger
vi bestämmer
vi trivs
vi bor bra
vi bor bostadsrätt

Du är också välkommen!

RIKS BYGGEN

RIKSBYGGEN

Distriktskontoret i Västerås
Blomstergatan 5 - Tel. 021/14 44 60

SVENSKA SIM-FÖRBUNDET 1904

SIMSPORT

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Idrottens Hus, 123 87 Farsta
Tel. 08/713 60 00
POSTGIRO 5 24 94 - 2

Ansvarig utgivare:
ÅKE ELMSÄTER
Tel. 08/713 60 00

Redaktör:
ROGER STARK
Enebrovägen 14
633 47 Eskilstuna
Tel. bost. 016/14 63 48

ISSN 0346-1084

Nr 2 — 1980 — Årgång 35

Utkommer med 12 nr/år

Prenumeration:

Helår 55:-
Utlandet 60:-

Insättes på postgiro
"Tidskriften Simsport"
postgironummer 55 37 02 - 2

MANUS-STOPP

Manus till Simsport nr 3 1980 måste vara redaktionen, Enebrovägen 14, 633 47 Eskilstuna, tillhanda senast 10 mars.

Manuskript till Simsport nr 4 1980 skall vara redaktören tillhanda senast 4 april.

SIMMA på 80-talets motionsvåg!

Simförbundet har ju som specialförbund i simidrott ansvar för simningens totala utveckling. En stimulerande utmaning - och ett ansvar som förpliktar!

Men ärligt talat - visst har vi mycket "gratis".

Simning är ju den totala idrotten som i stort passar alla - "från vaggan till graven" - oavsett kön eller fysiska förutsättningar. Flera undersökningar - såväl kommunala som rent kommersiella - visar att simning är den mest attraktiva idrotten av alla för flickor och den omkring 5:e mest attraktiva för pojkar.

Rapporten från TRIM-konferensen oktober 1979 visar att bland "de vanligaste fysiska aktiviteterna under fritid i 20-årsåldern" kommer simning på 4:e plats för flickor (efter sällskapsdans, cykel, promenader på väg) och på samma plats även för pojkar (efter sällskapsdans, fotboll, bordtennis). Sammanslaget flickor/pojkar kommer alltså simningen på första plats - om man ser det snävt ur specialförbundssynpunkt.

DET SPONTANA INTRESSET FINNS ALLTSÅ - nu gäller det bara att samla och systematisera det stora kunnande som finns inom simföreningar-SDF-förbund, samt att föra ut budskapet om simningens alla positiva egenskaper till såväl allmänhet som till "samhällsplanerarna" och olika beslutsfattare - ATT OFFENSIVT MARKNADSFÖRA SIMNINGEN.

Av flera naturliga skäl har simklubbarnas verksamhet hittills varit klart ungdomsinriktad. Även om vi vet att mer än 50% av våra föreningar idag bedriver organiserad simmotion i någon form så finns oändligt mycket mer att göra för såväl vuxna som pensionärer. Detta måste vara en angelägen uppgift ur såväl friskvårds- som säkerhetssynpunkt. Vi vet att varannan svensk idag ej skulle klara ett olyckstillbud typ fall från båt, fall från brygga på djupt vatten etc. Så även om vi lärt oss simma "någon gång i barnaåren" så behövs det **regelbundet** "badande" för att upprätthålla simkunnigheten. Här kan våra föreningar genom att erbjuda en omväxlande, "aptitretande" matsedel på olika motionsaktiviteter göra en betydande insats - för såväl individ som samhälle.

Tänkbara målgrupper för simklubben:
- simkunniga vuxna i föreningsverksamheten
- simkunniga vuxna genom öppen verksamhet
- ej simkunniga barn och vuxna, alla kategorier

Ställer vi upp på målsättningen för "Idrott -80" - 2 skall bli 3 - självfallet! Men här krävs betydande insatser från samhällets sida. Den "trånga sektorn" för vår del är ju tillgången på inomhusbad och temp utomhusbad. Här måste kommunerna se till att tillgängliga bad är öppna när "folk vill bada" - på vissa platser har man ju stängt en del kvällar, dagar eller helger när många skulle vilja bada. Dessutom måste fler anläggningar byggas - och vattentemperaturen hållas på en "badvänlig" nivå. I det senare fallet är vi inte alls oroliga efter de uppvaktningar vi nyss gjort hos såväl Svenska Kommunförbundet som Energisparkommittén. Att stänga bad eller sänka temperaturen - så att folk inte badar - är ett dåligt sätt att utnyttja de investeringar kommunerna gjort i sina badanläggningar.

Kommunförbundet ansåg att det var på andra områden än att sänka vattentemperaturen som åtgärder måste vidtagas.

Energisparkommittén hade samma grundsyn, nämligen att "våra besparingsåtgärder får ej ha någon negativ effekt på verksamheten".

Detta låter onekligen förhoppningsfullt.

Läs det här numret av Simsport, begrunda de olika motionsuppslagen men framför allt - tag upp en diskussion i klubben vad just ni kan göra.

Optimism och kampglädje har alltid kännetecknat svensk simning. Låt oss arbeta vidare i den andan mot de, i vissa klubbars fall, nya och vidgade arbetsuppgifter som väntar.

Samverkan med andra organisationer/klubbar ger oss större möjligheter att nå vårt övergripande mål "simidrott åt alla efter var och ens behov".

Lycka till!

ÅKE ELMSÄTER

Arrangera ”långsimning” i lokal klassiker!

Vansbro AIK instiftade 1971 diplomet ”En svensk klassiker”, som omfattar fyra konditionsidrottsgrenar: Vansbrosimningen 3 km, Lidingöloppet (löpning) 30 km, Vasaloppet (skidor för herrar) 85 km, Engelbrektsloppet (skidor för damer) 60 km och Vätternrundan (cykel) 300 km. Varje gren ska avklaras inom en tvåårsperiod för att man ska få diplomet, som hittills erövrats av över 3 000 personer.

De fyra idrottsarrangemangen, fem med damernas Engelbrektslopp, samlar alltflera startande varje år och klassikerdiplomet (liksom även delgrenarna) framstår som en verklig morot för motionsidrottare.

ÖKAR I ANTAL

Idén om Klassikerdiplom har de senaste åren - ”tänt” idrottsledare på det lokala planet. Kommunarrangemang (typ Sala Klassiker Diplom) ökar i antal och deltagandet i delgrenarna samlar, precis som rikskassikern, allt flera. Dessa förbereder sig i skogen, på vägarna, på isen och i vattnet för att erövra diplomet för kommunklassikern. Här har simsporten chans att få vara med som en del av tre-fem grenarna.

Hela sju grenar har Korpstjärnan i Eskilstuna, där Korpen och Eskilstuna-Kuriren står som arrangör, men bara fem behöver klaras av under året.

- Intresset ökar undan för undan. 1977 var det 84 som klarade minst fem av grenarna, året därpå 180 och 1979 var det 251, berättar Eskilstuna-Korpens ordförande, Lennart Andersson.

- Och vår Korpstjärna har blivit vårt ansikte utåt i kommunen. 1980 har verkligen börjat bra då 888 personer deltog i Skridskorundan, mera än en fördubbling från förra året, säger Lennart Andersson.

En uppmaning till landets simklubbar, som vill vara med i en växande del av motionsvägen blir:

- **arrangera ett årligt långlopp**
- **kontakta grenföreträdare för andra idrotter och diskutera klassikeridén.**
- **ta kontakt med andra långsimsarrangörer för att ta del av deras erfarenheter.**

Går det vägen bildar en klassikerkommittée, där grenidrotternas representanter, lokaltidning och eventuell sponsor deltar i planeringsarbetet.

KANSKE I BASSÄNGEN

Fem av de cirka 20 simklubbar som är med i lokala klassiker finns med i rutan på nästa sida. En sjö- eller åsimning kräver säkerhetsansvar, sjukvårdspersonal, följebåtar m.m., och innebär en hel del förarbete.

De senaste årens sommarväder har också inneburit att många anmälda dragit sig ur av rädsla för vattentemperaturen. Motionären, och även elitsimmaren, som tillhör det ”spinkiga gardet” får det också besvärligt att genomföra kallvattenslopp. Här hjälper inte enbart bra kondition.

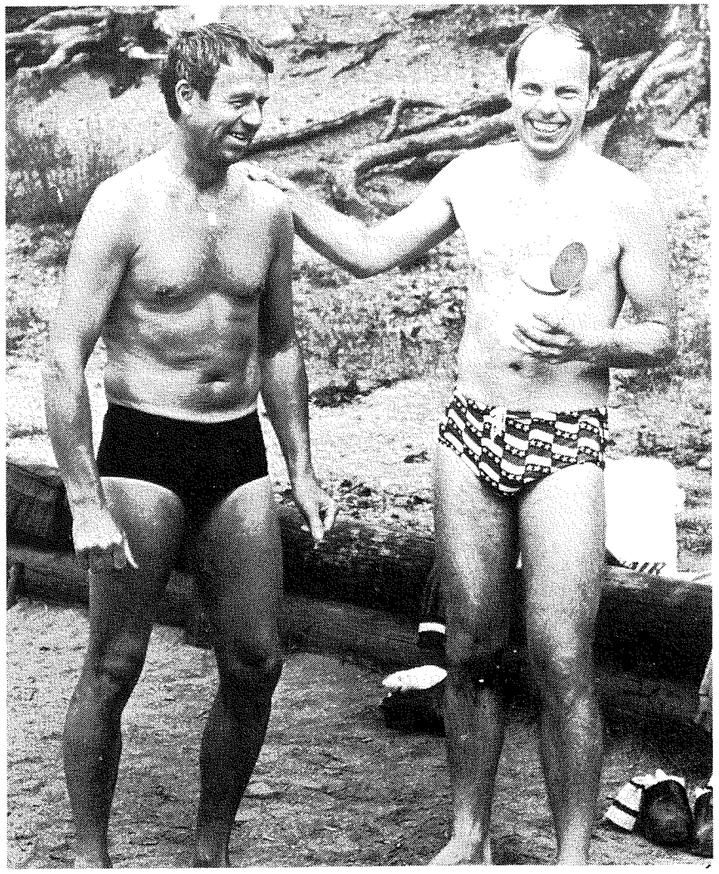
Den tempererade bassängen blir här en utväg för simföreningar, som inte mäktar att arrangera ett årligt vikingaprov i å eller sjö.

En simning i tempererat vatten välsignas också av ”skinn-och-ben-motionären”.

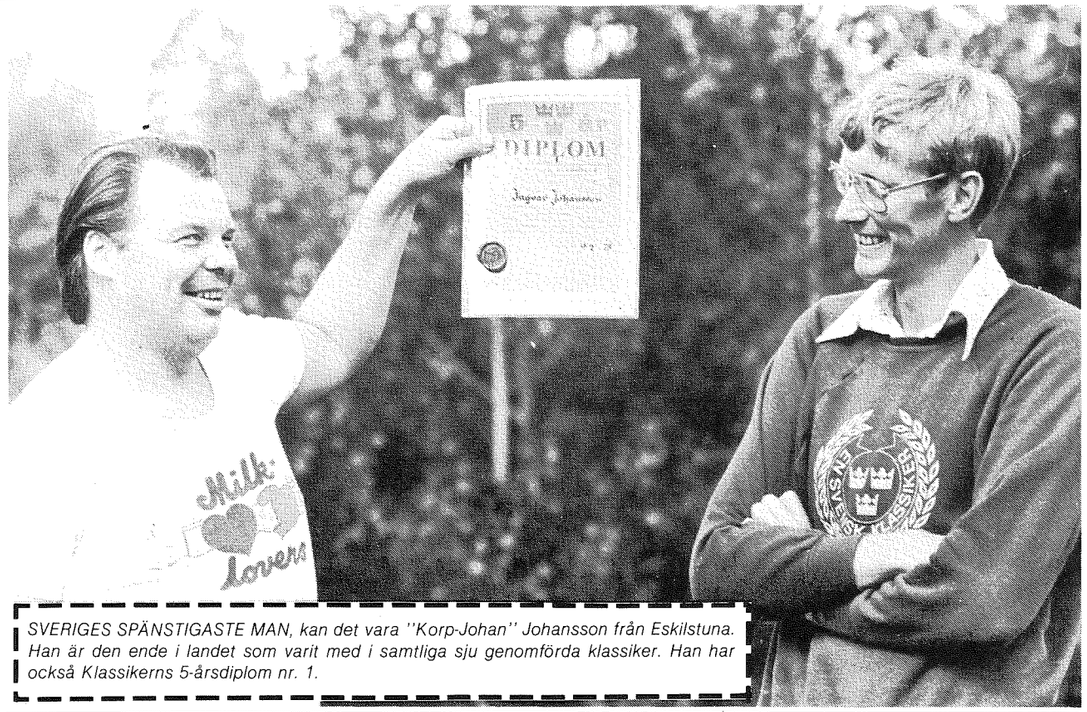
De lokala Korpidrottsföreningarna hjälper gärna till med PR och annat vid klassikerarrangemang på flera platser. Korpen har en bra kontakt med kommunens större arbetsplatser.

Säkerhetsdetaljer och regler vid kallvattensarrangemang har oftare diskuterats senaste tiden. Resultatet av dessa diskussioner redovisas av Åke Elmsäter i seperat artikel.

Det tål att åberopas: Här har simsporten en möjlighet att vara med som en av de stora konditionsidrotterna - som simning rättmätigen är!



EN VILJA UTÖVER det vanliga har Bengt Persson (tv) visat. Bengt är blind, men kämpade sig igenom samtliga klassikergrenar under 1979. Här får han hjälp med ”fettinsmörjning” av Jan Borg inför Vansbrosimningen. (Foto: Roger Stark)



SVERIGES SPÄNSTIGASTE MAN, kan det vara ”Korp-Johan” Johansson från Eskilstuna. Han är den ende i landet som varit med i samtliga sju genomförda klassiker. Han har också Klassikerns 5-årsdiplom nr. 1.

Varbergs Klassikerdopp

Den 12 augusti var det premiär i Varberg för klassikerdoppet, ett motionslopp på 1500 meter. Simningen var avslutande gren i den nyinstiftade Varbergsklassikern, där övriga ingående grenar är Jubiléumsloppet på cykel 90 km, samt terränglöpningen Banvallsloppet, 20 km.

Tider och regler för de skilda arrangemangen är noggrant inplanerade av Klassikerkommittén, som lagt ner mycket arbete på att få allt att flyta.

Det var omkring 75 deltagare som med allskön fria stilar och utan tidtagning eller tidsgräns avverkade stipulerade bassänglängder. Allt fungerade perfekt och stämningen var god bland motionsutövarna. Nu hade dessa också något att se fram emot!

Kaffe med smörgås efter loppet och så beviset på den nya värdigheten av att vara Varbergsklassiker: ett stilfullt diplom, där konstnär Rolf Börjesson varit med vid utformningen.

Samtidigt arrangerades samråd med Fritidskontoret ”Simningens Dag” och simloppet var ett uppskattat inslag för publiken. Motionärerna kunde sedan i lugn och ro till kaffet inhandla sina simborgarmärken. Ingen nekade!

Vad är då simklubbens erfarenheter av detta motionslopp? Enbart positiva! Loppet är enkelt att arrangera. Man kallar valfritt antal deltagare till start vid skilda tillfällen. Fördela deltagarna lika på de banor, som står till buds: enkel avprickning efter varje vändning, där simmarna uppmanas ange sitt namn. Är det glest med simmare på någon bana är det fritt fram för påfyllning av nya förmågor.

Varför 1 500 meter? Jag är fullt medveten om att sträckan ter sig blygsam för åtskilliga av denna skrifts läsare. Prestationen står ej i proportion till exempelvis terränglopp på 2 mil. Dock är simlängden något som beslutades i Klassikerkommittéen och intervjuer efter loppet avslöjade att åtskilliga deltagare tyckte att antalet bassänglängder var precis lagom. Mera fördelar: lokalpressen gav fyllig information både före och efter loppet.

Den korta sträckan och vattentemperaturen på 24 grader i bassängen gjorde att eventuella nackdelar med kallvattensimning hölls på en förhoppningsvis minimal nivå. Deltagarna var nöjda och vi har fått en fin grej till ”Simningens Dag”.

Bengt Asterling
Ordf. i Varbergs-Sim

Rikskonferensen i simmotion på Bosön:

MÅNGA FINA EXEMPEL, MEN
nu måste vi jobba hårt för att nå ut!

17 och 18 november anordnade simmotionskommittén en konferens på Bosön, inbjudna var SDF:s motionsansvariga och SLS länskonsulenter.

Syftet med konferensen var att utarbeta förslag till aktiviteter och prova dessa praktiskt:

• att få kunskap om uppläggning av program i vattengymnastik, samt själv pröva nya program.

• att belysa kallvattensproblematiken i samband med motionssimning och långlopp.

23 deltagare kom representerande hela Sverige från Helsingborg i söder till Kiruna i norr.

Kerstin Törnvall och Jan Widell hade lagt upp ett verkligt intressant och stimulerande program som inleddes med en presentation av SMK:s målsättning 1979 och 1980 varefter Kerstin informerade om konferensens syfte, uppläggning, arbetsmetoder och gjorde gruppindelning.

Efter lunch började så grupperna sitt arbete inför motionspassen i bassängen under mottot "Gruppen gör något tillsammans i vattnet".

De program som arbetades fram testade sedan grupperna i tur och ordning i Bosöns lilla bassäng. Under tiden den ena gruppen arbetade i bassängen diskuterade de övriga "har motionsverksamheten breddats under de sista två åren?"

En allmän uppfattning var att nog hade motionssimningen ökat, men det finns verkligen mycket att göra för att nå en bred allmänhet. Samtidigt kunde konstateras att det var stora svårigheter att få utrymme i bassängerna på många håll i landet. Kontakten mellan klubbar, distrikt och kommuner var inte alltid den bästa. Motionskomm. lovade dock att göra vad den kunde för att få bättre möjligheter för motion bland annat genom kontakter med såväl fritidsnämnder som med badhuspersonalen.

En mycket debatterad fråga blev motionsledarutbildningen där många goda idéer framfördes. Åsikterna gick dock isär när man kom in på vilka krav som borde ställas för att få deltaga i kurserna. Det kan ju konstateras att steg 2-kompendiet icke kunnat färdigställas i avvaktan på att R.F. skulle bli färdig med sin del. Det var därför med stor tillfredsställelse som detta för första gången kunde presenteras. Pärmarna kom direkt från tryckeriet. Presentationen gjordes på ett utmärkt sätt av en av de huvudansvariga inom R.F. Britten Månsson.

Under kvällspasset presenterade Jan Öhrling ett par filmer från verksamheten i Alvesta, vattengymnastik i badhuset och Salensimmet, Sveriges längsta simtävling.

Ett intressant inslag blev Göran Forslunds avkopplings- och avslappningsövning med hela kursen. Deltagarna låg "utslängda" över hela föreläsningssalen. Lördagskvällen avslutades med en smörgås i samband med vilken livliga diskussioner fördes över de olika ämnen som förekommit under dagen. Intresset var så stort att klockan närmade sig midnatt innan sängarna lockade. Söndagen var helt vikt för två stora punkter: Vattengymnastik och kallvattens problematiken.

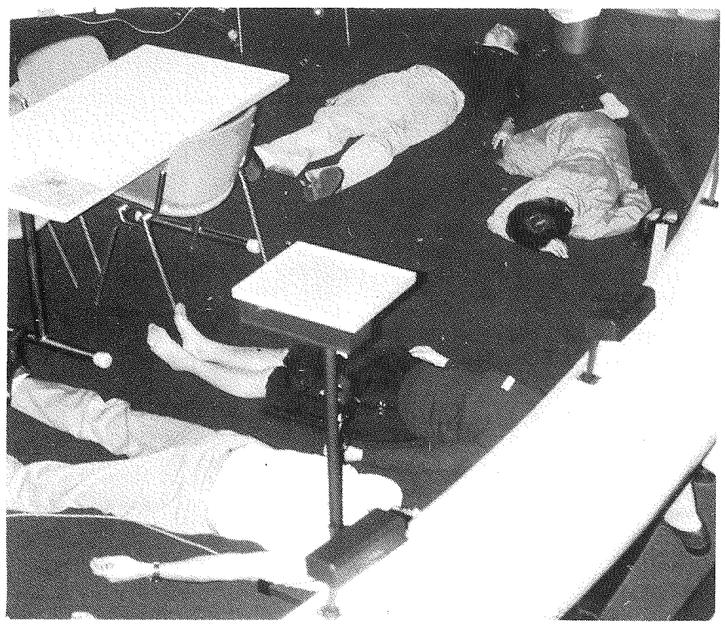
Kim Myrenberg, författare till vattengymnastikprogrammen, började med en c:a 1 timme lång introduktion över uppläggning, utformning och innehåll, varefter 2 timmars gruppvis praktik i vattengymnastik följde. Det var verkligen glädjande att se med vilket intresse alla deltog i Kims vattenövningar.

Efter dessa för många ovana övningar smakade lunchen verkligen bra. Ingemar Holmér från GIH disponerade eftermiddagen för att kommentera och ge synpunkter över kallvattensproblematiken, ett allvarligt problem i ett land som Sverige med mycket vatten och som regel låga temperaturer. När man ser tillbaka på en konferens av detta slaget så ställer man sig givetvis frågan: Vad har vi fått ut av den?

Ja, från kommitténs sida i första hand kontakter med entusiaster från hela landet och många idéer, förslag och fina exempel, men hur skall vi nå ut med detta till alla det berör? Ja, någon enkel väg finns väl inte, utan det krävs att alla i hela landet jobbar för att vi skall nå ut med budskapet: Svenska folket - ett simmande folk.

Alla ni som läser Simsport kan var och en på ort starta en motionsgrupp. Tag kontakt med distriktets motionsansvarige så får ni både råd och hjälp.

Sven Håkan Paulsson



AVSLAPPNING med hjälp av kassettband gav annorlunda konferensatmosför.



MOTIONÄRERNA I FALUN har förre elittränaren Sune Sandberg som simtränare - och de trivs. Undra på det, vilket korplag i fotboll skulle inte vilja ha Bob Houghton som tränare?

Sune lämnade eliten men inte motionärerna!

För fem år sedan sa han tack och adjö.
Sune Sandberg stoppade stoppuret i fickan och lämnade en framgångsrik tränarkarriär bakom sig.
Sune släppte dock inte simningen - han valde att fortsätta med vanliga motionärer!

- För mig var det inte alls frågan om att välja det ena eller det andra, berättar Sune. Mitt arbete gjorde att jag inte hade tid med elitsatsningen. Men motionärer har jag tränat hela tiden - så det fortsatte jag med.

Sune Sandberg bor i Falun. Han är 43 år gammal och arbetar som föreståndare för simavdelningen i Lugnets idrottshall.

Från sitt tjänsterum på andra våningen har han utsikt över bassängen - och på väggarna hänger bilder av de simmare han tränat till stora framgångar.

Syskonen Anita och Bernt Zarnowiecki, Anders Häggqvist, Börje Holmberg, Elisabeth Berlund, Sven von Holst, Hasse Ljungberg...

69 SM-TECKEN

- Totalt har jag varit med om att mina simmare plockat hem 69 SM-tecken, säger Sune.

Detta under tiden i Timrå (1964-72) och Falun (1973-76). Men trots att klockan under den här tiden gick osedvanigt snabbt lyckades Sune ändå alltid finna några timmar åt motionärerna, de äldre.

- Det finns ett behov hos äldre människor att lära sig simma crawl, ett sätt som gör det roligare att motionera i bassängen.

- Och då anser jag att det är min skyldighet att hjälpa till.

Sune har en grupp simmotionärer igång i Falun. En kväll i veckan samlas de efter det att bassängen stängts för kvällen.

Antalet varierar från gång till gång. För det mesta ligger antalet mellan 20 och 30.

- Jag har fått sätta en gräns vid 30, säger Sune. Fler kan jag inte ta emot. Det finns inte tillräckligt med utrymme.

PASSAR ALLA

Det är dock hela tiden omsättning i gruppen. Några försvinner, nya kommer

Forts. nästa sida



SUNE SANDBERG i Lugnets simhall i Falun, där han är simhallsföreståndare.

Sune lämnade . . .

Forts. fr. föreg. sida

till. Och Sune Sandberg har ett program som passar alla.

Nybörjarna får hålla till i undervisningsbassängen. Där får de lära sig grunderna i crawl.

Lärarna är inte vilka som helst - Sunes gamla "elever", storsimmarna Bernt Zarnowiecki och Anders Häggqvist, hör till de som lär motionärerna simma.

- Det krävs tålamod att lära sig crawl på gamla dagar, säger Sune Sandberg. Men alla som har det lär sig att simma crawl. Ett simsätt som är mycket roligare.

När de första grunderna är lagda får simmotionärerna över i den stora bassängen där det handlar om förfinad teknikträning - och givetvis också ett mått av konditionsträning.

FIN GEMENSKAP

- Vi har en kväll i veckan tillsammans. En kväll som jag själv upplever som väldigt stimulerande. Efter alla år som tränare för ungdomar är jag nu tränare för vuxna - och det är lika roligt. Det är inte några krav på toppresultat. Men vi har en mycket fin gemenskap - och visst kan dom simma fort också. Häromdagen var det några som simmade 25 meter på 15 sekunder.

Sune Sandberg trivs med sin roll som motionsledare i simning - eller man kanske ska kalla det för vuxentränare. Han har sett att den utbildning han gett sina motionärer stimulerat dem till träning på egen hand.

Sune funderar ibland på att utvidga verksamheten. Men planerna har inte tagit fastare former. Delvis beroende på att det är snålt med utrymme i bassängen, delvis av personliga skäl.

- Lagom är nog bäst, funderar Sune som har erfarenhet av simträning kombinerat med heltidsjobb.

Men Sune trivs. Birger Gröndahl, Tord Kjellberg och allt vad eleverna nu heter trivs med honom.

Undra på det - förresten. Vilket korplag i fotboll skulle inte vilja ha Bob Houghton som tränare...?

Text och foto
Gunnar Säfsten

SIMLOPP SOM ÄR MED I LOKALA ''KLASSIKER''

GÄVLESIMMET
Sträcka: 1500 m i tempererad bassäng (50-meters)
Arr.: Gävle Simsällskap
Delt. 79: 125 st
Klassiker: "GÄVLEKLASSIKERN" med 5 grenar - cykel, skridsko, löpning, skidor och simning.

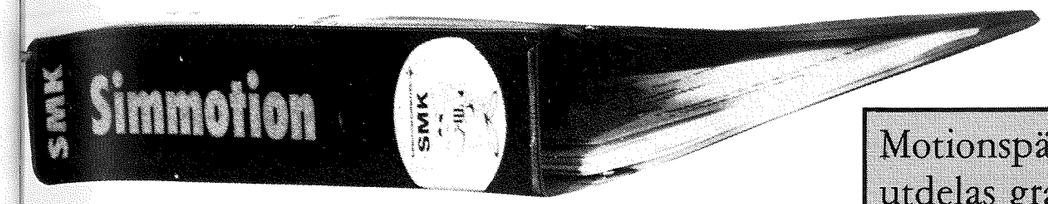
LÅNGSIMNINGAR SALA
Sträckor: 2500 m tävlingsklass i sjö
1500 m motionsklass i sjö
Arr.: Sala Simsällskap
Delt. 79: 300 st
Klassiker: "SALA KLASSIKER DIPLOM" med 5 grenar som ska avklaras inom 2 år: skridskor, skidor, löpning, cykel och simning.

SALENSIMMET
Sträckor: 4500 m tävlingsklass i sjö
2000 m motionsklass i sjö
13500 m marathon i sjö (arr. vart tredje år)
Arr.: Alvesta Simsällskap och Alvesta/Vislanda SLS
Delt. 79: 60 st
Klassiker: "EN SVENSK I TRIM" med tre grenar - simning 2000 m, cykel 9,5 mil samt löpning 13 km. Se separat artikel!!!

BORSÖKNASIMNINGEN
Sträcka: 280 m i sjö
Arr.: Eskilstunakuriren, Korpen samt grenidrottsföreningarna
Delt. 79: 196 st
Klassiker: "KORPSTJÄRNAN" med 7 grenar - skridsko, löpning, promenad (lång), skidor, orientering, simning och cykel.

KLASSIKERDOPPET I VARBERG
Sträcka: 1500 m i tempererad femtia'
Arr.: Varbergs-Sim
Delt. 79: 70 st
Klassiker: ''VARBERGSKLASSIKERN'' med 3 grenar - cykel 9 mil, löpning 19 km och simning 1,5 km. Se separat artikel!!!

En hel pärm med kul idéer om simmotion!



Motionspärmen utdelas gratis

SMK:s (Simmotionskommittén) pärm "Simmotion" har kostnadsfritt sänts till Sveriges samtliga simdistrikt, simklubbar och länsföreningar (SLS). Vidare finns den att köpa på SSF.

Samtliga som har fått eller köpt pärmen får framledes kostnadsfritt sig tillsänt komplettering av denna med nya tips, förslag till nya aktiviteter och nya programförslag.

En komplettering är just nu under sammanställning och skall utsändas under våren 1980.

PR-MATERIAL

BÖRJA SIMMA	Affish i flerfärgstryck 50 x 70 cm. Dess nedersta del är reserverad för den lokala arrangörens annonsering om egna aktiviteter.	**Kan rekvireras från SSF**
SIMsalabim	Broschyr med kortfattade råd om simmotion. Utgiven av SMK.	**SMK-pärmen SSF**
Simningen är för alla en idealisk motionsaktivitet.	Folder med fysiologiska aspekter på simning. Författad av Anders Lundin.	**SMK-pärmen Tryckt på TRYGG-HANSA**
TRIM-SIM	Kortfattat om simning, märken och innehåller milkort. Utgiven av SSF-SLS.	**SMK-pärmen SSF**
Simkunnighet Livräddning Säkerhet	Folder med kortfattad beskrivning av SLS verksamhet. Utgiven av SLS.	**SMK-pärmen. SLS Und. omarb.**

PROGRAMFÖRSLAG

Handledning Simmotionsskolor	Detaljerade programförslag för olika typer av simmotion. Utgiven av SSF-SLS.	**SMK-pärmen SSF**
Programförslag	Detaljerat träningsprogram inkl. teknik i alla fyra simsätten. Utgiven av Södertörns SS.	**SMK-pärmen**
Programförslag	Kort översikt av alternativa aktiviteter. Utgiven av SK Neptun.	**SMK-pärmen**
Simmotionsskolan	Detaljerat program för motionsverksamhet vid Sundsvalls SS.	**Kommer i SMK-pärmen.**
Allmänt om vattengymnastik.	Utgiven av SMK. Författad av Kim Myrenberg.	**Kommer i SMK-pärmen.**
Vattengymnastik	Omfattar fyra program till musik. Utgiven av Kim Myrenberg.	**SMK-pärmen SSF**
Vattengymnastik	Ett 45-min. program. Utgiven av Alvesta SS.	**SMK-pärmen**
Konstsim	Enklare program för motionärer. Utgiven av Anna-Karin Alvén.	**Kommer i SMK-pärmen.**
Simhopp	Enklare program för motionärer. Utgiven av SMK.	**Kommer i SMK-pärmen.**
Allmänna råd	Kortfattat om organisation vid lagspel m.m.	**SMK-pärmen**
UV-rugby Vattenbasket Vatten-Volleyboll	Enkla praktiska tips.	**SMK-pärmen**
Vattenbasket	Regler	**Kommer i SMK-pärmen.**
Roligt i vattnet	Vattenlekar med/utan redskap.	**SMK-pärmen.**
Morgonbadarklubb vad är det?	Organisation och programförslag.	**Kommer i SMK-pärmen.**

TRÄNINGSMATERIAL.

Simglasögon, plat-Dollmar, Collcraft		**Rollo, Box 105, 330 30 Gnosjö**
Boll	Rek. rödlackerad gymnastikboll, diam. 19 cm, omkrets 60 cm eller liknande.	**Art nr. 9428, Tretorn, Fack, 251 00 Helsingborg.**
Gummiband	Kan tillverkas av innerslangar.	
Milkort	Med märkesbestämmelser. Utvigen av SLS.	**SMK-pärmen SSF**

SIMMÄRKEN (Säljes vanligen i simhallarna)

Allmänna bestämmelser.	Broschyr utgiven av SSF.	**SMK-pärmen SSF**
Simmärken	Affisch i A3-format. Utgiven av SSF-SLS.	**SMK-pärmen SSF**

LITTERATUR

Kondition och hälsa.	P-O Åstrand.	
Simlekskolan	Ulla och Jan Lundstedt.	**SSF.**
Modernt Simundervisning.	B. Tolgfors.	**SSF**
Teknikskolan	Beskrivning av de fyra simsätten och övningsförråd. Utgiven av SSF.	**SSF**
Motionsledarutbildning.	Omfattar fyra häften: "Mindre skador" "Vettiga vanor" "Allmänt om träning" samt "Leda och planera". Utgiven av RF och avsedd för arrangörer av motionsledarutbildning.	**Utbildningsproduktion AB, Box 8028, 200 41 MALMÖ**

SSF = Svenska Simförbundet
SMK-pärmen = SMK:s pärm "Simmotion"

Motionsgymnastik som dom gör det i Skärblacka

”De svettas en hel liter utan att veta om det!”

- Det här är toppen!

Så säger en av deltagarna - och skulle säkert få medhåll av alla de andra - som deltar i vattengymnastiken i Skärblacka, en liten fläck på kartan halvannan mil väster om Norrköping. Sedan fem år tillbaka leder Göran Forslund vattengymnastiken och intresset är otroligt stort.

- Och det är sannerligen inte konstigt, fortsätter deltagaren, Ingrid Nilsson. Den här formen av motion ger allt!

Att slå två flugor i en smäll är bra nog, men Ingrid påstår att hon fångar tre flygfän - och dessutom efteråt står som segrare mot träningsvärk och annat, som brukar följa efter hårda träningspass på land.

- Jag vet vad träningsvärk innebär för jag har varit med i vanlig motionsgymnastik tidigare. Men här får vi aldrig någon träningsvärk, säger Ingrid.

På torsdagskvällarna i Skärblackas fina simhall får Ingrid och hennes 30-40 kamrater simma, göra gymnastik och basta.

- Toppen! Det ordet täcker allt, slutar den entusiastiska ledaren.

TVÅ PLATSER

Det är endast damer som tagit tillfället i akt att delta i vattengymnastiken i Skärblacka, trots att även herrar är välkomna. Några gubbs var med i början, men drog sig tillbaka. Tyckte kanske att gymnastik till musik inte var i deras smak. Samma ”problem” brukar även gymnastikledare på landbacken uppleva.

Göran Forslund är den store entusiasten. Verksamheten är ett med honom - och han dubblar sin uppgift eftersom han en kväll i veckan åker till Norrköping för att leda en lika stor grupp.

För att få ut så mycket av verksamheten som man får i Skärblacka och Norrköping krävs en lagom djup bassäng med lagom varmt vatten, ett bra program, rytmisk musik - och en Göran Forslund!

- Jag är varje gång själv lika entusiastisk som gruppen, säger han och tillägger:

Jag tror det krävs att man offrar lite av sig själv!

BASSÄNGEN I VÅGOR

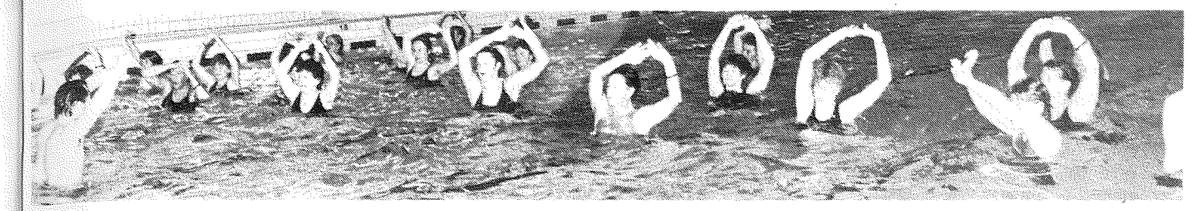
I Skärblacka är det ungefär halva 25-metersbassängen som lämpar sig för vattengymnastiken. Djupdelen används endast en liten stund, då deltagarna ska simma och trampa vatten.

Men tro inte att Göran Forslund håller sig på landbacken alla gånger. Är det en rörelse som inte ”sitter” hos deltagarna går han själv i och visar. Och ofta deltar han även i övrigt i programmet.

Att programmet gör avsedd verkan förstår man verkligen. Bassängen gick i vågor under de häftiga rörelserna. Medan vattnet endast krusades när de mjuka rörelserna trolla-



SUSANNE FORSLUND deltar med liv och lust i familjeangelägenheterna.



des fram av musiken och Göran Forslund.

Deltagarna var naturligtvis översvallande entusiastiska.

VAR SKEPTISK

- Var säker på att de här flickorna och damerna är rejält trötta efter sin motionsgymnastik, säger Göran Forslund.

- Var och en har, utan att de märkt det, svettats en liter. Vissa upp till två liter.

- Men efter bastun känner sig alla lättare och piggare. Ingrid Nilsson har dessutom rätt när hon påstår att hon inte får någon träningsvärk. Vattnets motstånd gör att rörelserna blir mjuka och inte häftiga. Ingen blir skadad ...

Ja, Göran Forslund är verkligen entusiastisk. Men då ska vi också säga att han mer eller mindre blev påtvingad motionsverksamheten.

Och jag var till en början själv mycket skeptisk, erkänner han!

HELT FÖRLORAD

Det började med att han blev motionsansvarig i Östergötlands Simförbund. Blev sedan ”drabbad” av en motionsledarkurs på Bosön.

- Se'n behövdes det inte mera!

- Jag blev helt betagen i den här formen av motionsgymnastik, som passar nästan alla. De enda som tyvärr inte kan vara med är de som har ledbesvär och måste ha varmare vatten än 25 grader, säger Göran.

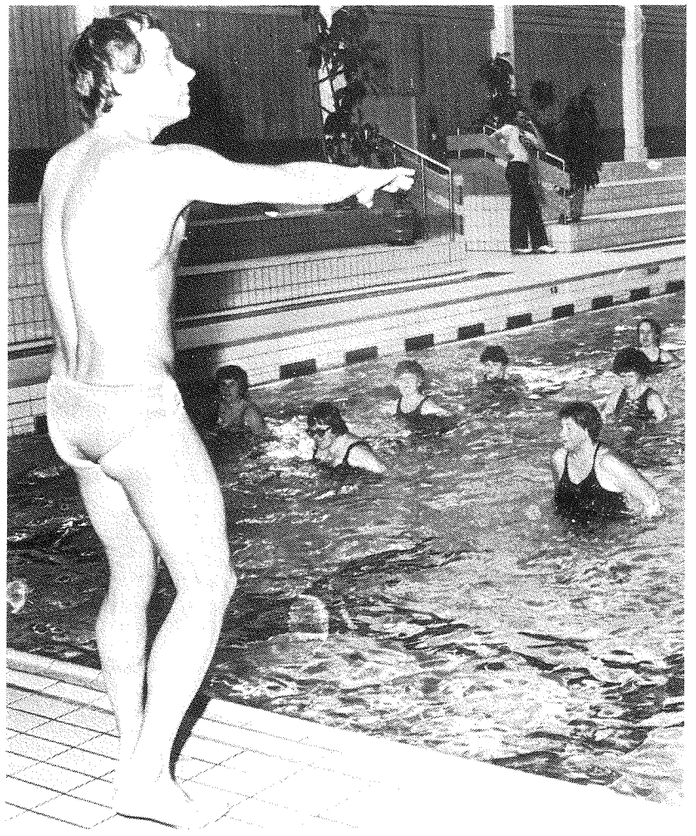
Efter kursen på Bosön fick Göran hjälp av Kim Myrenberg att göra ett lämpligt program. Även Görans fru, Elsmarie, som är ledare i motionsgymnastik på land i andra sammanhang, delade med sig av sina erfarenheter när programmet skulle sättas samman.

- Nu har jag väl själv fått lite rutin på det här. Jag tycker om den här motionsformen, jag är ”förlorad” för det här ...

”Förlorade” är också hans entusiastiska damer i vattnet. Som mest har det i Norrköping varit 60 damer på en och samma gång i vattnet, medan ”toppen” i Skärblacka ligger kring 50.

Och det såg verkligen kul ut!

Text och foto:
ROGER STARK



GÖRAN FORSLUND offrar sig själv i sitt ledarskap.

Sundsvalls Simsällskap rekryterar ''svanar'' och indianer till

SIMMOTIONSSKOLAN

Simning är en av de ''vänligaste'' ansträngningsformer som finns. Att ta sig fram i vattnet ger kondition, styrka - passar alla åldrar och viktklasser - och skaderisken är närmast försumbar jämfört med andra träningsformer. Som motionsform är simning idealisk både som solo-gren avseende konditionsförbättring och som komplement till joggning/löpning, skidor, motionsgymnastik m.fl? Konditionsgivande grenar. Dessa faktum kommer att påverka simorganisationernas verksamhet under 80-talet.

Här sover vi simledare dock fortfarande. Huvuddelen av landets simföreningar rekryterar endast ungdomar i åldern 5-10 år till träningsverksamheterna.

Landets ''mogna ungdom'' då?

Är inte alla simkunniga tanter och farbröder över 15 år en målgrupp för organiserad simning?

En population på 3 miljoner! (3 miljoner svenskar kan inte alls simma förresten..!!).

SIMHALLAR ÄR SVANSJÖAR

Alla dessa tusentals som årligen återkommer vecka efter vecka för att göra sin kilometer i olika stilar. Ofta med en framföringsteknik som vi kännare karaktäriserar som ''svanindiansim''. Svanindiansimmet är för den oinvigde enkelt beskrivet:

''Ett bröstsim med högburet, sidvridet huvud där bentaget uppvisar s k stickfotsdefekt''.

Detta regelvidriga motionssimsätt kombineras ofta med att svanindianen lägger sig på ryggen och vevar semaforartat av och an med armarna. Ett kännetecken på en ''svan'' är att denne efter trettiandra längden kliver uppför stegen med torr hårbotten görandes några huvudrullningar för att lindra nackspärren i morgonbitti.

Svanen, indianen, svanindianen och andra regelvidriga stilister är egentligen ett tecken på bristande simverksamhet i kommuner och simorganisationer!!

Ska simklubben fånga upp och ''sänka huvudena'' på dessa simentusiaster inom verksamheten i klubben?

REKRYTERAR VUXNA . . .

Är TEKNIKSKOLAN, SSF:s metodiska simsättsskola, ett alternativ för simträning med vuxna?? Visst! Flera simklubbar i landet har börjat rekrytera vuxna till simutbildning och träningsverksamhet. Man har här upptäckt att Bosse Pilsner är lite intresserad av att utveckla sina kunskaper i vattnet (crawl, ryggcrawl, dykning och vändningar . . .).

En förening, som sedan några år tillbaka satt vuxenverksamhet i system är Sundsvalls SS. Här har 300 kommuninfödingar genomgått crawlkursen!!! Crawlkursen är här första steget mot möjligheten att få bli vuxensimmare i föreningen. I Sundsvall kallar man det för SIMMOTIONSSKOLAN, och som framgår av namnet är det en skola i simteknik och träningslära. Denna skola är indelad i 2 steg som framgår av faktarutan invid.

CRAWLKURSEN INLEDER SIMMOTIONSSKOLAN

I Sundsvalls SS förutsätter man simkunnighet och vattenvana vid annonseringen till vuxenverksamheten (annars är ju VUXENSIMSKOLAN första steget). För att bli simmotionär (= simmare) och tillgodogöra sig simningen som konditionsförbättrare måste utövaren:

• lära sig slappna av i vattnet och lära sig utnyttja vattnets lyftkraft och friktion på bästa sätt

• bli rörligare och uthålligare i arm- och axelrörelserna (många har endast flyttat papper och vridit bilrattar de senaste tio åren)

• simma mycket under inlärningsperioden (1 termin)

Dessa 3 ''principer'' avgör innehållet i tretton 60-minuterslektioner i CRAWLKURSEN. Här lär sig deltagaren att ryggcrawla, crawla, dyka från bassängkanten och att vända med frånskjut och glid, som redan vid första lektionstillfället, blir betydligt längre än de 34 centimetrarna från kaklet som det första frånskjutet gav . . . Erfarenheterna från fyra års ''crawlkursande'' i Sundsvall har visat att mellan 85-90 procent lär sig crawl-ryggcrawl under 1 termin. Deltagarens ''teknik-kval'' under inlärningsperioden är bekanta för oss simtränare:

• andningen-armtaget måste gnuggas...

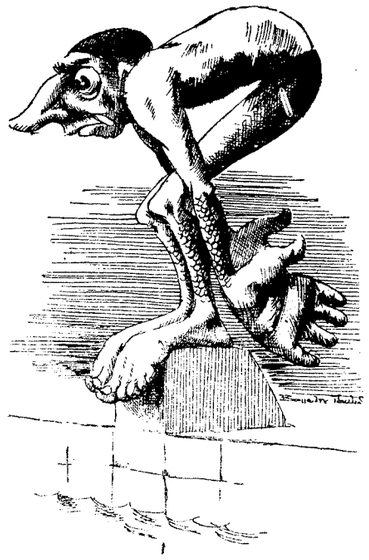
• utblåsningen under vattnet är ovant...

• crawlkicken (''...jag åker ju bakåt..!!)''

är straffet direkt för den stele hälgångaren ...tur det finns dolme!

För att komma tillrätta med dessa problem ges deltagaren hemläxor. Det blir badkaret och privata simhallsbesök som kurerande recept. Den vuxne är realist och inser att ''övning ger färdighet''.

Det viktigaste vid genomförandet av



Härmed publicerar vi Simmar-sveriges första bild på idealsimmaren

ROLLO
Svenska Simförbundet
– SIMSPECIALISTEN –
FULLSORTIMENT
FÖR ALL SIMSPORT

NÅGRA FÖRENINGAR SOM PROVAT VERKSAMHET MED VUXNA MED FRAMGÅNG:
Södertörna SS, Alvesta/Vislanda SLS, Jönköpings SLS, Hudiksvalls SS.

en klubbarrangerad crawlkurs med 10-15 deltagare på två banor är:
att:

• en erfaren siminstruktör leder tillsammans med en eller två ''lärlingar'' (simmare!)

• simbrillor finns till försäljning vid första lektionstillfället!!

• tränaren ställer ungefär samma krav på de vuxna som på barnen i teknikskolan!!

Har man ordningen klar för sig från början blir crawlkursen en succé och deltagarna är inte sena med att påverka sin bekantskapskrets för nästa crawlkurs o s v. Crawlkursen blir inledningen till något nytt för Lidingölöparen Kalle, vällevnadsfete Bosse, konsumgymnasten Anna och figurperfekta Lena på gymnasiets sociala linje.

SIMTRÄNINGEN

Efter första terminen har så nybörjarindianen och levnadsklåparen Bosse Pilsner blivit simmotionären Bosse Teknik. Han vill fortsätta liksom de flesta tanter, farbröder och ungdomar ur hans grupp. Nu vill Bosse bli simmaren Bosse Spitz.

I Sundsvalls Simsällskap avancerar då deltagaren till något som kallas TEKNIKSIM OCH MOTION (se faktarutan) där denne då får avverka 14 träningspass om 60 minuter varje termin. Vid varje träningstillfälle väljer deltagaren ett av 3-4 träningspass från c:a 900 m till 1800 m. Vilket han/hon väljer beror på vilken teknisk och konditionsmässig status han/hon innehar. Redan efter ett par gånger inser motionären att de närvarande instruktörerna inte ''utan synnerligt trovärdiga skäl'' tillåter en sänkning av träningsdosen från 1400 m/pass till 900 m/pass. Programmen omfattar ben, arm och sammansatt i tre simsätt (fjäril endast på begäran) samt också med teknikskoleövningar inlagda i passet. Deltagaren testas på ergometercykel i början och i slutet av terminen. Distanssimning i crawl blir ett stort mål för deltagaren. Man får kalla sig SIMMARE först när 1000 m crawl utan vilopauser avklaras.

RESULTATET?

I Sundsvall har simträning med vuxna blivit en del i en bred verksamhet. För- och nackdelar finns naturligtvis, mest fördelar.

Några positiva aspekter är följande:

• De trogna simmotionärerna blir en ny kategori att rekrytera ledare ur - vuxna ledare.

• Föreningens simföräldrar, funktionärer och instruktörer får själva en trevlig möjlighet att lära känna varandra och simsporten som aktiva deltagare i crawlkursen.

• Ungdomar i högstadie- och gymnasieåldrarna, som passerat möjligheten att bli elitsimmare via teknik- och medleyskolan, får genom SIMMOTIONSSKOLAN en möjlighet att ängna sig åt ''världens finaste kroppskultur''. Vi behöver inte längre säga ''sorry'' till 16-åringen som vill börja simma.

• Verksamheten ger PR på många sätt för simningen och därmed klubben. Nu är det inte bara så att hösäckens blivande infarktshjärta kan slå för SKIDOR, JOGGNING, ORIENTERING m fl utan även för SIMNING. Slogans är populära: ''Sluta skåla - i och crawla!'', eller en riktigt drastisk fjant-slogan blir: ''Sluta flumma - i och skumma''.

Töntiga slogans behöver inte simningen - det är ju en av världens förnämsta aktiviteter.

UTRYMMESBRIST!?

Utrymme och ledare är det ont om i simmarsverige. - En motionsverksamhet som startas får inte ske på bekostnad av ungdomsverksamheten. En vuxenträningstid efter kl 20.30 fram till 22.30 är fullt möjlig. Då tränar inga ungdomar!

Kvällsträningstiderna har Dykarklubben, UV-polon, kommunens simskola, gymnastikföreningen och ''föreningen för inbördes...'' och mornarna morgonbadarklubbarna.

Ingenting förändras som bekant av sig själv - det måste till förhandlingar med dessa föreningar och kommunen om ett par banor till ...

Den intresserade ledaren har föreningen redan ...!!

Flera simutövare, även vuxna, utvecklar simorganisationernas verksamhet. Följden av detta blir en starkare simsport i framtiden.

PETER BERGLUND
''Transpirationschef''
Sundsvalls SS

Skiss över Sundsvalls SIMMOTIONSSKOLA

Steg 1: CRAWLKURS 13-14 lektioner (1 termin)
Förkunskapskrav: 100 m bröstsim, flytning på mage och på rygg
Syftar till att:

- lära deltagaren simma crawl och ryggcrawl
- lära deltagaren dyka från bassängkanten samt vändningar med frånskjut
- stimulera deltagaren till ytterligare ett träningstillfälle i veckan
- förbättra konditionen
- förbättra deltagarens kunskaper om träningslära och hälsa
- motivera deltagaren för deltagande i TEKNIKSIM och MOTION (= sim träning).

Steg 2: TEKNIKSIM OCH MOTION (= simträning)
Förkunskapskrav: Crawlkurs (godkänd) eller motsvarande simkunnande.
Period och tid: 60 minuter/vecka med 13-14 träningspass/termin.
Syftar till att:

- förbättra deltagarens kondition genom träningsprogram omfattande 3 simsätt
- lära deltagaren en bättre simteknik
- lära deltagaren att simma distansträningslopp i crawl
- stimulera deltagaren att delta i andra konditionsförbättrande aktiviteter

OBS. En dokumentation över Sundsvalls Simsällskaps simmotionsskola finns att rekvirera från Simmotionskommittén, Idrottens Hus, 123 87 FARSTA, tel 08-713 60 00. Ett kompendium som innehåller en detaljbeskrivning (program, träningserfarenheter m m) och är till god hjälp för föreningar som vill starta vuxenverksamhet. Kompendiet ingår också i SIMMOTIONSPÄRMEN.

I Sveriges längsta simtävling simmar man över en hel sjö

Riddarfjärden och Vansbrosimmet, ett par välkända simarrangemang som under åren lockat åtskilliga startande. Men nu har de båda arrangörerna fått konkurrens, och det av den lilla småländska orten Alvesta. Där arrangerar man nu en simning som sträcker sig över hela 14 km, och det innebär att man simmar över hela sjön. Starten sker vid sydspetsen på den långsträckta och grunda sjön Salen, och målet, ja det finns följaktligen vid norra stranden.

Premiären för den här långdistansen skedde 1979. Nåväl, det är kanske en sanning med midifikation, vattentemperaturen knäckte deltagarna innan målgången, den tappraste bröt efter 5,5 km. Ingen av de startande sörjde dock över detta, istället lovade man att komma igen 1980. Framför sig såg man förmodligen en sommar som mera gör skäl för namnet än den vi fick uppleva senast.

Salensimningen drogs igång 1975 av Alvesta Simsällskap, och numera är såväl Alvesta-Vislanda SLS som IF Raketen och tidningen Kronobergaren medarrangör. Det senare innebär bl.a. att arrangemanget fått extra fin publicitet.

Tidigare har man simmat två stycken klasser. Tävlingsklassen har avverkat 4,5 km medan motionsklassen nöjt sig med 2 km. Ett trevligt inslag i tävlingen är starten. Man kör nämligen med "Le Mans-start", simmarna springer ut i det grunda vattnet och det formligen kokar runt simmarna i själva startögonblicket.

Något som också uppskattas av deltagarna är att simsträckorna är bojade, och vidare finns ordentligt med följebåtar om något skulle inträffa.

Den nya maratonklassen skulle dock blivit det där lilla extra om det nu inte varit för den bedrövliga sommarens skull. Nu kan det väl ändå inte fortsätta så resonerar arrangörerna, och i samband med femårsjubiléet 1980 gör man ett nytt försök. Därmed får alla friskusar en ny chans at göra den där lilla extra prestationen som så många drömmer om. Meningen är att maratonsimningen sedan skall återkomma vart tredje år.

SVENSKEN I TRIM

Kan man inte klara en svensk klassiker kan man ändå bli "En svensk i trim" ansåg initiativtagarna till Salensimmet.



1975 ÅRS SEGRARE i Salensimmet, Jimmy Johansson, på väg in mot målet och kranskullan.



JAN ÖHLIN vann 1976 års tävling och gratuleras här av kranskullan Karin Andersson.

Därför instiftade man detta fina diplom där man förutom simningen på 2.000 m också skall klara av motionsloppet Salen/Dansjön runt på cykel, en sträcka på 95 km, samt Alvestaloppet, löpning 13 km. De här tre loppen avklarades under tidsrymden ett år renderar utövaren till epitetet "En svensk i trim".

Intressant? Självklart. Och det har också intresset för de här arrangemangen visat. Genom den här given har motionsintresserade damer och herrar fått ett breddat utbud och en fin stimulans för sitt motionsutövande.

Den 8 juni 1980 kör man cyklelloppet, 9 augusti är det dags för Salensimmet (det arrangemanget ordnas alltid andra lördagen i augusti), och den 7 september slutligen är det dags för Alvestaloppet. Mer än tre månader behöver det alltså inte ta att bli en svensk i trim.

Två som kan berätta mer om Salensimmet och det instiftade diplomet är ordföranden i Alvesta SS, Thord Paulsson, tel. 0472/120 48, samt basen i Alvesta-Vislanda SLS, Jan Öhlin, tel. 0472/124 75. Båda är eldsjälar bakom de här arrangemangen, och även om isen just nu ligger tjock på sjön är de här båda redan igång med förberedelserna inför 1980 års arrangeman.

Text och foto
Thord Paulsson

Debattinlägg:

Energin, simsporten och framtiden

I simledarrollen kan man inte låta dagens energidebatt och kommande kärnkraftsval passera utan tankar och kommentarer. Vilken idrottsledare kan undgå detta utan att bli både oroad och förbannad.

De kommunala idrottsanläggningarna (och även föreningsägda) är ofta stora oljeförbrukare och dess ägare får årligen betala större och större räkningar till oljebolag och oljeproducenter. Prisutvecklingen på olja **tvingar** kommunerna att minska sin oljeförbrukning (skattehöjning är ej önskvärd!). En minskning av den kommunala oljenotan kan ske på två sätt när det gäller fritidsanläggningar:

1. Investering i ombyggnader (isolering m.m.) och i bättre energiteknik (värmeåtervinning m.m.) i idrottsanläggningarna med bibehållande av nuvarande drift. (se bl.a. artikel i Simsport nr. 12/79 eller
2. "Nedrustning" genom att sänka temperatur, minska användningstiden (öppethållande och öppettermin) eller helt radikalt genom att stänga idrottsanläggningen periodvis.

Det "korrekta" alternativet är naturligtvis det första men det kostar en hel del i investeringar. Bristen på kommunala medel (pengar) för energitekniska investeringar vid idrottsanläggningar gör att man måste lägga upp förändringarna enligt en flerårsplan. Medan oljepriset stiger!

Det är inte ovanligt att enbart oljekostnaden för en stor simhall kostar kommunen 80-90.000 kr/månad.

NEDRUSTNINGSRISK

De akuta kommunala besparingsåtgärder som måste till **idag** leder i många fall till "nedrustningsalternativet".

Låt mig här påpeka att Sundsvalls kommun av oljekostnadsskäl stängde 2 av 4 stadsdelsbad i vintertid år 1977 (ballongtält). Dessa är fortfarande "punkterade". Inför 1978 var det tredje stadsdelsbadet på fallrepet men räddades tack vare aktioner från skolan, Sociala Centralnämnden, fritidsorganisationer och badande allmänhet. Kommunens fjärde "ballongbad" erhöll statsbidrag för ny energiteknik, och är bättre isolerat och bassängtemperaturen hålls också med hjälp av en soluppvärmningsanläggning. Framtiden för ett av de två tält som nu är i vinterdrift är oviss.

De accelererande oljekostnaderna är **idag** ett direkt hot mot simsporten, simkunnigheten och fritidsbadandet. Att sänka undervisningstemperatur i vattnet under 26° eller att inskränka på driften kallas för **social nedrustning.**

Svensk simning har mycket att göra. Utvecklingsplaner och möjligheter fram till sekelskiftet när det gäller badbyggandet och kommunernas/simorganisationernas verksamhet finns det gott om. Svensk simning arbetar för:

- flera simgymnasier och med fortsatta möjligheter till simträning på högskolenivå
- ökad breddverksamhet i simorganisationerna både på ungdoms- och motionssidan
- simledarutbildning på högskolenivå
- att simning förs in som obligatorium i daghemmen
- att simhallsbyggandet ska fortsätta genom att

a) de kommuner som inte har ska få fullvärdiga simanläggningar med tävlingsmått för simning, hopp, polo och konstsim

b) flera kommundelsbad byggs för att tillgodose daghemsbad, skolbad, fritidsorganisationer och allmänhet (4 miljoner svenskar klarar inte fall från brygga på djupt vatten utan drunknar... källa SLS via SCB)

Här bör också påpekas att man med dagens energiteknik kan bygga bad som drar mindre än 1/3 av den energi, som ett motsvarande 60-talsbad kräver!

- att heltidsanställda förbundstränare i de olika simgrenarna (simning, hopp, polo och konstsim) liksom även administrativa krafter
- att få mera pengar från stat och kommun för den centrala och regionala verksamheten

Allt detta såsom en demokratisk utveckling av simkunnighet och simsport. Badbyggandet, simsportens grundval för framtida utveckling, har stagnerat och hoten mot badbyggandet fram till sekelskiftet är flera.

Till denna "oljesits" kommer då kärnkraftsvalet i mars, där turerna är kända för de flesta. Det står klart för en folkmajoritet, att våra nödvändiga energialternativ till kärnkraftstekniken inte kan ersätta oljan **på kort tid.** Detta faktum ställt mot simningens hotade utvecklingsmöjligheter gör mig aningen uppretad. Det råder ingen tvekan om att "nejsidans" politiska ledare tagit på sig mörka glasögon och skickat politiken till fantasins marker. Jag vill påstå att man genom sitt agerande (som började 1976) fråntagit sig samhällsansvaret..! Det är av stort värde att vi har intresserade politiker inom våra idrottsförbund och idrottsorganisationer. Jag tror dock bestämt att "nej-kampanjens" politiska ledare minskat sina odds påtagligt att kunna inväljas som företrädare i våra demokratiska idrottsorganisationer. Möjligen kan idrotter som Dragkamp, Segling (eller varför inte Drakflygning...!), som inte kräver oljevärme för sin dagliga verksamhet, snegla åt "kappan-efter-vinden-vändar-gänget" för sina styrelseuppdrag.

KRAV PÅ STATEN

För att inte få en social nedrustning för idrottsrörelsen p g a energipolitiska konsekvenser måste vi **markera** oss genom att kräva följande av statsmakterna:

- en statspolitik som snabbt ställer medel (pengar och tekniskt kunnande) till kommunernas förfogande så att energitekniska ombyggnationer möjliggörs i syfte att spara olja UTAN INSKRÄNKANDE AV NUVARANDE VERKSAMHET
- en framtida energipolitik som inte äventyrar idrottsrörelsens utvecklingsmöjligheter

Det är enkelt formulerat men det kräver att vi markerar våra krav. Idag, när kommunens beslutsfattare börjar viska om att sänka vattentemperaturen eller att temporärt ta ned ballongnätet, ska vi direkt säga:

"Installera vedkaminer i kommunalhuset och driv kommunens fordon med gengas men (...slå näven i bordet...) låt oljan gå oförminskat till fritidsanläggningarna!"

Peter Berglund
Sundsvall

Simaktuellt

ECCO-CUP, Skara söndagen 15 maj 1980. Klasser 64oä, 65-66, 67-68, 69oy. Upplysningar Hans Carlsson 0511/130 80, eller 0511/167 61 (b).

UTLYSNINGAR/Östergötlands Simförbund. Simning, inomhus-DM 8-9 mars i Motala, utomhus-DM 16-17 augusti i Linköping, JDM 8-9 november i Finspång. Polo, inomhus-DM seriespel februari-april, utomhus-DM juni-augusti, JDM september-november.

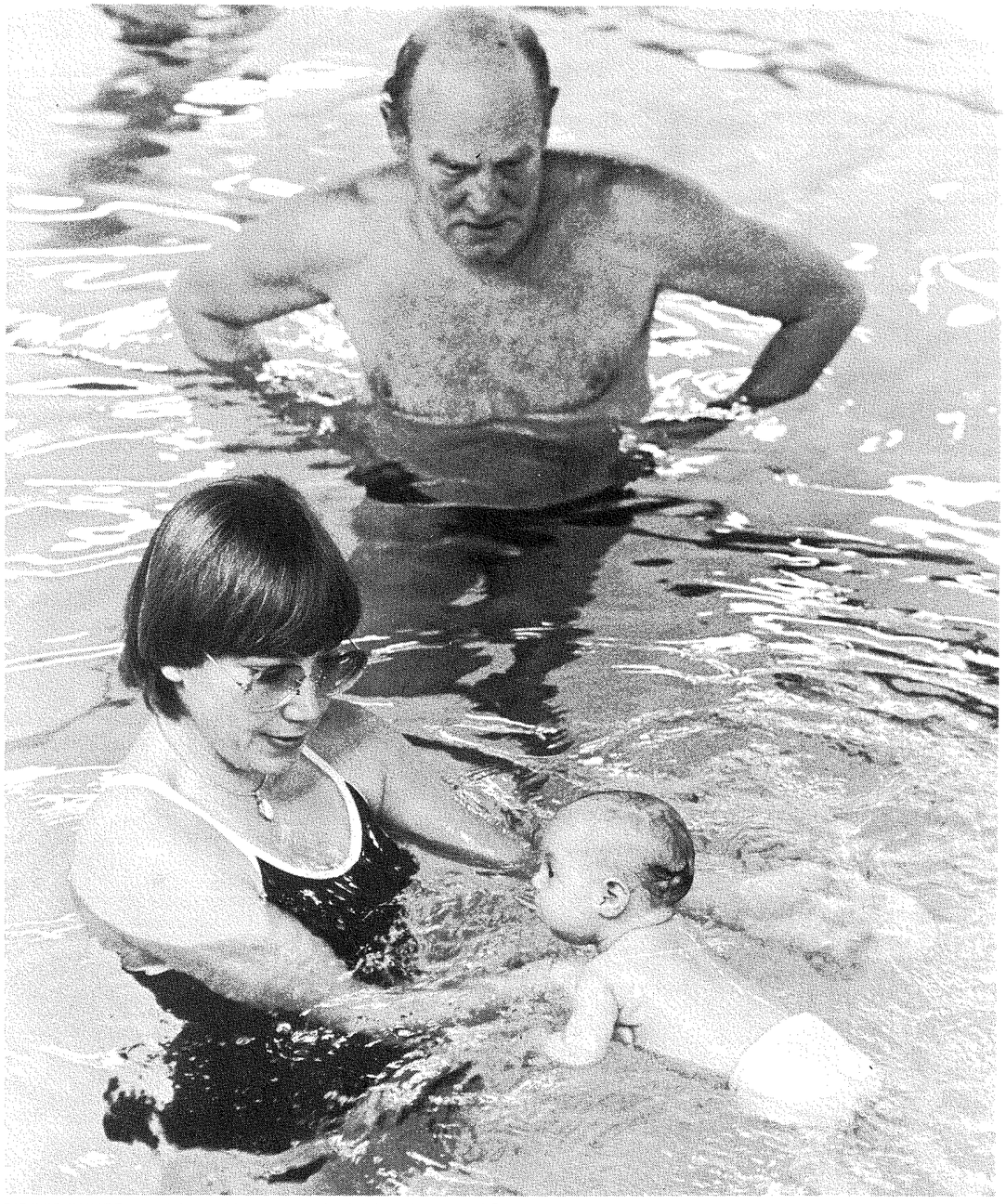
DM SÖDERMANLAND, inomhus 29 febr i Flen, samt 7-9 mars i Katrineholm, utomhus 26-29 juni i Nyköping, junior 25 okt och 7-9 i Södertälje. Separat kallelse till berörda föreningar.

ÅRSMÖTE, Göteborgs Simförbund 12 mars 1980 på Köpmannaförbundet, Vasagatan 52, kl. 19.00. Seperat kallelse till berörda klubbar.

BREVVÄNNER. Jeg er en svømmer fra Norge som gjerne vil hå svømmevenner fra Sverige. Jeg er 12 år og de som vil skreve med meg må vare i min alder. Adressen min er: Karen Grini, Plogvien 7, Raufoss, NORGE.

Rusning till svenska simskolor efter sensationella forskningsresultat

HÄR BLIR BABYN KLOKARE!



BIRGER BUHRE var själv med i vattnet under lektionstimmarna i Sportschwimmhalle.

Man blir klokare genom att börja lära sig simma mycket tidigt, helst när man bara är några dagar gammal! Simundervisning för spädbarn skapar självsäkra och självständigare människor! Barn som satts i simlekskolor i sin andra levnadsmånad får en fördelaktigare mental och intellektuell utveckling!

Reportage för SIMSPORT
Text: Birger Buhre
Foto: Göran Buhre

Nej, jag skulle inte våga påstå något sådant själv eftersom jag har ett långt förflutet inom svensk simidrott, det kunde missförstås. Jag citerar professor Igor Borisovitj Tjarkovskij i Moskva och fru professor Liselott Diem i Köln, som båda bedrivit långvarig vetenskaplig forskning på detta område. Samt den världsberömda australiska simpedagogen Claire Timmerman, Sydney, som gjorde sitt första barn simkunnigt, när det var sex veckor, det andra när det var 33 dagar.

Claire Timmermans andra barn, sonen Mark, fick sina simlektioner varannan dag filmade redan dagen efter det han fötts, därför att man skulle få fram vetenskapliga förstahandsdata. Han sov och åt bättre och växte mera de dagar han hade simlektioner.

Hela undervisningen avslutades med ett flyt- och simprov i femte veckan, och man gjorde en film, ''There is always a new beginning'' (Det finns alltid en ny början), som blev mycket uppmärksammad i australiensk, japansk, amerikansk, västtysk och holländsk TV samt Oscars-nominerad på avdelningen undervisning.

SLUMPENS SKÖRDAR

Nöden är uppfinningarnas moder. Claire Timmerman hittade metoden, när Sidney 1970 drabbades av en fruktansvärd värmebölja. Det var 48 grader i skuggan, och många spädbarn dog på grund av uttorkning.

Hon började vistas så mycket som möjligt med sin dotter i badkaret, där man lyckades pressa ned vattentemperaturen till 34 grader. Det blev sammanlagt fyra à fem timmar om dagen.

Som professionell simlärarinna visste fru Timmerman hur man skulle hålla ett litet barn i vattnet, antingen med handen under nacken, där muskulaturen är svag hos de nyfödda, eller vid magläge under bröstkorgen. Hon märkte att barnet reagerade med ett förnöjt ansiktsuttryck, när små vågor försiktigt sköljdes över henne.

När fru Timmerman återtog sina simlektioner för ett- och tvååringar, placerade hon dottern Andrea fastkedjad i en babystol på bassängkanten. Men Andrea, nu sex veckor skrek sig till ett bassängbesök. Hon flöt direkt på rygg och småsprattlade sig sakta fram.

30 000 SPÄDBARN SIMMAR I MOSKVA!

30 000 spädbarn (fyra månader eller yngre) i Moskva är simkunniga! Det presenterades som en chocknyhet i TV i höstas. Även här var det en katastrofsituation, som ledde en forskare in på nya sensationella behandlingsmetoder.

Professor Igor Tjarkovskijs hustru tvingades föda i sjunde månaden. Han lät förlossningen äga rum i ett badkar, i vattnet. I hans beteendeforskning sedan många år hade ingått experiment för att undersöka däggdjurs förmåga att vistas i vattnet.

Han fick kycklingar att dyka. De sattes som nyfödda i en balja, fylld med precis så mycket vatten att de utan svårighet kunde plocka upp födan från botten med näbben. Sedan höjdes succesivt vattennivån. Kycklingarna, vana att anstränga sig att få mat, dök till slut utan tvekan ner till botten och pickade i sig fodret.

Förlossning i vattnet. En mjukstart i

Forts. nästa sida

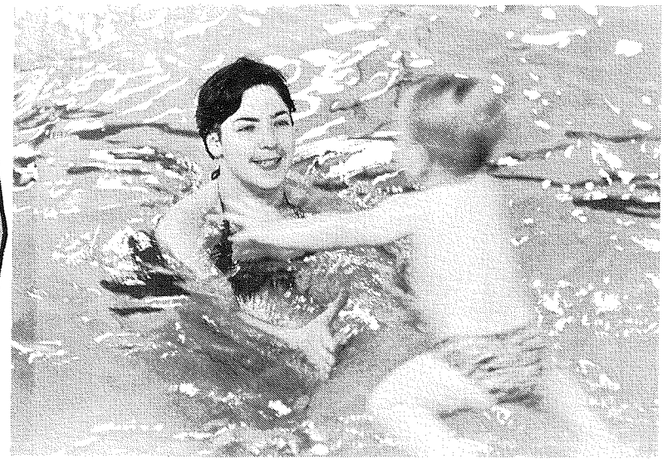


BIRGER BUHRE i samspråk med professor Liselotte Diem. (Foto: Göran Buhre)

BIRGER BUHRE INTERVJUADE ''SIMPROFESSOR''

Liselotte Diem, professor, 74, berättar för Svenska Simförbundets utsände Birger Buhre om sin långvariga forskning på Sporthock schule Köln, som ville skaffa barn ett större självförtroende genom att stimulera deras motoriska sinne, förbättra koordinationsförmågan''. Jag började på land med främst gymnastik, men 1968 började vi förlägga experimenten till simbassängen med två månader gamla babies. Vi har 1973 och 1979 till västtyska utbildningsministeriet redovisat undersökningsresultat, som tveklöst fastslår att simlektioner för spädbarn skapar ökat självförtroende, tryggare människor. Och det är viktigare än att skapa världsmästare, säger Liselotte Diem till Birger Buhre, som i det här numret av Simsport ger en utförlig skildring av studiebesöket i Köln, där han själv fick deltaga i tio lektioner.

Hoppa min docka medan du är unger...



BABY-SIM

Forts. fr. föreg. sida

livet, en födsel utan chock, skrik och smärta. Fru Tjarkovskij hade genom en nödsituation fått vara med om den upplevelsen. I dag har åtskilliga barn kommit till världen på samma sätt i Sovjet på ett specialsjukhus i Moskva. Och denna upptäckt har glidit över i rekordtidig simundervisning.

I nio månader har barnet legat i mammans mage insvept i mjukt fostervatten. Mycket av debuten i tillvaron förlägges till vattnet, badkaret. Professor Tjarkovskijs dotter Veta, som när hon föddes två månader för tidigt vägde 1 600 gram, behandlades med vattenterapi. Hon vistades 50 minuter av varje vaken timma i vattnet. Under de två år denna behandling pågick var hon aldrig förkyld, hade aldrig magknip eller kräktes.

Professorn upptäckte att dotterns förmåga att hålla sig under vattnet var fenomenal. Hon stack upp nästippen över ytan var nittionde sekund. De ryska forskarna kan i dag förklara detta:

Under sina första månader har barnet reflexer som styr andningsfrekvensen. Förmågan att behålla och ekonomisera med den inandande luften är mycket bättre utvecklad hos nyfödda än hos vuxna. Övar man upp förmågan direkt vidmakthålles den på ett helt annat sätt.



FAMILJEIDYLL som professor Diem ser det, föräldrar och deras barn före eller efter det uppbyggliga badet.

SVENSKA FOLKET FELLÄRT!

Hur motionssimmar svenska folket i dag, därför att Simfrämjandets och Livräddningssällskapets simundervisning varit allenarådande ända till 1970, då Svenska Simförbundet gick in via sina klubbar med nya metoder, där andningstekniken sattes i centrum?

Jo, bröstsim med hakan hela tiden ovanför vattnet. Ansträngande. Ineffektivt i en drunkningssituation.

Det kräver tre gånger så mycket energi som ett simsätt, där man glider fram långa sträckor med ansiktet i vattnet, håller luften (vilket förbättrar flytläget) och slappnar av, glider fram. Detta enligt den forskning som utförts vid Boston-universitetet på uppdrag av USA:s Röda kors.

De ryska forskarnas metod bygger på att barnet inte känner till begreppet rädsla och fruktan förrän det är minst fyra månader gammalt. När denna upplysning gavs i svensk TV blev jag uppringd av flera mammor: "Hjälp, mitt barn är redan tre månader, vart ska jag vända mig för att få rysk undervisning?" Lugn, svarade jag. Och skall återkomma till det ämnet.

MODELLEN FINNS I KÖLN

Den ryska metoden, både när det gäller förlossning och rekordtidig simundervisning är exklusiv och kräver särskilda resurser.

Däremot har jag blivit helt frälst för den forskning i spädbarnssimning, som bedrives på Sporthochschule i Köln ända sedan 1967 under ledning av den nu 74-åriga fru professor Liselotte Diem.

Man uppnår nu så sensationella resultat att barnpedagoger från hela världen vallfärdar till Sportschwimmhalle i Köln, där man varje lördagsmorgon klockan sju har värmt upp vattnet till 32 grader i en undervisningsbassäng, 12 × 12 meter.

Fem timmar framåt hinner man ta hand om cirka 200 barn mellan två månader och två år, lär deras pappor och mammor att överta undervisningen. Jag har aldrig upplevt en så fantastisk och mjuk stämning i en simlekskola eller sett så förbluffande resultat. Under min senaste utryckning till Ingemar Stenmarks träningsläger i Sydtyrolen tillbringade jag nämligen ett heldygn i Köln både på vägen ned och hem, på önskemål från Svenska Simförbundet.

Projektet som alltså pågått ett decennium har inte krävt mer än en halv miljon D-mark i bidrag från det västtyska ministeriet för bildning och forskning. Förbluffande redovisningar har gjorts två gånger, 1973 och våren 1979.

Man har haft halvårskontroller, och de barn som var med från starten är nu tio år gamla. Man har jämfört med barn som bara får gymnastikundervisning och en grupp som inte haft några fysiska övningar alls. "Simmarbarnen" är betydligt självsäkrare, mera spontana och oräddare. Även intelligensutvecklingen har befrämjats.







TVÅ MAMMOR MED SINA MINSTINGAR i badet, det ger barnen mera självsäkerhet, visar sensationella forskningsresultat.

RÖRELSENKÄNSLAN ÄR NYCKELN

Fru Diem som alltså var vänlig nog att ta emot mig i sitt hem så att jag utförligt fick gå igenom hennes forskningsresultat, och en vecka senare ordnade så att jag fick vara med om fem lektionstimmar i vattnet, säger:

- Vi lägger inte an på att barnet ska vara så mycket som möjligt under vattnet som i Moskva. Vi undervisar dem bara en gång i veckan sedan de fyllt två månader. Vi är ute efter att samtidigt så tidigt som möjligt skapa rörelsekänsla hos en baby.

- Jag har i flera decennier arbetat med teorin att förmågan att koordinera rörelser samt hjärna och kropp, är oerhört utvecklande för självförtroendet. Till en början valde jag min specialgren gymnastik, men flyttade 1967 över till simbassäng, därför att barn mycket tidigare kan utveckla rörelser i vattnet.

LISELOTTE ÄR 74 ÅR.

Liselotte Diem är således 74 år och änka. Hennes 24 år äldre bortgångne make, Carl Diem, är en av de största i tysk idrott genom tiderna, generalsekreterare och organisatör av Berlin-OS 1936.

De möttes när han var lärare och hon elev på universitet i Berlin. Liselotte Diems specialitet som sedermera lärare i Köln blev att tidigt försöka utveckla rörelsekänslan hos ett litet bar för att få fram större självsäkerhet. Hon har växt upp med gymnastiken som huvudgren och det är först sedan 1968 hon anknutit sina teorier till simning. Med märkliga resultat.

Hon berättar:

- Det anses ju att det motoriska sinnet, som tillåter oss att utveckla och kontrollera våra rörelser, börjar utvecklas brett först i sju-åttaårsåldern. Vi är många som letat efter metoder att stimulera en tidigare motorisk utveckling. Någon av mina böcker i detta ämne, rörelselära för små barn, där jag uteslutande sysslar med övningar på land, är för övrigt översatt till svenska.

- Det var 1968 som jag kom på idén att flytta över undervisning av denna typ till vattnet, sedan jag studerat gammal forskning i ämnet av anglosaxarna Mumford (1897) och Watson (1939). Ingenting är som bekant nytt under solen. Särskilt i pedagogik och undervisning är det lätt att genom experimentlusta tappa bort de gamla fina sanningarna.

GRUNDLIG UNDERSÖKNING

- Vi fick anslag från utbildningsministeriet i Bonn. Våra första resultat redovisade vi 1973. Vi fick nya anslag och satte 1975 igång en långtidsundersökning, som blev färdig under 1979, sedan vi gjort kontroller varje halvår. I detta projekt delade vi in barnen i sex grupper, och av de 495 deltagarna fick 165 syssla med simning.

- Grupp I bestod av barn som från sin tredje levnadsmånad fick en simlektion per vecka, där mamma eller pappa, ofta båda, samtidigt var i vattnet och utbildades till handledare, helt nödvändigt för metoden eftersom så små barn är mycket föräldrabundna. De stannade i denna grupp tills de fyllt två år, 22 månaders undervisning.

- Tre av de övriga grupperna sysslade också med simning, åldrarna två-fyra och tre-sex. En grupp innehöll barn som börjat åtta veckor gamla, men nu fyllt två. De fick vidareutbildning, fortfarande bara en halvtimma en gång i veckan.

- Grupp V sysslade med gymnastik och grupp VI, en kontrollgrupp, erhöll inte någon stimulering av det motoriska sinnet.

SKAPAR TRYGGHETS-KÄNSLOR

Undervisningsresultatet som redovisades till utbildningsministeriet våren 1979 berättar att barnen, som börjat åtta veckor gamla i grupp I och hunnit med en fortsättningskurs i grupp IV, mycket markant utvecklat självförtroendet, hade större rörelsefantasi och rörelsesäkerhet än de övriga samt var mer anpassningsbara, när de sedan vistades på daghem eller förskola.

- Det är därför jag vågar ansluta mig till de uppfattningar, som redan kommit fram i Moskva och Australien, nämligen att simundervisning för spädbarn ska-

Forts. nästa sida

BABY-SIM

Forts. fr. föreg. sida

par tryggare, mera välrustade människor.

- Vi försöker inte få barnen att vistas under vattnet så mycket som möjligt, trots att vi vet att andningsmekanismerna på en nyfödd tillåter detta. Vi vill framför allt ha fram rörelsekänslan, utveckla rörelsesäkerheten.

HUR LÄNGE ÄR MAN ORÄDD?

- Vi har givetvis också iakttagit att begreppet fruktan och rädsla är obefintligt hos nyfödda, att barnet först så småningom blir medvetet om omgivningen och där kan finnas något farligt. Men vi sätter ingen fyramånadersgräns som ryssarna.

- Jag tror för övrigt att denna tröskel inträder individuellt, och att många barn inte har några ångestreaktioner förrän de blivit ett halvt år. De skriker endast när det gör ont eller när de har magknip.

- Vi är beredda att börja med barn som fyllt ett, två och tre år och räknar med att genom simlektionerna positivt påverka deras självförtroende. Och om man vill uttrycka det fint och vetenskapligt: ”Långsiktigt få dem att fungera bättre socialt.”

EN UNDERBAR MORGON

Dagen efter besöket hemma hos professor Diem får vi i ottan göra det efterlängtade ”studiebesöket”, fem lektionstimmar, med de badande småbarnen i Sportschwimmhalle.

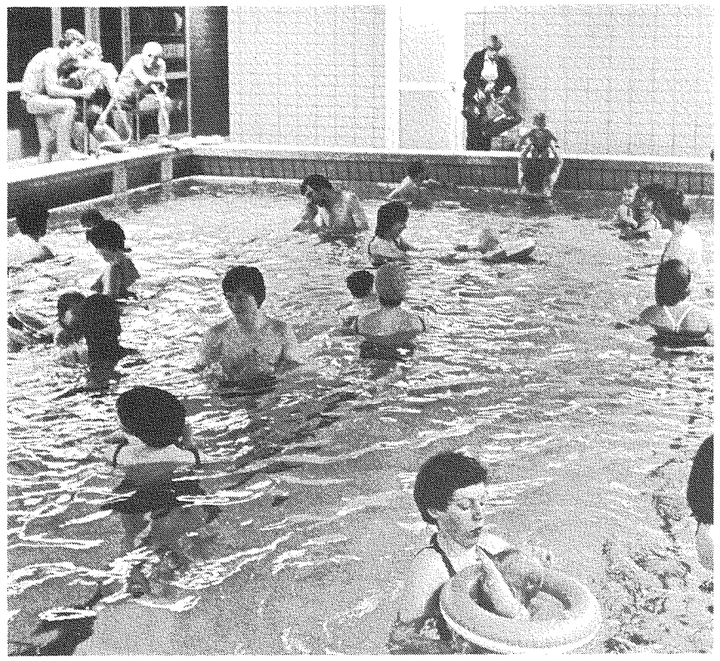
Det var mörkt ute. Och småregnigt. Men en så’n underbar morgon!

Mammor och pappor kom glada i hågen bärande på korgar, där innehållet är spädbarn, de yngsta åtta veckor gamla. De hade fått plats i fru professor Liselotte Diems epokgörande simlekskola, som syftar till att skapa barn med ökat självförtroende.

Den är bara öppen på lördagar mellan 7 och 14, eftersom oljeransoneringen inte tillåter att den lilla undervisningsbassängen (12x12) värms upp till nödvändiga 32 grader mer än en gång i veckan. Vi är ungefär 300, mammor, pappor, ungar som skall deltaga i de tio halvtimmeslektionerna, och jag som har fått tillstånd att följa samtliga från vattnet för att få utbildning.

Jag har studerat simlekskolor världen runt, bl.a. de omskrivna i USA för 1- och 2-åringar. En storindustri, där det kostar flera tusen kronor att få en baby simkunnig. Ju yngre barnet är desto högre pris. En icke helt angenäm upplevelse. Mycket gråt och skrik, ganska hårdhänta metoder av de professionella undervisarna. Barnen tjuter för att de vill till sina mammor, som sitter på bassängkanten. Endast de som är över två år tycks ha nöje av lektionerna, är inte längre helt mammabundna.

I Sportschwimmhalle i Köln denna lördagsförmiddag hör jag under fem tim-



I SPORTSCHWIMMHALLE badar babies och deras föräldrar av hjärtans lust.

mar ett barnskrik, en enda gång. Atmosfären präglas av spelglädje, samhörighet, familjestämning, genom det enkla greppet att det är mamma och pappa som i det 32-gradiga vattnet fungerar som simlärare åt sina månadsgamla barn.

Två lärare från Sporthochschule, Viola Siedling och Reiner Burger, ger nykomlingarna grundläggande instruktion framförallt hur man i vattnet håller ett litet barn, som ännu har svag nackmuskulatur. Sedan går de runt i bassängen och ingriper där det behövs. Olika leksaker finns att tillgå, bl.a. en plastflotte, ca metern i kvadrat, från vilken hoppövningar bedrives.

BADBYXTVÅNG

Det är badbyxtvång med en rejäl blöja under för att vattnet inte skall förorenas.

Redan under fjärde eller femte lektionen börjar barnen, som då är tre månader, utveckla en märkbar rörelseglädje. Ytterligare några gånger och de kan tillryggalägga de tre meterna mellan mamma och pappa under eller över vattnet. Genom massundervisningen fixeras barnet inte helt till mamma eller pappa.

Tre månaders gamla babies börjar söka kontakt med varandra, vilket är mycket svårare at skapa med lek på land. Det har också framgått av de två utvärderingar som gjorts av dessa Kölnsimlekskolor att dessa ”simmarbarn” sedan i Kindergarten har mycket lättare att umgås med jämnåriga.

Resultaten som redovisades 1975 och 1979 i rapporter till ministeriet i Bonn för utbildning och forskning, har fastslagit att simlektionerna i Köln skapar självsäkrare barn, men även en mental och intellektuell utveckling över det normala.

En sådan här ny metod möts naturligtvis också med skepsis och invändningar. Kan det vara så enkelt att det bara behövs att mamma och pappa offrar sig litet extra för sitt barn en gång i veckan? Jag hörde många studenter i Köln komma med den invändningen.

Förväxlar man inte orsak och verkan? Titta på föräldrarna som kommer hit. Det är ett från början positivt urval, sådana som har intresse för sina barn utöver det vanliga, och i vilken form som helst skulle kunna ge dem en god start.

Ja, men detta är en ovanligt nöjsam och bevisligen effektiv form.

DÅ LOSSNADE DET

Lilla Stefani föddes för tidigt med klumpfot, kunde inte sträcka ut sina armar och ben, hade dem krampaktigt sammanknutna. Han sattes i denna simskola redan när han var sex veckor.

Nu är jag med när han för Viola Siedling får sin fjärde lektion, sträcker ut benen, börjar sprattla. Ögonen på mamma Rosavitha Krethzer, som är med i vattnet, tindrar av glädje.

Jag träffar en mamma och pappa, som båda yrkesarbetar men har fria lördagar. De har två barn med i simlekskolan, tvååringen dyker från plastflotten, lillasyster tre månader, klarar att simma de tre meterna från mamma till pappa. De säger:

- För vår familj är de gemensamma besöken på lördagsmorgnarna i simbassängen en höjdpunkt som vi längtar efter hela veckan.

NU BLIR DET KURSER FÖR SPÄDBARNSSIM!

Kan spädbarnssimning genomföras i Sverige?

Intresset är tydligen mycket stort. Birger Buhres rapporter i Simsport var införda i Kvällsposten redan i januari och resulterade i 287 brev från läsare som gärna ville ha kurser i detta ämne. Dessutom flera hundra telefonsamtal. De som hörde av sig var simlärare, klubbinstruktörer, men främst lärarinnor utan tidigare anknytning till simning, barndaghem och föräldrar som antingen hade spädbarn eller där mamman väntade barn. Endagarskurser i Malmö i sista aprilveckan utlovades.

I Kungälv är siminstruktören Kurt Rosén redan i gång med spädbarnssimning sedan han skaffat sig kännedom genom att läsa in professor Liselotte Diems bok, som bara finns på tyska. Han har 79 anmälda och redan 39 i vattnet.

Efter Birger Buhres clinic i Malen i juni i fjol, där ett kompendium med 50 sidor med Claire Timmermans övningar med nyfödda i badkar och swimmingpool presenterades i svensk översättning, är några erfarna simpedagoger, bl.a. Svea Andersson i Bjärnum i gång med experiment, där mammor med nyfödda barn ställt upp.

Birger Buhre kommer därför att anordna ett antal endagarskurser först i Malmö i slutet av april, sedan i Linköping i samarbete med LASS i början av maj. Knut Rosén har lovat att ställa upp och berätta om erfarenheterna i Kungälv. Svea Andersson Bjärnum kommer att redovisa sina erfarenheter i simundervisning på alla nivåer.

Till denna kurs kommer att föreligga kompendier på sammanlagt cirka 400 sidor, ett material, som tidigare inte funnits tillgängligt i svensk översättning.

Främst:

Claire Timmermans metod.

Liselotte Diems övningar, bildillustrerade, överenskommelse har gjorts mellan författarinnan och Birger Buhre.

Liselotte Diems rapport till västtyska undervisningsministeriet, (50 sidor), två intressanta utvärderingar, den senaste klar hösten 1979.

Birger Buhres sammanfattning av erfarenheter att bedriva Plask- och lek för 4-7-åringar med stöd av visuellt undervisningsmaterial (vattentåliga planscher på bassängkanten).

Birger Buhres experiment med minisimlekskolor för tvååringar genomförda sommaren 1979.

Birgitta Fagrells arbete för Svenska Simförbundets Plask- och lekgrupp ”Pedagogiska tips” (hur beter sig barn i en undervisningssituation).

Den amerikanske simpedagogen Mick Arellanos intressanta bok ”Teach Yuorself to Swim, Despite Your Fear of Water”, riktad till vuxna med vattenskräck, ”Lär dig simma själv trots din rädsla för vatten”. Ett sammandrag i svensk översättning med tecknat övningsförråd.

En endagskurs, där begreppet äkta simkunnighet belyses liksom simningens överlägsna möjligheter att vara den idrottsgren eller aktivitet (alla vill inte bli tävlingssimmare), som man kan börja med i vaggan, men som det aldrig är försent att lära.

Birger Buhre deltog i slutet av november i tio lektionstimmar med spädbarnssimning vid Sporthochschule i Köln. Göran Buhre, tidigare plask- och leklärare, bilddokumenterade det och besöket redovisas i cirka 100 diafärgbilder på denna kurs. På samma sätt redovisas skånska experiment med badkarsövningar för spädbarn och det övningsförråd, som användes vid minisimlekskolan för två-åringar i Malen sommaren 1979. Detta undervisningsmaterial plus kasetter med Birger Buhres kommentarer kommer att kunna köpas. Priset beror på efterfrågan och kommer att fastställas efter samråd med Svenska Simförbundet. De första beställningarna tages upp i samband med kurserna i Malmö och Linköping.

Kursavgiften kommer att ligga kring 175 kronor och i den ingår det lunch, eftermiddagskaffe, förfriskningar i pauserna, men framförallt den omfattande kurslitteraturen som tidigare inte funnits tillgänglig på svenska. Föräldrapar som får ett kompendium för två, cirka 275 kronor. Vi räknar med att kunna ta emot 100-150 deltagare per dag i Malmö mellan den 25-29 april, i Linköping mellan den 3-7 maj.

Anmälan med önskemål om dag kan göras redan nu under adress:

Simkonsult BKB, Kerstn o Birger Buhre, Tessins väg 19 B, 217 58 Malmö.

Det är en endagarskurs, men om någon behöver övernattning anmäl detta redan nu så att arrangörerna kan hjälpa till att ordna det till så förmånligt pris som möjligt.

Inbjudningstävlingar för svenska klubbar

16) 4-6/4
”Torneo del Atlantico”, Puerto de la Cruz, Teneriffa (50 m)
Åldersklasser: 63/64, 65/66, 67/68 69 o. yngre
Anmälan senast: 13/3

17) 2-4/5
”Mulhouse 1st Int. Championships”, Mulhouse, Frankrike (50 m)
Ålersklasser: 64-66, 67 o. sen.
Anmälan senast: 15/2

18) 31/5-1/6
”9 Int. Jugendmeisterschaften” Zürich, Schweiz (50 m)
Åldersklasser: 61-63, 64/65, 66/67, 68 o. sen.
Anmälan senast: 1/5

19) 6-7/9
5th Int. Swimming Gala of Stuttgart, Västtyskland (25 m)
Anmälan senast: 1/5

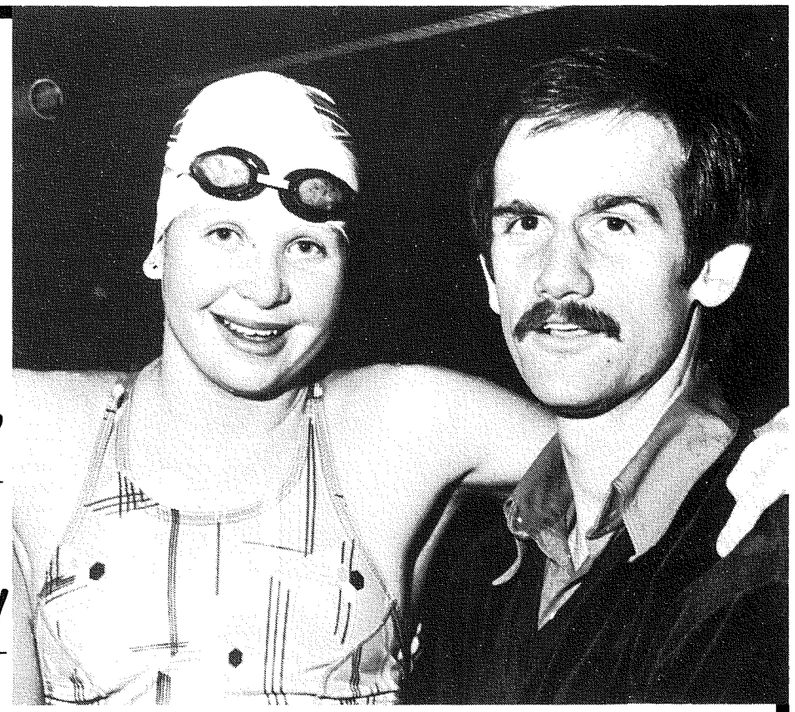
Övriga internationella inbjudningstävlingar, se Simsport nr. 10/1979.

Intresserade föreningar kan ta kontakt med Svenska Simförbundets kansli, Berth Johansson, tel. 08/713 63 09.

1980 ÅRS INNE-SM I SVIKTHOPP 1 OCH 3 M

äger rum i Västerviks Simhall 29-30 mars 1980.
Anmälningstiden utgår lördagen den 15 mars och efteranmälningstiden utgår torsdagen den 27 mars kl. 12.00.
Separat inbjudan utsändes till tävlingsföreningarna.
KANSLIET

Grattis ''Falla'' och Agneta!



GRATTIS SÄGER VI TILL VÄSTERÅSPARET, Agneta Eriksson och hennes tränare, Jan-Olof Fahlén, som båda uppmärksammats genom fina erkännanden!

Ett riktigt grattis måste vi säga till Västeråsduon, tränaren Jan-Olof —Fahlén och hans adept, Agneta Eriksson. Under loppet av några dagar fick de varsin uppmärksammad belöning för sitt gedigna arbete vid respektive i simbassängen.

I samband med Svenska Simspelen i Borlänge fick ''Falla'' ta emot DN-priset ''Månadens tränare''. Det var simexperten på Dagens Nyheter, Bengt Lans, som högtidligen överräckte bevis på tränarvärdigheten som 1979 års sista månadens tränare.

Jan-Olof Fahlén blev månadens tränare mycket tack vare de framgångar som han skördat tillsammans med Agneta Eriksson, men ''Falla'' har också lärt många andra att simma fort - men bara några timmar hann ticka iväg innan just Agneta fick sin stora belöning.

Hon blev utsedd till ''Årets Komet 1979'' bland svensk damidrott. Utöver den trevliga utnämningen får hon ett stipendium på 5000 kronor. Priset utdelas förmodligen i samband med inne-SM i Borlänge i mars.

''Årets Komet'' utses av representanter för press och Riksidrottsförbundet (RF), vilka hade 25 talanger att välja mellan, utsedda av de olika specialidrottsförbunden. Röstningen utföll med följande resultat:

1) Agneta Eriksson, simning 35 poäng, 2) Lena Sandin, tennis, 28 poäng, 3) Anniche Kringstad orientering, 19 poäng, 4) Karoline Nemetz, friidrott, 17 poäng och 5) Marianne Berglund, cykel, 13 poäng.

Endast ytterligare tre flickor fick några poäng i omröstningen.

MERA PENGAR

Endast några dagar efter ''Kometpriset'' förkunnade Strömbergs Idrottsböcker att Agneta fått ytterligare ett stipendium. Det andra samma vecka!

- Ja, säger redaktör Verdi Oguzá vi har på förslag från Svenska Simförbundet beslutat att ge Agneta vårt pris, Simmarfyndet.

''Simmarfyndet'' är en fin plakett, samt ett stipendium på 1 000 kronor. Även detta pris kommer att utdelas i samband med inne-SM i Borlänge.

Text och foto: Roger Stark

Smått från andra delar av vår värld

Västtyskland

15 nya västtyska rekord (25 m) sattes vid ''Bundesliga-Finale'' i Völklingen 14-16 december. Bland resultaten märks framför allt Gerhard Mörkens och Peter Langs 1.01,0 resp. 1.01,9 på 100 m bröstsim. Mörken noterade också 2.15,4 på den dubbla distansen.

Övriga bar resultat 100 m frisim herrar: 1. Peter Knust 50,6, 200 m frisim: 1. Frank Wennmann 1.50,4, 2. Peter Knust 1.50,6, 400 m frisim: 1. Wennmann 3.52,0, 200 m medley: 1. Klaus Steinbach 2.06,0.

Damer: 100 m frisim: 1. Marion Aizpors 55,7, 2. Karin Seick 57,2, 200 m frisim: 1. Aizpors 2.02,1, 100 m bröstsim: 1. Angelika Knippling 1.12,1, 200 m medley: 1. Aizpors 2.18,9.

Canada

Alex Baumann, 15, en blivande storsimmare? Eller vad sägs om 15.25,17 (1500 m frisim) och 2.05,70 (200 m medley), tiderna uppnådda i Toronto (25 m) i november.

USA

Som OS-tränare i Moskva har nominerats: George Haines (chefstränare), vidare som hans assistenter, Paul Bergen, Mark Schubert samt Don Gambril. Har någon hört namnen förut? Men nu ser det ju närmast ut som om USA uteblir från Moskva-OS.

PÄR OCH PELLE SVERIGES BÄSTA GENOM TIDERNA!

70-talets två stora

TVÅ AV VÅRA STORA på 70-talet, Pär Arvidsson (t v) och ''Guld-Gunnar'' Larsson.



Av statistik kan man göra nästan vad som helst. Ja, t.o.m. räkna fram att Sveriges bästa simmare genom tiderna är Pär Arvidsson med Pelle Holmertz på andra plats! Den här något missvisande slutledningen kan man få om man studerar listan över simresultat av Europasimmare genom tiderna.

Utvecklingen i simning har sprungit iväg snabbt och i statistikjämförelse ställs mästare som Arne Borg och Gunnar Larsson m.fl. i skuggan. Fast förstås, Gunnar Larsson finns med som åtta i Europa genom tiderna på 400 m medley.

Som kuriosa kan vi dock använda Europastatistiken. Och se vilka fina placeringar våra simmare har:

100 m frisim herrar: 1) Klaus Steinbach Västtyskland 50,79 4) Pelle Holmertz Motala 51,45.

200 m ryggsim: 1) Roland Matthes DDR 2.01,87 5) Janne Thorell Stockholmspolisen 2.04,68.

100 m fjärilsim: 1) Pär Arvidsson Finspång 54,33 2) Roger Pyttel DDR 54,61.

200 m fjäril: 1) Sergej Fesenko Sovjet 1.59,34 4) Pär Arvidsson Finspång 2.00,42.

200 m bröstsim: 1) David Wilkie Storbritannien 2.15,11 16) Peter Berggren Uddevalla 2.21,09.

400 m medley: 1) Alexander Sidorenko Sovjet 2.03,46 8) Gunnar Larsson Malmö 2.07,17.

100 m bröstsim, damer: 1) Julia Bogdanova Sovjet 1.10,31, 13) Eva-Marie Håkansson Kristianstad 1.12,58.

400 m medley: 1) Ulrika Tauber DDR 4.42,77, 8) Ann-Sofi Roos Kristianstad 4.53,49.

Text och foto: Roger Stark

Simspelen behövs om talangerna ska fram



AGNETA ERIKSSON intervjuas i TV - det var en värre pärs än att besegra VM-tvåan Lene Jensen!



RYGGSIMSSTORHETERNA Michael Söderlund (tv) och Bengt Baron sparrar varandra till fina tider.

TV-intervju värre än att slå VM-tvåan!

- Det här får vi betrakta som en hygglig inledning på något som ska bli årligt återkommande. Och bättre undan för undan...

Så säger Lars-Erik Paulsson, tränare i Borlänges SS och mannen bakom idéerna till Sveriges just nu enda storinternationella simtävling, Svenska Simspelen vars första upplaga arrangerades 25-27 januari. I startlistorna fanns massor av fina namn, rent av världstoppar som t.ex. Mary T. Meager. Men långt ifrån alla anmälda simmare inställde sig i Maserhallen för deltagande i de första Svenska Simspelen!

Svenska SIM SPELEN

Text och foto: Roger Stark

- Det var lite tråkigt för arrangörerna. Men det var inte deras fel. 14-åriga Mary fick t.ex. inte utresetillstånd från Amerikanska Simförbundet, trots att klubben anmält henne, berättar Svenska Simförbundets konsulent, Berth Johansson.

NORGE UTEBLEV

Mera anmärkningsvärt är det att hela den norska truppen på 25-talet anmälda simmare uteblev. Det var en kylig stämning i Maserhallen och akta sig den som nämnde norsk simning!

- Vi tog oss hit på egen hand för att få göra ett par lopp på lördagen, berättade Norges Lene Jensen, som kom tillsammans med tränare och en simmande kamrat, Elisabeth Brudvik.

Men av den övriga truppen såg man ingenting. Det sägs att norrmännen inte accepterade bostaden!

- Dom skyller visst också på ekonomin, men sådant borde väl kollas upp innan man anmäler sig till en tävling, menar Lene Jensen, som var precis lika arg på norsk simnings makthavare som arrangörer, övriga tävlande och publik i Maserhallen!

SEX NATIONSREKORD

Hade arrangörerna i tid fått veta hur många som skulle stannat hemma hade startfälten bättre kunnat utnyttjas av svenska förmågor. För Borlänge hade fått begränsa startfälten genom att lämna återbud.

Men nu var det definitivt inte någon dussintävling ändå. Italien kom med ett mycket fint gäng, som också gjorde bra resultat. Danmark, Storbritannien och Finland hade också simmare som efter respektive utgångspunkt gjorde godkända resultat, medan USA-simmarna inte riktigt var i form.

De nordiska länderna, samt Italien, passade också på att förbättra några av nationsrekorden. Totalt var det sex nationsrekord som noterades - varav hälften i ett och samma lopp!

Det var damernas 400 m frisim, som blev rena rekordslakten. Roberta Felotti, Italien vann loppet på 4.17,18 före Monica Parsmark, Upsala/Sverige, 4.18,58 och trean Charlotte Petersen, Danmark, 4.19,03, allt var nationsrekord!

På 1500 m frisim för damer blev det två nationsrekord, noterade för tvåan Charlotte Petersen, Danmark, 16.57,95 och trean Elisabeth Brudvik, 17.18,26. Segrade gjorde Roberta Felotti, Italien.

Även det sjätte nationsrekordet sattes av en flicka, finländskan Riitta Karhunen på 200 m fjärilsim, 2.22,72. Där blev Agneta Mårtensson tvåa (2.16,63) efter segrande Diane Johanningman, USA (2.15,70).

"MIN DISTANS"

Det var klart att Monica Parsmark, tränad av Kjell Karlsson i Upsala S, var mycket glad efter sitt 400-meterslopp.

- Ja, jag satsar definitivt på 400 m frisim nu. Det blir min distans närmaste tiden, säger Monica, som ju också firat stora framgångar i medley.

- Men sanningen är den att jag aldrig tränat medley riktigt målmedvetet. T.o.m. när jag var kvar i Hudiksvall tränade jag mest frisim, tillsammans med Anette Löjdström.

- Sen jag kom till US försöker jag hänga med grabbarna i deras träning. Och det sporrar verkligen, säger Monica.

Det var i somras som Monica på allvar slog igenom som frisimsflicka, när hon vann såväl 200 m frisim som 400 m frisim.

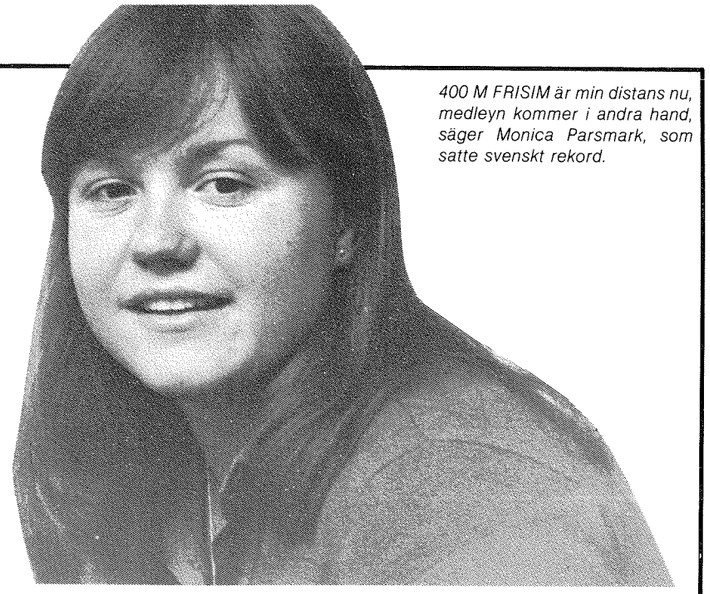
AGNETA IGEN!

Och så lyckades Agneta Eriksson, Västerås igen.

1978 års VM-tvåa, Lene Jensen från Norge, blev "ifrånkörd" redan från början. Och på slutet tänjde sig Agneta lite extra och faktiskt utklas-

Forts. nästa sida

''400 meter frisim är min distans''



400 M FRISIM är min distans nu, medleyn kommer i andra hand, säger Monica Parsmark, som satte svenskt rekord.

Forts. fr. föreg. sida

sade sin namnkunniga kontrahent med drygt sekunden.

Agneta fick 56,64 mot Lenes 57,76. Trea blev Carina Ljungdahl, Filipstad med 58,20, den bästa tid hon gjort!

Efter sitt segerlopp blev Agneta intervjuad i TV. Och det var synbarligen en mycket större pärs än att trycka ner en VM-tvåa i skorna.

RYGGSIMS-TOPP

Sverige har tre ryggsimmare på herrsidan av mycket hög klass, Bengt Baron Finspång, Michael Söderlund Karlskrona och Janne Thorell. Den senare har varit borta från de stora simtävlingarna sen förra våren - men satsade på en frisk come back i Svenska Simspelen.

- Men öppnade för hårt på 200 m frisim och stod inte distansen ut, konstaterar tränaren Evert Sandberg.

Jannes tuffa satsning gav en mellantid efter halva loppet som var verkligt tuff, 1.00,31, endast sju tiondelar saktare än han dagen efter hade som sluttid på 100-metersloppet. Janne öppnade alltså för hårt, vilket ändå bevisar att han fortfarande kan simma och inte är borta på den längre sträckan!

Nu blev han den här gången passerad av såväl segrande Bengt Baron, som tvåan Michael Söderlund. Och på 100 m upprepades placeringarna för de två främsta. Då blev Janne fyra.

BRA 1500 METER

Flickornas rekordlopp på 1500 m frisim är redan nämnt, men herrarnas går inte av för hackor det heller.

- Nej, Magnus Petersson från Jönköping visade ännu en gång vilken fin talang han är, säger simmarbasen Sven von Holst.

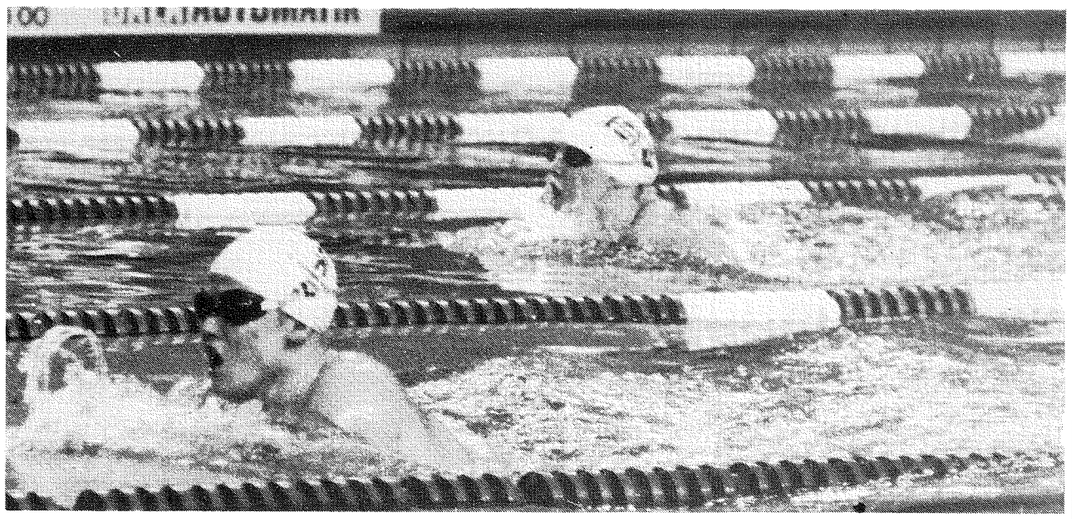
Nu gjorde han sitt livs bästa (hittills) lopp och fick sluttiden 15.25,22 och han närmar sig alltmera Gary Anderssons fantomtid 15.11,97 från inne-SM i Umeå 1977.

Per-Ola Quist är också ett simmarnamn att tala om, även om det tystnade lite kring honom efter VM 1978. Nu visade han bra takter både i frisim och fjärilsim.

Borlänges egna simmare, främst frisimssprinterna Pelle Wikström, Per Johansson och Ulf Kaustinen. Dessa tre återfanns i finalen på 100 m frisim. Pelle och Per tog förstaplatserna med Michael Söderlund på tredje plats.

Ja, det blev till slut många fina resultat i en period där det precis inte brukar sprudla om simmarna, som är inne i en hård träningsperiod. Och för att travestera på Aftonbladets slogan kan konstateras att ''Simspelen behövs om talangerna ska fram!''

- Räkna med att vi kommer tillbaka nästa år. Då hoppas jag att vårt namn spridit sig ytterligare och att vi får ännu bättre tävlingar, slutar Lars-Erik Paulsson.



DANSKAN SUSANNE NIELSSON vann båda bröstsimsdistanserna. Här ses Ingela Havaas på banan bortom Susanne.

John Stinessen om missarna i massmedia

I en reportageartikel från JSM i Trollhättan tar Simsportredaktören Roger Stark upp missarna i massmedia (Simsport nr 12/1979). Eftersom jag under många år i egenskap som aktiv sportjournalist och simintresserad varit kritisk mot det sätt på vilket svensk simning hanterat sin PR, i första hand då umgänget med pressen, ser jag egentligen positivt på att en viss självrannsakan nu äntligen görs: Roger Stark skriver ''att simningen har sig själv att skylla!''

Men i sammanhanget redogör han också för ''TT-missen'' den första tävlingsdagen under inomhus-SM i Västerås i fjol.

- Jag var presschef vid detta arrangemang vill därför gärna - för att därmed understryka hur viktigt det är att Simförbundsstyrelsen börjar agera på PR-sidan - redogöra för bakgrunden till Västerås-missen.

TT fick liksom övriga aktuella tidningar skriftlig inbjudan till Västerås i mycket god tid, senare också en påminnelse. När ingen anmälan kom tog jag två veckor före tävlingarna telefonkontakt med TT-sportchefen Sune Sylvén, som meddelade att det fortfarande var ovisst om TT skulle sända någon medarbetare till SM (''det var ju inget OS-år''). Jag utlovades definitivt besked senare.

När jag en vecka senare ringde på nytt fick jag veta att det skulle bli TT:s lokale medarbetare i Västerås som skulle bevaka SM.

TT:s Västeråskorrespondent är Vestmanlands LÄns Tidnings sportredaktion med dess chef Ingemar Helgoson som ansvarig. Jag kontaktade honom direkt på redaktionen och fick bekräftat att VLT skulle sköta TT-bevakningen. I samband med en genomgång inför SM och en redogörelse för presservicen under SM tog jag upp TT-bevakningen med VLT-sporten. Det bekräftades då att en särskild medarbetare skulle avdelas för TT:s räkning.

Det fungerade tyvärr inte första dagen. I övrigt kan jag bara bekräfta att man på TT inte låter vem som helst lämna resultat utan först och främst litar till den som enligt uppdragslistan skall lämna per telefon. Därvidlag tycks man ha ett enastående tålamod vid telefonmottagningen i Stockholm, vilket gör att storstadstidningarnas förstaupplagor ofta saknar resultatlistor.

JOHN STINESSEN
VÄSTERÅS

Då sa Sverige nej till Sovjet

Svensk simning fick en inbjudan från Sovjet - och gladde sig åt att få skicka några simmare till Moskva. Men så kom beskedet, en simmare och en ledare. Det var det samma som inget - och eftersom en framställan om att åtminstone få skicka två simmare blev avslagen - ja, då nobbar svensk simning Sovjets mästerskap.

PROGRAM OS-KVALET OCH EJM-KVAL

Försök: 10.00
Final: 17.00

24/6		**26/6**	
1. 200 m frisim	herrar	13. 400 m frisim	damer
2. 200 m bröstsim	damer	14. 100 m frisim	herrar
3. 100 m ryggsim	herrar	15. 100 m bröstsim	damer
4. 100 m färilsim	damer	16. 200 m ryggsim	herrar
5. 200 m medley	herrar (ej OS-kval)	17. 200 m fjärilsim	damer
6. 800 m frisim	damer h.ö. 1	18. 400 m medley	herrar
25/6		**27/6**	
7. 400 m frisim	herrar	19. 200 m frisim	damer
8. 100 m frisim	damer	20. 200 m bröstsim	herrar
9. 100 m bröstsim	herrar	21. 100 m ryggsim	damer
10. 200 m ryggsim	damer	22. 100 m fjärilsim	herrar
11. 200 m fjärilsim	herrar	23. 200 m medley	damer (ej OS-kval)
12. 400 m medley	damer	24. 1500 m frisim	herrar h.ö. 1

Inga kvaltider, men SK förbehåller sig rätten att begränsa antalet heat.
Separat inbjudan kommer i Simsport nr. 3.

Junior-EM i Skövde:

Bara Sverige lämnade en fullständig ansökan



BERTIL SÄLLFORS stod i förgrunden när EM arrangerades i Jönköping. Nu tar han nya tag för JEM i Skövde. Den här bilden är, vilket man lätt kan se, från 1977.

Europamästerskapen i simning och hopp för juniorer kommer ju att arrangeras av Svenska Simförbundet tillsammans med Skövde Simsällskap i augusti i år. Europeiska Simförbundet (LEN) hade ju ursprungligen på en kalenderkonferens lämnat arrangemanget till Luxemburg, där man i detta sammanhang skulle inviga ett nytt bad. Men då det för någon tid sedan stod klart att badet inte skulle bli färdigt i tid, meddelade Luxemburgs Simförbund att man måste avsäga sig uppdraget.

Då det i anledning därav utannonserades, anmälde Portugal, Tjeckoslovakien och Sverige intresse, men då de båda övriga länderna inte hade inkommit med en lika fullständig ansökan som Sverige och då inte lång tid återstod, bestämde vi oss omgående att låta Svenska Simförbundet få ta hand om arrangemanget. Framförallt hade ju Sverige goda meriter att falla tillbaka på sedan EM i Jönköping.

"OS OM FEM ÅR"

EM för juniorer har sitt ursprung i att Österrike för ett 20-tal år sedan utlyste en öppen internationell tävling för simmare högst 15 år gamla och där mottot var:

"Vi söker de simmare, som komma att starta i Olympiaden om 5 år".

Det blev stort deltagande från västeuropeiska länder och tävlingen arrangerades 4-5 år framåt av olika länder.

Så småningom var tiden mogen för LEN att uppta den på sitt officiella program och då började deltagare från hela Europa att strömma till. Numera är det en tävling av hög klass och de flesta av våra 29 medlemsländer brukar sända väl kvalificerade deltagare.

Skövde har ju både bra bassänger och goda inkvarteringsmöjligheter, så det finns ju alla förutsättningar för lyckade tävlingar.

Om vi i det här sammanhanget också skulle titta lite på seniorernas Europatävlingar, så har programmet för dessa kommit till en brytpunkt. Vi har ju under ganska många år haft Europa-Cup i såväl simning som hopp, som ett komplement till Europamästerskapen vart fjärde år. Vid den senaste kongressen i Dresden fastställdes emellertid att Europamästerskap skall äga rum vartannat år (om vi får arrangörer) och då kommer troligen beslut att fattas om att Europacupen skall upphöra, enär tävlingsprogrammet annars blir för hårt belastat.

HOPP-SPONSORER?

Hopparna tycks förstås inte vara tillfreds med detta utan söker efter någon ersättning. Det har glunkats om att man skulle försöka ordna varje år en serie tävlingar liknande världscupen på skidor, där man skulle samla poäng, men där möter nog för många problem bl.a. av ekonomisk natur för att de skulle kunna förverkligas. Man är ute och letar efter sponsorer, som givetvis vore en hjälp, men simhopp är nog inte en tillräckligt stor sport för att någon skall vilja satsa de ganska stora belopp, som behövs. Då är det kanske bättre att tänka sig att fortsätta med hoppcupen åtminstone för 3- och 10-metershoppen.

LEN:s styrelse sammanträder i slutet av mars och det återstår att se om man tills dess hunnit få fram något lämpligt förslag, som sedan kan presenteras för kongressen och kalenderkonferensen, som äger rum i maj månad i Rom i år.

BERTIL SÄLLFORS

7 AUGUSTI

kl. 10.00		
100 m frisim	herrar	försök
100 m frisim	damer	försök
200 m ryggsim	herrar	försök
200 m ryggsim	damer	försök
400 m indv. medley	herrar	försök
400 m indv. medley	damer	försök
kl. 12.30		
Höga hopp	damer	(4 hopp)
kl. 17.00		
Öppningsceremoni		
Höga hopp	damer	final, 3 hopp
Finalsimningar enligt förmiddagens grenordning.		

8 AUGUSTI

kl. 10.00		
100 m bröstsim	herrar	försök
100 m bröstsim	damer	försök
200 m fjärilsim	herrar	försök
200 m fjärilsim	damer	försök
400 m frisim	herrar	försök
400 m frisim	damer	försök
kl. 12.30.		
Svikthopp, 3 m	herrar	(5 hopp)
kl 17.00		
Svikthopp 3 m	herrar	final, 5 hopp
Finalsimningar enligt förmiddagens grenordning.		

9 AUGUSTI

kl. 10.00		
100 m ryggsim	herrar	försök
100 m ryggsim	damer	försök
200 m frisim	herrar	försök
200 m frisim	damer	försök
200 m indv. medley	herrar	försök
200 m indv. medley	damer	försök
kl. 12.30		
Svikthopp, 3 m	damer	(5 hopp)
kl. 17.00		
Svikthopp, 3 m	damer	final, 5 hopp

10 AUGUSTI

kl. 10.00		
100 m fjärilsim	herrar	försök
100 m fjärilsim	damer	försök
200 m bröstsim	herrar	försök
200 m bröstsim	damer	försök
1 500 m frisim	herrar	direkt final, heat över 1.
800 m frisim	damer	direkt final, heat över 1.
kl. 12.30		
Höga hopp	herrar	(4 hopp)
kl. 17.00		
Höga hopp	herrar	final, 5 hopp

Finalsimningar i grenarna 100 m fjärilsim herrar, 100 m fjärilsim damer, 200 m bröstsim herrar, 200 m bröstsim damer samt seadat finalheat för 1 500 m frisim herrar och seadat finalheat 800 m frisim damer.
Avslutningsceremoni.

150 nya platser på idrottsgymnasierna

Från nästa läsår blir det 150 nya platser vid de s k idrottsgymnasierna enligt regeringens förslag i budgetpropositionen. Det innebär en utvidgning av försöksverksamhetet till totalt 400 intagningsplatser.

Riksidrottsförbundet (RF) hälsar utökningen med tillfredsställelse, även om man hellre hade sett en permanentning av verksamheten.

- Specialförbunden är mycket angelägna om att få vara med i denna verksamhet, säger RF:s utbildningschef Bengt Wallin. 14 specialförbund har begärt att få sammanlagt 345 nya platser på ett 20-tal orter. Det kommer att bli svårt för oss att prioritera.

- Riksidrottsstyrelsen kommer att behandla frågan vid sitt sammanträde 22 januari. Sedan är det skolöverstyrelsen som fastställer fördelningen av orter och platser för de olika specialförbunden 29 januari, säger Wallin.

Två nya specialförbund, gymnastik och volleyboll, vill starta verksamhet i Katrineholm. Skidor vill ha plats för backhoppare i Örnsköldsvik och Falun, kanot vill ha forspaddlare i Järpen.

Badminton, bandy, basket, fotboll, friidrott, handboll, ishockey, orientering, simning, skidor (längd) och militär idrott (skidskytte) önskar bygga ut sin verksamhet. Bordtennis vill flytta sin verksamhet från Trollhättan till Falkenberg.

BILDERNA I SIMSPORT – DOM KAN DU KÖPA!

De allra flesta av de bilder som införs i Simsport har redaktionen negativen till, vilket betyder att vem som helst kan beställa en förstoring.

Använd talongen nedan, eller rita av den, och sänd beställningen till:
Simsports redaktion, Roger Stark, Ängsbergsvägen 4, 633 47 Eskilstuna.

Bilden föreställer	Simsport nr	Sida	Antal ex	Storlek
	/år			
	/år			
	/år			
	/år			

Prislista: 15×20 cm 10:—, 18×24 cm 12:—. Expeditionsavgift 5:— (inklusive porto) vid beställning för mindre än 25:—.

Namn .....

Adress .....

Postnr ..... Postadr .....

Svenska Simförbundet
håller ÅRSMÖTE
I Stockholm 26 april 1980
Tid och plats i nästa nummer av Simsport

Skäret SS - en liten pärla på Västkusten

"Peter Berggren Skäret", har man hört ropas ut i högtalarna vid åtskilliga simtävlingar i Sverige under senaste året när det kallats till prisutdelning.

Vad är nu detta? Ja 17-årige Peter Berggren har ju med besked presenterat sig för den svenska och även den internationella simpubliken som varande Sveriges bröstsimkung denna säsong.

Vid Neptuns stortävling Sim-Juliaden i somras förklarade därvarande speakern Kristian König det hela på ett kortfattat och fint sätt med följande ord: "Ni skall inte tro att Skäret är en liten klippa uti havet! Nej, det är i stället en liten pärla på västkusten". Och hur rätt har han inte i detta!

Dessutom i dubbel bemärkelse.



BRITA NILSSON, grundare av Skäret SS och still going strong.

Sedan 20-talet tillvaratogs simningen i Uddevalla av Uddevalla Simförening, fortfarande den större av Uddevallas två simklubbar.

För att ytterligare utöka och stimulera simkonstens spridning bildades så Uddevallasimningens Grand Old Lady Brita Nilsson tillsammans med maken Hugo, Skäret Simsällskap. Året var 1950. 30-årsjubileum firas nästa år till hösten. Namnet tog Brita och Hugo från den plats på södra stranden av Byfjorden, vattenvägen till Uddevalla, där de hade sitt sommarställe. Detta den första likheten med pärla.

Den ursprungliga målsättningen för det nybildade simsällskapet var att lära såväl unga som gamla bad- och vattenvett samt konsten att simma, en målinriktning som fortfarande gäller och ligger till grund för vår verksamhet. Tävlingsverksamhet stod ej på programmet till en början. Härigenom kom Skäret SS inledningsvis att tjäna som "farmarklubb" till Uddevalla Simförening".

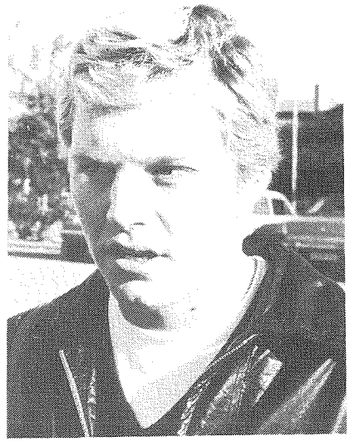
I mitten på 60-talet tog så Skäret SS steget fullt ut och tog upp egen tävlingsverksamhet. Banden med USF klipptes därmed av och ersattes av en i tävlingssammanhang stimulerande konkurrens.

Den andra likheten med pärlan är det goda kamratskap och anda som råder bland Skärets cirka 500 medlemmar. Av dessa 500 är cirka hundratalet aktiva tävlingssimmare indelade i olika tävlingsgrupper efter ålder och förmåga. Ett mycket fint tränararbete nedläggs av vår skicklige chefstränare, mannen bakom Peter Berggren, Leif Carlsson och hans tränarkolleger.

Det nerlagda tränararbetet har också



TALANGGRUPPEN på träningsläger i Danmark. Kerstin Johansson simmare när kamraterna ser på, fr v Henrik Fogelin, tränaren Tomas Salmén, Kjell Robertsson, Fredrik Karlsson, tränaren Nilla Dahlberg, Magnus Weistadt och Åsa Wireby.



PETER BERGGREN, storsimmaren i Skäret SS.

burit frukt, förutom Peter B har vi i våra led bland många andra fostrat sådana simmare som Peter Johansson numera S 02 med framgångar bl a i JSM. För närvarande hyser klubben flera mycket lovande simmare både pojkar och flickor i 12-15-års åldern som redan visat framfötterna bl a i SUM-SIM-sammanhang. Vår nuvarande målsättning vad gäller tävlingsverksamheten är att före 1985 ha blivit en etablerad SM-klubb med representation av minst 4 simmare av vardera könet i dessa tävlingar.

Som alla andra idrottsföreningar i Sverige i dagens läge brottas även Skäret med ekonomiska problem. Särskild satsning har i år gjorts för att stödja Peter Berggrens olympiaträning. Sättet på vilket detta har skett är vi förmodligen ganska ensamma om bland simföreningar i landet och ber jag därför få återkomma till detta senare.

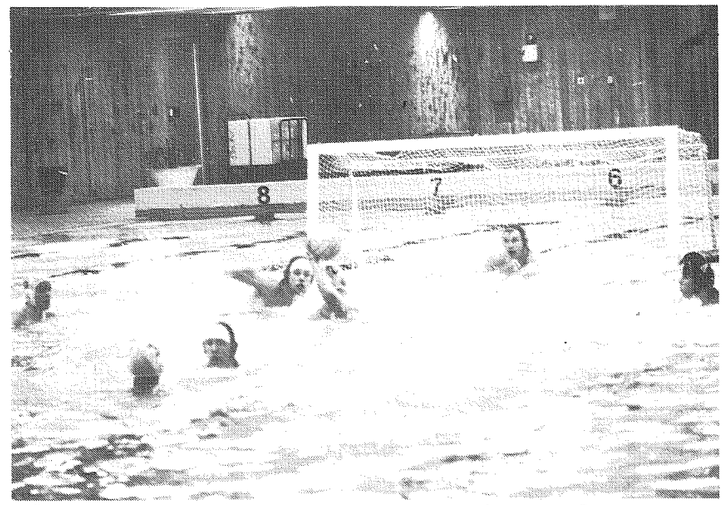
Beträffande den egna tävlingsverksamheten genomför vi två-tre ungdomstävlingar per år i Uddevallas förträffliga och av de flesta simmarna mycket uppskattade Walkesborgsbadet. En simanläggning inrymmande en 25 m bassäng med 8 banor samt separata hopp- och undervisningsbassänger. Vår ambition är även att genomföra en elittävling i september varje år den s.k. JUB -75 som instiftades vid klubbens 25-årsjubileum 1975. JUB -75 av 1980 års upplaga, olympiaåret och jubileumsår för Skäret, hoppas vi skall bli särdeles elitbetonad. Skäret SS kommer även att stå som arrangör för SUM-SIM regionfinal 1980.

Inledningsvis antydde jag egenarten av vårt klubbnamn. Även vad beträffar valet av färgkombinationer i vår klubbdräkt är vi mig veterligen ganska ensamma bland simföreningarna i landet. Så när man runt våra tävlingsbassänger ser en simmare i den brun/vita tävlings- eller träningsdräkten då skall man veta att han eller hon med all sannolikhet kommer från pärlan på västkusten, Skäret Simsällskap.

Text och foto:
Jan Fagelin, Skäret SS

Sju segrar, en förlust för pojklagen i Oslo

De ansvariga för svensk polo kan med tillförsikt se framtiden an. Men än återstår det några år av hårt arbete innan vi åter kan räkna oss till de stora polonationerna. Den satsning som polokommittén nu gör på ungdomssidan kommer med all sannolikhet att bära frukt, dock under förutsättning att de tillförs resurser för ökad aktivitet ute bland distrikt och klubbar. Kan sedan simtränare se polon med än mer positiva ögon och ge simmarna en chans till lite polo-träning - ja, då skulle hoppfullhetens stjärna stråla än klarare.



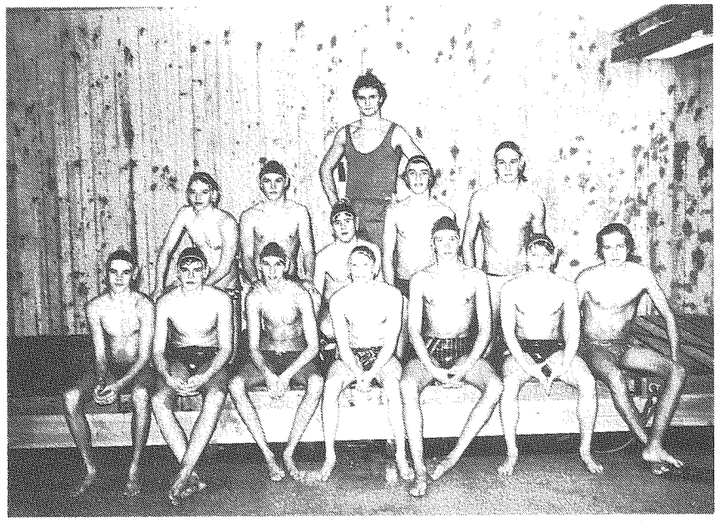
TRÄNAREN HASSE LUNDÉN med SUM-pololandslaget för åldersklass B.

Ingressen är nedtecknad på grundval av de erfarenheter och resultat som våra två pojklandslag gjorde vid en turnering i det vackra Töyenbadet i Oslo under helgen 19-20 januari nådens år 1980. I lagen ingick spelare födda 1961-62 respektive 1963 el. senare.

En del av dessa ungdomar har börjat sin karriär inom polosporten efter att först ha varit simmare, en del har enbart sysslat med polo. Måhända en lyckad konstruktion.

Tyvärr infann sig varken Danmark eller Egypten till turneringen. Danmark av ekonomiska skäl. Egypten av politiska. Det nuvarande spända läget i världens oroliga hörn innebär att inga egyptier tillåts lämna sitt land. Från svensk sida beklagas dessa två beslut, och som gjorde att Sverige nu istället fick möta Norge i dubbelmöte såväl på lördagen som på söndagen.

Sveriges betydligt simstarkare lag hade kanske inget större besvär med norrmännen. Trots detta "strulade" A-grabbarna till det för sig i andra matchen, vilket renderade dem en förlust. Om de inte hade drabbats av underskattningsspöket hade vi kunnat tillskriva oss åtta segrar. Nu fick vi vara nöjda med sju. Norrmännen är att gratulera till segern. B-grabbarna gjorde sitt.



SVENSKARNA på anfallsvågen - sju segrar och bara en förlust i Oslo lovar gott.

Att så här i nuläget ge sig in på en individuell kritik av spelarna låter sig inte göras, då deras fysiska och psykiska status ännu inte helt kartlagts. Det står dock fullt klart att den fysiska styrkan saknas på alltför många händer. Finns inte den, så orkar man ej heller med den psykiska pressen, utan blir allmänt sur och grinig till men för kollektivet. Att den fysiska styrkan finns för landslagsaktuella spelare av alla kategorier ligger helt på klubbtränarnas ansvar. För det kan inte vara meningen att landslagstränarna med den korta tid de har till sitt förfogande vid sammandragningar ska behöva bygga upp spelarnas kondition. Den ska finnas där då de kommer till sammandragningarna, för att tränarna enbart ska kunna ägna sig åt att öva in olika spelsystem, taktik etc.

Andan och harmonin i truppen, vetskapen om konkurrens om platserna i laget bland grabbarna, viljan att visa sitt bästa gör att tron på svensk polos framåtskridande stärks. Polokommittén är att lycka till.

BJÖRN RUBEN

Pojkar födda 1961-1962

Sverige-Norge 3-1, Sverige-Norge 6-8, Sverige-Norge 10-8, Sverige-Norge 11-4.

Pojkar födda 1963 o senare

Sverige-Norge 8-1, Sverige-Norge 8-2, Sverige-Norge 6-4, Sverige-Norge 10-5.

INBJUDAN
till SM samt RIKSFINALEN
I KONSTSIM 19-20 april 1980

Svenska Simförbundet och Järfälla Simsällskap inbjuder till SVENSKT MÄSTERSKAP samt RIKSFINAL i Rikstävlingen i KONSTSIM i Jakobsbergs Simhall den 19-20 april 1980.

1) Omfattning: Solo, par och lag

2) Genomförande: SM genomförs enligt Sv Simförbundets tävlingsregler kapitel VII, varvid de internationella figurserierna gäller och Riksfinalen enligt Inbjudan till Rikstävlingen 79/80.

3) Anmälan: i 2 ex på protokollsblankett (beställes hos Simförbundet) för figur- och musiksimning som skickas till **Järfälla Simsällskap, Box 9, 175 21 Järfälla,** så att de är kansliet tillhanda **senast** den **5 april** 1980.

Domare och lagledare: skall även anges i anmälan. Om ej erforderligt antal domare anmälts från klubbarna kommer domare att kallas från Stockholmsregionen.

Anmälningsavg.: Solo 10:-, par och lag 20:-, inbetalas till Sv Simförbundets postgiro 5 24 94-2 samtidigt som anmälan.

Efteranm.tiden: utgår den **17 april 1980** kl 12.00.

Efteranm.avgift: 100:-/start-

Avanmälan: Återtagande av anmälan är tillåtet, om detta sker senast 24 timmar före resp tävlingspass början. Därvid återbetalas ej tävlingsavgiften. Avanmälan som inkommer efter denna tidpunkt belägges med en straffavgift på 100:-/avanmäld start. Om tävlingsläkaren utfärdar startförbud uttages ej straffavgift.

4) Tävlingslicens: Anmälande förening ansvarar för att föreningens samtliga deltagare löst tävlingslicens.

5) Prel tidsprogram:

18/4	19.00-21.00	Insimning
19/4	13.00-13.40	Insimn. del av bass.
	13.40-14.20	Insimn. hel bassäng.
	14.30-17.00	Figurtäv. Riksfinal Figurtäv. SM
	18.00-20.00	Musiktäv. par försök Musiktävl. solo final Rikstävl.
	20.00-21.00	Musikträning
20/4	8.00- 9.50	Insimning
	10.00-11.45	Solo försök
	15.00-15.40	Insimn. del av bass.
	15.40-16.30	Insimn. hel bassäng
	16.30	Solo final
	17.30	Par final
	18.30	Lag final

Prisutdelning efter varje gren.

6) Lottning av startordning äger rum på Järfälla Simsällskaps kansli den **8 april kl 17.30** tel 0758/164 00.

7) Upplysningar om möjligheter till inkvartering och utspisning lämnas av JS kansli (kl 10.00-13.00) 0758/164 00.

8) Övriga upplysningar kan fås av: Anette Bruhn, tel bost efter kl 18.30 0758/422 08 el 08/33 16 20 (arb).



SVENSKA SIMFÖRBUNDET OCH JÄRFÄLLA SIMSÄLLSKAP HÄLSAR ALLA VARMT VÄLKOMNA TILL JAKOBSBERG, SM OCH RIKSFINAL I KONSTSIM 1980.

Resultatbörs

SVENSKA SIMSPELEN
Borlänge (25 m) 25-27 jan.

1500 m frisim damer

1. Roberta Felotti, -64, Italien	16.57,41
2. Charlotte Petersen, -64, Danmark (D.Rek.)	16.57,95
3. Elisabeth Brudvik, -59, Norge (N.Rek.)	17.18,26
4. Birgitta Granlund, -63, Neptun	17.22,00
5. Monica Barret, -65, Jönköpings SS	17.27,75
6. Mette Erdmann, -62, Danmark	17.37,79
7. Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	17.43,33

1500 m frisim herrar

1. Magnus Petersson, -62, Jönk. SS (DR)	15.25,22
2. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS	15.40,45
3. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS	15.51.04
4. Karl-Erik Elias, -65, Linköpings ASS	15.51,70
5. Gary Andersson, -58, Västerås SS	16.02,33
6. P.S. Brinn Petersen, -62, Danmark	16.04,35
7. Öyvind Loftheim, -61, Danmark	16.10,62

4x100 m frisim damer

1. Västerås SS, lag 1, (Eva-Pia Ahlm, 1.01,03, Ingela Sandqvist, 1.01,44, Maria Engbom, 1.00,25, Agneta Eriksson, 55,63)	3.57,35
2. Karlstads SS, (Elisabet Wiklund, 1.00,83, Anne Kisberg, 59,69, Ann Axelsson, 58,95, Kerstin Gustavsson, 58,41)	3.57,88
3. Upsala S, (Anja Pettersson, 1.00,90, Agneta Öhman, 1.01,69, Lena Brunnberg, 1.03,10, Monica Parsmark, 57,85)	4.03,54
4. Danmark	4.03,78
5. Borlänge SS	4.04,93
6. Kristianstads SLS	4.05,81
7. Neptun	4.07,49

100 m ryggsim damer

1. Laura Foralasso, -62, Italien	1.04,37
2. Joy Beasley, -62, Gr.Britain	1.06,45
3. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	1.06,58
4. Diane Johannigman, USA	1.07,17
5. Pensé Andersen, -63, Landskrona SS	1.07,49
6. Tina Salminen, -62, Finland	1.08,30
7. Lena Andersen, -63, Neptun	1.11,77

200 m frisim herrar

1. Per-Ola Quist, -61, Helsingborgs S	1.52,75
2. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS	1.53,87
3. Pelle Wikström, -61, Borlänge SS	1.54,26
4. Magnus Petersson, -62, Jönköpings SS	1.54,42
5. Inge Andersson, -56, Kristianstads SLS	1.55,21
6. Mark Taylor, -60, Gr. Britain	1.56,11
7. Gary Andersson, -58, Västerås SS	1.56,67

200 m bröstsim damer

1. Susanne Nielsson, -60, Danmark	2.35,54
2. Carlotta Tagnin, -66, Italien	2.36,50
3. Ingela Havaas, -62, Skövde SS	2.37,44
4. Pia Winther, -65, Danmark	2.40,35
5. Ingrid Tallberg, -61, Filipstads IF	2.43,39
6. Maud Jansson, -62, Upsala S	2.45,31
7. Elizabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	2.47,02

100 m bröstsim herrar

1. Peter Berggren, -62, SK Skäret	1.05,27
2. Glen Mills, USA	1.06,28
3. Lars Lindqvist, -61, Kristianstads SLS	1.06,82
4. Jan Mandal, -61, Upsala S	1.08,00
5. Hans Bergqvist, -61, SK Hajen	1.08,56
6. Stefan Jansson, -59, Örebro SS	1.08,78
7. Anders Törnqvist, -60, Norrtälje SK	1.09,24

100 m frisim damer

1. Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	56,64
2. Lene Jensen, -57, Norge	57,76
3. Carina Ljungdahl, -60, Filipstads IF	(DR) 58,20
4. Lotta Hjelm, -62, Kristianstads SLS	58,49
5. Lorie Armbroster, USA	58,94
6. Kerstin Gustavsson, -63, Karlstads SS	59,05
7. Mette Christensen, -65, Danmark	59,17

200 m ryggsim herrar

1. Bengt Baron, -62, Finspångs SK	2.04,34
2. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS (DR)	2.04,49
3. Jan Thorell, -59, Polisens IF	2.05,39
4. Paul Marshall, -61, Gr. Britain	2.09,09
5. Hans Leijonhufvud, -62, Hedemora SS	2.12,34
6. Jan Corell, -62, Danmark	2.12,97
7. Göran Höglund, -60, Neptun	2.13,15

200 m fjärilsim damer

1. Diane Johannigman, USA	2.15,70
2. Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	2.16,63
3. Cinzia Rampazzo, -62, Italien	2.19,55
4. Riitta Karhunen, -63, Finland (Finskt rek.)	2.22,72
5. Lisbeth Kristiansen, -61, Danmark	2.24,65
6. Anja Pettersson, -59, Upsala S	2.24,97
7. Ann Axelsson, -64, Karlstads SS	2.25,06

100 m fjärilsim herrar

1. Per-Ola Quist, -61, Helsingborgs SS	57,66
2. Mark Taylor, -60, Gr. Britain	57,78
3. Sten Williamsson, -62, Polisens IF	58,23
4. Per Lindvall, -61, Neptun	58,77
5. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS	58,89
6. Pelle Wikström, -61, Borlänge SS	59,46
7. Bengt Svensson, -57, Upsala S	1.00,92

400 m frisim damer

1. Roberta Felotti, -64, Italien (It.rek.)	4.17,18
2. Monica Parsmark, -60, Upsala S (Sv.rek.)	4.18,58
3. Charlotte Petersen, -64, Danmark (Dan.rek.)	4.19,03
4. Mette Christensen, -65, Danmark	4.20,85
5. Marie Gommel, -64, Borlänge SS	4.23,47
6. Monica Barret, -65, Jönköpings SS (D.R.)	4.25,37
7. Kerstin Gustavsson, -63, Karlstads SS	4.26,33

400 m medley herrar

1. Thomas Leijdström, -62, Västerås SS	4.29,84
2. Peter Berggren, -62, SK Skäret	4.37,23
3. Magnus Pettersson, -62, Jönköpings SS	4.38,83
4. Gary Andersson, -58, Västerås SS	4.43,88
5. Gunnar Persson, -61, Ängelholms SS	4.44,44
6. Juha Kaartinen, -58, Finland	4.44,79
7. Anders Blomqvist, -62, Lycksele IF	4.50,21

200 m medley damer

1. Lorie Armbroster, USA	2.21,01
2. Monica Parsmark, -60, Upsala S	2.23,45
3. Maarit Vähäsaari, -61, Finland	2.24,88
4. Lotta Hjelm, -62, Kristianstads SLS	2.25,49
5. Tina Gustavsson, -62, Norrköpings KK	2.25,78
6. Lene Jensen, -57, Norge	2.25,80
7. Elisabet Wiklund, -62, Karlstads SS	2.27,19

4 x 200 m frisim herrar

1. Borlänge SS, (Anders Norberg, 1.58,81, Per Johansson, 1.54,97, Ulf Kaustinen, 1.57,32, Pelle Wikström, 1.54,01)	7.45,11
2. Västerås SS, lag 1, (Thomas Lejdström, 1.54,54, Sven-S Bergqvist, 1.57,41, Fredrik Nyby, 1.57,98, Gary Andersson, 1.56,94)	7.46,87
3. Upsala S, lag 1, (Per Björkman, 1.57,05, Bengt Svensson, 1.55,98, Peter Eriksson, 1.57,92, Roger Svensson, 1.56,77)	7.47,72
4. Danmark, lag 1	7.57,67
5. Finspångs SK	7.58,12
6. Neptun	7.59,62
7. Jönköpings SS	8.01,25

4 x 100 m medley damer

1. Danmark	4.26,40
2. Italien	4.26,50
3. Upsala S, lag 1	4.32,60
4. Karlstads SS	4.33,80
5. Neptun	4.34,50
6. Danmark, lag II	4.36,20
7. Landskrona SS	4.37,70

4 x 100 m frisim herrar

1. Borlänge SS, lag I, (Per Johansson, 52,04, Anders Norberg, 52,97, Ulf Kaustinen, 52,60, Pelle Wikström 51,78)	3.29,39
2. Västerås SS, lag I, (Fredrik Nyby, 52,97, Thomas Lejdström, 53,63, Gary Andersson, 54,73, Anders Berggren, 53,19)	3,35,52
3. Upsala S, lag I, (Bengt Svensson, 53,82, Roger Svensson, 53,71, Peter Eriksson, 55,10, Per Björkman, 52,90)	3.35,58
4. SK Laxen	3.36,53
5. Danmark, lag I	3.38,22
6. SK Hajen	3.40,98
7. Neptun	3.41,23

100 m ryggsim herrar

1. Bengt Baron, -62, Finspångs SK	58,12
2. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS	59,06
3. Paul Marshall, -61, Gr.Britain	59,50
4. Jan Thorell, -59, Polisens IF	59,65
5. Hans Leijdhufvud, -62, Hedemora SS	1.00,38
6. Jan Correll, -62, Danmark	1.01,57
7. Heikki Mäki, -61, Finland	1.02,50

200 m frisim damer

1. Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	2.02,45
2. Lisa Buese, USA	2.03,61
3. Lorie Armbroster, USA	2.04,47
4. Charlotte Pedersen, -64, Danmark	2.04,81
5. Monica Parsmark, -60, Upsala S (DR)	2.04,87
6. Lotta Hjelm, -62, Kristianstads SLS	2.07,10
7. Marie Gommel, -64, Borlänge SS	2.10,44

200 m bröstsim herrar

1. Peter Berggren, -62, SK Skäret	2.19,85
2. Glen Mills, USA	2.20,44
3. Jan Mandal, -61, Upsala S	2.27,64
4. Morgan Engström, -63, Upsala S	2.28,24
5. Peter Söderlund, -62, Skövde SS	2.28,61
6. Stefan Jansson, -59, Örebro SS	2.29,57
7. Torbjörn Pettersson, -63, Västerås SS	2.30,44

100 m bröstsim damer

1. Susanne Nielsson, -60, Danmark,	1.13,01
2. Carlotta Tagnin, -66, Italien	1.13,37
3. Pia Winther, -65, Danmark	1.15,03
4. Ingela Havaas, -62, Skövde SS	1.15,15
5. Lorie Armbroster, USA	1.15,24
6. Elizabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	1.16,97
Cecilia Franke, -64, Finspångs SK	Diskv.

100 m frisim herrar

1. Pelle Wikström, -61, Borlänge SS	52,02
2. Per Johansson, -63, Borlänge SS	52,07
3. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS	52,35
4. Mark Taylor, -60, Gr. Britain	52,48
5. Bengt Baron, -62, Finspångs SK	52,68
6. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS	53,00
7. Roger Svensson, -60, Upsala S	53,46

200 m ryggsim damer

1. Pensé Andersen, -63, Landskrona SS (DR)	2.18,97
2. Joy Beasley, -62, Gr. Britain	2.19,14
3. Laura Foralasso, -62, Italien	2.19,92
4. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	2.20,34
5. Tina Salminen, -62, Finland	2.23,07
6. Gerd Laursen, -62, Danmark	2.24,84
7. Ulrika Ek, -65, Piteå Sim	2.26,08

200 m fjärilsim herrar

1. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS	2.04,82
2. Gunnar Persson, -61, Ängelholms SS	2.08,38
3. Per Lindvall, -61, Neptun	2.08,67
4. Sven-Sören Bergqvist, -61, Västerås SS	2.09,72
5. Peter Berggren, -62, SK Skäret	2.10,85
6. Jess Gydesen, -61, Danmark	2.11,14
7. Magnus Petersson, -62, Motala SS	2.17,77

100 m fjärilsim

1. Diane Johannigman, USA	1.02,48
2. Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	1.03,58
3. Lisa Buese, USA	1.03,73
4. Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	1.04,21

dmark, -65, Borlänge SS 1.05,16
sson, -64, Karlstads SS 1.05,78
ck, -62, Landskrona SS 1.06,01

n herrar

etersson, -62, Jönköpings SS 3,54,63
Elias, -64, Linköpings ASS 4.02,56
rinck, -63, Jönköpings SS 4.02,76
rsson, -56, Kristianstads SLS 4.06,26
ndrop, -62, Danmark 4.06,37
Brink Pedersen, -62, Danmark 4.07,96
ftheim, -61, Danmark 4.11,94

ey herrar

arsmark, -59, Upsala S 4.57,41
Nielsson, -60, Danmark 5.03,73
nmel, -64, Borlänge SS 5.03,92
m, -62, Kristianstads SLS 5.06,64
istensen, -65, Danmark 5.07,06
öge, -63, Danmark 5.11,83
man, -62, Upsala S 5.14,08

ey herrar

ejdström, -62, Västerås SS 2.08,00
ggren, -62, SK Skäret 2.12,98
dborg, -63, SK Ran 2.13,06
nsson, -59, Örebro SS 2.14,73
ersson, -61, Ängelholms SS 2.15,60
nsson, -57, Upsala S 2.17,44
Svensson, -60, SK Laxen 2.18,44

isim damer

SS, lag I, (Eva-Pia Ahlm, 2.09,18, Maria En-
,98, Ulrika Bergstrand, 2.10,32, Agneta
05,54) 8.33,02
(Charlotte Petersen, 2.06,73, Lisbeth Niel-
Lone Jensen, 2.09,90, Mette Christensen,
8.35,64
SS, (Kerstin Gustavsson, 2.11,35, Anne
13,60, Elizabeth Wiklund, 2.11,30, Ann
09,59 8.45,84
SS 8.45,89
lag I 8.46,48
ads SLS 8.50,52
SS, lag II 8.53,92

edley herrar

SS, lag I, (Ulf Kaustinen, 1.02,92, Johan
1.09,85, Pelle Wikström, 57,43, Per Jo-
,54) 4.00,74
lag I, (Bengt Svensson, 1.00,83, Jan Man-
Per Björkman, 1.01,28, Roger Svensson,
4.01,90
SS, lag I, (Gary Andersson, 1.02,28, Tor-
sson, 1.09,33, Thomas Lejdström, 57,65,
gren, 53,74) 4.03,03
s SK 4.04,38
4.06,03
SS 4.07,10
4.08,22

JC-KUPPEN, Nässjö (25 m) 27 jan.

herrar JS

son, -62, Nässjö SLS 1.59,6

damer JS

asson, -63, Roma IF 2.17,9

pojkar A.

ttersson, -65, Jönköpings SS 2.09,8

flickor A

ström, -65, Roma IF 2.15,6

pojkar B.

imertz, -68, Motala SS 2.11,6

flickor B.

son, -67, Ölands SK 2.22,4

pojkar C

lmqvist, -69, Jönköpings SS 2.23,3

flickor C.

otte Broden, -69, Motala SS 2.32,4

sim herrar JS.

son, -62, Nässjö SLS 2.37,5

sim damer JS.

ansson, -63, Linköpings ASS 2.59,3

200 m bröstsim pojkar A.
1. Fredrik Pettersson, -65, Jönköpings SS 2.45,1

200 m bröstsim flickor A.
1. Helen Berg, -65, Jönköpings SS 2.58,3

200 m bröstsim pojkar B.
1. Anders Holmertz, -68, Motala SS 3.01,8

200 m bröstsim flickor B.
1. Marie Johansson, -67, Linköpings ASS 2.59,6

100 m bröstsim pojkar C.
1. Joakim Holmqvist, -69, Jönköpings SS 1.31,0

100 m bröstsim flickor C.
1. Katarina Johansson, -69, Jönköpings SS 1.40,2

4x100 m medley herrar.
1. SK Poseidon, (Ingemar Nilsson, 1.07,4, Hans Rosen, 1.12,2, Lars Alm, 1.03,0, Johan Lindberg, 58,1 4.20,7
2. Nässjö SLS, lag 1 4.26,6

4x100 m medley Damer.
1. Jönköpings SS, lag 1, (Sofie Andersson, 1.21,9, Helen Berg, 1.22,1, Carina Pantzar, 1.11,9, Malin Eriksson, 1.05,5 5.01,4
2. Kalmar SS 5.02,2

Västgötasim, Trollhättan (25 m) 27 januari

200 m frisim, damer A
1. Eva Jansson, 63, Mariestads SS 2.12,2
2. Lena Karlsson, 65, Skövde SS 2.12,5

200 m frisim, herrar A
1. Jarmo Hintsanen, 62, Mariestads SS 2.08.3
2. Håkan Olsson, 65, Alingsås SLS 2.10.2

100 m bröstsim, damer A
1. Maud Lindgren, 65, SK Elfsborg 1.20,5
2. Helena Segerdahl, 65, SK 70 Sandared 1.20,7

100 m bröstsim herrar A
1. Bo Frykberg, 63, Trollhättans SS 1.12,5
2. Anders Peterson, 65, Mariestads SS 1.12,7

200 m medley, damer A
1. Sofia Kraft, 65, SK Götene 2.30,8
2. Marit Lantz, 64, Skövde SS 2.37,2

200 m medley, herrar A
1. Anders Peterson, 65, Mariestads SS 2.19,1
2. Bo Frykberg, 63, Trollhättans SS 2.21,8

100 m ryggsim, damer A
1. Eva Jansson, 63, Mariestads SS 1.11,0
2. Sofia Kraft, 65, Simklubben Götene 1.11,2

100 m ryggsim, herrar A
1. Klas Andersson, 64, SK Elfsborg 1.08,5
2. Mikael Olsson, 64, Karlsborg 1.10,5

8 x 50 m frisim, mixed
1. SK Elfsborg 3.48,5
2. Mariestads SS 3.50,5
3. Trollhättans SS 3.55,4

Rese-Butiken Cup, Säffle (25 m) 27 januari

100 m ryggsim, damer
1. Karin Törnblom, -64, Katrineholms SS 1.15.2
2. Ann Johansson, -65, Kristinehamns SS 1.15.3

100 m frisim pojkar födda 1966 och senare
1. Robert Linusson, -67, Skäret SS 1.01.0
2. Jan Uddh, -66, Karlstads SS 1.01.9

100 m ryggsim, herrar
1. Mats Josefsson, -64, Hagfors SS 1.05.5
2. Håkan Jansson, -64, Kristinehamns SS 1.09.3

200 m medley, damer
1. Helena Törnblom, -64, Katrineholms SS 2.38.2
2. Malin Åström, -66, Hagfors SS 2.42.2

100 m frisim flickor födda 1966 och senare
1. Mia Sundvisson, -66, Säffle SS 1.05.0
2. Maria Bergström, -68, Karlstads SS 1.05.9

200 m medley, herrar
1. Mats Josefsson, -64, Hagfors SS 2.22.8
2. Håkan Jansson, -64, Kristinehamns SS 2.28.2

200 m frisim damer
1. Maria Backlund, -65, Katrineholms SS 2.15.6
2. Helena Törnblom, -64, Katrineholms SS 2.16.3

8 x 50 m frisim, mixed - 4 herrar och 4 damer
1. Karlstads SS 3.54.8
2. Kristinehamns SS, lag I 3.55.5
3. Säffle SS 4.01.5.

400-meterscupen, Fjärås (25 m)

Flickor 1964 och äldre
1. Christina Andersson, Varbergs-Sim 4.34.8
2. Helen Smith, S 02 4.53.6
3. Angela Holmberg, Varbergs-Sim 5.01.3

Pojkar 1964 och äldre
1. Jörgen Erixon, S 02 5.21.8
2. Jörgen Johannesson, S 02 4.22.0
3. Christer Jönsson, S 02 4.26.4

Flickor 1965-1966
1. Karin Forsberg, Mass 4.37.3
2. Christine Strandberg, Varbergs-Sim 5.12.5
3. Sara Persson, S 02 5.12.6

Pojkar 1965-1966
1. Peter Engström, Varbergs-Sim 4.58.1
2. Björn Blomgren, Mass 4.59.4
3. Patrik Andersson, Kungsbacka 5.00.5

Flickor 1967 och yngre
1. Adele Nilsson, Kungälv 5.06.7
2. Lisa Fagberg, Kungälv 5.11.2
3. Marlene Nilsson, Varbergs-Sim 5.23.6

Pojkar 1967 och yngre
1. Johan Lindén, Ale Sk 4.56.6
2. Ales Planic, Ale Sk 5.05.6
3. Claes Svensson, Mass 5.12.2

Vattenpolo

Div. II, norra

Stockholmsp. IF A	9	9	0	0	115 - 12	18
Örebro PK A	9	7	0	2	85 - 43	14
PK Hellas/Nept. B	9	5	0	4	58 - 40	10
Falu SS	9	4	0	5	56 - 73	8
Stockholmsp. IF B	6	3	0	3	41 - 47	6
Järfälla S B	7	3	0	4	26 - 63	6
Sala SS	8	2	0	6	38 - 79	4
Örebro PK B	9	0	0	9	37 - 99	0

Skytteligan

Ove Axelsson	ÖPK A	23
Bertil Svensson	SPIF A	23
Kenneth Eriksson	SPIF A	20
Lars Dahl	FSS	19
Jan-Erik Österberg	FSS	17
B. Pettersson	SPIF A	16
Gunnar Nyman	ÖPK A	15
Stefan Tredahl	SPIF A	13

Div. II, södra

SK RAN	6	6	0	0	87 - 22	12
GKKN B	5	5	0	0	58 - 19	10
Nässjö SLS	7	4	0	3	73 - 35	8
Karlstads SS	4	2	0	2	39 - 29	4
Helsingborgs S	6	2	0	4	46 - 38	4
LUGI	5	1	0	4	37 - 44	2
Trollhättans SS	7	0	0	7	16 - 169	0

Skytteligan

Håkan Andersson	RAN	22
Per-Håkan Andersson	RAN	20
Mats Nilsson	NSLS	18
Ingemar Waldenby	GKKN B	15
Mats Ekdahl	NSLS	13
Gabor Tilesch	LUGI	13
Ingvar Nilsson	NSLS	12

Diös

Riksföretagets
RESURSER

Lokalföretagets
SERVICE

Byggnadsfirman
Anders Diös AB

Eskilstunakontoret 016/12 00 90
Nyköpingskontoret 0155/810 50
Huvudkontor: Uppsala 018/13 93 40

Hemmaplan!
är
alltid en fördel

Vi känner vår hemmaplan och vet vad den kräver. Personlig kundservice, snabb skadereglering. Bland annat.
Vi finner dessa krav naturliga eftersom vi ägs av försäkringstagarna. Och vi har inga vinstintressen.
Kontakta oss - vi finns ju på hemmaplan.

VÄSTMANLANDS LÄNS
FÖRSÄKRINGSBOLAG
Tel. 021/18 51 50, Ombud på alla orter.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Idrottens Hus
123 87 FARSTA

NU ÄVEN I SVERIGE

SOLAR®

Baddräkter, badkappor, simglasögon m.m

För besked om återförsäljare kontakta generalagenten:

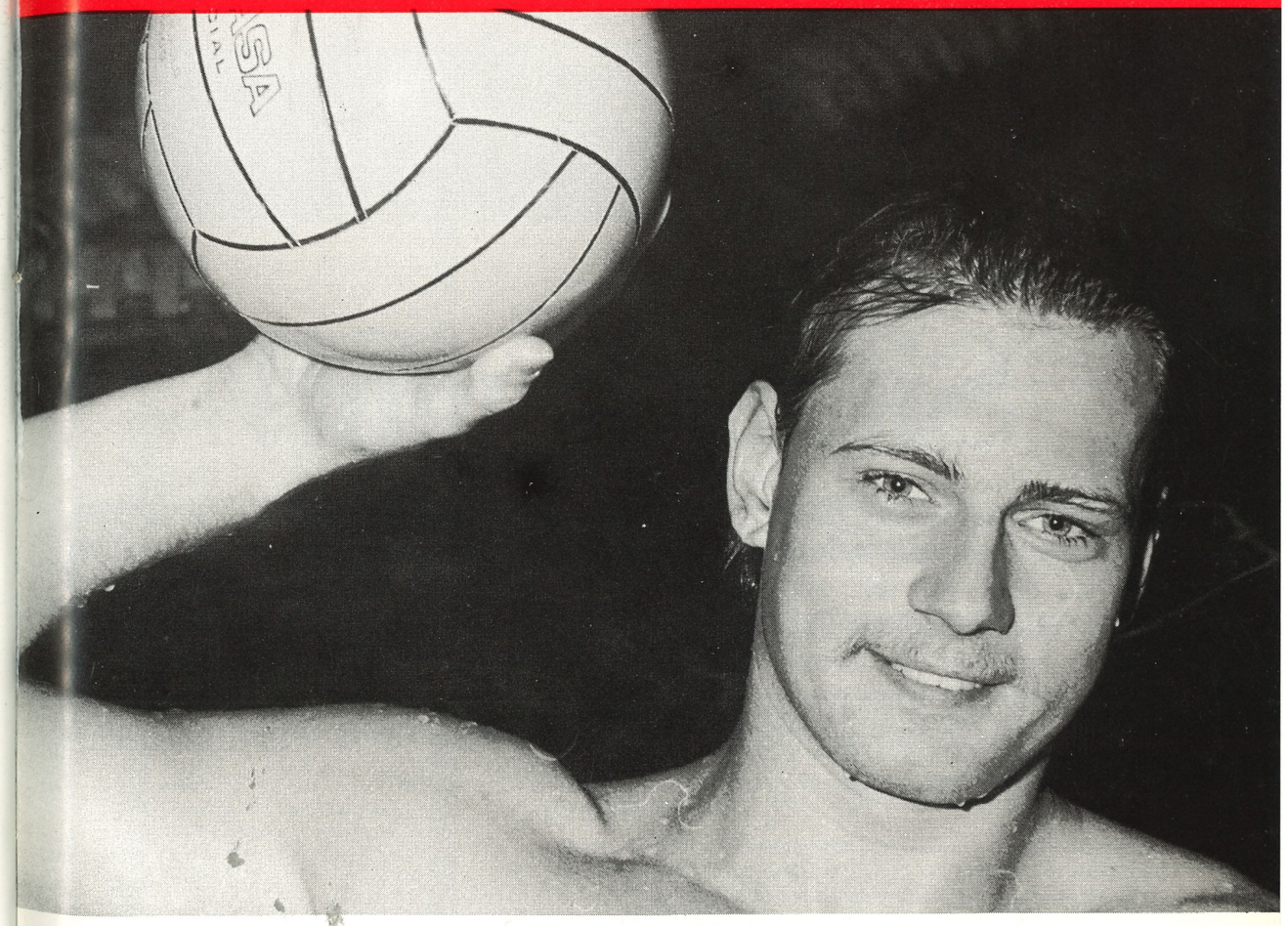
FREKER SPORT
Tönnes väg 6
260 42 MÖLLE
Telefon 042-476 70



MELLERSTA SKÅNES HÖRBY CIVILTRYCKERI AB
1980

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET



ALLSVENSKAN I VATTENPOLO är inne i en mycket spännande del av serien, där fem lag fortfarande utkämpar en jämn match om platserna i SM-slutspelet. Införandet av slutspel är det bästa som hänt svensk polo - men frågan är om polons skyttekung, Jan Johansson i Tunafors, kan spela mera. En knäskada gör det svårt för honom. På bilden laddar dock Janne för skott och då bävar alla målvakter. *(Foto: Roger Stark)*

3 MARS 1980 — ÅRGÅNG 35