SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Idrottens Hus
123 87 FARSTA

NU ÄVEN I SVERIGE

SOLAR®

Baddräkter, badkappor, simglasögon m.m

För besked om återförsäljare kontakta generalagenten:

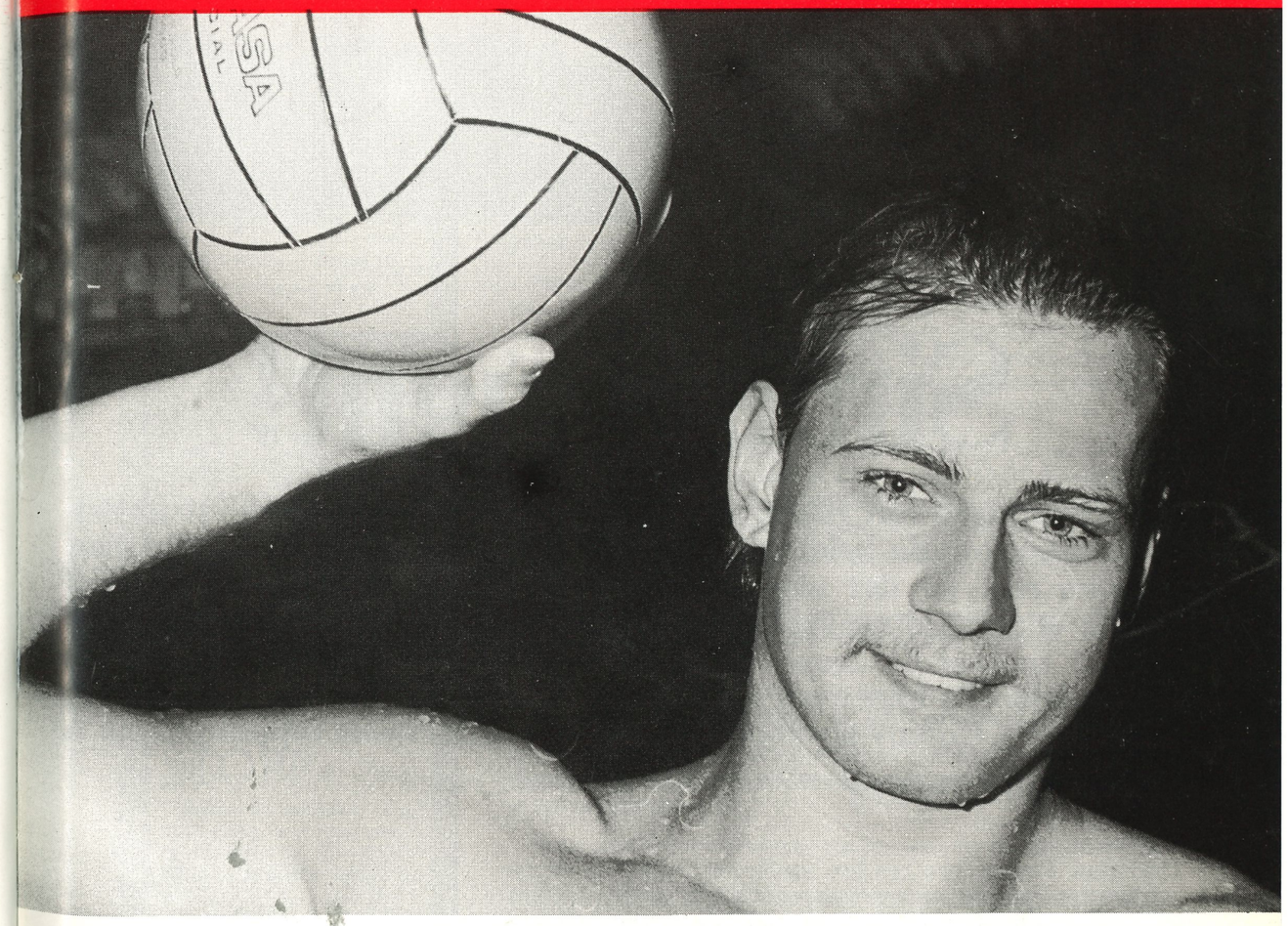
FREKER SPORT
Tönnes väg 6
260 42 MÖLLE
Telefon 042-476 70



MELLERSTA SKÅNES HÖRBY TIDNINGSTRYCKERI AB
1980

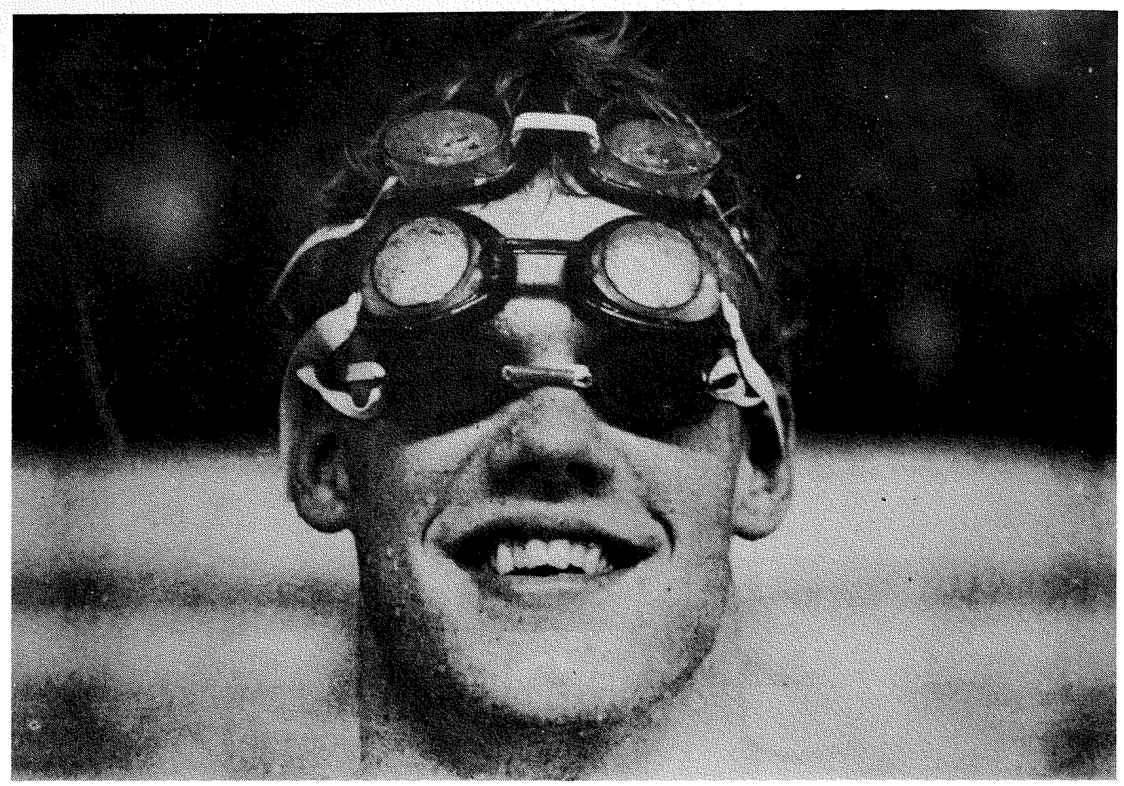
Simsport

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



Simma lugnt!

Det spelar ingen roll vilken typ av simglasögon du vill ha. Vi fixar det. Flera tusen om du behöver. Du får dom bums. Bara slå en signal eller skriv en rad. Är det något annat du behöver? Baddräkt, bensparksplattor eller eltidtagningsanläggning? Eller kanske en burk Time Off som du sprayar på kroppen för att minska motståndet? Det gäller ju hundradelar. På bilden ser du glasögon av märkena Compy, Eyeline och Sportsgear's. Compy använder faktiskt dom allra flesta toppsimmarna.

Simma lugnt! Tommy

TRAINING EQUIPMENT
M.MALMSTEN

Backvägen 22, 290 20 Åhus Tel 044/24 30 67, 24 30 68

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 3 — 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 4 1980 måste vara redaktionen, Enebrovägen 14, 633 47 Eskilstuna, tillhanda senast 4 april.

Manuskript till Simsport nr 5 1980 skall vara redaktören tillhanda senast 5 maj.

Förvänta inte några stordåd i OS-bassängen

Tiden rusar iväg oerhört snabbt och det är snart dags att presentera en svensk simtrupp till OS i Moskva. Startskottet går om mindre än fyra månader!

Vad har vi då för möjligheter att hävda oss i den olympiska simbassängen?

Det är klart att den senaste tidens diskussioner om en bojkott från USA:s sida påverkar i allra högsta grad våra möjligheter. I dagsläget ligger väl ett mörkt moln över Moskva-OS. Och i kölvattnet på ett uteblivande från världens bästa simnation USA är det risk att andra stora nationer som Kanada, Förbundsrepubliken Tyskland, Australien och Storbritannien följer med. Det skulle i så fall drabba simsporten mycket hårt.

Låt oss inte lägga några politiska värderingar, utan endast hoppas att problemen löses och att OS kan genomföras normalt efter ursprungliga planer. Det finns experter som menar att det finns vissa antydningar som talar för ett världsomfattande deltagande. Personligen tror jag också att det blir så.

Simmarsverige bör se an olympiska spelen med en viss tillförsikt. Resultaten från VM-78 och fjolårets FINA CUP visar att vi kan prestera resultat i hårdaste tänkbara konkurrens. Däremot är det viktigt att genast fastställa och öppet deklarera att vi skall nog inte förvänta oss massor av finalplatser och några eventuella medaljer. Sådana spekulationer är inte realistiska.

Vad jag menar med tillförsikt, är att jag tror på en bra och hygglig insats av våra aktiva. Det innebär några finalplatser, några semifinaler och en del placeringar bland de 15 bästa. Då har man gjort en bra insats. Kraven bör inte drivas för hårt utan man skall applådera bra personliga insatser, även om det ej alltid räcker till poängplats.

Grunden till en bra OS-insats är lagd för länge sedan och nu återstår i stort sett bara lite finslipning och justering.

Utbudet på hårda träningsläger och internationella tävlingar har varit relativt gott, vilket bör ha gett våra aktiva en stabil grund att stå på när de ställer sig på startpallen i Moskva.

Visst kommer motståndet där att bli oerhört hårt, betydligt tuffare än tidigare, men vi måste väl också inse och räkna med att vi själva utvecklats.

Även om OS för de flesta av oss har varit det övergripande målet, så går satsningen vidare mot nya stimulerande uppgifter. Den nya internationella tävlingscykeln med ett stort mästerskap varje år medverkar givetvis att det ej blir några mellanår i simning.

Men låt oss först se vad OS i Moskva har i sitt sköte!

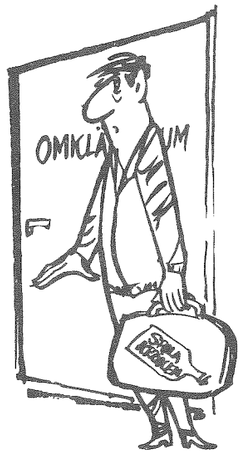
"Till OS-final 1980"
SVOLST

Finska idrottsläkare om alkohol:

Ett helt träningsdygn går bort!

Nu har finländska läkare konstaterat att även ganska måttliga doser av sprit, vin och öl har en klart nedsättande effekt på både tävlingsresultat och träningseffekt på den som idrottar.

Att träna dagen efter en fest med några glas är helt bortkastat. Det



är mycket bättre att låta bli. Effekten blir negativ i stället för positiv! Träningen under någon form av baksmälla gör mera skada än nytta. Ungefär som vid förkylning eller annan infektion i kroppen alltså.

Det här konstaterar finska idrottsläkare i en information som gått ut till de aktiva. Man poängterar också att baksmällan fortsätter bortåt 20 timmar efter alkoholförtäringen, trots att man kanske känner sig helt återställd långt tidigare.

Ett helt träningsdygn går alltså bort. Och det räcker att man dricker två—tre groggar, snapsar eller starköl.

Hjärtat pumpar sämre

De finländska läkarna förklarar vad det här beror på. Bl a följande:

Alkoholen ökar hudens blodomlopp. Därför kommer en del av det blod som behövs för förbränningen i musklerna att saknas.

Även hjärtats pumpeffekt försvagas. Det betyder att hjärtat på grund av alkoholen kan tvingas slå mer än 20 slag extra i minuten när vi anstränger oss hårt, tex under en match, i ett tävlingslopp eller vid träning.

Det behövs faktiskt bara så mycket som en burk vanligt öl för att hjärtat ska slå snabbare och ha nedsatt effekt.

Extra mjölksyra

Vid en snabb rusch under tävling eller träning frigörs mjölksyra i musklerna. Finns det alkohol kvar i blodet så är levern upptagen med att bryta ned den och hinner inte ta hand om mjölksyran. Musklerna tröttnar därför fortare än normalt.



Under en baksmälla stiger mjölksyrehalten i blodet och är som högst 12—15 timmar efter det du drack.

Alkoholen tömmer leverns glykogenlager och därmed mister musklerna en viktig energikälla. Leverns försämrade funktion kan dröja kvar två—tre dagar efter en kväll med några glas.

Och inte nog med det. Alkoholen kan åstadkomma att blodets sockerhalt sjunker under det normala. Eftersom en stark fysisk ansträngning också ger en tillfällig sockerbrist, så kan hypoglykemin — sockerbristen — bli så märkbar att man drabbas av medvetslöshet, om man håller pa med någon uthålligheтsgren.

Även motoriken...

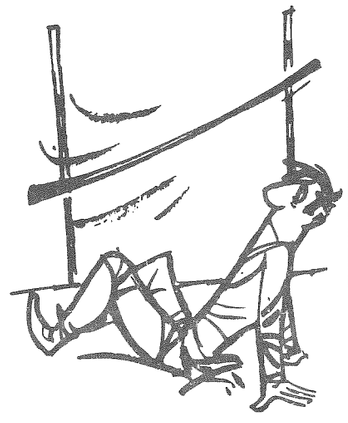
Men alkoholens syndaregister är inte slut med det här. Även så små mängder som 1/4 promille alkohol i blodet inverkar på psykomotoriken, dvs koordinationen av sinnen och lemmar.

Psyket då, hur påverkas det? Små doser av alkohol kan minska spänningar tillfälligt, men det tillståndet går snart över och ersätts av en allmän avtrubbning.

Tvåmetershopparen tar bara 1,88!

Hur mycket försämras resultatet i en precisionsgren av alkoholen? Det har finländarna tagit reda på också. Man konstaterar att en höjdhoppare med 0,3 promille i blodet (och det är inte särskilt mycket) hoppar 6 procent under sin normala standard.

Omräknat betyder det här att tvåmetershopparen bara är god för 1,88 efter ett par öl eller kanske dagen efter en fest.



En artikel från Systembolagets Spola kröken-kampanj

SM-slutspelet

det bästa som kunde hända svensk polo!

Införandet av SM-slutspel i vattenpolo var något av det bästa som kunde hända! Det måste man konstatera denna andra säsong där de fyra första platserna i div I-serien är extra åtråvärda. Förra året hölls spänningen i serien vid liv fram till allra sista matchen då jumbolaget Ran tog en poäng mot GKKN och räddade slutspelsplatsen till Tunafors. När tio omgångar av 1979/80 års allsvenska poloserie avverkats är det ett verkligt getingbo uppe i toppen med fem lag tätt kring slutspelsstrecket.

Den här gången har GKKN tänkt att inte falla på en fadäs i slutmatchen och har därför tagit ledningen i serien och var till en början helt omutligt.

Redan seriespelet bevisar att SM-slutspelet är det bästa som kunnat hända svensk polo.

BOTTENSTRIDEN AVGJORD?

Medan det således är mycket jämnt uppe i toppen ser det ut som om bottenstriden är avgjord. Sala har väldiga svårigheter och har ännu inte varit i närheten av en poäng.

Allsvenska nykomlingen Järfälla har fått göra sällskap med Sala i tabellbottnen. Men tänkt var att det skulle reda upp sig i slutet av februari när S 02, Göteborg kom på besök till Järfälla.

- Men det lyckades inte för våra grabbar, som förlorade med 5-6, konstaterar Annelie Lundahl på JS-kansliet.

Mycket skall nu till för att Järfälla ska

Forts. nästa sida



BRÖDERNA THOMAS OCH LARS Fjärrstad tog med sig SM-pokalen hem till SKK efter det första SM-slutspelet. Om ett par månader spelas det om pokalen igen. (Foto: Roger Stark)

SM-slutspelet i vattenpolo avgörs 6-8 juni i Stockholm

orka resa sig och klättra en placering i tabellen.

Nämnda tre lag, Sala, Järfälla och S 02 är dock redan borta från slutspelsplatserna.

FEM LAG I KAMP

Övriga fem lag, GKKN, Tunafors, Västerås, Stockholms KK och Hellas/Neptun utkämpar dock en hård strid om de fyra slutspelsplatserna.

Hellas/Neptun halkade lite på efterkälken fram till juluppehållet.

- Och nu får dom tungt att komma till slutspel, menade PK-ordföranden Stenowe Nyström.

Västerås hade dock chansen att "hänga av" Hellas/Neptun i vårsäsongens första match (16 februari). Men i sin hemmamatch förlorade VSS helt överraskande.

Därmed blev den allsvenska serien mera öppen än någonsin.

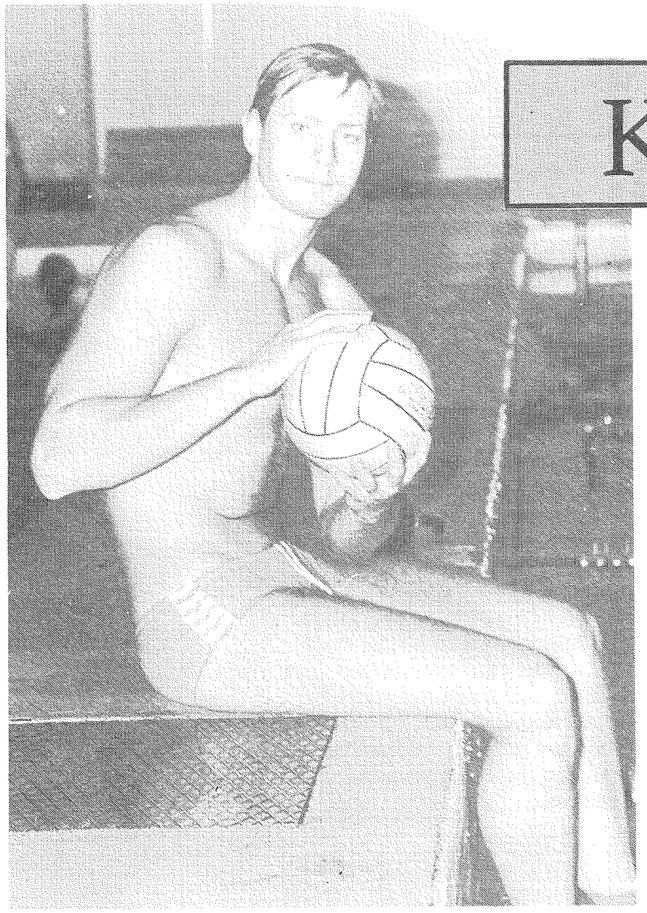
När samtliga lag spelat tolv matcher (av totalt varsina 21) har tabellen följande utseende:

Det övre strecket i tabellen skiljer de fyra lagen ovan slutspelsstrecket från de övriga, medan det undre strecket visar nerflyttningsstriden.

ROGER STARK

ALLSVENSKAN

Tunafors SK	12	8	2	2	124- 56	18
GKK/N	12	9	0	3	95- 54	18
Västerås SS	12	7	3	2	91- 48	17
Stockh. KK	12	7	2	3	85- 44	16
Hellas/Neptun	12	7	2	3	94- 56	16
S 02, Göteborg	12	2	2	8	50-105	6
Järfälla S	12	2	1	9	55-103	5
Sala SS	12	0	0	12	37-165	0



JAN JOHANSSON leder skytteligan stort, men har en knäskada som kanske kräver operation. *(Foto: Roger Stark)*

Knäskada är black om foten

Tunafors SK:s slutspelsplats på skör tråd

Skyttekungen är skadad!

- Det är ett knä som bråkar. Jag har spelat de senaste matcherna med benet tejpat på ett sådant sätt att jag inte kan komma i de lägen då det gör som mest ont . . .

Läkare har naturligtvis tittat på skadan vid ett par tillfällen. Och det är konstaterat att skadan inte kan förvärras av att skyttekungen, Janne Johansson i Tunafors, fortsätter spela.

- Nej, förmodligen blir det operation senare, berättar TSK-tränaren K G Pargelius.

- Janne får själv avgöra om han kan spela eller inte. Vi hoppas att han kan förstås . . .

- Annars minskar våra chanser att gå till slutspel högst väsentligt.

Att Janne Johansson betyder mycket för sitt lag förstår man då vi konstaterar att han gjort 40 av de 104 mål som TSK nått fram till på tio spelomgångar. I segern mot serieledande GKKN (10-4) svarade Janne för hälften!

LÅNGPENDLARE

Janne Johansson är poloallsvenskans verkliga långpendlare. Han reser två-tre gånger i veckan mellan Norrköping, där han bor, och Eskilstuna, där han är med på varje träning - om inte knät gör för ont . . .

- Jag har inga direkta planer på att flytta till Eskilstuna, säger skyttekungen.

- Jag trivs bra i Norrköping, där jag med hemmaklubben diskuterat att på allvar bygga upp en ungdomsverksamhet i vattenpolo. Jag har lovat hjälpa till. Mellan resorna till Eskilstuna förstås.

SVÅRT ATT "TRAMPA"

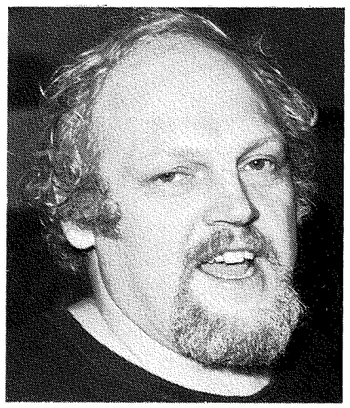
Den allsvenska polon är givetvis viktigaste just nu. Men även om skadan endast bildlikt talat är en black om foten, så tar det i alla fall emot.

- Ja, det gör det verkligen. Jag har svårt att "trampa upp" för att skjuta. Lika svårt är det att komma igång i simningen, där jag nu nästan enbart använder armarna.

- Men svårast är försvarsarbetet eftersom det är helt omöjligt att "hänga uppe" länge för att täcka skott, slutar Janne Johansson.

Det är inte en meniskskada som TSK-spelaren råkat ut för, som man först trodde. I stället är det en förslitning bakom knäskålen, en förslitning, som kanske måste opereras senare i år.

ROGER STARK



K G PARGELIUS, Årets idrottsledare i Eskilstuna.

KG Pargelius blev Årets Idrottsledare

Pololedaren, KG Pargelius i Tunafors SK i Eskilstuna har fått en kul utmärkelse. Idrottsföreningarnas Samorganisation i Eskilstuna har utsett "KG", som han kallas rätt och slätt, till årets idrottsledare i Eskilstuna.

Charles Cup spännande thriller

Fram till den sista matchen av poloturneringen Charles Cup i Eskilstuna fanns det stora möjligheter för hemmalaget Tunafors SK att ta hand om slutsegern. Men förlust eller oavgjort i slutmatchen mot Västerås skulle obönhörligen peta ner TSK till en fjärde plats i den jämna tabellen. Och så blev det - Tunafors slarvade mycket, varför Västerås rättvist vann med 8-4. En upprepning av SM-slutspelet för Eskilstunalaget, som i sista matchen hade chans bli svenska mästare, men även då blev fjärde lag.

- I och med VVS-segern tog Västerås hem slutsegern. Och jag tror att just det laget är det bäst tränade av alla svenska lag just nu, menade polokommitténs Lars Fjärrstad.

HYLLADE STINA

Det spelades polo av hög klass i dagarna tre i Eskilstunas simhall och efteråt blev den högtidliga prisutdelningen en lika stor hyllning till Stina Soldin, änka efter Charles Soldin, som fått ge namn till turneringen efter sitt mångåriga arbete inom svensk vattenpolo och Tunafors SK, som till segrande lag.

Svenska Simförbundets ordförande, Svante Lundkvist, fanns också på plats för att dela ut medaljer. Så betydelsen av den här turneringen går inte att ta miste på.

- Ja, verkligen. Den här har varit en mycket bra turnering, fortsätter Lars Fjärrstad.

- I den lilla bassängen blir det alltid snabb och rörlig polo med många närkamper. Och det är sådana saker som svensk vattenpolo ligger efter med!

SPÄNNANDE THRILLER

Turneringen blev rakt igenom en spännande thriller mellan främst fjolårets SM-slutspelslag, Stockholms KK, Västerås SS, Hellas/Neptun och Tunafors SK, medan Lambertseter från Oslo och finska Helsingfors SK sinsemellan fick göra upp om de sista platserna.

Stockholmslagen SKK och Hellas/Neptun spelade oavgjort på lördagen och förstörde därmed varandras chanser till slutseger.

Samma slutresultat var man beredd att anteckna även för matchen mellan SKK och Tunafors — men i slutminuten kunde landslagsbasen Lars Fjärrstad avgöra till 7-6.

SISTA MATCHEN

- Men vi hade ändå chansen att ta hem spelet genom att vinna mot Västerås på söndagen i turneringens allra sista match, säger TSK-ledaren K G Pargelius.

- Fast vi missade sex fina målchanser i numerärt överläge. Och då var vi förstås förlorade mot Västerås.

Västerås vann således turneringen helt rättvist. Det enda lag som orkade med att besegra Västerås var Hellas/Neptun, en bedrift som två veckor senare även lyckades i seriesammanhang.

ROGER STARK

Sju lag i 6-nationers!

- Det här blir svensk vattenpolos största engagemang i internationella sammanhang i år. Kul att vi får så många deltagande lag!

Detta säger basen för svensk vattenpolo, Stenowe Nyström, angående den turnering som i påskdagarna ska arrangeras i Stockholm. Från början var det tänkt att sex lag skulle spela matcher under tre dagar, men så kom önskemål även från Danmark, relativt färska i polosammanhang, om att få vara med.

- Vi har ju i flera år hjälpt till att stötta Danmarks trevande inledningsförsök i vattenpolo och blev bara glada över vårt grannlands förfrågan. Men det spräcker programmet!

Nu får den tänkta 6-nationerstävlingen i vattenpolo bli en tuff uppgörelse mellan sju nationer.

- Och i stället för tre dagars tävlingar har vi utökat till fyra dagar, tillägger Stenowe Nyström.

De sex gästnationerna som kommer till Stockholm för att delta i 7-nationerstävlingen är Grekland, Kanada, Frankrike, Spanien, Danmark och Polen.

- Eftersom Sverige oturligt blev utslaget vid OS-kvalet blir det här vår största tävling för året, berättar polobasen.

Annie har svåraste hoppserien
”Hon kan besegra vem som helst”

ANNIE LILJEBERG har den svåraste hoppserien av alla svenska simhoppare just nu. Med mera rutin kan hon också bli den bästa. (Foto: Roger Stark)

Simhopp är en svensk OS-gren! Det är inte så ofta som utövarna av den här mycket tuffa idrotten blir omskriven eller omnämnd i massmedia. Men vid olympiska sammanhang har vi kunnat lita på att någon medalj skulle kunna tillfalla Sverige - och då har intresset snabbt ökat.

Vid de två senaste OS-tävlingarna, München 1972 och Montreal 1976, har simhoppningen skaffat medaljer till Sverige. Så stora lär inte framgångarna bli i år, trots att luckorna så smått börjar fyllas efter Ulrika Knape och Agneta Henriksson.

- En Ulrika är lika sällsynt som en Björn Borg och Ingemar Stenmark och från den utgångspunkten bör vi ha våra krav på den nya generationen, säger hopparbasen Toivo Öhman.

Ett faktum att Susanne Wetteskog blev fyra i Världscupen 1979 ger dock vissa aningar om kommande framgångar.

FLICKOR I TOPP

- Under 1980 lär det vara på flicksidan som vi inför OS ska ha största förhoppningarna genom en handfull flickor.

- Men längre fram ser det ut som om det skulle bli tvärtom. Detta säger Toivo Öhman och tänker på två grabbar, Kjell Persson och Torbjörn Carlsson, som båda lärt sig de allra tuffaste serierna. Men det tar tid att få tävlingsrutin och tyvärr är det ofta så att man måste vara känd för att få de allra högsta poängen i simhopp, likaväl som i många andra bedömningssporter.

- Därför tror jag mycket på de i USA tränande Susanne Wetteskog och Anita Rossing, fortsätter Toivo Öhman.

- Susanne blev ju fjärde flicka i världscupen 1979 i svikthopp och sexa i höga hopp, upprepar Toivo.

Eftersom Susanne normalt sett är bättre i höga hopp än från 3-meterssvikten finns vissa förhoppningar!

OS-FÖRBEREDELSER

Svensk simhoppnings OS-förberedelser är redan i full gång.

- Och mars var den månad då det rycke igång med tävlingarna, konstaterar hopparbasen.

Mars månad var verkligen hektisk. Helgen 8-9 mars, reste en svensk trupp till en stortävling i Rostock. Helgen därpå representerade Sverige i en annan tävling i Minsk.

Till Rostock åkte Anna Binder, Eva Johansson, Carina Wahlqvist, Kjell Persson och Eva Aronsson.

Sverige sände Annie Liljeberg och Torbjörn Carlsson till Minsk.

Resultat från dessa tävlingar hoppas vi kunna lämna i nästa Simsport!

SVÅRASTE SERIEN

Den svåraste hoppserien av alla svenska simhoppare har just nu Annie Liljeberg.

- Men det tar tid innan alla hoppen ”sitter” där de ska, förtydligar Toivo Öhman.

- Genom den höga svårighetsgraden på sina hopp är hon den mest utvecklingsbara av våra simhopparflickor vid sidan av Carina Wahlqvist, som dock haft vissa ryggproblem och kommit på efterkälken. Rent tillfälligt hoppas jag . . .

Toivo Öhman vet att Annie Liljeberg kan besegra vem som helst den dag det slår. Men just rutinen är avgörande och hittills har hon varit väldigt ojämn i de stora sammanhangen.

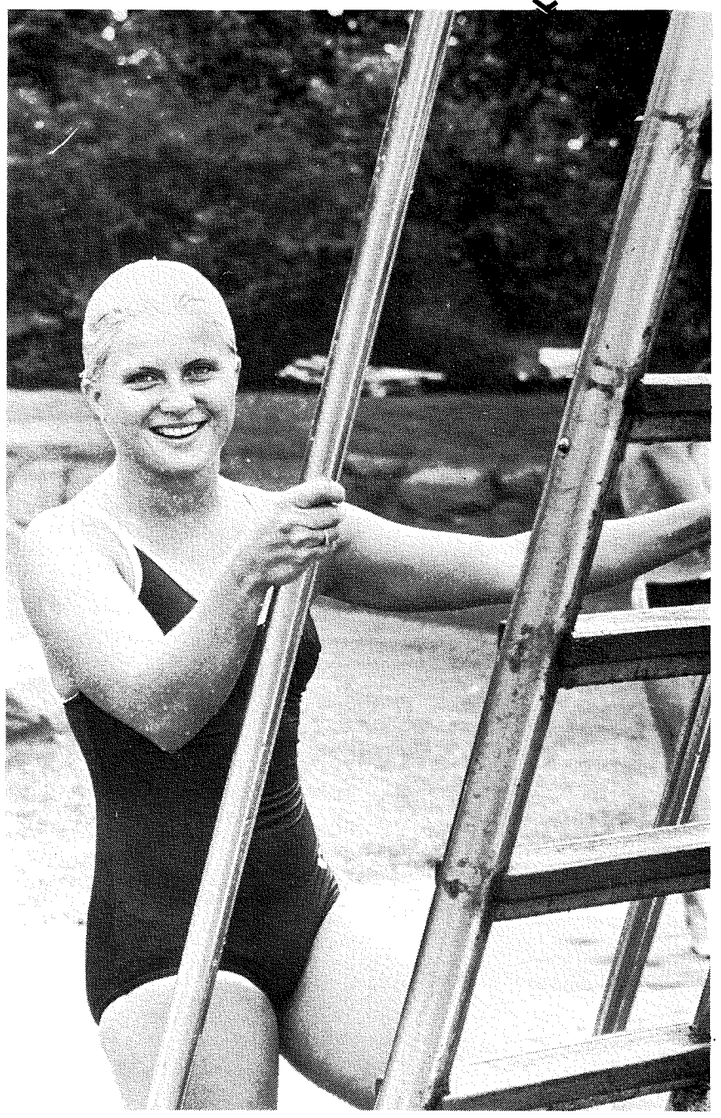
SM I VÄSTERVIK

Efter de båda utlandstävlingarna är det dags för inne-SM i svikthopp. Tävlingarna avgörs i Västervik 29-30 mars. Det ska bli verkligt intressant att se hur mycket de svenska flickorna gått fram se'n i somras. Susanne Wetteskog och Anita Rossing kommer dock inte hem till SM.

- SM är ju inte heller någon avgörande tävling för vår OS-nominering, förtydligar Toivo Öhman.

- Hoppningens OS-trupp kommer att tas ut på grundval av placeringarna i en lång rad tävlingar. Främst ser vi till tävlingar under första halvåret 1980, men kanske tittar vi ännu lite längre bakåt i tiden. Vi kan ju inte bortse från Susannes placering i Världscupen, slutar Toivo Öhman.

ROGER STARK



Skåne vann 7-distrikts-matchen

Årets upplaga av 7-distrikt i Simhopp i år av arrangerande Skåne, som därmed bröt sviten av Stockholmssegrar. Lördagen den 2 februari startade med en överlägsen seger för Smålands Roger Friman, som vann pojkarnas C-klass 1 meter före Värmlands Denny Nimell. Men varför startade bara 4 distrikt i de yngre klasserna? Hur är det med nyrekryteringen?

Klass B 3 meter flickor blev Skånes första seger genom alltid försiktigt hoppande Ylva Liljegren före Stockholms Lena Larsson och Värmlands Kerstin *Eriksson på 3:e plats. Lena och Kerstn försökte på kval till SM men missdade bättre lycka nästa gång.

De stora grabbarnas Klass A 5 meter såg bara 3 startande. Segrande ur denna kamp gick Stockholms Rickard Lyckhammar med Skånes Bo Kjellberg på andra plats och Smålands Kalle Sandberg på tredje Plats.

Klass A flickor 3 meter blev Smålands andra seger denna dag genom Anja Dahlman, tätt följd av Maria Kronbeck från Skåne och Maria Kronesäter Värmland på 3:e plats.

I den femte grenen, klass C 1 meter flickor, vann Värmland sin första seger genom en härligt hoppande flicka som heter Cecilia Franzén. På andra plats kom Skånes Åsa Jönsson och som trea Stockholms Marie Ljungblom.

Nästa gren, klass B 3 meter pojkar såg tävlingarnas överlägsnaste segrare genom Stockholms Mikael Sparrvardt, som blir bättre och bättre. På andra plats kom Värmlands Claes Snellström.

I klass B 5 meter flickor vann Skåne sin andra seger genom Cecilia Håkansson med Värmlands Barbara Walter på andra plats och Marie Wiklund från Närke på 3:e plats.

Därmed var det slut på första dagens tävlingar.

Söndagens tävlingar inleddes med Klass A 3 meter pojkar. Här fick Skåne sin tredje grenseger genom Bert Berg, som vann före Anders Svensson från Småland som fått till en serie som innehåller bl.a. 21/2 bakläges volt. Grattis Anders! På 3:e plats kom Stockholms Kjell Liljeberg, som också han har en serie med 2 ½ mollis och 2½ tyska. Kjell kunde inte hoppa för fullt på grund av att en axel gick ur led vid sjunde hoppet, men han fullföljde tävlingen ändå.

Efter tre grensegrar gick det inte att hejda Skånes framfart. I nästa gren, som var klass B 5 meter, kom tävlingarnas senastionsseger genom Skånes Mikael Missler (son till en viss Helmuth med nära anknytning till en viss Eva). Mikael satte i alla sina hopp och segrade därmed före Stockholms Jan Martinsson och Smålands Magnus Linnér.

Tävlingarnas sista gren, klass A 5 meter flickor, vanns av Skånes Anna Kronbeck före Stockholms Susanne Häggkvist och Smålands Chatrin Hultman.

UPPSKATTAT INSLAG

Ett trevligt och uppskattat inslag i tävlingarna var Skånes Louis Armstrongs (läs Kjell Persson) fanfarer vid varje prisutdelning. Men inte nog med fanfarerna om det var en från Värmland på pallen så kom ”Ack Värmeland du sköna” för Småland så blev det ”Flickorna i Småland” och för Skåne naturligtvis ”Jag är en liten Gåsapåg”! Lite smolk i bägaren fanns det i alla fall Stockholm fick inte höra sin ”Stockholmsmelodin” trots segrar. Vid ett samtal med Kjell sa han att det inte var med flit men den fanns inte på hans repertoar, men han lovade att träna på den till nästa gång. Vi hoppas till Colgate Cup i Stockholm.

Slutställningen i Distriktsmatchen blev 1. Skåne 77 poäng, 2. Stockholm 68 poäng, 3. Småland 56 poäng, 4. Värmland 49 poäng, 5. Västmanland 13 poäng, 6. Närke 6 poäng, 7. Gästrikland 5 poäng.

1981 års distriktsmatch är förlagd till Västergötland och då hoppas vi att de distrikt som i år inte deltog laddar för att utvidga deltagande distrikt i en tävling, som alla tycker är nyttig och rolig.

Arne Liljeberg

Enith Brigitha ny i Team Arena



ENITH BRIGITHA, Hollands mest kända simmerska, har avslutat sin aktiva bana. Men simningen har hon inte lämnat, utan har tecknat avtal med Team Arena.

Peter Berggren får sponsorhjälp

Bröstsimmaren Peter Berggren från Skäret SS i Uddevalla är den senaste i raden av svenska simmare som får OS-sponsning genom näringslivet. Dessutom har fyra stora företag "köpt" årets utomhus-SM i simning, som ska gå i Ronneby. Intresset för svensk simning verkar vara större än någonsin.



PETER BERGGREN får nu hjälp av KF i hembygden.

- Ja, det är riktigt att näringslivets intresse för simningen ökat högst väsentligt, säger generalsekreteraren på Simförbundet, Åke Elmsäter.

- Och jag kan inte finna annat än att det är de fina resultaten under 1979 som gett oss den här chansen att på skilda håll fylla kassakistan.

En handfull svenska simmare har redan tidigare haft fadderpengar från olika håll. Nu tillkommer även förra årets genombrottsman, Peter Berggren. För att rädda Peters amatörstatus måste pengarna gå genom Sveriges Olympiska Kommitté och Svenska Simförbundet innan de blir till hjälp för Peters OS-satsning. Det är KF som ställt upp för Peter.

Dessutom har fyra företag köpt årets utomhus-SM i simning för 120 000 kronor, vilket gav dem reklamrätten.

- Något liknande har vi inte varit med om förut, konstaterar Åke Elmsäter.

SK:s program för OS-året 1980

Sven von Holst hoppas på fina svenska simframgångar i sommar-OS i Moskva. Han är stärkt i sina förhoppningar av de tre senaste årens framåtanda i de svenska och internationella bassängerna. Alltsedan EM på hemmaplan 1977 har resultaten förbättrats så att VM -78 och World Cup -79 kunde betecknas som stora succéer!

- Ja, under dessa två år har vi haft bättre landslag än vi någon tidigare haft, betonade Sven von Holst redan efter World Cup, där det noterades två europarekord av svenska simmare!

BLIR DET OS?

I samband med det nyss avslutade OS-tävlingarna i Lake Placid kulminerade demonstrationerna mot ett sommar-OS i Moskva. Och är det långt ifrån klart att det verkligen blir tävlingar av representativ klass. Uteblir USA och några andra betydande nationer blir det naturligtvis inte som man från början tänkt sig . . .

Sveriges Riksidrottsförbund har dock klart deklarerat att Sverige kommer att ställa upp. Och någon annan ståndpunkt har inte heller Svenska Simförbundet tagit - det bekräftas av Svenska Simförbundets ordförande, Svante Lundkvist.

Sammanlagt tre OS-läger har planerats in i den miljonbudget som snabbsimmarna har till sitt förfogande.

- Det första av dessa läger är redan avklarat. Det hade vi över jul-och nyårshelgen i Austin, Texas i USA, berättar Sven von Holst.

Det var ju i anslutning till det lägret som Agneta Eriksson, 14-åringen från Västerås, slog sig in i världseliten på 100 m frisim.

INNE-SM NÄSTA

En punkt på programmet för OS-förberedelserna är inne-SM i Borlänge 21-23 mars, den tävling som just bokförts.

- En viktig tävling för de som sedan vill vara med i OS, säger Sven von Holst.

- För det är i första hand resultaten i den tävlingen som får ligga till grund när vi nominerar deltagarna till OS-läger II i Storbritannien 29 mars-18 april, samt i anslutning därtill de två tävlingar i Storbritannien Coca-Cola Meet i Leeds 11-13 april och landskampen mot Storbritannien i Coventry 19-20 april.

Därefter blir det bara ett kortare sammandragningsläger i 50-metersbassäng 15-18 maj innan det är dags för de första utomhustävlingarna i Sverige.

KVAL I LANDSKRONA

Ett OS-kval kommer att hållas i Landskrona 24-26 juni.

- Då är det resultaten som blir avgörande. Alla ska ha samma chans! Säger Sven von Holst, som tillägger:

- Endast Pär Arvidsson är i nuläget direktkvalificerad till OS. Det är han tack vare sitt europarekord i Tokyo i höstas, där han bara var en hårsmån - 15 hundradelar - från världsrekordet!

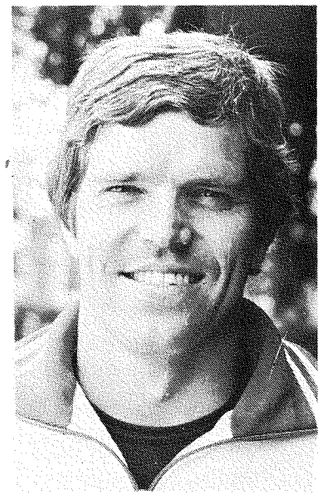
När vi i tiden kommit fram till OS-kvaltävlingen kan det vara någon mera utöver Pär som är direktkvalificerad. Simförbundet tar i april/maj ställning till om man hos Sveriges Olympiska Kommitté ska begära att få någon mera klar före kvaltävlingen i Landskrona.

STÖRSTA TRUPPEN

Sveriges Olympiska Kommitté har redan lättat lite på förlåten och förklarat att simningen troligen kommer att få den största truppen till Moskva.

Svensk simning hade ju hela 16 noteringar på simningens världsrankinglista för 1979. Högst på den listan var Pär Arvidsson - och flitigast representerad var Ann-Sofie Roos med placering i tre grenar.

"Våra fina resultat i VM och World Cup ingen tillfällighet"



SVEN VON HOLST berättar om SK:s planering för fortsättningen av 1980.

- Vi ska helt enkelt lyckas i VM, säger Sven von Holst.

- Vi ska visa att toppresultaten i VM -78 och World Cup -79 inte var några tillfälligheter!

ROGER STARK

Simkommitténs planering för 1980 följer här:

Det nya simmaråret är redan i full gång, OS i Moskva närmar sig nästan ruskigt snabbt, endast några månader dit. Utgångsläget för vår del ser bra ut.

I och med detta brev informeras Ni om Simkommitténs (SK:s) verksamhet för 1980, avseende läger- och tävlingsaktiviteter, och en del övrigt, som bl.a. uttagningsprinciper m.m.

För våra ungdoms- och juniorlandslagssimmare har SK:s ansvarige för dem, Olle Ferm, redan skickat ut separat information om deras motsvarande aktiviteter, varför det ej tas upp här i brevet.

Vi bifogar SK:s planeringskalender 1980, där Du kan följa verksamheten månad för månad. 1980 års SM-kvaltider finns också angivna.

SK-organisation

SK är organiserad enligt följande:

- Sven von Holst — ordförande, ansvarig för SK, seniorlandslaget och ekonomi
- Olle Ferm — ansvarig för junior- och ungdomslandslagen
- Bernt Porsander — ansvarig för utbildnings- och observationsverksamheten
- Olle Kylborn — ansvarig för mästerskapstävlingar och nationella tävlingsprogrammet
- Tränarrådsrepresentant (f.n. Lennart Gullstrand), forskningsansvarig.
- Därtill är idrottskonsulent Berth Johansson adjungerad.

Någon aktiv representant från landslaget borde också vara med som adjungerad SK-ledamot.

Du kan nå oss via telefonnumren som finns i planeringskalendern. Berth Johansson och Annette Nordlund på Simförbundets kansli kan informera Dig om vad som helst gällande simfrågor. Tveka inte, lyft på luren.

LÄGERAKTIVITETER

I årsplanen återfinns 3 st. OS-läger. Det första har nyligen avverkats i Austin/USA, där vi hade ett effektivt läger. OS-läger II kommer att hållas i Storbritannien, där vi skall kombinera träningslägret med tävlingsdeltagande i Coca-Cola International och simlandskampen Storbritannien-Sverige (ev. även Australien).

En sammandragning i maj (utomhus 50 m-bana) kommer att genomföras för att underlätta träningsmöjligheterna. Efter OS-kvalet i Landskrona avverkas det sista lägret före avresan till OS i Moskva, OS-läger III.

Sammanfattning läger 1980

29 mars - 18 april	Storbritannien, OS-läger II
15-18 maj	Sverige, sammandragningsläger
1-15 juli	Preliminärt Finland, OS-läger III
Hösten -80	Sammandragningsläger

(OS-läger I hölls 19/12-79—8/1-80 i Austin, USA)

TÄVLINGSVERKSAMHET 1980

(vissa tävlingar redan genomförda)

Womens International, Austin, USA	5- 6/1
Simspelen, Borlänge	25-27/1

Forts. nästa sida

''OS-kvaltiderna''

Arena Meeting, Paris, Frankrike	8-10/2
Inomhus-SM, Borlänge	21-23/3
Coca-Cola Meet, Leeds, Storbritannien	11-13/4
Landskamp GBR-(AUS), Coventry, Storbritannien	19-20/4
Wadköpingsdoppet, Örebro	25-26/5
Sonett Elitsim, Jönköping	7- 8/6
OS-KVAL, Landskrona	24-27/6
OS i MOSKVA	20-27/7
Ute-SM, Ronneby	1- 4/8
JSM, Sundsvall	28-30/11
RM lagkapper, Södertälje	6- 7/12

Förutom SM-tävlingar och det internationella programmet rekommenderar SK starkt att simmarna skall starta i Wadköpingsdoppet och Sonett Elitsim. Detta för att vänja sig vid 50:a och tidigarelägga säsongen.

Endast speciella skäl eller sjukdomsfall godkänns för uteblivande vid tävlingarna. Självklart **skall** alla vara med i internationella simspelen i Borlänge. Till detta program kommer alltid i efterhand några internationella inbjudningstävlingar.

REPRESENTATIONS- OCH UTTAGNINGSBESTÄMMELSER

Till Arena Meeting och Ryska inomhusmästerskapen är trupperna redan nominerade.

OS-läger II, Coca-Cola Meet, Landskamp GBR-SWE:
I första hand beaktas resultat från inne-SM. Men vi måste även ta hänsyn till våra USA-simmare. Amerikanska Skolmästerskapen för damer går samtidigt med inne-SM, för herrar helgen efter SM. Det är också svårt att jämföra yardstider med 25 m-tider. Målsättning är att få starkaste laget till Storbritannien. Ca. 30 aktiva är en realistisk siffra.

Det kommer med andra ord att bli svårt att nominera ''rätt'' trupp till dessa aktiviteter.

Sammandragning i maj:
Så många som möjligt kommer att nomineras. Begränsande och avgörande faktor blir ekonomin. Resultat uppnådda under perioden januari-april blir vägledande vid uttagningen.

OS-läger III:
Olympiatruppen.

OS i Moskva:
Se separat punkt, OS-förutsättningar.

Sammandragningsläger hösten -80:
Aktiva som visat goda resultat 1980, samt morgondagare.

EKONOMI

Fickpengar utgår som vanligt till aktiva med 15:-/dag vid träningsläger och tävlingar där man representerar landslaget. Under OS betalar SOK fickpengar, ungefär 50:-/dag.

Simkommitténs totala budget för 1980 har följande grova indelning:

	Kronor	% av tot.
SK-sam.träden/Projektgr./PR-verksamhet	30.000	3
Utbildning inkl. forskning	60.000	6
Lägerverksamhet	410.000	41
Tävlingsverksamhet	430.000	43
Simcentra	60.000	6
Övrigt	10.000	1
Summa	**1.000.000**	**100%**

Därtill kommer att några av våra olympiska A-kandidater har fadderbidrag.

MÅLSÄTTNING 1980

OS i Moskva är ju givetvis det främsta målet i år. Där ska vi helt enkelt lyckas. Vi är så bra att det finns all anledning att ha gott självförtroende. Vi vet också att konkurrensen kommer att bli stenhård, betydligt hårdare än VM -78 och FINA Cup -79. Men vi har ju också gjort framsteg.

Självklart bör vi också göra bra ifrån oss i övrigt, för att ha ett bra utgångsläge vid diskussionerna med SOK när truppen skall nomineras.

FÖRUTSÄTTNINGAR RÖRANDE OS

SOK (= Sveriges Olympiska Kommitté) bad oss i höstas inkomma med förslag till olympiska kandidater. SK nominerade den 1 november 1979 följande A-kandidater:
Herrar: Gary Andersson, Pär Arvidsson, Peter Berggren, Pelle Holmertz, Magnus Petersson, Jan Thorell, 4 x 100 m medley, 4 x 200 m frisim.
Damer: Eva-Marie Håkansson, Birgitta Jönsson, Ann-Sofie Roos, 4 x 100 m medley, 4 x 100 m frisim.

A-kandidaterna nominerades med hänsyn till 1979 års långbaneresultat. Hänsyn har också tagits där vederbörande har bidrag från utomstående i form av fadderpengar. B-kandidater kan alla övriga betrakta sig. Listorna revideras senare i vår.

Att ej vara olympiakandidat är ingen skillnad mot att vara A- eller B-kandidat. Endast uppnådda resultat beaktas vid nomineringen.

Pär Arvidsson är förhandsnominerad och behöver därför ej prestera ''kvaltiderna'' vid OS-kvalet. Fler simmare kan tänkas bli förhandsnominerade i slutet av april om vi anser det befogat med tanke på uppnådda resultat och planeringen fram till OS.

SK:s FÖRSLAG TILL OS-KVALTIDER

Observera noggrant att simmare som uppnår dessa tider vid OS-kvalet ej automatiskt är klara för OS-start.

Simmarna kommer att föreslås för olympiskt deltagande av SK till olympiska kommittén, som sedan i sin tur nominerar truppen. Givetvis skall Simförbundets styrelse ha godkänt SK:s förslag innan det lämnas till SOK.

Grenar	Herrar	Damer
100 m frisim	51,90	57,70
200 m frisim	1.52,80	2.03,30
400 m frisim	3.56,50	4.18,50 (4.15,13)
800 m frisim		8.48,10 (8.44,72)
1500 m frisim	15.41,80	
100 m fjärilsim	56,20	1.02,70
200 m fjärilsim	2.02,70	2.15,60
100 m ryggsim	58,30	1.04,70
200 m ryggsim	2.05,40	2.17,70
100 m bröstsim	1.05,10 (1.04,99)	1.13,30 (1.13,21)
200 m bröstsim	2.21,20	2.37,20
400 m ind. medley	4.30,90	4.54,90

För frisimslagkapperna gäller i princip placeringarna 1-4 i OS-kvalfinalen. Reservation mot detta måste göras om ytterligare någon frisimmare förhandsnomineras. Restriktivitet med reserver kommer att råda.

Kvaltiderna är baserade på årets 12:e världsbästatid, räknat med 3 deltagare per gren och land. Tiderna är justerade uppåt till närmaste tiondel.

Tiderna inom parentes är de grenar där FINA:s stipulationstider för 3 startande per gren, där reservation och beaktning måste göras vid uttagningarna.

SIMKOMMITTÉN
Sven von Holst

Smått från andra delar av vår värld

Världsrekord av Schneider

Sovjet vann simlandskampen mot DDR, som avgjordes helgen 7-9 mars, med siffrorna 185-159. Ett världsrekord och två europarekord noterades, samtliga lördagen 8 mars.

DDR:s Petra Schneider noterade 4.39,96 - den första flickan, tiden under 4.40 - på 400 m medley. Det var världsrekord förstås.

Sveriges europarekord för herrar på 4 x 100 m frisim erövrades av Sovjet genom en putsning med hela två sekunder. Europarekordet lyder nu 3.24,39.

Även herrarnas tid på 4 x 200 m frisim blev europarekord, nämligen 7.25,71.

I övrigt var det inte några speciellt anmärkningsvärda tider i landskampen mellan Sovjet och DDR.

Världs- och europarekord

Vladimir Salnikov, Sovjet, framstår mer och mer som en trolig guldman i OS efter sitt världsrekord på 400 m frisim 3.51,20 vid de ryska mästerskapen i Leningrad 24/2. Salnikov hade själv det gamla rekordet 3.51,40 noterat 1979.

Petra Schneider ser ut att bli DDR:s guldkort i Moskva. Petra pressade sitt europarekord med drygt en halv sekund på 200 m medley och klockades för 2.13,94 den 28/2 i Östberlin. Tiden är för övrigt bara 25/100 från Tracy Caulkins världsrekord noterat vid Womens International i Austin, USA, i januari.

Resultat från DDR:s kortbanemästerskap december 1979
Herrar: 1. 100 m frisim: 1. Woithe 51,05 6:e tid 53,33. 200 m frisim: 1. Pfütze 1.51,36 6:e tid 1.53,25. 400 m frisim: 1. Pfütze 3.52,51 6:e tid 4.03,80. 1500 m frisim: 1. Strobach 15.33,55 6:e tid 16.25,93. 100 m bröstsim: 1. Quaas 1.04,31 6:e tid 1.08,38. 200 m bröstsim: 1. Quaas 2.19,51 6:e tid 2.26,50. 100 m fjärilsim: 1. Ziesche 56,93 6:e tid 58,80. 200 m fjärilsim: 1. Peikert 2.04,49 6:e tid 2.06,58. 100 ryggsim: 1. Göhring 57,53 6:e tid 59,65. 200 m ryggsim: 1. Schmidt 2.04,25 6:e tid 2.07,06. 200 m medley: 1 Reichel 2.04,48 6:e tid 2.13,45. 400 m medley: 1. Peikert 4.26,78 6:e tid 4.39,53.

Damer: 100 m frisim: 1. Krause 54,90, 2. Metschuk 54,99, 3. Hülsenbeck 55,62 6:e tid 56,97. 200 m frisim: 1. Krause 1.56,80, 2. Schneider 1.58,31, 3. Schmidt 1.58,38 6:e tid 2.00,13. 400 m frisim: 1. Schmidt 4.11,58, 2. Krause 4.13,38 6:e tid. 4.19,30 800 m frisim: 1. Schneider 8.25,67, 2. Diers 8.34,11 6:e tid 8.56,40. 100 m bröstsim: 1. Schneider 1.10,86 6:e tid 1.14,21. 200 m bröstsim: 1. Schneider 2.29,35, 2. Löbel 2.31,16 6:e tid 2.41,00. 100 m fjärilsim: 1. Metschuck 1.00,79 6:e tid 1.03,37. 200 m fjärilsim: 1. Pollack 2.11,10 6:e tid 2.16,51 100 m ryggsim: 1. Reinisch 1.02,96, 6:e tid 1.04,78. 200 m ryggsim: 1. Stille 2.13,94 6:e tid 2.18,07. 200 m medley: 1. Schneider 2.13,76 6:e tid 2.22,55. 400 m medley: 1. Schneider 4.37,54 6:e tid 5.03,30.

Danmark

Nytt nordiskt rekord på 800 m frisim av Charlotte Pedersen 8.54,75, tidigare rekordinnehavare Susanne Ackum 8.54,90.
Följande danska rekord har också slagits: 400 m frisim, herrar: Finn Essendrop 4.02,36, 100 m frisim, damer: Hanne Christensen 58,24, 4 x 100 m medley, damer: Greve, Landsholdet 4.24,09, 4 x 100 m frisim, damer: Greve, Landsholdet 3.56,00.

Simningens tredje Simcentrum förläggs i Hallsberg

Svenska Simförbundet valde Hallsberg för sitt nya Simcentrum, det tredje i ordningen. Tidigare har simningen skolundervisning och simträning i Klippan i Skåne, samt Älsbyn i Norrbotten - nu kommer även den svenska mittregion att bli tillgodosett med ett simgymnasium.

- Vi valde Hallsberg med tanke på simmarnas bästa, trots att det hade varit mera ekonomiskt lönsamt att förlägga simgymnasiet till Enköping, berättar Svenska Simförbundets VU-ordförande Urban Gibson.

Redan i höst kommer simgymnasiet i Hallsberg att sysselsätta 8 aktiva simmare. En tränare måste också anställas med det snaraste.

- Boendefrågan var mycket viktig när vi sökte plats för vårt nya simgymnasium, tillägger Urban Gibson. Och på den punkten var Hallsberg bäst.

- I många andra frågor har även Enköping varit bra som alternativ och vi har blivit väl bemötta även där, säger simledaren.

UMEÅ SIMSÄLLSKAP

med över 600 medlemmar söker

TRÄNARE/KONSULENT
(heltid eller 20 tim/veckan)
med tillträde snarast.

Upplysningar genom vår ordf. N-E Årre tel. 090-11 32 10
eller sekr. Leif Svensson 090-19 41 88.

Ansökan med meritförteckning, löneanspråk och tidigaste tillträdesdag senast 1980-04-20 till USS, Postlådan, Simhallen 902 32 UMEÅ.

OS- och EJM-kval i simning i Landskrona 24-27 juni 1980

Tävlingen kommer att genomföras med försök och final. Gemensam seedning av EJM- och OS-kandidater kommer att äga rum. De åtta bästa försökstiderna går till final. Uttagning kommer endast att ske efter resultatlistan.

Svenska Simförbundet inbjuder härmed till rubr. tävling.
MEDARRANGÖR: Landskrona S
PLATS: Citadellbadet, Landskrona (50 x 21 m)

TÄVLINGSTIDER	Försök	Final
Tisdag 24/6	10.00	19.00
Onsdag 25/6	10.00	19.00
Torsdag 26/6	10.00	19.00
Fredag 27/6	10.00	19.00

ANMÄLAN:

Anmälningstiden utgår **tisdagen den 10 juni 1980.**
Anmälan skall ske på Svenska Simförbundets startkort och det gula anmälningsformuläret, vilket utsändes till tävlingsföreningarna. Startkorten **måste** innehålla uppgifter om bästa tid (25- eller 50 m-bana) samt datum och plats då tiden uppnåddes, den anmälda tiden får ej vara uppnådd före den 24 juni 1979.
ANMÄLAN SKICKAS TILL LANDSKRONA S, BOX 117, 261 22 LANDSKRONA.
Inga efteranmälningar mottages.

800 m frisim, damer:
Anmälan kan göras både med 800 m- eller 1500 m-tid. Därefter göres seedningen efter den östtyska poängtabellen.

TIDSTILLÄGG:

På varje anmäld tid noterad i 25 m bana kommer ett tidstillägg att göras, detta för att få en rättvisare seedning vid försökstävlingarna. Tidstillägget är skillnaden mellan SM-kvaltiden för 25 m- resp. 50 m bana (kvaltiderna för SM, se Simsport nr 1).
Ex. anmäld tid 100 m frisim: 50,96 (25 m bana), då SM-kvaltiden är 53,10 (25 m) resp. 54,80 (50 m) blir tidstillägget 1,7 sek. Gällande tid blir då 52,66 för ovan anmälda tid.
OBS! TIDSTILLÄGGET GÖRES PÅ PLATS I LANDSKRONA AV ARRANGÖRERNA.

OBS! NY STARTORDNING:

Det kommer att tillämpas ett nytt startförfarande vid OS i Moskva, den kommer även att användas i denna tävling: Ändringen innebär helt enkelt att starten vid tredje försöket avstår från att skjuta (vissla, tuta) om han märker att en simmare gör "tjuvstart".
Simmaren blir diskvalificerad (oavsett om han gjort någon tjuvstart tidigare eller ej) och får ej starta. Övriga får göra ett nytt försök. Skulle även då en simmare "tjuvstarta" händer samma sak o.s.v. Skulle emellertid startern skjuta vid det tredje försöket, men samtidigt upptäcka att en simmare "tjuvstartat" så går loppet och simmaren blir diskvalificerad efter fullbordat lopp.

STARTAVGIFT:

10:-/start inbetalas på Landskrona S postgiro 11 83 23-5 efter det att startlistan erhållits.

LICENSER:

Alla simmare som under 1980 har eller skall fylla 12 år måste lösa tävlingslicens.

AVANMÄLAN:

För tisdagens tävlingar kan strykningar göras fram till kl. 18.00 måndag kväll. I övrigt skall alla strykningar göras 24 timmar före resp. tävlingspass.

ANTALET HEAT:

Inga kvaltider, men SK förbehåller sig rätten till att begränsa antalet heat vid för många anmälningar.

FÖR EJM-KVALET GÄLLER:

Minst 9 simmare födda 1965 och senare beredes plats i varje gren gällande försökstävlingarna.

FÖRSÖKSTÄVLINGARNA:

Det blir gemensamma försök för både OS- och EJM-kvalande simmare och det blir seedade försök modell EM och VM.

FINALTÄVLINGARNA:

Varje final avverkas i **två heat,** ett för OS- och ett för EJM-kvalande simmare. Om någon "65:a" kvalificerar sig för OS-kvalfinalen räknas hans/hennes resultat i förhållande till dem som simmar i EJM-kvalfinalen.

GRENAR OCH GRENORDNING:

24/6

1. 200 m frisim	herrar
2. 200 m bröstsim	damer
3. 100 m ryggsim	herrar
4. 100 m fjärilsim	damer
5. 200 m medley	herrar (ej OS-kval)
6. 800 m frisim	damer h. ö. 1

Finaler enligt ovan

25/6

7. 400 m frisim	herrar
8. 100 m frisim	damer
9. 100 m bröstsim	herrar
10. 200 m ryggsim	damer
11. 200 m fjärilsim	herrar
12. 400 m medley	damer

Finaler enligt ovan

26/6

13. 400 m frisim	damer
14. 100 m frisim	herrar
15. 100 m bröstsim	damer
16. 200 m ryggsim	herrar
17. 200 m fjärilsim	damer
18. 400 m medley	herrar

Finaler enligt ovan

27/6

19. 200 m frisim	damer
20. 200 m bröstsim	herrar
21. 100 m ryggsim	damer
22. 100 m fjärilsim	herrar
23. 200 m medley	damer (ej OS-kval)
24. 1500 m frisim	herrar h. ö. 1

Finaler enligt ovan

ÖVRIGT:

Inkvartering:
Rum och lägenheter kan hyras genom turistbyrån i Landskrona, tel. 0418/119 64 el. 119 70 (Måndag-fredag 09.00-12.30, 13.00-17.00).
Beställ omgående, senast 10/4.

Biluthyrning:
FINA bensinstation, Rolf Nilsson, tel. 0418/105 74.

Insimning:
16-23/6 06.00 - 19.00
24/27/6 06.00 - 09.45, 16.45 - 17.45

Tävlingsbyrån:
Citadellbadet, tel. 0418/132 52
Adress: Landskrona S, Box 117, 261 22 Landskrona.
Öppet: Måndag 23/6 08.00-20.00
Tisdag 24/6 - Fredag 27/6 08.00 - tävlingarnas slut

Seriebiljetter:
Kan beställas via LS kansli, måndag-fredag 08.30-11.30, tel. 0418/196 15, efter 1/6 tel. 0418/132 52 eller rekvireras från Landskrona S, Box 117, 261 22 Landskrona.
Seriebiljett: 65:-
Enstaka biljetter: Försök: 10:-, Final: 15:-

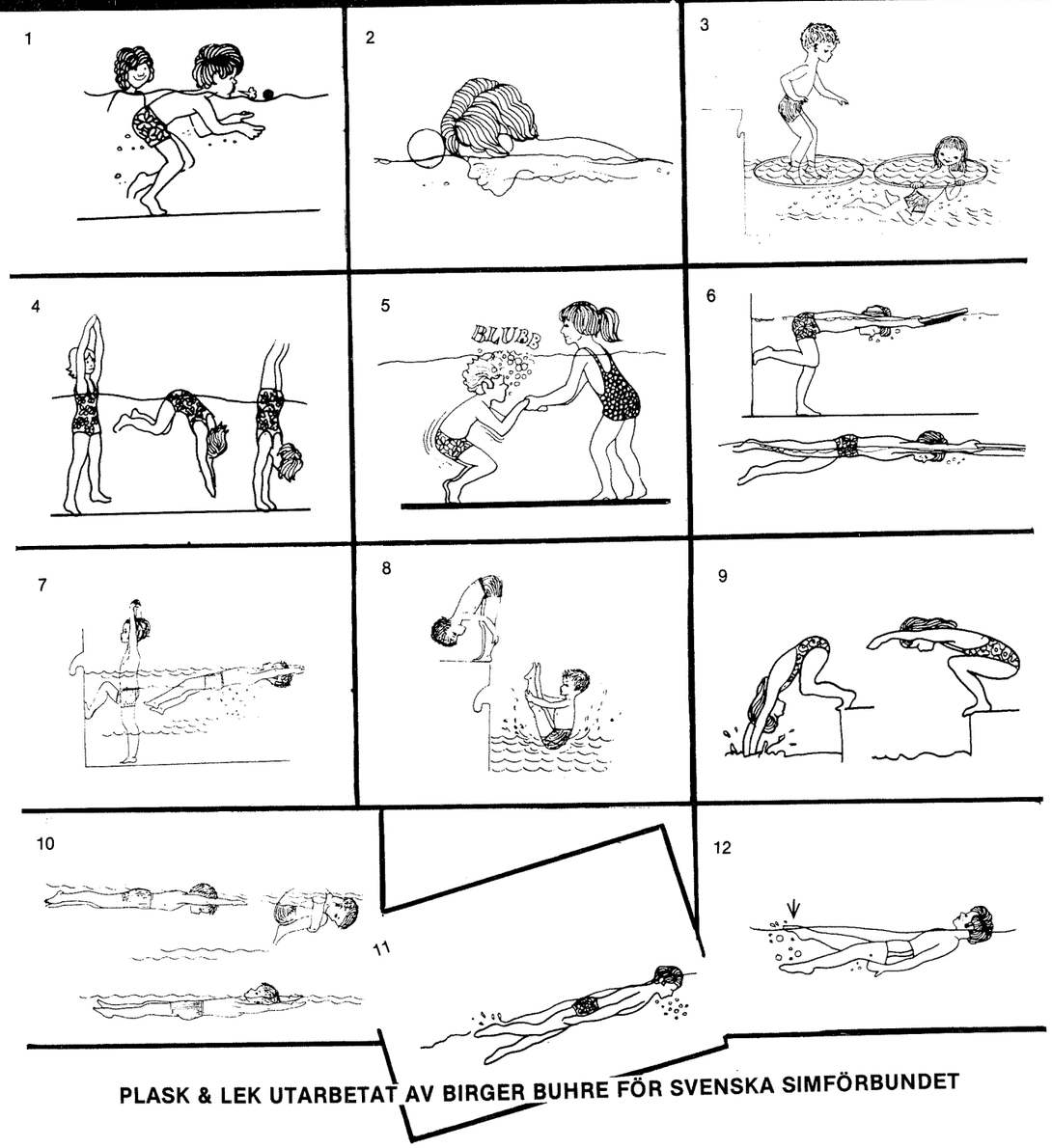
Upplysningar:
Landskrona S, Box 117, 261 22 Landskrona.
T.o.m. 31/5 tel. 0418/196 15 måndag-fredag 08.30-11.30
Fr.o.m. 1/6 tel. 0418/132 52 måndag-fredag 08.30-11.30

Föredragningslista vid Svenska Simförbundets Årsmöte 1980

Nya Riksdagshuset, Stockholm (Lilla partilokalen, huvudingången)

Lördagen den 26 april, kl. 14.00

Mötets öppnande
Utdelning av priser och utmärkelser
1. **Upprop och fullmaktsgranskning samt fastställande av röstlängd**
2. **Val av ordförande för mötet**
3. **Val av sekreterare för mötet**
4. **Val av 2 justeringsmän, att jämte ordföranden justera mötets protokoll**
5. **Val av erforderligt antal rösträknare (andra än justeringsmän)**
6. **Fråga om mötets behöriga utlysande**
7. **Föredragning av styrelsens verksamhetsberättelse för sist förflutet verksamhetsår.**
8. **Föredragning av styrelsens förvaltningsberättelse för sist förflutet räkenskapsår.**
9. **Revisorernas berättelse för samma tid**
10. **Fråga om ansvarsfrihet för styrelsens förvaltning**
11. **Val av förbundsordförande, tillika ordförande i styrelsen för 1 år Nuvarande Svante Lundkvist, Eskilstuna**
12. **Val av 4 ledamöter i styrelsen för 2 år. Mandattiden utgår för: Olle Strömberg, Ann-Christine Hagberg, Robert Hernadi, Bo Hogenäs.**
13. **Val av 1 revisor och 1 revisorsuppleant för 1 år. Nuvarande: Gunnar Sulling respektive Ingvar Westergren**
14. **Val av 3 ombud till riksidrottsmötet jämte suppleanter. Ombud vid 1979-års möte: Svante Lundkvist, Urban Gibson, Eva Olofsson med Olle Strömberg, Set Hjärpe och Toivo Öhman som suppleanter.**
15. **Val av ordförande och 4 ledamöter i valberedningen för nästkommande årsmöte. (Förslagsställande i ärendena 11—14). Nuvarande: Sven-Håkan Paulsson, Stockholm, Rolf Höög, Motala, Rune Jonsson, Eskilstuna, Åke Karlsson, Boden, ordf, Stig Olsson, Mölle.**
16. **Antagande av officiellt kungörelseorgan för Simförbundet. Nuvarande: "Simsport"**
17. **Fastställande av årsavgift**
18. **Redovisning av såväl långsiktiga som kortsiktiga mål och ekonomisk planering**
19. **Behandling av från styrelsen eller revisorerna till mötet hänskjutna frågor**
20. **Behandling av frågor, som hänskjutits till mötet och som senast den 15 januari 1980 skriftligen inkommit till styrelsen.**
21. **Mötets avslutande**



PLASK & LEK UTARBETAT AV BIRGER BUHRE FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET

I 80-talets simlekskola

säger bilden mer än ord

— Av Birger Buhre —

Ord är ett otillräckligt kommunikationsmedel med småbarn i en simlekskola, där atmosfären präglas både av stoj och en smula ängslan. Jag har i flera år varit övertygad om att man här måste undervisa mycket mera visuellt än hittills. Jag har blivit förbluffad över hur lätt det var att i teknikundervisning uppnå resultat med döva barn (som jag utbildade till tävlingssimmare sedan min fru lärt dem simma). Genom att visa före, vattentåliga plancher (sidenbehandlade) i stort format att ställas på bassängkanten borde bli en rekordbillig (engångskostnad) assisterande simlärare.

Därför har jag i samförstånd med Svenska Simförbundet tagit fram ett sådant bildmaterial, som anslutar till det övningsförråd, som började användas inom simklubbarna 1970. Detta material, som testats på flera håll bl. a. i Jönköping, Helsingborg och vid de simlekskolor, som jag själv förestår varje sommar i Malens Havsbad, finns för närvarande i bruk hos cirka 50 kommuner och klubbar.

Jag har samlat in erfarenheterna av denna undervisning och gör här en beskrivning av hur materialet hittills använts med framgång. På den ursprungliga trappstegen för övningsförrådet i plask- och lek, som vi började experimentera med 1970, har framförallt hoppövningarna fått en större plats och tidigarelagts, kommer med nästan från början. Av samma uppfattning är också den special-grupp för förbättrande av ”Plask och lek”, som UBK tillsatt (Birgitta Fagrell, Kerstin Nederberg och Birgitta Carlsson). Så här skulle jag i dag vilja ha en simlekskola, där jag kan ta hjälp av de 12 plancherna (i formatet 50 x 60), vilka kan ses på nästa uppslag.

SIMLEKSKOLA

Det utmärkta övningsförråd som tidigare utarbetats av Svenska Simförbundets Plask- och Lekgrupp på sammanlagt 66 land- och vattenövningar granskades vid Malen-clinic i somras med en rad av Skånes mest erfarna simundervisare inom klubbarna (Svea Andersson, Bjärnum och Gun Eskilsson, Helsingborg, båda nio års praktik med Plask- och Lek). Det är utmärkt som en bank ur vilken man kan välja, när simläraren vill förnya sig.

Från kursdeltagarna framkom emellertid också ett starkt önskemål att utarbeta att minimum-övningsförråd, där nyckelövningarnas anknytning till bildmaterialet poängterades.

I detta har vi strukit alla övningar där tvättrummet och duschen är inblandade, liksom alla krypövningar ned för bassängtrappa. Ett stort antal simskolor måste nämligen arbeta utan dessa resurser. En manlig eller kvinnlig simlärare får inte på alla bad springa ut och in både på herr- och damavdelningen. Många bad har undervisningsbassänger, i vilka man tar sig i vattnet via en stege.

KONTAKTEN PÅ LAND VIKTIG

Första lektionen med en ny grupp måste ha sina minst tio första minuter på land för kontaktskapande icke bara mellan barnen och simläraren utan mellan barnen själva. Den som har anlag för att leda sångövningar skall göra det. Ett fint lekförråd har kommit fram även via SLS-utbildningen. I Malens Havsbad hade vi förenklat, satte barnen i en ring, använde en stor boll. Simläraren rullar den först till ett av barnen: ”Jag heter Tommy, vad heter du?” Sedan har vi bara haft enkla gymnastikövningar enligt Följa John metoden.

Med den uppvärmningen har vi fått i det närmaste samtliga barn i vattnet direkt. I vattnet har vi använt två huvudövningar för att komma i gång så fort som möjligt, inte låta barnen dröja på för många små, små, små trappstegar, så de hinner övermannas av tvekan.

1. Alla har uppmanats att bilda en ring. Först gör vi en stor ring, man går bakåt hand i hand. ”Så gör vi en liten ring”. Alla går inåt och simläraren ”tisslar och tasslar”.

2. Svea Andersson, som utbildar tävlingssimmare, men också svarat för simundervisningen med plask- och lekmetoden i Hässleholm och Bjärnum sedan 1970 berättade på Malenclinicen i mitten av juni om sin modell. Det där med en sångövning förlade hon direkt till vattnet. Man gick hand i hand och sjöng: ”Här kommer Pippi Långstrump, tjolahopp, hjolaha.” Och sedan sade hon: ”Nu går vi till torget och tittar på statyn”. Ställde sig själv i mitten och spelade staty. ”Stänk nu på statyn”. Det där att ungarna får stänka på sin lärare, som lätt kan stänka tillbaka betyder i ett huj ett språng över många trösklar. Just simklubbarna med f.d. tävlingssimmare som simlärare har tillgång till denna i första lektionen ovärderliga typ av simlärare.

ANSIKTET I VATTNET SEDAN GLID, GLID, GLID

Man måste ha de cirka sex första lektionernas målsättning klar för sig. Det är att få barnen att lägga ansiktet i vattnet, blåsa ut luft i vattnet.

Man kan givetvis inleda genom att samlas kring rockringen, inte en ring utan många. Leka att rockringen är tvättfat, så man får alla att åtminstone blöta sitt ansikte.

Sedan är det dags att börja använda bildmaterialet. Plansch 1 och 2, som syftar till det viktiga första steg, som icke betonas i den gamla simskolan, nämligen att så fort som möjligt få ansiktet i vattnet.

1. Blåsa ping-pongbollar. Barnet upptäcker snabbt att det går bäst om man kryper ned med hakan i vattnet. Titta gör som Kalle.

2. Putta bollar med hakan, näsan och huvudet. I tidigare Plask- och Lekskolor olikfärgade bollar. Mindre komplicerat nicka bollar, som på bild

Forts. nästa sida

80-talets simlekskola

Forts. fr. föreg. sida

2. Först stor boll, sedan mellanstor, sedan liten.

Lektionerna flyter smidigare, barnen får mindre tid att stå still och börja frysa om man har många bollar, en för varje barn.

Nästa steg är användandet av rockringar. Här ämnar vi komplettera med en bild på begäran. Många rockringar, så att barnen kan ha en egen att leka med. Rockringen som tvättfat. Rockringen att krypa in i och ut ur. Samling kring rockringen två eller tre för att bubbla i. (Det är framförallt en sådan bild som efterlysts).

Efter dessa mellanövningar kommer emellertid rockringen effektivt in på bild 3, som även betyder inledning på de hoppövningar, som det är anledning att flytta fram tidigt. Eftersom det handlar om fothopp duger även en grund undervisningsbassäng. Hoppa ned i en rockring, gå upp i en annan. Genom bildpåverkan kan man här mycket snabbt komma fram til en komplett doppövning.

Bild 4 är första förövningen till huvudhopp. Stå på händer. Poängen är här att hänvisa till mittenfiguren på bilden: Håll nacken sträckt **mellan armarna.** Endast den vägen lyckas övningen. **Öronen kvar mellan sträckta armar, det är grunden för att man senare skall lyckas snabbt både med glidövningar och huvudhopp.**

NYCKELÖVNINGEN

Bild 5 är vanlig kaffekokning där man använder bildförstärkningen till att uppmana: **hela huvudet** under vattnet när du bubblar.

Bild 6 är nyckelbilden, **nyckelövningen.** Med rätt förövningar skall den vara möjlig att sätta in i fjärde, femte eller sjätte lektionen. Det är övningen där man rekordsnabbt kommer fram till **den avgörande upplevelsen av vattnets bärkraft.** Man får först undervisa att plattan skall hållas med **raka,** men inte spända armar. Sedan hänvisas till bilden: En fot i väggen, ansiktet i vattnet, skjut ifrån. Avsparken ger en helt annan fart än att ta sats med fötterna från botten. Genom den ökade farten kommer man automatiskt in i glid och flytkänslan. Det var omständigt att instruera in denna övning med bara ord. Barnen hann tappa koncentrationen. I Jönköpings mycket erfarna kommunala simskolor, som först fick testa detta material meddelade man omgående sin belåtenhet med denna bild, som väsentligt hade förkortat och underlättat undervisningen i plask- och simlekskolans nyckelövning.

Nu går det att prova att göra samma övning utan stöd av platta. I sommar i Båstad har detta funkat för oss med cirka 70 procent av barnen i åldern 5-7 år. De övriga har fått stöd av simläraren som gett dem draghjälp, uppmanat dem att hålla armarna raka, ansiktet i vattnet och försökt få dem att slappna av.

För alla barn som lyckas med glidövningen, funkar det automatiskt direkt med en flytövning där simläraren, i denna lektion inte iklädd våtdräkt, visar före. Att ligga och vila på vattnet som ett flygplan, utsträckta armar och ben, ansiktet i vattnet.

Nu är barnet i själva verket simkunnigt, i varje fall **flytkunnigt.**

HJÄLPTE FRAM RYGGSIM

Den stora upplevelsen för oss i somras var emellertid begagnandet av bild 7. Vi vet svårigheterna att få ett barn att snabbt lära sig flyta på rygg. Mycket mer än hälften är direkt rädda för att lägga sig på rygg. Nu har de fått uppleva att de klarar glidövningen på mage utan stöd av platta. Direkt och med samma bestämningspunkter, en fot i väggen, sträckta armar, knip till med armarna om öronen, skjut ifrån, instrueras de från bild 7 till en glidövning på rygg. Det funkar direkt på häpnadsväckande många. De som kryper ihop får hjälp av simläraren att sträcka ut sig. Glidet och flytet på rygg frammanas genom anvisningen sträck, sträck, sträck.

Redan tidigare har jag instruerat för dessa simskolor: "Rörelseexercis, d.v.s.l bentagsövningar på land och i vattnet **förbjudna** innan glid och flytprovet klarats av: "Eftersom bröstsimsbentaget är en ganska komplicerad rörelseövning och det motoriska sinnet hos barnet inte inträder brett förrän i 7-8 årsåldern är en simundervisning som bjuder på bröstsimsbentag **direkt** för barn under 7 år helt förkastlig. Allra helst om man som boken "Modern simundervisning" låst sig fast vid sitt val på 1950-talet och predikar det smala och svåra tävlingsbentaget i stället för Livräddnings-Lundströms hederliga ruter-ess, som jag personligen tror mycket på för små barn.

HOPPA MERA!

Men nu har barnet lärt sig att avslappnat umgås med vattnet, därför i cirka sjunde lektionen, (för 4-5 åringar har jag efter experiment på



barndaghem i Malmö satt tröskeln vid nio lektioner), dags för försök att lära in bröstsimsbentaget på land, givetvis med ungen liggande på magen och med kommandoorden: Böj upp, sträck ut, slå ihop (eller pang). Simlärarens uppgift är då att med sina händer korrigera de sträcka fötterna till vinklade fötter.

Sedan måste ungefär hälften av varje lektionstid användas till ett inslag ur den gamla simskolan. Bentagsövningar med stöd av både dyna och platta. Denna starka flythjälp ger en bättre möjlighet att helt koncentrera sig på rörelserna, som är svåra nog. Vår metod med simläraren i vattnet kan användas till att väsentligt förbättra denna del av övningarna. Simläraren håller i plattan (två barn åt gången) och ger **draghjälp** i samma ögonblick som kommandoordet "slå ihop". Går från vänster till höger, och tillbaka, understöder två barn åt gången.

Bentagsövningar varvas med hoppövningar för att göra en lektion omväxlande. Planscherna 8 och 9 kommer in.

Om plansch 8 rådde stor diskussion vid Malen-clinicen den 16 och 17 juni. Är den farlig? Inte om den användes under kontroll och man betonar att hälarna skall skjuta något över kanten. Den måste emellertid utövas på ganska djupt vatten, minst en meter. I en djupare bassäng för redan något simkunniga barn. Det är en i den österländska simskolan mycket populär övning. Om man hoppar från låg höjd kan inget farligt inträffa. Man skall komma ihåg, att ett barn som försöker och klarar en i svårighetsgrad ganska hög trappstege har tagit ett väldigt språng framåt i sin utveckling. Ett misslyckande repareras alltid snabbt med att man går tillbaka till en lättare övning som barnet klarar.

Bild 9 trodde vi också först var något för avancerad, att vi skulle behöva en bild där övningarna i huvudhopp inledes genom att barnet sitter på bassängkanten. Efter praktisk användning har vi funnit bilden perfekt. Genom att med hjälp av bilden betona den hopkrupna kroppställningen, de böjda knäna och huvudet fastlåst mellan armarna har det hänt att mammor lånat denna plansch, övat med sitt barn och lärt det att hoppa på huvudet i djupa bassängen. Vid Malen-clinicen i juni, med bl.a. Svenska Simförbundets Plask- och Lekgrupp närvarande ställdes som demonstrationsobjekt till förfogande fyra 7-års pojkar, som avverkat fem lektioner i den kommunala simskolan. Sedan de första fått prova glidövningen på plansch 5 gick vi över till hoppövningen plansch 9. Jag kunde i förväg peka ut den grabb, som lätt skulle klara hoppövningen, eftersom han redan gjort en perfekt



glidning med huvudet mellan armarna. Det stämde.

EXTRA SIMLÄRARE

Plansch 10 är mera avancerade flytövningar med sträckt kropp, och i hopkrupen ställning (som en köttbulle - inledning till kullerbytta). De har varit ypperliga (efter cirka 8-10 lektioner) ur många synpunkter bl.a. denna: I en grupp börjar några barn frysa ganska snart, särskilt vid utomhusundervisning. Det är deprimerande för dem att dag efter dag lämna vattnet innan lektionen är slut. Därför har vi ganska korta ordinarie lektioner. Sedan kan de frivilligt förlängas. Vi ställer ut plansch 4, koka kaffe och plansch 10, flyt, flyt, flyt och säger gör som Pelle och Edvin, medan simläraren kan börja förbereda sig för nästa lektion. Många ungar har legat kvar i vattnet i 20 minuter och markant förbättrat sin flytförmåga och andningsteknik.

Planscherna 11 och 12 är förflyttningsövningar och de två primära övningarna i en crawlskola. De betonar den sträckta foten i ryggsim och crawl och frisimsbilden ger en anvisning om den värdefullaste av alla grundövningar i crawl, nämligen att kombinera det konditionsutvecklande benarbetet med andningsteknik.

VARIERA SIMSÄTT

Eftersom allt yngre vill vara med i våra simskolor ställer bröstsimsbentaget till problem. Vi har haft fyra-femåringar, som varit fint glid- och flytkunniga, kunnat andas ut i vattnet, men inte klarat av mera än cirka två bröstsimtag. Vi har låtit dem pendla sig fram med raka ben och sträckt fot och ansiktet i vattnet. De har nästan direkt klarat tio meter. En sexåring, som obehindrat lade sig på rygg, tog järnmärket (50 meter) direkt. Vi har från simskolor flyttat över barn, som klarat cirka tio meter bröstsim, till crawlskolorna med sin intensifierade träning i glid och andningsteknik. Det har tagit dem några dagar att klara först 25 och sedan 50 meter med ett flytsäkert blandsim. Men bröstsim (överlägset simsätt om man trillar i vattnet med kläderna på) skall med i utbildningen förr eller senare. Är barnet sju år kan man sätta in det som första simsätt.

DEN NYA TRAPPSTEGEN

I sammanfattning. Den övningstrappstege för Plask- och Lek, som jag tidigare rekommenderat och som använts sedan 1970 har vi efter flera månaders praktik med det nya visuella undervisningsmaterialet modifierat något (flyttat fram hoppövningarna) och den är i sammanfattning:

1. Övningar som avser att få barnet att lägga ansiktet obehindrat i vattnet och blåsa ut luft i vattnet. 2. Förberedande hoppövningar (fothopp på grunt vatten, stå på händer). 3. Glidövningar med ansiktet i vattnet (nyckelavsnittet). 4. Bentagsträning med starkt flytstöd och drag - hjälp av simläraren varvade med mera avancerade hoppövningar. 5. Fortsatt bentagsträning och svårare variationer av flytövningar. 6. Förflyttning i vattnet med det simsätt som passar barnet bäst.

Svårare är det inte. Man klargör för sig vilken **helhet** man syftar till. Man använder dessa utprovade trappstegar utan att forcera, men också - och det är lika viktigt! - begagnar inte ett för stort antal små, små trappstegar, en metod att dölja sin egen osäkerhet. Simkunnighet skall lekas in. Men den som ansvarar för detta måste ge leken en bestämd riktning, ett syfte. Att göra ett barn tidigt simkunnigt är att ge ett barn ökat självförtroende.

Svenskt rekord av Agneta!



AGNETA ERIKSSON satte svenskt rekord på 400 m frisim. (Foto: Roger Stark)

Sprintersimmerskan Agneta Eriksson från Västerås satte svenskt rekord på 400 m frisim när Västmanlands DM avgjordes 7-9 mars. Agneta nyss hemkommen från träningsläger i USA, noterade 4.18,56.

Sverige bäst (men sämst utrustat) vid junior-NM

NJM gick i Kuopio, nordöstra Finland mellan den 29 februari och den 2 mars. Det svenska laget stod för en fin insats och vann totalt 18 grenar, mot 9 för Danmark, två för värdlandet Finland. Norge och Island blev utan guld.

Framgångsrikast av svenska laget var Robert Morris från Örebro och Alfons Kublenzo från Gävle. De tog tre guld individuellt och - Alfons dessutom två i lag. Robert vann 100 och 200 m fjäril på 1.00,72 respektive 2.15,00 och 400 m medley på 4.53,61. Alfons, som i gänget kallas "Kuben" var bäst på 200, 400 och 1500 m frisim med tiderna 2.00,49, 4.14,40 och 16.32,17. 1500-meterstiden var endast två sekunder från SM-kval.

Två flickor från Västergötland bärgade fyra guld tillsammans. Sofia Kraft, Götene simmade behärskat 200 och 400 m medley. Hon noterade 2.23,82 och 5.05,02. Ann Carlsson, Karlsborg var i sin tur överlägsen på 200 m fjäril med 2.20,30 och 200 m rygg med 2.23,63. Anns tider var överraskande bra med tanke på att hon var alldeles ur form.

Södertörn har i Hans Fredin fått fram en mycket lovande ryggsimmare. Hans vann både 100 och 200 - 1.01,63 och 2.14,70. 200-meterstiden var "pers" med mer än fem sekunder.

Numera går det bra för Mariestad. Anders Pettersson vann 200 m medley på 2.15,65 tack vare fin simning på bröst- och frisim. Anders var sedan tvåa på 100 m frisim med 55.53.

Sandviks Annika Uvehall vann säkert 100 m ryggsim på 1.06,89. Med bättre vändningsteknik gör hon 1.05.

Hela det svenska laget, inklusive tränarna, Åke Hansson, Anders Molin, Rolf MÖller och Sven-Arne Selling - klarade sig från sitt NJM-uppdrag med den äran. Det slogs inte mindre än 27 personliga rekord och i 22 av 29 grenar överträffade man resultaten från NJM 1978. Till detta skall läggas ett exemplariskt uppträdande under hela resan.

I övrigt får sägas: Sverige var bästa nation, men var det sämst utrustade laget.

OLLE FERM

Två NM-simmares dagbok

PÄIVÄÄ VIMARI!
(= Goddag simmare)

Ja, så har vi varit över till grannlandet Finland och slagits om NJM-medaljerna. Vi försvarade Sveriges färger ganska bra, för vi vann 20 av 30 grenar.

Torsdag. Så kom vi äntligen fram till Kopupi, 23 stycken ganska så "möra" simmare efter 16 timmars resa. Vi stapplade in på våra rum, som visade sig vara superlyxiga. Sen begav vi oss till simhallen och stod för första gången öga mot öga med våra motståndare. Men tuffa som svenska simmare är så konstaterade vi att dom skulle vi sätta dit. Sen var det dax för käk. Om vi hade stannat en vecka till hade vi nog sett ut som Sune Mangs allihopa. För det var förrätt, varmrätt och efterrätt varje dag, lunch och middag. Vi fick pommesfrites och kött och det tyckte alla om. Och skulle det bli så bra mat varje dag så var det bra, men att det skulle bli **precis** samma mat som serverades varje dag var vi ju inte beredda på . . .

Fredag. Ja, då var det alltså dagen för tävlingsstarten, som dom flesta nog hade sett fram emot. Roligast med såna här tävlingar är nog när det är defilering och dom "river loss" nationalsångerna och får höra en version, som man aldrig hört förr. Men det blev inte en så himla lyckad defilering. Allt såg så högtidligt ut, förutom den färgsprakande färgklicken i mitten, som skulle föreställa Sverige. Det syntes inte att det var Sverige eftersom vi inte fått några landslagsoveraller, å svenskarna var klädda i 23 olika. Urtjusigt! Sen var det dax för allvar och vi gick ganska bra och ledde poängmässigt redan efter första dagen.

Lördag. Tävlingarna gick ganska smärtfritt (fast jobbigt) och vi tog hem de flesta medaljerna. Nu började man t o m reagera på "startgubbens" starter. Fast hörapparater hade varit välkomna. Paikoillenne . . . pang!

Söndag. Nu var det alltså sista tävlingsdagen, som gick mycket bra eftersom alla skärpte sig så här sista dagen. Vi vann alla lagkapperna, även damerna, vilket var överraskande för Danmark hade ett mycket starkt lag.

Efter tävlingarna blev det ingen bankett till allas besvikelse, för alla hade hoppats att få svänga sina "lurviga". Men så påhittiga som vi simmare är ordnade vi vårt eget disco, där vi bjöd in Norge. Island var också med, med alla sina simmare (hmmm . . . 2 st). Det hann inte gå lång stund förrän det var några som skulle fastna i hissen. Man fick vara åtta personer i. Den stod i botten när 13 simmare, plus två ganska tjocka finnar, pressade sig in. Så bar det iväg. Men mellan första och andra våningen stannade den. Konstigt . . .

Det bröt inte ut nån panik hos simmarna, men tydligen hos våra vänner finnarna. Dom gjorde tappra försök att med pennkniv få upp dörren. Efter en stund började det bli lite småvarmt och ont om luft inne i hissen, så Micke Johansson kättrade upp på ledstången och öppnade takluckan för fräsch luft var välkommet, men där fick han också stå för det fanns ingen annan plats.

Alla var glada över att kunna andas normalt igen, utom finnarna som vrålade utan uppehåll. Efter en timmes "fläskpress" var de äntligen ute ur torntyrkammaren. Resten av kvällen gick **ganska** lugnt tillväga.

Måndag. Hemresedagen. Nu hade vi gjort vårt på NJM. Tabbar och missar var inget att göra åt nu. Men dom flesta var nöjda. Nu åt vi det "förbannade köttet och pommesfriten" för sista gången till allas lättnad.

Vi hade några fria timmar på oss innan vi skulle ta farväl av Koupio, som man planerat med shoping eller en tupplur. Men våra ledare tyckte visst att vi skulle åka till stadens ortordoxa kyrka och sightseeing genom staden och se på byggnader och statyer m.m. Efter den bussresan var det inte många glada svenska simmare som klev ur bussen. Så var det dax att åka hemåt, fast det var väl nån grabb som mot sin vilja vinkade adjö åt sin "norske pike".

Vi hade sån tur att hamna i samma kupé som en ganska så glad finne. Han tyckte visst inte vi var så roliga, så han passade på att muntra upp stämningen med sång. Nja . . . sång och sång . . . han stod där och vrålade en massa finska och påminde mest om Birgit Nilsson in action. Men det fanns en som gillade det klart och tydligt och det var Rickard Milton, som genast stämde in i sången och genast bidrog till underhållningen med en Hawaiidans! Woow!

När vi sedan gick ombord på båten var vi nästan lomhörda, men vad sjutton gjorde det när vi alla hade en och samma tanke i huvudet. GODIS.

Och godis köptes och godis åts i mängder. Efter någon timmes sömn var vi hemma och hade varit med om några jättetrevliga och roliga dagar.

KRAM
ANETTE OCH HELENA
BORLÄNGE SS

Gunnar Werner bilade en svår internationell tvistefråga

Många svenska idrottsledare har under årens lopp haft internationella uppdrag. Detta gäller inte minst våra simledare alltifrån Erik Bergvall som var med och bildade FINA (Féderation Internationale de Natation) i London 1908 och som sedan var världsorganisationens president i 20 år.

En annan känd svensk simledare i internationell tjänst var och är Svenska simförbundets hedersordförande Bertil Sällfors, sekreterare i FINA 1948-1960 och president i LEN (ligue Européenne de Natation) sedan 1968 och alltjämt.
tjämt.

Sällfors lämnade FINA:s styrelse 1976 och fick som ersättare Svenska simförbundets förre ordförande Gunnar Werner.

Övriga ledarinternationella svenskar har varit och är Sam Zuckerman i FINA:s polokommitté mest känd som rättskipare i 1956 års blodiga olympiafinal i Melbourne - Henry Runströmer i FINA:s simkommitté sedan 1956, Gösta Ölander i FINA:s hoppkommitté sedan 1960, Set Hjärpe i FINA:s konstsimkommitté sedan 1972 och Bengt Eriksson i FINA:s medicinska kommitté sedan 1976.

De internationella ledarna arbetar oftast i tysthet, om man bortser från organisationernas toppmän - i FINA presidenten, som under innevarande 4-årsperiod är mexikanaren Javier Ostos och sekreteraren Robert h. Helmick från USA.

Någon gång händer det dock saker som riktar strålkastarljuset på underordnade ledare. Så skedde då nedskrivaren av dessa rader vid den olympiska 100-metersfinalen i Rom 1960 - d v s innan man accepterat elektrisk tidtagning - oförskyllt kom att bli huvudman efter att med sin utslagsröst ha avgjort guldstriden till australiensaren John Dewitts fördel framför amerikanen Lance Larson. Det tog två olympiader, d v s åtta år, innan svallvågorna efter det domslutet lagt sig.

Betydligt lugnare men framgång för svensk idrottsdiplomati var det 1979, då Gunnar Werners juridiska talang kom till synes. Förre simförbundsordföranden och karlstadsadvokaten satt som ordförande i en av FINA tillsatt skiljedomstol som hade att lösa en ekonomisk tvist mellan det västtyska simförbundet och det saudiarabiska (SASA). Tvisten gällde ett belopp på 50.000 DM.

Gunnar Werner tolkade tillämpliga regler, som tillställdes båda parterna i brev. Tyskarna svarade och föreslog en till synes skälig uppgörelse, medan araberna iakttog tystnad. Werner skrev då ett nytt brev, där han med logisk skärpa framhöll de onödigt stora kostnader som ett förlängt skiljedomsförfarande skulle dra med sig även för den vinnande parten. Detta bet. Araberna godkände också uppgörelsen och kommissionen kunde redovisa att affären reglerats på ett för båda parterna tillfredsställande sätt.

H.R.

För vänligt deltagande i min stora sorg ber jag att få framföra mitt varma tack

Pelle Wikström

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, Enebrovägen 14, 633 47 Eskilstuna.

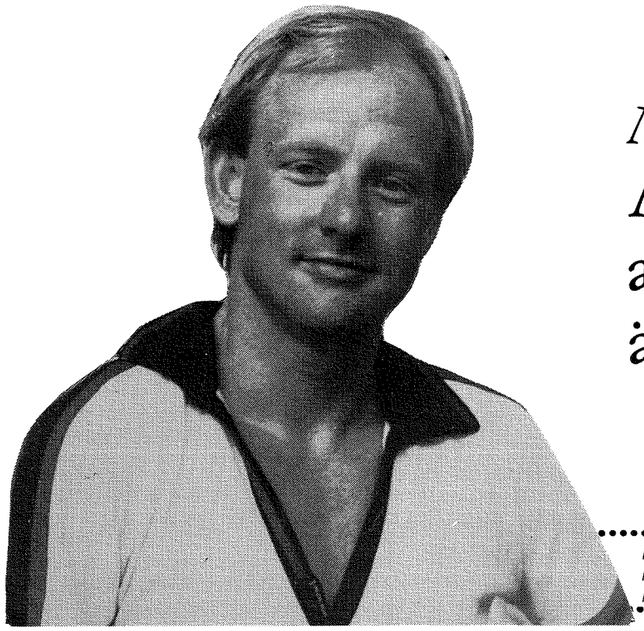
Bilden föreställer	Simsport nr	Sida	Antal ex	Storlek
	/år			
	/år			
	/år			
	/år			

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

Namn .....

Adress .....

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



Mats Widerström:

Antalet fall av knäskador är talrika!

MATS WIDERSTRÖM har tidigare svarat för tre avsnitt i Tekniskt Magasin om axelskador. Nu är han tillbaka med en serie om knäskador. Det här är del 3.

TEKNISKT MAGASIN

De två tidigare artiklarna som ingår i serien om knäskador har behandlat anatomin och knäets funktion. Den här sista delen tar framför allt upp de knäproblem som kan uppstå hos simmare.

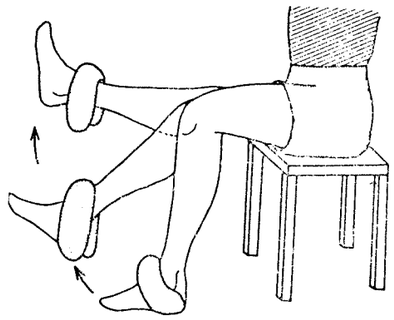
BRÖSTSIMMARES KNÄ

Bröstsimmarknäet är det klassiska problemet som simmaren klagar över. Det uppkommer genom en kronisk sträckning av de mediala ligamenten (se artikel I och II) vid bröstsimskicken. Denna sträckning eller översträckning uppkommer vid varje bröstsimskick när ligamenten utsättes för hög belastning i denna stressituation.

Ligamentet (ledbandet) består av tusentals sammanvävda fibers. För att jämföra med någon annan sport skiljer sig denna skada eftersom den är en utnötningsskada. I fotboll uppkommer oftast en skada som beror på en stor plötslig kraft där ligamentet går av. I simning blir det små microavslitningar i fibrerna som ligamentet består av.

Vanligtvis smärtar ett område som sträcker sig längs med hela ligamentet. En direkt avslitning är en nästan osannolik händelse för en simmare när han eller hon simmar bröstsim.

Det finns naturligtvis en mängd behandlingsformer för att minska och slutligen läka dessa microavslitningar och omliggande inflammatoriska tillstånd.



Exempel på isotonisk träning med sandsäck. Lårmuskeln sträcker knäleden mot ett lagom avpassat motstånd. Knäleden röres under muskelsammandragningen.

Allt ifrån isnedkylning (mycket populärt i USA), anti-inflammatoriska läkemedel som Tanderil, Butazolidin m.fl., till gipsning av knäleden för total vila om symptomen är för svåra.

I tid och otid används ju coritisonsprutor och det är helt okey om de 1) används vid speciella situationer som bara en erfaren läkare kan bedömma 2) träningen dras ned, då speciellt benspark och framförallt bröstkicken.

En cortisonspruta läker visserligen en skada snabbare, men samtidigt försvagas styrkan i muskler, senfäste, ledbandet m.fl. omkringliggande vävnader. Det innebär att simmaren måste vara oerhört försiktig med igångsättningen av träningen. Vila den skadade kroppsdelen i minst 14 dagar ifrån rörelser som verkar slitande. Man kan alltså redan på ett tidigt stadium jobba med statisk styrketräning och lätta vikter på den dynamiska delen. I detta fallet bör simmaren för att upprätthålla styrkan, jobba med lårets framsida, "Quadricepsmuskeln". Överhuvudtaget skall cortisoninjektioner ges kritiskt och sparsamt.

Många simmare och simtränare gör det misstaget som inte får göras, att underlåta vila. Vi accepterar att ett benbrott tar 4-6 veckor men ledbandsskador och inflammationer som i många fall har en mer komplicerad läkningsperiod tycks inte få ha längre tid på sig än 1-2 veckor i idrottskretsar innan tålamodet tryter och idrottaren åter är igång med träning och tävling.

Skadan förvärras och smärta uppstår åter.

PATELLA-FEMURAL SMÄRTA

Patella-femuralsmärta innebär att patella (knäskålen) och femur (lårbenet) är inblandade i denna smärta och skada.

Den här typen av problem är ingen typisk simskada utan kan drabba alla tonåringar och äldre. Särskilt flickor drabbas av någon okänd anledning. Skada mellan knäskålen och lårbenet orsakar symptom som knakningar, knäppningar, ihållande smärta (speciellt vid böjning av knäet), benet viker sig, låsningar och slutligen vätska i för stor mängt i knäleden. Detta kallas kondromallaci.

Upprepade sträckningar och böjningar av knäet förvärrar alla de problem som togs upp i del II, som förstört ledbrosk m.m. jämfört med ett bröstsimsknä där smärtan försvinner eller lättar. När simmaren slutar simma bröstkick är denna skada tvärtom, smärtan finns kvar vid alla former av benspark. Rent medicinskt beror denna skada på en uppmjukning av brosket. Denna uppmjukning kan vara resultat av att knäskålen är instabil eller av en direkt skada. Vid de tillfällen när trycket ökar mellan knäskålen och lårbenet, framkallar detta smärta. Som exempel är det vid knäböjning och/eller när Quadricepsmuskeln drar sig samman.

Att gå i trappor, sitta på huk, sitta under längre tid och naturligtvis alla former av sparkar medför smärtor.

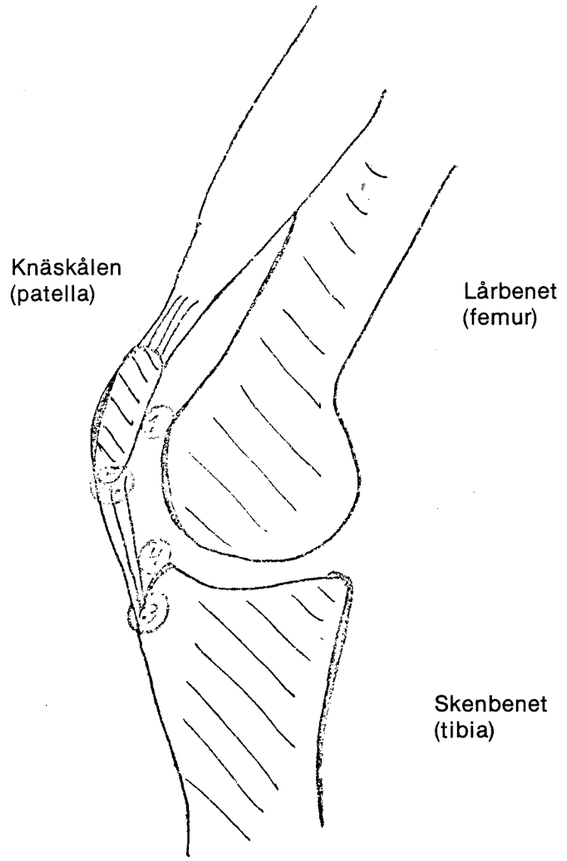
Tyvärr är denna skada mycket svår att behandla både med och utan operativa ingrepp.

Litet plåster på såren är att det i de allra flesta fallen går över, det kanske tar någon månad eller i värsta fall ett år, men som sagt, det går över. Om det kan fastställas att Quadricepsmuskeln är svag eller drar ihop sig obalanserat, bör styrketräning ordineras för denna muskelgrupp.

Det är dock viktigt att poängtera hur mycket som knäet kan böjas vid denna styrketräning (se fig. 1). 30-40° är en lämplig böjning, ej större. Om smärtorna är svåra kan det bli nödvändigt att börja med statisk träning där man drar ihop lårmuskeln utan böjning med eller utan belastning. Vikter kan efterhand placeras på vristerna allt eftersom Quadriceps blir starkare men förloppet måste fortskrida långsamt för att undvika överbelastning. I vissa fall måste operation tillgripas vilket är tidsödande och en idrottskarriär kan ömsom avslutas och ömsom fortskrida efter denna.

Det finns slutligen en mängd andra knäproblem som drabbar simmaren utan att direkt bero på det faktum att det är simningen som sådan som orsakat komplikationen. Bland dessa är seninflammationer, Quadricepssenans fäste på skenbenet, ex. Schlatters sjukdom + bristningar i senan som uppkommer när man utövar hopp av olika slag. Även olika mekaniska skador hämmar tävlingsutövaren. Se fig. 2.

Olika förslitningsställen och skador i knäleden.



- **1. Kondromallaci. Typisk flickproblem. Uppmjukning av brosket.**
- **2. Knäskålsinflammation. Speciellt hos sprinters, längdhoppare m.fl.**
- **3. Schlatter. Drabbar pojkar ofta. Tillväxtproblem.**
- **4. Inflammation uppstår lätt även här.**

Summering: Som ni nog förstår så är många av de ovan beskrivna sjukdomarna och framförallt orsakerna okända vilket försvårar behandlingen av dessa, även erkänt erfarna läkare och tränare kan ha stora svårigheter att ge en korrekt diagnos. Ofta tycks det som om en ökad styrketräning och uppbyggnad av muskler runt knäleden är att rekommendera för att öka ledens stabilitet.

Faktum kvarstår dock att bröstsimmare drabbas mest och värst till stor del beroende på de extremt stora böjningar i knäleden vid varje kick.

Naturligtvis kan simmare som utövar andra simsätt utsättas för knäskador av nog så smärtsamt förlopp. Mycket av detta beror precis som i det fall med axelskador på överanvändning av kroppsdelen. Och som med alla andra skador är det vila, återuppbyggnad, styrketräning och omlagd teknik eller ändrat simsätt som kan lösa de flesta problemen, men det tar tid och alla inblandade måste med öppna ögon vara tålmodiga och inse att skadan tar tid.

Härmed avslutas artikelserien i tre delar som delvis bygger på Dr. Richardsons artiklar i Swimming World, sept.-nov. 1979.

Fysiologiska tester av landslagssimmare

TEKNISKT MAGASIN

— Av Lennart Gullstrand och Ingvar Holmér —

Del 2. Styrka

STYRKA
I den förra artikeln (Simsport nr 1/1980) presenterades en del av resultaten från de löpande fysiologiska undersökningarna på våra landslagssimmare. Det gällde då den aeroba frigöringen av energi uttryckt i maximal syreupptagning. Egentligen borde nu i den anaeroba frigöringen av energi behandlas, men eftersom Svenska Simförbundet den 2-3 februari genomförde en välbesökt temakurs om styrketräning, kommer nu resultaten av styrkemätningarna att presenteras och diskuteras.

Vår strävan har varit att genomföra fysiologiska tester så simspecifikt som möjligt. Därför har dessa tester genomförts under simning, vilket möjliggjorts genom tillgång till simrännan på GIH.

Eftersom det innebär en viss teknisk färdighet att genomföra en hel simrörelse under dessa test, är det kanske riktigare att säga att vi mätt simmarnas dragkraft eller kraftutveckling i stället för deras styrka.

Mätmetoden är tämligen ny i Sverige och det finns inga värden att jämföra med från svenska simmare i ett längre tidsperspektiv. Mätningar med "tethered swimming" har dock genomförts av bl.a. Magel (3), Mosterd och Jongbloed (4). Magel mätte dragkraften i sammansatt simning under 3 minuter och Mosterd och Jongbloed under 20 och 60 sekunder i alla fyra simsätten.

De delar vi mätt är dragkraft med armtag, benspark och sammansatt simning i stillastående vatten. Dessutom har den återstående dragkraften på armarna mätts då vattnet cirkulerat med en låg hastighet. Under samtliga deltest skulle simmarna simma med maximal kraftinsats under 10 sekunder. Medelvärdet av dragkraften under denna tid används som resultat. Tiden 10 sekunder valdes för att prestationen inte skulle påverkas av faktorer som aerob och anaerob (laktacid) kapacitet.

ABSOLUT OCH RELATIV DRAGKRAFT

Dragkraften i stillastående vatten visar simmarens **absoluta dragkraft.** Det måttat är delvis intressant, men det gäller ju för simmaren att ta sig fram i vattnet med en viss hastighet. För att kunna göra detta måste simmaren övervinna vattnets totalmotstånd, som ökar med 2-3 gånger hastigheten.

Om simmaren är tung i vattnet och ligger djupt, ökar det totala motståndet att övervinna. Det viktiga för en simmare är det vi kan kalla **relativ dragkraft,** vilket är dragkraften en simmare kan prestera i strömmande vatten vid en viss ej maximal hastighet. Denna kraft utgörs i stort sett av den absoluta dragkraften minus vattenmotståndet i den aktuella simhastigheten.

Detta att mätresultaten i stillastående vatten inte inbegriper vilket motstånd som varje enskild simmare måste övervinna vid en bestämd simhastighet, omöjliggör bra jämförelser simmare emellan.

Högst sannolikt är dessutom rörelsemönstret vid stillastående vatten olikt det då vattnet är i rörelse kring handen. Mer om tankegångarna om absolut och relativ dragkraft kommer att presenteras i en senare artikel.

Sedan testerna började i slutet av 1977 har dragkraften med mycket få undantag stadigt förbättrats på samtliga simmare. Sannolikt är detta inte endast resultatet av att simmarna växer, utan också en effekt av det ökade intresset för styrketräning i olika former under senare år.

Styrketräning både på land och i vatten är absolut ingen nyhet inom simningen, men har på grund av olika anledningar tränats mer eller mindre.

Muskelarbete uppdelas på följande sätt:

Muskelarbete			
Dynamiskt		Statiskt	
Max	Uthållgh.	Max	Uthålligh.

Simning är utan tvekan ett muskelarbete av **dynamisk uthållighetskaraktär,** och styrketräning för simmare ska enligt specificitetsprincipen bedrivas på detta sätt. Statisk styrketräning anses i litteraturen inte förbättra den dynamiska styrkan utan snarare försämra den (10).

I Svenska Simförbundets steg-II materiel sägs bl.a. följande om styrketräning (9):

1. För att största möjliga styrka skall uppnås i en rörelse, bör träningen inriktas på just detta rörelsemönster.
2. Träningen bör sikta på just det slag av muskelstyrka som används i tävlingen. Även på simningens "spinterdistans" torde den relativa belastningen ligga under 50% av maximal styrka. (Magel, 1970).

Möjligen kan dessa rader vara en av orsakerna till att vi under en rad av år varit villrådiga angående styrketräning. Det finns nämligen inga redskap som kan fylla kraven i punkt ett och två. Vi har fått en del hjälpmedel som nästan kan härma delar av ett simtag, men just detta att göra rörelser som ligger väldigt nära det riktiga rörelsemönstret har ansetts vara störande och hämmande. Effekten har varit att vi inte styrketränat alls.

Även i föregångslandet USA är man osäker på styrketräningens utformning, men man styrketränar i alla fall och efter principen att något av det som görs måste vara till nytta. Deras simmare är ju bäst i världen och tränar mycket styrka både på land och i vatten.

Oaktat detta finns det ett antal undersökningar (1, 2, 6, 7, 8) som klart visar att **specificitetsprincipen** är viktig. D.v.s. att man blir bra i det som man tränar. Det finns endast en mycket liten **transfer** till andra rörelser än de som styrketränats. Den begränsande faktorn för omsättning av den uppträngde styrkan anses vara den neuro-muskulära koordinationen.

En teori som diskuterats är att en simmares styrketräning kan vara mycket ospecifik (när det gäller rörelsehastighet och belastning) därför att de tusentals simrörelserna i vattnet/dag ändå omsätter styrkan till användbarhet för en simmare.

Detta att styrketräningen bedrivs ospecifikt anses vara bättre än att man nästan härmar den riktiga rörelsen och belastningen. En nära liggande rörelse kan som sagt t.o.m. vara hämmande för den exakta (8).

Nautilus, som är tillverkare av en speciell typ av nu mycket populära styrketräningsmaskiner i USA, menar att styrkan ska tränas på två sätt: Generellt, d.v.s. att grovjobbet görs enligt en princip för alla idrotter och att denna styrka sedan finslipas i varje idrottsgren (5).

Även om Nautilus har specificerat sina träningsprinciper ännu mer, så är det något åt deras håll som man nu till stor del tränar upp elitsimmarnas styrka runt om i världen: Stationssystem med delövningar för i stort sett hela kroppen, omkring 10 repetitioner/stn med höga belastningar eller 20-30-40 sek arbete/stn. Det förekommer sällan att en princip följs konsekvent. Blandningar mellan stora och små belastningar, rörelser nära eller långt ifrång simrörelsen, snabba och långsamma rörelser.

Många klubbar och dess tränare provar ofta något nytt vid den nya säsongsstarten. Det är därför inte så lätt att dra slutsatser av testresultaten av simmarnas dragkraft. Dessutom är det svårt att dra skarpa gränser mellan vad som är mest positivt för dragkraften. Hur påverkar dessutom det vi kallar konditionsträning, teknikträning, mjölksyraträning, snabbhetsträning och andra mer eller mindre exakta träningsformer den nu mätta dragkraften?

Vid en genomgång av herrarnas tabell från styrketesterna kan många intressanta siffror plockas fram. Eftersom simmarårets olika delar har varierande tyngdpunkter i fråga om träningen, är det riktigaste att jämföra värden från samma tidsperiod under säsongen. Några av simmarna blev något besvikna på att de på hösttesterna hade sämre värden än under vår och sommar då de börjar bli fullträna de.

En av de intressantaste förändringarna visar utan tvekan Pelle Holmertz (fig I). Han testades dagarna efter VM i Berlin (aug 78) där han kom 7 i final på 100 m fritt med tiden 0:51,83. Testerna visade arm- ben- och sammansatt dragkraft på 13,7- 7,7- och 17,2 kp resp. Han reste någon vecka efter testerna till Berkleyuniversitetet i Californien och fick där stifta bekantskapen med hård och konsekvent styrketräning. I mitten av december, två och en halv månad senare återkom Pelle för julbesök till Sverige och testades åter på GIH. Resultaten var då 17,3 (arm), 7,7 (ben) och 21,7 (sammansatt) kp. Detta motsvarar drygt 20% förbättring i arm- och sammansatt dragkraft. Att bensparken inte utvecklats hade troligen sin förklaring i att man inte tränat ben speciellt mycket.

Tyvärr tävlade Pelle inte något i samband med det besöket, så någon simtid på 100 m fritt finns inte att jämföra med.

Däremot återtestades Pelle efter FINA Cup, som var 1979 års stora tävling. Där fick han dela 2:a-platsen på tiden 0.51,45 på 100 m. Hans testresultat är då visserligen sämre än de från dec 78, men i alla fall drygt 10% bättre på arm- och sammansatt dragkraft än efter Berlin-VM. Att dragkraften i bensparken försämrats sedan VM måste vara negativt för en sprintersimmare.

Den maximala syreupptagningen var samma, 4,5 1/min, efter båda stortävlingarna.

En något annorlunda utveckling visar Pelle Wickström, (fig I), som under tre mätningar (dec 78, jun 79, dec 79) hela tiden visat ökad dragkraft på alla styrketest-momenten. De flesta testade har någon gång under simmaråret en liten tillbakagång och kommer sedan igen. Några når sin största dragkraft under december. Detta kanske mest för att styrketräningen då är som mest intensiv. Andra har sin topp under sommaren, kanske mycket beroende på möjligheter till dubbelpasträning.

Tab I. Arm-, ben- och sammansatt dragkraft i stillastående vatten.

Herrar		okt 77	apr 78	juli	aug/sep	dec78	feb79	maj/jun	aug	dec
G.A. fr.	arm	11,3	10,7	10,6	11,2	13,2	13,4	13,7		14,1
	ben	6,2	5,9	6,1	6,7	---	7,2	7,4		7,0
	ss	---	14,0	14,7	15,5	17,3	16,2	16,7		17,8
O.N. fr.	arm	9,5	9,7	10,5	9,9	11,7	11,9	15,3		
	ben	5,2	5,3	6,3	5,6	7,0	7,2	8,0		
	ss	---	13,4	14,1	14,4	14,3	15,3	20,0		
J.T. ry	arm	10,0	10,5	10,5		11,9	12,1	11,5		12,3
	ben	6,2	5,9	6,1		6,7	6,4	5,7		5,3
	ss	---	15,0	16,5		17,4	17,8	18,3		17,5
P.H. fr.	arm	12,0	12,4	13,9	13,7	17,3			15,8	
	ben	7,6	7,4	6,8	7,7	7,7			7,0	
	ss	---	17,4	17,6	17,2	21,7			19,0	
T.A. fr.	arm			13,9	15,1					15,3
	ben			8,5	---					7,8
	ss			17,6	18,0					19,2
P.M. fr.	arm					12,5	12,7	16,5		14,6
	ben					7,0	7,0	9,1		8,2
	ss					18,1	18,1	23,7		18,6
M.S. fr.	arm					13,3			14,0	14,3
	ben					7,6			8,2	7,5
	ss					17,5			18,0	17,9
P.W. fr.	arm					15,3		15,8		16,9
	ben					8,2		8,5		9,2
	ss					19,5		20,0		21,5
M.T. br.	arm					13,6	13,7	12,5		13,2
	ben					15,6	14,1	13,9		16,4
	ss					26,0	24,0	25,2		26,5

Liksom på herrsidan kan man hos damerna se en stadig förbättring i dragkraften. Några av de största förbättringarna visar M.P. (fig. II), som har en 27%-ig stegring i sammansatt dragkraft från feb 79 till mitten av juni 79. En nästan lika stor ökning visar A.M. med 23% mellan samma tidpunkter. Båda flickorna har också fördelat ökningen på arm- och bendragkraft.

Om vi ser på A.M.s ökning från dec 78 till dec 79, så var den dock minimal. Andra simmerskor där man kan göra jämförelser av dragkraften vid samma tidpunkter under två säsonger är E.H. som från aug 78 til aug 79 ökat med ung. 17% på sammansatt simning, 16% på armarna och 24% på benen (fig. II).

Den enda av flickorna vi återtestat efter en längre träningsperiod i USA är I.H. Det är lång tid mellan testerna, vilket ska tas med i bedömningen av kraftutvecklingen. Sammansatt är ökningen dryga 17%. Benens dragkraft har ökat med drygt 15% och armarnas med 5%.

Genom att veta dragkraften på arm och ben för sig och dessutom den sammansatta dragkraften, kan man få en viss uppfattning om **armarnas och benens koordination i det sammansatta simsättet.**

Det enklaste vore ju att tänka sig att man adderade arm- och bendragkraften och så få den sammansatta dragkraften. Så enkelt är det nu inte. Det försvinner alltid en del vid sammansatt simning. Blir "svinnet" i sammansatt simning för stort, så kan det finnas anledning att fundera över om det finns koordinationsfel i simningen. Detta speciellt om "svinnet" blir större vid olika mätningar.

Exempelvis kan man undra över om det är riktigt att S.A. som har 10,1 kp dragkraft i armarna och 5,2 kp i benen endast ska få ut 10,8 kp med sammansatt simning. I det här fallet är förklaringen ganska enkel eftersom S.A. är distanssimmerska och använder tvåtaktsbenspark i simningen. Den är som bekant överväga nde balanserande och lämnar ingen direkt framdrivningseffekt. Sammansatt test med 6-taktsbenspark gav endast 0,2 kp mer dragkraft, vilket kan visa på betydelsen av den inövade koordinationen med 2-takt.

En av de bästa jämförelserna när det gäller koordination kan göras mellan bröstsimsflickorna. En av flickorna är överlägsen den andra i arm- och bendragkraft mätta

Forts. nästa sida

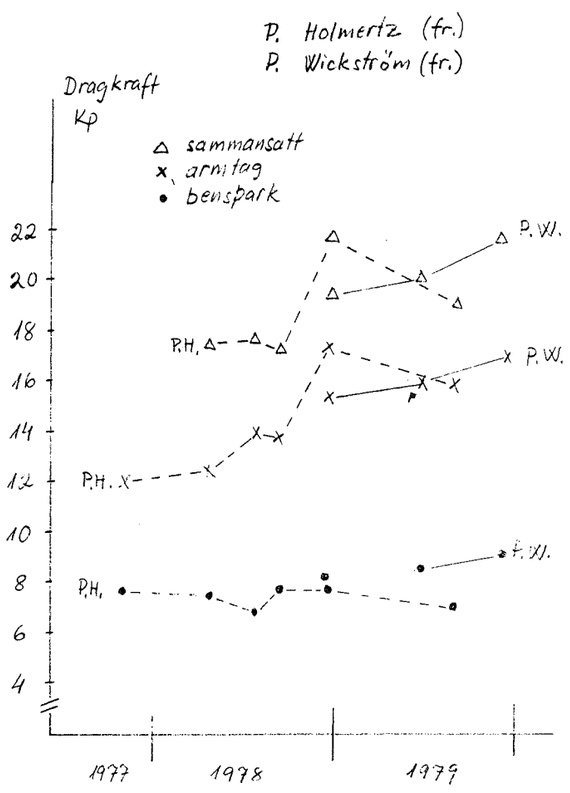


Fig. I

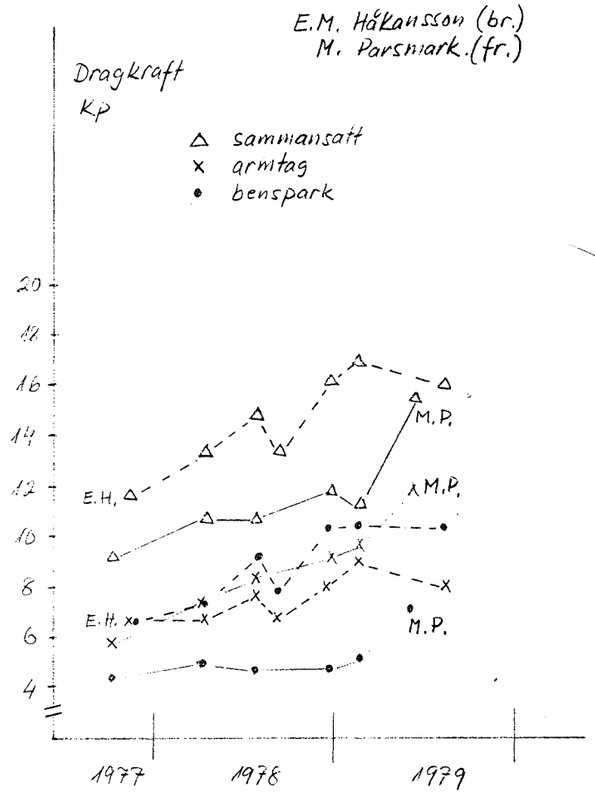


Fig. II.

Fig. I och II visar utvecklingen av absolut dragkraft i stillastående vatten på arm-, ben och sammansatt simning hos två simmare och två simmerskor under en flerårsperiod.

I.Arm- ben och sammansatt dragkraft i stillastående vatten.

	okt77	apr78	juli	aug/sep	dec	feb79	maj/jun	aug	nov/dec
fr. arm	8,3	8,6	8,5	8,0	10,1				
ben	4,8	4,2	4,2	4,7	5,2				
ss	--	9,6	9,0	9,5	10,8				
fr. arm	8,2	7,6	9,0	9,2	10,3	10,6			
ben	4,6	4,8	4,3	4,3	5,3	5,6			
ss	--	10,9	11,2	11,2	13,0	13,3			
br. arm	6,6	6,7	7,6	6,7	8,0	9,0		8,0	
ben	6,6	7,3	9,2	7,8	10,3	10,4		10,3	
ss	11,6	13,3	14,9	13,3	16,0	16,9		16,0	
fr. arm		6,5[x]	8,4	8,8	10,66	9,9		10,2	
ben		10,7	4,1	4,2	4,5	4,9		4,7	
ss		14,5	11,1	11,1	12,3	12,3		14,3	
fr. arm	5,9	7,2	8,4		9,1	9,6	11,9		
ben	4,4	5,0	4,7		4,7	5,1	7,1		
ss	9,2	10,7	10,6		11,8	11,3	15,6		
br. arm	6,6	8,0	9,5						10,0
ben	7,4	8,2	8,2						9,7
ss	--	13,1	13,9						16,7
fr. arm		10,2	10,0			11,9	13,9		11,9
ben		5,1	4,6			5,7	5,6		5,6
ss		12,1	11,8			14,0	14,5		14.5
fr. arm			7,2	6,8	9,1	9,3			9,3
ben			5,5	5,0	5,8	6,6			6,6
ss			10,1	10,5	13,0	13,3			13,3
fr. arm					10,0	10,4	13,3		10,7
ben					3,7	5,2	5,9		5,6
ss					13,3	13,2	17,2		13,5

sta mätningen för A.R. gjordes i bröstsim, medan alla följande genomförts risim.

var för sig, men är trots detta obetydligt sämre i den sammansatta dragkraften. På 100 och 200 m bröstsim var de jämbördiga resultatmässigt sett.

april 1978	**I.H.**		**E.H.**
ben	8,2 kp	ben	7,3 kp
arm	+8,0	arm	+6,7
	16,2 kp		14,0 kp
samman-	13,1 kp	samman-	13,3 kp
satt	3,1 kp	satt	0,7 kp

Trots att I.H.:s adderade arm- och bendragkraft ger 2,2 kp mer än E.H.:s, skiljer endast 0,7 kp i den sammansatta simningen. Nästan 3 kp "försvinner" hos I.H.
Efter utomhus-SM 1978 ser resultaten ut på följande sätt:

	I.H.		**E.H.**
ben	8,2 kp	ben	9,2 kp
arm	+9,5	arm	+7,6
	17,7 kp		16,8 kp
samman-	13,9 kp	samman-	13,9 kp
satt	3,8 kp	satt	2,9 kp

E.H. har båda gångerna, oberoende av hur de båda ökar resp. minskar arm- och benstyrka, mindre skillnad mellan arm- och benstyrka och sammansatt simning än I.H. Det-

ta borde tyda på bättre koordination mellan arm- och benarbetet.

Egentligen ska, vilket tidigare nämnts, inte olika simmares värden jämföras, men i det ovan redovisade exemplet fanns dock några speciella anledningar till att det använts att förklara frågan om koordination mellan ben- och armarbete:

a. Båda simmerskorna simmade vid testtillfällena med några tiondelars skillnad lika fort på 100 och 200 m bröstsim (inne- och ute-SM 1978).

b. Båda hade vid testtillfällena samma sammansatta dragkraft.

Sammanfattningsvis kan sägas att de testade svenska elitsimmarnas dragkraft ökat under de senaste åren. Detta ligger i linje med andra simnationers ökade satsning på styrkan som en del i den totala fysiologiska prestationsförmågan. Ställningstagandet för styrketräning för de amerikanska damerna efter olympiaden 1976 har sannolikt varit av de mest bidragande orsakerna till att DDR:s damer nu fått mer konkurrens i bassängerna.

Som i alla konkurrensförhållanden gäller det att hitta nischer eller svaga punkter i det totala sammanhanget. Under nästan ett decennium har DDR:s damsimning varit ledande, troligen i första hand för att man uppfattat hela denna idrottsgren på damsidan varit en s.k. nisch eller underutvecklad idrott med massor av svaga punkter.

Utan att kunna belägga påståendet, så har en verkningsfull styrketräning sannolikt bedrivits lika länge som DDR-damerna varit dominerande. Detta tillsammans med att man samtidigt bearbetat andra svaga punkter.

USA:s damsimning tog 1976 itu med styrketräningen som var en svag punkt. Även simningen i Sverige har på senare åter börjat bearbeta denna punkt samtidigt som de ledande simnationerna letar efter att hitta nya svagheter att förbättra i den totala fysiologiska prestationsförmågan.

Det är just detta som är en av tankarna med de återkommande testerna av elitsimmarna: Att med hjälp av ett batteri av undersökningar söka finna varje testad elitsimmares svaga punkt eller genom att sammanställa hela testgruppens resultat för att se trender och tecken på positiv eller negativ utveckling. Kanske är det möjligt att med testernas och den andra simforskningens hjälp komma på någonting som kan vara en ny svag punkt att bearbeta för våra simmare och tränare?

REFERENSER

1. Dans, B., Bollerup, K., Bonde-Petersen, F., Hancke, S.: The effect of weight-lifting exercise related to muscle fiber composition and muscle cross-sectional area in humans. Eur. J. Appl. Physiol. 40, 95-106 (1979).
2. Joelsson, B., Andersson, H.,: En jämförelse mellan två styrketräningsmetoder i simning. Elevarbete idrottslärarlinjen GIH. 1977.
3. Magel, J.M.: Propelling force measured during tethered swimming in the four competitive swimming styles. Res. Quart. Vol. 41. No 1. March 1970. 68-74.
4. Mosterd, W. L., Jongbloed, J.: Analysis of the stroke og highly trained swimmers. Internationale Zeitschrift für Angewandte Physiologie 20: 288-93, June 1964.
5. Nautilus Instruction manual. Nautilus sports/medical industries, P.O. Box 1783, De Land, Florida 32720.
6. Nielsen, B., Nielsen, K., Behrent-Hansen, M., Assmussen, E.: Training of functional muscular strength in girls 7-19 years old. Children and exercise IX. Eds.K. Berg, B. O. Eriksson. Univ. Park Press, Baltimore, 1980 69-78.
7. Personlig kontakt med RF:s forskningsass. Artur Forsberg om mätningar till blivande elevarbete på GIH på skidåkare.
8. Railo, W.: Teknikträning-inlärning, Tränings- och tävlingspsykologi. RF:s utbildningssektion, 1976, 181.
9. Siminstruktörsutbildning, Steg 2. Svenska Simförbundet. Trygg-Hansa. 1978 24.
10. Stegemann, J.: Leistungsphysiologie. Physiologische Grundlagen der Arbeit und des Sports. G. Thieme Verlag, Stuttgart 1977, 307.

Ny tränare i Järfälla

JÄRFÄLLAS nye tränare, Tomas Löfgren, tillsammans med klubbens båda distriktsmästare, Ulf Ericson och Eva Lundahl.



Järfälla har fyllt luckan efter Lennart Gullstrand, tränaren som efter nyår jobbar för Stockholmspolisens IF. Ny JS-tränare är Tomas Löfgren, 26 år.

Tomas, kommer ursprungligen från Växjö, där han simmat samt varit tränare under 7 år. Därefter hos Stockholms Spårvägar som tränare under två år. Tomas har också genomgått GIH och är således utbildad gymnastikdirektör.

- Jag har lärt känna Tomas till en del, dels genom samtal, dels genom att umgås med honom under tävlingar/träningar. Jag tror mej utan överdrift kunna säga, att han har en kolossal förmåga att »ladda upp» simmarna före en tävling. Han är bestämd mot simmaren i vattnet samtidigt som han är spexaren/kamraten på »land». En fin kombination, som är få förunnad, säger JS-ordföranden Eskil Sandh.

Tävlingskalendern 1980

APRIL

31/3-21/4	**S**	**OS-läger III, BLackpool, England**
4- 6	**S**	**7-nat. f. -64 i Drachten, Holland (HOL-GBR-SUI-FRG-USR-SWE)**
5- 6	K	6-nat. konstsim i Arnhem, Holland
4- 6	P	7-nat. polo seniorer i Stockholm (SWE-DEN-GRE-FRA-CAN-POL-SPA)
11-13	S	Leeds, GER: Coca-Cola Meet (8 + 2) (50 m)
11-13	S	Luxemburg: Int. Age-Group mästerskap (63-67)
12-13	**S**	**SUM-SIM, regionsfinaler**
13	S	Falköping: Monsun-Tison Cup
19	S	Sundbyberg: Dam 10-manna
19-20	**K**	**Järfälla: SM + riksfinal**
19-20	**S**	**Blackpool: GRB: 3-nationers (S) (CAN-GBR-SWE)**
19-20	S	Ystad: Korsvirkessim (J + SUM)
19-20	S	Kiruna el. Gällivare: Kalottkampen
20	S	Trollhättan: Stora Trollsimmet
20	S	Göteborg! Sjörövarsimmet (U)
23-26	S	Edinburgh, SCO: "Scottish Milk Championships" (50 m)
26-27	H	Winnipeg, CAN: Can-Am-Mex
27	S	Uppsala: Valborgssim (S)

MAJ

1	S	Södertälje: Kringelsimmet (S)
2- 4	K	Turin, ITA: Martini Rossi, seniorer
3- 4	**S**	**Malmö: SUM-SIM, riksfinal**
3- 4	P	Plats ej klar: JSM, semifinal
3- 4	H	Fort Lauderdale, USA: Can-Am-Mex
4	S	Edsbyn: Ungd.tävl.
4	S	Nässjö: Höglandsdoppet
4	S	Uddevalla: Västkustloppet (-62 o. yngre) (arr.: Skäret SS)
7-11	**P**	**Rhodos, GRE: 6-nationers, seniorer (AUS-BGR-DEN-FRA-SWE)**
9-11	**H**	**Plats ej klar: SUM-hopp**
10-11	H	Mexico City, MEX: Can-Am-Mex
10-11	S	Lycksele: 3-distr. (BD-AC-Y)
10-11	S	Stockholm: 3-distr. (Sthlm-Göteborg-Dalarna)
11	S	Kolbäck: Strömsholmsdoppet (U)
11	S	Grums: Lilla Grumscupen (-67 o. yngre)
11	S	Iggesund: Gunnar Larsson-Cup (U)
11	S	Hudiksvall: Vårtävling
15-16	S	Örnsköldsvik: Fjällräven Cup SM-programmet
15-18	H	Aachen, FRG: Int.ungd. tävl.
16-18	**K**	**FRA: 5-nationers (HOL-SUI-AUS-FRG-SWE) (-66 o. sen.)**
16-18	**P**	**JSM-final, polo, i Stockholm**
17-18	S	Gällivare: GeMa:s int.
18	S	Södertörn, Sthlm: Runsimmet (S + SUM)
18	S	Jönköping: Rollo-open (50 m)
18	S	Kramfors: Bil-Nordlund Cup (SUM + U)
24-26	S	Göteborg: SUM-SPEEDO (U)
25-26	S	Örebro: Wadköpingsdoppet (S + J) (50 m)
29-31	**K**	**Palma, ESP: Mallorca-Sincro Open, seniorer**
31	S	Nordmaling: Lilla Hammarslaget (-67, -68, -69)
39	S	Uppsala: US-Open (S)
31/5-1/6	**S**	**Coventry, GBR: U-kamp GBR-SWE (-65 o. sen.) (50 m)**
31/5-1/6	S	Rom, ITA: Seven-Hills
31/5-1/6	P	Plats ej klar: Div. I-kval

JUNI

1	S	Halmstad: Ungd.tävl.
6- 8	**P**	**SM, slutspel, Stockholm**
6- 8	H	Videbäck, DEN: Int. ungd.tävl.
7	S	Furuvik Gävle: Furuvikspokalen (S + SUM)
7- 8	S	Zürich, SUI: Int. Youth Championships (-61 -70 och yngre) (50 m)
7- 8	S	Jönköping: Sonett Elitsim (50 m)
7- 8	S	Kungälv: Kungasimmet (S + U)
7- 8	S	Malmö: Rocent Cup (årskl.: -66 o. äldre, 67, 68, 69, 70, 71 o. yngre) (50 m)
7- 8	S	Linköping: Filbyter Cup
14-15	H	Ronneby: Swedish Cup
14-15	S	St. Pölten, AUT: Tournament of Nations (5 + 1)
15	S	Kosta: Glasbruksdoppet
15	S	Fagersta: Ståldoppet (U)
20-22	S	Chiasso, ITA: Meeting di Chiasso (50 m)
21-22	H	Renens, FRA: Int.ungd.tävl.
21-22	H	Warszawa, POL: Öppna Polska Mästersk.
23-25	H	Tönsberg, NOR: Diving Norway Cup
24-27	**S**	**Landskrona: OS-kval + EJM-kval**
27-29	H	Prag, TCH: Öppna Tjeckiska Mästersk.
27-29	S	Stockholm: Sim-Juliaden
28-29	**H**	**JSM i hopp, Skövde**
28-29	H	Madrid, ESP: Int. tävl.
28-29	P	Sala: Opel Cup (U)
28-29	S	Varberg: Bockstensdoppet
?	P	HOL: 6-nationers, juniorer

JULI

1- 2	S	Ljubljana, YUG: Dan Borca Meet (50 m)
2	S	Stockholm: Riddarfjärdssimmet, 3000 m
3- 5	**K**	**Stockholm: SOC**
4- 6	**S**	**Int. tävlingar i Darmstad, FRG, för u-landslaget f. -66**
4- 6	H	Wien, AUT: Int. tävl.
4- 6	S	Darmstadt, FRG: Int. ungd.tävl. (-63, -69)
5- 6	S	Belgrad, YUG: Int. tävl. (50 m)
5- 6	H	Budapest, HUN: Int. tävl.
6	S	Vansbrosimningen, 3000 m
9-10	**H**	**Bolzano, ITA: Int.tävl.**
12-13	S	Västerås: Arosdoppet
14-16	H	Helsingfors, FIN: Öppna Finska Mästersk.
17	S	Karlskronaloppet, 1800 m
17-20	**P**	**ESP: 6-nationers, juniorer (ESP-HUN-FRG-HOL-ITA-URS-SWE)**
20-29	**SH**	**Moskva, URS: OS**
27	S	Sala: Långsimningen

AUGUSTI

1- 4	**S**	**Ronneby: Ute-SM**
2	S	Lysekil: Gullmarssimmet (långdistans 2.200 m)
2- 3	**P**	**Helsingfors, FIN: Baltic Cup (FIN-DEN-NOR-POL-SWE)**
2- 3	**H**	**Plats ej klar: Utomhus-SM**
3-10	**P**	**Sillard, SUI: EJM**
7	S	Västerås: Elittävl. (S)
7-10	K	Bern, SUI: EJM
7-10	SH	Skövde: EJM
9	S	Alvesta: Långdistans öppen sjö
10	S	Växjö: Dackesimmet (50 m)
10	S	Jönköping: Rosenlundsdoppet (50 m)
10	S	Vänersborg: Fridasim
16	S	Gävle: Fjärranhöjdersim
16	S	Hallstahammar: Skantzödoppet (S + SUM)
17	S	Nyköping: Gästabudssimmet (S + U)

Äntligen simhall i Varberg

Efter många om och men har det äntligen blivit simhall i Varberg. Det första spadtaget togs 1978, och nu är den alltså klar. Varbergs simmarna sparar nu ca en timmes bussresetider som de tidigare varit tvugna att offra eftersom närmast belägna simhall ligger i Veddige.

Varbergssimmarna kan nu träna längre och effektivare utan att offra allt för mycket tid av det viktiga (?) skol- och läxarbetet. Klubben kan nu ta in fler medlemmar och starta flera nybörjargrupper, simskola m.m. Klubben har dessutom halvtidsanställt en tränare.

Anläggningen består av en fritidsgårdsdel och en simhallsdel. Simhallen består av: en stor åtta banors 25-meters bassäng, en tre banors 16-meters bassäng och en liten plaskbassäng.

Bassängen är av rostfritt stål (första i Sverige).

Hälsningar
VARBERGS SIMs A-grupp.

23-24	H	ITA: Öppna Italienska Mästerskapen
29-30	S	Edinburgh, SCO: Int. swimming of Edinb.
29-31	K	Fiesch, SUI: Swiss Synchro Open, sen.
30-31	S	Pajala: Höstdoppet
Aug/Sep	P	Plats ej klar: 4-nationers, pojkar

SEPTEMBER

5- 7	K	Split, YUG: Int. Meeting, seniorer
6- 7	S	Örnsköldsvik: Matz Tommys Cup
6- 7	S	Malmö: Sim á Go Go (årskl.: 63-65, 66-67, 68-69, 70 o. yngre) (25 m)
13-14	S	Kumla: Skomakardoppet (S + U)
13-14	S	Falköping: Ållebergsdoppet
14	S	Hälsingland: X, Y, Z-lagkapper
14	S	Hagfors: Hagforsdoppet (ålderskl.) alt. 21/9
20-21	S	Linköping: Delfinsimmet
21	S	Uddevalla: USF-cupen (-69 o. yngre)
21	S	Härnösand: Öbacka Simmet
27	S	Uddevalla: JUB-75 (alla åldrar) (arr. Skäret SS)
27-28	S	Wasadoppet, Hedemora, sen. + ungd.
27-28	S	Kiruna: Kirunas Internationella
28	S	Timrå: TAIF-trofén (-66 o. sen.)
28	S	Karlshamn: Winner-Cup (S + U)
28	S	Norrtälje: Uppland-Södermanl. (J)
28	S	Sundsvall: Sigillsimmet (S + J)
26/9-26/10	K	JDM-period

OKTOBER

2- 5	K	Cairo, EGY: Egyptian Int. Meeting
4	S	Sundbyberg: Buster Cup, medl.tävl.
4- 5	S	Brunflo: Brunflosim (-66 o. äldre)
4- 5	S	Kristiansund: KSLS 50-cup (elit + SUM + U)
4- 5	S	Östersund: U-tävl. (-67 o. yngre)
4- 5	S	Skellefteå: Vågspelen (S + SUM)
5	S	Emmaboda: Flygt-Cup
5	S	Göteborg: Sjörövarsimmet (U)
11	S	Kungsbacka: 400 m cup
11	S	Filipstad: OLW-Cupen (alt. 4/10)
11-12	S	Kalix: Kalix internationella
11-12	S	Göteborg: ARENA CUP (S + U)
11-12	S	Trollhättan: Lilla Trollsimmet
12	S	Stockholm, Botkyrka: S:t Botvids-sim (U)
12	S	Älmhult: Linné-doppet
12	S	Kristinehamn: Okt.-simningarna (ålderskl)
12	S	Oxelösund: Kortdistanstävl. (S + U)
12	S	Enköping: JC-Cupen (U)
12	S	Iggesund: Ankardoppet
12	S	Hudiksvall: Ungd.tävl.
12-13	K	NOR: NOR-DEN-SWE, seniorer
14, 16	S	Göteborg: GT-simmet
18	S	Stockholm: Ungdomslagkapper (4 × 50)
18-19	S	Sundsvall: Norrländska Mästerskapen
18-19	S	Lund: Poseidon Jub.tävl.
18-19	S	Alingsås: Luna Cup
18-19	S	Motala: Luxor Cup
19	S	Halmstad: Diplomcupen
19	S	Nässjö: 10-manna, seniorer
19	S	Uppsala: Uppland-Västmanland (S)
25	S	Sundsvall: Omega Cup (elit)
25	S	Österby: Toyota Cup (elit + U) 100 m
25	S	Göteborg: Hjerns minnestävl.
25-26	S	Malmö: Lee-Swim Rider (alla årskl.)
25-26	S	Trollhättan: Lilla Trollsimmet
26	S	Boliden: Kopparsimmet (-66 o. sen.)
26	S	Anderstorp: Rollo-Cup (elit)
26	S	Närke: 3-distr. (Närke-Värmland-Västermanland)
26	S	Halmstad: JC-cup
26	S	Köping: Gulddoppet
31/10-2/11	S	Stockholm: Colgate Cup
?	K	FRG: ESP-SWE A-lag

NOVEMBER

1	S	Kalmar: Minisim
1- 2	S	Piteå: Öjebyspelen
2	S	Västervik: Cuptävl.
8- 9	K	Plats ej klar: JSM
8- 9	**K**	**Plats ej klar: JSM**
15	S	Uddevalla: Saltstänket (elit)
15-16	**H**	**Plats ej klar: Inomhus-SM i höga hopp**
15-16	S	Västerås: Speedo Open (S + U)
16	S	Sollefteå: Sollefteåsim (S + SUM)
16	S	Kungsbacka: Baconsim
18	S	Göteborg: 20-manna, damer
23	S	Härnösand: Härnösand (S + U + SUM)
23	S	Uddevalla: Höstplasket (alla åldrar) (arr. Skäret SS)
23	S	Gävle: Läkerol Cup
23	S	Borås: Elfsborgsdoppet
23	S	Köping: Västmanland-Dalarna-Södermanland (-67)
25-26	H	London, GBR: Int.tävl.
28-30	**S**	**Sundsvall: JSM**
29-30	S	Järfälla: Elittävl. (S + U)
29-30	S	Linköping: Cloettasimmet
30	S	Karlshamn: Vägga Mini-cup
30	S	Jönköping: Rollo öppna

DECEMBER

6	S	Strömstad: Juldoppet (alla åldrar)
6- 7	**S**	**Södertälje (prel.): RM**
7	S	Ljungby: Julklappsplasket

25 bästa lista genom tiderna t.o.m. 1979

Damer Lång Bana
100 m frisim

1. Birgitta Jönsson, Avesta SS	57.54	-78
2. Helena Petersson, SK Neptun	58.41	-79
3. Agneta Eriksson, Västerås SS	58.60	-79
4. Tina Gustafsson, Norrköpings KK	58.61	-79
5. Carina Ljungdahl, Filipstads IF	58.74	-77
6. Anette Fredriksson, S 02	58.91	-78
7. Pia Mårtensson, Varbergs GIF	59.15	-76
8. Ylva Persson, Borlänge SS	59.31	-77
9. Lena Ekblom, Kristianstads SLS	59.52	-79
10. Armi Airaksinen, Polisens IF	59.58	-79
11. Ida Hansson, S 02	59.68	-77
12. Diana Olsson, Polisens IF	59.71	-74
13. Monica Parsmark, Upsala S	59.75	-79
14. Anette Löjdström, Hudiksvalls SS	59.78	-77
15. Gunn-Berit Myrvoll, Järfälla SS	59.8	-77
16. Charlotta Hjelm, Kristianstads SLS	1.00.05	-78
17. Gunilla Lundberg, Borlänge SS	1.00.12	-76
18. Christina Andersson, Varbergs Sim	1.00.13	-79
19. Maria Löckner, Polisens IF	1.00.21	-77
20. Eva Andersson, GKKN	1.00.24	-75
21. Agneta Mårtensson, Karlslunds IF	1.00.27	-78
22. Ann-Sofie Roos, Kristianstads SLS	1.00.3	-79
23. Anette Lindvall, Falu SS	1.00.32	-76
24. Ingrid Nilsson, Landskrona SS	1.00.46	-78
25. Eva-Marie Håkansson, Kristiantads SLS	1.00.60	-79

Herrar Lång Bana
100 m frisim

1. Pelle Holmertz, Motala SS	51.45	-79
2. Per-Alvar Magnusson, Upsala S	52.15	-78
3. Dan Larsson, Sundsvalls SS	52.32	-77
4. Per-Ola Qvist, Limhamns SS	52.69	-79
5. Per Wikström, Borlänge SS	52.78	-79
6. Bernt Zarnowiecki, Falu SS	52.99	-74
7. Inge Andersson, Kristianstads SLS	53.06	-79
8. Svante Rasmusson, Umeå SS	53.20	-76
9. Per Johansson, Borlänge SS	53.28	-79
10. Mikael Söderlund, Karlskrona SS	53.54	-79
11. Ulf Kaustinen, Borlänge SS	53.66	-79
12. Per Kersmark, Kristianstads SLS	53.68	-78
13. Gunnar Larsson, Malmö SS	53.75	-73
14. Anders Haglund, Kumla SS	53.93	-78
15. Rolf Pettersson, S 02	54.01	-74
16. Kenth Stenbäck, SK Laxen	54.14	-78
17. Göran Jansson, Polisens IF	54.2	-71
18. Ola Håkansson, Gävle SS	54.26	-74
19. Per-Ola Lindberg, SK Neptun	54.3	-63
20. Peter Ahlberg, S 02	54.32	-78
21. Anders Ottosson, Kristianstads SLS	54.34	-76
22. Gary Andersson, Kristianstads SLS	54.40	-78
Lars Lindqvist, Kristianstads SLS	54.4	-79
24. Pär Arvidsson, Finspångs SK	54.45	-75
25. Per Björkman, Upsala S	54.55	-79

Rekordens utveckling under seklet som gått

Herrar	1969-12-31 VR	SR	Tidsdiff. i sek.	1979-12-31 VR	SR	Tidsdiff. i sek.
Frisim						
100 m	52,2	54,3	2,1	49,44	51,45	2,01
200 m	1.54,3	1.58,2	3,9	1.49,83	1.53,39	3,56
400 m	4.04,0	4.11,5	7,5	3.51,40	3.58,12	6,72
1500 m	16.04,5	17.03,0	58,5	15.02,40	15.41,11	38,71
Ryggsim						
100 m	57,8	1.02,2	4,4	55,49	58,57	3,08
200 m	2.06,4	2.14,3	7,9	1.59,19	2.04,80	5,61
Fjärilsim						
100 m	55,6	59,3	3,7	54,18	54,33	0,15
200 m	2.05,7	2.08,0	2,3	1.59,23	2.00,42	1,19
Bröstsim						
100 m	1.05,8	1.09,4	3,6	1.02,86	1.06,01	3,15
200 m	2.25,4	2.33,4	8,0	2.15,11	2.21,09	5,98
Medley						
200 m	2.09,6	2.15,7	6,1	2.03,29	2.07,17	3,88
400 m	4.33,9	4.50,2	16,3	4.20,05	4.31,98	11,93

Kommentar: Hela simmarsverige talar om att sprintersimningen f.n. är mycket bra i Sverige. Tittar man i tabellen, så kan man konstatera att differensen till världsrekorden 1969 var ungefär densamma som 1979. Lägg då märke till att tiden 54,3 på 100 m är P-O Lindbergs från 1963!! Sedan visste ju vi att Pär Arvidsson är i världstoppen med sina fjäriltider. Det svenska rekord som låg närmast världsrekord 1969 var Peter Feils fjäriltid 2.08,0 från 1968.

I nästa Simsport redovisar vi rekordutvecklingen för damerna.

Damer Kort Bana
100 m frisim

1. Agneta Eriksson, Västerås SS	56.11	-79
2. Birgitta Jönsson, Avesta SS	56.79	-78
3. Gunn-Berit Myrvoll, Järfälla SS	57.3	-77
4. Anette Fredriksson, S 02	57.31	-78
5. Tina Gustafsson, Norrköpings KK	57.37	-79
6. Charlotta Hjelm, Kristianstads SLS	57.78	-79
7. Helena Petersson, SK Neptun	57.82	-79
8. Ida Hansson, S 02	58.13	-76
9. Anette Lindvall, Falu SS	58.26	-78
10. Carina Ljungdahl, Filipstads IF	58.28	-78
11. Agneta Mårtensson, Karlslunds IF	58.41	-78
12. Anette Löjdström, Hudiksvalls SS	58.49	-78
13. Ylva Persson, Borlänge SS	58.56	-77
14. Diana Olsson, Polisens IF	58.78	-76
15. Pia Mårtensson, Varbergs GIF	58.87	-76
16. Lena Ekblom, Kristianstads SLS	58.91	-79
17. Kerstin Gustafsson, Karlstads SS	58.93	-79
18. Armi Airaksinen, Polisens IF	58.95	-79
19. Monica Parsmark, Upsala S	58.98	-79
20. Eva Palmér, Motala SS	59.01	-79
21. Monica Barret, Jönköpings SS	59.02	-79
22. Ann Mårdbrink, GKKN	59.2	-77
Eva-Marie Håkansson, Kristianstads SLS	59.2	-79
24. Eva Lundahl, Järfälla SS	59.24	-79
25. Ann Axelsson, Karlstads SS	59.29	-79

Herrar Kort Bana
100 m frisim

1. Pelle Holmertz, Motala SS	50.52	-79
2. Bengt Baron, Finspångs SK	50.79	-79
3. Dan Larsson, Sundsvalls SS	50.9	-77
4. Per Wikström, Borlänge SS	50.96	-79
5. Per-Alvar Magnusson, Upsala S	51.22	-79
Mikael Söderlund, Karlskrona SS	51.22	-79
7. Per Johansson, Borlänge SS	51.62	-79
8. Per-Ola Qvist, Limhamns SS	51.71	-79
9. Ulf Kaustinen, Borlänge SS	51.72	-79
10. Pär Arvidsson, Finspångs SS	52.02	-79
11. Anders Haglund, Kumla SS	52.05	-79
12. Rolf Pettersson, S 02	52.10	-76
13. Kenth Stenbäck, SK Laxen	52.22	-78
14. Hans Lidén, IFK Lidingö	52.24	-77
15. Gunnar Larsson, Malmö SS	52.3	-71
16. Inge Andersson, Kristianstads SLS	52.31	-79
17. Lennart Asp, Polisens IF	52.34	-76
18. Ove Kaustinen, Borlänge SS	52.47	-78
Per Kersmark, Kristianstads SLS	52.47	-79
20. Bernt Zarnowiecki, Falu SS	52.60	-75
Anders Ottosson, Kristianstads SLS	52.60	-78
22. Per Björkman, Upsala S	52.65	-78
23. Lars-Olov Hansson, Limhamns SS	52.71	-79
24. Sven von Holst, Falu SS	52.74	-76
25. Sören Wattman, Sundsvalls SS	52.80	-76

Janne Sjöström statistiktvåa?

Det kom ett brev från Janne Sjöström, svensk mästare 1978 på 100 m bröstsim. Han har synpunkter på långbanestatistiken för 1979. Så här skriver han från Kalifornien:

Hej Roger!

Jag kom över ett exemplar av Simsport (nr 12 1979) för några dagar sedan och till min förvåning såg jag mig placerad som fyra på långbanestatistiken på 100 m bröstsim 1979. Tid 1.07.00.

I juli simmade jag Santa Clara International i Santa Clara och kom trea efter John Hencken och Jeff Freeman. I försöken hade jag 1.06,66 och i finalen 1.07,28.

Rätt ska vara rätt, eller hur?

Jag simmar nu på USC, Univ Carlifornia. Vi slog UC Berkeley med 57-56 häromdagen. Det var kul att träffa Pära, Pelle och Palle igen.

Anette och jag trivs annars bra här, men ser fram emot hemresan.

Hej så länge!

Hälsningar Janne Sjöström.

4 × 200 m frisim för damer i år

I jämnlikhetens tecken kommer vid utomhus-SM i Ronneby i år för första gången att arrangeras tävling 4 × 200 m frisim för damer. Detta enligt årsmötesbeslut 1979. Någon SM-status blir det dock inte i år på den grenen, men väl RM-värdighet.

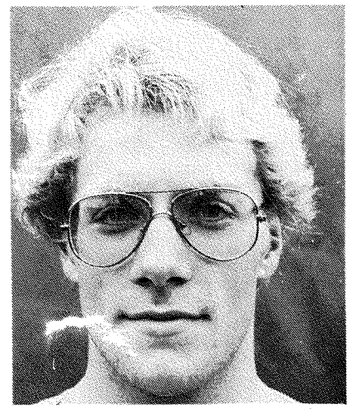
Inbjudan till SM i Ronneby kommer i ett senare nummer av Simsport.

Ingen uppgift om Jannes tid

Tack för brevet Janne!

Långbanestatistiken för 1979 har gjorts på Svenska Simförbundets kansli, precis som vanligt. Tyvärr har förbundskansliet aldrig nåtts av resultaten från den tävling du åberopar.

Men, som du själv skriver, rätt ska vara rätt och det ska väl inte vara så svårt att leta fram de uppgifter du åberopar. Och då skulle toppen av bröstsimmets 100-metersdistans på 50-metersbana få följande utseende:



JANNE SJÖSTRÖM svensk mästare 1978 och kanske statistiktvåa 1979.

1) Glen Christiansen, GKKN	1.06,01
2) J. Sjöström, IFK Lidingö	1.06,66
3) P. Berggren, Skäret SS	1.06,74
Lars Lindqvist, KSLS	1.06,74
5) Anders Norling, SPIF	1.08,01

Välkommen hem i juni och visa grabbarna vem som är värd en OS-biljett!

ROGER

Kortbanestatistiken 1979

DAMER
FRISIM

100 m (56,79 - 59,62)

Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	56,11
Birgitta Jönsson, -61, Avesta SS	57,03
Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	57,37
Charlotta Hjelm, -62, KSLS	57,78
Helena Peterson, -62, SK Neptun	57,82
Anette Fredriksson, -60, S O2	58,08
Christina Andersson, -62, Varbergs Sim	58,33
Carina Ljungdahl, -60, Filipstads IF	58,66
Lena Ekblom, -62, KSLS	58,91
Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	58,93
Armi Airaksinen, -62, SPIF	58,95
Monica Parsmark, -60, Upsala S	58,98
Eva Palmér, -62, Motala SS	59,01
Monica Barret, -65, Jönköpings SS	59,02
Eva-Marie Håkansson, -60, KSLS	59,2
Ann Axelsson, -64, Karlstads SS	59,29
Maja-Lena Deckner, -65, SPIF	59,32
Anne Kisberg, -63, Karlstads SS	59,4
Karin Bergqvist, -62, SPIF	59,44
Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	59,5
Anette Philipsson, -65, Linköpings ASS	59,50
Birgitta Robertsson, -63, Mariestads SS	59,50
Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	59,5

) m (2.02,31 - 2.09,0)

Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	2.02,51
Charlotta Hjelm, -62, KSLS	2.03,57
Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	2.03,87
Birgitta Jönsson, -61, Avesta SS	2.03,89
Helena Peterson, -62, SK Neptun	2.04,56
Susanne Ackum, -61, Borlänge SS	2.04,91
Christina Andersson, -62, Varbergs Sim,	2.04,92
Armi Airaksinen, -62, SPIF	2.05,06
Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	2.05,19
Lena Ekblom, -62, KSLS	2.06,93
Christina Börjesson, -61, Varbergs Sim	2.07,04
Pensé Andersen, -63, Landskrona S	2.07,3
Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	2.07,36
Monica Parsmark, -60, Upsala S	2.07,54
Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	2.07,7
Marie Gommel, -64, Malungs SS	2.07,87
Birgitta Robertsson, -63, Mariestads SS	2.07,88
Karin Bergqvist, -62, SPIF	2.07,93
Kicki Pettersson, -64, Linköpings ASS	2.07,95
Kerstin Gustavsson, -63, Kristinehamns SS	2.08,0
Eva Palmér, -62, Motala SS	2.08,00

m (4.19,0 - 4.30,75)

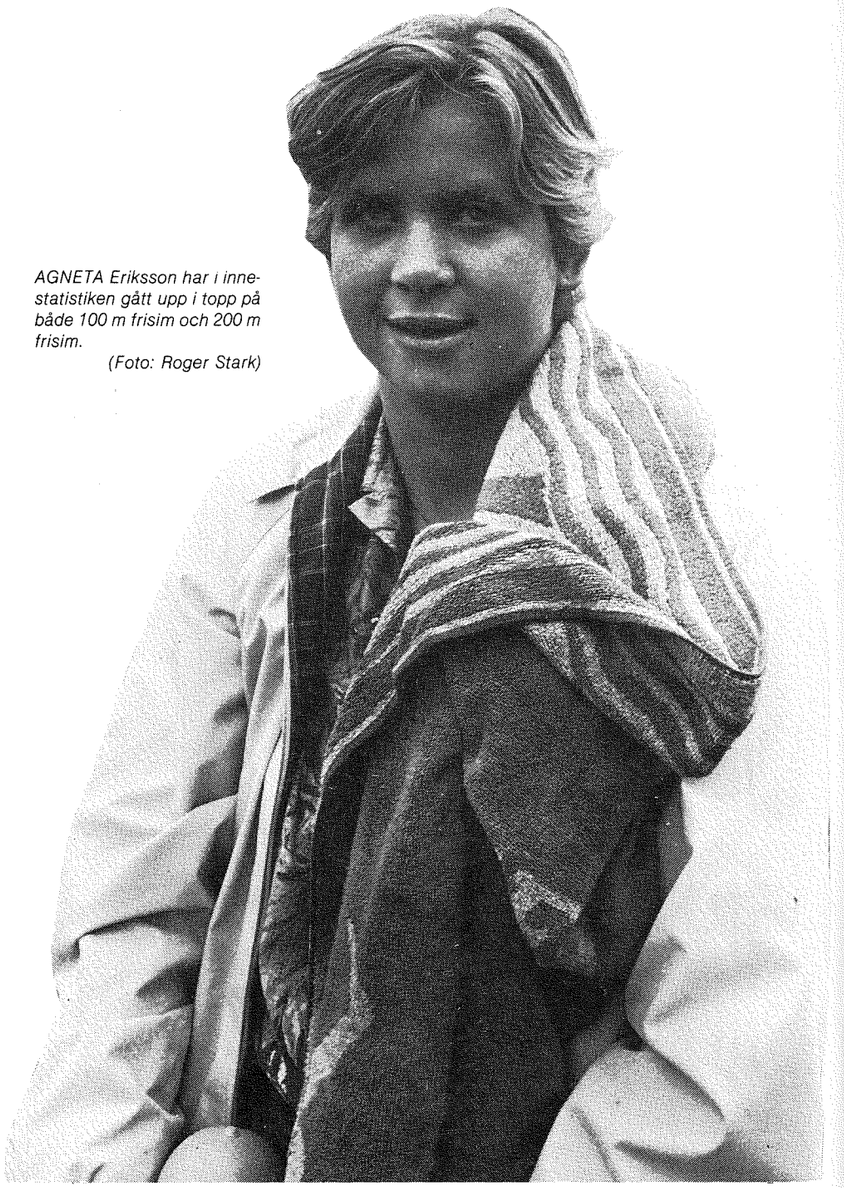
Susanne Ackum, -61, Borlänge SS	4.20,31
Tina Gustafsson, -63, Norrköpings KK	4.22,48
Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	4.23,23
Christina Börjesson, -61, Varbergs Sim	4.23,37
Birgitta Jönsson, -61, Avesta SS	4.23,62
Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	4.23,72
Marie Gommel, -64, Malungs SS	4.23,85
Margareta Steinbach, -63, Örebro SS	4.24,46
Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	4.24,96
Åsa Hammerin, -63, Mariestads SS	4.25,31
Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	4.26,4
Monica Barret, -65, Jönköpings SS	4.26,52
Eva-Lill Eriksson, -64, Hallstahammars SK	4.26,61
Anna-Karin Pettersson, -64, Västbo Sim	4.26,8
Katarina Agerberg, -64, SK Ägir	4.27,25
Catharina Persson, -62, SK Triton	5.27,3
Kicki Pettersson, -64, Linköpings ASS	4.27,70
Maja-Lena Deckner, -65, SPIF	4.27,85
Annlo Arktoft, -64, SPIF	4.28,60
Armi Airaksinen, -62, SPIF	4.29,08

0 m

Susanne Ackum, -61, Borlänge SS	16,57,59
Margareta Steinbach, -63, Örebro SS	17.05,92
Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	17.07,89
Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	17.12,66
Anna-Karin Pettersson, -64, Västbo Sim	17.14,79
Åsa Hammerin, -63, Mariestads SS	17.19,12
7. Ann Linder, -66, GKKN	17.21,11
8. Eva-Lill Eriksson, -64, Hallstahammars SK	17.22,40
9. Susanna Svensson, -63, Malmö S	17.25,56
10. Birgitta Granlund, -63, SK Neptun	17.26,31
11. Christina Börjesson, -61, Varbergs Sim	17.27,41
12. Katarina Agerberg, -64, SK Ägir	17.31,73
13. Marlene Westerlund, -64, Brännans IF	17.32,06
14. Catharina Persson, -62, SK Triton	17.33,6
15. Ann Carlsson, -65, Karlsborgs SK	17.34,5
16. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	17.34,97
17. Berit Marklund, -63, Piteå Sim	17.35,25
18. Gunilla Lindén, -63, Motala SS	17.36,07
19. Ulrika Sandmark, -64, Spårvägens GoIF	17.39,46
20. Pia Lindbaum, -65, Malmö S	17.40,2

4x100 m (3.57,89 - 5.10,74)

1. Kristianstads SLS	3.53,89
2. Västerås SS, lag 1	3.56,39
3. Karlstads SS	3.57,65
4. Stockholmspolisens IF, lag 1	3.59,18
5. Linköpings ASS	3.59,89
6. Täby Sim	4.00,54
7. Norrköpings KK	4.01,07
8. Mariestads SS	4.04,0
9. SK Neptun	4.04,29
10. Landskrona SS	4.05,29
11. Västerås SS, lag 2	4.06,05
12. Jönköpings SS	4.06,6
13. Umeå SS	4.07,40



AGNETA Eriksson har i innestatistiken gått upp i topp på både 100 m frisim och 200 m frisim.

(Foto: Roger Stark)

14. GKKN	4.07,43
15. Stockholmspolisens IF, lag 2	4.08,9
16. Karlslunds IF	4.08,99
17. Borlänge SS	4.09,5
18. Piteå Sim	4.09,54
19. Upsala S	4.09,64
20. Malmö S	4.10,0

4x200 m (8.38,9 - 9.04,8)

1. Västerås SS, lag 1	8.30,62
2. Kristianstads SLS	8.32,58
3. Linköpings ASS	8.34,17
4. Stockholmspolisens IF, lag 1	8.35,37
5. Karlstads SS	8.35,42
6. Mariestads SS	8.39,84
7. Landskrona S	8.41,65
8. Täby Sim	8.42,15
9. Borlänge SS	8.45,39
10. Jönköpings SS	8.45,76
11. SK Neptun	8.48,78
12. Upsala S	8.50,99
13. Stockholmspolisens IF, lag 2	8.53,29
14. Norrköpings KK	8.53,83
15. Simavdelningen 1902	8.54,98
16. Piteå Sim	8.55,30
17. Malmö S	8.56,49
18. Västerås SS, lag 2	9.02,42
19. Helsingborgs S	9.04,2
20. Limhamns SS	9.06,3

BRÖSTSIM

100 m (1.11,33 - 1.18,91)

1. Eva-Marie Håkansson, -60, KSLS	1.10,84
2. Annelie Holmström, -64, SPIF	1.11,60
3. Anna Tufvesson, -64, Timrå AIF	1.13,69
4. Ingela Havaas, -62, Skövde SS	1.13,80
5. Anette Fredriksson, -60, S O2	1.13,9
6. Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	1.14,27
7. Elisabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	1.14,5
8. Anna-Karin Andersson, -64, Varbergs Sim	1.15,43
9. Ingrid Tallberg, -61, Filipstads IF	1.15,84
10. Catharina Lindell, -63, SK Ran	1.16,2
11. Cecilia Franke, -64, Finspångs SK	1.16,22
12. Lena Wiklund, -62, Borlänge SS	1.16,52
13. Sara Pettersson, -67, Finspångs SK	1.16,86
14. Maud Jansson, -62, Upsala S	1.16,98
15. Lillemor Hallén, -64, Timrå AIF	1.17,33
16. Bianca Sjögren, -62, Limhamns SS	1.17,78
17. Eva-Lill Eriksson, -64, Hallstahammars SK	1.17,9
18. Ann-Kristin Busk, -61, SPIF	1.17,96
19. Camilla Tidman, -63, Ronneby SS	1.18,04
20. Katarina Eriksson, -64, Piteå Sim	1.18,27

200 m (2.35,20 - 2.48,6)

1. Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	2.33,76
2. Eva-Marie Håkansson, -60, KSLS	2.35,77
3. Annelie Holmström, -64, SPIF	2.35,96
4. Ingela Havaas, -62, Skövde SS	2.38,33
5. Anna Tufvesson, -64, Timrå AIF	2.38,6
6. Lena Wiklund, -62, Borlänge SS	2.40,43
7. Anna-Karin Andersson, -64, Varbergs Sim	2.40,83
8. Ingrid Tallberg, -61, Filipstads IF	2.40,9
Elisabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	2.40,9
10. Maud Jansson, -62, Upsala S	2.40,98
11. Anette Fredriksson, -60, S O2	2.41,8
12. Catharina Lindell, -63, SK Ran	2.42,1
13. Eva-Lill Eriksson, -64, Hallstahammars SK	2.43,8
14. Cecilia Franke, -64, Finspångs SK	2.44,21
15. Catharina Persson, -62, SK Triton	2.44,57
16. Ann-Kristin Busk, -61, SPIF	2.45,63
17. Katarina Eriksson, -64, Piteå Sim	2.46,75
18. Helen Ögren, -65, Örnsköldsviks ASS	2.46,77
19. Anneli Blixth, -64, Södertörns SS	2.47,3
20. Kerstin Gustavsson, -63, Kristinehamns SS	2.47,4

RYGGSIM

100 m (1.06,3 - 1.09,83)

1. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	1.04,97
2. Ann Hultstrand, -61, Malmö S	1.05,40
3. Pensé Andersen, -63, Landskrona S	1.05,59
4. Lena Andersen, -63, SK Neptun	1.06,82
5. Annika Uvehall, -65, Sandviks IK	1.07,42
6. Johanna Holmén, -64, Hallstahammars SK	1.07,82
7. Elisabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	1.08.07
8. Diana Näsman, -64, SK GeMa	1.08,40
9. Carina Ljungdahl, -60, Filipstads IF	1.08,41
10. Helena Ödmark, -65, Borlänge SS	1.08,69
11. Anne Kisberg, -63, Karlstads SS	1.08,77
12. Eva Lundahl, -62, Järfälla S	1.08,89
13. Karin Forsberg, -65, Mölndals ASS	1.08,93
14. Helga Fleck, -62, Landskrona SS	1.09,0
15. Helena Peterson, -62, SK Neptun	1.09,1
Anna Rainer, -61, Täby Sim	1.09,1
17. Lotta Jansson, -62, SPIF	1.09,29
18. Christina Andersson, -62, Varbergs Sim	1.09,3
19. Anita Norqvist, -61, Umeå SS	1.09,34
20. Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	1.09,38
Catharina Gimnell, -62, S O2	1.09,38

200 (2.21,92 - 2.28,83)

1. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	2.18,44
2. Pensé Andersen, -63, Landskrona SS	2.21,17
3. Ann Hultstrand, -61, Malmö S	2.21,37
4. Johanna Holmén, -64, Hallstahammars SK	2.24,28
5. Ulrika Ek, -65, Piteå Sim	2.25,57
6. Eva Wahlqvist, -62, Malmö S	2.25,8
7. Diana Näsman, -64, SK GeMa	2.25,96
8. Ann Carlsson, -65, Karlsborgs SK	2.26,07
9. Susanne Dahlström, -63, Landskrona SS	2.26,23
10. Christina Strömberg, -63, Växjö SS	2.27,05
11. Eva Lundahl, -62, Järfälla S	2.27,15
12. Sofia Kraft, -65, SK Götene	2.27,30
13. Karin Forsberg, -65, Mölndals ASS	2.27,48
14. Lena Andersen, -63, SK Neptun	2.27,67
15. Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	2.27,69
16. Karin Bergqvist, -62, SPIF	2.28,10
17. Kicki Pettersson, -64, Linköpings ASS	2.28,33
18. Agneta Öhman, -62, Upsala S	2.28,60
19. Carina Hassel, -62, Täby Sim	2.28,75
20. Tina Hultén, -62, SK Hajen	2.28,9

FJÄRILSIM

100 m (1.03,74 - 1.06,6)

1. Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	1.03,31
2. Agneta Eriksson, -65, Västerås SS	1.03,57
3. Anja Pettersson, -59, Upsala S	1.04,21
4. Charlotte Hjelm, -62, Umeå SS	1.04,46
5. Lena de Val, -59, Linköpings ASS	1.04,52
6. Cecilia Lenndahl, -62, SPIF	1.04,54
7. Armi Airaksinen, -62, SPIF	1.04,61
8. Helena Ödmark, -65, Borlänge SS	1.05,09
9. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	1.05,18
10. Helga Fleck, -62, Landskrona S	1.05,22
11. Carina Eriksson, -62, SPIF	1.05,51
12. Ann Axelsson, -64, Karlstads SS	1.05,8
13. Anne Kisberg, -63, Karlstads SS	1.05,84
14. Lena Ekblom, -62, KSLS	1.06,00
15. Anneli Wennberg, -64, Spårvägens GoIF	1.06,01
16. Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	1.06,1
17. Eva Palmér, -62, Motala SS	1.06,13
18. Camilla Tidman, -63, Ronneby SS	1.06,45
19. Anna Hultberg, -64, Turebergs IF	1.06,51
Ulla Mellström, -62, Linköpings ASS	1.06,51

200 m (2.17,40 - 2.27,2)

1. Agneta Mårtensson, -61, Karlslunds IF	2.17,29
2. Armi Airaksinen, -62, SPIF	2.17,64
3. Anja Pettersson, -59, Bodens BK	2.19,15
4. Cecilia Lenndahl, -62, SPIF	2.20,85
5. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	2.21,61
6. Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	2.22,18
7. Annelie Wennberg, -64, Spårvägens GoIF	2.22,42
8. Åsa Hammerin, -63, Mariestads SS	2.22,9
9. Carina Eriksson, -62, SPIF	2.23,19
10. Ann Axelsson, -64, Karlstads SS	2.23,25
11. Ann Carlsson, -65, Karlsborgs SK	2.23,5
12. Charlotte Hjelm, -62, Umeå SS	2.23,6
13. Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	2.24,10
14. Carolina Fusco, -62, Jönköpings SS	2.24,23
15. Camilla Tidman, -63, Ronneby SS	2.24,88
16. Charlotte Nordén, -62, Umeå SS	2.24,98
17. Lena Ekblom, -62, KSLS	2.25,1
18. Ulla Mellström, -62, Linköpings ASS	2.25,31
19. Helena Ödmark, -65, Borlänge SS	2.25,62
20. Åsa Magnusson, -62, SK Neptun	2.25,77

MEDLEY

200 m (2.19,95 - 2.28,73)

1. Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	2.18,99
2. Monica Parsmark, -60, Upsala S	2.20,42
3. Anette Fredriksson, -60, S O2	2.21,63
4. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	2.22,17
5. Eva-Marie Håkansson, -60, KSLS	2.22,50
6. Christina Andersson, -62, Varbergs Sim	2.23,6
7. Ingela Havaas, -62, Skövde SS	2.24,29
8. Elisabeth Wiklund, -62, Karlstads SS	2.24,42
9. Armi Airaksinen, -62, SPIF	2.25,14
10. Lotta Hjelm, -62, KSLS	2.25,3
11. Anette Philipsson, -65, Linköpings ASS	2.25,40
12. Ann Axelsson, -64, Karlstads SS	2.25,95
13. Anna-Karin Andersson, -64, Varbergs Sim	2.26,73
14. Sofia Kraft, -65, SK Götene	2.26,83
15. Annelie Holmström, -64, SPIF	2.26,92
16. Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	2.27,4
17. Anna Tufvesson, -64, Timrå AIF	2.27,5
18. Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	2.27,80
19. Agneta Öhman, -62, Upsala S	2.27,99
20. Catharina Lindell, -63, SK Ran	2.28,0

400 m (4.55,15 - 5.15,1)

1. Ann-Sofi Roos, -59, KSLS	4,54,48
2. Monica Parsmark, -60, Upsala S	4.57,59
3. Anette Fredriksson, -60, S O2	5.02,86
4. Armi Airaksinen, -62, SPIF	5.03,07
5. Kerstin Gustafsson, -63, Karlstads SS	5.04,83
6. Sofia Kraft, -65, SK Götene	5.04,90
7. Tina Gustafsson, -62, Norrköpings KK	5.05,53
8. Annika Lindholm, -65, Linköpings ASS	5.07,03
9. Christina Andersson, -62, Varbergs Sim	5.07,07
10. Pernilla Henriksson, -62, Täby Sim	5.07,4
11. Agneta Öhman, -62, Upsala S	5.07,47
12. Kicki Pettersson, -64, Linköpings ASS	5.07,83
13. Charlotta Hjelm, -62, KSIS	5.08,1



AGNETA MÅRTENSSON var vår snabbaste fjäril i kortbana under 1979.

14. Ann Axelsson, -64, Karlstads SS 5.08,15
15. Anna-Karin Andersson, -64, Varbergs Sim 5.08,17
16. Marie Gommel, -64, Malungs SS 5.11,09
17. Anja Pettersson, -59, Bodens BK 5.11,67
18. Mabel Berggren, -63, S O2 5.11,70
19. Annika Uvehall, -65, Sandviks IK 5.11,80
20. Veronica Lindström, -66, SPIF 5.12,02

4x100 m (4.25,59 - 4.43,85)
1. Stockholmspolisens IF, lag 1 4.23,43
2. Kristianstads SLS 4.24,66
3. Karlstads SS 4.28,63
4. SK Neptun 4.31,37
5. Landskrona SS 4.31,49
6. Borlänge SS 4.32,65
7. Linköpings ASS 4.33,28
8. Stockholmspolisens IF, lag 2 4.34,27
9. Norrköpings KK 4.35,87
10. Upsala S 4.36,10
11. Täby Sim 4.37,08
12. Järfälla S 4.37,80
13. Malmö S 4.39,6
14. Västerås SS 4.40,00
15. Varbergs Sim 4.40,23
16. Piteå Sim 4.41,17
17. Simavdelningen 1902 4.41,40
18. Skövde SS 4.41,52
19. Timrå AIF 4.41,65
20. Hedemora SS 4.41,77

HERRAR FRISIM

100 m (50,82 - 53,77)
1. Pelle Holmertz, -60, Motala SS 50,52
2. Bengt Baron, -62, Finspångs SK 50,79
3. Per Wikström, -61, Borlänge SS 50,96
4. Per-Alvar Magnusson, -58, Upsala S 51,22
   Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 51,22
6. Per Johansson, -63, Borlänge SS 51,62
7. Per-Ola Quist, -61, Limhamns SS 51,71
8. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS 51,72
9. Pär Arvidsson, -60, Finspångs SK 52,02
10. Anders Haglund, -61, Kumla SS 52,05
11. Inge Andersson, -56, KSLS 52,31
12. Per Kersmark, -57, KSLS 52,47
13. Dan Larsson, -58, Sundsvalls SS 52,57
14. Lars-Olof Hansson, -62, Limhamns SS 52,71
15. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 52,81
16. Kenth Stenbäck, -59, SK Laxen 52,92
17. Jörgen Johannesson, -61, S O2 52,96
18. Jörgen Lindborg, -63, SK Ran 53,02
19. Roger Svensson, -60, Åtvidabergs SS 53,05
20. Pekka Sihvola, -60, Kalix SS 53,06

200 m (1.51,0 - 1.55,97)
1. Pelle Holmertz, -60, Motala SS 1.50,81
2. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 1.50,92
3. Per Wikström, -61, Borlänge SS 1.50,93
4. Per-Alvar Magnusson, -58, Upsala S 1.51,05
5. Magnus Petersson, -62, Jönköpings SS 1.51,07
6. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 1.52,82
7. Kenth Stenbäck, -59, SK Laxen 1.53,20
8. Lars-Olof Hansson, -62, Limhamns SS 1.53.38
9. Inge Andersson, -56, KSLS 1.53,63
10. Per Kersmark, -57, KSLS 1.53,98
11. Ove Nylén, -59, KSLS 1.54,12
12. Anders Haglund, -61, Kumla SS 1.54,60
13. Per-Ola Quist, -61, Limhamns SS 1.54,66
14. Pär Arvidsson, -60, Finspångs SK 1.55,15
15. Anders Persson, -60, Helsingborgs S 1.55,2
16. Bengt Svensson, -57, Upsala S 1.55,45
17. Jörgen Lindborg, -63, SK Ran 1.55,46
18. Gary Andersson, -58, KSLS 1.55,52
19. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS 1.55,61
20. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS 1.55,69

400 m (3.54,10 - 4.07,9)
1. Magnus Petersson, -62, Jönköpings SS 3.53,01
2. Thomas Lejdström, -62, Västerås 3.57,85
3. Stefan Andersson, -60, Tunafors SK 3.59,17
4. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS 4.00,58
5. Michael Edstedt, -61, Umeå SS 4.00,87
6. Lars-Olof Hansson, -62, Limhamns SS 4.00,96
7. Karl-Erik Elias, -64, Linköpings ASS 4.01,22
8. Per Wikström, -61, Borlänge SS 4.02,32



MAGNUS PETERSSON var något av en komet under 1979 och gick till topp på de längre frisimsdistanserna.

9. Micahel Söderlund, -62, Karlskrona SS 4.03,30
10. Ove Nylén, -59, KSLS 4.03,81
11. Bengt Jönsson, -55, Upsala S 4.03,86
12. Jan Wiklund, -62, Växjö SS 4.04,33
13. Anders Schöön, -64, Malmö S 4.04,9
14. Gary Andersson, -58, KSLS 4.05,32
15. Jörgen Green, -61, Karlskoga SF 4.05,85
16. Thomas Sääf, -62, Skövde SS 4.06,28
17. Kenth Stenbäck, -59, SK Laxen 4.06,35
18. Anders Persson, -60, Helsingborgs S 4.06,39
19. Anders Haglund, -61, Kumla SS 4.06,5
20. Jörgen Lindborg, -63, SK Ran 4.06,64

1500 m (15.38,01 - 16.38,3)
1. Magnus Petersson, -62, Jönköpings SS 15.32,43
2. Stefan Andersson, -60, Upsala S 15.44,43
3. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 15.46,69
4. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS 15.47,39
5. Karl-Erik Elias, -64, Linköpings ASS 15.47,65
6. Michael Edstedt, -61, Umeå SS 15.51,87
7. Anders Schöön, -64, Malmö S 16.11,9
8. Linus Herteus, -60, SK Neptun 16.12,3
9. Sven-Sören Bergqvist, -61, Timrå AIF 16.14,42
10. Björn Hjortstad, -60, SK Neptun 16.18,70
11. Nicklas Svedberg, -64, Jönköpings SS 16.18,76
12. Lars-Olof Hansson, -62, Limhamns SS 16.22,5
13. Jörgen Green, -61, Karlskoga SF 16.24,99
14. Christer Sjölin, -60, SPIF 16.26,93
15. Magnus Ekner, -56, Jönköpings SS 16.29,19
16. Thomas Sääf, -62, Skövde SS 16.30,50
17. Ove Nylén, -59, KSLS 16.30,58
18. Gunnar Larsson, -61, Skara SS 16.30,81
19. Mikael Holmertz, -64, Motala SS 16.30,83
20. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 16.31,5

4x100 m (3.29,25 - 3.43,8)
1. Borlänge SS 3.26,55
2. Upsala S, lag 1 3.27,14
3. Kristianstads SLS
4. Västerås SS
5. Stockholmspolisens IF
6. Limhamns SS
7. Finspångs SK
8. Simavdelningen 1902
9. SK Laxen
10. Sundsvalls SS
11. Järfälla S
12. Växjö SS
13. Södertälje SS
14. Jönköpings SS
15. Umeå SS
16. IFK Lidingö
17. Upsala S, lag 2
18. SK Hajen
19. Skövde SS
20. Karlskoga SF

4x200 m (7.35,08 - 8.15,5)
1. Kristianstads SLS
2. Upsala S, lag 1
3. Stockholmspolisens IF
4. Jönköpings SS
5. Upsala S, lag 2
6. Västerås SS
7. Limhamns SS
8. Finspångs SK
9. Borlänge SS
10. Simavdelningen 1902, lag 1
11. Södertälje SS
12. Skövde SS
13. SK Neptun
14. Växjö SS
15. Järfälla S
16. Umeå SS
17. SK Hajen
18. Täby Sim
19. Simavdelningen 1902, lag 2
20. SK Poseidon

BRÖSTSIM

100 m (1.04,38 - 1.08,8)
1. Peter Berggren, -62, Skäret SS
2. Anders Norling, -56, SPIF
3. Mikael Tredahl, -61, SPIF
4. Glen Christiansen, -57, GKKN
5. Hans Bergqvist, -61, Sundsvalls SS
6. Mikael Backby, -63, Västerås SS
7. René Tour, -54, SK Neptun
8. Per Unander, -59, Sundsvalls SS
9. Mikael Örn, -61, Ystads SS
10. Jan Färjh, -59, SPIF
11. Peder Svensson, -61, SK Poseidon
12. Eric Sjöström, -59, IFK Lidingö
13. Göran Jern, -60, Skövde SS
14. Stefan Jansson, -59, Örebro SS
15. Tom Östergaard, -59, Ronneby SS
16. Jan Sjöström, -59, IFK Lidingö
17. Sandor Bruder, -60, Finspångs SK
18. Pelle Hedbys, -59, Malmö S
19. Lars-Åke Wennborg, -63, SPIF
20. Lars Lindqvist, -61, KSLS

200 m (2.19,62 - 2.30,12)
1. Peter Berggren, -62, Skäret SS
2. Anders Norling, -56, SPIF
3. Glen Christiansen, -57, GKKN
4. Peter Söderlund, -62, Skövde SS
5. Jan Mandahl, -61, Upsala S
6. Lars-Åke Wennborg, -63, SPIF
7. Mikael Örn, -61, Ystads SS
8. Göran Jern, -60, Skövde SS
   Peder Svensson, -61, SK Poseidon
10. Mikael Tredahl, -61, SPIF
    Jan Färjh, -59, SPIF
12. Mikael Backby, -63, Västerås SS
13. Hans Bergqvist, -61, Sundsvalls SS
14. Stefan Jansson, -59, Örebro SS
15. Torbjörn Pettersson, -63, Västerås SS
16. Ulf Björklund, -56, Falu SS
17. René Tour, -54, SK Neptun
18. Pelle Hedbys, -59, Malmö S
19. Anders Blomqvist, -62, Lycksele IF
20. Robert Eklöf, -60, Linköpings ASS

3.30,23
3.32,81
3.33,67
3.33,84
3.33,91
3.33,96
3.35,44
3.36,41
3.36,57
3.36,65
3.36,72
3.37,76
3.38,72
3.39,42
3.39,69
3.39,81
3.39,87
3.40,7

7.32,60
7.33,90
7.46,08
7.47,97
7.48,76
7.48,84
7.50,3
7.50,62
7.50,71
7.50,75
7.50,96
7.54,12
7.54,24
7.54,44
8.00,48
8.00,87
8.02,56
8.04,51
8.07,08
8.07,90

1.03,43
1.05,09
1.05,35
1.05,4
1.05,79
1.06,03
1.06,64
1.07,36
1.07,48
1.07,63
1.07,68
1.07,71
1.07,72
1.07,95
1.08,0
1.08,08
1.08,1
1.08,16
1.08,20
1.08,4

2.18,22
2.19,12
2.22,41
2.22,86
2.23,82
2.24,65
2.25,0
2.25,2
2.25,2
2.25,5
2.25,5
2.26,10
2.26,91
2.27,27
2.27,48
2.27,56
2.27,80
2.28,62
2.29,38
2.29,66

RYGGSIM

100 m (58,14 - 1.02,61)
1. Bengt Baron, -62, Finspångs SK 56,27
2. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 57,76
3. Jan Thorell, -59, SPIF 58,49
4. Mikael Nyström, -58, SK Neptun 59,26
5. Hans Leijonhufvud, -62, Hedemora SS 59,69
6. Bengt Svensson, -57, Upsala S 1.00,14
7. Carl-Gunnar Otter, -62, Eskilstuna SS 1.00,32
8. Ove Kaustinen, -59, Borlänge SS 1.00,53
9. Åke Nylén, -62, Karlskoga SF 1.00,55
10. Mikael Brandén, -59, SPIF 1.00,72
11. Björn Dahlman, -62, Skövde SS 1.00,94
12. Leif Ericsson, -55, Upsala S 1.00,96
13. Ante Zackrisson, -58, SK Laxen 1.01,10
14. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS 1.01,3
15. Gary Andersson, -58, KSLS 1.01,47
16. Joakim Svensson, -60, Alingsås SLS 1.01,5
17. Svante Zetterlund, -53, S O2 1.01,53
18. Jan Andersson, -59, SK Hajen 1.01,60
19. Nils Liedberg, -62, Karlstads SS 1.01,62
20. Torbjörn Sjölin, -63, SPIF 1.01,71

200 m (2.02,80 - 2.16,5)
1. Bengt Baron, -62, Finspångs SK 2.02,69
2. Jan Thorell, -59, SPIF 2.04,03
3. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 2.05,53
4. Mikael Nyström, -58, SK Neptun 2.08,08
5. Hans Leijonhufvud, -62, Hedemora SS 2.09,70
6. Göran Höglund, -60, SK Neptun 2.10,02
7. Carl-Gunnar Otter, -62, Eskilstuna SS 2.10,24
8. Torbjörn Sjölin, -63, SPIF 2.10,64
9. Jan Andersson, -59, SK Hajen 2.10,72
10. Leif Ericsson, -55, Upsala S 2.11,20
11. Joakim Svensson, -60, Alingsås SLS 2.11,49
12. Oscar Georgii, -63, Alingsås SLS 2.11,69
13. Per-Åke Brinck, -63, Jönköpings SS 2.11,74
14. Ante Zackrisson, -58, SK Laxen 2.12,03
15. Mikael Brandén, -59, SPIF 2.12,67
16. Gary Andersson, -58, KSLS 2.12,7
17. Björn Dahlman, -62, Skövde SS 2.12,8
18. Anders Schöön, -64, Malmö S 2.13,07
19. Åke Nylén, -62, Karlskoga SS 2.13,71
20. Bengt Svensson, -57, Upsala S 2.14,01

FJÄRILSIM

100 m (53,88 - 59,98)
1. Pär Arvidsson, -60, Finspångs SK 54,88
2. Per-Alvar Magnusson, -58, Upsala S 56,15
3. Bengt Baron, -62, Finspångs SK 56,39
4. Ove Nylén, -59, KSLS 57,04
5. Per Kersmark, -57, KSLS 57,14
6. Sten Williamsson, -62, SPIF 57,16
7. Mattias Boström, 63, Helsingborgs S 57,80
8. Nicklas Benscik, -63, Malmö S 58,11
9. Åke Granqvist, -63, Umeå SS 58,20
10. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 58,21
11. Ove Kaustinen, -59, Borlänge SS 58,29
12. Jörgen Erixon, -59, S O2 58,52
13. Magnus Pettersson, -62, Motala SS 58,70
14. Per Lindvall, -61, SK Neptun 58,72
15. Bengt Svensson, -57, Upsala S 58,83
16. Sven-Sören Bergqvist, -61, Timrå AIF 58,88
17. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS 59,08
18. Per-Ola Quist, -61, Limhamns SS 59,1
19. Lars Densfelt, -60, Limhamns SS 59,2
    Peter Pettersson, -57, SK Laxen 59,2

200 m (1.58,43 - 2.12,03)
1. Pär Arvidsson, -60, Finspångs SK 2.00,84
2. Ove Nylén, -59, KSLS 2.03,29
3. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 2.04,74



PÄR ARVIDSSON var bäst, inte bara i fjärilsim, utan också på 200 m medley. *(Foto: Roger Stark)*

4. Magnus Pettersson, -62, Motala SS 2.05,41
5. Mattias Boström, -63, Helsingborgs S 2.05,60
6. Åke Granqvist, -63, Umeå SS 2.06,45
7. Sven-Sören Bergqvist, -61, Timrå AIF 2.07,41
8. Magnus Green, -59, Limhamns SS 2.07,98
9. Lars Karlsson, -62, Nässjö SLS 2.08,07
10. Björn Dahlman, -62, Skövde SS 2.09,19
11. Lars Densfelt, -60, Limhamns SS 2.09,37
12. Per Lindvall, -61, SK Neptun 2.09,59
13. Mikael Carlesson, -62, Växjö SS 2.09,80
14. Gunnar Persson, -61, Ängelholms SS 2.09,83
15. Per Eriksson, -63, SK 70 2.10,29
16. Lennart Mentor, -60, S O2 2.10,68
17. Per-Anders Borgström, -61, Falu SS 2.10,9
18. Peter Pettersson, -57, SK Laxen 2.11,63
19. Karl-Erik Elias, -64, Linköpings ASS 2.11,71
20. Tommy Lindell, -59, SPIF 2.11,9

MEDLEY

200 m (2.06,18 - 2.14,7)
1. Pär Arvidsson, -60, Finspångs SK 2.07,37
2. Michael Söderlund, -62, Karlskrona SS 2.07,99
3. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 2.08,79
4. Peter Berggren, -62, Skäret SS 2.08,96
5. Johan Sanderup, -61, Norrköpings KK 2.09,07
6. Bengt Svensson, -57, Upsala S 2.09,96
7. Robert Eklöf, -60, Linköpings ASS 2.10,24
8. Jörgen Lindborg, -63, SK Ran 2.10,32
9. Mikael Örn, -61, Ystads SS 2.10,82
10. Ante Zackrisson, -58, SK Laxen 2.11,85
11. Mats Petersson, -61, KSLS 2.11,99
12. Gary Andersson, -58, KSLS 2.12,0
13. Peter Ahlborg, -59, S O2 2.12,43
    Stefan Jansson, -59, Örebro SS 2.12,43
15. Ulf Kaustinen, -62, Borlänge SS 2.12,55
16. Peter Johansson, -60, S O2 2.12,94
17. Mikael Nyström, -58, SK Neptun 2.13,10
18. Bengt Baron, -62, Finspångs SK 2.12,2
19. Karl Vähätalo, -61, Borlänge SS 2.13,38
20. Peter Söderlund, -62, Skövde SS 2.13,40

400 m (4.25,77 - 4.48,19)
1. Thomas Lejdström, -62, Västerås SS 4.30,56
2. Peter Berggren, -62, Skäret SS 4.35,26
3. Gary Andersson, -58, KSLS 4.36,78
4. Robert Eklöf, -60, Linköpings ASS 4.37,06
   Mikael Edstedt, -61, Umeå SS 4.37,06
6. Bengt Svensson, -57, Upsala S 4.37,41
7. Peter Söderlund, -62, Skövde SS 4.37,62
8. Jörgen Lindborg, -63, SK Ran 4.38,25
9. Karl Vähätalo, -61, Borlänge SS 4.39,07
10. Åke Granqvist, -63, Umeå SS 4.39,10
11. Leif Ericsson, -55, Upsala S 4.40,65
12. Mats Pettersson, -61, KSLS 4.41,44
13. Bengt Jönsson, -55, Upsala S 4.41,75
14. Peter Andersson, -61, Södertälje SS 4.42,07
15. Magnus Petersson, -62, Jönköpings SS 4.43,9
16. Lars Karlsson, -62, Nässjö SLS 4.44,3
17. Anders Blomqvist, -62, Lycksele IF 4.44,58
18. Krister Jönsson, -63, S O2 4.44,76
19. Anders Schöön, -64, Malmö S 4.45,02
20. Björn Hjortstad, -60, SK Neptun 4.45,25

4x100 m (3.51,72 - 4.11,8)
1. Finspångs SK 3.52,80
2. Stockholmspolisens IF, lag 1 3.53,05
3. Upsala S, lag 1 3.54,49
4. Borlänge SS 3.56,03
5. SK Neptun, lag 1 3.58,29
6. Västerås SS 3.59,38
7. Kristianstads SLS, lag 1 4.00,23
8. Kristianstads SLS, lag 2 4.02,06
9. Simavdelningen 1902 4.02,38
10. SK Hajen 4.02,57
11. GKKN 4.03,14
12. Stockholmspolisens IF, lag 3 4.03,91
13. Limhamns SS 4.03,99
14. Skövde SS 4.04,54
15. Malmö S 4.05,09
16. Jönköpings SS 4.05,86
17. Upsala S, lag 2 4.06,20
18. Växjö SS 4.06,44
19. SK Neptun, lag 2 4.08,37
20. Karlstads SS 4.09,03

Från Arizona kom det här brevet

Fyra svenska simkillar tränar med världstoppar

Tucson Arizona 13 januari 1980

Tjenare!

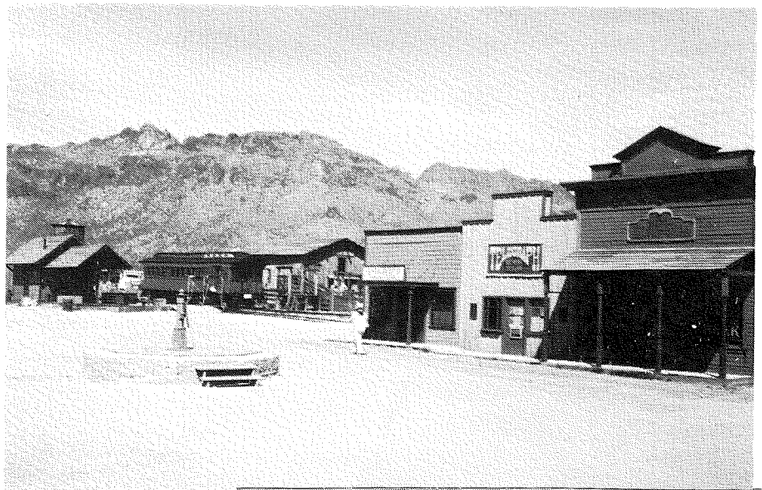
Vi tänkte det skulle vara på sin plats med några rader från oss i Arizona nu och tala om hur vi har det. Vi, det är alltså Peter Ahlberg från Göteborg, Peter Andersson från Södertälje, Glen Christiansen från Götet (åxå) och sist, men inte smalast, Johan Sanderup från Norrköping, eller som dom kallar oss här i Tucson "The Superswedes".

Tucson, var 17 ligger det? Jo, det är placerat i staten Arizona som är inslängt mellan Kalifornien, New Mexiko, Colorado och riktiga Mexiko. Faktum är att vi bor bara en timmas Camaro-fart från Mexikanska Peublon Nogales.

1114 East Adams Street Maxwell Apartments nr 5 är vårt tillhåll, ett fyrarums palats med två badrum, tre ingångar, heltäckningsmatta och färg-TV. Det är beläget endast tre kvarter från University of Arizona, där vi också tränar i McKale Pool. När vi inte krubbar på McDonalds så mekkar vi krunchet själva på vår gulfula spis. Vi har utvecklat en enorm talang för matlagningens ädla konst. Nästan för bra - Glen har tvingats köpa peuranska bantningspiller för att motarbeta sin enorma hungernoja på kvällarna.

Solen lyser sällan med sin frånvaro, m a o, det är idealiskt klimat att ligga och träna simning i. Omgivna av kaktusar, palmer, Klippiga bergen och öken plaskar vi omkring långtlångt från snö och kyla.

Vädret är faktiskt så fint att vi tränar utomhus året om i en väluppvärmd 25 x 50m-bassäng. På morgonen tränar vi på längden och på eftermiddagen på tvären. Vi avverkar mellan 12 000 och 16 000 meter om dagen, beroende på om man är sprinter eller gnet. Alla som tävlar över 100 meter klassificeras som gnetar av vår coach, Dick Jockums. En man som är mycket sparsam med beröm, men mycket givmild med hårda serier.



HÄR ÄR EN BILD från film- och westernstaden "Old Tucson". Bästa hälsningar från Peter, Johan och Glen.

För att göra det ännu roligare kör vi styrketräning tre gånger i veckan. Klockan sex på morgonen plågar vi våra trötta kroppar med massa järnskrot. Kommer man lite efter på träningen har vi tre hjälptränare nära tillhands med piskan i högsta hugg. Det låter kanske väldigt jobbigt, men något som är enormt inspirerande är alla de duktiga simmarna vi tränar tillsammans med. Att ligga och fightas med killar som (världsmästare på 100 m rygg), Tim Shaw (världsmästare och f d världsrekordhållare), samt Steve Gregg och Greg Jagenburg (OS-medaljörer på fjäril), plus en massa andra ger självförtroende och gör träningen festligare. Tälje-Peter satsar nu stenhårt på att slå Jackson på 100 m rygg.

Tävlat har vi också gjort. Alla skötte sig skapligt, utom Glen, som var tvungen att glän(sa) med att slå amerikanerna på 200 m bröst med fem sekunder!

Men man hinner faktiskt med mer än att bara träna, träna och träna. När vi inte ligger i vattnet har vi fullt upp med att:

åka skidor i bergen
äta cheesburgare
åka rullskridskor
äta donuts
ringa collect call till Sverige
titta på alla fantastiska TV-program
dansa Country and swing
lyssna på stereon
äta bananasplit
ligga och sola i öknen
byta hårfärger
leka cowboy i western-och filmstaden Old Tucson
bli stoppad av polisen (fråga bara Camaro-Kid, alias Peter Ahlberg)
tävla om vem som äter mest pancakes
spela basketboll
glida omkring i båten (Glens Buick electra)
kasta freesbees
köpa-T-shirts
knäppa fula kort
skriva brev och vykort
få Big Mac-attacker
spana brudar
provsmaka alla glassorter på Swensens Icecreambar (minst femtioelva sorter)
gå på bio
och lite till . . .

Med det här brevet vill vi hälsa till alla simkompisar i Sverige och tacka dom som hjälpt oss att komma hit.

Vi trivs maximalt!

Hoppas att vi ses på SM, lycka till!

THE SUPERSWEDS

Resultatbörs

MEETING ARENA Paris (25 m) 8-10 febr.

HERRAR: 50 m frisim: 1) Chris Cavanaugh, USA 23,05, 2) Marcello Guarducci, Ita 23,29, 3) Jim Montgomery, USA 23,40, 8) Per-Ola Quist, Sve 24,07, 11) Pelle Wikström, Sve 24,30 (simmade i B-final), 12) Michael Söderlund, Sve 24,19 (utslagen i försök), 33) Inge Andersson, Sve 25,02.

200 m frjäilsim: 1) Michael Kraus, Vty 2.01,36, 2) Fabio Bracacgclia, Ita 2.02,92, 3) Steve Gregg, USA 2.02,97.

400 m medley: 1) Zoltan Verraszto, Ung 4.19,84, 2) Serge Fesenko, Sov 4.20,91, 3) Andras Hargitay, Ung 4.22,35.

200 m medley: 1) Alexandre Sidorenko, Sov 2.02,66, 2) Giovanni Franceschi, Ita 2.04,25, 3) Andras Hargitay, Ung 2.46,5, 11) Peter Berggren, Sve 2.08,95 (utslagen i försök).

200 m ryggsim: 1) Zoltan Zerraszto, Ung 2.01,74, 2) Vladimir Shemetov, Sov 2.02,52, 3) Victor Kuznetsov, Sov 2.03,10, 8) Michael Söderlund, Sve 2.05,57, samt utslagna i försök, 10) Bengt Baron, Sve 2.08,49, 21) Jan Thorell, Sve 2.18,80.

100 m bröstsim: 1) Duncan Goddhew, Storbr 1.01,83, 2) Peter Lang, Vty 1.02,19, 3) Alexandre Fedorovski, Sov 1.02,50, 7) Peter Berggren, Sve 1.04,89.

200 m frisim: 1) Serge Koplianov 1.49,78, 2) Jim Montgomery, USA 1.49,79, 3) Byron Sims, USA 1.49,80, 6) Per-Ola Quist, Sve 1.55,09 (i försök 1.50,53 svenskt rekord), samt utslagna i försök, 12) Magnus Petersson, Sve 1.52,03, 16) Pelle Wikström, Sve 1.52,99, 21) Inge Andersson, Sve 1.54,02.

100 m frisim: A-final: 1) Jim Montgomery 50,11, 2) Byron Sims, USA 50,16, 3) Chris Cavanaugh, USA 50,23, 6) Per-Ola Quist, Sve 51,27.

B-final: 1) Pelle Wikström, Sve 51,46, samt utslagen i försök, 24) Inge Andersson, Sve 53,30.

100 m ryggsim: 1) Victor Kuznetsov, Sov 57,22, 2) Vladimir Shemetov, Sov 57,92, 3) Paul Marshall 57,97, 5) Michael Söderlund, Sve 58,55, 6) Bengt Baron, Sve 58,70.

400 m frisim: 1) Andrey Krilov, Sov 3.48,52, 2) Vladimir Salnokov, Sov 3.49,03, 3) Ivar Stukolkin, Sov 3.49,51, 5) Magnus Petersson, Sve 3.52,38. Magnus var snabbast av alla i försöken med nya rekordtiden 3.51,20. Hans mellantider var 58,04, 1.56,48 och 2.54,27.

200 m bröstsim: 1) Gennady Utekov, Sov 2.15,61, 2) Alban Vermes, Ung, 3) Alexandre Fedorovski, Sov 2.17,23, 6) Peter Berggren, Sve 2.19,13.

100 m fjärilsim: 1) Eugen Seredin, Sov 56,02, 2) Greg Porter, USA 56,04, 3) Steve Gregg 56,04.

1500 m frisim: 1) Vladimir Salnikov, Sov 15.02,81, 2) Zoltan Wladar, Ung 15.05,20, 3) Sandor Nagy, Ung 15.08,53, 6) Magnus Petersson, Sve 15.36,18.

DAMER, 400 m medley: 1) Ann Tweedy, USA 4.40,01, 2) Charon Davies, USA 4.43,95, 3) Olga Klevanina, Sov 4.45,81.

100 m frisim: 1) Cynthia Woodhead, USA 54,88, 2) Marybeth Linzmeier, USA 56,93, 3) June Croft, Storbr 57,20.

100 m ryggsim: 1) Agnes Fodor, Ung 1.03,72, 2) Carine Verbauxen, Belg 1.04,53, 3) Manuelle Carosi, Ita 1.05,39.

200 m bröstsim: 1) Lina Kashushite, Sov 2.27,54, 2) Sveta Varganova, Sov 2.28,08, 3) Julia Bogdanova, Sov 2.30,35.

400 m frisim: 1) Cynthia Woodhead, USA 4.03,89, 2) Irina Aksenova, Sov 4.09,72, 3) Marybeth Linzmeier, USA 4.09,91.

200 m fjärilsim: 1) Mayumi Yokoyama, USA 2.11,05, 2) Chinzia Savi Scarponi, Ita 2.14,51, 3) Ann Osgerby, Storbr 2.14,78.

50 m frisim: 1) Cynthia Woodhead, USA 26,26, 2) Pascala Doconge 26,74, 3) June Croft, Storbr 26,85.

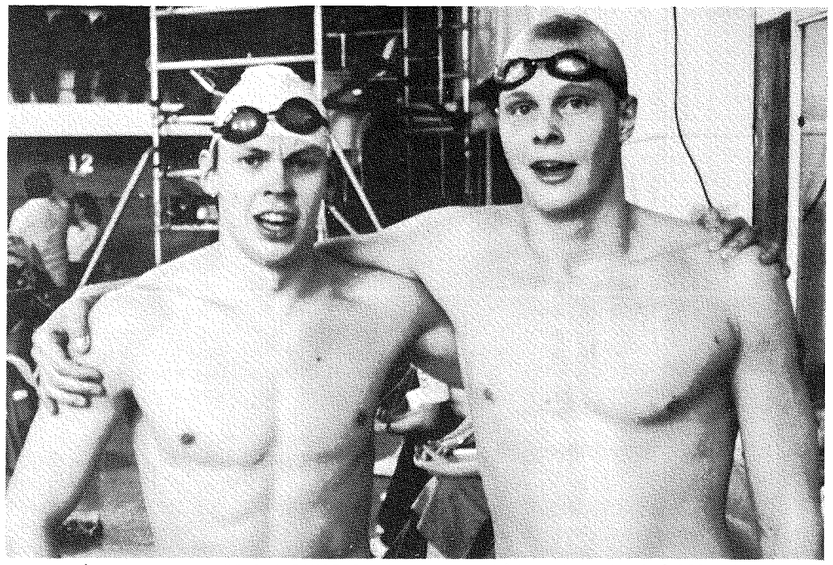
100 m bröstsim: 1) Lina Hashushite, Sov 1.10,48, 2) Julia Bogdanova, Sov 1.10,72, 3) Sveta Varganova, Sov 1.11,07.

100 m fjärilsim: 1) Ann Osgerby, Storbr 1.01,94, 2) Mayumi Yokoyama, USA 1.02,12, 3) Cinzia Savi Scarponi, Ita 1.02,29.

200 m ryggsim: 1) Agnes Fodor, Ung 2.15,56, 2) Carine Verbauwen, Belg 2.18,67, 3) Manuela Carosi, Ita 2.19,70.

200 m frisim: 1) Cynthia Woodhead, USA 1.57,71, 2) Marybeth Linzmeier, USA 1.59,30, 3) Irina Aksenova, Sov 2.00,97.

200 m medley: 1) Cynthia Woodhead, USA 2.12,56, 2) Sharon Davies, Storbr 2.15,87, 3) Olga Klevakina, Sov 2.16,16.



ARI WIRÉN, Finland och PER-OLA QUIST, Sverige noterade båda nationsrekord på 200 m frisim vid Arena Meeting i Paris. Ari (t v) hade 1.52,96 och Per-Ola hade (i försöken) 1.50,53.
(Foto: Matti Hokkanen, finsk tränare)

NORDISKA JUNIOR MÄSTERSKAPEN, Finland, Kuoplo (25 m) 29 febr-2 mars

800 m frisim fl: 1. Sanna Härkönen, Fi 9.06,27, 2. Ann Linder, Sve 9.10,07, 3. Minna Marttila, Fi 9.12,02, 4. Annika Lindholm, Sve 9.12,27.

200 m frisim p: 1. Alfonso Kubulenso, Sve 2.00,49, 2. Jony Svensen, Nor 2.02,75, 3. Jakob Hjortsø, Dan 2.03,82.

200 m bröstsim fl: 1. Pia Winther, Dan 2.39,92, 2. Helen Ugren, Sve 2.46,79, 3. Malin Rundgren, Sve 2.47,51.

100 m bröstsim p: 1. Bjarne Kragh, Dan 1.08,36, 2. Mikael Johansson, Sve 1.10,81, 3. Jan Erik Olsen, Nor 1.11,44, 4. Anders Bergkvist, Sve 1.11,55.

100 m frisim fl: 1. Mette Christensen, Dan 58,81, 2. Anette Engström, Sve 59.58, 3. Bodil Bertelsen, Nor 59,75, 4. Anette Philipsson, Sve 1.00,11.

200 m ryggsim p: 1. Hans Fredin, Sve 2.14,70, 2. Rikhard Milton, Sve 2.16,65, 3. Peter Thingsgaard, Dan 2.20,02.

200 m fjärilsim fl: 1. Ann Carlson, Sve 2.20,30, 2. Mette Jensen, Dan 2.22,14, 3. Helen Ödmark, Sve 2.22,33.

400 m medley p: 1. Robert Morris, Sve 4.53,61, 2. Anders Peterson, Sve 4.56,64, 3. Petri Jokiranta, Fin 5.03,00.

4 x 100 m medley p: 1. Danmark (Peter Tingsgaard, Bjarne Kragh, Peter Ibsen, Bo Larsen) 4.09,94, 2. Sverige (Gunnar Wisman, Mikael Johansson, Mikael Möller, Alfons Kubulenso) 4.14,68, 3. Norge 4.17,09, 4. Finland 4.22,57.

100 m ryggsim p: 1. Hans Fredin, Sve 1.01,63, 2. Peter Thingsgaard, Dan 1.03,08, 3. Gunnar Frisman, Sve 1.04,39.

100 m ryggsim fl: 1. Annika Uvehall, Sve 1.06,89, 2. Tove Ask, Nor 1.09,67, 3. Karin Forsberg, Sve 1.10,36.

400 m frisim p: 1. Alfons Kubulenzo, 4.14,40, 2. Mikael Holmertz, Sve 4.16,46, 3. Petri Jokiranta, Fin 4.20,18.

400 m frisim fl: 1. Mette Christensen, Dan 4.23,84, 2. Sanna Härkönen, Fin 4.24,21, 3. Anika Lindholm, Sve 4.27,91, 4. Ann Linder, Sve 4.29,41.

100 m fjärilsim p: 1. Robert Morris, Sve 1.00,72, 2. Mikael Möller, Sve 1.01,08, 3. Peter Ipsen, Dan 1.01,43.

100 m fjärilsim fl: 1. Leena Hurri, Fin 1.05,36, 2. Helena Ödmark, Sve 1.05,48, 3. Tove Ask, Nor 1.06,25.

200 m medley p: 1. Anders Pettersson, Sve 2.15,65, 2. Robert Morris, Sve 2.16,05, 3. Peter Ipsen, Dan 2.17,73.

200 m medley fl: 1. Sofia Kraft, Sve 2.23,82, 2. Mette Christensen, Dan 2.26,45, 3. Anette Philipsson, Sve 2.27,58.

4 x 100 m frisim p: 1. Sverige (Rikhard Milton, Alfons Kubulenzo, Anders Bergkvist, Mikael Holmertz) 3.44,37, 2. Norge 3.45,14, 3. Danmark 3.46,59, 4. Finland 3.50,49.

4 x 100 m frisim fl: 1. Sverige (Annika Lindholm, Helena Ödmar, Anette Philipsson, Anette Engström), 3.59,34, 2. Danmark 4.04,07, 3. Finland 4.04,77, 4. Norge 4.08,69.

1500 m frisim p: 1. Alfons Kubulenzo, Sve 16.32,71, 2. Mikael Holmertz, Sve 16.54,87, 3. Klaus Kihm, Dan 17.05,50.

200 m frisim fl: 1. Mette Christensen, Dan 2.06,83, 2.

Sanna Härkönen, Fin 2.07,65, 3. Anette Engström, Sve 2.09,64, 5. Anette Philipsson, Sve 2.12,42.

200 m bröstsim p: 1. Bjärne Kragh, Dan 2.33,44, 2. Jan Erik Olsen, Nor 2.35,47, 3. Mikael Johansson, Sve 2.35,89, 4. Anders Bergkvist, Sve 2.36,68.

100 m bröstsim fl: 1. Pia Winther, Dan 1.14,58, 2. Sara Pettersson, Sve 1.17,41, 3. Helen Ögren, Sve 1.17,45.

100 m frisim p: 1. Peter Ipsen, Dan 55,02, 2. Anders Petersson, Sve 55,53, 3. Jakob Hjotsø, Dan 55,62, 5. Rikhard Milton, Sve 56,07.

200 m ryggsim fl: 1. Ann Carlson, Sve 2.23,63, 2. Ulrika Ek, Sve 2.29,47, 3. Ulla Th. Hansen, Dan 2.30,56.

200 m fjärilsim p: 1. Robert Morris, Sve 2.15,00, 2. Tuomo Sholman, Fin 2.18,28, 3. Mika Piiroinen, Fin 2.19,13, 4. Mikael Myller, Sve 2.26,35.

400 m medley fl: 1. Sofia Kraft, Sve 5.05,02, 2. Mette Christensen, Dan 5.09,18, 3. Sanna Härkönen, Fin 5.09,61, 4. Annika Lindholm, Sve 5.15,05.

4 x 200 m frisim p: 1. Sverige (Mikael Holmertz, Gunnar Wismas, Anders Petersson, Alfons Kubulenzo) 8.15,34, 2. Danmark 8.20,97, 3. Finland 8.35,90, Norge disk.

4 x 100 m medley fl: 1. Sverige (Annika Uvehall, Sara Pettersson, Helena Ödmark, Anette Engström) 4.30,74, 2. Danmark 4.34,72, 3. Finland 4.39,64, 4. Norge 4.40,60.

NATIONELLA tävlingar
Härnösands Simhall (25 m) 20 januari

100 m frisim herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå Simsällskap 4.10,7, 2. Leif Bergström, 62, Luleå Simsällskap 4.14,7, 3. Alfons Kubulenso, 65, Gävle Simsällskap 4.16,0.

100 m frisim damer: 1. Katarina Agerberg, 64, SK Ägir 1.32,3, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 4.42,1, 3. Marlene Westerlund, 64, Brännans IF 4.44,9.

200 m bröstsim herrar: 1. Anders Blomqvist, 62, Lycksele IF 2.33,0, 2. Peder Olsson, 64, Brännans IF 2.38,0, 3. Anders Bergqvist, 65, Hudiksvalls SS 2.40,2.

200 m bröstsim damer: 1. Helen Ögren, 65, Örnsköldsviks SS 2.49,8, 2. Annika Egervall, 64, Brännans IF 2.51,6, 3. Katarina Eriksson, 64, Piteå Sim 2.52,6

200 m medley pojkar 68 o. sen.: 1. Kenneth Vikström, 68, Älvsby SS 2.52,4, 2. Stefan Kristiansson, 68, IFK Strömsund 2.53,7.

200 m medley flickor 68 o. sen.: 1. Madelein Persson, 68, Bureå SS 2.45,8, 2. Katarina Bäckman, 68, SK Ägir 2.47,7.

200 m fjärilsim herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå SS 2.12,3, 2. Jan Brinnen, 62, Gävle SS 2.14,5.

200 m fjärilsim damer: 1. Ulrika Ek, 65, Piteå Sim 2.28,1, 2. Charlotte Nordin, 62, Umeå SS 2.30,9, 3. Maria Wikström, 64, Umeå SS 2.38,5.

200 m ryggsim herrar: 1. Dan Forsberg, 61, Umeå SS 2.16,5, 2. Ola Ohlsson, 62, Umeå SS 2.23,9, 3. Stefan Cederberg, 65, Hudiksvall 2.25,1.

200 m ryggsim damer: 1. Diana Näsman, 64, SK Gema 2.30,8, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 2.32,9, 3. Carina Eriksson, 64, Piteå Sim 2.38,2.

400 m medley herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå SS 5.58,0, 2. Anders Blomqvist, 62, Lycksele IF 4.58,6.

400 m medley damer: 1. Ulrika Ek, 65, Piteå Sim 5.16,1, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 5.19,5.

OS-CUP, Simhallsbadet Malmö (25 m)
12 januari

200 m fjärilsim damer: 1. Ewa Wahlqvist, 62, Malmö SS 2.41,22, 2. Elisabeth Ahlgren, 67, Malmö S 2.44,95, 3. Malin Kjellman, 66, Malmö S 2.55,83.

200 m fjärilsim herrar: 1. Pär Tegnander, 63, Hajen 2.21,74, 2. Hans Bergqvist, 61, Hajen 2.31,97, 3. Per Andersson, 66, Hajen 2.36,50.

200 m ryggsim damer: 1. Ewa Wahlqvist, 62, Malmö S 2.30,17, 2. Tina Hultén, 62, Hajen 2.37,35, 3. Eva Lindström, 64, Hajen 2.39,91.

200 ryggsim herrar: 1. Frank Holmström, 61, Hajen 2.24,85, 2. Göran Hedbys, 64, Malmö S 2.36,22, 3. Per Johansson, 65, Hajen 2.38,66.

400 m medley damer: 1. Tina Hultén, 62, Hajen 5.31,04, 2. Malin Kjellman, 66, Malmö S 5.47,53, 3. Eva Lindström, 64, Hajen 5.52,36.

400 m medley herrar: 1. Pär Tegnander, 63, Hajen 5.05,87, 2. Håkan Ottosson, 60, Hajen 5.08,55, 3. Per Andersson, 66, Hajen 5.32,97.

OS-CUP, Kristianstad (25 m)
13 januari

200 m fjärilsim flickor 1968: 1. Britt-Louise Pehrsson, SS Artemis, Tomelilla 2.55,8.

200 m fjärilsim flickor 1967: 1. Malin Nilsson, Kristianstads SLS 2.49,7.

200 m fjärilsim flickor 1966: 1. Lena Lindblad, SS Artemis, Tomelilla 2.54,0.

200 m fjärilsim flickor 1965: 1. Inga-Lena Adell, Klippans SS 2.30,8, 2. Maria Andersson, Kristianstads SLS 2.33,8.

200 m fjärilsim flickor 1964: 1. Åsa Rosander, Kristianstads SLS 2.32,1, 2. Lena Axelsson, Bjärnums SS 2.38,5.

200 m fjärilsim flickor 1963: 1. Marie-Louise Åberg, Kristianstads SLS 2.42,0, 2. Anna Kardum, Kristianstads SLS 2.42,2.

200 m fjärilsim pojkar 1968: 1. Magnus Claesson, Sösdala Simsällskap 3.28,8.

200 m fjärilsim pojkar 1967: 1. Magnus Nilsson, Kristianstads SLS 2.40,4.

200 m fjärilsim pojkar 1966: 1. Örjan Lindgren, Åhus SS 2.45,7.

200 m fjärilsim pojkar 1965: 1. Björn Magnusson, Bjärnums SS 2.57,3, 2. Per Kristensson, SS Artemis, Tomelilla 3.04,1.

200 m fjärilsim pojkar 1964: 1. Per-Anders Chrintz-Gath, S 71, Hässleholm 2.45,3.

200 m fjärilsim pojkar 1963: 1. Stefan Jönsson, Kristianstads SLS 2.19,5, 2. Richard Elofsson, S 71, Hässleholm 2.39,9.

200 m fjärilsim pojkar 1961: 1. Tore Bergman, Kristianstads SLS 2.21,7, 2. Bo Olvegård, Kristianstads SLS 2.25,8.

200 m ryggsim flickor 1969: 1. Toini Kronvall, Sösdala SS 3.18,5.

200 m ryggsim flickor 1968: 1. Yvonne Henriksson, Sösdala SS 3.05,9, 2. Susanne Risberg, Kristianstads SLS 3.22,9.

200 m ryggsim flickor 1967: 1. Camilla Thuné, Kristianstads SLS 2.45,0, 2. Paula Eriksson, Lönsboda SS 2.48,6.

200 m ryggsim flickor 1966: 1. Helén Lundquist, Kristianstads SLS 2.38,1, 2. Annika Persson, Kristianstads SLS 2.41,4.

200 m ryggsim flickor 1965: 1. Maria Andersson, Kristianstads SLS 2.31,8, 2. Lisbet Jönsson, Kristianstads SLS 2.47,9.

200 m ryggsim flickor 1964: 1. Åsa Rosander, Kristianstads SLS 2.40,0, 2. Catharina Andersson, Osby SS 2.42,6.

200 m ryggsim flickor 1963: 1. Anna Kardum, Kristianstads SLS 2.37,0, 2. Caroline Brorsson, SS Artemis, Tomelilla 2.39,8.

200 m ryggsim pojkar 1970: 1. Per Johan Pålstorp, Sjöbo SS 3.26,1.

200 m ryggsim pojkar 1968: 1. Anders Persson, Kristianstads SLS 2.54,9, 2. Lars-Peter Andersson, Osby SS 2.57,4.

200 m ryggsim pojkar 1967: 1. Johan Hallengren, Kristianstads SLS 2.42,0, 2. Håkan Nilsson, Kristianstads SLS 2.46,2.

200 m ryggsim pojkar 1966: 1. Lars-Bertil Chrintz-Gath, S 71, Hässleholm 2.30,5, 2. Åke Persson, Kristianstads SLS 2.35,2.

200 m ryggsim pojkar 1965: 1. Nils-Olof Hjertstrand, Kristianstads SLS 2.32,3, 2. Bo Nordmark, Kristianstads SLS 2.43,5.

200 m ryggsim pojkar 1964: 1. Lars-Inge Persson, SS Artemis, Tomelilla 2.31,4, 2. Per-Anders Chrintz-Gath, S 71, Hässleholm 2.45,3.

200 m ryggsim pojkar 1963: 1. Stefan Jönsson, Kristianstads SLS 2.20,5, 2. Henrik Hoel, SS Delfin Knislinge 2.29,6.

200 m ryggsim pojkar 1962: 1. Göran Henriksso, Kristianstads SLS 2.30,4.

200 m ryggsim pojkar 1961: 1. Tore Bergman, Kristianstads SLS 2.25,3.

400 m medley flickor 1968: 1. Britt-Louise Pehrsson, SS Artemis, Tomelilla 6.26,2.

400 m medley flickor 1967: 1. Karin Gustafsson, Lönsboda SS 5.42,0, 2. Camilla Thuné, Kristianstads SLS 5.45,3.

400 m medley flickor 1966: 1. Annika Persson, Kristianstads SLS 5.31,0, 2. Lena Lindblad, SS Artemis, Tomelilla 6.17,3.

400 m medley flickor 1965: 1. Maria Andersson, Kristianstads SLS 5.21,9, 2. Inga-Lena Adell, Klippans SS 5.35,4.

400 m medley flickor 1964: 1. Lena Axelsson, Bjärnums SS 5.31,9, 2. Karin Johansson, SS Artemis, Tomelilla 5.43,8.

400 m medley flickor 1963: 1. Marie-Louise Åberg, Kristianstads SLS 5.37,5, 2. Eva Lindblad, SS Artemis, Tomelilla 6.16,9.

400 m medley pojkar 1968: 1. Rickard Edfast, SS Delfin, Knislinge 6.06,5.

400 m medley pojkar 1967: 1. Håkan Nilsson, Kristianstads SLS 5.51,2.

400 m medley pojkar 1966: 1. Peter Axelsson, Kristianstads SLS 5.22,3, 2. Åke Persson, Kristianstads SLS 5.22,6.

400 m medley pojkar 1965: 1. Gunnar Jönsson, Kristianstads SLS 5.22,8, 2. Bo Nordmark, Kristianstads SLS 5.35,6.

400 m medley pojkar 1964: 1. Daniel Nidsjö, Osby SS 5.23,0, 2. Lars-Inge Persson, SS Artemis, Tomelilla 5.25,9.

400 m medley pojkar 1963: 1. Stefan Jönsson, Kristianstads SLS 4.58,5, 2. Jan-Åke Bladh, Kristianstads SLS 5.12,1.

400 m medley pojkar 1962: 1. Göran Henriksson, Kristianstads SLS 4.55,8.

400 m medley pojkar 1961: 1. Tore Bergman, Kristianstads SLS 4.58,0, 2. Bo Olvegård, Kristianstads SLS 5.03,4.

SPRINTERMÄSTERSKAP, Simhallsbadet Malmö (25 m) 9 februari

Damer final: 1. Stina Persson, Helsingborg 28,03, 2. Åsa Rosander KSLS 29,00, 3. Lisa Hörberg, Helsingborg, 29,35, 4. Anna Kardum, KSLS 29,38, 5. Marie Nilsson, Landskrona 29,41, 6. Charlotte Persson, Helsingborg 29,46, 7. Cecilia Persson, RAN 29,75.

Herrar final: 1. Per-Ola Quist, Helsingborg 23,93, 2. Hans Bergkvist, Hajen 25,07, 3. Lars-Olof Hansson, Landskrona 25,12, 4. Mikael Sundman, Helsingborg 25,13, 5. Lars Lindqvist, KSLS 25,23, 6. Jörgen Lindborg, RAN 25,26, 7. Inge Andersson, KSLS 25,33.

SIMCUPEN, Valhallabadet Göteborg (25 m) 2 februari

200 m fjäril flickor A: 1. Yvonne Marberg, 66, Mölndals ASS 2.21,5, 2. Ingela Skoglund, 66, Simavd. 1902 2.51,9.

200 m fjäril pojkar A: 1. Peter Carnebratt, 62, Kungsbacka SS 2.33,0, 2. Peter Andersson, 63, Mölndals ASS 2.49,3.

100 m bröst flickor C: 1. Jenny Karlsson, 69, Ale SK 1.42,8, 2. Birgitta Forsberg, 69, GKK/Najaden 1.44,3.

100 m bröst pojkar C: 1. Magnus Rydeving, 69, Kungsbacka SS 1.44,8, 2. Niklas Borg, 69, Ale SK 1.48,2, 2. Ture Röing, 70, Askims SK 1.48,2.

100 m bröst flickor B: 1. Kristina Berggren, 67, Kungsbacka SS 1.28,4, 2. Ann-Marie Brink, 67, Askims SK 1.29,7.

100 m bröst pojkar B: 1. Giovanni Sbraci, 67, Simavd. 1902 1.30,5, 2. Magnus Sjöstedt, 67, GKK/Najaden 1.30,6.

100 m bröst flickor A: 1. Ingela Skoglund, 66, Simavd. 1902 1.25,3, 2. Pia Karlgren, 66, Mölndals ASS 1.26,2.

100 m bröst pojkar A: 1. Kåre Hansson, 63, Askims SK 1.15,3, 2. Jan Johansson, 64, Kungsbacka SS 1.15,6.

100 m rygg flickor C: 1. Pernilla Andersson, 69, Mölndals ASS 1.24,4, 2. Jenny Karlsson, 69, Ale SK 1.36,7.

100 m rygg pojkar C: 1. Mathias Larsson, 70, Simavd. 1902 1.32,0, 2. Anders Lorné, 69, Mölndals ASS 1.37,2.

100 m ryggsim flickor B: 1. Maria Hagberg, 68, Mölndals ASS 1.24,2, 2. Anneli Lindersson, 67, GKK/Najaden 1.24,2.

100 m ryggsim pojkar B: 1. Claes Svensson, 67, Mölndals ASS 1.18,7, 2. Magnus Sjöstedt, 67, GKK/Najaden 1.22,5.

100 m rygg flickor A: 1. Lena Bergström, 62, Kungsbacka 1.11,9, 2. Unn Weick, 65, Simavd. 1902 1.16,5.

100 m rygg pojkar A: 1. Fredrik Wannheden, 65, GKK/Najaden 1.16,5, 2. Björn Blomgren, 66, Mölndals ASS 1.16,6, 3. Peter Andersson, 63, Mölndals ASS 1.16,8.

100 m frisim flickor C: 1. Pernilla Andersson, 69, Mölndals ASS 1.10,9, 2. Jenny Karlsson, 69, Ale SK 1.22,9.

100 m frisim pojkar C: 1. Mathias Larsson, 70, Simavd. 1902 1.18,5, 2. Magnus Rydeving, 69, Kungsbacka SS 1.24,0.

100 m frisim flickor B: 1. Katl Påldeåk, 67, Ale SK 1.10,3, 2. Ann-Marie Brink, 67, Askim SK 1.11,2.

100 m frisim pojkar B: 1. Claes Svensson, 67, Mölndals ASS 1.09,2, 1. Magnus Sjöstedt, 67, GKK/Najaden 1.09,2, 3. Thomas Johansson, 67, Kungälvs SS 1.09,3.

100 m frisim flickor A: 1. Unn Weick. 65, Simavd. 1902 1.06,16 2. Ingela Skoglund, -66, Simavd. 1902, 1.08,7.

100 m frisim pojkar A: 1. Peter Carnebratt, 62, Kungsbacka SS 57,5, 2. Anders Reyman, 62, GKK/Najaden 58,8.

4 x 50 m frisim flickor mixed: 1. Mölndals ASS 2.11,4 10p, 2. Ale SK 2.14,4 7p, 3. Askims SK 2.20,1 5 p, 4. Kungsbacka SS 2.23,1 4 p.

4 x 50 frisim pojkar mixed: 1. Simavd. 1902 2.06,4 10 p, 2. Kungsbacka SS 2.07,3 7 p, 3. Mölndals ASS 2.09,2 5 p, 4. Askims SK 2.09,4 4 p, 5. Ale SK 2.11,2 3 p.

Poängställning: 1. GKK/Najaden 425 p, 2. Mölndals ASS 336 p, 3. Simavd. 1902 311 p, 4. Kungsbacka SS 228 p, 5. Kungälvs SS 213 p, 6. Askims SK 210 p, 7. Ale SK 208 p.

KURIREN CUP, Eskilstuna (25 m)
3 februari

200 m ryggsim damer: 1. Anne Kisberg, 63, Karlstads SS 2.33,0, 2. Annika Berg, 63, Tunafors Sportklubb 2.35,7, 3. Karin Törnblom, 64, Katrineholms SS 2.38,0.

200 m ryggsim herrar: 1. Bengt Baron, 62, Finspångs Simklubb 2.11,5, 2. Carl-Gunnar Otter, 62, Eskilstuna SS 2.12,9, 3. Bengt Svensson, 63, Fagersta SK 2.18,9.

100 m frisim flickor 66: 1. Marika Pettersson, 66, Kumla SS 1.00,2, 2. Rina Enqvist, 66, Eskilstuna SS 1.00,7.

100 m frisim pojkar 66: 1. Patrik Hansson, 66, Örebro SS 58,2, 2. Roger Wiiand, 66, Kumla SS 58,9, 3. Per Johansson, 66, Kumla SS 58,9.

100 m fjäril damer: 1. Ann Axelsson, 64, Karlstads SS DR 1.05,6, 2. Kerstin Gustafsson, 63, Karlstads SS 1.05,7, 3. Lotta Hansson, 65, Skövde SS 1.07,6.

200 m fjäril herrar: 1. Sven-Sören Bergqvist, 61, Västerås SS 2.13,8, 2. Robert Morris, 65, Örebro SS 2.15,4.

100 m bröstsim flickor 66: 1. Sara Pettersson, 67, Finspångs SK 1.19,5, 2. Anki Larsson, 66, Västerås SS 1.21,0, 3. Synnöve Islander, 68, Katrineholms SS 1.21,0.

100 m bröstsim pojkar 66: 1. Patrik Hansson, 66, Örebro SS 1.15,5, 2. Christer Blomstrand, 66, Eskilstuna SS 1.18,4.

100 m bröstsim damer: 1. Kerstin Gustafsson, 63, Karlstads SS 1.16,7, 2. Cecilia Franke, 64, Finspångs SK 1.16,9, 3. Ann Axelsson, 64, Karlstads SS 1.22,2.

100 m bröstsim herrar: 1. Stefan Jansson, 59, Örebro SS 1.08,1, 2. Sandor Bruder, 60, Finspångs SK 1.08,2, 3. Mikael Backby, 63, Västerås SS 1.08,3.

100 m ryggsim flickor 66: 1. Anna Hedström, 66, Nyköpings SS 1.13,0, 2. Catarina Roglert, 66, Nyköpings SS 1.13,0, 3. Anna Blomster, 67, Västerås SS 1.14,9.

100 m rygg pojkar 66: 1. Patrik Hansson, 66, Örebro SS 1.08,5, 2. Roger Wiiand, 66, Kumla SS 1.10,3.

100 m frisim damer: 1. Kerstin Gustafsson, 63, Karlstads SS 59,0, 2. Ann Axelsson, 64, Karlstads SS 59,5, 3. Anne Kisberg, 63, Karlstads SS 1.00,6.

100 m frisim herrar: 1. Bengt Baron, 62, Finspång SK 53,7, 2. Anders Haglund, 61, Kumla SS 53,8, 3. Anders Berggren, 63, Västerås SS 54,8.

10 x 50 m frisim (4 flickor + 6 pojkar): 1. Västerås SS 4.55,3, 2. Kumla SS 5.06,3, 3. Eskilstuna SS lag 1 5.09,3.

10 x 100 m frisim (4 damer + 6 herrar): 1. Västerås SS 10.00,3, 2. Örebro SS 10.20,9, 3. Karlslunds IF 10.40,4, 4. Hallstahammars SK 10.42,8.

NORRLANDSCUPEN
Härnösands simhall (25 m) 19 januari

100 m frisim damer: 1. Katarina Agerberg, 64, Jämtland/Härjedalen 1.00,7, 2. Maria Norberg, 63, Medelpad 1.01,1, 3. Elisabeth Jonsson, 64, Hälsingland 1.01,7.

100 m bröstsim herrar: 1. Mikael Sirenius, 63, Medelpad 1.09,9, 2. Anders Blomkvist, 62, Västerbotten 1.11,4, 3. Mikael Bergström, 58, Norrbotten 1.11,6.

100 m ryggsim damer: 1. Annika Uvehall, 65, Västerbotten DR 1.07,3, 2. Diana Näsman, 64, Norrbotten 1.08,4, 3. Anette Nääs, 65, Jämtland/Härjedalen 1.11,5.

100 m fjärilsim herrar: 1. Åke Grankvist, 63, Västerbotten DR 57,8, 2. Pekka Sihovla, 60, Norrbotten 1.01,2, 3. Jan Brinnen, 62, Gästrikland 1.01,8.

100 m bröstsim damer: 1. Lillemor Hallén, 64, Medelpad 1.18,5, 2. Helene Ögren, 65, Ångermanland 1.18,6, 3. Anita Nordkvist, 61, Västerbotten 1.19,7.

100 m frisim herrar: 1. Kurt Laitamaa, 62, Norrbotten 54,8, 2. Dan Forsberg, 61, Västerbotten 56,1, 3. Tore Persson, 61, Ångermanland 57,3.

100 m fjärilsim damer: 1. Lotta Nordin, 62, Västerbotten 1.07,4, 2. Ulrika Ek, 65, Norrbotten 1.08,0, 3. Maria Norberg, 63, Medelpad 1.13,4.

100 m ryggsim herrar: 1. Ola Olsson, 62, Västerbotten 1.04,5, 2. Pekka Sihvola, 60, Norrbotten 1.06,0, 3. Gustav Foghammar, 64, Medelpad 1.06,5.

200 m ind. medley damer: 1. Annika Uvehall, 65, Västerbotten 2.28,0, 2. Ulrika Ek, 65, Norrbotten 2.28,4, 3. Helene Ögren, 65, Ångermanland 3.32,5.

200 m ind. medley herrar: 1. Michael Edstedt, 61, Västerbotten 2.18,3, 2. Leif Bergström, 62, Norrbotten 2.22,0, 3. Jan Brinnen, 62, Gästrikland 2.22,1.

100 m bröst flickor 68 o. sen.: 1. Madelaine Persson, 68, Västerbotten 1.25,2, 2. Katarina Bäckman, 68, Jämtland/Härjedalen 1.27,7.

100 m frisim pojkar 68 o. sen.: 1. Patrik Andersson, 68, Medelpad 1.08,5, 2. Henrik Johansson, 68, Norrbotten 1.10,2.

100 m frisim flickor 68 o. sen.: 1. Katarina Bäckman, 68, Jämtland/Härjedalen 1.08,7, 2. Marie Söderlund, 68, Norrbotten 1.10,7.

100 m bröstsim pojkar 68 o. sen.: 1. Kenneth Vikström, 68, Norrbotten 1.27,5, 2. Jesper Wedholm, 69, Gästrikland 1.29,8.

100 m fjäril flickor 68 o. sen.: 1. Anna-Karin Bergabo, 68, Västerbotten 1.18,8, 2. Anna Hansén, 68, Norrbotten 1.21,7.

100 m fjärilsim pojkar 68 o. sen.: 1. Matias Pettersson, 68, Västerbotten 1.23,6, 2. Kenneth Vikström, 68, Norrbotten 1.23,9.

100 m ryggsm flickor 68 o. sen.: 1. Madelen Persson, 68, Västerbotten 1.21,0, 2. Katarina Bäckman, 68, Jämtland/Härjedalen 1.24,2.

100 m ryggsim pojkar 68 o. sen.: 1. Kenneth Vikström, 68, Norrbotten 1.21,8, 2. Patrik Andersson, 68, Medelpad 1.24,1.

4 x 100 m medley damer: 1. Norrbotten (Diana Näsman, Katarina Eriksson, Ulrika Ek, Katarina Karlsson) 4.38,0, 2. Västerbotten 4.40,8, 3. Hälsingland 4.52,2.

4 x 100 m medley herrar: 1. Västerbotten (Dan Forsberg, Anders Blomkvist, Åke Grankvist, Michael Edstedt) 4.11,7, 2. Norrbotten 4.16,0, 3. Ångermanland 4.23,4.

Slutpoängställning: 1. Västerbotten 120 p, 2. Norrbotten 116 p, 3. Medelpad 77 p, 4. Jämtland/Härjedalen 70 p, 5. Ångermanland 65 p, 6. Hälsingland 60 p, 7. Gästrikland 52 p.

S:T ERIKSIM i Sollentuna simhall
(25 m) 19 januari

200 m bröstsim pojkar 67-68: 1. Håkan Karman, 67, Spårvägen 3.06,2, 2. Patrik Rättö, 67, Upplands-Bro 3.09,0.

200 m bröstsim flickor 67-68: 1. Karin Sandh, 67, Järfälla 2.53,4, 2. Patricia Karlsson, 68, Järfälla 3.01,8.

400 m medley herrar: 1. Anders Svensson, 62, Tureberg 4.52,0, 2. Kenneth Arvidsson, 59, Neptun 4.56,0, 3. Mats Nylen, 59, SPIF 4.59,1.

400 m medley damer: 1. Armi Airaksinen, 62, SPIF DR 5.02,4, 2. Carina Eriksson, 62, SPIF 5.13,5.

200 m medley pojkar 67-68: 1. Stefan Gullberg, 67, Hanviken 2.35,6, 2. Per Rosengren, 67, Spårvägen 2.43,1.

200 m medley flickor 67-68: 1. Karin Sandh, 67, Järfälla 2.37,7, 2. Patricia Karlsson, 68, Järfälla 2.45,8.

UMESTÄNKET, Umeå (25 m) 1 mars

100 m bröstsim herrar: 1. Morgan Engström, 63, Upsala S 1.09,7, 2. Mikael Sirenius, 63, Sundsvalls Simsällskap 1.09,8, 3. Anders Blomqvist, 62, Lycksele Idrottsförening 1.12,0.

200 m fjärilsim damer: 1. Agneta Mårtensson, 61, Karlslunds IF 2.21,4, 2. Anja Pettersson, 59, Upsala S 2.22,7, 3. Ulla Mellerström, 62, Linköpings ASS 2.25,5.

200 m frisim herrar: 1. Pelle Wikström, 61, Borlänge SS 1.53,5, 2. Bengt Svensson, 57, Upsala S 1.56,6, 3. Per Johansson, 63, Borlänge SS 1.57,9, 4. Michael Edstedt, 61, Umeå Simsällskap 1.58,2, 5. Dan Forsberg, 61, Umeå Simsällskap 1.59,8.

200 m medley damer: 1. Monica Parsmark, 60, Upsala S 2.23,0, 2. Christina Andersson, 62, Varbergs Sim 2.23,9, 3. Marie Gommel, 64, Borlänge SS 2.29,2, 4. Agneta Öhman, 62, Upsala S 2.31,0.

100 m fjärilsim herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå Simsällskap 58,4, 2. Ulf Kaustinen, 62, Borlänge SS 58,5.

100 m ryggsim damer: 1. Erika Edstedt, 66, Umeå Simsällskap 1.10,8, 2. Agneta Öhman, 62, Upsala S 1.12,3.

200 m medley herrar: 1. Bengt Svensson, 57, Upsala S 2.10,8, 2. Pelle Wikström, 61, Borlänge SS 2.14,4.

100 m bröstsim damer: 1. Maud Jansson, 62, Upsala S 1.17,2, 2. Lena Wiklund, 62, Borlänge SS 1.18,4.

200 m ryggsim herrar: 1. Bengt Svensson, 57, Upsala S

16,3, 2. Dan Forsberg, 61, Umeå Simsällskap 2.18,2.

0 m frisim damer: 1. Monica Parsmark, 60, Upsala S 06,5, 2. Christina Andersson, 62, Varbergs Sim 06,9, 3. Marie Gommel, 64, Borlänge SS 2.08,4, 4. Agneta Mårtensson, 61, Karlslund 2.10,0.

0 m frisim pojkar: 1. Göran Åkre, 67, Umeå Simsällskap 1.08,5.

0 m frisim flickor: 1. Sari Carlsson, 68, Umeå Simsällskap 1.10,3, 2. Åsa Jonsson, 65, Umeå Simsällskap 1.10,6.

00 m frisim damer: 1. Margareta Steinbach, 63, Örebro 17.35,8, 2. Gunilla Lindén, 63, Motala 17.55,0.

100 m medley herrar: 1. Upsala Simsällskap Lag I Ingt Svensson, Morgan Engström, Per Björkman, ger Svensson) 4.03,7, 2. Borlänge Simsällskap Lag I 5,9, 3. Umeå Simsällskap Lag I 4.16,3.

100 m medley damer: 1. Upsala Simsällskap Lag I neta Öhman, Maud Jansson, Anja Pettersson, Mo- a Parsmark) 4.36,7, 2. Borlänge Simsällskap 4.50,7, Surträsk Simpolare 5.03,4.

NGDOMSSIMNINGAR
sterby Simhall (25 m) 3 februari

m medley, FA födda 63-64: 1. Katarina Carlsson, Uppsala 2.37,5, 2. Anette Resare, 64, Upsala S ,4.

m medley, PA födda 63-64: 1. Morgan Engström, Upsala S 2.23,6, 2. Mats Nilsson, 64, Norrtälje SK ,1.

n frisim, FD födda 69-70: 1. Eva-Lotta Eklund, 69, rtälje SK 36,3, 2. Cecilia Larsson, 69, Österby SS .

n frisim, PD födda 69-70: 1. Erik Nilsson, 69, Mära SS 32,0, 2. Jonas Almen, 69, Håbo SLS 34,8

m bröstsim, FC födda 67-68: 1. Magdalena Anders- , 67, Upsala S 1.19,6, 2. Lena Olsson, 67, Upsala S ,2.

m bröstsim, PC födda 67-68: 1. Robin Milton, 67, ala S 1.26,9, 2. Olle Sangfeldt, 67, Upsala S 1.29,9.

m medley, FB födda 65-66: 1. Monica Ljung, 66, ala S 2.39,7, 2. Lena Andersson, 66, Norrtälje SK ,2.

m medley, PA födda 65-66: 1. Richard Milton, 65, ala S 2.25,4, 2. Magnus Calland, 65, Upsala S ,4.

m ryggsim, FA: 1. Katarina Carlsson, 64, Upsala S ,9, 2. Anette Resare, 64, Upsala S 2.48,0.

m ryggsim, PA: 1. Morgan Engström, 63, Upsala S 8, 2. Mats Nilsson, 64, Norrtälje SK 2.40,9.

m bröstsim, FD: 1. Eva-Lotta Eklund, 69, Norrtälje .42,1, 2. Helene Eriksson, 69, Norrtälje SK 1.43,8.

m bröstsim, PD: 1. Erik Nilsson, 69, Märsta SS 1, 2. Arne Strid, 69, Österby SS 1.43,2.

m ryggsim, FC: 1. Jessika Lundmark, 67, Gimo S 7, 2. Pernilla Jansson, 67, Gimo S 2.59,6.

m ryggsim, PC: 1. Robin Milton, 67, Upsala S 5, 2. Ulf Eriksson, 67, Upsala S 2.53,4.

n ryggsim, FB: 1. Elisabeth Ahlund, 65, Märsta SS 0, 2. Lena Andersson, 66, Norrtälje SK 2.45,2.

n ryggsim, PB: 1. Richard Milton, 65, Upsala S 9, 2. Thomas Löfbladh, 66, Upsala S 2.33,3.

E'SIMMET, Eskilstuna (25 m)
ars

n frisim herrar: 1. Thomas Lejdström, 62, Väste- imsällskap 3.59,3, 2. Gary Andersson, 58, Väste- imsällskap 4.05,4, 3. Sven S Bergqvist, 61, Väste- imsällskap 4.08,5.

n frisim damer: 1. Agneta Eriksson, 65, Västerås 08,7, 2. Eva Lill Eriksson, 64, Västerås SS 2.09,5.

n ryggsim herrar: 1. Bengt Baron, 62, SK Korrugal), 2. Carl-Gunnar Otter, 62, Eskilstuna SS 1.01,9.

n ryggsim damer: 1. Johanna Holmén, 64, Väste-



JOHANNA HOLMÉN Västeras vann ryggsimmet i Sme'simmet och ses t v tillsammans med tvåan Annika Berg.

rås Simsällskap 1.07,7, 2. Annika Berg, 63, Tunafors SK 1.11,6.

100 m frisim pojkar: 1. Håkan Gudjammar, 67, Järfälla Simsällskap 1.05,9, 2. Ove Mangs, 67, Järfälla Simsällskap 1.06,7.

100 m frisim flickor: 1. Boel Karlsson, 67, Oxelösund SS 1.04,2, 2. Emma Ahlström, 67, Järfälla Simsällskap 1.06,0.

200 m medley herrar: 1. Thomas Lejdström, 62, Västerås SS 2.11,3, 2. Gary Andersson, 58, Västerås SS 2.13,0, 3. Bengt Baron, 62, SK Korrugal 2.13,1.

200 m medley damer: 1. Eva Lill Eriksson, 64, Västerås SS 2.26,2, 2. Agneta Eriksson, 65, Västerås SS 2.29,7, 3. Rina Enqvist, 66, Eskilstuna SS 2.30,1.

100 m bröstsim herrar: 1. Mikael Backby, 63, Västerås SS 1.09,0, 2. Sandor Bruder, 60, SK Korrugal 1.09,0.

100 m bröstsim damer: 1. Eva Lill Eriksson, 64, Västerås SS 1.17,3, 2. Cecilia Franke, 64, SK Korrugal 1.17,4.

100 m ryggsim pojkar: 1. Erik Holmén, 67, Hallstahammars SK 1.16,9.

100 m ryggsim flickor: 1. Boel Karlsson, 67, Oxelösund SS 1.14,8.

200 m fjäril herrar: 1. Thomas Lejdström, 62, Västerås SS 2.09,4, 2. Gary Andersson, 58, Västerås SS 2.12,4, 3. Mats Nylén, 59, Stockholmspolisens IF 2.13,0.

200 m fjäril damer: 1. Christina Hugosson, 63, Västerås SS 2.29,5.

200 m frisim herrar: 1. Thomas Lejdström, 62, Västerås SS 1.53,2, 2. Anders Haglund, 61, Kumla Simsällskap 1.55,2, 3. Tommy Pettersson, 63, SK Korrugal 1.56,2.

400 m frisim damer: 1. Agneta Eriksson, 65, Västerås SS 4.24,6, 2. Eva Lill Eriksson, 64, Västerås SS 4.24,6.

100 m bröstsim pojkar: 1. Håkan Gudjonsson, 67, Järfälla Simsällskap 1.25,4.

100 m bröstsim flickor: 1. Petra Hildér, 67, Järfälla Simsällskap 1.22,2, 2. Helena Kälvehed, 68, SK Korrugal 1.23,7.

100 m frisim damer: 1. Maria Engbom, Västerås SS 1.00,3, 2. Eva Pia Ahlm, Västerås SS 1.00,4.

SKOLMATCH, Pitedalen-Klippan, Älvsbyn (25 m) 4 mars

4 x 100 m medley herrar: 1. Klippans SC (Petri Imonen 1.07,03, Benney Petersén 1.10,64, Mikke Bencik 59,13, Sten Wilhelmsson 54,41) 4.11,21, 2. Pitedalens Folkhögskola (Roger Jonsson 1.04,13, Anders Blomqvist 1.11,06, Per Johansson 1.03,94, Pekka Sihvola 52,39) 4.11,52.

4 x 100 m medley damer: 1. Klippans SC (Eva Jansson 1.09,86, Christina Andersson 1.20,29, Agneta Mårtensson 1.04,26, Margareta Steinback 1.00,83) 4.35,24, 2. Pitedalens Folkhögskola (Catarina Carlsson 1.11,83, Elisabet Wiklund 1.15,92, Carina Hassel 1.08,47, Maria Norberg 1.00,41) 4.36,63.

400 m frisim herrar: 1. Leif Bergström, 62, Pitedalens FHS 4.17,67, 2. Sten Williamsson, 62, Klippans SC 4.18,38, 3. Petri Immonen, 61, Klippans Sc 4.19,52, 4. Thomas Borg, 63, Pitedalens FHS 4.21,82.

400 m frisim damer: 1. Margareta Steinback, 63, Klippans SC 4.31,59, 2. Berit Marklund, 63, Pitedalens FHS 4.33,07, 3. Johanna Hjelmqvist, 63, Klippans SC 4.34,41, 4. Karin Eriksson, 61, Pitedalens FHS 4.54,17.

200 m medley herrar: 1. Roger Johnsson, 61, Pitedalens FHS 2.19,97, 2. Pekka Sihvola, 60, Pitedalens FHS 2.23,2, 3. Benny Pedersén, 62, Klippans SC 2.29,33, 4. Sten Williamsson, 62, Klippans SC 2.37,88.

200 m medley damer: 1. Christina Andersson, 62, Klippans SC 2.25,19, 2. Elisabeth Wiklund, 62, Pitedalens FHS 2.25,93, 3. Mabel Berggren, 63, Pitedalens FHS 2.30,28, 4. Agneta Mårtensson, 61, Klippans SC 2.37,35.

100 m fjäril herrar: 1. Niklas Bencik, 63, Klippans SC 1.01,38, 2. Thomas Borg, 63, Pitedalens FHS 1.03,35, 3. Per Johansson, 63, Pitedalens FHS 1.03,60, 4. Peter Carnebratt, 62, Klippans SC 1.04,25.

100 m fjäril damer: 1. Agneta Mårtensson, 61, Klippans Sc 1.06,21, 2. Inga-Lena Adell, 65, Klippans SC 1.08,77, 3. Maria Norberg, 63, Pitedalens FHS 1.09,44, 4. Carina Hassel, 62, Pitedalens FHS 1.09,47.

200 m rygg herrar: 1. Petri Immonen, 61, Klippans SC 2.23,66, 2. Magnus Titus, 63, Pitedalens FHS 2.26,37, 3. Anders Wedholm, 63, Pitedalens FHS 2.29,44.

200 m rygg damer: 1. Eva Jansson, 63, Klippans SC 2.30,22, 2. Catarina Carlsson, 63, Pitedalens FHS 2.33,96, 3. Carina Hassel, 62, Pitedalens FHS 2.38,51, 4. Johanna Hjelmqvist, 63, Klippans SC 2.56,56.

100 m bröstsim herrar: 1. Anders Blomqvist, 62, Pitedalens FHS 1.11,83, 2. Benny Pedersen, 62, Klippans SC 1.12,17, 3. Roger Johnsson, 60, Pitedalens FHS 1.12,18, 4. Lars Klein, 62, Klippans SC 1.16,71.

100 m bröstsim damer: 1. Elisabeth Wiklund, 62, Pitedalens FHS 1.18,41, 2. Christina Andersson, 62, Klippans SC 1.23,02, 3. Karin Eriksson, 61, Pitedalens FHS 1.24,97, 4. Gunilla Lindén, 63, Klippans SC 1.28,54.

4 x 100 m frisim herrar: 1. Pitedalens folkhögskola (Tomas Borg 57,40, Roger Johnsson 54,11, Leif Bergström 56,21, Pekka Sihvola 54,12) 3.41,84, 2. Klippans SC (Peter Carnebratt 55,88, Niklas Benzick 55,03, Petri Immonen 56,58, Sten Williamsson 55,49) 3.42,98.

4 x 100 m frisim damer: 1. Klippans SC (Christina Andersson 58,96, Eva Jansson 1.01,73, Margaretha Steinbach 1.00,74, Agneta Mårtensson 58,75) 4.00,18, 2. Pitedalens folkhögskola (Catarina Carlsson 1.00,95, Maria Norberg 59,38, Berit Marklund 1.01,87, Elisabeth Wiklund 1.02,06) 4.04,26.

1500 m frisim herrar: 1. Petri Immonen, 61, Klippans SC 16.49,49, 2. Magnus Titus, 63, Pitedalens FHS 17.03,62, 3. Anders Wedholm, 63, Pitedalens FHS 18.01,99.

1500 m frisim damer: 1. Margareta Steinbach, 63, Klippans SC 17.20,36, 2. Berit Marklund, 63, Pitedalens fhs 17,58,63, 3. Gunilla Lindén, 63, Klippans SC 18.06,64.

200 m bröstsim herrar: 1. Anders Blomqvist, 62, Pitedalens FHS 2.34,09, 2. Benny Pedersen, 62, Klippans SC 2.42,12, 3. Lars Klein, 62, Klippans SC 2.52,07.

200 m bröstsim damer: 1. Elisabeth Wiklund, 62, Pitedalens FHS 2.49,34, 2. Mabel Berggren, 63, Pitedalens FHS 3.04,28, 3. Inga-Lena Adell, 65, Klippans SC 3.16,87, 4. Johanna Hjelmqvist, 63, Klippans SC 3.17,03.

200 m fjärilsim herrar: 1. Sten Williamsson, 62, Klippans SC 2.13,00, 2. Per Johansson, 63, Pitedalens FHS 2.15,39, 3. Thomas Borg, 63, Pitedalens FHS 2.21,85, 4. Peter Carnebratt, 62, Klippans SC 2.28,91.

200 m fjärilsim damer: 1. Agneta Mårtensson, 61, Klippans SC 2.25,07, 2. Inga-Lena Adell, 65, Klippans SC 2.29,40, 3. Ulla Mellström, 62, Pitedalens FHS 2.34,23, 4. Carina Hassel, 62, Pitedalens FHS 2.42,62, Karin Svärdsudd, Piteå Sim 2.31,73.

400 m medley herrar: 1. Anders Blomqvist, 62, Pitedalens FHS 4.46,58, 2. Petri Immonen, 61, Klippans SC 4.50,54, 3. Per Johansson, 63, Pitedalens FHS 5.19,95.

400 m medley damer: 1. Christina Andersson, 62, Klippans SC 5.12,27, 2. Eva Jansson, 63, Klippans SC 5.12,56, 3. Mabel Berggren, 63, Pitedalens FHS 5.16,56, 4. Berit Marklund, 63, Pitedalens FHS 5.35,36.

100 m ryggsim herrar: 1. Roger Johnsson, 61, Pitedalens FHS 1.09,73, 2. Pekka Sihvola, 60, Pitedalens FHS 1.10,54, 3. Niklas Benzick, 63, Klippans SC 1.11,36, 4. Lars Klein, 62, Klippans SC 1.16,84.

100 m ryggsim damer: 1. Elisabeth Wiklund, 62, Pitedalens FHS 1.09,67, 2. Eva Jansson, 63, Klippans SC 1.10,71, 3. Catarina Carlsson, 63, Pitedalens FHS 1.12,01, 4. Gunilla Lindén, 63, Klippans SC 1.21,20.

100 m frisim herrar: 1. Roger Johnsson, 61, Pitedalens FHS 54,72, 2. Pekka Sihvola, 60, Pitedalens FHS 55,28, 3. Peter Carnebratt, 62, Klippans SC 56,20, 4. Niklas Benzick, 63, Klippans SC 57,25.

100 m frisim damer: 1. Christina Andersson, 62, Klippans SC 58,88, 2. Maria Norberg, 63, Pitedalens FHS 1.00,48, 3. Margareta Steinbach, 63, Klippans SC 1.00,62, 4. Catharina Carlsson, 63, Pitedalens FHS 1.05,80.

4 x 200 m frisim herrar: 1. Pitedalens folkhögskola (Pekka Sihvola 1.57,84, Magnus Titus 2.06,44, Leif Bergström 2.03,11, Roger Johnsson 2.06,33) 8.13,72, 2. Klippans SC (Niklas Benzick 2.12,04, Peter Carnebratt 2.16,59, Sten Williamsson 2.01,92, Petri Immonen 2.06,47) 8.37,02.

4 x 200 m frisim damer: 1. Klippans SC (Christina Andersson 2.07,74, Eva Jansson, 2.12,50, Margareta Steinbach 2.11,98, Agneta Mårtensson 2.10,69) 8.42,91, 2. Pitedalens folkhögskola (Elisabeth Viklund 2.09,97, 2. Catarina Carlsson 2.17,28, Berit Marklund 2.17,07, Maria Norberg 2.23,27) 9.07,59.

Slutpoäng: Klippan 83, Pitedalen 79.

NATIONELL TÄVLING, Härnösand (25 m) 20 januari

400 m frisim herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå Simsällskap 4.10,7, 2. Leif Bergström, 62, Luleå Simsällskap 4.14,7.

400 m frisim damer: 1. Katarina Agerberg, 64, SK Ägir 4.32,3, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 4.42,1.

200 m bröstsim herrar: 1. Anders Blomqvist, 62, Lycksele IF 2.33,0, 2. Peder Olsson, 64, Brännans IF 2.38,0.

200 m bröstsim damer: 1. Helen Ögren, 65, Örnsköldsviks SS 2.49,8, 2. Annika Egervall, 64, Brännans IF 2.51,6.

200 m medley pojkar 68 o. senare: 1. Kenneth Vikström, 68, Älvsby SS 2.52,4, 2. Stefan Kristiansson, 68 IFK Strömsund 2.53,7.

200 m medley flickor 68 o. senare: 1. Madelein Persson, 68, Bureå SS 2.45,8, 2. Katarina Bäckman, 68, SK Ägir 2.47,7.

200 m fjärilsim herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå SS 2.12,3, 2. Jan Brinnen, 62, Gävle SS 2.14,5.

200 m fjärilsim damer: 1. Ulrika Ek, 65, Piteå Sim 2.28,1, 2. Charlotte Nordin, 62, Umeå SS 2.30,9.

200 m ryggsim herrar: 1. Dan Forsberg, 61, Umeå SS 2.16,5, 2. Ola Ohlsson, 62, Umeå SS 2.23,9.

200 m ryggsim damer: 1. Diana Näsman, 64, SK Gema 2.30,8, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 2.32,9.

400 m medley herrar: 1. Åke Granqvist, 63, Umeå SS 4.58,0, 2. Anders Blomqvist, 62, Lycksele IF 4.58,6.

400 m medley damer: 1. Ulrika Ek, 65, Piteå Sim 5.16,1, 2. Annika Uvehall, 65, Sandviks IK 5.19,5.

ROSLAGSCUPEN, Norrtälje (25 m) 27 januari

100 m medley herrar: 1. Per Andersson, 61, Norrtälje SK 1.07,1, 2. Igor Lishajko, 63, IFK Lidingö 1.08,2.

100 m ryggsim flickor 63-: 1. Maria Halvardsson, 66, Norrtälje SK 1.16,5, 2. Ulrika Westlund, 64, IFK Lidingö 1.17,1.

100 m frisim pojkar 63-: 1. Christer Magnusson, 65, Väsby SS 59,5, 2. Stefan Lindström, 63, Norrtälje SK 59,8.

100 m frisim flickor 65-: 1. Ulrika Westlund, 65, IFK Lidingö 1.04,7, 2. Maria Zetterqvist, 65, Norrtälje SK 1.05,7.

100 m bröstsim pojkar 64-: 1. Jeff Carling, 64, IFK Lidingö 1.18,8, 2. Lars Karpelin, 64, Norrtälje SK 1.18,9.

100 m medley flickor 66-: 1. Lena Andersson, 66, Norrtälje SK 1.15,2, 2. Maria Nyberg, 66, Norrtälje SK 1.17,9.

100 m medley pojkar 65-: 1. Christer Magnusson, 65, Väsby SS 1.09,7, 2. Peter Eriksson, 65, Gimo SS 1.10,4.

100 m bröstsim flickor 67-: 1. Monica Keijsner, 67, Norrtälje SK 1.28,5, 2. Pernilla Jansson, 67, Gimo SS 1.29,3.

100 m frisim pojkar 68-: 1. Magnus Bengtsson, 68, SK Tumlarna 1.18,3, 2. Joakim Aaltonen, 69, Väsby SS 1.29,3.

100 m medley flickor 68-: 1. Eva Sundkvist, 68, SK Tumlarna 1.23,7, 2. Ann Magnusson, 69, Väsby SS 1.24,4.

100 m ryggsim pojkar 67-: 1. Rickard Djupman, 67, Norrtälje SK 1.16,2, 2. Patrik Pettersson, 67, Väsby SS 1.21,4.

100 m medley damer: 1. Ulrika Westlund, 65, IFK Lidingö 1.14,0, 2. Lotta Enzell, 63, IFK Lidingö 1.16,8.

6 x 50 m frisim herrar: 1. SK Tumlarna 3.04,0, 2. Norrtälje SK 3.05,1.

6 x 50 m frisim damer: 1. Norrtälje SK 3.10,6, 2. IFK Lidingö 3.21,9.

Tävlingspoäng: 1. Norrtälje SK 118,5, 2. Väsby SS 71,0, 3. IFK Lidingö 65,5, 4. SK Tumlarna 46,0, 5. Gimo SS 24,0.

DISTANSTÄVLING GIH-BADET (25 m) 9 februari

4 x 50 m frisim herrar: 1. Södertörns Simsällskap lag 1 (B Salomonson, L Pettersson, S Lindberg, P Nyhlén) 1.40,9, 2. IFK Lidingö lag 1 1.41,4, 3. SK Neptun 1.43,0.

4 x 50 m frisim damer: 1. Stockholmspolisens IF lag 1 (A Airaksinen, K Bergqvist, Y Noring, M-L Deckner) 1.51,6, 2. IFK Lidingö 1.54,7, 3. Stockholmspolisens IF lag 2 1.55,5.

400 m frisim pojkar -68: 1. Daniel Eriksson, SPIF 5.19,0, 2. Per Svanberg, SPIF 5.19,6.

400 m frisim flickor -68: 1. Patricia Karlsson, Järfälla SS 4.58,2, 2. Karin Johansson, Täby Sim 5.20,8.

800 m frisim pojkar -66: 1. Ola Selvrenius, SPIF 8.54,7, 2. Hansi Doverståhl, Järfälla S 8.58,7.

800 m frisim flickor -66: 1. Veronica Lindström, SPIF 9.21,7, 2. Ylva Noring, SPIF 9.25,0.

400 m frisim herrar: 1. Göran Linday, Södertälje SS 4.11,2, 2. Per Lindvall, SK Neptun 4.11,3, 3. Hans Lidén, IFK Lidingö 4.11,8.

400 m frisim damer: 1. Armi Airaksinen, SPIF 4.26,4, 2. Annlo Arktoft, SPIF 4.30,1, 3. Birgitta Granlund, SK Neptun 4.33,0.

GKKN:s 20-manna herrar, Valhalla (25 m) 7 februari

20 x 50 m herrar: 1. S 02 8.41,6, 2. GKKN 9.56.3. 3. Kungsbacka 10.14,0.

10 x 50 m frisim damer: 1. GKKN 4.53,9, 2. S 02 5.07,6, 3. Varbergs-sim 5.11,9.

10 x 50 m frisim pojkar -64 o. sen.: 1. GKKN lag 1 4.45,4, 2. S 02 5.05,7, 3. Kungsbacka 5.09,3.

100 m fjärilsim damer: 1. Annika Flink, 62, GKKN 1.06,9, 2. Anna-Karin Andersson, 64, Varberg 1.07,8, 3. Karin Forsberg, 65, MASS 1.09,3.

100 m bröstsim herrar: 1. Mats Ladeborn, 61, Varberg 1.10,6, 2. Mikael Johansson, 65, GKKN 1.11,8, 3. Peter Johansson, 60, S 02 1.12,0.

100 m frisim flickor -69 o. yngre: 1. Pernilla Andersson, 69, MASS 1.07,9, 2. Helen Carlsson, 68, GKKN 1.12,4.

100 m frisim pojkar -69 o yngre: 1. Inge Holmqvist, 68, S 02 1.09,1, 2. Niklas Allerstig, 68, GKKN 1.11,1.

200 m medley damer: 1. Karin Forsberg, 65, MASS 2.32,1, 2. Annika Flink, 62, GKKN 2.34,2, 3. Ann Linder, 66, GKKN 2.34,5.

200 m medley herrar: 1. Christer Jönsson, 63, S 02 2.17,2, 2. Jörgen Erixon, 60, S 02 2.17,3, 3. Peter Johansson, 60, S 02 2.20,2.

KRAMFORS-ALLIANSENS Nationella 4 x 200 m Pokalen" i Ådalshallen (25 m) 10 februari

4 x 200 m frisim damer: 1. SK Ägir lag 1 (Catarina Agerberg, Åsa Hamrin, Eva Hamrin, Tove Fredriksson) 9.34,3, 2. Iggesunds IK 9.44,8, 3. SK Ägir lag 2 10.41,3.

4 x 200 m frisim herrar: 1. Örnsköldsviks ASS lag 1 (Lars Nygren, Mats Hedgren, Gunnar Stattin, Anders Ekengren) 8.37,3, 2. SK Ägir lag 1 8.43,2, 3. Timrå AIF 9.37,6.

200 m bröstsim damer: 1. Lillemor Hallén, 64, Timrå AIF 2.55,5, 2. Eva Hamrin, 64, SK Ägir 3.11,2, 3. Anna Peräinen, 64, Iggesund IK 3.12,6.

200 m bröstsim herrar: 1. Mats Hedgren, 60, Öviks ASS 2.49,0, 2. Per Lundberg, 65, Öviks ASS 2.50,8, 3. Lennart Persson, 66, Öviks SS 3.00,4.

100 m fjärilsim flickor födda 65-66: 1. Susanne Lindström, 65, SK Ägir 1.15,4, 2. Eva Näslund, 65, Öviks ASS 1.15,5.

100 m fjärilsim pojkar födda 65-66: 1. Johan Strömberg, 65, Iggesund IK 1.07,2, 2. Peter Ädel, 65, Timrå AIF 1.07,8.

200 m ryggsim damer: 1. Kina Magnusson, 64, Iggesund IK 2.42,0, 2. Katarina Agerberg, 64, SK Ägir 2.44,3, 3. Åsa Johansson, 66, Nordmalings SS 2.49,8.

200 m ryggsim herrar: 1. Gustav Foghammar, 64, Timrå AIF 2.28,3, 2. Peter Thuresson, 62, SK Ägir 2.28,3, 3. Mikael Persson, 57, SK Ägir 2.28,6.

100 m frisim flickor födda 65-66: 1. Helen Ögren, 65, Öviks ASS 1.03,2, 2. Liss Maria Larsson, 65, Iggesund IK 1.05,4, 3. Annika Lönn, 65, Iggesund IK 1.05,8.

100 m frisim pojkar födda 65-66: 1. Johan Strömberg, 65, Iggesund IK 1.00,2, 2. Peter Ädel, 65, Timrå AIF 1.01,4.

200 m medley damer: 1. Helen Ögren, 65, Öviks ASS 2.31,6, 2. Lillemor Hallén, 64, Timrå AIF 2.42,1, 3. Kina Magnusson, 64, Iggesund IK 2.43,1.

200 m medley herrar: 1. Gunnar Stattin, 59, Öviks ASS 2.22,8, 2. Lars Nygren, 63, Öviks ASS 2.26,2, 3. Mikael Persson, 57, SK Ägir 2.26,4.

LILLA VM-finalerna Sundstabadet, Karlstad (25 m) 9 februari

100 m bröstsim flickor: 1. Julie Dollmayer, 68, Karlskoga SF 1.28,3, 2. Monica Forsaeus, 69, Säffle SS 1.30,5.

100 m bröstsim pojkar C: 1. Per Uddh, 68, Karlstads SS 1.30,7, 2. Kaj Nilsson, 68, Säffle SS 1.31,9.

100 m ryggsim flickor B: 1. Suzanne Nilsson, 66, Filipstads IF 1.13,0, 2. Gabrielle Tiwäng, 66, Säffle SS 1.17,5.

100 m ryggsim pojkar B: 1. Rudi Dollmayer, 66, Karlskoga SF 1.05,5, 2. Jan Stensson, 66, Hagfors SS 1.13,0.

100 m fjärilsim flickor A: 1. Ann Axelsson, 64, Karlstads SS 1.05,8, 2. Berit Alfredsson, 64, Karlstads SS 1.14,0, 3. Gunilla Nord, 65, Malsjö SS 1.14,8.

100 m fjärilsim pojkar A: 1. Stefan Nilsson, 64, Filipstads IF 1.01,0, 2. Mats Josefsson, 64, Hagfors SS 1.01,5, 3. Åke Johansson, 64, Karlskoga SF 1.02,9.

100 m frisim flickor C: 1. Maria Bergström, 68, Karlstads SS 1.05,4, 2. Monica Forsaeus, 69, Säffle SS 1.09,6.

100 m frisim pojkar C: 1. Kaj Nilsson, 68, Säffle SS



IN AXELSSON vann sina lopp både i Lilla VM-finalerna och Kuriren Cup. (Foto: Roger Stark)

5,3, 2. Henrik Mattsson, 68, Kristianstads SS 1.07,9.

m bröstsim flickor B: 1. Suzanne Nilsson, 66, Fi-stads IF 1.22,7, 2. Sofia Åström, 66, Hagfors SS 3,0.

m bröstsim pojkar B: 1. Rudi Dollmayer, 66, Karl-ga SF 1.14,1, 2. Jan Uddh, 66, Karlstads SS 1.15,6.

m ryggsim flickor A: 1. Ann Axelsson, 64, Karls-s SS 1.13,1, 2. Monica Kindgren, 64, Karlskoga SF 4,4.

m ryggsim pojkar A: 1. Mats Josefsson, 64, Hag-s SS 1.06,1, 2. Håkan Jansson, 64, Kristinehamns 1.09,5, 3. Stefan Nilsson, 64, Filipstads IF 1.10,0.

m fjärilsim flickor C: 1. Maria Bergström, 68, Karl-ds SS 1.13,7, 2. Monica Forsaeus, 69, Säffle SS 7,1.

m fjärilsim pojkar C: 1. Kaj Nilsson, 68, Säffle SS 1,9, 2. Erik Rydahl, 68, Karlstads SS 1.31,5.

m frisim flickor B: 1. Suzanne Nilsson, 66, Filip-ds IF 1.02,0, 2. Malin Åström, 66, Hagfors SS 1.05,2.

m frisim pojkar B: 1. Rudi Dollmayer, 66, Karl-ga SF 58,5, 2. Jan Uddh, 66, Karlstads SS 1.00,4.

m bröstsim flickor A: 1. Ann Axelsson, 64, Karl-ds SS 1.22,3, 2. Carina Gullberg, 64, Kristinehamns 1.24,8, 3. Marika Persson, 65, Munkfors SS 1.25,2.

m bröstsim pojkar A: 1. Stefan Nilsson, 64, Filip-ds IF 1.16,5, 2. Magnus Johansson, 64, Karlskoga 1.17,9, 3. P-O Ståhlberg, 65, Säffle SS 1.18,4.

m ryggsim flickor C: 1. Maria Bergström, 68, Karl-ds SS 1.15,7, 2. Monica Forsaeus, 69, Säffle SS 6.

m ryggsim pojkar C: 1. Kaj Nilsson, 68, Säffle SS 6, 2. Henrik Mattsson, 68, Kristinehamns SS 3.

m fjärilsim flickor B: 1. Suzanne Nilsson, 66, Filip-ds IF 1.10,0, 2. Malin Åström, 66, Hagfors SS 1.11,7.

m fjärilsim pojkar B: 1. Rudi Dollmayer, 66, Karl-ga SF 1.05,8, 2. Jan Uddh, 66, Karlstads SS 1.08,5.

m frisim flickor A: 1. Ann Axelsson, 64, Karlstads 59,5, 2. Berit Alfredsson, 64, Karlstads SS 1.04,7, 3. Jörgensen, 65, Karlskoga SF 1.06,4.

m frisim pojkar A: 1. Stefan Nilsson, 64, Filipstads 5,6, 2. Åke Johansson, 64, Karlskoga SF 56,3, 3. s Josefsson, 64, Hagfors SS 56,5.

D-M CUPEN i Fjärås Simhall (25 m)

kor 1964 och äldre: 1. Christina Andersson, Var-gs-Sim 4.34,8, 2. Helen Smith, S 02 4.53,6, 3. Angela mberg, Varbergs-Sim 5.01,3.

kar 1964 och äldre: 1. Jörgen Erixon, S 02 4.21,8, 2. Jörgen Johannesson, S 02 4.22,0, 3. Christer Jönsson, S 02 4.26,4.

Flickor 1965-1966: 1. Karin Forsberg, Mölndal 4.37,3, 2. Christine Strandberg, Varbergs-Sim 5.12,5.

Pojkar 1965-1966: 1. Peter Engström, Varbergs-Sim 4.58,1, 2. Björn Blomgren, Mölndal 4.59,4.

Flickor 1967 och yngre: 1. Adele Nilsson, Kungälv 5.06,7, 2. Lisa Fagberg, Kungälv 5.11,2.

Pojkar 1967 och yngre: 1. Johan Lindén, Ale Sk 4.56,6, 2. Ales Planic, Ale Sk 5.05,6.

USF-CUPEN, Walkesborgsbadet (25 m) Uddevalla 10 februari

50 m bröstsim flickor födda 1969: 1. Gunilla Abrahamsson, Falköpings SS 44,2, 2. Veronika Larsson, S 77 Stenungsund 44,5.

50 m bröstsim pojkar födda 1969: 1. Magnus Westedt, Skärets SS 42,2, 2. Henrik Fogelin, Skärets SS 44,8.

50 m bröstsim flickor födda 1970: 1. Lovisa Lundblad, Alingsås SLS 47,5, 2. Carola Binnberg, Falköpings SS 48,8.

50 m bröstsim pojkar födda 1970: 1. Mathias Larsson, S 02 47,3, 2. Ture Röing, Askims SK 50,0.

50 m bröstsim flickor födda 1971: 1. Katarina Strömberg, Skara SS 47,9, 2. Sofia Jalmsjö, Askims SK 47,9.

50 m bröstsim pojkar födda 1971: 1. Anders Larsén, Skara SS 53,0, 2. Henrik Nilsson, Skara SS 55,3.

50 m bröstsim flickor födda 1972 o senare: 1. Josefin Larsdotter, 72, S 02 1.00,9, 2. Kajsa Karlsson, 72, Lysekils SS 1.01,7.

50 m bröstsim pojkar födda 1972 o senare: 1. Lars-Göran Stenblom, 72, Åmåls SS 1.01,0.

50 m ryggsim flickor födda 1969: 1. Gunilla Abrahamsson, Falköpings SS 39,9, 2. Veronika Larsson, S 77 Stenungsund 41,0.

50 m ryggsim pojkar födda 1969: 1. Magnus Weistedt, Skärets SS 40,0, 2. Henrik Fogelin, Skärets SS 41,0.

50 m ryggsim flickor födda 1970: 1. Liz Eriksson, S 02 43,7.

50 m ryggsim pojkar födda 1970: 1. Mathias Larsson, S 02 42,5.

25 m ryggsim flickor födda 1971: 1. Cecilia Lindh, Falköpings SS 22,2.

25 m ryggsim pojkar födda 1971: 1. Anders Larsén, Skara SS 22,6.

25 m ryggsim flickor födda 1972 o senare: 1. Josefin Larsdotter, 72, S 02 24,6.

25 m ryggsim pojkar födda 1972 o senare: 1. Kristian Persson, 72, Kungälvs SS 28,3.

50 m frisim flickor födda 1969: 1. Veronika Larsson, S 77 Stenungsund 31,8, 2. Gunilla Abrahamsson, Falköpings SS 35,7.

50 m frisim pojkar födda 1969: 1. Henrik Fogelin, Skärets SS 32,0, 2. Magnus Westedt, Skärets SS 34,6.

50 m frisim flickor födda 1970: 1. Liz Eriksson, S 02 38,6.

50 m frisim pojkar födda 1970: 1. Mathias Larsson, S 02 36,0.

50 m frisim flickor födda 1971: 1. Liselotte Andreasson, Skärets SS 41,5.

50 m frisim pojkar födda 1971: 1. Anders Larsén, Skara SS 39,2.

25 m frisim flickor födda 1972 o senare: 1. Josefin Larsdotter, 72, S 02 22,9.

25 m frisim pojkar födda 1972 o senare: 1. Lars-Göran Stenblom, 72, Åmåls SS 23,4.

50 m fjärilsim flickor födda 1969: 1. Veronika Larsson, S 77 Stenungsund 38,0, 2. Gunilla Abrahamsson, Falköpings SS 39,5.

50 m fjärilsim pojkar födda 1969: 1. Henrik Fogelin, Skärets SS 34,3.

25 m fjärilsim flickor födda 1970: 1. Carola Binnberg, Falköpings SS 20,2.

25 m fjärilsim pojkar födda 1970: 1. Ulf Essebo, Falköpings SS 18,2.

25 m fjärilsim flickor födda 1971: 1. Liselotte Andreasson, Skärets SS 22,1.

25 m fjärilsim pojkar födda 1971: 1. Anders Larsén, Skara SS 22,9.

Poängställning: 1. Askims Simklubb 909,5 p, 2. Falköpings Simsällskap 736 p, 3. Uddevalla Simförening 614 p, 4. Simavdelningen 1902 532,5 p, 5. Skara Simsällskap 492 p, 6. Skärets Simsällskap 431 p.

Vattenpolo

CHARLES CUP

Tunaf SK - Helsingfors SS	9— 6
Lamberts SK - Västerås SS	6—17
Lamberts SK - Helsingf SS	7—11
Stockh KK - PK Hellas/N	6— 6
Tunaf SK - Lamberts SK	7— 5
Stockh KK - Västerås SS	6— 7
Helsingf SS - PK Hellas/N	6—11
Stockh KK - Tunaf SK	7— 6
PK Hellas/N - Västerås SS	7— 4
Lamberts SK - Stockh KK	9—10
Helsingf SS - Västerås SS	4—13
Tunaf SK - PK Hellas/N	9— 8
PK Hellas/N - Lamb SK	9— 3
Stockh KK - Helsingf SS	17— 4
Västerås SS - Tunafors SK	8— 4

Västerås	5	4	0	1	+22	8
Stockholm	5	3	0	1	+14	7
Hellas/N	5	3	0	1	+13	7
Tunafors	5	3	0	2	+ 1	6
Helsingfors	5	1	0	4	—26	2
Lamberseter	5	0	0	5	—24	0

Skytteligan Charles Cup:

HSS: Kim Jonsson 5, Jari Mäkinen 5, Kari Vainikainen 6, Rolf Mikkola 5.

SKK: Lars Skåål 10, Tommy Danielsson 10, Lars Fjärrstad 9, Mats Jutner 7, Per Hallkvist 6.

H/N: Hans Lundén 14, Sören Wallgren 8, Stefan Tjärnhall 5.

LSK: Tom Albins 8, Eskild Ugland 6, Öyvind Lien 9, Gunnar Pedersen 5.

VSS: Peter Karlström 12, Kent Karlsson 12, Per-Arne Andersson 10, Mikael Karlström 5.

TSK: Jan Kjellvall 9, Peter Boberg 5, Kjell Johansson 6, Peter Sundholm 6.

ETT AV HÄLSINGLANDS ÄLDSTA
OCH MODERNASTE ELFÖRETAG

ELINSTALLATIONER
ELVÄRME
ELVERKSTAD
ELAFFÄR

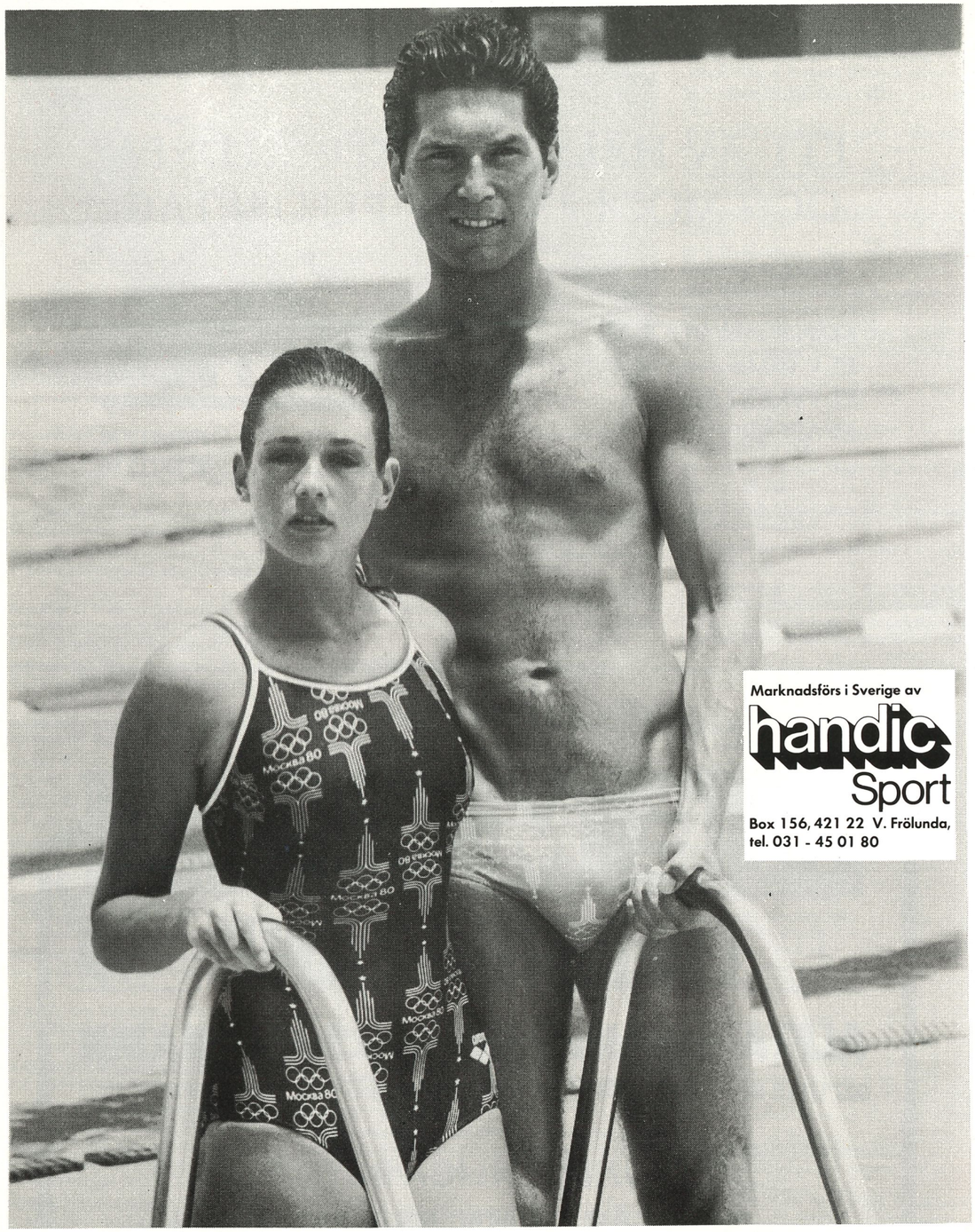
ELEKTRA

EDSBYN 0271/212 30
SÖDERHAMN 0270/119 50

HEMKÖP
HÄLSINGLAND
ALFTA BOLLNÄS DELSBO SÖDERHAMN
0271/112 30 0278/165 20 0653/100 03 0270/100 00

DE KUNDVÄNLIGA BUTIKERNA
MED LÅG, JÄMN, PRISSÄTTNING

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 HÖRBY TIDNINGSTRYCKERI AB
1980

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Kometen inom svensk idrott



Agneta Eriksson är kometen inom svensk idrott, nominerad till utmärkelsen av representanter för massmedia och Riksidrottsförbundet. Utnämningen gjordes i början av året och i samband med inomhus-SM i Borlänge fick hon motta priset, ett stipendium på 5 000 kronor. Inte undra på att hon är glad!

Lejdström var toppen



Thomas Lejdström, bilden t h, gjorde en fantastisk SM-svit i Borlänge, där han på 200 m frisim gjorde en världstid. ''Så bra var aldrig jag'', kommenterar Guld-Gunnar Larsson. Se sid 4.

Världsrekord av Pär



Pär Arvidsson har noterats för stora framgångar vid amerikanska simtävlingar i USA senaste tiden. Fredagen 11 april blev en historisk dag för svensk simning, då Pär satte världsrekord på 100 m fjärilsim med tiden 54,15. Ett par veckor tidigare blev Pär dubbel amerikansk skolmästare.