Sim sport 4

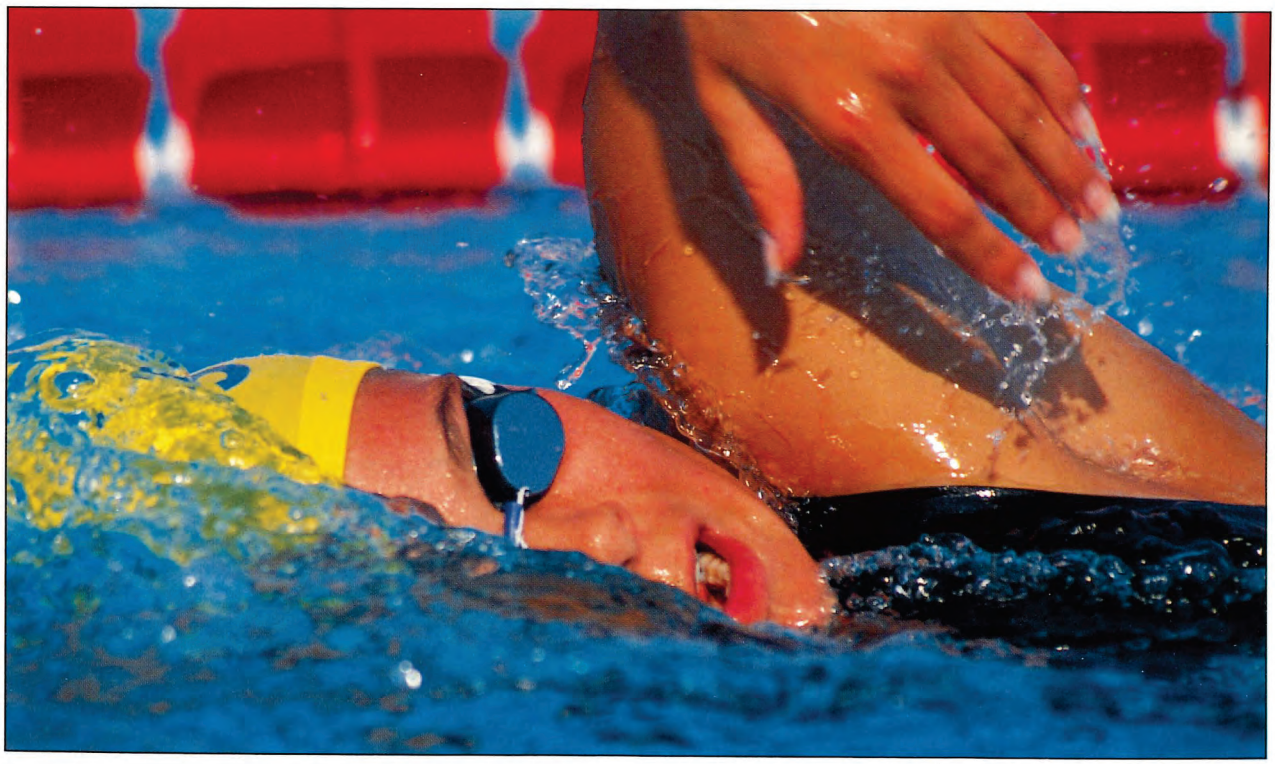
OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET ÅRG. 48 1993 PRIS 30:-

8-nationers Framtiden?



Möt en VD

World Cup slutet



INBJUDAN TILL 2000iaden

Tävlingsdagar:
21-22-23 juni 1993

Plats:
Ludvika Sporthall, 6 banor, 25 m.

Tidtagning:
Eltid

Tävlingstider:
Insimning startar kl 16.00
Tävlingsstart kl 17.00

Åldersklasser:
Flickor C födda -81 o yngre
Pojkar C födda -81 o yngre
Flickor B födda 79-80
Pojkar B födda 79-80
Flickor A födda 77-78
Pojkar A födda 77-78

Anmälan:
Skall göras på särskild anmälningslista och skall vara Ludvika SS, Box 120, 771 23 Ludvika, tillhanda senast 930517.

Anmälningsavgift:
15:-/anmäld individuell start,
20:-/anmäld lagstart.

Startlista:
Skickas mot postförskott under vecka 21.

Strykningslista:
Skall lämnas till tävlingssekretariatet 16.00 varje tävlingsdag.

OBS!
Vi förbehåller oss rätten att begränsa startfältet.

Priser:
Medaljer och diplom

Inkvartering:
Sker genom **2000:iadens** kansli.

Frågor:
Tord Larsson, Ludvika SS,
tel 0240-15094
Åke Bergkvist, Gränges SS,
tel 0240-21225

2000iaden *är ett sammanhållet idrottsarrangemang med 35 idrotter och 2500-3000 deltagare samt en ungdomskarneval. Arrangemanget består av ett mycket stort antal delarrangemang i form av tävlingar, läger och aktiviteter. I Säfsen, 45 minuter från Ludvika, arrangeras ett idrottsläger för cirka 1000 deltagare.*
Varje delarrangemang utformas av lokala arrangörer i nära samband med respektive specialidrottsförbund.
Utöver eventuella kostnader för medverkan i varje arrangemang utgår en deltagaravgift för medverkan i ***2000iaden.***
Genom deltagaravgiften kommer man i åtnjutande av förmåner: en mängd aktiviteter, underhållning, transporter och reseerbjudanden.

För information om ***2000iaden:***
2000iaden*, Box 64, 771 22 Ludvika*
Tel: 0240-86001, 6002, 6004, 6011, 6059, 6069, fax 0240-86003

INNEHÅLL SIMSPORT 4 -93: Världscupen 5, Skåne 8, Skolmatch 10, Simnyheter 14, Officiellt 21, Simsport besöker 27, Möt Lennart Hjärpne 30, Bröstsim i Södertälje 34, Resultat 36, Dagbok 40, Chrunaks krönika 42

OMSLAGET: Laget till 8-nationers och Louise Karlsson på väg mot nya rekord.
FOTO: LÅL och Bildbyrån.

Sverige krymper och gamarna samlas

Jag får en hel del kontakter med simintresserade människor i det här jobbet. Alla har synpunkter men få har något positivt att komma med. Det ligger ett gnällbälte över landet. Egentligen är det konstigt med tanke på hur bra svensk simning klarar sig internationellt. Några som hör av sig är också oroliga. Det är de som tänker långt fram. Sådana som Bo Hultén. Som tänker på simningens framtid. Så här i årsmötestider kan det vara på sin plats att redovisa och tänka framåt även på den här sidan.

Sveriges simmarkarta krymper. Det blir allt färre klubbar. Jag tror inte att antalet utövare minskar men de koncentreras till några få platser. Om hundra simmare slutar i Norrbotten så börjar 150 andra att simma i några av Skånes alla klubbar. Problemet blir då att simhallarna i de norrländska orterna står kvar men där finns ingen verksamhet med koppling till Simförbundet. Om ingen gör något.

Badmästaren som var förälder, startade simklubb, blev klubbtränare, skötte simskola och märkestagning och såg ett antal ungar växa upp och ha roligt utan att bli svenska mästare, orkade inte längre när barnet slutade. Klubben gick på lågfart för att till sist upphöra. Det är förståeligt men tråkigt. Några andra som vill ägna sig åt tävlingssimning finns inte på orten men simhallen står kvar. Så dör en del av Simförbundet. Nu kommer andra in. Gamarna landar för att stycka liket.

Där kommer korpen. Friskis och Svettis blir Friskis och Blötis och börjar med vattengympa. De nyblivna hemmavarande mammorna läser i en veckotidning att de små liven mår bra av babysim. Traktens pensionärer har läst i en annan veckotidning att simmotion är bra för välbefinnande och trötta leder. Traktens exyuppisar har sålt sina mobiltelefoner och skaffat snorkel för att förbereda resan till Maldiverna. Med hjälp av SISU får de igång en studiecirkel i bassängen. Alla har de upptäckt att det finns utrymme i simhallen. Det är väl inget fel i det. Problemet är bara att inte i något avseende finns Simförbundet med.

Simförbundet måste som så många andra ändra sin verksamhet så att den också passar ett nytt samhälle. Sverige ser idag inte ut och fungerar inte som det gjorde för tio år sedan. Då gäller det att också anpassa verksamheten. Se till att det finns program och material för alla som inget hellre vill än vattenmotionera, vattengympa, simskola, babysimma eller hålla på med annan vattenverksamhet. (Av säkerhetsskäl får väl exyuppisarna vända sig till Sportdykarförbundet men å andra sidan är exyuppisar ett utdöende släkte. De allra flesta har ju fått ett nyväckt intresse för fallskärmshoppning.) Se till att Simförbundets representanter finns i varje simhall.

Simförbundets representanter är dess distriktsmänniskor. Det är givetvis där som arbetet skall sättas in. Centralt skall finnas hjälp och råd och annat som behövs men arbetet skall göras av distriktsfolk. Dessa är ofta också klubbmänniskor och det är där ute, i klubbarna, som den verkliga kompetensen finns. Alla behöver inte syssla med tävlingsverksamhet. För några kanske det passar bättre med något annat. I Simförbundets regi.

Så ut kära distriktsmänniskor och pinka in era revir. Samarbeta gärna med andra men se till att det är ni, som har kompetensen, som får simmarsverige att växa igen. Annars blir Sverige snart bara några fläckar på simmarkartan.

Trevligt årsmöte
Lars-Åke Lindqvist

SIMSPORT, ÅRGÅNG 48. OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET. IDROTTENS HUS, 123 87 FARSTA, TEL 08-605 60 00.SIMSPORTS ADRESS: BOX 8346, 402 79 GÖTEBORG. BESÖKSADRESS:SÖRHALLEN, ERIKSBERGSOMRÅDET, FAX 031-22 32 34. TEL 031-23 33 50, ANSVARIG UTGIVARE: LENNART HJÄRPNE, SSF, 08-605 60 00. REDAKTION: BERTH JOHANSSON, SSF 08-605 60 00, LARS-ÅKE LINDQVIST, 031-23 33 50, GRAFISK FORM: BIRGITTA LINDGREN, ANNONSER: JAN-OLA SPONTON 031-87 83 10, PRENUMERATION HELÅR 220:- (9 UTGÅVOR 1993), NORDEN 270:-, UTANFÖR NORDEN 420:-/ÅR. SÄTTES IN PÅ POSTGIRONUMMER 27332-6. PRENUMERATIONSÄRENDEN 031-23 33 50, MELLAN KL 10-12. PRODUKTION: PIR 87 AB, BOX 8346, 402 79 GÖTEBORG, 031-23 33 50. FÖRLAGSREDAKTÖR: ANDERS WERNESTEN, TRYCK: LAGERBLADS TRYCKERI AB, ISSN: 0346-1084. FÖR EJ BESTÄLLT MATERIAL, TEXT OCH BILDER ANSVARAS EJ, VID EVENTUELL BESKATTNING AV VINSTER I TIDNINGENS PRISTÄVLINGAR SVARAR PRISTAGAREN FÖR DENNA KOSTNAD. DENNA TIDNINGS UTLÅNING I FÖRVÄRVSSYFTE FÖRBJUDES. DET GÅR BRA ATT CITERA SIMSPORT EFTER TILLSTÅND AV REDAKTIONEN.

World Cup -93

Fortsättning och slut

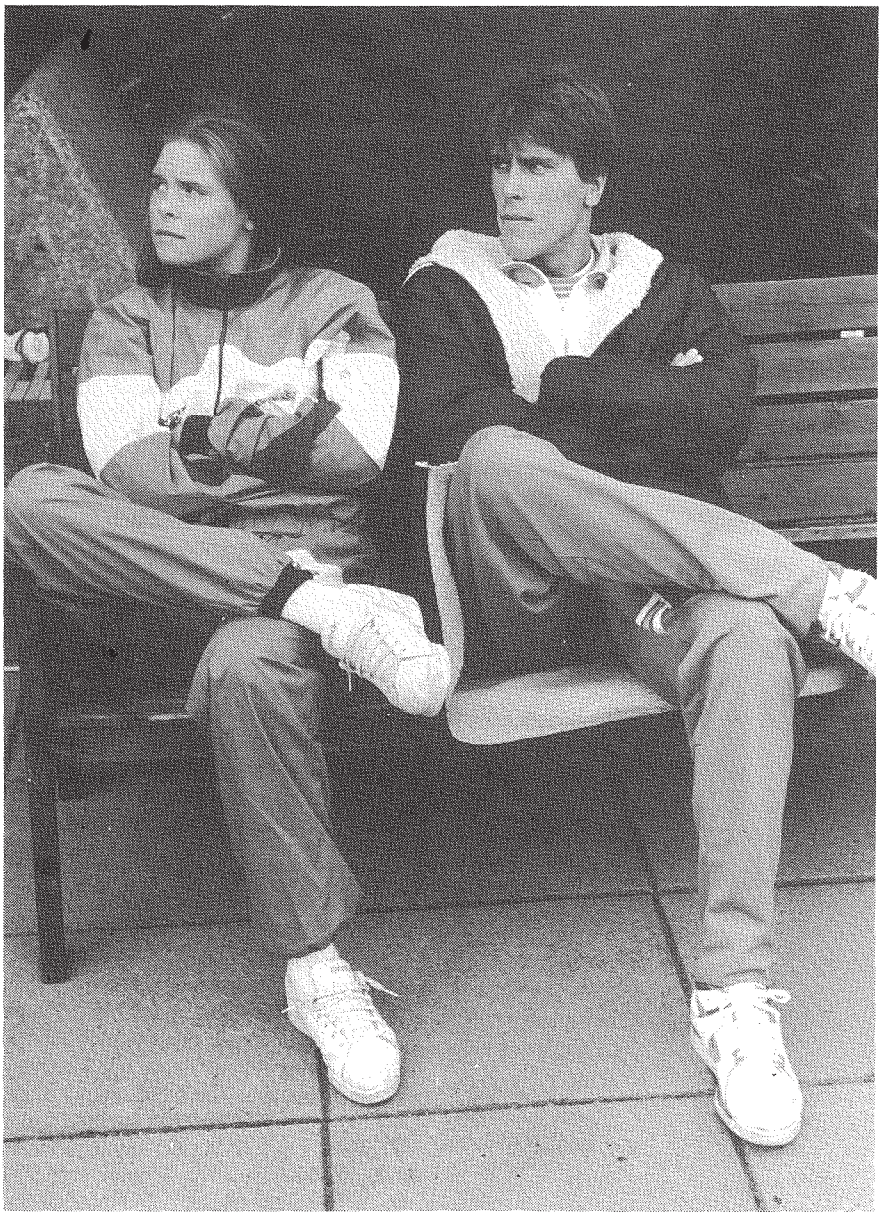
Efter festen i Malmö fortsatte världscupen i tyska Gelsenkirchen. Framtidssatsningen Atlanta96 förstärkt med Louise Karlsson och Anders Holmertz. Största överraskningen svarade Ystads Fredrik Lundin för när han blev sexa på400 m medley med 4.19.01. Övriga svenskar i final var Anders Holmertz och Louise Karlsson. Simmarna i Atlanta96 var en bit bakom. Det blev dock en hel del rekord i Gelsenkirchens snabba bassäng där Louise Karlsson vid Sprint-EM 1991 nådde stora framgångar.

Deltävling 5, Gelsenkirchen, GER

Vladimir Selkov, Ryssland, satte europarekord på 100 m rygg, 53.02. Bara ett par minuter senare blev det världsrekord, igen, av Danyon Loader, Nya Zeeland, på 200 m fjäril, 1.54.21. Tvåan, Rysslands Denis Pankratov, klarade europarekordet med sina 1.54.46. Engelsmannen Mark Foster såg till att i sista grenen för dagen ta världsrekordet från Jan Karlsson på 50 m fjäril. Foster vann på 23.72.

Anders Holmertz vann 200 m fritt, 1.46.09, och Louise Karlsson blev sjua på 50 m bröst, 33.34. Hanna Jaltner var bara två placeringar bakom med 33.60.

Mark Foster var i storform och vann även 50 m fritt. Hans 21.72 är europarekord. En sliten och småkrasslig Louise Karlsson blev fyra på 100 m medley med 1.03.87. Där överraskade Ulrika Jardfelt med att bli femma, bara 23 hundradelar senare. Louise avslutade sin del i världscupen och tävlingarna i Gelsenkirchen med att bli sexa på 50 m fjäril, 28.51.



Två framgångsrika simmare i årets världscup. Louise Karlsson och Anders Holmertz. Foto: Bildbyrån

World Cup



Både Tommy Werner, t v och Joakim Holmqvist, samlade poäng i världscupen. Foto: Bildbyrån.

Deltävling 6, Sheffield, ENG

Therese Lundin, Helsingborg, imponerade när världscupen fortsatte i Sheffield. Första tävlingsdagen satte hon svenskt rekord på 100 m fjäril, 1.00.67. Det är fyra hundradelar bättre än hennes gamla från världscupen i Peking i början av januari. Malin Strömberg, Ystad, blev sexa på distansen med 1.01.34.

Efter tävlingarna i Kina blev stora delar av landslaget förkylt. När världscupen simmades i Malmö för en vecka sedan var det många bleka svenska insatser. I Sheffield har de svenska simmarna frisknat till. Mölndals Christer Wallin gjorde sitt bästa lopp med intenationellt motstånd på 100 m fritt hittills. Med 49.72 blev han femma, 24 hundradelar före Tommy Werner.

Malin Nilsson, Malmö, tog sig till final igen på 200 m fritt och simmade i mål på 2.01.96 och femte plats med fyra välbehövliga poäng i världscupen. Norges Irene Dalby vann det nordiska mötet genom att komma fem hundradelar före i mål.

Tysklands "underbarn" 15-åriga Franziska van Almsick, vann på 1.57.91, drygt två sekunder över hennes eget världsrekord. Therese Lundin simmade fort också på 50 m rygg där hon blev trea, 29.40. Sandra Volket, Tyskland, satte världsrekord med sina 28.33. Danmarks Mette Jacobsson trängde sig före Therese med 12 hundradelar.

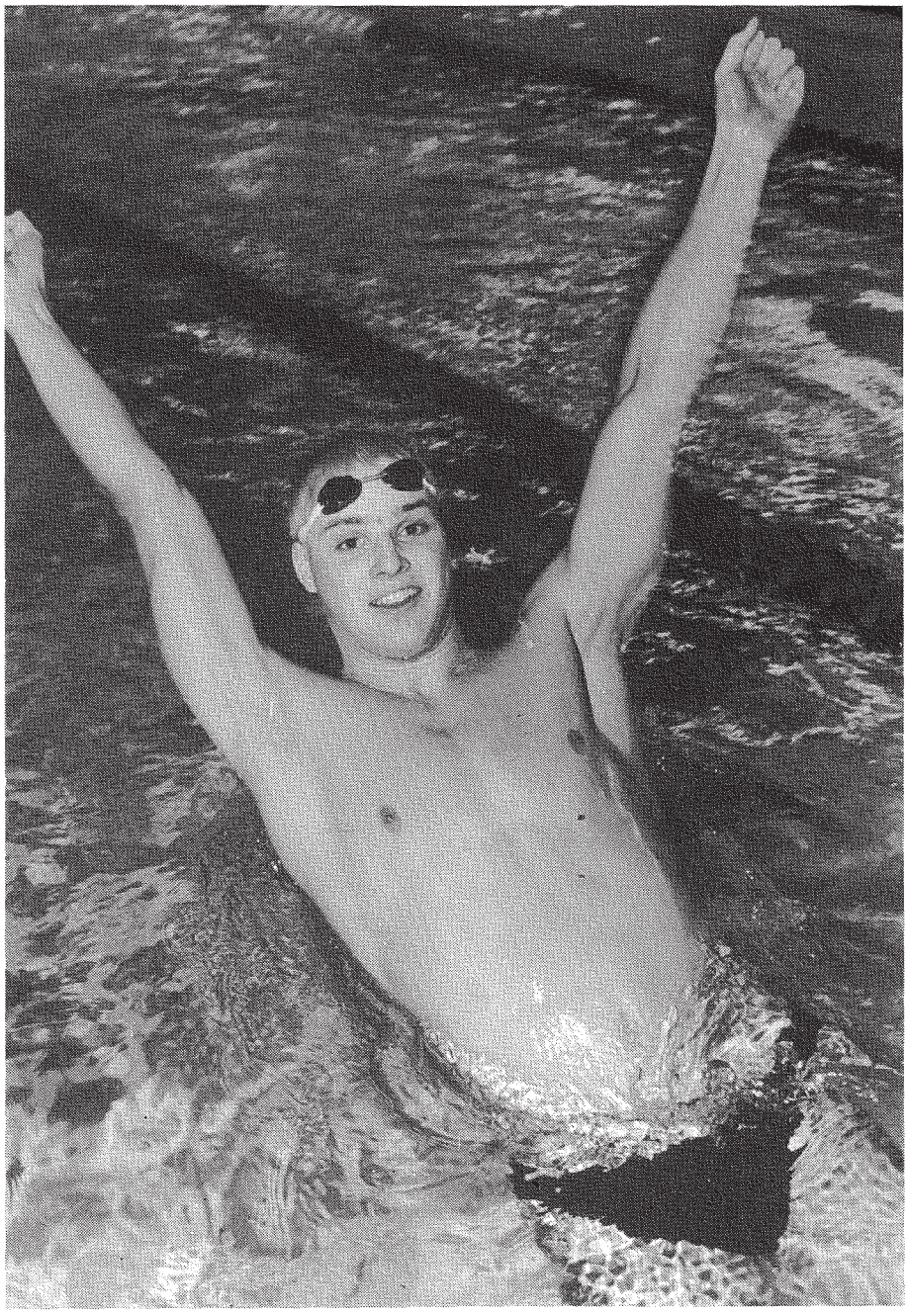
Malin Nilsson, Malmö, återhämtade sig snabbt från förkylningen från världscupen i Kina. På 400 m fritt blev hon tvåa bakom norskan Irene Dalby. Malins 4.10.88 var 73 hundradelar från segern men bara 44 hundradelar från hennes eget svenska rekord. Tommy Werner, Karlskrona och Christer Wallin, Mölndal var båda i final på 200 m firtt igen. Tommy blev fyra och Christer sexa. De tog därmed chansen att klättra högre i poängligan även om segern redan är klar. Anders Holmertz har ointagliga maxpoäng i just den grenen.

Zsolt Hegmegi, Jönköping, behåller fortfarande en tätplacering i ryggcupen. I Sheffield blev han fyra på 50 m rygg. Zsolt debuterade internationellt i vintras och har sedan dess simmat final i varje lopp.

Svensk damsimning har i vinter nått stora framgångar i världscupen. Utöver Louise Karlsson och Malin Nilsson har Ellenor Svensson, Norrköping och Linda Olofsson, Sundsvall, samlat poäng. På 100 m fritt blev Ellenor femma och Linda sexa i Sheffield. Therese Lundin, med ett färskt rekord på 100 m fjäril var i final också på dubbla distansen. Med 2.15.20 var hon drygt två sekunder före sexan Malin Strömberg, Ystad. De båda fjärilsflickorna var med också i finalen på 50 m där de blev fyra, Therese Lundin, 27.96 och femma, Malin Strömberg, 28.02.

Engelsmannen Mark Foster såg till att ta världsrekordet på 50 m fritt från USA genom att vinna distansen på 21.60, vilket är fyra hundradelar bättre än Steve Crocker simmade på i Dallas ett år tidigare. Joakim Holmqvist, Jönköping, blev sexa på 22.82 och Christer Wallin åtta på 22.98.

World Cup



Jan Karlsson kom in sent i världscupen men simmade fort och tog poäng. Foto: Bildbyrån.

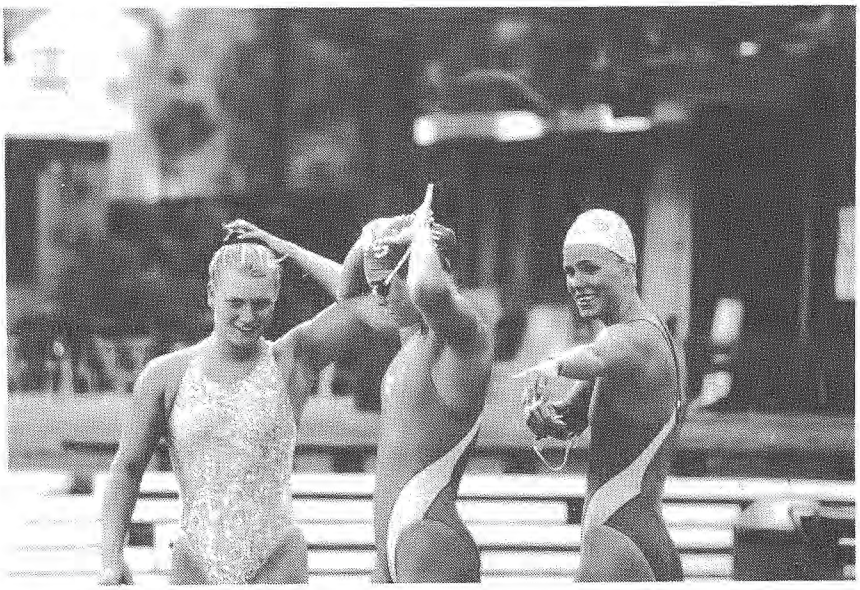
Deltävling 7, Milano, ITA

Årets världscup avslutades i Milano. Jan Karlsson, Borlänge SS och landslaget, fick revansch på engelsmannen Mark Foster, som en vecka tidigare förbättrat Jans världsrekord på 50 m fjäril. På lördagskvällen vann Jan på 23.97, en bit över hans svenska rekord. Med segern säkrade han tredje platsen i världscupen på 50 m fjäril.

Jonas Lögsberg, Täby, har tävlat sparsamt i världscupen i vinter. På 200 m fjäril gjorde han en stark insats och var länge med i ledningen. Han hade också siktet på att simma under två minuter, en magisk gräns för svenska herrar på distansen. Nu orkade han inte riktigt utan fick ge sig strax före målgång för nya zeeländaren och världsrekordhållaren, Danyon Loader och ryssen Denis Pankratov. Jonas Lögdberg slutade trea på 2.00.22, nytt personbästa.

Övriga svenskar i världscupen är slitna efter att ha tävlat sedan början av januari. Anders holmertz har säkrat segern i världscupens 200 m fritt och orkade inte ge allt på dubbla distansen. På 400 m fritt slutade han fyra men behöll sin andraplats i världscupen på distansen.

World Cup



Tre duktiga damer i vinterns världscup, Malin Strömberg, Louise Karlsson och Therese Lundin.

Efter de sju deltävlingarna i världscupen blev Anders Holmertz mest framgångsrik. Han vann 200 m fritt, blev tvåa på 400 m fritt och trea på 100 m fritt. Dessutom simmade han hem kategorin frisim sprint. Även om han hade säkrat totalsegern på 200 m fritt simmade han i Milano och vann, 1.46.82, 13 hundradelar före Italiens Massimo Trevisan. Tommy Werner blev trea på 1.48.04.

Malin Nilsson, Malmö, gick inte heller lottlös från världscupen. I Milano blev hon trea på 400 m fritt, 4.12.57.

Detsamma gäller Jönköpings Zsolt Hegmegi. Han blev fyra på specialdistansen 50 m rygg i Milano men klarar andraplatsen totalt. Dessutom blev han trea i världscupen på 100 m rygg och fick totalt ihop åtskilliga poäng.

Therese Lundin, Helsingborg, var länge med i både rygg och fjäril. En slitsam vinter med förkylning i Kina på andra deltävlingen, gav ett ofrivilligt träningsuppehåll. I Milano simmade hon fort igen men fick totalt nöja sig med tredje plats på 100 m fjäril.

Andra som utmärkte sig i Milano var Fredrik Lundin som denna gång blev femma på 400 m medley med 4.25.18. Ulrika Jardfelt blev sexa på 50 m rygg, Både Peter Haraldsson och Marcus Lundstedt var i final på 100 m medley. Peter blev fyra, 57.65 och Marcus åtta, 58.87 På 50 m fjäril som vanns av Jan Karlsson blev Jonas Åkesson sexa, 25.04 och Jonas Lögdberg sjua, 25.26. De båda var också bra med på 100 m fjäril där Lögdberg blev fyra, 54.80 och Lundstedt sjua, 55.92.

På 200 m fjäril blev Christina Öhlund sjua efter ett bra lopp på 2.17.73.

Flera svenskar kunde denna gång kvittera ut prispengar efter årets världscup. Vinnarna i respektive gren totalt och per kategori redovisas på sidan 38.

4 av 5 simmare vid OS i Barcelona bar simglasögon från MALMSTENS.

Vill Du också "se bra ut", beställ vår katalog och prislista.

"Supplier of OFFICIAL SPORTS MATERIAL"

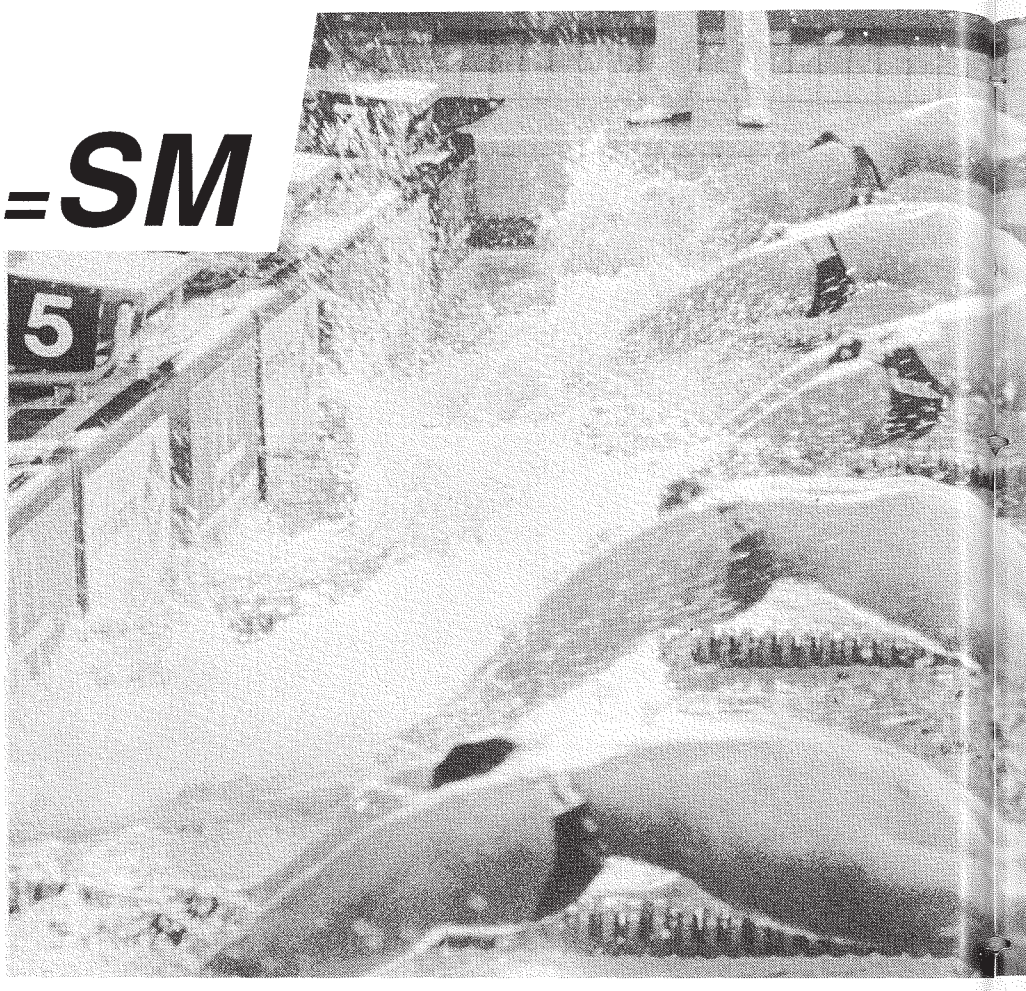
Barcelona '92

ORDERTELEFON
044-24 71 50

MALMSTEN AB

BOX 73 S-296 00 ÅHUS SWEDEN TELEX 480 10 TEMAB
TELEFAX 044-24 74 35 TEL 044-24 71 50

Skånska Mästerskap = SM



DM i Skåne har under många år karaktäriserats som "lilla SM". Startfälten har varit välfyllda med högklassiga simmare och prestigen mellan klubbarna är stor. De senaste åren har dock Malmö KK stått i en klass för sig.

Digniteten på DM har ökat de senaste åren i och med att ungdoms-DM infördes som direktfinal under försökstävlingarna. Det är samma modell som kommer att gälla för SM och JSM i år. UDM-åldrarna stämmer överens med Sum-Sim, d v s pojkar 16 år och yngre samt flickor 15 år och yngre.
Detta har medfört att många klubbar har ett gemensamt mål för såväl yngre som äldre simmare. Det är ett lyft för de unga simmarna att medverka på samma tävling som "storfräsarna" i seniorklassen. Det har också medfört att kvalitén på seniorklassens försökstävling har ökat då de har UDM-simmarna att konkurrera med.

Årets DM-UDM

har lockat 26 klubbar till start och drygt 300 simmare gjorde upp om mästerskapsmedaljerna. Malmö KK vann som vanligt poängstriden men denna gång inte lika överlägset som de senaste åren. Poängen blev 564, tvåa blev Ängelholm med 313 poäng och hemmaklubben från Lund, SK Poseidon, tog tredjeplatsen med 231 poäng. Totalt lyckades 17 föreningar plocka DM-poäng.
SK Triton slog alla med häpnad då klubben tog segern i UDM med 263 poäng. Tvåa blev Ran med 249 och tredjeplatsen togs av den "nya" tävlingsklubben på ungdomssidan, Malmö KK, som är resultatet av Limhamns SS och Malmö S sammanslagning. På ungdomssidan var det 25 klubbar som skrapade ihop poäng.

Skånsk damsimning

innehåller ett helt koppel etablerade toppsimmare medan det är betydligt tunnare på herrsidan. MKK:s Malin Nilsson var på väg att vinna allt i frisim men fick ge sig för Helsingborgs Helena Åberg på 50 m fritt. Helenas segertid blev 26.59 och Malin fick dela silverplatsen med klubbkamraten Annika Rasmusson på 27.13.

Annars var det framför allt segertiden på 200 m fritt, 2.03.47, som höll hög klass. Annika tog mycket säkert hem ryggsimmet med 1.04.67 respektive 2.19.46.
Som vanligt bjöd Malin Strömberg, Ystad och Helsingborgs Therese Lundin på en spännande fight i finalen på 100 m fjäril. Denna gång gick segern till Therese, 1.01.71 mot 1.01.96 för Malin. På 200 m fjäril stod helsingborgstjejen i särklass med 2.16.51. Malin tog sitt enda mästerskap på den för henne ovanliga distansen 100 m bröst på 1.12.60 och Tritons Gisela Brunmar vann den dubbla distansen på 2.38.49.

På herrsidan var det två

16-åriga juniorer som stal föreställningen. Trotns allroundkunnige Johan Mattsson tog sex segrar i UDM och gick till seniorfinal i samtliga. Där visade han inte någon respekt för de äldre konkurrenterna. Han avgjorde finalen till sin fördel på 200 m rygg med en mycket vass avslutning där bl a svenske rekordhållaren Pär Gustafsson, Ängelholm, fick ge sig. Vinnartiden blev 2.07.93. På 200 m fjäril var det ingen av seniorerna som hängde med på Johans ryck den sista femtian. Segertiden skrevs till 2.06.94.

Den andre junioren som tog dubbla guldmedaljer var hemmasimmaren Joakim Lundqvist som vann 100 m bröst på 1.07.30, vilket var fyra hundradelar bättre än storebror Jons silvertid. Jon kom tillbaka och vann 200 m fritt på 1.53.71 och 200 m medley på 2.07.05 till hemmasupportrarnas stora glädje.

Det var mycket Ängelholm på herrsidan med Martin Andersson som vinnare på sprintsträckorna i frisim, 24.15 på 50 m och 52.27 på 100 m. På 100 m fritt fick han dela segern med Pär Gustafsson som också vann 100 m rygg på 58.89. Tony Lennartsson, 28 år i år, visade sig "still going strong" med vinst på 400 m fritt, 4.00.33.

För tävlingarnas största överraskning

svarade Tritons Mattias Petersson när han helt otippad blev skånsk mästare på 200 m bröst med 2.28.10.
På flicksidan dominerade Bromöllas Johanna Sjöberg med sex segrar på lovande resultat som; 100 m fritt - 58.07, 200 m fritt - 2.06.42, 100 m fjäril - 1.06.41, 200 m medley - 2.24.24. Tyvärr deltog inte Johanna i seniorfinalerna, där hon säkert



kunnat ställt till med ett och annat.
13-årig Nelly Jörgensen från Helsingborg vann flickornas 100 m rygg på fina 1.08.61 och klubbkamraten Anna Kideborn tog dubbla bröstsimsguld med 1.15.28 respektive 2.44.86.
Tritons Johan Mattsson huserade vilt i pojkklassen med sex guld. Det fikc en av hans medtävlare att yttra: "det är tur att Mattsson inte simmar alla lopp, så att någon annan också får en chans att vinna".
Johans toppar: 100 m fritt - 53.3, 100 m rygg - 59.88, 100 m fjäril - 58.44.

Andra bra segerresultat

var Helsingborgs Ted Molins 1.56.23 på 200 m fritt och Joakim Lundqvists 200 m bröst på 2.29.37.
MKK:s Andreas Lentonsson fick många att spärra upp ögonbrynen lite extra utan att figurera i toppen. Han är nämligen född 1980 och gjorde bl a 26.54 på 50 m fritt, 58.08 på 100 m fritt och 1.04.37 på 100 m fjäril.

Bebbe

SIMRISHAMN HAR SVERIGES SNABBASTE 4:E KLASSARE I SIMNING I SKÅNE

Bästa 4:an i simning, lagkapp 8x50 m fritt för fjärdeklassare, hade den 7 mars sin årliga distriktsfinal i Helsingborg. Under hösten och vintern har kommunmästerskap anordnats i 26 av Skånes totalt 33 kommuner och till finalen i Helsingborg ställde 24 klasslag upp.

Detta var den femte distriktsfinalen i Helsingborg och som vanligt var det fullsatt på läktarna och hög stämning. Som vanligt var det också en intensiv kamp på läktarna om vilken klass som skulle vinna hejaklackstävlingens 1 000 kronor.

Tävlingen genomfördes med försök, semifinal och final och i en paus visade en av Sveriges just nu främsta simmerskor, Therese Lundin, Helsingborg, hur de fyra simsätten skall simmas när man är OS- och VM-simmare.

Med en segermarginal på över fem sekunder blev klass 4B, Simrislundsskolan från Simrishamn, årets "Bästa 4:an" mästare och vann därmed 5 000 kronor till klassen. Tvåa och vinnare av 3 000 kronor blev klass 4B Karstorp Norra från Lomma och trea och 2 000 kronor rikare klass 4A, Stanstorps skola, Staffanstorp.

Den klass som enligt juryn sågs och hördes mest och bäst var klass 4A, Magnarps skola från Vejbystrand, Ängelholm, som därmed vann hejaklackstävlingens 1 000 kronor. Då de simmande klasskamraterna dessutom lyckades komma till final blev utdelningen för klass 4A från Magnarps skola denna dag hela 2 000 kronor till en kommande skolresa.

Lars Axelson
Skånes Simförbund

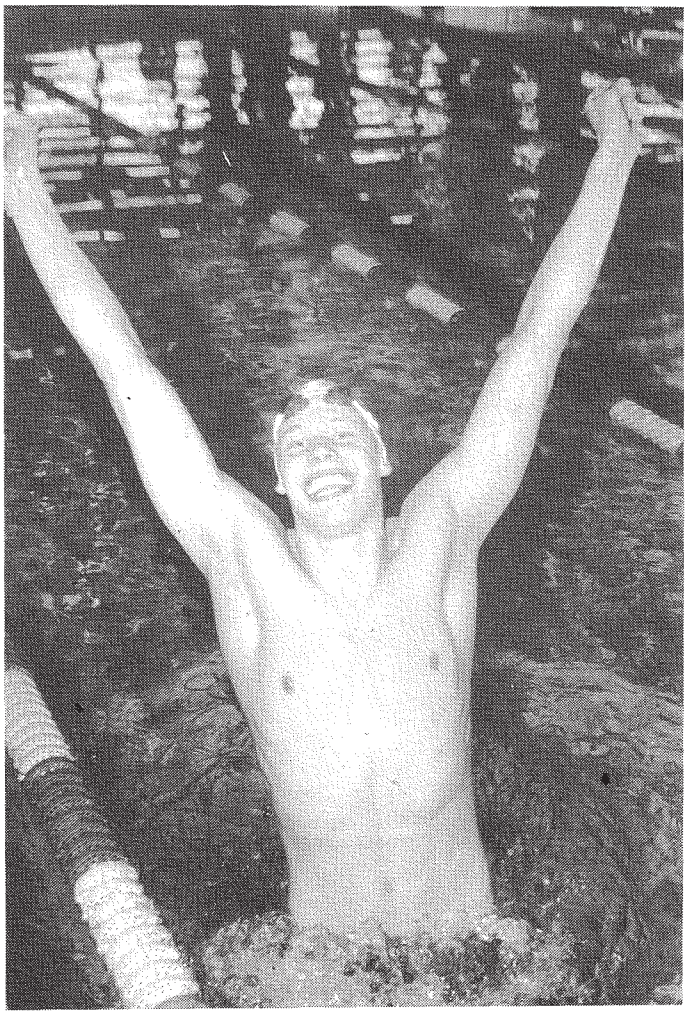
Resultat, final

1. Simrishamn, Klass 4B Simrislundsskolan,	2.22.44,	5 000 kr
2. Lomma, Klass 4B Karstorp Norra,	2.27.60,	3 000 kr
3. Staffanstorp, Klass 4A Stanstorps skola,	2.29.00,	2 000 kr
4. Osby, Klass 4A Hasslarödsskolan,	2.30.25,	1 000 kr
5. Åstorp, Klass 4 Rågenskolan,	2.32.84,	1 000 kr
6. Kristianstad, Klass 4A Nya Rönnowskolan, Åhus,	2.35.52	1 000 kr
7. Ängelholm, Klass 4A Magnarps skola, Vejbystrand,	2.43.40,	1 000 kr

Hejaklackstävling:
1. Ängelholm, Klass 4A Magnarps skola, Vejbystrand, 1 000 kr

SKOL-MATCHEN -93

Klippan vann för andra året i rad den årligen återkommande skolmatchen mellan Simförbundets simcentra. Slutpoängen blev 214. Hallsberg blev tvåa med 200 poäng och värden, Pitedalens Folkhögskola simmade ihop 156. Segern grundlades framför allt på herrsidan där Klippan fått förstärkning av Kom-Vux eleverna Pär Gustafsson och Daniel Lönnberg.



Klippan vann skolmatchen, men simtävlingarnas store vinnare var ändå Mikael Rosén. Efter den svåra trafikolyckan gjorde han nu comeback och vann 1 500 meter med mycket kvalificerat motstånd i bassängen.

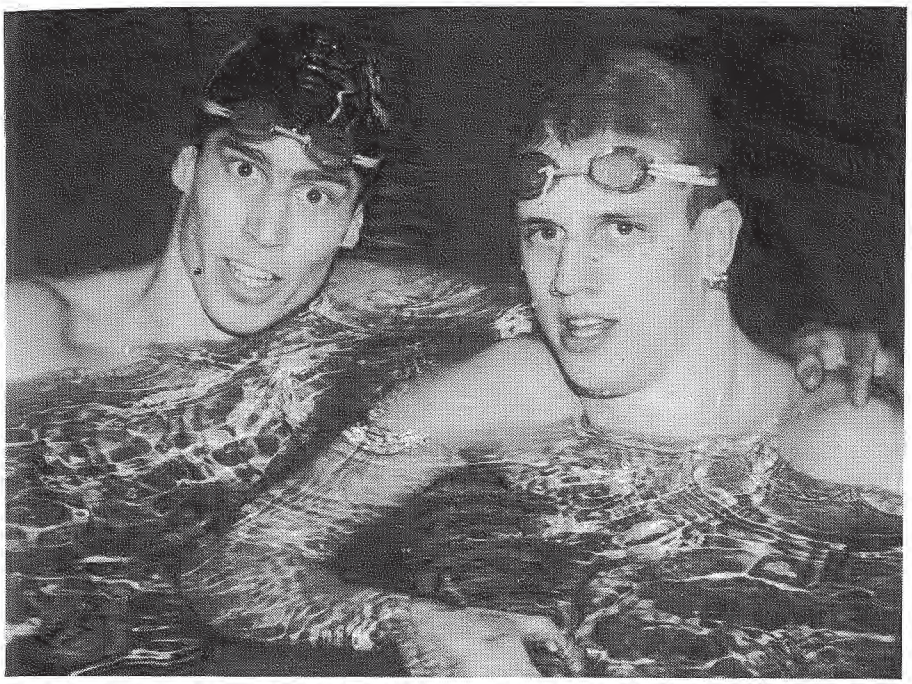
I herrkampen

fick Klippan 110 poäng före Pitedalens 86 och Hallsberg blev trea med 77. Damkampen vann Hallsberg mycket klart, trots ett par olyckliga diskningar, bl a i den inledande lagkappen. Hallsberg fick här 123 poäng, följd av Klippan 104 och Pitedalens Folkhögskola med 68 poäng.

Skolmatchen bjöd i vissa grenar på mycket hög klass som herrarnas 200 m rygg. Där fanns senaste svenske mästaren Daniel Lönnberg, SM-tvåan och svenske rekordhållaren Pär Gustafsson, SM-trean och svenske juniorrekordhållaren Tobias Marklund samt Sum-Sim segraren Daniel Carlsson och Sum-Sim tvåan Joel Lindfors.

Tävlingarnas höjdpunkt

var trots allt Mikael Roséns come-back. Mikael var den 21 november 1992 med om en trafikolycka på väg till en simtävling. Han skadades mycket svårt och var medvetslös i flera dygn. På skolmatchen var han tillbaka. Och vann 1500 m fritt. Det var fantastiskt roligt att se Mikael igen tyckte Hallsbergs tränare Bosse Westergren. Bland konkurrenterna fanns såväl SM-ettan Jonas Lundström och SM-trean Marcus Ahlström.



Älvsbyns ankare på herrsidan, Tobias Marklund, var inte riktigt på hugget, och fick som bäst nöja sig med en andraplats i simkampen. Här tillsammans med sin överman på 200 meter rygg, svenske rekordhållaren Per Gustavsson.

Simkommitténs ordförande Thomas Jansson var på plats i Älvsbyn och sa efter tävlingarna:
- Den roligaste simtävling jag sett. Fler simmare borde få vara med på något sådant som en skolmatch. Kanske det är dags för en simallsvenska igen.
Efter tävlingarna blev det tid för andra gemensamma övningar och prisutdelning. Fredag, lördag och söndagen efter matchen ägnades år skidåkning och simträning. Alla såg sedan fram emot det gemensamma träningslägret i franska Canet senare i vår.

Vid pennan en slagen men nöjd simtränare

Åke Hansson

Turistbyrå
RONNEBY

Träna i Ronneby och segra i Sverige !

För att få ut maximalt av ett träningsläger krävs:

- bra möjligheter till träning
- en rätt sammansatt kost
- vila och återhämtning
- trivsel och välbefinnande

Därför har vi komponerat detta **Bo-Äta-Sova-Paket**

Vi erbjuder följande:
*** Träna i Brunnsbadets bassänger * Ät på restaurang Karö**
*** Bo i Karöns stugby med sjötomt!**

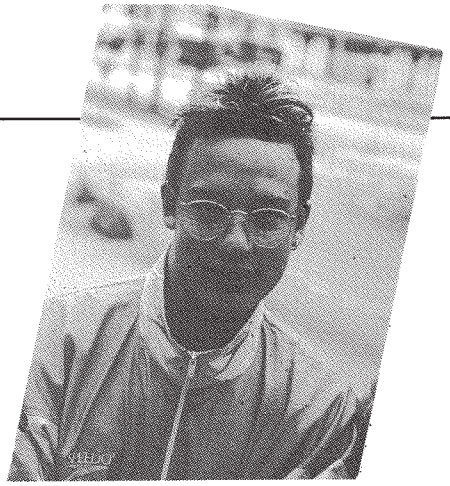
Detta förmånliga paket kostar endast **250:-/person** och dag.

Kontakta Ronneby Turistbyrå 0457/176 50 och säg att ni vill boka
Bo-Äta-Sova-Båt-Paketet för träningsläger

Vi ses i Ronneby- "Hjärtat i Sveriges Trädgård"!

VÄLKOMMEN!!

Månadens överraskning



Johan Mattsson

Johan Mattsson, SK Triton i Staffanstorp, har valts till "Månadens överraskning". En skåning igen. Detta beror kanske inte bara på att landskapet producerar duktiga simmare i parti och minut utan kanske också på att övriga simmarsverige inte är lika intresserat av "Månadens överraskning".

Johan Mattsson är 16 år och har simmat så länge han minns. Utmärkelsen "Månadens överraskning" får han enligt juryn för följande:

"Johan har länge varit med i ungdomstoppen men inte tidigare fått något egentligt genombrott. Vid Skånska Mästerskapen för seniorer och ungdom slog han dock till med många fina prestationer. Den främsta kom på 200 m rygg i seniorfinalen. Motståndet bestod bland andra i svenske rekordhållaren Pär Gustafsson, Ängelholm. Johan simmade första 100 på strax över 1.04 och sista 100 på drygt 1.03. Sluttiden blev 2.07.93 och seger. Johan vann också 200 m fjäril, 2.06.94.

Som ett bevis på utmärkelsen "Månadens överraskning" får Johan en sportväska med tre par badbyxor, badhandduk, bensparksplatta, paddlar och en specialdesignad overall. Landslagets Therese Lundin, utbildad designer, har ritat overallen som tillsammans med allt det andra skänkts av Föreningsservice, en av initiativtagarna till "Månadens överraskning".

Du kan också skicka in förslag till "Månadens överraskning": Vem tycker du har överraskat mest? Det behöver inte gälla en speciell månad utan kan vara under den senaste tiden. Skicka oss ett foto och några rader om varför han eller hon skall bli "Månadens överraskning".

Vi vill ha ditt förslag före 20 april för att presentera "Månadens överraskning" i **nummer 5** som kommer i början av maj.

Nummer 6/7 kommer ut i mitten av juni och ditt förslag vill vi ha senast 15 maj.

Nummer 8/9 kommer ut i slutet av augusti och ditt förslag vill vi ha senast 1 augusti.

Nummer 10 kommer ut i slutet av september och ditt förslag vill vi ha senast 1 september.

Nummer 11 kommer ut i början av november och ditt förslag vill vi ha senast 15 oktober.

Nummer 12 kommer ut i mitten av december och ditt förslag vill vi ha senast 20 november.

Välkommen med ditt förslag till
"Månadens överraskning"

Simspelen - Viktigt för svensk simning

Det är med stor tillfredsställelse jag noterar att Simspelen är tillbaka, efter ett uppehåll under 1992.

Jag tycker också att flyttningen av Simspelen till en inomhustävling är bra, vädret i början av juni har ofta varit en negativ faktor för tidigare års Simspel.
Varför Simspelen är så viktig för svensk simning?
Jo, det är faktiskt den enda internationella tävling som arrangeras på svensk mark. Visst finns det en och annan utländsk simmare även på andra tävlingar i Sverige, men det är tyvärr, bara Dalarna och Simspelen som riktigt satsar på att få ett bra internationellt startfält.

Nu hoppas jag verkligen att de svenska klubbarna ställer upp och ger Simspelen en fin kvalitetsprägel, det finns som bekant mycket världsklassimning i Sverige. Simspelen kan vara sista chansen att komma med i landslagets EM-satsning med läger och tävling i Frankrike och Spanien. Så skälen kan vara många att simma och simma fort för de svenska simmarna vid årets Simspel.

Jag önskar arrangörerna lycka till och ser fram emot fina tävlingar.

Hälsningar
Hans Chrunak
Förbundskapten

SOLAR® SWIM-SPORT
DIANA sport
FS FÖRENINGSSERVICE
... och allt annat för klubben, tränaren, simmaren.
SÖDERGATAN.13, 252 25 HELSINGBORG
Tel. 042-34 76 22, Fax 042-34 77 80

8-NATIONERS PÅ LÄGER



Den svenska truppen till 8-Nationers i tyska Dortmund i påskhelgen var samlad till ett läger i Göteborg 19-20 mars. 24 simmare fanns på plats de tre dagarna och de fick vara med om det mesta från sakletning på spårvagn linje fyra via massor av träning och tävling till en stunds utbildning av Åke Lindhgren. Efter ett fartpass på fredagskvällen blev det skattjakt på stan. Mer träning på lördagen avbruten av utbildning och ett tävlingspass i Valhalla där S 02 arrangerade Triumph Golden Cup Sprint. Åke Lindhgren hade 24 vetgiriga elever framför sig när han berättade om allt som rör tävlingsplanering. Många av simmarna kände igen sig när han berättade om nervositet, insimning, målsättningar och annat som är av vikt för ett bra resultat. Han gjorde också en historisk tillbakablick och fick ett fint gensvar av de 24 eleverna.

Stig "Sheriffen" Ohlsson 70 år



Det var stor fest i Kronobergsbadet i Polishuset när SPIF:s eldsjäl nummer ett, Stig Ohlsson, fyllde 70 år. 160 personer hade mött upp för att hylla jubilaren. Utanför badet paraderade två kvinnliga ridande poliser. "Stickan" har själv en gång varit ridande polis. I raden av talare fanns biträdande polismästaren tillika SPIF:s ordförande Gösta Wellander, som prisade jubilaren för hans förmåga att hålla i pengarna. SPIF står stadigt på fast ekonomisk mark genom Stig Ohlssons förmåga att sköta kassan. Simsektionens ordförande Ulla Jansson promoverade Stickan till "Simologie Doktor" och bekransade honom med en krans gjord av väl insimmade simglasögon. En rad före detta simmare med "Kung Ludde", Janne Lundin och Håkan Bengtsson i spetsen var där. Ett gäng sjuttiotalssimmare med bl a Diana Olsson, Bibbi Smedh och Gunilla Wikan ställde upp i en lagkapp, 6x50 m, mot dagens tjejer. Stickan satt vid sidan och myste.

Ragnar Axelsson, text o foto.

Pengar till prOSim 96

150 000 kronor i bidrag till Stockholms Simförbund är ett bevis på det stora intresset för prOSim 96. Projektets huvudmål är att långsiktigt förbättra spetsen på stockholmssimningen och därmed även svensk simning.

CPU, Centrum för Prestationsutveckling, har beviljat 125 000 kronor för biologiska och medicinska mätningar av unga simmare.
Ytterligare 25 000 kronor har erhållits från Stockholms Idrottsförbund som startbidrag.
Den 29-31 januari utfördes de första mätningarna av simmare och hoppare. Av 31 uttagna deltog 30. En simmare var tyvärr sjuk.
Mätningarna genomfördes bl a i GIH:s simränna, på löpband och i "styrketräningslabb". Syreupptagningsförmåga, hjärtfrekvens, blodlaktat, styrka, rörlighet, undervattensvik, kroppssammansättning m m mättes och hälsokontroll genomfördes.
Mätningarna utfördes av Magnus Kjellberg, René Tour, Susanne Brokop och personal från Karolinska Institutet. Resultaten av mätningarna ska utvärderas tillsammans med simmarna och deras hemmatränare. Nya och kompletterande mätningar kommer att göras under våren och senare under året.
Magnus Kjellberg och Bengt Saltin gjorde en detaljerard genomgång av utförda mätningar på en träff i februari. Vid träffen deltog 90 procent av alla simmarna och i stort sett alla hade med en eller två föräldrar. Det var en fantastiskt känsla att se en så stor uppslutning. Tänk om alla föräldramöten var så välbesökta.
Vi hoppas få återkomma med mer information i nästa nummer av Simsport.

Kerstin Egerblom

Utmanare i konstsim

Konstsimkommitténs nya projekt med utmanare har kommit i gång. Projektet börjare i liten skala med de förstaårsseniorer som simmade vid EJM 1992.
Ansvarig för utmanarsatsningen är Eva Johnsson i Örebro. Hon var under sin aktiva tid en av Sveriges bästa konstsimmare och var bl a med i par vid EM i Rom 1983 och i solo, par och lag vid EM i Bonn 1989. Eva har tränat i Kanada, deltagit i åtskilliga kurser och clinics och är överhuvudtaget en mycket kompetent tränare.
Årets utmaning för utmanarna blir SOC i Norge i början av juni.

Eva Svensson

Vad gör Mats-Åkes minnesfond?

Som den minnesgode vet, startade verksamheten med Mats-Åkes minnesfond för mer än tio år sedan. Inkomsterna var små men med hjälp av Simförbundet, tidningen Simsport och många simklubbar, ökade verksamheten ganska snabbt.
Sedan starten har vi delat ut mer än 150 000 kronor till fondens ändamål. I kassan, eller skall vi säga behållning, finns nu över 400 000 kronor. Pengarna är placerade i säkra papper och inte ett öre av de skänkta medlen har varit med i någon spekulation.
Fondens förvaltning är billig i drift. Av de drygt 52 000 kronor som skänkts till fonden under 1992, försvann 477 kronor till administrationen, 77 kronor i porto och 400 kronor till kuvert. De som sett till att vi fått in så mycket pengar är väl, naturligtvis, Borlänge Simsällskap, men det kommer också bidrag från andra simklubbar och från simgymnasier i hela landet.
Det finns mycket man kan skriva om vad gäller vår verksamhet men det blir mest en lek med siffror. Jag vill dock understryka en sak. Det är en oerhörd stor glädje att få arbeta med denna typ av verksamhet. Eftersom vi tar kontakt med alla som söker bidrag ur fonden, så får vi en bra uppfattning om behovet av hjälp. Vi ser att Mats-Åke minnefond gör nytta och vi vet att vi behövs.

För Mats-Åke Ohlssons Minnesfond
Berndt Reuithe
Vårstigen 15, 784 67 Borlänge
0243-373 45 bost, 023-935 50 arb.

MALMÖ KK VÄXER

Malmö och Limhamns Simsällskap har från 5 februari i år beslutat vidga sitt samarbete. De båda klubbarna har sedan 13 januari 1982 haft en gemensam elitsatsning. Dessa simmare har då tävlat för Malmö Kappsimningsklubb, MKK.



MKK har sedan sommaren 1987 vunnit samtliga SM, såväl inne som ute. Denna framgång vill nu klubbarna bygga vidare på. Det nya MKK kommer att ha cirka 200 tävlingssimmare. Detta genom att all tävlingsverksamhet går i MKK:s tecken, såväl simning som hoppverksamhet.
Malmö Simsällskap har genom åren haft en mycket framgångsrik hoppsektion. Dessa hoppare har skördat såväl SM- som EM-framgångar.
Sammanslagningen kommer också att innebära att inga resultatlistor i simning eller simhopp kommer att innehålla Malmö Simsällskap eller Limhamns Simsällskap utan endast Malmö Kappsimningsklubb.

REKORD AV LOUISE



Louise Karlsson, Helsingborg och simlandslaget, satte natten till 27 februari svenskt rekord på 200 m bröst. Vid de kanadensiska mästerskapen på kort bana i Halifax, simmade hon i mål som trea på 2.28.99. Det är 88 hundradelar bättre än vad Annelie Holmström simmade på i Malmö i januari 1986.

Efter en lång tävlingsperiod i världscupen, som startade i Kina i början av januari, reste Louise Karlsson tillbaka till Kanada i mitten av februari. Sedan hösten 1992 har hon tränat i Calgary tillsammans med Kanadas bästa simmare.

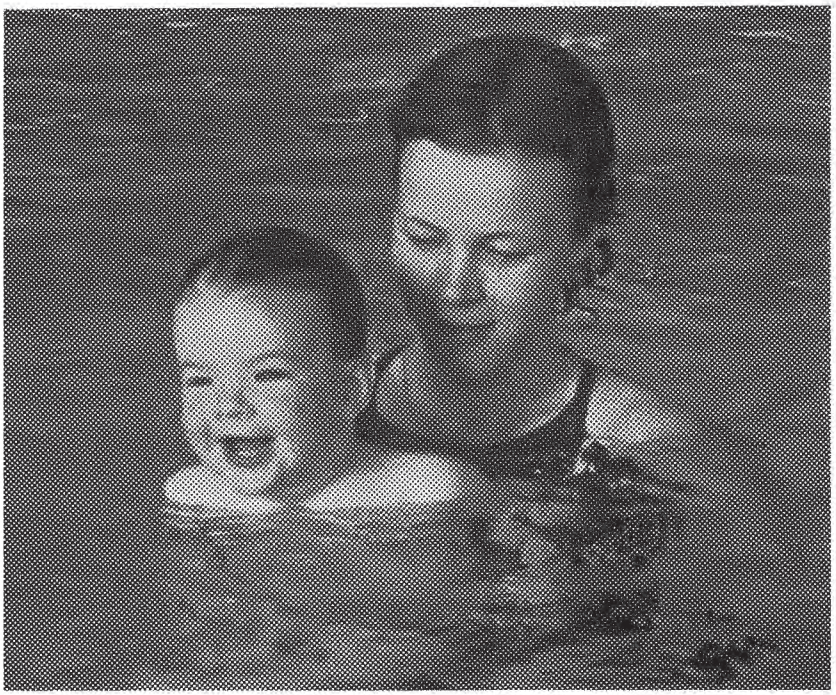
Hon avslutade simmarnas kortbanesäsong på bästa tänkbara sätt. Ett dygn efter rekordet på 200 m bröst var det dags igen. Nu på 200 m medley som hon simmade på 2.12.65. Det är svenskt rekord och en förbättring av hennes eget gamla från landskampen i Oslo i november 1992 med 32 hundradelar.

Det är också en världstid då östtyskan Petra Schneiders världsrekord från 1982 bara är två sekunder bättre, 2.10.60.

Louise vann också 50 m bröst på 31.69. Sedan väntade skidåkning, en veckas semester och så hårdträning inför sommarens höjdpunkt, EM i engelska Sheffield.

EN SÄKER SOMMAR

Från den 10 till och med den 16 maj kommer SLS att genomföra sin största simkampanj hittills. Den sker i samarbete med Svenska Simförbundet och med medverkan av Badmästareförbundet. Stödet för kampanjen svarar Trygg Hansa SPP för som så många gånger tidigare. Kampanjens namn är "En vecka för en säkrare sommar".



Det främsta målet med kampanjen är att, precis som kampanjen säger med sitt namn, få en säkrare sommar. I Sverige är idag simkunnigheten stor. Det är självklart och en rättighet att få lära sig simma. Samtidigt genomgår samhället en förvandling och ansvaret för att alla får lära sig simma flyttas från kommun och skola till den enskilde. Därför måste SLS ge alla chansen att få reda på hur säker i vattnet var och en är. Just för att få en säkrare sommar.

I slutet av mars fick alla simhallar information om kampanjen. Inför kampanjveckan i maj skickas information ut till skolor, daghem, fritidsgårdar, simklubbar och andra. Detta följs sedan upp med en riksomfattande annonsering i dagspress. Varje intresserat bad kommer också att få eget informationsmaterial.

Ett annat mål med kampanjen "En vecka för en säkrare sommar", är att öka försäljningen av simmärken. Fördelen med den märkesstege som finns är att var och en lätt hittar sitt märke att simma för. Det krävs inga omständliga prov eller någon hets för att få reda på sin egen säkerhet. Det finns märken för barn som just lärt sig grundläggande vattenvaneövningar och det finns märken för den vuxne som vill få ett besked om hur lätt det är att simma 200 meter för Simborgarmärket.

För att klara kampanjen så bra som möjligt och för att ge alla som vill chansen behövs medverkan från många bad och simhallar. I kampanjmaterialet finns bland annat ett vykort som märkestagaren får efter att ha klarat ett valfritt simmärke. Detta vykort skall skickas in till kampanjledningen med uppgifter om namn, adress och typ av simmärke samt varför det är så bra att kunna simma. Dessutom skall badets namn finnas med på vykortet.

Efter kampanjveckan sker en dragning där de bästa argumenten för att kunna simma belönas. En dragning görs också bland de bad och simhallar som varit med under kampanjveckan så att den personal som ställt upp kan belönas på något sätt.

Med det kraftiga stöd som finns bakom kampanjen, "En vecka för en säkrare sommare", kommer en jättelik simmanifestation att ske under en vecka i maj. Den lägsta vinsten är att alla som vill får en chans att testa sin simkunnighet.

Den högsta vinsten är att ingen drunknar i sommar på grund av bristande kunskap.

VÄLKOMMEN TILL VOLGA

Samara heter en stad vid Volga i centrala Ryssland. Där bor 1.5 miljoner människor och Samara är känd för sin industri, sina vetenskapliga forskningscentra och idrottscentra. Där finns också en simklubb, **Samara-Ryssland.**

Klubben har två 50 metersbassänger, en ute och en inne, styrketräningslokaler och ett hotell för 20 personer. Simmare som Gennady Prigoda och Vasily Ivanov, Natali Razumova, Nina Zhivanevskaya och Svetlana Kuzmina, finns i Samara.

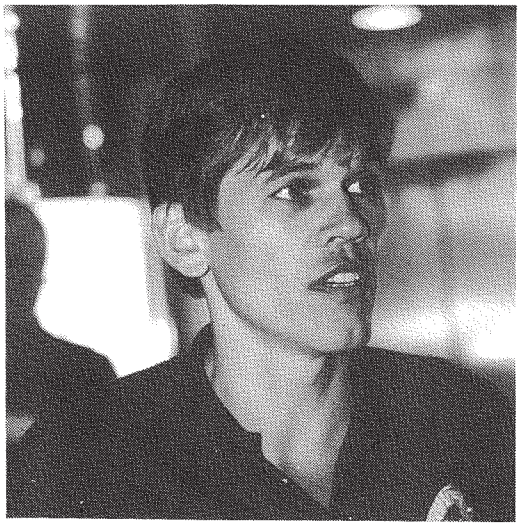
Samara-Ryssland erbjuder nu svenska klubbar att komma dit på träningsläger, där deras egna tränare och simmare ställer upp och lär ut. De är också intresserade av ett utbyte med en svensk klubb.

Intresserade kan höra av sig till:

Andrey Ivanov
Ordförande i Samara-Ryssland
Swimming Club Samara
234 Molodogvardyskaya st.
Samara 443100
Ryssland
Tel (846 2) 33 81 36, 33 36 31
Fax (846 2) 37 28 35, 32 33 37

WSCA GOLDEN CLINIC

Den internationella tränarföreningen, World Swimming Coaches Association, bjuder in till en Golden Clinic i Honolulu, Hawaii, 17-22 maj i år.



Josef Nagy

Gold Medal Clinic är öppen för alla intresserade tränare och anmälningsavgiften 225 US Dollar inkluderar ett års medlemsskap i WSCA.
Målet för arrangörerna har varit att få med samtliga tränare till de simmare som tog guld vid OS i Barcelona 1992. Bland de 14 föreläsarna finns därför sådana tränarnamn som;

***John Carew, Australien**, tränar Kieren Perkins,*
***Skip Foster, USA**, tränar Martin Zubero*
***Zhou Ming, Kina,** tränar Yong Zhuang*
***Viktor Audienko, Ryssland**, tränar Alexandre Popov*
***Gennadi Touretski, Ryssland,** tränar Evgeny Sadovyi*
***Laslow Kiss, Ungern,** tränar Kristina Egerszegi.*
Programmet inkluderar föreläsningar, paneldiskussioner, grupparbeten och mycket annat.

Sista anmälningsdag är 30 april.
Information och anmälningsformulär finns hos WSCA, 304 SE 20th Street, Fort Lauderdale, Fl 33316, USA.
Fax: 0091-305 462 6280, tel 0091 - 305 462 6267

STOCKHOLMS SIMFÖRBUND

meddelar bland annat att...

Månadens ros, var sin, har Stockholms Simförbund tilldelat Karin Letzler och Annelie Sjölund, Järfälla S, för att de vann guld i par vid JSM i konstsim.

En temakväll för tränare, mental träning, kommer att arrangeras torsdagen den 13 maj 1993. Plats och tid meddelas senare.

Stockholms Simförbund genomför en **simlärar-/simlärarassistentkurs** i Uppsala den 24-25 april 1993. Närmare upplysningar lämnas av Svenska simförbundet, Lasse Modin, tel 08-605 63 86.

Stockholms simdistrikts **simmärkesansvarige** är Gun Larsson, Mälarhöjdens SS. Tag gärna kontakt med henne för att diskutera märkesförsäljningen inom din klubb/förening.

OBS! OBS! OBS!

Rättelse ÅLDERSKLASSREKORD SUM-SIM RIKS. (Simsport 1/2)
50 m rygg, flickor 14-15 år: Magdalena Schultz, Malmö KK, 30.39, (Lund -91)

SK LÖDDE

i Löddeköpinge, Skåne, har numera ett bemannat kansli. Öppet vardagar 9-15.

Det kan nås på telefon 046-70 59 51, meddelar Malena Fredin från Löddeköpinge.

WSCA(S)

informerar

* Medlemsrekryteringen har startat och vi lockar med en fräck T-shirt samt rabatt på Simsport.
* Torsten Buhre kommer att hjälpa till med översättning av intressanta artiklar från olika tidskrifter. Dessa artiklar kommer att vara riktade till en bred tränarkår.
* WSCA(S) planerar att ta fram ett par shorts till försäljning till sommaren med WSCA(S) logo.
* WSCA(S) planerar en studieresa för medlemmar till USA omfattande besök vid ett flertal framgångsrika universitet och även klubbar. Detta besök planeras till hösten 1994.

Hälsningar
Janne Cederholm, Fax: 08-833663

Vad stort sker - sker tyst.

Landskrona S har på något sätt blivit Simsports medelklubb. En klubb som är ett tvärsnitt av simmarsverige 1993 och ett exempel på vilket arbete som läggs ner i idrottssverige i allmänhet och simmarsverige i synnerhet. Nu har turen kommit till Landskronas nyfikenhet på tester. Här följer en intervju med Landskronas chefstränare Pär Lindell, gjord av Sigrid Stiernströmer.



Landslaget testas regelbundet. Här är det Louise Karlsson som tappas på blod av Magnus Kjellberg. FOTO: Bildbyrån

- Vad är det egentligen för underliga blodprovstester LS sysslar med och vilka testas?
- Vi gör laktattester på klubbens A-simmare för att få reda på deras träningsstatus. Anledningen är att jag vill få en uppfattning om var deras "konditionströskel" ligger, hur mycket slaggprodukter de kan komma upp i samt hur deras kurva ser ut. Vad jag vet så har man sysslat med detta inom östblocket sedan 1960 genom tysken Mader och nu har det blivit genomförbart även i Sverige.

- Vem eller vad gav dig idén att prova Stefan Carlssons analysprogram?
- Efter att i två olika omgångar varit i Stockholm och bevistat mycket intressanta föredrag i Svenska Simförbundets regi, beslöt jag att budgetera utvecklingspengar för den här verksamheten. Inspiraitonen fick jag av två mycket duktiga föreläsare; Dave Costill och Ernest W Maglischo.

- Är detta framtidens melodi, att juniorer analyseras och kontrolleras som om de vore proffsstjärnor?
- Absolut! Svaren vi får är att vi får fler svar och färre gissningar av träning i alla åldrar.

- Ser du något negativt i det här? Kan det gå troll i kurvor och diagram?
- Ett fel händer kanske men så är det i all forskning. En sund inställning till svaren och bearbetning av eventuella felkällor ger mig möjligheten att förstärka fingertoppskänslan i träningsuppläggningen.

- Vad kostar det respektive klubb att göra en sådan analys av säg deras tio bästa simmare? Jag vet att enstaka kontroller inte ger något svar utan det bör väl vara en återkommande analys under låt säga ett år?
- Cirka 18 000 kronor totalt, eller 6 000 kronor vid tre tillfällen.

- Kosten är viktig, det vet ju hela svenska folket. Hur klarar ni av att inom den här gruppen få kontroll på simmarnas näringsintag? Då tänker jag naturligtvis på att de går i skolan och där inte kan få specialkost.
- Beträffande kost så säger professor Björn Ekholm på GIH att det är mer en fråga om energibehov än ett näringsbehov som bör beaktas. Svenska barn äter nyttigt men ibland för lite. Som ytterligare säkerhet har vi det bästa kostprogrammet som finns på marknaden, "Nutratest", som utformats av Thornvald Åber i nära samarbete med Gunde Svan.

- Jag pratade med en av deltagarna i gruppen, Malin Henriksson och hon var positiv till att man gjorde testerna men trodde att resultaten kanske sa tränarna mer än simmarna. Vad har du för kommentar till det?
- Ja.

- Nu sitter det kanske några föräldrar här i badhuset vars barn inte tagits ut till testgruppen. De förstår säkert att LS satsar på elitsimmarna, men kanske själva skulle kunna tänka sig att betala barnens test ur egen fick. Vad säger du till dem?
- Ja tack.

- Hur ser framtiden ut vad det gäller prestationsanalyser och juniorsimning?
- Likadan som tidigare. Målet är att ge en balanserad träning med mycket utbildning och eget ansvar.

- Det kan möjligtvis bli lite bittert för den förälder som inte har råd att betala i dessa tider. Pengarna kommer in också i simningen, även på juniornivå och plötsligt sitter tränarna med skägget i brevlådan. Finns det fonder att söka ur i sådana fall?
- Ja. SK Poseidons tränare, Per Kersmark, Stefan Carlsson och jag har sökt forskningsanslag för att utvidga dessa tester.

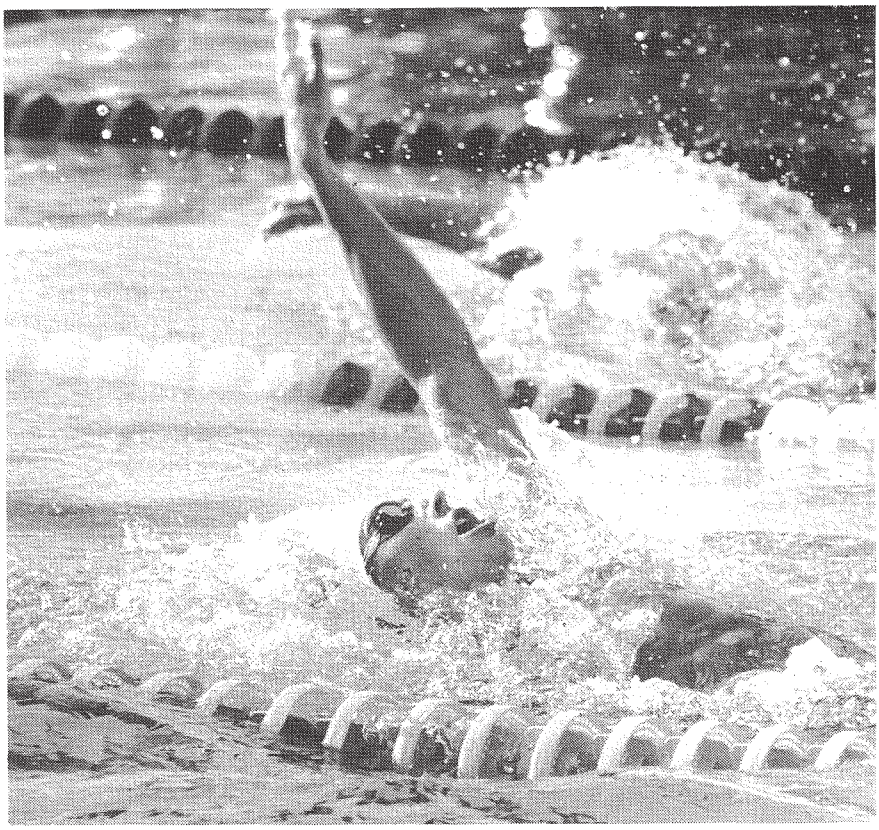
- Om LS skulle vara tvungen att välja mellan att låta de allra yngsta simmarna åka på läger och att låta de duktigaste analyseras, vad skulle man då välja? Att offra de svaga eller ...?
- Det skulle aldrig bli något val för pengarna finns på olika konton. Får vi en sämre budget kommer allt att påverkas.

Lycka till! Både Landskrona S och Pär Lindell.

Sigrid Stiernströmer

LN OPEN 93

Luxembourg



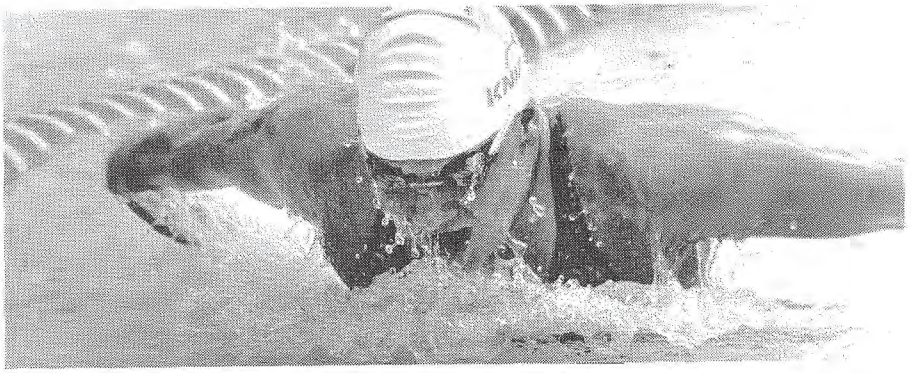
För tredje året i rad begav sig SkåneSim till Luxembourg och de storinternationella tävlingarna LN-Open. Detta är ett sätt att från förbundshåll hjälpa till att matcha distriktets bästa senior- och ungdomssimmare i tuff internationell atmosfär.

De simmare som placerat sig bland de sex främsta i de två äldsta Sum-Simklasserna vid riksfinalen samt de seniorsimmare som tagit sig till SM-final hade tagits ut.
Motståndet blev i vanlig ordning av högsta klass. Tio nationer var representerade med bl a Carl Burke Swim Club från Washington med många toppsimmare som t ex James Santos och Sergio Lopez. Tyskland ställde upp med ett B-betonat landslag samt sitt bästa juniorlag. Frankrike mötte också upp med sitt juniorlandslag och några av landets toppklubbar. I övrigt var klubbar och nationslag från England, Holland, Schweiz, Slovenien, Belgien, Tyskland och Luxembourg representerade.
I försöken avgjordes åldersklasstävlingen för simmare mellan 17 år och 13 och yngre. Sedan följde öppna finaler som simmades i både A- och B-finaler. Nivån på finalerna låg något över våra SM-finaler i de flesta grenarna.
Skåne ställde upp med 60 simmare och blev tvåa efter USA i poängstriden, före bl a Tyskland. En stor prisbuckla erövrades av de sydsvenska i en speciell lagkapp där tiderna på 4x50 m fritt och medley för herrar och damer lades ihop. Den sammanlagda segermarginalen till Tyskland blev 3 hundradelar.
Sveriges bästa simdistrikt gjorde en storartad insats med den imponerande medaljskörden 7 guld, 16 silver, 15 brons samt många finalplatser.
I herrklassen var Ängelholms Pär Gustafsson i ledningen i stort sett hela finalloppet på 100 m rygg men missade målgången och blev tvåa med 59.76. MKK:s Ola Strömberg kämpade till sig en bronsmedalj på 400 m fritt med 4.08.77.
Helsingborgs Joel Olausson tog den enda medaljen i pojkar 17 år då han blev trea på 100 m fjäril med 1.00.91.
Mest framgångsrik i pojkarnas 16-årsklass var Tritons Johan Mattsson som tog medalj i samtliga av de sex grenar han ställde upp i. Han var precis som flera andra simmare lite irriterad över att inte få möta sina jämngamla antagonister öga mot öga. Grabben från Staffanstorp tog silver på 100 m fritt, 55.27, 100 m fjäril, 59.33, 400 m fritt, 4.15.55 och brons på 200 m medley, 2.18.00, 200 m fritt, 1.59.80 och 100 m rygg, 1.03.52.
Löddes Anders Forsberg vann 100 m rygg på 1.03.30 och tog tredjeplatsen på 50 m fritt med 25.59. Poseidons Joakim Lundqvist slog till med dubbla bröstsimsguld med 1.10.63 respektive 2.38.30.
Sydsims Mattias Olshed i pojkarnas 15-årsklass plockade också hem sex medaljer. Det blev silver på 100 m fritt, 57.63, 200 m fritt, 2.06.56, 400 m fritt, 4.27.59, 200 m medley, 2.23.10 samt brons på 100 m rygg, 1.05.39 och 100 m fritt, 58.28.
Brons tog också Rans Patrik Malmunger på 50 m fritt medan Tritons Daniel Wramfors överraskade med att ta silvret på 100 m fjäril med 1.03.91.
I flickornas 16-årsklass blev det dubbla medaljer i bröstsim genom Linda Björklund från Trelleborg, silver på 200 m med 2.49.47 och Angela Fox, Kristianstad, brons med 2.50.49.
Sydsims Emma Olsson tog medalj i samtliga frisimsfinaler. Hon inledde med att vinna 400 m fritt på 4.33.33 och tog sedan silver på 100 m och 200 m fritt, 1.00.81 respektive 2.09.32. Avslutningsvis blev det brons på 50 m fritt med 28.57.
Johanna Sjöberg plockade också till sig medaljer i 15-årsklassen genom att vinna 100 m fjäril på 1.09.29. Hon fortsatte sedan med silver på 50 m fritt med 28.14 och tog sin tredje valör på 100 m fritt med 1.01.73. MKK:s Linda Larsson vann 200 m rygg på 2.37.01 och de båda bröstsimstjejerna Anna Kideborn, Helsingborg och Helena Tsiparis, Triton, tog var sitt silver på 100 m respektive 200 m med 1.19.17 och 2.49.23.
I flickornas yngsta klass, 14 år, simmade Limhamns Lotta Wänberg in på silverplats på 100 m fjäril med 1.11.96. Ystads Maria Gruvstedt simmade hem två brons. På 100 m fjäril med 1.12.05 och på 200 m bröst blev det 3.00.45.

BEBBE

KORSVIRKESSIM i YSTAD

Korsvirkessim 25-årsjubilerade i år och hade spätt på ett redan mycket fint prisbord med 800 kronor till varje grensegrare i seniorklassen. Tävlingen brukar locka till sig starka startfält och prispengarna lockade säkert lite extra denna gång.



Ett av huvudloppen stod mellan de båda landslagstjejerna i fjärilsim, Ystads Malin Strömberg och Therese Lundin, Helsingborg. Malin tog greppet direkt och avgjorde med en stark avslutning på svenskt juniorrekord, 1.01.07. Therese fick 1.02.80. Malmös landslagstjej Malin Nilsson vann programenligt 100 m fritt på 57.96 och 400 m fritt på utmärkta 4.13.73. Hennes klubbkompisar Magdalena Schultz och Annika Rasmusson vann 200 medley, 2.18.59 respektive 100 m rygg, 1.04.97. Malin Strömberg blev dubbelvinnare när hon slog Tritons Gisela Brunmar på 100 m bröst. Junioren Johanna Sjöberg från Bromölla satte alla de äldre medtävlarna på plats när hon vann 50 m fritt på 27.11. Hans-Olov Nilsson, Malmö KK, vann dubbelt genom att ta hem 100 m fritt på 52.58 och 100 m fjäril på 57.27. Tidigare ystadssimmaren, numera MKK, Fredrik Lundin, tog också två segrar. 200 m medley vann han klart, 2.06.37 medan han på 100 m rygg fick en hård match med Tritons junior Johan Mattsson.
Mikael Alpfors favorit vann 100 m bröst på 1.06.08 och Ola Strömberg simmade ensam under fyra minuter på 400 m fritt med 3.59.14 och såg därmed till att MKK vann allt i herrklassen.
I ungdomsklassen simmade 12-årig ystadgrabben Gustavo Kertzscher på fina 1.08.47 när han vann 100 m fjäril. 13-åriga Nelly Jörgensen, Helsingborg var snabb på rygg med 1.09.52.

BEBBE

Det är roligare att **BADA TILLSAMMANS.**
Det är säkert...också
SVENSKA LIVRÄDDNINGSSÄLLSKAPET

COOP SAM SIM
11-12 september i Visby

Plats: Solbergabadet i Visby, fem banor eltidtagning med display

Coop Sam Sim betyder återigen en tävling med prisbord av hög klass.

Upplysningar: Leif Söderdahl, 0498-21 82 08

RESOR: Vi erbjuder mycket förmånliga resepaket som inkluderar resa, kost och logi.

Bokning och upplysningar:
GotlandsResor AB, 0498-20 12 30, Marie Lindell.

1993 är åttonde året i rad med härliga idrottsupplevelser på Gotland. Vi hälsar alla välkomna som vill tävla, åka på träningsläger eller bara följa med till Idrottens Ö.

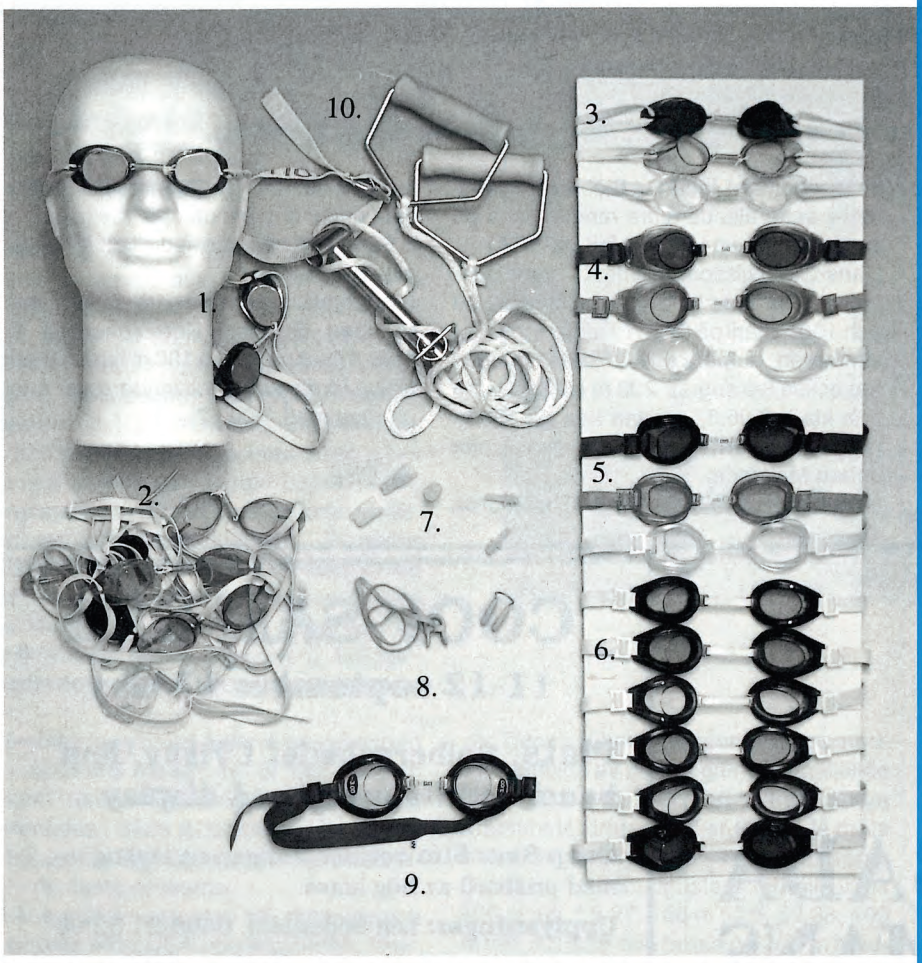
GOTLAND IDROTTENS Ö

KENO Spel från Penninglotteriet
GOTLANDSLINJEN
GOTLANDS RESOR
VI STÖDER GOTLÄNDSK IDROTT

VÄLKOMNA ÖNSKAR
WISBY SIMSÄLLSKAP

Sim sport

TEAM



1. **Monterbara Simglasögon** 69:-
   Metallic. Guld, Silver
2. **Monterbara Simglasögon** 33:-
   Standard. Rök, Grön, Gul, Blå, Röd, Klar.
3. **Monterbara Simglasögon** 35:-
   Imfria. Rök, Blå, Klar.
   med siliconlist. Rök, Blå, Klar.
4. **COMFY** 49:-
   Imfria Simglasögon
   med siliconlist. Rök, Blå, Klar
5. **Aqua Comp.** 49:-
   Imfria Simglasögon
   med siliconlist. Rök, Blå, Klar.
6. **Training Goggles.** 28:-
   Träningsglasögon
   Blå, Röd, Klar, Grön, Gul, Rök
7. **Öronproppar.** 13:-
   Formbara klumpar eller
   med lameller.
8. **Näsklämma.** 17:-
   Stålbåge eller stålbåge
   med band.
9. **Optiska Simglasögon.** 163:-
   Styrka -1,5/-2,0/-2,5 osv
   t o m -6,5.
10. **Collcraft** 282:-
    Dragapparat

Ja tack, jag vill gärna beställa

Nr 1 Antal____ Färg _____
Nr 2 Antal____ Färg _____
Nr 3 Antal____ Färg _____
Nr 4 Antal____ Färg _____
Nr 5 Antal____ Färg _____
Nr 6 Antal ____ Färg _____
Nr 7 Antal ____ Sort _____
Nr 8 Antal ____ Sort _____
Nr 9 Antal ____ Styrka _____
Nr 10 Antal ____

Porto

Skicka eller faxa in din beställning till:
Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg. Fax 031-22 32 34

Moms ingår. Endast postförskottsavgift +frakt tillkommer (35 kr)
Om du vill undvika denna avgift så kan du förskottsinbetala på Pg. 4600726-6, där du samtidigt noterar din beställning, frakten kostar då 18:-

Namn _____ Telefon _____

Adress _____

Postnummer _____ Ort _____

☐ Jag förskottsbetalar ☐ Jag önskar postförskott

TEAM Simsport

Box 8346
402 79 Göteborg



Inför årsmötet 1993

Snart är det årsmötet 1993 i svensk simning. Som alla årsmöten i Sverige ett möte för redovisning av året som gått, ett tillfälle för simmarsverige att kontrollera att styrelsen fullgjort sina uppgifter och ge inriktning för det kommande året. Men det är naturligtvis även ett tillfälle för erfarenhetsutbyte och samvaro med idrottsintresserade från andra klubbar och distrikt.

Klubb- och distriktsledare kan inte, lika lite som aktieägarna i ett bolag, löpande styra verksamheten inom svensk simning centralt. På samma sätt som bolagsstämman i aktiebolaget årligen har chans att välja ett antal personer som man tror kan leda verksamheten, har vårt årsmöte den möjligheten. Våra stadgar ger ett bra underlag för en vettig blandning av kontinuitet och förnyelse. Ordförande och halva antalet styrelsemedlemmar kan skiftas ut om man anser att det finns anledning till kursändring eller förnyelse av annat skäl. Eller kanske föryngring?

Styrelsen har för årsmötet att redovisa sin bild av verksamheten 1993. Detta kommer självfallet att ske på sedvanligt sätt i en verksamhetsberättelse som innehåller beskrivning av såväl verksamheten som det ekonomiska utfallet. Genom simmarsveriges aktiva medverkan på intäktsidan (den rörliga medlemsavgiften), en hård minskning av administrationskostnaderna och en i övrigt försiktig ekonomisk politik kommer vi att kunna redovisa en stabil ekonomisk situation. Vad gäller idrottsutövningen kan vi nog notera 1992 som ett av de mer framgångsrika i modern tid.

En hygglig kontroll på ekonomin och vettiga idrottsresultat betyder inte att den styrelse som väljs vid årsmötet kan slå sig till ro. Konkurrensen blir allt hårdare och hårdare och satsning på att vara med i europa- och världselit kostar allt mer. Såväl för den enskildes uppoffring under träning som för landslagens träning och tävling. För att nå de mål vi satt upp till VM -94 och OS -96 behöver vi den ekonomiska bas som klubbarnas rörliga medlemsavgift utgör. Den frågan som varit en huvudpunkt på årsmötena 1990-92 kommer upp i år igen. Det är en förhoppning från den nuvarande styrelsen att det utifrån det förslag styrelsen nu presenterat skall vara möjligt att få ett långsiktigt beslut så att kommande årsmöten kan prioritera några andra ärenden.

På förslag från simmarsverige kommer vi i år att pröva en något annorlunda modell för årsmötet (beskrivs på annan plats i Simsport). Syftet är att göra det än möjligare för ombuden att debattera styrelsens vidtagna (eller inte genomförda) åtgärder och förslag. Skall svensk simning utvecklas så behöver styrelsen positiv (och naturligtvis om det finns anledning-negativ) återkoppling och nya uppslag för framtiden. Årsmötet är ett lämpligt tillfälle. Väl mött i Göteborg!

Per-Axel Eriksson
ordförande för SSF

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
IDROTTENS HUS 123 87 FARSTA TEL.08-605 60 00 FAX. 08. 724 68 61
ORDFÖRANDE PER-AXEL ERIKSSON VD LENNART HJÄRPNE

Nytt upplägg av årsmötet.

Till styrelsen har framförts åsikter om att årsmötet borde ha en annan uppläggning än den traditionella med en eftermiddag med diverse aktuella frågor och sedan den formella förmiddagen då årsmötets alla punkter, enligt stadgarna, behandlas.

Skälet till önskemålet om en förändring är att det inte ges tillräckligt mycket tid till att diskutera bl a valberedningens eller andras förslag till nya (eller gamla) styrelseledamöter, styrelsens vidtagna åtgärder och förslag mm. Nödvändigheten att det skapas tillfälle att plädera för valförslag samt i detalj diskutera viktiga frågor är stor.

Styrelsen har därför tagit fram en ny modell som är tänkt att prövas vid årsmötet i Göteborg den 24-25 april. Förslaget presenterades lite flyktigt vid Simalltinget i höstas.

I stort går det ut på att årsmötet formellt öppnas redan den första dagens eftermiddag dvs när alla samlas. Då genomförs den vanliga proceduren med utdelning av priser och medaljer, val av presidium, justeringsmän och rösträknare.

Därefter ajourneras mötet vilket innebär att alla årsmötesdeltagare, även de som inte är delegater, under resten av dagen har yttranderätt och kan vara med i debatten. Valberedningen lägger sitt förslag på kandidater till valbara positioner inom förbundet och förslag till årsavgift presenteras. En genomgång sker även av styrelsens verksamhets- och förvaltningsberättelse samt revisorernas berättelse för det gångna året. Behandling sker slutligen av ärenden som inkommit enligt stadgarna samt av övriga ärenden.

Under den tid då alla har yttranderätt kommer det att ges möjlighet att diskutera olika ärenden i grupper. Det kan också vara tänkbart att vissa frågor delas upp på olika grupper som sedan gör en redovisning inför hela årsmötet. På detta vis ges möjlighet till en bra genomlysning av olika viktiga frågor.

Den andra dagens förmiddag återupptas förhandlingarna, varvid endast delegaterna har yttranderätt, och beslut tas vad gäller verksamhets-, förvaltnings- och revisionsberättelse. Beslut tas även vad gäller alla val, årsavgift, officiellt kungörelseorgan och övriga ärenden.

Förhoppningsvis skall detta upplägg ge större möjligheter till diskussioner över distriktsgränserna och ge svensk simning en samlad och gemensam syn i frågor som är av vikt för simmarsverige. Vi kan kanske också få större möjligheter att vara överens när vi fått frågor belysta och diskuterade i tillräcklig omfattning.

Väl mött i Göteborg!

Lennart Hjärpne

Mästerskapsinbjudan
SM och JSM 1993
Långdistanssimning i öppet vatten

Svenska Simförbundet och Nyköpings Simsällskap inbjuder härmed till SM och JSM i långdistanssimning.

Tävlingen äger rum i Nyköping söndagen den 8 augusti 1993 i anslutning till den årliga Åsimningen.
Starten sker kl.13.00.
Åsimningen ingår även i SIMTROFÉN, Svenska långlopp 1993, där ytterligare fyra långlopp ingår.

Distansen är 2.700m.

SM-klassen: seniorer,
damer fr.o.m. 18 år
herrar fr.o.m. 19 år
JSM-klassen: juniorer,
damer t.o.m. 17 år
herrar t.o.m. 18 år

Juniorer kan delta i båda klasserna, men måste då ange detta i anmälan.

OBS! Våtdräkt är ej tillåtet för SM- och JSM-simmare.

Anmälan skall ske genom simklubb på Svenska Simförbundets startkort och vara Nyköpings SS tillhanda **senast 25 juli 1993** under adress:
Nyköpings SS, Ortvägen 7, 611 65 Nyköping.

OBS! Vid anmälan skall födelseår anges.

Anmälningsavgiften 165:- skall inbetalas på Nyköpings SS Pg 161937-8 samtidigt med anmälan.
Efteranmälan går att göra mot en avgift på ytterligare 50 kr (165+50) och skall vara inne före kl.12.00 fredagen den augusti 1993.

Upplysningar och information genom Nyköpings SS kansli tel. 0155-28 96 17 eller 28 37 94 samt Svenska Simförbundet 08-605 60 00.

VÄLKOMNA TILL SOMMARENS SIMMARFEST

Svenska Simförbundet
Nyköpings Simsällskap

Nya elever vid Simcentra

Vi gratulerar följande elever och simmare som har antagits till Simcentra med start från läsåret 1993/1994.

KLIPPAN: Louise Christéen, SK Ran, Julia Eriksson, S 02, Angela Fox, KSLS, Marianne Pettersson, Lysekils SS, Ola Fagerstrand, SK Sydsim, Maria Eklöf, Markaryds SS, Carolina Ydermark, Ljungby SS, Ulrika Bramer, Tyringe SS.

HALLSBERG: Anders Forsberg, SK Lödde, Caroline Larsson, Eskilstuna SS, Anna Olsson ,SK Ena, Johan Wallberg, Karlsborgs SK, Cherie Ullström, Karlstads SS och Johan Setterberg, MASS (vt -93).

NYKÖPING: Karin Hamberg, Härnösands SS, Gottfrid Keller, SPIF, Fredrik Mellström, Oskarshamns SS, Joakim Olsson, Södertörns SS, Mikaela Laurén, SPIF, Carolina Österlund, Upsala S, Nina Eriksson, MASS, Tobias Pettersson, Kristinebergs SK, Susanne Ysing, Eskilstuna SS.

Snabb intagning till tränar-utbildning vid idrottshögskolan

Den 3-åriga (tidigare 2-åriga) specialidrottslärarlinjen där bl a SSF hade utbildningsplatser, "ersätts" av en 2-årig utbildning/tränarlinje, 80 poäng, där specialidrottsförbunden också erbjuds att samverka.

Utbildningen består det första året av Idrottslära 10 p, beteendevetenskap 10 p, humanbiologi 20 p, (fysiologi, arbetsfysiologi, rörelseapparatens anatomi, biomekanik, motorisk kontroll, träningslära, medicinsk och ergonomisk orientering).De andra året fördjupningskurs 10 p inom ett antal erbjudna alternativ, coaching 10 p, träningslära 10 p och ett specialarbete 10 p .

Ansökningarna skall vara Idrottshögskolan tillhanda senast den 19 april.

Den nya utbildningen skiljer sig markant på några punkter nämligen

- *ansvaret för utbildningen vilar helt på Idrottshögskolan. Tidigare tog SF:en ett större ansvar både administrativt och ekonomiskt för den egna specialidrottsutbildningen än vad som nu är meningen.*
- *specialförbundet väljer själv vilken nivå av samverkan man vill ha/orkar med att genomföra*
- *utbildningen innehåller bara till ca 40 poäng samma innehåll som idrottslärarutbildningen som driva parallellt på Idrottshögskolan. Du har alltså ingen behörighet som idrottslärare efter genomgången utbildning. Viss kompletering av lärarbehörighet kan ske i efterskott men hur mycket som kan tillgodoräknas finns ej uppgift på då det ej har prövats.*

SSF har satsat stort på tidigare specialidrottslärarutbildningar då vi ansåg att eleverna fick en god utbildning genom samarbetet med GIH.
När den nya utbildningen startar fr o m läsåret 1993/94 blir den första kullen lite grann av "försökskaniner" framförallt när det gäller det andra året där ca 20 poäng ska bedrivas starkt integrerat inom det egna SF:ets verksamhetsutbildning. De första ca 60 poängen (40+ 20 poängen har Idrottshögskolan möjlighet att ekonomiskt svara för.
Däremot vet vi inte hur mycket de kan satsa för de ca 20 "specialförbundspoängen" under andra året.

SSF vill vara seriösa men sitter också själva i en oklar situation då vi inte vet om eller hur mycket som vi skall behöva vara inblandade i utbildningen.
Förhoppningen är att detta blir klarlagt innan budgeten för 1994 planeras i juni 1993. Även om vi får Idrottshögskolans ekonomiska uppgifter helt klara i tid kan vi av förklarliga skäl ej garantera medel förrän tidigast i augusti 1993 då budgeten för 1994 fastslagits av styrelsen.

Undervisningen i de ca 20 specialförbundspoängen behöver inte bli kvalitativt sämre men lär garanterat innehålla större mängd självstudietid och mindre kvalificerade föreläsningar.

Delvis kan man minska självstudietiden genom att arrangera s k högre tränarkurser där externa elever/simtränare inbjuds som då kan balansera ekonomin.
Ifall verksamheten vid simrännan med forskning/testning är igång kan viss kvalificerad utbildning också samordnas.

Förutom allmän behörighet krävs kunskaper som motsvarar Idrott åk 2 på någon linje i gymnasieskolan, lägst betyget 4, Biologi 2 åk N eller etapp 2 (komvux)lägst betyget 3 eller Naturkunskap 2 åk H S So Ko Ep eller etapp 3 (komvux) eller avgångsbetyg från Vd (gren HS) eller treårig omvårdnadslinje (gren HS).

Dessutom krävs s k specialisering inom simning, vilket innebär ett minimikrav på steg 3-utbildning, elittränare med minst 5 års erfarenhet och med finalister på lägst SUM-SIM-riks eller JSM.

Ansökningshandlingar kan rekvireras från Idrottshögskolan 08-14 30 04 eller SSF:s kansli, Lasse Modin 08-605 63 86 fr o m den 20 mars.

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävlingsklar
Patrik Nylén	Borlänge SS	Hedemora SS	930219
Hanna Casserblad	SK Neptun	Spårvägens SF	930228
Kristofer Hagbard	SK 1970	Skene SoIS	930306
Karin Larsson	Karlslunds IF	Örebro SS	930310
Peter Lööv	Järfälla S	Solna SS	930310
Mikael Blomgren	Kanaans SS	Spårvägens SF	930312
Tien Bengtsson	Växjö SS	S 02	930314
John Johnsson	Örebro SA	Lindesbergs SS	930319
Bert-Ola Eriksson	Upsala S	Kalix SS	930319
Magnus Borg	Järfälla S	Turebergs IF	930402
Catarina Mattsson	Järfälla S	Turebergs IF	930402
Robert Salomonsson	Järfälla S	Turebergs IF	930402
*) Malmö S		Malmö KK	930205
*) Limhamns SS		Malmö KK	930208

*) Ett större antal simmare och hoppare har bytt till Malmö KK från Malmö S och Limhamns SS. Malmö S och Limhamns SS har upphört med tävlingssimning. Förteckning över vilka simmare detta gäller finns hos SSF. (Se också notis på annan plats i detta nummer av Simsport).

Instruktör Steg 2 på Rhodos

Göteborgs Simförbund kommer liksom 1991 och 1992 att anordna en instruktörskurs för Steg 2 instruktörer på Rhodos under vecka 41, 10-17 augusti.
Kursen har varit mycket populär och givande för dem som deltagit i densamma. Rekommendationer kan fås av Therese Wahlström, Södertörns SS, Hans Hougaard, Deje SS med flera.
Intresserade klubbar och tränare kan vända sig till: Göteborgs Simförbund, tel/fax 031-20 56 37.
Preliminär anmälan måste vara Göteborgs Simförbund tillhanda senast 15 maj 1993.
Möjlighet finns även att resa med utanför kursen.
Göteborgs Simförbund
Palle Cardell

PS. Se också artikel i detta nummer av Simsport.

Satsa tidigt på föräldrarna med

föräldrautbildning!

Ju tidigare ni inbjuder och gör föräldrarna delaktiga i föreningens verksamhet ju mer kan föreningen få ut av föräldrarna samt föräldrarna få ut av föreningen. Simmarna kan också få ett bättre stöd om samarbetet mellan föräldrarna och tränarna ökar.

En studieplan för alla discipliner under namnet "Föräldrautbildning", har godkänts som studiecirkel vilket blir ett ypperligt redskap för att introducera nya föräldrar i deras barns/ungdomars verksamhet. Föreningen kan införa den som en introduktionsutbildning när någon söker medlemskap.

Även "gamla" föräldrar får säkerligen ut en del av att delta i en cirkel där man mera ingående diskuterar premisserna för föreningens verksamhet.

Deltagarna i cirkeln lägger nivån själva och studieplanen är ett grundförslag som kan utökas, minskas eller tillföras annat innehåll också.

Den nya fortbildningsreformen ger en mycket större frihet när det gäller antal deltagare, ålder, tider etc. Ansvaret vilar på deltagarna tillsammans med cirkelledaren att man uppnår bra resultat.

Genom ett intensivare arbete med föräldrautbildning får föreningen ett större tillskott av ledare. Föräldrarna kan också komma att fungera bättre i verksamheten om man under cirkeln diskuterar ansvar och rollfördelning för föreningens olika medlemskategorier.

Studieplanen beställs från SSF:s kansli till en kostnad av 60:-, men

OBS! glöm inte att utnyttja studiecirkeln som arbetsmetod.

Beställ därför i första hand materialet via ditt lokala SISU-kontor (idrottens studieförbund) så finansierar bidraget för cirkeltimmar hela eller del av materialinköpet.

Inbjudan till SM i konstsim 1993

1993 års SM i konstsim äger rum i Stockholm den 14-16 maj. Anmälningstiden utgår fredagen den 30 april och efteranmälnings-tiden utgår onsdagen den 12 maj kl. 12.00.

Separat inbjudan utsändes till konstimsklubbarna.

Kansliet

INBJUDAN TILL SM/JSM I SIMNING

Landskrona 1-4 juli 1993

Medarrangör: Skånes Simförbund

Plats: Citadellbadet, Landskrona, 50 m, 8 banor

Tävlingstider:

	Försök	Finaler
Torsdag 1/7	09.00	18.00
Fredag 2/7	09.00	18.00
Lördag 3/7	09.00	18.00
Söndag 4/7	09.00	18.00

Åldrar JSM:

Pojkar: 18 år och yngre, *(födda 1975 och senare)*

Flickor: 17 år och yngre, *(födda 1976 och senare)*

Anmälan:

Anmälan skall vara SK Poseidon (OBS!) tillhanda senast 17 juni, poststämpel 16 juni, på SSF:s anmälningslista under adress: SK Poseidon, Box 1555, 221 01 Lund, eller via fax: 046-18 97 79. Vid anmälan skall det anges om det är SM- eller JSM-start.

Anmälningsavgift:

25:-/ind. start, 35:-/lagstart som skall inbetalas samtidigt med anmälan. Postgironummer meddelas senare av arrangören.

Efteranmälan:

Efteranmälningstiden utgår tisdagen den 29/6 kl 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.

Efteranmälningsavgift:

300:-/ind. start, 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt med efteranmälan. Postgironummer meddelas senare av arrangören.

Kvalnormer:

Kvaltider:

Se nedan. Alla anmälda 25 m tider kommer att omräknas till 50 m bantider av SK Poseidon. OBS! Inga kvaltider i lagkapperna, max 3 heat för JSM och max 3 heat för SM. Vid lagkappsanmälan gäller samma förfarande som vid individuell anmälan. Alla inividuella lagkappstider omräknas till 50 m bantider, noterade i 25 m-bana

Kvalperiod:

1992-08-06 - 1993-06-16

JSM-tävlingarna:

JSM avgörs genom direktfinaler, seedade heat, under respektive försökspass. Detta gäller även lagkapperna. Sedan får de juniorer som lyckats bli bland de 8 bästa totalt, SM+JSM, simma SM-final på kvällen. VIKTIGT. Om en junior skall få simma SM-final så måste den simmaren ha klarat SM-kvaltiden i den grenen. Sista kvaldag 16/6.

SM-tävlingarna:

SM avgörs som vanligt i försök och final. OBS! Notera att lagkapperna går som direktfinal under respektive finalpass.

Övrig information:

Info om logi mm har utsänts direkt till klubbarna från Helsingborgs S.

Upplysningar:

SK Poseidon, kansli tel: 046-12 82 60, ang anmälningar, Helsingborgs S, kansli tel: 042-13 43 91, ang inkvartering

Grenordning

Torsdag 1/7

1.	100 m	fritt,	damer
2.	100 m	fritt,	herrar
3.	200 m	bröst,	damer
4.	200 m	bröst,	herrar
5.	400 m	medley,	damer
6.	400 m	medley,	herrar
7.	4x200 m	fritt,	damer
8.	4x200 m	fritt,	herrar

Fredag 2/7

9.	800 m	fritt,	damer
10	400 m	fritt,	herrar
11	100 m	rygg,	damer
12	100 m	rygg,	herrar
13	200 m	fjäril,	damer
14	200 m	fjäril,	herrar
15	50 m	fritt,	damer
16	50 m	fritt,	herrar

Lördag 3/7

17	200 m	fritt,	damer
18	200 m	fritt,	herrar
19	100 m	bröst,	damer
20	100 m	bröst,	herrar
21	200 m	medley,	damer
22	200 m	medley,	herrar
23	4x100 m	medley,	damer
24	4x100 m	medley,	herrar

Söndag 4/7

25	100 m	fjäril,	damer
26	100 m	fjäril,	herrar
27	400 m	fritt,	damer
28	1500 m	fritt,	herrar
29	200 m	rygg,	damer
30	200 m	rygg,	herrar
31	4x100 m	fritt,	damer
32	4x100 m	fritt,	herrar

VIKTIGT!
Anmälande klubb måste ange i anmälan om en simmare ej skall ha SM-poäng. Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng. DM/JDM och Sum-Sim räknas som mästerskapstävlingar!

I försökstävlingarna simmar juniorerna sin gren först, ex 100 m fritt som direktfinal. Därefter avgörs seniorernas försök i samma gren, 100 m fritt o s v.

JSM-KVALTIDER 1-4 juli 1993

	Flickor			Pojkar		
Frisim	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	24.68	27.78	28.28	22.24	24.84	25.32
100 m	54.22	1.00.22	1.01.57	48.37	53.77	55.52
200 m	1.57.55	2.10.55	2.14.11	1.45.54	1.57.64	2.01.18
400 m	5.17.91*	4.37.81	4.44.59	4.47.63*	4.13.03	4.18.91
800/1500 m	10.43.71*	9.31.41	9.44.87	16.45.69*	16.50.99	17.21.59
4x100 m		Inga kvalitder, max. 3 heat				
4x200 m		Inga kvaltider, max. 3 heat				
Ryggsim						
100 m	1.03.22	1.09.91	1.11.97	55.62	1.02.76	1.04.13
200 m	2.14.35	2.29.84	2.32.74	2.00.79	2.15.38	2.17.39
Bröstsim						
100 m	1.08.82	1.17.31	1.19.88	1.01.94	1.09.54	1.12.49
200 m	2.27.17	2.46.57	2.53.45	2.13.98	2.31.48	2.39.98
Fjärilsim						
100 m	1.01.16	1.07.59	1.08.76	54.91	1.00.31	1.01.03
200 m	2.14.89	2.28.89	2.32.47	2.00.08	2.13.18	2.17.16
Medley						
200 m	2.15.19	2.30.24	2.34.99	2.01.37	2.15.18	2.17.67
400 m	4.45.57*	5.17.37	5.25.97	4.20.57*	4.50.17	5.01.19
4x100 m		Inga kvaltider, max. 3 heat				

* = kvaltider för 500/100/1650 yards

SM-KVALTIDER 1-4 juli 1993

	Damer			Herrar		
Frisim	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	24.43	27.53	28.02	21.18	24.17	24.88
100 m	53.55	59.55	1.00.79	46.50	51.90	53.25
200 m	1.53.87	2.08.87	2.12.27	1.41.91	1.54.01	1.58.81
400 m	5.12.25*	4.32.15	4.38.91	4.31.55*	4.06.95	4.14.14
800/1500 m	10.36.95*	9.24.62	9.35.95	16.15.67	16.32.97	16.54.82
4x100 m		Inga kvaltider, max.3 heat				
4x200 m		Inga kvaltider, max. 3 heat				
Ryggsim						
100 m	1.02.14	1.08.84	1.10.54	54.67	1.01.37	1.02.61
200 m	2.14.36	2.29.84	2.32.09	1.57.96	2.11.56	2.16.15
Bröstsim						
100 m	1.08.29	1.16.61	1.19.22	58.10	1.05.61	1.09.16
200 m	2.23.75	2.43.15	2.50.09	2.08.02	2.25.02	2.31.06
Fjärilsim						
100 m	1.00.19	1.05.69	1.07.52	51.84	57.52	58.76
200 m	2.13.01	2.27.05	2.29.46	1.54.11	2.07.21	2.12.61
Medley						
200 m	2.13.60	2.28.92	2.31.17	1.57.31	2.11.11	2.14.60
400 m	4.42.53*	5.14.23	5.23.21	4.13.50*	4.43.01	4.51.68
4x100 m		Inga kvalitder, max. 3 heat				

* = kvaltider för 500/1000/1650 yards. **Kvalperiod:** 1992.08.06 - 1993.06.16

Ny planerare -
god affär för medlemmar och föreningar

Planeraren - för friskvård, sport och motion - är en helt ny produkt som kan Sveriges idrottsföreningar goda och välbehövliga intäkter. I samarbete med idrottens egen grossist Club 2 Tusen, Friskis & Svettis och Team Sportia har Kalender-Media i Helsingborg tagit fram Planeraren. Just nu säljs den till föreningar över hela Sverige och utlovar bl a värdecheckar för ett par tusen kronor till den som köper kalendern för endast 50 kronor. Föreningarna tjänar minst 20 kronor per försålt ex.

Under de närmaste månaderna säljs Planeraren av Club 2 tusen och deras säljare runbt om i landet. Föreningarnas sista beställningsdag för sommar/höstupplagan är 31 april.

För vidare information kontakta Club 2 Tusen, Idrottens Hus, 123 87 Farsta eller ring på telefon 08-605 61 80.

CLUB 2 TUSEN

Telefon:
IDROTTENS HUS
08-605 61 80

JUNIORERNA FÅR -
SITT EGET SM - I HÖST

Svenska Simförbundet har beslutat att ej genomföra SM och JSM tillsammans i höst. Detta på grund av att det blir stora svårigheter att arrangera tävlingen, då antalet deltagande simmare skulle bli väldigt stort vid ett gemensamt SM och JSM.

SM avgörs under tre dagar i Linköping 19-21 november. Dessutom har Linköpings simhall endast sex banor.
Som Christer Magnusson påpekade i sin insändare i Simsport 1/2 så skulle antalet starter öka med 70-80% vid ett sammanslaget mästerskap. Dessutom skulle försökstävlingarna hålla på cirka 5-6 timmar och detta är ju orimligt.
Vid elittränarkonferensen i september 1991 i Jönköping var budskapet från en enig tränarkår till simkommittén: Slå ihop SM och JSM på sommaren! Att arrangera SM och JSM tillsammans skulle inte bli några problem, då ute-SM alltid arrangeras på fyra dagar och dessutom i 8-banors bassäng.
När simkommittén tog beslut om ett sammanslaget SM/JSM på hösten så tänkte man inte på de ovan nämnda problemen med tre dagar och 6 banor, men simkommittén är ju inte sämre än att den kan ändra sig.

Så 1993 kommer JSM att simmas den 3-5 december!

Detta betyder också att JSM fortsättningsvis blir en egen tävling, som arrangeras i december varje år.

ARRANGÖR SÖKES för detta JSM. Ansökan kan insändas till SSF:s kansli per brev eller per fax: 08-724 68 61, senast den 1 maj.

Arrangörsavgift: 25 000:-
Information: Lennart Hjärpne, tel 08-605 63 77, ekonomiska frågor, Berth Johansson, 605 63 83, tekniska frågor.

PAPPALEDIG UTBILNINGSAVDELNING

Lasse Modin på Simförbundets utbildningsavdelning kommer att vara delvis pappaledig under perioden april - juni. Du som vill veta mer om kurser och utbildning får försöka pricka in de dagar som du ser nedan, då Lasse är anträffbar på telefon:

April, 13-16, 22-23
Maj, 4, 10-14, 18-19, 27-28
Juni, 7-9, 15-18

Ett inkommande **fax från dig till 08-724 68 61,** SSF:s kansli, kan också vara ett sätt att få din fråga till kansliet, om det är "högtryck" på Lasses telefon de dagar han är på plats.

Anders Ernäs i SSF:s utbildningskommitté, ställer också upp kvällstid fram till kl 22.00 i mån av närvaro i bostaden. Telefonnumret är 018-42 50 27. Pratar du in p åAnders telefonsvarare så ringer han upp dig vi dtillfälle.

Gäller det mycket brådskande ärenden som absolut inte kan vänta så får vårt kansli försöka hjälpa dig. Ring då till växeln i Idrottens hus, 08-605 60 00, så får de försöka slussa dig till någon på SSF:s kansli. Du får däremot inte räkna med att du kan få ett direkt svar av den du eventuellt blir kopplad till men ditt ärende tas emot och ska försöka besvaras så snart det är möjligt. Var och en är specialister på sina områden och har dessutom mycket svårt tidsmässigt att försöka sätta sig in i arbetskamraternas arbete.

Intresserad av babysim?

Hur intresset /möjligheterna är för babysim och vilken verksamhet som bedrivs idag samt vilket utbidlnings-/ informationsstöd som behövs, vill SSF:s utbildningskommitté ta reda på.



Apropå timing, så ringde en frisk kraft vid namn Monika Moravcsik och ville hjälpa oss med detta på bekostnad av Arbetsförmedlingen.
Monika är sedan några år hängivet aktiv inom babysim i Solna babysimförening och har som ledare utbildat sig för pionjären Marianne Östergren, Knut Rosén, K.G. Rosén och en australisk mycket kunnig ledare, Cookie Harkin.

Monika kommer att göra en enkät som sänds till alla föreningar och simhallar där vi verkligen hoppas att ni i föreningarna svarar och sänder tillbaka enkäten. Monika kommer också att göra förslag på kursplan och eventuella andra typer av utbildningsinsatser som vi i ett senare skede bestämmer oss för. Detta är givetvis avhängigt på hur marknaden och dess behov ser ut.
Det är viktigt att enkäten kommer fram till rätt person, så tvekar du som föreningsrepresentant om detta eller vill ha en enkät för egen del, så ring till henne.
Monika kommer att finnas på vårt kansli tisdagar, onsdagar och fredagar fram till den 1 oktober 1993, då projektet skall vara avslutat. Ring henne gärna och berätta om dina undringar, åsikter etc i ämnet babysim.

Monika träffas på telefon 08-605 63 89 mellan 9.00-16.00 (lunch 11.30-12.30), men kom ihåg att Monika endast har till uppgift att besvara frågor inom babysim.

Morot och stimulans

Instruktörskurs på Rhodos

För andra året i rad har Göteborgs Simförbund förlagt en Steg 2-kurs för instruktörer på Rhodos och för andra året i rad fanns det inte tillräckligt med lovord för denna ovanliga satsning.



10-12 deltagare per år från flera delar av landet, men med de flesta daltagarna från göteborgsklubbar, har under en veckas tid gnuggats ordentligt av elitinstruktören Hans Johansson från Borås. Deltagarnas ord om honom var: "En instruktör som höll sig på jorden och gav alla en möjlighet att hänga med".
Uppläggningen av kursen var dessutom verkligen fint planlagd med lektioner på morgonen och efter klockan 16 samt med en hel dags ledighet för utflykt, vid senaste tillfället till en mindre ö i den grekiska skärgården.
Större delen av lektionerna tillbringades i en luftkonditionerad konferenslokal. Ibland hände det att kursen hölls utomhus i gräset, vid poolen eller på någon terrass. Det var endast ett par minuters väg till stranden. Det fanns heller inga problem att vara sysselsatt på fritiden utanför kursen, med Rhodos stad alldeles i närheten.
Här är några synpunkter från några av kursdeltagarna:

Berndt Hansson, S77 Stenungsund:
- En trevlig och väl arrangerad Steg 2-kurs. Allt fungerade som man önskar att det skall göra. Föredragen får högsta betyg. Allt hölls på en nivå där alla kan hänga med. Mat och logi höll en förnämlig klass. Fritiden med bad och sevärdheter var mycket behaglig. Fördelen med att lägga kursen på Rhodos, (utomlands), är ur social synpunkt helt oöverträffbar.

Hans Hougaard, Deje SS:
- Utbildningen på Rhodos har gett mig ny kunskap och ny inspiration. Simträningen har blivit roligare för både mig och simmarna. Kursen är en dröm för oss tränare i små klubbar som under en hel veckas tid kan prata simning med andra tränare. Ett stort tack till Hasse och Palle för en bra kurs. Jag försöker få styrelsen att sönda två av våra Steg 1-tränare till nästa kurs.

(Se också inbjudan till 1993 års kurs i detta nummer av Simsport).

Sundbybergs IK

100 år

Sundbybergs Idrottsklubb föddes den 9 april 1893. Simsektionen kom igång i Sundbyberg 1920. Simintresset var stort men någon simhall fanns inte. Därför höll de intresserade till vid Jungfudansen i Bällstaviken. Problemen var många i början. Det gällde till exempel att hålla simbryggorna hela. Dåtidens klubbrekord kan heller inte jämföras med dagens. Då var rekordet på 100 m fritt 1.11.2 och på 100 m rygg 1.25.0. 1921 kom ett förslag från simsektionen i Sundbyberg till huvudstyrelsen att låta simsektionen få arrangera en propagandasimning i Ulvsundasjön. Förslaget vann styrelsens gillande och ett relativt blygsamt arrangemang kom igång den 14 augusti 1921.



Leif Sjöblom

STRANDEN VID JUNGFRUDANSEN

var packad med folk. Sträckorna som skulle simmas var 100 m och 200 m. Hässelby vann denna första tävling med Sundbybergs IK på tredje plats.

Under de kommande åren deltog SIK i många av tävlingarna i stockholmstrakten. En av dessa var Strömsimningen. Här utfördes vid ett par tillfällen stora prestationer av klubbens Stig Thorp och Gunnar Lund, som genom detta satte sina namn bland Sveriges främsta simmare.

1927 tog SIK segern i denna tävling men bara tre år senare lades simsektionen i Sundbyberg i malpåse.

1950 träffades några gamla simmare i skolbadet i Sundbyberg. Bassängen med måttet 16,75 meter blev SIK:s första inomhusbad. 1954 var det dags att bilda en styrelse och ett år senare har simsektionen en ordförande som säkert många av dagens simmare och ledare känner igen. Hans namn är Bengt Eriksson och han är sedan mer än 20 år Simförbundets förbundsläkare.

VID SAMMA TILLFÄLLE

började en simmare vid namn Leif Sjöblom att träna i det lilla skolbadet. Redan 1959 blev han klubbmästare på 400 m fritt och 100 m fjäril. Sedan gick utvecklingen spikrakt för honom.

1960 tog Leif sitt första SM-guld på 200 m rygg på kort bana. Vid junior-SM 1961 tog han den första SM-medaljen till Sundbybergs IK:s simsektion genom att vinna 100 m rygg med segertiden 1.08.1. Vid junior-DM senare under säsongen lyckades Leif med den smått otroliga bragden att med bara fem minuters mellanrum vinna både 100 m fjäril och 100 m rygg.

1962 gick han över till SK Neptun med siktet inställt på OS 1964. Forsgrenska badet, där uttagningarna till OS skedde, hade det för simning ovanliga måttet 33 meter. För att denna lite längre distans inte skulle störa simmarna allt för mycket hade arrangörerna vid 25 meter satt upp ett provisoriskt vändningsplank alldeles vid vattenytan.

Detta plank förenklade tyvärr inte vändningarna för fri- och ryggsimmarna. Oturligt nog missade Leif en vändning på 100 m rygg och OS-biljetten försvann i och med detta misstag, trots att Leif samma år vunnit både SM och NM.

EFTER DENNA MISS

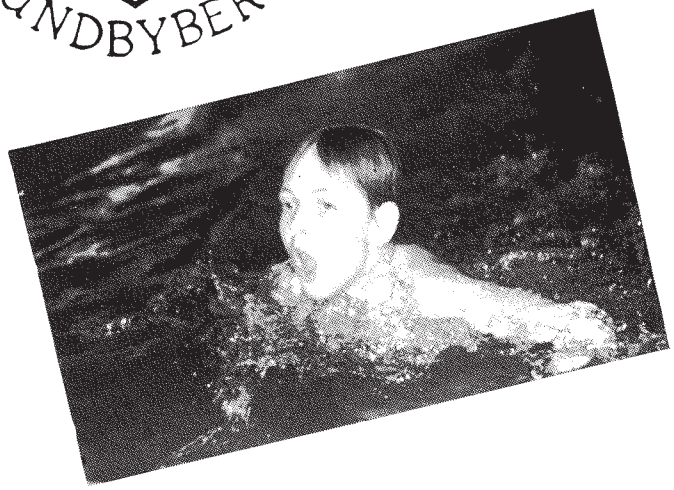
hade han svårt att komma tillbaka som elitsimmare. 1965 vände han tillbaka till Sundbyberg och började arbeta som tränare i klubben.

Dagens tränare Kjell Höglund berättar:

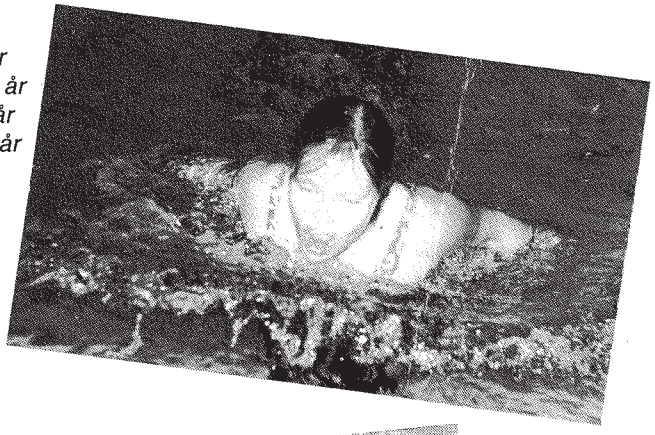
- Tack vare Leifs envishet kom många bra simmare fram i SIK. Han var en hård och krävande ledare som alltid ville göra sitt bästa såväl i som vid sidan av bassängen.

Plantskolan i SIK har fått fram många duktiga simmare som Britt-Marie Smedh, Lars-Åke Bohlund, Anders Larsson, Agneta Fuchs, Birgitta Grandin, Ewa Berg, Ann-Christin Busk, Thomas Lindgren, Björn Hjortstad, Lena Andersen, Jane Rimbleus, Göran Isenborg, Therese Alshammar, Robert Löfström m fl.

Den 15 mars 1978 invigdes Sundbybergs simhall, en 25 metersbassäng med åtta banor. Äntligen ropade många. Med den nya bassängen har SIK fått fram många





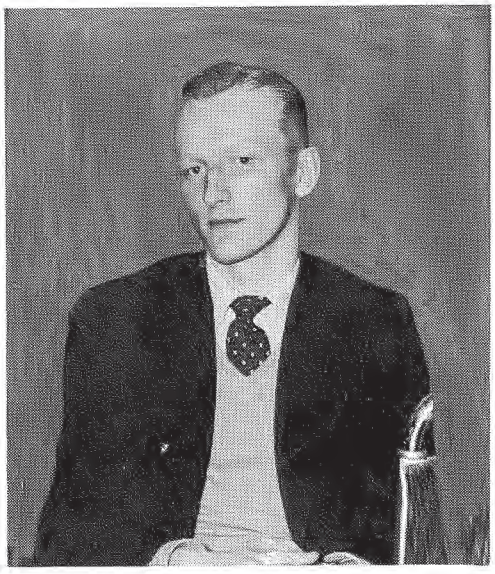


Björn Hjortstad, 10 år
Ann-Christin Busk, 9 år
Birgitta Grandin, 10 år
Tomas Lindgren, 10 år





Bengt Eriksson th



Bengt Eriksson

nya, duktiga simmare. En del av dessa har under åren gått till andra klubbar och en del är tränare och ledare i SIK.

SUNDBYBERGS IK:s SIMSEKTION

har 1993 en helt ny grupp med 15 hårt satsande simmare. Dessa är födda under åren 1978-1983. De tränar 3-6 gånger i veckan. I denna grupp finns det simmare som snart kommer att låta tala om sig, simmare som Robert Mannbrink, Ola Bodén, Cliff Larsson, Linnea Forslin, Natalie Nordahl och flera andra.

Med dessa simmare är grunden lagd till ett försök med en stor elitsatsning som skall ge utdelning under åren 1997-98. Då ingår i satsningen utbildning och all slags träning med ett stort stöd av simmarnas föräldrar.

Simsektionen har en mycket stor bredd på teknikgrupperna och förfogar över 390 aktiva från Plask och lek via de olika teknikgrupperna till elitgruppen. Sektionens ekonomi är bra och målet för elitgruppen i år är att klara ett träningsläger i Prag. De närmaste åren väntar en långresa.

Årets satsning går till stor del ut på att informera omvärlden att Sundbybergs IK:s simsektion fortfarande lever, både inom Stockholm och utanför regionen. Klubben satsar mycket på att ha ett bra samarbete med skolorna.

I augusti i år skall sektionen arrangera Sundbybergs första Triathlontävling. Dessutom ordnar man en simtävling i den lilla fågelsjön, Lötsjön, Det sker också i augusti och sträckan är 850 meter.

100 ÅR I SUNDBYBERG

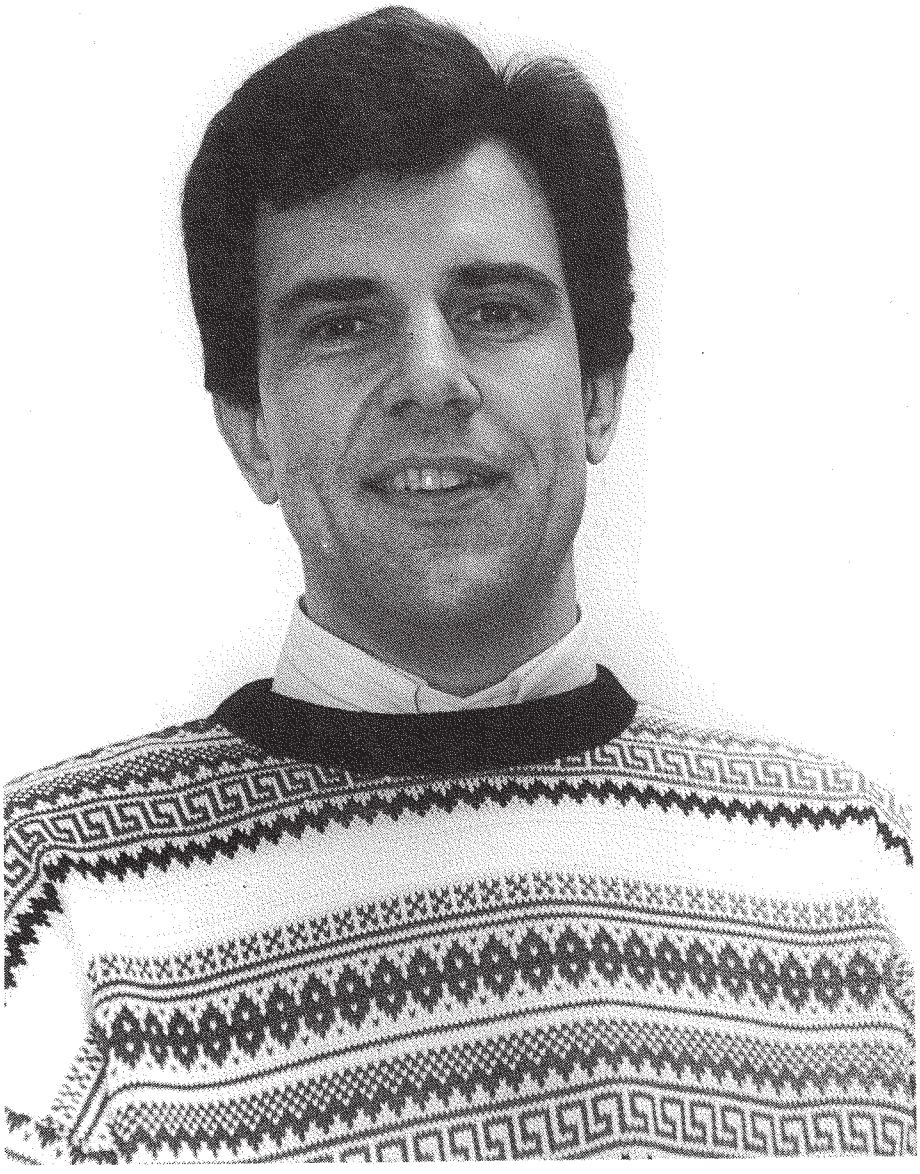
kommer att firas både sportsligt och ekonomiskt. Klubben har rötter att vara stolt över. Att lära av historien är alltid nyttigt. De närmaste 100 åren kan Sundbyberg säkert se fram emot en ny storhetstid. Klubben och simsektionen tar här också chansen att tacka alla som har arbetat med simidrotten i Sundbybergs IK under de 100 åren.

Kjell Höglund

Möt Simförbundets VD

Lennart Hjärpne

För drygt fyra år sedan blev han Simförbundets högste tjänsteman. På dessa år har han gradvis sett till att göra en samhällsanpassad organisation av ett idrottsförbund. Simförbundet står idag ovanligt starkt, berett att ta sin plats i ett samhälle som förändras allt mer. Lennart Hjärpne kanske inte styr svensk simning från sitt tjänsterum i Idrottens Hus i Farsta, men på olika sätt ser han till att simmarsverige styr åt rätt håll. Åt det håll han anser bäst. Ingen kan beskylla honom för att lysa i simmarnas stjärnglans vid de stora mästerskapen. Han är ingen hejaklackledartyp men finns i bakgrunden. Också ofta beskylld för att inte synas tillräckligt. Ändå har Simförbundet de senaste åren, både ekonomiskt och resultatmässigt gjort mycket bra resultat. Men varför gå från näringsliv till ett idrottsförbund? Och varför ta ett sådant jobb som dess högste chef?



- För att jag såg det som en utmaning. Efter att ha arbetat i 17 år inom bankrörelsen kände jag att det var dags att pröva på något annat. Jag hade vid den tiden varit engagerad i en simförening under nästan tio år eftersom mina båda barn simmat. Därmed hade jag fått en hel del insikt i de problem och glädjeämnen som simningen medför för barn och vuxna.
När jag anställdes blev min titel förbundsdirektör. Efter att vi tog bort det verkställande utskottet för några år sedan ändrades namnet till VD, verkställande direktör. Att ta bort VU tycker jag enbart låg i linje med vårt sätt att tänka. Det innebar att vi tog bort en länk eller beslutsnivå mellan styrelsen och mig själv. Vi kan på så sätt minska avståndet och meningen är att också skapa ett engagemang hos styrelsens medlemmar. Här tror jag dock att det finns en hel del kvar att göra.

- Varför tror du att just du är så lämpad för det här jobbet?

- Jag kan bara hoppas att jag är det. Jag tycker det själv i alla fall. Det kanske beror på att jag är uppväxt inom idrottsrörelsen och har sett den under en mycket lång tid av mitt liv. Genom åren har jag lärt mig en del och sett vad som kan göras bättre. Trots att jag varit inom idrottsrörelsen som aktiv var det faktiskt en mindre chock att komma in från det andra hållet. Jag trodde inte det var så mycket som man kunde vara oenig om. Som spelare och aktiv märkte jag inte de problemen på samma sätt. Kanske för att jag enbart engagerade mig i att spela. Det övriga överlät jag till ledarna. Med min bakgrund inom den finansiella sektorn har jag haft stora fördelar i jobbet. Det fanns när jag började mycket och finns även mycket kvar att göra inom förbundet. Det var väl inte direkt kaos när jag började men i viss mån hade saker och ting så att säga odrnat sig till slut på något vis. Jag är kanske, tyvärr för många, lite av en pedant som gillar att olika saker är i ordning. Jag tycker att det skall vara så. Jag vet att det finns andra som kanske tycker jag är någon slags polis inom förbundet men det är faktiskt inte avsikten. Skall en verksamhet kunna fungera bra måste det vara lite ordning. Här finns det fortfarande mycket kvar att göra. Framförallt vad det gäller alla de ideellt arbetande människor som idag är engagerade i våra idrotter. Genom information och liknande måste vi lära dem att hjälpa till så att verksamheten på kansliet inte skall behöva vara en "plocka upp efter" roll.

"Det var väl inte direkt kaos när jag började.."



Lennart Hjärpne har en mycket lång idrottskarriär bakom sig även om han fortfarande är något av en "skräck" för många handbollsförsvar i oldboysserien. Som 8-9 åring började han med just handboll i en förening som heter IF Rutger i Stockholm. Det blev också fotboll i det inte helt okända Hammarby IF. Han spelade också, i mån av tid vilket han hade gott om på den tiden, även ishockey, bandy och simmade någon termin i Stockholmspolisen när han var i 10-årsåldern. Simningen var dock för tråkig för att han då skulle finna

"Simningen var dock för tråkig.."

"Ett idrottsförbund är egentligen inte särskilt mer komplicerat än ett medelstort företag."

"De senaste åren har förbundet satt press på sina kommittéer.."



något intresse för den. Han tyckte bättre om idrotter med mer "go" i.
Med tiden blev det mest handboll och fotboll. I handboll gick han över till SoIK Hellas som på den tiden var mycket framstående, speciellt på herrseniorsidan. Han spelade också i Stockholms stadslag i handboll och var med i något som hette TV-Cupen. Efter pojk- och junioråldern blev det Södertörn där han var med och spelade upp laget till division 2, nuvarande division 1. Större delen av laget gick sedan vidare till AIK och var nära att i början av 1970-talet gå upp i allsvenskan. Under pojkåren spelade han fotboll i Hammarby, bl a i samma lag som en kille vid namn Rolf "Råttan" Edberg, sedemera landslagsspelare i ishockey. Hammarbypojkarna vann St Erikscupen, som är en stor turnering, tre gånger. Han spelade också i Stockholms stadslag i fotboll. Efter pojk- och juniortiden spelade han i en mindre förening på olika nivåer, dock högst i division 4, nuvarande div 3.
Sedan tog arbete och familjebildning all tid och 1975 fick handboll och fotboll klara sig utan Lennart. Innan dess hann han i alla fall med att spela fyra juni-



orlandskamper för Sverige i handboll och han var med om att 1969 vinna NJM i Danmark.

- Då har du en gedigen idrottsbakgrund, i alla fall i bollsporter. Har det hjälpt dig i VD:jobbet och var gör förresten en VD?

- Visst har det hjälpt mig. En VD är även i ett idrottsförbund högste tjänsteman och ansvarar för att verksamheten sköts efter de riktlinjer som styrelsen skissat upp. En VD är också ansvarig inför och föredragande i styrelsen. Det krävs att jag är mycket väl förberedd i alla frågor då jag skall kunna ge erforderlig information till styrelsens ledamöter så att de skall kunna ta riktiga beslut. Ett idrottsförbund är egentligen inte särskilt mer komplicerat än ett medelstort företag. Högsta instans i förbundet är årsmötet eller stämman som man också kan säga. De ger sedan direktiv till styrelsen hur verksamheten skall skötas. Styrelsen sätter upp kortsiktiga och långsiktiga mål för sin verksamhet. Dessa skall styrelsen med kansliets och VD:s hjälp försöka att uppnå. Resultatet mäts naturligtvis på olika sätt. Om man sätter ett ekonomiskt mål så mäter man utfallet i ekonomiska termer. Sätter man andra mer teoretiska mål eller liknanade så får årsmötet ta ställning till om man klarat uppgiften eller inte. De mer övergripande målen finns redan i vår skrift "Simidrott 2000".

"leva lite efter ur hand i mun enligt min mening.."



De senaste åren har förbundet satt press på sina kommittéer att skriva 4-årsplaner där mål och planer presenteras. En uppföljning sker sedan på årsmötet. I dessa planer sätter kommittéerna, speciellt då tävlingskommittéerna, mål som kan vara i form av medaljer, placeringar eller liknande.
Under mina år på förbundet så har väl, om jag skall vara riktigt ärlig, detta med mål och mätning av utfall varit en bit som inte direkt priroterats från styrelsens sida som jag ser det. Man har lagt ner mer krut på att få verksamheten att gå runt och leva lite efter ur hand i mun enligt min mening. Satsning på forskning och sådant som på sikt kan ge resultat har inte prioriterats. Förrän nu.

- Har du själv någon kontakt med den levande simidrotten?

- Mitt arbete består till största delen av att administrera olika saker. Tyvärr har den delen blivit allt för stor tycker jag. Det innebär att mina kontakter med de aktiva enbart består av att jag ser dem och får möjlighet att prata med dem vid stora mästerskap som SM och EM. Detta gäller även mina kontakter med ledare och tränare. Vissa har jag naturligtvis kontakt med under året på telefon. Jag skulle önska att jag fick större möjlighet till kontakter med dessa grupper och även med dem som arbetar inom distrikt och föreningar i framtiden. Detta kan dock bara bli möjligt om den administrativa delen på något sätt kan förändras.

- Vad har hänt eller förändrats sedan du började 1989? Har det hänt något?

- En hel del tycker jag. Vi har datoriserat kansliet. Vi har fått bra ordning på redovisningen och annat med anknytning till den ekonomiska delen av vår verksamhet. Vi har kunnat hålla i pengarna och inte fallit undan för dem som vill att vi skall bränna alla pengar direkt. Vi har anpassat kansliet personellt efter de förutsättningar som råder. Vi har goda relationer till press och andra utomstående tack vare hjälp och engagemang från vissa utvalda personer som vi valt att arbeta med. Så nog har det hänt en del.

- Det är ju bra. Vad vill du då göra med Simförbundet i framtiden?

- Jag vill att vi kommer igång med den satsning och profilering av förbundet som är planerad för jag tror att det är en mycket viktig insats som måste göras. Speciellt idag då media mer och mer enbart satsar på några få idrotter som marknadsförs extremt mycket. Jag vill få igång en fungerande resursanskaffning för att trygga den ekonomiska tillväxten.
Jag vill att vi mer aktivt ser över fördelningen av de budgetmedel som står till buds inom vår idrott. Jag tror att vi mer måste gå ner i detalj och kritiskt analysera varje post i de äskanden som kommer in. Vi kan inte automatiskt uppräkna beloppen år från år. Detta är en svår balansgång men den måste vi klara av.

- Vad tror du om framtiden för idrotten i allmänhet och simningen i synnerhet?

- Jag tror att idrotten har en framtid. Man brukar säga att man av historien kan avläsa hur framtiden blir. Idrott kommer alltid att finnas i någon form. Jag är bara orolig över de fruktansvärda pengabelopp som florerar inom vissa idrotter idag. Jag hoppas att vi i framtiden kan mer ägna oss åt den idrottsliga delen och slippa fundera över den ekonomiska. Det kanske är nödvändigt att olika delar av idrottsrörelsen gör upp med varandra och solidariskt delar på de pengar som man kan komma åt.

Jag tror även att simidrotten har en framtid. I alla fall simningen. Jag tror dock att vi måste vara öppna för att anpassa oss till de krav som medier och liknande kan ställa på oss, det vill säga tävlingsdistanser med mera. Vi måste bli en mer mediavänlig idrott, inte enbart för medias skull utan för allmänheten som nås av vår idrott via media. Dagens långa tävlingar kommer inte att överleva i framtiden. Det skall vara korta snabba ryck som gäller. Jag tror att en sådan sport som konstsim har en svår framtid framför sig. Även om den är vacker rent artistiskt så tror jag att den på grund av att så mycket sker under vattnet kan vara svår att följa även med undervattenskamera.

Men visst har simidrotten en framtid. Det kommer an på oss alla att göra den så bra som möjligt för så många som möjligt. Vi har en stor fördel jämfört med andra idrottet.

Alla har en längtan att lära sig simma. Det skall vi ta vara på.

BRÖSTSIM
I SÖDERTÄLJE

Efter ett initiativ från Peter Haraldsson, Magnus Classén, Patrik Isaksson och Peter Karlsson, samlades Sveriges bästa bröstsimmare i Södertälje 20-22 mars för att under Torsten Buhres kompetenta ledning träna tillsammans under en helg.



Tankarna på ett sådant här läger föddes under World Cup i Malmö av de ovan nämnda simmarna. Undertecknad samt Sven-Sören Bergqvist nappade på idén och två helger spikades. Förbundskapten Hans Chrunak välsignade och Tommy Lindell tillfrågades om han kunde ta ut de 16 bästa bröstsimmarna.
För att få kompetens på tränarsidan kontaktades Torsten Buhre för att ta hand om träning och teori. Förläggningen skedde i Södertälje SS fritidshem och simmarna svarade själva för hushållet. En del av maten, flingor och pasta, sponsrade Kungsörnen med.
Fredagskvällen inleddes med introduktion och genomgång av mål med helgens träning. Första passets huvudarbete bestod av en medleyserie då Torsten ville bilda sig en uppfattning av förmågan hos de deltagande simmarna. Dessa verkade vara bra tränade för att klara en helg med varierande fart och cirka 35 000 meter.
Lördag morgon var det dags för det stora arbetet med arm och ben, cirka 2 000 meter av varje. En viss försiktighet kunde skönjas i starttiderna jämfört med de starttider som Torsten var van vid från USA.
Frågan vi då ställde oss var naturlig. Har vi för dålig kvalitet då vi tränar ben-arm separat eller använder många det som vila-återhämtning inför nästa uppgift?
Serien 125+100+75+50, fyra gånger med start 2,10, 1.45, 1,20 och 55 klarades av väldigt bra. Även av dem som varit tveksamma.
På eftermiddagen simmades bland annat 8x150 meter bröstsim med start varje 2,45. Syftet med serien var att träna den maximala syreupptagningsför-



Foto: Bildbyrån

mågan. Allra bäst simmade Norrköpings Joakim Adolfsson vars snitt på serien, 1,51.0, imponerade. Jämfört med bröstsimmarna på Crimson Tide, Alabama, USA, var detta bra enligt Torsten som väl känner till förhållandena där efter sin tid i USA som tränare.
Joakims snitt var något bättre än värdens, Peter Haraldsson, men Peter hade en större spridning i sin serie. Snabbaste 150:an simmade Fredrik Rosenholm med 1,48.2.
Förmiddagarna var så konstruerade att först simmade alla i två timmar. Därefter följde en timmes landträning och en timme teknikövningar. Teknikövningarna bestod i mycket av vanliga teknikövningar men med fartkrav, skovlingar, kroppspositionsövningar och undervattenssimning.
Söndagspassets första del bestod av blandade simsätt på lågfart, arm och ben. Detta med tanke på kvällens huvudarbete, 6x100 meter med start 8 minuter.
Snittet av detta kan man med erfarenhet från USA, använda som en objektiv bedömning av tävlingskapaciteten. Bland andra Nort Thornton i USA, använde sig av den här testserien.
Resultaten på serien visade bland annat att Peter Karlsson, om det biomekaniska, näringsfysiologiska och mentala stämmer, har kapacitet nedåt det svenska rekordet.
Nyfiken på testet?
Tag kontakt med Torsten så berättar han mer.

Ole Torstensson

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

SIMNING

World Cup deltävlingar 5-7

5. Gelsenkirchen, GER
13-14 februari 1993

Första dagen

100 m fritt, herrar
1. Alexandr Popov, RUS, 48.66
1. Christina Tröger, GER, 49.02
3. Yury Vlasov, UKR, 49.12
10 Anders Holmertz, SWE, 50.29
23 Marcus Lundstedt, SWE, 51.63

200 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 1.57.19
2. Kerstin Kielgass, GER, 1.59.52
3. Simone Osygus, GER, 2.00.24

50 m bröst, herrar
1. Vasilij Ivanov, RUS, 27.35
2. Dmitriy Volkov, RUS, 27.55
3. Ron Dekker, NED, 27.62

100 m bröst, damer
1. Alicja Peczak, POL, 1.08.86
2. Samantha Riley, AUS, 1.09.00
3. Jana Dörries, GER, 1.09.85
17 Hanna Jaltner, SWE, 1.14.10

400 m medley, herrar
1. Luca Sacchi, ITA, 4.14.07
2. Tatsuya Kinugasa, JPN, 4.16.73
3. Uwe Volk, GER, 4.18.08
6. Fredrik Lundin, SWE, 4.19.01

100 m fjäril, damer
1. Susan O'Neill, AUS, 1.00.11
2. Xiaohon Wang, CHN, 1.00.72
3. Ilaria Tocchini, ITA, 1.00.74

100 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 53.02, ER
2. Carlos Ventosa, ESP, 54.54
3. Tino Weber, GER, 54.62
21 Daniel Carlsson, SWE, 57.98

50 m rygg, damer
1. Yoko Koikawa, JPN, 28.88
2. Anja Eichhorst, GER, 29.07
3. Mette Jacobsen, DEN, 29.29
15 Ulrika Jardfelt, SWE, 30.78
16 Therese Alshammar, SWE, 30.79

200 m fjäril, herrar
1. Danyon Loader, NZL, 1.54.21, WR
2. Denis Pankratov, RUS, 1.54.46, ER
3. Franck Esposito, FRA, 1.54.97
15 Johan Backlund, SWE, 2.06.71

200 m medley, damer
1. Li Lin, CHN, 2.12.97
2. Daniela Hunger, GER, 2.13.81
3. Alicja Peczak, POL, 2.14.01

400 m fritt, herrar
1. Evgeniy Sadovyi, RUS, 3.41.08
2. Steffen Zesner, GER, 3.46.47
3. Anders Holmertz, SWE, 3.46.53

50 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 24.96
2. Eugenya Ermakova, KZK, 25.24
3. Simone Osygus, GER, 25.60

200 m bröst, herrar
1. Philip Rogers, AUS, 2.11.65
2. Vadim Elxeiv, ISR, 2.11.82
3. Jon Cleveland, CAN, 2.12.70
26 Conny Wennberg, SWE, 2.25.51

1000 m fritt, damer
1. Olga Splichalova, TSR, 10.47.25
2. Anna Wilson, NZL, 10.49.92
3. Olga Kirichenko, RUS, 10.51.59
12 Sofia Lindström, SWE, 11.35.19

100 m medley, herrar
1. Christina Keller, GER, 55.47
2. Indrek Sei, EST, 55.77
3. Ron Dekker, NED, 55.95
12. Marcus Lundstedt, SWE, 59.02

200 m rygg, damer
1. Yoko Koikawa, JPN, 2.09.05
2. Dagmar Hase, GER, 2.09.69
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.12.60
17 Therese Alshammar, SWE, 2.22.06
20 Ulrika Jardfelt, SWE, 2.27.25

50 m fjäril, herrar
1. Mark Foster, GBR, 23.72, WR
2. Dirk Vanderhirtz, GER, 24.41
3. Pavlo Khnykin, UKR, 24.55
13 Christina Lindström, SWE, 25.42

Andra dagen

100 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 54.08
2. Eugenya Ermakova, KZK, 54.91
3. Simone Osygus, GER, 55.16
22 Sofia Lindström, SWE, 59.92

200 m fritt, herrar
1. Anders Holmertz, SWE, 1.46.09
2. Christian Keller, GER, 1.46.15
3. Carlos Ventoza, ESP, 1.47.96
15 Marçus Lundstedt, SWE, 1.52.49
16 Johan Backlund, SWE, 1.54.08

50 m bröst, damer
1. Samantha Riley, AUS, 31.98
2. Peggy Hartung, GER, 32.13
3. Sylvia Gerasch, GER, 32.36
7. Louise Karlsson, SWE, 33.34
9. Hanna Jaltner, SWE, 33.60

100 m bröst, herrar
1. Vasilij Ivanov, RUS, 1.00.43
2. Dmitriy Volkov, RUS, 1.00.74
3. Ron Dekker, NED, 1.00.80
35 Conny Wennberg, SWE, 1.07.47

100 m fjäril, herrar
1. Danyon Loader, NZL, 52.98
2. Denis Pankratov, RUS, 53.14
3. Marcel Gery, CAN, 53.42
19 Christian Lindström, SWE, 57.18
20 Johan Backlund, SWE, 57.35

100 m rygg, damer
1. Sandra Völker, GER, 1.00.65
2. Yoko Koikawe, JPN, 1.00.87
3. Dagmar Hase, GER, 1.01.84
14 Ulrika Jardfelt, SWE, 1.04.49
23 Therese Alshammar, SWE, 1.05.78

50 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 25.04
2. Tino Weber, GER, 25.39
3. Carlos Ventosa, ESP, 25.93
16 Daniel Carlsson, SWE, 27.28

200 m fjäril, damer
1. Mika Haruna, JPN, 2.09.47
2. Susan O'Neill, AUS, 2.11.37
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.13.52

200 m medley, herrar
1. Christina Keller, GER, 1.58.31
2. Luca Sacchi, ITA, 1.59.70
3. Tatsuya Kinugasa, JPN, 2.02.16

400 m fritt, damer
1. Olga Kirichenko, RUS, 4.09.94
2. Kerstin Kielgass, GER, 4.12.46
3. Anna Wilson, NZL, 4.13.68
16 Sofia Lindström, SWE, 4.33.59

50 m fritt, herrar
1. Mark Foster, GBR, 21.72, ER
2. Yury Vlasov, UKR, 22.08
3. Alexandr Popov, RUS, 22.17
3. Christophe Kalfayan, FRA, 22.17
30 Christian Lindström, SWE, 24.77

200 m bröst, damer
1. Alicja Peczak, POL, 2.27.78
2. Samantha Riley, AUS, 2.28.34
3. Lenka Manhalova, TSR, 2.28.81
18 Hanna Jaltner, SWE, 2.38.76

1000 m fritt, herrar
1. Evgeniy Sadovyi, RUS, 9.48.55
2. Victor Andreev, RUS, 9.49.77
3. Steffen Zesner, GER, 9.49.80

100 m medley, damer
1. Li Lin, CHN, 1.02.30
2. Daniela Hunger, GER, 1.02.70
3. Brita Vestergaard, DEN, 1.03.83
4. Louise Karlsson, SWE, 1.03.87
5. Ulrika Jardfelt, SWE, 1.04.10

200 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 1.52.98
2. Tino Weber, GER, 1.56.24
3. Emanuele Merisi, ITA, 1.56.74
19 Daniel Carlsson, SWE, 2.06.65

50 m fjäril, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 27.31
2. Inge de Bruijn, NED, 27.54
3. Xiaohong Wang, CHN, 27.68
6. Louise Karlsson, SWE, 28.51

6. Sheffield, GBR
16-17 februari 1993

Första dagen

100 m fritt, herrar
1. Alexandr Popov, RUS, 48.44
2. Christina Tröger, GER, 48.77
3. Mark Foster, GBR, 48.91
4. Björn Zikarsky, GER, 49.33
5. Christer Wallin, SWE, 49.72
6. Tommy Werner, SWE, 49.96

200 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 1.57.91
2. Susan O'Neill, AUS, 1.58.78
3. Simone Osygus, GER, 2.00.91
4. Irene Dalby, NOR, 2.01.90
5. Malin Nilsson, SWE, 2.01.96

50 m bröst, herrar
1. Ron Dekker, NED, 27.63
2. Mark Warnecke, GER, 28.06
3. Petri Suominen, FIN, 28.26

100 m bröst, damer
1. Xiaoming Huang, CHN, 1.07.88
2. Samantha Riley, AUS, 1.09.07
3. Brigitte Becue, BEL, 1.09.66

400 m medley, herrar
1. Luca Sacchi, ITA, 4.12.28
2. Maciej Konecki, POL, 4.15.73
3. Uwe Volk, GER, 4.16.03

100 m fjäril, damer
1. Susan O'Neill, AUS, 59.47
2. Inge de Bruijn, NED, 1.00.04
3. Therese Lundin, SWE, 1.00.67, SR
6. Malin Strömberg, SWE, 1.01.34

100 m rygg, herrar
1. Tino Weber, GER, 54.10
2. Martin Harris, GBR, 54.67
3. Thomas Sopp, NOR, 55.17
4. Adam Ruckwood, GBR, 55.62
5. Zsolt Hegmegi, SWE, 57.40

50 m rygg, damer
1. Sandra Volker, GER, 28.33, WR
2. Mette Jacobsen, DEN, 29.28
3. Therese Lundin, SWE, 29.40

200 m fjäril, herrar
1. Danyon Loader, NZL, 1.55.11
2. Christina Keller, GER, 1.58.49
3. James Hickman, GBR, 2.02.15

200 m medley, damer
1. Brita Vestergaard, DEN, 2.15.79
2. Brigitte Becue, BEL, 2.16.29
3. Helen Slatter, GBR, 2.16.63

400 m fritt, herrar
1. Paul Palmer, GBR, 3.45.82
2. Steffen Zesner, GER, 3.45.83
3. Pier Maria Siciliano, ITA, 3.48.32

50 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 25.32
2. Simone Osygus, GER, 25.60
2. Inge de Bruijn, NED, 25.60
4. Linda Olofsson, SWE, 25.83

200 m bröst, herrar
1. Nick Gillingham, GBR, 2.11.01
2. Ron Dekker, NED, 2.12.72
3. Richard Maden, GBR, 2.13.15

1000 m fritt, damer
1.Irene Dalby, NOR, 10.46.89
2. Kirsten Vlieghuis, NED, 10.51.25
3. Anna Wilson, NZL, 11.13.86
4. Malin Nilsson, SWE, 11.13.86

100 m medley, herrar
1. Christina Keller, GER, 55.30
2. Jieming Qiu, CHN, 55.58
3. Ron Dekker, NED, 56.07
5. Patric Robertsson, SWE, 57.96
6. Peter Haraldsson, SWE, 58.04

200 m rygg, damer
1. Cathleen Stolze, GER, 2.10.29
2. Liu Bichun, CHN, 2.11.48
3. Katharine Osher, GBR, 2.12.18

50 m fjäril, herrar
1. Mark Foster, GBR, 24.00
2. Marcel Gery, CAN, 24.47
3. Bruno Gutzeit, FRA, 24.47

Andra dagen

100 m fritt, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 53.97
2. Simone Osygus, GER, 55.16
3. Susan O'Neill, AUS, 56.15

Triumph Sportswear INTERNATIONAL
Reuter

4. Annette Hadding, GER, 56.26
5. Ellenor Svensson, SWE, 56.67
6. Linda Olofsson, SWE, 56.89

200 m fritt, herrar
1. Christina Keller, GER, 1.45.98
2. Danyon Loader, NZL, 1.46.79
3. Massimo Trevisan, ITA, 1.47.51
4. Tommy Werner, SWE, 1.47.62
5. Christian Tröger, GER, 1.47.99
6. Christer Wallin, SWE, 1.48.13

50 m bröst, damer
1. Xia Lou, CHN, 31.85
2. Samantha Riley, AUS, 31.90
3. Jana Dörries, GER, 32.02
3. Xiaomin Huang, CHN, 32.03

100 m bröst, herrar
1. Ron Dekker, NED, 1.00.21
2. Petri Suominen, FIN, 1.01.04
3. Mark Warnecke, GER, 1.01.20

400 m medley, damer
1. Helen Slatter, GBR, 4.45.86
2. Liu Bichun, CHN, 4.48.28
3. Lara Bianconi, ITA, 4.49.18

100 m fjäril, herrar
1. Danyon Loader, NZL, 53.55
2. Bruno Gutzeit, FRA, 54.16
3. Marcel Gery, CAN, 54.18
7. Jonas Åkesson, SWE, 56.41

100 m rygg, damer
1. Sandra Völker, GER, 1.00.75
2. Cathleen Stolze, GER, 1.02.42
3. Katharine Osher, GBR, 1.02.58

50 m rygg, herrar
1. Martin Harris, GBR, 25.41
2. Tino Weber, GER, 25.45
3. Thomas Sopp, NOR, 26.28
4. Zsolt Hegmegi, SWE, 26.41

200 m fjäril, damer
1. Susan O'Neill, AUS, 2.09.67
2. Mette Jacobsen, DEN, 2.11.12
3. Ilaria Tocchini, ITA, 2.12.30
4. Anna Uryniuk, POL, 2.12.72
5. Therese Lundin, SWE, 2.15.20
6. Malin Strömberg, SWE, 2.17.04

200 m medley, herrar
1. Christian Keller, GER, 1.58.54
2. Luca Sacchi, ITA, 2.00.06
3. Uwe Volk, GER, 2.01.78
6. Peter Haraldsson, SWE, 2.03.98

400 m fritt, damer
1. Irene Dalby, NOR, 4.10.15
2. Malin Nilsson, SWE, 4.10.88
3. Kirsten Vlieghuis, NED, 4.13.55

50 m fritt, herrar
1. Mark Foster, GBR, 21.60, WR
2. Alexandr Popov, RUS, 22.10
3. Jiemin Qui, CHN, 22.41
6. Joakim Holmqvist, SWE, 22.82
8. Christer Wallin, SWE, 22.98

200 m bröst, damer
1. Xiaomin Huang, CHN, 2.25.50
2. Brigitte Becue, BEL, 2.27.76
3. Brita Vestergaard, DEN, 2.29.06

1000 m fritt, herrar
1. Steffen Zesner, GER, 9.55.72
2. Sebastian Wiese, GER, 9.57.00
3. Ian Wilson, GBR, 10.00.42

100 m medley, damer
1. Brita Vestergaard, DEN, 1.03.52
2. Brigitte Becue, BEL, 1.04.18
3. Elin Austevoll, NOR, 1.04.75

200 m rygg, herrar
1. Adam Ruckwood, GBR, 1.58.88
2. Thomas Sopp, NOR, 1.58.90
3. Martin Harris, GBR, 2.01.13

50 m fjäril, damer
1. Franziska van Almsick, GER, 27.29
2. Inge de Bruijn, NED, 27.45
3. Marja Parssinen, FIN, 27.95
4. Therese Lundin, SWE, 27.96
5. Malin Strömberg, SWE, 28.02

7. Milano, ITA
20-21 februari 1993

Första dagen

100 m fritt, herrar
1. Alexandr Popov, RUS, 48.68
2. Björn zikarsky, GER, 49.22
3. Mark Foster, GBR, 49.28
4. Tommy Werner, SWE, 49.76
6. Pär Helgesson, SWE, 50.95
7. Anders Holmertz, SWE, 51.18

200 m fritt, damer
1. Martina Moravcova, SLA, 2.00.39
2. Simone Osygus, GER, 2.00.44
3. Caterina Borgato, ITA, 2.01.26
6. Malin Nilsson, SWE, 2.03.50

50 m bröst, herrar
1. Vasiliy Ivanov, RUS, 27.39
2. Dmitriy Volkov, RUS, 27.67
3. Ron Dekker, NED, 27.75

100 m bröst, damer
1. Xiaomin Huang, CHN, 1.07.99
2. Alicja Peczak, POL, 1.09.25
3. Sylvia Gerasch, GER, 1.09.74
8. Anna Rosengren, SWE, 1.12.88

400 m medley, herrar
1. Luca Sacchi, ITA, 4.14.06
2. Uwe Volk, GER, 4.19.82
3. Lorenzo Benucci, ITA, 4.20.81
5. Fredrik Lundin, SWE, 4.25.18

100 m fjäril, damer
1. Ilaria Tocchini, ITA, 1.00.69
2. Inge de Bruijn, NED, 1.00.81
3. Cecile Jeanson, FRA, 1.02.14
4. Mette Jacobsen, DEN, 1.01.88
5. Therese Lundin, SWE, 1.02.19

100 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 53.16
2. Emanuele Merisi, ITA, 54.81
3. Lars Kalenka, GER, 55.45

50 m rygg, damer
1. Sandra Volker, GER, 28.88
2. Noriko Inada, JPN, 29.37
3. Anja Eichhorst, GER, 29.45
6. Ulrika Jardfelt, SWE, 30.03
7 Therese Lundin, SWE, 30.16

200 m fjäril, herrar
1. Danyon Loader, NZL, 1.54.82
2. Denis Pankratov, RUS, 1.57.04
3. Jona Lögdberg, SWE, 2.00.22

200 m medley, damer
1. Li Lin, CHN, 2.13.54
2. Brita Vestergaard, DEN, 2.14.60
3. Alicja Peczak, POL, 2.15.82
7. Ulrika Jardfelt, SWE, 2.21.09

400 m fritt, herrar
1. Evgeniy Sadovyi, RUS, 3.47.56
2. Steffen Zesner, GER, 3.48.06
3. Massimo Trevisan, ITA, 3.48.26
4. Anders Holmertz, SWE, 3.49.87

50 m fritt, damer
1. Eugenya Ermakova, KZK, 25.14
2. Inge de Bruijn, NED, 25.96
3. Pascale Verbauwen, BEL, 26.08

200 m bröst, herrar
1. Cedric Penicaud, FRA, 2.12.37
2. Ron Dekker, NED, 2.15.09
3. Tomoaki Kojima, JPN, 2.15.55

1000 m fritt, damer
1. Olga Splichalova, CZH, 10.47.71
2. Anna Wilson, NZL, 10.57.53
3. Caterina Borgato, ITA, 10.58.02

100 m medley, herrar
1. Indrek Sei, EST, 55.46
2. Jieming Qiu, CHN, 55.60
3. Ron Dekker, NED, 57.27
4. Peter Haraldsson, SWE, 57.65
8. Marcus Lundstedt, SWE, 58.87

200 m rygg, damer
1. Francesca Salvalajo, ITA, 2.12.05
2. Mette Jacobsen, DEN, 2.12.37
3. Bichun Liu, CHN, 2.13.42

50 m fjäril, herrar
1. Jan Karlsson, SWE, 23.97
2. Mark Foster, GBR, 24.26
3. Bruno Gutzeit, FRA, 24.47
6. Jonas Åkesson, SWE, 25.04
7. Jonas Lögdberg, SWE, 25.26

Andra dagen

100 m fritt, damer
1. Eugenya Ermakova, KZK, 54.78
2. Simone Osygus, GER, 55.67
3. Martina Moravcova, SLA, 55.72

200 m fritt, herrar
1. Anders Holmertz, SWE, 1.46.82
2. Massimo Trevisan, ITA, 1.46.95
3. Tommy Werner, SWE, 1.48.04

50 m bröst, damer
1. Xiaomin Huang, CHN, 31.40
2. Xia Lou, CHN, 31.67
3. Sylvia Gerasch, GER, 31.95

100 m bröst, herrar
1. Vasiliy Ivanov, RUS, 1.00.68
2. Dmitriy Volkov, RUS, 1.00.69
3. Ron Dekker, NED, 1.01.28

400 m medley, damer
1. Li Lin, CHN, 4.42.66
2. Jana Haas, GER, 4.44.43
3. Ewa Synowska, POL, 4.45.83

100 m fjäril, herrar
1. Denis Pankratov, RUS, 53.26
2. Danyon Loader, NZL, 53.46
3. Bruno Gutzeit, FRA, 53.99
4. Jonas Lögdberg, SWE, 54.80
7. Jonas Åkesson, SWE, 55.92

100 m rygg, damer
1. Noriko Inada, JPN, 1.02.13
2. Naomi van de Woerd, NED, 1.02.52
3. Bichun Liu, CHN, 1.02.95
6. Ulrika Jardfelt, SWE, 1.04.58

50 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 24.88
2. Lars Kalenka, GER, 25.73
3. Georgi Michalev, BUL, 26.29
4. Zsolt Hegmegi, SWE, 26.41

200 m fjäril, damer
1. Mika Haruna, JPN, 2.11.21
2. Mette Jacobsen, DEN, 2.11.44
3. Ilaria Tocchini, ITA, 2.11.92
7. Chritina Öhlund, SWE, 2.17.73

200 m medley, herrar
1. Luca Sacchi, ITA, 2.00.20
2. Lorenzo Benucci, ITA, 2.02.74
3. Jieming Qiu, CHN, 2.02.93
6. Peter Haraldsson, SWE, 2.05.86

400 m fritt, damer
1. Olga Kirichenko, RUS, 4.09.50
2. Olga Splichalova, CZH, 4.12.45
3. Malin Nilsson, SWE, 4.12.57

50 m fritt, herrar
1. Mark Foster, GBR, 22.10
2. Alexandr Popov, RUS, 22.40
3. Björn Zikarsky, GER, 22.79
7. Jan Karlsson, SWE, 23.25

200 m bröst, damer
1. Xiaomin Huang, CHN, 2.27.27
2. Alicja Peczak, POL, 2.27.48
3. Brigitte Becue, BEL, 2.28.41
8. Anna Rosengren, SWE, 2.32.99

1000 m fritt, herrar
1. Evgeniy Sadovyi, RUS, 9.59.19
2. Steffen Zesner, GER, 9.59.45
3. Victor Andreev, RUS, 10.03.71

100 m medley, damer
1. Li Lin, CHN, 1.02.97
2. Sylvia Gerasch, GER, 1.03.86
3. Alicja Peczak, POL, 1.03.87

200 m rygg, herrar
1. Vladimir Selkov, RUS, 1.55.23
2. Emanuele Merisi, ITA, 1.56.88
3. Lars Kalenka, GER, 1.56.98

50 m fjäril, damer
1. Inge de Bruijn, NED, 27.26
2. Marja Parssinen, FIN, 27.79
3. Therese Lundin, SWE, 27.91

Vi kräver
RAKETOSTEN
åter
RK
(Raketälskarnas Kamratförening)

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

World Cup 1993
Slutställning, poäng, efter sju deltävlingar.

Kategori Damer

Frisim, sprint

			poäng
1.	F v Almsick,	GER,	89
2.	E Ermakova,	KZK,	60
3.	S O'Neill,	AUS,	53
4.	S Osygus,	GER,	40
5.	Linda Olofsson,	SWE,	34
8.	Ellenor Svensson,	SWE,	23
9.	Malin Nilsson,	SWE,	22
36	Ulrika Bramer,	SWE,	4
41	Malin Ulveklint,	SWE,	4

Frisim, distans

1.	N Dryden,	CAN,	63
2.	O Kirichenko,	RUS,	55
3.	O Splichalova,	TCH,	47
4.	A Wilson,	NZL,	42
5.	I Dalby,	NOR,	37
6.	Malin Nilsson,	SWE,	35
28	E Carlsson,	SWE,	2

Ryggsim

1.	B Liu,	CHN,	56
2.	Y Koikawa,	JPN,	54
3.	S Voelker,	GER,	53
4.	L Xue,	CHN,	46
5.	N Inada,	JPN,	39
8.	Therese Lundin,	SWE,	29
16	Ulrika Jardfelt,	SWE,	11
28	Therese Alshammar,	SWE,	4
36	Annika Rasmusson,	SWE,	3
43	Lisa Lundkvist,	SWE,	2

Bröstsim

1.	X Huang,	CHN,	80
2.	A Peczac,	POL,	54
2.	S Riley,	AUS,	54
4.	M Dalla Valle,	ITA,	38
5.	B Becue,	BEL,	37
8.	Louise Karlsson,	SWE,	31
20	Anna Rosengren,	SWE,	8
36	Hanna Jaltner,	SWE,	2

Fjärilsim

1.	S O'Neill,	AUS,	50
2.	I Tocchini,	ITA,	47
3.	C Jeanson,	FRA,	46
4.	Therese Lundin,	SWE,	40
4.	Malin Strömberg,	SWE,	40
8.	Louise Karlsson,	SWE,	30
29	Christina Öhlund,	SWE,	4
29	Linda Olofsson,	SWE,	4

Medley

1.	L Lin,	CHN,	80
2.	Louise Karlsson,	SWE,	49
3.	J Haas,	GER,	47
4.	H Hiranaka,	JPN,	38
4.	B Vestergaard,	DEN,	38
5.	Alicja Peczak,	POL,	30
18	Ulrika Jardfelt,	SWE,	12

Gren

50 m fritt

1.	F van Almsick,	GER,	40
2.	E Ermakova,	KZK,	28
3.	Linda Olofsson,	SWE,	25
14	Ellenor Svensson,	SWE,	5
16	Ulrika Bramer,	SWE,	4
16	Malin Ulveklint,	SWE,	4

100 m fritt

1.	F van Almsick,	GER,	46
2.	E Ermakova,	KZK,	29
3.	S O'Neill,	AUS,	26
4.	S Osygus,	GER,	20
5.	Ellenor Svensson,	SWE,	14
9.	Linda Olofsson,	SWE,	8

200 m fritt

1.	F van Almsick,	GER,	43
2.	S O'Neills,	AUS,	27
3.	Malin Nilsson,	SWE,	22
19	Ellenor Svensson,	SWE,	4
22	Linda Olofsson,	SWE,	3

400 m fritt

1.	O Kirichenko,	RUS,	37
2.	Malin Nilsson,	SWE,	33
3.	N Dryden,	CAN,	30

1000 m fritt

1.	O Splichalova,	TCH,	36
2.	N Dryden,	CAN,	33
3.	A Wilson,	NZL,	25
19	Elin Carlsson,	SWE,	2
19	Malin Nilsson,	SWE,	2

50 m rygg

1.	S Volker,	GER,	33
2.	Y Koikawa,	JPN,	27
3.	L Xue,	CHN,	26
4.	Therese Lundin,	SWE,	24
11	Ulrika Jardfelt,	SWE,	7

100 m rygg

1.	S Volker,	GER,	30
2.	Y Koikawa,	JPN,	24
3.	B Liu,	CHN,	23
12	Therese Lundin,	SWE,	5
17	Therese Alshammar,	SWE,	4
22	Ulrika Jardfelt,	SWE,	3
22	Annika Rasmusson,	SWE,	3
27	Lisa Lundkvist,	SWE,	27

200 m rygg

1.	B Liu,	CHN,	33
2.	M Jacobsen,	DEN,	20
2.	Y Koikawa,	JPN,	20

50 m bröst

1.	X Lou,	CHN,	34
2.	X²Huang,	CHN,	33
3.	S Riley,	AUS,	27
4.	S Gerasch	GER,	19
5.	Louise Karlsson,	SWE,	17
18	Anna Rosengren,	SWE,	3
20	Hanna Jaltner,	SWE,	20

100 m bröst

1.	X Huang,	CHN,	40
2.	A Peczak,	POL,	27
3.	S Riely,	AUS,	24
7.	Louise Karlsson,	SWE,	14
16	Anna Jensen,	SWE,	3
16	Anna Rosengren,	SWE,	3

200 m bröst

1.	X Huang,	CHN,	40
2.	A Peczak,	POL,	27
3.	S Riley,	AUS,	22
15	Anna Jensen,	SWE,	4
15	Anna Rosengren,	SWE,	4

50 m fjäril

1.	F van Almsick,	GER,	34
2.	Louise Karlsson,	SWE,	33
3.	I de Bruijn,	NED,	24
4.	Malin Strömberg,	SWE,	19
5.	Therese Lundin,	SWE,	15
17	Linda Olofsson,	SWE,	4

100 m fjäril

1.	S O'Neill,	AUS,	30
2.	I Tocchini,	ITA,	26
3.	C Jeanson,	FRA,	23
3.	Therese Lundin,	SWE,	23
4.	I de Bruijn	NED,	19
6.	Malin Strömberg,	SWE,	18
18	Christina Öhlund,	SWE,	2

200 m fjäril

1.	S O'Neill,	AUS,	30
2.	M Haruna,	JPN,	27
3.	I Tocchini,	ITA,	24
7.	Malin Strömberg,	SWE,	18
8.	Therese Lundin,	SWE,	10
19	Christina Öhlund,	SWE,	2

100 m medley

1.	Li Lin,	CHN,	37
2.	Louise Karlsson,	SWE,	32
3.	B Vestergaard,	DEN,	21
8.	Ulrika Jardfelt,	SWE,	10

200 m medley

1.	L Lin,	CHN,	40
2.	A Peczak,	POL,	19
3.	J Haas,	GER,	17
3.	Louise Karlsson,	SWE,	17
25	Ulrika Jardfelt,	SWE,	2

400 m medley

1.	L Lin,	CHN,	40
2.	J Haas,	GER,	27
3.	H Hiranaka,	JPN,	22

Kategori Herrar

Frisim sprint

1.	Anders Holmertz,	SWE,	65
2.	M Foster,	GBR,	55
3.	C Troeger,	GER,	51
4.	A Popov,	RUS,	50
5.	Tommy Werner,	SWE,	37
6.	Joakim Holmqvist,	SWE,	34
6.	Christer Wallin,	SWE,	34
22	Lars Frölander,	SWE,	9
26	Göran Titus,	SWE,	6
36	Fredrik Letzler,	SWE,	4
39	Pär Helgesson,	SWE,	3
40	Jan Karlsson,	SWE,	2

Frisim distans

1.	E Sadvyi,	RUS,	80
2.	S Wiese,	GER,	44
2.	Steffen Zesner,	GER,	44
4.	Anders Holmertz,	SWE,	37
19	Christer Wallin,	SWE,	7

Ryggsim

1.	V Selkov,	RUS,	80
2.	T Weber,	GER,	68
3.	Zsolt Hegmegi,	SWE,	44
9	Daniel Lönnberg,	SWE,	20
32	Tobias Marklund,	SWE,	5
41	Per Gustafsson,	SWE,	3
41	Martin Svensson,	SWE,	3

Bröstsim

1.	V Ivanov,	RUS,	77
2.	S Vossart,	FRA,	60
3.	M Warnecke,	GER,	50

Fjärilsim

1.	D Loader,	NZL,	89
2.	B Gutzeit,	FRA,	61
3.	D Pankratov,	RUS,	59
7.	Jan Karlsson,	SWE,	27
12	Lars Frölander,	SWE,	17
14	Jonas Lögdberg,	SWE,	13
15	Jonas Åkesson,	SWE,	11
36	Gustaf Johansson,	SWE,	3
36	Christina Lindström,	SWE,	3

Medley

1.	C Keller,	GER,	80
2.	L Sacchi,	ITA,	71
3.	J Sievinen,	FIN,	49
13	Peter Haraldsson,	SWE,	19
17	Fredrik Lundin,	SWE,	12
29	Daniel Lönnberg,	SWE,	5
33	Patric Robertsson,	SWE,	4

Gren

50 m fritt

1.	M Foster,	GBR,	43
2.	Joakim Holmqvist,	SWE,	20
2.	A Popov,	RUS,	20
8.	Christer Wallin,	SWE,	12
15	Göran Titus,	SWE,	6
24	Jan Karlsson,	SWE,	2
24	Tommy Werner,	SWE,	2
27	Fredrik Letzler,	SWE,	1

100 m fritt

1. C Toeger, GER, 31

2.	A Popov,	RUS,	30
3.	Anders Holmertz,	SWE,	25
4.	M Foster,	GBR,	22
5.	Tommy Werner,	SWE,	19
8.	Christer Wallin,	SWE,	15
9.	Joakim Holmqvist,	SWE,	14
14	Lars Frölander,	SWE,	5
18	Pär Helgesson,	SWE,	3
18	Fredrik Letzler,	SWE,	3
21	Göran Titus,	SWE.	2

200 m fritt

1.	Anders Holmertz,	SWE,	40
2.	C Keller,	GER,	30
3.	Tommy Werner,	SWE,	20
6.	Christer Wallin,	SWE,	16
18	Lars Frölander,	SWE,	4

400 m fritt

1.	E Sadovyi,	RUS,	40
2.	Anders Holmertz,	SWE,	27
3.	M Trevisan,	ITA,	21
11	Christer Wallin,	SWE,	7

1000 m fritt

1.	E Sadovyi,	RUS,	40
2.	S Wiese,	GER,	24
2.	S Zesner,	GER,	24
8	Anders Holmertz,	SWE,	10

50 m rygg

1.	T Weber,	GER,	34
2.	Zsolt Hegmegi,	SWE,	28
3.	M Harris,	GBR,	20
6	Daniel Lönnberg,	SWE,	12
20	Pär Gustafsson,	SWE,	3

100 m rygg

1.	V Selkov,	RUS,	40
2.	T Weber,	GER,	33
3.	Zsolt Hegmegi,	SWE,	16
11	Daniel Lönnberg,	SWE,	8

200 m fritt

1.	V Selkov,	RUS,	40
2.	T Weber,	GER,	24
3.	A Ruckwood,	GBR,	17
9.	Zsolt Hegmegi,	SWE,	7
11	Tobias Marklund,	SWE,	5

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

Reuter

20	Martin Svensson,	SWE,	3

50 m bröst

1.	V Ivanov,	RUS,	40
2.	M Warnecke,	GER,	27
3.	J chen,	CHN,	24

100 m bröst

1.	V Ivanov,	RUS,	37
2.	S Vossart,	FRA,	26
2.	M Warnecke,	GER,	26

200 m bröst

1.	S Vossart,	FRA,	34
2.	P Rogers,	AUS,	22
3.	Z Hu,	CHN,	18

50 m fjäril

1.	B Gutzeit,	FRA,	34
2.	M Foster,	GBR,	33
3.	Jan Karlsson,	SWE,	27
6.	Lars Frölander,	SWE,	12
10	Jonas Åkesson,	SWE,	7
17	Christian Lindström,	SWE,	3
22	Jonas Lögdberg,	SWE,	2

100 m fjäril

1.	D Loader,	NZL,	40
2.	D Pankratov,	RUS,	31
3.	M Gery,	CAN,	29
10	Lars Frölander,	SWE,	5
10	Jonas Lögdberg,	SWE,	5
11	Jonas Åkesson,	SWE,	4

200 m fjäril

1.	D Loader,	NZL,	49
2.	D Pankratov,	RUS,	28
3.	C Keller,	GER,	25
4.	F Esposito,	FRA,	19
5.	Jonas Lögdberg,	SWE,	8
19	Gustaf Johansson,	SWE,	3

100 m medley

1.	C Keller,	GER,	40
2.	I Sei,	EST,	27
3.	J Qiu,	CHN,	24
4.	R Dekker,	NED,	18
5.	Peter Haraldsson,	SWE,	13
14	Daniel Lönnberg,	SWE,	5
18	Patric Robertsson,	SWE,	4
27	Martin Svensson,	SWE,	2
33	Marcus Lundstedt,	SWE,	1

200 m medley

1.	C Keller,	GER,	40
2.	L Sacchi,	ITA,	31
3.	J Sievinen,	FIN,	26
12	Peter Haraldsson,	SWE,	6

400 m medley

1.	L Sacchi,	ITA,	40
2.	J Sievinen,	FIN,	23
3.	T Kinugasa,	JPN,	20
6.	Fredrik Lundin,	SWE,	12

Skolmatch,

Hallsbergs SG, Klippans SC, Pitedalens FHS
Älvsbyn 18 mars 1993, 25 m

4x100 m fritt damer
1. Klippans SC, 4.01.03
2. Pitedalens FHS, 4.23.90
Hallsbergs SG, diskv

4x100 m fritt herrar
Klippans SC, diskv
Pitedalens FHS, diskv
Hallsbergs SG, diskv

400 m medley, damer
1. Anna Nilsson, HSG, 5.14.10
2. Ann-Sofie Jönsson, HSG, 5.14.46
3. Anneli Olsson, PDF, 5.15.13
4. Annica Wihblad, KSC, 5.23.63
5. Pernilla Cullin, KSC, 5.30.94
6. Hanna Bogseth, PDF, 6.06.2

400 m medley, herrar
1. Johan Backlund, PDF, 4.37.27
2. Johan Rönnevall, KSC, 4.38.06
3. Sverker Persson, KSC, 4.43.08
4. Marcus Ahlström, HSG, 4.45.16
5. Tor Möller, HSG, 5.32.38
6. Mattias Janwald, PDF, diskv

50 m fritt, damer
1. Viktoria Gadd, KSC, 27.46
2. Viktoria Naess, HSG, 27.59
3. Tanja Persson, KSC, 27.61
4. Erika Sohlen, HSG, 27.73
5. Anna Björkman, PDF, 31.35
6. Hanna Bogseth, PDF, 33.89

50 m fritt, herrar
1. Daniel Lönnberg, KSC, 24.14
2. Niklas Öhman, PDF, 24.39
3. Tobias Marklund, PDF, 24.59
4. Jonas Lundström, HSG, 25.25
5. Fredrik Andersson, KSC, 25.31
6. Jon Brandell, HSG, 25.72

200 m fjäril, damer
1. Ann-Sofie Jönsson, HSG, 2.17.95
2. Christina Öhlund, PDF, 2.18.10
3. Tine Bengtsson, KSC, 2.22.50
4. Annika Lundmark, HSG, 2.25.49
5. Åsa Linde, KSC, 2.25.92
6. Maria Hallqvist, PDF, 2.41.28

200 m fjäril, herrar
1. Johan Andersson, KSC, 2.08.20
2. Johan Setterberg, HSG, 2.10.25
3. Johan Backlund, PDF, 2.10.32
4. Robert Svanborg, PDF, 2.11.49
5. Daniel Höijer, HSG, 2.18.72
6. Henrik Larsson, KSC, 2.21.89

200 m rygg, damer
1. Anna Nilsson, HSG, 2.23.01
2. Karin Wigert, KSC, 2.26.21
3. Viktoria Naess, HSG, 2.27.72
4. Anna Björkman, PDF, 2.34.65
5. Viktoria Gadd, KSC, 2.40.73
6. Christina Öhlund, PDF, 2.43.46

200 m rygg, herrar
1. Pär Gustafsson, KSC, 2.03.36
2. Tobias Marklund, PDF, 2.04.10
3. Joel Lindfors, HSG, 2.04.86
4. Daniel Lönnberg, KSC, 2.05.48
5. Daniel Carlsson, PDF, 2.08.56
6. Jon Brandell, HSG, 2.46.96

200 m bröst, damer
1. Elin Carlsson, HSG, 2.43.73
2. Johanna Karlsson, KSC, 2.46.97
3. ErikaSohlen, HSG, 2.49.7
4. Christina Öhlund, PDF, 2.50.04
5. Terese Ollsen, KSC, 2.50.83
6. Maria Hallqvist, PDF, 3.17.89

200 m bröst, herrar
1. Tor Möller, HSG, 2.25.02
2. Sverker Persson, KSC, 2.25.23
3. Tor Bengtsson, HSG, 2.26.30
4. Jens Johansson, PDF, 2.27.43
5. Mikael Axelsson, PDF, 2.28.45
6. Jimmy Svanberg, KSC, 2.29.45

800 m fritt, damer
1. Ann-Sofie Jönsson, HSG, 9.12.40
2. Anneli Ohlsson, PDF, 9.14.63
3. Anna Nilsson, HSG, 9.21.16
4. Viktoria Gadd, KSC, 9.28.11
5. Pernilla Cullin, KSC, 10.07.23
6. Hanna Bogseth, PDF, 10.51.7

1500 m fritt, herrar
1. Mikael Rosén, PDF, 15.56.75
2. Johan Rönnevall, KSC, 15.57.45
3. Jonas Lundström, HSG, 16.14.93
4. Marcus Ahlström, HSG, 16.29.94
5. Sverker Persson, KSC, 16.30.38
6. Leif Hedin, PDF, 17.23.41

200 m medley, damer
1. Elin Carlsson, HSG, 2.28.07
2. Karin Wigert, KSC, 2.28.40
3. Annika Lundmark, HSG, 2.28.69
4. Annica Winblad, KSC, 2.32.10
5. Anneli Olsson, PDF, 2.38.28
6. Anna Björkman, PDF, 2.45.26

200 m medley, herrar
1. Johan Andersson, KSC, 2.11.33
2. Pär Gustafsson, KSC, 2.11.65
3. Jesper Pietsch, PDF, 2.13.2
4. Mattias Janwald, PDF, 2.16.47
5. Marcus Ahlström, HSG, 2.31.22
6. Tor Bengtsson, HSG, 2.47.15

100 m fjäril, damer
1. Christina Öhlund, PDF, 1.03.95
2. TienBengtsson, KSC, 1.05.17
3. Ann-Sofie Jönsson, HSG, 1.06.74
4. Åsa Lindhe, KSC, 1.07.02
5. Erika Sohlen, HSG, 1.09.38
6. Maria Hallqvist, PDF, 1.10.06

100 m fjäril, herrar
1. Daniel Lönnberg, KSC, 57.17
2. Johan Backlund, PDF, 57.68
3. Johan Setterberg, HSG, 57.87
4. Daniel Carlsson, PDF, 57.94
5. Daniel Höijer, HSG, 1.00.82
6. Fredrik Andersson, KSC, 1.02.09

100 m rygg, damer
1. Karin Wigert, KSC, 1.09.04
2. Annika Lundmark, HSG, 1.09.11
3. Tine Bengtsson, KSC, 1.10.96
4. Anna Björkman, PDF, 1.12.72
5. Christina Öhlund, PDF, 1.14.1
Anna Nilsson, HSG, diskv

100 m rygg, herrar
1. Daniel Lönnberg, KSC, 57.07
2. Johan Andersson, KSC, 57.68
3. Joel Lindfors, HSG, 58.3
4. Tobias Marklund, PDF, 58.78
5. Daniel Carlsson, PDF, 59.75
6. Jon Brandell, HSG, 1.03.92

100 m bröst, damer
1. Elin Carlsson, HSG, 1.16.92
2. Erika Sohlen, HSG, 1.17.72
3. Johanna Karlsson, KSC, 1.18.6
4. Christina Öhlund, PDF, 1.20.47
5. Therese Ollsen, KSC, 1.21.94
6. Hanna Bogseth, PDF, 1.38.83

100 m bröst, herrar
1. Jens Johansson, PDF, 1.06.84
2. Tor Möller, HSG, 1.07.34
3. Tor Bengtsson, HSG, 1.07.84
4. Jimmy Svanberg, KSC, 1.08.21
5. Sverker Persson, KSC, 1.08.21
6. Mikael Axelsson, PDF, 1.09.94

200 m fritt, damer
1. Ann-Sofie Jönsson, HSG, 2.08.69
2. Viktoria Naess, HSG, 2.09.37
3. Viktoria Gadd, KSC, 2.12.43
4. Anneli Ohlsson, PDF, 2.12.48
5. Annika Winblad, KSC, 2.14.01
6. Naria Hallqvist, PDF, 2.21.29

200 m fritt, herrar
1. Pär Gustafsson, KSC, 1.56.27
2. Jona Lundström, HSG, 1.56.95
3. Johan Backlund, PDF, 1.56.99
4. Johan Rönnevall, KSC, 1.58.15
5. Marcus Ahlström, HSG, 1.59.46
6. Tobias Marklund, PDF, 2.00.96

4x100 m medley, damer
1. Hallsbergs SG, 4.33.48
2. Klippans SC, 4.39.04
3. Pitedalens FHS, 4.47.09

4x100 m medley, herrar
1. Klippans SC, 3.55.60
2. Pitedalens FHS, 3.55.86
3. Hallsbergs SG, 3.59.37

Poäng damer

1.	Hallsbergs SG,	123
2.	Klippans SC,	104
3.	Pitedalens FHS,	68

Poäng herrar

1.	Klippans SC,	96
2.	Pitedalens FHS,	76
3.	Hallsbergs SG,	69

Poäng totalt

1.	Klippans SC,	214
2.	Hallsbergs SG,	200
3.	Pitedalens FHS,	156

DAGBOK

April

Simning

2-4 Norrländska Mästerskapen, 25 m
3-4 Jobson Cup, 25 m, Varberg
3-4 Limhamns Trofén, S, J, U, 25 m, Malmö, (LSS)
3 Värnamo Sprinter Cup, 16 o y, 25 m, Värnamo
3-4 Sundbyberg Elit, 25 m, Sundbyberg
3-4 Hemköpscupen, 25m, Borås,(Kristineberg)
4 Emmaboda Sim Cup, S-U, 25 m, Emmaboda
4 Ungdomstävling, 25 m, Timrå
10-11 8-nat, EJM-gruppen, 50 m, Heidelberg, GER
10-11 Mora Cup, 25 m, Mora
12 Äggadoppet, 13 o y, 25 m, Sjöbo
12 Malaco Frisim Cup, 16 o ä, 15-11 o y, Vellinge
17-18 Höglandsdoppet, S 25, m, Nässjö
17-18 Kalottkampen, 25 m, Torneå
18 Flick 10-manna, 25 m, Haninge, (Södertörn)
23-25 Svenska Simspelen, Borlänge
24-25 Simiaden, Distrikts, 25 m
25 Sparbanksdoppet, 25 m, Tidaholm

Simhopp

1-4 Europacupen, Jönköping
9-11 Vau Diving Cup, Vantaa, FIN
24-25 SUM-hopp, region , Karlstad/Lund
23-25 CS Diving Cup, Parduvice, TCH
29-1/5 Meeting du Muguet, Lyon, FRA
30-2/5 Dive Canada, Can-Am-Mex, (prel)
30-2/5 Printen Springen (Agegroup), Aachen, GER

Konstsim

2-4 Loano Synchro, Loano, ITA
7-8 Hans Christian Andersen Cup, Odense, DEN
16-18 Catalina trofé, Borlänge
24 Sum-Kval 3, reg 6, Göteborg
25 Sum-Kval 3, reg 7+8, Karlshamn

Vattenpolo

3-4 Elitserien
9-12 Påskturnering, damer, London, GBR
17-18 Semifinal I, herrar
19-25 4-Nationers, (ISR-HUN-GRE-SWE), Tel Aviv, ISR
24-25 Semifinal I, damer

Maj

Simning

2 Finess Cup, S, J, U, 50 m, Klippan
2 Dejecupen, J, U, 25 m, Deje
2 Ungdoms Cup, U, 25 m, Motala
7-9 Malmö Meet, S, J, 50 m, Malmö
7-9 Rosenlundsdoppet, S+U, 50m, Jönköping
8 Knallesimmet, Ungdom, 25 m, Borås, Elfsborg
8-9 Fyrishov Cup, U+J, 50 m, Uppsala
8-9 Wadköpingsdoppet, S, 50 m, Örebro, (ÖSA)
8-9 Kringelsimmet, S, U, 25 m, Södertälje
8-9 Mitt i Prick, S, 25 m, Eksjö
8 Skärholmscupen, 25 m, Mälarhöjden
9 Harnäs 100, 25 m, Gävle
9 Silverdoppet, U, 25 m, Sala
9 Västkustloppet, 25 m, Uddevalla, Skäret
15-16 Wella Cup, 50 m, Täby
15-16 SIK-Leken, S, J, U, 25 m, Holmsund
15-16 Examensimmet, S, J, U, 25 m, Hallsberg
16 Solna Knatte Cup, 25 m, Solna
20 Majplurret, 25 m, Avesta
21-23 Ullbergstrofén, 25 m, Göteborg, (Göteborg Sim)
22-23 Simiaden, Region, 25 m
22-23 Eiser Cup, S, J, U, 50 m, Burlöv
24 Tre Små Gummors Cup, U, 25 m, Nora
28-29 Mölndals Panda International, 25+50 m, Mölndal, (MASS)
29-30 Fly Sprint, 25 m, Ljungby
29-31 Meeting Natation, 50 m, Canet, FRA
30 Viking Knatte Cup, 25 m, Vallentuna

Simhopp

6-9 Can-Am-Mex, Fort Lauderdale, USA, (prel)
7-9 Diving Fish Cup, Hirtshals, DEN
14-16 Can-Am-Mex, Mexico City, MEX, (prel)
20-23 Sum-Hopp, riks+domarclinic, Jönköping(prel.)
21-23 Anker Cup, Hamar, NOR
28-31 Videbaeck Diving Cup, Videbaeck, DEN
28-1/5 FINA VIII Diving World Cup, Beijing, CHN

Konstsim

9 Sum-Kval 3, reg 2+5, Ludvika
14-16 SM, Stockholm, (Neptun)
22 Sum-Kval 3, reg 3+4 Järfälla
28-31 Acropolis Synchro, Aten, GRE
29 Sum-Kval 4, reg 6, Herrljunga

Vattenpolo

1-2 Semifinal II, damer och herrar
7-9 4-Nationers, (SWE-GBR-ISR-DEN), Stockholm
14-16 Finaler, SM damer/herrar, JSM, PSM A+B
21-23 NM, damer Århus, DEN
26-30 EM-Kval

SIMNING

Hamburg Schwimmgala
11 februari 1993, Hamburg, 50 m

Damer

50 m fritt

1. Angel Martino, USA, 25.04
2. Simone Osygus, GER, 26.13
3. Karin Brienesse, NED, 26.26
4. Annette Hadding, GER, 26.49
5. Angela Postma, NED, 26.50
6. Inge de Bruijn, NED, 26.52
7. Daniela Hunger, GER, 26.56
8. Linda Olofsson, SWE, 26.84

50 m rygg

1. Sandra Völker, GER, 29.15
2. Angel Martino, USA, 29.22
3. Anja Eichhorst, GER, 29.96
4. Kathy Read, GBR, 30.32
5. Natalia Shibaeva, UKR, 30.69
6. Mette Jacobsen, DEN, 31.60
7. Therese Alshammar, SWE, 31.69

Herrar

50 m fritt

1. Christophe Kalfayan, FRA, 22.74
2. Vladimir Tkachenko, UKR, 23.02
3. Alexandr Popov, RUS, 23.04
3. Yuri Vlasov, UKR, 23.04
5. Mark Foster, GBR, 23.05
6. Pavel Khnykin, UKR, 23.15
7. Tom Jager, USA, 23.48
8. Darryl Cronje, RSA, 23.61

400 m fritt

1. Steffen Zesner, GER, 3.53.91
2. Evgeni Logvinov, UKR, 3.45.08
3. Anders Holmertz, SWE, 3.55.05
4. Lawrence Frostad, USA, 3.55.33
5. Jörg Hoffman, GER, 3.55.96

SIMHOPP

SM, Göteborg 13-14 mars 1993

Damer

3 m

1. Josefine Askagården, Malmö KK, 407.50
2. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 347.80
3. Maria Lund, SPIF, 347.10
4. Emma Hjalmarsson, Karlskoga SF, 332.95
5. Linda Aronsson, Karlskoga SF, 319.10
6. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 301.00
7. Åsa Olsson, Karlskoga SF, 297.15
8. Maria Olsson, SK Poseidon, 289.95

Höga hopp

1. Josefine Askagården, Malmö KK, 336.40
2. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 326.10
3. Jenny Granath, SK Neptun, 313.35
4. Emma Hjalmarsson, Karlskoga SF, 293.55
5. Linda Aronsson, Karlskoga SF, 288.15
6. Susanne Roman, SPIF, 278.30
7. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 264.70
8. Bettina Johansson, Karlskoga SF

Herrar

3 m

1. John Johansson, Jönköpings SS, 471.95
2. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 456.95
3. Oskar Brunlid, Malmö KK, 428.65
4. Jespher Simonsen, S 02, 393.65
5. Martin Jeppsson, SK Poseidon, 392.20
6. Matts Martinsson, Malmö KK, 385.90
7. Stefan Lindahl, SK Neptun, 359.20
8. Simon Chrisander, Malmö KK, 337.95

Höga hopp

1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 445.35
2. John Johansson, Jönköpings SS, 420.20
3. Matts Martinsson, Malmö KK, 409.10
4. Martin Jeppsson, SK Poseidon, 397.15
5. Oskar Brunlid, Malmö KK, 395.55
6. Peter Lindgren, SK Neptun, 347.55
7. Simon Chrisander, Malmö KK, 301.15
8. Martin Kylberg, SPIF, 250.20

VATTENPOLO

Allsvenskan, herrar
Resultat och slutställning

Hellas - SPIF	10-15
LASS - S 02	9-7
VSS - KSS	18-4
JS - SKK	8-22
Hellas - SKK	6-22
LASS - KSS	11-7
VSS - S 02	16-4
JS - SPIF	5-14
Hellas - LASS	13-7
SPIF - KSS	16-3
SKK - S 02	12-9
JS - VSS	4-16
SKK - KSS	16-5
SPIF - S 02	12-13
Hellas - VSS	5-7
JS - LASS	10-8

Tabell

1. SPIF	14	1	21	1	195-116	25
2. Västerås SS	14	10	1	3	172-101	21
3. SKK	14	10	0	4	199-103	20
4. S 02	14	8	0	6	134-140	16
5. SoIK Hellas	14	6	0	8	128-141	12
6. LASS	14	4	1	9	124-152	9
7. Karlstads SS	14	2	2	10	94-175	6
8. Järfälla S	14	1	1	12	73-191	3

Skytteligan

1. Henrik Sjöberg, SPIF,	44
2. Erik Axelsson, KSS	43
3. Oliver Djordjevic, Hellas,	39
4. Fredrik Österlund, VSS,	35
5. Andreas Hartzell, SPIF,	34
6. Per Andersson, SKK,	32
6. Remus Bagaian, SKK,	32
8. Claudiu Rusu, S 02,	29
9. Chen Cohen, SKK,	28
10 Rickard Roslan, VSS,	27

KONSTSIM

Sum-Sim 1, Borlänge
21 februari 1993

Klass A

Solo

1. Linda Ärlig, LSS, 121.77
2. Helena Porsander, ÖSS, 119.09

Par

1. Emma Lundberg/Linda Ärlig, LSS, 116.45

Klass B

Solo

1. Lisa Lindberg, LSS, 93.66
2. Anna Sneen, LSS, 93.00
3. Linda Hedqvist, LSS, 92.20
4. Linda Druvefors, LSS, 88.34
6. Johanna Falk, LSS, 84.89
7. Erika Gesterby, LSS, 81.45

Klass C

Solo

1. Maria Wennström, LSS, 94.55
2. Kristina Lindgren, LSS, 91.91
3. Sofia Andersson, LSS, 87.31
4. Klara Boström, LSS, 85.37
5. Sara Larsson, LSS, 84.95

Par

1. Kristina Lindgren/Maria Wennström, LSS, 91.56
2. Clara Boström/Sofia Andersson, LSS, 86.05
3. Sara Larsson/Johanna Falk, LSS, 83.36

Lag

1. LSS, 82.34, Clara Boström, Sofia Andersson, Sara Larsson, Johanna Falk

NY TÄVLING!

Simsport inbjuder ryggsimmare och alla andra till en ny tävling på temat

Tak jag minns!

Det finns nog inga andra än simmare, särskilt de som varje pass tränar ryggsim, som sett så mycket tak och så många tak.

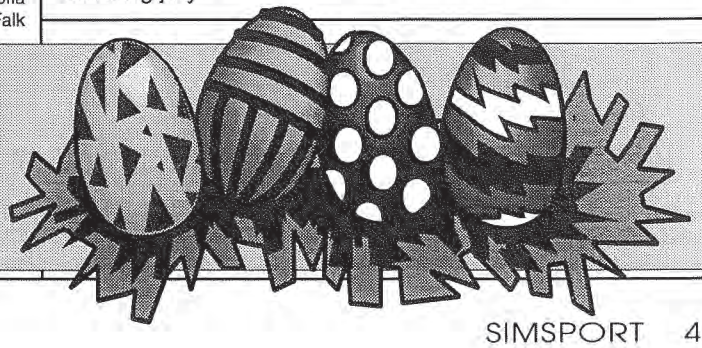
Vilket tak minns du bäst? Varför det?

Skriv ner på ett vykort vilket tak du minns bäst och berätta med några ord varför. Skicka vykortet till **Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg** så att det är på redaktionen senast 1 maj. De fem bästa motiveringarna får var sin häftig T-shirt, storlek XL, i pris. Simsports redaktion är enväldig jury.

Tänk på att det finns tak och tak. Simmarna i Kungälv fick sitt tak i huvudet när det ramlade ner för några år sedan och minns det taket med saknad. Taket över Malmös tävlingsbassäng Aqva-kul gör ingen glad. Kanske är det därför det simmas så fort på rygg i den bassängen. Limträkonstuktionen i nya Valhallabadet är en skönhetsupplevelse o s v. Du minns säkert egna tak även om du inte är ryggsimmare.

Välkommen med ditt bidrag och tak på förhand.

Glad Vår!
önskar Red.



Chrunaks krönika

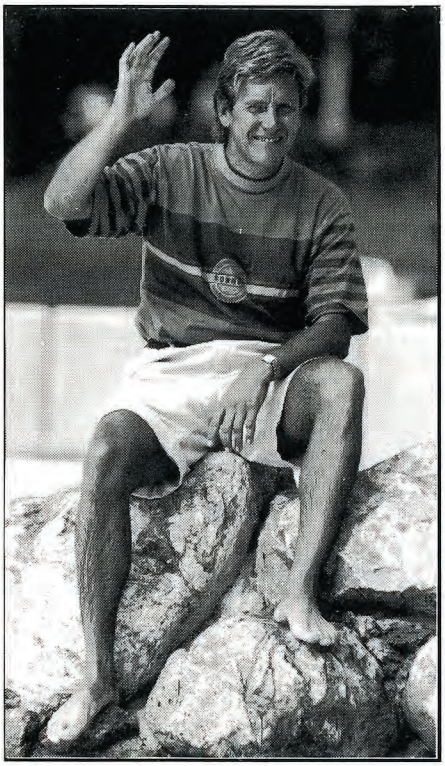


FOTO: Björn Tilly, Bildbyrån

Våren kommer, sommaren närmar sig,

snart är det EM!

Det är inte bara saven som stiger så här års utan också kraven och förväntningarna på det svenska simlandslag som vid EM i Sheffield 3-8 augusti skall leva upp till 1992 års succé. 1992 blev vi bästa förbund vid OS, näst bästa nation vid Sprint-EM. Dessutom blev det ett par världsrekord.

Det blir en svettig vecka i England.

Förutsättningarna för att komma med i denna, som vi alla hoppas, framgångsförsvarande trupp, har redovisats tidigare. Men, med tanke på hur f-n tolkar bibeln och hur förvirring lätt uppstår, finns det anledning till en repris.

Men. Först en nyhet inför EM!

Christer Wallin och Ellenor Svensson är förhandsnominerade för 4x200 m fritt herrar respektive 4x100 m fritt damer.

Min personliga målsättning

för dessa lag är guld respektive medalj och jag vill därför, enligt mitt sätt att tänka, ge dessa båda lag bästa möjliga förutsättningar.

Jag hade hoppats kunna ge hela silverlaget på 4x200 från Barcelona förhandsnominering med beskedet: "Grabbar, det är ni som simmar final i sommar, med Guldvaskning som uppdrag."

Tyvärr tycker jag att Lars Frölander har backat för mycket under World Cup serien. Jag tror säkert "Frölle" är med i sommar, men han kan bara bli det genom att simma fortare än hittills.

Tidigare har följande nomineringar gjorts: Anders Holmertz, 200 m fritt, Tommy Werner, 100 m fritt, Malin Nilsson, 400 m och 200 m fritt, Linda Olofsson, 50 m fritt samt Louise Karlsson 200 m medley.

Detta ger en förutsättning inför SM i Karlskrona med följande utseende:

Den som vinner SM är direkt kvalad till EM individuellt.

För lagkapper gäller som följer:

4x100 m medley herrar och damer kommer att simmas. Herrarna mest beroende på att mästarna i simsätten finns på plats. Samma sak gäller givetvis damerna men också beroende på en fin fjärdeplats från EM 1991.

Herrarnas 4x100 m fritt och 4x200 m fritt är givna starter. Då redan tre frisimmare är nominerade, alla tre synnerligen aktuella för båda lagen, återstår 2-4 platser i dessa båda lag. Denna minskade möjlighet för lagkappskval, hoppas jag medför en kvalitetsökning på presumtiva EM-simmare.

För damerna gäller start på 4x100 m fritt. Här finns redan fyra frisimmerskor nominerade vilket ger en chans för 1-2 tjejer ytterligare för detta uppdrag. 4x200 m fritt ser efter vinterns tävlingar ut att ha en svår väg att vandra för start i England.

Just i skrivande stund är inte ett lag på 4x200 m fritt aktuellt för EM-start på damsidan.

Givetvis hoppas jag på att Magdalena Schultz, Annika Rasmusson med flera skall bilda ett finallag tillsammans med Malin Nilsson. Men, jag tänker inte bränna Malin Nilsson på ett halvbra lag. Hon har större uppgifter som väntar, inte minst dag tre då det är 400 m fritt.

Så tjejer.

Vill ni simma 4x200 m fritt på EM så spotta i paddlarna och sluta upp med att ligga på "fistider" kring 2.04.0

SM-tvåorna slutligen. Som silvermedaljör på SM i Landskrona kommer endast de simmare som bedöms ha en ärlig chans till en EM-final att tas ut till EM. Samt ett eller annat eventuellt nytt och fräscht framtidskort. Ingen blir gladare än jag om vi har många SM-tvåor i truppen.

Tills det är dax. Träna BRA, håll er FRISKA, ät och DRICK rätt.

Lycka till

Hans Chrunak

PS. Tester är inte till för att bli bra på tester utan för att kunna träna hårdare och bättre.

SPEEDO®



SPEEDO
HÅLLER I LÄNGDEN

SPEEDO lanserar ännu ett nytt material - ENDURANCE

- extra slitstarkt - bleks ej i klor - lågt pris

SPEEDO ENDURANCE -
Den perfekta träningsbaddräkten

SPEEDO ENDURANCE finner du i din sportaffär

SPEEDO MARKNADSFÖRS AV SEGER UNITED AB TEL. 0321-702 00

Succé för Vings reselotteri!

Hur mycket vill din förening tjäna?

POSTTIDNING B Simsport Box 8346 402 79 Göteborg



Inge Rundberg, IS Halmia, Halmstad.

”Vi fick in 200.000:- på några månader.”

”Vilken förening tackar i dessa tider nej till att förbättra sin ekonomi? Vi har använt oss av Vings reselotteri flera gånger de senaste åren. Nu senast fick vi in 200 000:- på några månader.

Jag vill gärna ge Ving extra beröm för att de skräddarsydde ett lotteri just för oss.”



Hans Wikström, Järfälla manskör, Järfälla.

”För oss är 30.000:- mycket pengar.

”Lotterier är vår enda chans att finansiera vår körutbildning, våra internationella kurser och våra konsertresor. Vi har provat det mesta i den vägen och reselotterier är mest lättsålda. Inte minst när man har så attraktiva priser som resor från Sveriges populäraste researrangör.”

”Med Vings lotter fick vi lätt in 50.000:-.”

”Både elitsatsningen och ungdomsverksamheten kostar ju en bra slant i dag och då är det skönt att det finns lotterier att ta till. Vi prövade med billotteri tidigare men nu har vi fastnat för Stora Reselotteriet. Och eftersom alla i klubben hjälps åt, inte minst ungdomarna, blir behållningen lätt hela 50.000:-.”



Göran Nilsson, BK Söder, Stockholm.

Bestäm själv hur stort tillskottet i kassan skall bli!

”Stora Reselotteriet” har färdiga lotteripaket från 25.000:- till 500.000:- i behållning till föreningen. Lottpriset avgör ni själva. Likaså om ni vill ha sedel- eller kvicklotter eller vårt nya ”Resetriss”.

Ni får hela lotteriet i ett färdigt paket: Fria lotter med föreningens namn, fri leverans, fri rådgivning, vinstplan, tillståndsblanketter, och Sveriges populäraste semesterresor som priser.

VING

Klipp till nu! Du har allt att vinna!

☐ Ja , vi vill gärna förbättra vår ekonomi med Vings lättsålda ”Stora Reselotteriet”. Skicka omgående er informationsfolder!

☐ Ja, vi vill också veta mer om Vings tränings- och utbildningsresor för idrottsföreningar.

Föreningens namn

Kontaktperson

Adress

Postnr Postadress

Tel dagtid Tel kvällstid

Posta kupongen till ”Stora Reselotteriet”, Ving, 105 20 Stockholm. Skriv FRISVAR på kuvertet så slipper du sätta på porto. Du kan också faxa kupongen till 08-20 02 82. Eller ring oss på 796 68 43.