Sim sport 10

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

EM fest

Hopp-SM





SIMNING - SIMHOPP - KONSTSIM - POLO - MASTERS

Anders & Sven-Arne

3 OS, 2 VM och 5 EM.

Vi gratulerar till ännu ett
fantastiskt mästerskap.
Ni är slitstarka som

SOLAR®
SWIM · SPORT

Fs Föreningsservice 042-34 76 22

Innehåll SIMSPORT 10 -93: På kanten 4, EM-reportage 5, European Youth Olympic Days 1993 16, Simnyheter 18, Ölympiska spelen 19, Hopp-SM 20, Swedish Cup 23, Officiellt 25, Månadens Överraskning 31, Långdistanssimning 33, Stockholm Water Festival 34, Torstens teknikskola 38, Resultat 42, Dagbok 48, Chrunaks krönika 50.

OMSLAGET: Tommy Werner och Linda Olofsson,FOTO: Bildbyrån

Välkommen

till ännu en Simsport. Det blir inte alltid som vi tänkt oss. I förra numret utlovade vi statistik och tävlingskalender till det här numret. Tävlingskalendern hann inte bli helt komplett och får vänta. Statistiken om årets Simiad är på 50 sidor och det utrymmet finns inte i Simsport. Därför kan Simiadens beställas separat av dem som är intresserade.

I detta nummer är det EM som tar extra stor plats. Det blev ett bra EM för svensk del. Därför får du i detta nummer bland annat bilderna, kommentarerna, händelserna som inte fanns i svensk press under själva EM-veckan. Du får också kompletta EM-resultat i simning, simhopp, konstsim och vattenpolo för både herrar och damer.

SM och JSM i simhopp tillsammans med Swedish cup i Ronneby har sin givna plats och vi berättar också om ett sätt att starta vattenpolo på.

På tal om vatten så lär de' ha vatt' en festival. Alltså hittar du hoppdelen av Stockholm Water Festival, som det så vackert heter, i det här numret. Torstens Teknikskola når nya höjder där Torsterianerna nu tar sig an frisimmet med liv och lust.

Motion fortsätter gärna till masters och långdistans. I Simsport berättar vi om SM i långdistans. Kanske någon kan inspireras till att ge sig an de långlopp med stora prispengar som arrangeras på olika håll i världen.

På Simförbundets officiella sidor finns nyttig information med inbjudningar, kvaltider och an-nat som du måste veta för att få ut mer av din idrott. Ett stort block med resultat från när och fjärran finns i slutet av tidningen.

Trevlig läsning
önskar redaktionen



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, 031-22 56 20. 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.

På kanten ...

... går det alltid att bli imponerad. Frågan är förstås var jag drar gränsen. Vid EM i Sheffield spelade det ingen roll var gränsen gick. Den publik och de massmedia-representanter, som var där, blev imponerade. Inte bara jag.

Anledningen var den svenska truppen i simning, simhopp och konstsim med aktiva, tränare och ledare. Först imponerade de tre hopparna vertikalt och sedan simmarna horisontellt i anläggningen Ponds Forge. Däremellan fanns konstsimmarna som höll på både vertikalt och horisontellt. Ibland samtidigt.

Kanske konstsimmarnas resultat inte var så imponerande, numera räknas ju bara medaljer, men Karin Lobenius och Sara Lindholms inställning till uppgiften, deras sätt att genomföra den och deras uppträdande vid sidan av bassängen, imponerade. Det är trots allt inte så enkelt att hävda sig i europeisk konkurrens där konstsim växer allt mer, genom att träna in parprogrammet per korrespondens som de svenska flickorna tvingats till. Därför är det också imponerande att se motvindskämpande förbundskapten Eva Svensson och landslagstränare Marie Jacobsson, år efter år kämpa vidare med minimala resurser. Vid EM var en final inte så långt borta.

Att Joakim Andersson skulle ta silver och brons med sex månaders träning imponerade. Det som imponerade mest var dock hans sätt att stötta de andra två i hopptruppen genom att alltid vara på plats med goda råd och vilda tillrop. Imponerande var också Jimmy Sjödin, debutant och 15 år. Att ta sig till final på 10 m och där hoppa bra är imponerande. Att därefter, mycket ledsen med röda ögon och tårarna rinnande då han själv ställt kraven högre, möta pressen, imponerade också. Främst på garvade journalister som redan nu lärde känna en ung grabb som i många år kommer att låta tala om sig.

Givetvis imponerade simmarna stort. Inte bara de juniorflickor som debuterade med medaljer och finalplatser som Therese Alshammar, Hanna Jaltner, Louise Jöhncke och Magdalena Schultz. Även juniorer på herrsidan som Fredrikarna Lundin och Rosenholm, var respektlösa och imponerade. Jag har tidigare efterlyst pigga och hungriga juniorer. Nu fanns de med. I truppen fanns också de etablerade. Anders Holmertz, Tommy Werner, Malin Nilsson och Linda Olofsson imponerar oftast. Nu gjorde de det med eftertryck. De är proffs och uppför sig som sådana. Ändå fanns det en som höjde sig över mängden och på ett imponerande sätt mötte omvärlden; Ellenor Svensson.



Jag skall villigt erkänna att jag som doktor Dengrot säger, var skeptisk. Före EM. Men inte nog med att hon är snabbast i landet på 100 m fritt, en av de 25 bästa i världen i en global idrott, (jo, jag vet att andra flickor i truppen är högre rankade och tog medaljer, men för mig var det mer väntat), hon är också en stark personlighet vid sidan av bassängen. Sådana som Ellenor behövs alltid i ett landslag. Hennes sätt att ta hand om olika frågor från pressen, stötta de yngre, hjälpa till med ett alltid lika vinnande leende, positiv vänlighet och allmän PR-verksamhet för svensk simning, gör omgivningen imponerad.

Att ledare och tränare med Thomas Jansson och Hans Chrunak i spetsen lade ner enormt med tid och arbete för att få truppen att arbeta maximalt, kommer i regel aldrig fram. Det var inte bara jag som var imponerad av deras arbete.

För att få lite balans i lovorden så måste jag väl nämna att vi ofta har olika uppfattning om sakernas tillstånd men i Sheffield var det kul att se tävlingarna.

Däremot fanns det ingen som helst anledning att bli imponerad av EM-arrangemanget. Inte nog med att engelsmännen kör på fel sida av vägen, ingen har talat om för dem att imperiet inte längre finns. De styr inte längre klotet även om de själva har den uppfattningen. Visserligen närmar de sig metersystemet, tum för tum, men avståndet till övriga Europa är större än någon tunnel kan överbrygga. Jag anser mig själv ganska fördomsfri men bara tanken på att söka OS till Manchester år 2000, (så här dags vet du vem som fick det), pekar på en självgodhet som jag inte trodde fanns ens i öriket 1993.

Lars-Åke Lindqvist

EM 1993

Ett mästerskap med mersmak



Vid EM i Sheffield i början av augusti tog svensk simidrott ett ordentligt grepp på övriga Europa. De etablerade herrsimmarna befäste sina ställningar bland världens bästa och damernas insatser gav eko i simvärlden. Inte bara i Eurosport. Juniorerna som debuterade gjorde det respektlöst och i den stora truppen var det egentligen få som inte lyckades.

Simhopparna visade vägen med silver och brons dagarna innan simningen började och sedan gick det av bara farten. Sex silver och tre brons för svensk del blev bra utdelning i ett europamästerskap där striden om medaljer blir allt tätare från allt fler.

Ett världsrekord och två europarekord samt flera mästerskapsrekord blev på något sätt ett bevis på att europeisk simning dels befinner sig i en generationsväxling, dels att det europeiska mästerskapet för många bara är ett delmål på vägen till VM och OS.

De svenska simmarna och hopparna överträffade många gånger sig själva. Konstsimmarna var nära men det är kanske inte så enkelt att fightas med europaeliten när ett parprogram på grund av brist på resurser måste tränas in per korrespondens. Det är ungefär som om simmarnas lagkappslag skulle träna in växlingar var för sig i respektive hemmabassäng. Nu stämde i och för sig inte alltid växlingarna ändå för simmarna men det berodde mer på annat.

Om mindre än ett år är det dags för VM. De svenska damerna visade på EM att rätt inställning och hårt arbete lönar sig. Med så många juniorer i truppen, som simmade så bra, ser framtiden ljus ut. Dameliten i Europa och världen diskuterar inte längre vem som skall bli trea efter de två östtyskorna.

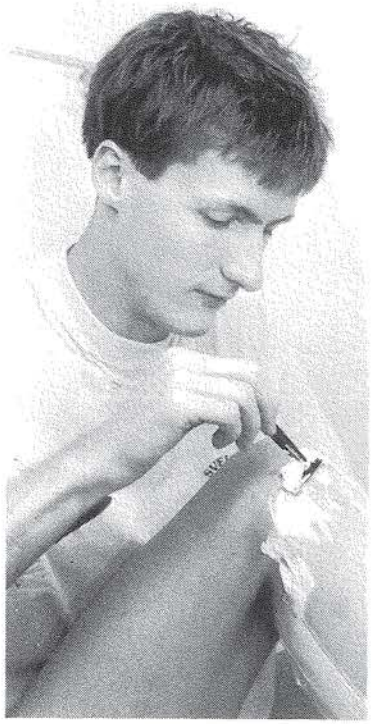


Av de svenska herrarna har både Anders Holmertz och Tommy Werner sagt att de fortsätter ett år till. Anders blir 25 år om någon månad och Tommy är en bit över. Det är i och för sig ingen ålder på toppidrottsmän men de skall ha råd att leva också. Samtidigt är det nu snart tio år sedan de debuterade internationellt. De har också båda sedan dess hållit sig i den internationella toppen. Nya herrsimmare måste fram för oavsett medaljer på EM och EJM är det tunt bakom de etablerade.

Den svenska insatsen beskrivs bäst av den simförälder som, inga namn men hans dotter blev fyra några gånger, sammanfattade EM för Sverige med orden: "Det är nog inget land som slagit så många svenska rekord som Sverige".

EM-reportage
Text: Lars-Åke Lindqvist
Foto: Tommy Nyhlén, Bildbyrån

SILVERIND



Fem silver- och tre bronsmedaljer blev simmarnas skörd vid EM. Så många medaljer har inte ett svenskt simlandslag tagit vid ett EM någon gång. Då var ändå Sheffield det 21:a. Det första individuella silvret vid årets EM togs av Tommy Werner på 100 m fritt.

Men det var nära att det inte blev något alls. Efter lagkappen kvällen innan kände sig Tommy dålig och mådde illa. Fastän han specialtränat starter hemma i Karlskrona kom han dåligt iväg i försöken. Vid 50 m var totalt tretton simmare snabbare. Men som vanligt kom han starkt på slutet. Första 50 gick på 24.54 och andra på 25.78. Tommy blev sjua till final med 50.32.

Fredrik Letzler gjorde 50.64, (24.33 - 26.31), personbästa med 24 hundradelar och blev nia. Han vann sedan B-finalen på nytt personbästa, 50.61.

I finalen var Tommy också sent iväg. Han vände som näst siste man på 24.14. Men som så ofta förut gick det oerhört snabbt på slutet. Med 25.57 var Tommy näst snabbast på sista längden och tog sig in på silverplats bakom Rysslands Alexander Popov. Tommy nådde 49.71, 56 hundradelar bakom Popov men fem före bronsmannen, Pavel Khnikin, Ukraina.

Sedan OS 1984 har Tommy inte missat ett internationellt mästerskap. Han vann sin första individuella medalj vid EM 1985. Sedan dröjde det till VM 1991 innan det blev ett individuellt silver på 100 m fritt. Nu har han ett silver till och ännu inga planer på att lägga av.



När EM nästan var slut och alla började summera tog Linda Olofsson Sveriges andra individuella silvermedalj då hon blev tvåa på 50 m fritt. Hon var 14 hundradelar från guld och Tysklands Franziska van Almsick.

Efter en tjuvstart, som Linda inte var ansvarig för, fick hon lugnat ner sig och kom iväg bra andra gången. Hon körde ner huvudet i vattnet och tio meter före mål ledde hon. Så tog hon det där sista "ödesdigra" armtaget och Franziska smet förbi alldeles före målgång. Men det var ändå en mycket nöjd Linda som steg upp på prispallen efteråt.

- Ja men huva vad jag var nervös. Men när jag satt tillsammans med de andra tjejerna före start så tänkte jag att det här skall jag väl klara av.

Linda hade satt svenskt rekord i försöken, 26.08 och förbättrade det ytterligare i finalen till 25.67. Ellenor Svensson simmade i samma försöksheat som Linda och blev sexa, 26.73. I B-finalen blev hon sedan tvåa, 26.48 och nytt personbästa.



Sveriges övriga tre simsilver kom i lagkapperna. Det började med ett lag på 4x200 m fritt som egentligen inte skulle varit med. Vårvinterns simningar gjorde förbundskapten Hans Chrunak tveksam till en EM-start. Men på SM gick det bättre.

I försöken på EM simmade Louise Jöhncke, 2.02.68, Therese Lundin, 2.04.37, Annika Rasmusson, 2.06.72 och Magdalena

VIDERNA

Schultz, 2.04.15 och andra lag till final Till finalen bytte Annika mot Malin Nilsson och nu gick det undan. Alla fyra simmade på personbästa och resultatet blev silver och svenskt rekord, 8.08.82 efter Louise Jöhncke, 2.01.87 också det svenskt rekord, Magdalena Schultz, 2.02.96, Therese Lundin, 2.02.29 och Malin Nilsson, 2.01.70.
Tyskorna var lite för svåra, 8.03.12 och till engelskorna på bronsplats fanns det marginal, 8.11.11.
Det var svensk damsimnings första individuella lagkappsmedalj sedan bronset på samma distans vid EM i Sofia 1985 och silvret i Sheffield betydde mycket för fortsättningen. Eller som Hans Chrunak sa:
- Ett sjujäkla lyft.

Damerna fortsatte att glänsa. Bara två dagar efter 4x200 m var det dags för 4x100 m och ännu ett silver. I försöken simmade först Ellenor Svensson, 56.94, Louise Karlsson, 56.71, Susanne Lööv, 57.16 och Linda Olofsson, 55.94. Det blev 3.46.75 och svenskt rekord med 1,4 sekunder. Til finalen chansade förbundskapten Chrunak, bytte ut Louise och Susanne mot Louise Jöhncke och Malin Nilsson, (som var något trött efter 400 m fritt). Men chansningen höll.
Ellenor fick nu sitt svenska rekord på startsträckan, 56.71, fyra hundradelare bättre än Agneta Eriksson för tolv år sedan, Linda Olofsson simmade på 55.87, Louise Jöhncke, 56.17 och Malin Nilsson, 56.58. Svenskt rekord, 3.45.37 och nytt silver. Alla flickorna överträffade sig själva igen, Tyskland vann, 3.41.69 och nu var Ryssland på tredje plats, bara fyra hundradelar bakom svenskorna.

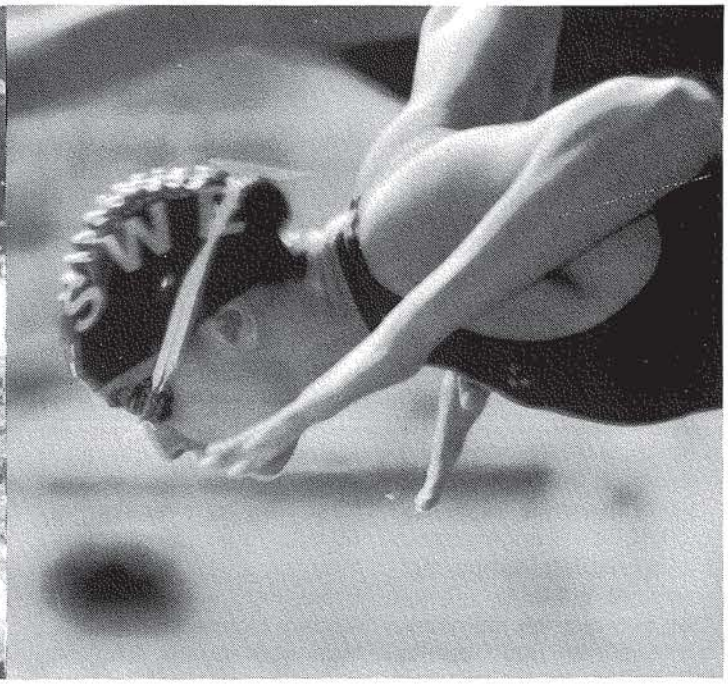
Så skulle de svenska herrarna ta sitt första silver. De skulle också ha revansch för diskningen på 4x200 m. (Se nästa uppslag). Det blev direktfinal på 4x100 m fritt då bara åtta lag kom till start. Fredrik Letzler var först iväg av svenskarna, 50.63, förljd av Tommy Werner, 49.57, Lars Frölander, 50.09 och så Anders Holmertz.
Han kom precis från en bronsmedalj på 400 m fritt, (se nästa sida). Han fick dock några minuter på sig att vila och när Lars Frölander tryggt lämnade över till Anders blev det fart i bassängen. Ryssland hade Popov på sista sträckan. När 50 meter var kvar av loppet vände Anders först av alla. Han hade 23.38 på första 50 mot Popovs 24.00. Efter vändningen kom länge Popov ut lika med Anders. Eurosports kommentator lyfte TV-sända simningar tillnöjda höjder när han kommenterade Anders Holmertz enorma satsning. Den höll nästan. Popov avslutade med 24.83 och Anders med 25.66. Sveriges 3.19.33 blev till silver och Ryssland fick 3.18.80. Till Tyskland på tredje plats hade svenskarna en marginal på 70 hundradelar.











Malin

Nilsson från Oxie och Malmö KK har stillsamt men bestämt närmat sig världseliten på de längre frisimsdistanserna. Fastän hon inte är förtjust i höga höjder har hon under våren tränat påp hög höjd, men bland andra Norges Irene Dalby. I Sheffield nådde Malin inte den individuella prispallen men var mycket nära.

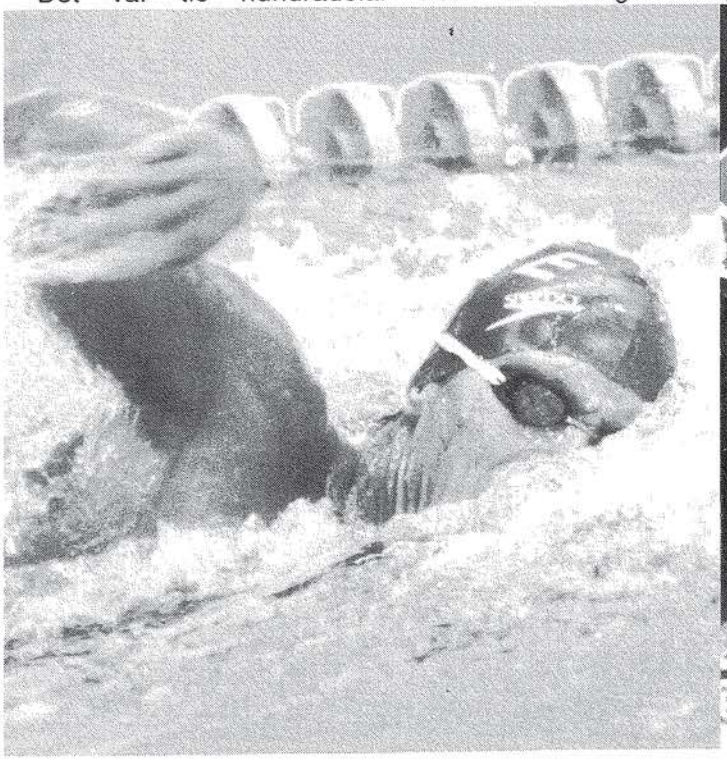
På 200 m fritt blev hon fyra, 2.01.15 och tog tillbaka det svenska rekordet som Louise Jöhncke fick ha ett dygn. Det var tio hundradelar från bronsplatsens KarenPickering, Storbritannien. På 400 m fritt blev Malin fyra igen, 4.12.67, svenskt rekord

och

15 hundradelar bakom Irene Dalby. Malin fortsatte med sin svenska rekordserie på 800 m fritt där hon nu blev femma, 8.39.76. Sammantaget svarade Malin för mycket starka insatser då hon också mycket aktivt deltog till de två lagsilvren. Att hon hade ont i ryggen och var i dålig form kom aldrig som några undanflykter.

Anders Holmertz bjöd sin vana trogen på stor underhållning. Precis som tidigare ledde han 200 m fritt i 180 meter då de andra, som simmat på vågen, tog sig förbi. Först kom Finlands Antti Kasvio stormande, vann på 1.47.11. Sedan ryssen Evgeny Sadovy, 1.47.25 och Anders tog brons på 1.47.69. Men han såg ingen anledning till att vara besviken. Särskilt inte efter försöken då

Anders





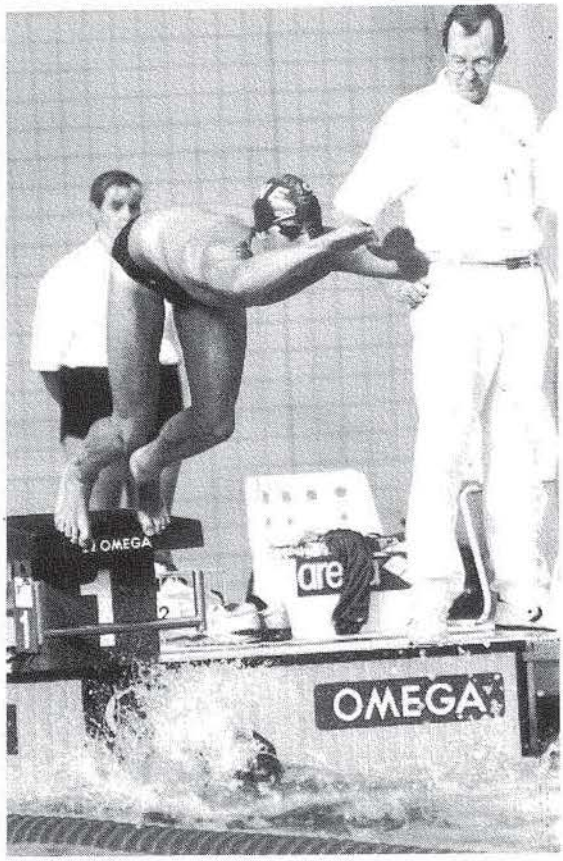
var klart snabbast.
- Jag gläds åt tiderna. Den i morse, 1.47.53 är min fjärde bästa någonsin. Finaltiden var nog den femte.
Däremot var han siste man till final på 400 m fritt. Anders och Sadovy lurpassade på varandra under försöken så att båda höll på att missa finalen. Där simmade Anders som vanligt d v s full fart från början. Det höll i 350 meter. Kasvio tog sig förbi igen och på sista meterna fick hemmanationen ett brons genom Paul Palmer. De tre främsta tiderna blev, 3.47.81, 3.48.14 och 3.48.98. Anders insatser beskrivs bäst av Svenska Dagbladets krönikör Sune Sylvén. Där får också de andra i truppen en hel del att glädjas åt vilket framgår av bilden. Så här skriver han den 9 augusti under rubriken:
"Kan fridirotten ta efter simmarna?
Holmertz härligt föredöme
... En sak kan friidrottarna ta efter simmarna: Den rejäla satsningen i alla lägen, främst personifierad av Anders Holmertz, en man som orättvist fått en förlorarstämpel. I själva verket är han en medaljmaskin, en man som alltid ger allt och för det mesta skaffar sig en plats på prispallen.
Möjligen har det blivit guld alldeles för sällan, men säkerligen har Holmertz kompromissfria inställning varit ett föredöme för många av hans lagkamrater. Inte minst gäller detta damsidan. De svenska simmerskorna har ju med eftertryck i Sheffield bevisat att den ofta förkättrade svenska kvinnoidrotten också kan klara sig gott på det internationella planet."

Glädje

Sorg

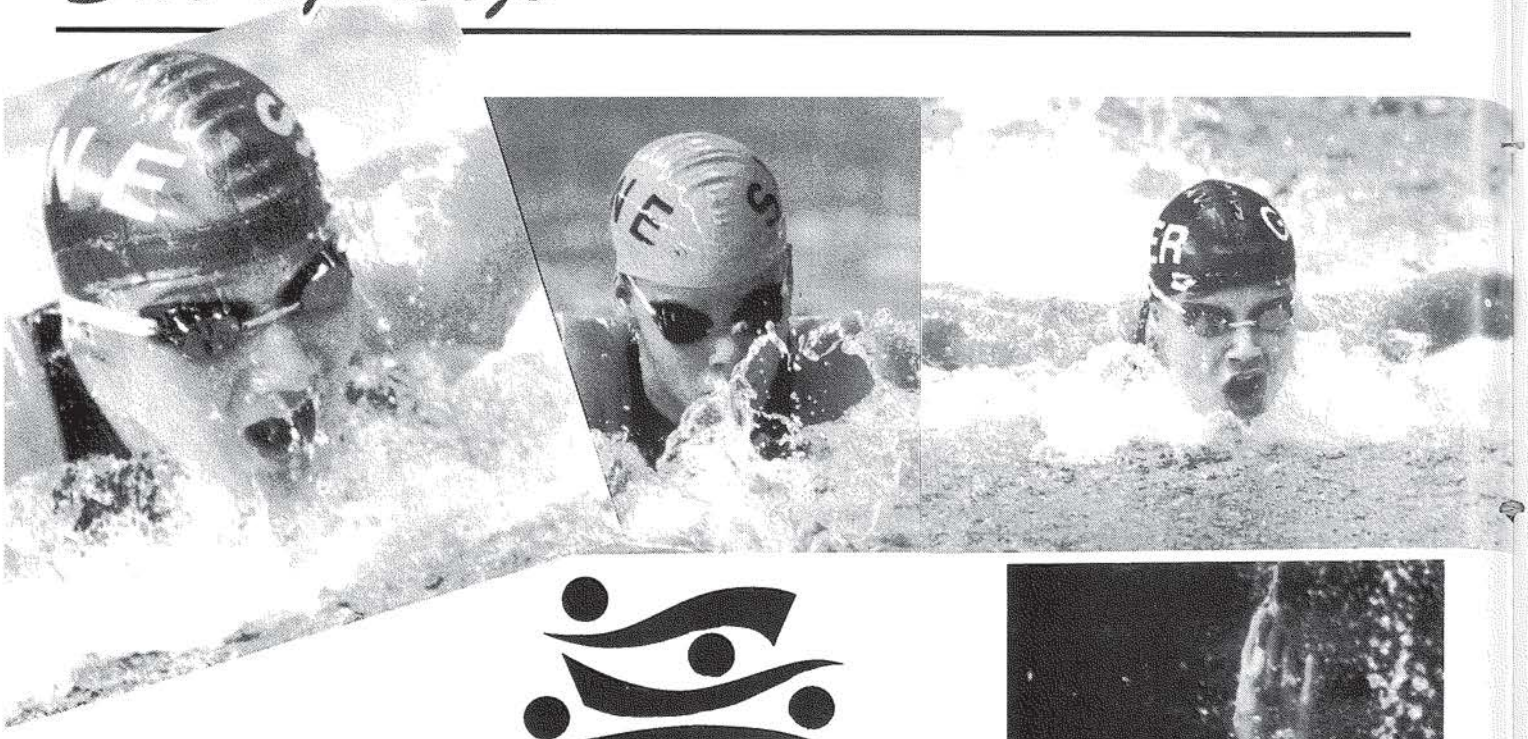
Ena året hjälte, som vid OS 1992 på 4x200 m fritt, och nu känslan som "skurk". Det var inte lätt för Lars Frölander efter EM:s långa lagkapp. Även här simmades direktfinal, nu mellan sju nationer. Christer Wallin var först ut av svenskarna, 1.49.50 och Sverige var tvåa efter Ryssland. Så dök Anders Holmertz i, simmade på 1.46.84!!! och Sverige var i ledningen.

Det var vid nästa växling som ambitionen slog till. Anders sista armtag blev något långt och krokigt och Lars Frölander stack iväg. Simmade på 1.49.74 innan Tommy Werner dök i tillsammans med Rysslands Evgeny Sadovy. Tommy hade ledningen till några meter före mål då Sadovy tog sig förbi. Tommys tid var identisk med Frölanders men Sadovy simmade på 1.46.78. Ryssland vann och efter någon minut kom beskedet på resultattavlan; Sverige diskvalificerat. Överväxling mellan Holmertz och Frölander.
- Tur att vi inte vann. Då hade diskningen känts ännu jäkligare, sa förbundskapten Chrunak efteråt och gick för att trösta Lars Frölander som helst av allt ville gömma sig.
En dryg timma senare ställde han dock upp och förklarade.
- När jag dök i så kände jag mig lite osäker på om växlingen var OK. Men sedan tänkte jag inte mer på det under loppet. Allt vi satsade på var guldmedaljerna. Jag är lite besviken och mycket förbannad på mig själv. Överväxla med elva hundradelar.







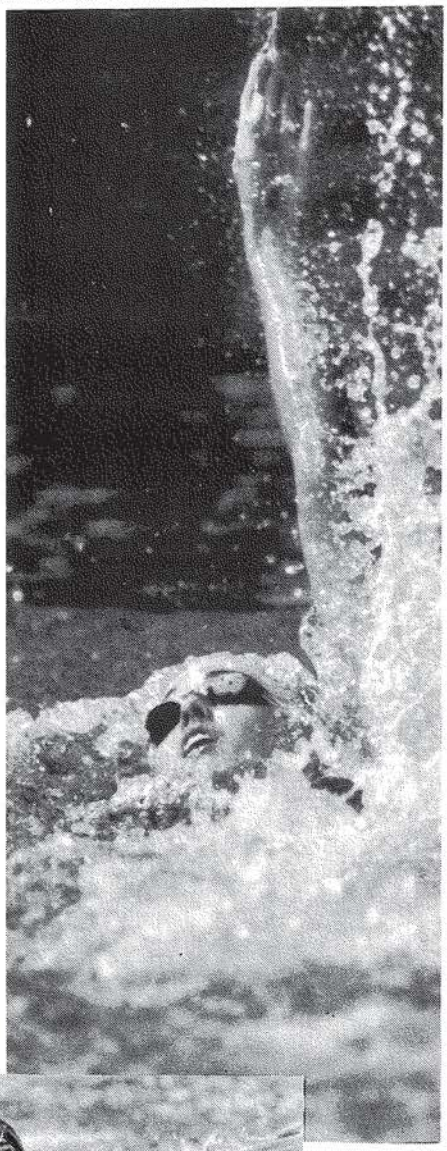


Finalister ...

För svensk del blev EM mycket juniorernas föreställning. Även om Fredrik Rosenholm inte kunde upprepa sina fantastiska simningar från SM så skaffade han sig rutin. Malin Strömberg har varit med förr men ä r fortfarande junior. Efter en jobbig flygresa blev hon magsjuk men kom starkt tillbaka genom att vinna B-finalen på 100 m fjäril, 1.01.69. På 200 m var hon bara snäppet sämre, 10:e med 2.17.47.

Hanna Jaltner, junior och debutant simmade också hon B-final, 100 m bröst och var i final med medleylaget som blev 5:a. Magdalena Schultz kom hem med silver i lag och simmade final på 200 m medley. Louise Jöhncke tillhörde också juniordebutanterna med silver och svenskt rekord på 200 m fritt, (ett dygn). Therese Alshammar, junior och debutant simmade final på 100 m rygg, där hon blev fyra med svenskt rekord, 1.03.26. Fredrik Lundin debuterade redan för ett par år sedan men var en junior som simmade B-final på 400 m medley, där han blev 11:a på 4,23,74, bara 78 hundradelar från Jan Bidrmans svenska rekord. Så visst var det juniordebutanternas EM. Också.

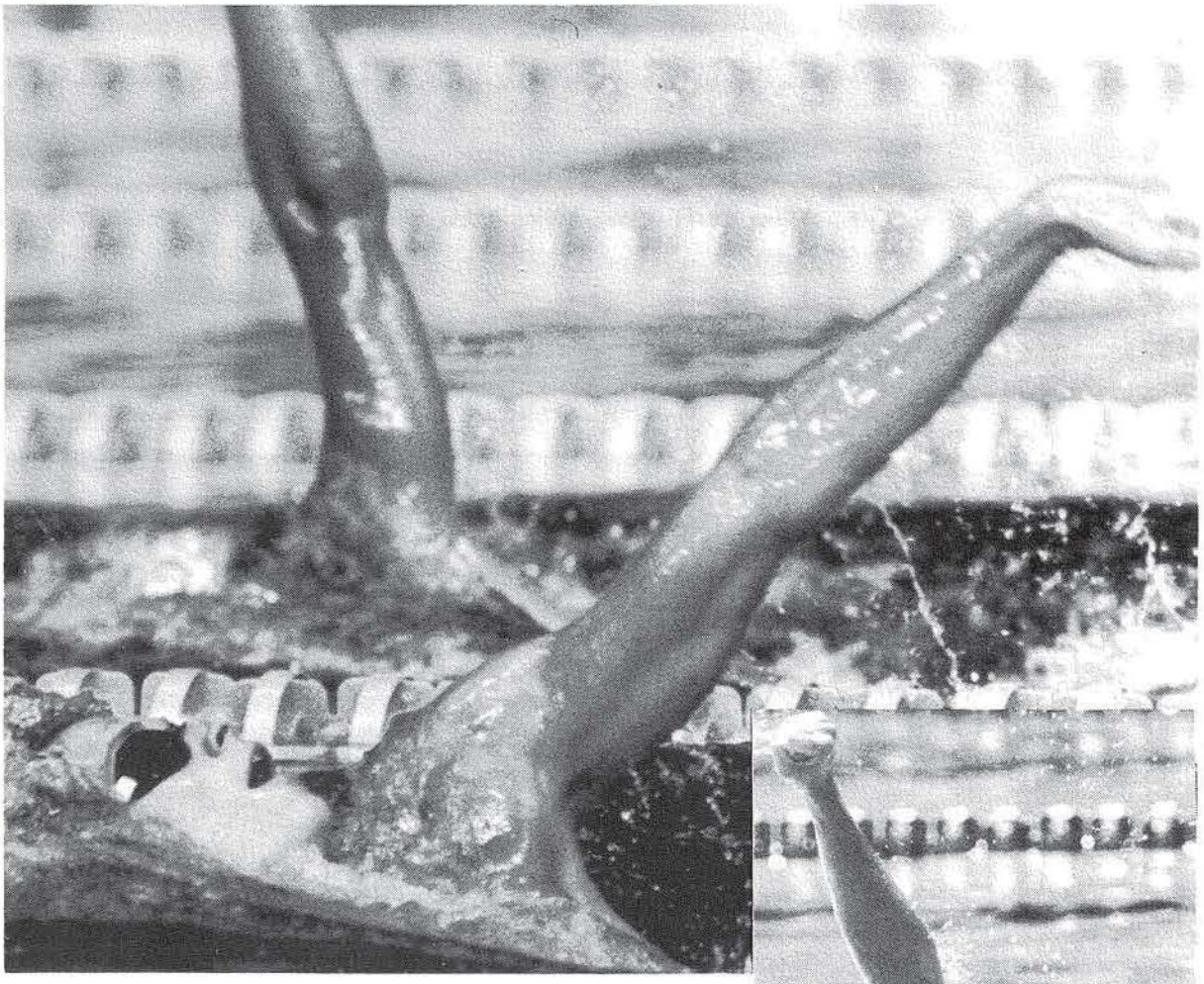
Av de femton damerna i simtruppen bidrog tolv till finalsimningar. Inte konstigt att förbundskapten Hans Chrunak var nöjd och att de svenska damernas prestationer i Sheffield gav eko i simmarvärlden.







SÅ I NORDEN



Jani

Sievinen är tillsammans med Antti Kasvio Finlands stora hopp. De planerar båda att vara på topp vid OS om tre år. I Sheffield fick Jani ge sig för Ungerns Tamas Darnyi på 400 m medley, 4.15.24 mot 4.15.51 där Jani lett i 390 meter. Men det var på 200 m medley Jani Sievinen skulle vinna. Det gjorde han men han fick inte besegra Darnyi som strök sig då han hade ont i handen. Nu vann Jani på 1.59.50, före Attila Czene, Ungern, 2.00.70.

Irene

Dalby var Nordens stora damhopp vid sidan av svenskorna. (Danskorna med Mette Jacobsen vann flera B-finaler). Silver och brons fick Irene med sig hem. På 800 blev hon tvåa, 8.33.77, bakom Jana Henke, Tyskland 8.32.47 och på 400 m blev nådde hon 4.12.52, 15 hundradelar före Malin Nilsson men bakom tyskorna Dagmar Hase, 4.10.47 och Kerstin Kielgass, 4.12.18. Men grattis Irene och grattis även Elin Austevoll som på 100 m bröst blev 5:a, 1.10.67 och 6:a på 200 m bröst, 2.33.32.





Simhopp

Trupp med tre tog silver och brons



De tre svenska hopparna, Josefine Askagården, Joakim Andersson och Jimmy Sjödin, svarade tillsammans för en mycket stark insats på EM. Joakim svarade själv för silver och brons på 1 m och 3 m, Josefine hoppade final på 3 m och debutanten Jimmy Sjödin var i final på 10 m vid sitt första stora internationella seniormästerskap. Hela hopp-EM blev en spännande tillställning. Allt kulminerade i sista tävlingens sista hopp då herrarnas 10 m avgjordes med två hundradelar. Att tolv betalande åskådare var allt som fanns på plats vid ett av finalpassen säger mer om arrangörernas biljettpriser än om intresset för simhopp i Sheffield med omnejd. När Robert Morgan hoppade final sista dagen var det fullt. Hoppningen bjöd också på flera gamla bekanta. Brita Baldus, Tyskland, vann 3 m. Det gjorde hon för tio år sedan också.

Herrarnas 1 m

Joakim Andersson blev Sveriges förste EM-finalist. Efter försöken på 1 m svikt blev han sjua och fick hoppa kvartsfinal. Där visade han sin styrka genom att bli tvåa, med marginal och i sista hoppet säkrade han definitivt en plats i finalen.

Joakim, som hade en silvermedalj på 3 m svikt från EM 1991 att försvara, började försökshoppningarna mycket starkt. Efter fjärde omgången låg han på fjärde plats. I de tre sista hoppen tappade han något men den höga svårighetsgraden gjorde att han inte behövde vara orolig för att ta sig till kvartsfinalen.

Där hoppade Joakim säkert med få missar. Hans sista hopp, en och en halv volt bakåt med två och en halv skruv, satt perfekt och han fick den högsta poängen, 63, av samtliga i sin kvartsfinal.

Så gjorde han det igen. Joakim Andersson från Jönköping hoppade till sig ett silver från 1 m svikt i finalen. Med 347.70 poäng var han fem och en halv poäng före Tysklands Borris Lietzow. Peter Boehler också han Tyskland, blev för svår för Joakim med sina 361.74 poäng och EM-guld.

- Jag är nog mest förvånad själv, berättade Joakim efteråt.

- En del av de hopp jag tog silver med har jag knappt tränat sedan jag bestämde mig för att börja igen för ett halvår sedan. Det har bara varit 3-meterstävlingar i år. Jag har nog inte gjort mer än tjugo hopp av en del och det är nästan detsamma som inget i den här branschen. Men visst känns det skönt. På en meter kände jag ingen press även om jag var fyra för två år sedan på EM. Jag kunde hoppa avslappnat och de andra i finalen hade det nog värre. Jag tog finalen som ett träningspass med ett hopp i taget. När jag sedan märkte efter semifinalen att jag hade en chans så ville jag också visa vad jag kan. Men jag var aldrig nervös. Jo, kanske lite inför sista hoppet när jag visste att det handlade om medalj.

Joakim hade lottats i den svåraste semifinalgruppen med Boehler, Andrei Semeniouk, Vitryssland och Alexis Kogalev, Belgien. Alla tre medaljörer vid tidigare internationella mästerskap. Hans tränare Bo Sjö-

gren var också inställd på att om Jokim klarade semifinalen, som var svårare än finalen, så skulle det bli medalj.
Han låg sist efter första hoppet och halvvägs i semifinalen, efter tre hopp, var han i ledningen och i final. Så missade han sin en och en halv volt med två och en halv skruv, fick 54.81 poäng samtidigt som Semeniouk gjorde sitt bästa hopp med 70.20 poäng av domarna. Inför sista semifinalhoppet ledde Joakim visserligen men inget var avgjort. Han skärpte sig, satte en nästan perfekt en och en halv volt bakåt med två och en halv skruv och 61.20 poäng. Med 355.11 poäng var han andre man till final.

De fyra i finalen, Peter Boehler, Joakim, Borris Lietzow och Robert Morgan, Storbritannien bjöd på en spännande och dramatisk uppvisning. Efter halva finalen skilde bara 1.08 poäng mellan ettan och fyran. Joakim hoppade säkert och stabilt men hade något lägre svåerighetsgrad på sina hopp.

I det fjärde hoppet, av sex, låg Joakim på tredje plats och den svenska truppen, där flaggan svingades, vågen gjordes och som vanligt hejaklacken hördes högst och bäst, vädrades medalj.

Så försökte Joakim med det hopp han missat i semifinalen, snacka om självförtroende, och lyckades, 59.16 poäng. När både Lietzow och Morgan missade sina hopp tog sig Joakim till andra plats inför sista hoppet. Det satte han perfekt och fick 66.60 av domarna. Återigen en och en halv volt bakåt med två och en halv skruv. Favorithoppet, som på svenska heter en och en halv Mollbergare med två och en halv skruv.

Saken var klar. Åt Peter Boehler fanns inte mycket att göra men de andra två hopparna i finalen fick se sig slagna. Joakim var mycket nöjd efteråt. Ännu mer belåten var hans tränare, Bo Sjögren.
- Fantastiskt med tanke på att han inte tränat speciellt. Han har mycket kvar att träna upp av sin gamla fysiska styrka men tydligen sitter själva hoppen i ryggmärgen. Jag är mest förårvnad över att han orkade.



Damernas 10 m

Det började illa för den svenska hopptruppen. Josefine Askagården var först av svenskarna i vattnet när damernas höga hopp hade sina försök. Josefine slutade efter de sex hoppen som 16:e flicka. Tolv fick hoppa final.
Det började så bra. Lugnt och säkert hoppade Josefine sina första hopp. Från elfte plats efter Isander i pik där hon fick 38.19 poäng av domarna fortsatte hon med en och en halv volt som gav henne 42.60 poäng och åttonde plats.
Ett ännu bättre tredje hopp, handstående och en volt i pik gav Josefine 42.75 poäng och hon avancerade en plats. Hennes fjärde hopp, två och en halv volt med svårighetsgraden 2.8 satt i det närmaste perfekt och efter 53.76 poäng av domarna var hon sexa, bara tiondelar fårn de tre främsta. Sedan gick det troll i hoppningen. Under träning hade hon missat sitt svåraste hopp, tre och en halv volt i pik. Med ambitionen att nu göra det rätt blev det för mycket med ett kraftigt överslag som följd. De 24.30 poängen förstörde chanserna till en finalplats. Sista hoppet var några poäng bättre, 27.32 för en och en halv volt baklänges med två och en halv skruv, men Josefine Askagården från Malmö, föll i resultatlistan till 16:e plats. Hennes slutpoäng blev 229.32, drygt 22 poäng från en finalplats.
Trion Svetlana Khoklova, Ryssland, Ute Wetzig, Tyskland och Elena Jupina, Ukraina, höll ett säkert grepp om och avstånd från de övriga i finalen. Ukrainas Irina Pissareva var med och slogs om medaljerna under de första fyra hoppen men missade sedan grovt och var borta från medaljstriden.

Damernas 1 m

Bland de åtta flickor som tog sig till 1 m semifinalerna fanns ett nordiskt hopp, 18-åriga Kristin Grosvik från Norge.Hon hoppade bra och var sjua efter försöken.
Hon vann sedan sin kvartsfinal, 226.02 poäng, 20 poäng före trean Orsola Pinter från Ungern. I semifinalen blev det för svårt för Kristin. Hon slutade fyra med 201.18 poäng.
Finalen vanns av Simona Koch, Tyskland, 278.94 poäng efter en hård match med främst Rysslands Irina Lashko, bara 2,7 poäng efter. Bronset togs av Vera Ilina, Ryssland, en knapp poäng från Irina. Brita Baldus blev sist i finalen men hennes 273,54 poäng visar hur tät finalhoppningen på 1 m var.

Herrarnas 3 m

Joakim Andersson hade ett silver att försvara från EM 1991. Efter OS förra året höll han upp med allt vad simhopp heter i sex månader. I februari bestämde han sig för att hoppa vid EM. I försöken på 3 m ställde 25 hoppare upp. Sist ut som 25:e hoppare var debutanten Jimmy Sjödin. Premiärhoppet, en och en halv volt framåt i pik satte han bra, utan nerver, fick 30.72 poäng och hade tagit plats i EM. Han pendlade sedan mellan 25:e och 23:e plats för att i sista hoppet, två och en halv mollbergare, få drygt 47 poäng och med det ta 22:a plats.
Joakim hoppade säkert i försöken och tog sig till final som nionde man med 349.68 poäng. Finalen blev spännande. Efter sex hopp, drygt halva finalen, hade sju simmare samlat sig

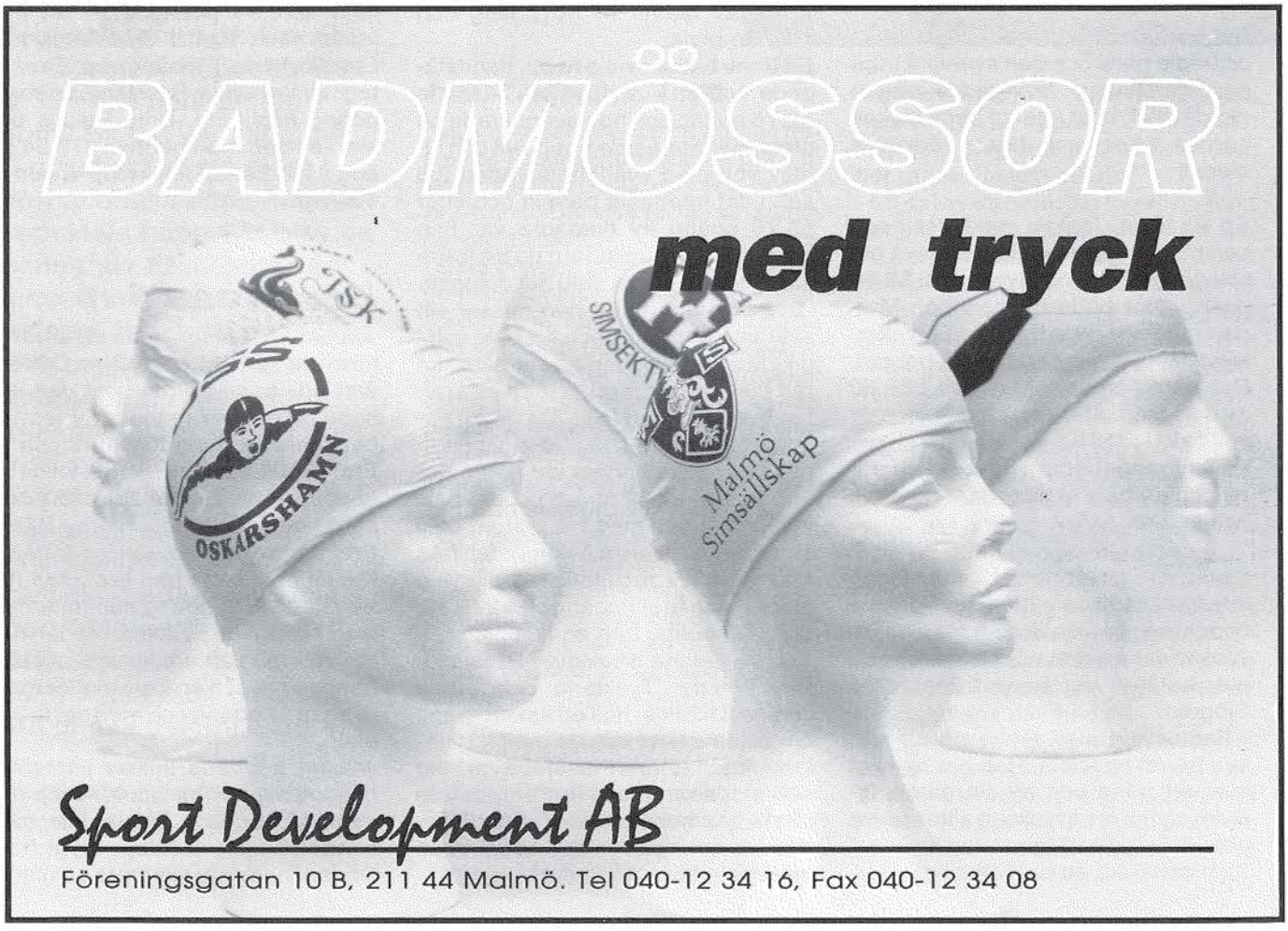
på över 260 poäng. Dmitri Sautin, Ryssland, var i topp, 298,32 poäng, före Jan Hempel, Tyskland, 292.20. Joakim var trea, 272.22, men alldeles bakom fanns Sergei Lomanovski, Vitryssland med 267,78 poäng.
Under de sista hoppen, då Joakims skruvar verkligen kom till sin rätt befäste topptrion sin ledning. Inför sista hoppet hade Hempel passerat Sautin och Joakim dragit ifrån Lomanovski. Däremot hade Joakim ingen större chans att nå någon av de två i täten. De tre satte sina hopp i det närmaste perfekt och 3 m slutade med Jan Hempel som etta, 637,77 poäng, före Dmitri Sautin, 619,59 och Joakim, 589,74 poäng.
På presskonferensen efteråt sa Joakim att han var nöjd. - En medalj är en medalj och jag är nöjd med mina hopp. Idag var de andra bättre men det kommer att vara skillnad nästa gång.
Det blev Joakims andra medalj detta EM och han kunde resten av dagarna ägna sig åt att leda den svenska hejaklacken för Josefines 3 m och Jimmys höga hopp. Det gjorde han lika bra som allt annat.

Damernas 3 m

Josefine Askagården hade inte rest till Sheffield för att bara hoppa försök. I sin andra föreställning, 3 m, var det heller aldrig något snack. Hon tog sig till final som åttonde flicka med 269,91 poäng. Norges Kristin Grosvik tog sista finalplats med 244,60.
I finalen blev det tuffare. Josefine hoppade jämnt och domarsiffrorna pendlade mellan 6 och 7. Ett par 5,5 fick hon dock. Hennes placeringar varierade mellan nionde och tolfte plats.
De två näst sista hoppen satte hon bra och fick genomgående 7-7,5. I sista hoppet, en och en halv volt bakåt med två och en halv skruv missade hon något och behöll sin elfte plats med 402.74 poäng.
Kristin Grosvik hoppade i stället upp sig jämfört med försöken och slutade sexa med 452.94 poäng efter ett i det närmaste perfekt näst sista hopp, två och en halv mollbergare.
Tysklands Brita Baldus, 28 år så Josefine har några år på sig med sina 21, vann överlägset 3 m. Inför sista hoppet ledde hon med 30 poäng och en hoppare som för tio år sedan vann 3 m, missar inte. Vera Ilina, Ryssland, tog silvret och Simona Koch, Tyskland, bronset.

Herrarnas 10 m

Höga hopp för herrar blev en rysare. Dels för att unge Jimmy Sjödin tagit sig till final efter en helt respektlös försökshoppning, elva med 340,68 poäng, dels för att utgången var mycket oviss.
Under de tio hoppen pendlade Jimy mellan tionde och tolfte plats. Han slutade som elva, en mycket stark insats. Särskilt med tanke på att han missade sitt femte hopp, handstående, där han fick börja om. Domarna drog av och i stället för mer normala 40-45 poäng, fick Jimmy nöja sig med 18,72.
Inför sista hoppet låg tre hoppare inom elva poäng. Hemmahopparen Robert Morgan ledde, 537,06, före Dmitri Sautin, 532,29 och Jan Hempel, 526,02. Alla tre hade samma sista hopp, en och en halv volt med

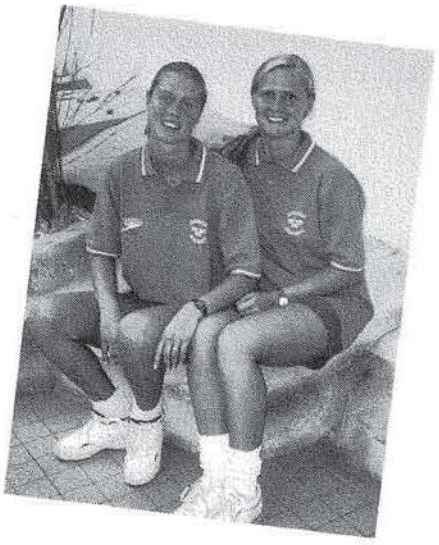


tre och en halv skruv.
Robert Morgan var först ut av de tre och plötsligt blev det knäpp tyst i simhallen som nu var fylld med publik. Han satte sitt hopp i det närmaste perfekt, jublet steg i Ponds Forge och domarna gav fem 8,5 och två 8 och 80,64 poäng. Segern verkade klar när han totalt fick 617,70 poäng. Alla började räkna. Hempel skulle behöva över 90 poäng och Sautin över 85. Det verkade omöjligt med tanke på hur bra Morgan hoppat.
Efter Morgan hoppade Volodkov, Ukraina, men han var långt från toppen. Så blev det Jan Hempels tur. Knäpp tyst igen. Även för ett vant öga gick det inte att skilja kvalitén på hoppen. Hempel fick sex 8,5 och en 8. Poängen blev 81,60 och det räckte inte för att gå om Morgan. Enligt publiken skulle inte heller Sautin ha en chans. Det var därför inte fullt så tyst när hela hopp-EMs sista hopp skulle göras.
Dmitir Sautin samlade sig, virvlade ut i luftrummet och delade på vattnet, likt en biblisk berättelse, utan krusning på vattenytan. Domarna gav sig. Delade ut fem 9 och två 8,5. Datorn skötte sig och meddelade 85,44 poäng. Seger och guld till Sautin med tre hundradelar. För en sekund blev det knäpp tyst sedan brast jubel och applåder ut. Även om alla i publiken inte kunde allt om simhopp förstod de att de varit med om simhoppshistoria. Nästan.

Vid OS 1956 i Melbourne, Australien, hände samma sak. Joaquin Capilla, Mexiko, vann då på 152,44 poäng före Gary Tobian, USA, 152.41. Så Robert Morgan måste ha förstått hur Tobian kände sig då för 37 år sedan. Herrarnas 10 m blev en härlig avslutning på simhopparnas tävlingar vid EM.

Konstsim

Missade figurer blev stolpe ut



Konstsimmarnas EM blev en helrysk föreställning med guld i solo, par och lag. Ester Williams kan slänga sig i väggen efter främst den uppvisning som parsimningen bjöd på. Där fanns mycket nytt som främst ryskorna visade upp men fransyskornas simning hade högre tempo. Paret från Storbritannien var säkra figursimmare men tappade i musiken. De svenska flickorna nådde inte riktigt upp till de bästa i Europa. Varken i par eller solo. Orsaken fanns i var sin missad figur. Ingen vill dock skylla missarna på arrangörerna som lyckades med uteblivna transporter, stress och allmäna missar.

Solot vanns av Olga Sedakova och hon vann också partävlingen tillsammans med Anna Kozlova. Det tredje guldet kom i lag där både Olga och Anna ingick. Olga tog tre guld vid EM i Aten för två år sedan och upprepade nu prestationen.
Det svenska paret, Karin Lobenius och Sara Lindholm, nådde sitt mål men inte finalen. De blev 12 av totalt 16 par. Inför försöken, musiksimningen, låg de på 13:e plats. Totalt startade 126 flickor med figursimningen. Den avgjordes i Leeds, ett par timmars bussresa bort och det var där de svenska flickorna missade och grundlade platsen utanför finalen.
Karin Lobenius, som brukar ha figurerna som sin starkaste del, missade en av de fyra figurerna. Det räckte för att paret totalt skulle komma för långt bakom. Efter musiksimningen fattades knappt tre och en halv poäng för att nå finalen. Svenskorna nådde 160.354 poäng och det tyska paret, på åttonde plats, hade 163.824.
- Flickorna får godkänt för de nådde målet men vi ville nog alla lite mer, tyckte konstsimmarnas förbundskapten Eva Svensson.
- Det vi var mest säkra på, figurerna, gick inte så bra och de missade poängen fick flickorna bära med sig när det var dags för musiksimningen. Den simningen gick bättre än väntat så det var synd att den där figurmissen fick hänga med som en ryggsäck.
Karin och Sara gjorde en mycket bra musksimning. Temat var jakt och de simmade till filmmusik, bl a ur filmen Hajen.
Karins musiksimning i solo gick mycket bra. Hon simmade till musik av Verdi och Shostakovich, bl a Requiem. Inför försöken låg hon 14:e. Det fattades bara fyra poäng upp till åttonde plats som gäller som sista plats för final. Tävlingsmänniskan Karin Lobenius hade chansen men hennes simning räckte inte.
Drygt sju poäng fattades för åttonde plats efter musiksimningen där flera flickor överraskade med nya program. Med sin ryggsäck från figursimningen klarade hon inte att upprepa Marie Jacobssons prestation från EM 1987. Marie blev då sexa, den främsta svenska internationella placeringen i konstsim hittills.

EUROPEAN YOUTH OLYMPIC DAYS 1993

Av: Birgitta Lindström

Ett sorl av förväntan sprider sig genom mängden. Omkring 3 000 idrottsutövare från 44 nationer har hört den olympiska eden läsas upp, sett den olympiska fanan hissas, hört Hollands prins Willem Alexander invigningstala och sett den olympiska elden tändas i en jättemodell av entulpan och sett sex olika shower bestående av hundratals gymnaster, dansare med flera. Platsen är inte Atlanta utan Valkenswaard en liten stad i södra Holland. Ceremoni utgör öppnandet av 1993 års European Youth Olympic Days, EYOD, eller Ungdoms-OS. Där tog de svenska simmarna tre medaljer.



Nelly Jörgensen.HS



Emma Igelström, Karlshamn

Idén att ge unga lovande idrottsutövare erfarenhet av riktiga Olympiska Spel kom från Rob von Bose, ordförande i NOC, (Nederländska Olympiska Kommittén). Inbjudan till 1984 års olympiska dagar riktade sig enbart till idrottsförbund i Holland. Fem andra nationer blev inbjudna att deltaga 1987 för att fira NOC:s 75 årsjubileum. Resultatet blev så uppskattat att Nationella Förbundet för Olympiska Kommittén beslutade att ge tävlingen en mer internationell prägel samt en officiell olympisk status.

Ungdoms-OS inträffar nu vart annat år. Årets upplaga är den andra av sommardelen. Den första ägde rum 1991 i Bryssel, Belgien. Dessutom har vinterns motsvarighet ägt rum en gång - i Aosta, Italien 1993. Tävlingen är en europeisk ungdomstävling för åldrarna 12-17 år.

Totalt tävlar man i 10 idrotter, basketboll, cykel, fotboll, friidrott, gymnastik, judo, simning, tennis och volleyboll. Lagidrotterna är öppna endast för EG-länderna varför Sverige inte deltog i dessa grenar.

Jag hade förmånen att som ledare för den svenska simtruppen, åtta flickor 13 år och åtta pojkar 15 år, åka med till Ungdoms-OS. Tränare var Ann Mårdbrink, Göteborg, Lars Klingén, Varberg och Pär Lindell, Landskrona.

BRA ORGANISATION

Organisationen i Holland var perfekt. När vi anlände till flygplatsen i Amsterdam togs vi emot i ankomsthallen av en ungman i organisationen. Han transporterade oss i en minibuss till Valkenswaard, en resa på cirka två timmar. Vid ankomsten till Valkenswaard åkte vi direkt till ackrediteringscentralen där vi fick våra ackrediteringar samt förfriskningar. Ackrediteringen skulle vi alltid ha runt halsen för utan den kom vi inte in i OS-byn eller till inre delar av tävlingsarenorna. Efter att allt var avklarat möttes vi av en av värdinnorna som förde oss till OS-byn. Värdinnan hade vi sedan till hjälp under hela veckan. En klar fördel var att hon kunde tala flytande svenska.

OS-byn bestod av en stor semesteranläggning där vi bodde i bungalows. Fem personer i varje bunglow, som bestod av två dubbelrum, ett enkelrum, vardagsrum med TV, mycket uppskattad och köksavdelning, badrum samt en liten terrass med solstolar.

Svenska truppen låg samlad ungefär 3-5 minuters promenad från "centrala nöjesanläggningar" med äventyrsbad, välbesökt av våra simmare, snackbarer, affärer, restauranger m m och cirka 5-10 minuters promenad till centrala restaurangen där vi åt frukost och middag.

Inom anläggningen fanns också tillgång till läkare. Två gånger fick vi uppsöka dessa. Linda stukade foten i äventyrsbadet. Tur i oturen så hade hon simmat färdigt när det hände. Jonas E hade problem med öronen. Inget allvarligt.

Vid ankomsten till byn delades matkuponger för hela perioden ut. Det var viktigt att vi höll reda på dessa för utan kupong erhölls ingen mat. Det visade sig senare att "det man inte har i huvudet får man ha i benen". Detta drabbade bl a mig vid ett tillfälle.

Eftersom det var ganska stora avstånd inne i byn, kunde man, mot uppvisande av sitt ackrediteringskort får låna cyklar. Vi tillät inte våra simmare göra detta på grund av att vi dels hade nära till allt, dels skaderisken. Det hände några ganska svåra cykelolyckor inom byns område.

Inom byn hade vi sträng militärbevakning av säkerhetsskäl.

Varje idrott tilldelades bussar till och från tävling och träning. Bussarna avgick från en speciell "bussgata" vid ingången till byn. Bussarna var markerade med speciella färger beroende på idrott. Bestämda avgångstider gällde. Missade man dessa fanns ingen ytterligare transport. Våra simmare passade tiderna exemplariskt. Bussarna gick sedan med poliseskordt också detta av säker-

hetsskäl.
Resan tog sedan en halvtimma. Anläggningen för alla idrotter utom simningen heter Valkenscourt. Simmarna höll till i en simhall som heter Tongelrep. Segercermonierna ägde rum på respektive arena med den olympiska hymnen, medaljutdelning, nationalsång och flagghissning.

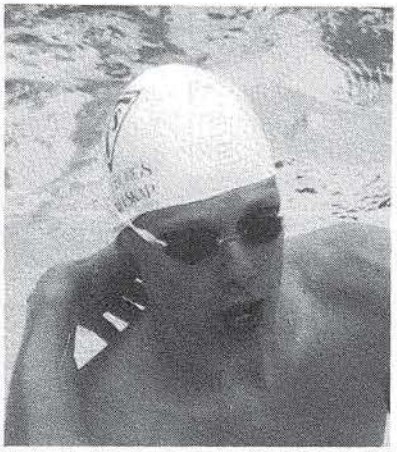
SÅ GICK DET

Första tävlingsdagen var Mattias Thuresson först ut av svenskarna på 100 m fritt. Han tog sig till final som 6:a med 55.70. I finalen förbättrade han både tiden och placeringen genom att bli 5:a på 55.28. På 100 m fjäril hamnade Kajsa Malmsten precis utanför final med 1.10.54. Mattias Olshed simmade 200 m rygg på 2.20.23 och blev 11:e.
Emma Igelström simmade 200 m bröst. I försöken nådde hon 2.48.44 och tog sista finalplats. I finalen förbättrade hon sig till 2.46.38 och blev 6:e flicka. Nästa gren var 200 m medley där Sverige hade Mattias Ohlin i vattnet. Han blev 11:a med 2.22.07.
Sista gren första dagen var 4x100 m fritt för flickorna. I det svenska laget simmade Anna-Karin Kammerling, Malin Svahnström, Nelly Jörgensen och Lina Brantemark. Försökstiden blev 4.12.95 och 5:e plats. Spänningen var stor inför finalen om svenskarna skulle kunna ta sin första medalj.

Flickorna var laddade. Så gick starten. Stämningen steg i simhallen. Flickorna motsvarade förväntningarna, blev trea med 4.11.97 och Sveriges första medlaj var ett faktum.

SILVER OCH BRONS

Andra dagens tävlingar började med 100 m fritt för flickor. I vattnet fanns Nelly Jörgensen som i försöken simmade i mål på bästa tid, 1.00.83 och nytt europeiskt ungdoms-OS rekord. I finalen förbättrade hon sin tid till 1.00.71 som räckte till andra plats. Hon blev knappt slagen av ryskan Yelena Nazemnova.
Detta blev Sveriges andra medalj och stämningen var på höjdpunkten i det svenska lägret.
Nästa gren var 100 m fjäril där Jonas Enberg fanns i vattnet. Han simmade i försöken på sjunde bästa tid, 1.01.03 och finalen förbättrade han denna till 1.00.42 när han han blev 5:a.
Kajsa Andersson hoppade sedan i på 200 m rygg. Hon hamnade på 13:e plats med 2.35.61. På 200 m bröst,



Mathias Ohlin, Trelleborg

pojkar, fick Sverige en 10:e plats genom Anton Svärds 2.35.06.
Lina Brantemark tog Sveriges nästa medalj. I försöken på 200 m medley simmade hon i mål på 2.30.87, andra bästa försökstid. I finalen simmade hon ännu fortare, 2.29.74 och blev trea. Brons till Sverige.
Sista gren för dagen var pojkarnas 4x100 m fritt där Mattias Thuresson, Mattias Olshed, Mattias Ohlin och Niclas Svensson simmade för Sverige. I försöken nådde de 3.44.24 och 5:e bästa tid. Finaltiden blev 3.43.60 som räckte till 7:e plats.

FLER FINALPLATSER

Dag tre var Jonas Enberg först i vattnet. På 200 m fjäril fick han 2.15.72 i försöken och blev 7:a. Den placeringen höll han i finalen med 2.16.70.
Nästa gren var 100 m rygg där Nelly Jörgensen åter var i farten. 1.11.39 innebar 6:e tid till final. Hon simmade snabbare i finalen, 1.10.58 men blev 7:a.
Andreas Michael hamnade precis utanför finalen med en hundradel då han blev nia på 100 m bröst med 1.10.12. På 200 m fritt simmade Anna-Karin Kammerling in som 14:e flicka med 2.18.64.
Tredje dagens sista gren var 4x100 m medley, pojkar. Det svenska laget bestod av Mattias Ohlin, Andreas Michael, Henrik Ingesson och Mattias Thuresson. Med 4.11.14 fick de 6:e bästa tid. I finalen nådde de 4.13.79 och blev sist.

Sista tävlingsdagens första gren var 200 m fjäril, flickor, där Kajsa Malmsten simmade. Försökstiden 2.31.59 räckte till 6:e plats i finalen där hon blev 7:a med 2.33.23. Mattias Ohlin simmade 100 m rygg och nådde 1.03.78 som räckte till 8:e plats i finalen. Där fick han bråttom och blev 5:a med 1.03.02. My Rohwedder kom som 6:e flicka till final på 100 m bröst med 1.18.84. I finalen förbättrade hon sig med en hundradel och blev 6:a.
Mattias Thuresson simmade 200 m fritt där han blev 11:a med 2.02.48.
Sista grenen sista tävlingsdagen var 4x100 m medley, flickor. I det svenska laget simmade Kajsa Andersson, Emma Igelström, Malin Svanström och Nelly Jörgensen. Försökstiden blev 4.41.90, 4:e bästa tid. I finalen blev flickorna femma med 4.43.39.

BRA GJORT

En slutsummering av årets Ungdoms-OS höll en mycket hög klass. "Lilla" Sverige visade att vi hänger med riktigt bra. Facit blev ett silver och två brons. De flesta simmarna pressade sina personbästa. Sveriga hamnade som 11:e nation strax efter Danmark i poängstriden. Ryssland var den klart dominerande nationen.
Efter tävlingsdagarna återstod bara avslutning och hemresa.
Avslutningsceremonin ägde rum den 8 juli på samma plats som invigningsceremonin. De 44 nationerna paraderade in på arenan. Avslutningstal hölls, den olympiska flaggan överlämnades till Storbritannien som 1995 är näste arrangör av spelen. Allt avslutades med ett praktfullt fyrverkeri. 1993 års upplaga av European Youth Olympic Days var slut.
Visst kommer vi som var där att minnas 1993 års Ungdoms-OS som: Det var där Sverige tog tre medaljer i simning, ett silver och två brons och ett antal finalplatser samt att friidrotten tog en guldmedalj i flickornas höjdhopp.
Kanske får vi se dessa idrottsutövare nästa gång i Atlanta.

Det var en fin uppvisning de svenska simmarna bjöd på. Stämningen i simhallen var hög i den svenska och danska truppen. Nedresande anhöriga hördes verkligen från andra sidan bassängkanten. Konstigt att taket inte lyfte.
Slutligen ett varmt tack till de härliga simmarna, tränarlaget Ann, Lars och Per som medverkade till att göra dessa Olympiska Spel minnesrika.

Officiellt

Gästträning/PRAO

Möjlighet att gästträna samt att göra sin PRAO vid Svenska Simförbundets Simcentran finns.
Ett dygn eller flera, du väljer själv.
Kontakta det Simcenter du vill besöka för vidare information.

Hallsberg
Bosse Westergren,
Simgymnasiet
Alléskolan
Box 144
694 01 Hallsberg
Tel: 0582-139 55

Nyköping
Anne Forsell
Simgymnasiet
Ortv. 31
611 65 Nyköping
Tel: 0155-26 81 99

Klippan
Ingemar Söderhult
Allégårdsvägen 3
262 75 Hjärnarp
Tel: 0435-119 07

Älvsbyn
Åke Hansson
Förargatan 23
942 35 Älvsbyn
Tel: 0929-101 73

ARENA LÄMNAR ADIDAS

Efter fem år lämnar Arena simkläder Adidas. Sedan ett par år har Arena internationellt arbetat på att separera Arena och Adidas i det 20-tal länder där verksamheten ingått i samma företag.

Agneta Wiklander-Peterzon, som ansvarar för Arena i Sverige och Danmark, har tillsammans med Arena International beslutat binda ihop banden med Sportverket AB som startade sin verksamhet för ett år sedan.
Agneta blir därmed ny delägare i Sportverket AB och tar förutom Arenaagenturen också med sig säljkåren i Sverige och Danmark. Den nya adressen är: Sportverket AB, Box 6011, 129 06 Hägersten. Tel: 08-603 10 90, fax 08-603 11 90.

Tragisk olycka i Kalmar

En 17-årig flicka omkom och en 14-årig pojke skadades i samband med ett träningspass i Kalmar i slutet av augusti. De båda ungdomarna hade tillsammans med de andra i gruppen avslutat träningen med undervattenssim.

Svenska Simförbundets styrelse gav efter ett extra styrelsemöte den 1 september ut följande meddelande till simdistrikt och elitklubbar:

"Styrelsen för Svenska Simförbundet har haft ett extra möte 93-09-01 med anledning av händelsen i Kalmar simhall under tisdagen. Som adjungerad deltog landslagets läkare Renee Tour vid mötet. Grundat på det underlag som styrelsen nu fått fram vill vi lämna följande information och synpunkter.

1. Olyckshändelsen förefaller ha uppstått genom att simmarna direkt före starten av undervattensmomentet gjort en serie kraftiga inandningar ("hyperventilerat"). Därigenom har man tömt kroppen på för mycket koldioxid. Gör man då i anslutning till detta en kraftig kroppsansträngning sjunker syret i blodet. Koldioxiden är den normala regulatorn för att varna för syrebrist. Vid hyperventilationen kan därmed den vanliga varningssignalen och de vanliga reflexerna för att skaffa syre sättas ur spel.

Med den ovanstående bakgrunden vill styrelsen för SSF fästa tränarnas och ledarnas uppmärksamhet på att s k hyperventilation inte skall ske samt att det är viktigt att all träning sker under god uppsikt.

2. Träning i simning under vattnet är inget som ingår i de träningsmetoder som simkommitté och/eller landslagsledning anser vara bra eller nödvändiga för idrottslig framgång. Undervattenssimning är heller ingen metodik som lärs ut eller beskrivs i några av SSF:s tränarhandledningar i simning.

Styrelsen för Svenska Simförbundet"

SIMKALENDERN
kan du beställa
på tel. 08-605 60 00

GOTLÄNDSKA FRAMGÅNGAR I Ölympiska spelen

Första veckan i juli tävlade totalt 1 500 deltagare från 19 öar och tre världsdelar i öarnas eget OS-Inter Island Games på ön Isle of Wight i Engelska kanalen. Sverige representerades av Gotland med 84 deltagare varav tio simmare.



Namnen på deltagarna från Gotland. Övre raden från vänster. Fredrik Ellebring, Johan Karlsson, Magnus Nordström, David Scholander, Olof Söderdahl. Nedre raden från vänster: Cilla Lindqvist, Isabel Charysczak, Jenny Ellebring, Tove Thuresson och Emma Nilsson.

Öars idrottare blir lätt isolerade från sina moderländer. Människor som bor på öar har också mycket gemensamt i vardagen. I Inter Islands Games, som hålls vart annat år, har man en chans att träffas både idrottsligt och socialt. Det ger en möjlighet att tävla i större sammanhang som man annars aldrig skulle ha en chans till.

DET HELA BÖRJADE 1985

på Isle of Man och fortsatte 1987 på Guernsey. 1989 arrangerad Färöarna spelen och 1991 Åland. Gotland tänker ansöka om att få spelen 1999 eftersom det är klar att Gibraltar arrangerar 1995 och Jersey 1997.
Spelen påminner mycket om ett OS. Vid invigningen på Carlsbrooke Castle i "huvudstaden" Newport fanns IOK-ledamoten, prinsessan Anne, med för att svara för den officiella invigningen när samtliga öars representanter tågade in med sina respektive öars flaggor. I stället för den olympiska elden har man en fontän som är igång under spelen.
Vid årets spel tävlades i 14 olika idrotter. Gotland deltog i badminton, friidrott, bordtennis, sportskytte, tennis, volleyboll samt simning. I tävlingen mellan öarna kom Gotland på femte plats med bland annat 18 guld.

SIMTÄVLINGARNA HÖLLS

i Medina Recreation Center i Newport. Det var förstklassiga arrangemang och en härlig stämning runt den 25 meter långa tävlingsbassängen. Totalt i simningen deltog elva öar och 156 deltagare av vilka tio kom från Gotland.
Tävlingarna var utspridda över fyra dagar med försök på morgonen och finaler på kvällen. I stort sett följde man SM-programmet med undantag av 800 m och 1500 m. Eftersom vi visste att klassen på tävlingarna var hög hade vi målsättningen att försöka slå personliga rekord och ta oss till ett antal finaler. Dessutom var medelålder på de gotländska deltagarna cirka 16 år. De övriga låg på cirka 18 år.

Men slutresultatet för Gotlands del blev mycket positivt. Vi nådde 19 finalplatser, slog massor av personliga rekord, varav fem gotlandsrekord, 43 poäng och sjätte plats i tävlingen mellan öarna samt ett guld genom Johan Karlsson på 100 m fritt.
Vilken stämning när den svenska flaggan gick i topp och Johan stod överst på prispallen och Du gamla du fria spelades. Johans sluttid blev 54.54. Han blev också spelens sprinterkung med silver på 50 m fritt och brons på 50 m fjäril. På 100 m fjäril tog vår unge, lovande simmare Fredrik Ellebring silver.

NÄSTA GÅNG arrangeras spelen på halvön Gibraltar i juli 1995. Då hoppas vi på nya framgångar för gotlänningarna under sin duktiga tränare Svea Bestemanns ledning.

Årets deltagare i simning från Gotland:
Cilla Lindqvist, Emma Nilsson, Jenny Ellebring, Isabel Charysczak, Tore Thuresson, Johan Karlsson, Fredrik Ellebring, Olof Söderdahl, Magnus Nordström, David Scholander, Tränare Svea Bestemann och överledare Leif Söderdahl.

Text o foto: Leif Söderdahl

Utomhus- och junior-SM

Årets ute-SM i simhopp i Kumla 16-18 juli, bjöd på fina tävlingar med ett underbart sommarväder. Det var hårdare i toppen än på länge, om man undantar herrarnas svikthopp, där Joakim Andersson från Jönköpings SS är i särklass. Det blev överraskningar i damernas tävlingar och i herrarnas höga hopp genom Linda Aronsson, Karlskoga SHK, Matts Martinsson, Malmö KK, Astrid Mellblom, SK Poseidon och Anna Lindberg, Karlskoga SHK. Anna var det definitiva utropstecknet. Parallellt genomfördes även junior-SM med en del mindre överraskningar. Svensk simhoppning är på väg uppåt efter en kraftig generationsväxling och återväxten ser för närvarande bra ut. Fler hoppare har svårare hoppserier än på länge, framför allt på damsidan. Låt oss hoppas att våra duktiga simhoppare fortsätter att hoppa. Det behöver svensk simhoppning.



Astrid Mellblom, SK Poseidon

Damernas 1 m slutade med en överraskningsseger för Linda Aronsson. Det blev en stenhård uppgörelse mellan tre flickor. Linda, tillsamans med Maria Lund, hoppade vid eftermiddagens finalpass strålande, kanske lika bra som man kan vänta sig av de här båda tjejerna. Linda låg efter förmiddagens hopp på andra plats efter Maria Lund, SPIF, knappa fyra poäng efter.

I de första två, av tre, avslutande omgångarna behöll Maria ledningen, samtidigt som Josefine Askagården, Malmö KK, kraftigt knappade in på de båda i täten. Josefine hoppade nu betydligt bättre än på morgonen. Inför den sista omgången skiljde inte mer än en knapp poäng mellan Linda och trean Josefine Askagården.

Maria ledde med nio poäng före de båda. I sista hoppet fick Linda till det rejält och avslutade bäst av alla. Hon fick i avslutningshoppet nio poäng mer än vad Maria Lund klarade och noterades för mycket fina 337,10 poäng. Därmed tog hon guldet i både SM och JSM.

Marginalen till Maria Lund blev liten, endast dryga fyra poäng. Josefine Askagården lyckades nästan ta upp hela försprånget till silverplatsen, men fick nöja sig med brons. Hennes 332,15 blev endast 0,6 efter Maria.

Lundaklubben Poseidon fick ett nytt bevis på att man är på rätt väg, Efter

några års harvande fram och tillbaka tog klubben genom Astrid Mellblom och Lotta Liljedahl fjärde- respektive sjätteplatsen med 307,30 respektive 299,30 poäng.
Karlskoga SHK bröt sig in mellan de båda lundaflickorna då femteplatsen gick till den största överraskningen sedan "Ulle" vann OS-guld 1972. Ulrikas och Mathz Lindberg dotter tog den efter övertygande hoppning.

Joakim suverän 27:e SM-guldet

Som alltid vid SM i simhopp inleddes herrtävlingarna med 3 m svikthopp där Joakim Andersson, Jönköpings SS, inte hade några som helst problem att försvara sina tidigare titlar. Han vann nu mer överlägset än på länge och noterade 595,80 poäng.
Tvåan i tävlingen och nyss hemkommen från träningsläger i USA och EJM i Turkiet, Jimmy Sjödin från Malmö KK, kunde inte på något sätt konkurrera, Han skåpades ut med mer än 100 poäng och nådde 481,70.
Att Joakim Andersson skulle ta sitt 27:e guld i simhopp stod utan allt tvivel redan efter de första omgångarna på morgonen. Hoppningarna i Europa har utan tvekan finslipat hans hoppning och han såg starkare ut än någonsin tidigare. Han hoppar dessutom mer elegant och kan fortsätta att utvecklas ytterligare.
Malmöklubbens silver till Jimmy Sjödin, följdes även upp med ett brons till Oskar Brunlid.

En liten överraskning svarade S 02 för genom Marianne Weinås adept Thomas Klövheden som hoppar bättre och bättre. Han visade att det inte var någon tillfällighet med de fina resultaten vid inne-SM på hemmabana. Visserligen distanserad av medaljtrion, men han slog så namnkunnig hoppare som John Johansson från Jönköping, femma och sexan Matts Martinsson från Malmö. Mycket bra gjort. Noterbart från 3 m var att Malmö tog fyra av de sju främsta platserna.

"Nära skjuter ingen hare"

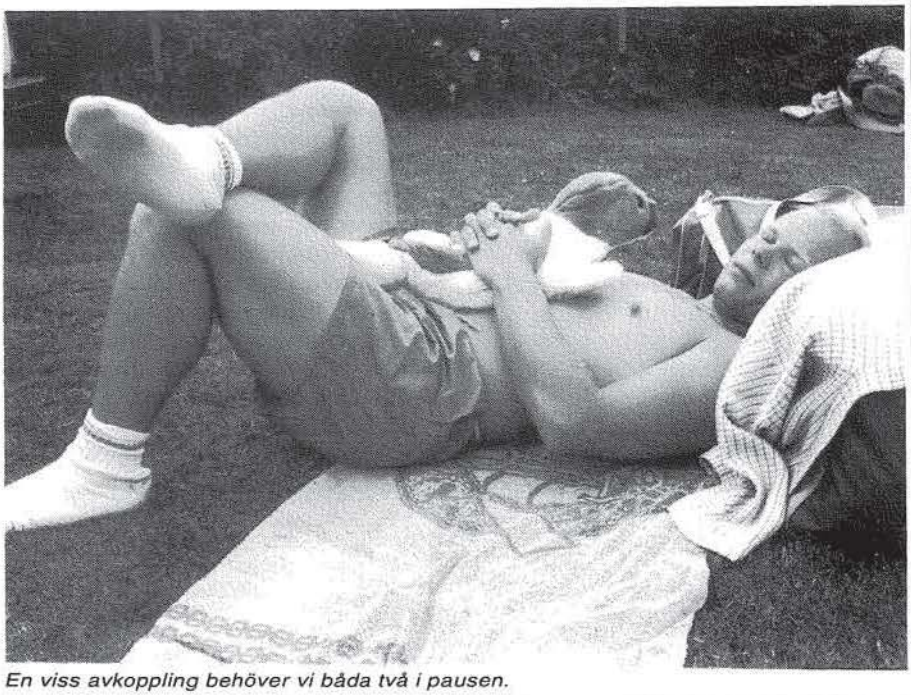
Så kan man lugnt uttrycka det när damernas 3 m genomfördes andra tävlingsdagen i Kumla. Josefine Askagården var en aning sliten efter mycket resande, tävlande och flyttning till ny lägenhet. Hon kunde inte göra sig själv riktig rättvisa. Inför eftermiddagens avslutande tre omgångar ledde hon mycket knappt före Maria Lund och Astrid Mellblom. Inte långt bakom ledartrion lurade Linda Aronsson och den som överraskade allt mer, 11-årig Anna Lindberg från Karlskoga.
De tre avslutande hoppen kom att bli helt avgörande. Astrid Mellblom inledde bäst av alla och gick omgående upp i ledningen, satte press på Josefine och de övriga medaljaspiranterna.
I det näst sista hoppet gick en mycket bestämd och koncentrerad Josefine Askagården upp på svikten. Hon fick sitt hopp annonserat och satte i det. Med den säkerhet och rutin som så många gånger tidigare fällt avgörandet, visade hon att "nära skjuter ingen hare".
I det avslutande hoppet behöll hon ganska komfortabelt sin ledning före Astrid som nu tog silver. Anna Lindberg tog femteplatsen efter mycket övertygande hoppning och ett av de bästa resultat hittills av en elvaårig tjej i Sverige.
Att en ung tjej hoppar bra på en meter är ingen nyhet, men Anna Lindberg hade så här långt underSM-dagarna visat att hon verkligen kan hoppa svikt. Med slutpoängen 338,65 var hon inte mer än 16 poäng efter Maria Lund, som slutligen tog brons på 354.75. Fredagens segrarinna, Linda Aronsson nådde 346,90 och fick därmed nöja sig med fjärdeplatsen.

Fyrfaldigt till MKK

Vid herrarnas höga hopp blev det storslam till Malmö KK och en härlig framgång för tränare Pär Bergs adepter. Samtliga fyra startande hamnade i den absoluta toppen. De gav sin tränare det bästa beviset för att den träning som han leder sina hoppare i, är den rätta.
Matts Martinsson, Jimmy Sjödin, Oskar Brunlid och Simon Chrisander tog vad som kunde tas. Två guld, SM och JSM, två silver, dito,, brons och en fjärdeplats är inte illa med tanke på att man inte har fler än dessa hoppare som får tävla i svenskt SM.

Äntligen Matts!

Äntligen fick då Matts Martinsson sitt mycket efterlängtade andra SM-guld. Han genomförde sina höga hopp på ett underbart sätt och visade med eftertryck att han tillhör de bästa och att han faktiskt är bäst i Sverige.
Förmiddagens tävlingar, de första sju omgångarna, blev en härlig uppvisning av denne malmöyngling, som så länge tillhört den svenska eliten. 1991 tog han guldet i höga hopp, men har sedan fram till nu inte hoppat riktigt på topp. Nu visade han att de svåra hopp, som han nu har i sin serie, borde göra honom till en man för landslaget.
Eftermiddagens pass inledde dock Jimmy Sjödin på ett helt underbart sätt genom att försöka sätta press på Matts och stressa honom till misstag. Men det gick inte.
Matts svarade omgående med ett



En viss avkoppling behöver vi båda två i pausen.

ännu bättre hopp och drog ifrån några poäng. I nionde omgången gjorde Jimmy ännu ett kanonhopp varvid Matts svarade nästan lika bra. Matts avslutningshopp, vilket är ett av de svåraste skruvhoppen i tabellen, satte han inte lika snyggt som de andra, men klart godkänt. Han slutade på mycket fina 430,25 poäng.

- Det kändes mycket skönt att äntligen få utdelning på allt slit, tyckte Matts efteråt. Men framförallt för att det visar att jag är på rätt väg.

Detta sagt av en genomtrevlig kille, som fått utstå en del gliringar för sina inte helt raka vrister och sin lite gängliga lekamen. Nu har definitivt vuxit i sin kropp, blivit betydligt starkare och säkrare. Det var glädjande att se att det kan bli fight om medaljerna även i herrarnas hoppning.

Det var i den här grenen som Jimmy Sjödin hade sin stora chans att vinna guld. Nu hoppade han inte riktigt bra utan hade en del missar, främs till nedslagen. Kanske är det så även med Jimmy att sommarens resande och tävlingar satt sina spår i hoppningen. Hans slutresultat, 404,00, är ingen höjdare för den unge malmögrabben, som enligt uppgift gjort bortåt 500 poäng i höga hopp.

Oskar Brunlid tog bronset och Simon Chrisander blev fyra. Oskar har gjort bättre men med tanke på att han har tjänat landet under det gångna året, så kan man inte klaga.

- Där ser ni. Jag hoppar bättre utan träning, skrattade en glad Oskar efteråt. Det stora flin han kan lägga upp är både spefullt och skämtsamt.

Överraskning i damernas höga.

Malmö och Jönköping tog guldmedaljerna, men Karlskogas Anna Lindberg överraskade stort vid sista dagens tävlingar. SK Poseidon och Malmö KK fortsatte att imponedra stort.

Josefine Askagården inledde mycket bra i damernas höga hopp men fick rejält motstånd av främst lundaklubbens Astrid Mellblom. Tävlingarnas överraskning, Anna Lindberg, Karlskoga och Maria Lund, SPIF, pressade också på rejält bakifrån.

Efter en stenhård avslutning vann Josefine med Astrid på andra plats. Anna Lindberg fortsatte hoppa bra och förpassade Maria Lund till fjärdeplatsen, med ett av de bästa resultat som nåtts av en elvaåring.

I herrarnas 1 m tog Joakim Andersson sitt 28:e SM-guld efter strålande hoppning. Något egentligt motstånd har han inte i Sverige på 1 m.

Jimmy Sjödin och Oskar Brunlid från Malmö försökte i det längsta matcha Joakim, men förgäves. Bästa motståndet stod faktiskt "Jockes" klubbkamrat, John Johansson, för. Dock utan allt för stor framgång. Därtill är Joakim för överlägsen. Jimmy Sjödin tog bronset.

Överraskande bra.

Den som hoppade överraskande bra var Anna Lindberg. Hon hoppade alltigenom strålande under alla tre dagarna och visade att det inte är någon tillfällighet när hon placerar sig bra. Den som är lite domarkritisk ibland tyckte kanske att Anna fick en och annan poäng för mycket, men hon har en svår hoppserie och ser alldeles för bestämd ut för att bli vare sig mallig eller annat av att det går bra. Man får trots allt inte glömma, att hon inte fyller 12 år förrän i november i år och hennes resultat i höga hopp måste ses mot den bakgrunden.

Jag tror att svensk simhoppning har mycket stora möjligheter att få se en ny stjärna tändas i en inte allt för avlägsen framtid. Anna behöver givetvis åren framför sig att växa ut, hitta tonåren, gå i skolan och allt annat som hänger samman med ungdomen. Med den hjälp som jag vet att både mamma Ulrika och pappa Mathz kan ge henne, så kanske den här tjejen kan bli något riktigt stort så småningom. Vi är inte så hemskt bortskämda med det i det här landet. Hon hoppade 304,95 poäng och det är ett resultat som är fantastiskt bra av en elvaåring. Kanske det bästa någonsin.

När jag pratade med Ulrika om det, skakade hon bara på huvudet. Hon menade att det inte finns några möjligheter att jämföra hennes ungdomsresultat med Annas, eftersom hon hade helt andra serier på den tiden. Jag tog i alla fall tillfället att titta i gamla resultatlistor efter sådant som kan jämföras och fann följande: Ingen tjej i elvaårsåldern har varit över 300 poäng. Även om serierna är annorlunda, är det bara att framföra ett jättegrattis till Anna. Det är faktiskt så att det utanför seniorerna inte funnits så många som varit över 300 poäng.

Jocke igen!

Joakim Andersson tog helt tipsenligt hem guldet även på 1 m. Den ende, som egentligen kunde matcha Sveriges bäste simhoppare, var klubbkamraten John Johansson. Han kunde någorlunda hänga med när Joakim började snurra som mest. Inför sista hoppet ledde Joakim med nästan 30 poäng och en sådan ledning släpper han definitivt inte ifrån sig.

Bakom Joakim förändrades inte placeringarna på något sätt jämfört med förmiddagens tävlingspass. John Johansson tog silver på ett övertygande sätt och Jimmy Sjödin bronset.

Junior-SM

Parallellt med stora SM genomfördes junior-SM. Det är nog tur det eftersom det inte finns så många seniorer som hoppar idag. I damernas 1 m var det exempelvis endast två seniorer men 16 juniorer som startade.

I och med sammanslagningen blev antalet startande i varje gren tämligen bra, en och annan strykning får man alltid räkna med, även om det är tråkigt när det sker.

Resultaten i juniorernas SM talar för sig själva. Många av juniorerna har anledning att vara nöjda med tillvaron. Våra tränare ser ut att ha ett gott material att arbeta med. Flickorna jobbar alla med svårare serier, än vad juniorerna gjorde för bara fyra-fem år sedan. De har därför större möjligheter att komma längre än vad deras föregångare gjort.

På flicksidan måste nämnas Karlskoga SHK och deras båda flickor Linda Aronsson och Anna Lindberg, vilka båda hoppade mycket bra under alla tre dagarna liksom Maria Lund, SPIF, som inte placerade sig sämre än fyra i någon tävling. Astrid Mellblom gjorde en av sina bästa tävlingar, med två JSM-guld och som tillsammans med Linda Aronsson lyckades pressa Josefine Askagården.

Så var det trevligt att se Växjö tillbaka, kanske på allvar, med Kalle Sandberg som tränare.

På herrsidan gjorde inte Jimmy Sjödin någon av sina bästa tävlingar, men liksom flera andra har framtiden för sig. Thomas Klövheden, S 02 och Simon Chrisander, Malmö, gjorde båda bra tävlingar och har utvecklats en hel del sedan inne-SM i Göteborg.

THOMAS JEPPSSON
text och foto

Swedish Cup, Ronneby 19-20 juni 1993

Med mycket regntunna moln hängande över taken på Brunne i Ronneby, inleddes den 24:e upplagan av Swedish Cup i simhopp. En institution i svensk simsport, vars vara eller inte vara hänger på några sköra trådar. Förhoppningsvis löser sig det ekonomiska så att Sverige även i framtiden får möjlighet att arrangera denna - normalt sett - mycket högklassiga tävling. I år lämnade tre nationer återbud själva tävlingsveckan, vilket ställde till det för hoppkommittén. Ryssland, Litauen och Österrike kunde av "ekonomiska skäl" inte delta.

Resultatet blev en ganska stympad Swedish Cup, men det bjöds ändå på mycket fin hoppning med bl a Josefine Askagården, Malmö och Joakim Andersson, Jönköping som de ledande namnen. Dessutom visade Astrid Mellblom från Lund upp sig liksom Susanne Roman, SPIF.

Det stora manfallet gjorde dock årets Swedish Cup till en mycket konstig simhoppstävling men herrar Öhman, Lindbergh m fl lyckades klara av även detta.

Till saken hör att man mer eller mindre var tvungen att genomföra Swedish Cup även i år. Risken fanns väl annars att det definitivt hade varit kört för 1994 och en eventuell World Cup tävling i Ronneby.

De svenska resultaten får man ta med en liten nypa salt. Silver till Joakim Andersson, guld och brons till Josefine Askagården och ett brons i höga hopp till Astrid Mellblom.

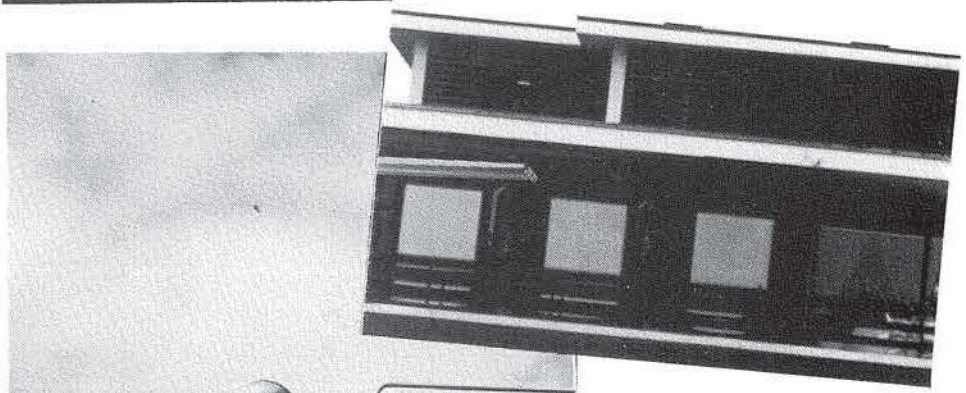
Det visar i alla fall att svensk simhoppning så sakteliga är på rätt väg i den långsiktiga satsning som förbundet sedan ett par år försöker genomföra. Synd bara att en del av hopparna och hopperskorna inte klarar av - eller vill klara av - den tuffa satsning som behövs för att de skall kunna konkurrera med europaeliten.

Det finns ett - vad jag kan se - bra material att arbeta med för landets många duktiga och villiga tränare.

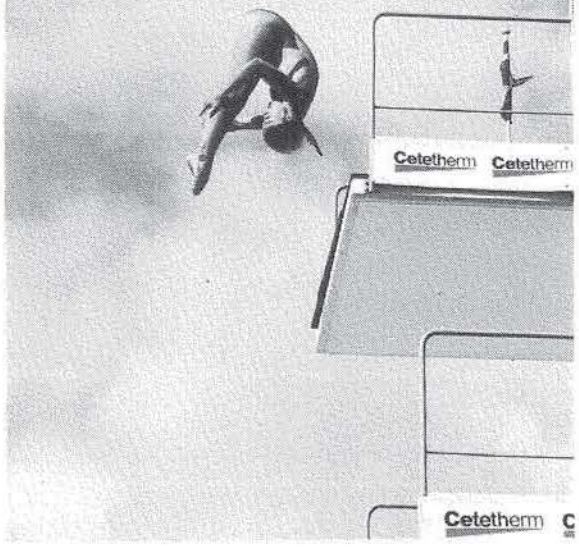


Joel Rodriguez, Mexico



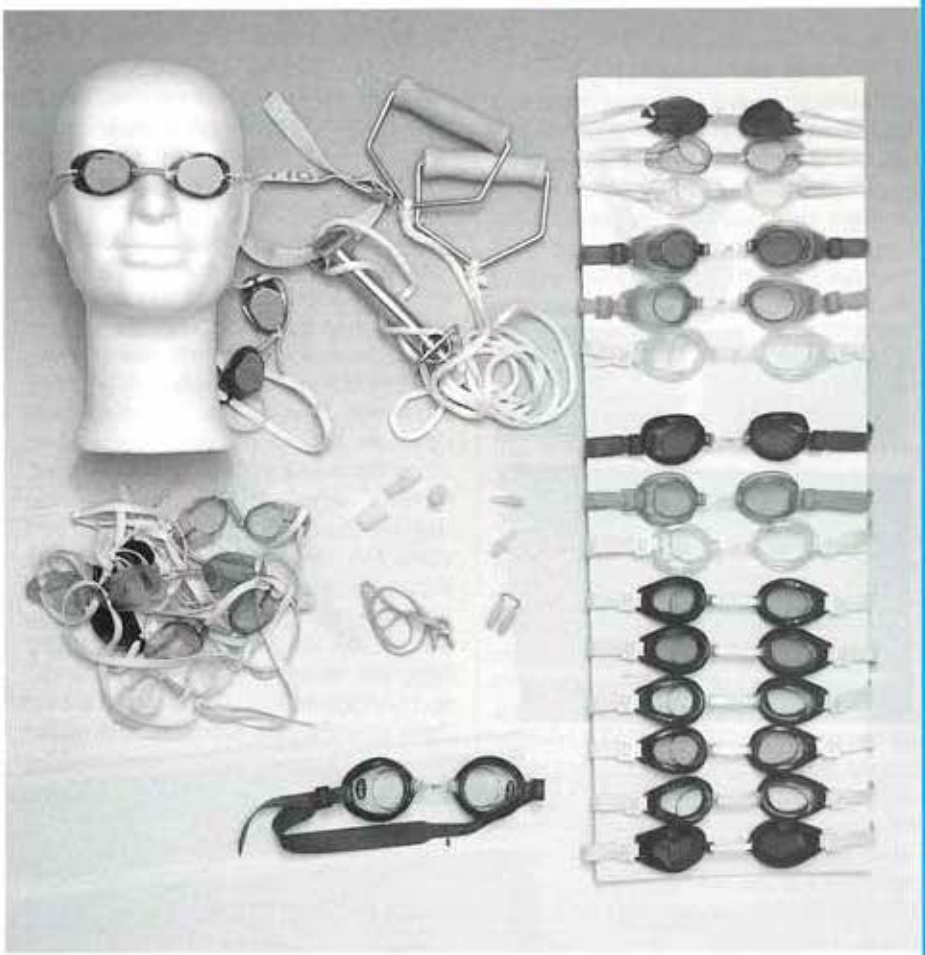


Astrid Mellblom, SK Poseidon



Maria Lund, Stockholmspolisen

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.
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 6 Antal ____ Färg _____

Nr 2 Antal____ Färg_____ Nr 7 Antal ____ Sort _____

Nr 3 Antal____ Färg_____ Nr 8 Antal ____ Sort _____

Nr 4 Antal____ Färg_____ Nr 9 Antal ____ Styrka _____

Nr 5 Antal____ Färg_____ Nr 10 Antal ____

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

Porto

TEAM Simsport

Box 8346
402 79 Göteborg

EM 1993 och andra tankar



Undertecknad hade förmånen att verka som överledare vid EM i Sheffield 1993.
*- **Förmån** därför att det är ett hedersuppdrag.*
*- **Förmån** därför att Svensk Simidrott består av välutbildade och ambitiösa tränare, ledare samt aktiva.*
*- **Förmån** därför att det var lärorikt, framför allt genom en för mig ökad insikt i hopp och konstsim.*
*- **Förmån** därför att stämningen och framgångarna var så påtagligt positiva.*

Våra sportsliga framgångar var onekligen imponerande. Det är med glädje jag konstaterar att svensk press uppmärksammade detta. Det var också bra att TV-bolaget Eurosport gjorde så tids- och kvalitetsmässigt bra sändningar, som också en del svenska tittare hade glädje av. Tyvärr sände svensk TV inte så mycket från EM. Självklart måste vi rannsaka oss själva varför? Svensk Simidrott 1993 är nu bland världens tio bästa nationer i en mycket global idrott, så plats för konstruktiva lösningar i samförstånd med TV är NU ett måste.

TV och massmediebevakning är viktiga faktorer ur bl a rekryteringssynpunkt och hur vi uppfattas av våra potentiella sponsorer. Styrelsen har därför under sommaren bestämt sig för omstart på dels resursanskaffning, där vår marknadsplan är en del av underlaget, dels också omstart avseende intern och extern information. Båda dessa frågor är så stora att de skall drivas som separata "projekt". Med de sportsliga framgångarna i ryggen är tidpunkten extra lämplig.

Ett projekt som redan är sjösatt är den delen av marknadsplanen som visar potentialen avseende märkesförsäljning. Som en av flera konkreta åtgärder har styrelsen projektanställt Olle Kylborn som märkessäljare. Hjälp oss att få en flygande start på detta projekt genom att föra upp frågan om märkesförsäljning på styrelsebordet som huvudpunkt, samt ta säljfrämjande beslut.

Ett bra sätt att starta är att använda foldern den "Svenska Simlinjen" i rekryteringsarbetet. I skrivande stund har ett 15-tal klubbar börjat använda den. Målet från SK:s sida som hårt stöttar "simlinjen", är att det hösten 1994 finns över 50 klubbar som jobbar med den "Svenska Simlinjen" och innan innevarande olympiad är slut skall hela simmarsverige arbeta på detta sätt.

Avslutningsvis åter några tankar om EM-93 och dess organisation som var mycket amatörmässig. Det ligger en stor fara i detta eftersom simidrotten då får svårt att hävda sig i jämförelse med andra idrotter. Det är desto mer glädjande att därför uppleva svenska arrangörer som verkligen håller hög klass. Fortsätt så!

Thomas Jansson
Styrelseledamot/SK-ordf

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

INBJUDAN TILL *JUNIOR-SM* I SIMNING

Härnösand 3-5/12 1993

Åldersklasser:
Pojkar 18 år och yngre, *födda 1975 och senare*
Flickor 17 år och yngre, *födda 1976 och senare*

Medarrangör:
Härnösands SS, *(25 mx7 banor)*

Tävlingstider:

	Försök	Finaler
Fredag 3/12	09.30	17.00
Lördag 4/12	09.30	17.00
Söndag 5/12	09.30	17.00

Anmälan:
Anmälan med bästa tid, skall vara Härnösands SS, Box 222, 871 25 Härnösand, tillhanda senast 19 november, poststämpelns datum 18 november, eller via fax: 0611-211 02.
Alla tider noterade i 50 m bana omräknas till 25 m tider av arrangören.

Anmälningsavgift:
20:-/ind. start och 30:-/lagstart samt logikostnader löses mot postförskott när startlista erhålles från Härnösands SS.

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

Efteranmälningsavgift:
300:-/ind. start och 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som efteranmälan på Härnösands SS postgiro, 63744-7.

Kvalnormer:
1. Kvaltider.
Kvaltider har också presenterats i SSF:s föreningsutskick.
2. Kvaltermin.
Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 1992.12.02-1993.11.18
3. Alla grenar kommer att avverkas i tre heat.
Även om kvaltid ej har uppnåtts i respektive gren. Det går således bra att anmäla även om kvaltid ej upnåtts. Av startlistan framgår sedan vilka som får starta, betalning se ovan.

Övrig information:
Övriga mästerskapsbestämmelser, se SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser 1991-1995. Information om logi, entrébiljetter, biluthyrning etc, utsänds till klubbarna från Härnösands SS.

Grenordning:

Fredag 3 december

1.	100 m	fritt	herrar
2.	100 m	fritt	damer
3.	200 m	rygg	herrar
4.	200 m	rygg	damer
5.	100 m	bröst	herrar
6.	100 m	bröst	damer
7.	400 m	fritt	herrar
8.	400 m	fritt	damer
9.	50 m	fjäril	herrar
10.	50 m	fjäril	damer
11.	200 m	medley	herrar
12.	200 m	medley	damer
13.	4x50 m	fritt	herrar
14.	4x50 m	fritt	damer

Lördag 4 december

15.	100 m	medley	herrar
16.	200 m	fritt	damer
17.	100 m	fjäril	herrar
18.	50 m	rygg	damer
19.	100 m	rygg	herrar
20.	200 m	fjäril	damer
21.	50 m	fritt	herrar
22.	200 m	bröst	damer
23.	50 m	bröst	herrar
24.	400 m	medley	damer
25.	4x100 m	medley	herrar
26.	4x100 m	fritt	damer
27.	1500 m	fritt	herrar*

* i finalpasser avverkas 1500 m fritt som gren 15.



Söndag 5 december

28.	100 m	medley	damer
29.	200 m	fritt	herrar
30.	100 m	fjäril	damer
31.	50 m	rygg	herrar
32.	100 m	rygg	damer
33.	200 m	fjäril	herrar
34.	50 m	fritt	damer
35.	200 m	bröst	herrar
36.	50 m	bröst	damer
37.	400 m	medley	herrar
38.	4x100 m	medley	damer
39.	4x100 m	fritt	herrar
40.	800 m	fritt	damer*

* i finalpasset avverkas 800 m som gren 28.

KVALTIDER FÖR JSM, 3-5/12 1993, HÄRNÖSAND

		Flickor			*Pojkar*		
		Yards	25 m	50 m	Yards	25 m	50 m
Frisim	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
	4x50 m	-	1.54.87	1.56.87	-	1.43.02	1.46.02
	4x100 m	-	4.08.04	4.13.66	-	3.41.77	3.47.16
Rygg	50 m	29.19	32.29	32.89	26.49	29.10	29.69
	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
Bröst	50 m	32.43	35.53	36.13	28.80	31.40	31.94
	100 m	1.08.82	1.17.31	1.19.88	1.01.94	1.09.54	1.12.29
	200 m	2.27.17	2.46.57	2.53.45	2.13.98	2.31.48	2.39.98
Fjäril	50 m	27.13	30.23	30.83	24.28	26.88	27.48
	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	100 m	-	2.10.27	-	-	1.03.13	-
	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	-	4.38.60	4.44.00	-	4.08.96	4.14.83

Speedo Club Outfit

finns i din klubbs färger

Nu kan du få klubbens
färger på din overall,
baddräkt, väska,
ryggsäck m.m.

Speedo

Club Outfit

finns i din klubbs färger

Nu kan du få klubbens
färger på din overall,
baddräkt, väska,
ryggsäck m.m.



SPEED



För mer information kontakta Seger United, 0321-702 00.

SPEEDO®



För mer information kontakta
Seger United, 0321-702 00.

INBJUDAN Till 1993 års *Svenska Ungdomsmästerskap (Sum-Sim), i simning*

Svenska Simförbundet inbjuder till 1993 års Sum-Sim.

Regionsfinalerna äger rum den 27-28 november 1993

Riksfinal den 11-12 december i Sandviken. Kvalificerade till riksfinalen är, i varje gren, de 16 bästa tiderna i landet. Om t ex 16-17:e tiden är lika sker lottning om 16:e platsen.

För riksfinalen i Sandviken gäller bl a följande:

Tävlingstider:

Lördag	pass 1,	09.00
	pass 2,	16.00
Söndag	pass 3,	09.00
	pass 4,	16.00

Seriebiljetter:
Båda dagarna, 4 pass, 150 kr. Beställning, gärna klubbvis, görs genom insättning på Sandvikens SHK:s postgironr 438 25 99 - 1 senast fredagen 3 december 1993.
Biljetter avhämtas i Sum-Sim byrån.

Upplysningar:
Fax: 026-27 27 61, efter 18.00, 026-356 77
SSHK:s kansli
Ingegerd Törnhult

Klassindelning:

Pojkar	Flickor
P 12 o y (-81 o sen)	F 11 o y (-82 o sen)
P 13 (-80)	F 12 (-81)

Grenar: 100 fj, 100 ry, 100 br, 100 fr, 400 fr, 200 im, 4x100 fr, 4x100 med.

P 14 (-79)	F 13 (-80)

Grenar: 100 fj, 200 ry, 200 br, 50 fr, 200 fr, 800/1500 fr, 200 im.

P15-16 (-77/-78)	F 14-15 (-78/-79)

Grenar: 50 fj, 200 fj, 50 ry, 200 ry, 50 br, 200 br, 50 fr, 200 fr, 800/1500 fr, 500 im samt med föregående åldersklass 4x100 fr, 4x100 med.

Simmare i klass P 12, 13 och F 11, 12 och yngre äger rätt att deltaga i lagkapperna för klass P 14, 15-16 resp. F 13, 14-15.
DUBBLERING FÅR DOCK EJ SKE!

Om någon förening startar med fler än ett lag i samma lagkapp, skall arrangören av regionsfinalen tillse att respektive lagmedlemmars namn antecknas på regionsfinalens resultatlista. Skulle fler än ett lag från samma förening i samma lagkapp kvalificera sig till riksfinalen får ej byte mellan lagens deltagare göras.

OM EN FÖRENING STARTAR MED FLERA LAG I SAMMA GREN I REGIONSFINALEN OCH ENDAST ETT LAG KVALIFICERAR SIG TILL RIKSFINALEN FÅR BYTE SKE AV SIMMARE.

Regionsindelning:
Region
1. Norrbotten, Västerbotten Ångermanland, Jämtland/Härjedalen och Medelpad.
Arrangör: Umeå SS
2. Dalarna, Gästrikland, Uppland, Hälsingland.
Arrangör: Hudiksvalls SS
3. Stockholm och Gotland
Arrangör: Turebergs IF
4. Södermanland och Östergötland.
Arrangör: Tunafors SK
5. Värmland, Västmanland och Närke.
Arrangör: Västerås SS
6. Göteborg, Halland, Västergötland och Bohuslän-Dal.
Arrangör: Simregion Väst, GSF
7. Småland och Blekinge.
Arrangör: Karlhamns SK
8. Skåne.
Arrangör: Skåne Simallians.

Riksfinalen
Sista etappen i Sum-Sim blir riksfinalen i Sandviken den 11-12 december. Information om riksfinalen sänds ut från Sandvikens SoHK. Se också ovan.

Tre reserver kommer att sättas upp i alla individuella grenar. Dessa kommer att få chansen att starta vid ev. avanmälningar som görs före och under tävlingsdagarna.

Grenordning
Den grenordning som har fastställts av Simförbundet skall följas i regionsfinalerna.

Anmälan
Anmälningsplikt föreligger för deltagande i regionsfinalerna.
Föreningarna skall till respektive arrangör insända anmälningar på Svenska Simförbundets anmälningsblankett innehållande bästa uppnådda tid under 1993 samt KODNUMMER
OBS! Märk kuverten "Sum-Sim-93".
Anmälan skall vara arrangören tillhanda senast fredagen den 12 november. Inget annat datum gäller.
Inga efteranmälningar mottages.
En startavgift på 15 kronor per individuell start och 25 kronor per lagstart skall inbetalas till regionsarrangörens postgirokonto.

Tävlingsbestämmelser
Mellan tävlingspassen skall läggas in en paus på minst tre timmar.
Arrangören äger rätt att begränsa antalet heat i respektive gren till två. Detta på grund av det omfattande tävlingsprogrammet.
OBS! Regionsfinalerna måste i likhet med riksfinalen genomföras med helautomatiskt tidtagningssystem.

Resultatrapportering för riksfinalen
För uttagning av deltagare i riksfinalen är det av största vikt att resultaten från regionsfinalerna är Sandvikens SoHK tillhanda så snabbt som möjligt. Arrangören sänder, efter varje tävlingspass, resultaten med FAX till Sandvikens SoHK, faxnummer: 026-272 761.

Regionsindelning 1993

Region 1 Tävlingsplats: Umeå Simhall, 25 m, 8 banor.
Arrangör: Umeå SS, Postlådan, Simhallen, 903 42 Umeå, postgiro: 41 25 29-0

Region 2 Tävlingsplats: Iggesunds Simhall, 25 m, 6 banor.
Arrangör:Hudiksvalls SS,Hudiksvallsbadet, 824 30 Hudiksvall, postgiro: 11 63 47-6

Region 3 Tävlingsplats: Sollentuna Simhall, 25 m, 7 banor
Arrangör: Turebergs IF, simsektionen, Box 720, 191 27 Sollentuna, postgiro: 79 89 39-5

Region 4 Tävlingsplats: Vattenpalatset, Eskilstuna, 25 m, 8 banor
Arrangör: Tunafors SK, Box 3043, 630 03 Eskilstuna, postgiro: 95 09 48-0

Region 5 Tävlingsplats: Kristiansborgs-badet, Västerås, 25 m, 7 banor
Arrangör: Västerås SS, Lögarängsbadet, 721 32 Västerås, postgiro: 27 98 69-2

Region 6 Tävlingsplats: Valhallabadet, Göteborg, 25 m, 8 banor
Arrangör: Göteborgs Simförbund/Sim Region Väst
Valhallagatan 3, 412 51 Göteborg, postgiro: 52 49 20-6

Region 7 Tävlingsplats: Karlshamns Simhall, 25 m, 7 banor
Arrangör: Karlshamns SK, Box 52, 374 02 Asarum, postgiro: 79 35 06-7

Region 8 Tävlingsplats: Aq-va-kul-badet, Malmö, 25 m, 7 banor
Arrangör: Malmö Simallians, c/o Malmö KK, Banérsgatan 2 A, 211 48 Malmö, postgiro: 94 35 90-0

Grenordning Sum-Sim 1993

Pass 1
1. 4x100 m fritt, F 12 o y
2. 400 m fritt, P 12 o y
3. 200 m bröst, F 13
4. 100 m fritt, P 13
5. 100 m bröst, F 11 o y
6. 200 m fritt, P 14
7. 200 m fjäril, F 14-15
8. 50 m rygg, P 15-16
9. 50 m fritt, F 13
10. 200 m medley, P 13
11. 100 m rygg, F 11 o y
12. 200 m bröst, P 15-16
13. 50 m fritt, F 14-15
14. 200 m rygg, P 14
15. 100 m fjäril, F 12
16. 1500 m fritt, P 15-16
17. 4x100 m medley, F 13-15

Pass 2
18. 4x100 m fritt, P 13 o y
19. 400 m fritt, F 11 o y
20. 200 m bröst, P 14
21. 100 m fritt, F 12
22. 100 m bröst, P 12 o y
23. 200 m fritt, F 13
24. 200 m fjäril, P 15-16
25. 50 m rygg, F 14-15
26. 50 m fritt, P 14
27. 200 m medley, F 12
28. 100 m rygg, P 12 o y
29. 200 m bröst, F 14-15
30. 50 m fritt, P 15-16
31. 200 m rygg, F 13
32. 100 m fjäril, P 13
33. 800 m fritt, F 14-15
34. 4x100 m medley, P 14-16

Pass 3
35. 4x100 m medley, P 13 o y
36. 200 m medley, F 11 o y
37. 400 m medley, P 15-16
38. 200 m rygg, F 14-15
39. 100 m fjäril, P 14
40. 100 m rygg, F 12
41. 100 m fjäril, P 12 o y
42. 100 m fritt, F 11 o y
43. 50 m fjäril, P 15-16
44. 50 m bröst, F 14-15
45. 400 m fritt, P 13
46. 200 m medley, F 13
47. 200 m fritt, P 15-16
48. 100 m bröst, F 12
49. 1500 m fritt, P 14
50. 4x100 m fritt, F 13-15

Pass 4
51. 4x100 m medley, F 12 o y
52. 200 m medley, P 12 o y
53. 400 m medley, F 14-15
54. 200 m rygg, P 15-16
55. 100 m fjäril, F 13
56. 100 m rygg, P 13
57. 100 m fjäril, F 11 o y
58. 100 m fritt, P 12 o y
59. 50 m fjäril, F 14-15
60. 50 m bröst, P 15-16
61. 400 m fritt, F 12
62. 200 m medley, P 14
63. 200 m fritt, F 14-15
64. 100 m bröst, P 13
65. 800 m fritt, F 13
66. 4x100 m fritt, P 14-16

NU KOMMER GP I SIMNING

Simförbundet och Simkommittén har beslutat införa en Grand Prixserie. Bland annat för att få en koppling till världscupen. Svenskt Grand Prix startar vintern 1994 och så här är det hela tänkt.

TÄVLINGSDATUM

1994

- deltävling 1 15-16 februari, Södertörn
- deltävling 2 3-6 mars, Sundsvall
- deltävling 3 15-16 mars, Malmö (WC)
- deltävling 4 16-17 april, Borlänge

1994-1995

- deltävling 1 3-4 december 1994
- deltävling 2 2-5 februari, inne-SM
- deltävling 3 14-15 februari, World Cup
- deltävling 4 22-23 april, Simspelen

Datum för ***1995*** är preliminära, bl a är inte World Cup-tävlingarna exakt fastställda av FINA.

SIMSÄTTSKATEGORIER

Frisim sprint:	50, 100 och 200 m
Frisim distans:	400, 800 alt 1500 m
Ryggsim:	50, 100, 200 m
Bröstsim:	50, 100, 200 m
Fjärilsim:	50, 100, 200 m
Medley:	100, 200, 400 m

GRENORDNING

Dag 1, försök och final

1.	100 m fritt,	herrar
2.	200 m fritt,	damer
3.	50 m bröst,	herrar
4.	100 m bröst,	damer
5.	*400 m medley,	herrar
6.	100 m fjäril,	damer
7.	100 m rygg,	herrar
8.	50 m rygg,	damer
9.	200 m fjäril,	herrar
10.	200 m medley,	damer
11.	400 m fritt,	herrar
12.	50 m fritt,	damer
13.	200 m bröst,	herrar
14.	*800 m fritt,	damer
15.	100 m medley,	herrar
16.	200 m rygg,	damer
17.	50 m fjäril,	herrar

Dag 2, försök och final

18.	100 m fritt,	damer
19.	200 m fritt,	herrar
20.	50 m bröst,	damer
21.	100 m bröst,	herrar
22.	*400 m medley,	damer
23.	100 m fjäril,	herrar
24.	100 m rygg,	damer
25.	50 m rygg,	herrar
26.	200 m fjäril,	damer
27.	200 m medley,	herrar
28.	400 m fritt,	damer
29.	50 m fritt,	herrar
30.	200 m bröst,	damer
31.	*800 m fritt,	herrar
32.	100 m medley,	damer
33.	200 m rygg,	herrar
34.	50 m fjäril,	damer

**=direktfinal*

Ovanstående grenordning gäller för deltävling 1, 3 och 4. Vid deltävling 2, (inne-SM), gäller det ordinarie SM-programmet, där alla GP-grenar ingår fördelade på tre SM-dagar.

POÄNGBERÄKNING

Varje simmare kan delta på alla fyra deltävlingarna, men får endast tillgodoräkna sig poäng från tre (3) deltävlingar. Notera här att SIMSPELEN, sista deltävlingen, är en av de tre tävlingar man måste delta i för att komma ifråga för prispengarna.
Simmaren kan erhålla poäng i alla tre grenarna/kategori, (två i frisim distans) vid respektive deltävling.

Poängfördelningen är följande:
1:a plats 13 poäng, 2:a plats 10, 3:e plats 8, 4:e plats 7, 5:e plats 6, 6:e plats 5, 7:e plats 4, 8:e plats 3, 9:e plats 2, 10:e plats 1
Om en simmare noterar svenskt rekord erhålls 3 poäng i bonus. Vid eventuell delad plats ex. 2:a plats så slås poängen ihop för 2:a och 3:e plats och divideras. Respektive simmare erhåller då 6,5 poäng. Om en simmare stryker sig till final erhålles inga poäng.

PRISPENGAR

De tre sammanlagt bästa simmarna i respektive kategori erhåller prispengar enligt följande:
1:an 2.500:-
2:an 2.000:-
3:an 1.500:-
Vilket det första året ger en prispott på 72.000:- att fördelas enligt ovan.

Om en simmare slår svenskt rekord utgår dessutom en bonus på 500:-. Motsvarande för europarekord är 1.000:- och för världsrekord 1.500:-.

Inbjudan till deltävling ! (Södertörn) kommer i Simsport 11. Övriga inbjudningar ingår i respektive inbjudan för SM (Sundsvall), WC (Malmö) samt Simspelen (Borlänge).

SIMCENTRA

Något för dig som vill kombinera elitsimning och studier på gymnasial nivå. Du får träna under väl kvalificerade simtränare. Samtidigt lär du dig mer i ämnen som mental träning, kost, fysiologi som kan förhöja din träningsmotivation och förbättra dina resultat.

Våra simgymnasier ligger i Hallsberg, Klippan och Nyköping.

Vårt simcentra i Älvsbyn är en folkhögskola som också ger möjlighet till vissa gymnasiala studier som är högskolemeriterande. En förutsättning för att du ska kunna börja där är att din hemkommun ställer upp och bekostar dina studier.

Börjar du gymnasiet 1994/95 eller redan går där och satsar på elitsimning, beställ ansökningshandlingar på telefon 08-605 63 83, Berth Johansson eller 08-605 63 86, Lasse Modin.

Din ansökan skall vara SSF tillhanda senast den 1 november.

SM I SUNDSVALL

Inne-SM, 25 m, kommer att simmas i Sundsvall 3-6 mars 1994.

Inbjudan till

MOTIONSLEDARKONFERENS

Du inbjuds härmed att deltaga i Svenska Simförbundets årliga konferens för Motions- och Mastersansvariga i SDF och föreningar.

DATUM:
Konferensen börjar lördagen 13 november kl 11.00 och avslutas söndagen 14 november ca kl 15.00.

PLATS:
Vår Gård i Saltsjöbaden cirka 2 mil sydöst om Stockholm. Simhall finns 1 km ifrån Vår Gård.

DELTAGARE:
Motions- och Mastersansvariga i SDF och förening.

PROGRAMPUNKTER:
Mastersträning - Långlopp - Rapport från Masters-EM - Vattengympaprogram - Nytt simmotionsmaterial - Motion.

KOSTNAD:
1100:- vilket inkluderar konferensdeltagare, helpension i enkelrum. Ett fåtal dubbelrum finns men till samma kostnad per person som för enkelrum.

ANMÄLAN:
Senast onsdag den 13 oktober, 1993, på speciell blankett som du får av Svenska Simförbundet på tel 08-605 63 86. Din anmälan är bindande. Du kan faxa in din anmälan på tel nr 08-724 68 61.
Konferensavgiften betalar du in på postgiro 5 24 94-2 efter den 27 oktober om du inte nåtts av något skriftligt besked innan att konferensen ställts in. Märk postgirotalongen med "motionsledarkonferens". Du registreras som konferensdeltagare när du betalt din konferensavgift.

KALLELSE:
Sänds ut efter den 1 november.

FRÅGOR:
Kontakta Lasse Modin på SSF:s kansli, tel 08-605 63 86 mellan kl 09.45-11.15 och 13.00-14.30 alternativt Maria Kvist bost tel 08-747 91 35 kvällstid.

Välkommen med din anmälan.

EFTERLYSES!

Erfarna, vetgiriga och arbetssugna simlärare.

DU som har SSF:s/ SLS:s simlärarkompetens och har verkat som simlärare i flera år - vill Du lära Dig mer och utvecklas inom Svenska Simförbundet?

Vill Du bli kurslärare och utbilda simlärare i SSF:s regi? Om ja, för vidare information, kontakta Lasse Modin, på SSF:s kansli, 08-605 63 86.

Ett samarbete med SSF kan innebära andra inspirerande och utvecklande uppgifter. Detta får du veta om du begär vidare information.

INBJUDAN till

SIMLÄRAR- och SIMLÄRARASSISTENT-kurs

Datum:
13-14 november, 1993. Start kl 13.00 och avslutning kl 16.00.

Plats:
Stadshotellet och simhallen i Värnamo.

Målgrupp:
För att få gå simlärarassistentkursen gäller; Intyg från simlekskola, bronsmagistermärke, samt steg 1-kurs. För att få gå simlärarkursen gäller det samma som för kursen ovan samt intyg från simlärarassistentkurs och fullgjord praktik om 65 timmar. Du får vara lägst 18 år för att få gå simlärarkursen.

Kostnad:
1350:-. I priset ingår kursdeltagande, helpension i dubbelrum och kursmaterial. Enkelrumstillägg 175:-. OBS! Resor till och från kursplats bekostas av deltagarna.

Kursledare:
Lars-Olov Nyrell och Henrik Spångberg.

Anmälan:
Senast den 11 oktober, 1993, på speciell blankett som du får genom att ringa SSF:s kansli, tel 08-605 63 86, Lasse Modin.

OBS! Kursen planeras för maximalt 10 deltagare. Först till kvarn gäller ...

VÄLKOMMEN MED DIN ANMÄLAN!

Föreningsbyten

NAMN	KLUBB	NYKLUBB	TÄVL.-KLAR
Fredrik Elmberg	Skuru IK	SK Neptun	930812
Henrik Nilsson	SK Spiggarna	Ängelh. SS	930820
Jonas Hansson	Skuru IK	SPIF	930723
My Rohwedder	Österlen Sim	Ystads SS	930827
Patrik Isaksson	Västerås SS	SPIF	930827
Magnus Berglund	Åhus SS	KSLS	930827
Katrin Cederlund	Hagfors SS	Ludvika SS	930903
Matilda Karlsson	SS Stimmet	SK Laxen	930904
Cliff Larsson	Sundbyb. IK	SK Neptun	930905
Magn. Johansson	Mölndals ASS	S 02	930910
Stina Kjellberg	SK Näcken	Ängelh. SS	930915
Henrik Norén	Grums SS	Karlst. SS	930915
Åsa Stenberg	Skäret SS	Göteb. Sim	930917

INTERNATIONELLA INBJUDNINGSTÄVLINGAR 1994

Svenska simklubbar inbjudes att deltaga i nedanstående internationella tävlingar 1994. Berth Johansson på SSF:s kansli har inbjudningarna till respektive tävling.

8-9 januari
XI Turku Super Games, Åbo, FIN, 50 m
Åldersklasser: Seniorer och ungdom
Sista anmälningsdag: 1993.12.15

14-16 januari
International Meeting of Lissabon, POR, 50 m
Åldersklasser: Seniorer, 1978-82 o sen.
Sista anmälningsdag: 1993.12.15

21-23 januari
Själland Open, Greve, DEN, 50 m
Åldersklasser: Seniorer, 1977 po, 1979 fl o sen
Sista anmälningsdag: 1993.12.22

29-30 januari
16 Int. Jahrgangs-schwimmen, Bad Reichhall, GER, 25 m
Åldersklasser: 1976 o tid, 1977-84
Sista anmälningsdag: 1994.01.14

5-6 februari
Cup of President, Gdansk City, POL, 25 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.01.10

11-13 mars
Haribo Jugend Schwimmfest, Bonn, GER, 25 m
Åldersklasser: 1974-82
Sista anmälningsdag: 1994.02.04

12-13 mars
Speedo Preis von Gelsenkirchen, GER, 25 m
Åldersklasser: 1973 o tid, 1975-84
Sista anmälningsdag: 1994.02.19

30 mars-1 april
7th Edinburgh Swim Meet, SCO, 50 m
Åldersklasser, Seniorer
Sista anmälningsdag: 1993.03.01

4 april
Easter Swimming Competition, Hyvinkää, FIN, 25 m
Åldersklasser: Seniorer, po 1978 o y, fl 1979 o y
Sista anmälningsdag: 1994.03.23

8-10 april
CIJ Lux Meet, Luxemburg, LUX 50 m
Åldersklasser: Po 1975 o sen, fl 1976 o sen
Sista anmälningsdag: 1994-03-15

22-24 april
Int Schwimmsport-Tages, Karlsruhe, GER, 50 m
Åldersklasser: Po 1978 o tid, 79-80, fl 1980 o tid, 81-82
Sista anmälningsdag: 1994-03-30

29 april-1 maj
Int Austria Meet, Wien, AUT, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.03.30

6-8 maj
Grand Prix of Antwerpen, BEL, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.04.01

7-8 maj
Int Youth Swim Gala Dudweiler, Saarbrücken, GER, 50 m
Åldersklasser: 1976 o tid, 1977-84
Sista anmälningsdag: 1994.05.09

13-15 maj
Akropolis Meet, Aten, GRE, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.04.15

14-15 maj
Int Swim Meet City of Lissabon, POR, 50 m
Åldersklasser: 1977 o tid, 1978-83
Sista anmälningsdag: 1994.04.24

20-22 maj
Int Schwimmfest, Arnsberg, GER, 50 m
Åldersklasser: 1976 o tid, 1977-84
Sista anmälningsdag: 1994.04.24

21-22 maj
Int Lappland Meet, Rovaniemi och Kemi, FIN, 25 m
Åldersklasser: Seniorer, 1980-83
Sista anmälningsdag: 1994.05.01

21-22 maj
Int Swimming Contest, Mainz, GER, 50 m
Åldersklasser: 1975 o tid, 1976-84
Sista anmälningsdag: 1994.04.23

28-29 maj
"Golden Bear", Zagreb, CRO, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.05.10

11-12 juni
Int Swim Meet, Kolezija-94, Ljubljana, SLO, 50 m
Åldersklasser: Po 1977/78, 1979-, fl 1979/80, 1981-
Sista anmälningsdag: 1994.05.01

17-19 juni
Reykjavik Int Meet, ISL, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.05.15

18-19 juni
Int Sipi Swim Meet, Hyvinkää, FIN, 50 m
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1994.06.08

19 juni
Floodlight-Sprint-Meet, Ulm, GER, 50 m
Åldersklasser: 1975 o tid, 1976 o sen
Sista anmälningsdag: 1994.06.08

15-17 juli
Int Swim Gala, Darmstadt, GER, 50 m
Åldersklasser: 1977-82
Sista anmälningsdag: 1994.06.15

4-6 november
Cumbernauld Int Swim Meet, ENG, 25 m
Åldersklasser: 1978/79, 1980 o sen
Sista anmälningsdag: 1994.09.27

Månadens överraskning

MICHAEL JACOBSSON

Flera överraskningar har blivit uppmärksammade i sommar. Att ur högen välja någon har varit lite småsvårt för juryn. Unga simmare som länge tillhört ungdomseliten, har i sommar blixtrat till och tagit en plats i seniorlandslaget. För en del blev det också medaljer. Dessa simmare har egentligen inte överraskat då det bara varit en fråga om när de skulle slå igenom. Däremot finns det alltid de som snäppet under kämpar på och överraskar sig själva och andra med bra prestationer utan att för den skull uppmärksammas med landslagsuppdrag och andra ovationer. Här är en ...



Michael är 14 år och tränar och tävlar för Täby Sim. Han har simmat i sju år och hela tiden utvecklats positivt i samtliga simsätt. Även om han själv specialiserat sig på rygg- och bröstsim så fungerar även fjäril- och frisim.

Michael tränar 5-6 pass i veckan. Något morgonpass, som extra träning, förekommer också. Han tävlar mycket och finns ofta på prispallen. MÅlmedvetenhet är ett kännetecken hos Michael och när han började simma satte han målet att så snabbt som möjligt hamna i elitgruppen i Täby. Där är han nu.

Nästa mål är SM och landslaget. Han tillhör också stockholmssatsningen "Stockholm bäst-93".

Resultaten har inte låtit vänta på sig. Han har blivit distriktmästare och regionmästare på flera distanser de senaste åren. På Sum-Sim riks 1991 blev han 3:a på 200 m medley och 1992 2:a på 200 m medley. Det stora genombrottet kom vid Sum-Sim/EJM-kvalet i Varberg i somras, där han vann 400 m medley på 4.53, blev 2:a på 200 m medley, 2.20 och 3:a på 100 m och 200 m bröst. Han klarade därmed kvaltiden till SM/JSM men anmälningstiden hade gått ut. Han har däremot klarat kvalet till höstens JSM i kort bassäng.

Michael var för ung för att få åka med till EJM i Turkiet men han siktar på en plats i ungdomslandslaget. Juryn anser att Michael Jacobsson är en värdig representant för utmärkelsen "Månadens överraskning". Som ett bevis på utmärkelsen får Michael en sportväska med tre par badbyxor, badhandduk, bensparkplatta, paddlar och en specialdesignad overall. Landslagets Therese Lundin, utbildad designer, har ritat overallen som tillsammans med allt det andra skänkts av Föreningsssrvice, en av initiativtagarna till "Månadens överraskning".

I slutet av året väljs ur skaran av samtliga "Månadens överraskning" en "Årets överraskning", som förutom presenter i massor också får motta ett stipendium från FS Föreningsservice.

Du kan också skicka in förslag till "Månadens överraskning". Vem tycker du har överraskat mest efter ditt sätt att se? Skicka oss ett foto och några rader om varför hon eller han skall bli "Månadens överraskning", under adress: Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg.

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"

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

NY START FÖR POLO

Borås är en stad med stolta vattenpolotraditioner. IF Elfsborg blev svenska inomhusmästare både 1950 och 1951 och fostrade flera landslagsspelare. Men i början av 1970-talet dog sporten. Lika tvärt som plötsligt. Sedan dess har det varit tyst som i graven kring vattenpolon - tills nu. För två år sedan väcktes nämligen sporten till liv. Av vattenpolodomaren Lars Tannerfalk. Simsport träffade Lars och de andra entusiasterna i SK 1970 i Sandared utanför Borås.

Det är i slutet av juni. Ute är det kyligt. Sommarvärmen har inte infunnit sig ännu.
Men i simhallen i Sandared möts vi av högtryck. Och vattenpolo.
- Ja, det är lite varmare här än på min tid. Då spelade vi utomhus. Ibland i 14-15-gradigt vatten.
Säger Lars Tannerfalk, före detta elitspelare i Nässjö och Jönköping och höjer på ögonbrynen. Sedan skrattar han och ser ut att minnas. Som om det vore igår.
- Men det skulle aldrig gå idag. Spelarna är så bortskämda.
Lars vet. När han för två år sedan drog igång verksamheten var intresset stort. Men vattenpolo är en krävande sport. Många tyckte det blev för tufft. Och först idag kan Lars skönja resultatet av två års hårt arbete.

NYA ENTUSIASTER

SK 1970 har blivit ett lag. En trupp på cirka 16 spelare med ungdomar från 15 till 22 år som mer eller mindre älskar vattenpolo. Entusiaster. Och förut visste de knappt vad vattenpolo var.
- Nej, vi hade aldrig sett polo tidigare, säger en av spelarna.
Nu har de tränat vattenpolo i två år och börjar behärska grunderna. Fast ännu har de inte spelat en enda seriematch.
- Nej, jag har bromsat seriespel. Tycker vi skall hålla en god standard först. Det är bättre att skynda långsamt, förklarar Lars Tannerfalk.
Så här långt har laget bara spelat några turneringar. Men planerna på seriespel finns. Och kanske blir de verklighet redan nästa år.
- Ja, eventuellt går vi in i division I-serien då.
Då kommer motståndarna att heta Falun, Ronneby, LUGI och så vidare.

SJÄLVBYGGDA MÅL

Idag är SK 1970 ensam vattenpoloklubb i Västergötlands Simförbund. Så för att få matchträning beger sig laget ungefär en gång i månaden till just Göteborg. Motståndare blir då S 02:s damlag och SK 1970 förlorar.
- Ja, det är ju Sveriges bästa damlag. Perfekt träning för oss. Och vi kommer att börja matcha mer och mer.
Lars vänder blicken ut mot bassängen. För ett ögonblick tycks han granska spelarna.
- Idag skulle vi ha svårigheter i division I. Taktiken och blicken för spelet har vi inte än. Vattenpolo bygger på snabba passningar. Och så gäller det att röra sig effektivt i vattnet.
Lars Tannerfalk k a n vattenpolo. Förutom tränare är han också internationell domare.
- Egentligen har jag inte tid med att vara tränare. Men det är så himla skoj. Jag har själv fått ut så mycket av vattenpolo, så man vill gärna bjuda tillbaka.
Målburarna i Sandareds simhall har Lars monterat ihop på egen hand. Han hittade dem i en källare i Stadsparksbadet i Borås. Nyinköpta och avsedda för det nya badet.
- Men de hade säkert aldrig kommit till användning där. Lars fick dem gratis.
- Det var snack om hyra, men nu har vi fått dem - hoppas jag. Skriv inget om det, då får vi väl lämna tillbaka dem.
Vattenpolo är en sport med små resurser. När Lars startade vattenpolon stötte han också på motstånd.
Det fanns de som tyckte att polon var förenad med för stora kostnader. Att vattenpolon bara var en dyr lek för SK 1970.

MED I LANDSLAGET

Idag är läget annorlunda. Vattenpolon är en egen sektion i klubben med en budgeterad årskostnad på 55 000 kronor.
- Nu fungerar det jättebra. Nu tas vi på allvar i och med att vi också har haft lite framgångar.
Tankarna på en egen turnering på Alidebergsbadet, Borås utomhusbad, växer sig också allt starkare.
- Det ligger bara i planeringsstadiet. Men det skulle behövas för att visa upp vattenpolon och höja intresset i stan. Kanske kunde vi också locka ner de äldre spelarna i Borås, menar Lars.
Klockan börjar närma sig 22.30. Träningen är över för den här gången och spelarna samlas på läktaren.
- Vattenpolo ser inte kul ut - om man inte provat på det, säger Claes Magnusson.
- Det är oerhört jobbigt. Men så himla kul att man aldrig känner trötttheten, tycker David Privér, en av lagets äldsta spelare.
Och tänk. Lilla Sandared har till och med fått fram en landslagsspelare, Fredrik Hansson, 16, som gjort fyra u-landskamper.
- Jag tror vi kan få fram ett par landslagssperlare till, menar Lars Tannerfalk.
Och han tror på en framtid för vattenpolon i Sandared.
- Tänk om samhället kunde få fram ett pololag som kan vara med i större sammanhang. Det vore fascinerande på en sådan här liten ort.
För de sista entusiasterna verkar ingenting omöjligt.

MARTIN LUNDQUIST

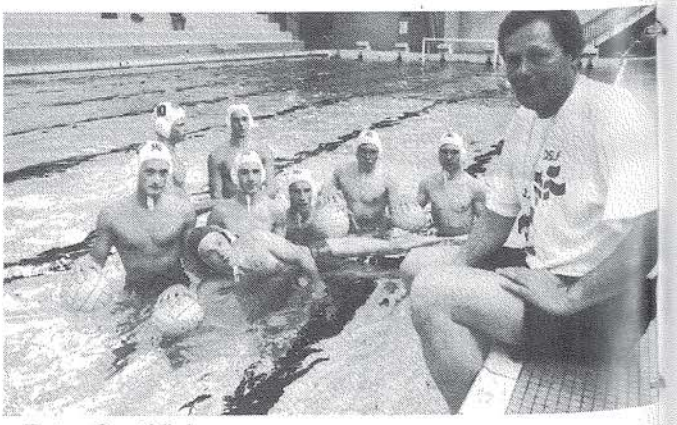


Foto: Curt Ylving

Mikael Rosén - långdistanskung

Allt fler simmar långt i världen

Fagerstas Mikael Rosén har dominerat svensk långdistanssimning denna sommar. Vid SM i Nyköping vann han sitt tredje långlopp för säsongen. Damernas lång-SM vanns av Cecilia Kentell, Malmö KK, som här debuterade på distansen.



Mikael Rosén, Fagersta
Foto: Bildmedia AB, Nyköping

Mikael Rosén vann först Lindesimmet i Lindesberg och sedan den förkortade, 1 800 m, Vansbrosimningen. Kylan i vattnet tvingade arrangörerna att korta ner loppet från den vanliga 3 000 m.

I Nyköping var vädret perfekt för långdistanssimning och i den 18-gradiga Nyköpingsån kunde Mikael, följd av en stor publik, ta sitt första senior-SM.

Ola Strömberg, Malmö KK, är värd ett eget kapitel. Vid förra årets Vansbrosimning, vann Ola efter en hård kamp mot ett antal våtdräktsförsedda simmare. Fördelen av våtdräkt blev uppenbar för Ola som i år dök upp även han i våtdräkt. Segern borde därmed vara säkrad. Dessvärre passade dräkten dåligt, tog in vatten och blev till ett hinder. Ola sluta 10:a.

Vid SM får man inte använda våtdräkt och här gick det bättre. Ola var den ende som hotade Mikaels seger.

Vid de flesta långlopp finns såväl tävlingsklass som motionsklass. Detta gör att loppen lockar många deltagare och blir till en stor folkfest. Att Vansbrosimningen är världens största simtävlingen torde de flesta känna till. Även de andra loppen är stora och lockar både publik och sponsorer. Prisborden vid långloppen är därför imponerande.

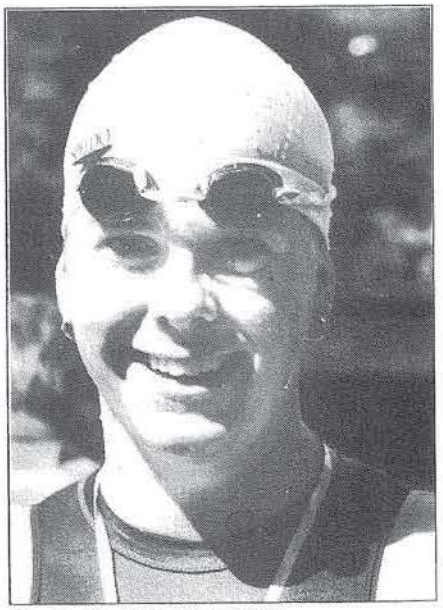
I Vansbro fick de tre bästa damerna och herrarna var sin cykel, (med många växlar) och vid SM kunde Mikael glädja sig åt en segercheck på 1 000 kr.

Den regniga och kalla sommaren ställde till med stora bekymmer för långloppsarrangörerna. I Vansbro tvingades man korta ner loppet från de vanliga 3 000 m till 1 800 m. I all hast fick man låna en ny startbrygga av försvaret vilken snabbt transporterades från Falun till den nya startplatsen. Det rekordstora startfältet lyckades man sedan lotsa in på ett begränsat startområde och tack vare mycket skickliga arrangörsinsatser blev det ett rättvist lopp. Två tusen simmare kunde genomföra loppet, många för första gången som en deltävling i En Svensk Klassiker.

Det svenska klimatet sätter hinder för så långa lopp som man arrangerar på kontinenten. Där är det vanligt med distanser mellan 15 och 25 km. Några svenska deltagare känner vi inte till från dessa lopp men de kanske finns? Långdistanssimning har status i form av VM-titel och tävlingsformen bara växer runt om i simmarvärlden. De svenska långloppen visar på samma glädjande tendens.



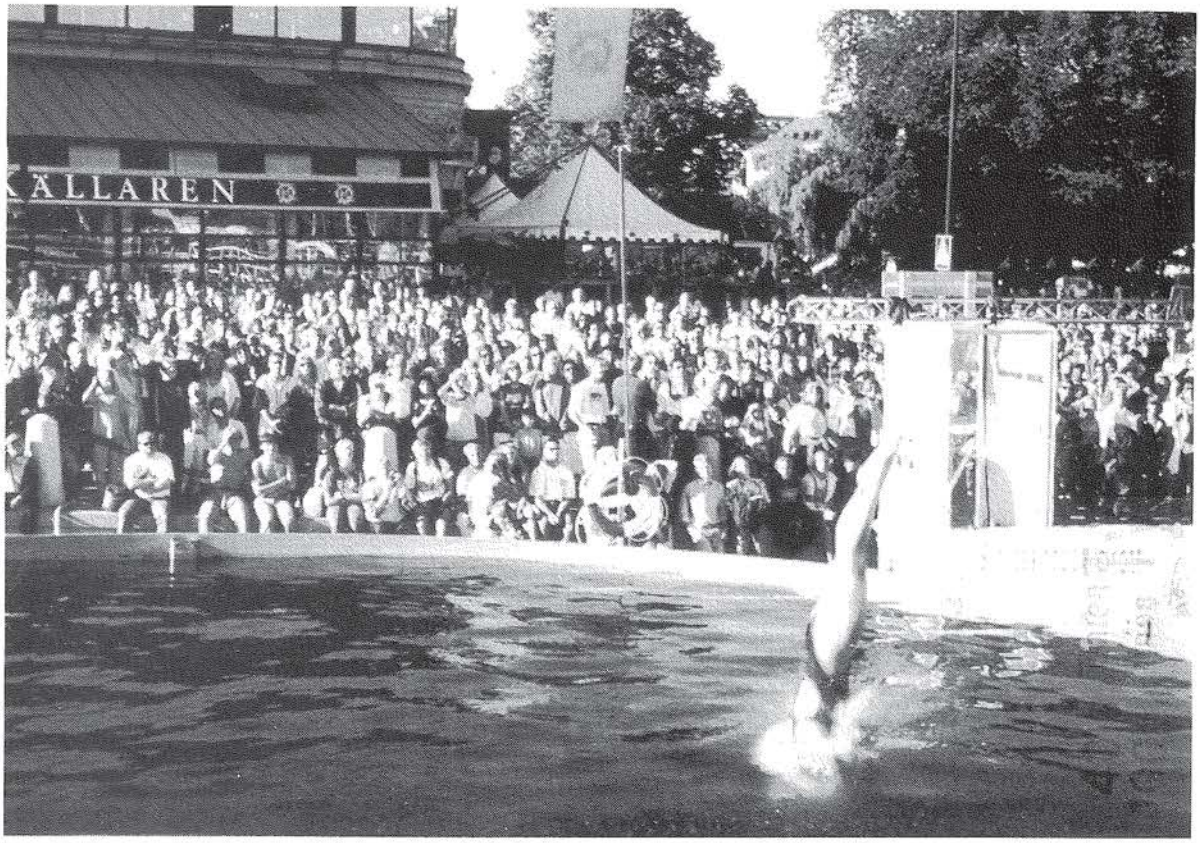
Vansbrosimningen 1993. Fr.v. tvåan Ulrik Järnö, Umeå, segraren Mikael Rosén , Fagersta, kranskullan Petra Willman och trean Andreas Wiberg, Norrköping.Foto: Curt Kvicker DD Foto, Falun.



Cecilia Kentell, Malmö KK.
Foto: Bildmedia AB, Nyköping

Strömhoppet

toppreklam för simhopp



Mycket folk blev det. Benen är Josefins.

I augusti stod hopptornet på plats i Stockholms Ström för andra gången i Stockholm Water Festivals historia. Det lär inte bli den sista. Strömhoppet håller på att etablera sig både som marknadsföringsplattform och som tävlingsarena. Ytterligare en PR-framgång för simhoppningen kan läggas till handlingarna.

Så var det dags igen. Simhoppning är numera ett viktigt inslag i Stockholm Water Festival. Store Jon Grunde Vegard kom från Norge och lilla Anna Lindberg kom från Karlskoga.
Båda invigningshoppade, Ulrika Knape sade några väl valda ord och så var festen igång. Varje festivalafton var det simhoppsshow i tre delar mellan Operan och Slottet; seriös hoppuppvisning eller tävling, skämthoppning och ett high dive.

Tusentals åskådare per kväll

Enligt polisens beräkningar cirkulerade mellan 50 000 och 100 000 människor i området närmast hopptornet varje kväll under showen. Otaliga stannade till och såg på under den dryga halvtimma som simhoppningen pågick, trots konkurrens från scenerna runt om i det centrala festivalområdet. Douglas Anderson från Kanada, en av de två high divingspecialisterna, kunde konstatera att hoppningen var populär:
- Från närmare 25 meters höjd får man en överblick över hur många olika saker som händer samtidigt på området. Särskilt på andra sidan bron var det mycket folk som samlades för musiken från scenen. Men det var fler som tittade på hoppningen än på något annat! Det är det som gör det så spännande, säde Douglas, som rest till Sverige från ett engagemang i Taipeh enkom för Stockholm Water Festival och Strömhoppet.
Vi får tro Douglas på hans ord - sorry, Carola och Jerry, som uppträdde på scenerna intill...
Björn Gullman, ansvarig för programmet, ser tillbaka på årets version av Strömhoppet och jämför med 1992 års upplaga:
- Baltiska hoppet, som arrangemanget hette då, var den dittills största PR-insats som gjorts för simhoppningen, men jag tycker att vi lyckades bättre i år, säger han. Trots att regnet stund-



Musik på hög nivå. Morbror Martins.



Bengt Nordenbrand, initiativtagare, bygg- och teknikansvarig.

tals stod som spön i backen var både arrangemanget som sådant och kvaliteten på hoppningen bättre. Dessutom genomförde vi en ny sorts tävling som fungerade mycket bra.

Europeiska topphoppare

Att det är så många som ser hoppningen är glädjande både för arrangörer och sponsorer och inte minst för hopparna. Inte ens de mest namnkunniga är vana vid någon större uppmärksamhet - vid EM i Sheffield bestod publiken vid ett tillfälle av tolv betalande (!) - så visst är det en kick att hoppa framför publikhavet i Stockholm!

Elithoppare ur toppskiktet i Europa bidrog till att göra Strömhoppet till en mäkta populär festivalattraktion: Jan Hempel och Michael Kühn från Tyskland var med redan förra året och visste vad det handlade om; i värsta fall kyla, regn och blåst - men garanterat jubel och fest.

De vidtalade ryssarna fick dessvärre utreseproblem i sista stund. Efter ett antal nattliga telefonsamtal över Nordsjön kunde Robert Morgan och Toni Ali från England blixtinkallas som ersättare. Båda hade redan tidigare hört talas om Strömhoppet och ställde gärna upp trots det korta varslet.

Flera svenska seniorhoppare deltog, med Joakim Andersson och Josefine Askagården i spetsen. De ungdomshoppare, som låg på läger i Stockholm inför Ungdoms-VM, tog också chansen att skaffa sig rutin på att hoppa inför storpublik.

Ny tävlingsform

Simhoppsentusiaster världen över har insett att det måste till nya tävlingsformer för att locka åskådare och framför allt media till sporten. Det krävs en tävling som är spännande, snabb, publikvänlig och rolig för deltagarna. En tävling som inbjuder till taktikspel, men som ändå kräver både säkerhet och risktagande.

Knock out-tävlingen som lanserades under festivalveckan visade sig uppfylla alla dessa krav. Extra spännande blev det tack vare prispengarna, som sköts till av både arrangörerna och huvudsponsorn Obligationsfrämjandet. Vinnaren erhöll 20 000 kronor, tvåan 10 000 kronor och trean 5 000 kronor - förutom de 5 000 kronor i form av premieobligation som varje finalist kunde hämta hem vid kvaltävlingarna.

- Det gick fantastiskt bra!, säger Björn Gullman samtidigt som han avslöjar planer på att utveckla tävlingen ytterligare. Drömmen är en världstävling för nationslag.

- Även den blir en snabb utslagstävling, lika spännande som den som vi har genomfört här.

Ännu bättre nästa år

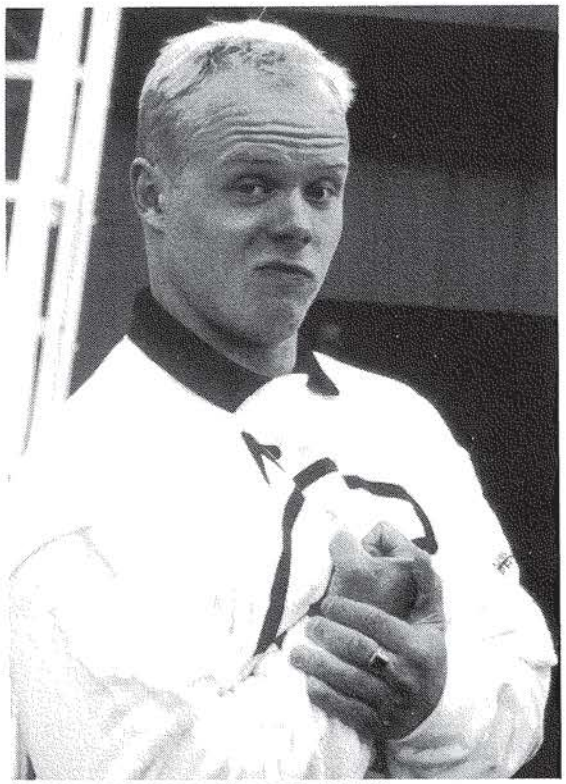
En riktig lagtävling är något som simhopparsporten har saknat hittills. Det är alltså inte omöjligt att det blir av redan nästa år. En förutsättning för det är att vattnet i bassängen värms ordentligt.

- Vattenuppvärmningen har varit ett problem, men vi har nu funnit lösningen på det, berättar Björn Nordenbrand, som är ansvarig för Strömhoppets anläggningstekniska detaljer.

- Så här i efterhand kan vi inte vara annat än nöjda med arrangemanget, men visst finns det saker att förbättra, säger han. Förutom uppvärmt vatten har vi tänkt oss bättre omklädnings- och bastumöjligheter, för både damer och herrar. Vi skulle också vilja göra något åt trappan upp i tornet.

Jocke vann
Obligationshoppet - och 25 000 kronor!

- Det var en baggis!, sade Joakim Andersson, med ett hjärtligt skratt när han slagit flera av sina värsta EM-motståndare i Obligationshoppet i Stockholms Ström. Finalen blev precis så spännande som arrangörerna hoppats.



Joakim Andersson. Vinnande blick??

Ingenting är avgjort förrän det allra sista hoppet är gjort, det är det som är själva vitsen med strömhoppstävlingen. Jockes taktik höll ända in till mål även om han hoppning inledningsvis inte var den bästa.

- I början av tävlingen var jag lite skakis och visste inte riktigt hur jag skulle göra, berättar han.

I första omgången blev Joakim bara trea med sin två och en halv bakåtskruv. Förutom av Jan Hempel fick han faktiskt stryk av Josefine Askagården. Bägge gjorde två och en halv tyska; Hempel från 3 m och Jossi från 10 m. Tävlingen är ju så fiffigt konstruerad att tjejerna kan tvåla till killarna bara de hoppar lika bra. Och det gjorde de, till publikens förtjusning.

I andra omgången blev Jocke inte bättre än fyra efter en liten miss på två och en halv mollbergaren.

- Nej, den var inte så säker som jag hade hoppats på. Och sedan bakåten (d v s två och en halv bakåtvolt från 3 m), den var ju heller inte så bra. Men då var det andra som missade tack och lov!

Trots den missen vann Jocke tredje omgången och sedan gick han på som en ångvält. Omgång fyra vann han med 12 poäng över Michael Kühne, som stod kvar som siste motståndare.

- Ja, det rullade på!. I sista omgången hade jag chans att välja om jag skulle göra två och en halv eller tre och en halv mollisskruv, säger Jocke.

Jockes val av hopp skedde med utgångspunkt från hur Michael Kühne lyckades med sitt sista hopp: tre och en halv bakåt från 10 meter. Det är ett mycket svårt hopp och Kühne gick kraftigt över. Då valde Jocke två och en halv mollisskruven, visserligen lägre svårighetsgrad än tre och en halv skruv, men säkrare. Poäng 66.70 mot Kühnes 56.10 och fickan full med guld. Prispengarna gick till en väl värd vinnare!

Före finalen framstod Jan Hempel som den store favoriten. Guldmedaljören från Sheffield gjorde en handstans trippel på 9:or och en tre och en halv tyska som var ännu bättre än under förträningen. Alla som satsat på Jocke såg ett klart förlorat spel hägra.

Men Hempel placerade sig inte bättre än trea i finalen efter att ha halvmissat handstansen och helmissat (åtminstone efter hans standard) tyskan, som gick klart över. Vad var det som hände?

- Jag vet inte, svarar Hempel med ett uppgivet leende. Det var kanske för mycket folk som såg på ...

En annan av storfavoriterna som fick se sig utslagen var Robert Morgan från England och det redan i fredagens kvaltävling. Maria Lundh slog, till sin egen - och Bobs - förvåning, ut honom genom att göra en mycket bra två och en halv tyska från 10 meter. I finalen hängde Maria med i två omgångar men då blev motståndet för hårt. Hon åkte ut efter att ha satsat friskt med sin svåra trippelskruv från 10 m.

Obligations-hoppet

Internationell simhopps-tävling, Stockholms Ström, 11-14 augusti 1993

Både herrar och damer deltog och tävlade mot varandra. Damerna tilldelades en bonus på varje poäng för att utjämna könsbetingad poängskillnad.

Procentsatsen faställdes efter granskning av poängskillnaden mellan dam- och herrhopparna vid europacupen i Wien och mellan de europeiska damerna och herrarna vid världscupen i Beijing.

Toivo Öhmans efterkontroll vid EM i Sheffield bekräftade att den valda procentsatsen var väl avvägd. Handikappsystemet mötte ingen som helst kritik från de manliga deltagarna.

Kval och final

Under tre dagar fick deltagarna, (sex per dag), chansen att kvalificera sig till finalen som hölls dag fyra. De två bästa i varje kvaltävling gick vidare.

För varje omgång i tävlingen åkte den hoppare som presterat sämsta po-



Josefine Askagården, glad trots kylan.

äng ut så att startfältet blev mindre och mindre för varje omgång. Den som åkte ut först hann alltså inte göra mer än ett enda hopp i tävlingen förrän hans eller hennes saga var all. En tävling genomfördes på fem omgångar, där den sista stod mellan endast två hoppare.
Första omgångens startordning lottades. Därefter rullade startordningen så att startordningen så att den som presterade högsta poäng i föregående omgång hoppade sist i påföljande, näst bästa poäng i förra omgången gav näst sista startnummer i nästa o s v.

Fritt valt hopp

Det stod hopparna helt fritt att välja både hopp och höjd i tävlingen, med den enda begränsningen att ingen fick upprepa något hopp.
Hopparen behövde inte anmäla vilket hopp eller vilken höjd förrän i allra sista stund, alltså först när han eller hon redan bestigit svikt eller trampolin. Det lämnade utrymme för taktiska omdispotioner - i vissa lägen kunde hopparen välja ett enklare men säkrare hopp, medan andra omständigheter gjorde att ett svårare och kanske mer osäkert hopp krävdes för att han en chans att gå vidare.

Hört i festivalvimlet...

"Ursäkta, kan ni tala om var Slottet ligger?"
"Javisst! Det ligger mitt emot hopptornet."
Okänd turist och välvillig festivalarbetar, avlyssnade av Bengt Nordenbrand

"Det här är absolut nummer ett i världen! Det finns ingenstans där en sådan här show gjorts så bra, inför så mycket publik och med så hög kvalitet på hoppningen!"
Pierre Poulin, kanadensisk legendar i high diving- och freestylebranschen

"Och var ska vi hoppa då?"
Robert Morgan, trött, under guidning genom city på väg till Strömmen.

"Är det här??! Det här är otroligt!!! Var kommer alla människor från??!"
Samme Robert Morgan, vid första anblicken av hopptornet

"Vi är så glada över att vi kunde komma hit. Vi hoppas kunna komma nästa år igen."
Michael Kühne, 15 000 kronor rikare

"Festivalen var bättre i år än förra året. Det första jag märkte när jag gick om kring var att jag kunde gå omkring."
Doug Anderson, apropå trängseln på gatorna

"Med tanke på hur många det är som står och tittar på det här, måste man dra slutsatsen att folk inte har förstått hur intresserade de är av simhoppning."
Björn Gullman, ansvarig för simhoppsprogrammet

"Nej, han tänker väl inte ... jo, det tänker han ... han är inte klok ... HAN HOPPAR!!!"
Alla på marken, när Robert Morgan utförde ett oannonserat extranummer från 25 meter



"Det är uppenbart att skämthoppningen är mycket uppskattad. Vi kanske borde ta tag i idén om en skämthoppstävling till nästa år."
Göran Bergander, VD i AB Svikten, som arrangerar strömhoppet

"Jag har varit runt och tittat på vad festivalen erbjuder. Hoppningen står lite över det andra, tycker jag."
Bo Sjögren, Joakim Anderssons tränare, har hittills aldrig gått till överdrift

"Nästa gång kommer jag tidigare och ger lite mer i tävlingen!"
Robert Morgan, efter sitt debacle

"Det som Maria gjorde, det var ett lyft för svensk damhoppning!"
Joakim Andersson, som med damerna i ryggen ser en nationstävling an med tillförsikt

"Joakim Andersson på tre meter gör en och en halv mollbergare med två och en halv skruv. Svårighetsgrad: 20 000 kronor."
Toivo Öhman, inför Joakims och hela tävlingens sista hopp



Torstens Teknikskola

Frisim

Efter hand som torsterianerna arbetade på att förfina sin bröstsimsteknik, började man fundera på andra sätt att ta sig fram genom vattnet. Man visste att vattnet utövade ett motstånd vid återföringen av armarna. Likaså gjorde benen. Detta ansåg man inte vara särskilt effektivt med hänsyn till den kraft man la ner på att ta sig framåt. Eftersom luft ger mindre motstånd än vatten, började man fundera på att utveckla en annan typ av återföring av i första hand armarna, men även benen. Kan ni tänka er återföring av benen i bröstsim ovanför vattnet. Bilden av detta kan ju inte bli annan än komisk.



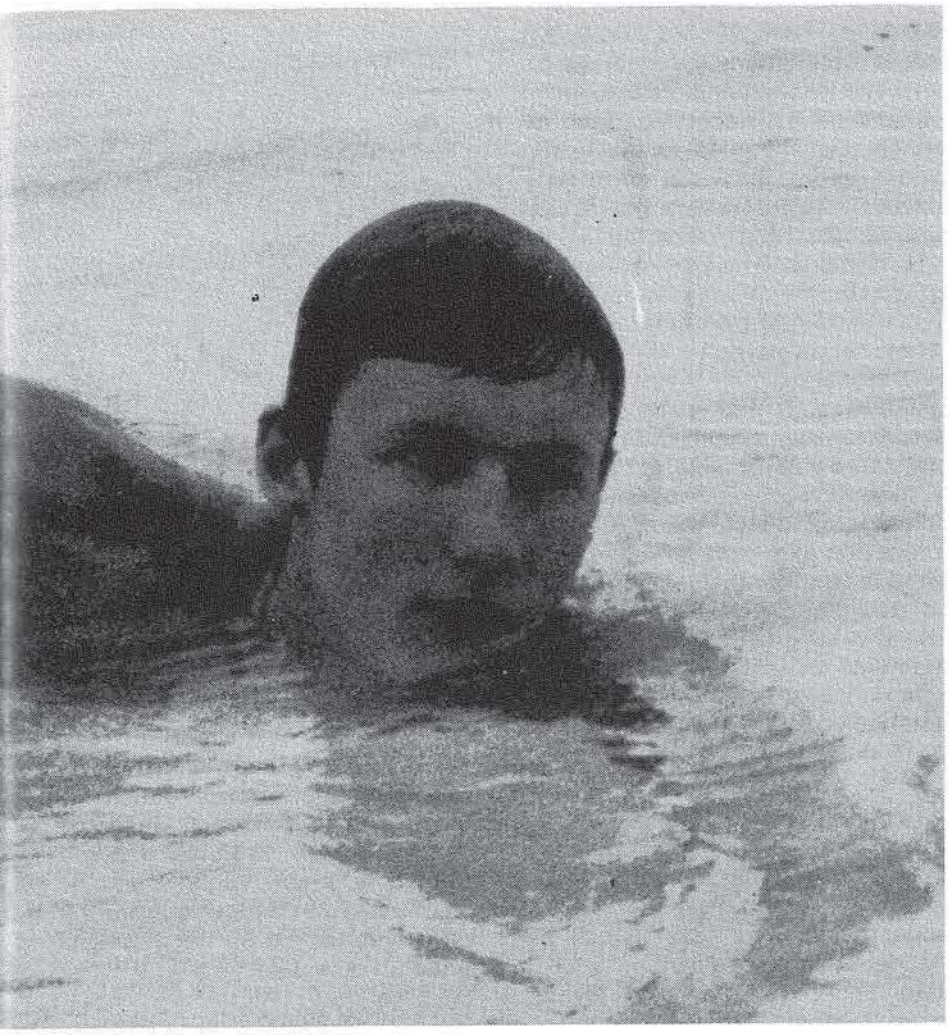
Eller det mest effektiva sättet att ta sig fram i vattnet.

När man avslutade armtaget i bröstsim försökte man att kasta fram händer och armar övanför vattnet. Det visade sig att en del torsterianer var ganska bra på detta. Men egentligen lät de endast händerna glida fram på vattenytan med handflatorna pekande mot dammens botten.
Detta för att hålla uppe höfterna samtidigt som man började återföringen av benen. Men detta sätt att simma bröstsim var inte skapt för alla. Torsterianerna funderade vidare.
Hövdingen gav dem alla i uppgift att inte bara tänka stort utan att också tänka fritt.

Att utnyttja axelns naturliga rörlighet
Om man försökte utnyttja mer av axelledens totala rörlighet kunde man förlänga armens och handens rörelse genom vattnet. På så sätt fick man en ännu längre accelerationssträcka.
Detta gjorde att man kunde, om man utnyttjade överkroppens muskler på rätt sätt, få ännu kraftigare frånskjut från vattnet. Problemet var bara att få fram armarna över vattnet igen, samtidigt som man skulle koordinera armarna med benen. Simningen verkade antingen klumpig, men var också den egentliga föregångaren till fjärilsim.
Man började experimentera med att alternera armarna, d v s man arbeta med en arm i taget. Men även detta skapade problem med benen. Simningen blev fortfarande ganska orytmisk.
En torsterian försökte då att endast utnyttja armarna och endast låta benen stödja i vattnet. Detta sätt att simma var mycket mer effektivt än det vanliga traditionella bröstsimmet, varför man snabbt övergick till att förfina detta nya sätt.

Risken med överarbete

När man hade praktiserat detta nya simsätt, som man kallade frisim eftersom man tillät armarna att röra sig fritt, i ett antal år började man få problem med axelleden. Vad kunde detta bero på?



Man studerade de simmare som hade problem och kom fram till att belastningen på armarna var väldigt ensidig. Ensidighet var egentligen av dubbel natur. Dels i själva rörelsen i vattnet och dels i återföringen av armarna ovanför vattnet. Den största delen av belastningen i vattnet kom från det faktum att man försökte pressa på det stillastående vattnet rakt bakåt. Detta gjorde att den största belastningen hamnade på bullmuskeln. Den muskel som ser ut som en bulle på överarmens framsida.
Idag heter denna muskel biceps. Det visade sig också att när man kastade fram armarna, gjorde man det med hjälp av bullmuskeln.

S-draget och axelrotation

För att angripa detta problem försökte man förändra rörelsemönstret, dels i vattnet och dels ovanför vattenytan. Men man märkte också med det raka draget att man oftast halkade i slutfasen av draget.

Detta liknade torsterianerna med att gå på bananskal. Att gå på bananskal var en gammal tradition som torsterianerna gjorde varje år efter bananskörden. Detta var på den tiden tropiskt klimat rådde i Nordeuropa och bananer odlades så långt norrut som längs Västkusten. Därav namnet Västkustbanan.
Denna ritual resulterade oftast i väldiga skrattanfall både bland de som beskådade banaskalsgången och de som utförde den. Torsterianerna hade många sådana här lustiga traditioner men mer om det senare.

Reducerad bananskalseffekt

För att komma till tals med bananskalseffekten, började man studera hur mycket tryck och hur lång accelerationssträcka man kunde ha innan vattnet sattes i rörelse. Det visade sig att accelerationssträckan var av större betydelse än trycket.
Samtidigt kom man på att om man ändrade handens vinkling mot vattnet, fick man hela tiden tag i stillastående vatten. Genom att ändra handens vinkel mot vattnet två gånger under en armrörelse, erhöll man den långa accelerationssträcka som man ursprungligen hade tänkt. Man prövade att ändra handvinkeln flera gånger än två under varje armrörelse, men detta resulterade i mindre kraft i frånskjutet, samtidigt som det blev mer komplicerat att utföra.
Eftersom man ville lära de små torsterianerna detta så tidigt som möjligt försökte man beskriva detta rörelsemönster så enkelt som möjligt. Som vi redan förstått så var torsterianerna av begåvad natur och hade ett alfabet på 38 bokstäver. Detta alfabet reducerades sedemera till 28 bokstäver. De tio som försvann var till för att beskriva väldigt primitiva känslor.
Eftersom torsterianerna blev allt mer civiliserade slutade man också med att använda dessa primitiva känslor varför också behovet av bokstäverna försvann.
Den bokstav som bäst beskrev rörelsemönstret var bokstaven S. Det är härifrån vi fått begreppet S-draget.

Handvinkling

Men det räckte inte bara med att rita ett S. Handvinkeln var också viktig. Så började torsterianerna experimentera.
Det visade sig att om man började med att peka handflatan ut från kroppens mittlinje samtidigt som man pressade på vattnet, kunde man använda sig av de muskler som satt på sidan av kroppens baksida, sidans muskler som de kallades. (En kringresande latinare kallade dem för latisimus dorsi ett nam vi använder idag). Detta gjorde att man minskade belastningen på bullmuskeln.
I och med att man började med att peka med handflatan ut från kroppens mittlinje, var den resterande delen av rörelsen ganska naturlig. Var i rörelsen man skiftade handens vinkel berodde på den styrka som man hade i kroppens olika muskler.
Den individuella variationen har vi redan pratat om. I mittdelen av draget använde man sig mer av bullmuskeln och hjälpmuskeln. Av någon konstig anledning kallades bröstmuskeln för hjälpmuskeln på torsterianska. Detta fram till att en major i pikternas arme,

långt före år noll, döpte om muskeln till pictoralis major, numera efter ett tillrättaläggande från myndigheterna pectoralis major, som den alltså heter idag.
Varför torsterianerna använde ordet hjälpmuskel är för dagens språkforskare fortfarande en gåta.
Sista delen av armrörelsen i vattnet blev då naturligtvis med handflatan pekande utåt bort från kroppen.

Lätta instruktioner

För att lära sig trycka rätt på vattnet instruerade man de unga torsterianerna att först trycka utåt med tumsidan av handen, sedan inåt med lillfingersidan och till sist utåt igen med tumsidan.
Detta skulle göras samtidgt som man ökade trycket på handen genom att använda sig av starkare muskler i kroppen. I slutfasen av rörelsen använde man sig inte bara av baksidesidans och hjälpmuskelns muskler, utan även av köttfärslimpemuskeln på överarmens baksida, den så i modernt språkbruk kom att kallas triceps då den var den tredje muskeln som upptäcktes av vår vän latinaren.
Genom att lära sig utföra draget på detta sätt minskade också en del av de problem som man hade med skador i axelleden. Men det gjorde inte att alla problem försvann.
Kanske kom en del av skadorna därför att man övade ofta. Vissa torsterianer spenderade mer av sin levande tid i vattnet än på torra land. Om detta berodde på kärleken till detta blöta medium eller om det berodde på tvång av äldre torsterianer, förtäljer inte ens de modernaste hitorieböcker.

Balans och avlastning

Man experimenterade vidare med armrörelsen ovanför vattnet. Armrörelsen i vattnet gjorde att man roterade kroppen runt dess egen axel, d v s den axel som går rakt genom kroppen från huvudet ner till fötterna, fram och tillbaka. Detta såg ut ungefär som när man grillade kött ovanför elden vid lägerplatsen.
För att bibehålla en följsam och mjuk simning var man tvungen att på något sätt balansera armrörelsen i vattnet med armrörelsen ovanför vattnet. Annars hade man rullat runt på sin egen kroppsaxel. Med andra ord insåg man att man kunde trilla även i vattnet.

Nu gällde det alltså att uppnå två saker. Dels balans i vattnet så att man inte trillade och dels avlastning av bullmuskeln under återföring av armen. Det naturliga för att skapa balans i simningen var att man förskte likna de två armrörelserna så mycket som möjligt. Man försökte att få högerarmens rörelse att vara en bild av vänsterarmen och vice versa.
Detta beroende på vilken arm som arbetade i vattnet och vilken arm som var i återföring.
Samtidigt som man gjorde detta var det också viktigt att minska det frontala motståndet som framfarten i vattnet svarade för. Problemet med motstånd och avlastning löste man genom att rotera den axel som var inblandad i armens återföring. Genom att använda sig av två muskler som oftast inte användes i armåterföringen fick man dels en avlastning av bullmuskeln och dels en minskning av det frontala motståndet.

Återföringen

Då armen avslutade frånskjutet från vattnet var man tvungen att göra två saker. För det första var man tvungen att dra ihop den muskel som fäster uppe på nackens baksida och på skulderbladens övre kant.
Idag känner vi igen den som levator scapulae, (enligt vår vän latinaren en hyllning till asaguden Tor som då hyllades i omvänd ordföljd Tor leva sca, tillägget pulae kom från latinet).
Torsterianerna kallade på sin tid muskeln för bladlyftarmuskeln. Genom att använda den lyfte man axelleden upp ovanför vattenytan och på så sätt minskade man det frontala motståndet.

Sedan, utan att direkt slappna av i bladlyftarmuskeln, utnyttjade man en annan muskel, bladstabilisatorn, d v s dagens romboideus, uppkallad efter vår vän latinaren som i Rom bo, (ideus efter de idéer han ofta fick).
Genom att göra detta behöll man dels axelleden något så när ovanför vattenytan, samtidigt som man dels tillät bullmuskeln att slappna av.
Efter att ha praktiserat detta länge och väl visade det sig att man ytterligare minskade problemen med förslitningar och inflammationer i bullmuskelns två fästen omkring axelleden.

Kille-kill eller rotationens uppkomst

Naturligtvis var det ganska svårt att lära de yngre torsterianerna att arbeta med små mindre vana muskler för att uppnå denna speciella teknik.
Man försökte utarbeta ett sätt att simma som gjorde att man på ett naturligt sätt tvingade fram denna axelrotation.
Genom att låta fingrarna släpa upp längs med sidan av kroppen, efter det att man hade skjutit ifrån från vattnet, tvingades man att dels arbeta med bladlyftarmuskeln och dels bladstabilisatorn. Man lät fingrarna följa kroppens sida hela vägen upp till armhålan.
Detta gjorde att bullmuskeln verkligen slappnade av eftersom armbågsleden var böjd. Sedan stack man återigen handen i vattnet. Denna övning glömdes bort då torsterianerna blev utrotningshotade. Men en man med torsterianskt påbrå, (en överlevnadskonstnär till slutet på 1980-talet), återskapade denna övning en sen eftermiddag i Malmö på ett ännu senare 1960-tal. Han tränade en flicka som vägrade att böja på armarna i återföringen och han var därför tvungen att på något sätt få henne att böja dem.

Huvudpositionen

Samtidigt som man började med att alternera armrörelserna uppstod problemet med hur man skulle andas. Det visade sig vara mindre lämpligt att andas rakt fram som tidigare varit vanligt då man simmade bröstsim eller hjälpsim. Anledningen till detta var att man då tappade både rytm i simningen och att kroppspositionen förändrades negativt.
För att minska förändringen i kroppspositionen insåg man att man borde utnyttja den naturliga förmågan att vrida huvudet åt sidan. Genom att göra detta kunde man dels behålla hjässan i kroppens färdriktning och dels behålla rytmen i simningen på ett helt annat sätt än tidigare..
Till en början behöll man huvudet ganska lågt genom att titta ner i dammen på fiskarna som simmade där. Men man insåg ett problem med detta när man försökte simma snabbt. Huvudpositionen gjorde att man fick ett stort frontal motstånd med hjäs-

san. Detta syntes bäst på de storhuvade torsterianerna då det bildades en stor våg framför deras hjässor när de simmade fort.
Problemet var lättlöst eftersom torsterianerna var ganska stornästa, d v s de hade stora näsor som de ofta la i blöt.
Men näsan utgjorde också en naturlig köl i vattnet. Ungefär som på de båtar som man också hade börjat konstruera. Genom att lyfta sig lite i nacken och försöka ligga med vattenytan i ögonbrynen, utnyttjade man näsan som en köl. På detta sätt minskade man också det frontala motståndet.

Andning och balans

För att samtidigt behålla rytmen och balansen i simningen lekte man fram en så kallad bilateral andningsmetodik. Det innebar att man växlade med att andas på höger och vänster sida.
Tillvägagångssättet att göra detta var följande. Till att börja med lät man de små torsterianerna andas bara åt den sida av dammen där det växte träd. Det gjorde det bara på ena sidan av dammen. De andades åt motsatta sidan varifrån de satte i den hand som var i återföring.
Vridningen av huvudet åt detta håll skulle alltid påbörjas då handen passerade huvudet. Ibland fick de andas varje gång, ibland varannan eller var tredje. Samtidigt så lurade de sig att slappna av under simningen på ett väldigt bra sätt. När man sedan hade lärt sig att göra detta och andningen såg naturlig ut åt båda hållen, började man arbeta mer och mer med bilateral andning. Detta innebar att man andades på vart tredje, vart femte eller vart sjunde tag. Men man ville inte minimera andningen för mycket. Då blev vridningen i nacken för kraftig vilken innebar att man påverkade balansen. När man väl lärt sig denna andningsmetodik, var man tvungen att alltid andas bilateralt. Orsaken till detta var att man påverkade balansen negativt om man gick tillbaka till att andas åt endast ett håll.

Benspark

Eftersom man till en början endast var ute efter att skapa ett så effektivt sätt att simma som möjligt, använde man naturligtvis benen minimalt. Men efterhand som man började se hur fort man kunde simma på en, två eller fyra dammlängder, började man fundera på om man med hjälp av benen kunde pressa den tid det tog att ta sig fram och tillbaka.
Man var ganska tidigt införstådd med att det var viktigt att behålla rytmiken i simningen. Bensparken utvecklades från att endast ha fungerat som ett stöd till att bli en ytterligare framåtdrivande kraft tillsammans med armarna.
Till en början sparkade man med motsatta foten endast en gång då man satte i handen. Men det visade sig att även om man sparkade kraftigare med foten så ökade inte framåtdriften i simning något nämnvärt.
Logiskt sett borde ju benen kunna ge ytterligare kraft, eftersom större delen av kroppens muskulatur finns i benen. Frågan var bara hur man skulle utföra dessa sparkar med benen för att på det mest effektiva sättet bidra till ytterligare framåtdrivande kraft. Eftersom det inte fungerade med endast en benspark på varje armtag prövade man sig fram med att öka antalet bensparkar på varje armtag. Detta gav resultat. Två sparkar var bättre än en och tre var bättre än två. Men när man sträckte sig till fyra bensparkar per armtag tappade man dels i tempo på armarna, dels i effektivitet på varje armtag.
Det visade sig också att likadant som då det gällde bentagen i bröstsimmet så spelade rörligheten i höft-, knä- och fotled en stor betydelse då det gällde vilken effekt man kunde få ut av bensparken. Bensparken inte bara hjälpte till i framåtdriften utan även då det gällde kroppspositionen.
Men eftersom man ställde stora krav på att bibehålla frekvensen i bensparken, eller tempot, så krävdes det också mycket av benmusklerna. Detta gjorde att man blev trött mycket fortare än då man endast använde benen för att bibehålla balansen. Det visade sig att då man simmade fler gånger fram och tillbaka över dammen var det fördelaktigt att endast utnyttja benen som stöd.

Motivation och inlärning

Naturligtvis var det så att en del torsterianer kunde lära sig att utnyttja benen. Men de äldre som endast hade praktiserat stödbenspark, hade det svårare. En del av dem kunde lära sig det nya sättet, men en del struntade totalt i att ens försöka. Motivationen till att lära sig spelade en betydande roll. Dessutom fanns det torsterianer som hade en vilja att verkligen bli bäst i den då kända världen på att simma.
De kom alltid ihåg vad övertorsterianerna hade sagt och koncentrerade sig hela tiden på att göra de saker som de skulle göra. Men sedan fanns det ju även andra torsterianer som endast gjorde det de blev tillsagda att göra då övertorsterianerna sa någonting eller befann sig i närheten och studerade de unga torsterianerna.
Torsterianerna var egentligen inte då mycket annorlunda än de människor som simmar idag. Visst fanns det vissa som verkligen ville bli bäst och alltid försökte koncentrera sig på det de höll på med.
Naturligtvis fanns det också andra som egentligen aldrig kom underfund med varför de höll på eller vilka möjligheter det hade att utveckla sig i något som de i grund och botten tyckte var roligt.
Likadant är det idag.
Ibland tar vi ett yrke endast som ett yrke. För oss är det ett medel att tjäna pengar så att vi kan leva på det sätt vi helst vill vår resterande tid. Andra gör sitt yrke till en del av sig själva, till en förlängning. Sättet att ta sig an sitt yrke blir en reflektion av vilken respekt man har och vilka krav man ställer på sig själv, i stället för att yrket blir ett ont tidsfördriv.
För att de unga torsterianerna skulle förstå skillnaden mellan dessa två sätt att se på livet, vikten av att det var personen själv som drev viljan men samtidigt ägde en lyhördhet och respekt för andra kanske ibland mer erfarna torsterianer, använde de sig av följande talesätt:

Viljan att vilja kan väckas av andra men den måste alltid tillhöra dig.

Snart var det dags för torsterianerna att utföra nya experiment om hur man kunde ta sig fram i vattnet. Man hade nu förfinat två sätt som verkligen skiljde sig från varandra, så varför sluta nu.
Men dessa ber vi att få återkomma med i framtiden. Tillbaka i framtiden, d v s nästa nummer.

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

Europamästerskapen i simning, simhopp, konstsim, vattenpolo. Sheffield, GBR, 30 juli - 8 augusti 1993, 50 m.

SIMNING
Damer
50 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 25.53 (25.64)
2. Linda Olofsson, SWE, 25.67 SR (26.08)
3. Inge de Bruijn, NED, 25.86 (26.16)
4. Natalia Mesheryakova, RUS, 25.92 (25.67)
5. Angela Postma, NED, 26.04 (26.04)
6. Martina Moravcova, SLO, 26.16 (26.35)
10 Ellenor Svensson, SWE, 26.48 (26.73)
Catherine Plewinski, FRA, diskv. i final
Judith Draxler, AUT, diskv. i final

100 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 54.57 ER (56.05)
2. Martina Moravcova, SLO, 55.97 (56.19)
3. Catherine Plewinski, FRA, 56.09 (56.41)
4. Natalia Mesheryakova, RUS, 56.18 (56.95)
5. Luminita Dobrescu, ROM, 56.26 (56.67)
6. Karen Pickering, GBR, 56.44 (56.94)
7. Gitta Jensen, DEN, 56.47 (56.82)
8. Ellenor Svensson, SWE, 56.79 (57.05)

200 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 1.57.97 (2.01.72)
2. Liminita Dobrescu, ROM, 2.00.39 (2.02.17)
3. Karen Pickering, GBR, 2.01.15 (2.02.35)
4. Malin Nilsson, SWE, 2.01.25 SR (2.02.84)
5. Martina Moravcova, SLO, 2.02.02 (2.02.17)
6. Olga Kirichenko, RUS, 2.02.19 (2.02.40)
7. Simone Osygus, GER, 2.02.39 (2.02.79)
8. Louise Jöhncke, SWE, 2.03.60 (2.02.57)

400 m fritt
1. Dagmar Hase, GER, 4.10.47 (4.12.42)
2. Kerstin Kielgass, GER, 4.12.18 (4.14.83)
3. Irene Dalby, NOR, 4.12.52 (4.14.52)
4. Malin Nilsson, SWE, 4.12.67 SR (4.16.13)
5. Beatrice Coada, ROM, 4.14.82 (4.13.74)
6. Olga Kirichenko, RUS, 4.16.94 (4.16.78)
7. Kirsten Vlieghuis, NED, 4.17.16 (4.16.83)
8. Sarah Hardcastle, GBR, 4.17.47 (4.16.16.)

800 m fritt
1. Jana Henke, GER, 8.32.47 (8.42.88)
2. Irene Dalby, NOR, 8.33.77 (8.41.66)
3. Olga Splichalova, TCH, 8.36.59 (8.41.08)
4. Beatrice Coada, ROM, 8.39.11 (8.45.11)
5. Malin Nilsson, SWE, 8.39.76 SR (8.49.06)
6. Sarah Hardcastle, GBR, 8.40.45 (8.44.62)
7. Cornelia Seithe, GER, 8.41.17 (8.45.44)
8. Kirsten Vlieghuis, NED, 8.48.43 (8.47.51)

4x100 m fritt
1. Tyskland, GER, 3.41.69 (3.45.52) F van Almsick, 54.62, M Stellmach, K Kielgass, D Hunger
2. Sverige, SWE, 3.45.33 SR (3.46.75 SR) Ellenor Svensson, 56.71 SR, Linda Olofsson, 55.87, Louise Jöhncke, 56.17, Malin Nilsson, 56.58
3. Ryssland, RUS, 3.45.37 (3.49.67) S Leshukova, 56.72, N Mesheryakova, O Kirchenko, N Zhivanevskaya
4. Frankrike, FRA, 3.47.15 (3.52.21) J Blaise, 56.71, J Reggiany, J Delord, C Plewinski
5. Danmark, DEN, 3.47.28 (3.50.19) M N Nielsen, 57.99, G Jensen, B Puggard, M Jacobsen
6. Storbritannien, GBR, 3.49.09 (3.49.53) K Pickering, 56.44, S Rolph, C Huddart, A Bennett
7. Nederländerna, NED, 3.50.13 (3.51.62) I de Bruijn, 57.28, A Postma, P Stokkers, K Brienesse
8. Finland, FIN, 3.53.29 (3.54.62) M Salmela, 58.30, P Harmokivi, M Parssinen, R Pietarinen

4x200 m fritt
1. Tyskland, GER, 8.03.12 (8.03.12) K Kielgass, 2.00.66, S Osygus, F van ALmsick, D Hase
2. Sverige, SWE, 8.08.82 (8.16.92) Louise Jöhncke, 2.01.87 SR, Magdalena Schultz, 2.02.96, Therese Lundin, 2.02.29, Malin Nilsson, 2.01.70
3. Storbritannien, GBR, 8.11.11 (8.16.43) S Hardcastle, 2.02.61, D Armitage, C Huddart, K Pickering
4. Danmark, DEN, 8.13.53 (8.19.11) G Jensen, 2.03.06, E Mortensen, B Puggard, M Jacobsen
5. Italien, ITA, 8.13.79 (8.17.13) C Borgato, 2.05.07, C Vallorini, C Vianini, F Salvalajo
6. Nederländerna, NED, 8.15.70 (8.21.07) K Vlieghuis, 2.03.90, K Tellegen, C Geurts, K Brienesse
7. Frankrike, FRA, 8.21.11 (8.22.06) A Astruc, 2.04.27, B Iortet, C Tijou, C Plewinski
8. Rumänien, ROM, 8.22.47 (8.22.03) B Coada, 2.05.61, I Buciu, L Diaconescu, L Dobrescu

100 m rygg
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 1.00.83 (1.01.05)
2. Nina Zhivanevskaya, RUS, 1.01.16 (1.01.78)
3. Sandra Volker, GER, 1.01.89 (1.02.99)
4. Therese Alshammar, 1.03.39 (1.03.26 SR)
5. Lorenza Vigarani, ITA, 1.03.53 (1.03.88)
6. Kathy Osher, GBR, 1.03.54 (1.03.60)
7. Anja Eichhorst, GER, 1.04.29 (1.04.43)
8. Ana Barros, POR, 1.04.60 (1.04.12)

200 m rygg
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 2.09.12 (2.09.85)
2. Lorenza Vigarani, ITA, 2.11.94 (2.13.80)
3. Nina Zhivanevskaya, RUS, 2.12.14 (2.15.57)
4. Cathleen Stolze, GER, 2.13.28 (2.13.88)
5. Francesca Salvalajo, ITA, 2.13.82 (2.13.88)
6. Kathy Osher, GBR, 2.14.76 (2.14.55)
7. Joanne Deakins, GBR, 2.16.02 (2.16.64)
8. Agata Jankowska, POL, 2.17.66 (2.16.47)
21 Camilla Johansson, SWE, 2.21.96

100 m bröst
1. Sylvia Gerasch, GER, 1.10.05 (1.09.61)
2. Svetlana Bondarenko, UKR, 1.10.29 (1.10.75)
3. Elena Roudkovskaya, BLS, 1.10.52 (1.10.90)
4. Brigitte Becue, BEL, 1.10.56 (1.11.09)
5. Elin Austevoll, NOR, 1.10.67 (1.11.46)
6. Manuela Dalla Valle, ITA, 1.11.11 (1.11.01)
7. Magdalena Kupiec, POL, 1.11.42 (1.11.54)
8. Jamie King, GBR, 1.12.37 (1.11.53)
15 Hanna Jaltner, SWE, 1.12.48 (1.12.22)
35 Charlotte Humling, SWE, 1.15.58

200 m bröst
1. Brigitte Becue, BEL, 2.31.18 (2.30.75)
2. Anna Nikitina, RUS, 2.32.15 (2.32.41)
3. Marie Hardiman, GBR, 2.32.48 (2.33.01)
4. Manuela Dalla Valle, ITA, 2.33.12 (2.33.34)
5. Audrey Guerit, FRA, 2.33.15 (2.33.69)
6. Elin Austevoll, NOR, 2.33.32 (2.33.23)
7. Elena Donati, ITA, 2.33.59 (2.33.31)
8. Elena Makarova, RUS, 2.34.58 (2.33.77)
23 Charlotte Humling, SWE, 2.39.72

100 m fjäril
1. Catherine Plewinski, FRA, 1.00.13 (1.01.32)
2. Franziska van ALmsick, GER, 1.00.94 (1.01.66)
3. Betina Ustrowski, GER, 1.01.06 (1.01.88)
4. Inge de Bruijn, NED, 1.01.22 (1.01.29)
5. Olga Kirichenko, RUS, 1.01.23 (1.01.57)
6. Cecile Jeanson, FRA, 1.01.52 (1.01.61)
7. Martina Moravcova, SLO, 1.01.70 (1.01.70)
8. Karin Brienesse, NED, 1.01.95 (1.01.36)
9. Malin Strömberg, SWE, 1.01.69 (1.02.16)
Therese Lundin, SWE, 10:a efter försök, 1.02.31, struken till B-final.

200 m fjäril
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 2.10.71 (2.13.60)
2. Katrin Jaeke, GER, 2.13.07 (2.14.37)
3. Barbara Franco, ESP, 2.13.39 (2.14.36)
4. Maria Pelaez, ESP, 2.13.46 (2.14.95)
5. Anna Uryniuk, POL, 2.13.65 (2.14.54)
6. Berit Puggard, DEN, 2.13.73 (2.14.87)
7. Cecile Jeanson, FRA, 2.14.59 (2.15.49)
8. Joana Arantes, POR, 2.16.16 (2.15.61)
10 Malin Strömberg, SWE, 2.17.47 (2.20.11)

200 m medley
1. Daniela Hunger, GER, 2.15.33 (2.18.95)
2. Daria Shmeleva, RUS, 2.16.90 (2.18.30)
3. Silvia Parera, ESP, 2.17.06 (2.18.48)
4. Ewa Synowska, POL, 2.17.38 (2.18.84)
5. Lucy Findlay, GBR, 2.17.78 (2.19.06)
6. Hana Cerna, TCH, 2.18.28 (2.19.00)
7. Martina Nemec, AUT, 2.19.14 (2.19.10)
8. Magdalena Schultz, SWE, 2.19.62 (2.18.92)
16 Ulrika Jardfelt, SWE, 2.20.81 (2.19.60)

400 m medley
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 4.39.55 (4.44.86)
2. Daria Shmeleva, RUS, 4.44.91 (4.49.42)
3. Hana Cerna, TCH, 4.46.37 (4.47.91)
4. Petra Haussmann, GER, 4.46.43 (4.48.89)
5. Silvia Parera, ESP, 4.47.21 (4.49.12)
6. Beatrice Coada, ROM, 4.49.02 (4.46.87)
7. Jana Haas, GER, 4.50.90 (4.51.61)
8. Ewa Synowska, POL, 4.52.42 (4.49.46)

4x100 m medley
1. Tyskland, GER, 4.06.91 (4.14.77) S Volker, 1.02.05, S Gerasch, B Ustrowski, F van ALmsick
2. Ryssland, RUS, 4.10.09 (4.14.51) N Zhivanevskaya, 1.01.16, A Nikitina, O Krichenko, N Mesheryakova
3. Storbritannien, GBR, 4.12.18 (4.14.37) K Osher, 1.03.73, J King, N Goodwin, K Pickering
4. Italien, ITA, 4.12.37 (4.14.65) L Vigarani, 1.03.68, M Dalla Valle, I Tocchini, C Vianini

5. Sverige, SWE, 4.12.45 SR (4.14.58 SR) Therese Alshammar, 1.03.53, Hanna Jaltner, 1.11.91, Malin Strömberg, 1.00.74, Linda Olofsson, 56.27
6. Frankrike, FRA, 4.12.59 (4.16.25) R Maracineanu, 1.04.69, C Leblond, C Plewinski, J Blaise
7. Danmark, DEN, 4.15.78 (4.16.82) M Jacobsen, 1.03.51, M Mantzius, S Skov, G Jensen
8. Nederländerna, NED, 4.16.09 (4.18.89) N v d Woërd, 1.06.16, M Baans, I de Bruijn, K Brienesse

Herrar
50 m fritt
1. Alexander Popov, RUS, 22.27 (22.33)
2. Christophe Kalfayan, FRA, 22.39 (22.51)
3. Raimundas Mazuolis, LIT, 22.44 (22.56)
4. Valdimir Predkin, RUS, 22.79 (22.82)
5. Mark Pinger, GER, 22.97 (22.95)
9. Pär Lindström, SWE, 23.06 (23.21)
Vladimir Tkachenko, RUS, Mark Foster, GBR, Mike Fibbens, GBR, diskv. i final

100 m fritt
1. Alexander Popov, RUS, 49.15 (49.82)
2. Tommy Werner, SWE, 49.71 (50.32)
3. Pavel Khnikin, UKR, 49.76 (50.02)
4. Christian Troeger, GER, 49.85 (50.18)
5. Christophe Kalfayan, FRA, 49.89 (50.07)
6. Vladimir Predkin, RUS, 49.92 (50.06)
7. Mike Fibbens, GBR, 50.48 (50.47)
8. Raimundas Mazuolis, LIT, 50.52 (50.24)
9. Fredrik Letzler, SWE, 50.61 (50.64)

200 m fritt
1. Antti Kasvio, FIN, 1.47.11 (1.48.96)
2. Evgeny Sadovy, RUS, 1.47.25 (1.49.74)
3. Anders Holmertz, SWE, 1.47.69 (1.47.53)
4. Paul Palmer, GBR, 1.48.84 (1.49.50)
5. Steffen Zesner, GER, 1.48.92 (1.49.70)
6. Massimo Trevisan, ITA, 1.50.07 (1.50.32)
7. Vladimir Pyshnenko, RUS, 1.50.73 (1.49.96)
8. Christian Keller, GER, 1.51.03 (1.50.26)
14 Christer Wallin, SWE, 1.52.12 (1.51.62)

400 m fritt
1. Antti Kasvio, FIN, 3.47.81 (3.51.51)
2. Paul Palmer, GBR, 3.48.14 (3.52.14)
3. Anders Holmertz, SWE, 3.48.98 (3.54.10)
4. Steffen Zesner, GER, 3.49.16 (3.52.51)
5. Evgeny Sadovy, RUS, 3.49.94 (3.53.74)
6. Jörg Hoffmann, GER, 3.51.25 (3.51.77)
7. Evgeni Logvinov, UKR, 3.52.72 (3.53.22)
8. Pier Maria Siciliano, ITA, 3.53.05 (3.53.10)
24 Jonas Lundström, SWE, 4.05.81

1500 m fritt
1. Jörg Hoffmann, GER, 15.13.31 (15.25.81)
2. Sebastian Wiese, GER, 15.14.76 (15.30.32)
3. Igor Majcen, SLO, 15.15.05 (15.28.46)
4. Evgeny Logvinov, UKR, 15.21.49 (15.26.67)
5. Massimiliano Bensi, ITA, 15.25.07 (15.34.07)
6. Piotr Albinski, POL, 15.28.43 (15.27.95)
7. Pier Maria Siciliano, ITA, 15.30.53 (155.28.45)
8. Sergei Mikhnovets, BLS, 15.41.69 (15.32.93)

4x100 m fritt
1. Ryssland, RUS, 3.18.80, V Predkin, 50.08, V Pyshnenko, E Sadovy, A Popov
2. Sverige, SWE, 3.19.33, Fredrik Letzler, 50.63, Tommy Werner, 49.57, Lars Frölander, 50.09, Anders Holmertz, 49.04
3. Tyskland, GER, 3.20.13, C Tröger, 50.08, D Bludau, S Zesner, B Zikarsky
4. Frankrike, FRA, 3.20.22, C Kalfayan, 49.83, L Depickere, B Gutzeit, F Schott
5. Ukraina, UKR, 3.21.31, P Khnikin, 49.95, R Svanidze, A Borislavsky, V Tkachenko
6. Finland, FIN, 3.21.80, J Sievinen, 50.09, V Hanski, J Blomqbist, A Kasvio
7. Storbritannien, GBR, 3.22.37, M Fibbens, 50.45, M Foster, A Rapley, N Metcalfe
8. Kroatien, CRO, 3.28.67, A Loncar, 52.28, M Milosevic, T Karic, M Kanjer

4x200 m fritt
1. Ryssland, RUS, 7.15.84 (7.19.64) D Lepikov, 1.50.20, V Pyshnenko, Y Mukhin, E Sadovy
2. Tyskland, GER, 7.18.53 (7.21.46) J Hoffmann, 1.51.33, C Tröger, C Keller, S Zesner
3. Frankrike, FRA, 7.19.86 (7.26.47) C Marchand, 1.49.96, Y de Fabrique, L Poirot, C Bordeau
4. Italien, ITA, 7.20.49 (7.29.78) P M Siciliano, 1.50.12, M Trevisan, E Idini, B Zorzan
5. Storbritannien, GBR, 7.26.48 (7.36.62) P Palmer, 1.49.59, A Clayton, M Carl, S Mellor
6. Finland, FIN, 7.30.63, (7.36.61) J Sievinen, A Kasvio, PÄ Lehtinen, V Hanski
Sverige, SWE, diskv. Christer Wallin, 1.50.50, Anders Holmertz, 1.46.84, Lars Frölander 1.49.74, Tommy Werner 1.49.74 (7.16.60).

100 m rygg
1. Martin Lopez-Zubero, ESP, 55.03 (55.69)
2. Vladimir Selkov, RUS, 55.58 (56.40)
3. Martin Harris, GBR, 55.75 (55.90)
4. Tino Weber, GER, 55.91 (55.93)
5. Tamas Deutsch, HUN, 55.97 (56.30)
6. Ralf Braun, GER, 56.14 (56.54)
7. Emanuele Merisi, ITA, 56.26 (56.41)
8. Adam Ruckwood, GBR, 56.68 (56.79)
19 Daniel Lönnberg, SWE, 58.06

200 m rygg
1. Vladimir Selkov, RUS, 1.58.09 (2.00.77)
2. Martin Lopez-Zubero, ESP, 1.58.51 (2.00.64)
3. Emanuele Merisi, ITA, 1.59.57 (2.01.38)
4. Tamas Deutsch, HUN, 1.59.96 (2.01.24)
5. Tino Weber, GER, 2.00.28 (2.01.40)
6. Bartosz Sikora, POL, 2.00.82 (2.01.83)
7. David Holderbach, FRA, 2.01.24 (2.01.66)
8. Lars Kalenka, GER, 2.01.51 (2.01.83)
15 Martin Svensson, SWE, 2.05.56 (2.04.70)

100 m bröst
1. Karoly Guttler, HUN, 1.01.04 (1.00.95 VR)
2. Nick Gillingham, GBR, 1.02.02 (1.02.36)
3. Vitaly Kirinchuk, RUS, 1.02.48 (1.03.02)
4. Fredrik Deburchgraeve, BEL, 1.02.54 (1.02.61)
5. Andrey Korneev, RUS, 1.02.72 (1.02.53)
6. Stephane Vossart, FRA, 1.02.97 (1.02.89)
7. Mark Warnecke, GER, 1.03.06 (1.03.15)
8. Andrea Cecchi, ITA, 1.03.27 (1.03.12)
17 Michael Alpfors, SWE, 1.04.20
21 Fredrik Rosenholm, SWE, 1.04.66

200 m bröst
1. Nick Gillingham, GBR, 2.12.49 (2.15.13)
2. Karoly Guttler, HUN, 2.13.26 (2.15.00)
3. Andrey KKorneev, RUS, 2.14.20 (2.15.19)
4. Dariusz Jarzyna, POL, 2.14.79 (2.15.17)
5. Stephane Vossart, FRA, 2.15.13 (2.15.43)
6. Joaquin Fernandez, ESP, 2.15.86 (2.16.76)
7. Börje Mörk, NOR, 2.16.36 (2.16.33)
7. Fredrik Deburchgraeve, BEL, 2.16.72 (2.16.13)
15 Michael Alpfors, SWE, 2.18.57 (2.18.94)
20 Fredrik Rosenholm, SWE, 2.19.42

100 m fjäril
1. Rafal Szukala, POL, 53.41 (53.78)
2. Denis Pankratov, RUS, 53.43 (54.16)
3. Milos Milosevic, CRO, 53.65 (53.99)
4. Luis Alberto Laera, ITA, 54.10 (54.54)
5. Franck Esposito, FRA, 54.11 (54.54)
5. Vladislav Kulikov, RUS, 54.11 (54.51)
7. Pavel Khnikin, UKR, 54.22 (54.49)
8. Christian Keller, GER, 54.30 (54.19)

200 m fjäril
1. Denis Pankratov, RUS, 1.56.25 (1.59.19)
2. Franck Esposito, FRA, 1.58.66 (1.58.95)
3. Chris-Karol Bremer, GER, 2.00.33 (2.01.07)
4. Rafal Szukala, POL, 2.00.65 (2.00.11)
5. Can Ergenekan, TUR, 2.00.71 (2.00.76)
6. Martin Herrmann, GER, 2.00.74 (2.00.70)
7. Konrad Galka, POL, 2.01.20 (2.01.02)
8. Yann de Fabrique, FRA, 2.01.44 (2.01.18)

200 m medley
1. Jani Sievinen, FIN, 1.59.50 (2.03.95)
2. Attila Czene, HUN, 2.00.70 (2.01.78)
3. Christian Keller, GER, 2.01.18 (2.03.30)
4. Frederic Lefevre, FRA, 2.03.40 (2.04.13)
5. Petteri Lehtinen, FIN, 2.03.60 (2.03.98)
6. Viacheslav Valdaev, UKR, 2.04.63 (2.05.04)
7. Xavier Marchand, FRA, 2.04.91 (2.04.49)
8. Marcel Wouda, NED, 2.05.34 (2.04.27)

400 m medley
1. Tamas Darnyi, HUN, 4.15.24 (4.19.32)
2. Jani Sievinen, FIN, 4.15.51 (4.19.98)
3. Marcel Wouda, NED, 4.17.90 (4.21.20)
4. Patrick Kuehl, GER, 4.18.97 (4.21.24)
5. Frederick Hviid, ESP, 4.22.56 (4.23.99)
6. Jorge Perez, ESP, 4.23.75 (4.25.61)
7. Viacheslav Valdaev, UKR, 4.26.76 (4.25.05)
8. Petr Kratochvil, TCH, 4.26.77 (4.25.80)
11 Fredrik Lundin, SWE, 4.23.74 (4.26.52)

4x100 m medley
1. Ryssland, RUS, 3.38.90 ER (3.44.23) V Selkov, 55.88, V Kirinchuk, D Pankratov, A Popov
2. Ungern, HUN, 3.40.97 (3.44.37) T Deutsch, 55.82, K Guttler, P Horvath, B Szabados
3. Storbritannien, GBR, 3.41.66 (3.45.02) M Harris, N Gillingham, M Fibbens, M Foster
4. Frankrike, FRA, 3.42.31 (3.44.64) F Schott, 56.02, S Vossart, F Esposito, C Kalfayan
5. Tyskland, GER, 3.42.50 (3.45.64) T Weber, M Warnecke,

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

C Keller, C Tröger
6. Finland, FIN, 3.44.73 (3.50.12) J Sievinen, 56.87, P Suominen, V Hanski, A Kasvio
7. Spanien, ESP, 3.45.96 (3.45.04) M Lopez-Zubero, 55.85, S Lopez, J Fernandez, C Ventosa
8. Schweiz, SUI, 3.52.60 (3.52.20) G Behar, 1.01.28, M Minonne, S Widmer, A Miescher
Sverige, SWE, diskv i försök, Daniel Lönnberg, 58.05, Michael Alpfors, 1.04.23, Lars Frölander, 54.17, Fredrik Letzler, 49.90.

SIMHOPP

Damer

1 m

Final
1. Simona Koch, GER, 278.94
2. Irina Lashko, RUS, 276.24
3. Vera Ilina, RUS, 275.40
4. Brita Baldus, GER, 273.54

3 m
1. Brita Baldus, GER, 541.68
2. Vera Ilina, RUS, 494.25
3. Simona Koch, GER, 493.05
4. Irina Lashko, RUS, 492.54
5. Anna Sorokona, UKR, 468.33
6. Kristin Grosvik, NOR, 452.94
7. Svetlana Alekseeva, BLS, 442.59
8. Irina Pissareva, UKR, 435.12
9. C Maliev-Aviolat, SUI, 413.55
10 Julie Danaux, FRA, 408.18
11 Josefine Askagården, SWE, 402.75
12 Anja Richter, AUT, 381.75

10 m
1. Svetlana Khokhlova, RUS, 434.25
2. Ute wetzig, GER, 425.61
3. Elena Jupina, UKR, 411.81
4. Tarasova Lobankina, RUS, 372.96
5. Clara Ciocan, ROM, 358.32
6. Irina Pissareva, UKR, 350.88
7. Mihaela Coman, ROM, 342.51
8. Anja Richter, AUT, 333.30
9. Francesca D'Oriano, ITA, 332.25
10 Luisella Bisello, ITA, 322.65
11 Beth Ackroyd, GBR, 304.83
12 Julie Danaux, FRA, 304.74
16 Josefine Askagården, SWE, 229.32

Herrar

1 m

Final
1. Peter Boehler, GER, 361.74
2. Joakim Andersson, SWE, 347.70
3. Borris Lietzow, GER, 342.24
4. Robert Morgan, GBR, 338.22

3 m
1. Jan Hempel, GER, 637.77
2. Dmitri Sautin, RUS, 619.59
3. Joakim Andersson, SWE, 589.74
4. Andrei Semeniouk, BLS, 578.76
5. Roman Volodkov, UKR, 563.61
6. Serguei Lomanovski, BLS, 561.90
7. Borris Lietzow, GER, 561.09
8. Alexis Kogalev, BEL, 557.91
9. Andrej Koustov, RUS, 556.53
10 Jurgen Richter, AUT, 534.81
11 Gilles Dousse, FRA, 525.69
12 Oscar Bertone, ITA, 520.77
22 Jimmy Sjödin, SWE, 287.67

10 m
1. Dmitri Sautin, RUS, 617.72
2. Robert Morgan, GBR, 617.70
3. Jan Hempel, GER, 607.62
4. Michael Kuehne, GER, 568.92
5. Vladimir Timoshinin, RUS, 561.27
6. Roman Volodkov, UKR, 557.67
7. Andrei Kvotshinski, BLS, 554.67
8. Serguei Koudrevitch, BLS, 534.21
9. Frederic Pierre, FRA, 484.95
10 Richard Frece, AUT, 459.96
11 Jimmy Sjödin, SWE, 434.40
12 Istvan Gerlach, HUN, 370.86

KONSTSIM

Solo
1. Olga Sedakova, RUS, 183.781 (97.640), fig 85.701
2. Marianne Aeschbacher, FRA, 178.510 (81.990), 81.990
3. Kerry Shacklock, GBR, 178.147 (94.040), 83.507
4. Giovanna Burlando, ITA, 175.508 (93.960), 81.188
5. Marjolijn Both, NED, 174.996 (92.600), 82.156
6. Monika Muller, GER, 170.796 (90.640), 79.756
7. Christiane Mullner, AUT, 169.927 (90.480), 79.647
8. Natalia Tsimbanenko, UKR, 166.999 (87.920), 77.999
14 Karin Lobenius, SWE, 158.770, fig 74.290

Par
1. O Sedakova/A Kozlova, RUS, 183.936, (97.400)
2. M Aeschbacher/C Leveque, FRA, 177.268, (95.400)
3. K Shacklock/L Vakil, GBR, 176.298, (93.000)
4. G Burlando/P Celli, ITA, 174.509, (92.880)
5. M Both/F van Beek/NED, 173.714, (92.280)
6. H Kaser/C Imoberdorf, SUI, 169.582, (90.120)
7. O Piliptchouk/N Tsimbanenko, UKR, 166.594, (89.160)
8. I Haller/M Muller, GER, 165.944, (86.800)
12 Karin Lobenius/Sara Lindholm, SWE, 160.354, (85.840)

Lag
1. Ryssland, RUS, 178.504, (96.760)
E Azarova, O Brusnikina, N Gruzdeva, A Kozlova, G Maximova, O Novokschtnova, E Nikashina, O Sedakova
2. FRankrika, FRA, 175.397, (95.440)
M Aeschbacher, C Leveque, I Manable, E Riffet, D Marechal, M Lignot, M Rathier, C Massardier
3. Italien, ITA, 173.304, (93.480)
G Burlando, P Celli, R Farinelli, G Ballan, M Cecconi, S Ricotta, M Carnini, G Canale
4. Storbritannien, GBR, 170.913, (91.720)
K Thompson, A Davenport, M Erraught, L Figes, C Geier, K MacAndrew, L Vakil, K Shacklock
5. Nederländerna, NED, 168.603, (90.000)
F Arp, F van Beek, M Both, S van der Velde, S Donker, L Elkuizen, P Elkuizen, I Sentrop
6. Schweiz, SUI, 166.471, (89.360)
S Harris, R Hobi, K Immer, C moberdorf, B Reich, H Kaser, M Perk, M Weder
7. Ukraina, UKR, 165.144, (88.400)
O Piliptchouk, N Tsimbanenko, O Valyn, N Eremeeva, O Zaica, L Podgourskaia, A Martyniouk, G Chatnaia
8. Tyskland, GER, 162.999, (87.240)
M Muller, I Haller, C Pogadl, S Kuhn, A Pogadl, C Kleindienst, D Lehmann, J Bochel

VATTENPOLO

Damer

Grupp A, resultat, gruppspel
Schweiz-Ungern, 3-20
Frankrike-Tjeckien, 21-4
Storbritannien-Ryssland, 6-8
Ungern-Tjeckien, 22-5
Ryssland-Frankrike, 10-11
Schweiz-Storbritannien, 3-13
Tjeckien-Ryssland, 5-24
Storbritannien-Ungern, 7-13
Frankrike-Schweiz, 21-6
Ungern-Ryssland, 7-12
Schweiz-Tjeckien, 7-5
Storbritannien-Frankrike, 1-6
Schweiz-Ryssland, 3-23
Tjeckien-Storbritannien, 6.14
Frankrike-Ungern, 6-12

Tabell

1. Ryssland	5	1	0	077-32	8
2. Ungern	5	4	1	074-33	8
3. Frankrike	5	4	1	065-33	8
4. Storbritannien	5	2	3	041-36	4
5. Schweiz	5	1	4	022-82	2
6. Tjeckien	5	0	5	025-88	0

Grupp B, resultat, gruppspel
Grekland-Tyskland, 5-6
Spanien-Italien, 6-7
Nederländerna-Slovakien, 24-1
Tyskland-Italien, 6-7
Slovakien-Spanien, 1-14
Grekland-Nederländerna, 8-15
Italien-Slovakien, 23-2
Nederländerna-Tyskland, 20-8
Spanien-Grekland, 2-9
Tyskland-Slovakien, 24-1
Grekland-Italien, 4-6
Nederländerna-Spanien, 18-2
Grekland-Slovakien, 19-2
Italien-Nederländerna, 7-13
Spanien-Tyskland, 1-9

Tabell

1. Nederländerna	5	5	0	090-26	10
2. Italien	5	4	1	050-31	8
3. Tyskland	5	3	2	053-34	6
4. Grekland	5	2	3	045-31	4
5. Spanien	5	1	4	025-44	2
6. Slovakien	5	0	5	07-104	0

Final
Ryssland - Nederländerna, 8-13 (1-4) (1-2) (5-4) (1-3)

Skytteliga:
1. Alice Lindhout, NED, 31
2. Iren Rafael, HUN, 28
3. Andrea Eke, HUN, 21
4. Laure Gauthreau, FRA, 20
5. Elena Tokoun, RUS, 18
6. Nadja Pozzi, SUI, 16
6. Natalia Kolesnikova, RUS, 16
8. Karin Kuipers, NED, 14
8. Anna Chatzigiorgaki, GRE, 14
8. Youlia Pyreseva, RUS, 14
8. Claudia Vinciguerra, ITA, 14

Herrar

Grupp E, resultat, gruppspel
Grekland-Ungern, 5-9
Nederländerna-Spanien, 10-17
Slovakien-Storbritannien, 13-7
Spanien-Grekland, 12-10
Slovakien-Nederländerna, 9-14
Storbritannien-Ungern, 5-19
Ungern-Spanien, 14-11
Grekland-Slovakien, 7-7
Nederländerna-Storbritannien, 14-2
Slovakien-Ungern, 9-14
Nederländerna-Grekland, 6-12
Storbritannien-Spanien, 5-17
Spanien-Slovakien, 10-7
Ungern-Nederländerna, 11-9
Grekland-Storbritannien, 12-3

Grupp F, resultat, gruppspel
Ukraina-Rumänien, 9-10
Kroatien-Ryssland, 11-7
Tyskland-Italien, 8-9
Rumänien-Ryssland, 12-12
Italien-Kroatien, 13-7
Ukraina-Tyskland, 8-13
Ryssland-Italien, 8-9
Tyskland-Rumänien, 10-6
Kroatien-Ukraina, 13-8
Rumänien-Italien, 11-10
Ukraina-Ryssland, 6-11
Tyskland-Kroatien, 8-10
Italien-Ukraina, 14-7
Ryssland-Tyskland, 9-6
Kroatien-Rumänien, 8-9

Slutspel
Slovakien-Ukraina, 10-8
Storbritannien-Tyskland, 4-17
Nederländerna-Kroatien, 6-15
Grekland-Ryssland, 7-7
Storbritannien-Ukraina, 4-10
Slovakien-Tyskland, 9-9

7-8 plats
Nederländerna-Ryssland, 6-12
5-6 plats
Grekland-Kroatien, 7-8

Semifinal 1
Ungern-Rumänien, 8-7
Semifinal 2
Spanien-Italien, 9-10

3-4 plats
Spanien-Rumänien, 13-12

Final
Ungern-Italien, 9-11

Skytteliga:
1. Manuel Estiarte, ESP, 29
2. Tibor Benedek, HUN, 23
3. Dmitriy Apanasenko, RUS, 19
3. Bogdan Giambasu, ROM, 19
5. Massimiliano Ferretti, ITA, 18
6. Karol Schmuck, SLO, 15
6. Peter Hornak, SLO, 15
6. Sergei Marcotch, RUS, 15
6. Rene Reimann, GER, 15
10 Joerg Dresel, GER, 14
10 Salvador Gomes, ESP, 14

SIMNING
Ungdoms-OS,
Valkenswaard, NED,
3-9 juli 1993
(Simsport beklagar den ofullständiga resultatlistan från arrangörerna)

Flickor
100 m fritt
1. Yelena Nazemnova, RUS, 1.00.53
2. Nelly Jörgensen, SWE, 1.00.71
3. Emma Parker, GBR, 1.00.78
200 m fritt
1. Thea Evanson, GBR, 2.11.35
2. Trine Roesdahl, DEN, 2.11.61
3. Olga Kropotina, RUS, 2.12.36
14 Anna-Karin Kammerling, SWE, 2.18.64
4x100 m fritt
1. Storbritannien, GBR, 4.08.87
2. Danmark, DEN, 4.10.94
3. Sverige, SWE, 4.11.97, Nelly Jörgensen, 1.02.15, Anna-Karin Kammerling, Lina Brantemark, Malin Svanström
100 m rygg
1. Vanesa Rojo, ESP, 1.07.97
2. Samantha Chaperon, GBR, 1.08.74
3. Anna Simoni, ITA, 1.09.07
7. Nelly Jörgensen, SWE, 1.10.58
200 m rygg
1. Ilaria Colaaiacomo, ITA, 2.21.62
2. Vanesa Rojo, ESP, 2.25.24
3. Annamaria Gazda, HUN, 2.28.11
13 Kajsa Andersson, SWE, 2.35.61
200 m bröst
1. Linda Hindmarsh, GBR, 2.42.03
2. Natascia Manzotti, ITA, 2.42.57
3. Miroslava Simonova, CZE, 2.43.03
6. Emma Igelström, SWE, 2.46.38
100 m fjäril
1. Tinka Dancevic, CRO, 1.06.38
2. Ana Francisco, POR, 1.07.08
3. Petra Jindrichova, CZE, 1.07.30.
200 m medley
1. Francesca Bissoli, ITA, 2.27.98
2. Laura Roca, ESP, 2.29.63
3. Lina Brantemark, SWE, 2.29.74

Pojkar
100 m fritt
1. Pieter v d Hoogenbrand, NED, 52.91
2. Eugeny Khimitch, RUS, 54.77
3. Jure Melon, SLO, 55.12
5. Mattias Thuresson, SWE, 55.28
4x100 m fritt
1. Nederländerna, NED, 3.41.03
2. Italien, ITA, 3.42.41
3. Storbritannien, GBR, 3.42.48
7. Sverige, SWE, 3.43.60, Mattias Thuresson, 55.55, Mattias Olshed, Mattias Ohlin, Nicklas Svensson
200 m rygg
1. Piotr Florczyk, POL, 2.11.02
2. Denis Elizarov, RUS, 2.12.07
3. Hugh O'Connor, IRL, 2.14.02
14 Mattias Olshed, SWE, 2.20.23
100 m bröst
1. Dmitry Petroushin, RUS, 1.06.06
2. Ian Edmond, GBR, 1.06.95
3. Massimo Parati, ITA, 1.07.88
9. Andreas Michael, SWE, 1.10.12
200 m bröst
1. Maxim Souvorov, RUS, 2.26.27
2. Pavlo Kononov, UKR, 2.26.57
3. Gergely Ivanovics, HUN, 2.27.35
10 Anton Svärd, SWE, 2.35.06
100 m fjäril
1. Miklos Kollar, HUN, 58.85
2. Aitor Burgoa, ESP, 59.12
3. Ivan Sorokin, RUS, 59.32
5. Jona Enberg, SWE, 1.00.42
200 m fjäril
1. Aitor Burgoa, ESP, 2.07.83
2. Borut Boje, SLO, 2.10.44
3. Denis Kapralov, RUS, 2.12.39
7. Jonas Enberg, SWE, 2.16.70
4x100 m medley
1. Italien, ITA, 4.01.64
2. Ryssland, RUS, ,4.02.11
3. Spanien, ESP, 4.05.21
8. Sverige, SWE, 4.13.79, Mattias Olshed, 1.03.48, Andreas Michael, Henrik Ingesson, Mattias Thuresson

LÅNGDISTANS

SM, Nyköping,
8 augusti 1993

Damer
Seniorer
1. Cecilia Kentell, Malmö KK, 29.37
2. Helena Holmberg, S 02, 29.40
3. Victoria Augustsson, S 71, 31.16
4. Anna-Carin Nordin, Solna SS, 32.10
5. Marie Larsson, Mälarhöjdens SS, 32.44
6. Eva Andersson, IFK Stockholm, 34.44
7. Helena Bocknel, Mälarhöjdens SS, 39.03

Juniorer
1. Helena Holmberg, S 02, 29.40
2. Lisa Söderlund, Östra Sörmlands BoSK, 39.43
3. Ida Jansson, Ösdtra Sörmlands BoSK, 48.43
4. Lisa Lewander, ÖStra Sörmlands BoSK, 48.44

Herrar
Seniorer
1. Mikael E Rosén, Fagersta SK, 27.35
2. Ola Strömberg, Malmö KK, 28.19
3. Henrik Holmberg, Mälarhöjdens SS, 33.47
4. Joakim Gustafsson, Kungälvs SS, 34.17

Juniorer
1. Leif Hedin, Fagersta SK, 30.47
2. Carl-Henrik Tjärnlund, Östra Sörmlands BoSK, 31.13
3. Robert Isaksson, Västerås SS, 31.34
4. Anders Bruce, Säffle SS, 33.51
5. Carl-Johan Burström, Danderyd, 34.32
6. Fredrik Sjöberg, Danderyd, 34.32

Tävlingssimmare
Damer
1. Margareta Rainer, GÄvle SS, 35.49
2. Christina Norlin, Södertälje, 38.31
3. Ann-Louise Alderberg, Vansbro AIK, 45.34

Herrar
1. Jim Johansson, EDS, Uppsala, 32.04
2. Henrik Strand, Nyköping, 34.19
3. Per Bengtsson, Östra Sörmlands BoSK, 36.41

Motionssimning
Damer
1. Margaretha Jönsson, SS Stimmet, 40.30
2. Gunilla Nilsson, Nyjöping, 40.39
3. Marianne Sköld, Södertörns SS, 44.49

Herrar
1. Lars Edstedt, Umeå SS, 34.21
2. Fredrik Guldstrand, Malmö, 34.53
3. Leif Götesson, Eringsboda, 35.34

LÅNGDISTANS

Vansbrosimningen
11 juli 1993, Vansbro

Damer
1. Anna Pettersson, LASS, 19.34
2. Linda Olsson, Norrköpings KK, 19.57
3. Helena Holmberg, S 02, 19.59
4. Ann-Sofie JÖnsson, Tunafors SK, 20.01
5. Annette Lindbom, Jönköpings SS, 20.27
6. Emma Olsson, SK Sydsim, 20.31
7. Viktoria Ekberg, Norrköpings KK, 20.33
8. Nina Ericson, Mölndals ASS, 20.48

Herrar
1. Mikael Rosén, Fagersta SK, 18.01
2. Ulrik Järnö, Umeå SS, 18.03
3. Andreas Wiberg, Norrköpings KK, 18.05
4. Niclas Öhman, Fagersta SK, 18.39
5. Tomas Wiker, Kvarnsvedens Triat. 18.44
6. Joachom Willén, Motala SS, 18.45
7. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 18.50
8. Mathias Liljeblad, LASS, 18.52

Tjejsimmet
1. Helena Holmberg, S 02, 12.31
2. Marie Larsson, Mälarhöjdens SS, 13.53
3. Marie Boberg, Borlänge SS, 14.02
4. Sofia Edberg, Ludvika SS, 14.09
5. Kristine Persson, Borlänge SS, 14.24
6. Katarina Gilén, Hedemora SS, 14.34
7. Susanna von Holst, Falu SS, 15.13
8. Margareta Rainer, Gävle SS, 15.27

SIMHOPP
SM, Kumla, 16-18 juli 1993

Damer
1 m
1. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 337.10
2. Maria Lund, SPIF, 332.75
3. Josefine Askagården, Malmö KK, 332.15
4. Astrid Mellblom, SK Poesidon, 307.30
5. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 304.00
6. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 299.30
7. Susanne Roman, SPIF, 297.90
8. Emma Hjalmarsson, Karlskoga SHK, 297.70
9. Maria Olsson, SK Poseidon, 283.85
10 Kristina Andersson, Växjö SS, 273.60
11 Veronica Eldh, Malmö KK, 268.60
12 Karin Rydén, Karlskoga SHK, 262.90

3 m
1. Josefine Askagården, Malmö KK, 394.20
2. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 364.00
3. Maria Lund, SPIF, 354.75
4. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 346.90
5. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 338.65
6. Susanne Roman, SPIF, 317.10
7. Maria Olsson, SK Poseidon, 315.55
8. Karin Linderholm, Örebro SA, 298.70
9. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 282.20
10 Veronica Eldh, Malmö KK, 278.80
11 Elise Wallberg, Örebro SA, 275.05
12 Emma Hjalmarsson, Karlskoga SHK, 274.65

Höga hopp
1. Josefine Askagården, Malmö KK, 382.00
2. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 339.50
3. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 304.95
4. Maria Lund, SPIF, 299.75
5. Emma Hjalmarsson, Karlskoga SHK, 286.90
6. Maria Meckbach, SK Neptun, 283.60
7. Maria Olsson, SK Poseidon, 283.50
8. Jenny Greanath, SK Neptun, 273.55
9. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 264.85
10 Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 256.75
11 Karin Linderholm, Örebro SA, 256.20
12 Kerstin Sigbo, SK Poesidon, 255.55

Herrar

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

1 m
1. Joakim Andersson, Jönköpings SS, 501.10
2. John Johansson, Jönköpings SS, 466.45
3. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 440.70
4. Oskar Brunlid, Malmö KK, 418.10
5. Simon Chrisander, Malmö KK, 379.97
6. Thomas Klövheden, S 02, 379.45
7. Matts Martinsson, Malmö KK, 362.60
8. Erik Nilsson, SPIF, 339.05
9. Jesper Simonsen, S 02, 315.40
10 Pär Eriksson, Örebro SA, 301.50
11 Peter Axtelius, SPIF, 298.60
12 Johan Watz, SK Neptun, 285.85

3 m
1. Joakim Andersson, Jönköpings SS, 595.80
2. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 481.70
3. Oskar Brunlid, Malmö KK, 464.00
4. Thomas Klövheden, S 02, 442.25
5. John Johansson, Jönköpings SS, 438.10
6. Matts Martinsson, Malmö KK, 385.70
7. Simon Chrisander, Malmö KK, 362.65
8. Martin Kylberg, SPIF, 349.15
9. Emil Östlin, Jönköpings SS, 330.45
10 Jesper Simonsen, S 02, 320.40
11 Pär Eriksson, Örebro SA, 282.20
12 Johan Watz, SK Neptun, 260.90

Höga hopp
1. Matts Martinsson, Malmö KK, 430.25
2. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 404.00
3. Oskar Brunlid, Malmö KK, 385.05
4. Simon Chrisander, Malmö KK, 352.00
5. Thomas Klövheden, S 02, 345.95
6. Noa Fridmark, SK Neptun, 324.75
7. Martin Kylberg, SPIF, 300.90
8. Peter Axtelius, SPIF, 286.75
9. Anders Höglund, Jönköpings SS, 280.80
10 Emil Östlin, Jönköpings SS, 279.90
11 Jesper Simonsen, S 02, 265.25
12 Johan Watz, SK Neptun, 247.40

SIMHOPP
Junior-SM, Kumla, 16-18 juli 1993

Flickor
1 m
1. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 337.10
2. Maria Lund, SPIF, 332.75
3. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 307.30
4. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 304.00
5. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 299.30
6. Susanne Roma, SPIF, 297.90
7. Maria Olsson, SK Poseidon, 283.85
8. Veronica Eldh, Malmö KK, 268.60
9. Sofia Wiktorsson, Jönköpings SS, 250.65
10 Maria Meckbach, SK Neptun, 250.25
11 Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 239.30
12 Åsa Forsman, SK Neptun, 231.15

3 m
1. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 364.00
2. Maria Lund, SPIF, 354.75
3. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 346.90
4. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 338.65
5. Susanne Roman, SPIF, 317.10
6. Maria Olsson, SK Poseidon, 315.55
7. Karin Linderholm, Örebro SA, 298.70
8. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 282.20
9. Veronica Eldh, Malmö KK, 278.80
10 Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 271.35
11 Linda Eriksson, Örebro SA, 239.90

Höga hopp
1. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 339.50
2. Anna Lindberg, Karlskoga SHK, 304.95
3. Maria Lund, SPIF, 299.75
4. Maria Meckbach, SK Neptun, 283.60
5. Maria Olsson, SK Poseidon, 283.50
6. Jenny Granath, SK Neptun, 273.55[1]
7. Linda Aronsson, Karlskoga SHK, 264.65
8. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 256.75
9. Karin Linderholm, Örebro SA, 256.20
10 Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 255.55
11 Elise Wallberg, Örebro SA, 242.90
12 Veronica Eldh, Malmö KK, 214.55

Pojkar
1 m
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 440.70
2. Simon Chrisander, Malmö KK, 379.97
3. Thomas Klövheden, S 02, 379.45
4. Erik Nilsson, SPIF, 339.05
5. Peter Axtelius, SPIF, 298.60
6. Emil Östlin, Jönköpings SS, 298.55
7. Johan Watz, SK Neptun, 285.85
8. Noa Fridmark, SK Neptun, 284.40
9. Martin Kylberg, SPIF, 282.60
10 Anders Höglund, Jönköpings SS, 261.45
11 Mikael Jivemo, Örebro SA, 101.40

3 m
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 481.70
2. Thomas Klövheden, S 02, 442.25
3. Simon Chrisander, Malmö KK, 362.65
4. Martin Kylberg, SPIF, 349.15
5. Emil Östlin, Jönköpings SS, 330.45
6. Anders HÖglund, Jönköpings SS, 278.80
7. Mikael Jivemo, Örebro SA, 278.10
8. Johan Watz, SK Neptun, 260.90
9. Erik Nilsson, SPIF, 215.40

Höga hopp
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 404.00
2. Simon Chrisander, Malmö KK, 352.00
3. Thomas Klövheden, S 02, 345.95
4. Noa Fridmark, SK Neptun, 324.75
5. Martin Kylberg, SPIF, 300.90
6. Peter Axtelius, SPIF, 286.75
7. Anders HÖglund, Jönköpings SS, 280.80
8. Emil Östlin, Jönköpings SS, 279.90
9. Johan Watz, SK Neptun, 247.40

SIMHOPP

Strömhoppet, Stockholm 14 augusti 1993

Final
Omgång 1
1. Jan Hempel, Dresden, 405B-10 m, 70.50
2. Josefine Askagården, Malmö, 405B-10 m, 69.25
3. Joakim Andersson, Jönköping, 5235D-3 m, 63.00
4. Maria Lundh, Stockholm, 405C-10 m, 58.95
5. Michael Kühne, Dresden, 5235D-3 m, 57.40
6. Tony Ali, London, 205B-3 m, 54.00

Omgång 2
1. Michael Kühne, 5237D-10 m, 72.00
2. Jan Hempel, 5136D-3 m, 68.15
3. Josefine Askagården, 5235D-3 m, 62.80
4. Joakim Andersson, 305B-3 m, 57.00
5. Maria Lundh, 5136D-10 m, 45.00

Omgång 3
1. Joakim Andersson, 205B-3 m, 63.00
2. Jan Hempel, 616C-10 m, 60.20
3. Michael Kühne, 205B-3 m, 58.50
4. Josefine Askagården, 614B-10 m, 53.80

Omgång 4
1. Joakim Andersson, 405B-3 m, 64.50
2. Michael Kühne, 407C-10 m, 56.00
3. Jan Hempel, 407C-10 m, 43.20

Omgång 5
1. Joakim Andersson, 5335D-3 m, 66.70
2. Michael Kühne, 207C-10 m, 56.10

SIMHOPP
Svenska Ungdoms-mästerskap, Jönköping, 20-23 maj 1993

Flickor
Klass A
1 m
1. Maria Lund, SPIF, 323.80
2. Susanne Roman, SPIF, 320.35
3. Linda Aronsson, Karlskoga SF, 315.85
4. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 302.15
5. Åsa Forsman, SK Neptun, 252.60
6. Maria Olsson, SK Poseidon, 242.50
7. Emilia Skoste, SK Neptun, 238.60
Kristina Andersson, Växjö SS, 185.05
(utom tävlan SM-kval)
3 m
1. Linda Aronsson, Karlskoga SF, 397.55
2. Maria Lund, SPIF, 343.80
3. Susanne Roman, SPIF, 331.95
4. Maria Olsson, SK Poseidon, 329.40
5. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 322.95
6. Linda Eriksson, Örebro SA, 286.35
7. Emilia Skoste, SK Neptun, 282.15
8. Åsa Forsman, SK Neptun, 264.75
9. Elise Wallberg, Örebro SA, 256.95
Kristina Andersson, Växjö SS, 245.30
(utom tävlan SM-kval)
Höga hopp
1. Astrid Mellblom, SK Poseidon, 345.55
2. Linda Aronsson, Karlskoga SF, 320.10
3. Maria Lund, SPIF, 301.55
4. Maria Olsson, SK Poseidon, 291.00
5. Susanne Roman, SPIF, 274.40
6. Elise Wahlberg, Örebro SA, 252.10
7. Åsa Forsman, SK Neptun, 229.65
8. Linda Eriksson, Örebro SA, 210.40
9. Emilia Skoste, SK Neptun, 201.10

Klass B
1 m
1. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 242.45
2. Veronica Eldh, Malmö KK, 238.25
3. Jenny Granath, SK Neptun,

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

235.15
4. Maria Meckbach, SK Neptun, 225.40
5. Camilla Solar, Karlskoga SF, 217.80
6. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 196.80
3 m
1. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 266.30
2. Veronica Eldh, Malmö KK, 250.90
3. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 237.50
4. Jenny Granath, SK Neptun, 235.10
5. Camilla Solar, Karlskoga SF, 231.45
6. Maria Meckbach, SK Neptun, 231.05
Höga hopp
1. Jenny Granath, SK Neptun, 223.50
2. Maria Meckbach, SK Neptun, 215.40
3. Kerstin Sigbo, SK Poseidon, 204.50
4. Veronica Eldh, Malmö KK, 182.20
5. Lotta Liljedahl, SK Poseidon, 172.65
6. Camilla Solar, Karlskoga SF, 149.95

Klass C
1 m
1. Anna Lindberg, Karlskoga SF, 204.35
2. Christina Granéli, SK Poseidon, 134.75
3. Matilda Andersson, SK Neptun, 129.00
4. Sofie Nilsson, Malmö KK, 119.35
5. Ann Gillberg, SK Poseidon, 108.30
6. Johanna Sundh, Karlskoga SF, 100.60
3 m
1. Anna Lindberg, Karlskoga SF, 236.70
2. Christina Granéli, SK Poseidon, 135.10
3. Sofie Nilsson, Malmö KK, 129.90
4. Matilda Andersson, SK Neptun, 121.20
5. Ann Gillberg, SK Poseidon, 11.30
Höga hopp
1. Anna Lindberg, Karlskoga SF, 238.05
2. Christina Granéli, SK Poseidon, 127.30
3. Ann Gillberg, SK Poseidon, 115.20
4. Matilda Andersson, SK Neptun, 107.45

Klass D
1 m
1. Nina Wiman, SK Poseidon, 128.30
2. Linn Gillberg, SK Poseidon, 110.90
3. Helen Merkell, Karlskoga SF, 109.70
4. Madeléne Pettersson, Jönköpings SS, 109.05
5. Emma Nilsson, Malmö KK, 106.30
6. Linda Argenius, SPIF, 105.40
7. Karolina Sundh, Karlskoga SF, 105.15
8. Kristina Hellberg, Karlskoga SF, 92.45
9. Malin Bergström, Karlstad SS, 90.50
3 m
1. Nina Wiman, SK Poseidon, 112.85
2. Helen Merkell, Karlskoga SF, 105.90
3. Linn Gillberg, SK Poseidon, 99.95
4. Linda Argenius, SPIF, 99.50
5. Madeléne Pettersson, Jönköpings SS, 88.95

Pojkar
Klass A
1 m
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 461.15
2. Anders Höglund, Jönköpings SS, 274.05
3. Joakim Berggren, SPIF, 228.95
4. Johan Watz, SK Neptun, 194.40
5. Björn Stenvall, Jönköpings SS, 165.60
3 m
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 503.05
2. Anders Höglund, Jönköpings SS, 277.40
3. Johan Watz, SK Neptun, 239.20
4. Joakim Berggren, SPIF, 223.80
Höga hopp
1. Jimmy Sjödin, Malmö KK, 465.95
2. Anders Höglund, Jönköpings SS, 305.75
3. Joakim Berggren, SPIF, 210.95
4. Johan Watz, SK Neptun, 183.80

Klass B
1 m
1. Simon Chrisander, Malmö SS, 280.50
2. Erik Nilsson, SPIF, 253.90
3. Noa Fridmark, SK Neptun, 226.30
4. Niklas Heleander, Malmö KK, 219.80
5. Peter Axtelius, SPIF, 215.10
6. Martin Kylberg, SPIF, 214.85
7. Emil Östlin, Jönköpings SS, 195.60
8. Kristian Blom, Jönköpings SS, 1177.25
3 m
1. Simon Chrisander, Malmö SS, 293.70
2. Erik Nilsson, SPIF, 274.85
3. Martin Kylberg, SPIF, 264.00
4. Peter Axtelius, SPIF, 263.40
5. Noa Fridmark, SK Neptun, 263.10
6. Emil Östlin, Jönköpings SS, 221.25
7. Kristian Blom, Jönköpings SS, 189.90
8. Robin Johansson, Sandvikens SoHK, 182.45
9. Nicklas Heleander, Malmö SS, 182.15
Höga hopp
1. Emil Östlin, Jönköpings SS, 218.35
2. Erik Nilsson, SPIF, 204.45
3. Peter Axtelius, SPIF, 201.70
4. Simon Chrisander, Malmö SS, 191.70
5. Martin Kylberg, SPIF, 177.45
6. Noa Fridmark, SK Neptun, 174.00
7. Robin Johansson, Sandvikens SoHK, 146.10
8. Nicklas Heleander, Malmö SS, 145.45

Klass C
1 m
1. Henrik Jeppsson, SK Poseidon, 152.75
2. Love Swartz, SPIF, 145.65
3. Jonathan Goldman, SPIF, 143.80
4. Staffan Lundholm, SK Poseidon, 141.65
5. Johan Granath, SK Neptun, 138.20
6. Samuel Willner, SPIF, 125.90
7. Anders Swartz, SK Poseidon, 121.90
8. Jörgen Veisland, SK Poseidon, 121.05
9. Kalle Lindberg, Upsala S, 108.45
10 Magnus Karlberg, S 02, 104.40
11 Mikael Häggman, S 02, 102.20
12 Kristofer Landgren, Malmö SS, 91.95
3 m
1. Henrik Jeppsson, SK Poseidon, 161.70
2. Johan Granath, SK Neptun, 159.95
3. Samuel Willner, SPIF, 153.45
4. Jonathan Goldman, SPIF, 149.55
5. Staffan Lundholm, SK Poseidon, 141.75
6. Love Swartz, SPIF, 140.15
7. AndersSwartz, SK Poseidon, 127.80
8. Jörgen Veisland, SK Poseidon, 122.20
9. Kristofer Landgren, Malmö SS, 110.50
10 Kalle Lindberg, Upsala S, 96.55
Höga hopp
1. Henrik Jeppsson, SK Poseidon, 167.65
2. Jonathan Goldman, SPIF, 159.30
3. Love Swartz, SPIF, 152.05
4. Frej Tulin, SK Neptun, 151.20
5. Staffan Lundholm, SK Poseidon, 138.75
6. Samuel Willner, SPIF, 137.35
7. Jörgen Veislnad, SK Poseidon, 121.10
8. Anders Swartz, SK Poseidon, 107.95

Klass D
1 m
1. Jannis Galanos, Kumla SS, 141.20
2. Kei Yasumoto, SK Neptun, 136.75
3. Frej Tulin, SK Neptun, 129.05
4. Mats Wiktorsson, Jönköpings SS, 121.75
5. Jonny Österberg, SPIF, 115.65
6. Magnus Blomgren, SPIF, 107.15
7. Henrik Falk, SK Neptun, 103.95
8. Mattias Sandberg, Jönköpings SS, 99.70
9. Kristoffer Hell, SPIF, 92.35
10 Anders Magnusson, S 02, 92.15
11 Christian Ehn, Karlstads SS, 89.90
3 m

SWIM SHOP
NYHET!
Silikon-badmössor med tryck
● Klubbparkas i klubbens färger
● Vi levererar allt inom simutrustning
Ring efter vår specialkatalog
Lasarettsv. 7 - 684 34 Torsby
Tlf. 0560-148 08
Fax. 0560-105 15

1. Frej Tulin, SK Neptun, 162.00
2. Jannis Galanos, Kumla SS, 148.30
3. Kei Yasomoto, SK Neptun, 143.85
4. Mats Wiktorsson, JÖnköpings SS, 129.80
5. Jonny Österberg, SPIF, 118.80
6. Magnus Blomgren, SPIF, 112.65
7. Mattias Sandberg, Jönköpings SS, 109.20
8. Henrik Falk, SK Neptun, 108.00

ALKOHOL och VATTEN passar inte ihop
SVENSKA LIVRÄDDNINGSSÄLLSKAPET

DAGBOK

Oktober

Simning

2-3 Flygt Cup, 25 m, Emmaboda
2-3 Upp till 13, 25 m, Göteborg, (Göteborg Sim)
2-3 Sundsvall Sprint, S, J, U, 25 m, Sundsvall
2-3 Åkersbergs Sim, 25 m, Åkersberga
3 FK-Swim, 25 m, Falun
3 LT-Cupen, 25 m, Ludvika
8-10 Sun-Cup-93, 25 m, Solna
9-10 Trollsimmet, 25 m, Trollhättan
9-10 Lödde Cup, Neg kvaltider, 25 m, Löddeköpinge
9-10 Sagavägssimmet, U, 25 m, Åsele
9-10 Värnamo Simspel, 25 m, Värnamo
9 Väsby Knatte, 25 m, Upplands-Väsby
10 Malaco Höstsim, 16 o ä, 15-11 o y, Vellinge
16 Saltstänket+Sprint-DM, 25 m, Uddevalla,(BDSF)
16 Nationell Tävling, S, J, U, 25 m, Iggesund
16-17 Kalix Internationella, S, J, U, 25 m, Kalix
16-17 Sim a Go Go, 25 m, Malmö, (MS)
16-17 Luxor Cup, S-U, 25 m, Motala
16-17 Botvid Sim, 25 m, Stockholm
17 Ljusnan Cup, S, J, U, 25 m, Söderhamn
17 Laholmssimmet, 25 m, Laholm
17 Vägga Simcup, 25 m, Karlshamn
22 50-Manna, Stockholm, (Neptun)
23 US-lagkapperna,Simiadenåldrar,25m,Upsala
23 Knallesimmet, S+J, 25m, Borås, (Elfsborg)
23-24 Ramdalsloppet, S+U, 25 m, Oxelösund
23-24 Sim a Go, Sum-Sim åldrar, 25 m, Ängelholm
23-24 Vågspelen, S, J, U, 25 m, Skellefteå
23-24 10-Manna, Lag och Sprint, 25 m, Nässjö
24 Tivox Cup, 25 m, Tidaholm
24 Ena-Cupen, 25 m, Enköping
24 Täby Ungdomstävling, 25 m, Täby
28 Knattetävling, 25 m, Norrtälje
30 Sjörövarsimmet, 25 m, Göteborg, (S 02)
30-31 Lilla Sälsimmet, U, 25 m, Njurunda
30-31 Skagerack Runt, 25 m, Göteborg, (GSF)
30-31 Tunafors Nationella, 25 m, Eskilstuna
31 Sandaredsdoppet, 25 m, Sandared
31 Örna Simmet, 25 m, Hyltebruk
31 Sparbanksdoppet, S, J, U, 25 m, Köping
30-31 Björn Borg Trophy, Sprint, 25 m, Norrköping (Sprint-EM -kval)

Simhopp

2-3 SM 1m, RM 5m
2-3 Oktoberstevnet, Stavanger, NOR
8-10 Jokerspringen, Aachen, GER
16-17 Rosenlundshoppet, Jönköping
23-24 Domarkurs
30-31 Denmark Diving Open, Ringsted, DEN

Konstsim

3 Sum-Kval 4, reg 7+8, Växjö
3 Internationell Cup, Växjö
10 Sum-Kval 4, reg 2+5. Örebro
10 Sum-Kval 5, reg 3+4, Stockholm
10 DM, Stockholm
17 Rikscupen, Täby
31 Smålandsserien

November

Simning

5-7 Fantomen Cup, 50 m, Stockholm, (SPIF)
6-7 Novembersim, 16 o ä, 15 o y, 25 m, Eslöv
6-7 Hoppe Cup, 13 o y, 25 m, Eskilstuna
6-7 Kalmar Cup, S, 25 m, Kalmar
7 Snapphanesim, 16 o ä, 15-11 o y, 25 m, Hässleholm
13 Mälarhöjden Knatte, 25 m, Stockholm
13-14 Ludvika Water Games, J.U. (25m)
13-14 Kurir Spelen, 25 m, Luleå
13-14 Sprint-EM, 25 m, Gateshead, GBR
14 Billingesim, 25m, Skövde
18-19 Luna Cup, 25m, Alingsås
19-21 SM/JSM, 25 m, Linköping
20-21 Sparbankscupen, 25 m, Skepplanda, (Alesimmarna)
21 Simningens Dag, 25 m, Göteborg, Valhalla
27 Ferlinracet, S, J, U, 25 m, Filipstad
27-28 Sum-Sim Regionsfinaler, 25 m
27-28 Winter Midnight Swim, S, J, 25 m, Lycksele
28 Juldoppet, 25 m, Gävle

Simhopp

6-7 Diving Lund, Lund
12-14 Post Cup, Köln, GER
13-14 Ludvika Water Games (Jun)
20-21 Fantomen Cup, Stockholm

Konstsim

5-7 Trygg Hansa Synchro, Göteborg
12-14 Ludvika Water Games (Jun)
20-21 USM, Täby

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

SIMTRUPPER KLARA

Efter ett framångsrikt EM väntar nu nya uppgifter för landslagen. Simmarnas förbundskapten Hans Chrunak redovisar i sin krönika, sidan 54, hur uttagningarna till Sprint-EM, kortbane-VM, landskamp och World Cup kommer att gå till. Men redan nu är några simmare förhandsnominerade till Sprint-EM i november och till VM i september 1994. Dessa trupper kan och kommer med största säkerhet att kompletteras. Den trupp som åker till världscupens första deltävling i Hong Kong i januari 1994 är också klar men kan komma att kompletteras. Den truppen reser redan 19 december till Thailand för några veckors träningsläger.
Satsningen Atlanta-96, som lyckades så bra, består kommande säsong av en ny grupp. SK har också tagit ut motsvarande grupper, juniorer (EJM) samt ungdom inför säsongen 1993/94.

SPRINT-EM
Förhandsnominerade: Louise Karlsson, Helsingborgs S, 50 m fjäril, 50 m bröst och 100 m medley. Linda Olofsson, Sundsvalls SS, 50 m fritt, Jan Karlsson, Falu SS, 50 m fjäril, Pär Lindström, Upsala S, lag 4x50 m fritt.

VM 1994
Förhandsnominerade: Anders Holmertz, Spårvägen Sim, Tommy Werner, Karlskrona SS, Christer Wallin, Mölndals ASS, Fredrik Letzler, Spårvägen Sim, Lars Frölander, Borlänge SS, Therese Alshammar, SK Neptun, Louise Jöhncke, Spårvägen Sim, Malin Nilsson, Malmö KK, Linda Olofsson, Sundsvalls SS, Ellenor Svensson, Norrköpings KK.

WORLD CUP, del 1 1994
De ovan förhandsnominerade VM-simmarna samt: Hanna Jaltner, Växjö SS, Magdalena Schultz, Malmö KK, Malin Strömberg, Ystads SS.

ATLANTA-96
Jenny Engqvist, Spårvägen Sim, Johanna Sjöberg, Bromöllaorten, Daniel Carlsson, Väsby SS, Johan Setterberg, Mölndals ASS, Christoffer Eliasson, Malmö KK, Jonas Lundström, Södertälje SS, Fredrik Lundin, Malmö KK, Fredrik Rosenholm, Spårvägen Sim.

JUNIORER
Fredrik Engdahl, Malmö KK, Johan Mattsson, SK Triton, AndersForsberg, SK Lödde, Ted Molin, Helsingborgs S, Mikaela Rosenholm, Spårvägens SF, Nelly Jörgensen, Helsingborgs S

UNGDOM
Mattias Thuresson, SK Artemis, Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, Jonas Enberg, Turebergs IF, Anders Lyrbrin, S 02, Lina Brantemark, Södertörns SS, Emma Igelström, Karlshamns SK, Malin Svahnström, Väsby SS, Kajsa Malmsten, Landskrona S



PESOTEC

PESOTEC -80
Direktavtryckning, alltså ingen extra tryckning.
Samtidig mellan-, varv-, slut- resp. löpande tid.
Klocka med väckning.
Nedräkning. 8-minne.
PROFFSKLOCKA
375:- inkl. moms

PESOTEC -70
Mellantid, sluttid, varvtid, varvräknare till 99.
8-minne.
Tidsområde 9.59. 59.99.
Nedräkning.
FUNKTIONÄR-/ INSTRUKTÖRSKLOCKA
150:- inkl. moms

Ring eller skriv till
Sport Development AB
Föreningsgatan 10 B
211 44 Malmö.
Tel 040-12 34 16
Fax 040-12 34 08
RABATTER VID STÖRRE KÖP!

Chrunaks krönika

SPRINT-EM, KORTBANE-VM mm

Det är det här som gäller.



Ja, så är det snart dags igen för nya internationella utmaningar.
Nu gäller det att blicka framåt, glömma hur bra vi har varit, den karamellen är färdigslickad och har lämnat den goda känslan av högklassig motivation kvar.

SPRINT-EM

Den 11-13 november, datumen är ändrad, uti staden (?) Gateshead, England, skall vi försvara positionerna från Finland 1992.
Svårt, mycket svårt.
Men, spännande mycket spännande.
Hur man kvalificerar sig?
Jo, enligt följande.
Förhandsnominerade är dessa supersprinters:
Louise Karlsson 100 m medley, 50 m bröst, 50 m fjäril.
Linda Olofsson 50 m fritt.
Jan Karlsson, 50 m fjäril.
Pär Lindström lag 4x50 m fritt.
Övriga uttagningar sker i samband med Sprint-EM kvalet i Norrköping den 30-31 oktober.
Ingen uttagning "typ sommar-EM", utan det blir s k fri uttagning. "Sim fort, så får du en bra tid" och blir kanske uttagen.
Truppens storlek blir säkert runt 20-talet simmare.

KORTBANE-VM

Den 2-5 december simmas det första (enda?) 25 m VM:et,
Förhandsnominerade är följande:
Louise Karlsson 200 m medley
Linda Olofsson 50 m fritt
Fler simmare kan bli förhandsnominerade om dom vill satsa på kortbane-VM, typ Anders Holmertz.
Jag återkommer i ärendet när vi snackat färdigt.
Sista chans till nominering är SM i Linköping den 19-21 november. HÄr finns det inte heller några normer för uttagning, utan den sker helt efter mitt goda omdöme. Truppen blir smal, men med eventuella lag hamnar vi kanske runt talet 20, även här.
USA har på sitt sätt satt norm för tävlingen. Dom skickar inga NCAA-simmare, utan plockar "andra simmare" i truppstorlek 10 tjejer/10 killar.

LANDSKAMP SWE-DEN-NOR

Den tredje (sista?) landskampen går i Helsingborg den 11-12 december. Vi har vunnit i Köpenhamn och Oslo.
Vi tänker vinna även i Sverige.
Uttagning sker i samband med SM i Linköping. Stor trupp, förmodligen drygt 30 simmare.

WORLD CUP 1994

Till WC 1 i Hong Kong är våra tio förhandsnominerade VM-simmare, Anders Holmertz, Tommy Werner, Christer Wallin, Lars Frölander, Fredrik Letzler, Therese Alshammar, Louise Jöhncke, Malin Nilsson, Linda Olofsson och Ellenor Svensson uttagna samt Hanna Jaltner, Magdalena Schultz och Malin Strömberg. Ev ytterligare simmare kan komma med till Asien efter SM.
Övriga trupper till World Cup tävlingarna i Europa blir uttagna efter SM i Linköping. Små trupper 8-12 förutom i Malmö där det blir drygt 20.

VM I ROM

Om knappt ett år, början av september, skall vi mätas med resten av världen. Sista chans för uttagning blir vid ute-SM i månadsskiftet juni/juli.
Självklart kan man få klartecken tidigare. T ex i samband med de storinternationella tävlingarna i Europa under maj/juni.

SLUTLIGEN

F-n va' kul vi hade i Sheffield.
Jag önskar att många fler fick vara med om en sådan tävlingsvecka. Att få jobba med ett så härligt gäng, ger livskvalitet långt utöver det vanliga.
Träna bra. Tävla bra. Håll dig frisk. Ät och drick riktigt. Ta chansen och kom med i vårt landslag.
Vi är inte bara bra. Vi har roligt också.

Lycka till
Hans Chrunak

PS. Nya grenen 100 m fjitt, (två tag fjäril och resten crawl), har ett inofficiellt världsrekord på 49.90. Eller hur Lella? (Fredrik Letzler startade sista sträckan i herrarnas medleylag med en överväxling samt direkt där efter två fjärilstag innan han gick över till vanligt frisim. Red.anm).

Simiadenstatistik

Nu är den klar. Årets Simiadenstatistik. Den består av 50 sidor, manuellt sammanställda av Sven-Bertil Mattsson efter de resultatlistor som skickats in från distrikts- och regionsfinaler. Simiadenstatistiken är fördelad på grenar, åldersklasser och flickor/pojkar.

Simiadenstatistiken kommer tillsammans med annan statistik att publiceras i Svenska Simförbundets årsbok "Simkalendern 1994", som kommer vid årsskiftet. Den som är intresserad av att ta del av Simiadenstatistiken nu kan beställa den hos Simsport.

Fyll i och skicka in eller faxa nedanstående, vi kan inte ta emot telefonbeställningar, så skickar vi Simiadenstatistiken tillsammans med ett inbetalningskort på 25:- för att täcka porto- och kopieringskostnader.

Skicka till: Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg, **Fax: 031-22 32 34.**

Ja, jag beställer Simadenstatistiken 1993 och betalar in 25:- när jag fått inbetalningskortet.

Namn: ----------

Adress: ----------

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