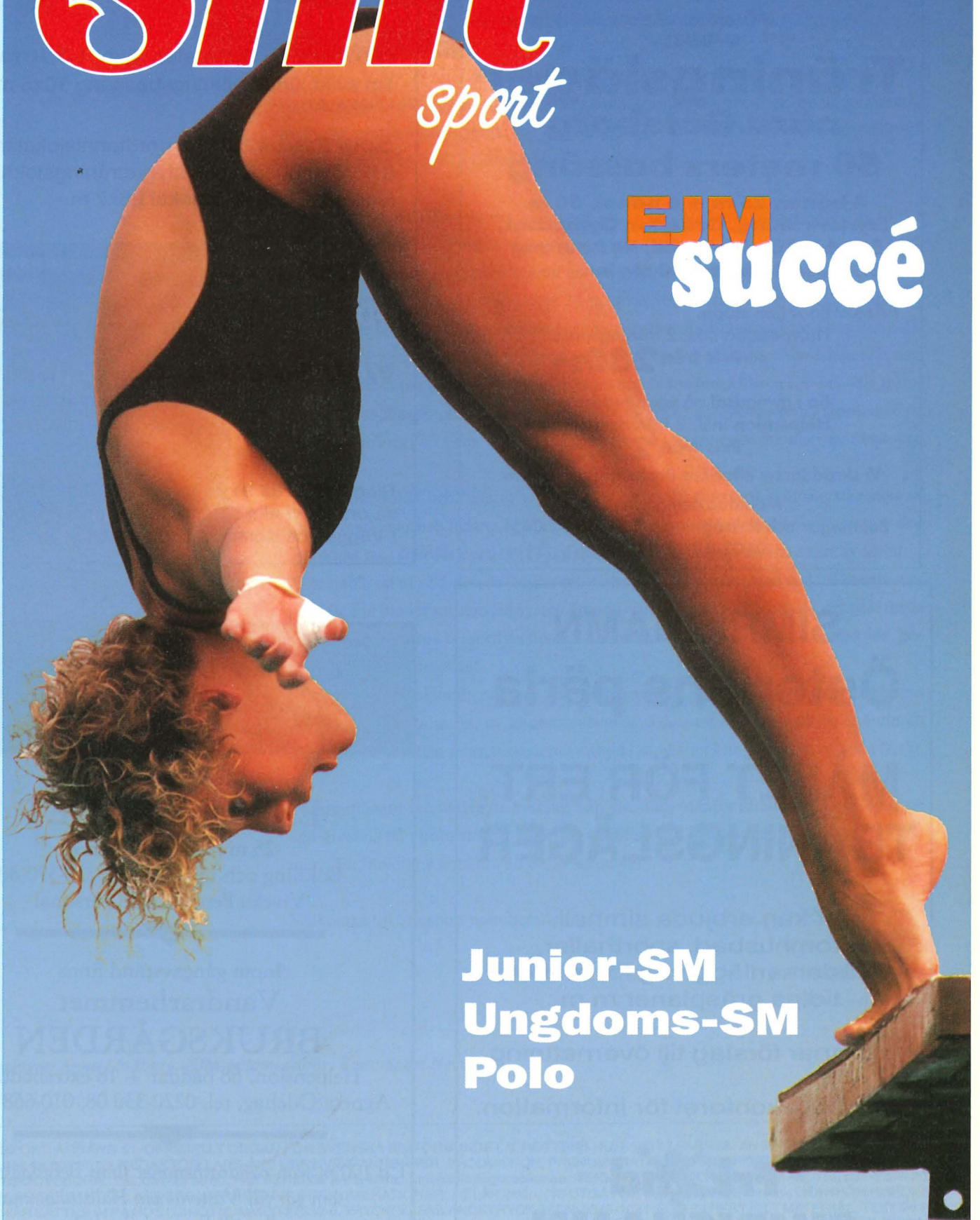
SVENSKA SIMFÖRBUNDETS TIDNING 9-96 PRIS 37:-

Sim sport



EJM succé

Junior-SM
Ungdoms-SM
Polo

TRÄNA SIMMA SOLA

MÖLNDAL - ÅBY
SIMHALL

Träningsläger
nära Göteborg
50 meters bassäng

4 banor, 25 m + 6 banor, 50 m.
Styrketräning, Gräsytor, Gympasal,
Stugby, Lågprishotell, Restaurang.
Allt inom 150 meter.

Prisex. Bo 4 i en stuga.
Halvpension inkl. 2 träningspass.
Pris från 280:-

Bo i gympasal på egen madrass.
Helpension inkl. 2 träningspass.
Pris från 230:-

Vi skräddarsyr efter Era önskemål och behov.

Mölndal/Åby Simhall
Bokningar och förfrågningar 031-85 97 04,
0102 85 97 04

VAGGERYD ERBJUDER!!

Simhall: 25x8,5 meter, djup: 1-3,10 m, 1m svikt, undervisningsbassäng 10x5 m.

Sporthall: 42x21 m, bordtennislokal med 8 bord, motions- och styrketräningslokal, judolokal, bågskyttelokal 26x7 m.

VI HAR... Förläggning på sängar i träningslokaler, självhushåll av frukost inom anläggningen.

VI HAR ÄVEN... Lunch och middagsservering på närbelägen restaurang.

Ring 0393-786 91 eller faxa på 0393-786 96 så ordnar vi alla detaljer för ett trivsamt besök i Vaggeryds Kommun, tre mil söder Jönköping.

SIMRISHAMN
Österlens pärla

MÅLET FÖR ERT TRÄNINGSLÄGER

Vi kan erbjuda simhall, utomhusbad, sporthallar, allvädersanläggning för friidrott, tidiga gräsplaner m.m.

Vi lämnar förslag till övernattning.

Ring fritidskontoret för information.

Fritid
SIMRISHAMN
Tel. 0414 - 19262

SURAHAMMAR

Lätt att nå - värt att åka till!
25 km norr om Västerås.

Du tränar på
EKÄNGSBADET
25 m bassäng, 6 banor
Bokning och upplysning 0220-390 80
Viveka Persson med personal

Inom gångavstånd finns
Vandrarhemmet BRUKSGÅRDEN
Helpension. 68 bäddar + 18 extrabäddar
Agneta Odehag, tel. 0220-330 08, 010-668 64 74

Ca 100 m från vandrarhemmet finns Bergslagspendeln, som går till Västerås via Hallstahammar eller till Fagersta/Ludvika.

VÄLKOMNA!

Välkommen..

till ännu ett nummer av Simsport. Ett nummer som produceras på ett lite annorlunda sätt då vår ordinarie redaktör Lars-Åke Lindqvist är sjukskriven vid tiden för denna tidnings pressläggning. Tack vare alla goda skribenter hoppas vi att ni även i detta nummer av Simsport ska hitta en hel del läsvärt om idrotten simning.

Europamästerskapen för juniorer i Köpenhamn blev en svensk succé. Anna Lindbergs tre guldmedaljer i simhopp och 45 personliga rekord av simmarna talar väl sitt tydliga språk. Jag är övertygad om att vi får se flera av dessa duktiga simmare vid VM 1997 i Göteborg.

För en gammal S02are är det glädjande att se att S02 blev bästa klubb vid JSM i Uppsala. Att vara bäst vid JSM innebär inte med automatik att man blir bästa seniorklubb om några år. För det krävs det en bra organisation duktiga ledare och motiverade, välutbildade tränare. I början av 70-talet var S02 Sveriges klart bästa simförening med en stor bredd på verksamheten. Många av landslagssimmarna hämtades från S02, polojuniorerna vann SM och seniorerna kämpade i polons elitserie. Landslaget i konstsim var detsamma som S02s klubblag och vem minns inte Ullrika Knapes alla framgångar i hoppbassängerna som kröntes med OS-guld 1972. Är det en ny storhetstid på gång i Göteborg? Vi lovar att försöka ge er svaret i kommande nummer av Simsport.

"Idrott mot våld" och "Starta vågen" är två efterföljansvärda ställningstagande av idrottsungdomar och ledare. Men hur ska idrottsrörelsen kunna bli trovärdig när den inte sopat rent framför egen dörr? Jag tänker då på boxning. Denna avart av idrott. "The noble art of self-defens" kallar utövarna själva sin sport medan de slår varandra på käften så blodet sprutar. En sysselsättning vars yttersta mål är att slå ner och skada motståndaren, gärna till medvetslöshet. Det snackas om huvudskydd, tandskydd, poäng och teknisk knockout.
Kalla mig gärna okunnig men jag ser vad jag ser och jag ser vad tusentals ungdomar också ser. Ett legaliserat, av idrottsrörelsen sanktionerat våld. Att då snacka om att med hjälp av idrotten ge ungdomar rätt attityd i samhället klingar falskt, mycket falskt.

Ledare, tränare och aktiva, ta avstånd från allt våld, utanför idrottsarenan på läktaren och givetvis på idrottsarenan. Eller för att citera Pia Zätterstöms ledare i detta nummer, "Ett föredöme är bättre än tusen argument".

Välkomna till Simsport nummer nio...

Anders Wernesten
Förlagsredaktör

INNEHÅLL 9 -96

SID 4 ledare
5-8 ejm, köpenhamn
10 simnyheter
13-14 usm
15 os-sammanfattning
16-17 polo
18 månadens överraskning
21-25 resultat
33-36 officiellt

Omslaget: Anna Lindberg, EJM-guldmedaljör. Foto: Sport Net

SIMSPORT. ÅRGÅNG 51. OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET, IDROTTENS HUS, 123 87 FARSTA. ANSVARIG UTGIVARE: OLLE AXLING 08-605 60 00, REDAKTÖR: LARS-ÅKE LINDQVIST. ANNONSER, PRODUKTION, PRENUMERATIONER: SIMSPORT, VINGALANDSGATAN 8, 417 63 GÖTEBORG, TEL 031-23 33 50, FAX 031-22 32 34, E-MAIL: forlag@forlagspoolen.se. TEKNISK PRODUKTION: PIR87 AB, TEL 031-22 56 20. FÖRLAGSREDAKTÖR: ANDERS WERNESTEN. PRENUMERATIONER: HELÅR 260:-, (10 UTGÅVOR 1996), NORDEN 375:-, UTANFÖR NORDEN 550:-/ÅR SÄTTES IN PÅ POSTGIROTNUMMER 27332-6. TRYCK: VÄRMLANDSTRYCK, 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.

Starta vågen!



"Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt."
"Vi vill härigenom medverka till att utveckla ett bra samhälle. Vi vill vara en medkraft för att utveckla det som är bra och genom skärpt betoning av etik och moral vara en motkraft mot det som är dåligt och nedbrytande."

Tydligare kan det knappast uttryckas. Idrottsrörelsen har tagit ställning! Vi har i vårt nya program - **Idrotten vill** - uttalat vad vi vill stå för. Idrotten vill utveckla människor positivt. Rent spel, kamratskap, respekt och hänsyn ska vara självklara ingredienser. Vi, är lika med idrottsrörelsen, som simidrotten och Svenska Simförbundet är en del utav. Idrotten vill, är det program som antogs för hela idrottsrörelsen på senaste riksidrottsmötet.

Hur ska vi göra för att vackra ord ska bli handling? **Starta vågen - idrottens etiksatsning** är en konsekvens av idrottsrörelsens klara ställningstagande. Etik och moral är personliga frågor. Attityder och värderingar påverkas dock vare sig du vill det eller inte. Idrottens etiksatsning vill öka medvetenheten om detta bland ledare, tränare och aktiva och inspirera till att Starta vågen. Startskottet har gått för etiksatsningen. Vågen har startat! Är du och din förening med i Starta vågen och med när Vågen rullar?

Vi ska vara en **förebild**. Idrotten fostrar. Visa det genom att **ta ställning!** *"Vi tackar medtävlare och motståndare samt funktionärer genom att göra vågen - rörelsen för rent spel"*. Så kan det komma att låta vid nästa tävling om du och din förening hänger på Starta vågen. Lär inte ungdomar att medvetet bryta mot regler. Cyklar du mot rött ljus? Hur mycket för fort kör du bil? Det är viktigt att komma ihåg att vi har sju barn av tio i idrottens föreningsverksamhet. Det de lär sig i idrotten tar de med sig ut i vardagen. Det betyder att vi faktiskt kan vara en motkraft. Om vi vill och bryr oss ... Starta i barn- och ungdomsverksamheten. Barn ska ha roligt i simidrotten och få utveckla sin spontanitet. Att vinna är roligt men inte viktigast. För barnen är kamratskapet viktigast. Man lär sig att umgås i med- och motgång. Man lär sig att lita på varandra i gruppen, att visa respekt och ta hänsyn.

Starta diskussionen! *Sikta mot eliten? Tävla på hög nivå? Ha roligt? Vara med i en positiv gemenskap?* - är frågor att diskutera. När ni kommer till metoderna för att nå uppsatta mål är ni inne på etikfrågorna. I idrottsrörelsen vill vi på alla nivåer utveckla människor positivt. Lever din förenings verksamhet upp till idrottsrörelsens samlade verksamhetsidé? Det är värt att diskutera. **Gå med i Starta vågen** - idrottens etiksatsning. Det finns mycket material att ha som underlag i diskussionerna. För alla åldrar. Kontakta SISU - idrottens utbildningsorganisation - i ditt distrikt, så får ni veta mer om vilka möjligheter som faktiskt finns.

Ett föredöme är bättre än tusen argument, lär någon ha sagt. Jag håller med.

Pia Zätterström
ledamot i Svenska Simförbundets styrelse

STARTA VÅGEN
IDROTTENS ETIKSATSNING

EJM succé

Årets Europamästerskap för juniorer gick i Köpenhamn 8-11 Augusti, d.v.s.sista sommarlovshelgen.
För de 18 uttagna simmarna skulle det alltså bli ett helt sommarlov med förmånen att få träna ihop med andra landslagssimmare.
Samling i Sjöbo söndagen den 6 Juli efter sista grenen på USM äldre och därefter avresa till Degeberga utanför Kristianstad och EJM - läger 1. Framför oss låg tio dagars träning i Degeberga´s 50:a utomhus. Det var med viss oro som vi förberedde oss på att träna ute, eftersom sommaren inte bjudit på någonvärme. Men vi hade tur.
Vattnet höll 27 grader och det var bara vi tränare som frös, mest p.g.a. vår fåfänga att vilja få lite solstrålar på kroppen.
En dag regnade det, och då desto mer! Det tog två dagar för oss tränare att torka våra kläder !
Som bekant är gång och promenader inte någon simmares favoritsysselsättning, så vi hyrde cyklar. Dessa cyklar behandlades mer eller mindre väl, och somliga simmare fick betala lite extra före hemresan för cykelreparationer.
Under hela lägret genomfördes en superstartävling med olika grenar, exempelvis:jämnvikt på gungbräda,
blomsterarrangemang i vattenmelon, tandemcykelstafett, brännboll m.m.
Tävlingsinstinkten var det inget fel på och insatser och stilar varierade stort. Vi tränare hade nog roligast.



EJM-truppen 1996. Foto: Anders Wernesten

Under lägret hade vi totalt tre roliga simpass; en eftermiddag med kulturellt besök vid Alestenar och besök på
Café Annorlunda:ät så mycket bullar och kakor du vill! Allt har en poäng som du äter och Stina Lindman segrade.
En eftermiddag tog vi våra cyklar och drog iväg till Åhus för att bygga sandslott på stranden och äta glass. Det är en enkel cykeltur på två mil ENA VÄGEN! Det var en del ömma bakar efter den dagen.
Efter två dagar bröt vi läger 1. Stugorna vi bott i skulle städas och inspekteras före avresa. Vissa hade mer att städa än andra tillsynsman fick mycket att göra hos en del. Efter läger 1 var det träning på hemmaplan och chans till ompyssling av föräldrar. Efterlängtat av de flesta.

GÖTEBORG

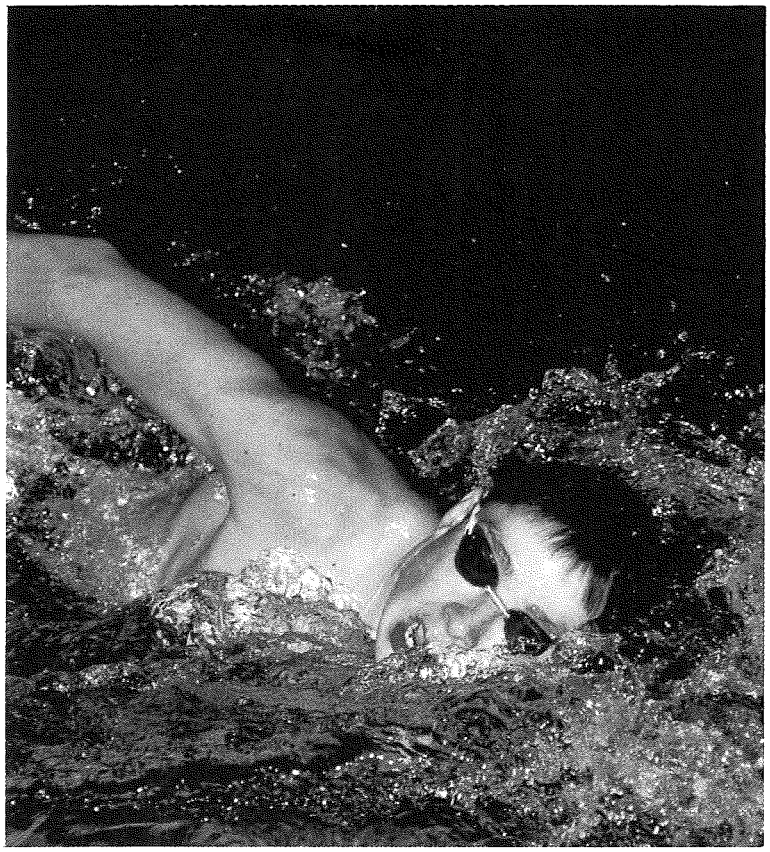
Tisdagen den 30 Juli var det dags för läger 2 i Göteborg. Träning inomhus i Valhalla för att vara säkra på att kunna träna starter, växlingar oavsett väder. Nu började EJM närma sig. Tävlingsnerverna började göra sig påminda, och alltför många började misstro vad de kunde och gjort-

OPTI PEP
PEP XTRA
PEP ANTIOX
PEP energi&näring som pulver, barer och antiox.tabletter

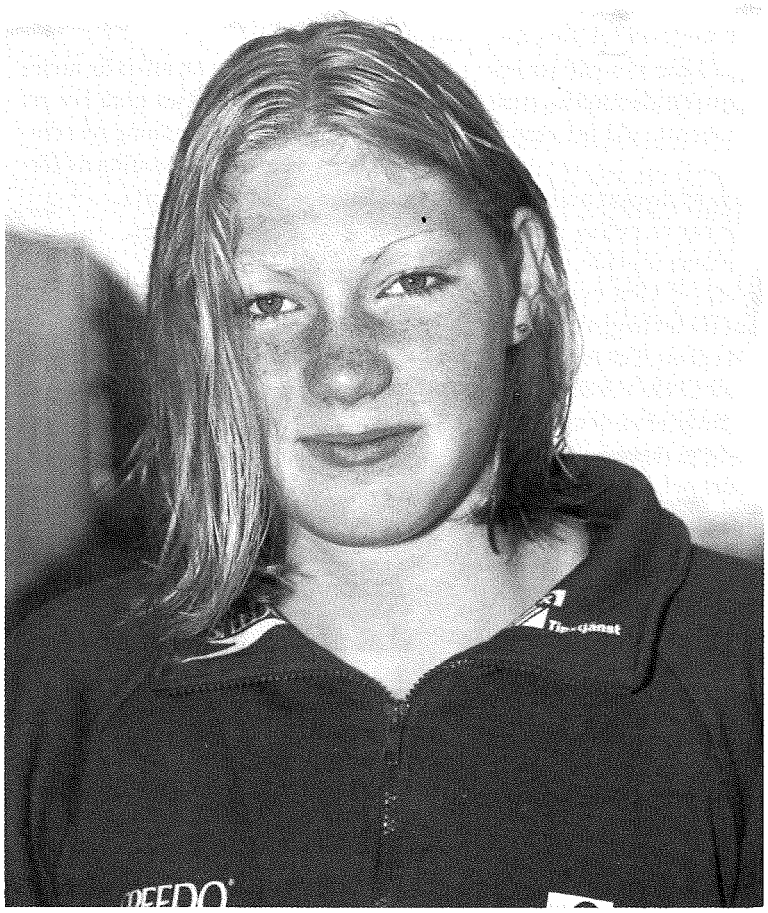
När behövs energiförstärkning?
Varierande och näringsrik kost och rikligt med vätska är A och O för hälsosam och framgångsrik idrottsutsövning. Vid arbetspass längre än en timme rekommenderas energidryck och energikakor (barer) innehållande kolhydrater av maltodextrintyp. I varmt klimat ca 3-7%, i kallt ca 10% kolhydrater per tillblandad volymsenhet.

DIFA Sports & Rehab
Tel 08-97 60 12
Fax 08-97 26 56

powered by
maxim pure energy
maxim PURE CARBOHYDRATE ENERGY
maxim HIGH ENERGY SNACK BAR
MAXIM ren energi som pulver, barer och elektrolytdryck



Markus Borg



Stina Lindman

tidigare under säsongen. Men det började se riktigt bra ut, och alla simmade fort på 50-or och 25-or. Ja, det såg riktigt bra ut, vi började längta till säsongens mål; EJM i Köpenhamn.

Även i Göteborg tog vi ledigt några pass. Dessa utnyttjades till Lisebergsbesök, där Ulrika och jag var helt övertygade om att vi åkt ur stolen på "Uppskjutet" då den var högst uppe. Det var långa sekunder innan vi insåg att vi var på väg nedåt, fortfarande fastlåsta i stolarna. Andra alternativ vi ägnade oss åt var Paddanbåtarna, stadsfrågor samt besök av Johan Plale; idrotts- och prestationsexpert. En höjdpunkt skedde precis innan avfärd mot Köpenhamn; Anders Lyrbring besökte oss och lät simmarna ta del av hans erfarenheter från OS. Några fick autografer och Anders fick blommor från oss. Mycket roligt att han kom och hälsade på, det var ju faktiskt bara ett år sedan Anders själv simmade EJM.

KÖPENHAMN

Bussresa ner. Vi hade vår egen buss och busschaufför, Leif Carlsson. Leif var både tränare och chaufför och vi fick låna buss från Skäret, ovärderligt. Det gav oss stora friheter under hela vår vistelse i Köpenhamn.

Resan ner gick bra men var varm, sommaren hade äntligen kommit till Norden. Vi var bland de första nationerna att anlända, både till hotellet och bassängen. Med andra ord var vi först att mäta in vårt revir på läktaren och i matsalen. Även Josef´s massagebänk fick en bra plats där det var lätt att hålla kontakten med varann under tävlingspassen.

Innan tävlingarna satte igång passade vi på att titta lite på Köpenhamn. Även här medelst båt för att undvika varje simmares skräck; gång. Innan båtturen fick vi bevittna en något överförfriskad dansk som föll över kajkanten i Nyhavn varvid polis och brandkår fick tillkallas.

På torsdagen satte det vi längtat efter igång; EJM.

I år deltog 38 nationer och 490 simmare.

Redan från första dagen och grenen kunde vi konstatera: SUCCÉ vid junior-EM i Köpenhamn.

Valter Magnusson började med att slå nytt svenskt rekord på 100 m fjäril med 55.43.

Det gamla hade Pär Arvidsson, och det var från 1977! Det mesta gick de svenska simmarnas väg under försöken, så en ny chans att simma ännu fortare gavs på kvällen. Första dagens finalpass gav ytterligare ett svenskt juniorrekord. Denna gång av

Micke Jacobsson på 200 m med ley. Även detta rekord var gammalt, från 1983 och hölls av Anders Pettersson.

Till torsdagens finalpass utökades vår trupp av Hans Chrunak, ett av oss uppskattat besök. Hans stannnade även under fredagen men missade tyvärr tävlingens höjdpunkt: Sverige vann 4x100 m fritt herrar, gastkramande ansåg vi på läktaren, där stämningennärmast kan liknas vid hysteri.

Under nationalsången hjälpte vi alla till, mest hördes vår körsångande läkare Per Berglund.

Under alla träningspassen hade vi många fans från Sverige på läktaren, det var familjer, tränare och simmare.

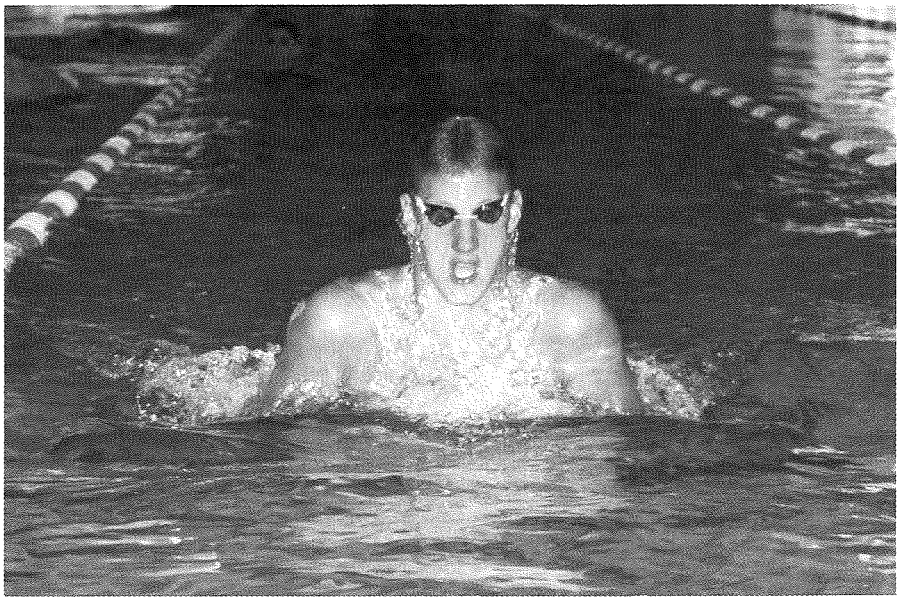
Roligt var även att se tidigare års EJM-simmare, nu i seniorlandslaget eller före detta Atlanta -96-gruppen, klädda i sina Sverige T-shirts. På torsdagen gav de en välbehövlig hjälp att heja fram "de svenske", för det där med att heja var inte vår bästa gren under den första dagen. Så småningom vaknade vi och tog de övriga nationerna med häpnad och formligen krossade motståndet, en stolt tradition Sverige har; hejaklacken.

När söndagen kom och tävlingarna var slut, var det byteshandel av simprylar från andra nationer samt en annan viktig detalj; Farewellparty. En till synes genomsvettig historia där alla dansar som om de hade betalt för det. Jag är övertygad om att simmarna som var med kan ge den som önskar mer detaljer. Vi tränare är bara där som förkläden.

Årets EJM blev alltså succé, eller vad sägs om: 1 guld, 2 silver, 2 brons, 13 finaler, 2 svenska rekord, 45 personliga rekord. Samtliga simmare slog minst ett personligt rekord! Och detta av en trupp som bestod av 15 debutanter och endast 3 rutinerade EJM-simmare.

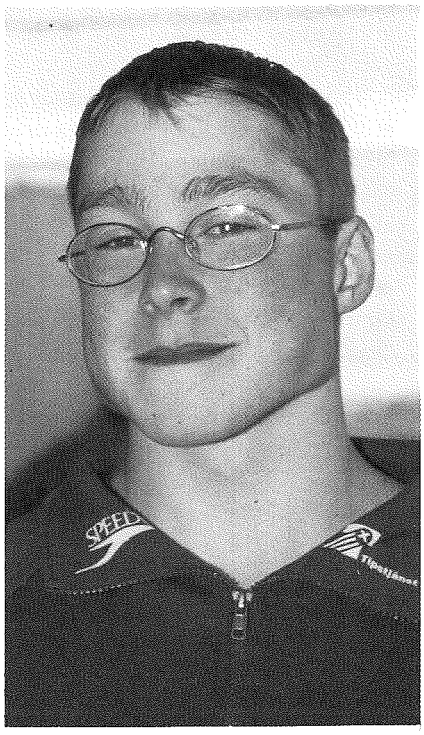
Ett stort tack till alla er som var med.

Anne Forsell
Förbundskapten J+M



Micke Jakobsson





Carin Andersson och Max von Bodungen

DELTAGARE

Simmare: Valter Magnusson, Micke Jacobsson, Anders Wallin, Marcus von Bodungen, Henrik Norén, Mats Forslund, Marcus Borg, Johan Ericsson, Magnus Fredriksson, Emma Pålsson, Josfin Lindgren, Charlotta Svensson, Karin Andersson, Emely Zakrisson, Stina Lindman, Jessica Granlund, Louise Mikiasson, Anna Ricknell

Tränare: Anne Forsell, Ulrika Sandmark, Leif Carlsson, Nisse Hjertstrand

Massör: Josef Michlewicz

Läkare: Per Berglund

Ledare: Pia Zätterström

EJM i Köpenhamn i simhopp

TRE GULD

TILL SVERIGE

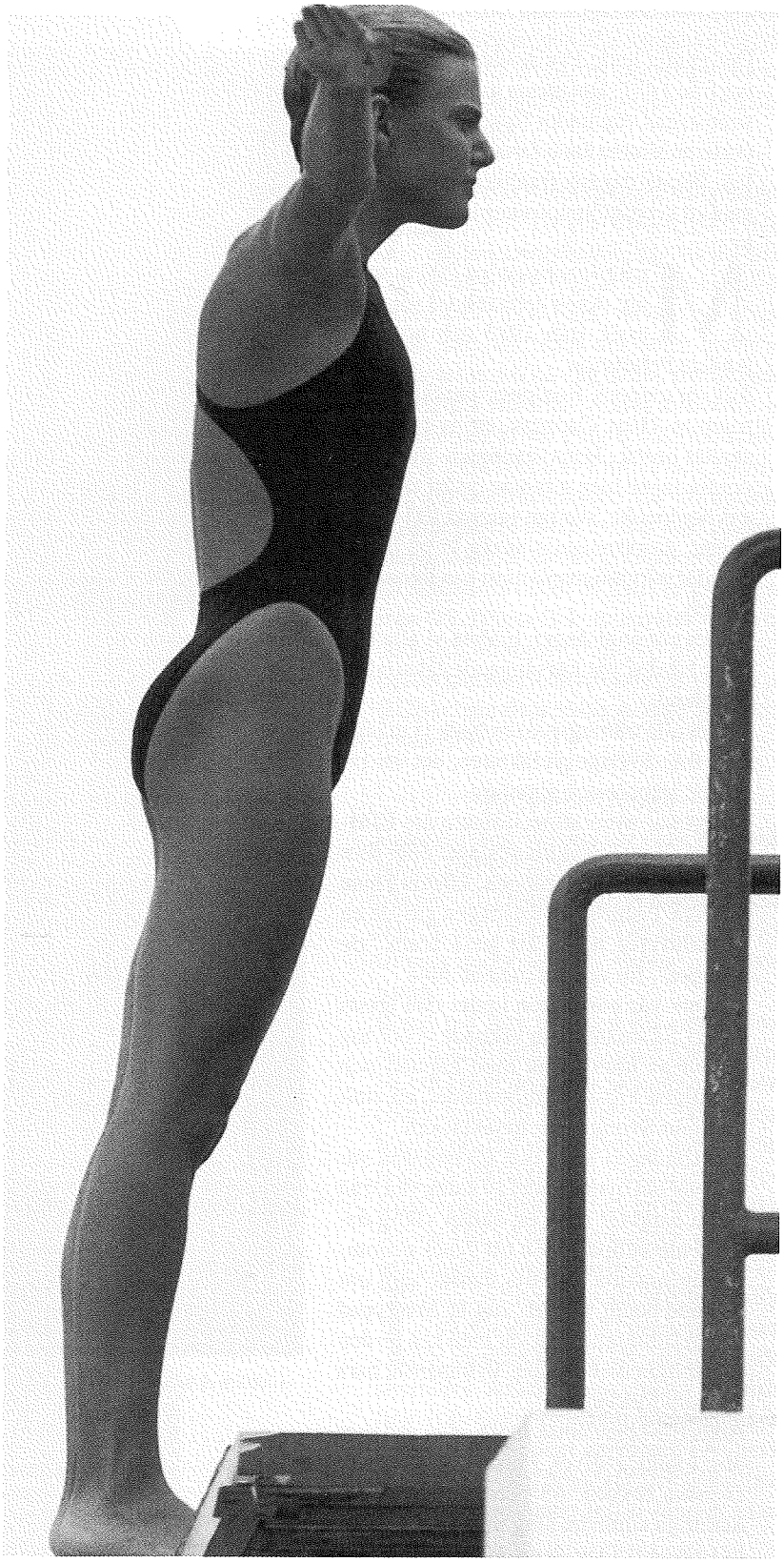
Anna Lindberg stod för om inte en sensation så åtminstone för en stor bedrift genom att vinna samtliga grenar i ungdomsklassen på Europamästerskapen för juniorer i Köpenhamn den 8-11 Augusti. Anna som hemskt gärna ville göra ett bra EJM utklassade sina lika gamla konkur-renter på framförallt 3m och höga hopp, där hon inte gjorde några misstag. På 1-meterssvikten låg hon i en betryggande ledning, och kunde kosta på sig några småmissar i de avslutande hoppen.

I samma klass gjorde Sofie Nilsson sin internationella mästerskapsdebut. På 3m kunde vi konstatera att det gick mindre bra, men på Sofies för tillfället bästa höjd, 1m, blev det en fin 10:e placering. Freij Thulin, som deltog bland de yngre killarna satte framförallt personligt rekord på 3m.

Freij placerade sig ungefär i mitten av startfältet i alla tre grenarna. Han kan glädja sig åt att han får chansen ytterligare ett år i samma klass, och då kan vi säkert räkna med betydligt högre placeringar.

Jenny Granath tävlade som junior för sista gången på ett stort mästerskap. Nästa år kliver Jenny in i seniorklassen. Hon hade lite otur med ett ömmande öra, och fick kanske inte riktigt chansen att hoppa in sig ordentligt före tävlingarna. En slutlig 7:e placering blev det dock för Jenny.

Simon Chrisander hade på papperet en tuff uppgift i pojkarnas juniorklass. Simon hoppade dock mycket stabilt, och gjorde bara några mindre misstag i båda sina tävlingar, medan många av de mer namnkunniga hade svåra problem med en besvärande blåst. På 3-meterssvikten var det en hård fight med italienaren om bronsmedaljen.

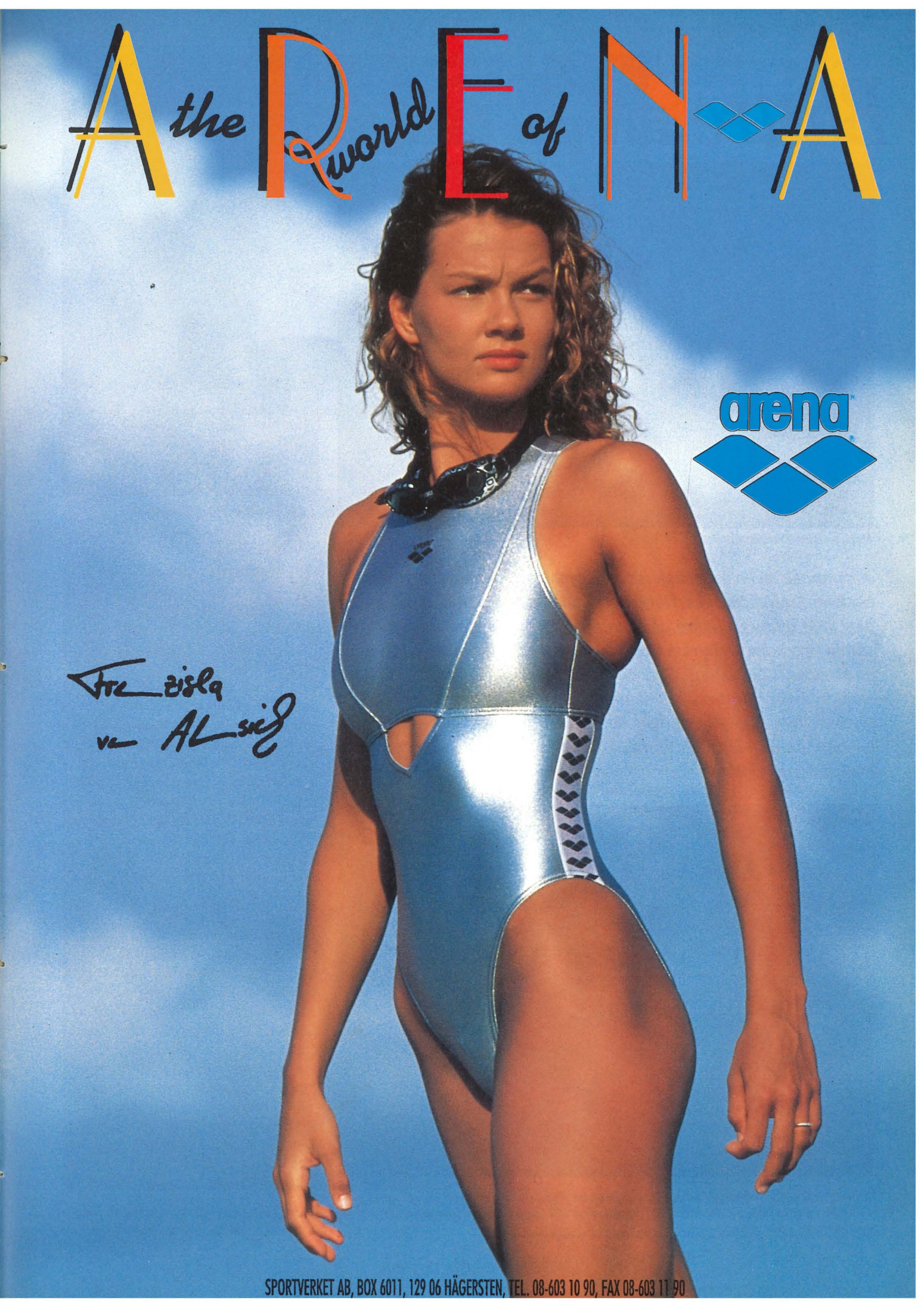


Anna Lindberg, FOTO: Sport Net

Simon fick dock ge sig till slut, men skall ha en eloge för placeringarna 4:a och 5:a på 3 respektive 1m.

Sammantaget kunde både undertecknad och Bosse Sjögren (tränare) konstatera att vi hänger med mycket bra på juniorsidan i Europa. Före oss finns det nationer som Tyskland, Ryssland och Ukraina, men därefter kommer som fjärde nation just nu Sverige.

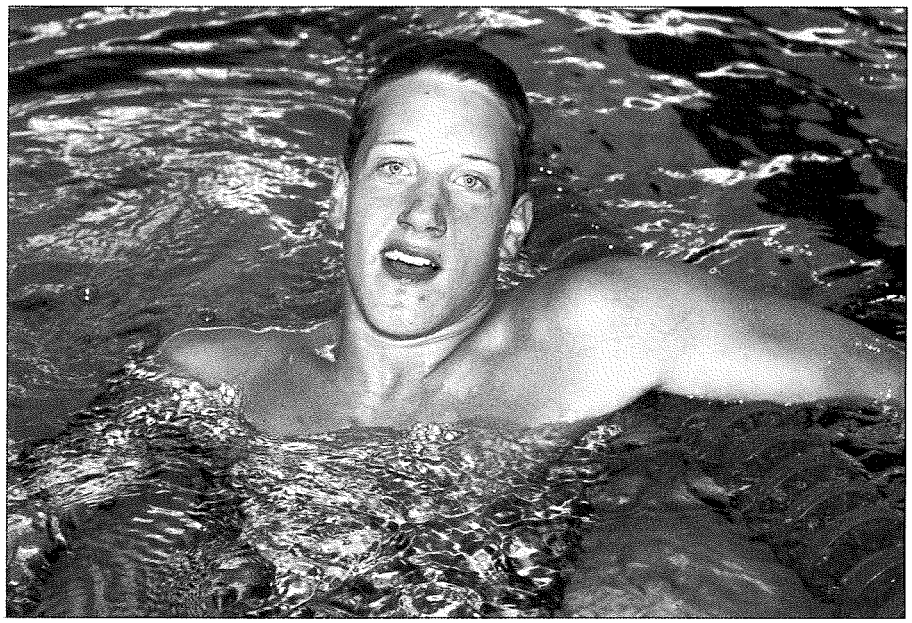
Pär Berg



SPORTVERKET AB, BOX 6011, 129 06 HÄGERSTEN, TEL. 08-603 10 90, FAX 08-603 11 90

JSM-96

Bättre än på länge



Mattias Ohlin, Trelleborgs SS



Johanna Sjöberg, Helsingborgs S.

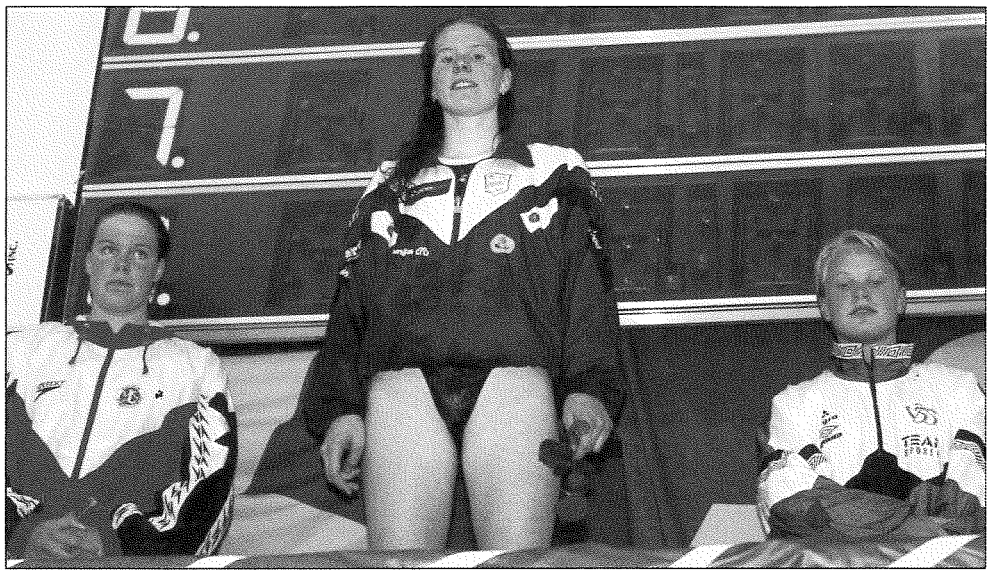
Juniorernas svenska mästerskap i simning i Uppsala simmades i seniorernas försökspass. När juniorsimmarnas resultat utkristalliserats blev JSM ett av de bättre på senare år. Av alla grenar var resultaten sämre i bara sju grenar på flick- respektive pojksidan jämfört med för ett år sedan i Landskrona. Sprindingen var också sådan att förbättringar skedde även i de tyngre grenarna. Juniorerna är på gång och bör mycket väl kunna fylla ut efter de seniorer som tänker sluta. En del juniorer, särskilt bland flickorna, är redan bofasta i seniorlandslaget. Det märktes i Uppsala.



Ett nytt, ungt ansikte, som skall bli mycket intressant att följa i framtiden. Ystads Josefine Lindgren, 14 år, blev femma både på 200 m och 400 m medley vid JSM, bara sekunden från medalj. Hon simmade även båda seniorfinalerna.

Helsingborgs Johanna Sjöberg simmade till sig fem individuella guld och var med i det segrande laget på 4x50 m medley. Pojkarnas motsvarighet blev Trelleborgs Mattias Ohlin men med ett guld bättre. Flickorna svarade för tre juniorrekord, alla i lagkapper genom S 02s Josefin Lillhage, Anna Ericson, Karin Holmstedt och Claire Hedenskog på 4x100 m fritt, 3.58.68, Malmös Lotta Wänberg, Helen Svensson, Lisa Wänberg och Camilla Helgesson på dubbla distansen med 8.32.85 samt genom Helsingborgs Nelly Jörgensen, Emma Igelström, Johanna Sjöberg och Therese Engberg på 4x50 m medley, 1.59.41.

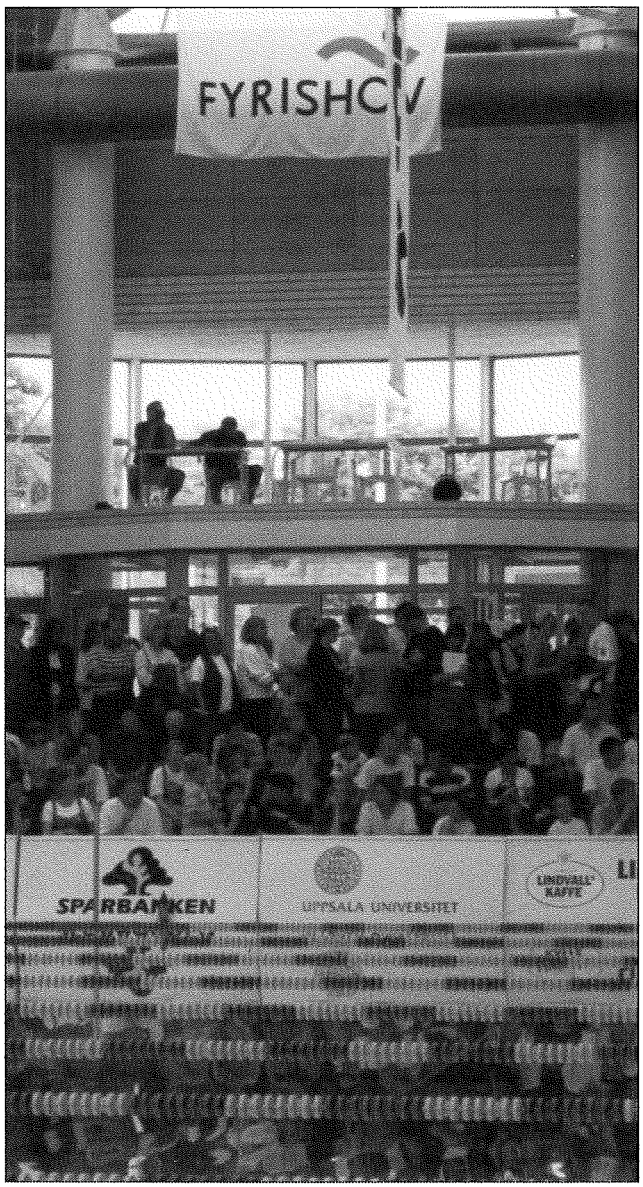
Pojkarna var även där ett snäpp bättre med fyra rekord; 4x200 m fritt S 02 genom Mattias Volmefjord, Andreas Gustavsson, Oscar Hederström och Anders Lyrbring, 7.51.00 och 4x50 m medley, Trelleborgs SS med Mattias Ohlin, Christian Clausen, Jesper Mörking och Marcus Borg, 1.49.11. I det laget blev det rekord genom Mattias Ohlins förstasträcka, 50 m rygg på 27.05. Det andra individuella rekorder under JSM svarade Växjös Andreas Michael för på 50 m bröst, 30.10.



Skäret blev tionde bästa klubb på JSM bland andra tack vare Kristina Shermans, i mitten, seger på 200 m medley. Till vänster Sofia Svensson, Eslöv silver och till höger Marie Ulfves, Västerås, brons.

S 02 Göteborg blev bästa klubb med 772 poäng, 76 poäng före Malmö KK. Därefter följde två skåneklubbar, Helsingborgs S, 542 och Trelleborgs SS, 532 före Södertälje, 518, Väsby SS, 452, Ystads SS, 402, SK Neptun, 356, Upsala S, 298 och bohusländska Skärets SS, 246. Två västkustklubbar på Tio-i-topplistan, fyra skåneklubbar och fyra från Stockholm med omnejd om Södertälje och Uppsala ursäktar med att räknas dit. Bästa klubb norr om Dalarna-Gästrikland blev Haparanda SK/T Sim på 34:e plats. Å andra sidan är det svårt att komma mycket längre norrut.

Det innebar att verkligen hela Sverige var representerat på JSM. Så framstående juniorer finns med flera rekord, resultaten över lag bättre än tidigare. Det ser allt ganska ljust ut.



Upsala S, 200 år ungt, bjöd på ett bra mästerskap där även juniorerna fick uppleva lite fest inför fullsatta läktare.

S 71 HÄSSLEHOLM
söker
SIMTRÄNARE

S 71 söker en simtränare som skall ansvara för vår B-grupp, som består av många USM-simmare i åldern 11-13 år, däribland några medaljörer. Det kan även bli tal om andra arbetsuppgifter.

Du bör ha minst steg 2-utbildning och erfarenhet av en träningsgrupp på denna nivå.

S 71 är en klubb med ca 700 medlemmar och var 7:e bästa klubb på USM hösten 1995 och är på ständig frammarch med många lovande simmare.

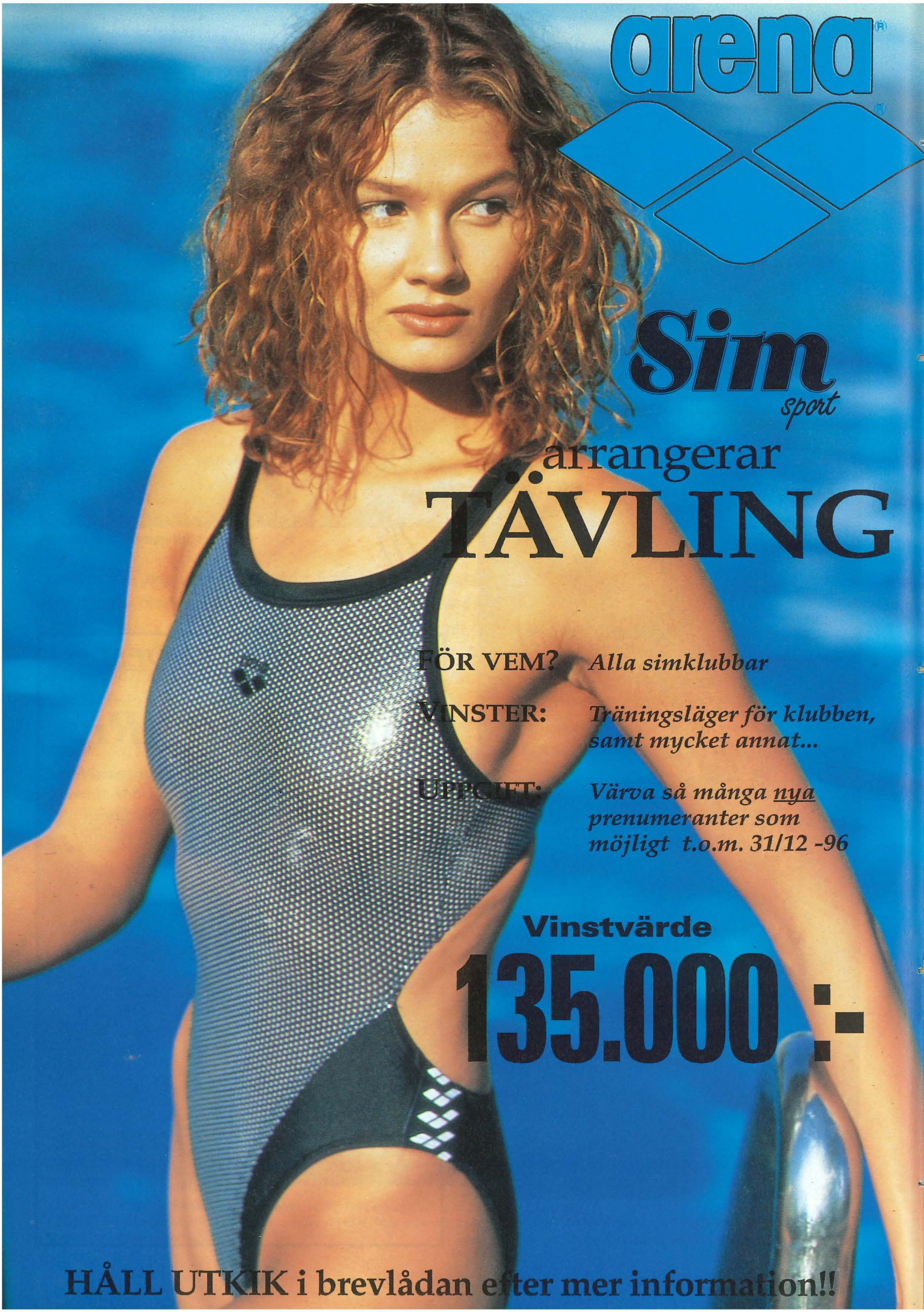
Om du är intresserad så hör av dig till:

Chefstränare Mikael Björklund 0451-824 10 el 128 91
Ordförande Thomas Carlsson 0451-153 88 (kvällstid)
Trn-kom ordf Ulf Larsson 0451-841 50 (kvällstid)
så kan vi diskutera typ av anställning och löneanspråk.

Tillträde omgående.

Vill du skicka in din ansökan med meritförteckning, så går det bra att göra det till:

S 71
Östra Hagagatan 2
281 36 Hässleholm


arena
Sim
sport
arrangerar
TÄVLING
FÖR VEM? Alla simklubbar
VINSTER: Träningsläger för klubben, samt mycket annat...
UPPGIFT: Värva så många nya prenumeranter som möjligt t.o.m. 31/12 -96
Vinstvärde
135.000:-
HÅLL UTKIK i brevlådan efter mer information!!

Ungdoms-SM

äldre

6-7 juli i Sjöbo



98 klubbar och 380 ind. startande simmare var på plats när USM, äldre avgjordes Sjöbo 6-7 juli. Sammanlagt gjordes över 1500 starter (ind + lag) i trevliga Orebadet.

Arrangemanget blev en stor succé för Sjöbo SS, klubben skall ha en blomma för ett mycket fint genomfört mästerskap. En vältrimmad funktionärsstab, som tillsammans med "speakers" Classe Widén och Ronny Andersson, såg till att tävlingarna hade flyt under dagarna två.

Okey, tävlingarna tog ca. 4 timmar (första passet 5 timmar!) i anspråk kanske i mesta laget, men detta berodde på att kvaltiderna i flera fall var "snällt" tilltagna detta andra år som USM-tävlingarna ägde rum, tiderna var framtagna utefter resultaten i Västerås 1995 då klart färre deltagare var med. Så inför nästa år så finns det lite mera att "gå på" när kvaltiderna skall sättas. De flesta ledare/tränare på plats menade att denna typ av tävling bör hålla på i max. 3-3,5 timmar per pass.

I Orebadet deltog simmare i åldern 14-16 år och vad fick vi se? jo, gedigna insater av "etablerade" simmare som Emma Igelström (Helsingborg) och Malin Svahnström (Väsby) som båda gjorde det som behövdes för seger i sina lopp i klassen 15-16år. Bland tjejerna i övrigt så dominerade Väsbys Emely Zakrisson stort i klassen 14år med 5 segrar.

Bland pojkarna 15-16år så imponerade David Landgren (Ystad) stort i sina medleylopp. Han har ett mycket bra bröstsim, vilket är en förutsättning för att kunna bli något "stort" internationellt sett. Det skall bli intressant att följa Davids utveckling framledes.
Även i den yngre klassen fanns en medleysimmare också med ett bra bröstsim, nämligen David Gustavsson, NKK, han vann överlägset både 200 m och 400 m medley. Torbjörn Kock, Triton hette annars den store dominanten i klassen 14år, Thorbjörn noterades för hela 7 segrar ! fördelat på frisim och ryggsim.
En annan simmare i 14-års klassen som undertecknad tror kan gå långt är MKK:s Anders Palm som bl.a. vann 1500 m. Anders simmar med en härlig teknik och har dessutom en "kick" på slutet.
Kör hårt Anders !, svensk simning behöver en ny "Stefan Persson" (EM 4:a både -87 och -89, svensk rekordhållare med 15.17,01)

Jag har i texten ovan inte nämnt några tider, dessa kan du troligtvis läsa om i Simsport nr 10 -96.

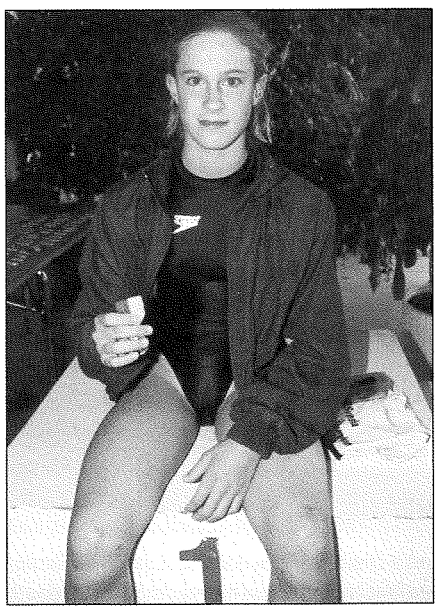
Väl mött i Halmstad 1997, där SK Laxen arrangerar USM-äldre 5-6 juli.

Berth Johansson

yngre

Segt men festligt i Göteborg

Sommarens höjdpunkt för de yngsta tävlingssimmarna, SM, blev i Göteborgs Valhallabad, en segdragen föreställning. Det blir gärna så när fler än 60 grenar skall klaras av på två dagar. Drygt fyra timmar första tävlingspasset är i längsta laget. Det tyckte många. Men det var inget fel på humöret hos tävlande och publik när de "små" visade upp sig. Det finns en god återväxt i svensk simning även om ett fåtal namn dominerar respektive klass.



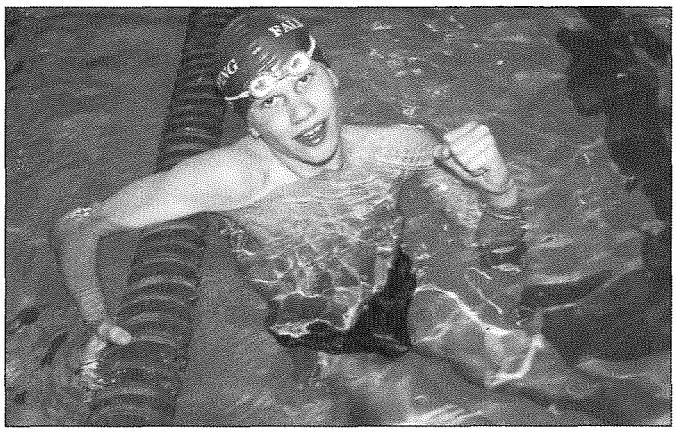
Ann Berglund, 12 år och Jönköpings SS med ett av många guld.

I Göteborg simmades de tre yngsta klasserna, 13 år, 12 år samt 11 år eller yngre. Flickornas yngsta klass dominerades eftertryckligt av SK Tritons Ida Mattsson. Hon vann allt i sin åldersklass. Dessutom på bra tider, ibland med bättre resultat än i den äldre klassen. (Se även månadens överraskning). Alldeles bakom fanns Södertörns Anna Csik. Mycket bra var också Kalmars 10-åriga Malin Fredriksson, lägg det namnet på minnet, som tog silver i bröstsim och brons på 200 m medley.

Forts. nästa sida ▷

Jönköpings Anna Berglund, flickor 12 år, styrde och ställde i frisim och rygg samt medley. I bröstsimmet var Borlänges Amanda Hovlind bättre. Precis som för ett år sedan. Cathrine Carlzon, Södertörns SS och Cecilia Blom, S 71 Hässleholm var lika dominanta i äldsta klassens frisim, rygg, bröst och medley. Det var bara i fjärilen som Faluns Mia Brodén stack upp.

I pojkarnas yngsta klass var Ted Sörensen, Vellinge-Näset SK, en kul bekantskap. Hans vilja att vinna var start. Patrik Lager, Österby SS tillsammans med Michael Berndtsson, SK Elfsborg och Theodor Ottosson, SK Lödde,



Erik Pönni, Falköpings SS, en frisk fläkt bland de 12-åriga pojkarna.



Mia Brodén, Falu SS och duktig fjärilssimmare flankeras här efter guldet av Cecilia Andersson Söderhamns SS t v och Lisa Nielsén, SK Sydsim.

var andra unga simmare som säkert kommer att låta tala om sig i framtiden.

De ett år yngre pojkarnas simning hade en klar dominant i Falköpings Erik Pönni. Erik simmar med en härlig teknik. Så ökade också hans segermarginaler desto längre distans han simmade.
Mujo Mujanovic, SK Ran i Malmö, är en av flera som väntar på större uppgifter. Hans fjärilsim är mycket bra, en och en halv sekunds marginal till tvåan visar på överlägsenheten. Med bra teknik redan i unga år väntar en fin framtid.

Flickornas lagkapper fördelade sig över landet medan Södertörn var överlägset bland pojkarna. Tre guld av fyra möjliga samt ett silver.

1996 - Ett mellanår

SIMNING

Den internationella simidrotten trampar vatten. När långbanesäsongen avslutats har totalt sett ingen större resultatutveckling skett. Vid OS i Atlanta var bara nio av 26 individuella simgrenar bättre än i Barcelona fyra år tidigare. Fem för damerna och fyra för herrarna. Detta fastän förhållandena i Atlanta borde varit de bästa med snabb bassäng och nästan inomhus. För svensk del har utvecklingen skett på damsidan, även om det var i en herrgren medaljen kom. Herrarna har en bit kvar till världstoppen. Den ende som alltid finns där och funnits där de senaste tio åren, är Anders Holmertz. De svenska damerna tog i Atlanta flera rejäla kliv mot toppen och Linda Olofsson, Lena Eriksson, Johanna Sjöberg, Louise Jöhncke, Hanna Jaltner och Louise Karlsson är i final eller alldeles i närheten.

Att de individuella världsrekorden på OS kom i teknikgrenar som bröst- och fjärilsim, var ingen tillfällighet. Det är också i tekniken som de största vinsterna kan göras. Den råa styrkan, som tidigare hos kinesiskorna, gäller inte i lika hög grad längre. Irlands Michelle Smith är undantaget som bekräftar regeln. Kan ha med kosthållningen att göra. Detsamma gällde herrarna. Den enda resultatförbättringen i frisim, jämfört med Barcelona, kom på 100 m fritt där Alexander Popov jagades av Gary Hall till seger. Popov grundlade den med sin överlägsna start och vändning. Hans längd gör visserligen sitt till men tekniskt är han överlägsen i start och vändning. Även mot Brasiliens Borges som har ungefär samma höjd över vattenytan.
De 96 medaljerna i simning fördelade sig på 19 nationer. Irland tog fler guld än Australien och en stormakt i simning som Tyskland, blev helt utan guld. Det verkar inte längre vara någon ordning i internationell simning. Små nationer som just Irland, Nya Zealand, Belgien och Costa Rica tog guld. Andra mindre nationer som Kuba, Finland, Sverige och Nederländerna tog silver eller brons. Men gemensamt för många av dessa nationers enstaka simmare är att de tränar i USA eller Australien, exempelvis bröstsimmerskan Penelope Heynes, Sydafrika, som tränas av Jan Bidrman i USA. Dock inte Kuba. Därför är det fantastiskt att Sverige håller sig så väl framme i världstoppen då simmarna sin mesta tid tränar i bland annat Södertälje, Uddevalla, Helsingborg och Växjö.

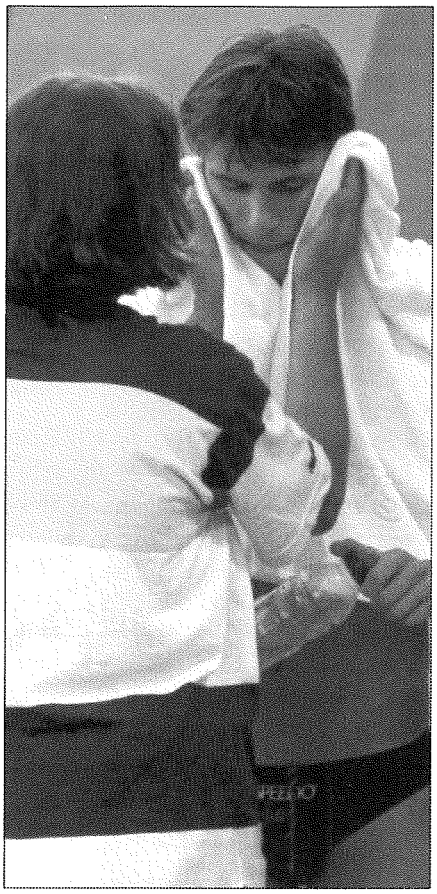
Slutledningen är att det inte går att träna så mycket mer. Tekniken blir allt mer utslagsgivande till internationella förbundet, FINA, ändrar reglerna. Forskning, främst inom kosthållning, får en ännu större betydelse. Fuskarna får allt svårare, tack och den mentala biten hos simmare och tränare blir viktigare. Simningen växer globalt. Även om de bästa simmarna från de mindre nationerna tränar och tränas i USA och Australien har dessa simmares framgångar stor betydelse för simningens utveckling i deras hemländer. Det kommer därför att bli ännu tuffare att vinna i Sydney om fyra år.

SIMHOPP

I simhopp har svårighetsgraderna ökat avsevärt på fyra år. Det är därför mer än anmärkningsvärt att Anna Lindberg blev åtta på 3 meter. Hennes svårighetsgrad är inte lika hög som de bästas ännu men då Anna utför sina hopp i det närmaste perfekt får hon poäng därefter och håller sig väl framme. I Atlanta var hon med för att presentera sig och för att få erfarenhet. Hennes perfektionism avspeglar sig också på hennes sätt att vara runt bassängen. Ingen annan har sådan ordning på utrustning och annat som Anna. Om fyra år har även kraven från omgivningen ökat. Kinas Ming Xia Fu var överlägsen med mer än 60 poängs förbättring i höga hopp jämfört med Barcelona. Poängen för medaljörerna var överhuvud taget klart bättre än för fyra år sedan. Hoppen har inte bara blivit svårare. Hopparna gör även bättre ifrån sig.
Detsamma gällde på herrsidan. Joakim Andersson, som försvann med ett par överslag i försöken på 3 meter, har kanske inte gjort sitt. Fortfarande tillhör han europaeliten, om han vill och kan försvara sin position i Sevilla vid EM om ett knappt år. Men OS blev en stor besvikelse. Då är Jimmy Sjödin ett större hopp om fyra år. Han visade i Atlanta att han är på god väg. De hopp han har i sitt program sätter han fint och med ökad svårighetsgrad blir det final i Sydney på höga hopp.
Kinas herrar vann dubbelt på 3 meter. Segerpoängen var över 700. Det är 25 poäng högre än i Barcelona. På 10 meter var årets gigant, Dmitri Sautin, lika överlägsen. Hans hopp är inte bara svårare än konkurrenternas. Han utför dem näst intill formfulländat. Frågan är om han fortsätter och vem som i så fall skall ta över. Men ingen vet hur gammal en simhoppare kan bli. En annan fråga är om det går att göra hoppen så mycket svårare.

KONSTSIM

Konstsimmarna verkar ha accepterat den undanskymda rollen på OS. I Atlanta blev det mer show och uppvisning. Idrotten kom i bakvattnet. Det är synd. Även om åtta flickor simmar fantasifulla program som i sig är mycket ansträngande och stor idrott blir det lite för mycket lagkapp över det hela. Idrottsmannen, eller kvinnan, försvinner. Solo och par är överlägsna som idrott. Men som underhållning var



Anders Holmertz. Foto: Bildbyrån

lagtävlingen fin. Programmen har utvecklats, blivit mer harmoniska i kombinationen åtta flickor-musik.
Uppvisningarna har också blivit roligare med mer show. Tyvärr på bekostnad av idrottsprestationen som glöms bort av publiken. Skall konstsimmet bli den stora idrott som det är måste de ansvariga de närmaste fyra åren utveckla solo och par så att även IOC förstår vad det handlar om. Lagtävling i all ära men det blir lite mycket uppvisning av samma sak.
Att USA vann i Atlanta kom inte som någon större överraskning. Satsningen på hemmaspelen gav utdelning. Lika naturligt var det att Kanada och Japan kom närmast. I dessa nationer har konstsim hög status. De tre europeiska lagen som följde närmast i finalen, Ryssland, Frankrike och Italien, har länge varit Europas bästa, även i solo och par. I dessa länder finns det många simmare, duktiga tränare och ledare, som tillsammans utvecklar konstsimmet vidare. Där finns en hel del att lära.

VATTENPOLO

Den bästa vattenpolon i världen spelas i Europa. De sex främsta nationerna vid OS kom från Europa och av finalspelets tolv lag var bara hemmanationen, USA, utomeuropeisk. Efter att ha varit bäst i världen sedan början av 1990-talet fick Italien nu ge sig redan i semifinalen. Spanien och Kroatien gjorde upp om guld och silver i en tät final som spanjorerna vann. Lika tätt, men målrikt, blev det i bronsmatchen mellan Italien och Ungern där italienarna vann. Klen tröst efter fem års världsdominans. Spanien har de senaste åren tillhört världstoppen och under Jugoslaviens bortavaro från internationell polo har ett land som Kroatien utvecklats och är nu i toppen för att stanna. Polon är stor i länderna runt Medelhavet och i östra Europa. Där finns en tradition som det tar tid för andra att komma ikapp.
Polons status i dessa länder är mycket stor med ett seriespel som lockar till full-satta läktare och stjärnstatus för de bästa. Därför finns det ingen brist på bra spelare.
OS visade att spelet har blivit snabbare och mer krävande. Samtidigt har tjuvtricksen och det orena spelet något fått ge vika för nya kombinationer.
Spelarna har blivit mer specialiserade och hjärnorna på kanten har fått mer utrymme för taktik och nya spelvarianter.
Det lär dröja med svenskt deltagande vid OS. Å andra sidan klarade svenskarna att hålla sig kvar i Europas B-grupp och är klara för nästa B-EM.

VAD HÄNDER NU?

OS gav besked om att simidrotten blivit större. Allt fler nationer deltar.
Resultaten blir allt svårare att överträffa. Simningen har för flera blivit en sysselsättning som kräver heltidsengagemang. Länge har studier varit ett alternativ till ekonomisk ersättning. Nu tar pengarna en allt större plats under den tid som det är möjligt att hålla sig i världstoppen. Forskning och utveckling, teknik och medicin, har blivit viktiga ingredienser för att behålla positionerna. Simidrotten har en möjlighet att ta en plats i allmänhetens medvetande även mellan två olympiska spel. Men då måste det ske en attitydsförändring hos ansvariga. Det är en komplex fråga som skall diskuteras i simvärlden - Att sätta rekord en gång varje år eller att vara med i topper flera gånger om året. Kanske kommer rekorden då av sig själv.

Lars-Åke Lindqvist

”En pool full med polo”

av Lars Fjärrstad

1) Sverige klara för B-EM 1998

Sverige klarade målsättningen att direktkvalificera sig till nästa B-EM genom att belägga 8:e plats, när B-EM avgjordes på Malta den 31 maj - 9 juni.

Men trots en resultatförbättring jämfört med Sofia 1994, visar matchresultaten att svensk polo är på väg att halka efter ytterligare, om inte PK, klubbar och förbundet satsar hårdare.

Eftersom turneringen är ett par månader avlägsen, när du läser detta, skall jag bara i korthet redovisa resultat och matchbilder och i stället koncentrera mig på vad PK föreslår styrelsen för att utveckla polon.

I B-EM deltar 12 nationer fördelade på fyra grupper (placeringar efter gruppspelet):

Grupp A		Grupp B		Grupp C		Grupp D	
Jugoslavien	4 p	Vitryssland	4 p	Rumänien	4 p	Slovakien	4 p
Frankrike	2 p	Malta	2 p	Israel	2 p	Sverige	2 p
Österrik	0 p	Tjeckien	0 p	Belgien	0 p	Moldavien	0 p

Eftersom de nio bästa lagen är klara för B-EM -98, krävdes endast en seger av det svenska laget för att klara avancemang. För vår del gällde matchen mot Moldavien (6:a i Sofia -94) ”vinna eller försvinna”.

Efter ”uppvärmningen” mot Slovakien (7-18) tog ett laddat svenskt lag Maltas nya simstadion i besittning. Alla visste vad som gällde: att i försvaret pressa hårt, utnyttja simstyrkan i kontringarna och vara effektiva i 6-5-spelet. I första perioden fanns det bara ett lag i bassängen: Sverige. När en minut återstod ledde vi med 5-0 efter mål av Roger Lundqvist, Andreas Hartzell, Per Andersson (2) och Henrik Sjöberg. Moldaverna reducerade till 1-5 genom storskytten Balandin, när Erik Axelsson var utvisad, men när paussignalen kom kunde vi konstatera att vi knappast gjort en bättre period. Andra perioden slutade 0-0, sedan varken Sverige eller Moldavien kunnat utnyttja utvisningarna. Matchen fördes i högt tempo och de starka ryssarna började spela tuffare och tuffare när de såg att de svenske började tröttna. Tredje perioden vanns av Moldavien med 4-2. De svenska målen sköts av lagkaptenen Patrik Morsten och Henrik Sjöberg, när Moldavien kvitterat den svenska ledningen till 5-5. Skulle dessa två mål räcka till seger? Det såg lite lugnare ut när ”Purra” Morsten ökade till 8-5, men Moldavien hade inte gett upp. Två minuter senare var ställningen 7-8, innan ”Henke” Sjöberg drog ifrån till 9-7 med ett kraftfullt stolpe-in i numerärt överläge. Glädjen blev kortvarig. I nästa anfall utnyttjar Moldavien en svensk utvisning och när 1.11 min återstår leder vi med bara 9-8. ”Henke” Sjöberg får order att direkt efter centring gå in på centern med Moldaviens svagaste spelare. Bollen kommer rätt och ”Henke” går runt med våldsam kraft och räddar den blågula segern, när 0.56 min återstår. 3 sek före full tid skriver Troubetski slutsiffrorna till 9-10 och det svenska laget kunde sträcka armarna i luften i segergester. Matchen var vunnen och platsen i nästa B-EM garanterad.

Resten av turneringen blev för vår del en viktig träning och erfarenhetsutbyte inför kommande säsong. ”Henke” Sjöberg, vår bäste målskytt (7 mål på tre matcher) måste avbryta turneringen och ”Perra” Andersson måste vila två matcher efter att ha mottagit två karateslag av en irriterad jugoslav i match nummer tre. Våra unga spelare från EJM-laget Peter Harmat, Oskar Thiel och Otto Pukk fick talrika chanser att känna skillnad på juniorpolo och världselit. Förlusterna gick inte att undvika med reducerat manskap, men det var positivt att se hur vi i alla lägen kämpade och försökte spela teknisk och taktisk riktig polo.

Vad drar vi för slutsatser av B-EM och våra övriga landslags resultat?

Polokommittén har inför Pololedarkonferensen och styrelsens budgetbehandling skissat på två scenarios: det ena, det negativa, är att vi helt enkelt konstaterar att vi inte kan bli bättre, utan är nöjda med dagens situation och med en axelryckning konstaterar att alla andra håller på att simma förbi oss.

Det andra scenariot går ut på att välja vägen mot den internationella toppen och vara beredda att betala vad det kostar i form av hård, långsiktig träning, förlängd säsong, utökat internationellt utbyte och en fortsatt satsning på vara unga spelare.

PK har, om någon skulle tvivla, valt att begära stöd hos klubbar och förbund för alternativ två.

Låt mig få sammanfatta PK förslag till åtgärder:

- Vi ställer upp en klar målsättning på lång sikt: ”Minst tvåa i B-EM år 2000”. Vi föreslår dessutom att vi arrangerar B-EM i Stockholm i det nya Eriksdalsbadet.

- Vi föreslår en mindre ändring av det nationella seriesystemet, som innebär tidigare höststart, intressanta play-offs, fler helger till landslagens förfogande och större möjligheter att planera verksamheten.

- Kraftigt utökad internationell säsong från mars till juli 1997

- Ökade krav på spelare och klubbar när det gäller träning

- Tester och uppföljande utvärderingar för att kontrollera att uppställda mål nås.

Polokommittén har i dagsläget kastat över bollen på styrelsens och klubbarnas planhalva. Vi emotser med spänning returen.

B-EM i siffror:

Sverige - Slovakien	7-18
- Moldavien	10-9
- Jugoslavien	3-22
- Israel	7-8
- Vitryssland	10-16
- Frankrike	6-16
- Malta	6-7 (7-8 plats)

Svenska målskyttar:

Patrik Morsten	11
Andy Hartzell	8
Henrik Sjöberg	7
Per Andersson	6
Erik Axelsson	5
Peter Harmat	5
Claes Jutner	4
Roger Lundqvist	2
Mats Lennerthson	1

Resultat i övriga placeringsmatcher:

Israel - Frankrike	8-19 (5-6 plats)
Rumänien - Vitryssland	13-4 (3-4 plats)
Jugoslavien - Slovakien	11-6 (1-2 plats)

Bästa målskyttar:

Roman Polacik, Slovakien	26 mål
Emmanuel Duchard, Frankrike	19 mål
Vlad Hagiu, Rumänien	16 mål

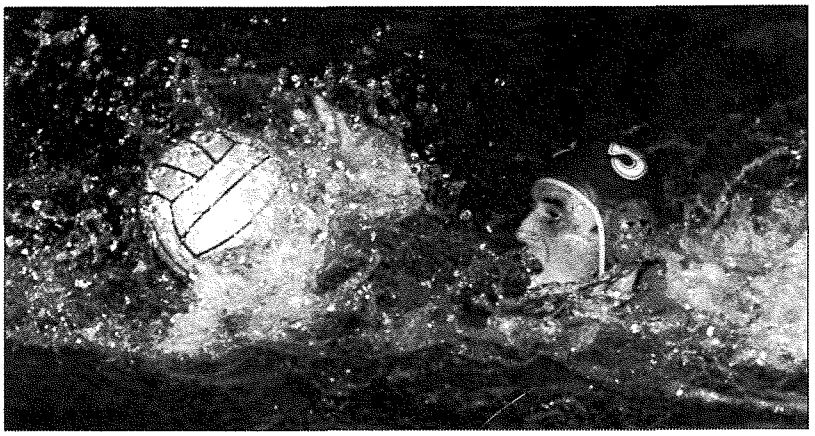
2) Polisen bröt SKK:s segerrad i polo-SM

Efter sex raka SM-titlar och det 60:e totalt, blev det Polisens rutinerade pologarde förunnat att peta ner SKK från tronen.

I två raka matcher besegrade Polisen de regerande mästarna med 7-4 och 13-7. SKK, som saknade fyra spelare från fjolårets första-sjua, kunde aldrig bjuda riktig kamp och den enda gången det tände till i det fullsatta Eriksdalsbadet, var när SKK i den andra matchen kvitterade Polisens 3-0-försprång och var på väg att vända matchen. I detta läge fick dock SKK:s Stefan Lundqvist sitt 3:e foul och i anfallet efter fick Oliver Djordjevic avbryta matchen för att åka till S:t Eriks sjukhus med sönderslaget öga.

Polisen var som sagt värdiga mästare, även om finalmatcherna inte kom upp i de senaste årens kvaliteter. Polisens starka landslagstrio Patrik Morsten, Henrik Sjöberg och Andy Hartzell spelar en tung och effektiv polo, som sällan gav SKK:arna utrymme för avslut mot slutspelets överraskning Ralf Ibrahim i polisenmålet.
Juniorerna Otto Pukk och Oskar Thiel har vuxit till sig och utgör ett bra komplement till de gamla trotjänarna Hans Öberg och Stefan Tredahl.

SKK hade i år lite svårare att motivera sig efter jubilerumsårets (100 år) hårdsatsning, men förlusten bidrar säkert till att vi får se ett revanschsuget SKK i nästa års SM-final.



3) Svensk sensationsseger i 4-nationers

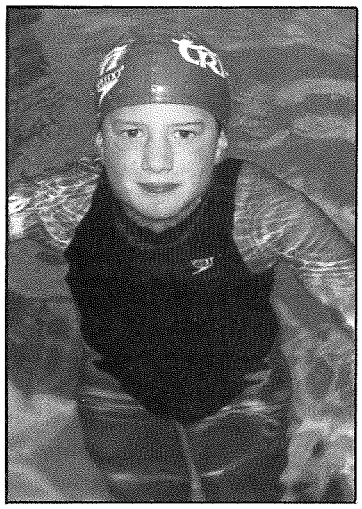
Efter två snöpliga uddamålsförluster mot Malta, 9-10 och Vitryssland 7-8, tog det unga svenska vattenpololandslaget en mycket meriterande seger när Kazakstan besegrades i 4-nationers tredje match med 9-8 efter periodsiffrorna 0-1, 3-4, 2-2 och 4-1. Kazakstan är ett etablerat storlag och slutade åtta i OS-kvalet i Berlin i februari. Kazakstan var också med i senaste VM.

4) USA-universitet erbjuder svensk polospelare fullt scholarship

SKK kan till våren vänta en stark förstärkning inför SM-slutspelet. En av lagets bästa spelare Oliver Djordjevic, 21 år, har fått ett fullt scholarship hos S:t Francis College, Brooklyn, New York City. Förutom att träna och spela vattenpolo 20 timmar per vecka skall Oliver också orka plugga kommunikationsteknik.
Terminen börjar den 2 september. Examen avläggs i samband med SM-finalen i maj 1997.

Månadens överraskning

Månadens överraskning i detta nummer har funnits med i redaktionens funderingar sedan snart ett år. Det hon uträttade i somras på USM gjorde henne aktuell igen. Det överraskande består i att hon mer än upprepat sina prestationer. Därför är det nu lätt att utse



Ida Mattsson

till Månadens överraskning.
Ida simmar för SK Triton i skånska Staffanstorp och är elva år.
Träningsvilligheten, envis och lite tjurig, ger hon inte gärna upp. Hon är mer eller mindre uppvuxen i bassängen. Pappa Sven-Bertil är tränare i klubben och storebror Johan svensk mästare. Mamma har i alla år hållit ordning på badkläder och träningstider. Men det är vanligare att yngsta barnet i en sådan familj väljer något annat. Det har inte Ida gjort. För hennes är simningen just nu det bästa som finns.

Idas resultat över hela registret på senaste USM är i många fall bättre än de som presteras i högre åldersklasser.
Hon behärskar alla simsätten lika bra. Självklart finns det en hel del teknik att slipa vidare på men då hon samtidigt har uthålligheten på exempelvis 400 m fritt, så bör det hela tiden bara bli bättre. Men det är en lång väg kvar, att orka hålla på, för att få uppleva världen och dess bästa simmare som senior. Med försiktig matchning bör Ida Mattsson dock få möjlighet att uppleva OS 2000 eller 2004.

Att vara dominerande i samtliga simsätt i ett år med tanke på allt som händer och i den konkurrensen gör Ida Mattsson till Månadens överraskning. Grattis Ida.

Som ett bevis på utmärkelsen får du en simningens överlevnadsväska med badkläder från Solar, badhandduk samt en hel del annat. Allt skänkt av Fs Föreningsservice i Helsingborg, initiativtagare till Månadens överraskning i Simsport.

När 1996 är slut kommer ur serien Månadens Överraskning att utses en Årets Överraskning, som utöver sedvanlig uppvaktning också belönas med ett stipendium från Fs Föreningsservice.

Du kan också skicka in förslag till Månadens Överraskning. Vem tycker du är värd att få utmärkelsen och uppskattning?
Kanske inte för vad hon eller han gjort under en speciell kalendermånad utan helt enkelt gjort sig förtjänt av att bli Månadens Överraskning.

Skicka ditt förslag till:

Simsport, Vingalandsgatan 8,
417 63 Göteborg

Smånyheter

1,7 milj rekord i Rostock

Vid kortbane-Em i simning i Rostock 13-15 december garanterar Europeiska Simförbundet 380 000 Dmark i prispengar. Varje europarekord kommer att belönas med 5 000 Dmark, i försök eller final i de 38 grenarna. Varje nation får anmäla två simmare per gren och simmaren får simma hur mycket som helst, dock längst 1500 m och minst 50 meter. Bakom rekordbeloppet står Adidas som nu Sprint-EM lagts ner också gett namn åt tävlingen, Adidas Sprints & Short Course European Championships.
22 500 svenska kronor, (1 Dm 4:50), för ett rekord sitter fint strax före jul. Eller?

MASTERSMÄSTERSKAP

EM i Masters kommer att simmas i Prag, Tjeckien, 3-7 september 1997. En officiell bulletin om mästerskapen har tagits fram av arrangörerna med all nödvändig information för deltagande som anmälan, hotel, program och annat. Informationen kan beställas från Tjeckiska Simförbundet under adress: Czech Swimming Federation, Mezi Stadiony PS 40, 16017 Praha, Tjeckien, fax 00942 2 20513278.

Två år senare är det dags för österrikiska Innsbruck att vara värd för mästerskapen i simning och simhopp. Innsbruck var OS-stad 1964 och 1976.

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

Degeberga - dé é bra dé

För att slå ihjäl tiden på en annars helmysig lördagskväll i Degeberga gav vi oss ut på jakt efter lite hålligång.



Rykten florerade om årets "happe ning"; dansafton på logen. Nedan följer en kortfattad minitest à la Trafikmagasinet.

Tittar vi under motorhuven finner vi fyra heta cylindrar i form av dansbandet Focus.
Gentlemännen i bandet var ytterst vänliga och ställde med glädje upp för fotografering.

Vid en blick på väglaget så är det väl anpassat för de ritualer som försigår en sådan här afton. Ett extra plus för de nedslipade spikarna som sparar många regummeringar. Den rika extrautrustningen har mycket lullull att erbjuda, vad sägs om chokladhjul, tombola och skyttebana? - Jojo, men smakar det så kostar det.

I serveringen har jag det riktigt komfortabelt trots mina 1,96.
Det finns både stekt sill och snittar att välja mellan och benen får plats utan problem.
Tilläggas bör dock att efter ett par timmars glidande på träbänken har man rejält med mahognyimitation i panelen.

Ifråga om säkerhet närvarade två väluniformerade karlar med en skaplig airbag var - man har tänkt på allt.

Mats Forslund & Max von Bodungen
JEM-simmare

POLOCUPER KLARA

De fyra cuperna i LENs europacuper i vattenpolo säsongen 1995/96 är klara. Så här gick det:

NATIONAL CHAMPIONS CUP
Ujpesti Budapest, HUN - Mladost Zagreb, CRO, 4-7, 6-6

CUP WINNERS CUP
Budapest Vasutas, HUN - INA Roma Racing, ITA, 6-8, 4-10

LEN TROPHY
Szeged V.E., HUN - Mall Pescara, ITA, 9-10, 11-18

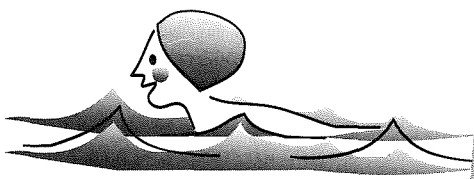
WOMEN CUP
Zandaam Nereus, NED - Skif Moscow, RUS, 8-7

SUPER CUP FINAL
INA Roma Racing, ITA - Mladost Zagreb, CRO, 7-7, 7-9

Fastän ungerska klubblag länge tillhört europaeliten, och därmed världens bästa, kan tre förluster i lika många finaler inte säga annat än att spelarna inte riktigt orkade ända fram. Finalernas final spelades mellan Italien och Kroatien där Mladost Zagreb blev Europas bästa klubblag.

Mer polo ▷

FÅ MERA TID ATT TRÄNA



Ring och hör efter:
»Sports Netværk Danmark«
Säkerhet för ett lyckat träningsläger.
Ring: +45 7572 6599

Färdigt träningspaket 3 dagar
Pris från: **750:-**

Sports Netværk Danmark tar hand om alla praktiska arrangemang vid ett träningsläger i Danmark. Transport, övernattning, hyra av anläggningar och mat.
Köp ett **färdigt träningspaket** till ett fast lågt pris.

SPORTS NETVÆRK DANMARK amba

☐ **SKICKA MIG SNABBT MER INFORMATION**

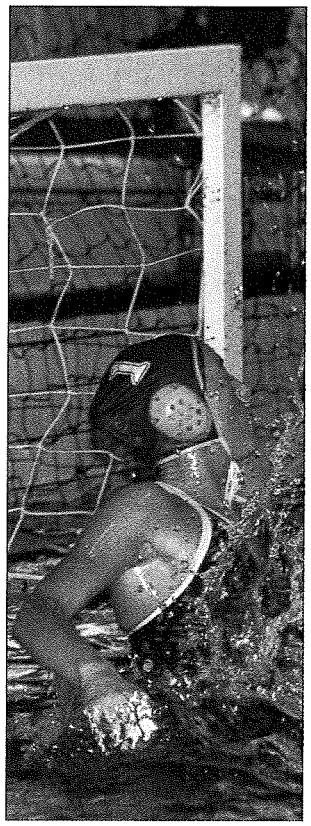
Namn:
Adress:
Förening:
Postadress:
Telefon:

Skicka eller faxa kupongen till:
Sports Netværk Danmark A.m.b.a.
Boulevarden 23A · DK 7100 Vejle
Fax +45 7582 9510

SIM 96

POLOCUPER 96/97

Europeiska Simförbundet, LEN, har sedan många år likt många andra idrottsförbund i Europa, olika slags turneringar för klubblag som spelar vattenpolo. Vid några enstaka tillfällen har Sverige deltagit med lag. Inför säsongen 1996-1997 inför LEN en del nyheter. För svensk vattenpolos framtid skulle det vara trevligt om landslaget inte bara koncentrerade sig på att delta i B-EM utan syr ihop ett klubblag som ges möjlighet att delta i europacupspel. Framgångar påverkar rekrytering och tänkbara sponsorer samt det egna förbundet. Motgångar gör ingen större skillnad mot det sparlågeläge som finns idag. Svensk polo har ett mycket bra damlag. Hur bra ett svenskt klubbherrlag är vet vi inte riktigt. Så ställ upp.



1996-1997 spelas fyra cuper i Europa. LEN TROPHY och Cupvinnarcupen spelas så att alla anmälda lag, utom de åtta bästa från förra säsongen, lottas in i grupper med spel på en spelplats för en kvalificeringsomgång.
Är färre än 20 lag anmälda startar grundomgången direkt med fyra grupper med 4-5 lag i varje. De åtta bästa från förra säsongen seedas in tillsammans med de åtta främsta från kvalificeringsomgången, två från varje grupp.
Finalspelet med kvarts-, semi- och finaler spelas med de två bästa från varje grupp efter grundomgången, åtta lag totalt spelar finalomgång med hemma- och bortamatch. Vinnaren efter två matcher går vidare.
Kvalificeringsomgången spelas 8-10 november 1996, grundomgången 29 november - 1 december, kvartsfinaler 25 eller 26 januari 1997 med returmatcher 8 eller 9 februari. Semifinalerna spelas 22 eller 23 februari med returer 1 eller 2 mars och finalmatcherna 15 eller 16 mars med avgörande retur 22 eller 23 mars.

Damernas europacup spelas med anmälda lag tillsammans med de fyra främsta från förra året i en eller två grupper beroende på antalet anmälda lag. Semifinaler och finaler spelas mellan två eller fyra lag tillsammans med de fyra bästa från förra säsongen. Dessa lag seedas in i de två grupperna. Grundomgången spelas 15-19 januari 1997 och semi- och finaler den 12-16 mars.

Europacupen har fått en ny utformning med namnet Final four. De anmälda lagen spelar en kvalificeringsomgång den 11 till 13 oktober 1996. Efter denna delas de åtta bästa lagen tillsammans med de åtta främsta från förra säsongen in i fyra grupper med max fem lag i varje. Således de 16 - 20 bästa europeiska klubblagen. Dessa spelar den 1-3 november.
Som en tredje fas inleds något som heter "Waterpolo Champions League". De två främsta lagen från respektive grupp delas in i två grupper med fyra lag i varje, blå grupp och röd grupp. Två matcher, hemma och borta enligt 1:a match a-b, c-d, match 2, a-d, b-c, match 3, c-a, d-b, match 4, d-a, c-b, match 5, a-c, b-d och match 6, b-a, d-c. Första matchen skall spelas 25 eller 26 januari 1997 och Waterpolo Champions Leagues sista omgång spelas 15 eller 16 mars.
Lottning kommer att genomföras i november då även spelplatser skall bestämmas.
De två bästa lagen från respektive grupp gör så sedan upp i Final four och spelar semifinaler 4 april enligt ettan röd grupp mot tvåan blå grupp och ettan blå grupp mot tvåan röd grupp. Segrarna gör upp om titeln i finalen och förlorarna om tredje plats. Finalen spelas 5 april. Tre städer har sökt finalomgången; Budapest, Neapel och Kranj.
Kul om Sverige var med en stund.

Sverige 8

Vid herrarnas B-EM i vattenpolo, Malta, i början av juni visade de jugoslaviska spelarna att de är på väg tillbaka till världstoppen efter några års bortavaro på grund av internationella sanktioner. Avstampet gjordes med all önskvärd tydlighet i den avslutade B-EM finalen den 9 juni mot överraskningen Slovakien då jugoslaverna vann med 11-6. De båda lagen kvalificerade sig därigenom till nästa års EM i spanska Sevilla.
De svenska herrarna slutade på åttonde plats.

Slutställning:
1 Jugoslavien, YUG
2 Slovakien, SVK
3 Rumänien, ROM
4 Vitryssland, BLR
5 Frankrike, FRA
6 Israel, ISR
7 Malta, MLT
8 Sverige, SWE
9 Belgien, BEL
10 Moldavien, MLD
11 Tjeckien, CZE
12 Österrike, AUT

FINAL FOUR

För den nya varianten av vattenpolons Europacup för klubblag, Final four, finns tre intresserade städer som vill arrangera; Budapest, Ungern, Neaple, Italien och Kranj, Slovenien. Finalomgången spelas 4-5 april.

SM, juniorer,
26-30 juni 1996,
Uppsala, (50 m)

Flickor
50 m fritt
1 Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 26.97
2 Linda Holmberg, Upsala S, 27.51
3 Anna Lundberg, Gävle SS, 27.65
4 Emma Pålsson, Trelleborgs SS, 27.71
4 Jenny Svedberg, Östra Sörmland, 27.71
6 Claire Hedenskog, S 02, 27.81
7 Kajsa Karlsson, Växjö SS, 27.85
8 Anna Blomkvist, SS Mora, 27.96
8 Karin Forsberg, Borlänge SS, 27.96

100 m fritt
1 Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 58.17
2 Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 58.89
3 Josefin Lillhage, S 02, 58.94
4 Linda Holmberg, Upsala S, 59.25
5 Anna Ericson, S 02, 59.84
6 Lisa Wänberg, Malmö KK, 59.95
7 Claire Hedenskog, S 02, 1.00.17
8 Emma Pålsson, Trelleborgs SS, 1.00.28

200 m fritt
1 Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 2.06.10
2 Lotta Wänberg, Malmö KK, 2.06.35
3 Malin Svahnström, Väsby SS, 2.06.85
4 Josefin Lillhage, S 02, 2.07.16
4 Åsa Sandlund, LASS, 2.07.16
6 Helen Svensson, Malmö KK, 2.09.46
7 Emma Olsson, SK Sydsim, 2.09.73
7 Maria Öberg, Sjöbo SS, 2.09.73

400 m fritt
1 Åsa Sandlund, LASS, 4.24.29
2 Lotta Wänberg, Malmö KK, 4.25.87
3 Helen Svensson, Malmö KK, 4.28.31
4 Cecilia Ström, LASS, 4.30.52
5 Emma Olsson, SK Sydsim, 4.31.05
6 Camilla Helgesson, Malmö KK, 4.31.35
7 Maria Öberg, Sjöbo SS, 4.31.61
8 Charlotta Svensson, SK Lödde, 4.32.58

800 m fritt
1 Åsa Sandlund, LASS, 9.01.17
2 Camilla Helgesson, Malmö KK, 9.04.13
3 Helen Svensson, Malmö KK, 9.12.04
4 Emma Olsson, SK Sydsim, 9.15.29
5 Cecilia Ström, LASS, 9.18.19
6 Maria Öberg, Sjöbo SS, 9.18.94
7 Charlotta Svensson, SK Lödde, 9.19.22
8 Beatrice Eriksson, Spårvägen SF, 9.25.05

4x50 m fritt
1 S 02, 1.50.16, Josefin Lillhage, 27.74, Anna Ericson, Karin Holmstedt, Claire Hedenskog
2 Västerås SS, 1.51.15, Caroline Sirén, 28.22, Linda Jonsson, Louise Gustavsson, Marie Ulfves
3 Väsby SS, 1.51.19, Ulrika Larsson, 28.16, Malin Svahnström, Linda Boström, Hanna Sölvberg
4 Trelleborgs SS, 1.51.85, Emma Pålsson, 27.88, Linda Almgren, Sandra Stefensen, Sabina Hansson
5 Helsingborgs S, 1.52.12, Nelly Jörgensen, 27.28, Emma Igelström, Therese Engberg, Anette Jönsson
6 Växjö SS, 1.52.76, Kajsa Karlsson, 27.82, Frida Johansson, Kajsa Andersson, Erica Joansson
6 Malmö KK, 1.52.76, Lisa Wänberg, 28.24, Lotta Wänberg, Anna Blomstrand, Helen Svensson
8 Södertälje SS, 1.52.88, Linnea Tossavainen, 28.03, Anette Tossavainen, Sandra Brus, Lisa Nilsson

4x100 m fritt
1 S 02 Göteborg, 3.58.68 SJR, Josefin Lillhage, 59.20, Anna Ericson, Karin Holmstedt, Claire Hedenskog
2 Väsby SS, 4.02.91, Malin Svahnström, 59.52, Ulrika Larsson, Katarina Ehn, Emely Zakrisson
3 Västerås SS, 4.04.20, Caroline Sirén, 1.02.11, Linda Jonsson, Louise Gustavsson, Marie Ulfves
4 SK Neptun, 4.04.79, Jessica Lindström, 1.02.05, Kia Kilpinen, Jessica Holm-Dahl, Mia Hjelmstedt
5 Helsingborgs S, 4.05.81, Therese Engberg, 1.01.55, Emma Igelström, Nelly Jörgensen, Anette Jönsson
6 Malmö KK, 4.06.00, Lisa Wänberg, 1.00.38, Anna Blomstrand, Camilla Helgesson, Helen Svensson
7 Trelleborgs SS, 4.06.16, Emma Pålsson, 1.00.11, Linda Almgren, Sandra Stefensen, Sabina Hansson
8 Katrineholms SS, 4.06.96, Caroline Jonsson, 1.00.34, Frida Eriksson, Johanna Wallin, Anna Lindblom

4x200 m fritt
1 Malmö KK, 8.32.85 SJR, Lotta Wänberg, 2.08.31, Helen Svensson, Lisa Wänberg, Camilla Helgesson
2 S 02, 8.42.45, Josefin Lillhage, 2.08.02, Anna Ericson, Karin Holmstedt, Claire Hedenskog
3 Väsby SS, 8.46.76, Emely Zakrisson, 2.13.75, Malin Svahnström, Katarina Ehn, Ulrika Larsson
4 Helsingborgs S, 8.47.82, Therese Engberg, 2.10.85, Anette Jönsson, Nelly Jörgensen, Stina Kjellberg
5 SK Neptun, 8.53.90, Kia Kilpinen, 2.11.68, Mia Hjelmstedt, Jessica Lindström, Jessica Holm-Dahl
6 Malmö KK, 9.00.26, Katrin Harrsen, 2.13.26, Anna Blomstrand, Kajsa Fransson, Linn Akkad
7 Katrineholms SS, 9.00.31, Johanna Wallin, 2.12.82, Caroline Jonsson, Frida Eriksson, Anna Lindblom
8 SK Sydsim, 9.00.71, Emma Olsson, 2.10.59, Johanna Heij, Sandra Nilsson, Caroline Brandberg

50 m rygg
1 Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 31.64
2 Karin Lärka, Täby Sim, 31.74
3 Cecilia Blom, S 71, 31.89
4 Emely Zakrisson, Väsby SS, 32.05
5 Lisa Nilsson, Södertälje SS, 32.08
6 Martina Svensson, Göteborg Sim, 32.15
7 Cathrin Carlzon, Södertörns SS, 32.25
8 Linda Holmberg, Upsala S, 32.45

100 m rygg
1 Sofia Svensson, Eslövs SS, 1.07.30
2 Karin Lärka, Täby Sim, 1.07.37
3 Lisa Nilsson, Södertälje SS, 1.07.71
4 Emely Zakrisson, Väsby SS, 1.07.72
5 Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 1.08.39
6 Cecilia Blom, S 71, 1.08.91
7 Martina Svensson, Göteborg Sim, 1.09.04
8 Stina Mårthans, Falu SS, 1.09.12

200 m rygg
1 Emely Zakrisson, Väsby SS, 2.23.29
2 Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.23.86
3 Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 2.25.25
4 Mirja Knappstein, Södertälje SS, 2.26.37
5 Linda Klingén, Varbergs Sim, 2.28.41
6 Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 2.28.91
7 Josefin Lindgren, Ystads SS, 2.29.31
8 Martina Svensson, Göteborg Sim, 2.29.35

50 m bröst
1 Emma Igelström, Helsingborgs S, 33.02
2 Maria Östling, SS Mora, 33.65
3 Kristina Buhlin, Falu SS, 34.05
4 Stina Lindman, SK Triton, 34.70
5 Nermina Jukic, Skövde SS, 34.76
6 Michaela Rosenholm, Spårvägen SF, 34.83
7 Veronica Andersson, Skärets SS, 34.86
8 Marie Lindeborg, Väsby SS, 35.01

100 m bröst
1 Maria Östling, SS Mora, 1.12.97
2 Kristina Buhlin, Falu SS, 1.13.36
3 Emma Igelström, Helsingborgs S, 1.13.37
4 Michaela Rosenholm, Spårvägen SF, 1.14.86
5 Stina Lindman, SK Triton, 1.15.50
6 Nermina Jukic, Skövde SS, 1.16.04
7 Veronica Andersson, Skäret SS, 1.17.05
8 Anna Ricknell, Skellefte SS 34, 1.17.17

200 m bröst
1 Maria Östling, SS Mora, 2.35.39
2 Emma Igelström, Helsingborgs S, 2.35.44
3 Kristina Buhlin, Falu SS, 2.40.88
4 Michaela Rosenholm, Sppårvägen SF, 2.42.01
5 Veronica Andersson, Skärets SS, 2.42.71
6 Linnéa Tossavainen, Södertälje SS, 2.42.98
7 Stina Lindman, SK Triton, 2.43.19
8 Jessica Holm-Dahl, SK Neptun, 2.43.69

50 m fjäril
1 Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 28.50
2 Karin Forsberg, Borlänge SS, 29.17
3 Jenny Svedberg, Östra Sörmland, 29.51
4 Lisa Wänberg, Malmö KK, 29.74
5 Emma Pålsson, Trelleborgs SS, 29.75
6 Karin Lärka, Täby Sim, 29.87
7 Pernilla Marcus, SK Neptun, 29.90
8 Anna Ricknell, Skellefte SS 34, 29.94

100 m fjäril
1 Johanna Sjöberg, Helsingborgs SS, 1.02.98
2 Malin Svahnström, Väsby SS, 1.04.26
3 Sofia Svensson, Eslövs SS, 1.05.08
4 Kristina Sherman, Skärets SS, 1.05.29
5 Frida Johansson, Växjö SS, 1.05.40
6 Pernilla Marcus, SK Neptun, 1.06.11
7 Lisa Wänberg, Malmö KK, 1.06.61
8 Ulrika Larsson, Väsby SS, 1.06.63
8 Emma Pålsson, Trelleborgs SS, 1.06.63

200 m fjäril
1 Malin Svahnström, Väsby SS, 2.21.59
2 Pernilla Marcus, SK Neptun, 2.23.02
3 Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.23.73
4 Erika Nilsson, Södertörns SS, 2.25.44
5 Emma Lind, Landskrona SS, 2.25.53
6 Åsa Samuelsson, SK Elfsborg, 2.26.55
7 Frida Johansson, Växjö SS, 2.27.26
8 Martina Svensson, Göteborg Sim, 2.27.80

200 m medley
1 Kristina Sherman, Skärets SS, 2.24.83
2 Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.25.19
3 Marie Ulfves, Västerås SS, 2.26.84
4 Lisa Wänberg, Malmö KK, 2.27.01
5 Josefin Lindgren, Ystads SS, 2.27.16
6 Maria Östling, SS Mora, 2.27.44
7 Frida Johansson, Växjö SS, 2.27.51
8 Linda Klingén, Varbergs Sim, 2.27.81

400 m medley
1 Malin Svahnström, Väsby SS, 5.04.86

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

2 Lotta Wänberg, Malmö KK, 5.06.99
3 Frida Johansson, Växjö SS, 5.07.89
4 Kristina Sherman, Skäret SS, 5.08.66
5 Josefin Lindgren, Ystads SS, 5.08.78
6 Emely Zakrisson, Väsby SS, 5.12.97
7 Caroline Andersson, Ystads SS, 5.13.00
8 Linda Klingén, Varbergs Sim, 5.13.07

4x50 m medley
1 Helsingborgs S, 1.59.41 SJR, Nelly Jörgensen, 31.35, Emma Igelström, Johanna Sjöberg, Therese Engberg
2 Väsby SS, 2.02.81, Emely Zakrisson, 31.51, Marie Lindeborg, Malin Svahnström, Linda Boström
3 Skäret SS, 2.05.07, Kristina Sherman, 32.38, Anniko Nydal, Veronica Andersson, Helen Öster
4 Västerås SS, 2.05.26, Anna-Karin Holm, 32.75, Marie Ulfves, Caroline Sirén, Linda Jonsson
5 SS Mora, 2.06.39, Anna Blomkvist, Maria Östling, Anna-Lena Tåmt, Ida Leijon
6 S 71, 2.06.43, Cecilia Blom, 31.64, Malin Nilsson, Maria Tegård, Åsa Richard
7 S 02, 2.06.61, Claire Hedenskog, 32.76, Josefin Lillhage, Anna Ericson, Karin Holmstedt
8 Skövde SS, 2.06.72, Lotta Johansson, 33.25, Samra Jukic, Nermina Jukic, Zinaida Pozder

4x100 m medley
1 Väsby SS, 4.28.38, Emely Zakrisson, 1.07.72, Marie Lindeborg, Malin Svahnström, Katarina Ehn
2 Helsingborgs S, 4.30.19, Nelly Jörgensen, 1.07.36, Emma Igelström, Anette Jönsson, Therese Engberg
3 Spårvägen SF, 4.33.30, Ulrika Aspling, 1.10.05, Michaela Rosenholm, Linn Bessner, Beatrice Eriksson
4 Malmö KK, 4.37.89, Pauline Persson, 1.11.94, Kajsa Fransson, Lisa Wänberg, Lotta Wänberg
5 Ystads SS, 4.38.05, Josefin Lindgren, 1.10.95, Ulrika Wahlström, Caroline Andersson, Carin Andersson
6 S 71, 4.38.26, Cecilia Blom, 1.08.24, Malin Nilsson, Malin Olsson, Åsa Richard
7 Södertälje SS, 4.38.55, Mirja Knappstein, 1.08.75, Linnéa Tossavainen, Lisa Nilsson, Sandra Brus
8 SK Neptun, 4.39.23, Kia Kilpinen, 1.12.83, Jessica Holm-Dahl, Pernilla Marcus, Mia Hjelmstedt

Pojkar
50 m fritt
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 24.06
2 Patrik Lindelöf, Södertälje SS, 24.62
3 Nikola Kördel, Örebro SA, 24.71
4 Ville Illola, Jönköpings SS, 24.75
5 Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 24.77
6 Henrik Ingesson, Örebro SA, 25.00
7 Daniel Wramfors, SK Triton, 25.10
8 David Nordgren, SK Neptun, 25.15
8 Mattias Thuresson, Ystads SS, 25.15

100 m fritt
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 51.88
2 Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 53.22
3 Patrik Lindelöf, Södertälje SS, 53.83
4 Valter Magnusson, KSLS, 53.87
5 Patrik Gustafsson, Ängelholms SS, 54.09
6 David Karlgren, Kalmar SS, 54.36
7 Marcus Borg, Trelleborgs SS, 54.47
8 Eric La Fleur, SK Poseidon, 54.70

200 m fritt
1 Anders Lyrbring, S 02, 1.54.51
2 Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 1.55.40
3 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 1.56.55
4 Andreas Gustavsson, S 02, 1.57.40
5 Marcus Fahlén, Västerås SS, 1.57.72
6 Johan Eriksson, Upsala S, 1.58.45
7 Mattias Thuresson, Ystads SS, 1.58.56
8 Anders Jönsson, Väsby SS, 1.59.38

400 m fritt
1 Anders Lyrbring, S 02, 4.04.01
2 Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 4.05.76
3 Mattias Olshed, SK Sydsim, 4.06.84
4 Mattias Thuresson, Ystads SS, 4.09.32
5 Johan Eriksson, Upsala S, 4.09.43
6 Magnus Fredriksson, Norrköpings KK, 4.10.00
7 Anders Jönsson, Väsby SS, 4.15.61
8 Patrik Svensson, Malmö KK, 4.16.28

1500 m fritt
1 Mattias Olshed, SK Sydsim, 16.07.71
2 Magnus Fredriksson, Norrköpings KK, 16.15.72
3 Alexander Ström, LASS, 16.44.35
4 Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 16.48.96
5 Mattias Volmefjord, S 02, 17.00.00
6 Alexander Svensson, Malmö KK, 17.00.89
7 Patrik Svensson, Malmö KK, 17.04.88
8 Martin Enkurs, LASS, 17.07.24

4x50 m fritt
1 Södertälje SS, 1.38.13, Patrik Lindelöf, 24.33, Stefan Pinter, Johan Åberg, Peter Lavett
2 Trelleborgs SS, 1.38.96, Marcus Borg, 25.14, Mattias Ohlin, Jesper Mörking, Johan Jönsson
3 S 02, Göteborg, 1.39.40, Andreas Gustavsson, 24.89, Oscar Hederström, Mattias Volmefjord, Anders Lyrbring
4 SK Neptun, 1.39.90, Patrik Engblom, 25.05, Kalle Pettersson, David Nordgren, Petter Ivmark
5 Upsala S, 1.40.04, Fredrik Hermansson, 25.40, Mikael Nyström, Daniel Hermanson, Johan Eriksson
6 Täby Sim, 1.40.11, Mats Forslund, 25.42, Henrik Gustavsson, Fredrik Atmer, Micke Jacobsson
7 Jönköpings SS, 1.40.14, Ville Illola, 24.48, Tobias Lindbom, Torbjörn Larsson, Mats Gustavsson
7 Ystads SS, 1.40.14, Gustavo Kertzscher, 25.67, Mattias Thuresson, Joakim Mårtensson, David Landgren

4x100 m fritt
1 Södertälje SS, 3.38.54, Patrik Lindelöf, 53.86, Stefan Pinter, Johan Åberg, Peter Lavett
2 S 02 Göteborg, 3.38.97, Andreas Gustavsson, 54.25, Oscar Hederström, Mattias Volmefjord, Anders Lyrbring
3 Täby Sim, 3.39.65, Mats Forslund, 55.49, Fredrik Atmer, Clas Roeck Hansen, Micke Jacobsson
4 Ystads SS, 3.39.68, Mattias Thuresson, 54.76, Joakim Mårtensson, David Landgren, Carl Gårdmark
5 SK Neptun, 3.40.90, Patrik Engblom, 55.08, Kalle Pettersson, Dan Cornelius, David Nordgren
6 Södertörns SS, 3.43.34, Daniel Kreibom, 55.54, Robert Mannbrink, Martin Viklund, Johan Lerander
7 Upsala S, 3.43.53, Mikael Nyström, 56.24, Fredrik Hermanson, Daniel Hermanson, Johan Eriksson
8 Skärets SS, 3.43.77, Sebastian Andersson, 55.41, Viktor Larsson, Henrik Nordendorph, Weine Högberg

4x200 m fritt
1 S 02 Göteborg, 7.51.00 SJR, Mattias Volmefjord, 2.01.95, Andreas Gustavsson, Oscar Hederström, Anders Lyrbring
2 Ystads SS, 8.00.85, Joakim Mårtensson, 2.00.44, Mattias Thuresson, David Landgren, Carl Gårdmark
3 Trelleborgs SS, 8.03.39, Marcus Borg, 2.02.05, Mattias Ohlin, Johan Jönsson, Peter Wingren
4 Malmö KK, 8.05.08, Patrik Svensson, Johannes Schultz, Martin Gustavsson, Maximilian von Bodungen
5 SK Neptun, 8.06.71, Patrik Engblom, 2.00.45, Kalle Pettersson, Michael Rosendahl, Anders Rehn
6 Upsala S, 8.10.01, Erik Kroon, 2.02.50, Daniel Hermansson, Johan Eriksson, Mikael Nyström
7 Örebro SA, 8.13.33, Henrik Ingesson, 2.00.78, Nikola Kördel, Henrik Almström, Johan Linge
8 Täby Sim, 8.14.09, Fredrik Atmer, 2.04.70, Micke Jacobsson, Henrik Gustavsson, Mats Forslund

50 m rygg
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 26.97
2 Henrik Norén, Karlstads SS, 28.15
3 Christoffer Bengtsson, Vellinge-Näset SK, 28.26
4 Andreas Gustavsson, S 02, 28.46
5 Karl Sunrydh, Mölndals ASS, 28.48
6 Eric La Fleur, SK Poseidon, 28.60
7 Daniel Hermansson, Upsala S, 28.80
8 Nikola Kördel, Örebro SA, 29.25

100 m rygg
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 58.31
2 Henrik Norén, Karlstads SS, 1.00.46
3 Eric La Fleur, SK Poseidon, 1.01.15
4 Andreas Gustavsson, S 02, 1.01.71
5 Karl Sunrydh, Mölndals ASS, 1.02.07
6 Daniel Hermansson, Upsala S, 1.02.15
7 Anders Rehn, SK Neptun, 1.02.74
8 Ulf Bengtsson, Östra Sörmland, 1.02.98

200 m rygg
1 Andreas Gustavsson, S 02, 2.09.34
2 Eric La Fleur, SK Poseidon, 2.11.91
3 Ulf Bengtsson, Östra Sörmland, 2.11.99
4 Erik Kroon, Upsala S, 2.12.03
5 Magnus Johansson, LASS, 2.13.60
6 Håkan Djusberg, Östersunds SF, 2.14.79
7 Mattias Egmar, Spårvägen SF, 2.14.97
8 David Lindberg, Karlskoga SF, 2.15.32

50 m bröst
1 Andreas Michael, Växjö SS, 30.10 SJR
2 Andreas Nyhrén, Södertälje SS, 30.25
3 Martin Gustavsson, Malmö KK, 30.92
4 Oscar Hederström, S 02, 30.95
5 Jon Bergqvist, Helsingborgs S, 31.11
5 Anders Wallin, Katrineholms SS, 31.11
7 Mats Lidén, Ängelholms SS, 31.32
8 Christian Clausen, Trelleborgs SS, 31.45

100 m bröst
1 Oscar Hederström, S 02, 1.06.26
2 Andreas Nyhrén, Södertälje SS, 1.06.79
3 Anders Wallin, Katrineholms SS, 1.07.70
3 Mats Liden, Ängelholms SS, 1.07.70
5 Andreas Michael, Växjö SS, 1.07.96
6 Martin Gustavsson, Malmö KK, 1.08.69
7 Jon Bergqvist, Helsingborgs S, 1.09.02
8 Gabriel Wessman, Skärets SS, 1.09.16

200 m bröst
1 Oscar Hederström, S 02, 2.23.63
2 Anders Wallin, Katrineholms SS, 2.27.29
3 Andreas Michael, Växjö SS, 2.27.50

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

4 Gabriel Wessman, Skärets SS, 2.27.53
5 Martin Gustavsson, Malmö KK, 2.28.51
6 David Landgren, Ystads SS, 2.28.60
7 Christian Clausen, Trelleborgs SS, 2.29.77
8 Jimmy Hellman, Norrköpings KK, 2.31.46

50 m fjäril
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 25.27
2 Valter Magnusson, KSLS, 25.68
3 Henrik Ingesson, Örebro SA, 26.17
4 Magnus Linder, Karlstads SS, 26.37
5 Ville Illola, Jönköpings SS, 26.58
6 Tero Välimaa, Haparanda SK/T Sim, 26.63
7 Daniel Wramfors, SK Triton, 26.75
8 Patrik Lindelöf, Södertälje SS, 26.76

100 m fjäril
1 Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 55.59
2 Henrik Ingesson, Örebro SA, 56.88
3 Valter Magnusson, KSLS, 57.54
4 Tero Välimaa, Haparanda SK/T Sim, 57.75
5 Joakim Andersson, Kungsbacka SS, 58.85
6 Jonas Enberg, Turebergs IF, 58.90
7 Andreas Lentonsson, Malmö KK, 59.04
8 Stefan Pinter, Södertälje SS, 59.50

200 m fjäril
1 Henrik Ingesson, Örebro SA, 2.09.27
2 Stefan Pinter, Södertälje SS, 2.10.32
3 Tero Välimaa, Haparanda SK/T Sim, 2.10.70
4 Christer Johnsson, Ystads SS, 2.11.10
5 Marcus Fahlén, Västerås SS, 2.11.93
6 Carl Gårdmark, Ystads SS, 2.12.03
7 Jonas Enberg, Turebergs IF, 2.12.53
8 Tom Lennartsson, Vellinge-Näset SK, 2.13.76

200 m medley
1 Micke Jacobsson, Täby Sim, 2.10.53
2 Andreas Gustavsson, S 02, 2.11.79
3 Joakim Andersson, Kungsbacka SS, 2.12.38
4 David Landgren, Ystads SS, 2.13.90
5 Håkan Djusberg, Östersunds SF, 2.14.48
6 Claes Lindgren, Tyresö SS, 2.14.87
7 Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 2.16.80
8 Erik Kroon, Upsala S, 2.19.08

400 m medley
1 Micke Jacobsson, Täby Sim, 4.35.91
2 Andreas Gustavsson, S 02, 4.36.08
3 Mattias Olshed, SK Sydsim, 4.38.74
4 Joakim Andersson, Kungsbacka SS, 4.42.68
5 Marcus Fahlén, Västerås SS, 4.45.96
6 David Lindberg, Karlskoga SF, 4.46.89
7 Claes Lindgren, Tyresö SS, 4.49.20
8 Carl Gårdmark, Ystads SS, 4.49.43

4x50 m medley
1 Trelleborgs SS, 1.49.11 SJR, Mattias Ohlin, 27.05 SJR, Christian Clausen, Jesper Mörking, Marcus Borg
2 Södertälje SS, 1.50.06, Kristoffer Sjöstedt, 31.12, Andreas Nyhrén, Stefan Pinter, Patrik Lindelöf
3 S 02 Göteborg, 1.51.21, Andreas Gustavsson, 28.70, Oscar Hederström, Mattias Volmefjord, Anders Lyrbring
4 SK Poseidon, 1.51.64, Eric La Fleur, 28.89, Tomas Lagus, Joakim Lundqvist, Alexander Garkavij
5 Upsala S, 1.52.15, Daniel Hermansson, 28.79, Björn Svedlund, Mikael Nyström, Fredrik Hermansson
6 Örebro SA, 1.52.43, Nikola Kördel, 29.13, Henrik Almström, Henrik Ingesson, Johan Linge
7 SK Neptun, 1.53.06, Anders Rehn, 29.54, Patrik Engblom, Petter Ivmark, David Nordgren
8 Spårvägen SF, 1.53.45, Mattias Egmar, 29.64, Jonatan Wiik, Jim Westman, Olle Öström

4x100 m medley
1 S 02 Göteborg, 4.00.32, Andreas Gustavsson, 1.00.46, Oscar Hederström, Mattias Volmefjord, Anders Lyrbring
2 Södertälje SS, 4.04.86, Kristoffer Sjöstedt, 1.05.42, Andreas Nyhrén, Stefan Pinter, Patrik Lindelöf
3 Malmö KK, 4.05.79, Alexander Svensson, 1.05.13, Martin Gustavsson, Andreas Lentonsson, Maximilian von Bodungen
4 Ystads SS, 4.06.66, Joakim Mårtensson, 1.02.89, David Landgren, Gustavo Kertzscher, Mattias Thuresson
5 Örebro SA, 4.09.83, Nikola Kördel, 1.03.49, Henrik Almström, Henrik Ingesson, Johan Linge
6 Täby Sim, 4.09.88, Micke Jacobsson, 1.01.11, Fredrik Atmer, Mats Forslund, Clas Roeck Hansen
7 Upsala S, 4.09.93, Daniel Hermansson, 1.01.55, Conny Andersen, Mikael Nyström, Johan Eriksson
8 Spårvägen SF, 4.10.34, Mattias Egmar, 1.02.96, Jonatan Wiik, Christian Lundgren, Jim Westman

Handla meningsfullt

WWF
Pandabutiken
Sergels Torg 12, Sthlm
Drottninggatan 25, Gbg
BESTÄLL POSTORDER-KATALOG
Tel 040-29 17 00
Fax 040-29 17 90

Poängställning, JSM simning

1 S 02 Göteborg, 772 poäng
2 Malmö KK, 696
3 Helsingborgs S, 542
4 Trelleborgs SS, 532
5 Södertälje SS, 518
6 Väsby SS, 452
7 Ystads SS, 402
8 SK Neptun, 356
9 Upsala S, 298
10 Skäret SS, 246
11 Örebro SA, 244
12 Täby Sim, 234
13 Spårvägen SF, 222
14 Västerås SS, 202
15 LASS, Linköping, 186
16 Växjö SS, 176
17 SK Sydsim, 144
18 SS Mora, 142
19 Eslövs SS, 124
20 SK Poseidon, 122
21 Katrineholms SS, 112, 21. SK Triton, 112, 23. S 71 Hässleholm, 110, 24. Ängelholms SS, 100, 24. Norrköpings KK, 26. Karlstads SS, 98, 27. Jönköpings SS, 82, 28. Falu SS, 76, 29. Östra Sörmland, 68, 30. Skövde SS, 66, 31. Södertörns SS, 64, 31. Kristianstads SLS, 64, 33. Kungsbacka SS, 54, 34. Haparanda SK/T Sim, 52, 35. Gävle SS, 48, 36. Borlänge SS, 46, 36. Göteborg Sim, 46. 38. Sjöbo SS, 42, 39. Varbergs Sim, 40, 39. Mölndals ASS, 40, 41. SK Lödde, 34, 42. Östersunds SF, 32, 43. Skellefte SS 34, 30., 43. Tyresö SS, 30, 43. Vellinge-Näset SK, 30, 46. Turebergs IF, 26, 47. Karlskoga SF, 24, 48. Ösmo SS, 20, 49. Landskrona SS, 16, 50. Kalmar SS, 14, 50. SK Elfsborg, 14, 52. Solna SS, 12, 53. Stockholmspolisens IF, 10, 54. Ludvika SS, 2, 54. Järfälla S, 2.

Junior EM i simning, Köpenhamn

100m fjärilsim, pojkar
1. Miklos Kollar HUN 55.50
2. Alexander Malenko MKD 55.69
3. Valter Magnusson SWE 55.79

200m ryggsim, flickor
1. Helen Don Duncan GBR 2.15.61
2. Laura Porchianello ITA 2.15.81
3. Anne Wiesner GER 2.18.10
11. Emely Zakrisson SWE 2.24.16

100 m bröstsim, pojkar
1. Remo Lutolf SUI 1.04.00
2. Marcin Kulisz POL 1.05.61
3. Oleg Lisogor UKR 1.04.96
11. Anders Wallin SWE 1.05.90

100 m frisim, flickor
1. Anna Nyiry HUN 57.42
2. Janina-Kristin Götz GER 58.47
3. Camelia Potec ROM 58.61

200 m medley, pojkar
1. Tamás Kerékjártö HUN 2.05.05
2. M. Jacobsson SRI SWE 2.05.72
3. Roel Janssen BEL 2.07.12

400 m medley, flickor
1. Simona Paduraru ROM 4.52.28
2. Yana Klochkova UKR 4.53.95
3. Mirjana Bosevska MKD 4.56.23
14. Josefine Lindgren SWE 5.07.38

400 m Frisim, pojkar
1. Denis Zavgorodny UKR 3.56.24
2. Miklós Kollar HUN 3.56.63
3. Jörg Hunecke GER 3.57.36
8. Max Von Bodungen SWE 4.08.15

4 x 200m frisim, flickor
1. Italien 8.23.05
2. Storbritanien 8.23.28
3. Tyskland 8.23.43
5. Sverige 8.37.63
Louise Mikiasson, Charlotta Svensson
Carin Andersson, Jessica Granlund

400 m medley, herrar
1. Johann Le Bihan FRA 4.26.78
2. Michael Jacobsson SWE 4.27.09
3. A. Melenko MKD 4.27.62

100 m ryggsim, damer
1. Yuliya Fomenko RUS 1.04.47
2. Anna Nyiry HUN 1.04.54
3. Anne Wiesner GER 1.04.78
13. Emely Zakrisson SWE 1.06.71

100 m frisim, herrar
1. Mauro Gallo ITA 51.64
2. Tamás Kerékjártó HUN 52.05
3. Danny Wilks GBR 52.27
6. Max Von Bodungen SWE 52.51

200 m fjärilsim, damer
1. Erica Barazza ITA 2.16.07
2. Mireia Garcia ESP 2.18.52
3. Franziska Willwoldt GER 2.18.54

200 m ryggsim, herrar
1. Sebastian Halgasch GER 2.03.72

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

2. Yoav Gath ISR 2.04.74
3. Robert Kroll GER 2.05.30

4 x 100 m frisim, damer
1. Tyskland 3.52.44
2. Storbritanien 3.53.88
3. Italien 3.55.44
7. Sverige 3.59.03
Louise Mikiasson, Emma Pålsson
Charlotta Svensson, Anna Ricknell

4 x 200 m frisim, herrar
1. Ryssland 7.39.67
2. Tyskland 7.41.50
3. Italien 7.42.32
4. Sverige 7.44.96
Max Von Bodungen, Valter Magnusson
Mats Forslund, Micke Jacobsson

800 m frisim, damer
1. Hannah Stockbauer GER 8.46.15
2. Cristina Bolzonello ITA 8.46.49
3. Jana Pechanová CZE 8.48.79

200 m bröstsim, damer
1. Agnes Kovács HUN 2.29.85
2. Julie Merchesin FRA 2.33.45
3. L. Mamontova RUS 2.35.62

100m ryggsim, herrar
1. Robert Kroll GER 57.49
2. David Ortega ESP 58.20
3. Sebastian Halgasch GER 58.02
14. Henrik Norén SWE 1.00.17

200 m frisim, damer
1. Janina-Kristin Götz GER 2.02.84
2. M Kouwenberg NED 2.04.44
3. Camelia Potec ROM 2.06.03
16. Jessica Granlund SWE 2.09.97

200 m fjärilsim, herrar
1. Aleksandar Malenko MKD
2.00.57
2. Miklós Kollár HUN 2.01.10
3. Edward Clement GBR 2.03.07

200 m, medley, damer
1. Simona paduraru ROM 2.20.13
2. Laura Porchianello ITA 2.20.29
3. Kinga Jelonek POL 2.21.28
11. Josefine Lindgren SWE 2.25.42

4 x 100 m frisim, herrar
1. Sverige 3.28.19
Maximillian Von Bodungen,
Valter Magnusson, Mats Forslund,
Micke Jacobsson
2. Storbritanien 3.28.85
3. Tyskland 3.29.30

1500 m frisim, herrar
1. Denis Zavgorodny UKR 15.27.34
2. Jörg Hunecke GER 15.40.99
3. Johan Le Bihan FRA 15.41 55

400 m frisim, damer
1. Janina-KristinGötz GER 4.17.93
2. Criatina Bolzonello ITA 4.20.43
3. Camelia Potec ROM 4.20.45
11. Charlotta Svensson SWE 4.24.57

200 m bröstsim, herrar
1. Camillo Berenos NED 2.19.92
2. Pavel Anokhin RUS 2.20.23
3. Filip Wronski POL 2.21.14
4. Anders Wallin SWE 2.21.92

100m fjärilsim, damer
1. Anna Nyíry HUN 1.02.38
2. Zh. Lozumyrska UKR 1.02.49
3. Erica barazza ITA 1.03.45
10. Emma Pålsson SWE 1.05.04

200 m frisim, herrar
1. Miklós Kollar HUN 1.52.16
2. A. Malenko MKD 1.53.57
3. Tamás Kerékjártó HUN 1.54.07
6. Max Von Bodungen SWE 1.54.98

100 m bröstsim, damer
1. Agnes Kovács HUN 1.10.38
2. L. Momontova RUS 1.12.04
3. Annika Holz GER 1.13.10
8. Stina Lindman SWE 1.15.34

4 x 100 m medley, herrar.
1. GER 3.49.35
2. BLR 3.50.66
3. SWE 3.51.39
Micke Jacobsson, Anders Wallin,
Valter Magnusson, Max Von Bodungen

Junior EM i simhopp, Köpenhamn

3 meter svikthopp, damer
1. Anna Lindberg SWE 377.55
2. Heike Fischer GER 321.05
3. Anne Jentzsch GER 317.30
18. Sofie Nilsson SWE 236.10

1 meter svikthopp, herrar
1. Christian Loeffler GER 498.00
2. Igor Laukashin RUS 497.75
3. Alexander Skripnik UKR 490.95
5. Simon Chrisander SWE 458.90

Höga hopp, herrar
1. Roman Kormylitsin RUS 308.50
2. Andreas Hajnal HUN 305.75
3. Andrey Varakin RUS 280.50
14. Frej Tulin SWE 220.20

Höga hopp, damer
1. Anna Lindberg SWE 294.70
2. Alla Loushpayeva RUS 255.20
3. Krisztina Falkay HUN 236.85

3 meter svikthopp, herrar
1. R. Kormylitsin RUS 378.15
2. S. Kouchmasov RUS 361.90
3. Dimitry Lisenko UKR 354.75
13. Frej Tulin SWE 280.55

1 meter svikthopp, damer
1. Ditte Kotzian GER 396.00
2. Monique Tronier GER 388.15
3. Nastia Dobrynina RUS 385.10

1 meter svikthopp, damer, 14-15 år
1. Anna Lindberg SWE 324.85
2. Martha Kirchhoff GER 311.50
3. Heike Fischer GER 310.70
10. Sofie Nilsson SWE 253.40

3 meter svikthopp, herrar, 16-18 år
1. Alexander Skripnik UKR 551.45
2. Markus Albrecht GER 540.95
3. Nicola Marconi ITA 512.65
4. Simon Chrisander SWE 503.45

Höga hopp, damer, 16-18 år
1. Clara Ciocan ROM 398.05
2. Nina Alferova RUS 360.50
3. Y. Olshvskaya RUS 360.35
7. Jenny Granath SWE 278.05

1 meter svikthopp, damer, 14-15 år
1. Anna Lindberg SWE 324.85
2. Martha Kirchhoff GER 311.50
3. Heike Fischer GER 310.70
10. Sofie Nilsson SWE 253.40

3 meter svikthopp, herrar, 16-18 år
1. Alexander Skripnik UKR 551.45
2. Markus Albrecht GER 540.95
3. Nicola Marconi ITA 512.65
4. Simon Chrisander SWE 503.45

Höga hopp, damer, 16-18 år
1. Clara Ciocan ROM 398.05
2. Nina Alferova RUS 360.50
3. Y. Olshvskaya RUS 360.35
7. Jenny Granath SWE 278.05

1 meter svikthopp, herrar, 14-15 år
1. Andrey Varakin RUS 338.75
2. Dimitry Lisenko UKR 332.15
3. P. Rodriques-Ribio GER 322.80
16. Frej Tulin SWE 246.80

KLUBBKLÄDER
med ert eget tryck
Prisexempel 25 st 50 st 100 st
T-shirt 45,- 41,- 39,-
Sweatshirt 118,- 111,- 106,-
Vindoverall 329,- 323,- 316,-
Klubbjacka 223,- 210,- 198,-
Badlakan 51,- 49,- 46,-
Moms och tryck ingår. Massor av andra plagg, väskor, dekaler etc. Begär vår katalog!
Hasselberga SCREEN & OFFSET AB
Box 75, 716 21 Fjugesta
Tel 0585-312 92 (9.00-19.00)

LÅNGLOPP Åsimningen
Svenskt Mästerskap i Långdistanssimning i öppet vatten
Banans längd 2.700 m
Nyköping 4 Augusti 1996

Herrar/senior

1.Martin Enkurs -79 LASS. Linköping	0.27.53
2.Alexander Ström -80 LASS. Linköping	0.28.14
3. Jon Lundqvist -71 SK Poseidon	0.28.25
4. Marcus Fahlén -78 Västerås SS	0.28.54
5. Björn Sjöberg -79 SK Sydsim	0.30.24
6. Anders Bruce -78 Säffle SS	0.31.56
7. Henrik Holmberg -69 Mälarhöjdens SS	0.34.26

Damer/senior

1. Cecilia Ström -78 LASS Linköping	0.28.22
2. Emma Olsson -78 SK Sydsim	0.29.02
3. René Östberg -81 Södertörns SS	0.31.26
4. Marie Holmberg - 69 Mälarhöjdens SS	0.32.13
5. Ulrika Fjällklint -80 Södertörns SS	0.34.00
6. Anna-Carin Nordin -70 Tyresö SS	0.33.33
7. Marie Danielsson -80 Södertörns SS	0.34.00
8. Johanna Sjöberg -82 Danderyds SK	0.34.37
9. J. Svedberg -80 Ö:a Sörml.Bad&Simkl.	0.36.00
10. E. Lehnbom -80 Ö:a Sörml.Bad&Simkl.	0.36.32
11. Helena Bockner -68 Mälarhöjdens SS	0.36.55
12. Sara Vrang -73 Ö:a Sörml.Bad&Simkl.	0.37.16
13. A Svedberg -83 Ö:a Sörml.Bad&Simkl.	0.37.19
14. M Törnblom-79 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.37.21
15. K Eriksson -80 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.37.33

Herrar/Junior

1. Martin Enkurs -79 LASS Linköping	0.27.58
2. Alexander Ström -80 LASS Linköping	0.28.14
3. Marcus Fahlén -80 Västerås SS	0.28.54
4. Björn Sjöberg -79 SK Sydsim	0.30.24
5. Anders Bruce -78 Säffle SS	0.31.56
6. J Mindemark-82 Ö:aa Sörml.Bad&Simkl.	0.33.21
7. Gabriel Linton -82 Nora SS	0.34.59

Damer/Junior

1. Cecilia Ström -78 LASS Linköping	0.28.22
2. Emma Olsson -78 SK Sydsim	0.29.02
3. René Östberg -81 Södertörns SS	0.31.26
4. Ulrika Fjällklint -80 Södertörns SS	0.33.03
5. Marie Danielsson -80 Södertörns SS	0.34.00
6. Johanna Sjöberg -82 Danderyds SK	0.34.37
7. J Svedberg -83 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.36.00
8. E Lehnbom -80 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.36.32
9. Sara Vrang -78 Ö:aa Sörml. Bad&Simkl.	0.37.16
10. A Svedberg -83 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.37.19
11. M Törnblom-79 Ö:a Sörml Bad&Simkl.	0.37.21
12. K Eriksson -80 Ö:a Sörml Bad&Simkl.	0.37.33
13. K Lund -82 Ö:a Sörml. Bad&Simkl.	0.39.04

Herrar

1. Sten-Åke Gustafsson -59 Köpings SS	0.28.18
2. Håkan Kjellström -58 Elektrosystem	0.31.20
3. Leif Götesson -66 Elmhults SC	0.31.27
4. Ove Karlsson -58 Nyköping	0.31.31
5. Håkan Larsson -67 Ängelholms SS	0.33.36
6. Magnus Andersson -74 Örebro AIK	0.33.59
7. Lars Höglund -63 Nyköpings BOX	0.34.09
8. Hasse Lindström -0 SSIF Nyköping	0.34.28
9. Tommy Eriksson -66 Motala	0.35.15
10. Christer Långbacka -0 Tolkis, Finland	0.35.48
11. Patrik Ståhl -0 Skövde Frisksportklubb	0.36.08
12. Richard Pettersson -73 Oxelösund	0.37.23
13. Stefan Mörk -52 Katrineholm	0.37.28
14. Torbjörn Ottosson -68 Malmö	0.38.22
15. Jan Höög -33 Hellas	0.38.58
16. Ulf C-E Lahger -58	0.39.49
17. Pertti Tomminen -56 Pripps IF	0.39.51
18. Fredrik Gullstrand -64 SK Ran	0.39.54
19. Urban Karlsson -59 Strämgnäs SS	0.40.37
20. Richard Lovik -69 Täby	0.41.40
21. Agne Falebäck -58 Hackman-Wedholms Korp IF	0.43.18
22. Tommy Carlsson -52 Köpings SS	0.43.20
23. Mikael Pettersson -53 Söderbärke	0.44.37
24. Lennart Andersson -41 LM Ericsson IK	0.46.35
25. Lars Törnqvist -0 Motala	0.46.41
26. Lars Holm -64 Hofors	0.46.49
27. Jonas Karlsson -71 Nyköping	0.47.08
28. Tommy Nilsson -44 Nyköping	0.48.03
29. Mats Johansson -60 Trosa	0.48.37
30. Krister Gustafsson -45 Örebro	0.48.54
31. Per-Owe Hvitfeldt -43 Hammarby IF	0.48.58
32. Gunnar Hägg -46 Skövde	0.49.01
33. Michael Dudas -67 Malmö	0.49.39
34. Sture Eriksson -46 Nyköping	0.49.43
35. Peter Troberg -59 Nyköping	0.50.24
36. Lennart Johansson -48 Nyköping	0.50.34
37. Anders Eklund -41 United Parts IF	0.50.58
38. Ronnie Dahlqvist -66 Nyköping	0.51.01
39. Fredrik Nilsson -78 Skövde	0.51.55
40. Babben Böninger -52 VAIK	0.52.11
41. Henry Nestin -39 Norrköpings KK	0.52.32
42. Stig Eriksson -23 Lima IF	0.55.15
43. Hans Johansson -47 Miltronic, Nyköping	0.56.16
44. Michael Fors -57 Oxelösund	0.56.41
45. Ronny Fransén -56 Nävekvarns GoIF	0.56.44
46. Folke Andersson -20 Kommunals IF	0.57.17
47. Ingvar Johansson -34 Tunafors SK	0.58.42
48. K-E Karlsson -24 Frisksportarna, Skövde	0.59.53
49. Mattias Johansson -61 Miltronic, Nyköping	1.01.03
50. Tord Svärd -43 Hellas	1.01.15
51. Holger Bjarnehag -29 Sundbybergs IK	1.01.50
52. Jan Brågård -0 IFK Helsingborg	1.08.38
Kennet Sund -64 Nyköping Brutit	
Yngve Eriksson - 16 Nyköping Brutit	

Damer

1. Caroline Lindgren -71 Vällingby	0.36.58
2. Ann-Louise Alderberg -75 Härnösands SS	0.38.33
3. Gunilla Nilsson -45 Arnö IF	0.41.44
4. Ghita Grönstrand -0 Tolkis, Finland	0.42.16
5. Åsa Johansson -70 Eskilstuna	0.43.37
6. Yvonne.Bladh -66 Huskvarna	0.44.35
7. Kristina Hagfalk -58 Jönåker	0.45.37
8. Jenny Thor -78 LM Ericsson IK	0.46.30
9. G. Björkenlid-Beskow -36 Uppsala	0.50.13
10. Helena Peltomäki -64 Hofors	0.52.35
11. Christina Brusewitz -48 Sollentuna	0.53.04
12. Mariana Borkowski -63 Lindesberg	0.54.01
13. Margaret Andersson -40 Nyköping	0.54.07
14. Ingela Hagfalk -84 Jönåker	1.07.53

Lindesimmet 28 Juli -96

Herrar

1. Mattias Olshed -78 Sydsim	31.15.1
2. Martin Enkurs -79 Linköpings ASS	32.10.6
3. Sten-Åke Gustafsson -59 Köpings SS	33.51.3
4. Per Rasmusson -78 Aabybro IF	33.53.6
5. Sören Bove -75 Aabybro IF	33.54.9
6.Jan Brangefält -72 Västerås	34.59.8
7. Mattias Haag -72 Norrköpings KK	36.02.9
8. Leif Götesson -66 Elmhults SC	36.32.1
9. Patrik Andersson -73 Västerås SS	36.51.4
10. Teemu Närvinen -78 Kuusankoski	37.42.1
11. Espen Budolfsen -73 Aabybro IF	39.07.4
12. Lars Ekdahl -54 Västerås SS	39.25.8
13. Jarmo Mettälä -83 Kuusankoski	39.35.3
14. Jarmo Luukonen -81 Köpings SS	39.38.8
15. Gabriel Linton -82 Nora SS	40.43.5
16. Håkan Larsson -67 Ängelholms SS	40.45.4
17. Lars Carlsson -61 LSS	40.55.8
18. Kasper Nielsen -82 Aabybro IF	40.57.5
19. Henrik Holmberg -69 Mälarhöjdens SS	41.03.3
20. Dennis Grynnerup -81 Aabybro IF	41.06.7
21. Tobias Strömberg -79 Kumla SS	41.31.9
22. Tomas Gahlin -79 Kumla SS	42.14.3
23. Tomas Emilsson -71 Kumla SS	42.30.5
24. Daniel Wetterstrand -78 Nora SS	42.56.2
25. Anders Brangefält -68 Västerås	43.02.8
26. Jouni Laukkanen -82 Kuusankoski	43.14.5
27. Björn Pettersson -52 Norrköpings KK	45.33.4
28. Torbjörn Ottosson -68 Västerås	43.02.8
29. Bertil Waldén -61 LSS	46.07.7
30. Anders Justenlund -82 Aabybro IF	47.17.6
31. Toni Tähkänen -84 Kuusankoski	49.39.7
32. Tommy Carlsson -52 Köpings SS	53.15.2
33. Magnus Janson -68 LSS	53.41.7
34. Rickard Jakobsson -81 Nora SS	55.09.9
35. Per Stenqvist -67 Nora SS	60.22.9

Damer

1. René Östberg -81 Södertörns SS	37.35.1
2. Marie Budolfsen -81 Aabybro IF	38.04.2
3. Marie Holmberg -69 Mälarhöjdens SS	38.23.4
4. Ulrika Fjällklint -80 Södertörns SS	38.56.6
5. Camilla Palm -79 Köpings SS	39.09.3
6. Carina Burman -67 Västerås SS	39.20.3
7. Caroline Fröstrup -82 Aabybro IF	39.36.9
8. Eva Andersson -63 IFK Stockholm	39.41.8
9. Margareta Rainer -49 Hellas	40.36.9
10. Henriette Jensen -82 Aabybro IF	40.44.0
11. Jenny Johansson -75 Kumla SS	42.15.5
12. Marlene Boman -82 Grängesbergs SS	43.26.0
13. Louisen H Andersen -80 Aabybro IF	45.00.2
14. Charlotta Nilsson -65 Nora SS	46.03.7
15. Ulla G Christensen -82 Aabybro IF	46.13.4
16. Ramona Ljung -79 Grängesbergs SS	46.21.7
17. A-L Alderberg -75 Härnösands SS	46.44.6
18. Lena Johansson -79 Kumla SS	47.24.2
19. Laura Halonen -82 Kuusankoski	49.59.1
20. Annika Waldén -66 LSS	52.56.1
21. Elin Sörman -82 LSS	53.44.6
22. Laura Kukkola -83 Kuusankoski	53.45.0
23. Katri Halonen -83 Kuusankoski	54.00.5
24. Jenny Sörman -78 LSS	55.45.4
25. Ellen G Christensen -85 Aabybro IF	62.03.5
26. Piia Kaipainen -85 Kuusankoski	66.10.2
27. Mona Carlsson -56 Köpings SS	71.57.0

Lagtävlingen

1. Aabybro IF lag 1	3.05.37.0
Per Rasmussen, Sören Bove, Marie Budolfsen, Espen Budolfsen, Caroline Fröstrup	
2. Aabybro IF lag 2	3.34.01.8
Henriette Jensen, Kasper Nielsen, Dennis Grynnerup, Louisen H Andersen, Ulla G Christensen	
3. Kumla SS	3.35.56.4
Tobias Strömberg, Tomas Gahlin, Jenny Johansson, Tomas Eskilsson, Lena Johansson	
4. Kuusankoski	3.44.01.6
5. Köpings SS	3.57.51.6
6. Lindesbergs SS	4.08.04.9

Klubbar!

Glöm ej att rapportera till Simsport så fort ni har haft en tävling. Kanske andra också vill läsa om den!

red.

Tävlingsplanering 1997-2000

Simkommittén är nu klar med tävlingsplaneringen för perioden 1997-2000. Planeringen som SK nu presenterar grundar sig på den utvärdering och på det förslag som en arbetsgrupp tog fram under första halvåret 1996. Arbetsgruppen bestod av erfarna tränare och ledare från hela Sverige. Gruppens förslag har sedan skickats ut till SDF och SES-föreningarna. SK har tagit del av de kommentarer från de SDF och SES-föreningar som har haft möjlighet att svara under sommaren. Den planering som SK nu presenterar kommer att fastställas av styrelsen och SK senast den 15:e september 1996.

Senior- och juniorsimningen

SM/JSM kommer att genomföras i stort som tidigare, men med några viktiga förändringar.

Alla SM- och JSM-tälvingar genomförs under 4 dagar.

SM/JSM i lång bana genomförs med ett s k olympiskt program, dvs 50 fjäril, rygg och bröst samt 4x50-lagkapperna tas bort.

Placeringen av SM och JSM under året blir:

SM i kort bana:	3 veckor före det internationella mästerskapet, dock före mars månads utgång
SM/JSM i lång bana:	andra helgen i juli
JSM i kort bana:	första eller andra helgen i december

Lagkapperna vid SM/JSM genomförs i försök och final. Vid långbanetävlingen blir det inte några lagkapper för juniorerna. Seniorlagkapperna kommer här att inleda försken och avsluta finalerna.

Rekomendationen för DM/JDM är att det placeras 3 veckor före mästerskapen.

Förändringarna av senior- och juniorsimningen genomföras fr o m 1997-01-01.

Ungdomssimningen

Inom ungdomssimningen blir det mer genomgripande förändringar:

Ungdomsmästerskapen genomförs åter på en plats och i samband med detta återtar vi namnet **SUM-SIM**.

Det blir **en** Simiaden-tävling och den flyttas till hösten. *Dock kommer Simiaden att genomföras under våren-97 både som distrikt- och regionstävling.* Åldersklasserna utvidgas så att även något äldre simmare kan tävla på utvecklande distanser.

Placeringen av Sum-Sim och Simiaden under året blir:

Sum-Sim i kort bana:	Regionsfinal: andra helgen i november. Riksfinal: tre veckor senare
Sum-Sim i lång bana:	första helgen i juli
Simiaden i kort bana:	samtidigt som Sum-Sim Riksfinal i kort bana

Dubbla åldersklasser införs inom ungdomssimningen:

Sum-Sim kort bana	**Sum-Sim lång bana**	**Simiaden**
		10 år och yngre
11 och 12 år		11 och 12 år
13 och 14 år	14 år och yngre	13 och 14 år
15 och 16 år	15-16	15 och 16 år

Sum-Sim i lång bana genomförs med försök och final. Kvaltider kommer fortfarande att gälla som kvalificering till tävlingen.

För att tillvarata det stora intresset för ungdomstävlingar under den första delen av sommaren så kommer SK att under 1997 arbeta för att den skapas en nationell ungdomstävling under sista helgen i juni. Tävlingen kommer att utformas så att många simmare kan deltaga och den kommer till stor del betona laganda. Målet är också att hitta en sponsor vars namn kan ingå i tävlingens namn.

Förändringen av ungdomssimningen genomförs fr o m 1997-08-01.

Övrigt

En tävlingsfri helg i månaden kommer att föreslås. Den kan man antingen använda till riks- distrikts- eller klubbläger eller så till återhämtning.

SK kommer att arbeta för att införa regions- och riksläger för juniorer och ungdom. Ungdomarna kommer bara att ha regionsläger och omfatta ca 80 simmare i landet. Juniorerna kommer att ha regionsläger med 240 simmare och riksläger med 80 simmare i landet. Alla läger kommer att genomföras en gång per termin. Utöver detta kommer satsningar att ske på känrtrupper som tidigare. Lägerverksamheten med regionsläger kommer att börja ta sin form tidigast under hösten 1997.

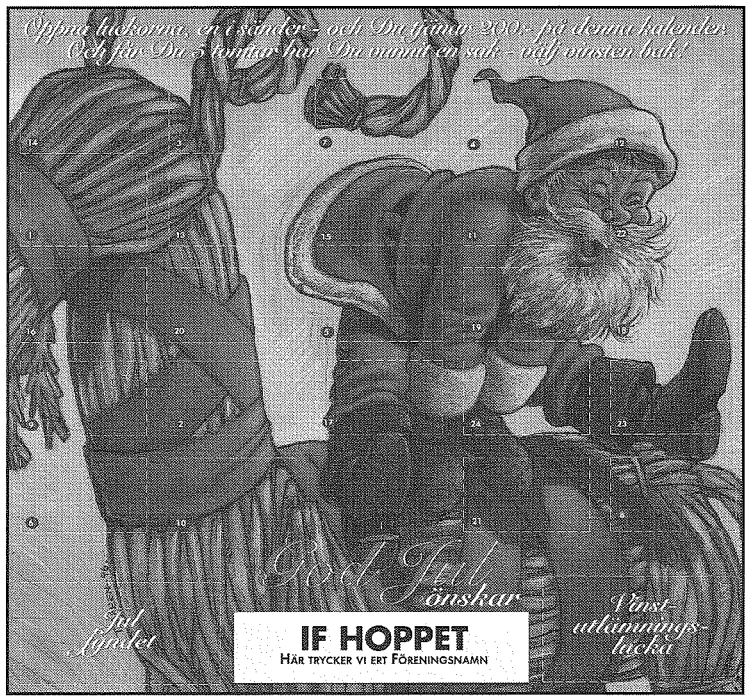
För att arbeta fram mer heltäckande tävlingskalendrar på distriktsnivå kommer SK att i projektform arbeta med 4-6 distrikt i två regioner under 1997. Målet är här att lära sig mer om alla de aspekter man måste ta hänsyn till när man planerar tävlingsverksamheten för ett år.

SK har under augusti skickat ett exemplar av Tävlingskalendern 1997-2000 till alla SDF och tävlingsföreningar. Här kan man hitta mer utförliga beskrivningar av bl a planeringsprinciper och mästerskapens utforming.

Julkalenderlotten '96

Tjäna en tia riskfritt och era köpare tjänar 200:-!

Julkalendrar köper alla. En julkalender som dessutom är en LOTT med direktdrag i luckorna och en JULMARKNAD som ger köparna ca 200:- i rabatter på livsmedel har alla förutsättningar för att bli en sälj- och kassasuccé för er förening.



DIREKTDRAG MED SKRAP I LUCKORNA!

VINSTERNA DIREKT HEM TILL VINNARNA

8 VINSTER ATT VÄLJA PÅ

TRYCKT FÖRENINGS-NAMN PÅ VARJE KALENDER

Nytt format, Nytt papper, Nu också med Returrätt!

Fyll i och skicka in för mer information

Mer information, tack!

Vi vill gärna veta mer om årets Julkalenderlott!
Skicka snarast mer information till

Förening _____

Kontaktperson _____

Adress _____

Postnr _____ *Ort* _____

Tel.nr _____

Svenska Simförbundet

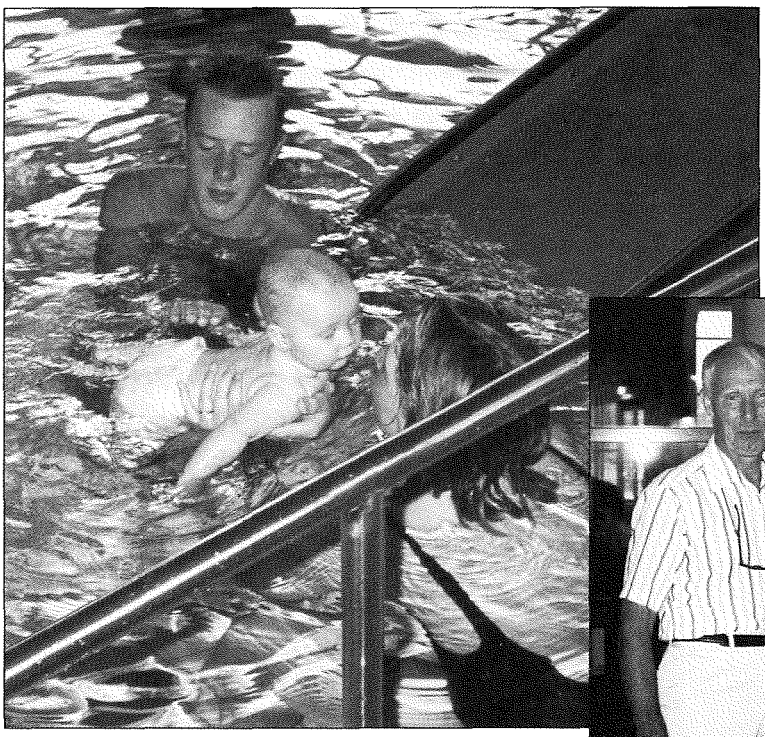
Porto

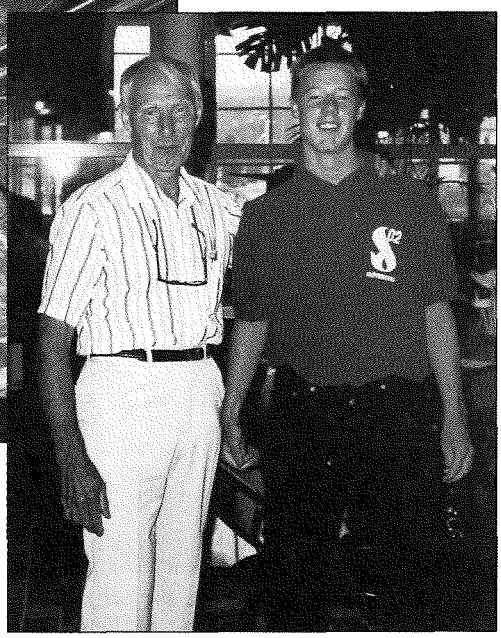
c/o KalenderMedia AB
Box 4073
250 04 Helsingborg

Från babysimmare till Babysimledare



1979 startade babysimmet i Sverige. Dess vagga stod i Kungälv, där Knut Rosén startade verksamheten. Knuts första elev var Ulf Sahlin från Älvängen. Ulf är därmed Sveriges första babysimmare.





Knut Rosén tv. samt Ulf Sahlin.

Idag 17 år senare är Ulf utbildad babysimledare. Utbildningen skedde tillsammans med 15 andra deltagare från olika delar av landet och i just Kungälv, som begåvats med en ny simhall, där babysimverksamheten anpassats så att Göteborgs Simförbund, med världsunikt resultat kan hålla sin utbildning för babysimledare.

Från babysimmare har Ulf utvecklats inom simsporten på ett fantastiskt vis. Förutom nu babysimledare har han två nybörjargrupper i simning. Han har hårdtränat och utvecklat sina talanger inom fensim, varför han med stor sannolikhet inom kort kommer att bli uttagen till landslaget.

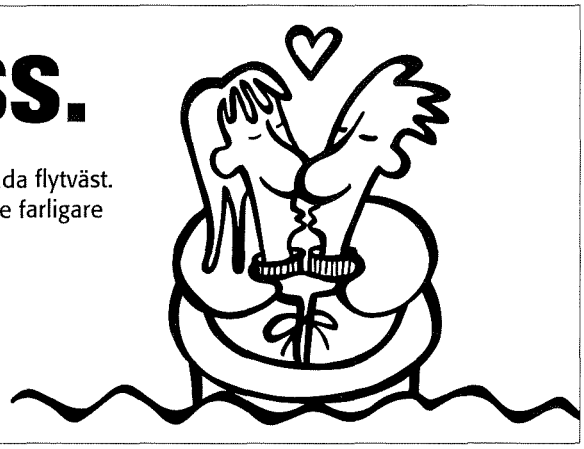
Göteborgs Simförbund har fått förmånen att knyta två världsledande föreläsare i babysimledarskap, nämligen K-G Rosén, professor vid vid Plymouth Postgraduate Medical School, och Knut Rosén, internationellt efterfrågad babysimledarinstruktör. Knut reser varje år till internationella kongresser inom babysim. 1996 var han i São Paulo, Brasilien. I och med att Knut arbetar internationellt med babysim, får våra deltagare en unik inblick i babysim över hela världen. Herrarna Rosén (nej, de är inte släkt) och Göteborgs Simförbund har nu medverkat till att cirka 300 personer är utbildade babysimledare av mycket hög kvalitet. Förutom kursverksamheten i Göteborgsområdet pågår föreläsningar i olika delar av landet, senast genomgick cirka 25 deltagare ur Helsingborgs SS utbildning som babysimledare. På fotona kan ni se Knut och Ulf tillsammans igen efter 17 år, samt Ulf i aktion med sin första babysimmare.

Vid pennan

Kenneth Ekström
Simkonsulent/Göteborgs Simförbund

Vattenpuss.

8 av 10 som dör på sjön har struntat i att använda flytväst.
Ta på dig flytvästen, så är den normala sjön inte farligare än en liten vattenpuss.



SJÖFARTSVERKET
SJÖSÄKERHETSRÅDET

Swim Shop®

Ring oss på tel. 0560 148 08 eller fax 0560 105 1
Du kan också beställa direkt på internet:
http://www.infonett.hm.no/klubben/
e-post: klubben@infonett.hm.no

SPEEDO

OS-vinnaren
Aquablade
säljs av
Swim Shop



Olympic Back
Stl. 28" - 40"
557:- end. svart



Hydra suit
Stl. 28" - 40"
735:- end. svart



Legamit
Stl. 28" - 40"
995:- end. svart



Globe Olympic
Stl. 30" - 38"
494:- end. svart



Globe Electric
Stl. 28" - 42"
418:- end. svart



Nemesis
Atlantic
Stl. 26" - 36"
231:-



Globe Atlanta
Brief
Stl. 28" - 38"
231:-



Cybersnake
Stl. 26" - 34"
262:-



Enigma Brief
Stl. 28" - 34"
280:-



Solid Lycra
Brief
Stl. 26" - 40"
185:-



Aquablade
Brief
Stl. 28" - 36"
336:- end. svart

DIANA - Nya dräkter - 30% rabatt.



VITTORIA
Grå/Svart
Brief
NU 160:-
Bladeback
NU 390:-



DONATA
Svart/Rosa/Blå
NU 290:-



CHRISTINA
Flerfärgad
NU 385:-



Aquablade
Short
Stl. 28" - 36"
756:- end. svart

Ja tack, jag önskar beställa:

Stl.	Art. namn	Styck

☐ Sänd också 64-sidig katalog med fler produkter från Swim Shop

Namn _____
Adress _____
Postnr och ort _____
Tel._____ Fax. _____

Porto bet.

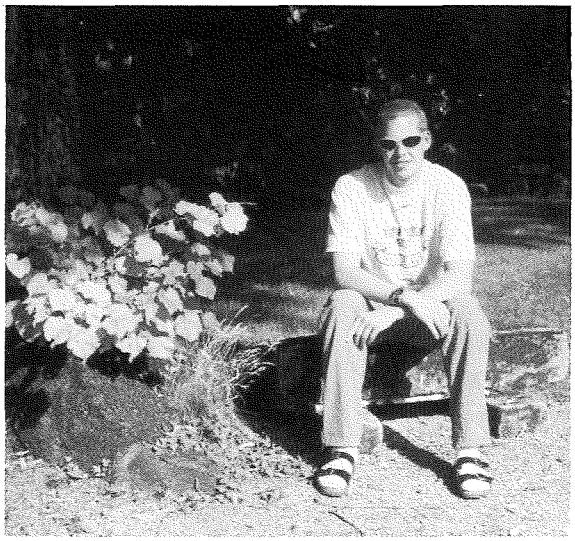
Swim Shop / SPORT KLUBBEN

Svarpost
650232300

Box 25
68060 Sysslebäck

WORLD CUP I LÅNGDISTANS

Ola Strömberg trea i Europa



Till Evian, Frankrike, en liten kurort vid Lac Leman, Genèvesjön, åker man i normala fall för att dricka Evianvatten och vila upp sig. Ola Strömberg och Ina Dannfors, drack i och för sig en hel del Evianvatten, men vilade gjorde de inte. Tillsammans med världens bästa långdistanssimmare från 16 länder, förberedde de sig för World Cup, motsvarande VM, i 25 kilometer simning.

De övriga länderna hade haft uttagningstävlingar för att avgöra vilkan simmade de skulle skicka. Ola Strömberg fick förtroendet att vara Sveriges förste representant vid ett internationellt långlopp, vilket gladde ivriga förespråkare av långdistanssimning som Lars Edstedt och Gunnar Werner.

MATNING MED HÅV

Tack vare mycket hjälpsamma och vänliga ledare och simmare från de övriga deltagande länderna lärde sig de svenska representanterna mycket om de speciella förutsättningar som gäller för långlopp.
Hollands förbundskapten för långdistanslandslaget, Tom Brouwers, påpekade bland annat att tränaren vid långlopp ofta kan avgöra ett lopp. Eftersom distansen är 25 km och det tar ungefär fem och en halv tim, måste samtliga simmare ha en följebåt med en jurymedlem samt tränaren i båten.
Tränaren bestämmer riktning och "matar" simmaren med dryck och eventuell mat var 15-20 minut. Det är också viktigt att tränaren informerar simmaren om placering, tider, när det är dags att dricka och liknande.
"Matningen med dricka sköttes genom att en fiskhov sträcktes fram till Ola från Ina i båten. I håven låg en sportdrycksflaska med ett snöre knutet runt flaskan. Ola tog flaskan ur håven, drack medan han simmade på rygg och släppte sedan flaskan som Ina kunde dra in med hjälp av snöret. Mycket finurligt system.

50 STARTANDE

I Evian ett par dagar före start var det endast 14,5 grader i vattnet. Tack vare strålande solsken höjdes vattentemperaturen till nästan behagliga 19 grader. Fastän 19 grader låter varmt med tanke på badtemperaturen i Sverige den här sommaren, var det ändå nödvändigt att smörja in kroppen med ullfett och vaselin. Det hela handlade om att vara minst fem timmar i 19-gradigt vatten.
Tävlingen, med cirka 50 deltagare från 16 nationer, startade i Evian i Frankrike på söndagsmorgonen kl 09.20. Alla simmade från Evian till Lausanne, Schweiz och tillbaka till Evian. Eftersom de svenska långloppen vara är 3 km är det svårt att veta hur 25 km känns. Det längsta Ola Strömberg sim-mat i ett sträck före starten i Evian var en straffsimning på 15 000 meter då han missat en morgonträning i Malmö för några år sedan.

TREA I EUROPA

Ola öppnade ganska löst men låg ändå elva vid vändningen efter 12,5 km. Mycket tack vare bra coachning av Ina, som bl a lyckades få besättningen i följebåten att sjunga svenska hejaramsor, avancerade han i fältet och simmade förbi de båda amerikanska simmarna, en kanadensare och en egyptier. Under hela loppet drack Ola antingen vatten, nyponsoppa eller sportdryck varje kvart och han åt även en del choklad.
Klockan en minut över tre, efter fem timmar och 41 minuter, simmade han i mål. Trött men piggare än väntat.
Sjua i den första tävlingen är ett mycket bra resultat och bland europeerna blev Ola Strömberg trea. Vann gjorde en simmare från långdistanssimningens starkaste fäste, Grant Robinson, Australien.

Ola Strömberg

Den som är intresserade av långlopp kan kontakta Ola på tel 018-54 40 50. Han deltog även i en föreläsning med ämnet "Nutrition in Long Distance Swimming" och kan ordna material från föreläsningen.

9 av 10 simmare vid EM i Wien 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-298 21 ÅHUS SWEDEN
TELEFAX 044 - 24 74 35
TEL. 044 - 24 71 50

Chrunaks chrönika

Ny tid nya grepp

Ja, så är vi då inne i en ny simsäsong.
Gamla meriter är, just det, gamla, nu är det nya mål som gäller.
Visserligen är gamla meriter bra att ha i bagaget, inte minst som erfarenhet, men om man inte går vidare med en kombination av erfarenhet och nya grepp, då är risken stor, att gamla meriter inte leder till fler och nya meriter.
Vi har haft en, i mitt tycke, mycket givande tränarkonferens.
För dom som var där.
Det var nämligen många som inte var det.

Var fanns t.ex. Skåne, Norrland och Göteborg.

Nåväl, vi som fanns i Uppsala fick en helg fylld med givande debatt och många nya infallsvinklar till vår träning och tävling.
T.ex:

- *Varför inte analysera vårt sätt att simma och röra oss, så att vi får maximal utdelning på vår förmåga att lösgöra energi.*
- *Varför inte lära oss att slappna av och totalkontrollera vår kropp, för att vid anspänning ge oss maximal möjlighet att simma fortare.*
- *Varför inte ställa sig frågan: "Har jag inolverat mina simmare i min årsplanering"?*
- *Är mina simmare så utbildade och självständiga, att dom klarar sig själv, ibland?*
- *Är mina mål som tränare realistiska, eller kväver jag min simmare på vägen?*

Ungern.

Vi fick också lära oss att i Ungern kan man slå simmarna i väggen och ändå få resultat av världsklass.
Moroten var pengar och USA-resor, inte själva resultatet.
Skönt att vi inte har det så i Sverige.

VM i Göteborg

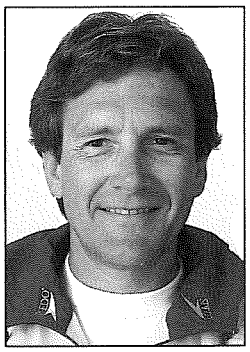
Det är just den här säsongen, som vi får vara med om något mycket stort, på hemmaplan. Tänk att få vara med på läktaren när vågen går inne i Scandinavium. 7.000 i full extas när Sverige tar guld.
Tänk att få vara med i bassängen. VM kommer att bli en jätte-simmarfest.
Du som har chansen att få vara med på "innerplan", ta chansen, snacka inte bara om att ta den.
Du som är simintresserad. Visa ditt intresse genom att vara på plats. Visst ska vi fylla både läktare och finaler med svenskar. Det är roligt att börja med en ny säsong när festen är så nära.

Rostock

Innan dess skall vi simma hem lite medaljer vid kortbane-EM i Rostock. Världsrekordinnehaverskan på 100 meter medley, Louise Karlsson blir klart extra spännande. Inte minst efter sitt fina 200 meter medley vid OS.
I nästa nummer kommer det en plan över Senior- och Juniorlandslagsverksamheten för 1997. Vi har planerna klara, men innan budgeten är slutspikad, vill vi inte gå ut med information, som kan förvirra.

Mot Göteborg ställer vi kosan.

Hans Chrunak



"mot Göteborg ställer vi kosan"

VM ger kunskap!?

Att arrangera ett världsmästeraskap i simning ger en hel massa kunskap. En del kan man säkert ha nytta av i en framtid. Resten får placeras i hjärnans utrymme för icke nödvändigt vetande.

För att kunna genomföra ett VM i simning krävs det en bassäng. För ett VM på kort bana är denna 25 meter lång, minst 17 meter bred och 2 meter djup. En sådan finns i Göteborg, i Valhallabadet. Men där är det ont om publikplatser, bara ca 1500 st. Vad gör man då? Jo man bygger en ny bassäng och ställer den där det finns gott om publikplatser. I vårt fall i Scandinavium.

För att kunna simma behövs vatten i bassängen, i vårt fall 850 kubikmeter. Detta vatten väger då cirka 850 ton. När Scandinavium byggdes dimesionerades golvet för att klara en fullvuxen elefant stående på ett ben. Det är mindre än vad en tävlingsbassäng för ett kortbane-VM väger. Det innebär att man måste förstärka golvet. Under Scandinaviums golv finns det lera, på en del ställen upp till 55 meter. Då måste man slå ner pålar till berget. Nu har man gjort det.

Att bygga upp tävlingsbassängen med sitt pooldäck och extra läktare tar cirka en vecka. Därefter ska 850 kubikmeter vatten fyllas i. Det är en hel massa vatten och motsvarar 85.000 vanliga 10-liters spänner.

Att fylla allt detta vatten i bassängen tar ca 24 timmar. Att sedan värma uppvattnet till ca 28 grader med hjälp av varmvatten och värmeväxlare tar ytterligare några timmar. Innan simmarna får dyka i måste också vattnet renas med hjälp av klor eller jodd.

Nu är det klart för tävling och publiken kan se de tävlande simma de 32 grenarna som ingår i ett VM.

Finalisterna kommer att simma totalt 160.000 meter. 6.400 gånger kommer finalisterna att slå händer eller fötter i vändningsplattorna. 4.800 mellantider och 1.600 sluttider kommer att presenteras på scoreboarden.

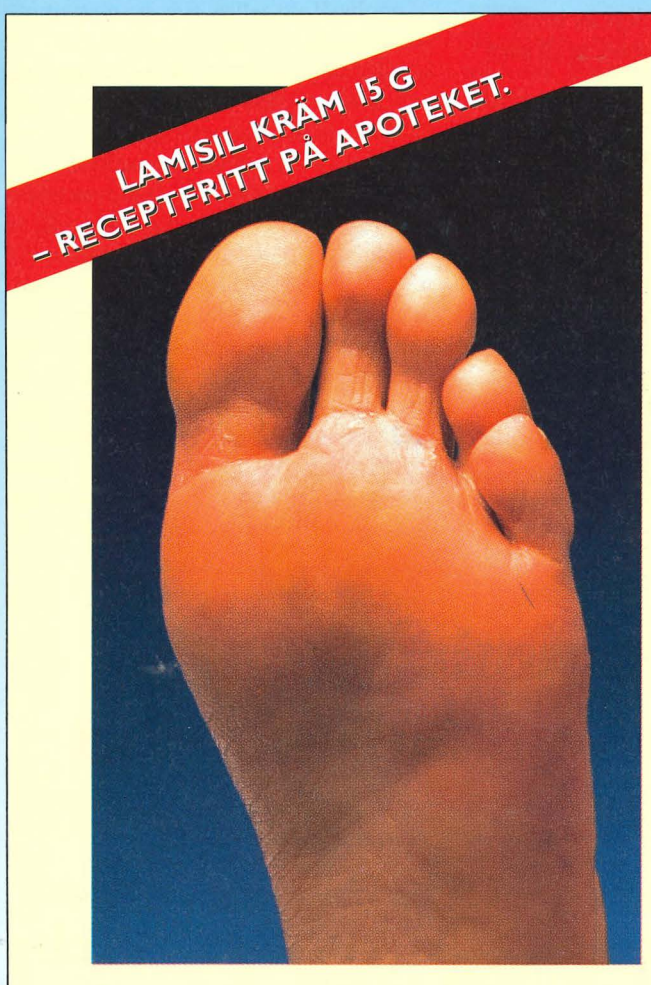
96 guld, silver eller bronsmedaljer delas ut och drygt 100 dopingprov kommer att tas. Publiken kommer att ha fått höra ca 40 minuter nationalsång.

När tävlingarna är slut på söndagen den 20 april ska vattnet tappas ut. Det tar cirka 11 timmar. Måndag morgon startar rivningen av pooldäck, extra läktare och tävlingspoolen. Detta arbete måste vara klart 48 timmar senare. Onsdag förmiddag startar förberedelserna för nästa stora arrangemang i Scandinavium.

Ni har nu fått en del fakta om VM i Göteborg 1997. Hur ni sorterar kunskapen, nödvändig- eller onödig kunskap, bestämmer ni själva.

Anders Wernesten

LAS OTC 96/1



Svamp mellan tårna?

Har huden spruckit? Är det rött och irriterat? Då kan Du ha fått fotsvamp (tinea pedis). En veckas behandling med Lamisil kräm är oftast tillräckligt.



SANDOZ
Box 1150, 183 11 Täby.

Lamisil® kräm
(terbinafin)
En veckas behandling vid svamp mellan tårna.

INBJUDAN TILL 1996 ÅRS SVENSKA UNGDOMSMÄSTERSKAP (USM) I SIMNING

Svenska Simförbundet inbjuder härmed till 1996 års USM.
Regionsfinalerna för äldre och yngre äger rum den 9-10 november 1996

Riksfinalerna den 30 november-1 december i:
äldre: Mölndal, 8 banor
yngre: Uddevalla, 8 banor

KLASSINDELNING och GRENAR för både pojkar och flickor

Äldre:	***ind.***	***lag* 16 o.y. (OBS!!)**
16-15 år	*50/100/200/400/*	
(1980/81)	*800 alt 1500 frisim*	*4x50/4x100 frisim*
	50/100/200 rygg,	
	50/100/200 bröstsim	
	50/100/200 fjäril	
	200/400 medley	*4x50/4x100 medley*
14-	*50/100/200/400/*	
(1982-)	*800 alt 1500 frisim, en klass, se ovan*	
	50/100/200 ryggsim	
	50/100/200 bröstsim	
	50/100/200 fjäril sim	
	200/400 medley en klass, se ovan	

Yngre:	***ind.***	***lag* 13 o.y. (OBS!)**
13 år	*50/100/400 frisim*	*4x50 frisim (13 o.y.)*
(1983)	*50/100 ryggsim*	*4x50 rygg - " -*
	50/100 bröstsim	*4x50 bröst - " -*
	50/100 fjärilsim	*4x50 fjäril - " -*
	200 medley	
12 år	*50/100/400 frisim*	*en klass, se ovan*
(1984)	*50/100 ryggsim*	*en klass, se ovan*
	50/100 bröstsim	*en klass, se ovan*
	50/100 fjärilsim	*en klass, se ovan*
11 år o.y.	*50/100/400 frisim*	*en klass, se ovan*
(1985-)	*50/100 ryggsim*	*en klass, se ovan*
	50/100 bröstsim	*en klass, se ovan*
	50/100 fjärilsim	*en klass, se ovan*
	200 medley	

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.
Vid ev. diskning av ex. klubbens lag 2 får ej byte ske av simmare till lag 1 till Riksfinalen

RIKSFINALERNA, 30 november - 1 december

Sista etappen i USM blir riksfinalerna i Mölndal (äldre) och i Uddevalla (yngre)
Information om tävlingen kommer att utsändas från resp. arrangör till föreningarna.

3 st reserver kommer att sättas upp i alla ind. 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 (se bilaga 2).

ANMÄLAN
Föreningarna skall till de angivna arrangörerna (se bilaga 1) insända anmälningar på Svenska Simförbundets anmälningsblankett (bifogas) innehållande bästa uppnådda tid under 1996 samt KODNUMMER.

OBS! Märk kuverten "USM -96".

Anmälan skall vara arrangören tillhanda senast fredagen den 25 oktober,
inget annat datum gäller.

Vad det gäller efteranmälningar, så är det upp till resp. arrangör att bestämma om det skall finnas möjlighet till efteranmälan eller ej!

En startavgift på 20 kronor per individuell start och 30 kronor per lagstart skall inbetalas till regionsarrangörens postgirokonto (se bilaga 1).

TÄVLINGSBESTÄMMELSER

Mellan tävlingspassen skall inläggas en paus på minst 3 timmar !!
TÄVLINGSTIDER: SSF rekommenderar starkt tävlingstiderna 09.00 resp. 16.00, detta för att inrapporteringen till resp. riksarrangör på så sätt kan ske samtidigt från regionerna.
Arrangören äger rätt att begränsa antalet heat i resp. gren till 2. 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 Mölndals ASS resp. Skäret SS tillhanda så snabbt som möjligt!!
Arrangören sänder, omgående efter *varje* tävlingspass, resultaten med **FAX** till:

Äldre: MASS fax nr: 031-87 68 66
Yngre: Skäret SS fax nr: 0522-356 50

Med simmarhälsningar
SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Berth Johansson

REGIONSINDELNING 1996

Region 1 (för simmare från Norrbotten, Västerbotten, Ångermanland, Jämtland/Härjedalen och Medelpad)
Arrangör: **äldre:** Skellefte Sim S34, Eddahallen, 931 37 Skellefteå
yngre: Älvsby SS, Box 117, 942 22 Älvsbyn
Postgiro: **äldre:** 48 26 56-6
yngre: 48 32 62-2

Region 2 (för simmare från Dalarna, Gästrikland, Uppland och Hälsingland)
Arrangör: **äldre:** SS Mora, Box 229, 792 24 Mora
yngre: Hudiksvalls SS, Hudiksvallsbadet, 824 30 Hudiksvall
Postgiro: **äldre:** 16 92 52-4
yngre: 11 63 47-6

Region 3 (för simmare från Stockholm och Gotland)
Arrangör: **äldre:** Södertörns SS, Box 508, 136 25 Haninge
yngre: Åkersberga SS, Box 141, 184 22 Åkersberga
Postgiro: **äldre:** 23 72 43-1
yngre: 22 80 50-1

Region 4 (för simmare från Södermanland och Östergötland)
Arrangör: **äldre:** Norrköpings KK, Albrektsvägen 19, 603 50 Norrköping
yngre: Finspångs SK, Box 164, 612 24 Finspång
Postgiro: **äldre:** 27 18 17-9
yngre: 69 10 91-3

Region 5 (för simmare från Värmland, Västmanland och Närke)
Arrangör: **äldre:** Västerås SS, Lögarängsbadet, 721 32 Västerås
yngre: Karlskoga SF, Strandbadet, 691 41 Karlskoga
Postgiro: **äldre:** 27 98 69-2
yngre: 97 23 17-2

Region 6 (för simmare från Göteborg, Halland, Västergötland och Bohuslän-Dal)
Arrangör: **äldre:** Göteborgs Simförbund, Valhallagatan 3, 412 51 Göteborg
yngre: Mölndals ASS, Åby Simhall, 431 62 Mölndal
Postgiro: **äldre:** 52 49 20-6
yngre: 52 49 20-6 (Göteborgs Simförbund) **KOLLA** !!!

Region 7 (för simmare från Småland och Blekinge)
Arrangör: **äldre:** Växjö SS, Box 246, 351 05 Växjö
yngre: Karlshamns SK, Box 52, 374 02 Asarum
Postgiro: **äldre:** 17 96 03-6
yngre: 79 35 06-7

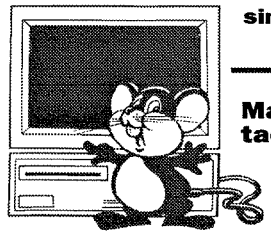
Region 8 (för simmare från Skåne)
Arrangör: **äldre:** SK Poseidon, Box 1555, 221 01 Lund
yngre: S71, Ö. Hagagatan 2, 281 36 Hässleholm
Postgiro: **äldre:** 43 46 35-9
yngre: 71 48 59-6

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävl.klar
Henrik Bokell	Åkersberga SS	Täby Sim	960803
Ramin Behrouz	Åkersberga SS	Täby Sim	960803
Jonas Lundström	Södertälje SS	Sundsvalls SS	960804
Jim Hannukainen	Matfors SS	Sundsvalls SS	960804
Elisabeth Hoffman	Skäret SS	Kungälvs SS	960901
Therese Ringqvist	Norrköpimgs KK	Strängnäs SS	960905
Kalid Abou-Baker	S 71	Falköpings SS	960905
Malin Olsson	Ystads SS	Norrköpings KK	960907
Nicklas Svensson	SK Sydsim	Malmö KK	960912
Ola Fagerstrand	SK Sydsim	Malmö KK	960912
Thomas Häggström	Borlänge SS	Järfälla S	960913
Johan Jönsson	Helsingborgs S	Trelleborgs SS	960914
Caroline Eriksdotter	Södertälje SS	Tunafors SK	960914

E-mail

Sim-VM 1997 har fått en egen e-mailadress:



simvm1997@forlagspoolen.se

Manus till simsport tas tacksamt emot på e-mail

forlag@forlagspoolen.se

INBJUDAN, EM-kval och Grand Prix 2 1996/97
9-10 november i Örebro

Denna GP-tävling är även kval till Kortbane-EM som går i Rostock, 13-15 december

TÄVLINGSPLATS: Gustavsviksbadet, 25m, 8 banor

TÄVLINGSTIDER:

	Försök	Finaler
Lördag 9/11	10.00	17.00
Söndag 10/11	10.00	17.00

ANMÄLAN: Anmälan skall vara ÖSA tillhanda **senast 25 oktober** under adress:ÖrebroSA, Skolgatan 20, 703 62 Örebro eller via diskett (Grodan) el. fax: 019-10 08 02

VIKTIGT !! Kodnummer måste anges vid anmälan !!!

KVALTIDER: se nedan Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 95-11-09—96-10-24

OBS! Alla tider seedas in i tidsordning, oavsett om tiderna är noterade i 25m- eller i 50m bana.

STARTAVGIFT: 70:-/anmälan inbetalas på ÖSA:s postgiro nr: 614016-4 samtidigt med anmälan.

SIMSÄTTS-KATEGORIER:

* *Frisim sprint*	*50/100 och 200m*
* *Frisim distans*	*400/800/1500m*
* *Ryggsim*	*50/100/200m*
* *Bröstsim*	*50/100/200m*
* *Fjärilsim*	*50/100/200m*
* *Medley*	*100/200/400m*

POÄNG-BERÄKNING: Poäng erhålles i **två** av tre grenar (den sämsta grenen tas bort automatiskt) vid resp. deltävling. För frisim distans räknas dock poängen i både 400- och 800/1500m. Poängfördelningen är följande:

1:a plats:	*10 poäng*
2:a plats:	*7*
3:e plats:	*5*
4:e plats:	*3*
5:e plats:	*2*
6:e plats:	*1*

Om en simmare noterar svenskt rekord erhålles 3 poäng i bonus. Vid ev. delad plats ex. 2:a plats, så slås poängen ihop för 2:a och 3:e plats och divideras, resp. simmare erhåller då 6 poäng. Om en simmare stryker sig till final erhålles inga poäng.

OBS !! **Totalt sex deltävlingar, resp. simmare få tillgodoräkna sig poäng från 4 deltävlingar. Av dessa måste två deltävlingar vara i 25 m bana och två i 50 m bana !!!**

PRISPENGAR: De **tre** sammanlagt bästa simmarna i resp. kategori erhåller prispengar efter det att **alla** deltävlingarna är genomförda enligt följande:

1:an	*6.000:-*
2:an	*4.000:-*
3:an	*2.000:-*

Om en simmare slår **svenskt rekord** utgår en **bonus** på 1.000:-,motsvarande för europarekord är 2.000:- och för världsrekord 3.000:- Ovanstående gäller ej för utländska simmare.

KVALTIDER: Se GP 1, Simsport nr 8

SM-KVALTIDER 1997
Västerås 28-31/3 och Norrköping 10-13/7

	DAMER			HERRAR		
FRISIM	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	24,18	27,47	27,91	20,89	23,96	24,36
100 m	53,43	59,62	1.00,13	46,56	52,34	52,93
200 m	1.53,44	2.08,84	2.11,10	1.39,89	1.53,44	1.57,08
400 m	5.11,31*	4.32,85	4.36,88	4.29,02*	4.04,71	4.10,98
800/1500 m	10.32,03*	9.23,74	9.33,53	16.21,82*	16.40,75	17,00,05
4x50 m (inne)	-	1.51,97	1.54,13	-	1.37,73	1.38,82
4x100 m	-	4.03,08	4.07,56	-	3.32,84	3.38,58
4x200 m	-	8.51,50	9.01,18	-	7.50,43	8.09,19
RYGGSIM						
50 m (inne)	28,47	31,64	32,52	25,56	28,01	28,73
100 m	1.01,15	1.08,07	1.09,79	52,66	1.00,19	1.02,27
200 m	2.10,81	2.27,47	2.30,61	1.55,01	2.09,67	2.14,98
BRÖSTSIM						
50 m (inne)	31,58	34,77	35,34	27,35	30,21	31,01
100 m	1.06,73	1.15,35	1.17,94	56,45	1.05,73	1.07,67
200 m	2.19,59	2.43,39	2.48,21	2.05,01	2.24,96	2.28,53
FJÄRILSIM						
50 m (inne)	26,32	30,01	30,14	23,04	25,97	26,29
100 m	59,42	1.06,25	1.06,86	51,03	57,39	57,68
200 m	2.12,08	2.27,28	2.28,36	1.53,15	2.09,88	2.12,33
MEDLEY						
100 m (inne)	-	1.09,15	-	-	1.00,52	-
200 m	2.11,23	2.27,75	2.29,73	1.55,42	2.10,63	2.14,21
400 m	4.40,99*	5.12,32	5.17,53	4.12,98*	4.42,67	4.50,29
4x50 m (inne)	-	2.04,59	2.07,36	-	1.47,97	1.49,83
4x100 m	-	4.32,93	4.37,98	-	3.56,14	4.05,80

* = Kvaltider för 500/1000/1650 yards

GRENORDNING:

Lördag 9/11			Söndag 10/11		
1.	100 m frisim	herrar	18.	100 m frisim	damer
2.	200 m frisim	damer	19.	200 m frisim	herrar
3.	50 m bröstsim	herrar	20.	50 m bröstsim	damer
4.	100 m bröstsim	damer	21.	100 m bröstsim	herrar
5.	* 400 m medley	herrar	22.	* 400 m medley	damer
6.	100 m fjärilsim	damer	23.	100 m fjärilsim	herrar
7.	100 m ryggsim	herrar	24.	100 m ryggsim	damer
8.	50 m ryggsim	damer	25.	50 m ryggsim	herrar
9.	200 m fjärilsim	herrar	26.	200 m fjärilsim	damer
10.	200 m medley	damer	27.	200 m medley	herrar
11.	400 m frisim	herrar	28.	400 m frisim	damer
12.	50 m frisim	damer	29.	50 m frisim	herrar
13.	200 m bröstsim	herrar	30.	200 m bröstsim	damer
14.	* 800 m frisim	damer	31.	* 1500 m frisim	herrar
15.	100 m medley	herrar	32.	100 m medley	damer
16.	200 m ryggsim	damer	33.	200 m ryggsim	herrar
17.	50 m fjärilsim	herrar	34.	50 m fjärilsim	damer

* direktfinal, "finalheatet" (de 8 bästa anmälda simmarna) simmas i finalpasset.

ÖVRIG INFO: Information om hotell, biluthyrning, entrébiljetter m.m. skickas ut av ÖSA till klubbarna.

Upplysningar: ÖSA:s kansli tel: 019-12 68 60

KOMMANDE GRAND PRIX:
- Deltävling 3: 28-31/3-97 Västerås (SM)25m bana
- Deltävling 4: 17-18/5-97**arrangör sökes!50 m bana**
- Deltävling 5: 7-8/6-97 Landskrona, 50 m bana
- Deltävling 6: 10-13/7-97Norrköping (SM/JSM)50 m bana

INNE-JSM
Helsingborg 21-24/11 1996

Svenska Simförbundet och Helsingborgs S inbjuder härmed till 1996-års Inne-JSM i simning, 21-24 november 1996.



Medarrangör: Helsingborgs S, (25m, 7 banor)

Åldersklasser: pojkar och flickor **18år** (födda 1978 o.sen.)

Tävlingstider:

	Försök	Finaler
Torsdag 21/11	-	19.00
Fredag 22/11	10.00	17.00
Lördag 23/11	10.00	17.00
Söndag 24/11	10.00	17.00

Anmälan: Anmälan skall vara HS tillhanda senast torsd. 7/11 (poststämpel 6/11), under adress: Helsingborgs S, Box 8017, 250 08 Helsingborg
Anmälan kan även ske via diskett (Grodan) el. fax: 042-16 43 06
Uppnådda kvaltider på USM-regions och GP 2 helgen 9-10/11 kan anmälas till JSM per fax

senast månd. 11/11. **Gäller endast GP och USM-resultat!**
VIKTIGT!! Kodnummer måste anges i anmälan, om ej kodnummer finns angivet är anmälan ogiltig!!!

Anmälningsavgift: 25:-/ind. start och 35:-/lagstart inbetalas samtidigt med anmälan på HS:s postgiro: 138416-3
VIKTIGT ! *Anmälningsavgiften **skall** vara betald innan tävlingen början, i annat fall tillåts ej start.*

Efteranmälan: 300:-/ind. start och 400:-/lagstart. Efteranmälningstiden utgår den 19/11 (tisd.) kl. 12.00.
Kvalificering mellan ordinarie anmälningstid och efteranmälningstiden är ej tillåten.

Avanmälan: Vid för sen inlämnad avanmälan/laganmälan (gäller ej vid läkarintyg) uttages en straffavgift på 300:-
BESTÄMMELSER, se SSF:s Stadgar och Tävlingsbestämmelser, § 805

Kvalnormer:
1. Kvaltider, se nedan
2. Seedning:Alla tider seedas i tidsordning **oavsett** om tiden är noterad i 25:a eller 50:a. Inkvalade på 25 yards tider placeras i tidsordning *efter* alla metertider.
Eftersom 800/1500 m och lagkapperna går i direktfinal, så omräknas tider noterade i 50:a till 25 m tider. Denna ev. omräkning göres av HS.
3. Kvalperiod: 1995-11-23—1996-11-06 (GP/USM-resultat, se ovan)

Lagkapper: ALLA LAGKAPPER SIMMAS I DIREKTFINAL!, kvaltid är 8:e tid från 1995-års mästerskap, komplettering upp till 3 fulla heat kommer att ske (med 3 reservlag)
Notera åter att **alla** lagkappsheaten avverkas under resp. finalpass, d.v.s. *inga* lagkapper simmas under försökspassen.

Seriebiljetter: Seriebiljetter kan förbokas via HS kansli, tel: 042-16 43 03

Upplysningar: HS, tel: 042-16 43 03 (kansli)

Övrigt: Övrig Info JSM, såsom hotell, hyrbilar etc. kommer att utsändas till klubbarna från HS.

JSM-KVALTIDER 1996, Helsingborg 21-24/11

		FLICKOR			POJKAR		
		Yards	25m	50m	Yards	25m	50m
FRISIM	50 m	24,72	27,82	28,38	22,06	24,66	25,44
	100 m	54,37	1.00,37	1.01,78	47,57	53,97	55,77
	200 m	1.57,02	2.10,02	2.14,07	1.45,72	1.57,82	2.01,81
	400 m	5.17,32*	4.37,22	4.43,01	4.46,36*	4.11,76	4.19,26
	800/1500 m	10.48,94*	9.36,94	9.45,55	16.51,34*	17.00,88	17.31,95
	4x50 m	-	1.50,73	1.54,98	-	1.37,88	1.42,05
	4x100 m	-	4.02,36	4.11,34	-	3.34,54	3.45,26
	4x200 m	-	8.48,37	9.03,58	-	7.52,22	8.13,49
RYGGSIM	50 m	29,22	32,32	33,31	26,15	28,77	29,88
	100 m	1.02,67	1.09,37	1.11,99	54,69	1.01,64	1.03,88
	200 m	2.13,43	2.29,01	2.34,33	1.58,71	2.13,25	2.17,92
BRÖSTSIM	50 m	32,07	35,17	36,18	28,79	31,39	32,57
	100 m	1.07,97	1.16,46	1.19,42	1.00,66	1.08,22	1.11,39
	200 m	2.26,77	2.46,17	2.52,68	2.11,98	2.29,48	2.37,02
FJÄRILSIM	50 m	27,28	30,38	31,09	24,28	26,88	27,70
	100 m	1.00,98	1.07,41	1.08,73	54,62	1.00,02	1.01,30
	200 m	2.14,11	2.29,11	2.33,74	2.01,95	2.15,85	2.18,95
MEDLEY	100 m	-	1.09,74	-	-	1.02,62	-
	200 m	2.14,43	2.29,58	2.33,44	2.01,11	2.15,23	2.18,72
	400 m	4.43,69*	5.15,49	5.25,26	4.20,22*	4.50,03	5.00,23
	4x50 m	-	2.03,41	2.07,91	-	1.48,44	1.54,24
	4x100 m	-	4.31,54	4.40,90	- 4.00,29	4.10,27	

Kvalperiod: 95-11-23—96-11-06, USM/GP-res. t.o.m. 96-11-10
Lagkapperna kommer att kompletteras upp till 3 fulla heat (med 3 reservlag)
* = Kvaltider för 500/1000/1650 yards

Grenordning:

TORSDAG 21/11
1. 4x200 m frisim herrar
2. 4x200 m frisim damer
3. 4x50 m medley herrar
4. 4x50 m medley damer

FREDAG 22/11
5. 100 m fjärilsim damer
6. 100 m fjärilsim herrar
7. 400 m frisim damer
8. 400 m frisim herrar
9. 200 m bröstsim damer
10. 200 m bröstsim herrar
11. 100 m ryggsim damer
12. 100 m ryggsim herrar
13. 50 m frisim damer
14. 50 m frisim herrar
15. 200 m medley damer
16. 200 m medley herrar
17. 4x100 m frisim damer
18. 4x100 m frisim herrar

LÖRDAG 23/11
19. 1500 m frisim herrar
20. 50 m fjärilsim damer
21. 100 m medley herrar
22. 100 m bröstsim damer
23. 200 m ryggsim herrar
24. 200 m frisim damer
25. 100 m frisim herrar
26. 50 m ryggsim damer
27. 50 m bröstsim herrar
28. 400 m medley damer
29. 200 m fjärilsim herrar
30. 4x100 m medley damer
31. 4x100 m medley herrar

SÖNDAG 24/11
32. 800 m frisim damer
33. 50 m fjärilsim herrar
34. 100 m medley damer
35. 100 m bröstsim herrar
36. 200 m ryggsim damer
37. 200 m frisim herrar
38. 100 m frisim damer
39. 50 m ryggsim herrar
40. 50 m bröstsim damer
41. 400 m medley herrar
42. 200 m fjärilsim damer
43. 4x50 m frisim herrar
44. 4x50 m frisim damer

INT. INBJUDNINGSTÄVLINGAR 1997

Svenska simklubbar inbjudes att deltaga i nedanstående internationella tävlingar 1997.
Berth Johansson på SSF:s kansli har inbjudningarna till resp. tävling.
Där det står - För inbjudan - får resp. klubb arrangören per fax, detta p.g.a. att inbjudan ej finns på SSF:s kansli.

1) 11-12/1 **INT. MEETING OF ESTORIL, POR, (25 m)**
Åldersklasser: 1979-82 o.sen.
Sista anmälningsdag: 1996-11-30

2) 17-19/1 **SJÄLLAND OPEN, GREVE, DEN, (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer, 1980 (Po), 1982 (Fl) och sen.
Sista anmälningsdag: 1996-12-23

3) 17-19/1 **30th GENEVA INT. CHAMPIONSHIPS, (50m)**
Åldersklasser: Seniorer (öppen klass) och ungdom 1984-87
Sista anmälningsdag: 1996-12-31

4) 25-26/1 **19 INT. JAHRGANGS-SCHWIMMEN, BAD REICHHALL, GER, (25m)**
Åldersklasser: 1979 o.tid. 1980-87
För inbjudan: fax: 00949-8651 5116

5) 8-9/2 **3rd INTERNATIONAL CHAMPIONSHIPS, SINDELFINGEN, GER, (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer+1980-86
Sista anmälningsdag: 1996-01-24

6) 28/2-2/3 **LUXEMBOURG OPEN -97, LUX (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer+1980-84
För inbjudan: fax: 009352-228 527

7) 8-9/3 **TEAM-CUP VON GELSENKIRCHEN, GER, (25m)**
Åldersklasser: 1975 o. tid., 1976-87
För inbjudan: DSV, fax: 00949-561 940 8315

8) 14-16/3 **HARIBO JUGEND SCHWIMMFEST, BONN, GER (25m)**
Åldersklasser: 1977-85
För inbjudan: fax: 00949-228 673 333

9) 4-6/4 **CIJ LUX MEET-97, LUXEMBURG (50m)**
Åldersklasser: Poj: 1978/79, 1980- Fli: 1979/80, 1981-
För inbjudan: fax: 009352-228 527

10) 5-6/4 **EASTER INT. SWIM MEETING, MALTA, (50m)**
Åldersklasser: 1978 o.tid. 1979-85
För inbjudan: fax: 009356-24 8327

11) 12-13/4 **EPHESUS SWIMMING MEETING, IZMIR, TUR (50 m)**
Åldersklasser: Poj: 1978 o. tid, 1979 o. sen.
Fli: 1980 o tid, 1981 o. sen.
Sista anmälningsdag: 1997-03-01

12) 26-27/4 **3rd INTM SWIM MEET, SKOPJE, MAKEDONIEN (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer + 1981 o. sen.
Sista anmälningsdag: 1997-04-14

13) 9-11/5 **GP OF ANTWERP SCALDIS, ANTWERPEN, BEL (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: BEL Simförb, fax: 00932-2 513 8708

14) 9-11/5 **AKROPOLIS MEET, ATÉN, GRE, (50m)**
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1997-04-20

15) 17-18/8 **MEETING INT. CIUDAD DE LISBOA, LISSABON, POR (50 m)**
Åldersklasser: juniorer + ungdom
För inbjudan: fax: 009351-1 841 6560

16) 17-18/5 **INT. SWIMMING CONTEST, MAINZ, GER, (50m)**
Åldersklasser: 1977 o. tid., 1978-87
Sista anmälningsdag: fax: 00949-6131 392 695

17) 17-18/5 **KOGGE DER SEESTADT BREMERHAVEN, GER (50m)**
Åldersklasser: 1979 o. tid, 1980-84
För inbjudan: DSV, fax: 00949-516 940 8315

18) 24-25/5 **MARE NOSTRUM 1, MEETING MONTE CARLO, MON, (50m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: fax: 00933-92 05 97 05

19) 26-28/5 **AUSTRIA WIEN MEETING, WIEN, AUT (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: AUT Simförb, fax: 00943-1 74 98 195

20) 27-29/5 **MARE NOSTRUM 2, GP CIUTAD DE BARCELONA, ESP (50m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: fax: 00934-3 487 8874

21) 30/5-1/6 **MARE NOSTRUM 3, MEETING CANET, FRA (50m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: fax: 00933-68 73 5400

22) 4-6/6 **SETTI COLLI (7-kullars), ROM, ITA**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: ITA Simförb, fax: 00939-6 3242 501

23) 7-8/6 **INT SWIM MEET "GOLDEN BEAR", ZAGREB, CRO (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer
Sista anmälningsdag: 1997-05-20

24) 21-22/6 **TOURNAMENT OF NATIONS, WIEN, AUT (50 m)**
Åldersklasser: Seniorer
För inbjudan: AUT Simförb, fax: 00943-1 74 98 195

25) 7-9/7 **INT. SWIM GALA, DARMSTADT, GER, (50m)**
Åldersklasser: 1980-86
För inbjudan: fax: 00949-6151 447 17

27) 21-23/11 **PHILIPS CUP NORTH SEA SWIM MEET, STAVANGER, NOR (25 m)**
Åldersklasser: Seniorer + juniorer/ungdom
För inbjudan: NOR Simf, 00947-67 13 9378

Med simmarhälsningar
SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Berth Johansson

EJM-åldrar 1997

Europeiska Simförbundet (LEN) har beslutat att fr.o.m. 1997 höja åldrarna för EJM med ett år. Följande åldersklasser gäller nu:

Flickor: 15-16 år
Pojkar: 17-18 år

Detta betyder att flickor födda 1981/82 och pojkar 1979/80 är åldersklasserna även för 1997-års EJM.

NJM-åldrar

LEN:s beslut om höjda åldrar för EJM får till följd att åldrarna för NJM också justeras uppåt med ett år. Detta betyder att vid årets NJM i Varberg (7-8/12) blir åldersklasserna: flickor 1981/82 och pojkar 1979/80.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Berth Johansson

konstsim

Följande inbjudningar har kommit och erbjuds klubbarna.
Önskas mer info,
kontakta SSF, Anette Nordlund

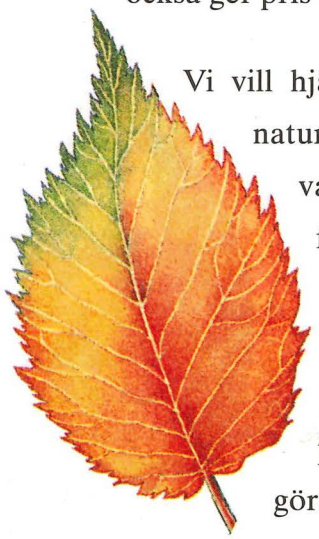
1) **Athens international meeting of synchronized swimming.**
Athen 2-4 maj 1997. 2 solo/2 par/1 lag/2 domare.

2) **Öppna Finska Mästerskapen i Kuopio 13-15 juni 1997.**
3 solo/3 par/1 lag/2 domare.
OBS! Ändrat datum från LEN-kalendern.

Barnens försäkringsbolag.



Det är inte längre en självklarhet att våra barn får lära sig simma i skolan. Detta kommer på sikt att leda till fler drunkningsolyckor. Därför har vi, i samarbete med Livräddningssällskapet, startat Barnens Livräddningsskola. Vi stöder lärarna i lågstadiet med undervisningsmaterial för att stimulera simundervisning och lära ut livräddningens grunder. Den mest aktiva klassen i varje län belönas av Trygg-Hansa som också ger pris till rikets bästa klass.

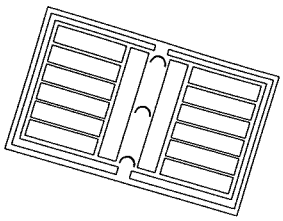


Vi vill hjälpa barnen att få upp ögonen för vad naturen kan ge och vad den behöver för att vara frisk. Då får barnen svårare att blunda för naturproblemen när de blir vuxna. Därför har vi, tillsammans med Världsnaturfonden, tagit initiativet till Naturväktarna, Sveriges största aktiva skolprojekt för natur och miljö. Eleverna får göra grundliga analyser av natur och miljö och kan sedan söka stipendier från Trygg-Hansa för att rätta till de fel de har sett. De bästa projekten får Trygg-Hansas stora miljöpris, ett pris bara för barn.

Trygg-Hansa stöder aktivt Barnens Livräddningsskola och Naturväktarna.

TRYGG HANSA

106 26 Stockholm



DAGBOKEN

SEPTEMBER

Simning
7-8 OK Cup, S, J, U, (25 m), Kungsbacka
7-8 Ållebergsdoppet, (25 m), Falköping
7-8 Bob Cup, S, J, U, (25 m), Kumla
8 Violdoppet, S, J, U, (25 m), Flen
8 Picasso Cup, S, J, U, (25 m), Kristinehamn
13-15 Poseidon Team Cup, (25 m), Lund
14 Solstadoppet, S, J, U, (25 m), Karlstad
14 Sprinter Cup, U, (25 m), Värnamo
14-15 Järfälladoppet, (25 m), Jakobsberg
14-15 Luna Cup, (25 m), Alingsås
14-15 Härnösim, S, J, U, (25 m), Härnösand
14-15 Fritidscupen, (25 m), Ystad
15 USF-Cupen, (25 m), Uddevalla
20-21 Domus Sim-96, S, J, U, (25 m) Visby
21 Kaffedoppet, (25 m), Mölndal
21-22 Delfinsimmet, U, (25 m), Linköping
21-22 Wadköpingsdoppet, J, U, (25 m), Örebro
21-22 Tjust Cup, (25 m), Västervik
21-22 Strömbadsspelen, S, J, U, (25 m), Gävle
22 Falksprint, sprintdistanser, (50 m), Falkenberg
22 Fast Water Meet, S, J, U, (25 m), Södertälje
22 Älvsby Sim Cup, S, J, U, (25 m), Älvsbyn
28 Arne Borgs Minne, 10-manna, (25 m), Stockholm, (SKK)
28 Väsby Knatte Cup, (25 m), Upplands Väsby
28 Sjörövarsimmet, (25 m), Göteborg, (S 02)
28 Vasadoppet, S, J, U, (25 m), Hedemora
28-29 Linnédoppet, S, J, U, (25 m), Älmhult
28-29 Sundsvall Sprint, S, J, U, (25 m), Sundsvall
29 Kanal Cup, (25 m), Töreboda
29 Dalarnas Sim, S, J, U, (25 m), Falun

Konstsim
14 USM-kval 5, reg 6, U, Herrljunga
15 USM-kval 4, reg 2+5, U, Mora
28 USM-kval 4, reg 3+4, U, Järfälla

Vattenpolo
14 Simmarnas Polo Cup

Masters
21-22 Austrian Open Masters, (50 m), Wien, AUT
28-29 Swiss Open Master Champ, Liebefeld, SUI

Utbildning
Datakurs i tävlingsadministration, Gnesta
6-8 Babysim, babysiminstruktör, komprimerad kurs
21-22 Vattenpolo, domarkurs steg 2
27-29 Utbildningsledarkonferens
28-29 Vattenpolo, pololedarkonferens
28-29 Motion, motionsledarkonferens



OKTOBER

Simning
5-6 Sun Cup, (25 m), Solna
5-6 Distanscupen, (25 m), Södertörn
5-6 Trollsimmet, (25 m), Trollhättan
5-6 Ludvika Water Games, (25 m), Ludvika
6 Hagfors doppet, S, J, U, (25 m), Hagfors
6 Upp till 13, (25 m), Göteborg, (G-Sim)
6 Arena Sum Meet, (25 m), Stenungssund
6 Vägga Sim Cup, U, (25 m), Karlshamn
6 Sagaväg simmet, S, J, U, (25 m), Åsele
12 10-manna, (25 m), Nässjö
12 Lions Cup, S, J, U, (25 m), Brunflo, (ÖSF)
12-13 Åkersbergs Sim, (25 m), Åkersberga
12-13 Botvid Sim, (25 m), Botkyrka-Rönninge
12-13 Sim a GoGo, S, J, U, Malmö, (MKK)
12-13 Nokia Cup, S, J, U, (25 m), Motala
13 Laholmssimmet, (25 m), Laholm
13 Lag o Sprint Sim, S, J, U, (25 m), Nässjö
13 E Center Cup, S, J, U, (25 m), Söderhamn
13 Kalix Internationella, S, J, U, (25 m), Kalix
13 NLT-Cupen, U, (25 m), Ludvika, (Gränges)
13 Enacupen, S, J, U, (25 m), Enköping
18 50-manna, Stockholm, (Neptun)
19 Team Sportia Medley Cup, (25 m), Skene
19 Höstdoppet, S, J, U, (25 m), Lindesberg
19 Saltstänket Sprint, (25 m), Uddevalla, (USF)
19 Kalmar Cup, S, J, U, (25 m), Kalmar
19-20 Grand Prix 1996/97, deltävl 1, (25 m), Eskilstuna, (TSK)
19-20 Svenska Ungdomssimspelen, J, U, (25 m), Borlänge
19-20 Vågspelet, S, J, U, (25 m), Skellefteå
20 Chiquita Cup, Täby
20 Tivox Xup, (25 m), Tidaholm
25-27 Fantomen Cup, (50 m), Stockholm, (SPIF)
26 Lilla SIK-leken, U, (25 m), Holmsund
27 Örnasimmet, S, J, U, (25 m), Hyltebruk
27 Lilla Kinnekulledoppet, (25 m), Götene

Simhopp
5-6 RM 5 m, SM 1 m
25-27 Denmark Diving Open, S, age group B, Ringsted, DEN

Konstsim
5-6 Ludvika Water Games, J, Ludvika
5-6 RM figurer, S, J, Ludvika
6 USM-kval 5, reg 2+5, U, Ludvika
6 USM-kval 5, reg 7+8, U, Växjö
6 Smålandsserien, Ö, Växjö
13 USM-kval 5, reg 3+4, U, Visby (reserv Neptun)
19-20 Scottish National Open, SCO

Vattenpolo
18-20 NM klubblag, DEN

Masters
5-6 International Masters Meet, (50 m), Jönköping
29-30 Master Championships, (50 m), Sheffield, GBR

Utbildning
5-6 Konstsim, Domaruppdatering, Ludvika
5-6 Vattenpolo, domarkurs steg 3
7-10 Simning elit, Steg 3 kurs del 1, Stockholm
18-20 Babysim, kursläraruutbildning
26-27 Vattenpolo, tränarkurs steg 1

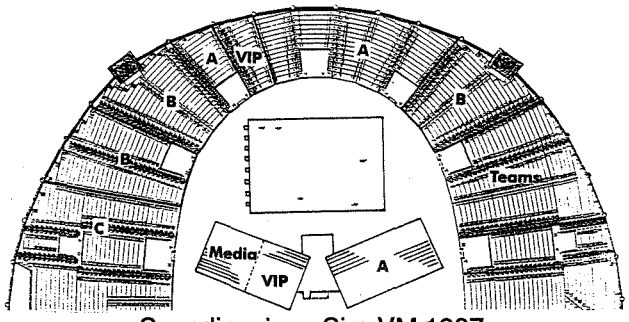
Utgivning -96
Nr 9 v 37 | 11 v 47
10 v 42 | 12 v 51

Manusstopp
För nr 10
är 9/9
för nr 11 är 14/10

Pren. priser -96
1 år 260:-
2 år 470:-
3 år 670:-
Norden 375:-
Övrigt utland 550:-
Tel 031-22 56 20 kl. 10-12

RING NU!
Dags att beställa annonsutrymme för träningslägerextra -97!!
031-22 56 20

Välkomna
till Sim-VM och Göteborg den17-20 april 1997



Scandinavium, Sim-VM 1997

Vi hälsar simmare, tränare, ledare och andra välkomna till Göteborg och de tredje världsmästerskapen i simning på kort bana. Tävlingarna avgörs i en av Nordens största inomhusarenor, Scandinavium.
Vi kan utlova en alldeles speciell upplevelse för alla er som på ett eller annat sätt, väljer att delta i de fyra dagarnas VM-fest. För intresserade presenterar vi här olika övernattningsmöjligheter. Från hotellrum till boende i egen stuga. Lunch- och middagsbuffé kommer att stå framdukad på VM-restaurangen bara 50 meter från Scandinavium.
Biljetter till tävlingarna bokar ni lättast med hjälp av anmälan som finns på på denna sida.

Vi kan lova att vi kommer att göra allt för att detta det tredje kortbane-VM i simning ska motsvara era förväntningar på ett tävlingsarrangemang av högsta klass.
Gör som så många andra. Boka din resa till Göteborg och Sim-VM i april 1997, men gör det nu...

Hotel Europa	
Enkelrum	990 kr
Dubbelrum	650 kr
Trebäddsrum	550 kr
Fyrbäddsrum	450 kr

Hotel Spar	
Enkelrum	660 kr
Dubbelrum	510 kr

Viking	
Vandrarhem	
Dubbelhytt	370 kr
exkl. lunch och middag	
Dubbelhytt	460 kr
inkl. lunch och middag	

Kviberg	
Vandrarhem.	
Per bädd	190 kr
exkl. lunch och middag	
Per bädd	280 kr
inkl. lunch och middag	

Kärralund	
Förläggning i stuga med kök, dusch och WC.	
Priser exklusive frukost, luch och middag.	
5-bäddsstuga	340kr
4-bäddsstuga	340kr
4-bäddsstuga	290kr
utan dusch och WC	

Alla priser är inklusive moms och gäller vid bokning genom Organisationskommittén för Sim-VM.
Alla priser är per person och inkluderar frukostbuffé på hotellet samt lunch och middagsbuffé i VM-restaurangen.
Andra alternativ kan tillkomma. VM-kansliet har den senaste informationen.

Anmälan till 3:e kortbane-VM i simning, 17-20 april 1997, Göteborg

Jag/vi önskar boka ☐ Biljetter enligt nedan ☐ Hotell/logi enligt nedan ☐ Jag/vi vill att ni kontaktar mig

Namn _____ Ev. förening _____

Adress _____ Postadress _____

Telefon _____ Telefax _____

Hotel/logi enligt följande önskemål:

_____

_____

_____

Datum: _____ Signatur: _____

Kupongen postas eller faxas till:
Sim-VM 1997, Valhallagatan 3, 412 51 GÖTEBORG, Tel 031-18 25 57, Fax 031-778 10 54

	Försök dag 1-4 1 2 3 4	**Invigning, final** 1	**Finaler dag 2-4** 2 3 4	**Seriebiljetter***	**Företag/VIP****
Kategori A 70:-/st	☐ ☐ ☐ ☐	250:-/st ☐	200:-/st ☐ ☐ ☐	800:-/st ☐	1600:-/st ☐
Kategori B 45:-/st	☐ ☐ ☐ ☐	150:-/st ☐	100:-/st ☐ ☐ ☐	400:-/st ☐	
Kategori C 30:-/st	☐ ☐ ☐ ☐	50:-/st ☐	50:-/st ☐ ☐ ☐	200:-/st ☐	

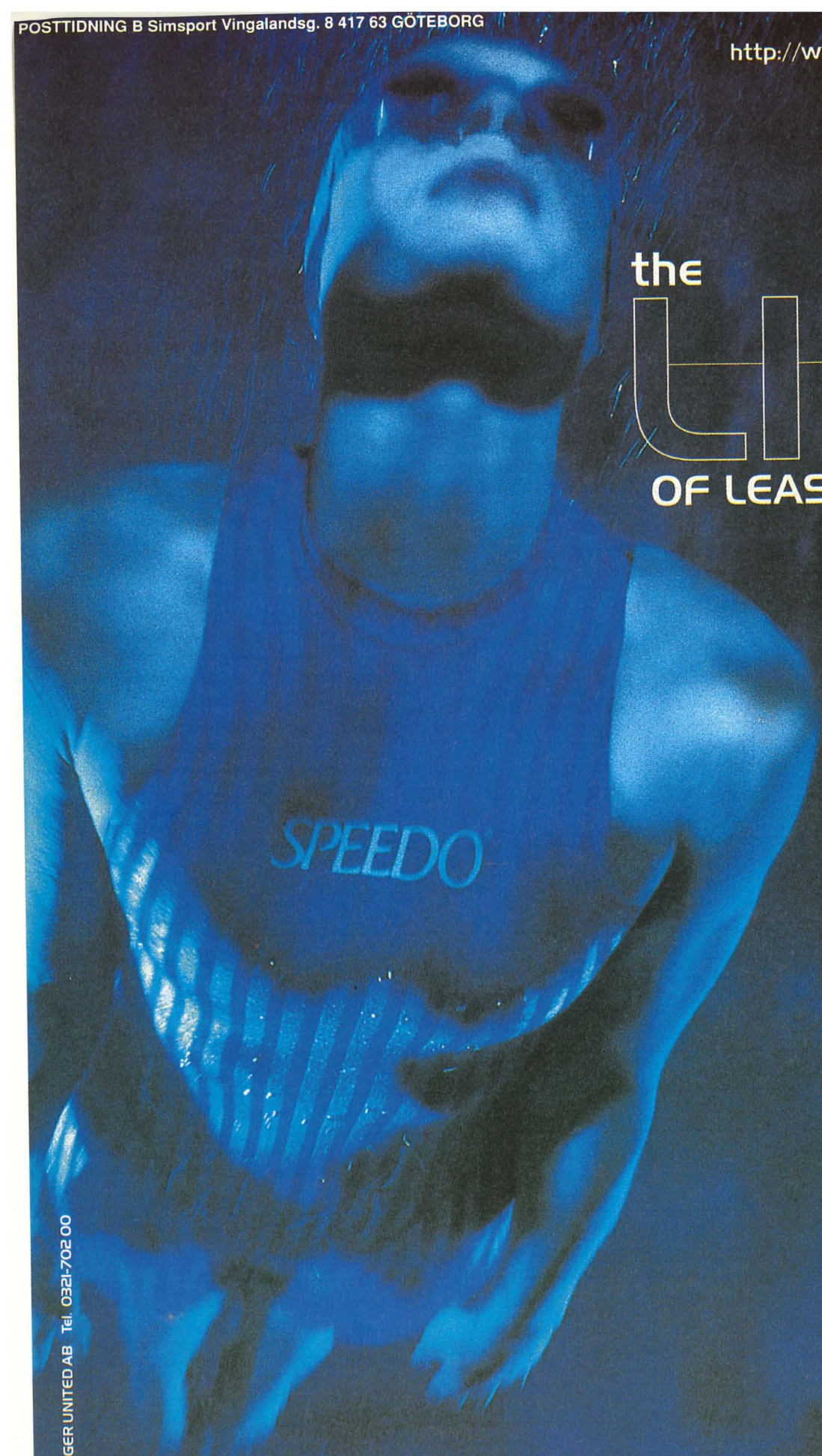
Förköpsavgift 15 kr/beställning tillkommer.
*inkluderar samtliga försök, invigning och finaler. **inkluderar samtliga försök, invigning och finaler samt speciella VIP-arrangemang.

Organisationskommittén förbehåller sig rätten att justera uppgifter lämnade i denna information utan föregående meddelande.

POSTTIDNING B Simsport Vingalandsg. 8 417 63 GÖTEBORG

http://www.World-of-SPEEDO.com

the LINE OF LEAST RESISTANCE



aquablade

Speedo har lyckats utveckla en snabbare simdräkt genom ett nykonstruerat materia med extremt lågt motstånd och perfekta skärningar. Denna högteknologiska dräkt har i mätningar visat sig vara upp till 8% snabbare än närmaste konkurrent.



Aquablades ribbade yta ökar hastigheten på vattenflödet och håller dräkten nära kroppen längre. Resultatet blir en perfekt skärning genom vattnet med ökade möjligheter till nya rekord.

När oberoende tester har utförts på Institutet för Hydrodynamik vid Ruhr Universitetet, har det visat sig att Aquablade förbättrar glidegenskaperna vid start och vändning med 19%. Världsrekordet är hotat.

SPEEDO®

BORN IN THE WATER

Marknadsförs av SEGER UNITED AB Tel. 0321-702 00