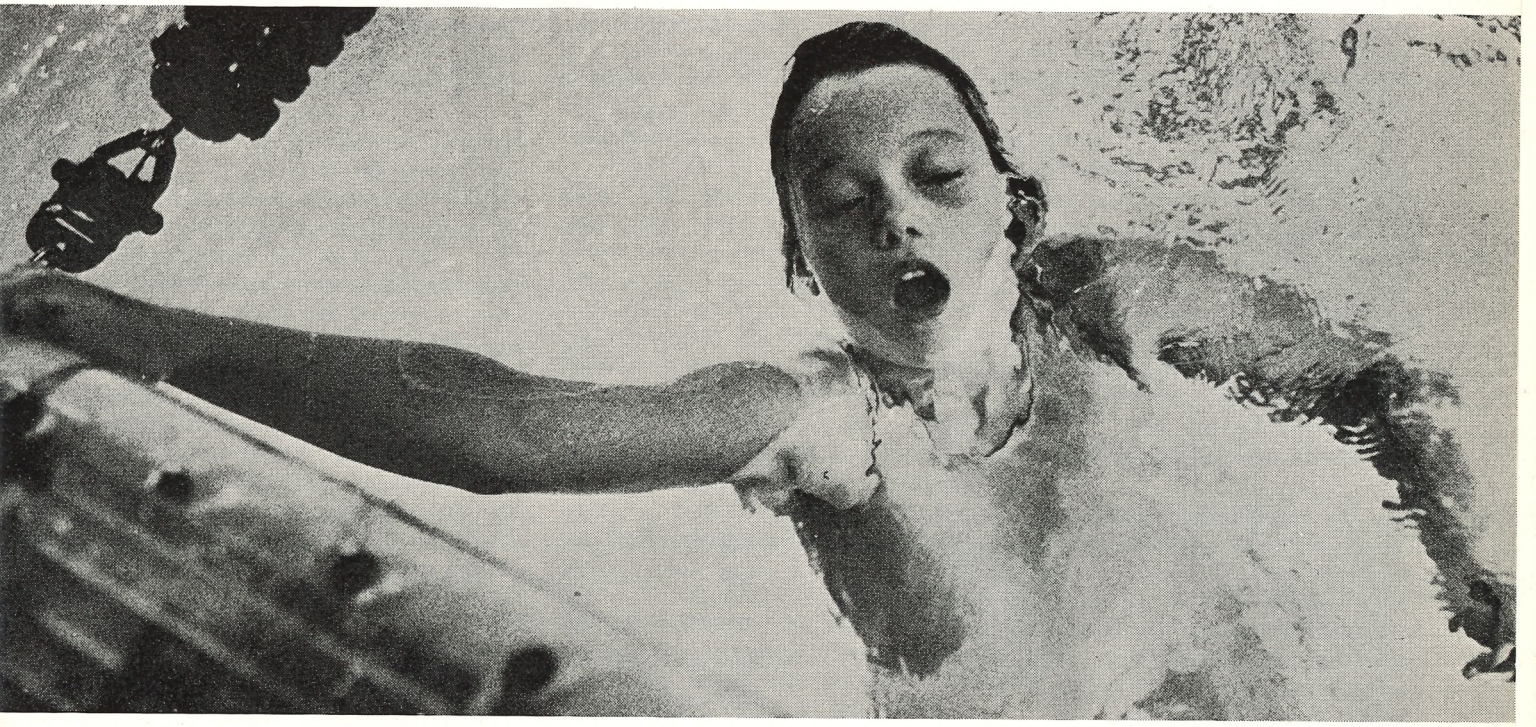
UTGIVARKORSBAND
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Box 6506
113 83 Stockholm



MELLERSTA SKÅNES HÖRBY TIDNINGS TRYCKERI AB
1974

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET



Kicki Pettersson från Linköping, suverän bland yngsta flickorna vid årets Sum Sim-finaler i Växjö

I detta nummer bl a:

Västerås bäst i bra Sum Sim

Diana och Peter dominerade JSM

Nu satsar vi på psykisk träning

Int. nyhetsbrev nytt i konstsim

Gay Ljungberg analyserar EM

10 OKTOBER 1974 — ÅRGÅNG 29

SUM SIM-NUMMER

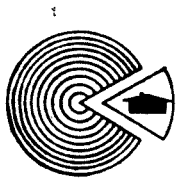
URSANDS KAFFESTUGA

Ursands Badplats — Vänersborg

Tel. 0521/124 67

En oas vid Vänern

Välkomna hälsar Lars Feltendahl & Börje Larsson



i byggtankar . . .
I TRARYD—VILLANS katalog
finns husen med den stabila
plankväggen och den höga
isoleringen.

Bekanta Er med TRARYD-VILLANS lättbyggda villaserie

Representant i Vänersborg med omnejd:

TRÄHUSKONSULT AB

Tel. 0521/552 90

GRUNNEBO — VÄNERSBORG

Sum Sim-segern bara inledningen på Västerås säkra marsch mot toppen!

ÅRETS RIKSFINALER i Sum Sim har lagts till handlingarna — på annan plats i detta nummer finns utförlig redovisning av detaljerna i denna mönstring, som ånyo dokumenterade, att svensk simning har uppsjö på talanger och att det jobbas bra på snart sagt alla håll i landet: det var frapperande, hur fint många av de relativt anonyma föreningarna från småorterna skötte sig.

Dock gäller det ju främst att ta hand om och vidareutveckla de många löften, som visas upp, en fortsättning som tyvärr vållar stora problem för många.

DET HAR HUNNIT BLI närmast tradition, att Skåne som med stort befolkningsunderlag och många simhallar har goda förutsättningar att vara en bra grogrund för svensk ungdoms- och juniorsimning, räknar poäng i Sum Sim på sitt eget lilla vis. Självfallet är det en fin stimulator för det goda skånska samarbete i alla sammanhang, som Birger Buhre är den store animatorn till. Men det retar också många, som stenhårt håller sig till den formella beräkningen av Sum Sim, som ju är en tävling mellan våra klubbar.

VAR OCH EN FÅR BLI SALIG på sin facon — få har ju det så lyckligt ställt som simsportred., vilken som "utlokaliserad" skåning kan bli salig vilken beräkningsgrund man nu än nyttjar.

Visst var den skånska insatsen massiv och imponerande och förtjänar respekt och beundran — så ock vad Västerås Simsällskap åstadkom i Växjö: det låg i luften, att VSS skulle ta en rangplats i Sum Sim den här gången.

NÅGON VECKA EFTER FINALERNA besökte jag Västerås, egentligen för att döma polo, och passade på att titta närmare på den verksamhet, som VSS byggt upp inom sin simning, sen man fått kommunalgubarna att kosta på ett tält över utebadet i Lögarängen (50-meters). Och blev vederbörligen imponerad över vad Jan-Olof "Falla" Fahlén och hans kolleger i VSS dragit igång! VVS har lagt träningen i "ballongen" på tvären — det tränas på dussinet banor hela eftermiddagen varje dag. Drygt 800 ungar har VSS i kontinuerlig träning, ett imponerande myller av aktivitet och arbete.

MED BERÄTTIGAD STOLTHET redovisar "Falla" detaljerna i sin organisation, men påpekar också, att det hela egentligen just kommit i gång. Den trupp, som simmade hem totalsegern i Växjö har fostrats i Kristiansborgsbadet, den inomhus-25:a, som blev för trång för VSS i den explosionsartade expansion, som man stod inför.

"Falla" betonar också, att VSS i simning bara har börjat — det kommer att ta några år till, innan västeråsarna är mogna att på allvar visa framfötterna på t ex stora SM.

— Den elitgrupp vi har nu, är den kader, som simmade i A-gruppen på Sum Sim, alltså 14-åringar, omtalar "Falla". Och vi hade inte tagit ut något extra ur någon simmare inför Sum Sim — vi vill inte driva på för hårt utan ha kvar så mycket som möjligt för att utveckla våra ungdomar till goda simmare, när de når upp i senioråldern.

NU TYCKER VÄL NÅGON att VSS måste lyckas, så förspänt som man har det i sin tältbassäng. "Falla" replikerar, att det är ett läge, som VSS själv skapat: när man satsade på allvar blev det så stor tillströmning, att man inte fick rum i Kristiansborg; man fick lämna återbud och skicka tillbaks erlagda terminsavgifter till ett par hundra ungar. Inför detta faktum vek sig kommunalgubbarna och plockade fram de cirka 400.000 kronor, som "ballongen" kostar över en 50:a (man fick bl a såga ner trampolinen för att få tältet på plats).

RÄKNA ALLTSÅ MED VÄSTERÅS som en storklubb i svensk simning — om några år! Såvitt jag kan finna kan den här satsningen och sättet på vilken den sköts inte leda till något annat. Dessutom satsar VSS brett: man har sedan ett par år haft på känn, att VSS är nästa svenska storklubb i polo. Redan nu är VSS svåraste opponenten till SKK/S i SM-striden, och i junior-SM och distriktscup dominerar redan VSS/Västmanland.

"Falla" berättar också, att man börjat satsa på simhoppning — man har ett drygt halvdussin hoppgrupper igång i tältet jämsides med sina många simgrupper.

DET SKA BLI INTRESSANT att se hur denna massiva satsning kommer att utvecklas — personligen spår jag, att VSS blir dominerande i svensk simsport om några år.

Intressant experiment är också den demokratiska uppläggningen av träningsarbetet. Alla instruktörer har samråd om träningen och dess uppläggning och alternerar i den dagliga verksamheten mellan de olika grupperna som instruktörer.

Under alla omständigheter var omfång och intensitet i verksamheten imponerande och fascinerande. Den som på sin hemort har svårt övertyga kommungubarna om nyttan och nödvändigheten av en tältbassäng bör ta en närmare anblick på vad VSS åstadkommit. Ta gärna med en eller annan kommunalgubbe dit och låt honom titta och fråga — sen lär det inte vara särskilt svårt att få en tältbassäng i hemmakommunen, gissar jag!

Frille Sjö

SIMSPORT

MEDDELANDEN FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Rehnsgatan 18 — Box 6506, 113 83 Stockholm
Tel. 08/14 18 30 — POSTGIRO 5 24 94 - 2

Redaktör och ansv. utgivare
FRILLE SJÖ
Inedalsgatan 5
112 33 Stockholm
Tel.: 08/51 90 78 (bost.)

Utkommer med 11 nummer per år
Prenumerationspris: kr. 35:—
I utlandet kr. 40:— för helår

Nr 10 — 1974 — Årgång 29

Obs! Manus till nästa nummer skall vara red. tillhanda senast 25 oktober

OKTOBER

27	S	Örnsköldsvik: Nat. tävl.
27	S	Holmsund: SIK-leken

NOVEMBER

	H	MR 1 m
1— 3	S	Stockholm: Colgate Cup
1— 3	K	Bosön: Instruktörer I 2 o. I 3
2— 3	S	Öjebyn: Öjeby-spelen
2— 3	S	Gera, DDR—Sverige, f. -60 o. senare
2— 3	H	Falköping: Falköping Open
2	S	Kalmar: Minisimmet
10	S	Ludvika: Landskapsmatch Dalarna—Närke
10	S	Stockholm: 20-manna
16—17	K	JSM
16—17		Ångermanland: Norrländskt simmarting
17	S	Östersund: Skollagkapper
17—18	S	Stockholm: Junior-DM
19	S	Göteborg: 20-manna, damer
23		Ungdomslagkapper, SK Neptun
23—24	S	Gävle: Londoner Cup
23—24	S	Rostock: Internationella tävlingar f. -60 o. senare
24	S	Boliden: Kopparsimmet
24		Stockholm: 50-manna, SK Neptun
24	S	Skärblacka: Gladdoppet
30	S	Borås: Elfsborgsdoppet

DECEMBER

1	H	Stockholm: SM höga hopp inomhus
7	S	Västerås: TREDISTRIKTSKAMPEN för ungdom (Södermanland—Dalarna—Västmanland)
8	S	Stockholm: Pojk-10-man., Polisens IF
8	S	Vadstena: Swärds Memorial (ÖSF)
30—1/12	S	Uleåborg: OU$ Decemberspel

1975

4— 6 juli	H	Sverige: Europacupen, 3 o. 10 m
18—25 juli	SHKP	Colombia: VM i Cali
2— 5 aug.	SH	SM, prel.
11—17 ,,	P	Sverige: EJM
16—17 ,,	S	Leeds: Europacup, damer
16—17 ,,	S	Moskva: Europacup, herrar

1976

17 juli	SHP	Montreal: OS, Canada
1 aug.	SH	SM (ca 1 vecka efter OS)

Utbildningskalender

OKTOBER

25—26	S	Åtvidaberg: Instruktörer Steg 1 avd. I
26—27	S	Värnamo: Instruktörer Steg 1 avd. I
		Västerås: Instruktörer Steg 2 avd. I
26—27	S	Skellefteå: Instruktörer: Steg 2 avd. I
26—27	S	Hudiksvall: Funktionärer Steg 2
26—27	S	Stockholm: Instruktörer Steg 2
28	S	Stockholm: Funktionärer Steg 1
	S	Stockholm: Funktionärer Steg 2

NOVEMBER

2	S	Stockholm: Funktionärer Steg 1
8— 9	S	Åtvidaberg: Instruktörer Steg 1 avd. II
9	S	Göteborg: Funktionärer, II:a klass
9—10	SHPK	Vuollerim: Föreningsledarkurs
9—10	K	Karlskrona: Instruktörer II
9—10	S	Ludvika: Instruktörer: Steg 1 avd. II
9—17	S	Stockholm: Instruktörer Steg 1
16	S	Göteborg: Funktionärer, II:a klass
16—17	S	Alingsås: Fortbildning Instruktörer
16—17	S	Kalmar: Instruktörer Steg 2 avd. II
23	S	Göteborg: Funktionärer, I:a klass
29—30	S	Linköping: Funktionärer
	S	Västerås: Instruktörer Steg 2 avd. II
	S	Dals-Långed: Instruktörer fortbildning
30	S	Göteborg: Funktionärer: I:a klass

DECEMBER

14	P	Stockholm: Funktionärer

SVENSKA REKORD

200 m ryggsim, damer: Gunilla Lundberg, 2.21,64 — Umeå den 15 sept. (25 m.)

Gunnar Werner ordförande i nya Förbundsbingo AB

Vår förbundsordförande, Gunnar Werner, blev ordförande, när Riksförbundsbingo AB vid sammanträde i Stockholm formerade sin styrelse. Det är Bally Bingo AB, som omstruktuerats, sedan åtta förbund tecknat sina andelar om vardera 62.500 kronor. Det är, förutom Simförbundet också bandy, bordtennis, brottning, ishockey, gång, skidor och orientering av våra förbund, som är med samt dessutom IOGT/NTO och Svenska Handikapprörelsen. Aktiekapitalet är 1.350.000 kronor, sedan IOGT/NTO och ishockeyn tecknar vardera två andelar.

Man räknar med att omsättningen under 1975 skall uppgå till 100 miljoner kronor, vilken summa beräknas fördubblad 1976!

Förutom Gunnar Werner, ordförande, består styrelsen av Frank Lindberg, skidor, Stig Kroon, IOGT/NTO, Rolf Persson, do, samt från Bally Bingo AB Gunnar Berggren (verkst. direktör), John Pettersson och Åke Fahlén.

Utdelningen under nästa år beräknas bli 15 procent, d v s 15 miljoner kronor, som skall gå till förbundens klubbar — förbunden själva skall nöja sig med fem procents utdelning, d v s fem miljoner kr.

A-pojkarna gav hopp inför DDR-kampen i Gera

VÄSTERÅS ÖVERLÄGSET I SUM SIM

Växjö (Simsport) Västerås Simsällskap hemförde som väntat en markant poängtriumf i årets Sum Sim-finaler, som avgjordes sista veckoslutet i september i Växjö. VSS-gardet simmade hem 96,5 poäng, medan Helsingborg och Södertörn, som kom närmast stannade på 56 resp. 53. Kristianstad, i fjor vinnare med bred marginal, kom på åttonde plats och hade bl a Åhus och Malmö före sig. Notabelt är att Åhus och Kristianstad hör hemma i samma skånekommun — tillsammans tog de två nordostskånska föreningarna 65 poäng och var väl egentligen näst bästa kommun efter Västerås.

Skåne dominerade annars som vanligt tävlingen och Birger Buhre, skånsk simförbundsordförande, summerade:

— Skåne tog över 300 poäng, närmast av distrikten kom Stockholm med cirka 160. Jämfört med i fjor, då vi också var överlägsna och Stockholm kom närmast, har vi drygat ut förspånget en aning. Glädjande är också, att det är bra spridning på de skånska insatserna: tjugo föreningar hade simmare kvalificerade till dessa finaler, 19 av dem tog poäng.

— Vi visste att Västerås skulle bli bästa klubb, men det gladde ett skånehjärta ,att vi i sista grenen kunde stoppa västeråsarnas segerrad i lagkapperna. Nu vann Åhus, i fjor var Kristianstad vinnare — alltså två år i rad ett lag från samma skånska kommun, som tar hem den svåra medleylagkappen.

INTE MAXIMUM

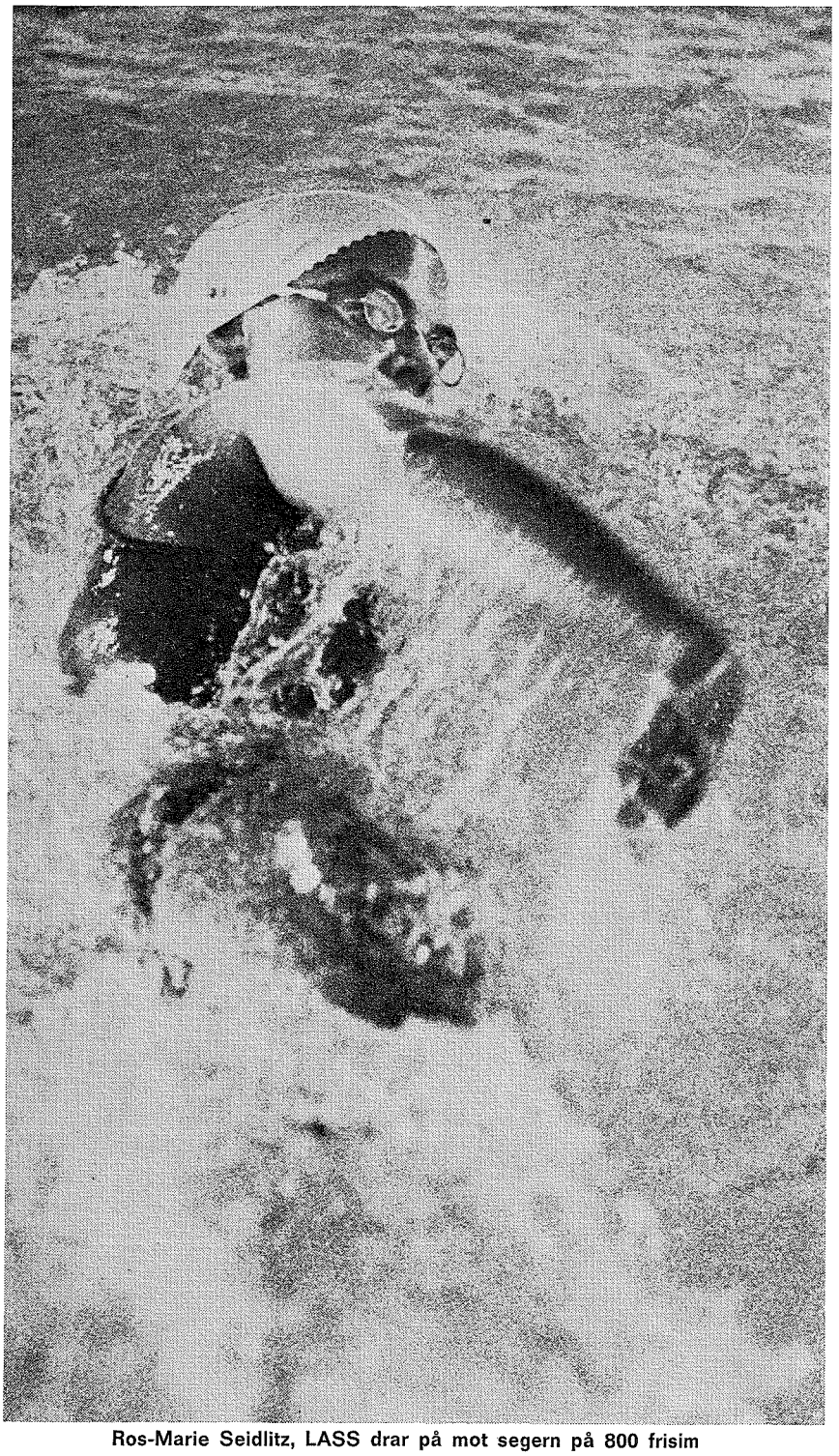
Västerås hade ett homogent manskap, bra fördelning i de olika kategorierna.

Men VSS-tränare Jan-Olof Fahlén betonar:

— Vi har alls inte tagit ut något maximum av våra simmare till Sum Sim. Det gäller att följa upp satsningen och se till att det finns lite kvar i simmarna, när de kommer upp i senioråldern. Sum Sim är för oss inget huvud- eller slutmål utan en etapp på vägen.

På de tankegångarna var också Kristianstads Tommy Malmsten inne. Tommy är också ansvarig för ungdomslandslagets matchning och menade:

— Här fanns verkligen uppsjö på talanger — svensk simning har anledning se ljust på tiden. Det är bara att hoppas, att det finns resurser att ta hand om och utveckla alla dessa framtidslöften. Tyvärr är det ju så i många klubbar, framför allt de mindre, att Sum Sim blir ett huvudändamål — man har inte möjligheter att följa upp sina begåvningar till elitstandard i senioråldern.



Ros-Marie Seidlitz, LASS drar på mot segern på 800 frisim

Bernt Porsander, Örebro, nybliven SK-ordförande och landslagsman, höll med Tommy, erinrade om att man i svensk simning på sistone ofta diskuterat Sum Sim:s utformning och att en ny giv troligen är på väg inom kort. I övrigt menade Porsander, inte minst med tanke på den förestående u-landskampen med Europas ledande simnation, DDR, i Gera i alhelgonahelgen:

— Jag var före Sum-Sim-finalerna bekymrad för den landskampen, som vi ju vann i fjor i Hallsberg. Men de här finalerna har ökat min optimism

— vi har fin besättning på flicksidan och bland grabbarna steg här fram några verkliga toppar — det verkar nu som om pojksidan skulle kunna stötta upp rätt bra också i år. I fjor hade vi en bra pojksida med bröderna Nylén från Hallsberg som nyckelfigurer — i år har vi faktiskt lika bra stomme bland pojkarna.

DUKTIGA A-POJKAR

Då tänker Porsander på A-pojkarnas stora namn: Finspångs Pär Arvidsson steg fram som klassens jätte med vinster i fjärilsim, frisim och ryggsim. Pärs 2.14,65 på 200 fjärilsim var hela tävlingens bästa resultat och hans 55,75 på 100 frisim var också en notering som imponerar.

En annan trevlig bekantskap var Tunafors distanssimmare Stefan Andersson, som presenterade sig på söndagen: han vann på morgonpasset 1.500 frisim på strålande 17.10,65 och kunde sedan ladda om till eftermiddagen och vinna 400 frisim på också fullgoda 4 23,25.

Egentligen hade Stefan läge för fina insatser redan i somras men insjuknade inför SM — därför kom hans presentation lite med fördröjd utlösning.

Håkan Svensson, Västerås, är en annan bärpelare på pojksidan, en habil bröstsimmare av samma format som Ulf Dernhagen från fjorårslaget mot DDR. Håkan är mångfrestare, var med och rotade i det mesta i finalväg i Växjö — men har ännu inte slutgiltigt valt väg i fråga om simsätt och distanser, förklarar tränare Fahlén.



En expressiv studie av Katarina Ivholt, Ran, i segerloppet på 200 fjärilsim

SKÅNSK GULDGRUVA

Skåne dominerade rätt eftertryckligt i B-klassen, som var en guldgruva för Buhres trupper. På pojksidan hette kanonerna Lars-Olof Hansson, Trelleborg — segrare på 100 fjäril och 200 medley, tvåa på 400 frisim och 200 bröstsim — en hyggligt utvuxen och tekniskt välskolad yngling, samt Jerker Holm, Malmö, känt Sum Sim-namn sen sina dagar i yngsta klassen.

Jerker vann 400 frisim efter förödande spurt, blev tvåa i medleyn och på 100 frisim, vilken gren länge Kurt Laitamaa, Korpilombolo vann, en av Norrlands rätt få framgångar i Växjö. Kurt satsade på hård öppning på 400 fritt, ledde länge men fick småningom ge sig för den skånska anstormningen från Jerker och Lars-Olof.

Yngsta pojkklassen hade sitt stora namn i Järfällas Janne Svensson med ett par grensegrar och framskjutna placeringar i allt. Också Kalmars Thomas Svensson var duktig liksom Ludvikas Jan Andersson, de två sistnämnda välsimmande toppar på 400 frisim.

I C-klassen handlar det om 10-åringar, graden av fysisk utvuxenhet är på nuvarande stadium mycket utslagsgivande och man vill gärna låta ett par år förgå, innan man kostar på sig några mera definitiva förutsägelser om dessa ynglingars framtida simmarbana.

VANN FRÅN B-HEATET

Lite mer kategorisk vågar man där-

Klubbarnas poäng

1.	Västerås	96,5	31.	Borlänge SS	12
2.	Helsingborgs SS	56		Gävle SS	12
3.	Södertörns SS	53	33.	Kiruna SS	11
4.	Kalmar S	44	34.	Bjärnum SS	10
5.	Åhus SS	43		S 71, Hässleholm	10
6.	Malmö SS	40	36.	Korpilombolo GIF	9
7.	Linköpings ASS	37	37.	Avesta SS	8
8.	Kristianstads SLS	32		Visby SS	8
9.	Järfälla SS	29		Vuolleims SK	8
	Polisens IF	29	40.	Motala SS	7
	Ystads SS	29	41.	SK Poseidon	6
12.	Trelleborgs SS	28	42.	SK Neptun	5
	Finspångs SS	28		IFK Lidingö	5
14.	Tunafors SK	24		Öjeby IF	5
15.	Filipstads IF	22	45.	Bollnäs SK	4
	Växjö SS	22		Skövde SS	4
17.	SK Ran	21		Upsala S	4
	Ludvika SS	21	48.	Nora SS	3
	S 02	21		Malungs SS	3
20.	Mariannestads SS	20	50.	Ljungby-Ryssby SS	2
21.	Karlstads SS	18		SS Viggen	2
22.	Hammenhögs SS	17		Örebro SS	2
	Landskrona S	17		Jönköpings SS	2
23.	SK Laxen	16	54.	Hallsbergs SK	1
	Skara SS	16		SoIK Hellas	1
25.	Karlskrona SS	15		Kristinehamns SS	1
26.	Norrköpings KK	14,5		Roma IF	1
27.	Danderyd	14		Södertälje SS	1
	SK Hajen	14		Värnamo SS	1
29.	Falu SS	13		Hörnefors IF	1
	Karlslunds IF	13		Kramfors-Alliansen	1
				Örbyhus SK	1

emot vara om yngsta flickklassens stora namn, Kicki Pettersson, från Linköping. Hon har simmarpåbrå, dotter som hon är till LASS' chefstränare Björn Pettersson. Kicki sopade nästan helt rent i sin klass, vann bl a 100 frisim på ny rekordtid, trots att hon från regionsfinalerna bara hade gjort resultat, som förde henne till B-heatet. Och vad skall man säga om hennes 5.02,27 på 400 frisim — hon var nästan 25 sekunder före tvåan i mål!

Kicki är ett mycket stort löfte — i hennes fall bygger inte framgångarna på att hon är storvuxen och väl fysiskt utvecklad; hon är en liten flicka, en rätt normal 10-åring, som är fint tekniskt skolad och som har ett bra mått av fin träning i sig, därav framgångarna och den höga standarden.

Flicksidan rymde som vanligt de mest etablerade namnen. I A-gruppen återfanns simmerskor med höga placeringar på senior-SM, ja t o m en, Mariestads SM-tvåa på 800 frisim, Pia Ottosson, som var med i simningens EM-trupp i Wien i somras.

Pia vann 400 frisim men fick på 800 faktiskt ge sig för Linköpings Ros-Mari Seidlitz, som "stack" i öppningen. Pia litade på sin starka spurt, men trots att hon gick hem på 4.40 (öppning på 4.43) och hade 1.06 på sista hundringen hann Pia inte ikapp Ros-Marie.

MSS-tränare Kjell Persson ursäktade Pia:

— Hon har haft en enormt lång säsong, är trött på simning just nu och längtar intensivt till den viloperiod på ett par veckor, som kommer nu. Själv tycker jag att hennes 9.23 är en bra tid — bättre än kring 9.20 hade jag i varje fall inte räknat med i Växjö

BLAND GRABBARNA

Ylva Persson, Borlänge, i fjor utnämnd till vårt verkliga jättelöfte på 100 frisim, försvarade sin fjorårsseger, även om hennes 1.01,08 blev några tiondelar sämre än fjorårets segrartid. Ylva har fått det senaste året spolierat av sjukdom — kom nu till Växjö med en nyss genomliden bihåleinfektion.

— Slutade käka penicillin 10 dar före tävlingen, känner mig frisk just nu men har fortfarande lätt att bli förkyld. Men hoppas få vara frisk och skall satsa. Får bra träning hemma i Borlänge — vi har kanske inte än så många flickor av klass — men jag tränar ihop med grabbarna för att få rätt sparring.

A-flickornas bröstsim vanns av S 02:s Anette Fredriksson (simmarhuvudstan Göteborgs enda seger i detta Sum Sim) och Skaras Elisabeth Gustavsson kom igång ordentligt med vinster i både medley och ryggsim.

Ett plus skall också sättas för Rans smäckra Katarina Ivholt, som vann 200 fjärilsim i ett lopp, där hon sin vana trogen lade upp för en stortid neråt 2.22—2.23 (svenska rekordet lyder ju på 2.22,8) men kroknade något på slutet så att det "bara" blev 2.26,08. Men en dag bär det för Katarina och då blir det kanontid.

Västerås hade ingen segrare bland A-flickorna men presenterade ett fint fynd, Anette Svensson, på de längre distanserna — ett namn att lägga på minnet!

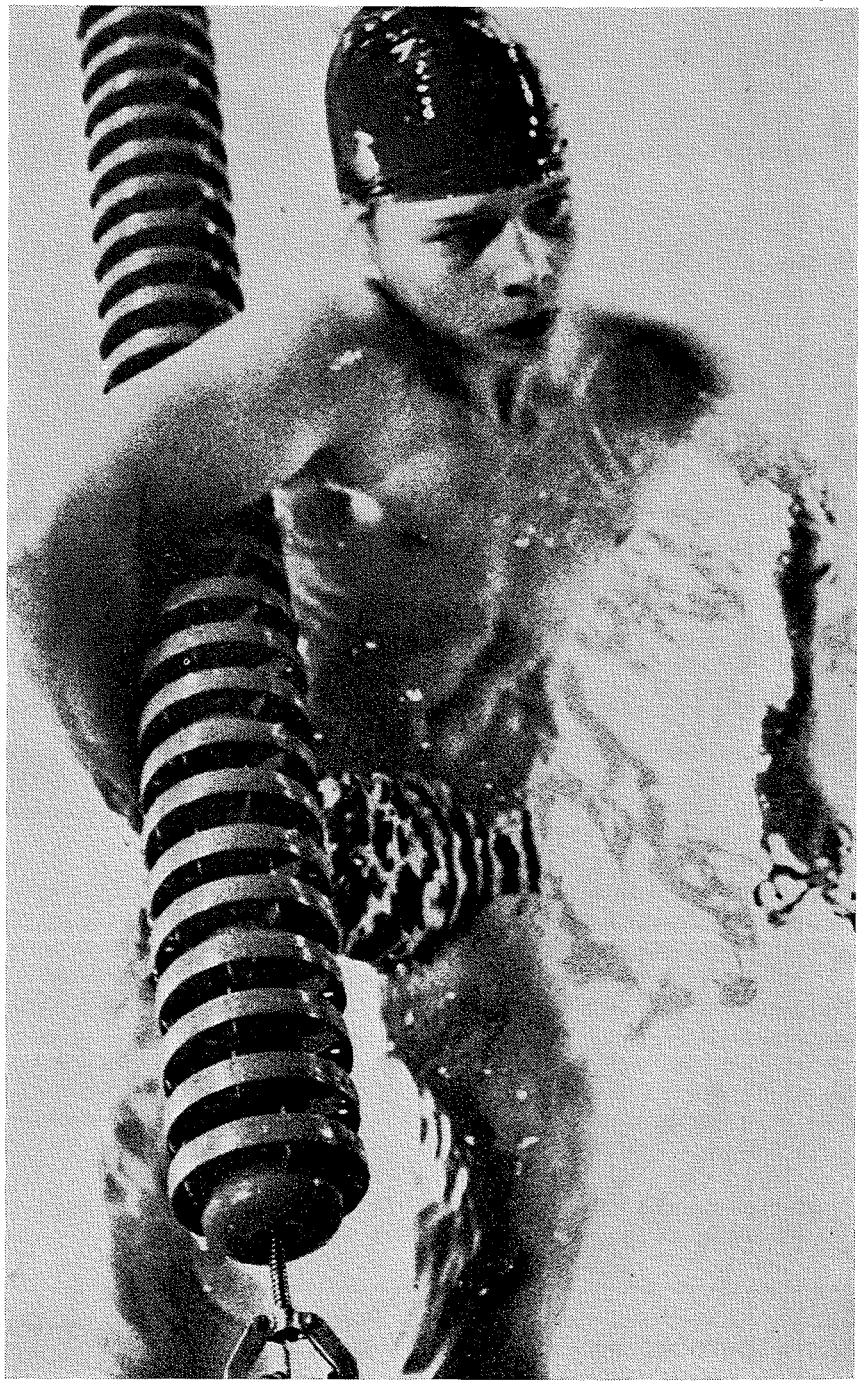
POLIS STOPPADE

B-flickorna var som sagt mest skånska. Helsingborgs Lena Ekblom vann både 100 fritt (tre skånskor på pall och dubbelt för Helsingborg genom Ingrid Nilsson) och 200 medley, och Ystads Eva Nilsson var ensam under tre minuter på 200 bröstsim, där Malmös Susanne Knutsson var närmast.

Polisens Siv Wallmon lyckades i ryggsim få stopp på den skånska segerraden och en annan stockholmska, Cecilia Lenndahl, Södertörn, vann fjärilsimmet, 13 hundradelar före en annan skånska, Marie Petersson, Helsingborg.

Frille Sjö

Foto i Växjö:
BO OLSSON



Stefan Andersson, Tunafors, pustar ut efter triumfen på 1.500 frisim

Simsport världen runt:

Sex under 4-minutersgränsen på 400 fritt – Shaw hade 56,80 på sista hundra – 2,28 gav ej finalplats på 200 bröst – Calligaris slutar – Epoken Matthes är slut

USA försvarade alltså med glans sin position som världens simnation nr ett vid mötet med DDR i Concord och det var väl egentligen inte oväntat, att så skulle ske: amris utlovade nya krafttag och intensifierat jobb efter de prestigeförluster man fick inregistrera, framför allt på damsidan, under VM —73 i Belgrad. USA-mästerskapen i Concord veckan före landskampen med DDR visade också, att USA-simningen är ordentligt på gång igen, inte minst på damsidan, som bjöd fina resultat och ett flertal världsrekord.

Mästerskapen gav också besked om att USA-flickorna skulle kunna ge DDR-damerna en match, även med DDR:s härjningar och rekordsimmande på EM i Wien som bakgrund.

Både USA-mästerskapen och landskampen redovisades utförligt i förra numret av Simsport, men i vår västtyska kollega, Der Deutsche Schwimmsport, har vi hittat ett knippe intressanta fakta och synpunkter, som vi gärna vill vidarebefordra.

Det deltog sålunda, konstaterar kollegan, inte mindre än 1260 aktiva — plus ca 50 kanadensare, några australier och brasilianare — på de största AAU-simmästerskapen någonsin. Det gjordes totalt 2133 individuella starter (därav 1318 på damsidan).

Också kvalitén var hög: på 200 frisim för herrar gjorde 67 av 69 under två minuter, sex simmade under den fortfarande exklusiva 4-minutersgränsen på 400. På 200 bröstsim räckte inte 2.28 till final och i fjärilsim räckte 2.05 till plats i B-final. På 100 fjäril startade 79 man — en enda simmade över minuten!

Man konstaterar också, att publiken strömmade till. Totalt åsågs de fyra tävlingsdagarna av mer än 25.000 åskådare. Concord kan jämföras med vår egen SM-värd för året, Jönköping. Det är ungefär lika stora städer — Concord har 96.000 invånare.

★ ★ ★ ★ ★

Framför allt drog den unge (16 år) Tim Shaw uppmärksamheten till sig. Tim var först att detronisera den legendariske Mark Spitz som v-rekordhållare (på 200 frisim) och raderade också ut en annan berömd storhet: Stephen Holland, Australiens "simmaskin" på 1.500 meter. Men Tims mest



Novella Calligaris, Italien, har simmat färdigt

fantastiska simning gick över 400 frisim, där han med 3.54,69 satte ett formidabelt rekord.

Detaljerna i loppet förtjänar granskas: 1.55,91 (Gingsjö vann SM på 200 fritt på 1.55,91 (Gingsjö vann 200 fritt på 1.57,31!) och sista 100 på 56.80. Mellantiderna låg på 58,02—1.58,78, 2.57,89—3.54,69 och det gör följande deltider pr hundring: 58,02—1.00.76—59,11—58,80.

Tim Shaw, som man redan utnämnt till "årets simmare", tävlar för Long Beach Aquatic Club och tränas av Dick Jochums. Han är den andre simmaren i världen, som samtidigt håller världsrekorden på 200, 400 och 1.500 frisim.

Minns du vem som var den förste?

Har du svarat Jon Konrads vet du ett och annat om simning och har gott minne — det är ju några år sen (och hans syster Ilse) härjade i rekordtabellerna.

★ ★ ★ ★ ★

Också på damsidan bjöds för oss nästan ofattbar kvalité och kvantitet. Det startade 139 brudar på 200 fjäril och hela 78 stycken simmade 1.500 fritt (sämsta tid: 19.06,89). På 100 fjäril simmade 117 flickor, av vilka blott två gjorde över 1.10 i försöken. Under 1.09 simmade 104, under 1.08 84, under 1.07 58, under 1.06 32 och under 1.05 14 stycken!

Vår västtyska kollega noterar, för att återgå till herrsidan, att det fortfarande är något visst att simma under 4 minuter på 400 — en distans, där vi ju har vissa intressen. Det är fortfarande bara åtta simmare i världen, därav sju amris (Shaw, Demont, B. Furniss, M. Bruner, B.R. Backhaus, R. Favero och B. Dickson) och australiensaren Brad Cooper, som klarat "vallen". Närmast ligger Kurt Krumpholz (4.00,11) och McBreen (4.00,70).

Man noterar också, att just på 400 frisim hade segrartiden på EM inte räckt till final i USA-mästerskapen, den enda segrartiden på EM, som inte skulle gett final. Alexander Samsonov vann i Wien på 4.02,11 — åttonde tiden i Concord löd på 4.01,87 (Steven Furniss). Gingsjös europarekordtid från Belgrad (4.01,27) hade däremot stått sig, om än inte till någon framskjuten plats i sammanhanget.

★ ★ ★ ★ ★

De stora internationella mästerskapen brukar utgöra slutpunkten för en simkarriär. Vår egen Gunnar Larsson tyckte som bekant, att VM 1973 i Belgrad var en lämplig slutpunkt. EM i Wien betydde för italienska Novella Calligaris — VM-vinnare på 800 frisim i Belgrad — slutet på en lång och framgångsrik karriär.

Storbritanniens ledande simmare i Wien, David Wilkie, mästare på 200 medley (världsrekord) och 200 bröstsim, har signalerat sin slutstation. OS i Montreal —76 blir hans sista tävling.

★ ★ ★ ★ ★

— Herregud, vad har hänt här...

Undrade Peter Nocke ,femfaldig guldmedaljör på EM i Wien, och trodde inte sina ögon, när han kom hem till Wuppertal efter EM. Stationen var

fylld av tusentals människor, som trängdes på stationen för att hylla — just Peter Nocke!

Borgmästaren hyllade Nocke med ett armbandsur, en gåva från staden. Hans tränare, Heinz Hoffman, fick en olympiabok för sina insatser. En musikkår tutade välkomst- och hyllningsmarscher och i långa rader bildade ungdomar från Nockes klubb, Wasserfreunde Wuppertal, häck.

Man minns, att Gunnar Larsson fick motsvarande pampiga välkomsthyllning, när han kom hem till Bulltofta, Malmö, efter Barcelona-EM 1970. Gunnar blev väl minst lika förvånad och förskräckt som 18-årige Nocke, som inte är nån vän av sån här uppståndelse. Och allvaret börjar snart för den femfaldige EM-guldmedaljören, som efter hemkomsten tog sig ett par dagars välförtjänt semester. Men den 1 oktober är det dags — inte för simträning utan för "lumpen" i Bundeswehr, som det heter i Västtyskland.

★ ★ ★ ★ ★

— Också en världsrekordhållare måste kunna förlora någång... Sade Roland Matthes, DDR:s världssuverän i ryggsim, när han för första gången på sju år, fyra månader och 26 dagar, noga räknat, inte vann ett ryggsimslopp. Amerikanen John Naber slog Matthes i deras första möte i landskampen DDR—USA i Concord. Distansen gällde 200 meter och tiderna blev 2.02,83 resp. 2.05,34.

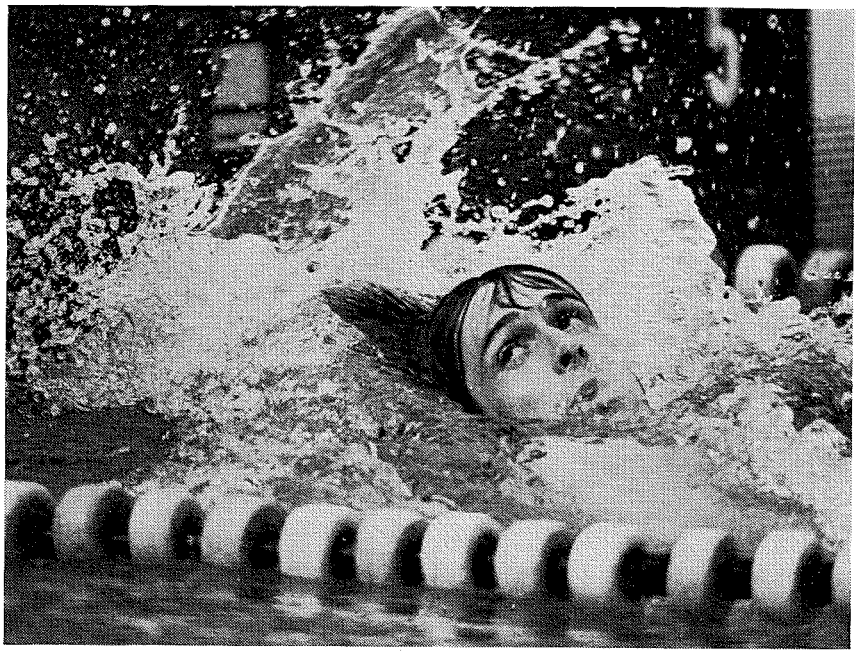
Det var, för att vara Matthes, en tämligen medioker tid. Han håller själv världsrekordet på 2.01,87 sen VM i Belgrad.

Under sin sagolika karriär har Roland Matthes slagit 19 världsrekord och 29 europarekord. Redan som 17-åring vann han OS-guld i Mexiko på 100 och 200 ryggsim och försvarade dem sen som bekant med glans i München. Han har världsrekordet också på 100 meter med 56,3 och har sammanlagt simmat under minuten 84 (!) gånger. Han slog sitt första v-rekord i Leipzig på 110 yards 1967, då yardssträckor ännu gällde som v-rekorddistanser. Samma år hade han också slagit sina första europarekord: 200 meter på 2.11,6 och 100 meter på 59,8, vilket skedde i Magdeburg.

Sitt senaste (och förmodligen sista) världsrekord slog han vid VM på 200 ryggsim. Mycket tyder på att Matthes aldrig kommer att kunna realisera sin stora dröm som ryggsimmare: att simma 200 meter under två minuter. Måhända blir det i stället hans förste överman, den store (199 över havet) John Naber från Menlo Park, Kalifornien, som blir först att spränga den magiska gränsen.

Men Matthes — av Peter Daland karaktäriserad som "den mest betydelsefulle simmaren i vår tid" — hann med en fenomenal serie under sina sju år "vid makten": han tog fyra OS-guld, slog 19 världs- och 29 europarekord, vann två VM- och fem EM-titlar.

Och han var som sagt utan nederlag på sina specialsträckor i sju år — det har före honom ingen simmare i världen lyckats med.



Roland Matthes forsar mot mål — en suverän, som äntligen besegrats efter sju år

Frågan är, om vi nånsin mer kommer att uppleva en så suverän simmare som den nu 23-årige, tystlåtne, nästan blyge eleganten från Erfurt.

Det kan som en liten poäng från epoken Matthes slutligen noteras, att han 1962 skickades hem från träningen med beskedet, att han saknade talang. Sex år senare var han dubbel olympisk guldmedaljör!

Nästa Simsport:

Nu är det helt slut på det simtekniska

Den utlovade fortsättningen på Rapport Belgrad, som utlovats i detta nummer, måste tyvärr anstå till nästkommande nummer av Simsport av, som det brukar heta tekniska skäl. Då skall också Gay Ljungberg fortsätta sin rapportering om sina observationer och rön från EM i Wien.

Novembernumret skall också innehålla en fyllig rapport från årets distriktsledarekonferens, som hållits i Sunudsvall i medio av oktober. Samt givetvis referat och kommentarer från årets sista landskamp, den som vår U-landslag utkämpar med DDR i Gera under allhelgonahelgen.

Poolintresserade läsare (alla tre!) skall få sitt: det blir fylligt referat från första omgången av Europacupen, som SKK/S arrangerar i hemmabassäng i Stockholm sista veckoslutet av oktober.

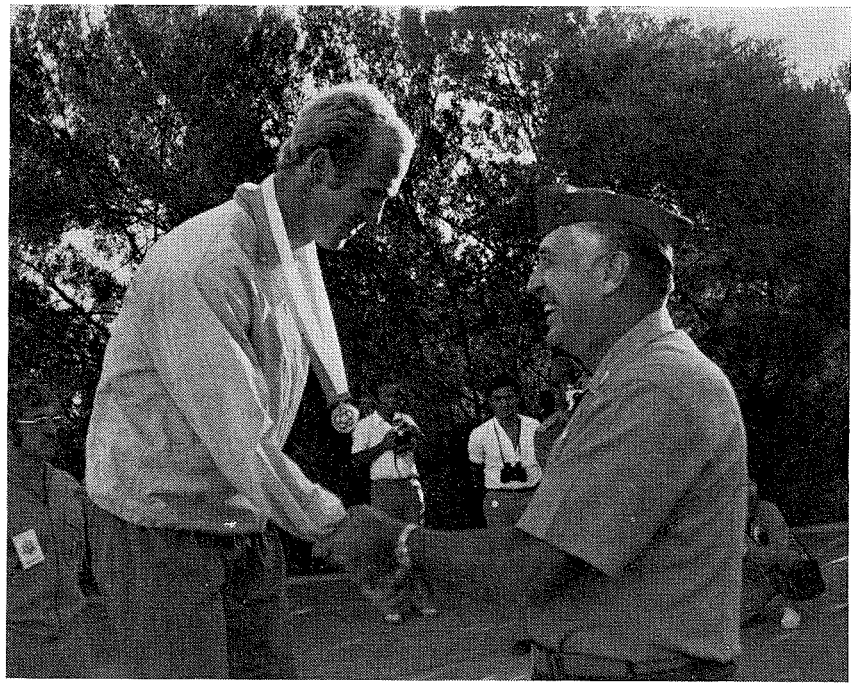
Läsaren kanske undrar, vad rubriken om slut på det simtekniska avser: helt enkelt, att alla inkomna bidrag till Simsports simtekniska magasin nu är förbrukade (= publicerade). Red. vädjar till berörda parter — ledamöterna i STR och medlemmarna i simtränareföreningen — att förse oss med fler bidrag till magasinet — med beaktande av sista dag för leverans av manus (se sid 1!).

Bellbring hemförde tre titlar i militär-VM

Med den i sammanhanget onekligen unika truppsammansättningen av två spanare och två malajer (!) anträdde kaptenen Jan Elwin vid Kungl. Sjökrigsskolan resan till Santa Cruz, Teneriffa och årets militära VM i simning. Men det är uppenbarligen inget fel på den svenska krigsmakten, i varje fall inte på graden av simkunnighet hos dess malajer: när VM var avslutat hade den nämnda kvartetten bärgat fyra VM-titlar, därav en i den tunga lagkappen över 4×200 frisim. De övriga segrarna bokfördes på en och samma deltagare, tillika malaj: Anders Bellbring var VM:s suverän och vann 200 fjärilsim, 400 och 1.500 frisim!

Övriga deltagare var Börje Holmberg (spanare), Pekka Eriksson (spanare) och Göran Gunnerling (malaj). Idel respekterade simmarnamn som synes, så det var inte att förvåna sig över att våra fina simtraditioner i militär-VM kunde konserveras. Och det illustra sällskapet Nisisei Sectu får till kommande år alltså ytterligare några remarkabla medlemmar att räkna in.

Kapten Elwin hade uppdragit åt världsmästare Bellbring att inkomma med redovisning över insatserna i Simsport, vilket uppdrag denne i sin tur avdelat malajkollega Gunnerling till. Som bl a rapporterar:



Anders Bellbring får priset för VM-segern på 200 fjärilsim. Prisutdelare är överste Artnak, USA, tävlingarnas officielle ledare

— Största och svåraste provet var ner- och hemresan — vi flög med spanska bolaget Spantax och var lite spända därför. Men det gick vägen och det blev hjärtliga applåder från passagerarkabinen vid såväl start som landning.

— I Santa Cruz förlades vi på ett topppenhotell, tyvärr en mil från stan, där tävlingarna skulle gå. Vi ville givetvis simma in, men de spanska arrangörerna menade, att vi i stället borde vila, ladda och koppla av på de dagar vi hade på oss mellan ankomst och första tävlingsdag. Men vi grejade oss själv till bassängen för välbehövlig träning och insamling.

— Och det gick hyfsat för de svenske. Bellan vann 200 fjärilsim på 2.07, 400 fritt på 4.08,2 och 1.500 fritt på 16.37,00. Speciellt hans insats på 1.500 var strong: det gick samma dag som 200 fjäril och skulle Bellan simmat på kvällen hade grenarna gått efter varandra. Nu fick lagledningen flyttat över "Bellan" i ett heat på morgonen, och det är onekligen tufft att simma 1.500 på morgonen så bra som på 16.37.

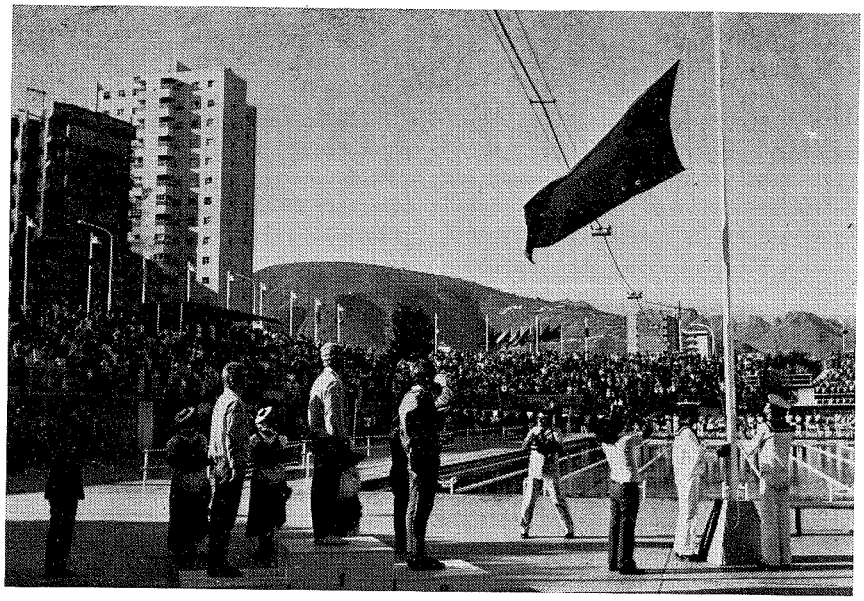
— Det blev dubbelt svenskt på 400 där spanare Holmberg blev tvåa på 4.15,2 och två svenskar på pall på 1.500, där Holmberg spanade in bronset med sina 17.29.

— Själv simmade jag 100 fritt och blev femma på 55,88, berättar Gunnerling, som närmast sig i prislistan hade Bellbring på 56,04. Börje Holmberg simmade också 100 fritt — på 56,6.

— I laget inledde Gunnerling (2.02,3), sedan simmade Holmberg (2.00,8), Bellbring (1.57,2) och sist Pekka (2.07,6). Det blev en sluttid på 8.08 och klar seger.

Trefaldige militäre världsmästaren Bellbring gjorde alltså en effektfull och hedersam avslutning på sin militära karriär — han åkte direkt hem och ryckte ut, berättas det.

Gunnerling berättade för Frille Sjö (cykelordonnans i det militära) om vår igen dokumenterade militära styrka i simning.



Prisutdelning på 1.500 frisim med Bellbring som mästare och Börje Holmberg som trea

Resultat:

400 frisim: **1. Anders Bellbring, Sverige 4.08,32 (MR), 2. Börje Holmberg, Sverige 4.15,61** 3. Geisler, Västtyskland 4.15,76.

4×100 m medley: 1. Västtyskland 4.06,01, 2. Spanien 4.11,56, 3. Frankrike 4.12,72, 4. Italien 4.15,65, **5. Sverige 4.22,96(Holmberg 1.07,6,**

Höstens tränarkonferens:

Railo öppnar vägen för psykisk träning Bernt N.-Paleski nya tränare i landslaget

Årets sista tränarkonferens genomfördes i Linköping 20—22 sept. med ett mycket lågt antal deltagare från årets SM-deltagande föreningar. Trots att det var dags för val av seniortränare, juniortränare och ledamöter i STR (Simtekniska rådet) deltog inte fler än 28 föreningar av ca 60-talet SM-startande föreningar. På den punkten behövs en skärpning.

Nu skall ingen tro att detta lade någon sordin på deltagarnas intresse för det innehåll STR hade jobbat fram. Nej då tvärt om. Efter valberedningens introduktion till söndagens viktiga val, berättade avgående landslagstränaren Åke Lindhgren informativt och intressant om uppläggningen av satsningen mot EM i Wien. Åke tog upp sammandragningarna, de två EM-lägren i Ronneby, den individuella träningen på sluttampen och om slutmålet i denna etapp EM-tävlingarna. Efter Åkes information och referat, tackade auditoriet Åke, Bernt Nilsson, Ewert Sandberg och Ronnie Paleski för deras insatser som tränare för våran mycket framgångsrika simtrupp, samt Sture Kronman för hans fina ledarskap under EM.

Konferensens höjdpunkt blev som väntat psykologen vid Idrottshögskolan i Oslo, Willy Railo. Willy hade redan tidigare mött en del av tränarna eftersom dels Skåne hade honom som föreläsare samt även polokommittén engagerat honom i sin sista kurs. Willy delgav sina idéer om psykisk träning, på ett fascinerande och förståeligt sätt som uppskattades på ett mycket hörbart sätt efter framförandet. De typer av psykisk träning som han prövat själv på en försöksgrupp på 4 st. elitidrottsmän, öppnar vägar för tidigare helt outnyttjade faktorer som påverkar en fysisk prestation av hög nivå.

Under steg 4 kursen för simtränare kommer Willy att mer i detalj få demonstrera sina idéer och delge resultaten fraån sin försöksverksamhet i Norge.

Willys intressanta ämne tog upp lördagens program och gav många nya tankegångar och gav konferensen dess största värde.

Söndagens val genomfördes en aning virrigt, men utan att förta dess enighet om de namn som valberedningen hade lagt fram. Som tränare för seniorlandslaget valdes Bernt Nilsson och Ronnie Paleski, som tränare för juniorlandslaget omvaldes Tommy Malmsten. I det nya STR omvaldes Claes-Göran Widén och Gay Ljungberg samt som ny medlem Jörgen Pedersen, Örebro SS. Även ny valberedning valdes där det blev helt nytt, folk; sammankallande Kerstin Pettersson samt Lars-Olof Nyrell och Kjell Persson. Valproceduren tog en dryg timma vilket kunde ha kortats med en bättre valorganisation.

Gay Ljungberg som på uppdrag av Simkommittén fått i uppgift att vara observatör under EM, rapporterade sina observationer på ett mycket eftertänksamt sätt. Vissa slutsatser kan man kanske dra av dessa samlade uppgifter, inte minst att det kommer att gå ändå fortare i Columbia.

Eftersom fysiologen Ingvar Holmer hade insjuknat, fick tränarna som sista del höra den nye SK-ordföranden Bernt Porsander informera om vad som närmast var på tapeten, samt förberedelserna för VM i Columbia. Eftersom den nya simkommittén inte blev besatt förrän vid tränarnas val, kunde inte all information om 1975 delges. Bernt lovade att i PM informera tränare och simmare om den planering som man kommer att besluta om inom kort.

Som helhet måste denna tränarkonferens (läs kurs) få fullt godkänt betyg, och läggas gamla STR, Claes-Göran Widén, Gay Ljungberg och Jan Widell till heder.

P. S.

Eriksson 1.20,1, Bellbring 59,0, Gunnerling 56,2)

200 m rygsim: 1. Esteva, Spanien 2.13,27 (MR), 2. Baer, Frankrike 2.16,91, 3. Melo, Spanien 2.18,15.

200 m bröstsim: 1. Kusch, Västtyskland 2.29,78 (MR), 2. Konneker, Västtyskland 2.36,53 3. Schallon, Västtyskland 2.38,12.

100 m frisim: 1. Panaro, Italien 54,05, 2. Esteva, Spanien 54,81, 3. Foucart, Frankrike 54,90, 4. Comas, Spanien 55,25, **5. Göran Gunnerling, Sverige 55,08, 6. Anders Bellbring, Sverige 56,04, 7. Börje Holmberg, Sverige 56,62.**

4×100 m frisim: 1. Västtyskland 3.40,96, 2. Frankrike 3.41,42, 3. Spanien 3.42,24, **4. Sverige 3.43,31 (Gunnerling 55,90, Holmberg 55,50, Eriksson 57,61, Bellbring 54,40).**

1.500 m frisim: **1. Anders Bellbring, Sverige 16.37,02 (MR),** 2. Geisler, Västtyskland 17.05, **3. Börje Holmberg, Sverige 17.29,42.**

200 m fjäril: **1. Anders Bellbring, Sverige 2.07,03 (MR),** 2. Stabenow, Västtyskland 2.12,75 3. Mack, Västtyskland 2.13,97.

400 m medley: 1. Geisler, Västtyskland 4.42,58 (MR), **2. Anders Bellbring, Sverige 4.43,86,** 3. Esteva, Spanien 4.53,89.

4×200 m frisim: **1. Sverige 8.07,96 (MR) (Gunnerling 2.02,3, Holmberg 2.00,8, Bellbring 1.57,2, Eriksson 2.07,6).**

Höga hopp: 1. Julian Krug, USA 482,05, 2. Phil Boggs, USA 462,70, 3. Ribaudo, Italien 334,75.



Håll Stranden Ren

Kajer och stränder i tätorter skall vi också vara rädda om. Använd papperskorgarna eller ta med skräpet hem.

Gay Ljungbergs iakttagelser från EM i Wien

MER TONVIKT PÅ BENSPARKEN

Förra artikeln handlade uteslutande om DDR (nästan som EM) och jag skall denna gång försöka titta lite på de andra ländernas träning.

Till skillnad från oss i Sverige, som sedan VM i Belgrad, försökt hitta vår egen träningsstil och litat till egna resurser, har den europeiska simningen alltmer internationaliserats.

Sovjetunionens landslag hade t ex ett 14 dagar långt gemensamt träningsläger med DDR på försommaren. Frankrike skickade nästan samtliga sina elittränare på studieresa till USA. Belgien och Italien har haft en stor del av sina landslagssimmare på USA-träning medan 1500-meterssimmande Carther från Storbritannien tränat i Australien.

SOVJET à la DDR

Ryssarna hade organiserat sin slutträning efter österskt mönster: toppning på hemmaplan, inget slutträningsläger och ett uppbåd av tränare på bassängkanten i Wien. Denna typ av slutträning, inbillar jag mig, gör kanske de individuella prestationerna något bättre, men hämmar "landslagsandan" och därmed lagkappsresultaten. En slutsats som har visst stöd i resultatlistorna.

Man kan anta att Sovjets distanssimmare, liksom DDR:s, tränar ungefär lika mycket som sina svenska kolleger dvs. c:a 60.000 m/vecka när det är som mest.

VÄSTTYSKA SPRINTERS

Västtysklands (och Europas) sprinter-suveräner Nocke och Steinbach tränar för den västtyske landslagstränaren Horst Planert vid simcentret i Saarbrücken. Både Nocke och Steinbach är simmare som har inställningen att simträning är jättekul, om den inskränker sig till sådär en 8 timmar i veckan.

Man har tagit till vara denna "lathet" på ett mycket fint sätt, som jag efterlyser i Sverige. Grabbarna tränar aldrig mer än ett pass om dagen och passen ligger mellan 2—3.000 m. Men det rör sig inte om slösimning utan pojkarna kan t ex bränna av 10 hundringar med 2—3-minuters vila på c:a 58 sekunder i genomsnitt.

Hur många fina sprintertalanger har vi inte missat i Sverige, därför att de inte ställt upp på s k tusengångertusenträning? Jag menar inte att man blir bra 400- eller 1500-meterssimmare eller kanske 200-meterssimmare genom att träna 2—3.000 m per dag, men man bör väl utnyttja talangfullheten hos de grabbar och tjejer som inte har lust att träna 4 timmar om dagen.

28.000 M PER PASS!

Simträning efter ungersk modell är något helt annat. Jag tänker då framförallt på Andras Hargitays träning. Birger Buhre redogjorde i Simsport i sin Rapport Belgrad för samtal han haft med Hargitays tränare Thomas Sechy. Mönstret inför EM i Wien är detsamma, men med någon ökning av antalet träningsmetrar!

Ungrarna säger att Hargitay före EM legat på pass à 25—28.000 meter! Men bara 4 dagar i veckan. Övriga dagar har Hargitay som är elev vid centralskolan i Budapest ägnat åt mera lekfulla övningar såsom vattenpolo, löpning, volleyboll m m.

Vad har då dessa "idiotpass" (citationstecknen kan ifrågasättas) innehållit? Naturligtvis en relativt stor andel avslappnad simning, teknikövningar samt fartlekträning. Fartlekträningen (dvs. man simmar en lång sammanhängande distans på 1—3.000 m och växlar hela tiden tempo löst-hårt) håller för övrigt på att dammas av runt om i världen och används flitigt som syretransportträning vid sidan av serierepetitioner och distansträning.

En annan intressant Sechy-adept var tekniske ryggsimmaren Verrazto. Man kan karakterisera hans ryggsim som smidigt, han har få armtag per bassänglängd, djup handisättning (40—50 cm) stark benspark och relativt djupa vändningar. Birger Buhre fick av en tillfällighet se Verrazto träna dagen innan EM började och berättade för mig att Verrazto hade simmat ett antal 100 m lopp på c:a 1.08 och hade då haft ungefär 30 armtag per bassänglängd, sedan ökat farten till 1.04 och armtagsfrekvensen till 35.

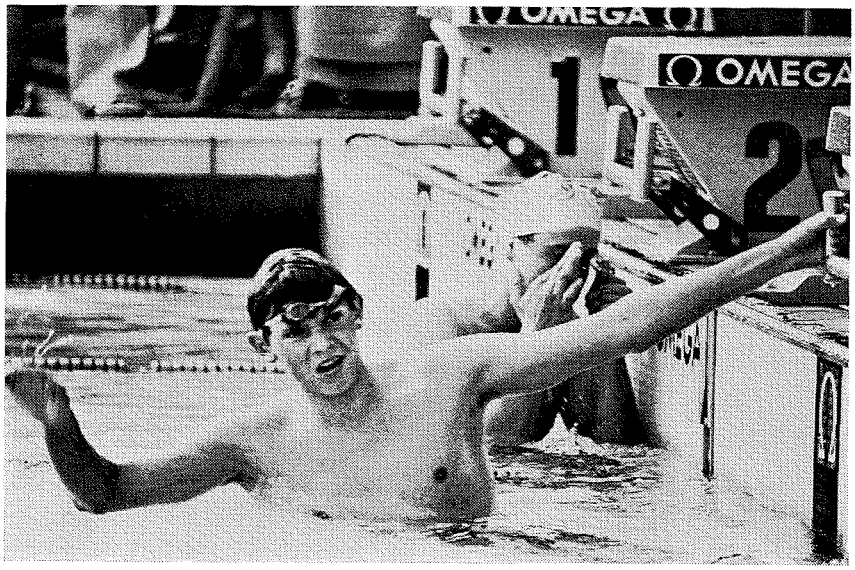
På försöken på 200 m ryggsim (där Verrazto hade 2.07,6) visade det sig att han de första 150 metrarna hade armtagsfrekvensen 35/längd för att sedan i spurten sjunka till 28 armtag! Alltså en extrem benspurt.

BENSPARK

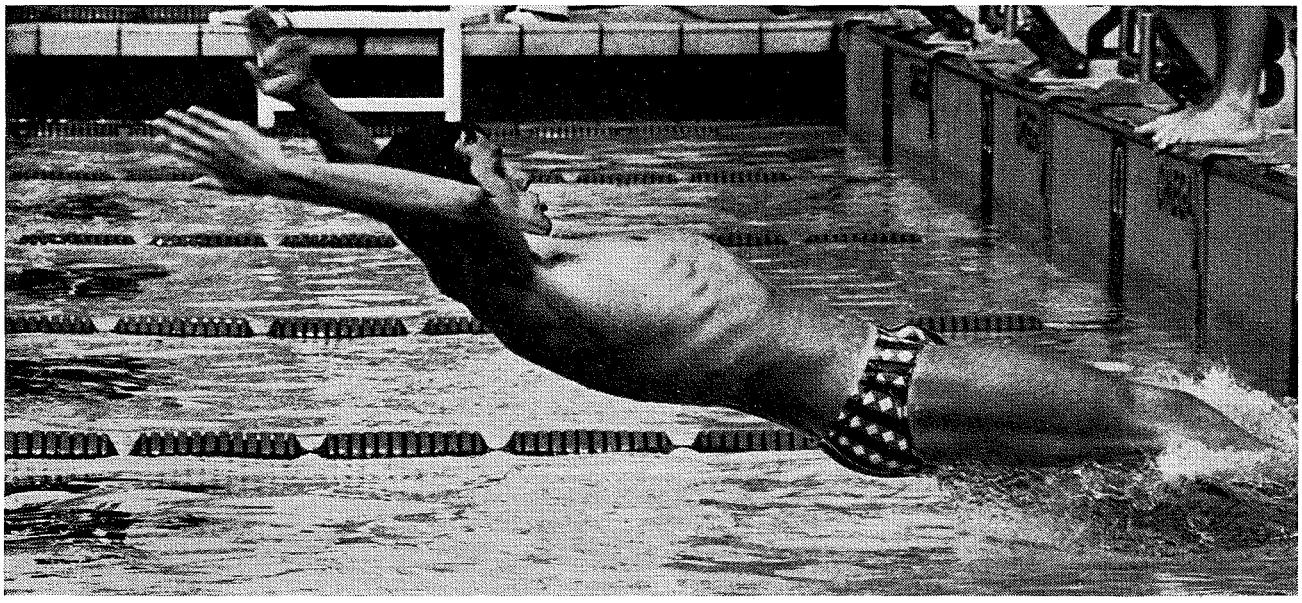
Efter förra artikeln har en mängd fysiologiskt kunniga människor påpekat för mig, att det är vansinnigt att öka bensparken, framförallt för distanssimmare. Jag känner också till att benen är stora energikrävande muskelgrupper och att benen i förhållande till armarna har väldigt liten framåtdrivande effekt. Men faktum är att många grenar i W:en vanns av människor med tempofylld benspark. Varför? Jag har försökt fundera lite och kommit fram till följande synpunkter:

1) I vissa fall har man ökat bensparken därför att begynnande osmidighet satt stopp för väsentlig ökning av armstyrkan. (se föreg. nr Simsport)

2) 1500-meters segraren Pfütze och flera andra s k bensparkare har visserligen ett högt tempo på bensparken (6-takt), men det är en mycket grund benspark medan däremot de s k armsimmarna i sin 2-taktskick sparkar väldigt djupt och kraftfullt. Är det givet att en grund, rytmisk 6-taktskick är



Frank Pfütze, DDR, europamästaren på 1.500 frisim i Wien



Zoltan Verraszto, Ungern, fin tekniker i ryggsim

"dyrare" än en djup, kraftig ansträngande 2-taktskick?

3) Alla "bensparkarna" hade väl så effektiva armtag som "armsimmarna". Samtliga simmare i 1500-metersfinalen hade en armtagsfrekvens på 40—45 armtag/längd och man kunde ej se någon skillnad mellan "bensparkarna" och "armsimmarna". Kanske hade "bensparkarna" bättre rytm och flyt i simmet än övriga.

4) Jag är inte beredd att på grund av iakttagelserna, som trots all fysiologisk visdom kan verifieras av många, minska armtagsträningen. Men kanske finns det anledning att lägga lite mer tonvikt vid bensparkträningen och bensparken i sammansatt simning, än tidigare.

Jag återkommer i en senare rapport med resultatet av den tränarenkät jag delade ut i Wien.

Gay Ljungberg

REAERBJUDANDE

Simförbundet utförsäljer ett parti Speedo simdräkter och simbyxor i 1972 och tidigare års mönster till vrakpriser:

Det rör sig om större storlekar, lämpliga för fullvuxna motionssimmare:
Simdräkter: 34 L, 36 och 36 L
Simbyxor: 36

Obs! Lagret är begränsat och erbjudandet gäller tills lagret är slutsålt!

SIMDRÄKTER 25:—

SIMBYXOR 15:—

Sänd mot postförskott följande reavaror

..... st simdräkt à 25:— storlek .....

..... st simbyxor à 15:— storlek .....

Namn .....

Adress .....

Postadress och postnr: .....

Telefon: .....

— Skriv tydligt — texta gärna!

Sänd in vidstående kupong för beställning till

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Box 6506
113 83 STOCKHOLM

Vår försäljningsavdelning besvarar gärna förfrågningar pr tel 08/14 18 30 — tala med Barbro Avefjord!

RYGGSIMS-TIPS

Av George Haines, Santa Clara Swim Club.
Från Swimming World nr 11 1973.
Översättning: Gay Ljungberg, Laxen Halmstad. Björn Pettersson, LASS, Linköping.

Ryggsim är, enligt min åsikt, ett av de svåraste simsätten att lära ut och förmodligen ett av de svåraste att behärska. Det fordras en simmare som äger mjukhet och tillräcklig styrka att utföra de rörelser vi fordrar i detta simsätt.

VATTENLÄGE

1. Vattenläget i ryggsim är av största vikt.
2. Huvudet skall vara väl tillbakalutat i vattnet — halsen skall vara rak för att tillåta luften att fritt passera in i lungorna.
3. Hakan skall inte böjas ned mot bröstet utan vara något uppåtvänd så att bakhuvudet placeras under vattenytan.
4. Tillåt inte hela huvudet att vara ovanför vattenytan.
5. Vattenytan skall löpa under öronen och direkt under hakan.
6. Mycket lite vatten skall flyta över bröstet och bålen.
7. För att få ett fint, rakt vattenläge, skall ryggsimmaren koncentrera sig på att få undre delen av bröstkorgen upp mot ytan.
8. Kroppen skall hållas i en rät linje från bakhuvudet ner genom nacken, bröstet, höften och benen.
9. Sitt inte i vattnet.

HUVUDETS LÄGE

1. Huvudet skall hållas absolut stilla, men avslappnat.
2. Axelrotationen kontrolleras genom att huvudet hålles stilla, men avslappnat.
3. Om huvudet hålles absolut stilla kan du kontrollera översträckning, men ändå tillåta maximal axelrullning — du kan inte rulla för mycket om huvudet hålles stilla.
4. Underkäken skall vara avslappnad med munnen öppen så mycket som möjligt. En spänd käke skapar en spänd känsla i överkroppen och axelpartiet.

HANDISÄTTNING OCH VATTENGREPP

1. Handisättningen bör ske direkt bakom eller i jämnhöjd med axlarna och utanför kroppens mitt-linje. Några ryggsimmare sätter i handen något vidare än axelbrett.
2. Handen bör sättas i med lillfingret först och kanske med handflatan något nedåtvänd. Denna isättning tillåter handen att köra ned i vattnet och få ett ganska snabbt grepp med handflatan.
3. Vissa ryggsimmare roterar inte axlarna på ett rätt sätt och tillåter handen att gå i vattnet med handflatan uppåtvänd. Detta tenderar att låta handen glida omkring till dess att ett riktigt grepp för handen nås.
4. Kör ner handen i vattnet (lillfingret först, handflatan nedåt) c:a 20—30 cm djupt — detta ger dig ett riktigt grepp utan att dra ner en massa luft i vattnet.

DRAG

1. Börja inte dra förrän handen nått ned i vattnet — låt handen klara av isättningen och ett ganska djupt grepp innan draget påbörjas.
2. Börja draget med tryck på handflatan.
3. Böj inte armbågen omedelbart, eftersom detta bara leder till kardinalsynden i ryggsim — LEDA MED ARMBÅGEN OCH LÅTA HANDEN GLIDA GENOM VATTNET.
4. Böj armbågen efter det att handen kommit ut c:a 45°, böj sedan armbågen så att maximalt tryck mot handen bibehålles.
5. Tappa armbågen nedåt och mot kroppen med en 90-gradig böjning i armbågsleden.
6. Tillåt inte armbågen att leda handen eller handleden vid något tillfälle.
7. Dragfasen avslutas med handen vänd mot fötterna och med armbågen böjd 90°.

TRYCKET

1. Tryckfasen börjar med handen mot fötterna och böjd armbåge.
2. Tryck ut draget mot fötterna.
3. Handen avslutar nära benet med handflatan vänd mot bassängbottnen.
4. Genom att avsluta med handflatan nedåt hjälper du till att lyfta axeln.
5. Öka farten på handen successivt genom hela armtaget — betona fart.

ARMÅTERFÖRINGEN

1. När en hand går i vattnet skall den andra avsluta sitt drag med handflatan nedåt. Detta hjälper till att lyfta axeln.
2. Lyft upp axeln så nära huvudet som möjligt, samtidigt som du avslutar nedåt med samma arm och hand.
3. Återföringen bör ske så vertikalt som möjligt, med rak arm.
4. När ramen når sitt exakt vertikala läge, skall axeln roteras så att handflatan vänds utåt, från kroppen. Detta underlättar lillfingerisättningen.
5. Om motsatta axel mot isättningshanden lyfts upp mot huvudet eller örat och isättningshanden trycks ned i vattnet 20—30 cm, kommer du att få en bra axelrullning. Du kommer då att få med de stora musklerna i greppet och dragfasen av armtaget.
6. Händerna skall vara nästan i motsatt läge under hela draget, men kom ihåg att inte börja draget innan greppfasen är gjord. Detta kommer i så fall att få händerna att glida omkring i början av armtaget.
7. Huvudet måste hållas stilla under återföringen.

BENSPARKEN

Bensparken i ryggsim syftar främst till att stabilisera kroppen.

Följande punkter kan vara till hjälp vid träning av ryggsimmare.

1. Låt benen röra sig fritt och naturligt.
2. Kicka inte exakt vertikalt utan kicka i den riktning som höfterna är vända åt, på grund av rullningen i kroppen. Detta ger avslappad kick.
3. Bensparken bör vara ganska grund, men kraftig. Försök att hålla bensparken mellan vattenytan och den djupast belägna kroppsdelen.
4. Bensparken blir djupare och starkare på kortare sträckor.
5. Träna bensparken med händerna över huvudet.
6. De flesta toppryggsimmare använder 6-takt vid benkick.

ANDNING

Det borde vara lätt att lära ut en riktig andning i ryggsim eftersom munnen hela tiden befinner sig ovanför vattenytan. Jag anser att man bör andas efter nedanstående mönster under såväl träning som tävling.

1. Andas in samtidigt som den ena handen sätts i vattnet och den andra avslutar sitt drag. Detta eliminerar kallsupar.
3. Andas ut under armåterföringen.
4. Andas ut genom näsan och munnen, med betoning på näsan.

EFFEKTIV FEEDBACK skall gå direkt på rörelsen och måste komma omedelbart

Ur "Trenings- og konkurrensepsykologi" av Willi Railo.
Översättning från norskan av Birgit Aggemark, LASS.

KRAV FÖR EFFEKTIV FEEDBACK

Med feedback menas i detta sammanhang att idrottsutövaren får en eller annan information om hur hans rörelse/teknik utföres. Denna information kan komma på olika sätt: t ex genom att instruktören ger muntlig information, att utövaren får se sig själv på film/video, att han får känna hurudan rörelsen var o s v.

Denna information är synnerligen viktig för inlärning av tekniken. Men skall feedback vara fullt effektiv måste 3 centrala villkor beaktas:

1. **Feedback måste vara meningsfull för utövaren.**
2. **Feedback måste gå direkt på rörelsen.**
3. **Feedback måste komma omedelbart.**

1. När det gäller det förhållandet att feedback skall bli meningsfull för utövaren, bör vi lägga märke till att det ofta är mycket svårt för denne att finna sammanhang mellan sina egna rörelser och den muntliga information, som instruktören ger. Det är därför viktigt att instruktören hela tiden kontrollerar att de korrigeringar han ger blir förstådda av utövaren, så att de kan överföras till hans rörelser.

Beroende på utövarens förutsättningar, kan man finna att många uppfattar synlig korrigering bättre än muntlig, och att andra uppfattar korrigeringen bättre om instruktören fysiskt leder hans rörelser.

Instruktören bör hos varje enskild utövare pröva sig fram med olika sätt att informera, för att finna ut vilket vederbörande bäst kan uppfatta och tillgodogöra sig. Ett medel man i detta sammanhang bör använda sig av (också med hänsyn till punkt 2 och 3) är att lägga vikten vid att lära utövaren att värdera sina egna rörelser.

2. Med dessa påpekanden vill vi försöka att påvisa det förhållandet att mycket av den feedback som ges, inte är tillräckligt specificerad i förhållande till utövarens rörelser. Uttalande som: "detta var bra/dåligt", ger relativt liten effekt om inte utövaren samtidigt får veta **vad** som var bra/dåligt och **på vilket sätt** det var bra/dåligt.

Det gäller därför att ge så nyanserad feedback som möjligt.

Innan vi ser på exempel rörande punkt 2, skall vi se litet närmare på punkt 3.

3. Ett mycket viktigt förhållande i instruktionen är att feedback kommer omedelbart. Ett dröjsmål på tiondels sekunder eller sekunder, kan normalt ge reducerad effekt. Utövaren glömmer mycket fort de impulser, som sammanhänger med rörelsen, varför en försenad feedback ofta blir föga effektiv. Tänk dig det förhållandet att du skall lära dig att skriva — och att du får se på video det du skriver, först 3 sekunder efter att du har gjort övningen. Du finner då att det inte är direkt förbindelse mellan feedback (information om övningen) och själva övningen.

En huvudprincip i all instruktion är därför att utövaren får feedback omedelbart i samband med utförandet.

Exempel:

Låt oss se på simning — simmaren utför rörelserna i vattnet och får feedback när han kommer till bassängkanten. Tiden som går mellan själva rörelsen och feedback kan sägas vara längre än önskvärt. Det vore en fördel om simmaren t ex genom en undervattenshögtalare kunde få omedelbart feedback.

I fotboll, handboll och liknande kan det vara mycket bättre att ge feedback i direkt anknytning till spelet — t ex "frysa" en situation och omedelbart ge feedback, än att vänta till en paus e d. Videoband blir alltmer utnyttjat i idrottsinstruktion, och man kan självklart finna vissa fördelar med det, men det bör beaktas att tiden, som går mellan själva utförandet och feedback, blir längre än önskvärt, och att effekten därför blir mindre än man hoppats.

Mer effektivt är det om utövaren på video får se sig själv, just i det ögonblick han utför rörelsen. (Detta är givetvis beroende på övningens art). I t ex rodd i roddbassäng kan man göra videoupptagning från sidan, med videoskärm framför utövaren — han får då omedelbar feedback, direkt på responsen, och kan lätt företa korrigering.

Låt oss se på satsen i skidhopp. Utövaren har en naturlig tendens till att sträcka vristen, men det är önskvärt att detta inte sker — sträckrörelsen bör m a o hämmas. Instruktören kan då ge informationen: "sträck inte vristen" eller "nu sträckte du vristen". Detta är en klar information, men inte alltid lätt att följa i praktiken. Om man däremot går direkt på rörelsen och t ex ger ett slag på hälen i det ögonblick den höjes, kan detta vara en feedback som tillfredsställer de 3 nämnda kraven i ganska hög grad.

Detsamma kan man finna t ex i båg-

5. I ett 200 m lopp är det viktigt att andas varje tag efter de 8—12 första metrarna.
6. Vid kortare lopp är det lättare att vända snabbare om du håller andan, som sprinterna i frisim gör de sista metrarna före vändning.
7. Träna in ett bestämt andningsmönster, detta kommer att hjälpa rytmen i simningen.
8. Håll underkäken lös och avslappad och ta in luft genom att suga luften djupt ned i lungorna, inte bara till halsen.

METOD ATT LÄRA DET BÖJDA ARMDRAGET

1. Använd simskolebröstsim.
2. Dubbelarmtag men benspark — lätt att böja armbågen med koncentration.
3. Använd en arm i taget, med betoning på det böjda armdrag-trycket.
4. Använd ovanstående som uppvärmning före en tävling.

JSM i Umeå de etablerade simmarnas mästerskap
PETER och DIANA DOMINERADE IGEN

Umeå (Simsport) Det var de etablerade namnen, som helt dominerade årets junior-SM i simning, som Umeå SS förtjänstfullt ararngerade i medio av september. Liksom i fjor hade mästerskapen sina dominanter i Peter Pettersson bland pojkarna och Diana Olsson bland flickorna: Peter tog fyra titlar på lika många individuella starter och Diana hemförde två segrar individuellt och en lagkapp och stod dessutom på pall ytterligare två gånger. Starkt namn på flicksidan var också Gunilla Lundberg, som hade favören att simma i hemmabassäng: det blev två titlar och ett silver och dessutom bokförde sig Gunilla för tävlingarnas enda svenska rekord med sina 2.21,64 — rekordet var dessförinnan Dianas och emanerade från just JSM och sattes i fjor i Göteborg.

Alla de nämnda är ju välkända namn från stora SM:s prislistor och -pallar och tillhörde ju samtliga vår EM-trupp i simning. Ur den plockades ytterligare JSM-vinnare: Glen Christiansen och Ann-Sofi Roos, GKKN resp. Kristianstad, som triumferade i bröstsimsgrenarna, var ju också med i Wien. Det var bara Mikael Brandén, triumfator i pojkarnas ryggsim, och Katarina Ivholt, Ran, segrarinnan i fjärilsimmet, som lyckades slå en bräsch i EM-simmarnas segerrad i Umeå.

Det kan noteras, att i fem av de tolv individuella grenarna kunde fjorårsmästarna försvara sina positioner: det var på pojksidan Peter Pettersson på 400 frisim, 200 fjärilsim och 400 medley — i fjor var Peter dessutom tvåa på 100 frisim, som han nu vann — och på flicksidan Diana Olsson på 100 frisim och Gunilla Lundberg på 400 frisim — Ann-Sofi Roos var tvåa på 200 bröstsim, som hon nu vann.

Polisen blev överlägset bästa klubb före Kristianstad (vars tunga namn på pojksidan i fjor, Inge Andersson nu tagit steget upp bland seniorerna) och SK Laxen, där Peter P. förstås tog merparten av de 36 poäng, som hallänningarna erövrade. I övrigt stor och bra spridning — inte mindre än 31 klubbar tog poäng.

MÅNGA KVAR

Nästa år försvinner Diana, Gunilla och Peter från juniorleden och det blir fritt fram för nya namn att härja bland titlarna. Fast en del av årets JSM-vinnare hänger med några år till: Ann-Sofi Roos är bara 59:a, Katarina Ivholt har hela tre år kvar i juniorkategorin liksom fjärilskollegan Pär Arvidsson från Finspång, nu 4:a men onekligen ett framtidslöfte (ytterligare understruket av Pär med hans insats i Sum-Sim i Växjö). Mikael Brandén är också junior nästa år liksom Varbergs Pia Mårtensson.

Resultaten från årets junior-SM återfinnes på sidorna 16—21.

Frille Sjö

skytte, där utövaren ofta har en benägenhet att föra armen framåt i det ögonblick strängen släpps — då den istället bör föras vidare bakåt. Instruktören kan då ge muntlig feedback genom att säga: "nu förde du armen framåt". Detta är dock svårare att överföra till en riktig handling, än om instruktören ger handen en direkt beröring i samma ögonblick den föres fram. Det är viktigt att man tar sig tid till att i varje idrottsgren finna ut på vilket sätt man i största möjliga grad kan tillfredsställa dessa 3 krav.

HUR OFTA SKALL VI GE FEEDBACK?

En del försök tyder på att vi, för att svara på den frågan, måste skilja mellan att **lära en sak** och att **glömma.** Det bör påpekas att det går fortare att lära in en sak om man ger feedback ofta. Å andra sidan ser det ut som om utövaren fortare glömmer, om vi ger feedback alltför ofta, än om vi ger den mera sällan. Som en kompromiss rekommenderas att ge mycket feedback i början, för att stimulera inlärningen, och att sedan minska undan för undan för att stärka minnet i största möjliga utsträckning.

POSITIV OCH NEGATIV FEEDBACK

Med positiv feedback menar vi att man understöder det verkliga idrottsintresset. Om man har att välja mellan att ge positiv eller negativ feeback, bör man välja det förstnämnda. Instruktörerna blir ofta så upptagna av felen, att de glömmer att ge feedback på det som är positivt. T ex i fotboll, handboll eller liknande är det ofta mera vanligt att "frysa" en situation, när något gjorts galet, för att påpeka detta, än att "frysa" situationen när något är riktigt, för att ge en positiv feedback på det. Oavsett om man använder positiv eller negativ feedback bör instruktionen ges i en positiv hållning och i en positiv atmotfär. Där man t ex har att välja mellan att uttrycka sig positivt: "sträck benet!" i stället för: "böj inte knät!", bör man välja det positiva uttryckssättet.

Motiveringen är mycket viktig i all träning och mycket negativ instruktion kan ofta verka hämmande på utövaren.

Det kan tilläggas att det är viktigt att utövaren får lära sig att värdera sig själv. Det kan vara till hjälp för honom att förutse resultatet av sina rörelser — t ex ropa till tränaren: "för högt", "för lågt", "högre", "korrekt" o s v. Detta kan öka förmågan att själv värdera sina rörelser.

VAD SKALL VI GE POSITIV FEEDBACK PÅ?

Under inlärning av idrottsfärdigheter kan det vara så att utövaren gör en massa rörelser, som inte är helt korrekta. Någon är riktigare än andra.

Under inlärningen bör därför instruktören ge **positiv feedback på de dittills riktigaste** rörelserna, även om dessa inte är fullt korrekta. Men det bör påpekas att man inte bör ge positiv feedback på **nästan riktiga** rörelser så länge, att de blir automatiskt godtagna.

JSM-poäng 1974

1.	Stockholmspolisens IF	80
2.	Kristianstads SLS	51
3.	SK Laxen	36
4.	Skövde SS	30
5.	GKKN	28
6.	Umeå SS	27
7.	Malmö S	23
8.	S 02	20
9.	SoIK Hellas	18
10.	Varbergs GIF	13
11.	Karlslunds IF	12
12.	Filipstads IF	10
	SK Neptun	10
14.	SK Ran	9
15.	Hallsbergs SK	8
16.	Norrköpings KK	7
17.	SK Elfsborg	6
	Finspångs SK	6
	Mariestads SS	6
20.	Kristinehamns SS	5
	Nässjö SLS	5
	Sundsvalls SS	5
23.	Karlskoga SS	4
	Sollefteå ASS	4
25.	Jönköpings SS	3
	Karlstads SS	3
	Linköpings ASS	3
28.	Uddevalla SF	2
	Upsala S	2
	Ystads SS	2
31.	Danderyds SK	1
	Helsingborgs S	1

Lärorik Ottawa-konferens:

Konstsimmet skall utvecklas vidare genom utväxling av int. nyhetsbrev

Den första internationella konferensen i konstsim hölls den 4—10 september i Ottawa. Set Hjärpe, Stockholm och undertecknad fanns på plats för att bevaka Sveriges intressen. Alla FINA-länder var inbjudna och över 100 tränare, domare, aktiva och FINA-representanter från 15 olika länder hade hörsammat kallelsen. Där fanns människor från så gott som världens alla hörn t ex Mexiko, Colombia, Filippinerna, Japan, Nya Zeeland, Australien osv, samt ett flertal europeiska länder, dock ej några nordiska förutom Sverige. I samband med konferensen arrangerades en internationell solotävling, där 8 av de deltagande nationerna hade flickor med. Tävlingen som var mycket fin spelades in av kanadensisk TV.

Vad jag tyckte var anmärkningsvärt var hur elegant dessa flickor band samman sina musikprogram, med simtag och armrörelser, och hur få listade figurer som användes i programmen. Däremot såg man många svåra hybrider. I samband med tävlingen var det också några uppvisningar i par och lag. Kanadas silverlag från VM gjorde en fantastisk uppvisning, som många av de närvarande ansåg vara det bästa de någonsin sett i konstsim. Simmarna var otroligt samspelta och hade hög svårighet på programmet.

Konferensarrangörerna hade verkligen gjort ett jättearebte. Allting klaffade mycket bra, men det var jobbigt. Det var svårt att vara koncentrerad från 9 på morgonen till 11 på kvällen endast med avbrott för mat. Tänker man sedan på att många delegater måste vara extra skärpta pga språksvårigheter, så förstår man varför vi vacklade till sängs, då vi anlände till hotellet vid 1/2 12-tiden.

LÄRDE MYCKET

Trots det lärde vi oss mycket nytt under denna vecka. Det jag anser vara av speciellt värde för Sveriges del, var inlärning av skovlingsteknik, samt olika kombinationer av skovlingar att använda i figurerna. Teknik för inlärning av spinar var också intressant, liksom den gymnastik som användes för att tänja och stärka just de muskler som behöver användas i konstsim. En fm ägnades åt koreografi. De fem bäst placerade länderna vid VM nämligen USA, Kanada, Japan, Holland och Mexiko, fick samma musikstycke till vilket de skulle utarbeta ett soloprogram på två minuter.

Vid presentationen av dessa tyckte man sig faktiskt märka något av de olika ländernas kultur, t ex japanskans underdåniga artighet, eller amerikanskans heta temperament.

Det var fantastiskt när man visste att flickorna hade haft mycket kort tid på sig för förberedelser.

Under tränar- och domarkonferensen visade det sig att delegaterna var rörande eniga om att det utbyte av tankar, åsikter och kunskaper som påbörjades i Ottawa skulle få en fortsättning. Man enades om att en möjlighet till detta var att bilda två s k studiegrupper, en för tränare och en för domare. Dessa skulle hjälpas åt att framställa en slags nyhetsbrev på ett par A4-sidor, och distribuera dessa till samtliga intresserade länder två gånger per år till självkostnadspris.

Medlemmar till dessa grupper valdes också, men för att de skall få något att skriva om, är det viktigt att alla länder hjälps åt att ge dem material. Undertecknad har åtagit sig att vidarebefordra det svenska material, som kan vara av intresse, till ansvarige utgivaren. Jag ser alltså fram mot sådan post. Resultat från tävlingar på lägre nivå än SM finns det dock ej utrymme att publicera.

Något annat positivt med denna konferens var att FINA:s tekniska kommitté var mycket väl representerad, och att dess medlemmar noga noterade vad som sades. Så vi kan med säkerhet se fram emot en del förändringar till konstsimmets fromma.

Bland övriga positiva intryck kan nämnas att svenska ambassaden hedrade oss med sin närvaro vid den bankett som avslutade Kanada-veckan.

Barbro Kylvåg
Helsingborgs Simsällskap

Bortkommet i konstsim

Läsekretsen i Örebro med omnejd har hört av sig. Hon (Harriet) var arg som ett bi och efterlyste rapport i Simsport om konstsimmets insatser vid 5-landskampen i Bern, som var den mest massiva satsning grupp Järpe hittills gjort och som gav betydande framgångar.

Tyvärr har insänt manus kommit bort, vilket beklagas. Set Järpe får väl se till att framgångarna noteras, när årsberättelsen för 1974 skall skrivas. Red ber om ursäkt, om felet är hans — vi har alls ingenting emot konstsim(merskor).

I varje fall inte dom som har sånt temperament som hon i Örebro!

Invigningstävling i Uleåborgs nya simhall i vinter

Oulun Uimaseura inbjuder till invigningstävlingar i Oulus (Uleåborgs) nya simhall — Finlands nyaste och ståtligaste med åtta banor och 50 meters längd — den 30 november och 1 december.

Arrangerande Oulun Uimaseura räknar med stort och högklassigt deltagande från Sverige plus hela finska eliten. Man har inbjudit lag från sina nya vänskapsstäder — Odessa (Sovjet), Halle (DDR), Leverkusen (Västtyskland och Boden (Sverige). Från Sovjet räknar man också med en trupp landslagssimmare liksom från Tjeckoslovakien. Inbjudningar har utgått till hela Norden dessutom.

Nästan hela det internationella tävlingsprogrammet simmas, det blir el-tidtagning och ett ståtligt prisbord utlovas. Utöver seniorgrenar blir det ungdomstävlingar.

Resultatgränser tillämpas i alla grenar och är obligatoriska samt skall ha uppnåtts under 1974 på minst 25-metersbana. I lagkapperna accepteras "beräknad tid", gjord på personrekorden för i laget ingående simmare.

Anmälningstiden utgår den 25 november och skickas till OUS-Lohet, B. J. Weckman, Oulu Osakeyhtiö, PL 196, 90101 Oulu 10. B. J. Weckman lämnar önskade upplysningar om tävlingen pr tel 981-214 11 (arb) och 981—135 94 (bost).

Besked om resultatgränserna kan också erhållas hos Simförbundet, tel 08-14 18 30 (Olle Kylborn).

Resultaten från

JUNIOR-SM i Umeå den 14-15 sept.

FINALER

400 M FRISIM, POJKAR

1. Peter Pettersson —57, SK Laxen 4.09,88
2. Gary Andersson —58, Norrköpings KK (DR) 4.13,34
3. Ulf Zachrisson —58, SK Elfsborg 4.15,55
4. Mats Nylén —59, Hallsbergs SK 4.16,67
5. Fredrik Weiner, —57, Skövde SS 4.16,73
6. Gunnar Johansson —57, Mariestads SS 4.17,05
7. Göran Linday —58, Karlstads SS 4.17,12
8. Torsten Buhre —57, Malmö S 4.19,58

100 M FRISIM, FLICKOR

1. Diana Olsson —57, Polisens IF 59,82
2. Suzanne Martinsson —59, Kristianstads SLS 1.00,66
3. Pia Mårtensson —59, Varbergs GIF (DR) 1.01,55
4. Eva Andersson —57, GKKN 1.02,20
5. Annika Ericson —57, Karlslunds IF 1.02,78
6. Åsa Johansson —58, Kristianstads SLS 1.02,99
7. Ann-Marie Lennheden —57, SK Laxen 1.03,42
8. Marie Nilsson —61, Ystads SS 1.05,52

200 M BRÖSTSIM, POJKAR

1. Glen Christiansen —57, GKKN (MR) 2.29,49
2. Ulf Dernhagen —59, Polisens IF 2.30,13
3. Anders Nylén —57, Karlskoga SS 2.34,25
4. Jan Ladeborn —58, Varbergs GIF 2.36,54
5. Leif Simonsson —57, Uddevalla SF 2.39,42
6. Per-Olof Bergkvist —57, Sundsvalls SS 2.39,55
7. Jan Färjh —59, Polisens IF 2.43,24
   Ulf Lindbergh —57, Varbergs GIF (Disk.) 2.40,07

200 M RYGGSIM, FLICKOR

1. Gunilla Lundberg —57, Umeå SS (NR) 2.21,64
2. Diana Olsson —57, Polisens IF 2.26,46
3. Pia Zätterström —57, Kristianstads SLS 2.31,57
4. Marianne Tour —59, SK Neptun 2.31,80
5. Gunilla Forslund —58, Upsala S 2.32,17
6. Pia Strandh —58, S 02 2.33,01
7. Hedda Rönnholm —58, Danderyds SK 2.37,16
8. Inger Larsson —60, Tunafors SK 2.37,24

200 M FJÄRILSIM, POJKAR

1. Peter Pettersson —57, SK Laxen (MR DR) 2.06,25
2. Ove Nylén —59, Hallsbergs SK (DR) 2.11,93
3. Bengt Qvist —58, Skövde SS 2.13,37
4. Pär Arvidsson —60, Finspångs SK 2.15,00
5. Tommy Andersson —58, Finspångs SK 2.15,14
6. Gunnar Johansson —57, Nässjö SLS 2.15,56
7. Tommy Lindell —59, Polisens IF 2.16,62
8. Mats Nylén —59, Hallsbergs SK 2.24,76

400 M MEDLEY, FLICKOR

1. Diana Olsson —57, Polisens IF (MR DR) 5.13,44
   (1.12.07, 2.29,45, 4.00,40)
2. Gunilla Lundberg —57, Umeå SS (DR) 5.16,74
   (1.14.36, 2.32,33, 4.08,57)
3. Birgitta Wiig —59, Sundsvalls SS (DR) 5.18,91
   (1.15,78, 2.38,71, 4.09,06)
4. Ann-Sofie Roos —59, Kristianstads SLS 5.19,64
   (1.14,25, 2.38,62, 4.06,38)
5. Ann-Mari Tallberg —60, Filipstads IF (DR) 5.19,67
   (1.12,69, 2.37,74, 4.08,01)
6. Åsa Karlsson —58, Helsingborgs SS 5.25,07
   (1.12,80, 2.40,41, 4.14,39)
7. Katarina Ivholt —60, SK Ran 5.28,57
   (1.11,90, 2.36,74, 4.15,46)
8. Jeanette Persson —61, Ystads SS 5.29,47
   (1.13,59, 2.43,37, 4.16,84)
9. Birgitta Appelfeldt —57, Västerås SS (DR) 5.32,25
   (1.14,89, 2.40,77, 4.20,42)
10. Anita Andersson —57, SK Ägir 5.34,90
    (1.18,44, 2.44,76, 4.21,56)
11. Anja Pettersson —59, Bodens BK 5.35,39
    (1.13,20, 2.40,44, 4.18,58)
12. Marie Nilsson —61, Ystads SS 5.37,23
    (1.14,86, 2.46,09, 4.27,47)
13. Anita Hanefors —59, S 02 5.37,77
    (1.15,21, 2.41,30, 4.21,46)
14. Lena de Val —59, Åtvidabergs SS 5.38,42
    (1.15,68, 2.41,68, 4.23,05)
15. Kerstin Ekdahl —60, Klippans SS 5.38,61
    (1.17,79, 2.46,14, 4.24,03)
16. Yvonne Johansson —59, Kalix SS 5.39,58
    (1.17,29, 2.45,09, 4.22,92)

---

17. Anne Seger —58, S 02 5.56,53
    (1.16,59, 2.46,59, 4.31,98)
    Elisabeth Gustavsson —60, Skara SS (Disk.) 5.23,94
    (1.13,65, 2.38,18, 4.10,23)
    Anette Fredriksson —60 S 02 (Disk.) 5.27,86
    (1.15,54, 2.43,71, 4.14,80)
    Ann-Catrin Engberg —59, Bollnäs EK (Disk.) 5.45,72
    (1.18,88, 2.50,38, 4.31,57)

4×100 M MEDLEY, POJKAR

1. Polisens IF, lag 1 (MR) 4.13,96
   (Mikael Brandén 1.04,04, Ulf Dernhagen 1.09,73
   Anders Larsson 1.02,60, Tony Wallin 57,59)
2. Malmö SS 4.20,45
   (Torsten Buhre 1.06,02, Björn Johansson 1.14,9, Thomas Brorson 1.03,54, Björn Sonesson 56,70)
3. Umeå SS (DR) 4.20,92
   (Knut Rasmusson 1.06,98, Stefan Gabrielsson 1.13,71, Mats-Åke Ohlsson 1.03,15, Göran Linlöw 57,08)
4. Polisens IF lag 2 4.23,95
   (Jan Thorell 1.05,87, Tommy Lindell 1.14,59 Jan Färjh 1.02,23, Benny Eriksson 1.01,26)
5. Skövde SS 4.24,07
   (Fredrik Weiner 1.02,17, Stephan Wilck 1.20,00 (Bengt Qvist 1.01,47, Göran Jern 1.00,43)
6. Neptun 4.24,47
   (Ante Zachrisson 1.05,93, Tomas Lindgren 1.15,73, Michael Nyström 1.03,08, Mats Dänsel 59,73)
7. GKKN 4.25,38
   (Ingemar Waldenby 1.09,46, Glen Christiansen 1.09,31, Peter Ahlberg 1.06,28, Jan Eriksson 1.00,33)
8. Karlstads SS 4.29,39
   (Per Åberg 1.09,91, Göran Wahlstedt 1.18,18 Thomas Söderström 1.05,20, Göran Linday 56,10)

4×100 M FRISIM, FLICKOR

1. Polisens IF (MR) 4.09,77
   (Yvonne Lindqvist 1.05,18, Yvonne Lagerhult 1.03,23, Elisabeth Petrén 1.02,33, Diana Olsson 59,03)
2. Karlslunds IF (DR) 4.11,37
   (Annika Ericson 1.02,45, Barbara Schroeder 1.03,56, Lena Borglund 1.04,77, Susanne Collgård 1.00,59)
3. Kristianstads SLS 4.12,29
   (Åsa Johansson 1.03,40, Else Gunsten 1.03,71 Pia Zätterström 1.04,76, Suzanne Martinsson 1.00,42)
4. S 02 4.16,15
   (Anette Olsson 1.04,46, Pia Strandh 1.04,86 Anita Hanefors 1.04,50, Anette Fredriksson 1.02,33)
5. GKKN 4.16,58
   (Susanne Mattsson 1.04,36, Monica Andersson 1.05,66, Åsa Johansson 1.04,09, Eva Andersson 1.02,47)
6. SK Laxen (DR) 4.19,95
   (Ann-Marie Lennheden 1.03,42, Karin Jonsson 1.03,93, Maria Cavalli 1.07,17, Lotta Palmér 1.05,43)
7. Danderyds SK 4.21,52
   (Hedda Rönnholm 1.04,91, Annika Ekström 1.05,73 Ingrid Walheim 1.06,01, Åsa Royne 1.04,87)
   Umeå SS (Disk.) 4.18,38

SÖNDAGEN DEN 15 SEPTEMBER

400 M FRISIM, FLICKOR

1.	Gunilla Lundberg —57, Umeå SS	(MR DR)	4.30,12
2.	Pia Mårtensson —59, Varbergs GIF	(DR)	4.32,36
3.	Else Gunsten —57, Kristianstads SLS		4.34,22
4.	Ros-Marie Seidlitz —60, LASS		4.36,72
5.	Jeanette Persson —61, Ystads SS		4.38,03
6.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS		4.38,25
7.	Ann-Mari Jansson —59, Köpings SS		4.42,78
8.	Marie Nilsson —61, Ystads SS		4.46,40

100 M FRISIM, POJKAR

1.	Peter Pettersson —57, SK Laxen	(MR)	53.98
2.	Fredrik Weiner —57, Skövde SS		54,27
3.	Dan Larsson —58, SolK Hellas		55,05
4.	Göran Linday —58, Karlstads SS		55,33
5.	Ulf Zachrisson —58, SK Elfsborg		57,34
6.	Tommy Andersson —58, Finspångs SK		57,36
7.	Mats Helgesson —58, Örebro SS		57,71
8.	Per Fridh —58, Nässjö SLS		58,24

200 M BRÖSTSIM, FLICKOR

1.	Ann-Sofi Roos —59, Kristianstads SLS	2.44,49
2.	Anette Fredriksson —60, S 02	2.44,50
3.	Anna Lindberg —59, Sollefteå ASS	2.48,60
4.	Monica Andersson —57, GKKN	2.49,01
5.	Ann-Sofi Jacobsson —58, Filipstads IF	2.52,35
6.	Karin Lindskog —57, GKKN	2.53,48
7.	Anette Lindén, —59, Limhamns SS	2.54,36
8.	Inger Zetterqvist —57, S 02	2.55,73

200 M RYGGSIM, POJKAR

1.	Mikael Brandén —59, Polisens IF	(MR)	2.13,03
2.	Fredrik Weiner —57, Skövde SS		2.15,48
3.	Jan Thorell —59, Polisens IF		2.19,20
4.	Mikael Nyström —58, SK Neptun		2.20,77
5.	Boo Falkman —58, Kristinehamns SS		2.21,26
6.	Jan Ladeborn —58, Varbergs GIF		2.23,79
7.	Per Kersmark —57, Kristianstads SLS		2.24,48
8.	Ove Eklöf —59, Danderyds SK		2.25,32

200 M FJÄRILSIM, FLICKOR

1.	Katarina Ivholt —60, SK Ran	(MR DR)	2.26,56
2.	Else Gunsten —57, Kristianstads SLS		2.29,08
3.	Diana Olsson —57, Polisens IF		2.29,27
4.	Marie Ericsson —58, Jönköpings SS		2.29,34
5.	Ann-Mari Tallberg —60, Filipstads IF	(DR)	2.29,56
6.	Ingrid Walheim —61, Danderyds SK		2.32,16
7.	Eva Malm —57, SKK-Spårvägen		2.33,16
8.	Anja Pettersson —59, Bodens BK		2.34,76

400 M MEDLEY, POJKAR

1.	Peter Petersson —57, SK Laxen (1.04,12, 2.20,03, 3.47,19)	4.51,47
2.	Torsten Buhre —57, Malmö S (1.08,61, 2.24,88, 3.50,22)	4.53,17
3.	Gunnar Johansson —57, Mariestads SS (1.07,05, 2.23,20, 3.48,28)	4.54,84
4.	Boo Falkman —58, Kristinehamns SS (1.08,56, 2.24,81, 3.53,32)	4.58,97
5.	Gary Andersson —58, Norrköpings KK (1.08,80, 2.23,98, 3.54,80)	5.00,35
6.	Tommy Lindell —59, Polisens IF (1.07,17, 2.26,62, 3.54,22)	5.01,31
7.	Mats Nylén —59, Hallsbergs SK (1.07,90, 2.28,94, 3.58,94)	5.02,48
8.	Bengt Qvist —58, Skövde SS (1.04,79, 2.22,34, 3.53,84)	5.03,16
9.	Ove Nylén —59, Hallsbergs SK (1.05,71, 2.29,73, 3.59,13)	5.05,12
10.	Lars Davidsson —59, Helsingborgs S (1.09,39, 2.26,10, 3.58,64)	5.05,30
11.	Anders Larsson —57, Polisens IF (1.06,14, 2.25,61, 3.55,13)	5.05,69
12.	Ulf Lindberg —57, Varbergs GIF (1.09,63, 2.29,63, 3.56,22)	5.05,73
13.	Leif Andersson —57, Södertörns SS (1.08,70, 2.29,38, 3.56,91)	5.06,08
14.	Arvo Kobli —59, LASS (1.12,23, 2.31,23, 4.00,25)	5.06,49
15.	Peter Ahlberg —59, GKKN (1.10,77, 2.32,70, 4.00,03)	5.07,78
16.	Mikael Bergström —58, Luleå SS (1.09,18, 2.30,84, 3.57,92)	5.07,87
17.	Jan-Olof Svensson —60, SK Laxen (1.08,50, 2.29,31, 3.59,50)	5.08,66
18.	Glen Christiansen —57, GKKN (1.08,99, 2.37,03, 3.57,50)	5.11,33
19.	Gunnar Stattin —59, Kramfors-Alliansen (1.08.44, 2.29,04, 4.01,53)	5.13,46
20.	Leif Simonsson —57, Uddevalla SF (1.09,38, 2.31,94, 3.59,21)	5.14,50
21.	Anders Eriksson —59, Järfälla SS (1.11.35, 2.31,94, 4.03,77)	5.14,74
22.	Karl Justh —57, S 02 (1.08,29, 2.31,77, 4.08,13) Tomas Söderström —58, Karlstads SS (Disk.)	5.18,42 5.14,62

4×100 M MEDLEY, FLICKOR

1.	Kristianstads SLS (MR DR) (Pia Zätterström 1.10,13, Ann-Sofi Roos 1.18,58 Else Gunsten 1.09,72, Suzanne Martinsson 1.00,21)	4.38,64
2.	GKKN (Ann Reinholdsson 1.12,61, Monica Andersson 1.18,09, Eva Andersson 1.07,89, Susanne Mattsson 1.02,62)	4.41,21
3.	S 02 (Pia Strandh 1.10,90, Anette Fredriksson 1.17,96, Anita Hanefors 1.10,27, Anette Olsson 1.02,35)	4.41,48
4.	Polisens IF (Diana Olsson 1.08,31, Lena Laamanen 1.24,61 Elisabeth Lyckhammar 1.10,06, Ann-Marie Petrén 1.02,93)	4.45,91
5.	Filipstads IF (Carina Ljungdahl 1.12,02, Ann-Sofi Jacobsson 1.21,15, Ann-Mari Tallberg 1.09,48, Susanne Ahlin 1.08,00)	4.50,65
6.	SK Ran (Eva-Karin Andersson 1.14,30, Marie Carlsson 1.24,37, Katarina Ivholt 1.10,23, Karin Paulsson 1.02,60)	4.51,50
7.	Umeå SS (DR) (Gunillla Lundberg 1.08,90, Ann-Charlotte Myrestam 1.25,33, Agneta Nilsson 1.14,15, Gunilla Ledin 1.04,79)	4.53,17
8.	SK Neptun (Marianne Tour 1.11,97, Anneli Larsén 1.26,50 Ylva Ottosson 1.13,12, Inga-Lill Öhman 1.05,33)	4.56,92

4×100 M FRISIM, POJKAR

1.	SolK Hellas (Jan Åstrand 58,94, Dan Larsson 54,43, Leif Andrée 57,22, Ralf Nordén 58,18)	3.48,77
2.	Skövde SS (Fredrik Weiner 55,50, Göran Jern 59,37, Stephan Wilck 57,60, Bengt Qvist 56,40)	3.48,87
3.	Malmö S (Björn Sonesson 57,73, Björn Johansson 57,76 Jan Sjöberg 59,22, Torsten Buhre 56,56)	3.51,27
4.	SK Laxen (Bo Nestor 59,37, Kent Stenbäck 1.00,76, Johan Pettersson 1.00,05, Peter Pettersson 54,14)	3.54,32
5.	Nässjö SLS (Per Fridh 58,13, Lars Ekdahl 1.00,08, P. A. Svensson 1.00,09, Gunnar Johansson 56,14)	3.54,44
6.	SK Neptun (Mikael Nyström 59,76, Ante Zachrisson 57,90 Sune Andersén 59,28, Mats Dänsel 59,46)	3.56,40
7.	Umeå SS (Mats-Åke Ohlsson 59,18, Leif Sjöblom 59,07 Knut Rasmuson 59,46, Göran Lindelöw 1.01,03)	3.58,74
	Polisens IF (Disk.)	3.48,15

FÖRSÖK

LÖRDAGEN DEN 14 SEPTEMBER 1974

400 M FRISIM, POJKAR

1.	Peter Pettersson —57, SK Laxen	(F)	4.11,85
2.	Gary Andersson —58, Norrköpings KK	(F)	4.16,08
3.	Gunnar Johansson —57, Mariestads SS	(F)	4.17,31
4.	Ulf Zachrisson —58, SK Elfsborg	(F)	4.17,89
5.	Torsten Buhre —57, Malmö S	(F)	4.18,51

6.	Göran Linday —58, Karlstads SS	(F)	4.18,70
7.	Mats Nylén —59, Hallsbergs SK	(F)	4.18,85
8.	Fredrik Weiner —57, Skövde SS	(F)	4.19,90
9.	Arvo Kobli —59, LASS Linköping		4.20,42
10.	Anders Rutqvist —68, Mariestads SS		4.20,48
11.	Göran Olandersson —59, Bjärnum SS		4.24,34
12.	Anders Olofsson —59, SK GeMa		4.25,03
13.	Mats Dänsel —57, SK Neptun		4.25,25
14.	Lars Davidsson —59, Helsingborgs SS		4.25,72
15.	Owe Lindqvist —58, Borlänge SS		4.27,93
16.	Thomas Carlstein —58, Karlstads SS		4.28,72
17.	Jan Eriksson —58, GKKN		4.29,13
18.	Leif Andersson —57, Södertörns SS		4.29,79
19.	Stefan Andersson —60, Tunafors SK		4.29,94
20.	Stefan Andersson —60, Tunafors SK		4.29,94
21.	Per-Alvar Magnusson —58, Bollnäs SK		4.30,30
22.	Esko Dahlman —59, Värnamo SS		4.30,51
23.	Lars Lindkvist —61, Bjärnum SS		4.30,99
24.	Mikael Hansson —58, Kristianstads SLS		4.31,64
25.	Jan Åstrand —57, SolK Hellas		4.35,67
26.	Karl Justh —57, S 02		4.38,13
27.	Stefan Johansson —59, SKK-Spårvägen		4.39,62
28.	Ove Kaustinen —59, Borlänge SS		4.39,91
29.	Jan Thorell —59, Polisens IF		4.40,24
30.	Jimmy Lundbeck —59, S 02		4.40,64

100 M FRISIM, FLICKOR

1.	Suzanne Martinsson —59, Kristianst. SLS	(F)	1.01.46
2.	Gunilla Lundberg —57, Umeå SS	(F)	1.01.67
3.	Diana Olsson —57, Polisens IF	(F)	1.02,28
4.	Pia Mårtensson —59, Varbergs Gif	(F)	1.02,31
5.	Åsa Johansson —58, Kristianstads SLS	(F)	1.02,47
6.	Eva Andersson —57, GKKN	(F)	1.02,59
7.	Birgitta Wiig —59, Sundsvalls SS	(F)	1.02,65
8.	Annika Ericson —57, Karlslunds IF	(F)	1.02,91
9.	Marie Nilsson —61, Ystads SS		1.03,21
10.	Ann-Marie Lennheden —57, SK Laxen		1.03,22
11.	Karin Paulsson —58, SK Ran		1.03,28
12.	Anette Fredriksson —60, S 02		1.03,30
13.	Ann Mari Petrén —58, Polisens IF		1.03,46
14.	Susanne Mattsson —60, GKKN		1.03,85
15.	Gunn-Berit Myrvoll —60, Järfälla SS		1.03,87
16.	Else Gunsten —57, Kristianstads SLS		1.03,89
17.	Gunilla Land —58, Örebro SS		1.04,06
18.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS		1.04,10
19.	Karin Bergström —59, Kalix SS		1.04,13
20.	Karin Johnsson —61, SK Laxen		1.04,31
21.	Ros-Mari Seidlitz —60, LASS Linköping		1.04,44
22.	Gunilla Werner —60, Finspångs SK		1.04,53
23.	Christina Jonsson —59, Hudiksvalls SS		1.04,61
24.	Ulla Nordström —57, Jönköpings SS		1.04,72
25.	Anita Andersson —57, SK Ägir		1.04,77
26.	Christina Holm —59, Falu SS		1.04,78
27.	Katarina Stattin —60, Sollefteå ASS		1.04,91
28.	Anette Olsson —57, S 02		1.04,96
29.	Britt Åkerlind —60, SKK-Spårvägen		1.04,99
30.	Ann-Charlotte Myrestam —60, Umeå SS		1.05,00
31.	Ann-Christine Jonsson —58, LASS Linköping		1.05,01
32.	Åsa Royne —60, Danderyds SK		1.05,05
33.	Gun Stenman —60, Kalix SS		1.05,21
34.	Birgitta Grandin —60, SolK Hellas		1.05,27
35.	Carina Ljungdahl —60, Filipstads IF		1.05,22
36.	Inga Norrbelius —58, Gävle SS		1.05,27
37.	Maria Svensson —60, Landskrona S		1.05,28
38.	Yvonne Lindqvist —59, Polisens IF		1.05,36
39.	Margareta Bolvin —57, SKK-Spårvägen		1.05,48
40.	Marie Hultstrand —58, Malmö S		1.05,56
41.	Åsa Johansson —58, GKKN		1.05,64
42.	Anette Lindvall —60, Falu SS		1.05,68
43.	Gunilla Ledin —59, Umeå SS		1.05,79
44.	Lena Cederberg —59, Hudiksvalls SS		1.05,99
45.	Eva Olsson —58, Bollnäs SK		1.06,09
46.	Karin Jakobsson —59, Harnäs-Skutskär SS		1.06,32
47.	Pia Becker —59, Malsjö SS		1.06,54
48.	Susanne Collgård —60, Karlslunds IF		1.06,56
49.	Lena Borglund —57, Karlslunds IF		1.06,66
50.	Lotta Palmér —60, SK Laxen		1.06,80
51.	Carola Johansson —59, Värnamo SS		1.07,02
52.	Lena Johansson, Ludvika SS		1.07,30

200 M BRÖSTSIM, POJKAR

1.	Ulf Dernhagen —59, Polisens IF	(F)	2.35,65
2.	Glen Christiansen —57, GKKN	(F)	2.36,23
3.	Jan Ladeborn —58, Varbergs GIF	(F)	2.36,88
4.	Leif Simonsson —57, Uddevalla SF	(F)	2.37,89
5.	Ulf Lindbergh —57, Varbergs GIF	(F)	2.39,23
6.	Per-Olof Bergkvist —57, Sundsvalls SS	(F)	2.41,12
7.	Jan Färjh —59, Polisens IF	(F)	2.42,68
8.	Anders Nylén —57, Karlskoga SS	(F)	2.43,12
9.	Tony Wallin —57, Polisens IF		2.43,76
10.	Björn Johansson —57, Malmö S		2.44,11
11.	Björn Royne —59, Danderyds SK		2.47,31
12.	Per Unander —59, Sundsvalls SS		2.47,81
13.	Göran Wahlstedt —59, Karlstads SS		2.47,91
14.	Tord Hansson —57, Bollnäs SK		2.48,08
15.	Lars Hallén —58, Harnäs-Skutskär SS		2.50,85
	Jan Frennberg —57, Växjö SS	(Disk.)	2.36,52
	Lennart Johansson —58, S 71, Hässleh.	(Disk.)	2.36,88

200 M RYGGSIM, FLICKOR

1.	Gunilla Lundberg —57, Umeå SS	(F)	2.26,60
2.	Diana Olsson —57, Polisens IF	(F)	2.27,31
3.	Pia Zätterström —57, Kristianstads SLS	(F)	2.31,91
4.	Pia Strandh —58, S 02	(F)	2.32,59
5.	Inger Larsson —60, Tunafors SK	(F)	2.33,17
6.	Gunilla Forslund —58, Upsala SS	(F)	2.33,45
7.	Marianne Tour —59, SK Neptun	(F)	2.33,62
8.	Hedda Rönnholm —58, Danderyds SK	(F)	2.34,60
9.	Annica Johansson —58, Hallsbergs SK		2.34,86
10.	Ann Reinholdsson —57, GKKN		2.35,48
11.	Katarina Stattin —60, Sollefteå ASS		2.35,52
12.	Cecilia Eklund —60, Danderyds SK		2.36,03
13.	Eva Alm —57, SKK-Spårvägen		2.36,67
14.	Helen Rekke —59, GeMa		2.38,04
15.	Anna Mesko —59, Järfälla		2.40,77
16.	Carina Askeröd —60, Skövde SS		2.40,80
17.	Tina Gustavsson —62, Norrköpings KK		2.41,29
18.	Eva-Karin Andersson —59, SK Ran		2.42,09
19.	Maria Folkeson —59, Kristianstads SLS		2.43,57

200 M FJÄRILSIM, POJKAR

1.	Peter Pettersson —57, SK Laxen	(F)	2.12,73
2.	Bengt Qvist —58, Skövde SS	(F)	2.14,70
3.	Ove Nylén —59, Hallsbergs SK	(F)	2.14,95
4.	Gunnar Johansson —57, Nässjö SLS	(F)	2.15,88
5.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK	(F)	2.16,90
6.	Tommy Lindell —59, Polisens IF	(F)	2.17,71
7.	Tommy Andersson —58, Finspångs SK	(F)	2.19,28
8.	Mats Nylén —59, Hallsbergs SK	(F)	2.19,36
9.	Jan-Olof Svensson —60, SK Laxen		2.19,45
10.	Anders Larsson —57, Polisens IF		2.19,92
11.	Gunnar Stattin —59, Kramfors-Alliansen		2.21,12
12.	Per Kersmark —57, Kristianstads SLS		2.21,23
13.	Lars Davidsson —59, Helsingborgs SS		2.21,27
14.	Boo Falkman —58, Kristinehamns SS		2.21,35
15.	Göran Olandersson —59, Bjärnum S		2.21,85
16.	Christian Syrén —58, Ystads SS		2.21,94
17.	Jan Marklund —57, Alingsås SLS		2.22,01
18.	Mats-Åke Ohlsson —58, Umeå SS		2.22,31
19.	Per-Ola Brinck —59, Jönköpings SS		2.23,05
20.	Johan Pettersson —59, SK Laxen		2.23,18
21.	Tomas Söderström —58, Karlstads SS		2.23,70
22.	Peter Ahlberg —59, GKKN		2.23,81
23.	Lennart Berggren —59, Älvsby SS		2.23,92
24.	Per Bill —58, Upsala		2.23,99
25.	Tony Sundström —57, Södertörns SS		2.24,68
26.	Björn Johansson —58, Helsingborgs SS		2.25,65
27.	Ove Eklöf —59, Danderyds SK		2.25,96
28.	Glen Christiansen —57, GKKN		2.26,03
29.	Mats Ekdahl —59, Nässjö SLS		2.27,15
30.	Tomas Eskilsson —58, Helsingborgs SS		2.28,17
31.	Lennart Andersson —57, Södertälje SS		2.29,26
32.	Lars Brodin —59, Västerås SS		2.30,04
33.	Lars Nilsson —57, Luleå SS		2.31,28
34.	Olle Eriksson —59, Sollefteå ASS		2.35,62
	Lennart Claesson —58, Värnamo SS	(Disk.)	2.27,20

200 M FJÄRILSIM, FLICKOR

1.	Katarina Ivholt —60, SK Ran	(F)	2.28,92
2.	Ann-Mari Tallberg —60, Filipstads IF	(F DR)	2.30,38
3.	Marie Ericsson —58, Jönköpings SS	(F)	2.30,80
4.	Eva Alm —57, SKK Spårvägen	(F)	2.31,23
5.	Else Gunsten —57, Kristianstads SLS	(F)	2.31,97
6.	Ingrid Walheim —61, Danderyds SK	(F)	2.32,20
7.	Diana Olsson —57, Polisens IF	(F)	2.32,29
8.	Anja Petterssen —59, Bodens BK	(F)	2.32,54
9.	Annika Ericson —57, Karlslunds IF	(DR)	2.32,68
10.	Birgitta Wiig —59, Sundsvalls SS		2.32,80
11.	Elisabeth Gustafsson —60, Skara SS		2.35,26
12.	Margareta Rutqvist —57, Mariestads SS		2.35,65
13.	Elisabeth Lyckhammar —59, Polisens IF		2.36,73
14.	Susanne Lindén —60, Bodens BK		2.37,48
15.	Irene Granath —59, Södertörns SS		2.37,62
16.	Inger Larsson —60, Tunafors SK		2.38,05
17.	Carola Johansson —59, Värnamo SS		2.38,77
18.	Yvonne Johansson —59, Kalix SS		2.39,72
19.	Ann-Marie Lennheden —57, SK Laxen		2.41,02
20.	Gunilla Svensson —58, Hallsbergs SK		2.41,39
21.	Ann Larsson —61, SKK Spårvägen		2.41,55
22.	Anette Fredriksson —60, S 02		2.41,76
23.	Lena de Val —59, Åtvidabergs SS		2.42,03
24.	Lena Ågren —58, Umeå SS		2.43,22
25.	Karin Bergström —59, Kalix SS		2.44,03
26.	Bodil Wallhoff —59, Klippans SS		2.45,66
27.	Ann-Catrin Engberg —59, Bollnäs SK		2.46,04
28.	Marie Vestberg —61, SK Ran		2.46,90

4×100 M MEDLEY, FLICKOR

1.	S 02	(F)	4.48,00
	(Pia Strand 1.13,28, Anette Fredriksson 1.18,49 Anita Hanefors 1.11,08, Anette Olsson 1.01,15)		
2.	Kristianstads SLS	(F)	4.49,26
	(Pia Zetterström 1.09,67, Ann-Sofi Roos 1.21,51 Else Gunsten 1.15,21, Suzanne Martinsson 1.02,87)		
3.	GKKN	(F)	4.49,61
	(Ann Reinholdsson 1.13,19, Monica Andersson 1.22,27, Eva Andersson 1.09,37, Åsa Johansson 1.04,78)		
4.	SK Ran	(F)	4.49,81
	(Eva-Karin Andersson 1.14,22, Marie Carlsson 1.24,15, Katarina Ivholt 1.08,68, Karin Paulsson 1.02,76)		
5.	Filipstads IF	(F)	4.50,47
	(Carina Ljungdahl 1.11,85 (DR), Ann-Sofi Jacobsson 1.21,33, Ann-Mari Tallberg 1.08,86 Susanne Ahlin 1.08,43)		
6.	Polisens IF	(F)	4.51,05
	(Diana Olsson 1.10,05, Lena Laamanen 1.25,95 Elisabeth Lyckhammar 1.11,69, Ann-Marie Petrén 1.03,36)		
7.	SK Neptun	(F)	4.53,09
	(Marianne Tour 1.12,85, Annelie Larsén 1.26,45 Ylva Ottosson 1.09,54, Ingalill Ohman 1.04,25)		
8.	Umeå SS	(F DR)	4.54,01
	(Gunilla Lundberg 1.09,43, Ann-Charlotte Myrestam 1.25,74, Agneta Nilsson 1.13,95, Gunilla Ledin 1.04,89)		
9.	Södertörns SS		4.54,53
	(Ursula Tragel 1.14,56, Gunilla Johansson 1.23,26, Cecilia Lenndahl 1.11,67, Anita Lindberg 1.05,04)		
10.	Karlslunds IF		4.55,04
	(Susanne Collgård 1.13,17, Anneli Johansson 1.27,91, Annika Ericson 1.09,43, Barbara Schroeder 1.04,53)		
11.	Danderyds SK		4.55,11
	(Hedda Rönnholm 1.13,50, Gun Andersson 1.25,69, Ingrid Walheim 1.11,85, Åsa Royne 1.04,07)		
12.	SKK Spårvägen		4.56,02
	(Eva Alm 1.13,05, Eva Gustafsson 1.23,17, Ann Larsson 1.15,29, Britt Åkerlind 1.04,51)		
13.	Hallsbergs SK		4.56,42
	(Annica Johansson 1.13,95, Kristina Jonsson 1.23,32, Gunilla Svensson 1.14,95, Marianne Nilsson 1.04,20)		
14.	Jönköpings SS, lag 1		4.56,80
	(Isa Palmberg 1.17,76, Annelie Adolfsson 1.25,97, Marie Ericsson 1.09,39, Ulla Nordström 1.03,68)		
15.	Sollefteå ASS		4.57,68
	(Katarina Stattin 1.13,11, Anna Lindberg 1.21,13 Birgit Fahlén 1.16,64, Git Carlsson 1.06,80)		
16.	Ystads SS		5.04,03
	(Susanna Svensson 1.19,72, Eva Nilsson 1.26,97, Jeanette Persson 1.13,40, Marie Nilsson 1.03,94)		
17.	Tunafors SK		5.05,31
	(Barbro Engfors 1.20,90, Ingmarie Westergren 1.25,56, Inger Larsson 1.11,98, Eva Engström 1.06,87)		
18.	SK Laxen		5.06,52
	(Anna-Karin Sjöström 1.21,11, Maria Cavalli 1.29,55, Ann-Marie Lennheden 1.13,71, Karin Jonsson 1.02,15)		
19.	Harnäs-Skutskär SS		5.12,47
	(Annika Tropp 1.17,79, Laila Lindkvist 1.26,67 Lena Andersson 1.20,26, Karin Jakobsson 1.07,75)		

4×100 M FRISIM, POJKAR

1.	SolK Hellas	(F)	3.51,09
	(Jan Åstrand 1.00,03, Dan Larsson 54,02, Leif Andrée 57,94, Ralf Nordén 59,10)		
2.	Polisens IF	(F)	3.51,36
	(Tony Wallin 58,88, Anders Larsson 57,53, Ulf Dernhagen 57,14, Tommy Lindell 57,81)		
3.	Skövde SS	(F)	3.51,92
	(Fredrik Weiner 55,28, Bengt Qvist 58,15, Stephan Wilck 58,41, Göran Jern 1.00,08)		
4.	Malmö S	(F)	3.52,18
	(Björn Sonesson 57,88, Björn Johansson 57,53 Jan Sjöberg 59,22, Torsten Buhre 57,55)		
5.	Nässjö SLS	(F)	3.54,28
	(Per Fridh 58,49, Mats Ekdahl 1.00,19, P. A. Svensson 59,59, Gunnar Johansson 56,01)		
6.	SK Laxen	(F)	3.54,66
	(Bo Nestor 59,27, Kenth Stenbäck 1.00,03 Johan Pettersson 1.00,56, Peter Pettersson 54,80)		
7.	SK Neptun	(F)	3.54,84
	(Mikael Nyström 59,71, Sune Andersén 58,66 Mats Dänsel 58,89, Ante Zackrisson 57,58)		
8.	Umeå SS	(F)	3.56,89
	(Göran Lindelöw 59,40, Leif Sjöblom 1.00,48, Knut Rasmuson 58,70, Mats-Åke Ohlsson 58,31)		
9.	SKK-Spårvägen		3.57,06
	(Hans Eriksson 59,03, Thomas Künneke 59,92) Stefan Johansson 59,81, Klas Åkerlind 58,30)		
10.	Örebro SS		3.57,73
	(Stefan Jansson 59,84, Bo Wänghammar 1.00,88 Urban Karlström 1.00,37, Mats Helgesson 56,64)		
11.	GKKN		3.58,17
	(Jan Eriksson 59,77, Tomas Karlsson 1.00,80 Peter Ahlberg 58,40, Glen Christiansen 59,20)		
12.	Kristinehamns SS		3.59,58
	(Torgny Molander 1.01,73, Boo Falkman 57,71 Jan Wall 1.02,04, Peter Wåhlberg 58,10)		
13.	Luleå SS		3.59,77
	(Mikael Bergström 1.00,68, Bert Pettersson 59,77, Tomas Kolterud 59,80, Patrick Juhlin 59,42)		
14.	Borlänge SS, lag 1		3.59,79
	(Thomas Bäck 59,12, Per Wikström, 1.04,72 Ove Kaustinen 58,36, Owe Lindkvist 57,59)		
15.	S 02		4.00,20
	(Karl Justh 58,08, Jimmy Lundbeck 1.00,08 Stefan Arvidsson 1.01,52, Hans Gimnell 58,52)		
16.	Helsingborgs SS		4.01,22
	(Lars Davidsson 1.00,83, Ralph Persson 58,91, Björn Johansson 59,74, Tomas Eskilsson 1.01,74)		
17.	Norrköpings KK		4.08,76
	(Jan Johansson 1.02,02, Per Kling 1.02,84, Martin Hansson 1.04,74, Gary Andersson 59,16)		
	Karlstads SS	(Disk.)	3.57,17

SONDAGEN DEN 15 SEPTEMBER

400 M FRISIM, FLICKOR

1.	Ros-Mari Seidlitz —60, LASS	(F)	4.38,87
2.	Pia Mårtensson —59, Varbergs GIF	(F)	4.38,90
3.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS	(F)	4.39,34
4.	Gunilla Lundberg —57, Umeå SS	(F)	4.39,92
5.	Jeanette Persson —61, Ystads SS	(F)	4.40,20
6.	Ann-Mari Jansson —59, Köpings SS	(F)	4.40,23
7.	Else Gunsten —57, Kristianstads SLS	(F)	4.40,43
8.	Marie Nilsson —61, Ystads SS	(F)	4.42,33
9.	Ann-Marie Lennheden —57, SK Laxen		4.42,42
10.	Åsa Karlsson —58, Helsingborgs SS		4.42,88
11.	Yvonne Lindqvist —59, Polisens IF		4.44,27
12.	Birgitta Appelfeldt —57, Västerås SS		4.44,31
13.	Maria Svensson —60, Landskrona S		4.44,80
14.	Ann-Christine Jonsson —58, LASS		4.46,65
15.	Åsa Johansson —58, Kristianstads SLS		4.48,41
16.	Marianne Nilsson —60, Hallsbergs SK		4.48,46
17.	Suzanne Martinsson —59, Kristianstads SLS		4.48,62
18.	Karin Bergström —59, Kalix SS		4.49,26
19.	Irja Dahlman —60, Värnamo SS		4.50,95
20.	Katarina Breitenfellner, Kristianstads SLS		4.51,01
21.	Anita Andersson —57, SK Ägir		4.52,64
22.	Ann-Marie Sahlin —58, SolK Hellas		4.52,69
23.	Anette Olsson —57, S 02		4.52,96
24.	Birgitta Grandin —60, SolK Hellas		4.53,27
25.	Marie Kärki —61, Luleå SS		4.54,24
26.	Inga Norrbelius —58, Gävle SS		4.56,48
27.	Lotta Palmér —60, SK Laxen		4.59,86
28.	Agneta Nilsson —58, Umeå SS		4.59,93
29.	Lotta Arenvall —59, Polisens IF		5.00,38
30.	Lena Cederberg —59, Hudiksvalls SS		5.00,64
31.	Tina Gustavsson —62, Norrköpings KK		5.01,50
32.	Pia Becker —59, Malsjö SS		5.02,25
33.	Annika Nilsson —60, Limhamns SS		5.07,70

100 M FRISIM, POJKAR

1.	Dan Larsson —58, SolK Hellas	(F)	55,00
2.	Fredrik Weiner —57, Skövde SS	(F)	55,08
3.	Göran Linday —58, Karlstads SS	(F)	55,23
4.	Peter Pettersson —57, SK Laxen	(F)	55,52
5.	Ulf Zachrisson —58, SK Elfsborg	(F)	57,09
6.	Mats Helgesson —58, Örebro SS	(F)	57,19
7.	Tommy Andersson —58, Finspångs SK	(F)	57,36
8.	Per Fridh —58, Nässjö SLS	(F)	57,39
9.	Lennart Berggren —59, Älvsby SS		57,44
10.	Anders Olofsson —59, SK Gema		57,52
11.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK		57,61
12.	Björn Sonesson —57, Malmö S		57,63
13.	Mats Nylén —59, Hallsbergs SK		57,69
14.	Tony Sundström —57, Södertörns SS		57,76
15.	Anders Rutqvist —58, Mariestads SS		57,81
16.	Owe Lindqvist —58, Borlänge SS		58,13
17.	Karl Justh —57, S 02		58,13
18.	Lennart Andersson —57, Södertälje SS		58,14
19.	Ante Zachrisson —58, SK Neptun		58,17
20.	Lennart Claesson —58, Värnamo SS		58,28
21.	Sören Wattman —59, ÖASS		58,30
22.	Peter Håkansson —57, SK Hajen		58,41
23.	Göran Lindelöw —59, Umeå SS		58,50
24.	Bo Nestor —58, SK Laxen		58,67
25.	Thomas Carlstein —58, Karlstads SS		58,71
26.	Göran Olandersson —59, Bjärnums SS		59,02
27.	Jan Åstrand —57, SolK Hellas	(1)	59,09
	Tomas Bäck —57, Borlänge SS	(1)	59,09
29.	Ove Kaustinen —59, Borlänge SS		59,13
30.	Peter Ahlberg —59, GKKN		59,17
31.	Per-Alvar Magnusson —58, Bollnäs SK		59,18
32.	Jan Marklund —57, Alingsås SLS		59,35
33.	Per Kersmark —57, Kristianstads SLS		59,53
34.	Glen Christiansen —57, GKKN		59,68
35.	Lars Lindkvist —61, Bjärnum SS		59,68
36.	Bo Jonsson —57, Hudiksvalls SS		59,87
37.	Mikael Damberg —59, Iggesunds IK		1.00,04
38.	Åke Nyberg —59, Timrå AIF		1.00,30
39.	Tord Hansson —57, Bollnäs SK		1.00,35
40.	Lars Dahl —58, Falu SS		1.00,40
41.	Leif Andrée —58, SolK Hellas		1.00,55

200 M BRÖSTSIM, FLICKOR

1.	Ann-Sofie Roos —59, Kristianstads SLS	(F)	2.50,46
2.	Anette Fredriksson —60, S 02	(F)	2.50,59
3.	Monica Andersson —57, GKKN	(F)	2.51,59
4.	Anna Lindberg —59, Sollefteå ASS	(F)	2.52,50
5.	Karin Lindskog —57, GKKN	(F)	2.53,69
6.	Ann-Sofi Jacobsson —58, Filipstads IF	(F)	2.54,89
7.	Anette Lindén —59, Limhamns SS	(F)	2.55,24
8.	Inger Zetterqvist —57, S 02	(F)	2.55,91
9.	Lena Johansson —59, Ludvika SS		2.55,94
10.	Åsa Haraldsson —59, Lycksele IF		2.56,46
11.	Annelie Adolfsson —61, Jönköpings SS		2.57,77
12.	Eva Gustafsson —57, SKK-Spårvägen		2.58,73
13.	Kristina Jonsson —58, Hallsbergs SK		2.59,36
14.	Kristin Harstad —59, Köpings SS		2.59,41
15.	Yvonne Carlsson —61, S 02		2.59,41
16.	Christina Svelander —58, Sundsvalls SS		2.59,54
17.	Helene Ulvar —59, Jönköpings SS		3.00,47
18.	Ing-Marie Westergren —59, Tunafors SK		3.00,82
19.	Marie Carlsson —58, SK Ran		3.01,24
20.	Anita Andersson —60, Klippans SS		3.01,81
21.	Susann Wetterström —61, S 71 Hässleholm		3.02,09
22.	Ann-Charlotte Myrestam —60, Umeå SS		3.02,15
23.	Åse Larsson —61, Kristianstads SLS		3.02,96
24.	Kristina Sjödin —60, SolK Hellas		3.03,01
25.	Carina Källkvist —61, Sollefteå ASS		3.03,38
26.	Lena Laamanen —61, Polisens IF		3.04,27
27.	Christina Björklund —60, Kristianstads SLS		3.04,79
28.	Marie Vestberg —61, SK Ran		3.04,91
29,	Berit Waara —59, Haparanda SKT		3.05,35
30.	Katarina Sjögren —59, Västerås SS		3.05,69
31.	Kerstin Lundahl —61, Hammenhögs SS		3.05,84
32.	Gunilla Lindgren —57, Alingsås SLS		3.06,04
33.	Kristina Eriksson —59, Iggesunds IK		3.06,24
34.	Maria Cavalli —60, SK Laxen		3.06,29
35.	Laila Lindkvist —59, Harnäs-Skutskär SS		3.06,30
36.	Annika Törnberg —61, Harnäs-Skutskär SS		3.06,38
37.	Lilie Ohlson —61, Norrköpings KK		3.07,16
38.	Eva Nilsson —63, Ystads SS		3.08,21
39.	Agneta Thulin —59, S 71 Hässleholm		3.08,68
	A.-Ch. Fredriksson —60, Värnamo SS	(Disk.)	3.07,73

200 M RYGGSIM, POJKAR

1.	Fredrik Weiner —57, Skövde SS	(F)	2.17,93
2.	Mikael Brandén —59, Polisens IF	(F)	2.17,96
3.	Mikael Nyström —58, SK Neptun	(F)	2.20,12
4.	Gary Andersson —58, Norrköpings SKK	(F)	2.21,40
5.	Jan Thorell —59, Polisens IF	(F)	2.21,48
6.	Boo Falkman —58, Kristinehamns SS	(F)	2.22,39
7.	Jan Ladeborn —58, Varbergs GIF	(F)	2.24,00
8.	Per Kersmark —57, Kristianstads SLS	(F)	2.26,90
9.	Ove Eklöf —59, Danderyds SK		2.27,16
10.	Knut Rasmuson —58, Umeå SS		2.27,25
11.	Roger Bergman —58, Älvsby SS		2.27,51
12.	Lennart Andersson —57, Södertälje SS		2.28,40
13.	Ingemar Waldenby —59, GKKN		2.30,21
14.	Stefan Flink —57, Borlänge SS		2.30,88
15.	Per Åberg —59, Karlstads SS		2.32,06
16.	Sören Wattman —59, ÖASS		2.32,76
17.	Dennis Bergström —60, S 02		2.32,95
18.	Roberto Jakubek —59, Nässjö SLS		2.33,65
19.	Tomas Andersson —59, Harnäs-Skutskärs SS		2.40,31

4×100 M MEDLEY, POJKAR

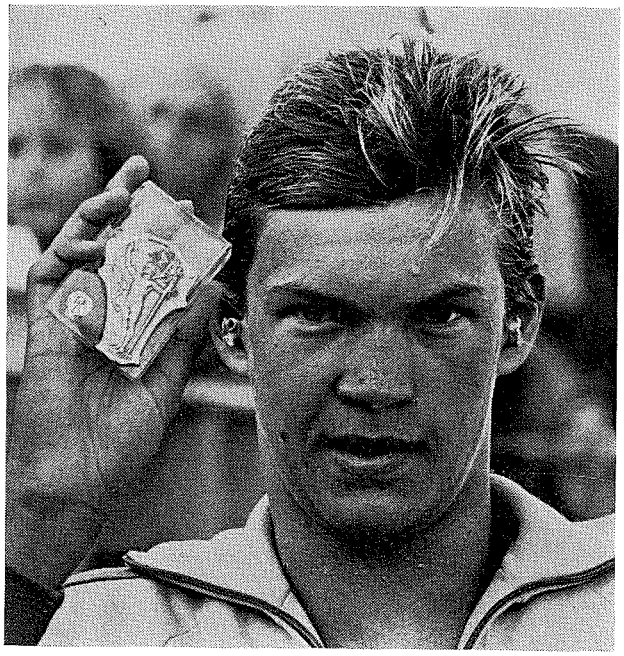
1.	Polisens IF, lag 1	(F)	4.20,91
	(Mikael Brandén 1.03,86, Ulf Dernhagen 1.14,23 Anders Larsson 1.04,51, Tony Wallin 58,31)		
2.	Umeå SS	(F DR)	4.21,81
	(Knut Rasmuson 1.07,14, Stefan Gabrielsson 1.13,79, Mats-Åke Ohlsson 1.03,69, Göran Lindelöw 57,19)		
3.	SK Neptun	(F)	4.24,90
	(Ante Zackrisson 1.05,68, Tomas Lindgren 1.15,49, Mickael Nyström 1.04,38, Sune Anderson 59,35)		
4.	Skövde SS	(F)	4.25,73
	(Fredrik Weiner 1.03,73, Stephan Wilck 1.19,73 Bengt Qvist 1.01,66, Göran Jern 1.00,61)		

5. Malmö S (F) 4.26.10
(Torsten Buhre 1.08,54, Björn Johansson 1.15,06, Thomas Brorsson 1.05,42, Björn Sonesson 57,08)
6. Polisens IF, lag 2 (F) 4.28,40
(Jan Thorell 1.06,45, Jan Färjh 1.16,13, Tommy Lindell 1.04,16, Benny Eriksson 1.01,66)
7. GKKN (F) 4.28,85
(Ingemar Waldenby 1.10,86, Glen Christiansen 1.09,67, Peter Ahlberg 1.06,19, Janne Eriksson 1.01,13)
8. Karlstads SS (F) 4.31,63
(Per Åberg 1.10,28, Göran Wahlstedt 1.18,54 Thomas Söderström 1.06,08, Göran Linday 56,73)
9. Växjö SS 4.32,36
(Magnus Johansson 1.09,74, Jan Frennberg 1.12,76, Tomas Karlsson 1.07,58, Per Stenmalm 1.02,28)
10. S 02 4.32,76
(Dennis Bergström 1.08,93, Stefan Arvidsson 1.17,03, Jimmy Lundbeck 1.08,69, Karl Just 58,11)

11. Nässjö SLS 4.37,76
(Roberto Jakubek 1.11,07, Hans Larsson 1.18,32 Mats Ekdahl 1.10,25, Per Fridh 58,12)
12. SK Laxen 4.43,09
(Johan Pettersson 1.13,70, Bo Nestor 1.23,70 Jan-Olof Svensson 1.06,30, Peter Pettersson 59,36)
Borlänge SS (Disk.) 4.32,47
Stefan Flink 1.09,25, Björn Solum 1.18,96 Tomas Bäck 1.06,40, Owe Lindqvist 57,86)

4×100 M FRISIM, FLICKOR

1. Polisens IF (F) 4.12,86
(Yvonne Lindqvist 1.05,50, Yvonne Lagerhult 1.03,08, Elisabeth Lyckhammar 1.04,95, Diana Olsson 59,33)
2. Karlslunds IF (F DR) 4.14,61
(Annica Eriksson 1.02,73, Barbara Schroeder 1.04,51, Lena Borglund 1.04,81, Susanne Collgård 1.02,56)
3. S 02 (F) 4.15,38
(Anette Olsson 1.05,52, Pia Strandh 1.04,31 (Anita Hanefors 1.03,30, Anette Fredriksson 1.02,25)
4. Kristianstads SLS (F) 4.17,36
(Åsa Johansson 1.03,85, Else Gunsten 1.03,33 Pia Zätterström 1.06,69, Suzanne Martinsson 1.03,49)
5. GKKN (F) 4.18,45
(Susanne Mattsson 1.03,81, Monica Andersson 1.05,70, Åsa Johansson 1.04,53, Eva Andersson 1.04,41)
6. SK Laxen (F DR) 4.18,65
(Ann-Marie Lennheden 1.03,38, Karin Johnsson 1.03,36, Maria Cavalli 1.06,67, Lotta Palmér 1.05.24)
7. Umeå SS (F) 4.18,76
(Ann-Charlotte Myrestam 1.05,13, Agneta Nilsson 1.05,71, Gunilla Ledin 1.06,81, Gunilla Lundberg 1.01,11)
8. Danderyds SK (F) 4.19,50
(Hedda Rönnholm 1.04,65, Annika Ekström 1.05,06, Ingrid Walheim 1.06,27, Åsa Royne 1.03,52)
9. SKK Spårvägen 4. 20,34
(Britt Åkerlind 1.04,57, Eva Alm 1.04,89, Margareta Bolvin 1.04,93, Ann Larsson 1.05,95)
10. Jönköpings SS, lag I 4.21,15
(Ulla Nordström 1.06,2, Isa Palmberg 1.04,88 Jeanette Näsślin 1.05,85, Marie Ericsson 1.04,40)
11. SK Neptun 4.21,37
(Ylva Ottosson 1.07,00, Ann-Katrin Wiman 1.05,25, Suzanne Nordvall 1.05,73, Inga-Lill Öhman 1.03,39)



Peter Pettersson tog fyra JSM-titlar på lika många starter i Umeå

12. SK Ran 4.23,04
(Katarina Ivholt 1.06,34, Marie Carlsson 1.06,58 Gunilla Jonasson 1.07,33, Karin Paulsson 1.02,79)
13. Järfälla SS 4.23,86
(Catarina Olsson 1.06,77, Anna Mesko 1.07,39 Lena Persson 1.06,86, Gunn-Berit Myrvall 1.02,84)
14. SolK Hellas 4.25,51
(Ann-Marie Sahlin 1.05,15, Birgitta Grandin 1.04,96, Christina Sjödin 1.07,49, Anna Lindström 1.07,91)
15. Sollefteå ASS 4.26,21
(Katarina Stattin 1.05,33, Anna Lindberg 1.04,80 Ingrid Hellström 1.09,01, Git Carlsson 1.07,07)
16. Hallsbergs SK 4.27,84
(Kristina Jonsson 1.06,41, Gunilla Svensson 1.09,01, Annica Johansson 1.08,90, Marianne Nilsson 1.03,52)
17. Tunafors SK 4.27,95
(Barbro Engfors 1.06,50, Eva Engström 1.08,92 (Ingmarie Westergren 1.11,10, Inger Larsson 1.02,43)
18. Filipstads IF 4.28,14
(Susanne Ahlin 1.10,32, Ann-Sofi Jacobsson 1.08,30, Ann-Mari Tallberg 1.04,45, Carina Ljungdahl 1.05,07)
19. Kalix SS 4.28,43
(Ulla Lindbäck 1.09,45, Gun Stenman 1.06,87 Yvonne Johansson 1.08,55, Karin Bergström 1.03,56)
20. Södertörns SS 4.28,46
(Anita Lindberg 1.05,63, Ursula Tragel 1.07,39 Iréne Granath 1.08,28, Karin Ernstson 1.07,16)
21. Falu SS 4.30,98
(Anette Lindvall 1.06,53, Christina Holm 1.05,22 Marie Henriksson 1.09,09, Liz Torneport 1.10,14)

22. Värnamo SS 4.32,24
(Carola Johansson 1.06,95, Ann-Charlotte Fredriksson 1.07,89, Carina Johansson 1.09,69, Irja Dahlman 1.07,71)
23. Harnäs-Skutskär SS 4.34,34
(Lena Andersson 1.08,17, Karin Jakobsson 1.06,98, Annika Törnberg 1.11,22, Laila Lindkvist 1.07,97)

Resultaten från

SUM SIM-finalerna i Växjö 28-29 sept.

FLICKOR

Klass A 14

100 M FRISIM

1.	Ylva Persson —60, Borlänge SS		1.01,08
2.	Eva-Marie Håkansson —60, Åhus SS		1.02,08
3.	Anette Fredriksson —60, S 02		1.02,12
4.	Susanne Collgård —60, Karlslunds IF	(DR)	1.02,58
5.	Jeanette Persson —61, Ystads SS		1.02,88
6.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS		1.02,89
7.	Gunn-Berit Myrvoll —60, Järfälla SS		1.03,05
8.	Gunilla Siljebäck —60, Västerås SS		1.03,33
9.	Anette Lindvall —60, Falu SS		1.03,44
10.	Marie Nilsson —61, Ystads SS		1.03,59
11.	Ros-Mari Seidlitz —60, LASS		1.04,00
12.	Katarina Stattin —60, Sollefteå ASS		1.04,52
13.	Katarina Ivholt —60, SK Ran		1.04,56
14.	Anna Rainer —61, Gävle SS		1.04,70

200 M BRÖSTSIM

1.	Anette Fredriksson —60, S 02		2.47,04
2.	Eva Marie Håkansson —60, Åhus SS		2.49,22
3.	Ann-Marie Tallberg —60, Filipstads IF	(DR)	2.50,25
4.	Jeanette Persson —61, Ystads SS		2.56,99
5.	Susann Wetterström —61, S 71, Hässleholm		2.57,11
6.	Annelie Adolfsson —61, Jönköpings SS		2.57,60
7.	Carina Elfström —60, Hudiksvalls SS	(DR)	2.58,11
8.	Gunilla Johansson —60, Södertörns SS		2.59,65
9.	Carina Algotsson —60, Växjö SS		3.00,19
10.	Lena Laamanen —61, Polisens IF		3.01,60
11.	Yvonne Carlsson —61, S 02		3.01,61
12.	Ann-Charlotte Lindmark —61, Jokkmokks SS		3.01,97
13.	Marie Vestberg —61,, SK Ran		3.04,43
14.	Christina Björklund —60, Kristianstads SLS		3.04,50

400 M MEDLEY

1.	Elisabeth Gustavson —60, Skara SS (1.12,17, 2.35,11, 4.04,02)	5.16,21
2.	Ann-Mari Tallberg —60, Filipstads IF (1.11,04, 2.38,65, 4.07.53)	5.21,31
3.	Katarina Ivholt —60, SK Ran (1.10,85, 2.35,98, 4.12,08)	5.24,20
4.	Anette Fredriksson —60, S 02 (1.16,59, 2.45,61, 4.16.00)	5.26,33
5.	Britt-Marie Olsson —60, Åhus SS (1.13,66, 2.36,44, 4.13,28)	5.26,91
6.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS (1.13,66, 2.39,81, 4.16,93)	5.28,99
7.	Jeanette Persson —61, Ystads SS	5.29,57
8.	Ingrid Walheim —61, Danderyds SK	5.32,60
9.	Carina Lundin —60, Helsingborgs SS	5.37,64
10.	Katarina Ljungkvist —60, Åhus SS	5.45,69
11.	Ann-Christin Busk —61, Sundbybergs IK	5.47,97

400 M FRISIM

1.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS	(MR)	4.34,22
2.	Marie Nilsson —61, Ystads SS		4.35,44
3.	Annette Svensson —60, Västerås SS	(DR)	4.36,06
4.	Jeanette Persson —61, Ystads SS		4.37,05
5.	Ros-Mari Seidlitz —60, LASS		4.40,42
6.	Marianne Nilsson —60, Hallsbergs SK		4.47,82
7.	Marie Svensson —60, Landskrona S		4.48,31
8.	Eva-Marie Håkansson —60, Åhus SS		4.49,47
9.	Anette Fredriksson —60, S 02		4.50,21
10.	Karin Ernstson —60, Södertörns SS		4.50,39
11.	Eva Malmquist —60, Helsingborgs SS		4.54,45
12.	Birgitta Grandin —60, SolK Hellas		4.56,64

200 M RYGGSIM

1.	Elisabeth Gustafsson —60, Skara SS	(MR)	2.32,24
2.	Inger Larsson —60, Tunafors SK		2.33,39
3.	Susanne Collgård —60, Karlslunds IF		2.35,23
4.	Cecilia Eklund —60, Danderyds SK		2.35,56
5.	Katarina Ivholt —60, SK Ran		2.35,82
6.	Carina Ljungdahl —60, Filipstads IF		2.35,89
7.	Gunilla Siljebäck —60, Västerås SS		2.36,13
8.	Britt-Marie Olsson —60, Åhus SS		2.37,09
9.	Katarina Stattin —60, Sollefteå ASS		2.37,61
10.	Carina Askeröd —60, Skövde SS		2.39,53
11.	Susanne Ackum —61, Norrtälje SK		2.39,67
12.	Carina Nilsson —61, Markaryds SS		2.39,84
13.	Magdalena Hansson —60, Ljungby-Ryssby SS		2.39,92
14.	Anette Lundström —61, SK GeMa		2.43,77

800 M FRISIM FLICKOR A—C

1.	Ros-Mari Seidlitz —60, LASS (1.08,11, 2.18,98, 3.29,25, 4.40,32, 5.51,36 7.02,94, 8.14,03)	(MR)	9.23,04
2.	Pia Ottosson —60, Mariestads SS (1.07,84, 2.19,25, 3.31,20, 4.43,07, 5.54,55 7.05,61, 8.15,57)		9.23,10
3.	Anette Svensson —60, Västerås SS (1.08,59, 2.19,79, 3.31,53, 4.42,95, 5.53,85 7.04,98, 8.15,74)	(DR)	9.24,82
4.	Jeanette Persson —61, Ystads SS (1.08,33, 2.19,92, 3.31,88, 4.43,82, 5.55,95 7.07,68, 8.18,21)		9.27,86
5.	Marie Nilsson —61, Ystads SS (1.08,06, 2.19,65, 3.31,67, 4.43,58, 5.55,86 7.08,46, 8.20,79)		9.34,55
6.	Britt-Marie Ohlsson —60, Åhus SS (1.10,00, 2.22,61, 3.36,22, 4.50,93, 6.05,38 7.20,49, 8.35,11)		9.47,77
7.	Marie Svensson —60, Landskrona SS (1.08,29, 2.20,69, 3.35,30, 4.50,61, 6.06,48 7.22,55, 8.37,61)		9.51,45
8.	Carina Lundin —60, Helsingborgs SS (1.08,65, 2.23,48, 3.39,06, 4.54,69, 6.10,53 7.26,13, 8.41,16)		9.53,57
9.	Marianne Nilsson —60, Hallsbergs SK (1.09,51, 2.23,32, 3.38,51, 4.53,70, 6.09,18 7.24,61, 8.40,17)		9.54,88
10.	Åsa Söderman —60, SK Elfsborg (1.10,51, 2.25,84, 3.41,85, 4.58,76, 6.14,92 7.31,36, 8.47,60)		10.01,74
11.	Anette Nordberg —61, Hallsbergs SK (1.11,66, 2.28,26, 3.44,38, 5.01,26, 6.17,44 7.34,67, 8.50,48)		10.04,51
12.	Irja Dahlman —60, Värnamo SS (1.10,46, 2.25,20, 3.41,56, 4.58,55, 6.15,60 7.32,96, 8.50,38)		10.06,94
13.	Birgitta Grandin —60, SolK Hellas (1.12,87, 2.30,61, 3.48,35, 5.05,58, 6.22,89 7.40,04, 8.57,25)		10.12,88
14.	Ann-Christine Jensen —61, Trollhättans SS (1.10,72, 2.26,94, 3.44,50, 5.01,40, 6.19,84 7.38,60, 8.58,24)		10.13,83

200 M FJÄRILSIM

1.	Katarina Ivholt —60, SK Ran	(MR)	2.26,08
2.	Ingrid Walheim —61, Danderyds SK		2.29,90
3.	Ann-Mari Tallberg —60, Filipstads IF		2.30,12
4.	Inger Larsson —60, Tunafors SK	(DR)	2.33,09
5.	Elisabeth Gustafsson —60, Skara SS		2.34,75
6.	Helene Backe —60, Helsingborgs SS		2.35,44
7.	Anneli Bohlin —60 Nora SS		2.41,11
8.	Marie Vestberg —61, SK Ran		2.41,24
9.	Anette Fredriksson —60, S 02		2.42,00
10.	Katarina Ljungkvist —60, Åhus SS		2.43,33
11.	Ann Larsson —61, SKK-Spårvägen		2.44,23
12.	Maria Falk —61, Västerås SS	(DR)	2.45,91
13.	Eva Malmquist —60, Helsingborgs SS		2.47,69

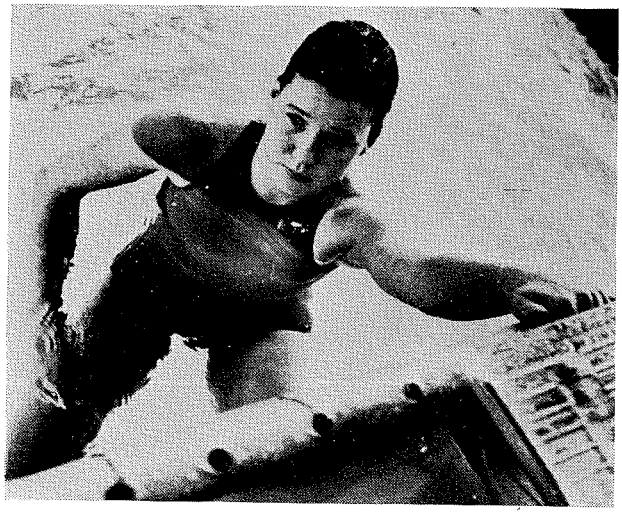
4×100 M FRISIM FLICKOR A—C

1.	Västerås Simsällskap Lag 1 (Eva Blomster 1.05,53, Marie Öijvall 1.05,40 Anette Svensson 1.05,06, Gunilla Siljebäck 1.02,78)	(DR)	4.18,77
2.	Helsingborgs Simsällskap Lag 1 (Lena Ekblom 1.06,61, Ingrid Nilsson 1.05,50 Eva Malmquist 1.05,52, Carina Lundin 1.03,79)		4.21,42

3.	Simklubben Laxen (A-S Hallenberg 1.07,08, Lotta Palmér 1.05,45 Maria Cavalli 1.06,92, Karin Jonsson 1.01,99)	4.21,44
4.	Åhus Simsällskap (Britt-Marie Ohlsson 1.03,59, Eva Andersson 1.11,23, Katarina Ljungkvist 1.06,71, Eva-Marie Håkansson 1.01,39)	4.22,92
5.	Ystads Simsällskap (Jeanette Persson 1.03,52, Ulrika Guldstrand 1.09,03, Lena Månsson 1.08,02, Marie Nilsson 1.02,69)	**4.23,26**
6.	Södertörns Simsällskap (Cecilia Lenndahl 1.08,04, Anita Lindberg 1.03,91, Susanne Nyström 1.06,77, Karin Ernstson 1.04,68)	4.23,40
7.	Karlslunds IF (Catarina Collgård 1.06,51, Annika Nylander 1.09,42, Marie Borglund 1.06,91, Susanne Collgård 1.02,78)	4.25,62
8.	Tunafors Sportklubb (Barbro Engfors 1.04,78, Anita Larsson 1.10,98 Eva Engström 1.07,57, Inger Larsson 1.03,59)	4.26,92
9.	Västerås Simsällskap Lag 2 (Maria Falk 1.07,47, Lena Cedrenius 1.07,01 Annika Juhlin 1.06,82, Ann Juhlin 1.05,90)	4.27,20
10.	Danderyds Simklubb (Cecilia Eklund 1.06,36, Lena Bertilson 1.10,37 Ingrid Walheim 1.07,07, Åsa Royne 1.03,70)	4.27,50
11.	Simklubben Ran 1 (Katarina Ivholt 1.07,11, Gunilla Jonasson 1.07,53, Carina Andersson 1.08,75, Marie Vestberg 1.05,51)	4.28,90
12.	Kristianstads Sim- o Livräddningssällskap (Astrid Jändel 1.03,38, Åse Larsson 1.07,50 Eva Berg 1.09,94, Kristina Johannesson 1.08,38	4.29,20
13.	Sollefteå Allmänna Simsällskap (Katarina Stattin 1.06,49, Carina Källkvist 1.08,47, Ingrid Hellström 1.08,84, Git Carlsson 1.05,40)	4.29,20
14.	Borlänge Simsällskap (Birgitta Larsson 1.08,84, Lena-Maja Wähätalo 1.08,24, Lena Lindqvist 1.11,92, Ylva Persson 1.00,60)	4.29,60

4×100 M MEDLEY FLICKOR A—C

1.	Åhus Simsällskap (Helen Andersson 1.17,31, Eva-Mari Håkansson 1.17,87, Katarina Ljungkvist 1.12,32, Britt-Mari Olsson 1.02,77)	4.50,27
2.	Södertörns Simsällskap (Anita Lindberg 1.15,35, Gunilla Johansson 1.23,10, Cecilia Lenndahl 1.13,38, Karin Ernstson 1.03,68)	4.55,51
3.	Filipstads IF (Carina Ljungdahl 1.12,28, Ingrid Tallberg 1.25,77, Ann-Mari Tallberg 1.09,14, Susanne Ahlin 1.08,52)	4.55,71
4.	Simklubben Ran (Barbro Nylén 1.17,13, Marie Vestberg 1.26,09 Katarina Ivholt 1.07,87, Gunilla Jonasson 1.05,31)	4.56,40
5	Västerås Simsällskap (Gunilla Siljebäck 1.12,77, Eva Blomster 1.23,52 Maria Falk 1.14,91, Marie Öijvall 1.05,30)	4.56,50
6.	Simavdelningen 1902 (Karin Appelström 1.16,13, Yvonne Carlsson 1.22,90, Anette Fredriksson 1.12,61, Catarina Linné 1.05,60)	4.57,24
7.	Karlslunds Idrottsförening (Susanne Collgård 1.12,10, Anneli Johansson 1.26,18, Lotta Engdahl 1.15,80, Catarina Collgård 1.05,27)	4.59,35
8.	Ystads Simsällskap (Susanna Svensson 1.18,17, Eva Nilsson 1.24,16 Jeanette Persson 1.13,63, Marie Nilsson 1.03,51)	4.59,47
9.	Polisens Idrottsförening (Siv Wallman 1.16,67, Lena Laamanen 1.23,58 (Yvonne Lagerhult 1.13,9, Christina Ottosson 1.08,76)	5.02,20



Britt Marie Ohlsson, slutflicka i Åhus lagkappslag, som bejublat vann slutgrenen i Växjö

10.	Simklubben Laxen (DR) (A-K Sjöström 1.18,30, Maria Cavalli 1.25,79 Ann-Sofi Hallenberg 1.17,17, Karin Jonsson 1.03,18)	5.04,44
11.	Västerås Simsällskap Lag 2 (Birgitta Frennbo 1.14,79, Yvonne Gustavsson 1.25,86, Annika Juhlin 1.17,41, Anette Svensson 1.06,90)	5.04,96
12.	Kristianstads SLS (Cecilia Hansson 1.18,35, Åse Larsson 1.24,52 Christina Björklund 1.17,95, Astrid Jändel 1.04,25)	5.05,07
13.	Helsingborgs Simsällskap (Ingrid Nilsson 1.18,57, Carina Lundin 1.28,04 Marie Petersson 1.15,85, Lena Ekblom 1.05,58)	5.08,04
	Ljungby-Ryssby Simsällskap	Disk. 3:e vändningen

Klass B 12

100 M FRISIM

1.	Lena Ekblom —62, Helsingborgs SS	(MR)	1.03,40
2.	Ingrid Nilsson —62, Helsingborgs SS		1.04,91
3.	Lena Svensson —62, Landskrona S		1.05,61
4.	Lena Byhlin —62, Avesta SS		1.05,98
5.	Helen Claesson —62, Upsala S		1.06,77
6.	Annika Juhlin —62, Västerås SS		1.06,82
7.	Tina Gustavsson —62, Norrköpings KK		1.06,84
8.	Charlotta Hjelm —62, Öjeby IF		1.06,94
9.	Pernilla Henriksson —62, Växjö SS		1.07,45
10.	Ewa Wahlquist —62, Malmö SS		1.07,58
11.	Jane Rimbléus —62, Sundbybergs IK		1.07,65
12.	Ann-Charlotte Andersson —62, Ludvika SS		1.07,92
13.	Ingrid Hellström —62, Sollefteå ASS		1.09,88
14.	Susanne Wennström —63, SK GeMa		1.11,42

200 M BRÖSTSIM

1.	Eva Nilsson —63, Ystads SS	(MR)	2.58,76
2.	Susanne Knutsson —62, Malmö S		3.00,60
3.	Ingela Havaas —62, Skövde SS		3.01,55
4.	Lilian Hallkvist —63, Nora SS		3.02.71
5.	Eva Berg —62, Kristianstads SLS		3.04,09
6.	Karin Lundh —62, Värnamo SS		3.04,27
7.	Elisabeth Wiklund —62, Karlstads SS		3.05,09
8.	Lotta Andersson —62, Nora SS		3.06,02
9.	Kristina Eriksson —62, Edsbyns SS		3.07,07
10.	Margareta Håkansson —62, Åhus SS		3.08,89
11.	Anneli Larsson —62, Karlskoga SS		3.09,61
12.	Mari Pettersson —62, Polisens IF		3.10,02
13.	Lotta Jansson —62, Polisens IF		3.10,85
14.	Marie Berggren —63, Kristianstads SLS		3.11,42

100 M FJÄRILSIM

1.	Cecilia Lenndal —62, Södertörns SS	1.12,00
2.	Marie Petersson —63, Helsingborgs SS	1.12,13
3.	Lena Byhlin —62, Avesta SS	1.12,22
4.	Lena Ekblom —62, Helsingborgs SS	1.12,60
5.	Helen Classon —62, Upsala SS	1.12.88
6.	Charlotta Hjelm —62, Öjeby IF	1.15,12
7.	Ingrid Nilsson —62, Helsingborgs SS	1.15,30
8.	Siv Wallmon —62, Polisens IF	1.15,62
9.	Anna Bergstrand —62, Västerås SS	1.16,92
10.	Susanne Wennström —63, SK GeMa	1.17,22
11.	Annika Juhlin —62, Västerås SS	1.17,62
12.	Ingela Havaas —62, Skövde SS	1.18,13
13.	Helén Abrahamsson —62, Umeå SS	1.18,21
14.	Lill Eriksson —62, Alingsås SLS	1.19,48

400 M FRISIM

1.	Lena Ekblom —62, Helsingborgs SS	4.47,31
2.	Annika Juhlin —62, Västerås SS	4.48,93
3.	Ingrid Nilsson —62, Helsingborgs SS	4.52,45
4.	Anna Bergstrand —62, Västerås SS	4.53,14
5.	Pernilla Henriksson —62, Växjö SS	4.54,27
6.	Tina Gustavsson —62, Norrköpings KK	4.54,60
7.	Cecilia Lenndahl —62, Södertörns SS	4.58,43
8.	Lena Svensson —62, Landskrona S	4.59,93
9.	Anna-Karin Matsdotter —62, Kristianstads SLS	5.00,98
10.	Maria Edh —62, Växjö SS	5.05,09
11.	Boel Johansson —62, Kristianstads SLS	5.05,23
12.	Agneta Öhman —62, Märsta SS	5.11,42
13.	Susanne Wennerström —63, SK GeMa	5.25,12

200 M MEDLEY

1.	Lena Ekblom —62, Helsingborgs SS	(MR)	2.37,98
2.	Siv Wallmon —62, Polisens IF		2.39,90
3.	Charlotta Hjelm —62, Öjeby IF		2.40,88
4.	Ingrid Nilsson —62, Helsingborgs SS		2.42,92
5.	Annika Juhlin —62, Västerås SS		2.43,02
6.	Lena Svensson —62, Landskrona S		2.43,75
7.	Pernilla Henricsson —62, Växjö SS		2.44,76
8.	Lotta Jansson —62, Polisens IF		2.45,92
9.	Marie Petersson —63, Helsingborgs SS		2.46,03
10.	Ingela Havaas —62, Skövde SS		2.47,58
11.	Agneta Öhman —62, Märsta SS		2.47,61
12.	Ann-Charlott Andersson —62, Ludvika SS		2.48,03
13.	Anna Bergstrand —62, Västerås SS		2.48,25
	Helen Classon —62, Upsala SS	Disk. fel vänd.	

200 M RYGGSIM

1.	Siv Wallmon —62, Polisens IF	2.37,80
2.	Tina Gustavsson —62, Norrköpings KK	2.37,83
3.	Ewa Wahlquist —62, Malmö S	2.38,27
4.	Lotta Jansson —62, Polisens IF	2.39,75
5.	Carola Gustafsson —62, Landskrona S	2.40,48
6.	Lena Byhlin —62, Avesta SS	2.41,87
7.	Ingrid Nilsson —62, Helsingborgs SS	2.42,31
8.	Anita Aspemo —63, SK GeMa	2.43,99
9.	Christina Strömberg —63, Växjö SS	2.44,01
10.	Caroline Brorsson —63, SS Artemis Tomelilla	2.44,24
11.	Annica Nylander —62, Karlslunds IF	2.45,28
12.	Ann-Britt Fjällström —62, Nora SS	2.46,61
13.	Marie Pettersson —63, Markaryds SS	2.47,69
	Caroline Fusco —62, Jönköpings SS	Disk. fel. vänd.

Klass C / D

100 M FRISIM

1.	Kicki Petersson —64, LASS	(DR)	1.10,97
2.	Ann Louise Arktoft —64, Södertörns SS		1.11,89
3.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS		1.11,95
4.	Ann Axelsson —64, Karlstads SS		1.12,09
5.	Ingela Sandqvist —64, Västerås SS		1.13,09
6.	Marie Gommel —64, Malungs SS		1.13,57
7.	Annika Paulsson —64, Landskrona S		1.13,91
8.	Agneta Eriksson —65, Västerås SS		1.14,68
9.	Kristina Olsson —64, Hammenhögs SS		1.14,89
10.	Irene Svensson —64, Malmö S		1.15,09
11.	Christina Lenndahl —65, Södertörns SS		1.15,80
12.	Zenita Hägglund —64, Södertörns SS		1.16,84
13.	Annelie Karlsson —64, LASS		1.17,41
14.	Liselotte Larsson —64, Klippans SS		1.18,67

400 M FRISIM

1.	Kicki Pettersson —64, LASS	(MR)	5.02,27
2.	Annika Paulson —64, Landskrona S		5.26,51
3.	Ann-Louise Arktoft —64, Södertörns SS		5.26,89
4.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS		5.28,77
5.	Ann Axelsson —64, Karlstads SS		5.29,14
6.	Marie Gommel —64, Malungs SS		5.35,19
7.	Agneta Eriksson —65, Västerås SS		5.40,31
8.	Ingela Sandqvist —64, Västerås SS		5.43,31
9.	Irene Svensson —64, Malmö S		5.43,61
10.	Camilla Gustafsson —64, Mariestads SS		5.43,75
11.	Christina Lenndahl —65, Södertörns SS		5.47,79
12.	Liselotte Larsson —64, Klippans SS		5.51,77
13.	Kristina Olsson —64, Hammenhögs SS		5.56,18

100 M BRÖSTSIM

1.	Kristina Olsson —64, Hammenhögs SS	1.31,68
2.	Nina Di Ponziano —64, Norrköpings KK	1.31,89
3.	Gunilla Jörnelind —64, Bollnäs SK	1.31,94
4.	Zenita Hägglund —64, Södertörns SS	1.34,46
5.	Ann Almkvist —64, SS Viggen, Ljungbyhed	1.34,76
6.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS	1.34,83
7.	Marie Holmgren —64, Själevads IK	1.35,42
8.	Marie Jacobsson —64, LASS	1.35,45
9.	Ingrid Lindelöv —64, Umeå SS	1.36,57
10.	Kristina Josefsson —64, Trollhättans SS	1.36,67
11.	Ingela Sandqvist —64, Västerås SS	1.37,81
12.	Sofia Kraft —65, SK Götene	1.37,94

100 M RYGGSIM

1.	Kicki Pettersson —64, LASS	1.18,98
2.	Susanne Andersson —64, Ludvika SS	1.23,43
3.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS	1.23,72
4.	Annika Paulson —64, Landskrona S	1.24,01
5.	Ann Axelsson —64, Karlstads SS	1.26,21
6.	Irene Svensson —64, Malmö S	1.27,38
7.	Camilla Gustafsson —64, Mariestads SS	1.27,63
8.	Kristina Karlsson —64, Iggesunds IK	1.27,79
9.	Karin Jönsson —64, Skara SS	1.27,88
10.	Anneli Karlsson —64, LASS	1.28,79
11.	Eva Palm —65, Karlstads SS	1.29,50
12.	Ann-Louise Arktoft —64, Södertörns SS	1.29,57
13.	Christina Bergkvist —64, Ludvika SS	1.30,48
14.	Agneta Eriksson —65, Västerås SS	1.32,26

100 M FJÄRILSIM

1.	Ann Axelsson —64, Karlstads SS	(MR)	1.17,66
2.	Eva Johansson —64, Kristianstads SLS		1.20,94
3.	Christina Lenndahl —65, Södertörns SS		1.24,81
4.	Kristina Olsson —64, Hammenhögs SS		1.25,16
5.	Annika Paulsson —64, Landskrona S		1.25,69
6.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS		1.25,89
7.	Susanne Andersson —64, Ludvika SS		1.26,24
8.	Kicki Petersson —64, LASS		1.27,35
9.	Zenita Hägglund —64, Södertörns SS		1.27,82
10.	Maria Andersson —65, Åhus SS		1.31,40
11.	Lotta Tillström —64, Jönköpings SS		1.31,55
12.	Anita Eklund —64, Klippan SS		1.31,56
13.	Christina Hansson —64, Skäret SS		1.33,89

100 M MEDLEY

1.	Kristina Olsson —64, Hammenhögs SS	1.21,45
2.	Kicki Pettersson —64, LASS	1.21,88
3.	Ann Axelsson —64, Karlstads SS	1.23,19
4.	Camilla Persson —64, Kristianstads SLS	1.23,43
5.	Eva Johansson —64, Kristianstads SLS	1.23,49
6.	Marie Gommel —64, Malungs SS	1.24,05
7.	Annika Paulson —64, Landskrona S	1.24,64
8.	Susanne Andersson —64, Ludvika SS	1.25,48
9.	Irene Svensson —64, Malmö S	1.25,84
10.	Ann-Louise Arktoft —64, Södertörns SS	1.26,16
11.	Agneta Eriksson —65, Västerås SS	1.27,01
12.	Zenita Hägglund —64, Södertörns SS	1.27,16
13.	Christina Lenndahl —65, Södertörns SS	1.27,58
14.	Christina Hansson —64, Skäret SS, Uddevalla	1.30,39

POJKAR

Klass A

100 M FRISIM

1.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK	(MR)	55,75
2.	Hans Lidén —60, IFK Lidingö		57,14
3.	Thomas Bäck —60, Gävle SS		57,91
4.	Lars Lindkvist —61, Bjärnum SS		58,08
5.	Pelle Holmertz —60, Motala SS		58,31
6.	Mats Olsson —60, Falu SS		59,27
7.	Tomas Haglund —60, Karlskoga SS		59,91
8.	Jim Johansson —60, Kiruna SS		59,92
9.	Tommy Schröder —60, Kiruna SS		1.00,08
10.	Ulf Käll —60, SK Poseidon		1.00,11
11.	Håkan Svensson —60, Västerås SS		1.00,62
12.	Tomas Eriksson —60, Västerås SS		1.01,32
13.	Stefan Gudmandsen —60, Kalmar S		1.01,59
14.	Jörgen Persson —60, S 71, Hässleholm		1.02,32

400 M FRISIM

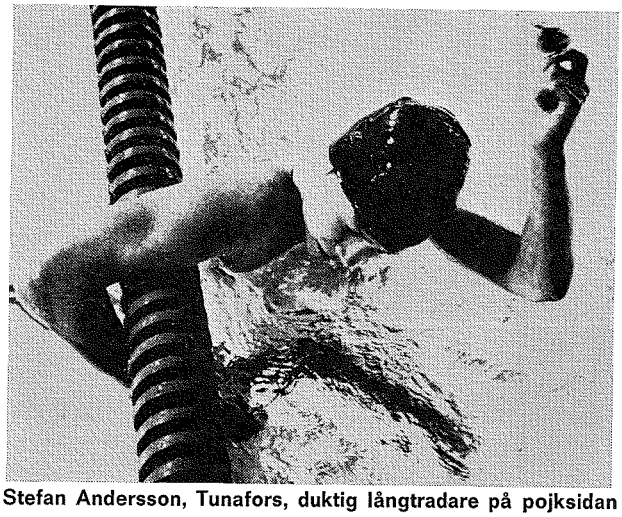
1.	Stefan Andersson —60, Tunafors SK	4.23,25
2.	Pelle Holmertz —60, Motala SS	4.24,58
3.	Thomas Bäck —60, Gävle SS	4.26,13
4.	Lars Lindkvist —61, Bjärnums SS	4.27,80
5.	Håkan Svensson —60, Västerås SS	4.28,33
6.	Jim Johansson —60, Kiruna SS	4.32,89
7.	Tomas Haglund —60, Karlskoga SS	4.32,97
8.	Jan-Olof Svensson —60, SK Laxen	4.32,98
9.	Stefan Gudmandsen —60, Kalmar S	4.33,78
10.	Hans Lidén —60, IFK Lidingö	4.36,51
11.	Björn Svensson —60, LASS	4.36,58
12.	Bo Wänghammar —60, Örebro SS	4.37,28
13.	Klas Jonsson —60, Karlslunds IF	4.42,31

1500 M FRISIM, POJKAR A—C

1.	Stefan Andersson —60, Tunafors SK	17.10,65	
	(1.05,70, 2.15,49, 3.25,79, 4.35,67, 5.44,20, 6.53,25, 8.02,80, 10.21,18, 11.31,00, 12.40,40 13.50,14, 14.57,82, 16.04,15)		9.11,67
2.	Mats Olzon —60, Falu SS	17.15,57	
	(1.05,89, 2.15,50, 3.25,62, 4.35,34, 5.44,30 6.53,05, 8.02,94, 10.21,07, 11.30,77, 12.40,89, 13.50,04, 14.58,27, 16.06,72)		9.11,72
3.	Lars Lindkvist —61, Bjärnums SS	17.45,05	
	(1.06,14, 2.15,79, 3.25,90, 4.36,04, 5.46,99 6.59,05, 8.10,66, 10.34,65, 11.46,68, 12.58,76, 14.11,17, 15.23,26, 16.35,85)		9.22,74
4.	Thomas Bäck —60 Gävle SS	17.56,47	
	(1.07,65, 2.21,04, 3.35,21, 4.48,73, 6.02,06, 7.15,12, 8.27,71, 10.52,29, 12.04,73, 13.17,42 14.28,63, 15.39,39, 16.49,85)		9.40,11
5.	Bo Wänghammar —60, Örebro SS	18.03,43	
	(1.06,62, 2.17,65, 3.30,49, 4.43,44, 5.56,53, 7.09,04, 8.22,12, 10,49,03, 12.00,83, 13.14,77, 14.27,53, 15.40,44, 16.52,30)		9.35,29
6.	Björn Hjortstad —60, SolK Hellas	18.06,21	
	(1.06,78, 2.17,40, 3.30,40, 4.44,00, 5.56,30 7.09,40, 8.23,31, 10.49,20, 12.02,80, 13.16,40, 14.28,70, 15.40,80, 16.53,90)		9.36,20
7.	Björn Svensson —60, LASS	18.23,19	
	(1.07,80, 2.19,74, 3.34,07, 4.48,29, 6.02,09, 7.15,75, 8.29,46, 10.57,59, 12.10,92, 13.25,73, 14.39,23, 15.53,69, 17.08,95)		9.43,86
8.	Göran Jern —60, Skövde SS	18.36,84	
	(1.07,11, 2.20,23, 3.34,50, 4.49,28, 6.02,90, 7.17,06, 8.31,90, 11.02,30, 12.17,47, 13.33,72, 14.49,05, 16.04,93, 17.21,15)		9.46,40
9.	Linus Harteus —60, SolK Hellas	18.46,52	
	(1.08,81, 2.23,60, 3.39,20, 4.55,72, 6.12,51, 7.27,90, 8.43,56, 11.12,74, 12.28,46, 13.45,37, 15.00,90, 16.19,40, 17.35,80)		9.58,85

200 M BRÖSTSIM

1.	Håkan Svensson —60, Västerås SS	2.38,83
2.	Thomas Lindgren —60, SK Neptun	2.39,30
3.	Jörgen Fälth —60, SK Poseidon	2.40,76
4.	Mikael Tredahl —61, Polisens IF	2.44,12
5.	Klas Johnsson —60, Karlslunds IF	2.44,16
6.	Ulf Granberg —60, Södertälje SS	2.48,68
7.	Bert-Olov Ström —61, Jokkmokk SS	2.49,11
8.	Ulf Jönsson —60, Ystads SS	2.49,33



Stefan Andersson, Tunafors, duktig långtradare på pojksidan med seger på 400 och 1.500 frisim

9.	Peter Markl —60, Järfälla SS	2.51,14
10.	Bengt Svensson —61, Nora SS	2.51,30
11.	Fredrik Eriksson —60, Öjeby IF	2.51,94
	Per Sundgren —61, Kristianstads SLS	Disk fel vänd.

200 M RYGGSIM

1.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK	2.23,88
2.	Dennis Bergström —60, S 02	2.27,03
3.	Jörgen Persson —60, S 71, Hässleholm	2.27,91
4.	Håkan Svensson —60, Västerås SS	2.29,09
5.	Mats Tillemar —61, Norrköpings KK	2.29,50
	Bengt Beringer —60, Västerås SS	2.29,50
7.	Thomas Avebäck —60, Kalmar S	2.29,58
8.	Hans Lidén —60, IFK Lidingö	2.29,83
9.	Ulf Granberg —60, Södertälje SS	2.30,81
10.	Tore Bergman —61, Kristianstads SLS	2.32,91
11.	Krister Johansson —60, Örnsköldsvik ASS	2.34,13
12.	Ulf Gunnarsson —60, SS Delfin Knislinge	2.36,22
13.	Thomas Dahl —61, GKKN	2.37,79
	Kent Jansson —60, Rönninge SS	brutit

200 M FJÄRILSIM

1.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK	(MR)	2.14,65
2.	Jan-Olof Svensson —60, SK Laxen		2.21,92
3.	Mikael Svensson —60, Kalmar S		2.26,10
4.	Håkan Svensson —60, Västerås SS		2.27,17
5.	Anders Persson —60, Helsingborgs SS		2.27,39
6.	Robert Eklöf —60, LASS		2.30,96
7.	Tomas Haglund —60, Karlskoga SS		2.31,00
8.	Klas Jonsson —60, Karlslunds IF		2.31,25
9.	Per Olof Johansson —60, Ystads SS		2.33,05
10.	Per Lindwall —61, SolK Hellas		2.34,82
11.	Urban Olsson —60, SS Viggen, Ljungbyhed		2.35,28
12.	Gunnar Persson —61, Ängelholms SS		2.36,59
13.	Mikael Karlsson —60, Danderyds SK		2.38,35
14.	Kent Warnerfelt —62, Vuollerims SK		2.41,38

400 M MEDLEY

1.	Pär Arvidsson —60, Finspångs SK	5.00,62
	(1.04,58, 2.24,08, 3.54,80)	
2.	Mats Olzon —60, Falu SS	5.03,96
	(1.09,53, 2.29,62, 3.56,87)	
3.	Håkan Svensson —60, Västerås SS	5.06,40
	(1.12,07, 2.33,47, 3.59,19)	
4.	Jan-Olof Svensson —60, SK Laxen	5.08,26
	(1.07,08, 2.27,65, 3.58,64)	
5.	Stefan Andersson —60, Tunafors SK	5.10,50
	(1.09,64, 2.30,45, 4.04,15)	
6.	Thomas Bäck —60, Gävle SS	5.12,82
	(1.09,80, 2.31,09, 4.03,01)	
7.	Robert Eklöf —60, LASS	5.19,35
8.	Mikael Svensson —60, Kalmar S	5.19,56
9.	Klas Jonsson —60, Karlslunds IF	5.23,46
10.	Tore Bergman —61, Kristianstads SLS	5.24,79

11. Björn Svensson —60, LASS 5.25,31
12. Bengt Beringer —60, Västerås SS 5.26,48
13. Fredrik Eriksson —60, Öjeby IF 5.33,59
Hans Lidén —60, IFK Lidingö Disk fel vänd.

4×100 M FRISIM POJKAR A—C

1. Västerås Simsällskap 4.04,24
(Thomas Erikson 1.01,88, Per Beringer 1.01,77 Bengt Beringer 1.01,00, Håkan Svensson 59,59)
2. Kiruna Simsällskap Lag 1 4.08,98
(Jim Johansson 1.00,21, Anders Holm 1.06,73 Håkan Fröjd 1.02,83, Tommy Schröder 59,21)
3. Simklubben Hajen 4.09,29
(Tord Hylander 1.02,33, Anders Nordbeck 1.04,20, Mikael Sundman 1.00,98, Rolf Berglund 1.01.78)
4. Kalmar Simsällskap 4.11,66
(Tomas Avebäck 1.00,73, Mikael Svensson 1.03,14, Peter Johnsson 1.06,45, Stefan Gudmundson 1.01,34)
5. Södertörns Simsällskap Lag 1 4.11,78
(Göran Tolvers 1.04,39, Bo Salomonsson 1.03,25, Tomas Erikson 1.03,35, Mikael Warstedt 1.00,79)
6. Simklubben Poseidon Lag 1 4.13,09
(Jörgen Fäldt 1.01,70, Mats Rosén 1.03,31, Peder Svensson 1.07,47, Ulf Käll 1.00,61)
7. IFK Lidingö 4.13,46
(Hans Lidén 59,54, Pål Dunér 1.01,78, Urban Lennartsson 1.10,29, Ulf Westlund 1.01,85)
8. Falu Simsällskap 4.14,86
(Thor Holmberg 1.03,50, Hans Blomkvist 1.04.00 1.04,00, Jan Åström 1.07,87, Mats Olsson 59,49)
9. Polisens Idrottsförening 4.15,64
(Jesper Krus 1.04,68, Mikael Tredahl 1.05,01, Bo Gilberg 1.04,23, Christer Sjölin 1.01,72)
10. Sim o IK Hellas 4.16,42
(Björn Hjortstad 1.03,53, Per Lindvall 1.03,63 Linus Herteus 1.04,05, Mats Johnson 1.05,20)
11. Södertälje Simsällskap Lag 1 4.16,93
(Tommy Koskekinen 1.03,85, Roger Jonson 1.08,27, Sören Anderson 1.03,77, Ulf Granberg 1.01,04)
12. Kristianstads Sim o Livräddningssällskap 4.21,70
(Tore Bergman 1.04,39, Patrik Persson 1.06,09 Tomas Olson 1.05,44, Per Larson 1.05,78)
Örebro Simsällskap Disk. överväxling, 3 växl.

4×100 M MEDLEY, POJKAR A—C

1. Västerås Simsällskao 4.37,48
(Bengt Beringer 1.11,20, Per Beringer 1.18,44 Håkan Svensson, 1.07,49, Tomas Eriksson 1.00,35)
2. Kalmar S 4.38,92
(Tomas Avebäck 1.08,88, Jan-Erik Johanson 1.22,29, Mikael Svensson 1.08,48, Stefan Gustavson 59,27)
3. Stockholms-Polisens IF 4.44,11
(Erik Axelsson 1.13,84, Mikael Tredahl 1.14,66 Kennet Eriksson 1.13,95, Christer Sjölin 1.01,66)
4. SK Hajen 4.46,01
(Mikael Sundman 1.10,73, Ulf Håkansson 1.24,15, Rolf Berglund 1.09,31, Tore Hylander 1.01,82)
5. Karlslunds IF 4.46,39
(Peter Norrmeén 1.14,01, Klas Jonsson 1.18,08 Leif Nyquist 1.12,58, John Widström 1.01,72)
6. Falu Simsällskap 4.48,31
(Jan Holmberg 1.12,53, Jan Åström 1.23,01 Mats Olzon 1.08,62, Hans Blomqvist 1.04,15)
7. Kristianstads SLS **4.50,05**
(Tore Bergman 1.18,58, Per Sundgren 1.14,07 Jan-Ove Johansson 1.12,28, Per Larsson 1.05,12)
8. Södertörns SS 4.50,87
(Peter Nyhlén 1.15,27, Bo Salomonsson 1.23,04 Gert Eriksson 1.11,43, Thomas Eriksson 1.01,13)
9. LASS Linköping 4.54,49
(Björn Svensson 1.13,80, Robert Eklöf 1.22,13 Thomas Lindgren 1.13,15, Gert Arnell 1.05,41)
10. Borlänge SS 4.34,90
(Carl Wähätalo 1.14,81. Rolf Nilsson 1.23,01 Ulf Kaustinen 1.13,78, Per Wikström 1.03,30)
11. Örebro SS 4.57,24
(Peter Eriksson 1.19,35, Raimo Huhtala 1.21,83 Jan Jansson 1.13,82, Bo Wänghammar 1.02,24)
12. Danderyds SK 4.57,44
(Björn Bodeé 1.20,02, Buster Sandgren 1.19,46 Mikael Karlsson 1.14,85, Philip v Schoultz 1.03,11)
SK Poseidon Disk. överväxling 3 växl.

Klass B

100 M FRISIM

1. Kurt Laitamaa —62, Korpilombolo GIF 1.01,89
2. Jerker Holm —62, Malmö S 1.02,72
3. Mikael Söderlund —62, Karlskrona SS 1.03,05
4. Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS 1.04,38
5. Jan Viklund —62, Växjö SS 1.04,54
6. Magnus Pettersson —62, Jönköpings SS 1.04,57
7. Björn Modeé —62, Danderyds SK 1.04,90
8. Pär Åkerlind —62, SKK-Spårvägen 1.05,90
9. Ulf Kaustinen —62, Borlänge SS 1.06,15
10. Åke Nylén, —62, Karlskoga SS 1.06,58
11. Paul Johnson —62, Upsala S 1.06,72
12. Sten Williamsson —62, Polisens IF 1.07,24
13. Ulf Eriksson —62, Kumla SS 1.07,49
14. Thomas Lejdström —62, Västerås SS 1.08,41

400 M FRISIM

1. Jerker Holm —62, Malmö S 4.40,81
2. Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS 4.41,68
3. Mikael Söderlund —62, Karlskrona SS 4.45,14
4. Björn Modeé —62, Danderyds SK 4.48,39
5. Jan Wiklund —62, Växjö SS 4.49,18
6. Kurt Laitamaa —62, Korpilombolo GIF 4.50,46
7. Magnus Petersson —62, Jönköpings SS 4.52,97
8. Pär Åkerlind —62, SKK Spårvägen 4.55,53
9. Thomas Lejdström —62, Västerås SS 4.57,97
10. Mikael Bertrand —62, Mariestads SS 5.03,28
11. Åke Nylén —62, Karlskoga SS 5.04,20
12. Age Thomasson —62, Roma IF 5.07,68
13. Sten Williamsson —62, Polisens IF 5.07,76
14. Jörgen Lindborg —63, SK Ran 5.11,49

200 M BRÖSTSIM

1. Dan Thomsson —62, Wisby SS 2.59,08
2. Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS 3.00,69
3. Stefan Jönsson —63, Kristianstads SLS 3.01,73
4. Göran Henriksson —62, Åhus SS 3.03,19
5. Mikael Backby —63, Västerås SS 3.04,06
6. Lars Carlsson —63, Wisby SS 3.05,28
7. Henrik Knape —62, S 02 3.08,11
8. Jan Sjöberg —63, SolK Hellas 3.09,49
9. Bernt Mahr —62, Fagersta SK 3.10,35
10. Mikael Bertrand —62, Mariestads SS 3.10,95
11. Erik Jalmarsson —62, Borlänge SS 3.11,32
12. Peter Söderlund —62, Skövde SS 3.11,54
13. Håkan Skog —62, Södertörns SS 3.13,19
Mikael Carlesson —62, Växjö SS Disk fel vänd.

200 M RYGGSIM

1. Mikael Söderlund —62, Karlskrona SS (MR) 2.31,77
2. Jerker Holm —62, Malmö SS 2.38,26
3. Pär Warnerfelt —62, Vuollerims SK 2.39,01
4. Thomas Lejdström —62, Västerås SS 2.40,70
5. Magnus Sjögren —62, Västerås SS 2.42,59
6. Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS 2.44,07
7. Åke Nylén —62, Karlskoga SS 2.45,78
8. Björn Modeé —62, Danderyds SK 2.45,93
9. Urban Lennartsson —62, IFK Lidingö 2.46,09
10. Jan Wiklund —62, Växjö SS 2.48,23
11. Nils Liedberg —62, Limhamns SS 2.49,42
12. Torbjörn Sjölin —63, Polisens IF 2.51,34

100 M FJÄRILSIM

1. Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS 1.11,45
2. Ulf Kaustinen —62, Borlänge SS 1.12,71
3. Pär Warnerfelt —62, Vuollerims SK 1.12,84
4. Michael Carlsson —62, Växjö SS 1.13,10
5. Micky Benscik —63, Helsingborgs SS 1.15,28
6. Age Thomasson —62, Roma IF Simsektion 1.15,63

7.	Björn Kindlund —62, Polisens IF	1.16,51
8.	Magnus von Kock —62, Örebro SS	1.17,08
9.	Bernt Mahr —62, Fagersta SS	1.17,12
10.	Lars Alm —62, SK Poseidon	1.17,56
11.	Kurt Laitamaa —62, Korpilombolo GIF	1.17,57
12.	Urban Persson —62, S 71, Hässleholm	1.18,12
13.	Sten Williamsson —62, Polisens IF	1.24,31
	Paul Johnsson —62, Upsala SS	Disk fel. vänd.

200 M MEDLEY

1.	Lars-Olof Hansson —62, Trelleborgs SS	2.37,37
2.	Jerker Holm —62, Malmö SS	2.40,30
3.	Urban Persson —62, S 71 Hässleholm	2.41,00
4.	Björn Modeé —62, Danderyds SK	2.41,31
5.	Michael Carleson —62, Växjö SS	2.41,42
6.	Kurt Laitamaa —62, Korpilombolo GIF	2.41,75
7.	Mikael Bertrand —62, Mariestads SS	2.42,25
8.	Ulf Kaustinen —62, Borlänge SS	2.42,38
9.	Dan Thomsson —62, Wisby SS	2.44,15
10.	Åke Nyhlén —62, Karlskoga SS	2.47,59
11.	Göran Henriksson —62, Åhus SS	2.49,31
12.	Ulf Ericson —62, Järfälla SS	2.49,54
	Magnus von Koch —62, Örebro SS	Disk. fel vänd.
	Paul Johnson —62, Upsala SS	Disk. fel vänd.

Klass C

100 M FRISIM

1.	Janne Svensson —64, Järfälla SS	1.09,80
2.	Henrik Stenmalm —64, Växjö SS	1.10,63
3.	Jan Andersson —64, Ludvika SS	1.10,82
4.	Thomas Svensson —64, Kalmar S	1.12,46
5.	Anders Pettersson —65, Mariestads SS	1.13,04
6.	Jonas Svensson —64, Åhus SS	1.13,17
7.	Håkan Lidén —64, Kramfors-Alliansen	1.13,29
8.	Sakarias Åkerman —64, Örbyhus SK	1.14,09
9.	Jan Larsson —64, Kristinehamns SS	1.14,32
10.	Anders Grillhammar —64, Södertörns SS	1.14,44
11.	Stefan Persson —64, Södertörns SS	1.15,00
12.	Patrik Jönsson —64, SK Ran	1.15,37
13.	Nils-Olof Jönsson —64, Kristianstads SLS	1.17,20
14.	Caspar Skog —64, Limhamns SS	1.17,34

400 M FRISIM

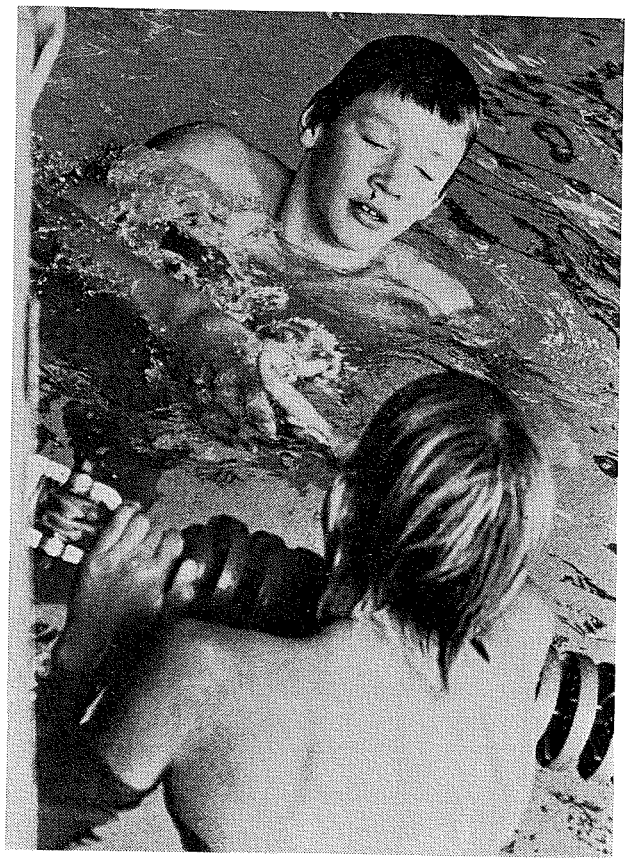
1.	Jan Andersson —64, Ludvika SS	(MR)	5.13,35
2.	Thomas Svensson —64, Kalmar S		5.13,43
3.	Janne Svensson —64, Järfälla SS		5.14,03
4.	Henrik Stenmalm —64, Växjö SS		5.22,12
5.	Westan Antonie —64, Ljungby-Ryssby SS		5.29,68
6.	Jan Larsson —64, Kristinehamns SS		5.30,85
7.	Jonas Svensson —64, Åhus SS		5.35,15
8.	Caspar Skog —64, Limhamns SS		5.35,58
9.	Björn Winberg —64, Växjö SS		5.35,98
10.	Torbjörn Johansson —65, Kristianstads SLS		5.35,98
11.	Dennis Andréasson —64, Alingås SLS		5.37,21
12.	Stefan Persson —64, Södertörns SS		5.41,73
13.	Patrik Jönsson —64, SK Ran		5.42,01
14.	Fredrik Färjh —64, Eslövs SS		5.50,58

100 M BRÖSTSIM

1.	Stefan Persson —64, Södertörns SS	(MR)	1.27,28
2.	Anders Svensson —64, Malmö S		1.28,01
3.	Anders Pettersson —65, Mariestads SS		1.29,53
4.	Johan Tholin —64, Polisens IF		1.32,59
5.	Johan Lundström —64, Norrköpings KK		1.32,82
6.	Per Nord —64, Hörnefors IF		1.33,80
7.	Dennis Andréasson —64, Alingsås SLS		1.34,42
8.	Jan Andersson —64, Ludvika SS		1.34,55
9.	Jörgen Bengtsson —64, SK Poseidon		1.34,67
10.	Henrik Stenmalm —64, Växjö SS		1.35,60
11.	Johan Andersen —64, Hudiksvalls SS		1.35,71
12.	Sakarias Åkerman —64, Örbyhus SK		1.35,89
13.	Lars Olsson —64, Sundsvalls SS		1.41,42
	Magnus Persson —64, Limhamns SS	Disk. fel vänd.	

100 M RYGGSIM

1.	Tomas Svensson —64, Kalmar S	1.21,50
2.	Anders Grillhamar —64, Södertörns SS	1.25,35
3.	Janne Svensson —64, Järfälla SS	1.25,37
4.	Torbjörn Johansson —65, Kristianstads SLS	1.25,60
5.	Jonas Svensson —64, Åhus SS	1.25,76
6.	Sakarias Åkerman —64, Örbyhus SK	1.26,55
7.	Tomas Johansson —64, Roma IF	1.27,03



Lars-Olof Andersson (överst) gratuleras av Växjös Mikael Karlsson till segern i fjärilsim

8.	Per Svärd —65, Skellefteå Rönnskär	1.27,29
9.	Per-Henrik Forsberg —64, S 02	1.27,45
10.	Jörgen Lundberg —64, Skövde SS	1.28,74
11.	Peo Nord —64, Hörnefors IF	1.28,79
12.	Nicklas Aronsson —64, SS Viggen	1.29,23
13.	Jan Andersson —64, Ludvika SS	1.30,33
14.	Jan Larsson —64, Kristinehamns SS	1.31,11

100 M FJÄRILSIM

1.	Janne Svensson —64, Järfälla SS	1.17,56
2.	Thomas Svensson —64, Kalmar S	1.18.55
3.	Jonas Svensson —64, Åhus SS	1.23,82
4.	Anders Svensson —64, Malmö S	1.24,22
5.	Patrik Jönsson —64, SK Ran	1.24,33
6.	Karl-Erik Elias —64, LASS	1.28,25
7.	Fredrik Engdahl —64, Örebro SS	1.30,64
8.	David Jonsson —65, Uppsala SS	1.31,40
9.	Jan Andersson —64, Ludvika SS	1.31,90
10.	Henrik Stenmalm —64, Växjö SS	1.32,31
11.	Torbjörn Johansson —65, Kristianstads SLS	1.32,46
12.	Rudi Mölling —65, Nässjö SLS	1.32,54
13.	Leif Svensson —64, Klippan SS	1.38,63
	Niclas Norman —64, Fagersta SK	Disk. fel vänd.

100 M MEDLEY

1.	Janne Svensson —64, Järfälla SS	1.20,80
2.	Jan Andersson —64, Ludvika SS	1.22,29
3.	Thomas Svensson —64, Kalmar	1.23,18
4.	Henrik Stenmalm —64, Växjö SS	1.23,88
5.	Stefan Persson —64, Södertörns SS	1.24,36
6.	Håkan Lidén —64, Kramfors-Alliansen	1.25,18
7.	Per-Henrik Forsberg —64, S 02	1.25,62
8.	Anders Pettersson —65, Mariestads SS	1.25,81
9.	Torbjörn Johansson —65, Kristianstads SLS	1.26,29
10.	Sakarias Åkerman —64, Örbyhus SK	1.27,36
11.	Nils-Olof Jönsson —64, Kristianstads SLS	1.27,60
12.	Anders Svensson —64, Malmö S	1.27,69
13.	Patrik Jönsson —64, SK Ran	1.28,93
14.	Magnus Persson —64, Limhamns SS	1.29,77

NYTT om NAMN

BLIR SPANJORSKA

Birgit Karlsson, som började som sekreterare till **Olle Kylborn** på förbundskansliet i september, gjorde en kort karriär hos oss. Inom kort bryter Birgit upp för att i stället jobba som motionsledare för en svensk resebyrå i Spanien. Birgit, som också är simtränare i Solna SS, tycker att den biten av idrott är roligare och mer givande än pappersslöjden på förbundskanslier. Till Simförbundet kom Birgit från Svenska Friidrotts-förbundet, där hon också jobbade som sekreterare.

EN FÖRLORAD LAX

Gay Ljungberg, tränare i Laxen, Halmstad, medlem i STR (simtekniska rådet) observatör vid Wien-EM m m. har gått åstad och gift sig. Den 4 oktober klämtade klockorna för Gay och hans **Birgitta** (eller om det nu var hos borgmästaren, man tog sig en klämtare . . .) — i varje fall hade Gay och Birgitta länge övervägt det drastiska steget, men det fanns inga lediga dagar i Gays sim-almancka förrän den 4 oktober.

NY UTBILDARE

Förbundsstyrelsen har nu äntligen utsett ny utbildningskonsulent efter **Roger Taflin,** som slutade redan 31 augusti. Valet föll på Curt Broquist, som inträder i tjänst i slutet av oktober.

Vi återkommer med utförligare presentation av vår nye konsulent i nästa nummer.

VANN FÄRG-TV

Den tredje och sista färg-TV:n i simborgarlotteriet har funnit sin ägare — den gick till **Solvig Almgren,** Örebro. Trots den dåliga sommaren har under 1974 128.297 lottsedlar inkommit, vilket är en ökning med 7.261 jämfört med 1973. Ökningen tillskriver simfrämjardirektör **Henry Runströmer** de attraktiva vinsterna — tre färg-TV-apparater har utlottats i sommar.

Däremot torde det bli avsevärt färre sålda simborgarmärken i år — Runströmers prognos för 1974 visar f n 175.000 sålda märken, vilket skulle innebära en nedgång med ca 40.000 jämfört med 1973, som ju dock var en alldeles strålande märkessommar.

YNGST HITTILLS

Den 13-åriga egyptiskan **Abla Khairi** är den hittills yngsta, som krossat Engelska kanalen. Hon behövde tolv och en halv timme för trippen, som företogs i tämligen kraftig sjögång. Dessförinnan var amerikanskan **Leonore Modell,** 14, yngst över Kanalen, som hon simmade på lite över 15 timmar.

NY SIMKOMMITTÉ

Bernt Porsander har nu tagit över som bas i simkommittén efter **Sture Kronman,** som i god tid signalerat sin avgång efter Wien-EM. I den nya simkommittén ingår **Roger Taflin** (utbildningsansvarig), **Olle Kylborn** (som håller i ungdomsdelen, **Sven von Holst** (ansvarig för internationella kontakter, vissa ekonomiska frågor samt delansvarig för u-landslaget). Dessutom ingår från Tränarerådet **Bernt Nilsson** och **Ronnie Paleski,** tränare för A-landslaget) samt **Tommy Malmsten** (tränare för u-landslaget). Dessutom skall ingå A-lagets kapten, som skall väljas under jullägret. Ordförande Bernt är ansvarig för ekonomin med von Holst som biträde och biträder von Holst i fråga om de int. kontakterna.

FASSNACHT TRÄNARE

Det är möjligt, att vi snart träffar på **Hans Fassnacht** igen i tysk simning — i så fall som förbundstränare. Fassnacht, som höll v-rekordet på 200 fjärilsim — har ännu europanoteringen — var ju **Gunnar Larssons** svåraste konkurrent i Barcelona-EM. Hans får inom kort en förfrågan från västtyske Schwimmwarten **Hermann Henze,** om han vill hjälpa till i västtysk simning. Henze säger, att han gärna kan tänka sig Fassnacht som Bundestrainer ihop med **Horst Planert** och **Bouws.** Fassnacht, 23 år gammal, studerar sen sex år tillbaka i USA (Long Beach) förklarar, att han är intresserad och beredd uppta förhandlingar, när han kommer hem till Mannheim under jullovet.

SIMMAR BÄTTRE!

Vår landslagskapten **Sven von Holst** tillhörde de många, som en höstsöndag i början av oktober kutade Lidingöloppet. Kapten von Holst kom i mål som nr 1499 på tiden 2.22,11. I sällskap hade han **Glen Bengtsson,** som använde samma tid men fick en placering sämre i mål, alltså nr 1.500. Segraren **Rolf Hesselvall** behövde 1.42,00 för sitt lopp. I damklassen, där det var färre antal startande, löpte **Anita Zarnowiecki** i mål som 83:e dam på 1.24,15. Manliga hurtbullar löper 30 km, damerna bara 16 km, därav skillnaden på tiderna.

DET BLIR BLÅTT

Det noteras att Simsport-red. **Frille** strängat sin lyra och i sin dagliga tidning framträtt med ett poem om Malmö FF. Det kan f ö noteras, att Simsport nästa år förmodligen kommer att gå i blått efter att ha varit röd, grön och polis-orange. Ta det gärna som en senkommen hyllning till MÄSTARNA — däremot lär vi inte kunna tillmötesgå polokometerna **Lars** och **Thomas Fjärrstad** med en enligt deras mening lämplig färg på omslaget — dom är ju AIK-fantaster, stackarna!

NY ANSVARIG

Föreliggande nummer är det sista, som Simsport-red. **Frille Sjö** ansvarar för. Styrelsen har utsett GS **ÅKe Elmsäter** att i fortsättningen fungera som ansvarig utgivare för Simsport, ett åliggande som ingår i GS' ordinarie åliggande. Däremot fortsätter Frille som tidigare att fungera som redaktör för Simsport.

EM-KOMMITTERADE

Sverige skall som bekant stå som värd för nästa EM i simning, simhopp, polo och konstsim — det blir Jönköping som arrangerar 1977. Simförbundet har utsett en EM-kommitté, bestående av **Gunnar Werner, Sture Kronman, Olle Strömberg** samt gen.sekr. **Åke Elmsäter,** som från simförbundets sida skall jobba med EM, som givetvis är den största satsning och åtagande, som simförbundet gjort i modern tid.

KANSLI-LÅNGHELG

Förbundskansliet har bett NoN meddela, att man tar långhelg till jul i år. Man stänger den 20 december (fredag) och återupptar inte verksamheten förrän den 2 januari 1975.

Från kanslifronten noteras vidare bl a: . . . att vår storsimmerska, **Diana Olsson** under oktober hoppat in som deltidsarbeterska på försäljningen och . . . att kamreren **Bo-Göran Falk** efter Växjö lämnat bäravdelningen (vinbärs) och gått över till det för en ekonom mera lämpade Kronvodka.

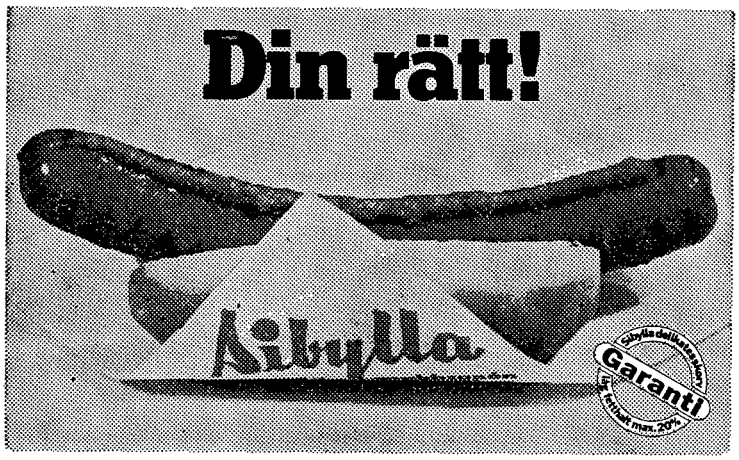
Slutligen...

. . . får vi från Umeå och vår deporterade förre utbildningsminister **Roger Taflin** den här sanna historien ur simmarlivet:

Vår nye SK-ordf. **Bernt Porsander** skulle radiointervjuas vid JSM. Före intervjun frågade radioreportern **Erik Svensson,** som är kassör i Västerbottens Simförbund och ordförande i Västerbottens idrottsförbund, vad intervjuoffret egentligen hette. Erik ville förtydliga Bernts något ovanliga efternamn, betonade första stavelsen och sade P-O-R-sander.

Varpå reportern något tveksamt undrade:

— Heter han verkligen Porr i förnamn???





Det är många som kör VW K70.
Orvar Bergmark bl.a!

Nya Volkswagen K 70 LS har 100 hk DIN motor, därför accelerar den snabbare. Hög komfort, Europas största bagageutrymme i den bilklassen.
Provkör den! Välkommen!

SCANIA BILAR
Österängsgatan 2, Örebro
Tel 019/12 48 00

Örebro läns Försäkringsbolag

fullständigt försäkringsskydd för Hem, Villa, Fastighet, Företag, Fritidshus, Bil och Båt

HUVUDKONTOR:
Drottninggatan 6, 702 10 ÖREBRO — Tel. 019-14 03 50

UTGIVARKORSBAND
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Box 6506
113 83 Stockholm



MELLERSTA SKÅNES HORBY CIVILTRYCKERI AB
1974

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET



K:s pologarde, svenska mästare i år igen men utslaget i Europacupen efter en hedersam in-
. Övre raden fr v: Pelle Karlsson, Tommy Danielsson och Björn Branelius (lagledare). Andra
en: Lasse Englund, Tor Westerberg, Lasse Engström och Bert Svensson. Tredje raden: Bo Jutner,
Karlsson, Thomas Fjärrstad. Nedre raden: Mats Jutner, Robert Hernadi och Lars Fjärrstad (trä-
nare och lagkapten)

Ledare:
Därför är Simförbundet med i AB Förbundsbingo

U-landskamp:
Ovanan vid lång bana medförde utklassning

Bra konferens:
Ledarnas debattglädje förryckte tidsschemat

Konstsim:
Västtyskland vann med 0,06 poäng i Nässjö

Europacupen:
För få jämna matcher i serien SKK:s fall

Nya regler:
Jugoslavien föreslår tvådomaresystem i polo

11 NOVEMBER 1974 — ÅRGÅNG 29