UTGIVARKORSBAND
Simsport, Sveavägen 29
Stockholm

Älmhult
Månd-torsd 11-18
Fred 11-20
Lörd 9-18

Stockholm
Månd-fred 11-20
Lörd 9-18

IKEA IKEA

Sundsvall
Månd-fred 11-20
Lörd 9-18

Malmö
Månd-fred 11-20
Lörd 9-18

IKEA IKEA

BOSTRÖMS
Inrednings & Kylindustri AB
BIKAB
ÄLMHULT
Telefon 0476/117 65, 117 66

Barinredningar
i ädelträ och rostfritt
Självmatande Läskedrycksfack
Restaurangmöbler

Välkommen!

VARUHUSET
FÖR HELA FAMILJEN

DOMUS
KRISTIANSTAD

Stenström & Bartelson, Boktr. AB, Malmö 1968

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



2 FEBRUARI 1968 — ÅRGÅNG 23

AB BJÄRNUMS
MÖBELFABRIKER

BJÄRNUM

Telefon 0451/200 15

Tillverkare av Kvalitetsmöbler

Specialité:

Stapelbara Stolar

Till Öland

Revsudden — Stora Rör

Kortaste och snabbaste vägen över

Kalmarsund

Platsbeställning och upplysningar per telefon

(Stora Rör) Öland 0485/550 04, 551 59, 550 94

REDERI AB
ÖLANDSSUND

Pa FÄRJESTADEN

Hotell & Pensionat
PARADISET

BORGHOLM

Rekommenderar sitt erkänt förstklassiga

kök samt sin trädgårdsservering

Hembakat Bröd

Stort sällskapsrum

Telefon 101 00

ETIKETTER SOM MÄRKS!!

- Uppmärksammas ER etikett?
- Är etiketten attraktiv — säljfrämjande?
- Kompletterar etiketten varan och höjer säljvärdet?
- Innehåller etiketten fakta och upplysningar, som stödjer detaljistens försäljning?
- Håller etiketten "måttet" i produktions- och lagerhanteringen?

För oss är detta grundförutsättningar vid uppläggning av rationell varumärkning.
Förtroende och samarbete har varit nyckeln till den framgång, som gjort att vi i dag kan erbjuda våra kunder en modern grafisk industri, rustad för ett komplett program av etiketter och övrigt reklamtryck i bok- och offset.

För applicering och tilltryck (märkning) av etiketter ha vi ett fullständigt maskinprogram.

SVEA BAND AB

BOKTRYCK • ETIKETTER • MÄRKMASKINER

LINKÖPING - TEL. 013/10 22 20

FÖRSÄLJNINGSKONTOR:
STOCKHOLM 08/62 73 44 GÖTEBORG 031/42 40 85 BORÅS 033/12 50 62 ÖREBRO 019/12 62 74

SIMSPORT

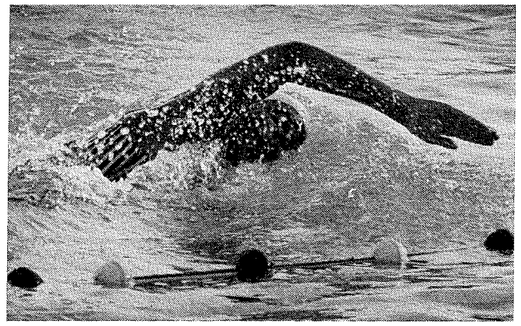
MEDDELANDE FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
SVEAVÄGEN 29 - STOCKHOLM
POSTGIRO: 55 37 02

Nr 2 — 1968 — Årgång 23

Redaktör och ansvarig utgivare:
STIG LINDAHL

Telefon
REDAKTÖREN 10 61 92
KUNGÖRELSE 10 63 92

Prenumerationspris: kr. 20: —
I utlandet kr. 25: — för helår



Simhallar - Ungdomsgårdar

Under en följd av år har Svenska Simförbundet satsat mycket hårt på ökad simaktivitet vilket resulterat i stora framgångar och ökade ungdomskadrar. Det har kunnat ske tack vara tillkomsten av en mängd inomhushallar och tempererade utebassänger. En bidragande orsak är säkerligen också alla TV-sändningar, som bland annat väckt och skapat ett allt mer tilltagande allmänt simintresse samtidigt som de givit en ökad kunskap om simningen. Den har på så sätt trängt in i hem och orter där simningen tidigare varit en i det närmaste okänd sport. Men simhallar och utebassänger har skapat grundförutsättningen för regelbundet simutövande och träning. Det är ändå ej tillfyllest med enbart bassänger; det fordras kunnigt och intresserat folk som svarar för handledning och instruktion.

Simförbundet har sedan många år tillbaka haft goda medhjälpare i intresserad badpersonal och många har framträtt som instruktörer av toppklass. Detta har kunnat ske där de kommunala myndigheterna haft förståelse för det omfattande ungdomsarbete, som egentligen simningen är när arbetet drivs rationellt. Många av vårt lands simhallar har blivit verkliga *ungdomsgårdar* med omfattande verksamhet. Av någon oredovisad anledning tycks ungdomen i allt större utsträckning dras till simhallarna. Det är säkerligen ej med tanke på att bli någon mästare utan det är tydligen i första hand glädjen över att fritt tumla om i vattnet. När så intresserade ungdomar kanaliseras in på träningsbanan under organiserade former blir intresset och lusten för simningen allt större. Tillfredsställelsen blir större med ökad kunskap och färdighet. I detta ungdomsarbete har många badmästare åstadkommit ett utomordentligt arbete, trots att de i det närmaste är helt oavlönade för sitt merarbete. Ungdomsarbetet i en simhall kan jämföras med vilket annat av kommunala myndigheter betalt arbete med ungdom i fråga om fritidssysselsättning.

Här kommer man in på det aktuella problemet. Simförbundet har via klubbar och intresserad badpersonal skapat och drivit fram en lokal ungdomsverksamhet vilken egentligen skulle ligga på de lokala myndigheterna. Simningens framgångar bland annat har samlat de nuvarande stora ungdomskadrarna i landets simhallar. Vi bör vara medvetna om att endast ett mycket litet fåtal simmande och tränande ungdomar blir elitsimmare. Det är ytterst få som fullföljer en 8—10 års regelbunden träning. Det är den delen Simförbundet egentligen skulle satsa på. Men för ett brett underlag måste förbundet och klubbarna arbeta med en mängd ungdomar. De allra flesta tycker enbart att det är roligt att simma och denna del bör betraktas som varje annan form av fritidsverksamhet. Många kommuner har insett detta värdefulla arbete och understödjer simsporten på alla tänkbara sätt. Men det är ofrånkomligt mycket beklämmande att det år 1968 finns kommuner och badförvaltningar som ser negativt på simverksamheten i simhallar. Ja, rent av lägger hinder ivägen för rationellt ungdomsarbete i form av simning. Våra simhallar har ju byggts för allmänna bad och simsporten. Vi skall i rättvisans namn vara medvetna om att kommunerna gjort stora investeringar i byggandet av badanläggningar och samtidigt åtagit sig stora kostnader för driften. Men därmed är inte nog. Det måste även finnas folk som leder ungdomsarbetet och det är minst lika viktigt som byggandet av stora flotta miljonanläggningar.

Det råder på vissa håll en uppfattning att organiserad simverksamhet skulle vara störande för de allmänna baden. Men inget kan vara mer felaktigt. Skrivaren av denna artikel har varit verksam inom badförvaltning och som simledare/tränare under

OMSLAGSBILDEN
Från förbundets fjälläger i Ljusnedal. Berit Larsson som skidåkerska.

EH

Tävlings-PROGRAMMET

Mars

1—3	Bremen	Internationella tävlingar. Simning.
6—7	Prag	Internationella tävlingar. Simning.
10	Regioner	SUM-SIM-lagkapp kval.
16—20	Minsk	Int. simtävling. (15 pers.).
22		SM i vattenpolo sista omgång div. I o. II.
23—24	Milano	Int. simtävling damer.
23—24	Östberlin	Internationella simtävlingar. Ungdom. födda 1954 el. senare. (6 pers.).
24		SUM-SIM-lagkapper final.
29—31	Stockholm	Inomhus-SM i hopp.
30—31		Kvalturnering till inomhusserien div. I 1968—69.
30—31	Kiruna	Kalottkampen i simning, Sverige—Norge—Finland.
31	Södertälje	Kringelsimmet. Nat.

30 år. Under denna tid har kunnat konstaterats, att stor simaktivitet oftast skapar ökat intresse för badanläggningen. Många föräldrar och övriga intresserade lockas till simhallen för att se på och ta del av ungdomarnas verksamhet. Det går ej att argumentera mot simverksamheten som genomförs organiserad och under ledning.

När nu Simförbundet under en följd av år skapat ett allmänt intresse för simningen måste kommunerna i allt större utsträckning träda in och bistå verksamheten. Det kan ske genom ekonomiskt stöd men det är ej tillräckligt. Badförvaltningarna och kommunerna måste bland annat ge sitt moraliska stöd åt badpersonalen i arbetet med simningen. Det måste skapas möjligheter för intresserad badpersonal att få åtaga sig uppgiften att verka som ungdomsledare och instruktörer. Med bl.a. dessa åtgärder kan simanläggningarna bli ännu bättre *ungdomsgårdar*.

Det finns redan på några få orter heltidsanställda simtränare, men i många fall är underlaget för litet. Man har då gått på linjen att kombinera tjänstgöringen i simhallen med tränarjobb. Kunde detta genomföras i allt större utsträckning skulle säkerligen simaktiviteten mångdubblas. Det senare är en tills vidare mycket lycklig kombination och erfarenheten talar för att simhallarna på intet sätt blir sämre skötta. Uppdrag av denna art stimulerar den anställda personalen i sitt arbete. Det är därför ett varmt önskemål att den negativa synen på simträningen i många simhallar förbytts till en positiv inställning i betraktande av ökad ungdomsverksamhet. Detta inte bara till simningens fromma utan som ett led i en aktivare ungdomsgiv.

Kalle "Badis" Andersson

April

6—7	Halmstad	Inomhus-SM. Simning.
8—19	Stockholm	Sammandragning för 6-nationslaget och övriga OS-kandidater.
16—17	Holland	Ungdomslandskamp Holland—Sverige (—53 och senare).
20—21	Stockholm	6-nationerstävlingen.
22	Hemort	Rikstävlingen i simhopp. Deltävling III.
27—28	Bonn	Tyska öppna mästerskapen i simning.
27	Västerås	Arosdoppet.

Maj

11—12	Gävle	SUM-hopp. Final.
18—19	Rostock	Internationella tävlingar. Simhopp. (4 pers.).
20—27	Västerås m. fl.	Sverige—Sovjet i vattenpolo.
22—23	Bratislava	Internationella simtävlingar. (3 pers.).

Juni

2—3	Norge	Nordisk ungdomslandskamp i simhopp.
3—9	Milano	Kvalturnering för OS i polo.
15—16	Ronneby	Brunnsspelen.
12—16	Budapest	Vattenpoloturnering. Sovjet — Sverige — Jugoslavien — Ungern — Rumänien.
15—16	Östberlin	Internationella simtävlingar. (5 pers.).
16—22	Stockholm	Träningsläger för juniorer. Simhopp.
22—23	Wolfen	Internationella simtävlingar. (5 pers.).
28—29	Rom	Sju kullars trofé.
29—30	Innsbruck	Simtävling (3 pers.).

Juli

2—3	Oslo	Junior-NM. Simning och hopp.
14	Vansbro	Simmarnas Vasalopp.
27—28	Sverige	Nordisk Cup. Senior. Simhopp.
30—3/8	Jönköping	Utomhus-SM. Simning och hopp.

Augusti

14—15	München	Västtyskland — Sverige. Simning, hopp och polo.
17—18	Warszawa	Landskamp i hopp. Polen — Sverige— Österrike — Italien.
23—25	Frankrike	Landskamp i simning. Frankrike — Sverige — Rumänien.
30—1/9	Stockholm	Sverige—Finland. Simning och hopp.

September

28—29	Kristinehamn	Skol-SM.

Oktober

12—13	SUM-SIM	Regionsfinalerna.
17—26		OS-Mexico. (Poloturneringen börjar 14/10).

November

2—3	Gävle	Riksfinalen i SUM-SIM.
16—17	Halberstadt	Ungdomslandskamp Östtyskland—Sverige (30 pers.). (1954 och yngre).

INOMHUS-DM: Mars: 1—3 Örebro (Närke). 2—3 Värnamo (Småland). 9 Köping (Västmanland). 12—13 Stockholm. 16—17 Hälsingborg (Skåne). 16—17 Eskilstuna (Sörmland).

ÅRSBERÄTTELSEN

Styrelsen för Svenska Simförbundet får härmed avgiva sin berättelse över verksamheten och förvaltningen arbetsåret 1967 d.v.s. kalenderåret 1967. Verksamheten har kontinuerligt redovisats i förbundsorganet Simsport (nr 1 t.o.m. 12 B), varför denna berättelse är att betrakta som ett sammandrag och komplement till tidigare meddelanden.

ÅRSMÖTET 1967

Svenska Simförbundets 62:a årsmöte hölls lördagen den 15 april å Hotell Gillet, Brunkebergstorg 13—15, Stockholm. Av de 23 distrikten var samtliga representerade liksom också Skolidrottsförbundet och de fem bästa föreningarna Stockholmspolisen, SK Neptun, Stockholms KK, Bromma SS och Upsala S. Som ombud för dessa närvar 45 ombud med tillsammans 57 röster.

Förbundsordföranden Lars Schött hälsade de närvarande välkomna och vände sig därvid främst till Riksidrottsförbundets representant Bertil Nordenfelt. Därefter gav ordföranden en kort återblick på det gångna verksamhetsåret, som ur sportslig synpunkt framhölls som ett bra år och ekonomiskt mycket gott med tanke på den rekordartade märkesförsäljningen.

Därefter följde utdelandet av förbundets högsta utmärkelse, förtjänstmedaljen i guld, till Nils-Erik Paulson för mångårigt synnerligen förtjänstfullt arbete inom såväl förbundsstyrelsen, som sitt distriktsförbund Närkes Simförbund.

Förbundets hedersordförande Bertil Sällfors erhöll en inteckning i Bruce Hoppings Trophy, uppställd i Eriksdalsbadet, för sina stora insatser inom den internationella simningen bl.a. tävlingsledare sedan 1956 i samtliga OS- och EM-tävlingar i simning. Han är f.n. sekreterare i LEN och v. ordförande i FINA-byrån.

De båda hedersbetygade hyllades med starka applåder från årsmötesdelagarna. Hedersmärket utdelades därefter till de 7 aktiva, som under året uppnått stipulerade 10 poäng nämligen: Peter Feil, Eskilstuna SS, Tord Andersson, Malmö S, Lotten Andersson, Linköpings ASS, Lena Bengtsson, SK Neptun, Hans Ljungberg, Bromma SS, Olle Ferm, Norrköpings KK och Birgitta Haagman, Upsala S.

Att leda årsmötesförhandlingarna valdes enhälligt förbundets hedersordförande Bertil Sällfors.

Sedan valet av sekreterare för mötet (Reine Milger) och justeringsmän för dagens protokoll (Gunnar Crone och Yngve Sandström) verkställts, och det konstaterats, att mötet var behörigen utlyst, föredrogs styrelsens berättelse för verksamhetsåret. I "remissdebatten", diskuterades bl.a. Förbundets organisation och samarbete med övriga simorganisationer — Fritidsverksamheten bland föreningarna — Märkesverksamheten — Tidningen Simsport — och Starten i simning.

Till ordförande i förbundet omvaldes enhälligt Lars Schött. Till ledamöter i styrelsen för två år omvaldes Reine Odell (54 röster), Stig Ohlsson (48), Toivo Öhman (48), Lars-Olow Nyberg (46), Ingvar Westergren (41), Gunnar Werner (37) samt nyvaldes Fritjof Sjö (37).

I fyllnadsvalet efter Stig Lindahl, som den 1/12 1966 tillträdde befattningen som förbundets konsulent, valdes Charles Soldin med acklamation för 1 år.

Omvaldes Sigfrid Heyner som revisor och Gunnar Sulling som revisorssuppleant.

Till förbundets ordinarie ombud vid Riksidrottsmötet 1967 valdes Lars Schött och Gösta Ölander samt som suppleanter för dessa Enar Petersson och Sven Håkan Paulson.

Till ledamöter i valberedningen för årsmötet 1968 omvaldes

FÖREDRAGNINGSLISTA

vid

SVENSKA SIMFÖRBUNDETS ÅRSMÖTE 1968

lördagen den 23 mars kl. 13.00
å Medborgarhuset, Lilla Hörsalen, Stockholm

Mötets öppnande
Utdelning av priser och utmärkelser

1. **Upprop och justering av röstlängden.**
2. **Val av ordförande för mötet.**
3. **Val av sekreterare för mötet.**
4. **Val av två justeringsmän att jämte ordföranden justera protokollet.**
5. **Fråga om mötet blivit stadgeenligt utlyst.**
6. **Föredragning av styrelsens berättelse för verksamhetsåret 1967 samt redogörelse för förbundets ekonomi.**
7. **Föredragning av revisorernas berättelse.**
8. **Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen.**
9. **Val av förbundsordförande, tillika ordförande i styrelsen, för ett år. Nuvarande: Lars Schött, Kalmar.**
10. **Val av 7 ordinarie ledamöter i styrelsen för 2 år. I tur att avgå: Karl Andersson, Kiruna, Finn Haglund, Kumla, Sven-Håkan Paulson, Stockholm, Charles Soldin, Eskilstuna, Lars-Eric Weinås, Göteborg och Gösta Ölander, Stockholm. Dessutom val efter framlidne Enar Petersson, Landskrona.**
11. **Val av 1 revisor och 1 revisorssuppleant för ett år — Förutvarande: Sigfrid Heyner resp. Gunnar Sulling, Stockholm.**
12. **Val av 2 ombud och suppleanter för dessa till Riksidrottsmötet 1968. Förutvarande: Lars Schött och Gösta Ölander med Enar Petersson och Sven-Håkan Paulsson som suppleanter.**
13. **Val av 5 ledamöter i valberedningen för nästkommande årsmöte. Förutvarande: Bertil Sällfors, Borås (sammankallande), Sigfrid Heyner, Stockholm, Bertil Smedius, Göteborg, Einar Sjöstedt, Jönköping och Henry Runströmer, Stockholm.**
14. **Antagande av officiella kungörelseorgan för 1968. Förutvarande: "Svensk Idrott" och "Simsport".**
15. **Behandling av från styrelsen och revisorerna till mötet hänskjutande frågor.**
16. **Behandling av frågor, som av distrikt eller förening hänskjutits till mötet och som senast den 15 januari skriftligen inkommit till styrelsen.**
Mötets avslutande.

Söderberg & Grubbens
i Norrköping AB
Pappersvaror — Sellotape
Kontor och Lager: Exportgatan 28
Telefon växel 13 43 80
NORRKÖPING

Dam- & Barnkläder
Handarbeten och Garner
GRANDINS
Storgatan 18 (vid Torget)
Telefon 103 10 — BORGHOLM

Kyl — Frys — Tvätt — Disk
Elartiklar
Elektriska installationer
ELEKTROARBETEN
GÄRDSLÖSA
Telefon 0485/541 22
Tel.-tider Månd.—Fred. 8—12, 16—18

BORGHOLMS CYKEL & SPORT
Storgatan 24
BORGHOLM
Telefon 0485/103 22
Största sortering av Sportartiklar
Cyklar, Tält

Vid inkörsporten till Öland
SKANSEN HOTELL RESTAURANG
Telefon 0485/300 77 — FÄRJESTADEN
Gammaldags hemtrevlig miljö
Vacker park med servering och miniatyrgolf
Även pension — Öppet året runt
Fullständiga rättigheter
Sommartid Musik och Dans

ÖLANDS BILTJÄNST
FÄRJESTADEN — Telefon 302 73
Gulf
Bensin — Tvättning
Rundsmörjning — Oljebyte
Polering — Vaxning
Motortvätt
Plastning av motorer utföres

När det gäller möbler!
Vänd Eder med förtroende till
MÖBELTJÄNST
A. Eriksson
FÄRJESTADEN
Telefon 0485/310 44

BETALD
ANNONSPLATS

SE PÅ MÖBLER MED KVALITET!
Hos oss kan Ni på egen hand eller i samråd med oss välja bland landets främsta exponenter för modern möbelkonst.
Hemmet som Ni drömmer om
— möblerna, mattorna, golvlamporna
— allt finner Ni hos oss.
BORGHOLMS
NYA MÖBELAFFÄR
Storgatan 25
Telefon 103 38 — Bostad 106 53

Allt i KLÄDER
för hela familjen hos
DANIELSONS
BORGHOLM
Telefon 0485/100 72
MÖRBYLÅNGA
Telefon 0485/400 40

Bertil Sällfors, ordförande, Sigfrid Heyner, Stockholm och Bertil Smedius, Göteborg samt nyvaldes Einar Sjöstedt, Jönköping och Henry Runströmer, Stockholm.

"Svensk Idrott" och "Simsport" utsågs ånyo som förbundets officiella organ.

Behandling av från styrelsen och revisorerna till årsmötet hänskjutna frågor:

1. *Bestraffningsärenden*
   Bifölls styrelsens förslag till tillägg i regel 126 (nytt tredje stycke:
   "Bestraffningsärende med anledning av förseelse begången av den, som representerat Simförbundet eller deltagit i av Simförbundet arrangerad tävling, skall dock handläggas direkt av Simförbundets styrelse."
2. *Junioråldern i simning*
   Styrelsens förslag till sänkning av junioråldern i simning för pojkar till 17 år fr.o.m. den 1/1 1968 *bifölls* av årsmötet.
3. *JSM*
   Styrelsen fick årsmötets *fullmakt* att helt eller delvis slopa JSM och JDM fr.o.m. 1968 om den utredning, som måste företas, därtill föranleder.
4. *400 m bröstsim*
   Bifölls styrelsens förslag till ändring av regel 801, så att lydelsen "och 400 m bröstsim" utgår.
5. *SM i vattenpolo*
   Efter en kortare diskussion *biföll* årsmötet styrelsens förslag att regel 806 ändras enligt följande:
   "SM i vattenpolo spelas varje år på sätt som fastställts av styrelsen. Beslut härom skall fattas senast 6 månader före SM-spelets början."
6. *Distriktsrekord*
   Styrelsens förslag till slopande av andra och tredje stycket i regel 843 *bifölls*.
7. *Hedersmärket*
   Styrelsens förslag till ändring av stipulationerna för hedersmärket så att regel 903 får följande lydelse fr.o.m. fjärde stycket *bifölls* av årsmötet:
   "Styrelsen äger avgöra vilka landskamper som skall poängsättas på hedersmärket.

Tävling	Simning och hopp		Vattenpolo
Olympiska spel	indiv.	lag	lag
1:a plac	10	10	10
2:a plac.	7	6	6
3:e plac.	6	5	5
4:e plac.	5	3	3
5:e plac.	4	2	2
6:e plac.	3	1	1
7:e plac.	2		
8:e plac.	1		
Europamästerskap			
1:a plac.	7	5	10
2:a plac.	5	3	6
3:e plac.	4	2	5
4:e plac.	3	1	3
5:e plac.	2	0,5	2
6:e plac.	1	0,5	1
7:e plac.	0,5		
8:e plac.	0,5		
Nordiska mästerskap			
1:a plac.	2	1	1
Svenska mästerskap			
1:a plac.	1	0,5	1
Landskamper			
Seger	1	0,5	1
Oavgjort i polo			0,5

   Annan poängsättning än vad som här angivits kan tillämpas vid flerlandskamper och vissa större internationella tävlingar av landskampskaraktär, därest styrelsen så bestämmer."
   Ändringen träder i kraft fr.o.m. den 1/1 1967.
8. *Märkesbestämmelserna*
   a. Styrelsens förslag till ändring av *regel 911* diskuterades och efter en smärre justering *beslöts följande tillägg* efter sista meningen:
   Envar som uppmärksammar att givna bestämmelser trots påpekande ej följs åligger att skriftligen anmäla detta till Simförbundet."
   b. Likaledes *bifölls* styrelsens förslag till ändring av *regel 912* näst sista stycket:
   "Simförbundet äger att för viss tid eller för all framtid frånta godkänd kontrollant rätten att kontrollera prov, därest vederbörande befinnes olämplig eller bryter mot märkesbestämmelserna."
   c. Styrelsens förslag till ändring av *regel 913 b* föranledde en längre diskussion. Såväl S. H. Paulson som Eva Ekstam ansåg att det framlagda förslaget att flytning vid provtagning för magistermärket skall ske halva distansen med huvudet före och halva med fötterna före enligt uppgjord tabell var väl genomtänkt, men det rådde delade meningar. Liljeström, Ångermanland, föreslog att flytningen skulle få utföras med huvudet eller fötterna före helt enligt provtagarens eget val. Efter omröstning bifölls Liljeströms förslag med 37 röster mot 20. *Årsmötet uppdrog åt styrelsen* att utarbeta regelns formulering.
   Årsmötet *biföll* följande styrelseförslag till regeländringar:
   d. *Regel 921,* första och andra stycket
   "Ungdomens simmärken omfattar "Fisken", järn-, brons- och silvermärkena . . .
   För "Fisken" och järnmärket gäller ingen minimigräns."
   e. *Regel 922* Tillägg före järnmärket:

"FISKEN" (1 prov)	Flickor	Pojkar
Sträcksim	25 m	25 m

   f. *Regel 922, 923 och 945*
   Livräddning
   . . . "och Holger Nielsens metod för hjälpandning" utgår.
   g. *Regel 945*
   Livräddning a):
   . . . "djup min. 1,75 m max 2,50 m" . . .
   Dessutom *bifölls* följande av styrelsen föreslagna regeländringar:
   Regel 310 mom. II, II klass funktionär:
   ". . . nationella tävlingar samt vid JSM och internationella tävlingar, om han utses av tävlingsledaren".
   Regel 805, andra meningen "Vid anmälan till lagsim skall namn å samtliga deltagare, såväl ordinarie som reserver, uppges" utgår.
   Årsavgiftens storlek fastställdes till oförändrat 30 kronor.

Behandling av inkomna motioner.

1. *Göteborgs Simförbund ang. amatör- och representationsbestämmelserna.*
   Göteborgs Simförbund har inlämnat nedanstående motion beträffande ändring av amatör- och representationsbestämmelserna, kap. II 201 moment a. och f. samt 202 moment c.:
   201 a. Nuvarande text bibehålles t.o.m. "uppvisning". Resten av texten utgår.
   201 f. Ny text enligt följande:
   "att mot direkt eller indirekt ersättning taga anställning som badbetjänt eller livräddare eller undervisa såsom lärare/instruktör i simsport.
   Anm. Den som åtager sig uppdrag eller arbetsuppgifter enligt

HOLMFELDTS SNICKERI
S:t Persgatan 70 — Telefon 13 12 41
NORRKÖPING
Affärs-, Butiks- och Köksinredningar
Byggnadssnickerier

EKO OSTAFFÄR
(Evert Karlsson)
Bråddgatan 35 — NORRKÖPING — Telefon 12 08 74
Filialer: G. Rådstugugatan 36 — Tel. 12 05 18
Enebymovägen 11 (Rikscity)
Telefon 16 77 01
Specialaffären för Finsmakare

BYGGFIRMA F. G. HANSSON AB
N. Promenaden 120 — Telefon 12 51 40
NORRKÖPING
Nybyggnader — Reparationer
Spec.: Affärsändringar

DENTALLABORATORIET
Stig Lindehammar
Drottninggatan 63 A — NORRKÖPING
Telefon 16 60 13
Biodent — Vacuum — Keramik

Trivsamt och gott är det —
dessutom billigt — på restaurangerna

HAMNKÄLLAREN
Invid Hamnbron — Telefon 12 88 25

SKEPPET
Generalsgatan 12 (vid Nya Torget)
Telefon 12 88 22

GOD VÄN
Kungsgatan 71 — Telefon 12 88 21
Modern grillbar — Självbetjäning

STEP IN
Drottninggatan 2 — Telefon 12 88 26

STEP IN
Eneby Centrum — Telefon 12 88 17
NORRKÖPING
Goda parkeringsmöjligheter

HAR NI PROBLEM!
med Edra fotografier, målningar,
akvareller eller vad som helst
Ni önskar inrama.

Vi ger Eder full garanti på ett
förstklassigt arbete.

Vänd Eder med förtroende till
Göstas Atelje
Kristinagatan 9 — NORRKÖPING
Telefon 12 86 67

BILTJÄNST I NORRKÖPING AB
Knäppingsborgsgatan 45
Telefon Lager 16 27 36 — Verkstad 18 09 80
Auktoriserad serviceverkstad för Rover
Specialité: Engelska bilar

WIRSTRÖM & MÅNSSON
RÖRLEDNINGSFIRMA
Korsgatan 3
NORRKÖPING
Telefon 011/16 17 75, 12 03 26

STRANDGÅRDENS KONDITORI
SKÄRBLACKA
Telefon 011/570 51

SALONG LILL
Marie-Louise Waernoff
Hagebygatan 49 — Telefon 16 50 30
NORRKÖPING
Allt i modern hårvård

ovan äger rätt att förbli nationell amatör och deltaga i av Simförbundet sanktionerade mästerskap. Dock äger vederbörande icke rätt att deltaga i internationella tävlingar."
202 c. I den andra raden utgår orden, "enbart livräddning".
Styrelsen hade avstyrkt Göteborgs Simförbunds motion med hänvisning till FINA:s bestämmelser men uttalade sig för att förbundet även 1968 motionerar hos FINA i denna fråga.
Motionen *avslogs* av årsmötet.

2. *Skärets SS ang. vattentemperaturen vid utomhustävlingar.*
Skärets SS anhåller att Svenska Simförbundet måtte överväga att införa en bestämmelse om en vattenminimitemperatur av +18°C vid utomhustävlingar. Detta under motiveringen att distriktet utom Lysekil saknar uppvärmda utomhusbad och att de tävlande ofta gör gällande att en minimitemperatur borde fastställas.
Motionen hade avstyrkts av styrelsen med rekommendation till årsmötet att uttala sig för att arrangör av DM bör ta största möjliga hänsyn till de tävlande med tanke på vattentemperaturen.
Efter en längre diskussion *bifölls* Skärets SS' motion såtillvida att minimitemperaturen +18°C skulle gälla för mästerskapstävlingar enligt ett av Werner under diskussionen framlagt kompletteringsförslag.

3. *Norrtälje SK ang. SM och DM i konstsim*
Styrelsen hade avstyrkt Norrtälje SK' motion om införande av SM och DM i konstsim med tanke på det ringa antal tävlande, som deltog i 1966 års riksmästerskap.
Årsmötet *avslog* motionen.

Mötets avslutning.
Sedan föredragningslistan genomgåtts framförde Schött ett tack till ordföranden och deltagarna i årsmötet samt slutade med en önskan om att alla skall hjälpas åt så att svensk simning 1968 når om möjligt ännu bättre resultat än det gångna året och förklarade årsmötet avslutat.

Förbundets olika organ har under verksamhetsåret haft följande sammansättning:

STYRELSEN
Hedersordförande: Bertil Sällfors, Borås.
Ordförande: Lars Schött, Kalmar.
Vice ordförande: Gösta Ölander, Täby.
Skattmästare: Lars-Olow Nyberg, Lidingö.
Sekreterare: Reine Milger (t.o.m. 15/8 1967), Handen.
Stig Lindahl (fr.o.m. 16/8 1967), Stockholm.
Övriga ledamöter: Karl Andersson, Kiruna, Reine Odell, Göteborg, Stig Ohlsson, Stockholm, Finn Haglund, Kumla, Sven-Håkan Paulson, Stockholm, Enar Petersson, Landskrona († 4/5 1967), Charles Soldin, Eskilstuna, Lars-Eric Weinås, Göteborg, Gunnar Werner, Karlstad, Ingvar Westergren, Gävle, Toivo Öhman, Stockholm.
Adjungerad ledamot: Set Hjärpe, Stockholm och förbundsläkaren Dr. K. A. Sundström, Täby.

VERKSTÄLLANDE UTSKOTTET (VU)
Gösta Ölander, ordförande, Lars-Olow Nyberg och Stig Ohlsson. Adjungerade: Stig Lindahl, sekr., Ernst Lindahl, Tage Svanberg, Reine Milger, sekr. (t.o.m. 15/8).

SIMKOMMITTÉN (SK)
Sven-Håkan Paulson, ordförande, Birgitta Hjalmarson, sekreterare, Finn Haglund, Reine Odell och Ingvar Westergren.

HOPPKOMMITTÉN (HK)
Lars-Eric Weinås, ordförande, Toivo Öhman, sekreterare, Harald Hansson, Göteborg och Paul Janmarker, Malmö.

POLOKOMMITTÉN (PK)
Charles Soldin, ordförande, Bo Göran Falk, Eskilstuna, sekreterare, Fritjof Sjö. Adjungerad: Bertil Jansson, Västerås.

KONSTSIMKOMMITTÉN (KK)
Set Hjärpe, ordförande, Jill Westermark, sekreterare.

MEDALJNÄMNDEN (MN)
Lars Schött, ordförande, Tage Svanberg, sekreterare, Sigfrid Heyner, Stig Lindahl och Gösta Ölander.

STADGE- och REGELKOMMITTÉN (RK)
Lars Schött, ordförande, Reine Milger, sekreterare (t.o.m. 15/8 1967), Sigfrid Heyner, Gunnar Werner och Toivo Öhman. Sekreterare efter 15/8 1967 Stig Lindahl.

BADBYGGNADSTEKNISKA KOMMITTÉN (BBK)
Eskil Tidén, Stockholm, ordförande, Henry Runströmer, Stockholm, sekreterare, Aron Bergmark, Uppsala, Eskil Lundahl, Stockholm, (tillsatta av Simfrämjandet).
Enar Petersson, vice ordförande († 4/5 1967), Stig Ohlsson, Toivo Öhman och Bengt Bergvall, Stockholm, (tillsatta av Simförbundet).

KANSLIET
Generalsekreterare: Reine Milger (t.o.m. 15/8 1967).
Stig Lindahl (fr.o.m. 16/8 1967).
Kamrer: Tage Svanberg.
Konsulent: Stig Lindahl (t.o.m. 15/8 1967).
Ernst Lindahl (fr.o.m. 16/8 1967).
Sekreterare: Ingrid Jensen.
Expeditionen: Ann-Britt Krohné, Annette Nordlund.

REVISORER
Sigfrid Heyner med Gunnar Sulling som suppleant. Av RF tillsatt revisor Arne Ljungqvist, Stockholm.

SAMMANTRÄDEN

Styrelsen	6	Konstsimkommittén	4
Verkst.utskottet	19	Medaljnämnden	4
Hoppkommittén	5	Regelkommittén	3
Polokommittén	4	Badbyggnadstek.	
Simkommittén	7	kommittén	4

Tävlingsverksamheten

EUROPEISKA JUNIRMÄSTERSKAPEN (EJM)
Vid LEN-kongressen i Utrecht 1966 i samband med EM beslutades att instifta Europamästerskap för juniorer i simning och hopp. Detta beslut betydde, att de sedan 1962 arrangerade ungdomsmästerskapen mellan de västeuropeiska länderna, där f.ö. våra deltagare varit mycket framgångsrika, upphöjdes till rang och värdighet av EM, vilket innebar, att även öststaterna fick möjlighet att deltaga. De s.k. UEM-tävlingarna hade tidigare arrangerats i Wien, Dortmund, Paris, Catania och Barcelona.
Sverige utsågs att arrangera dessa första EJM-tävlingar som förlades till Linköping och med därvarande förening LASS som medarrangör.
Tekniskt sett har arrangemangen från de deltagande länderna fått högsta betyg och här vill styrelsen som huvudansvarig framföra ett tack till medarrangören för ett gott arbete.
Tävlingsmässigt dominerades mästerskapen som väntat av

NYSTRÖMS MATTOR
Olai Kyrkogata 18 — Telefon 16 46 31
NORRKÖPING
MATTOR i stor sortering
BILLIGA PRISER

Puch — Lambretta
två ledande märken
IVAN LARSSON EFTR.
CYKEL & MOTORSPORT
S:t Persgatan 130 — Norrköping
Telefon 12 00 59
Puchspecialisten

S M Kvalitetspersienner
tillverkas och säljes utav
NORRKÖPINGS PERSIENNFABRIK
Hagagatan 14
Telefon 13 65 35 — Bostad 11 19 42

BJÖRKDAHLS BEGRAVNINGSBYRÅ
Inneh.: E. Rusthoi, G. Flärdh
Kristinagatan 20 — Norrköping
Telefon 12 03 34, 13 51 70, 11 10 24,
efter affärstid 12 03 34, 11 10 24, 18 74 29
Begravning och Eldbegängelse

VVS KONSULT
Ingeniörsbyrån VVS-Konsult
i Norrköping AB
S:t Persgatan 105
Fack 2055 — NORRKÖPING
Program - Besiktningar - Kontroll
Telefon 18 62 25

MARGARETAS HOTELL
& FESTVÅNING
Festvåning i hemmiljö
Vi arrangerar Era klubbfester i
trevlig miljö, begär offert
Vin- & Spriträttigheter
Torggatan 7—9, Norrköping
Telefon 011/12 92 95

ÖSTERGÖTLANDS
BLOMSTERCENTRAL
S:t Persgatan 45 — NORRKÖPING
Telefon 18 43 81
BLOMMOR I PARTI

ERICSSON & HORNDAHL AB
LINKÖPING
Telefon 14 12 88, 14 12 89
Telefon 12 92 50 — Norrköping
KOL — KOKS
ELDNINGSOLJOR

ENEBY RÖRINSTALLATION
Fyrbyvägen 29 — Telefon 11 13 07
NORRKÖPING
Nyanläggningar — Reparationer
Oljeeldningsanläggningar

Gulf
Vid vår bensinstation erhåller Ni all service. Bensin, Oljor, Däck o. Slangar, Rundsmörjning, Oljebyte, m. m. m. m. Väikommen!
BO SVENSSONS BENSINSTATION
Ö. STENBY — KUDDBY Telefon 011/440 16

JANSSONS HANDELSTRÄDGÅRD EFTR.
ÅBY — Telefon 011/500 38
(Ankn. Yngve Karlsson)
Specialitet: Utsökt vackra Blomstergrupper

Gräv- och Lastmaskiner
Bandtraktorer uthyres
ÅBY MASKINSTATION
Pa ÅBY
Telefon Norrköping 506 76, 503 12

Sovjet och Östtyskland, som tillsammans erövrade 42 av de 66 medaljer, guld—silver—brons, som man tävlade om. Av våra deltagare var flickorna framgångsrikast 3 guld och 2 silvermedaljer genom Vera Kock (2 guld, 1 silver), Britt-Mari Hammarsten (1 guld) och Yvonne Törnqvist (1 silver). Utanför medaljstriden erövrade våra representanter två 4:e, en 5:e, fem 6:e, fyra 7:e och tre 8:e placeringar och deltagarna medverkade i 10 av de 22 finalerna. Totalt placerade sig vår trupp som tredje nation efter Sovjet och Östtyskland (DDR). Simsport nr 8—9/67).

6-NATIONERS I SIMNING OCH HOPP

Årets sexnationerstävling, den sista i första rundan, avgjordes i Dortmund i Västtyskland och Sverige belade andraplatsen efter favoriterna Storbritannien, som vann på den genom tiderna högsta poängsumman 107. Sverige hade 90 poäng en poäng före tävlingarnas överraskning Holland. Sensationella svenska segrar var Hasse Tegebacks på 200 m ryggsim, där han noterade svenskt rekord med 2.15,7, och Sven von Holst, som med sin tid 4.18,4 på 400 m frisim slog både svenska rekordet och sin mer namnkunnige motståndare på distansen Alain Mosconi med bred marginal. Elisabeth Ljunggren bevisade vid dessa tävlingar, att hon är Europabäst på långdistans genom att i en väl genomförd simning slå Europarekordhållerskan Sue Williams på 400 m frisim och notera tiden 4.46,2. Peter Feil behärskade helt 200 m fjärilsim och noterade sitt livs näst bästa tid 2.10,8. Tord Anderson var icke i bästa slag, reaktion efter Tokyo-insatsen några veckor tidigare, och hamnade på 4:e plats. Hans Ljungberg satsade för hårt på fjärilsimmet i 400 m medley och orkade inte fullfölja. Han blev trea på sin genom tiderna näst bästa tid 4.59,6. Av de 18 grenarna vann vi fyra, tog två 2:a-platser, tre 3:e, sju 4:e, en 5:e och en 6:e-plats. (Simsport nr 10/67).

NORDISKA MÄSTERSKAPEN I SIMNING OCH HOPP

NM i simning och hopp, som var förlagd till Köpenhamn, dominerades av Finland, som erövrade tolv mästerskap mot fyra för Sverige, två för Danmark och en för Norge. Gunnar Larsson blev dubbelmästare genom att vinna såväl 400 m som 1500 m frisim. Övriga två titlar togs hem av flickorna genom Agneta Haraldsson i 200 m bröstsim, där f.ö. Ann-Marie Andersson säkrade en dubbelseger och av medleylaget som vann med tiden 4.55,5. Det var en reservbetonad trupp, som representerade vid detta NM, då 20 av våra elitsimmare deltog i höghöjdslägret i Font Romeau och ett par kvalificerade i EJM-truppen i Linköping. (Simsport 8—9/67).

EUROPAPOKALEN I SIMHOPP

Årets upplaga av Europacupen i simhopp gick i Helsingfors i slutet av augusti och där belade Sverige en hedrande 5:e plats bland de deltagande 15 nationerna. Tord Andersson nådde i svikthopp en meriterande tredjeplats efter europaettan Cagnotto, Italien, och tävlingarnas sensation norrmannen Lökken, som tog hem Norges första hoppmedalj genom tiderna i detta sammanhang. Tord ledde tävlingen efter de fem första omgångarna och utgången var oviss in i det sista.

Av övriga svenska deltagare gjorde 12-åriga Ulrika Knape sin internationella debut och den klarade hon med den äran genom att placera sig som 15:e i höga hopp och slå svenska mästarinnan Eva Ekdahl, som hamnade på 16:e plats i finalen. (Simsport 10/67).

6-NATIONERS I VATTENPOLO

Sverige inbjöds i år ingå i den instiftade Sexnationersturneringen i vattenpolo som i övrigt hade följande deltagare: Västtyskland, Holland, Belgien, England och Spanien. Turneringen gick i Barcelona, där Sverige startade med att spela oavgjort mot Holland i en rafflande och väl genomförd match, som bådade gott för fortsättningen. Tyvärr gick det inte så bra i övriga matcher och laget hamnade på fjärde plats efter Västtyskland, Holland och Spanien. (Simsport nr 10/67).

EUROPA-CUPEN I VATTENPOLO

Även i år var Tunafors SK såsom Svenska Mästare i vattenpolo svensk representant i Europa-cupen för klubblag. Laget hade lottats i den grupp som arrangerades i Öst-Berlin 10—12 november. Övriga lag i denna grupp var Dynamo Berlin, CVSK Moskva och Helsingin Uimarit Helsingfors. Tunafors hamnade på tredje plats och var därmed utslagna ur cupen.

NM I VATTENPOLO

Sverige deltog i Rihiimäki, Finland i årets Nordiska Mästerskap i vattenpolo som stor favorit till segern men fick nöja sig med andraplatsen efter oavgjort mot värdlandet Finland, 4—4, och vinst mot Danmark med 4—2. Norge deltog ej denna gång. Finland besegrade Danmark med större siffror och hemförde därmed guldmedaljerna på bättre målskillnad. (Simsport nr 10/67).

SIMLANDSKAMPER

Med siffrorna 103—102 vann Sverige *simlandskampen mot Västtyskland* i Eriksdalsbadet 31/3—1/4. Segern, om än knapp, var en revansch för det svidande nederlag vi inkasserade i senaste utbytet, då tyskarna 1955 i Darmstadt närmast utklassade det svenska laget med siffrorna 131—82. Kamp- och lagandan i det svenska laget var glädjande och bådade gott för framtiden. Lester Eriksson, som mognat till ett landslagsankare av stora mått — han täcker hela frisimsregistret — fick som facit 5 starter — 5 segrar och var därmed bäst i laget. Olle Ferm som var aningen från två svenska rekord — 200 m rygg och 400 m medley — tog en seger och en 2:a plats i sina två starter. Det svenska damlaget på 4×100 m frisim gjorde gott ifrån sig med tre nya namn i kvartetten — bara Ingrid Gustavsson kvar av EM-laget — och noterade den fina tiden 4.15,0. Tre av de svenska flickorna segrade individuellt, Yvonne Hiljebäck, ryggsim, Elisabeth Berglund 100 fritt och Elisabeth Ljunggren 400 fritt. Hopparna hade inga större framgångar i den här landskampen och lyckades endast taga hem en poäng över minimum. (Simsport nr 5/67).

Ungdomslandskampen mot Östtyskland i Oskarshamn 11—12 november blev en komfortabel seger för gästerna, som vann med siffrorna 150—78. Bäst lyckades våra pojkar som startade fint genom dubbelseger i tävlingarnas första gren 100 m frisim genom Jerker Carlsson och Lars Englund. Övriga svenska grensegrar var Nils-Göran Een på 200 m bröstsim och Svante Zetterlund 100 och 200 m ryggsim. Östtyskland vann resterande 18 grenar och visade en jämn och fin standard. Trots de stora nederlagssiffrorna kan man från resultatlistorna konstatera, att våra ungdomar gjorde gott ifrån sig. Motståndarlaget är med säkerhet det ojämförligt starkaste i den aktuella årsgruppen, 1953 och senare, och de flesta av våra deltagare har möjlighet att komma igen eftersom de tillhör årsklass —54 och i ett fall —55.

HOPPLANDSKAMP

De svenska hopparungdomarna hade inga svårigheter att försvara sina fjolårspositioner, när de i Göteborg mötte Finland och Norge i ungdomslandskampen den 26—27 mars. Det blev svenska segrar i fyra av de sex grenarna med slutpoängen 59 mot Norges 40 och Finlands 32. Framgångsrikaste deltagare var

Toningar och allt vad som hör till yrket
utföres med största noggrannhet

SKÄRBLACKA
DAMFRISERING
Centralplan 2 — SKÄRBLACKA
Telefon 011/575 75

BILREPARATIONER
BILLACKERING
Tectylsprutning och Batteriservice
med största omsorg
Humana priser

FRANSSONS
BILPLÅTSLAGERI
Eljantorp — FINSPÅNG
Telefon 0122/200 78

HAGA
TRAFIKSKOLA
Norralundsgatan 50 — NORRKÖPING
Telefon 16 38 40
Inneh. Stig Skullman och Per Heggbladh
Utbildningen sker på
AMAZON — VW 1300
Teorilektioner måndagar och torsdagar
19.30—20.20

GULF SERVICESTATION - TAXI
Telefon 011/980 81
SIMONSTORP
Bensinstationen tillhandahåller:
MIX-I-GO för fullständigare förbränning

Bästa inköpskällan
MÖBELBOLAGET
Eriksson & Gunnebäck
FINSPÅNG
Telefon 102 84 — 101 00
Möbler — Mattor — Gardiner

ANDREAS
KVARN AB
NORRKÖPING
Telefon 12 30 07
SPANNMÅL
UTSÄDE
HANDELSGÖDSEL och FODERVAROR

FINSPÅNGS CENTRALTVÄTT
FINSPÅNG
Telefon 102 17 — 116 15

BETALD ANNONSPLATS

O. SJÖBERGS
INGENJÖRSBYRÅ
G. Övägen 3 — NORRKÖPING
Telefon 16 15 16
PROGRAM
och
ANBUDSKALKYLERING

ENTREPRENAD AB
EVALD KARLSSON
Erstorp, FINSPÅNG
Telefon 107 75, 130 67, 210 23
Schakt- och Planeringsmaskiner
Lastmaskiner — Grävmaskiner
Utför: Alla slag av schaktnings- och
anläggningsarbeten

Maths Lindberg, Karlstad, som vann såväl 3 m som 5 m i sin klass. Övriga två grensegrar hemfördes av Manfred Magass, Karlskoga, 1 m, och Ulrika Knape, S 02, 5 m. (Simsport nr 5/67).

POLOLANDSKAMPER

Pololaget startade årets internationella utbyte med en dubbellandskamp mot Italien i Eriksdalsbadet i Stockholm 1—2 mars. Det svenska laget gjorde här en mycket habil insats och låg närmast till segern i den första matchen, som slutade oavgjort 4—4. I den andra segrade Italien med 3—2. Resultatet från denna dubbellandskamp får anses som ett fall framåt för det svenska laget, Italien rankas som nr 4 i Europa, och visade att utvecklingen efter EM i Utrecht var på väg åt rätt håll. Främst i det svenska laget var tvillingbröderna Fjärrstad tillsammans med Runar Svensson och Sten Ekman. (Simsport nr 4/67).

Sverige arrangerade för första gången en internationell turnering, som förlades till Ronneby 26—28/5. Deltagande länder var förutom Sverige, Ungern, Västtyskland och Östtyskland. I turneringen hamnade Sverige på sista platsen efter att ha spelat oavgjort mot Västtyskland 2—2 och efter en kämpamatch mot Östtyskland (silver i EM-66) ha förlorat med uddamålet 7—8. Förlusten mot Ungern 1—6 var onödigt stor. Ungern vann turneringen före Östtyskland. Västtyskland kom på tredje plats med 1 mål bättre målskillnad än Sverige. (Simsport nr 7/67).

Efter Ronnebyturneringen for det svenska laget på tre veckors turné till Östtyskland och Sovjet, där man deltog i internationella turneringar dels i Wernigerode i Östtyskland och dels i Lwow i Sovjet. I Wernigerode-turneringen inledde laget mycket starkt genom att spela oavgjort, 1—1, mot Jugoslavien. Mot Östtyskland, värdarna, blev det förlust med 6—3. Avslutningsvis spelades, utanför turneringen, en match mot Östtysklands ungdomslag, där resultatet blev 1—1. Slutställningen Östtyskland 3, Jugoslavien 2 och Sverige 1 poäng.

Direkt från Wernigerode reste laget över Berlin—Moskva till Lwow vid polska gränsen för en ny turnering med 5 matcher på lika många dagar. Resultaten i matcherna blev mot Ungern 2—5, där Sverige hade en hel del otur med bl.a. 3 bollar stannande på mållinjen, mot Tjeckoslovakien vinst med 8—3, mot Jugoslavien, som fick "revansch" för Wernigerode, förlust med 3—8 och slutligen mot värdarna Sovjet, Europamästare 1966, förlust 1—9. Sovjet hade ett B-lag med i turneringen, som gick under namnet "Komanda Lwow" och mot detta lag blev resultatet 4—5. (Simsport nr 10/67).

KONSTSIMLANDSKAMPER

Två landskamper Sverige—Danmark och Sverige—Finland hölls i Finspång 16—17/9. Landskampen mot Danmark omfattade 3 solo, 2 par och 1 lag. Den vanns av de suveräna danskarna med 577,27 p. mot Sveriges 522,18 p. Landskampen mot Finland, som på grund av sjukdom i finska laget endast omfattade 2 solo och 1 par, vanns av Sverige med 269,25 p mot Finlands 226,41 p. Sverige representerades i bägge landskamperna av Barbro Holst, Lena Bengtsson, Eva Bengtsson och Anna-Karin Alvén, Norrtälje, samt Margit Öhman och Britt-Marie Bengtsson, Stockholmspolisens IF.

ÖVRIGA INTERNATIONELLA TÄVLINGAR

Den 28—29/1 var en svensk simtrupp inbjuden till *internationella ungdomstävlingar i Berlin.* Åldern för simmarna var f. 53 eller senare och truppen bestod av sex simmare, 3 flickor och 3 pojkar, samt som ledare C. H. Montgomery, Skövde. Sextetten hemförde fem segrar varav Pär Eriksson, Timrå, tre, fjäril, rygg och medley, Jerker Carlsson, Värnamo, 100 m frisim och Carin Pettersson, Markaryd, 200 m bröstsim. Av de sex svenska deltagarna kom fem på prisplats. (Simsport nr 3/67).

I de årligen återkommande *internationella tävlingarna i Bremen,* som numera betecknas som starten för det nya internationella simmaråret, deltog även denna gång en hel del av våra bästa simmare.

Lester Eriksson blev tvåa på 200 frisim med tiden 1.56,5 efter ryske rekordhållaren Ilisjev men före USA-hoppet Mark Spitz, och belade en delad tredjeplats på 100 m frisim md tiden 53,4. Båda tiderna är svenska rekord. Bosse Westergren blev tvåa på 100 m fjärilsim med tiden 59,0, vilket var glädjande för den allroundkunnige polissimmaren. (Simsport nr 4/67).

De *ryska inomhusmästerskapen* var för första gången öppna och Sverige deltog på inbjudan med en trupp om 15 personer under Reine Odells ledning. Någon titel hemförde ingen av de svenska deltagarna, som dock gjorde gott ifrån sig. Herrlaget blev tvåa på 4×100 frisim efter Frankrike, Ingrid Gustavsson tvåa och trea på 100 resp. 200 m fjärilsim och Sven von Holst fyra på 400 m frsim. (Simsport nr 5/67).

Vid de *internationella simtävlingarna i Prag 29—30 april* deltog en trio svenskar, Lester och Hasse Eriksson samt Gunilla Carlsson, Västerås med Ralph Juhlin som ledare. Lester Eriksson, som lyckades bäst, vann 200 m fritt på 2.04, 2:a på 400 m och 3:a på 100 m frisim. Gunilla Carlsson fick en fjärdeplacering på 400 m medley med tiden 5.59,6. (Simsport nr 6 och 7/67).

I de *internationella simtävlingarna i Östberlin* den 17—18 juni deltog en svensk flicktrupp med Sven-Håkan Paulson som ledare. Av resultaten kan nämnas Ingrid Gustavssons 1.10,9 på 100 m fjärilsim, som gav henne andraplatsen efter Helga Lindner, Östtyskland med tiden 1.09,2. Vera Kock gjorde en lovande simning på 800 m fritt, där hon placerade sig som fyra med tiden 10.30,7.

En svensk simtrupp bestående av Hans Eriksson, SKK, Maud Larsson, GeMa, Agneta Gerling, LASS, Birgitta Haagman, US och Berit Larsson, Karlskoga med Birgitta Hjalmarson som ledare deltog i de *internationella simtävlingarna i Bratislava, Tjeckoslovakien och Steyer, Österrike* under tiden 20—25 juni. I "Grand Prix de Bratislava" 20—21 juni tog Berit Larsson en 5:e plats på 400 m frisim med tiden 5.11,6 och Agneta Gerling en 4:e plats på 400 m medley med tiden 6.02,2. I Steyer "Turnier der Nationen" som är både klubb- och nationstävling, lyckades Berit Larsson bäst av de svenska deltagarna med en 2:a och en 3:e placering på 400 resp. 200 m frisim.

Våra flickjuniorer i hopp fick känna på den internationella konkurrensen dels vid de öppna Polska Mästerskapen i Warszava i april, där systrarna Agneta och Gunilla Henrikson deltog med Gunnel Weinås som ledare, och dels vid internationella tävlingar i Utrecht, där den svenska truppen under ledning av Klas Dahlgren bestod av Eva Ekdahl, Gunilla Henrikson, Annika Lorentzon och Ulrika Knape. Det blev inga medaljer men väl finalplaceringar och värdefull rutin.

En trupp med Harald Hanson som ledare och simhopparna Tord Anderson, Christer Sandstedt och Jan Erik Ewald deltog i ett *träningsläger i Budapest* i juli månad. Med utgångspunkt därifrån deltog de även i *internationella tävlingar i Warszava, Prag, Budapest och Bolzano* och fick på detta sätt möta den Europeiska eliten ett flertal gånger. Bäst lyckades Tord Andersson som belade medaljplats i samtliga tävlingar och blev bl.a. internationell tjeckisk mästare.

I september krönte Tord Andersson tävlingsåret med en mycket meriterande bronsmedalj i svikthopp vid Universiaden i Tokyo där han bl.a. slog den ene av USA:s två representanter och noterade personlig rekordpoäng.

LJUSFALLSHAMMARS
MÖBELINDUSTRI AB

Tillverkar
BÄDDSOFFOR & DYSCHATELLER

TELEFON FINSPÅNG VÄXEL 0122/402 10

Klippestorpsgården

Telefon Finspång 134 27

SERVERING AV KAFFE
OCH
GOTT HEMBAKAT BRÖD

NYBOMS LIVS

LASARETTSVÄGEN 7 — FINSPÅNG — TEL. 100 12

Specialité: KÖTT och CHARK med kvalité

En hel del av våra simföreningar har i år gjort utlandsresor och därvid deltagit i tävlingar på kontinenten. I Darmstadt bl.a., som arrangerade *internationella simtävlingar 8—9 juli*, deltog sju svenska föreningar, Värnamo SS, Norrtälje SK, Norrköpings KK, Stockholms KK, Kristianstads SLS, SK Laxen och Hallsta IK. Det var en mammuttävling med 1.200 individuella och 57 lagkappsstarter. De svenska deltagarna hade stora framgångar och bäst lyckades Nils Göran Een, Norrtälje, med tre segrar och en tredjeplats samt SKK-arna Kerstin Hellström och Anders Holme, som vardera fick två segrar och två andraplatser.

OLYMPISKA FÖRBEREDELSER

Font Romeau

Som ett led i förberedelserna för Mexico City arrangerade förbundet ett träningsläger i Font Romeau i Pyréneerna i Frankrike under tiden 9 augusti — 26 augusti. Truppen bestod av 20 simmare och tre tränare under ledning av Gunnar Werner, Birgitta Hjalmarson och förbundsläkaren K. A. Sundström. För testningar och prover deltog också från GIH fysiologen Göran Agnevik och sjuksköterskan Anne-Britt Wiberg. Lägret var förlagt till de nya anläggningarna i den s.k. förolympiska staden Font Romeau byggda av franska staten för idrotts- och träningsändamål och administrerade av idrottsministeriet. Anläggningen ligger på 1940 m:s höjd. Våra simmare fick här känna på hur det känns att träna i tunn luft och våra fysiologer kunde med sina kontinuerliga prover och tester konstatera, hur de reagerar och på så sätt vinna erfarenheter av träning och tävling på hög höjd. (Simsport nr 10/67 och 1/68).

Som avslutning på våra olympiaaspiranters träningsläger arrangerades den 27 augusti i det trevliga *Framnäsbadet i Linköping, internationella simtävlingar* med deltagare från Östtyskland, Finland, England och Australien. Många goda resultat noterades av våra svenska simmare trots diverse magbesvär och trötthet efter höghöjdsträningen i Font Romeau. Sven von Holst satte nytt svenskt rekord på 400 m frisim med tiden 4.19,4, Yvonne Brage missade ett rekord på 200 m bröstsim med en tiondel och nådde 2.52,1 och Peter Feil noterade 2.11,5 på 200 m fjärilsim. Av gästerna noterade den östtyske världsrekordhållaren Roland Matthes 2.12,8 på 200 m ryggsim och Egon Henninger 1.10,4 på 100 m bröstsim. Elisabeth Ljunggren demonstrerade sin form i ett sololopp på 800 m frisim genom att nå tiden 9.53,9. (Simsport nr 10/67).

För-OS i Mexiko

Efter moget övervägande beslutade styrelsen att sända representanter till den s.k. 3:e sportveckan i Mexico City. Uttagna blev Peter Feil och Hans Ljungberg, som vid tiden för tävlingen, oktober, befann sig vid sina respektive college i USA, och Elisabeth Ljunggren.

Bo Alm, som på annat uppdrag skulle övervara tävlingarna, utsågs att hjälpa de svenska deltagarna med träningen och att för förbundets del studera förhållandena på platsen inför OS 1968. För resorna hade SAS ställt två biljetter Stockholm—New York t.o.r. till förbundets förfogande. En hel del erfarenheter, som är till hjälp för den fortsatta planeringen för OS, inrapporterades av Bo Alm efter hemkomsten. De tre deltagarna fick pröva på svårigheterna att både träna och tävla på hög höjd. Tillsammans med erfarenheterna från träningslägret i Font Romeau under sommaren bör våra experter nu kunna bestämma upplägningen av våra förberedelser inför vårt deltagande i OS. Tävlingsmässigt lyckades alla tre deltagarna bra med tanke på motståndet. Tyvärr insjuknade Peter Feil före sitt deltagande på 200 m fjäril i en magåkomma och kunde icke ställa upp. Han hade före detta presterat bra träningstider. På 100 m fjärilsim noterade han 1.01,3, vilket gav honom en 6:e plats. Hans Ljungberg deltog i tre grenar 200 och 400 m medley samt 200 m ryggsim, där han sensationellt tog en andraplats på den korta medleysträckan och gick in på 4:e plats på den längre liksom i ryggsimmet. Elisabeth Ljunggren simmade till sig 4:e platsen på såväl 400 m som 800 m frisim. Alla tre gick till final i de grenar de deltog i och med placeringarna de nådde måste både de och vi vara helt nöjda.

För att sammanfatta och delge de tränare, som har OS-kandidater, erfarenheterna av höghöjdsträningen, samlades dessa i Stockholm 17—18 nov. till konferens med simkommittén, varvid även riktlinjer för den fortsatta OS-träningen drogs upp. (Utförligt reportage i Simsport nr 12 och 12B).

USA-gala

Det internationella utbytet avslutades för året genom att vi fick besök av en representativ trupp från USA, som gjorde en europaturné med tävlingar i England, Sverige och Västtyskland. I truppen ingick flera av USA:s bästa simmare med Mark Spitz, Debbie Meyer, Claudia Colb i spetsen. Vid tävlingarna, som gick i *Halmstad den 5 oktober*, slog amerikanarna icke mindre än 7 rekord på 25-m-bana. Våra svenska deltagare gjorde trots övermäktigt motstånd gott ifrån sig, och flera USA-simmare fick se sig slagna av dem. Thomas Jonsson noterade ett fint svenskt rekord på 100 m bröstsim med tiden 1.09,5. Tävlingarna, som blev en succé ur arrangörs- och tävlingssynpunkt, gick även ihop ekonomiskt tack vare bidrag från TV och Halmstad stad. SK Laxen gjorde som medarrangör ett mycket gott arbete och skall ha tack för en förnämlig insats. (Simsport nr 11/67).

MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR

SM på 800 m frisim herrar arrangerades i Stockholm den 5 februari och simmades i Forsgrenska badet. Lester Eriksson försvarade sin titel och vann på den nya rekordtiden 9.05,2 före Olle Ferm, som satte nytt östgötarekord med tiden 9.10,4. (Simsport nr 3/67).

Ett svenskt rekord och tre mästerskapsrekord sattes, då *Inomhus-SM* avgjordes i Västerås 18—19 mars. Det svenska rekordet sattes på 4×100 m ryggsim av Upsala S damlag, som först underskred 5 minuter genom att notera tiden 4.59,3. Herrarnas 200 meter fritt blev en synnerligen fin tävling med fem man på 2.02 och bättre med Lester Eriksson i topp 1.59,5, Ferm 2.01,3, Sven von Holst 2.01,4 och poliserna Jan Lundin och Bo Westergren 2.02,0. Finns här stommen till 4×200-laget för OS på 8 min blankt eller därunder? 200 m bröstsim för damer vanns sensationellt av Agneta Haraldsson, som sänkte sitt rekord med nära 7 sekunder, från 3.03,8 till 2.57,0, och slog hela det övriga elitfältet med Yvonne Brage i spetsen. (Simsport nr 5/67).

SM i livräddning och 400 m bröstsim gick för andra året i följd i Hjo den 18 juni. Bröstsimmet vanns som väntat av Thomas Jonsson och Yvonne Brage medan "livräddarguldet" hämtades hem av Gunnar Larsson, Malmö, respektive Eva Schiller, Eskilstuna. (Simsport nr 8—9/67).

Inomhusmästerskapen i simhopp var i år sammanslaget till ett tredagarsprogram och avgjordes i Halmstad 10—12 mars. Genom att tävlingen omfattade tre grenar 1 och 3 m svikt samt 5 m trampolin, blev den på gott och ont kvalitativt sett, då hopparna uppenbarligen hade svårigheter hålla sig i form på alla höjderna samtidigt. Ett undantag var Ulrika Knape, som genomförde en strålande serie i höga hopp, där hon tog sitt första mästerskap och därigenom dokumenterade sig med sina 11 år, som den yngsta mästarinnan genom tiderna, alla katego-

MYRMALMSKIOSKEN

THORBORG HARALDSSON

FINSPÅNG — TELEFON 113 84

VÄLSORTERAD INOM

TOBAK — TIDNINGAR — CHOKLAD

REKOMMENDERAS

När det gäller

BLOMMOR

EDQVISTS EFTR.

BLOMSTERHANDEL

Centrumhuset

FINSPÅNG

Telefon 102 05, 100 56

SONSTORPS

MEK. VERKSTAD

Telefon 0122/602 63

Bost.-tel. Roger Sandberg 151 21

Jan Johansson 147 41

Utför Byggnadssmide, Oljetankar

Svarv- & Fräsarbeten

HUSMÖDRAR!

Vänd Eder till oss med Edra tvättproblem!
Vi tvättar såväl kulört som vittvätt, täcken,
filtar, mattor och blåkläder.
Ni kan även komma och självtvätta till
reducerat pris.

RING 0122/290 59

LOTORPS

TVÄTTSTUGEFÖRENING

uno-X

BENSINSTATION

Bensin 98 oktan 88 öre. Diesel 60 öre.
Tvätt 5 kr. Smörjning 7 kr.

Vintergatan 12 — MOTALA

Nattjour.
Underredsbehandling till marknadens
lägsta pris.

RESTAURANG TERMINAL

VINTERGATAN 15 — TELEFON 0141/506 16

MOTALA

Modern självservering

Beställningar av alla slag mottages

Även i hemmen

rier. Tord Andersson vann herrarnas samtliga grenar. (Simsport nr 4/67).

Fjolårets mästare *inomhus i vattenpolo* Tunafors SK höll på att missa slutspelet i årets mästerskap. Laget hamnade på tredje plats i div. I norra efter en seg strid med Västerås SS, som avgjordes i sista omgången. Efter seger med 12—4 i kvalmatch mot Jönköping gick man vidare till slutspelet och där överraskade man expertisen med att taga hem mästerskapet efter ett strålande spel framför allt mot allmänt segertippade SKK. Neptun belade tredjeplatsen efter att ha spelat oavgjort mot Tunafors, vilket numera är ett normalt resultat mellan dessa båda lag. Ran hamnade på fjärde och sista plats.

SM utomhus i simning och hopp arrangerades för första gången på över 20 år i Skåne och de gick i det nya tjusiga "Citadellbadet" i Landskrona, vilket invigdes på SM:s första dag av förbundets ordförande Lars Schött. Ceremonien förrättades omedelbart före första dagens försök med musik och medaljutdelning till förtjänta tillskyndare av badets förverkligande. Enligt samstämmiga uttalanden av församlad simexpertis var detta det bästa sim-SM, som hittills arrangerats. 2 europarekord, 16 svenska rekord, 29 mästerskapsrekord, 95 distriktsrekord och ett oräknat antal personliga rekord sattes.

Ingvar Eriksson och Peter Feil, gav SM en strålande start genom att i en rasande duell båda simma under europarekordet på 200 m fjärilsim i tävlingarnas första finalgren. Ingvar vann på den nya rekordtiden 2.09,4 med Peter som tvåa med 2.09,9. Elisabeth Ljunggren ville icke vara sämre och satte på torsdagen ett prydligt svenskt rekord på 400 m frisim med tiden 4.46,2 och avslutade på fredagen med att på 800 m frisim sätta tävlingarnas andra europarekord med tiden 9.53,7. Hasse Ljungberg befäste sin ställning som vår bäste allroundsimmare genom att slå tre svenska rekord, 200 m ryggsim, 200 och 400 m medley, bli tvåa på 400 m frisim efter Sven von Holst, tvåa på 100 m ryggsim efter Hans Tegeback, bli 4:a på 1500 m frisim och dessutom medverka i sin klubbs lag i alla tre lagkapperna. Bästa klubb vid detta SM blev Stockholmspolisen med 65 poäng, följt av Neptun med 63 samt Bromma SS och Eskilstuna SS 50. I den sammanlagda poängstriden drog Stockholmspolisen ifrån och hade nu 129 poäng. Malmö S gick fram till delad andraplats med SK Neptun genom att samla 109 poäng. (Simsport nr 8—9/67).

Tunafors SK tog även hem årets *utomhusmästerskap i vattenpolo* och ordningen blev densamma som föregående år, alltså silver till SKK och brons till Västerås SS. (Simsport nr 10/67).

JSM i simning hade i år förlagts till övre Norrland och gick i Luleå 14—15 oktober. Tävlingarna blev en både sportslig och arrangörsmässig succé, där Bosse Westergren, Polisen, blev det stora namnet. Han vann fyra individuella grenar, 100 fritt 55,4, 400 fritt 4.25,4, 100 fjäril 1.00,2 och 200 medley 2.20,4. Han deltog dessutom i de båda lagkapperna, där Polisen belade en andra- och en fjärdeplats. Ingrid Gustavsson, Luleå, vann två titlar 100 m frisim på 1.03,5 och 100 m fjärilsim på 1.08,7, vilket var mästerskapsrekord. Agneta Haraldsson, Lycksele förbättrade nu sin tid från inne-SM 2.57,0 till 2.53,2, vilket gav henne en andraplats efter Yvonne Brage, som noterade 2.50,2. Luleå SS blev bästa klubb med 65 poäng, följt av Stockholmspolisen med 53 och Upsala S 40. (Simsport nr 12/67).

JSM i vattenpolo, som avslutade årets mästerskapstävlingar, spelades i november med finalomgången i Västerås. SKK blev för första gången juniormästare efter att ha vunnit samtliga matcher. Tvåa blev Västerås SS och trea Tunafors SK. (Simsport nr 12B/67).

SUM-SIM fortsätter att expandera och i år noterades 83.105 starter i massmönstringen. Rekord naturligtvis och deltagarantalet var 32.064 fördelade på 16.794 pojkar och 15.270 flickor. Bestämmelserna för årets regions- och riksfinal hade förändrats genom att sträckorna förlängts och årsklassindelningen ändrats. Denna omläggning blev en klar succé enligt uttalande från såväl ledare som aktiva. Många fina resultat nåddes vid riksfinalen, som återigen var förlagd till Gävle. Pär Eriksson var tävlingens store och vann fem grenar. (Simsport nr 12/67).

Skol-SM i simning och hopp avgjordes i Falköping med Falköpings SS som arrangör. Många bra resultat nåddes.

Junior-SM i hopp avgjordes i Stockholm 14—15 juni omedelbart före den årliga träningskursen i simhopp. Maths Lindberg, Karlstad och Gunilla Henrikson, GKK, dubbelsegrade genom att med klar marginal vinna såväl svikt som höga hopp. (Simsport nr 8—9/67).

RM i konstsim arrangerades den 7—8 oktober i Karlskoga. Norrtälje SK lade beslag på samtliga mästerskapstitlar. Solomästarinna Barbro Holst, parmästarinnor Barbro Holst och Lena Björklund samt mästarinnor i lag Barbro Holst, Lena Bengtsson, Eva Bengtsson och Anna-Karin Alvén. I nybörjartävlingen segrade Anette Eriksson, SK Neptun. Tävlingarna samlade 22 deltagare, varav 17 i individuella tävlingar. Partävlingen omfattade 5 par och lagtävlingen 3 lag.

ÅRETS BÄSTA SM-KLUBBAR

1. Stockholmspolisens IF	173,5	SM-poäng
2. Malmö Simsällskap	128	„
3. SK Neptun	120	„
4. Göteborgs KK	111	„
5. Upsala Simsällskap	108,5	„

Poängen är s.k. rösträttspoäng och är summerad enligt principen 7—5—4—3—2—1 för såväl individuell som lagplacering i SM för såväl seniorer som juniorer.

Dessa fem ovanstående klubbar erhåller rösträtt vid 1968 års förbundsmöte.

SVENSKA REKORD

En mängd nya svenska rekord har noterats under året och den vid årsskiftet 1967—68 gällande rekordlistan finns införd i Simsport nr 12B för såväl 25 m som 50 m bana.

HEDERSMÄRKET

Hedersmärket har av styrelsen tillerkänts följande simmare som uppnått stipulerade 10 poäng: Ingrid Gustavsson, Luleå SS, Thomas Jonsson, Skövde SS, Hans Tegeback, Sundsvalls SS, Ulla Jäfvert, Västerås SS.

STANDARDMEDALJER I GULD

Standardmedaljer i guld har erövrats av följande:

Yvonne Brage, Skövde SS, 100 m bröstsim 1.18,7. Vera Kock, Timrå AIF, 200 m frisim 2.19,0. Ingrid Gustavsson, Luleå SS, 100 m fjärilsim 1.07,4. Olle Ferm, Norrköpings KK, 200 m frisim 2.01,3. Sven von Holst, SKK, 200 m frisim 2.01,4. Glen Bengtsson, S 02, 200 m frisim 2.02,0. Thomas Jonsson, Skövde SS, 100 m bröstsim 1.10,0. Gunnar Larsson, Malmö SS, 400 m frisim 4.21,7. Peter Feil, Eskilstuna SS, 800 m frisim 9.07,8. Peter Feil, Eskilstuna SS, 1500 m frisim 17.25,2. Peter Feil, Eskilstuna SS, 400 m medley 5.00,1. Gunnar Larsson, Malmö SS, 1500 m frsim 17.34,0. Hans Tegeback, Sundsvalls SS, 200 m ryggsim 2.15,7. Hans Ljungberg, Bromma SS, 400 m medley 4.54,6.

LILLA HEMBAGERIET
Poppelgatan 4 — Telefon 107 26
MOTALA
Rekommenderar sina tillverkningar av gott Kaffebröd och Matbröd

JEANS i stor sortering
BYXAN EKIPERING
Cityhuset — MOTALA
Telefon 0141/100 30

SKOR
i bekväma läster och god passform finnes hos oss
VIVÖ-SKOR
Kyrkogatan 8 — MOTALA — Telefon 121 33
Skorep. utföres snabbt och väl

Gunnarssons Herr & Damfrisering
Östermalmsgatan 99 — MOTALA
Telefon 133 93
Allt inom modern hårvård
Moderna Frisyrer
Stilfulla brudklädslar

MÖBLER
ARMATURER
MATTOR
KRYSANDERS
Strandvägen 51—53, MOTALA
Telefon 103 17
Rekommenderas

SCHÖNNINGS KIOSK
Telefon 191 60
Charlottenborg, MOTALA
Tobak — Tidningar — Fullständigt sortiment av Ratos rökpipor
Kylda läskedrycker
Frukt & Konfektyr — G-B Glass
Ombud för Tipstjänst
Internationell Press

OLLES CYKEL & MOTOR
Järnvägsgatan 22
MOTALA
Telefon 174 89
Vespaservice
Cykel-, MC- och Mopedreparationer
Försäljer Cykelr och Mopeder

Ingeniörsfirma
VIKTOR NEILAN
Fabriksorganisation - Arbetsstudier
Ackordssättning — Arbetsförenkling
Operationsanalyser
Telefon 0141/185 51 — 183 09
Box 124 — MOTALA

Måleriföretaget
INGVAR ANDERSSON
tel. 0141/107 10 MOTALA

BRÖDERNA HEDLUNDS RÖR
MOTALA
Telefon 112 15, bostad 127 39, 140 29
Alla inom branschen förekommande arbeten
Även Olje-installationer

ELEKTRA INSTALLATIONS AB
Urban Hjärnes väg 13 — MOTALA
Telefon 125 23, 189 75
Elektriska installationer — Rep. av El-apparater
Försäljning av Spisar — Kylskåp — Frysboxar — Tvättmaskiner m. m.

Vätterhalls Café - Vättervågens Pensionat
Fru Anna-Stina Ginman
VARAMOBADEN — Telefon 0141/124 38
Gott kaffe — Hembakat bröd
Våfflor
Beställningar emottages
Öppet året runt

SERIEVERKSAMHETEN

Svenska Simserien div. I, vanns av Stockholmspolisens IF i herrklassen och av Göteborgs KK i damklassen. I och med genomförandet av årets tävling nedlägges serien enligt styrelsebeslut.

Rikstävlingen i simhopp 1966—67 genomfördes liksom föregående år i 3 deltävlingar i hemmabassäng och med en avslutande riksfinal, som avverkades i Finspång 13—14 maj. På pojksidan var det Värmland som hade de bästa hopparna men med sina överlägsna flickor hade Göteborgsklubbarna ingen större svårighet att taga hem totalsegern i samtliga klasser. Notabelt var också att MS:s juniorsektion gjort stora framsteg. (Simsport nr 6/67).

Serieverksamheten i vattenpolo har som tidigare år genomförts i två divisioner, div. I och div. II, såväl inomhus som utomhus. (Se nationella mästerskapstävlingar).

KURSVERKSAMHETEN

RF och Simförbundet arrangerade den sedvanliga instruktörskursen på Bosön 1—6/5.

Fyra läger har arrangerats för yngre simmare, som var aktuella för EJM, två för flickor, Södertälje och Båstad, och två för pojkar, Timrå och Ronneby. Dessutom arrangerades två specialläger, ett i Hjo för bröstsimmare och ett för fjärilsimmare i Stockholm.

I konstsim har två kurser för aktiva och instruktörer genomförts, dels i Göteborg och dels i Karlskoga i samband med RM.

För våra hoppinstruktörer anordnades under året fyra kurser, dels i Stockholm i april och juni, dels i Helsingfors i augusti i samband med Europacupen och dels i Stockholm i januari 1968, då den mexikanske olympiahopparen Alvaro Gaxiola fungerade som kursledare och där även landslagskandidaterna deltog. Det traditionella veckolägret för juniorer var förlagt till Stockholm 16—22 juni.

Den större siminstruktörskursen på Bosön, som skulle hållas i november måste på grund av för få deltagare avlysas, vilket var beklagligt. Riktlinjer för kursverksamhetens uppläggning är under utarbetande.

Vid USA-galan i Halmstad hade landets tränarkår sammankallats till en konferens för att studera de amerikanska simmarna i träning och tävling samt utbyta erfarenheter med USA-tränarna i truppen.

I samråd med Simfrämjandet hölls en gemensam märkeskonferens i Dagens Nyheters lokaler den 6 maj vari deltog de ombud som handhar de båda organisationernas märkesverksamhet samt representanter för Dagens Nyheter.

SIMMÄRKEN

Märkesstatistiken redovisas enligt följande:

Ungdomens simmärken och kandidatmärket:

År	Fisken	Järn	Brons	Silver	Guld	Summa
1963		64.101	31.352	18.563	11.955	125.971
1964		65.680	32.363	23.871	10.665	132.579
1965		50.832	23.746	18.526	11.155	104.259
1966		81.306	46.743	31.394	21.686	181.129
1967	81.040	68.247	34.849	32.721	22.818	239.675

Magistermärket

År	Järn	Brons	Silver	Guld	Emalj	Summa
1963	5.249	5.769	2.803	2.023	305	16.149
1964	4.451	6.981	2.247	1.587	271	15.536
1965	5.455	4.976	2.287	1.744	285	14.747
1966	9.833	8.180	5.446	2.761	415	26.635
1967	8.032	7.828	4.669	2.848	418	23.795

Påbyggnadsplaketten och elitmärket

År	Brons	Silver	Guld	Elit	Summa
1963	191	55	37	51	334
1964	246	74	46	46	407
1965	186	44	41	59	330
1966	278	95	42	42	457
1967	228	162	60	117	567

Simhopparmärket

År	Järn	Brons	Silver	Summa
1963	589	105	21	715
1964	681	198	17	896
1965	501	140	16	657
1966	999	22	2	1023
1967	512	19	6	537

Simborgarmärket

År	Summa
1963	109.800
1964	110.405
1965	110.704
1966	162.150
1967	

Simfrämjandet

Simförbundet har liksom alla tidigare år haft ett mycket gott samarbete med Simfrämjandet. Simborgarmärket liksom Simlotteriet är ju ett gemensamt ekonomiskt intresse för båda och ur rådgivande synpunkt har vi den gemensamma badbyggnadstekniska kommittén, vars ledamöter utses ur båda organisationerna.

Simborgarsommaren 1967 var mycket god och då denna berättelse skrives, kalkyleras preliminärt med ett resultat som ligger över 1966 års rekordnotering på 162.150 märken. Vid årsmötet kommer den exakta siffran att kunna meddelas.

Förbundets ledamöter i Simfrämjandets styrelse har under året varit Sigfrid Heyner, Lars Schött och Gösta Ölander. Förbundets revisorer i Simfrämjandet har varit Lars-Olow Nyberg med Stig Ohlsson som suppleant. Reine Milger har varit ledamot i Simborgarkommittén fram till sin avgång 15/8, varefter Stig Lindahl intog hans plats.

TIDSKRIFTEN SIMSPORT

Förbundsorganet Simsport utkom med sin 22:a årgång i 11 nummer, varav ett dubbelnummer (nr 8—9).

INTERNATIONELL REPRESENTATION

Förbundets hedersordförande, Bertil Sällfors, är vice president i FINA och sekreterare i LEN. Gösta Ölander och Henry Runströmer är ledamöter av FINA:s och LEN:s hopp- resp. simkommitté.

SOK och RF

Bertil Sällfors är förbundets representant i Sveriges Olympiska Kommitté och medlem av dess arbetsutskott. Birgitta Hjalmarson är förbundets representant i RF:s kommitté för kvinnlig idrott.

PRESS, RADIO och TELEVISION

Förbundets har haft ett gott samarbete med press, radio och TV. Ett varmt tack riktas speciellt till tidningen Expressen för

EH

det värdefulla ekonomiska och publicistiska stödet åt SUM-SIM-tävlingarna. Ett tack också till Dagens Nyheter för dess värdefulla stöd och propaganda för simborgarmärket.

KANSLIET

Reine Milger, som under en intensiv 2-årsperiod skickligt beklätt posten som förbundets generalsekreterare, slutade sin anställning den 15 augusti och återgick till lärarbanan. Som efterträdare anställde förbundet Stig Lindahl, som sedan den 1 dec. 1966 varit konsulent i förbundet. Som ny konsulent efter denne har förbundet anställt Ernst W. Lindahl, som tidigare varit konsulent hos Svenska Gångförbundet.

I simsammanhang har han tidigare varit verksam inom IFK Stockholms simsektion, under en följd av år. Han har dessutom varit siminstruktör i USA under några år.

UTMÄRKELSER 1967

Förtjänstmedalj i guld

Nils Eric Paulson, Örebro.

Förtjänsttecken i förgyllt silver

Reine Odell, Göteborg.

Förtjänsttecken i förgyllt silver

Gunnar Backlund, Östersund. Bengt Blomqvist, Östersund. Per Gunnar Bresky, Landskrona. Sten Henning Gradvall, Linköping. Frank Hallenberg, Halmstad. Sven Hallenberg, Sala. Rune Hallqvist, Landskrona. Nils Håkansson, Borlänge. Stina Håkansson, Göteborg. Leif Larsson, Borlänge. Björn Lind, Borlänge. Åke Lindhgren, Stockholm. Bertil Ljungberg, Bromma. Stenowe Nyström, Sala. Alfhild Petrén, Landskrona. Björn Pettersson, Linköping. Kerstin Pettersson, Göteborg. Lennart Pettersson, Oskarshamn. Milton Pettersson, Oskarshamn. Vivi Petersson, Landskrona. Lars Sjölin, Östersund. Einar Storvik, Karlskoga. Folke Vinstrand, Halmstad. Sven Åke Åhs, Sala.

Förtjänstdiplom

Curt Alsterlund, Kristianstad. Gunnar Bergman, Gävle. Per A. Borgström, Borlänge. Annie Broström, Stockholm. Arne Bryhn, Skövde. Magnus Carlsson, Karlstad. Edvin Dahl, Solna. Lisbeth Dahl, Solna. Rolf Dahlin, Östersund. Berit Dellermark, Göteborg. Margit Edén, Borlänge. Lars Edstedt, Luleå. Willhard Eklöf, Solna. Rickard Ericsson, Ystad. James Falkman, Kristinehamn. Ingrid Gerling, Linköping. Kajsa Gustavsson, Göteborg. Jan Hallenberg, Sala. Marianne Hederstrand, Göteborg. Ulf Hägglund, Halmstad. Sven Olof Johansson, Borlänge. Karl Hugo Larsson, Skövde. Ingrid Lilja, Göteborg. Gunvor Ljungberg, Bromma. Roy Ljungberg, Halmstad. Torsten Lund, Ystad. Per Inge Nilsson, Linköping. Ingrid Ohlsson, Östersund. Stig Ohlsson, Östersund. Carl Gustaf Rosenqrantz, Halmstad. Maj Sjöberg, Skövde. Gunilla Svensson, Göteborg. Roger Taflin, Lycksele. Börje Westerdahl, Östersund. Åke Westlund, Stockholm. Carl Wulff, Ystad. Larry Wickström, Östersund. Erik Åkerström, Gävle. Sven Erik Österberg, Borlänge.

Hedersplakett i silver

Pål Berggren, Landskrona. Harald Schoug, Landskrona.

Hedersplakett i brons

Birger Freedner, Tierp. Axel Sturesson, Växjö. Charles Söderström, Sala. Folke Widén, Tierp.

EKONOMI

Anslag

Under det gångna året har förbundet erhållit följande anslag för sin verksamhet:

Förvaltningsbidrag	50.000: —
Konsulentverksamhet	27.500: —
Kurs- och instruktionsverksamhet	65.000: —
Distriktsorganisationernas verksamhet	95.750: —
Kongresser och int. samarbete	20.000: —
Materialanslag	25.000: —
Filminköp	8.000: —
RPK:s forskningsanslag	6.000: —
Sveriges Olympiska Kommitté	48.000: —

Nils Backlunds Minne

Under året har ur Nils Backlunds Minnesfond utdelats ett stipendium å kronor 1.000: — till Bo Wilson, Luleå.

REVISIONSBERÄTTELSE

Undertecknade, utsedda att granska Svenska Simförbundets räkenskaper och förvaltning för arbetsåret 1 januari — 31 december 1967, får efter verkställt uppdrag avgiva följande berättelse.

För fullgörande av vårt uppdrag har vi tagit del av förbundets räkenskaper, protokoll och övriga handlingar som lämnar upplysning om förbundets ekonomi och förvaltning, även som inventerat förbundets värdehandlingar, bank- och kassatillgodohavanden samt deltagit i inventeringen av varulagret.

Räkenskaperna har siffergranskats genom undertecknad Heyners försorg. Balans- samt vinst- och förlusträkningarna slutade å kr 562.842: 74 respektive kr. 574.009: 68, överensstämmer med förbundets räkenskaper.

Då vi icke har några erinringar att göra mot förbundets bokföring, inventeringen av dess tillgångar eller i övrigt beträffande omhänderhavandet av förbundets verksamhet tillstyrker vi att årsmötet fastställer den av styrelsen framlagda balansräkningen och att styrelsen beviljas ansvarsfrihet för den tid revisionen omfattar.

Stockholm den 3 februari 1968

A. Ljungqvist	S. Heyner
Av Riksidrottsförbundet utsedd revisor	Svenska Simförbundets revisor

Tillgångar, skulder och eget kapital 1/1 1967

Kassa, bank och postgiro	304.331: 44	
Pensionsmedel—bank	50.414: 53	354.745: 97
Depositioner		2.573: 66
Obligationer		16.000: —
Fordringar av diverse personer		70.197: 83
Kontorsinventarier		4.027: 30
Lager av simmärken etc.		47.865: —
Kronor		495.409: 76

Skulder och eget kapital

Källskatter	11.119: —
Pensionsmedel	50.414: 53
Nils Backlunds Minnesfond	4.651: 51
Skulder till diverse personer	206.880: 30
Oredovisade anslag	147.500: —
Kapital balanserat	74.844: 42
Kronor	495.409: 76

Vinst- och förlusträkning 1/1 — 31/12 1967

Intäkter

Simmärken	353.451: 01		
Simborgarmärket	119.561: 01		
Diplom, materiel	169.381: 96	642.393: 98	
./. föreningsrabatter		118.410: 83	523.983: 15
Räntor och obl.vinster			14.800: 28
Ärsavgifter			6.080: —
Brevskolan			2.349: 10
Simlotteriet			12.000: —
Simsport			14.797: 15
Kronor			574.009: 68

Kostnader

Kanslikostnader		180.629: 46	
./. förvaltningsbidrag		40.000: —	140.629: 46
Styrelsen	19.516: 23		
Kommittéerna	5.951: 85	25.468: 08	
./. förvaltningsbidrag		10.000: —	15.468: 08
Tävlingar	287.210: 96		
./. tävlingsinkomster	125.000: —		
./. SOK-anslag	30.000: —		132.210: 96
Kommittéernas verksamhet		170.949: 18	
./. RF-anslag		65.000: —	105.949: 18
Konsulentverksamheten	39.914: —		
./. RF-anslag	27.500: —		12.414: —
Föreningsbidrag SM			29.680: —
Föreningsbidrag (instr. o. trän.v.)			25.520: —
Föreningsbidrag SUM-SIM			4.800: —
Föreningsbidrag utlandsresor			5.000: —
Distriktens verksamhet		95.750: —	
./. RF-anslag		95.750: —	—:—
Idrottsmateriel	31.781: —		
./. föreningsinbetalning	6.781: —		
./. RF-anslag	25.000: —		—:—
Utmärkelser och uppvaktningar			7.243: 66
Representation			3.269: 35
Filmer och reklam			2.976: 75
Upptagning av filmslingor		30.403: 68	
./. RF-anslag		8.000: —	22.403: 68
Läkare o. obl. undersökning			2.373: 91
Rese- o. olycksfallsförsäkring			3.900: —
Kongresser och int. samarb.		17.400: 40	
./. RF-anslag		17.000: —	400: 40
OS-förberedelser	69.880: 83		
./. SOK-anslag	18.000: —		
./. RPK:s forsk.anslag	6.000: —		45.880: 83
Årsmötet			1.551: 20
Årsavgifter			1.795: 75
Skatter			1.088: —
Landslagsdräkter			1.180: 45
Avskriv. (kontorsinvent.)			4.026: 30
Avskrivn. (fordr. av div. pers.)			1.869: 88
Överskott för verksamhetsåret			2.377: 84
Kronor			574.009: 68

Tillgångar, skulder och eget kapital 31/12 1967

Kassa, bank och postgiro	383.087: 73	
Pensionsmedel—bank	50.414: 53	433.502: 26
Depositioner		2.836: 19
Obligationer (dagsvärde 31/12—67 16.050: —)		16.000: —
Kontorsinventarier		1: —
Lager av simmärken etc.		47.997: 95
Fordringar av div. personer		62.505: 34
Kronor		562.842: 74

Skulder och eget kapital

Källskatter		11.393: —
Pensionsmedel		50.414: 53
Nils Backlunds Minnesfond		3.979: 25
Skulder till div. personer		245.083: 70
Oredovisade anslag		174.750: —
Kapital balanserat	74.844: 42	
Överskott för verksamhetsåret	2.377: 84	77.222: 26
Kronor		562.842: 74

PROPOSITIONER

1. Medlemskap i Simförbundet — Riksidrottsförbundet

Styrelsen föreslår årsmötet att sista stycket i regel 104 "Förening kan utan att tillhöra Riksidrottsförbundet . . . Riksidrottsförbundet." utgår.

Enligt RF:s nuvarande regler är medlem i Simförbundet därigenom automatiskt medlem i Riksidrottsförbundet.

2. Förenings rösträtt vid simförbundsmöte

Med anledning av att JSM i simning utgår som mästerskap, föreslår styrelsen årsmötet att ordet juniorer i regel 111 4:e styckets första mening utgår. Meningen får därigenom följande lydelse:

"Vid simförbundsmöte har även de vid närmast föregående års svenska mästerskap för seniorer 5 bästa föreningarna rätt att låta sig representeras, var och en av 1 ombud med 1 röst."

3. JDM i simning

Med anledning av att JSM i simning utgår ur tävlingsprogrammet och JDM skall kvarstå, föreslår styrelsen årsmötet ändra texten i regel 821 Simning: c) till följande:

"JDM enl. av styrelsen årligen fastställt program."

MOTIONER

1. Östergötlands Simförbund ang. tillägg till representationsbestämmelserna kapitel II regel 224:

"Östergötlands Simförbund ber härmed få inlämna nedanstående motion beträffande tillägg till representationsbestämmelserna, kapitel II regel 224.

Följande tillägg föreslås:

Dock äger simmare, vars förening ej deltager i SM, JSM, DM, JDM eller annan av Svenska Simförbundet sanktionerad serie i vattenpolo, rätt att representera annan förening i vattenpolo.

Anm. Simmare som uppnått seniorålder och vars förening endast deltager i juniorsammanhang enl. ovan, äger rätt att representera annan förening i vattenpolo.

Motivering:

Med detta tillägg ges simmare från småklubbar och från klubbar utan möjlighet att utöva vattenpolo tillfälle till detta. Vattenpolosporten kommer även att breddas, då klubbar som tvekar att anmäla sig till seriesystemet anmäler sig, om de får möjlighet att använda sig av en eller flera simmare från en närliggande klubb, som ej har vattenpolo på sitt program

— — — — — —

Styrelsen anser sig nu icke beredd tillstyrka Östergötlands

Simförbunds motion, men föreslår att styrelsen får årsmötets uppdrag att utreda frågan till årsmötet 1969.

2. Smålands Simförbund ang. tolkningstillägg till regel 414 e gällande bröstsim:

"I samband med bröstsimslopp har det vid upprepade tillfällen inom distriktet förekommit kontroverser mellan tävlingsfunktionärer beroende på olika tolkning av regel 414 mom. "Från det ögonblick, då simmaren efter start eller vändning påbörjar det andra simtaget, skall alltid någon del av huvudet vara ovanför vattenytan".

I anledning härav får Smålands Simförbund motionera om ett tillägg till regel 414 innebärande en entydig tolkning av ifrågavarande moment."

— — — — —

Styrelsen avstyrker Smålands Simförbunds motion ang. ett tolkningstillägg till regel 414 e, då nuvarande skrivning täcker den aktuella frågeställningen. Beslutades att en muntlig redogörelse betr. regelns innebörd skulle göras vid årsmötet.

3. Smålands Simförbund ang. återinförande av lagsim i fjäril-, bröst- och ryggsim

"Enligt Svenska Simförbundets stadgars regel 801 anordnas SM inomhus årligen i grenar, som fastställts av styrelsen och enligt regel 821 skall DM inomhus arrangeras enligt SM inomhus.

I simsport nr 12/1967 finnes programmet för 1968 års inomhus-SM publicerat. Av detsamma framgår att lagkapperna i bröstsim, ryggsim och fjärilsim borttagits, vilket således även skall ske på inomhus-DM.

Smålands Simförbund finner det nu beslutade borttagandet av större delen av lagkapperna på inomhus-programmet såsom ett steg i fel riktning för simningens breddarbete — i varje fall på distriktsplanet. Lagkapperna är för de flesta klubbar dels en mycket populär tävlingsform och dels en möjlighet att stimulera "andraplans-simmare" till en hårdare satsning.

Smålands Simförbund får därför motionera om återinförande av lagkapper på inomhusmästerskapen i samtliga simsätt och kombinationer därav."

— — — — —

Styrelsen avstyrker Smålands Simförbunds motion om återinförande av berörda lagsimningar med hänvisning till det vid distriktsledarkonferensen i Stockholm i januari 1967 antagna förslaget till inomhusprogram fr.o.m. 1968, som enbart skulle gälla olympiska distanser. Om distrikten så önskar, äger de givetvis rätt arrangera lagsim i de aktuella grenarna på eget initiativ.

SVENSKA SIMFÖRBUNDETS FÖRENINGSBIDRAG 1968

1. Instruktörsbidrag

a) (avser simning).

Förening erhåller tränarbidrag på basis av året före erövrade SM-poäng (utom livräddning) och SUM-SIM-poäng. Bidraget utbetalas omkring den 1 februari med 10 kronor per poäng.

Poängberäkning: 7—5—4—3—2—1 och dubbelt i lagsimningar.

b) (avser polo).

Segrande lag i SM-serierna erhåller 500 kr. Andra lag i SM-serierna erhåller 400 kr. Tredje lag i SM-serierna erhåller 300 kr. Fjärde lag i SM-serierna erhåller 200 kr. Femte och sjätte lag i utomhusserien erhåller 100 kr vardera.

Dessutom utges 100 kr per år och spelare till av polokommittén utsedda landslagskandidater. Antal bidrag maximeras till 21 st.

c) (avser hopp).

Till de i Rikstävlingen i simhopp deltagande föreningarna utgår bidrag enligt följande:

I. Ett *grundbidrag* på 50 kr per månad utbetalas till de föreningar, som deltager i minst två av Rikstävlingens tävlingsklasser och som dessutom startat i föregående Rikstävling.

II. Ett *poängbidrag* om 10 kr per poäng till placeringarna 1—6 i SM, JSM och Svenska Ungdomsmästerskapen. Poängberäkning 7—5—4—3—2—1.

Bidraget utbetalas i efterskott per kalenderhalvår.

2. Poängbidrag

(avser simning, hopp och polo)

Förening erhåller utdelning med 5 kr per erövrad SM-poäng, SUM-SIM-poäng och SUM-hopp-poäng. Bidraget utbetalas ca. 1 månad efter den sista poänggivande tävlingen för året.

Poängberäkning! Individuell 7—5—4—3—2—1, lagsimningar 14—10—8—6—4—2 samt i polo 49—35—28—21—14—7.

3. Träningsbidrag

(avser simning)

Bidrag utgår till förening vars medlem kvalificerat sig för deltagande i landslag med 350 kr och ungdomslandslag med 100 kr.

Beloppet utgår en gång per kalenderår och utbetalas omedelbart efter resp. landskamps genomförande.

4. Fribadsersättning

(avser simning, hopp, konstsim och polo)

Bidrag utgår med 100 kr per år och individ efter nominering i landslag, u-landslag, NM eller NJM ävensom till de fyra främsta i varje individuell SM-tävling.

Bidraget utbetalas omedelbart efter landskamp eller mästerskapstävling.

5. Utlandsresebidrag

(avser simning, hopp och polo)

Bidrag enligt 1963 års räjongindelning (med maximering upp till 200 kr per individ) skall efter ansökan utgå till förening, vars simmare under året kvalificerat sig till OS, EM eller landslag och deltagit i av förening arrangerad och bekostad utlandsresa.

Bidrag kan även inom ramen för budgeten utgå till de fyra främsta i samtliga individuella SM-tävlingar (utom livräddning).

Ansökningar skall vara VU tillhanda före 15 oktober.

6. Resebidrag vid SM

(avser simning och hopp)

Resebidrag utgår till deltagare som i final placerat sig på plats 1 t.o.m. 6. För placering 1—3 utgår hel resa. För placering 4—6 utgår halv resa. Bidraget omfattar färdbiljetten tur och retur II klass (ej sovvagn och platsbiljetter) från föreningshemorten till tävlingsplatsen. Är någon form av rabatt beviljad för deltagarna, utges bidrag med hänsyn härtill.

Vid varje SM-arrangemang utges endast en reseersättning till en och samma deltagare.

7. Bidrag till simmateriel

Simmateriel till mycket reducerat pris fördelas efter ansökan på fastställt formulär. Endast föreningar anslutna till Svenska Simförbundet kan ifrågakomma. Ansökan skall för att upptagas till behandling vara förbundet tillhanda före utgången av februari månad. Föreningar, som tidigare icke erhållit simmateriel, har som regel företrädesrätt.

8. Bestämmelser för ekonomisk ersättning till förening som är Simförbundets medarrangör vid tävlingsarrangemang

Arrangerande förening erhåller 20 % på stora nettot (totala bruttot minus badhushyran inkl. vaktpersonal). Dessutom erhåller föreningen programrätten.

Anm. 1. Om tävlingarna televiseras och kontraktet med badet innebär att badhyran utgår på fullsatta läktare, skall dock stora nettot enligt ovan avse den verkliga publiksiffran och dess inträdesavgifter och badhyra motsvarande denna summa. Med andra ord, förbundet svarar för de utökade kostnader i badhyran som televiseringen innebär.

Anm. 2. Vid televisering skall föreningen av förbundet gottgöras för det inkomstbortfall som ev. kan uppstå om TV utnyttjar del av fasta publikplatser.

Föreningen skall senast 1 månad före tävlingsarrangemanget insända på fastställt formulär en kostnadskalkyl över beräknade inkomster och utgifter för Simförbundets granskning och godkännande.

Såvida ej förening uppenbart misskött sina åtaganden garanterar förbundet följande totala ersättning enligt nedan (programrätten inräknas ej).

SM utomhus	1.000: —
SM inomhus i simning	500: —
JSM i simning	500: —
Simlandskamp	500: —
SUM-SIM:s riksfinal	500: —
Annat förbundsarrangemang	100: —

Förbundet kan om så befinnes lämpligt, träffa annan överenskommelse med arrangörsförening. (Ex. Då förbundsarrangemang utgör en mindre del av en större tävling etc.).

Inomhus-SM i Halmstad

SK Laxen inbjuder härmed på uppdrag av Svenska Simförbundet till 1968 års SM inomhus.

Plats:
Simhallsbadet, Halmstad.

Datum:
6—7 april (lördag—söndag).

Tävlingstider: Lördag 6/4:
Försök kl. 11.00. Final kl. 17.00

Söndag 7/4:
Försök kl. 10.00. Final kl. 16.00.

Anmälan:
Anmälningstiden utgår lördagen den 23 mars kl. 24.00. Efteranmälningstiden utgår torsdagen den 4 april kl. 17.00. Se f.ö. Mästerskapsbestämmelserna regel nr 805. Anmälan insändes till Svenska Simförbundet, Sveavägen 29 IV, Stockholm C.

Inkvartering:
Förening som önskar rum i Halmstad under SM-dagarna torde kontakta Hotell Mårtensson, Storgatan 52, Halmstad, tel. 035/11 80 70. Beställningar måste vara gjorda före den 15/3 för att rum med säkerhet skall kunna garanteras.

Läkarintyg:
skall vara förbundet tillhanda före anmälningstidens utgång. Den som inkommer med läkarintyg efter denna tidpunkt betraktas som efteranmäld.

SM-byrån:
SM-byrån finns i Simhallsbadet, ingång genom huvudentrén. Byrån hålles öppen följande tider:

Fredagen den 5 april kl. 09.00—20.00.

Lördagen den 6 april kl. 08.00—18.30.

Söndagen den 7 april kl. 0830—14.00, 15.30—19.00.

I SM-byrån utkvitteras av *en* representant för varje förening kuvert innehållande program, deltagarekort, PM m.m.

Upplysningar:
SK Laxens kontaktman idrottsassistent Jan Andersson, tel. 035/10 03 40.

Tävlingsprogram lördagen.
Försök:
200 m frisim, herrar.
800 m frisim, damer (heat över 1).
200 m bröstsim, herrar.
200 m fjärilsim, damer.
200 m medley, herrar.
200 m ryggsim, damer.
PAUS
4×100 m medley, herrar (heat över 1).
4×100 m frisim, damer (heat över 1).

Final:
200 m frisim, herrar.
800 m frisim, damer (1 heat).
200 m bröstsim, herrar.
200 m fjärilsim, damer.
200 m medley, herrar.
200 m ryggsim, damer.
PAUS
4×100 m medley, herrar (1 heat).
4×100 m frisim, damer, (1 heat).

Tävlingsprogram söndagen.
Försök:
200 m frisim, damer.
800 m frisim, herrar (heat över 1).
200 m bröstsim, damer.
200 m fjärilsim, herrar.
200 m medley, damer.
200 m ryggsim, herrar.
PAUS
4×100 m medley, damer (heat över 1).
4×100 m frisim, herrar (heat över 1).

Final:
200 m frisim, damer.
800 m frisim, herrar (1 heat).
200 m bröstsim, damer.
200 m fjärilsim, herrar.
200 m medley, damer.
200 m ryggsim, herrar.
PAUS
4×100 m medley, damer (1 heat).
4×100 m frisim, herrar (1 heat).

KVALTIDERNA skall vara uppnådda under tiden 1/1 1967 till anmälningstidens utgång den 23/3 1968 i utlyst och till förbundet inrapporterad tävling. Se Simsport nr 1, 1968.

Biljetter till SM-simningarna i Halmstad

Föreningar kan beställa numrerade sittplatsbiljetter till SM i Halmstad den 6—7 april.

Biljettpris: 6: 25.

Förskottslikvid till Simklubben Laxen, Halmstad postgiro 32 44 59 eller med check.

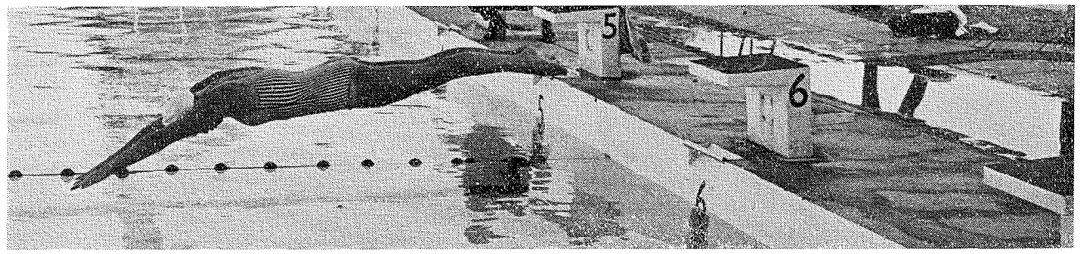
Beställningar och likvid måste vara arrangörerna tillhanda före den 1/4.

EH

RÖSTLÄNGDEN FÖR ÅRSMÖTET

	Antal röster
Blekinge (12 föreningar)	
Frisksportarekl. Kallinge—Ringen	1
IF Kamraterna, Ronneby	1
Karlshamns Simklubb	1
Karlskrona Folkskolas GoIF	1
Karlskrona Läroverks IF	1
Karlskrona Simsällskap	3
Kungl. Flottans IF	1
Kungl. Karlskrona Kustart.	1
Kyrkhults Folkskolas IF	1
Nätraby Skol IF	1
Olofströms IF	1
Sölvesborgs GoIF	1
Bohuslän-Dal (19 föreningar)	
Bengtsfors Boll- o. IS	1
Bovallstrands Simklubb	1
Bullarens Skolförening	1
Dals-Eds Skolidrottsförening	1
Färgelanda Skolidrottsförening	1
Gräskärrs Skolidrottsförening	1
Idefjordens Sportklubb	1
Hunnebostrands Simsällskap	3
Hällungens Fritidsförening	1
Högsäters Rödakorskrets	1
Kungl. Bohusläns Reg:s IF	1
Lysekils Simsällskap	3
Malmöns Simklubb	1
Skärets Simsällskap	3
Smögens Idrottsförening	1
Stigens Skidklubb	1
Uddevalla Simförening	3
Wetteskolornas Simförening	1
Ämåls Simsällskap	3
Dalarna (26 föreningar)	
Avesta Simsällskap	3
Borlänge Simsällskap	3
Born Fritidsförening, Orsa	1
Dala-Floda IF	0
Falu Simsällskap	3
Fors Idrottsklubb	1
Färnäs SK	1
Gagnefs Skolidrottsförening	1
Gränges SS	3
Hed-Garp Skolidrottsförening	0
Hedemora Simsällskap	3
Idrottsklubben Heros	1
Husby Skolidrottsförening	1
Häradsbygdens Simsällskap	1
Idre Sportklubb	0
Idrottsklubben Jarl	0
Krylbo Simsällskap	0
Kungl. Dalregementets IF	1
Leksands Idrottsförening	1
Lima Idrottsförening	1
Ludvika Förening för Idrott	0
Orsa Idrottsförening	3
Stora Tuna Idrottsklubb	2
Svärdsjö IF	1
Vansbro AIK	2
Öje IF	0
Gotland (9 föreningar)	
Fårösunds Skol IF	1
Hemse Skolas IF	1
KA 3 IF, Fårösund	1
Klintehamns Skolas IF	1
Kungl. Gotlands Infanterireg:tes IK	1
Slite Idrottsförening	1
Wisby Simsällskap	3
Visby Folkskolas IF	1
Visby Kom. Flickskolas IF	1
Gästrikland (8 föreningar)	
Gävle Simsällskap	3
Harnäs-Skutskärs SS	3
Hedesunda Idrottsförening	1
Hille Skolidrottsförening	1
Hofors Allmänna Idrottsförening	3
Ockelbo Idrottsförening	1
Sandvikens Simklubb	2
Valbo AIF	1
Göteborg (15 föreningar)	
Chalmers Idrottsförening	0
Göteborgs Damers SS	1
Göteborgs Kappsimningsklubb	3
Göteborgs Kvinnliga IK	1
Göteborgs Polismäns IF	1
Göteborgs Simsällskap	1
Göteborgs Spårvägars GoIF	1
Mölndals Simsällskap	0
Simklubben Najaden	3
Simavdelningen 1902	3
Simklubben Göteborg	0
Simsällskapet Doppingen	1
Dykarklubben Sjöhästen	0
Stegeholms Badgästförening	1
Kungälvs Simsällskap	1
Halland (8 föreningar)	
Fagereds Yrkesskolors IF	1
Frillesås Badförening	1
Getinge IF	1
Halmstads Folkskolors IF	1
Kungl. Hallands Flygflottiljs IF	1
Simklubben Laxen	1
Varbergs Gymnastik- o. IF	1
Varbergs Sim- o. Livräddn. SS	1
Hälsingland (7 föreningar)	
Brobergs Idrottsförening	2
Forsa Idrottsförening	0
Hudiksvalls Simsällskap	2
IFK, Bergvik	1
Iggesunds Idrottsklubb	2
Ljusne AIK	1
Sandarnes Sport- o. IF	1
Jämtland—Härjedalen (11 föreningar)	
Föllinge Idrottsklubb	1
Hogdals Folkskolestyrelse	1
Mörsils Skol IF	1
Ytterhogdals IK	1
Rödöns Skolidrottsförening	0
Simklubben Ägir	1
Östersunds Simsällskap	1
Lits Skol IF	1
Racklöfska Skol IF	1
Wargentinsskolans IF	1
Stuguns SS	1
Medelpad (4 föreningar)	
Sundsvalls Simsällskap	1
Timrå Allmänna Idrottsförening	1
Ånge Simsällskap	1
Sund IF	0
Norrbotten (17 föreningar)	
Bodens Bandyklubb	3
SK GeMa	3
Haparanda SK—Taktik	
Harads IF	1
IF Kamraterna, Arvidsjaur	1
IF Kamraterna, Tärendö	1
Jokkmokks SS	1
Jokkmokks Skol IF	1
Kiruna Simsällskap	3
Korpilombolo GoIF	1
Kgl. Boden Ingenjörskårs IF	1
Kgl. Norrbottens Pansarba:t IF	1
Luleå Simsällskap	3
Malmbergets AIF	0
Munksunds Simsällskap	3
Rantajärvi IF	1
Vittangi SK	0
Närke (22 föreningar)	
Bångbro Idrottsklubb	0
Engelbrekts Skol IF, Örebro	1
Glanshammars Idrottsförening	1
Hallsbergs SK	1
Holmens Skolidrottsförening	0
Hällefors AIF	0
Hällefors Folkskolas IF	1
Karolinska Läroverkets IF	0
Karlslunds IF	3
Lindesbergs Simsällskap	1
Olaus Petriskolans IF	0
Risbergska skolan	0
Ramsbergs Idrottsförening	1
Frisksportarklubben Ramund	1
Sikfors—Bredsjö IF	1
Ställdalens AIK	1
Vasa Skol IF	1
Vedevågs Idrottsförening	0
Yxhults Idrottsklubb	1
Örebro Folkskolors IF	1
Örebro Simsällskap	3
Östansjö Idrottsförening	1
Skåne (47 föreningar)	
Baskemölla Simsällskap	1
Frenninge-Vollsjö GoIF	1
Glimåkra Idrottsförening	1
Glimåkra Simsällskap	0
Hammenhögs IF	1
Hanaskogs Idrottssällskap	0
Helsingborgs SS	3
Herrestads Simklubb	1

Höganäs Simsällskap	1
Höörs Simsällskap	1
Immels Badplatsförening	1
Kappsimningsklubben Karpen	1
KFUM:s GoIF-avd., Kristianstad	0
Kristianstads Sim- o. Livr SS	3
Kgl. Flygkrigssk. IF, Ljungbyhed	0
Kgl. N:a Inf.-reg. I 6, Kristianstad	1
Kämpingebadens Vattenskidklubb	1
Landskrona Simsällskap	3
Limhamns Simsällskap	3
Ljungens Villaägareförening	1
Lunds Universitets GoIF	1
Löddeköpinges Ö:a Folkskolas IF	1
Lönsboda Simsällskap	1
Malmö Simsällskap	3
Marieholms Simsällskap	0
SS Oden, Röstånga	1
Simklubben Poseidon	3
Simklubben Ran	3
Simklubben Triton	1
Simsällskapet Delfin, Knislinge	1
S:t Olofs Idrottsförening	1
IF Scania	1
Simrishamns Simsällskap	1
Skepparkrokens Simsällskap	1
Skånes-Fagerhults Simsällskap	1
Spjutstorps Idrottsförening	1
Friluftsföreningen Sport, Sjöbo	0
Tomelilla IF	1
Torekovs Simsällskap	1
Torsebro Badplats, Bjärlön	1
Trelleborgs Simsällskap	3
Veberöds SS	0
Vinslövs Simsällskap	1
Ystads Simsällskap	3
Åstorps Gymnastikförening	1
Ängelholms Simsällskap	3
Östra Färs Friluftsbad	1
Småland (29 föreningar)	
Alvesta Simsällskap	0
Anderstorps SS	2
Bredaryds Skolidrottsförening	1
Eksjö Sim- o. Livr. SS	1
Huskvarna Sim- o. Livr. SS	1
Jönköpings Sim- o. Livr. SS	2
Kalmar Läroverks GoIF	0
Kalmar Simsällskap	1
Kolboda SK	1
IF Kamraterna Borgholm	1
Kosta SK	1
Kgl. Norra Smålands Reg:s IF	1
Lamhults Simsällskap	1
Lessebo Gymnastik o. Idrottsför.	1
Ljungby Simsällskap	1
Markaryds Simsällskap	1
Mörbylångas Simsällskap	0
Nässjö Sim- o. Livr. SS	2
Oskarshamns Simsällskap	2
Ryssby Simsällskap	0
Skruvs Idrottsförening	1
Sävsjö Folkskolas Idrottsförening	0
Traryds Simsällskap	1
Vetlanda Simsällskap	1
Vimmerby Simfrämjande	1
Värnamo Simsällskap	2
Västerviks Simsällskap	0
Växjö Simsällskap	1
Älmhults Simsällskap	1
Stockholm (47 föreningar)	
Bromma Simsällskap	3
Degerby Sportstugeför.	1
Simklubben Delfinen	0
Djurholms Idrottsförening	0
Enskede Läroverks Idrottsförening	0
Friluftsföreningen Ingarö	1
Gladökvarns Fastighetsägareför.	1
Grannskapsklubben Skönstaholm	1
Hammargårdens Skolidrotts F	0
Sim- o. Idrottsklubben Hellas	3
Huddinge Skolidrottsförening	0
Kanaans SS	1
IF Kamraterna, Lidingö	1
IF Kamraterna, Stockholm	1
Kgl. Flottans Idrottsförening	1
Kgl. Krigsskolans IoSK	1
Kgl. Livgardesskvadronens IF	1
Kgl. Svea Ing-kårs IF	0
Kgl. Vaxholms Kustartillereg:s IF	1
Långsjö SS	1
Lännersta Simsällskap	1
Mälarhöjdens Simsällskap	1
Simklubben Neptun	3
Nacka Simklubb	1
Norra Latins IF	1
Nynäshamns Sim- o. Livr. SS	1
Simklubben Plask	0
Simsällskapet Tumlaren	1
Solna Simsällskap	2
Spånga Gymnasiums GoIF	0
Stockholms Kappsimningsklubb	3
Stockholmspolisens IF	3
Stockholms Simhopparklubb	0
Stockholms Spårvägars GoIF	2
Stockholms-tullens IF	0
Sundbybergs IK	2
Sätrahöjdens IF	1
Södertörns SS	1
Södra Latins Idrottsförening	1
Idrottsföreningen Tell	0
Vätrans AIF	0
GT Vikingarna, Lidingö	1
Tigrarnas Idrottsklubb	0
Väsby SS	1
Ärsta Havsbads Stugägareförening	1
Ängby Läroverks GoIF	0
Östra reals Idrottsförening	0
Södermanland (15 föreningar)	
Eskilstuna Simsällskap	3
Flens Simsällskap	2
Järna Gymnastikförening	1
IF Kamraterna, Strängnäs	1
Katrineholms Simsällskap	3
Lövsta Idrottsförening	0
Nyköping Simsällskap	3
Oxelösunds Simsällskap	1
Simsällskapet för Handikappade Nyköping	1
Solbacka Läroverks IF	1
Södertälje Simsällskap	3
Södertälje Gymnastik- o. SF	2
Tunafors Sportklubb	3
Vingåkers SS	2
Östertälje Skolidrottsförening	0
Uppland (23 föreningar)	
Edsbro Skolungdoms IF	1
Enköpings Allmänna IF	0
Estuna Skol IF	1
Gimo Simsällskap	2
Hallsta Idrottsklubb	3
Heby Allmänna IF	1
Idrottsklubben Sirius	0
Kgl. Flygkadetternas Idrotts- och Skytteförening	1
Kgl. Rosl. luftv.reg. IF	1
Kgl. Upplands Flygflottiljs IF	1
Kgl. Upplands Signalreg:s IF	2
Marielunds Simsällskap	1
Märsta SS	1
Norrtälje Folkskolors IF	0
Norrtälje Simklubb	3
Rasbokils Simsällskap	1
Roslags-Lännas Skolas IF	1
Sigtunaskolans IF	1
Sigtunaskolans Hum. Lärov. IF	1
Simklubben Spiggen	0
Upsala Simsällskap	3
Upsala Studenters IF	0
Österby Simsällskap	3
Värmland (22 föreningar)	
Arvika SS	3
Bregårdsskolans GoIF	1
Degerfors Simsällskap	1
Filipstads Grundskol IF	1
Filipstads Idrottsförening	3
Frykeruds Skolors GoIF	1
Granbergsdals Idrottsförening	1
Grava Skolas GoIF	1
Karlskoga Simsällskap	3
Karlstads Simsällskap	3
Kristinehamns Simsällskap	3
Lundsbergs Skolas IF	1
Lek- o. Simskolan, Likenäs	1
Malsjö Simsällskap	1
Sportklubben Sifhälla	0
Stora Kils Skolförening	1
Storfors Fotbollsförening	2
Sunne Simsällskap	1
Torsby Simsällskap	1
Ulleruds Simsällskap	1
Vitsands Skolors IF	0
Väse Skol IF	1
Västerbotten (6 föreningar)	
Lycksele Idrottsförening	3
Sandviks Idrottsklubb	1
Skellefteå—Rönnskärs SK	3
Umeå Simsällskap	3
Vännäs AIK	0
Robertsfors IK	3
Västergötland (21 föreningar)	
Alingsås SLS	1
Idrottsföreningen Elfsborg	3



Elisabeth Ljunggren sträcker ut i starten.

SLUTORD TILL ETT BRA SIMMAR-ÅR

Den nu framlagda verksamhetsberättelsen för år 1967 visar att svensk simning tagit ännu ett steg framåt. Förberedelserna för 1968 års OS har börjat och simmarna har visat en ovanligt stor målmedvetenhet för att vinna framgångar åt svensk simning i OS. Men ännu är vägen till Mexico lång och ytterligare framsteg behövs för att svensk simning skall kunna erövra en plats bland de stora simnationerna.

Även om OS-förberedelserna varit av särskilt stor vikt under år 1967 har många andra glädjande ting hänt under året. SUM-SIM, som 1967 ändrats såväl avseende distanser som klassindelning, har åter visat, vilket oerhört stort intresse tävlingen väcker ute i landet. Årets facit av massmönstringen, 83.105 prov, måste betecknas som fantastiskt. SUM-SIM har nu vuxit sig så starkt att tiden blivit mogen att låta tävlingen ersätta JSM.

Det alltigenom lyckade EJM i Linköping, den härliga revanschen mot Västtyskland, Ingvar Erikssons och Elisabeth Ljunggrens europarekord samt Tord Anderssons framgångar i Universiaden och Europacupen måste särskilt framhållas bland årets glädjeämnen.

Den varma och badvänliga sommaren innebar en hög märkesförsäljning och ett över förväntan gott emottagande av det för året nya nybörjarmärket Fisken. Märkesförsäljningen är grundläggande för förbundets goda ekonomi, och betyder även mycket för föreningarna som tack vare denna erhåller extra anslag förutom direkta inkomster i form av rabatter vid försäljningen.

Styrelsen vill härmed framföra ett hjärtligt tack till alla dem, som under det gångna året ekonomiskt och på annat sätt givit Simförbundet och simsporten sitt stöd.

Styrelsen

Flundre Skol IF	1
Falköpings SS	3
Gräfsnäs Idrottsförening	1
Herrljunga Sportklubb	1
Järpås Gymnastikförening	1
IF Kamraterna, Hjo	3
IF Kamraterna, Kinna	1
Kgl. Älvsborg reg:s IF	1
Lerdala IF	1
Lidköpings Gymn- o. Simsällskap	3
Mariestads Simsällskap	3
Rydals Gymn- o. Idrottsförening	1
Skara SS	3
Skene Sim- o. Idrottssällskap	2
Skövde Simsällskap	3
Skultorps simskola, Vibo	1
Tidaholms GoIF	2
Trollhättans Simsällskap	1
Ulricehamns Simsällskap	0

Västmanland (12 föreningar)	
Arboga Simsällskap	1
Gideombergsskolans IF	1
SoHK Flippers	0
Hallstahammars Sportklubb	1
Kolsva Idrottsförening	1
Kungörs Simsällskap	1
Köpings Simsällskap	2
Sala Simsällskap	2
Strömsholms Simsällskap	1
Surahammars Idrottsförening	1
Vallaskolans IF	1
Västerås Simsällskap	3
Ångermanland (9 föreningar)	
Anundsjö IF	1
Brännans Idrottsförening	2
Härnösands Simsällskap	1
Kramfors Idrottsförening	2

Rossöns IF	1
Sollefteå GoIF	2
Själevads Folkskolors IF	1
Örnsköldsviks Läroverks IF	2
Örnsköldsviks Allm. SS	2
Östergötland (13 föreningar)	
Borensbergs Allmänna SS	1
Finspångs SK	3
Finspångs Simsällskap	1
IF Kamraterna, Vreta Kloster	1
Linköpingspolisens IF	1
Linköpings Allmänna SS	3
Simklubben Lore	2
Mjölby Simsällskap	0
Motala Simsällskap	3
Norrköpings Kappsimningsklubb	3
Norrköpings Simsällskap	1
Valdemarsviks Simsällskap	1
Åtvidabergs SS	1

Principer för träningen

Vid OS-tränarteamets sammanträde i Stockholm den 3 januari 1968 enades man om följande generella uppläggning av träningen för den första perioden (fram till inomhus-SM 6—7 april 1968):

A. Antal träningspass och dess fördelning

Då förhållandena och möjligheterna att genomföra fastslaget antal pass är varierande, enades man om att ange passens fördelning i % för

a) Kondition. b) Mjölksyra. c) Styrka.

Period vecka nr	Antal pass st.	Passens fördelning i % för Kondition	Mjölksyra	Styrka
1—4	8	70	10	10
5—10	10	70	15	15
11—13	10	50	40	20
14	Varierar	Enl. resp. tränares egen uppläggning		

B. Passens längd. Ett effektivt normalpass omfattar 1½—2 timmar.

C. Konditionspass. Ett idealiskt konditionspass har följande sammansättning:

Sammansatt simning	= 3500 m
Arm- och bensim	= 1000 m
Totalt	4500 m

D. Distanser. Vid träningspassens uppdelning i distanser enades man om följande riktvärden för tidstoleranser (= avvikelse från resp. simmares personliga rekord) och pauserna vid upprepad distanssimning (ex.vis 4×100 m):

Repetitionsdistanser	Tidstolerans (avvikelse)	Paus(vila) mellan rep.-sträckorna
800 m	30 sek	10 min
400 m	15—20 sek	5 min
300 m	16—18 sek	4 min
200 m	15 sek	3 min
100 m	10—12 sek	15—20 sek
75 m	9—10 sek	12—17 sek
50 m	7— 8 sek	10—15 sek

Den uppgivna tidstoleransen ger maximal syreupptagning.

Standardrekommendation: För att stärka konditionen och förbättra formen avkortas tiden för vila eller paus successivt med bibehållet krav på tidstolerans.

E. Mjölksyreträning. För att få effekt av mjölksyreträningen måste konditionsträningen vara väl genomförd.

Rekommendation: 2—3 moderata + 1 extremt mjölksyreprogram per vecka. Mjölksyra erhålles, enl. våra fysiologer, vid arbete omfattande max. 2 min. Idealisk mjölksyreträning omfattar 45 sek. arbete d.v.s. 75 m-sträckor.

Rekommenderade tidstoleranser för mjölksyreträning:

Distans	Tidstolerans	Vila
200 m	ej bra som mjölksyreträning f. 200-m-simmare	
150 m	6—7 sek	7 min
100 m	4—5 sek	5 min
75 m	1—4 sek	5 min (Moder.mj.s. 3 min)
50 m	0—2 sek	5 min (Moder.mj.s. 2 min)

Kan ej dessa toleranser hållas, bör denna typ av träning avbrytas.

Mjölksyrepassens längd bör vara: I början 1200 m, som successivt utökas till 1600 m vid slutet av träningsperioden.

Rekommendation för modifiering: Ökas toleransen skall också sträckan ökas.

Extrem mjölksyreträning. Vila mellan extrema mjölksyrepass bör vara 2 dagar.

Testsimning. För kontroll och uppföljande av träningen skall varje olympiakandidat på hemmabana genomföra testlopp enl. följande program:

Sträckor:	Frisim	10×100 m	vila 15 sek
	Bröstsim	8×100 m	vila 1 min
	Fjärilsim	8×100 m	vila 1 min
	Ryggsim	10×100 m	vila 15 sek
Testdatum:	prov 1 vecka 5 senast 31/1		
	prov 2 vecka 10 senast 6/2		
	prov 3 vecka 13 senast 30/3		

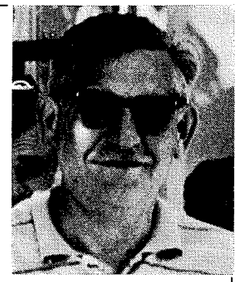
Simmarens tider noteras på speciell blankett av tränaren eller av denne utsedd kontrollant. Blanketten insändes sedan omgående till förbundets kansli f.v.b. förbundstränaren, som går igenom, kommenterar och arkiverar dem för jämförelse vid nästa test.

Varje OS-kandidat förses med en träningsbok där han själv skall notera sin dagliga träning, dels hur den genomförs och dels hur han eller hon reagerat, ev. sömnsvårigheter, hälsotillstånd o.s.v.

Denna bok skall en gång i veckan gås igenom av vederbörande tränare, som även inför egna noteringar ang. simmaren.

Träningsboken skall alltid medföras av den aktive till träningen.

Så tränar vi inför Mexico OS



Av Åke Johansson

Dessa tre veckoprogram är ett försök av mig att konstruera en sammanställning av sju tränares gemensamma åsikter vid tränarkonferensen i Stockholm den 3/1 1968.

Programmet har blivit något längre till antal meter än vad där fastställdes. Skall Sverige vara med och leka i de internationella simlekarna, måste vi naturligtvis träna som de stora simnationerna gör. Detta program är troligtvis ett minimiprogram för de verkligt stora kanonerna. Nu resonerar nog många som så. Vi har inte bassängtid nog. Ungdomarna går i skola o.s.v. För en olympiakandidat, som skall tänka sig komma med till Mexico, finns tyvärr inga genvägar. Det är endast hårt arbete som leder till OS-biljetten.

Det är ju inte nödvändigt att träna all kondidtion i bassängen. Skidåkning, snöpulsning och löpning kan vara mycket bra ersättning för de simmare, som inte har tillräcklig bassängtid. Men kom ihåg, det är i vattnet resultaten skall göras. *(OBS. Varning för överdriven landträning).*

Programmet är uppbyggt till största delen på konditions- och styrketräning. Snabbhetsträningen har fått alldeles för kort tid. Men inomhussäsongen är ju bara en milstolpe för slutresultatet i oktober. En personlig touche måste det bliva på varje tränares program, vilket bara är bra, men som ramprogram, när det gäller hårdheten och längden, måste detta gälla. S.k. "mygeltränade" simmare upptäcks snart på 2.300 meters höjd.

Man kan med fördel använda sig av alla tre simsätten i träningen, vilket gör densamma litet mer omväxlande. För fjärilsimmare är det en nödvändighet, ty simmets tunga karaktär gör det omöjligt att endast träna fjärilsim.

När det gäller ren uppbyggnadsträning, simmar sprinter och långdistansare samma program. Om tränaren har en stor grupp, kan med fördel långdistansare och sprinter renodlas i var sin grupp. Som regel måste man giva rena sprintertypen lite längre vila för farthållningens skull. Med långdistansaren är det som regel slöseri med tid, ty de tål betydligt kortare vila.

Kraft- och slangträningen bör ej avbrytas förrän veckan före inomhus-SM.

Slutträningen är mycket individuell. Därför klarar varje tränare bäst själv sina egna adepter.

Den i Simsport tidigare redovisade proteindieten kan ju med fördel prövas på speciellt 800-meterssimmare. Det kan vara intressant, om flera tränare gör det experimentet, så erfarenheter kan bytas tränare emellan vid SM och på så sätt få en uppfattning om metodens effektivitet.

Åke Johansson

SIMPROGRAM

Period I vecka 1—13 1968

Gäller: Frisim, som även tillämpas för rygg- och fjärilsimmare. Resp. tränare byter ut simsättet efter eget val.

Bröstsim: se särskilt program.

Antal pass/vecka = 10 fördelade med 3 morgon- och 7 eftermiddagspass.

VECKA 1—4

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
MÅNDAG			
Morgonpass			
6000 m	3000 m frisim	—	10 min
	5×200 m frisim	2 min	5 min
	10×100 m frisim	1 min	5 min
	20×50 m frisim	30 sek	—
Eftermiddagspass			
5100 m	10×200 m frisim	30 sek	5 min
	8×100 m bensim	2 min	2-3 min
	16×50 m armsim	30 sek	2-3 min
	5×100 m frisim	15 sek	2 min
	5×100 m frisim	30 sek	2 min
	5×100 m frisim	1 min	—
TISDAG			
Eftermiddagspass			
5600 m	1500 m frisim	—	5 min
	15×100 m frisim	15 sek	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	400 m armsim	—	1 min
	4×100 m armsim	1 min	2 min
	10×50 m frisim	15 sek	2 min
	10×50 m frisim	30 sek	—
ONSDAG			
Morgonpass			
6000 m	5×400 frisim	5 min	5 min
	10×200 m frisim	2-3 min	5 min
	10×100 m frisim	15 sek	5 min
	10×100 m frisim	1 min	—
Eftermiddagspass			
5800 m	2×800 m frisim	10 min	10 min
	30×50 m frisim	15 sek	5 min
	400 m bensim u. vattnet	—	1 min
	4×100 m bensim	1 min	2-3 min
	4×200 m armsim	2-3 min	5 min
	20×50 m armsim	30 sek	—
TORSDAG			
Eftermiddagspass			
5600 m	10×200 m frisim	2-3 min	5 min
	16×50 m bensim	30 sek	2-3 min
	10×100 m frisim	1-2 min	5 min
	2×400 m armsim	5 min	2-3 min
	20×50 m armsim	30 sek	—
FREDAG			
Morgonpass			
6000 m	2×1500 m frisim	20 min	5 min
	2×400 m frisim	5 min	5 min
	6×200 m frisim	1 min	5 min
	10×100 m frisim	15 sek	—
Eftermiddagspass			
5600 m	10×100 m frisim	15 sek	2 min
	10×100 m frisim	30 sek	2 min
	10×100 m frisim	1 min	5 min
	8×100 m bensim	1 min	2 min
	400 m armsim ¾-fart	—	1 min
	4×100 m armsim	1 min	2 min
	10×50 m frisim	15 sek	2 min
	10×50 m frisim	1 min	—
LÖRDAG			
Eftermiddagspass			
5100 m	4×400 m frisim	5 min	5 min
	8×200 m frisim	2-3 min	2 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2 min
	4×100 m frisim	15 sek	10 min
	4×100 m frisim	15 sek	—
	De sista 2×100 m göres med vändning före start.		
SÖNDAG			
Eftermiddagspass			
3000 m	800 m frisim	—	10 min
	400 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	10×100 m frisim	15 sek	10 min
	16×50 m armsim	30 sek	—

VECKA 5—10

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
MÅNDAG			
Morgonpass			
6000 m	2×1500 m frisim	20 min	10 min
	5×200 m frisim	2-3 min	5 min
	10×100 m frisim	1 min	5 min
	20×50 m frisim	5-10 sek	—
Eftermiddagspass			
5600 m	10×200 m frisim	2-3 min	5 min
	8×100 m bensim	1 min	2-3 min
	16×50 m armsim	30 sek	5 min
	10×100 m frisim	1-2 min	5 min
	5×200 m armsim	2-3 min	5 min
	10×50 m frisim	15 sek	2 min
	10×50 m frisim	30 sek	2 min
	10×50 m frisim	1 min	10 min
	10×100 m frisim	2-3 min	—
TISDAG			
Eftermiddagspass			
5600 m	800 m frisim	—	10 min
	20×50 m frisim	1 min	2-3 min
	16×50 m bensim	30 sek	2-3 min
	400 m armsim ¾-fart	—	2-3 min
	6×100 m armsim	1-2 min	5 min
	5×200 m frisim	4 min	5 min
	20×50 m frisim	5-10 sek	—
ONSDAG			
Morgonpass			
5400 m	4×800 m frisim	10 min	10 min
	4×200 m frisim	2-3 min	5 min
	4×100 m frisim	1 min	5 min
	20×50 m frisim	5-10 sek	—
Eftermiddagspass			
5600 m	1500 m frisim	—	20 min
	15×100 m frisim	15 sek	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	4×200 m frisim	4 min	10 min
	20×50 m armsim	30 sek	—
TORSDAG			
Eftermiddagspass			
6100 m	800 m frisim	—	10 min
	10×100 m frisim	2-3 min	5 min
	16×50 m bensim	1 min	2-3 min
	5×200 m armsim	2-3 min	5 min
	10×50 m frisim	15 sek	2 min
	10×50 m frisim	30 sek	2 min
	10×50 m frisim	1 min	10 min
	10×100 m frisim	2-3 min	—
FREDAG			
Morgonpass			
6000 m	3000 m frisim	—	20-30 min
	5×200 m frisim	2-3 min	5 min
	10×100 m frisim	15 sek	5 min
	20×50 m frisim	5-10 sek	—
Eftermiddagspass			
5000 m	4×400 m frisim	5 min	5 min
	4×100 m frisim	15 sek	10 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	8×100 m bensim	1 min	2-3 min
	16×50 m armsim	30 sek	2-3 min
	5×200 m frisim	4 min	—
LÖRDAG			
Eftermiddagspass			
4850 m	1500 m frisim	—	20 min
	8×100 m frisim	2-3 min	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	30×25 m armsim	30 sek	2-3 min
	20×50 m frisim	1 min	—

SÖNDAG
Eftermiddagspass

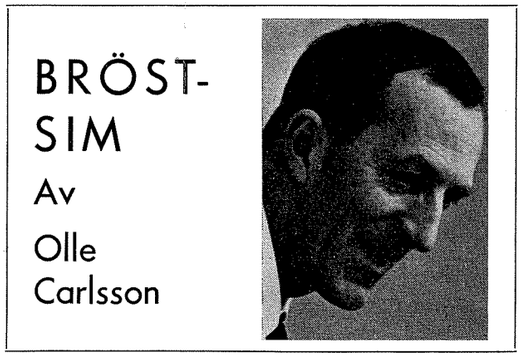
4000 m	800 m frisim	—	10 min
	400 m bensim u. vattnet	—	5 min
	10×100 m frisim	15 sek	5 min
	16×50 m bensim	30 sek	2-3 min
	5×200 m armsim	2-3 min	—

VECKA 11—13
(Sprinter och medeldistansare)

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
MÅNDAG			
Morgonpass			
3000 m	5×200 m frisim	2-3 min	10 min
	10×100 m frisim	2-3 min	5 min
	10×50 m frisim	5-10 sek	5 min
	10×50 m frisim	1 min	—
Eftermiddagspass			
3000 m	800 m frisim ¾-fart	—	10 min
	10×100 m frisim	3-4 min	5 min
	8×50 m bensim	2 min	2-3 min
	4×100 m armsim	15 sek	10 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	—
TISDAG			
Eftermiddagspass			
3800 m	2×400 m frisim	5 min	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	8×100 m armsim	3-4 min	2-3 min
	4×100 m frisim	3-4 min	5 min
	10×50 m frisim	5-10 sek	5 min
	10×50 m frisim	2 min	—
ONSDAG			
Morgonpass			
3000 m	800 m frisim	—	10 min
	16×50 m bensim	30-40 sek	5 min
	8×100 m frisim	2-3 min	5 min
	16×25 m armsim	1 min	5 min
	4×50 m frisim	2 min	—
Eftermiddagspass			
3400 m	8×100 m frisim	15 sek	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	2-3 min
	4×100 m armsim	15 sek	10 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	10×50 m frisim	5-10 sek	2 min
	10×50 m frisim	1 min	—
TORSDAG			
Eftermiddagspass			
3350 m	5×200 m frisim	30 sek	5 min
	5×100 m bensim	15 sek	5 min
	4×100 m frisim: I. 1.05. II. 1.03. III. 1.01. IV. 0.58.	5 min	5 min
	10×25 m armsim	30 sek	5 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	10 min
	8×100 m frisim	30-40 sek	—
FREDAG			
Morgonpass			
3600 m	20×50 m frisim	30 sek	2-3 min
	400 m bensim u. vattnet	—	1 min
	4×50 m bensim	2 min	5 min
	16×50 m armsim	1 min	2-3 min
	4×100 m frisim	2-3 min	5 min
	16×50 m frisim med vändning före start	15 sek	—
Eftermiddagspass			
3000 m	800 m frisim, ¾-fart	—	1 min
	400 m bensim u. vattnet	—	5 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	400 m armsim, ¾-fart	—	2-3 min
	4×100 m frisim	2-3 min	10 min
	8×50 m frisim	1 min	5 min
	4×50 m frisim med vändning före start	15 sek	—
LÖRDAG			
Eftermiddagspass			
2500 m	400 m frisim, ¾-fart	—	2 min
	400 m bensim u. vattnet	—	2 min
	400 m armsim, ¾-fart	—	5 min
	200 m frisim, för fullt	—	10 min
	8×50 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	2×100 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	20×50 m armsim	30 sek	5 min
	4×50 m frisim	1-2 min	—
SÖNDAG			
Eftermiddagspass			
3900 m	800 m frisim, ¾-fart	—	2 min
	800 m bensim u. vattnet	—	5 min
	8×100 m frisim, för fullt	3-4 min	10 min
	8×50 m armsim	1 min	5 min
	4×100 m frisim med vändning före start	15 sek	5 min
	10×50 m armsim	15 sek	5 min
	4×50 m frisim	1-2 min	—

VECKA 11—13
(Långdistansare)

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
MÅNDAG			
Morgonpass			
4800 m	16×100 m frisim	15 sek	5 min
	2×800 m frisim	10 min	10 min
	16×50 m frisim	5-10 sek	5 min
	800 m bensim u. vattnet	—	—
Eftermiddagspass			
4000 m	2×400 m frisim	30 sek	10 min
	4×200 m frisim	25-30 sek	5 min
	8×100 m bensim	15 sek	10 min
	8×100 m armsim	15 sek	10 min
	8×100 m frisim	15 sek	—
TISDAG			
Eftermiddagspass			
4800 m	16×100 m frisim	15 sek	10 min
	8×100 m bensim	1 min	5 min
	800 m armsim	—	10 min
	16×50 m frisim	5-10 sek	5 min
	800 m frisim, ¾-fart	—	—
ONSDAG			
Morgonpass			
4800 m	800 m frisim, ¾-fart	—	5 min
	8×100 m frisim	1-2 min	5 min
	800 m bensim, u. vattnet	—	5 min
	4×200 m armsim	1-2 min	10 min
	4×200 m frisim	15-20 sek	10 min
	16×50 m frisim	5-10 sek	—
Eftermiddagspass			
4800 m	32×50 m frisim	5-10 sek	10 min
	800 m frisim, för fullt	—	10 min
	16×50 m bensim	5-10 sek	5 min
	8×100 m armsim	1 min	10 min
	800 m frisim, ¾-fart	—	—
TORSDAG			
Eftermiddagspass			
4800 m	16×100 m frisim	5-10 sek	10 min
	800 m armsim, ¾-fart	—	5 min
	16×50 m bensim	1 min	5 min
	4×200 m frisim	30 sek	10 min
	8×50 m frisim	5 sek	2 min
	8×50 m frisim	30 sek	—
FREDAG			
Morgonpass			
4400 m	4×400 m frisim	30 sek	5 min
	400 m bensim u. vattnet	—	5 min
	800 m armsim, ¾-fart	—	5 min
	16×50 m armsim	5-10 sek	5 min
	8×100 m frisim	1-2 min	—
Eftermiddagspass			
4000 m	800 m frisim, ¾-fart	—	5 min
	4×200 m frisim	30 sek	10 min
	800 m bensim, ¾-fart	—	5 min
	8×100 m frisim	1 min	10 min
	16×50 m frisim	5-10 sek	—
LÖRDAG			
Eftermiddagspass			
4800 m	800 m frisim, ¾-fart	—	2 min
	8×100 m frisim	5-10 sek	10 min
	400 m bensim u. vattnet	—	1 min
	4×100 m bensim	1 min	5 min
	800 m armsim, ¾-fart	—	2 min
	16×50 m armsim	5-10 sek	5 min
	16×50 m frisim	5-10 sek	—
SÖNDAG			
Eftermiddagspass			
4000 m	8×100 m frisim	15 sek	5 min
	4×200 m frisim	2-3 min	10 min
	8×100 m bensim	5-10 sek	5 min
	800 m armsim, ¾-fart	—	2-3 min
	8×100 m frisim	1-2 min	—



Stomprogram för BRÖSTSIMS-träning

Denna sammanställning tar sikte på att ge en allmän plan för uppläggningen av träning.

Då bröstsimträningen ofta kan bli monton, får man försöka att göra den så variationsrik som möjligt, m.a.o. simma också de andra simsätten mycket. Detaljutformningen lämnas till resp. instruktör, så att hänsyn kan tas till *simmaterial, lokalsituation, träningsmöjligheter o.s.v.*

I uppläggningen har viss hänsyn tagits till viktigare tävlingar under våren och försommaren, men siktet är framförallt inställt på OS i oktober. Det skall betonas, att träningen under denna första period till största delen är lagd på grundträning.

Man får också tänka på att herrar kan köras hårdare i grundträningen och får då öka kvantiteten i vissa fall, varför det uppgjorda programmet är ett genomsnitt H. — D.

Specialiseringen kommer först när grunden är lagd. De tränare, som redan klarat av uppbyggnaden "den muskulära" i november-december, kan minska denna, och övergå till att skapa grunden för kondition i form av snöpulsning och skidåkning, om snötillgång finnes, annars löpträning, m.a.o. friskluftsträning, minst 2 ggr per vecka.

Efter friskluftspasset avslappnande simning t.ex. 2×400 m frisim eller 800 m.

När respektive tränare gör upp sitt program, bör han komma ihåg, att ju mer motiverade han kan få sina adepter, desto mer utbyte blir det av träningen. Två vägar, som då kan ge en viss hjälp, är att dels upplysa om vad som händer i kroppen vid träning och tävling (lite idrottspsykologi) och dels avbryta den regelbundna montona träningen med avkopplande övningar. Styrke- och slangträningen i dessa perioder bör fortsätta fram till ca 5 dagar före SM men med en intensifiering neråt. Skivstångsträningen bör upphöra i början av februari.

Den sista veckan, när det gäller tävlingsförberedelser, känner nog varje tränare bäst själv till hur simmaren skall behandlas, ty den saken är mycket individuell.

Det uppgjorda stomprogrammet för övriga simsätt, d.v.s. fördelning i de olika perioderna av styrka, kondition, mjölksyra, får också ligga till grund även i bröstsim.

Olle Carlsson

BRÖSTSIM

Programförslag för vecka 1—13
av Olle Carlsson

Hela perioden: 5 dagar i veckan inleds träningen efter viss uppvärmning med slangträning för armar och ben. 2—3 gånger per vecka styrketräning enligt speciellt schema.

SIMPROGRAM
VECKA 1—4

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
Morgonpass			
2500—	800 m frisim	—	5 min
3000 m	400 m bensim	—	2 min
	6×50 m bensim hårt	1 min	2 min
	2×200 m armsim m gummiring	2 min	2 min
	6×50 m armsim hårt	1 min	5 min
	300 m bröstsim, teknikkorr.	—	2 min
	200 m frisim löst	—	—
Eftermiddagspass			
3000—	800 m frisim	—	5 min
3500 m	8×50 m bröstsim (tol. 4—5 sek)	45 sek	5 min
	alt.		
	4×100 m bröstsim (tol. 9—10 sek)	1,5 min	10 min
	400 m bensim	—	5 min
	6×50 m bensim hårt	1 min	2 min
	2×200 m armsim m. ring	2 min	5 min
	6×50 m armsim hårt	1 min	2 min
	300 m bröstsim, teknikkorr.	—	5 min
	10 serier armsim m. ring 12—15 sek högsta fart	kort	2 min
	200 m ryggsim löst	—	—

VECKA 5—10

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
Morgonpass			
2500 —	400 m frisim	—	5 min
3000 m	6×100 m armsim m. ring	1 min	5 min
	6×100 m bensim	1 min	5 min
	400 m frisim	—	5 min
	3×100 m bröstsim på tid	1 min	3 min
	400 m bensim löst	—	5 min
	3×100 m frisim på tid	1 min	—
Eftermiddagspass			
3500 m	400 m blandad simning	—	5 min
	8×50 m frisim (var 4:e fjärilsim)	30 sek	4 min
	8×50 m frisim (d:o)	30 sek	4 min
	8×50 m frisim (d:o)	30 sek	2 min
	300 m bensim löst med så få tag per längd som möjligt	—	5 min
	16×50 m bröstsim på tid (någon frisimsträcka inlagd)	Puls ned till 120	5 min
	alt.		
	8×100 m d:o	—„—	5 min
	2×200 m bensim medelhårt	2 min	—

OBS. En gång/vecka i denna period simmas 400 m bröstsim på tid och en gång 3×200 m bröstsim på tid.

Vid inlägg av dessa distanser får det övriga passet modifieras.

VECKA 11—13

	Sträcka	Rep.-vila	Str.-vila
Morgonpass			
2000 m	200 m medley	—	5 min
	3×100 m bröstsim	2 min	5 min
	2×50 m bröstsim	1 min	3 min
	400 m frisim	—	5 min
	4×100 m bensim	2 min	2 min
	2×100 m bröstsim för fullt	5 min	5 min
	300 m frisim avslappnande	—	2 min
	2×50 m bröstsim för fullt	30 sek	—
Eftermiddagspass			
2000 m	200 m medley	—	5 min
	8×50 m bensim för fullt	2-3 min	5 min
	200 m avslappn.simning	—	2 min
	8×50 m armsim ut.ringar	2-3 min	3 min
	200 m avslappn.simning	—	3 min
	2×100+50+50 m bröstsim för fullt	5-6 min	5 min
	alt.		
	2×150+50 m bröstsim f. fullt (Vila mellan varje distans = 20 sek)	5-6 min	5 min
	200 m frisim löst	—	—

OBS. I denna period skall minst ett extremt mjölksyrepass per vecka genomföras.

VECKA 14

Individuellt avpassad träning och uppladdning inför SM.

Om endast ett pass kan genomföras per dag kan med fördel morgonpasset användas på eftermiddagen eller tvärtom. På detta sätt erhålles större variation i träningen.

Många utmärkelser har simmare fått genom åren men att ha svart på vitt på att man är ett helt landskaps mest kände person, eller "kändis" som det heter numera — det är väl unikt.

Det har Luleås Ingrid Gustavsson efter en omröstning i Norrbottens-Kuriren. Tvåa i kändistävlingen var Ove Lestander. Längre ned på listan kom Georg Fant, general Arne Mohlin och Enok Sarri.

Bodens bandyklubb har fått en förstärkning — i simning. Jan Lundmark har lämnat Kiruna och engagerat sig för Boden, som därigenom kan ställa upp med ett starkt lag i inne-SM i april i Halmstad.

Rekordlistan för juniorer

Simsport publicerade i föregående nummer delvis en lista över innehavarna av europeiska juniorrekorden för pojkar. Här kommer listan komplett.

100 bröst

16 år	1.09,8	Nikolay Pankin	Sovjet	1965
15 år	1.11,0	Nikolay Pankin	Sovjet	1964
14 år	1.14,2	Nikolay Kutumov	Sovjet	1966
13 år	1.16,3	Alexandr Poliakov	Sovjet	1967

200 bröst

16 år	2.34,1	Segitas Rudokas	Sovjet	1967
15 år	2.36,8	Segitas Rudokas	Sovjet	1966
14 år	2.37,7	Bertram Turpe	Östtyskland	1966
13 år	2.46,3	Bertram Turpe	Östtyskland	1965

100 fjäril

16 år	1.00,3	Lennie Norris	Storbritannien	1967
15 år	1.01,3	Bo Westergren	Sverige	1965
14 år	1.02,4	Bo Westergren	Sverige	1964
13 år	1.06,2	Bo Westergren	Sverige	1963

200 fjäril

16 år	2.13,9	Ladislao Palumbo	Italien	1967
15 år	2.17,2	Bo Westergren	Sverige	1965
14 år	2.21,1	Bo Westergren	Sverige	1964
13 år	2.27,4	Laszlo Cseh	Ungern	1965

200 medley

16 år	2.18,2	Grigoriy Davidov	Sovjet	1967
15 år	2.18,2	Grigoriy Davidov	Sovjet	1967
14 år	2.23,5	Ray Terrell	Storbritannien	1967
13 år	2.32,6	Jorge Comas	Spanien	1967

400 medley

16 år	4.57,8	Andrei Dunaev	Sovjet	1965
15 år	5.01,6	Grigoriy Davidov	Sovjet	1967
14 år	5.06,6	Ray Terrell	Storbritannien	1967
13 år	5.23,7	Ralf Ziegler	Östtyskland	1967

100 fritt

16 år	56,2	Roberto Pangaro	Italien	1966
15 år	56,3	Igor Grivennikov	Sovjet	1967
14 år	57,1	Cingiz Zerbaev	Sovjet	1966
13 år	58,3	Jorge Comas	Spanien	1967

200 fritt

16 år	2.03,0	Vladimir Bure	Sovjet	1966
15 år	2.08,3	Hans Fassnacht	Östtyskland	1965
14 år	2.10,2	Malcom Windeatt	Storbritannien	1966
13 år	2.15,6	Jean Jacques Moine	Frankrike	1967

400 fritt

16 år	4.19,9	Vladimir Bure	Sovjet	1966
15 år	4.27,7	Hans Fassnacht	Västtyskland	1965
14 år	4.36,3	Mathias Pechmann	Östtyskland	1967
14 år	4.36,3	Alexandr Samsonov	Sovjet	1967
13 år	4.48,3	Gunnar Nygren	Sverige	1967

1500 fritt

16 år	17.28,6	Hans Fassnacht	Västtyskland	1966
15 år	17.49,6	Andrei Dunaev	Sovjet	1964
14 år	18.26,3	Alfredo Grimaldi	Italien	1964

100 rygg

16 år	1.01,5	Viktor Mazanov	Sovjet	1963
15 år	1.01,8	Laszlo Cseh	Ungern	1966
14 år	1.01,8	Laszlo Cseh	Ungern	1966
13 år	1.05,9	Laszlo Cseh	Ungern	1965

200 rygg

16 år	2.15,7	Viktor Mazanov	Sovjet	1963
16 år	2.15,7	Bob Schoutsen	Holland	1967
15 år	2.16,2	Grigoriy Davidov	Sovjet	1967
14 år	2.18,6	Laszlo Cseh	Ungern	1966
13 år	2.23,6	Laszlo Cseh	Ungern	1965



Generalsekreterarens spalt

- Det är snart årsmöte och jag vill här påminna distriktsförbunden och de rösträttsberättigade föreningarna om namnuppgift på utsedda ombud. Denna uppgift skall vara förbundet tillhanda den 9 mars.
- Som jag tidigare meddelat betyder varje ny prenumerant på Simsport en viss återbäring till föreningen och jag vill härmed uppmana de som ännu icke börjat anskaffningen att omgående rekvirera listor från kansliet och sätta igång, det hjälper både föreningen och oss.
- Vid styrelsens sammanträde den 3 februari beslutades bl.a. följande:
  - att fr.o.m. 15 mars t.o.m. OS i Mexiko heltidsanställa Åke Johansson, Stockholm, som ansvarig OS-tränare
  - att förlägga 1969 års inomhus-SM till Borlänge om tillfredsställande överenskommelse kan träffas för arrangemanget
  - att JSM i simning utgår medan JSM i hopp och vattenpolo kvarstår som mästerskapsgrenar
  - att SUM-SIM ersätter JSM i simning (utan att dock JSM-tecken utdelas)
  - att uppmana distrikten arrangera UDM med SUM-SIM-programmet som förtävling till regionsfinalerna
  - att JDM i simning arrangeras enligt samma program som JSM 1967
  - att godkänna av SK reviderade OS-kvaltider såväl för individuell start som i lagsim.

Svenska Simserien är nu slutredovisad och vinnare blev:

Herrar
Div. I Stockholmspolisens IF
Div. II Örebro SS
Div. III Sundsvalls SS

Damer
Div. I Göteborgs KK
Div. II Gävle SS
Div. III Skövde SS

Fullständig redovisning kommer i nr 3 av Simsport.

Stig Lindahl

Styrke-träning för simmare

Av Göran Agnevik

Del I Allmän träning

A. Armarna

1) Jättehäv i bom
2) Liggande på rygg



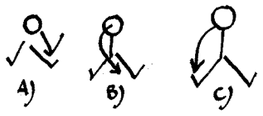
Anm: Spänn slangen så att Du orkar i max 20—25 sek. Vila 1 min. Upprepas 4—6 gånger.

B. Ryggen



Växelvis arm- och benlyftning
Anm: Högsta tempo i 30—40 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

C. Buken
1) Sit-ups med vridning

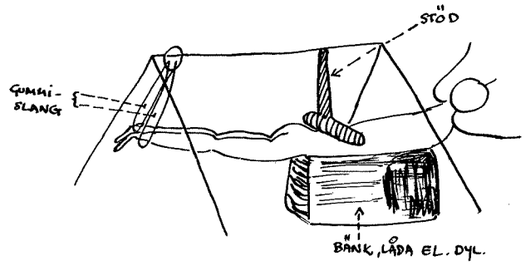


Anm: Utföres endast till läge enl. fig. därefter återgång. Belastning 1—4 kg.



Utföres under 40—50 sek med maximal fart. Vila 1 min. Upprepas 4—6 gånger.

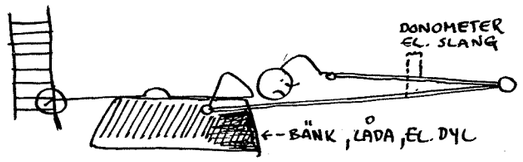
D. Benen
1) Benspark mot motstånd



Anm: Spänn slangarna, så att Du max. klarar 20—30 sek. Vila 1 min. Upprepas 4—6 gånger.

II Styrketräning för crawl

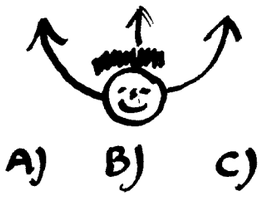
A. Armarna



Anm: Smal bänk, var noga med rätt teknik. Spänn slangarna så att Du orkar 20—25 sek i max. tempo. Vila 1 min. Upprepas 3—6 gånger.

B. Ryggen (forts. nästa sida)

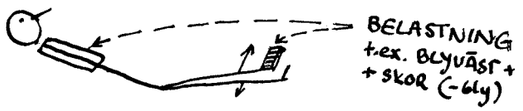




(Se även föreg. sida)

Anm: Utför rörelsen enligt a), b), c) i följd.
Belastning 3—5 kg. Upprepas i 20—30 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

C. Buken
Belastning t.ex. blyväst + skor (-bly)

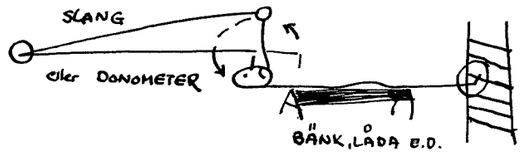


Anm: Lätt benspark.
Belastningen på överkroppen 1—3 kg och benen 1—4 kg. Utföres i 20 sek. Vila 1 min. Upprepas 5—6 gånger.

D. Benen — se C. ovan.

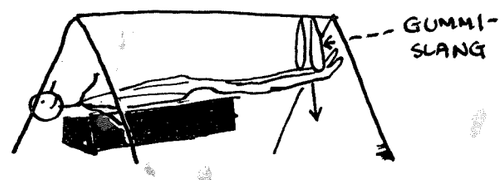
III Ryggsim

A. Armarna



Anm: Smal bänk. Noggrann teknik. Spänn slangarna så att Du bara orkar 20—30 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

B. Ryggen och D. Benen
1) Liggande på rygg på bänk.



Anm: Ev. stöd mot magen vid extrem benträning. Tryck benen nedåt dels ett i taget och dels samtidigt. Kör 20—40 sek. Vila 1—1½ min. Upprepas 3—6 gånger.

C. Buken
Se övning III A.

Anm: Påbörja en sit-up (dvs. axlarna 10—15 cm från golvet). Lösare slangar. Kör i övrigt enligt III A.

IV Styrketräning för bröstsim

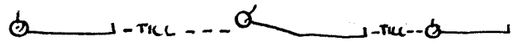
A. Armarna
1) Se II A.
Anm. Bröstsimstag. I övrigt enligt II A.

B. Ryggen



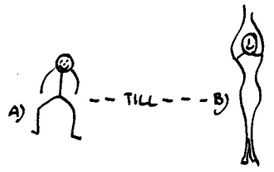
Anm: 2—4 kg belastning. Ev. på bänk. Samtidigt kan lämpligen hela armtaget fingeras. Köres ev. med tyngre belastning. 30—40 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

C. Buken
1) Sit-ups med belastning.



Anm: Max tempo 40 sek. Vila 1½ min. Upprepas 4—6 gånger.

D. Benen



Anm: Avståndet mellan fötterna i a) ska vara som vid bredaste läget i bensparken. Knäna lika böjda som i bensparkens mest böjda läge. Maximalt upphopp varvid benen förs samman och ett armtag utföres. Vid "landningen" har man ställningen beskriven i a). Utföres i 40—50 sek. Vila 1 min. 4—6 gånger.

HERBERT RYDÉNS KIOSK

VASAPLAN — MJÖLBY — TELEFON 106 87

TIDNINGAR — TOBAK — FRUKT — KONFEKTYRER

LÄSKEDRYCKER — GLASS

Ombud för AB Tipstjänst

Medlem i Sveriges Kioskägares Riksförbund (SKRF)

Börja med bowling

Fin motion — Härlig avkoppling

BOWLINGHALLEN

Telefon 102 06

Linköpingsvägen 4

MJÖLBY

Öppet vardagar kl. 14.00—22.00

Lördagar och söndagar kl. 12.00—17.00

(Övriga tider efter överenskommelse)

HOTELL & RESTAURANG

STRÖMGÅRDEN - GÄSTGIVAREGÅRDEN

träffpunkten för alla som besöker
BORENSBERG
Telefon 0141/402 60

CARLSTRÖMS EFTR.

Bröderna Borger
Telefon 102 33 — Smålandsvägen 21
MJÖLBY

Välsorterad All-Livsbutik

FASTIGHETSFÖRSÄLJNING
Auktions — Mäklarrörelse

GOMÉR & ANDERSSON

Mjölby-kontoret
Kungsvägen 59 — MJÖLBY
Telefon 0142/143 20

HENNYS PARFYMERI

Skönhetsserier — Parfymer
Bijouterier

Stora Torget 2 — MJÖLBY
Telefon 109 06

TRYCKSAKER!

Vänd Eder till

WIGHS TRYCKERI

AHLGREN & HALLBERG

Skänningevägen 5 — MJÖLBY

Telefon 129 59

JÄRNVÄGSBUFFÉN

MJÖLBY

Telefon 110 24

SJÄLVSERVERING

Öppet: 7.30—19.30

Ät gott och billigt i trivsam miljö

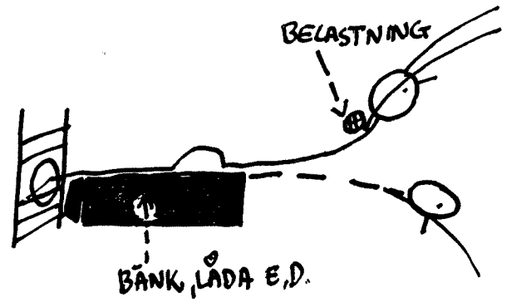
V Styrketräning för fjärilsim

A. Armarna

1) Se övning II A.

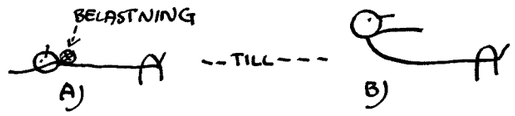
Anm: Utför fjäriltagen. I övrigt se II A.

B. Ryggen



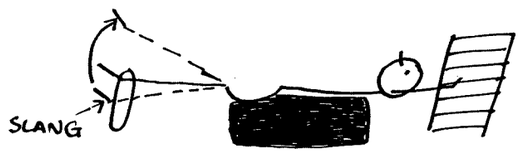
Anm: Belastning 2—4 kg. Utföres i fjärilsimstakt. Ev. tyngre belastning 25—40 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

C. Buken



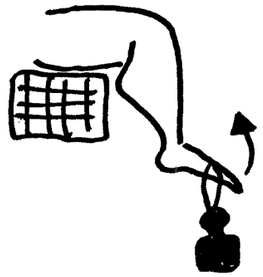
Anm: Utför ett fjärilarmtag under uppresning till ställning b). Belastning 2—5 kg. Utföres 25—40 sek. Vila 1½ min. Upprepas 4—6 gånger.

D. Benen



Anm: Spänn slangen så att Du endast orkar 20—30 sek. Vila 1 min. Upprepas 4—6 gånger.

VI Vristträning för crawl och fjäril



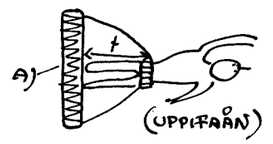
Anm: Lyft foten upp och ner. Belastning 3—6 kg. Utföres i högt tempo 25—40 sek. Vila 1 min. Upprepas 3—5 gånger.

VII Vristträning för bröstsim

1) Upphopp med praktiskt taget raka knän.

Anm: Skjut ifrån endast med foten! Max. fart i 25—40 sek. Vila 1 min. Upprepas 4—6 gånger.

VIII Styrketräning i vattnet



Anm: Noga med att normal rörelsefrihet bibehålles. Simma resp. simsätt på vanligt sätt. a) kan vara en grov planka ca 3 meter lång. Avståndet f) ca 2 meter. Max fart 25 meter. Vila 1 min. Upprepas 5—8 gånger.

Panamerikanska mästerskapen 1971 skall hållas i Cali, Colombia.

Östtyska hopparstjärnan och mångfaldiga OS- och EM-mästarinnan Ingrid Krämer fortsätter sin come-back med sikte på OS i Mexico City.

JSM i vattenpolo 1967 skytteligan (finalomgången).

E. Ingelsson, SKK 12. Rolf Bohm, TSK 11. P. A. Barkskog, VSS 9. P. A. Carlsson, SKK 6. Hans Anehag, VSS 6. T. Danielsson, SKK 6. Sievert Liiski, TSK 5. Bo Sjöholm, JSLS 3. A. Erlandsson, JSLS 2. Lars Lindqvist, JSLS 2. Sven von Holst, SKK 2. Rolf Alm, VSS 1. P. A. Fahlén, VSS 1. Rolf Olofsson, JSLS 1. Ingemar Johnsson, TSK 1. T. Zettergren, TSK 1.

DUVANS LIVS AB
Telefon 514 10
BOXHOLM
— ALLT I LIVSMEDEL —

FIRMA ELINSTALLATIONER
Holger Milton
Valhallagatan 34 — LINKÖPING
Telefon 12 80 25
Installationer, Reparationer, Motorlindningar
Sommarbostad Sandlyckan Hjulsbro
Telefon 590 65

Bröd. Anderssons Sport- & Cykelaffär
Tel. 0142/910 47, ULRIKA
Gulf
Cyklar, Mopeder, Motorsågar, Radio, TV, Sportartiklar, Järnvaror, El. artiklar, Gummistövlar, Handskar m. m.
Rep. av cyklar, mopeder o. motorsågar
GULF bensin o. Oljor — Tillbehör

YNGVE FYHR RAMAFFÄR
Hovsgatan 14
VADSTENA
Utför alla slags inramningar
Telefon bostaden 109 78

Kött, Fläsk- och Charkuterivaror
i utsökta tillverkningar samt
Mjölk — Bröd — Ost — Smör — Konserver
Läskedrycker
CENTRUM LIVS
Engvall & Lindhe
Ö. Kyrkogatan 1 — Skänninge
Telefon 401 40

För en bekväm resa
Anlita våra bekväma turistbussar
AB BÄCKRYDS
OMNIBUSTRAFIK
Turist- och linjetrafik
Telefon 103 13
VADSTENA

NYSTRANDS
LIVSMEDEL
Kaare Nystrand
Telefon 0142/570 03
STRÅLSNÄS
— ALLT I LIVSMEDEL —
FAVÖR-BUTIK

PENSIONAT
SOLGÅRDEN
VADSTENA
Telefon 104 61
Rum för resande
Rekommenderas

TEXTIL-ENGROSLAGRET
Barnhemsgatan 18 — Telefon 12 18 80
LINKÖPING
Kortvaror, Strumpor, Trikå, Arbetskläder, Garner m. m.

RADIOGARANTI
B. Svantesson
Platensgatan 6 — LINKÖPING
Telefon 12 50 15
Dux — Philips — Skantic Radio — TV
Reparationer

HOTELL PALACE
Kungsgatan 39 — LINKÖPING
Telefon växel 12 94 90
Goda bäddar — Varmt och kallt vatten
Telefon på rummen — Uppackningsrum
Rekommenderas

Beställningskonfektion INGVAR KLASÉN
Service — Skrädderi
S:t Larsgatan 25 C, 1 trappa — Linköping
(Över restaurang Göran Dyk)
Telefon 12 33 54, bostaden 800 92

Gunnar Larsson under 17 minuter

Gunnar Larsson Malmö S satte vid sin start i den nya tävlingen — 1500 m:s pokalen — den 31 januari ett prydligt svenskt rekord på kort bana med tiden 16.53,4. Det tidigare rekordet hölls av Peter Feil sedan SM i Landskrona (50 m) med tiden 17.25,2. Rekordloppets uppläggning kommenteras här av Gunnars tränare Lars-Eric Paulsson.

Mellantider:

1.	1.05,5	1.05,5
2.	2.12,5	1.07,0
3.	3.20,0	1.07,5
4.	4.27,5	1.07,5
5.	5.35,0	1.07,5
6.	6.43,0	1.08,5
7.	7.50,0	1.07,0
8.	8.58,0	1.08,0
9.	10.06,0	1.08,0
10.	11.15,0	1.09,0
11.	12.23,0	1.08,0
12.	13.31,5	1.08,5
13.	14.40,0	1.08,5
14.	15.49,0	1.09,0
15.	16.53,4	1.04,5

Att simma 1500 m frisim är, skulle jag vilja påstå, i första hand ett planeringsproblem. Självfallet måste grundförutsättningarna för att tävla på längre sträckor vara uppfyllda.

Till dessa förutsättningar hör, som ju alla känner till, framför allt en mycket god kondition. Simmaren måste dessutom ha en fin teknik, som ger honom möjlighet att simma avspänt och ekonomiskt. Simningen bör inte vara alltför benstyrd eftersom detta ofta ger upphov till krampbesvär i magmusklerna. En 1500 m-simmare måste dessutom sakna all respekt för den långa sträcka han skall simma. Uppfylls dessa grundkrav är simmaren alltså mogen att planera sitt lopp. Jag brukar då under den sista veckan innan loppet låta simmaren (i detta fall alltså Gunnar L.) träna "fart". Vi kör då serier med kort vila i syfte att testa fram den aktuella statusen. Träningen veckan innan Gunnars rekordlopp gav vid handen att han var kapabel att simma ett stort antal 100 m lopp med mycket kort vila på ca. 1.08. Konditionen verkade alltså ganska bra. Vi övergick då till att kolla armarnas styrka. Eller rättare sagt — uthållighet. Detta gör vi genom att simma ett lopp armtag med en kork mellan benen. Gunnar sam 1500 m på 18.10. Styrkan ok. Gunnar och jag drog då slutsatsen att en genomsnittsfart på 1.09 skulle vara möjlig. Med lite spurtmarginal skulle sluttiden kunna bli 17.10. Med kännedom om Gunnars förmåga att överträffa sig själv gjorde jag ett varvschema för 17 minuter blankt också.

Den jämna fartens princip har vi anammat. En teori som omfattas av alla världens stora långdistansare. Borde alltså duga även åt oss. Detta är i all hast några synpunkter på ett 1500 meters lopp.

För övrigt får ovanstående mellantider tala för sig själva. Beträffande den träning som vi i Malmö bedriver för långdistans och som givit visst resultat ber jag med "Simsports" goda minne få återkomma till en annan gång.

Pålle

OS-kvaltider (lagsim)

Simkommittén fastställde vid sitt sammanträde den 20/1 följande kvaltider i lagsim för deltagande i OS:

Distans	Herrar	Damer
4×100 m frisim	3.39,5 (3.40,0)	4.11,5 (4.12,5)
4×200 m frisim	8.05,0	
4×100 m medley	4.06,0 (4.07,0)	4.40,0 (4.43,0)

Inom parentes de förutvarande tiderna.

Övriga kvaltider för individuellt deltagande var införda i Simsport nr 1.

Jönköping i Alperna

1968 blir för Jönköpings Sim- & Livräddningssällskap ett av de mest händelserika sedan klubben bildades 1921. Under det kommande året kommer, som alla jönköpingsbor säkert vet, den stora simarenan Rosenlundsbadet att invigas och därigenom får stadens simmarungdomar de träningsmöjligheter på sommaren, som i så många år varit efterlängtade. Det gamla Rocksjöbadet i all ära men möjligheterna att träna simning i detta mörka och oftast mycket kalla vatten har varit ytterst begränsade.

Inför sommarens träning på hemmaplan har JSLS därför beslutat att satsa för fullt och detta klargjorde man redan på årets första dag då en trupp på elva jönköpingssimmare drog söderut för att vinterträna i Alperna i Oberndorf, Österrike, lägret var dock inte enbart inriktat på att ge en grundkondition genom skidåkning utan det avsåg kanske allra mest att ge deltagarna ett gott utgångsläge inför den nu påbörjade hårdkörningen i simbassängen. Detta erhöll alla i rikt motto under den vecka de tillbringade på ca 700 m höjd i Väst-Alpernas skugga.

Jönköpingssimmarnas dagar i Österrike bestod av utförsåkning i en mindre backe i Oberndorf där en ca 300 m lång släplift hjälpte simmarna att orka det ca sex timmar långa dagliga "träningsprogrammet".

Väl hemma igen på förmiddagen den 8/1 startade de flesta redan på eftermiddagen träningen, som vi hoppas ska ge till resultat att JSLS har ett lag med i SM-finalen på 4×100 m fritt damer då utomhus-SM i simning äger rum i Rosenlundsbadet den 30/7—3/8 1968.

Klart för start

Det blir svenskt deltagande i de Västtyska öppna mästerskapen i Bonn 26—28 april 1968.

Simkommittén beslutade vid sitt senaste sammanträde, att simmare som skall uttagas till dessa öppna mästerskap, skall ha uppnått OS-kvalgränserna på 25-metersbana. Kvaltiderna var angivna i nr 1 av Simsport. Hårda bud men konkurrensen blir hård.

Hon lägger upp

Förra australiska världsrekordhållerskan Kathy Wainwright (440 och 1650 yards) har beslutat att lägga upp. Hon är 19 år. Skälet: Jag hinner inte läsa så mycket som jag behöver om jag skall satsa på Mexico City och OS.

PARKETT — TARKETT — KORKMATTOR
SLIPNINGAR och YTBEHANDLINGAR

AB LINKÖPINGS BYGGNADSMATERIAL

SVEAGATAN 4 — LINKÖPING
TELEFON VÄXEL 12 91 30

Allt i BYGGNADSMATERIAL

LINKÖPINGS GOLVENTREPRENAD AB
Östgötagatan 18 — LINKÖPING
Levererar och lägger Linoleum och Plattor av alla slag. — Plast & Filtmattor Plastmattor (för våtutrymmen) Har Ni golvproblem — ring telefon 14 22 23
Efter kontorstid 660 29

Målerifirman J. A. STILLSTRÖMS EFTR.
Sven Gustafsson
Snickaregatan 50 — Linköping
Telefon 12 02 08
Bostad Violgatan 10 — LINKÖPING
Telefon 14 09 14
Etablerad 1862

BERTIL KARLSSONS Konstruktionsbyrå
Platensgatan 10 B — LINKÖPING
Telefon 14 59 00, bostad 14 27 20
Byggnadskonstruktioner
Stål — Betong — Trä
Industribyggnader — Byggnadskontroll

THOLLANDERS EFTR. LIVSMEDEL
Hannebergsgatan 41
LINKÖPING
Telefon 12 35 67

LINKÖPINGS KYLAREFABRIK AB
Barhällsgatan 10 — Linköping
Telefon 13 05 00

SALONG WIMAN
Berga Centrum — LINKÖPING
Telefon 12 37 63
Allt inom modern hårvård

När det gäller
SPORT — FISKE — JAKT — CAMPING
FLYTVÄSTAR stor sortering — då är adressen
WAHLBECKS
Stora torget 5 — LINKÖPING
Telefon 14 85 00, 14 51 80

GULF BENSIN & SERVICE
Kurt Johansson
Telefon 0142/201 40 — MANTORP
Bensin — Oljor — Tillbehör
— Fullständig Service —

CALOR & SJÖGREN
RÖRLEDNINGSENTREPRENÖR

PLATENSGATAN 7 — LINKÖPING

TELEFON 013/12 05 56, 12 26 13

INBJUDAN TILL ÅRSKLASSLAGSIM

Härmed inbjudes till deltagande i ÅRSKLASSLAGSIM.

Omfattning och deltagare:
Tävlingen gäller pojkar och flickor i distriktslag och uppdelas i regionsfinal och riksfinal.

Åldersklasser:
Klass D födda 1957.
Kalss C födda 1955—1956.
Klass B födda 1953—1954.

OBS. Yngre simmare får deltaga i äldre årsklass under förutsättning att de genomgående startar i denna klass. Regeln gäller endast i denna tävling.

Kvalificering:
Sker genom tävling i olika regioner enl. följande:
1. Halland, Skåne, Småland, Blekinge, Östergötland.
2. Göteborg, Bohuslän-Dal, Västergötland, Värmland, Närke.
3. Södermanland, Västmanland, Stockholm, Gotland.
4. Dalarna, Gästrikland, Uppland, Hälsingland.
5. Norrbotten, Västerbotten, Ångermanland, Medelpad, Jämtland.

Till final går de sex bästa lagen oberoende av tävlingsplats.
Grenar:
Födda 1957 4×100 m frisim och 4×100 m medley.
Födda 1955—1956 4×100 m frisim och 4×100 m medley.
Födda 1953—1954 4×200 m frisim och 4×100 m medley.

Grenordning:
1. 4×100 m frisim pojkar klass D
2. 4×100 m medley flickor klass D
3. 4×100 m frisim flickor klass C
4. 4×100 m medley pojkar klass C
5. 4×200 m frisim pojkar klass B
6. 4×100 m medley flickor klass B
7. 4×100 m frisim flickor klass D
8. 4×100 m medley pojkar klass D
9. 4×100 m frisim pojkar klass C
10. 4×100 m medley flickor klass C
11. 4×200 m frisim flickor klass B
12. 4×100 m medley pojkar klass B

Arrangör:
Distrikten inom resp. region skall i samband med valet detta första år bestämma turordningen mellan distrikten för hela första omgången varunder alla skall ha arrangerat en gång.
Arrangerande distrikt fastställer plats och utser medarrangör.
Årets finaltävling kommer att arrangeras i Södertälje.

Tidpunkt:
Regionsfinal den 10 mars. Tävlingen avgöres på en dag. Riksfinal den 24 mars.

Ekonomi:
Ekonomiskt skall Regionsfinalen bekostas av resp. distrikt och finaltävlingen av Förbundet.

Priser:
Två priser uppsättes, ett för flickor och ett för pojkar och skall tillfalla det distrikt som erhåller flest poäng sammanlagt i samtliga klasser. Segrande lag i resp. klass erhåller silverplaketter.
Andra pris utgår icke.

Övrigt:
Årets tävling skall räknas som provår enl. VU-beslut. Tävlingen i den form som inbjudan har utformats är resultatet av den remiss, som gick ut till distrikten för yttrande den 21/12 1967.
Vi hoppas på 100-procentig anslutning till denna nya tävling och önskar samtliga lycka till.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Simkommittén

VÄLKOMNA TILL HALMSTADS-SM

Simklubben Laxen i Halmstad, som åter får äran att stå som Svenska Simförbundets medarrangör vid ett SM, ber att få hälsa simmare, ledare, funktionärer, press och övriga simintresserade hjärtligt välkomna till staden vid Nissan.

Halmstad har tidigare varit tävlingsplats för många stora tävlingsarrangemang, det första var väl SM utomhus år 1956. När Halmstad nu sedan oktober 1966 har ett modernt badhus med simhall, har redan flera tävlingar av större format avverkats där. Sålunda har de svenska simhopparna tävlat om SM och vidare fick Simklubben Laxen rycka in och stå som arrangör när det amerikanska simlandslaget skulle tävla i Sverige och tävlingarna ej fick TV-sändas från Göteborg.

Halmstads Simhallsbad har en tävlingsbassäng med sex banor. Vattendjupet är 1,25 m vid grunda sidan och 3,85 m vid den djupa. Antalet åskådareplatser är 500, varav 400 sittplatser och 100 ståplatser.

Halmstad är som bekant speciellt trevligt på sommaren med härliga bad och fina badstränder. Vi hoppas dock att simmarna skall finna sig väl tillrätta i Halmstad även i april månad. Kanske har våren kommit till Västkusten.

Simklubben Laxen — Halmstad

KORRIGERINGAR. Statistiken 1967: Damer kort bana: 200 rygg: Eva Folkesson 2.41,0. 100 fj: Yvonne Brage 1.17,2. 4×100 medley: Gema och Boden 5.08,5. Lång bana: 100 fr: Berit Larsson 1.04,5. 400 fr: Berit Larsson 5.11,6. 4×100 fr: 14. S 02 4.57,0. Herrar kort bana: 100 fr: Hans Lundström 57,6. 200 fr: 2. Sven von Holst, SKK 1.58,3. 4×100 fr: 14. Hellas 3.58,9. 100 br: Torgny Svahn 1.15,8. 100 ry: Svante Zetterlund 1.06,2. 200 medley: L. B. Odenlid 2.28,9. 400 medley: 10. Bo Sjöholm 5.29,7. 4×100 medley: Karlskoga 4.23,4. Lång Bana: 200 bröst: C. G. Östling 2.52,2.

SM KLUBBARNA 1967: Tunafors skall under rubr. "Placering" ha 23 rösträttspoäng, S 02 skall ha 9 och poängsumman 97—86—4. Hellas skall under rubr. "Placering" ha 36 rösträttspoäng, Filipstad 26, Gema 33, Najaden 33, Trelleborg 33, Oskarshamn 36. Trelleborg skall under rubr. "Summa poäng" i kolumnen B ha 7 poäng, Oskarshamn 5. Ägir skall ha 1 poäng under "Simning Ju", Köping skall inte ha någon.

Rättelse i Resultatbörsen i nr 1 av Simsport 1968. Nationella tävlingar Örebro 18/11 20×50 m = Segrare Örebro SS. Skall vara Örebro Simallians d.v.s. stadens simmare då tävlingen är en stadsmatch Örebro — Eskilstuna — Västerås — Norrköping.

KAPELLPLANS FISK & GRÖNSAKER

I. SVENSSON

DJURGÅRDSGATAN 32 — LINKÖPING

TELEFON 12 73 55

ABISKO-LIVS

Götgatan 35 — LINKÖPING

Telefon 13 98 00

SNABBKÖP

med kött som specialité

STORA

HOTELLET

Regina-Palace

Restaurant Paletten

Bar Bagatell

LINKÖPING

Telefon växel 12 96 30

TRANSPORTER

och

GRUSLEVERANSER

Linköpings

Express & Ordercentral AB

Rudsjögatan 1 — LINKÖPING

Telefon växel 13 01 05. Ordertelefon 12 01 00

FLYTTDAGS!

Vi utför flyttningar och emballeringar åt både företag och privatpersoner. Konkurrenskraftiga priser!

MAGASINSBEHOV!

Vi åtar oss magasinering av möbler m. m. i uppvärmda lokaler

SLAB Svenska Lastbil AB

Oskarsgatan 8 — LINKÖPING

Telefon 14 60 20

AB BYGGSTÄLLNINGAR

LINKÖPING — TELEFON 013/13 78 00

Byggställn. — Formställn. — Valvstämp

UTHYRNING — MONTERING — FÖRSÄLJNING

Vinterlägret

Simförbundet hade ett fjälläger den 28 december—7 januari i Ljusnedal. Här berättar Simförbundskonsulenten och lägerchefen Ernst Lindahl om hur det var:

Kallt, mycket kallt, sol, mycket sol, bra, faktiskt mycket bra . . .

Så tycker jag själv om lägret. Jag är part i målet visserligen men jag stöds i omdömena av de aktiva, som var verkligt nöjda med sin vistelse på Gyllene Bocken.

Det är klart att man skulle ha önskat sig litet mindre kyla — en dag pekade termometern på 36 minusgrader, andra dagar låg den under 30 och det var rena undantagen om den kröp över 20, men vi hann ändå med både vila och träning.

Det senare i form av kortare och längre turer — en som sträckte sig över närmare fem timmar. Utförsåkning stod också på programmet, liksom gymnastik och stakning.

När vi överraskades av kylan första morgonen måste det uppgjorda programmet läggas om. Det gick inte att vara ute i längre repriser. Men ersättningen blev bra och alla var som sagt nöjda, t.o.m. Elisabeth Berglund, Timrå som hade oturen att redan första dagen drabbas av ledbandsskada. Hon behandlades och lindades och kunde sedan halta med.

Ende skåningen Gunnar Larsson var ingen Jernberg när han kom upp till Ljusnedal, men han jobbade på och fick extra träning då han hade lägrets allra mest bakhala skidor. Stark blev starkare på det viset.



Hela truppen i Ljusnedal samlad.

Vi brukade sluta varje dag med ett träningspass omfattande litet snöpulsning, en del stakning (bra som ersättning för slangarna) och litet löpning (mycket vågade man inte i kylan).

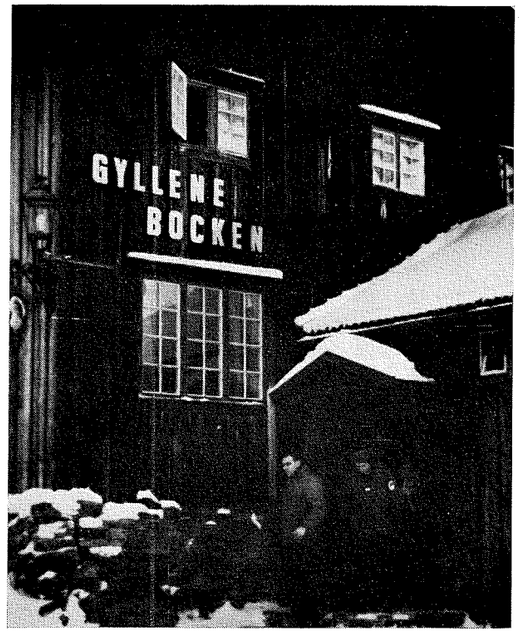
Den delen av programmet slutade sista dagen med ett Ljusnedalsmästerskap omfattande också skidåkning, och armhävning. Hasse Tegeback vann bland grabbarna och Lotten Andersson bland flickorna.

Lotten fick ett troll i pris, omedelbart döpt till "Bocken" av Elisabeth Berglund.

— Jag hoppas att ni under säsongen vill ta med er det som mascot, sade hotellchefsparet Sven och Märta Arnell.

— Gärna, sade Lotten.

Flickorna tackade sedan familjen Arnell med en chokladask



Här bodde dom — ledaren Ernst Lindahl på väg ut från Gyllene Bocken.

(verkligen på sin plats så bra som allting varit på Gyllene Bocken) och fick själva ytterligare uppmuntran.

Sven och Märta Arnell skänkte på stående fot en veckas fri vistelse på Gyllene Bocken till den deltagare i lägret som lyckas bäst fram till Mexico City-OS. Den lycklige får också gratis ta med sig en kamrat.

Ytterligare en sporre att satsa mot.

Tyvärr hade lägret fått en hel del återbud och totalt var 12 med: Lotten Andersson, Linköping, Yvonne Hiljebäck och Yvonne Törnqvist, Polisen, Lena Petersén, Neptun, Berit Larsson, Karlskoga, Elisabeth Hjorth, Gävle, Hans Tegeback, Sundsvall, Vera Kock och Elisabeth Berglund, Timrå, Britt-Marie Hammarsten, Robertsfors, Maud Larsson, GeMa och Gunnar Larsson, Malmö. Ledare Caisa och

Ernst Lindahl.

EM-tvåan i simhopp Tord Andersson får en USA-chans i vår. Han reser i början av mars till Yale University och för att träna och tävla en månad med sikte på OS i Mexico City.

Klart är att Tord startar i amerikanska mästerskapen och han hoppas också att kunna komma med på något sätt i collegemästerskapen trots att han själv inte går i skola i USA och trots att Chalmers i Göteborg ju knappast kan betraktas som ett college.

Tord kommer hem något mer än en vecka före Sexnationers i april.

TORD LARSSON, Wisby SS, korades till 1967 års bäste idrottsgotländning, i och med erhållandet av GT:s guldmedalj.

HÄLSOLIVS I LINKÖPING
i Hälsans tjänst
För Idrottsmän
Dr. Ritters Vetegroddolja och det berömda V. M.
Proteintabletter — Örter — Giftfria preparat
Druvsafter — Reformpollen m. m., m. m.

Huvudbutik: Storgatan 20 (vid Epa)
Telefon 013/13 37 60.

Vår filial: Centralhallen — Telefon 13 06 30
I Motala: Kyrkogatan 5 — Telefon 107 48

FIRMA
BYGGES BETONG AB
LINKÖPING — Telefon växel 13 03 20
Betongstation G. Tanneforsvägen 3
Tel. 14 00 08
Betongstation Motala
Tel. 0141/135 26
Betongstation Mjölby
Tel. 0142/115 35

Byggmästare
Carl Kärnfelt
Telefon 12 74 95
Trastgatan 3 — LINKÖPING

NY- och OMBYGGNADER
av SKOLOR, FASTIGHETER,
INDUSTRIER m. m.

FOLKETS HUS
LINKÖPING
hyr ut trivsamt inredda lokaler för
kongresser, föreläsningar, möten, samkväm och
fester av skilda slag.
FORUM: 667 platser — C-salen 144 platser
GROTTAN: 300 platser — D-salen 105 platser
B-salen 300 platser — E-salen 70 platser
B+C-salarna tillsammans 500 platser
Folkets Hus Kontor Ågatan 57 står till tjänst
med alla upplysningar.
Telefon 14 49 50
En av Linköpings modernaste biografer
FORUM
Visar det bästa i filmväg — Perfekt ljudutrustning
Beställ biljetter i god tid!
Telefon 14 49 51

Damer med anspråk på Hårmodet!
Vänd Eder till
SALONG BOUCLÉ
Inga-Britt Stålhammar
Östgötagatan 7 — LINKÖPING
Telefon 12 38 19
Rekommenderas

Samlingsplatsen för alla är
FRIMURAREHOTELLET
LINKÖPING
Telefon växel 12 91 80
Grillrum — Intim bar — Vackra festvåningar
Nyinredd resandevåning
Radio — TV
Egen skyddad parkeringsplats för ca 25 bilar
Garage
Dans alla dagar utom söndagar och
tisdagar

Elisabeth Ljunggren:

Så tränar jag i Mexico

Elisabeth Ljunggren, simmarflickan som fastnade för en mexikan under för-OS, har efter tre månader på olympisk höjd kommit upp i sin hittills mesta träning. Hon simmar 12 km om dan.

— Vi började lite försiktigt. Det var långa pass, men det var ingen särskilt hård simning. Vi byggde upp oss för att klara två-gånger-om-dan-träningen och nu efter en månads anpassning är vi beredda. I varje fall anser vår tränare Ron Johnson det, säger Elisabeth från Mexico City, där hon gifte sig med Winston Morris Jr. i slutet av januari och aviserade samtidigt hemkomst till Brementävlingarna.

Träningen började dock olyckligt.

— Ron, som är amerikan och som varit här i snart ett år, var där första träningspasset, men sen kom han inte. Han hade fått gulsot.

Det blev lång vila för den unge men hårde amerikanen, som skolat mexikanarna i amerikansk anda och med amerikanskt tuffa program. Först i mitten på januari var han igång igen.

— Vi klarar oss ändå bra. Han har skrivit ut program åt oss dag för dag och det är bara för hans mexar-assistenter att driva på. För mexikanarna är det nästan lättare än när Ron är här, för mej förstås lite värre. De slipper språkproblem, jag får en del. Min spanska är inte den bästa.

Elisabeth, som höll igång på toppnivå i ungefär ett halvår, tog efter förolympiaden några veckors vila.

— Det behövdes. Jag kände mej trött och less på simning. Det hade blivit lite väl mycket på slutet.

Men det var bara några veckor hon var ifrån den hårda vattenträningen.

Någon större skillnad i den amerikanska träningen i Mexico City och den svenska hemma i Eriksdalsbadet är det inte.

— Programmet är i stort de samma. Vi höll oss under december kring 5.000 meter per pass.

— Det blev inte heller enbart simning. Modellen med tre gånger gymnastik och löpning i veckan fanns med precis som hos oss.

— Träningen så här i början är inte särskilt slitsam. Man skaffar sej vattenvana och bygger i lugn och ro upp styrkan. Minns för resten hur det var den vintern, då vi neptunflickor körde igång efter EM i Leipzig. Sten Hellqvist drev oss hårt men det blev massor av separat benspark och armtagsträning. Uppdelat var för sej blir det ingen hundraprocentig konditionsträning men med dom program "riktig" simning vi hade blev vi oerhört starka. Det var också den sommar som följde som vi neptunflickor var som allra bäst. (Europarekord av Ann-Christine Hagberg och laget på 4×100 fritt, världsklassresultat av Elisabeth och Karin Stenbäck på fjäril).

— Det är nog tur vi skyndat långsamt för träningen känns verkligen ändå. Det är inte så besvärligt under själva passen men trötttheten sitter i. Det är precis samma känsla som under tiden före för-OS-perioden, så även om jag varit här i några månader är jag ännu inte acklimatiserad. Och det blir man visst aldrig, säjs det.

— Andningen går hyggligt nu. Där hade jag tidigare bekymmer och det var ibland som om jag inte fick luft. Kom nästan i panik, när jag försökte simma några längre sträckor, fick yrsel och tyckte det var ganska hopplöst. Nu slipper jag såna besvär och har bland annat simmat igenom 3000 meter utan att stanna.

— Vi simmade ofta den maratonsträckan hemma, och det är klart det var lite värre här. Men det gick hyggligt. Vi tog aldrig tid men jag antar det gick långsammare än normalt. Lite påverkad blir man ju.

— Efter de tre kilometrarna fortsatte vi med 800 benspark och 1000 meter, där vi hade fartövningar. Ökade tempot 15—20 meter på varje 100 och försökte sen hålla upp farten.

— Det mesta jag hittills simmat på ett pass är 5100 (detta sagt strax innan nyår och innan man var uppe i planerade 6 km per pass).

I vattnet går det alltså hyggligt, men på land . . .

— Det är hemskt. Löpningen på 4 km är rena pinan. Jag springer dåligt hemma, här är det fruktansvärt. Benen värker för att inte tala om bröstet.

Tunnluftsproblemen känner Lisa av även i gymnastiken, där man satsar hårt på magrörelser.

— Vi kör upprullningar under belastning. Placerar en bänk i olika lägen mot en ribbstol. Vi börjar på

Kaffe — Te — Läskedrycker — Bröd — Smörgåsar

ROSELL & ANDERSSON RESTAURANG AB

(Kanal-Caféet)

BERGS SLUSSAR — VRETA KLOSTER — TEL. 013/600 14

Konditorivaror, Tidningar, Tobak, Konfektyr

Anordnar även luncher, middagar och supéer för såväl mindre som större sällskap

Grävmaskiner och Bandtraktorer
uthyres för
grävnings- och planeringsarbeten

AB LINKÖPINGS
GRÄVMASKINER

G:a Tanneforsvägen 6
Telefon 14 16 13
LINKÖPING

EVERTS MATTOR

Storgatan 18 — LINKÖPING
Telefon 12 70 34

Specialaffären i
Rya-, Nöthårs-, Wilton- och
Orientmattor
Lägsta priser

Vi ordnar festen
till trevnad för gästen

BULLEN
Konditori & Bageri

Djurgårdsgatan 48
LINKÖPING
Telefon 14 51 25 — Bostad 12 24 41

GOMÉR & ANDERSSON

Kontor:
S:t Larsgatan 31 — Telefon växel 12 93 80
LINKÖPING

Av Handelskammaren aukt fastighetsmäklare

Auktions- & Mäklarrörelse
Boutredningar

Brandredskapsbolaget WELANDER & Co
Nygatan 31 B — Linköping — Telefon 14 80 08
Vi levererar allt inom branschen
Kolsyre-, pulver- och vattensläckare. Brandslangar
Kontroll, omladdning och reparationer
av alla slags eldsläckare
Skydda Er mot brand — det lönar sig

RYCKLÖSA MOTELL
LINGHEM — 7 km norr Linköping vid E 4
Rum, mat, kaffe, Barservering — 100 platser
Fullständig Shell-service. Bussar emottages.
Telefon Motellet 013/700 60
Bensinstationen 013/700 29

Kött & Charkuterivaror av toppkvalité
finnes alltid hos
SVENNES LIVS
Telefon 013/990 18
MALMSLÄTT

Vid behov av BIL eller BUSS
RINGÅS BILSTATION
(Kurt Pettersson)
Telefon 013/750 62

Det blev fyra rätt

Simsport fick fyra rätt i spanska CROL:s omröstning om världens bästa simmare 1967. Mark Spitz vann givetvis. Vi missade femman. Det blev Ada Kok. Vi höll på 400-metersrekordhållaren Greg Charlton. Så här ser listorna ut:

	1	2	3	4	5
"Argentina Natacion" (Argentina)	Spitz	Meyer	Ball	Kok	Schollander
"Natare" (Belgien)	Meyer	Burton	Matthes	Schollander	Ball
"Swimsport" (Canada)	Kolb	Spitz	Ball	Tanner	Schollander
"Svømmesport" (Danmark)	Spitz				
"Uinti Lethi" (Finland)	Spitz	Meyer	Kok	Ball	Matthes
"Natation" (Frankrike)	Spitz	Matthes	Kolb	Meyer	Walsh
"Deutscher Schwimmsport" (Östtyskland)	Matthes	Meyer	Tanner	Kosinski	Spitz
"The Swimming Times" (Storbritannien)	Spitz	Matthes	Meyer	Ball	Kok
"De Zwemkroniek" (Holland)	Spitz	Kok	Kolb	Prosumenchikova	Dibiasi
"Uszösport" (Ungern)	Spitz	Meyer	Matthes	Walsh	Ball
"Nuoto" (Italien)	Meyer	Spitz	Matthes	Kolb	Ball
"Norsk Svømming" (Norge)	Meyer				
"Crol" (Spanien)	Spitz	Ball	Meyer	Kok	Burton
"Simsport" (Sverige)	Spitz	Meyer	Ball	Matthes	Charlton
"Le Nageur Suisse" (Schweiz)	Spitz	Meyer	Matthes	Charlton	Kok
"Swimming World" (USA)	Spitz	Meyer			

sjunde ribban och går nedåt och gör 4×30 i varje läge.

— Mexikanarna är rätt förtjusta i att bygga upp sig med vikter. Jag är det inte, har aldrig varit det. En och annan rörelse är jag dock med på, bland annat den där man har skivstången bakom ryggen och bryter uppåt. Det blir ju som avslutningen på crawltaget och är bra.

— Jag tycker det är bättre för mej med gummislangsträning. I varje fall tror jag mer på den detaljen och det säjs ju vara bra att göra sånt man tror på. Mexarna har inte orkat fram till mer än 5×50 drag, jag har som mest varit uppe i 5×75.

— Vet bara att det säkert stundar hårda tider. Har ju hört talas om den våldsamma forceringen med distansträning och med långa serier. Echevarria, som var så överlägsen på herrarnas 400 och 1500 fritt i för-OS, har ju bland annat gått igenom serier på 12×400 meter, där vilan krympts till 20—25 sekunder. Ändå höll han farter kring 4.50.

Det där är ungefär samma modell som i Amerika, så jag förstår att Ron Johnson bygger på samma idéer, dvs. långa serier med mycket kort vila.

— Jag är inte direkt ovan vid det, även om 12×400 är mer än jag någonsin funderat över. Debbie Meyer, som är världens bästa frisimsflicka, sa till mej att hon som mest varit uppe i 8×400 meter med start var sjätte minut. Det betydde för henne 1 minuts vila eftersom hon höll sig på minuter. Det tyckte jag inte lät helt avskräckande.

Summa:

1. Mark Spitz, USA	64
2. Debbie Meyer, USA	51
3. Roland Matthes, Östtyskland	28
4. Catie Ball, USA	20
5. Ada Kok, Holland	14
6. Claudia Kolb, USA	13
7. Mike Burton, USA	5
Elaine Tanner, Kanada	5
9. Don Schollander, USA	4
10. Ken Walsh, USA	3
Greg Charlton, USA	3
12. Wladimir Kosinski, Sovjet	2
Galina Prosumenchikova, Sovjet	2
13. Klaus Dibiasi, Italien	1

STARTEN I SIMNING

FINA-byrån har nu fastställt regeln för start i simning och den lyder:

"På signal från tävlingsledaren skall de tävlande stiga upp på den bakre delen av startpallen och stanna där. På starterns förberedande kommando 'på edra platser' skall de tävlande omedelbart inta startposition och när alla tävlande står stilla skall startern ge startsignal (skott, vissling eller kommando)."

Svenska Simförbundets styrelse har fastställt att regeln skall gälla för Sveriges del fr.o.m. 1 januari 1968. Se regel 405 i regelboken.

FESTARRANGÖRER

Tombolakollektioner — Basarspel — Lotter

till Tombolor och Kvicklotterier. —

Uthyrning av Festtillbehör. — BEGÄR OFFERT!

LINDSTRÖMS BASARTJÄNST

Telefon 100 44 — OLLE LINDSTRÖM — Telefon 100 44

ÅTVIDABERG

Kärna Condis Malmslätt

Björklund telefon 993 60

När det gäller gott KAFFEBRÖD, TÅRTOR m. m.
är vägen (banan) ej för lång
därför alltid välkomna till

Kärna Condis Malmslätt

P.S. Beställningar emottages tacksamt
telefon 993 60

CALLIDUS

En OLJEBRÄNNARE att lita på

Installeras av

AB NYLANDERS

VVS-Installationer

Pa Vikingstad

Telefon 013/800 34, 800 39

BROKIND 013/410 37, 410 67

ÅTVIDABERGS
HANDELSTRÄDGÅRD

Birger Henriksson

Snickaregatan 15 — ÅTVIDABERG

Telefon 105 74

Alltid färska Blommor &
Krukväxter

INGEMAR JOHANSSON

SJ:s Godsentreprenör

även

Flyttningar och Varutransporter

Telefon 116 52

ÅTVIDABERG

SHELL

BENSIN- & SERVICESTATION

K.-E. Lindgren

Bergs Slussar — Vreta Kloster

Telefon Linköping 013/605 30

Bensin — Oljor — Tillbehör — Fullständig service

ÅTVIDABERGSTVÄTTEN

Bryggaregatan — Åtvidaberg

Telefon 100 17

Kem Tvätt — Vittvätt

KONTROLLERAD • AUKTORISERAD • KEMTVÄTT

KÖP
SOLSTICKAN

BETALD
ANNONSPLATS

Runt omkring

Mark Spitz har berättat litet mer om sig själv.

- han vill bli tandläkare, när han slutat sätta världsrekord
- han har ingen hobby alls vid sidan om simningen
- han tränar nio kilometer per dag
- han kör fyra pass varje dag — två på f.m. och två på e.m.
- han hoppas mycket av det amerikanska höghöjdslägret före OS. Det blir 42 dagar långt.
- "Det bör räcka", säger Spitz och avslöjar sensationellt nog att han tror på en så bra segertid på 400 fritt som 4.10,0.
- han tycker litet synd om europeerna som saknar den våldsamma konkurrens som är grunden till de flesta amerikanska världsrekordrasen.

. . . . . .

Förre västtyske storsimmaren Gerhard Hetz är på krigsstigen igen mot förbundet.

— Just nu har vi bara en medaljchans i Mexico-City-OS, säger han. Det är bröstsimmerskan Uta Frommater. Varför inte fler. Det är en skandal, då västtyska simförbundet har så många medlemmar som 300.000 och har så mycket pengar. Men de rinner genom fingrarna på ledarna till nytta för ingen. Hårda ord. Det stundar kanske ett nytt räfs och rättarting.

. . . . . .

Med anledning av den östtyska världsrekordslakten i höstas några "alla-tiders-världslistor" på de aktuella distanserna:

200 m medley, herrar:
2.11,7 Buckingham, USA 12. 3. 67, Chikago
2.13,2 D. Russel, USA 27. 7. 67, Winnipeg
2.13,5 Wiegand, DDR 6. 11. 67, Leipzig
2.13,6 Utley, USA 27. 7. 67, Winnipeg
2.13,6 Spitz, USA 12. 8. 67, Chikago
2.14,7 R. Roth, USA 31. 7. 66, Los Angeles
2.15,0 Hickcox, USA 21. 8. 66, Lincoln
2.15,1 Rivero, USA 12. 8. 66, Chikago
2.15,5 T. Johnson, USA 21. 8. 66, Lincoln
2.15,9 Stickles, USA 20. 8. 61, Los Angeles

100 m bröst, herrar:
1.06,7 Kossinski, Sovjet 8. 11. 67, Leningrad
1.06,9 Prokopenko, Sovjet 3. 9. 64, Moskva
1.07,0 Henninger, DDR 8. 11. 67, Leipzig
1.07,5 Jastremski, USA 20. 8. 61, Los Angeles
1.07,5 Fiolo, Brasilien 30. 7. 67, Winnipeg
1.07,6 O'Brien, Australien 15. 1. 64, Sydney
1.08,1 Merten, USA 28. 8. 67, Tokyo
1.08,3 Tretheway, USA 13. 8. 65, Maumee
1.08,3 Safronov, Sovjet 7. 9. 65, Split
1.08,6 Pu Tse-kang, Kina 4. 66, Peking
1.08,6 Pankin, Sovjet 30. 4. 67, Prag

200 m bröst, herrar:
2.27,8 O'Brien, Australien 15. 10. 64, Tokyo
2.28,2 Jastremski, USA 30. 8. 64, New York
2.28,2 Prokopenko, Sovjet 15. 10. 64, Tokyo
2.29,1 Henninger, DDR 10. 11. 67, Leipzig
2.29,2 Mortschukov, Sovjet 26. 8. 67, Warszawa
2.29,7 Kossinski, Sovjet 28. 7. 67, Moskva
2.29,8 Tutakajev, Sovjet 12. 7. 66, Moskva
2.29,9 Michailov, Sovjet 9. 9. 67, Moskva

4×100 m medley, herrar:
3.56,5 DDR, 7. 11. 67, Leipzig
3.57,2 USA, 31. 8. 67, Tokyo
4.00,7 Sovjet, 23. 3. 66, Moskva
4.02,2 Australien, 15. 7. 66, Ingham
4.03,9 Storbritannien, 20. 8. 67, Tibilissi
4.04,2 Kanada, 1. 8. 67, Winnipeg
4.04,9 Japan, 31. 8. 67, Tokyo
4.04,9 Italien, 12. 9. 67, Tunis
4.05,9 Ungern, 23. 8. 66, Utrecht
4.06,6 Brasilien, 1. 8. 67, Winnipeg

Världsrekordutveckling på 4×100 m medley, herrar:
4.17,8 Japan, 7. 9. 57, Tokyo
(Tomita 1.07,2, Furukawa 1.12,8, Ishimoto 59,7, Ishihara 58,1).
4.17,2 Japan, 28. 5. 58, Tokyo
(Hase 1.05,5, Furukawa 1.13,4, Ishimoto 1.00,4, Koga 57,9).
4.14,2 Australien, 25. 7. 58, Cardiff
(Monckton 1.02,0, Gathercole 1.12,4, Wilkinson 1.03,1, Devitt 56,7).
4.10,4 Australien, 22. 8. 58, Osaka
(Monckton 1.01,5, Gathercole 1.12,2, Wilkinson 1.01,6, Devitt 55,1).
4.09,2 USA (Indianapolis Athletic Club), 24. 7. 60, Toledo
(McKinney 1.02,6, Jastremski 1.12,1, Troy 59,4, Sintz 55,1).
4.08,2 USA, 27. 8. 60, Rom
(Bennett 1.02,6, Hait 1.11,2, Gillanders 59,8, Clark 54,6).
4.05,4 USA, 1. 9. 60, Rom
(McKinney 1.02,0, Hait 1.10,5, Larson 58,0, Farrell 54,9).
4.03,0 USA (Indianapolis AC), 20. 8. 61, Los Angeles
(Stock, Jastremski, Schulhof, Sintz).
4.01,6 USA (Indianapolis AC), 12. 8. 62, Cuyahoga Falls
(Stock 1.01,0, Jastremski 1.07,0, Schmidt 59,0, Sintz 54,6).
4.00,1 USA, 24. 8. 63, Osaka
(McGeagh 1.01,2, Craig 1.08,2, Richards 57,6, Clark 53,1).
3.58,4 USA, 15. 10. 64, Tokyo
(Mann 59,6, Craig 1.09,6, Schmidt 56,8, Clark 52,4).
3.57,2 USA, 31. 8. 67, Tokyo
(Hickcox 59,1, Merten 1.06,9, Russel 58,3, Walsh 52,9).
3.56,5 DDR, 7. 11. 67, Leipzig
(Matthes 58,7, Henninger 1.06,2, Gregor 58,3, Wiegand 53,3).

Till sist berättas det att Hjalmar Söderberg i sin ungdom led av en veritabel skräck för att sätta pennan till papperet. En dag knackade hans vän Bo Bergman på dörren till hans arbetsrum, gick in och fann till sin överraskning att Söderberg satt vid sitt skrivbord och skrev. Ganska förskräckt sade han:

— Stör jag?

Söderberg såg glädjestrålande upp på den inträdande och svarade:

— Ja, tack!

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Sveavägen 29, STOCKHOLM
Telefon 10 63 92, 21 52 93

PRISLISTA

(gällande från den 1 jan. 1968)

Ungdomens simmärken:

"Fisken"	1:50
Järn	2:—
Brons	2:—
Silver	2:50
Kandidatmärke	3:—
Kandidatmärke tyg	1:50

Magistermärken:

Järn	3:50
Brons	4:—
Brons, miniatyr	4:—
Silver	5:—
Silver, miniatyr	5:—
Guld	6:—
Guld, miniatyr	6:—
Guld med emalj	7:—
Guld med emalj, miniatyr	7:—
Magistermärke, tyg	**1:50**

Påbyggnadsplaketten:

Brons	7:—
Försilvrad	10:—
Förgylld	12:50

Elitmärken:

Brosch	**12:50**
Miniatyr	**12:50**

Simhopparmärken:

Järn	2:—
Brons	3:—
Silver	4:—

Diplom:

Kandidatdiplom	2:50
Magisterdiplom	3:—
Prisdiplom	—:50
Pillövskrans	1:75
Eklövskrans	1:75

Plaketter:

Promotorplakett	10:—
Försilvrade "Prima" och "Primus"	5:—
Brons "Ultima" och "Ultimus"	4:—
Prisplakett, brons	4:—
Prisplakett, silver	5:—



Ungdomens simmärke "Fisken"

Standardmedaljer:

Brons	4:—
Brons, miniatyr	2:—
Silver	6:50
Silver, miniatyr	3:—
Gravering per bokstav	—:18

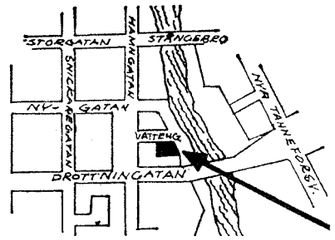
Simmateriel:

Simdräkt "Speedo"	27:— - 30:—
Simd. "Porolastic"	21:— - 26:—
Simdräkt nylon	15:—
Underbyxa, nylon	2:—
Badmössa, vit	1:—
Simbyxa "Speedo"	19:—
Simbyxa "Porolastic"	15:—
Simbyxa nylon	9:75
Simhoppbyxa (lastex)	14:—
Näsklämma	2:75
Poloboll "Olympia"	60:—
Polomössor, numrerade, per set (11 st)	22:—
Simglasögon	9:75
Polomössor, onumrerade, per styck	2:25
Domarflagga	4:—
Måldomarflagga vit och röd, per styck	3:—
Tidur för vattenpolo	75:—
Tidur, simning 1/10 sek.	70:— - 75:—
Tidur, simning med dubbla visare 1/10 sek.	175:—
Glasfibersvikt	990:—
Svikt lamellbyggd belagd med halkskyddsmatta	390:—
Svikt "Duraflex"	2.400:—
Livräddningsattrapp	48:—
Crawlplatta	9:—
Avgränsningslina 9 mm grön polyetenlina försedd med fästkrokar och spännanordning	
Lina i 25 mtrs längd med 4 flöten per meter	195:—
5 flöten per meter	215:—
Lina i 50 mtrs längd med 4 flöten per meter	365:—
5 flöten per meter	385:—
Lina, heltäckt med flöten 50 mtr	625:—
Badsandaler, av gummi i färger 34—45	3:—
Djupdykningssänke	9:—
Simdyna, kork med låsanordning	21:—
Simdyna, plast med låsanordning	8:—
Simstång	38:—

Litteratur:

Stadgar och tävlingsbestämmelser	3:—
Tävlingsprotokoll, simning	1:50
Poängtabell, simning	5:—
Poängtabell, hopp	1:—
Tävlingsprotokoll, hopp	2:50
Generalprot., hopp (5 st)	—:25
Tävlingsprotokoll, polo	2:50
Statistikkort	—:05
Affischer, per st	—:35
Lärobok "Simhoppning 1 meters svikt"	2:—
Lärobok "Konstsim"	3:—

IDEAL TVÄTTEN



. . . när det gäller:
VARM- och KALLMANGLING
INDUSTRI-, HUSHÅLLS- och HERRTVÄTT

Vår adress (se vidstående karta)
VATTENGATAN 2 — LINKÖPING
TELEFON 12 39 53

Hämtas och hemsändes
KOSTNADSFRITT

SPECIALAFFÄR för TVÄTTMASKINER, DISKMASKINER, KYL och FRYS
samt BASTU m. m. av ett flertal kända fabrikat såsom

ASEA - SKANDIA | **PHILIPS**

KOCKUMS | **STIGA ZANUSSI**
ELEKTROHELIOS | **U. P. O.**

BOSCH CRESCENT KITCHEN AID

DISKMASKINER

Byten — Avbetalningar — Fullständig service — Elinstallationer

G.J. HUSHÅLLS MASKINER

Hörnet ÅKAREGATAN—TREDJE AVENYEN
HÄSSLEHOLM — TELEFON 0451/138 06

UTGIVARKORSBAND
Simsport, Sveavägen 29
Stockholm

AB TJÖRNARPSSLÄP

TJÖRNARP — TELEFON 0451/621 97

Släpvagnar för tyngre transporter
Flakbyggnationer på lastbilar

Vid "STENSKOTT" besök

ASKERSUNDS GLAS

Carl-Erik Blåder
Stora Bergsgatan 18 — ASKERSUND
Telefon 0583/107 38

Nyglasningar — Inramningar
Vi lagerför splitterfritt glas och
böjda bilrutor till de vanligast
förekommande person- och lastbilarna
I övrigt kan vi erbjuda ett välsorterat
lager av Fönsterglas — Spegelglas —
Råglas — Trådglas m. m.
för reparationer och nybyggnader
Anlita fackmannen — i längden bäst

Rosenbergs
Verkstäder

Kristianstadsvägen
HÄSSLEHOLM
Telefon 0451/101 48

PLÅT- & JÄRNKONSTRUKTIONER
MASKINARBETEN
och
REPARATIONER

Begär offert!

Det nya
DRÖMKÖKET
för hela familjen

BT-inredet
BALLINGSLÖV

NYHETER!

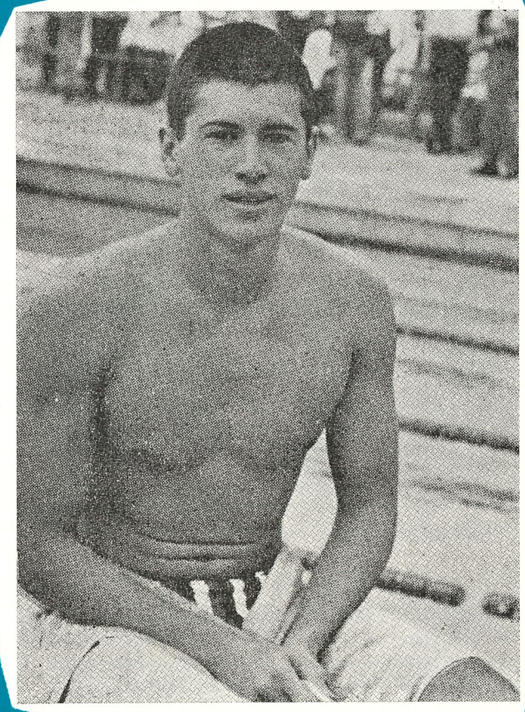
- ☐ Flyttbara hyllor i alla skåp
- ☐ Eget mönsterskyddat handtag
- ☐ Stängningsbeslag i form av magnetlås
- ☐ Förnicklade pinngångjärn av möbeltyp
- ☐ Lådor och dragbackar av plast
- ☐ Karusell- och jalusieskåp som standard
- ☐ Specialbeslag för assistent, skärmaskin och strykbräde
- ☐ Skåp för bänkspisar och inbyggnadsugnar

Sänd mig GRATIS Er 40-sidiga färgkatalog
Namn: .....
Adress: .....
Postadr.: ..... Tel.: .....

Stenström & Bartelson, Boktr. AB, Malmö 1968

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



3 MARS 1968 — ÅRGÅNG 23