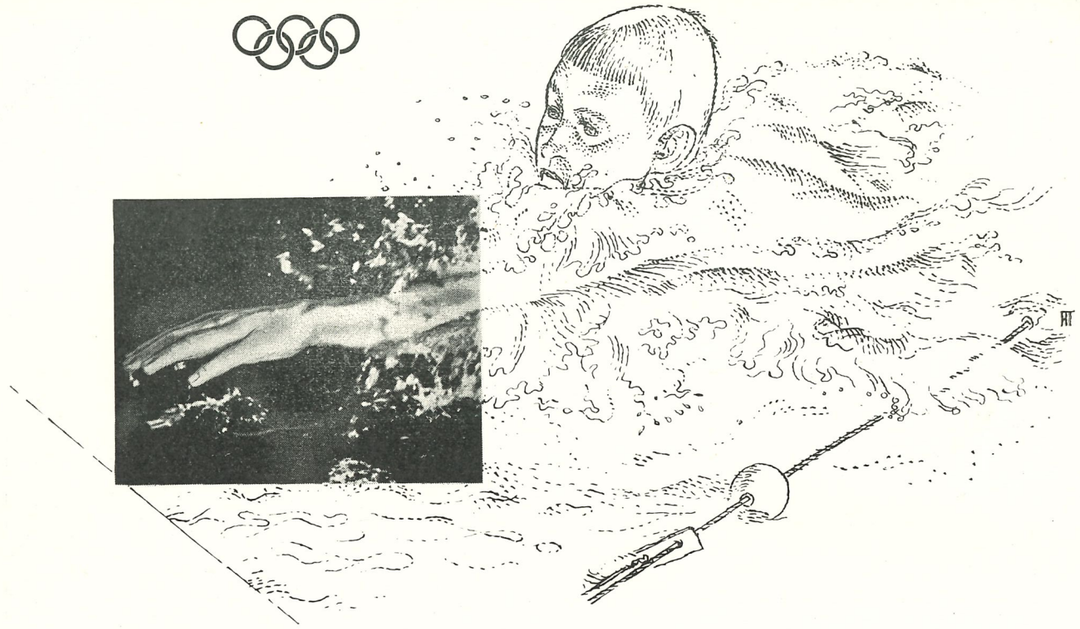


Centimetern som segrar

resultatet av modern träning

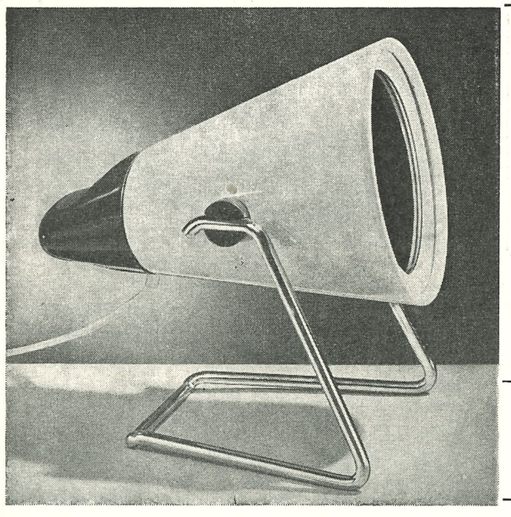
Olympiaden i Rom blev den största idrottsfest som hittills skådats. Varje dag bjöd på fascinerande tävlingar där all världens idrottsmän stimulerade varandra till att prestera fantastiska resultat. Bakom dessa prestationer ligger år av förberedelser. Idag är det inom idrotten framför allt den moderna träningsmetodiken som fäller utslaget. I denna ingår massage med djupvärme som en viktig del för att hålla kroppen i högsta trim. Så t.ex. användes *200 Philips Infraphil Center* djupvärmelampor i de olika träningslägren i Rom. Varje aktiv idrottsman behöver en Infraphil Center för sin personliga träning.

PHILIPS Infraphil Center djupvärmelampa användes i följande idrottssammanhang:

1. *Vid träning och före tävling*
Vid den regelbundna massagen liksom vid uppvärmningen före en tävling. Stimulerar blod- och näringstillförseln till musklerna.

2. *Efter tävlingar, vid överansträngning och småskador*
Infraphil Center bidrar till ökad blodcirkulation — alltså till snabbare borttransport av muskulaturens avfallsprodukter och snabbare tillförsel av näringsämnen. Rekommenderas vid sträckningar, stukningar osv.

3. *Allmänt*
Infraphil Center ger lindring vid de första symtomen på förkylningar och luftvägsinfektioner. Infraphil Center ger dessutom effektiv lindring vid muskelreumatiska smärtor, ryggskott, kontusioner osv. och kan därigenom understödja kroppens egna helande krafter.



För varje träningslokal, för varje klubb, för varje idrottsman

PHILIPS
Infraphil Center

Philips Infraphil Center värmelampa med reflektor och lins för riktad djupvärme. Lämpligaste beströlningsavstånd 3—4 decimeter. Bästa effekt med behandling i ett par perioder om 10—15 min. om dagen. Riktpris 53 kr oms. tillk.

PHILIPS **märket de flesta väljer**

Södertörns Tryckeri AB 1960

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



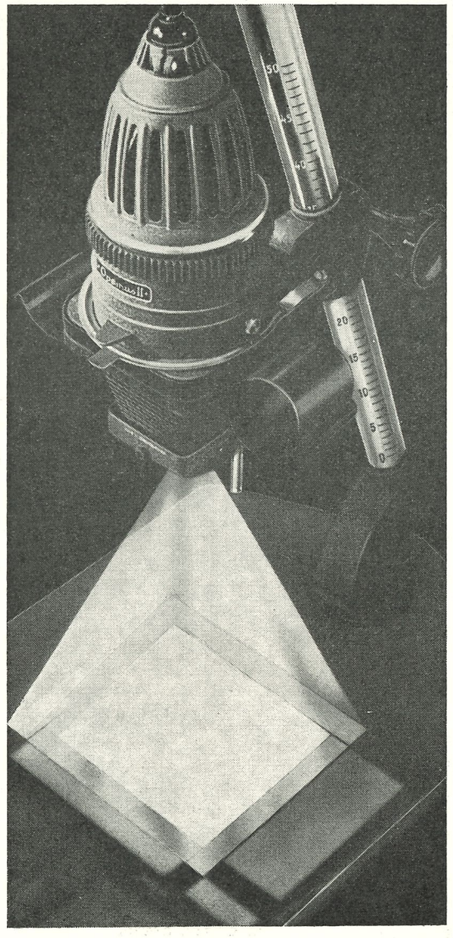
10 OKT. 1960 - ÅRGÅNG 15

Gör det roligaste själv — förstora!

Pröva på det verkliga nöjet och förstora själv Era negativ. En verkligt fascinerande sysselsättning. — Men kom ihåg!

Opemus

förstoringsapparaten i VÄRLDSKLASS — skall det vara. Alla slags originaltillbehör står till Ert förfogande.



OPEMUS finnes i alla välsorterade fotoaffärer i prislägen från 259:— exkl. oms. Generalagent AB Foto-Svea, Lidingö 5.



Vinn framgång med HERMES

Svensk kvalitet — *Schweiziskt arbete*

HERMES BABY. Den ur-starke lättviktaren i portföljformat (3,6 kg.) En förnämlig privatmaskin med stor kapacitet.

HERMES 2000. Idealmaskinen för såväl privatsom kontorsbruk, med key-set tabulator, blixtmarginal och en mångfald finesser.

BEGÄR PROSPEKT!

Fördelaktigt kredit-köp.

Generalagent för Sverige:

OSCAR SUNDIN

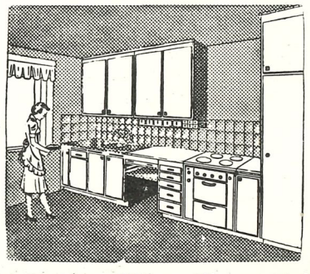
Fredsgatan 6, STOCKHOLM C.
Utställning: Drottninggatan 2.
Telefon (växel 20 76 10, 20 77 10, 20 75 20

Filialer: Göteborg - Malmö - Jönköping - Kalmar - Avesta

Vid planering av **KÖK**

räkna med det standardiserade byggbara

BT-inredet



Passar överallt.
Är prisbilligt.
Kan levereras omgående från lager.

A/B Ballingslövs Träförädling
BALLINGSLÖV
Tel. Hässleholm 310 49, 311 49, 312 49, växel
SÄND EN ILLUSTRERAD KATALOG TILL

Titel el. yrke: .....
Namn: .....
Bostad: .....
Postadr.: .....SP.

SIMSPORT

MEDDELANDE FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
SVEAVÄGEN 29 - STOCKHOLM
POSTGIRO: 52494

Nr 10 - 1960 - Årgång 15

Redaktör och ansvarig utgivare:
HENRY RUNSTRÖMER

Telefon:
REDAKTÖREN 106192

KUNGÖRELSE 106392

Prenumerationspris: kr. 10:— I utlandet kr. 15:— för helår

Kuppen i Rom

USA dominerade simtävlingarna i Rom lika eftertryckligt som Australien dominerade i Melbourne. Amerikanarna erövrade 11 av de 20 guldmedaljer som stod på spel och vann alla fyra lagkappsimningarna på världsrekordtider. Klarare bevis behövs inte. Så långt är allt i sin ordning och vi saluterar med stor uppskattning våra amerikanska simmarvänner till deras återvunna världshegemoni.

USA spelade också en dominerande roll på ledarplanet i Rom, men i det fallet finns det knappast någon anledning ur svensk eller europeisk synpunkt att falla in i någon hyllningskör, eftersom det amerikansk-asiatiska maktövertagandet i FINA hade karaktären av en kupp med mindre smakfulla aspekter.

Max Ritter, som nu övertog holländaren Jan de Vries ordförandeklubba, hade säkerligen blivit vald utan de bakom-kulissen-underhandlingar med asiaterna, vilket resulterade i att vår svenske förbundsordförande Bertil Sällfors utan förvarning bortvoterades — 42 röster mot 45 för japanen Kitaro Abe — från den sekreterarpost, som han med stor och allmänt omvittnad skicklighet innehaft i 12 års tid. Ritter, som nu är en vithårig man på några och sjuttio år, har under årens lopp gjort FINA stora tjänster och var deciderad för presidentposten redan 1956, då han emellertid lämnade kongressen i Melbourne vredgad över att FINA-byråns hållning i "fallet Klein" gick honom emot.

I Rom spelade nerverna den impulsive amerikanen ett nytt spratt. Nu var det domslutet i herrarnas 100-metersfinal, som ej föll honom på läppen. Då FINA-byrån avslog USA protesten mot detta domslut, blev Ritter nära nog desperat. Det kan ej bevisas men får anses ganska sannolikt att detta födde Ritters beslut att "straffa" den ansvarige tävlingsledaren, vilken var hans gamle vän Ber-



Bertil Sällfors, ordförande i Svenska Simförbundet, sekreterare i LEN (europeiska simförbundet).

til Sällfors. Genom samgående med det asiatiska blocket slog Ritter två flugor i en smäll. Dels säkrade han sin egen presidentpost — japanerna har inga varmare känslor till övers för australiern W. Berge Phillips — dels spelade han också bort Sällfors som FINA-sekreterare. Och totalresultatet blev en bräsch i det europeiska maktblocket. De närmaste fyra åren kommer den internationella simsporten att ledas från USA och Japan.

H. R.

Omslagsbilden visar den glädjestrålande karlskogatränaren Klas Dahlgren hissa JSM:s populäraste segrarinna, 12-åriga Margaretha Sehlin, "Stuvbiten" kallad i kamratkretsen.

Nya FINA-byrån

Vid det internationella simförbundets kongress i Rom valdes följande styrelse:

President:	R. M. Ritter, USA
Vicepresidenter:	B. Sällfors, Sverige
	W. Berge Phillips, Australien
	J. de Vries, Holland
	B. Rajki, Ungern
Sekreterare:	K. Abe, Japan
Kassör:	E. J. Scott, England
Byråmedlemmar:	O. de Sales, Hongkong
	G. Rigal, Frankrike
	H. Getz, Sydafrika
	B. Beier, Västtyskland
	A. Lambasa, Jugoslavien
	V. Percuoco, Italien
	S. Firsov, Sovjet
Expresidenter:	R. de Raeve, Belgien
	M. Negri, Argentina
Hederspresident:	H. E. Fern, England
Hedersmedlem:	E. Hauptman, Tjeckoslovakien

Amerikanskt regelbrott

Blev amerikanen Lance Larson bortdömd i Rom? Skulle han ha haft guldmedaljen i stället för australiern John Devitt efter finalen på 100 meter frisim för herrar?

Trots att det redan förflutit bortåt två månader går diskussionens vågor höga. I sista numret av brittiska "The Swimming Times" skriver den kände experten Bill Juba "General opinion: Larson was at least a hand ahead" och stöder sig därvid på den TV-film, vilken amerikanarna visade i utrarapid för den i Rom församlade expertisen.

Låt oss först som sist slå fast, att ingen utöver de protesterande USA-ledarna (och möjligen Juba) med denna film lyckades övertyga om att tävlingsledningen begått ett justitiemord. Inte ens Lance Larson ville efter visningen ta filmen som bevis för att han blivit bortdömd!

Studera bilden på denna sida, tagen minuten efter det simmarna kommit i mål. Säger inte den något? Ja, att ovisshet om utgången fortfarande råder!

Vad hände strax senare som gjorde att **Lance Larson fick** för sig att han vunnit och satte igång den segeromtumlande simning i vattnet, vilken genast fick TV-kamerarna att fånga honom i rutan och inge miljoner TV-tittare världen runt föreställningen att amerikanen vunnit?

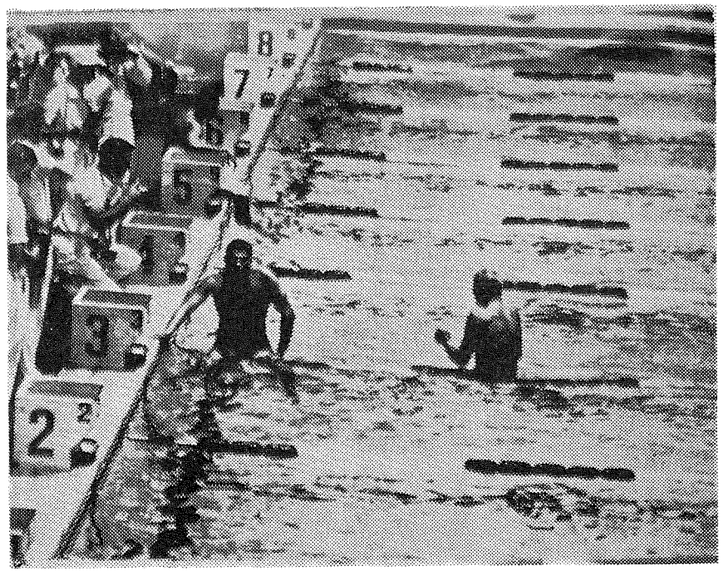
Jo, Lance hade fått ett tips från en landsman på bassängkanten att han hade *bättre tid* än Devitt! För att kunna veta detta måste sex tidtagares klockor, tre på vardera Devitt och Larson, ha avlästs och skrivits ned på protokoll. Vem hade rätt att göra detta? Jo, endast *en* man nämligen tidtagarledaren — och han var amerikan!

Vad säger tävlingsreglerna?

"Om i en tävling de av tidtagarna registrerade tiderna ej överensstämma med de resultat beträffande ordningsföljden, som fastställts av måldomarna, d. v. s. om en av simmarna fått bättre tid än en av måldomarna placerad medtävlare, skall båda simmarna få samma tid. Denna tid skall vara liktydig med medeltalet av samtliga de tider, som tagits på de svå simmarna. *Det är inte tillåtet att offentliggöra tider, som ej står i överensstämmelse med den ordningsföljd, som fastställts av måldomarna.*

Måldomarna hade i detta fall ej offentliggjort ordningsföljden, då den amerikanske tidtagarledaren offentliggjorde tiderna! Ett klart regelbrott som fick vittgående konsekvenser!

Henry Runströmer
Olympisk måldomarchef



100-metersfinalen i Rom har nyss fullbordats — John Dewitt och Lance Larson pustar ut, vilande på en banlina, ovetande om vem som har vunnit. Lugnet före stormen!

Nya världsrekord

Vid FINA-byråns sammanträde den 3/9 i Rom godkändes följande nya världsrekord:

HERRAR

220 yards frisim: 2.01,6, J. Konrads, Australien (Sydney 20/2 -60). 400 meter frisim: 4.15,9, J. Konrads, Australien (Sydney 23/2 -60). 440 yards frisim: 4.15,9, J. Konrads, Australien (Sydney 23/2 -60). 1500 meter frisim: 17.11,0, J. Konrads, Australien (Sydney 27/2 -60). 1650 yards frisim: 17.11,0, J. Konrads, Australien (Sydney 27/2 -60). 100 meter fjärilsim: 58,7, L. Larsson, USA (Toledo 24/7 -60). 110 yards fjärilsim: 1.00,5, L. Larsson, USA (Culver City 8/7 -60), 200 meter fjärilsim: 2.12,8, M. Troy, USA (Rom 2/9 -60). 220 yards fjärilsim: 2.17,5 N. Hayes, Australien (Townsville 6/8 -60). 200 meter ryggsim: 2.16,0, T. Stock, USA (Toledo 24/7 -60). 400 meter medley: 5.04,5 (D. Rounsavelle, USA (Toledo 24/7 -60). 4×110 yards frisim: 3.45,7 Australien (Shipton, Devitt, Henricks, Dickson) (Townsville 2/8 -60). 4×220 yards: 8.16,6, Australien (Henricks, Dickson, Konrads, Rose) (Townsville 6/8 -60). 4×100 meter medley: 4.05,4 USA (McKinney, Hait, Larsson, Farrell) (Rom 1/9 -60).

DAMER

100 meter frisim: 1.00,2, Dawn Fraser, Australien (Sydney 23/2 -60), 110 yards frisim: 1.00,2, Dawn Fraser, Australien (Sydney 23/2 -60). 200 meter frisim: 2.11,6, Dawn Fraser, Australien (Sydney 27/2 -60). 220 yards frisim: 2.11,6, Dawn Fraser, Australien (Sydney 27/2 -60). 400 meter frisim: 4.44,5, Chris von Saltza, USA (Detroit 5/8 -60). 440 yards frisim: 4.45,4 Ilsa Konrads, Australien (Sydney 9/1 -60). 800 meter frisim: 9.55,6, Jane Cederqvist, Sverige (Uppsala 17/8 -60). 100 meter bröstsim: 1.19,0, U. Küper, DDR (Leipzig 14/7 -60). 110 yards bröstsim: 1.21,2, R. Lassig, Australien (Bundaberg 7/1 -60). 200 meter: 2.49,5, A. Lonsbrough, St.Britt. (Rom 27/8 -60). 110 yards fjärilsim: 1.10,8, D. Fraser, Australien (Sydney 23/2 -60). 200 meter fjärilsim: 2.34,4, M. Heemskirk, Holland (Leipzig 12/ -60-). 100 meter ryggsim: 1.09,2, L. Burke, USA (Detroit 5/8 -60). 200 meter ryggsim: 2.33,3, S. Tanaka, Japan (Tokyo 23/7 -60). 220 yards ryggsim: 2.37,2, M. Wilson, Australien (Townsville 4/8 -60). 400 meter medley: 5.36,5, D. de Varona, USA Indianapolis 15/7 -60). 4×100 meter frisim: 4.08,9 (USA Spillane, Stobbs, Wood, von Saltza) Rom 3/9 -60). 4×110 yards frisim: 4.16,2, Australien (Fraser, Colquhoun, Konrads, Crapp) (Townsville 6/8 -60). 4×100 medley: 4.41,1 USA (Burke, Kemper, Schuler, Von Saltza) (Rom 2/9 -60). 4×110 yards medley: 4.50,2, Australien (Beckett, Lassig, Andrew, Fraser) (Townsville 4/8 -60).

OM DET GÄLLT EM I OS

av Nils-Erik Paulson

Det kan ha ett visst intresse att med ledning av årets OS-resultat göra en beräkning av hur våra svenska simmare klarat sig om det gällt ett Europamästerskap. Nedanstående uppställning visar hur ställningen blivit om man tar bort de icke-europeiska simmarna från OS-prislistorna. Därjämte har en jämförelse gjorts med EM-58 vilket bara visar vilken oerhörd utveckling simningen presterat under den sista tvåårsperioden.

Damer: 100 m frisim: Inger Thorngren och Karin Larsson kom med sina 1.05,6 resp. 1.06,3 på 10:de och 11:te plats. Vid EM-58 hade dessa resultat räckt till 4:de resp. 7:de placeringar. Karin hade då en 11:teplacering med tiden 1.08,1. Hade de i Rom nått sina årsbästa noteringar 1.04,3 resp. 1.04,5 hade det räckt till 5:te och 7:de plats europeiskt sett.

400 m frisim: Jane Cederqvist toppar givetvis Europamästerskapslistan med sina 4.53,9 och Bibbi Segerström ligger på 4:de plats med sina 4.57,6. Hade hon nått sitt årsbästa, 7/10 bättre, hade hon legat på delad 3:djeplats med holländskan Lagerberg. Vid EM-58 hade deras resp. tider väl räckt till både guld- och silvermedaljer, ty segrartiden då var 5.02,6.

200 m bröstsim: Barbro Eriksson med sina 2.59,8 belägger 10:de platsen i Europa. Hennes årsbästa 2.55,2 hade räckt till 6:te EM-platsen. Vid EM-58 hade Barbro placerat sig på 8:de plats med sitt OS-resultat och med sitt årsbästa på 4:de plats.

100 m fjärilsim: 1.13,0 för Kristina Larsson räckte till 5:te Europaplats och Karins 1.15,0 till 10:de plats. Vid EM-58 hade de båda syskonen blivit 3:a och 6:a på dessa resultat. Då var Kisse 6:a på 1.15,1 och Birgitta Lundquist 8:a på 1.15,9.

100 m ryggsim: I denna gren hade vi ingen deltagare, men Bibbi Segerströms årsbästa 1.14,3 hade räckt till en 10:de placering vid ett EM. Vid EM-58, då Bibbi noterade 1.19,1 (12:te plats) hade hennes 1.14,3 i år räckt till delad 4:de placering.

4×100 m frisim: Sverige belade platsen som 4:de europanation och lagets tid hade vid EM-58 räckt till samma placering, bronsplats, som laget då erövrade fast tiden då var dryga 3 sek. sämre. Om flickorna i laget simmat på sina sammanlagda årsbästa tider hade Sverige fått 4.19,1 och slagit alla övriga europeiska lag i Rom.

Herrar: 100 m frisim: Per-Olo Lindberg med nya rekordtiden 56,4 får vid ett EM nu endast se ungraren Dobay före sig och Bengt Nordvall med sina 58,5 kommer europeiskt på 7:de plats. Hade han nått sitt årsbästa 56,8 hade det räckt till en 5:te europeisk plats. Vid EM-58 vann Pucci på 56,3 och andre man var Polevaj, Sovjet på 56,9. Per-Ola hade då som bäst 58,8.

400 m frisim: Sven-Göran Johanson med sina 4.35,6 belägger europeiskt sett en 5:te plats och Per-Olof Eriksson med 4.41,2 en 12:te plats. Med sitt årsbästa 4.37,8 hade P.-O. Erikson klättrat upp till 8:deplatsen. Vid EM-58 hade Sven-Görans tid räckt till silverplatsen efter Ian Black. Lars-Erik Bengtson årsbästa 4.34,5 hade precis räckt till att förvisa Sven-Göran ett steg bakåt.

1500 m frisim: Lars-Erik Bengtson belägger 3:djeplatsen europeiskt sett med sitt nya svenska rekord 18.19,7. Denna tid hade räckt till samma placering vid EM-58 efter Black och Katona, vilken senare nu också var före medan Black inte ställde upp på distansen.

200 m bröstsim: Tommie Lindström med 2.42,8 och Bernt Nilsson med 2.45,7 kommer på 13:de och 16:de platserna i Europa. Vid EM-58 hade de båda hamnat på 7:de resp. 11:te plats. Med sina årsbästa noteringa 2.39,2 resp. 2.40,7 skulle placeringarna i årets "EM" bli delad 3:dje plats. 6:te plats. Vid EM-58 hade årsbästa tiderna räckt till guld och silver.

200 m fjärilsim: 2.25,0 för Håkan Bengtson betyder en 9:deplats i "EM-60". Vid EM-58 hade det räckt till bronsplats, men utvecklingen i denna gren har gått oerhört framåt.

100 m ryggsim: Trots sitt nysatta svenska rekord 1.05,9 belägger Bengt-Olof Almstedt endast 12:te platsen i Europamästerskapet 1960. Vid EM-58 hade denna tid räckt till en femteplacering. Dock har svenska rekordet sänkts med 2,3 sekunder på mindre än ett år. Ryggsimmet tycks alltså vara vårt just nu internationellt sett absolut sämsta gren för såväl herrar som damer.

4×200 m frisim: Sverige belägger 4:de platsen i Europa med sina 8.30,6 och har t. o. m. Finland före sig. Vid EM-58 hade denna svenska tid med över 3 sek. till godo räckt till segern.

I ovanstående jämförelser har de olika simmarnas bästa tider under OS tagits med i beräkningen antingen de nåtts i försök, semifinaler eller finaler. Sammanfattningsvis kan man utläsa, att Sverige vid ett EM i år ingalunda skulle blivit helt lottlösa på medaljer och att finalplatser skulle ordnats i samtliga grenar utom ryggsib för herrar och damer och herrarnas fjärilsim. Vad beträffar medleylagkapperna skulle Sverige för herrarnas del absolut inte komma bland de sju bästa i Europa medan det för damernas del skulle te sig något bättre, en trolig kamp om femteplatsen enligt uförda beräkningar.

Nep.

Mats Svensson 4.55,2

Vid tävlingar i Boråsbadet den 18/9 vann Elfsborgs talangfulle junior Mats Svensson 100 fr. på 1.01,0 före klubbkamraten Ivar Wallmark på 1.01,8 samt 400 fr. på 4.55,2. Marianne Ekdahl hade 1.12,3 på 100 fr. och 1.18,7 på 100 ry. Ulf-Göran Johansson vann 100 ry på 1.07,4.

En givande instruktörskonferens

45 siminstruktörer från Kiruna—Boden—Luleå i norr till Malmö—Hälsingborg i söder mötte upp till simförbundets tränarkonferens på Bosön veckoskiftet den 8—9 oktober. Simkommittén hade kallat för att delge sina erfarenheter från Rom och för att planera framtiden i allmänhet och det närmaste året i synnerhet.

Främst frapperades man av den härliga samarbetsvilja som genomsyrade hela konferensen. För några år sen avverkades en liknande instruktörssamling på Bosön. Då var man ytterst obenägen att "lätta på förlåten" och låta andra få ta del av sina "yrkeshemligheter". Den här gången vidarebefordrades synpunkterna friskt och frejdigt, det stöttes och blöttes på ett sätt, som bådar mycket gott för svensk simning i fortsättningen. Ett friskt kapital utgör nämligen tränarna. Simkommittén anser det vara självklart, att de bör rådfrågas i simtekniska spörsmål.

*

Åke Johansson har efter Rom tydligen funderat en hel del på säsonguppläggningen. Han vill (klokt nog) friskluftsträna mer under uppbyggnadsmånaderna vintertid, "kroppsbygga" och därför eliminera tävlingarna under vårsäsongen. "Skolan tar för hårt vårtid", hävdar Åke fullt riktigt. "Det blir svårt med två tävlingstoppar, en i april, en i augusti. På hösten kommer den ändå automatiskt efter sommarens hårdkörning."

Detta program *kanske* passar det direkta toppklientelet. Men majoriteten tränare ville behålla inne-SM på våren — "som krigsmål" — men Åke J. ville svänga SM (hösten) och JSM (våren).

Det ligger mycket i Åke J:s resonemang. Men så har vi OS i Tokio i *maj* 1964. Pendeln bör väl svänga rätt redan från i År?!

Sten Hellqvist har ingenting emot vårsäsongen, anser den går utmärkt väl att förena med samma vassa inriktning som förut.

Det var fläkt över konferensen ...

*

Simkommittén har, givetvis, observerat att svensk frisimsklass är toppmässig, men att de övriga simsätten icke har hunnit med. Efter Jon Henricks besök i Sverige 1957 karlades crawltekniken. Lance Larson kanske kommer i vår. Han kan lära ut fjärilsim.

SK vill stimulera de "eftersatta" simsätten genom att föreslå styrelsen att instifta på försök ett riksmästerskap på 4×100 m. i vardera bröstsim, fjärilsim och ryggsim för herrar och damer. Debuten skulle ske vid inne-SM i vår! Tyskarna har god erfarenhet av dessa lagkapper. T. v. nöjer man sig med 100 meter i bröstsimmet; till dess klubbarna fått upp standarden, då det med största säkerhet blir dubbla distansen.

I analogi med FINA:s ändring från årsskiftet blir den olympiska distansen 200 m ryggsim, herrar, placerad på stor SM i augusti, 100 m vid inne-SM. Damerna simmar dock 100 m i olympiskt sammanhang; så ock vid ute-SM.

*

Östtyskarna har, om det blir en fortsättning på juniorlandskamperna, föreslagit 16-årsgräns. SK sneglar åt möjligheten att sänka juniorgränsen till 16 år i sin alldeles speciella ungdomsgren.

*

För ett 30-tal landslagskandidater (siktet först mot EM i Leipzig 1962) anordnas kring årsskiftet ett friskluftsläger i jämtländska Edsåsdalen. Vårsäsongens tävlingar:

1—3 april inne-SM
8—9 april 6-nations-kamp i TV
15—16 april Polen i Warszawa (ev.)

Våren är hårt utnyttjad av skolorna. Minsta möjliga ledighet vill klubbar och förbund utverka för eleverna. Därför har man radikalt nog tänkt nästa år förlägga försökstävlingarna på påskafton och påskdan (utan publik) för att ge en fin avslutning på annandan. Polenkampen är inte spikad, kan möjligen tänkas bli förlagd till hösten i stället, då också våra möjligheter till vassa tider är större.

*

Juni och juli är klubbarnas tävlingsmånader. Förbundsarrangemangen kommer in först under augusti. SM (på västkusten?) går 3—6 (samma program som i fjol, NM (också på västkusten?) föreslås gå tisd.—onsd. 8—9 aug. Därefter skulle landslaget kunna transporteras till Uppsala för den av de aktiva hett åtrådda kampen mot Storbritannien (skriv inte England, snälla sättarn!) 21—22 aug.

En fin kamp vore en i Moskva den 1—2 el. 3—4 sept. mot Sovjetunionen. Skulle bli en rätt jämn kamp med vissa segerchans för blågult. Som alternativ går det också att föreslå Frankrike på t. ex. Rivieran. Vore en bra belöning för ett praktfullt landslag!!

*

För hösten 1961 skall en kollision mellan skol-SM och JSM absolut undvikas. Och för att SK inte skall behöva bli beskylld att ha fått "landslaget på hjärnan", som vid något årsmöte av ett dalaombud befarades, så skall nämnas, att det traditionella Eskilstunalägret för "morgondagarna" nästa år *fördubblas*. Vilket innebär att man ägnar framtiden ett lika starkt intresse som nuet. Detta svar ger också mästerskapstävlingarna, nu senast JSM! *H.H.*

Bosödeltagarna

Ledare:
Birger Buhre, Malmö, Hans Hellbrand, Borås, Reine Odell, Göteborg, Stig Ohlsson, Stockholm, Henry Runströmer, Stockholm, Nils Erik Paulson, Örebro.

Instruktörer:
Karl Andersson, Kiruna, Börje Rosqvist, Bodens BK, Åke Livbom, Luleå SS, Harry Sandquist, Hudiksvalls SS, Nils Hjelm, Iggesunds IK, Birger Borgstedt, Avesta SS, Stenowe Nyström, Sala SS, Erik Adamsson, Falu SS, Evert Sandberg, Upsala SS, K. G. Bergström, Norrtälje SK, Per Olof Lindberg, Norrtälje SK, Arne Frykman, Norrtälje SK, Lennart Forsström, Djursholms IF, Sten Hellqvist, Neptun, Åke Johansson, Neptun, Nils Dunér, Neptun, Åke Lindgren, Stockholmspolisens IF, Bo Larsson, Stockholmspolisens IF, Gösta Carlsson, Hellas och SKK,, Torgny Eriksson, Sim- & IK Hellas, Sune Wehlin, Solna SS, Tomas Borossy, Karlstads SS, Eisten Carnegård, Karlskoga SS, Malte Enocksson, Örebro SS, Rolf Vätteros, Karlslunds IF, Ralph Juhlin, Västerås SS, Rolf Eriksson, Södertälje SS, Yngve Eriksson, Nyköpings SS, Harald Brask, Motala SS, Rolf Höög, Motal SS, Jan Höög, Motala SS, Erik Adlerz, Simklubben Gbg, Erik Malander, Göteborgs KK, Sture Carlsson, S 02, Olof Gille, S 02, Erik Hjern, S 02, Kerstin Petersson, SK Najaden, Christina Berne, SK Najaden, Sture Stridh, IF Elfsborg, Tore Andrén, Nässjö SLS, Harden Junefelt, Jönköpings SLS, Olle Spjuth, Hvetlanda SS, Kennet Andersson, Värnamo SS, Lars Larsson, Varbergs GoIF, Karl-Erik Friberg, Karlskrona SS, Bernt Börjesson, Helsingborgs SS, Tommie Rindsäter, Helsingborgs SS, Horst Pecker, IK Attack.

VÅRA OS-SIMMARE UNDERNÄRDA

Vad vi lärde i Rom - Vad vi gör inför Tokio

Bo Alms ST-intervju med Birger Buhre

Rom gav visserligen stöd åt våra arbetsmetoder, men det är ändå så att det blir statsmakterna och vetenskapen som avgör simningens vägval. Den här sommaren har klart bevisat att det finns möjlighet för Sverige att ta steget fullt ut och blanda sig i stormaktsstriden, men då fordras också att staten och vetenskapen ger oss en hjälpande hand.

Skillnaden mellan amerikaner, australier och svenskar ligger nämligen varken på det simtekniska eller träningsmässiga planet, utan det som fattas oss är fullgoda träningsmöjligheter. Dessutom är vi rent fysiskt för klena på grund av för dåligt kosthåll. Och det är där som vetenskapen med sin näringsfysiologi kommer in i bilden.

Det där med simbassängerna var ju ingen nyhet och avslöjandet kan vi inte tacka Rom för. Men OS gav andra värdefulla tips, som faktiskt mer kommer fram vid de samtal de sevnska ledarna och tränarna hade med Australiens chefsinstruktör Arthur Cusack än under de många timmarna vid de olympiska bassängerna.

Undernärda svenskar

Cusack betonade för oss vikten av att en hårdtränande idrottsman måste ha mycken och näringsrik föda.

Den svenska maten är för klen och innehåller för litet protein, något som gör att svenskarna jämförda med utlänningarna ser undernärda ut.



Kristina Larsson europafemma i Rom

Vi satte f. ö. in en dos protein på våra olympier och lade på en extra femma för att få bättre mat under förberedelserna i Uppsala. Men vi var för sent ute för att kunna reparera de tidigare förlusterna.

Inomhusproblem

Vårt stora problem är den ständiga inomhusträningen, som bryter ned de aktiva. Deras blodvärden sjunker kraftigt under vintern och man har konstaterat en blodförtunning på upp till 30 procent.

Nu hoppas vi dock kunna avhjälpa den bristen tack vare att vi fått upp ögonen för proteinets betydelse.

Storheten i crawl

Det saknades alltså fram för allt styrka och det handicappet märktes kanske mest i kraftgrenen fjärilsim, där vi har oerhört mycket att lära.

Men det har också varit så de senaste åren, att när man talat om en svensk simning så har det hela tiden rört sig kring crawlsimmet. Det är där vi har vår storhet — men nu har vi kommit så långt, att vi måste sätta in stötarna även på de andra grenarna.

Lägerlivet sliter

Vi vet exakt vad vi behöver göra inför Tokio, men det kan ändå bli svårt att genomföra planerna.

Det är klart att vi ytterligare något år kan fortsätta med lägerlivet och skicka ut stora trupper på utlandsinternat. Men detta är dyrbara historier, som inte enbart slukar pengar utan f. ö. även sliter på det mänskliga materialet.

Leipzig nästa mål

Vårt nästa mål är EM i Leipzig 1962 och det mesta talar för att vi först då kan ta ställning till den framtida utvecklingen.

Har det till dess inte blivit någon förändring på badförhållandena här hemma tvingas vi troligen välja den väg, som pekar mot en oförändrad position. Men får vi bassänger lovar det en fortsatt uppmarsch.

Huvudbry för Tokio

Tokio vållar dock givetvis redan nu huvudbry med sin tävlingstid, som gärna kan bli olämpligare.

Vi behöver utomhusträning, och vi måste då samla simmarna på ett ställe. Vi får antingen söka upp värmen på kontinenten eller följa den ryska modellen med värmemattor över bassängen. (Man lägger med hjälp av strålning ett varmluftslager strax

Teknisk syn

STILARNA I ROM

Vid den givande tränarkonferensen på Bosön den 8—9 oktober pratades det olympiskt och skissades framtidsplaner med en brio, som gladde månget idrottshjärta.

Birger Buhres intervju med OS-tränarna Sten Hellqvist, Åke Johansson, Åke Lindgren och Evert Sandberg blev mycket intressant och spred en fin samarbetsanda.

Undertecknad lämnade en del synpunkter ("Vad vi lärde oss av Rom"), delvis sammanfallande med dem som redovisades i Simsport nr 9/1960 men också en sammanfattning, erhållen av min brittiske vän, Bert Kinnear, och återgiven med hans tillstånd. Normalt producerar han sig i det brittiska fackorganet. Bert Kinnear, som är teknisk chef i det brittiska förbundet, var ryggsimsfinalist i London-OS 1948.

Precis som oss svenskar, fick Kinnear svårt få tiden i Rom räcka till för närmare studier, men hann dock göra nedanstående iakttagelser.

A. Det fanns en rikhaltig provkarta på stilar i **ryggsim,** utan speciell tendens mot någon särskild, undantagandes S-tryckfasen i armtaget. Ett växande antal ryggsimmare begagnar sig av en markerat böjd armrörelse (Theiles S-drag) till en knappt märkbar avvikning från den sträckta armen (Lynn Burke). Enligt USA-tränaren Jim Counsilman (tränare för Troy, Breen och Somers) har laboratorieundersökningar visat mycket tydligt, att S-draget är överlägset det raka armtaget. Uppenbarligen ger också S-draget två fördelar: 1) det ger kraftrörelse närmare kroppens mittlinje och åstadkommer därigenom mindre lateral avvikelse och mer direkt kraft; 2) det ger en kortare hävstångsrörelse, som gör andra delen, trycket, mer effektivt framåtdrivande.

B. Frånsett John Dewitt synes det i **crawl** gå mot en tendens av färre armtag per 50-meterslängd. De oerhört snabba amerikanska simmarna använde sig av armtag understigande 40 per längd, japanen Yamanaka exakt 40 och George Breen 42. Detta beror på en bättre utmejslad teknik, ett bättre utnyttjande av vattnet vid den framåtdrivande armrörelsen.

C. I **bröstsim** sågs de flesta stilarna variera. Japanerna simmade lågt beroende på deras vida armrörelse och sena inandning. Glidet kom till synes egentligen endast i damernas tävlingar, inte i männens, frånsett holländaren Mensonides. Allmänna tendtensen var att huvudet hölls i en fast, markerad position. Bentagen utfördes, icke fullt så vida som annars är brukligt, med en explosiv avslutning. Vartannattagsandningen var icke fullt så bruklig, som man föreställde sig från början, men uppenbarligen håller denna teknik på att utvecklas. Man kan själv prova på en kort distans, hur pass snabbare en "icke-andningslängd" är jämfört med "andning-varje-tag".

D. **Fjärilsim** simmades med den minsta förändringen. Överraskande var att se hur pass många som använde framåtandningen i stället för sidoandningen. Benkicken var också klart grundare med en mycket liten böjning i knäet. Största framsteget "fjärilarna" genomgått ligger helt på konditionsplanet.

E. Alla nationernas aktiva körde med **intervallträning mot klocka.** Alla började med uppvärmningssim som åtföljdes av intervallövningarna. Härdast mot klockan ända in på tävlingsdags körde uppenbarligen australerna.

F. **Starthoppen** utfördes avgjort med plunge-stil (glidning) i stället för flack-starten ("magplasket"). **Vändningarna** utfördes av toppsimmarna utan vank (här kan vi i Sverige förbättra oss). Undantaget var Monckton, Australien, som hade oturen att i vändningen bryta ett finger mot väggen och sen missade han sin guldmedaljchans, så världsrekordhållare han än är. Sprintersimmarna måste **voltvända,** om de skall ha en chans i världstoppen! **Växlingarna i** lagkapperna utfördes med smartness, som gränsade till chansning. Offret blev Hollands damer! Men det gäller ju tiondelar och ibland kräver ju även tiondelarna sin tribut.

Hans Hellbrand



Ann-Cathrine Andersson
Eskilstunas olympiaflicka

---

ovan vattenytan och kan på så sätt träna utomhus även under kyliga perioder).

Lång acklimatisering

När det gäller Tokio kan vi dessutom dra nytta av Rom-erfarenheterna, som säger det att vi måste komma dit i tid. Vi har nämligen inte råd att upprepa sådana misstag som i Rom, dit truppen kom bara några dagar före tävlingarna. En del — Jane och Bibbi — klarade sig ändå, men det fanns också de som föll offer för klimatsjukan — Tommie Lindström bl. a.

Det finns endast ett sätt att glida förbi sådana blindskär, och det sker genom en rejält tilltagen acklimatiseringstid.

Men som sagt, vi avvaktar och ser vad som händer och har hänt till 1962.

Leipzig och EM får bli vår vägvisare.

FRÅN SLUM TILL OS-GULD

Ett kapitel ur Birger Buhres olympiska dagbok

Rom den 29/8 1960.

Det var Dawn Frasers dag i simstadion, nästan bara Dawn Frasers. Den nu 21-åriga världsrekordinnehavaren och olympiska titelförsvararen på 100 m frisim för damer, tävlade egentligen inte denna kväll. Hon gav en "föreställning". Dawn med sin smidiga välväxta attraktiva kvinnokropp och skarpskurna, kantiga ansikte där tjuvpojksglimten alltid glittrar i de sjögröna ögonen, kan det här gamet. Flickan från Sidneys slumkvarter började nämligen tävla i simning och träna rationellt redan som 8-åring. Sedan hade hon det jäkligt i lika många år till, d. v. s. åtta, eller som hennes "stallkamrat" Jon Henricks sade mig vid sitt sverigebesök för ett par år sedan: "Dawn had a very ruff time." D. v. s. innan hon som 17-åring bröt igenom i Melbourne och lekt sig till olympiska titeln och världsrekordet. Och Dawn med spefågelögonen i det tärda anletsdrag, som man brukar hitta hos "gränderna folk" har säkert haft det ganska jobbigt de fyra senaste åren också. För två gånger under denna tid har det telegraferats från Sidney att hon tvingats avbryta sin simkarriär på grund av hjärtbesvär, offer för den vetenskapligt bedrivna australiska simträningen.

Men nu återfanns hon i alla fall välbehållen här i Rom med goda utsikter att bli den första kappsimmerska i världen, som kunnat försvara en olympisk titel samt dementera uppfattningen om att tidigt "exploaterade" simmarflickor är dömda till dagsländetillvaro.

Lönen på Dawn

Dawn Fraser var idrottskvinnan i sin mognad, kapabel att från början till slut ge en föreställning av typ "Annorlunda". Det började redan med "inmarschen". Alla tidigare finalister i simstadion har fått marschera in i strikt ban-ordning och känt hur det stora olympiska allvaret lägrat sig tungt över arenan. När flickorna som skulle simma 100 m fritt tågade in var de bara sex, d. v. s. de två i mitten saknades. De uppenbarade sig efter en halv minut, nämligen Dawn Fraser och Kaliforniens svenskättade jätteböna Chris von Saltza, som fristäld ser ut som ett mindre hus. Dawn hade skrudat sig i helvitt i stället för i den vanliga australiska gröna landslagsuniformen. Hon hade tänjt högerarmen uppåt en liten bit och vänskapligt lagt den över axlarna på långa, nu blossande röda Chris. Hur ogenerat och charmigt fräckt som helst behandlade hon sin huvudkonkurrent som en supplikant redan nu minuterna före startskottet. Chris hade ingen chans annat än att fullfölja rollfördelningen, snällt stanna och posera med dirigenten Dawn, när fotograferna avbröt deras marsch fram till vilstolarna bakom startpallarna. Ända in i det sista nervkrigade Dawn med elegans. Just före startskottet dök ännu en fotograf upp. Chris von Saltza satt paralyserad i sin stol. Dawn reste sig leende och gick bort till henne, så att världspressen skulle få en chans att in i det sista skildra slaget mellan USA och Australien om världstiteln på damernas 100 meter frisim. Redan nu kunde vi sätta månadslönen på att Chris von Saltza inte skulle simma i närheten av de hemmatider, som gjort henne till den stora rubrikflickan i amerikanska tidningar den senaste månaden.

Har allt

Sedan small startskottet och de åtta finalflickorna höll kamratligt sällskap bort till vändningen. Sedan sade Dawn adjö. Och det som nu hände är ytterligt enkelt att beskriva:

Dawn Fraser simmade. Gjorde i själva verket inte ett skvatt annat än simmade. Och det är i och för sig unikt. Jag har sett rätt mycket 100 meter frisim de senaste åren, men aldrig något liknande detta. Jag har sett världsstjärnor kämpa 100 meter frisim, demonstrera imponerande muskelstyrka, piska sig fram, men Dawn Fraser simmade 100 meter fritt, gjorde ingenting annat.

Experten skulle säga: ingen utövare av crawlsim bland alla världens kvinnor och män har uppvisat en mera fulländad koordination mellan armar, ben och andningsapparatur.

Lekmannen uttrycker det emellertid bättre: Dawn Fraser var god vän med vattnet, förbaskat god vän. Möjligen kan släktet säl och haj samt ett begränsat antal abborrar och ålar röra sig med samma lediga elegans i det våta elementet. Dock inte så många andra.

Men alla de mänskliga svagheterna fungerade också hos Dawn in i det sista. Hon slängde högernäven i målkaklet långt före det utklassade övriga fältet och gjorde i samma ögonblick en helomvändning för att flukta in den två meter höga kronometern på motsatta kortsidan av simstadion, där segrartiden kan avläsas. Och sådant gör bevisligen varken sälar, hajar, ålar eller abborrar.

— Det är inte klokt, sade den skarpe iakttagaren Lennart Hyland, min bänkgranne.

— Inte klokt, du menar kanske onaturligt? Tvärtom. Här har du vad som behövs i denna allvarliga olympiad, den perfekt konstruerade tävlingsmaskinen och människan i samma person.

Efteråt hade jag turen att få språka med Dawn en liten stund och frågade givetvis om hon efter denna simhistoriska insats, först i världen att försvara en olympisk titel i damsimning ämnar "avsluta" med att även skriva tung sifferhistoria, nämligen att som första kvinna i världen simma 100 meter under minuten?

— Jo, det är meningen, sa Dawn, men det kommer inte att hända i nästa vecka. Just nu är inte rätta tidpunkten för en australisk simmerskas högform. Vi hade vinter hemma i Sydney, när jag reste hit. Jag saknar sju veckor i mina förberedelser för ett toppresultat.

Hon kan gamet Dawn, men hon är rätt torr, när hon skall förklara sig. "Jo, det är meningen." Och: "Jag behöver träna sju veckor — precis sju veckor! — ytterligare."

Och när jag hade antecknat allt detta kom jag att tänka på att Dawn Frasers segrartid, 1.01,4, var 1,2 sekunder sämre än hennes världsrekord, d. v. s. bästa tid i hemmabassäng. Med exakt lika mycket missade Uppsalas Inger Thorngren sitt personliga rekord här i Rom.

Men jag tror inte att någon i Australien rynkar på näsan åt Dawn Frasers prestation här i Stadio del Nuoto. Australien är nämligen en idrottsnation. Tvärsigenom.

PROTEIN BAKOM REKORDEN

Av docent Lars-Eric Ericson

En människa fordrar i sin kost, förutom vatten, **kolhydrat** (ex. socker och stärkelse), fett, protein (salter) och vitaminer. Kolhydrat och fett har till huvudsaklig uppgift att genom förbränning i kroppen lämna den energimängd (de kalorier) som fordras för att hålla kroppstemperaturen uppe samt för kroppsrörelserna. Mineralämnen och vitaminer är nödvändiga för att skapa den miljö, i vilket livsprocesserna äger rum och för att reglera dessas hastighet. Mineralämnena utgör dessutom byggnadsmaterial för ben och täder. Proteinerna, so bl. a. innehåller kväve, bygger upp och underhåller kroppens proteinhaltiga vävnader och organ t. ex. muskler, blod, inre organ, hud och hår.

De proteiner som ingår i vår kost, och som alltså bl. a. skall bygga upp våra muskler, har mycket olika näringsvärde. Proteinerna i animaliska livsmedel som ägg, mjölk, kött och fisk ä rnäringsmässigt överlägsna de vegetabiliska proteinerna (t. ex. vete, råg och grönsaker). Av ett givet protein fordrar en växande individ betydligt större mängd per kg kroppsvikt och dag än en vuxen. Detta är helt naturligt eftersom i den växande individen mängden proteinhaltiga vävnader hela tiden ökas. I en vuxen människa är däremot proteinmängden i muskler, blod, hud etc. normalt tämligen konstant och proteinet i kosten behöver därfö rendast vara tillräckligt för att kompensera "friktionsförlusterna". Om en vuxen människa av en eller annan anledning vill öka sin muskelmängd, måse hon i likhet med den växande individen förtära tillräckligt med protein fö rsåväl underhåll av befintliga proteinhaltiga vävnader som uppbyggnad av nya.

Den mängd protein av genomsnittskvalitet som dagligen bör ingå i kosten till en vuxen människa brukar anges till 1 g per kg kroppsvikt. En genomsnittsman om 70 kg bö rsåledes förtära 70 g protein per dag. Det är att förmoda, att för en individ som icke är utsatt för hårdare fysiska eller psykiska påfrestningar är denna kvantitet protein fullt tillräcklig. Däremot är de nförmodligen för liten fö rhårt tränande idrottsmän av typen kastare, tyngdlyftare, roddare, brottare eller boxare som önskar förbättra sina fysiska förutsättningar genom att öka sin muskelvikt. För att bilda 1 g muskelprotein måste man förmodligen konsumera minst 2,5 g protein (siffran ä rosäker) av god kvalitet. Det innebär att en idrottsman som skall öka sin muskelvikt med 5 kg under en träningsperiod om 8—10 månader bör förtära en extra proteinmängd om c:a 10 g per dag. Därtill kommer en annan viktig faktor som bidrager till att öka idrottsmäns och kroppsarbetares proteinbehov, nämligen de avsevärda kväveförluster som görs vid stark svettning. Man ha rfunnit att en man dagligen genom svettning kan förlora kvävemängder motsvarande över 20 g protein.

Ett ägg innehåller c:a 6,5 g, en tredjedels lite mjölk drygt 10 g och en svensk biffstek 20—30 g fulgott protein. Siffrorna ger en uppfattning om storleken av den extra konsumtion av proteinhaltig föda som fordras för att tillföra kroppen de mängder protein som nämns i exemplet ovan.

För att få största möjliga nytta av de extra proteinmängder som således bö ringå i kosten till den muskelbyggande och hårt tränande idrottsmannen, måste konsumtionen av de proteinhaltiga ämnena fördelas över alla tre måltiderna. Redan vid frukosten bör därför animaliskt protein i form av t. ex. ägg och/eller mjölk ingå. I Sverige är det tyvärr vanligt att man slarvar med frukosten. Detta är otillfredsställalnde, i all synnerhet för personer so mvill vara i absolut högsta fysiska och psykiska trim.

Vad som ovan sagts gäller, som redan antytts, i förstah and för de idrottsmän som för att nå topresultat fordrar stor muskelmassa. Och även löpare, simmare och hoppare bör öka sin proteinkonsumtion förefaller icke lika klart. Man får dock icke glömma att till exempel långdistanslöpare och skidåkare kan göra stora "proteinförluster" genom svettning.

Amerikaner, australier och ryssar har på senare år härjat bland världsrekorden på ett sätt som kommit oss att häpna och som ibland lett till den djupaste pessimism bland idrottsmän, tränare och sportjournalister beträffande de svenskarnas möjligheter att hänga med i utvecklingen. Det är intressant att notera att amerikaner och australier torde ha den bästa proteinkonsumtionen i världen: deras totala konsumtion är mycket hög och en ovanligt stor del av proteinet i kosten är av animaliskt ursprung. Dessutom fördelar de sin konsumtion över dagen bättre än svenskarna. De utgör goda exempel på att stor muskelvikt inte alls behöver betyda att man blir osnabb. Amerikanska hundrakilogossar som stöter 19 meter och mera i kula — vilket säkert i och för sig kräver stor snabbhet — tävlar stundom med framgång mot våra bästa sprinteress. Floyd Pattersons avsevärda muskelökning före returmatchen mot Ingemar Johansson medförde ingen nedgång i hans snabbhet men däremot en högst betydande stegring av slagkraften, inte heller har Birger Asplund, som ökat sin vikt omkring 30 procent, blivit en osnabb släggkastare. I Ryssland har man i en del träningsläger gjort det experimentet att man delat in idrottsmännen i två grupper, den ena gruppen har fått fortsätta att äta så som den brukat, den andra har fått en kost med bl. a. hög halt av protein stundom över 160 g per dag, varav hälften animaliskt) som fördelats på tre måltider. Gruppen vars kostvanor övervakades uppnådde de bästa resultaten. Även japanska undersökningar finns, som bekräftar dessa resultat. Anmärkningsvärt nog har svenskarna som enligt gängse uppfattning är stora och starka aldrig haft någon världsrekordhållare i kula, slägga eller spjut och endast tillfälligt en i diskus, Harald "Slaktarn" (!) Anderson, 1935 och en världsmästare i tyngdlyftning, Arvid Andersson 1946. Det är författarens övertygelse att den fortlöpande förbättring av världsrekorden som fortgått sedan många år åtminstone till en del möjliggjorts av att kosten undan för undan förbättrats.

Det är av intresse att påpeka att ett av deu tmärkande symtomen på proteinbrist är håglöshet. Det är också naturligt att en idrottsman, som vid träning icke når upp till de prestanda han tycker att hans uppoffrande träningsslit skulle berättiga till, kan "tappa sugen".

Det bör med skärpa framhållas att ökad proteinkonsumtion icke är någon mirekalmedicin eller underkur som i och för sig garanterar framgång. En proteinkonsumtion som räcker till för att tillgodose kroppens behov är endast e n av förutsättningarna för att topprestultat skall kunna nås. Det bör också betonas attp roteinerna i födan kan komma till användning för uppbyggande av muskelprotein, endast om kroppens behov av kalorier, mineralämnen och vitaminer är tillgodosett.

Per-Ola Lindberg 55,4 i Skolungdomens SM

Sv. rekord även i brcstsim: BARBRO ERIKSSON 1.22,0

Skolungdomens hösttävlingar eller Skol-SM, som det numera heter, ägde i år för första gången rum i landsorten, närmare bestämt i Malmö den 23—24 sept. Generalrepetitionen inför 50-årsjubileet nästa år — vilket självfallet kommer att firas i huvudstaden — blev en allmänt omvittnad succé och inte minst simevenemangen i Simhallsbadet, där Birger Buhre och hans säkra funktionärsstab stod för ruljangsen, bjöd på sensationellt granna resultat.

Låt oss först redovisa två nya svenska rekord av högsta internationella klass

Per-Ola Lindberg, Norra Latin, Stockholm: 100 m frisim — 55,4

Barbro Eriksson, Nyköpings läroverk: 100 m bröstsim — 1.22,0

Det blev ytterligare sju nya skolrekord enligt följande:

Lars-Erik Bengtsson, Norra Latin, Stockholm: 400 m frisim — 4.33,0

Kjell Stenström, Lunds priv. el.skola: 100 m ryggsim — 1,07,5

Gullbritt Jönsson, Lunds priv. el.-skola: 100 m ryggsim — 1.14,2

Norra Latin, Stockholm: 5×50 m frisim, pojkar AB — 2.13,0

Johannes samreal, Malmö: 5×50 m frisim, flickor AB — 2.39,4

Ulla Jäfvert, Västerås kom. flskola: 50 m frisim — 30,1.

Toppresultaten redovisar vi här koncentrerat:

Frisim: Po AB 100 m: O. Lindberg 55,4, L.-E. Bengtsson 58,5, Sven-Göran Johansson 59,4, Håkan Bengtsson 59,4, Rolf Hedeberg 59,4, Kjell Stenström 60,7. Fl AB 100 m: Karin Grubb 1.06,1, ane Cederqvist 1.06,9, Ulla Brännström 1.07,7, Gullbritt Jönsson 1.07.9, Barbro Andersson 1.08,4, Ingegärd Lilja 1.09,8. Po C 100 m: Hans Rosendahl 60,4, T. Rosenqusy 61,2. Fl C 50 m: Ulla Jäfvert 30,1, B.-M. Dillner 30,3, Ulla Thorn-Jonsson 30,3, Karin Stenbäck 30,4, Kristina Larsson 30,6, Ulla Patrikka 30,9. Po 400 m: L.-E. Bengtsson 4.33,0, S.-G. Johansson 4.36,8, P. O. Lindberg 4.41,8, H. Bengtsson, 4.46,7, M. Svensson 4.59,0.

Bröstsim: Po AB 200 m: L.-G. Alm 2.50,7, L. Svärd 2.53,7. Fl AB 100 m: B. Eriksson 1.22,0, Birg. Andersson 1.27,0, K. Bergström 1.27,7, G. Norrman 1.28,0. Po C 100 m: T. Freijd 1.18,0, M. Blomberg 1.19,1, S. Wallin 1.19,7. Fl C 50 m: B. Öberg 39,7, U.-C. Lindsjö 39,8, B. Larsson 39,9.

Ryggsim: Po AB: K. Stenström 1.07,5, N. Öberg 1.09,0, L. Sjöblom 1.09,0, G. Bergengren 1.10,4, S.-G. Johansson 1.10,7. Fl AB: G. Jönsson 1.14,2, K. Grubb 1.17,7, M. Öhmai 1.19,3, R. Ferneman 1.19,3, U. Brännström, 1.20,3.

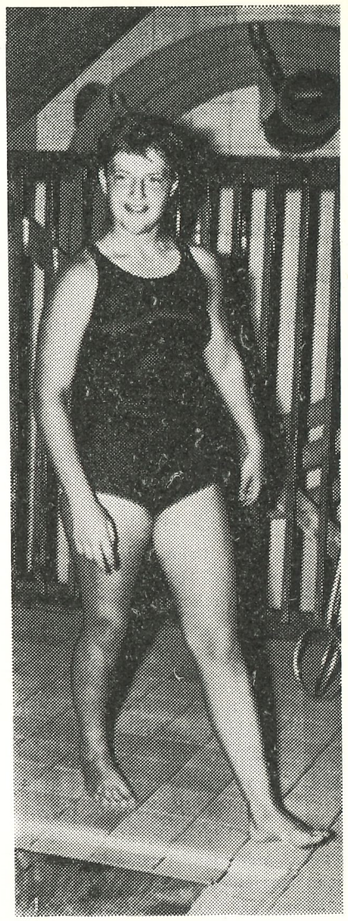
Trampolinhopp: Po AB: T. Andersson 36,16, J.-E. Nilsson 33,37. Po C: Chr Sandstedt 39,22. Fl C: E. Wolke 31,57, K. Rybrandt 29,64. Svikthopp: Po AB: T. Andersson 35,67, G. Torell 26,46. Po C: C. Sandstedt 32,27. Fl AB: L. Sjöström 34,58, U. Dahlberg 33,72. Fl C: K. Rybrandt 39,35, E. Wolke 26,98.

Kirunasimmare till kontinenten

Kiruna SS planerar att göra en verklig långresa nästa sommar. Om allting går i lås skall kirunasimmarna vistas i tre veckor nere på kontinenten. Både Jugoslavien, Tyskland och Frankrike är aktuella resmål. Kirunaklubben skall göra turnén tillsammans med stockholmsklubben Hellas. Minst 10 kirunaungdomar kommer att ingå i truppen.

Det blir en kombinerad tävlings- och träningsturné, berättar KSS' ordf. Bosse Eriksson. Vi räknar med att vara borta i tre veckor i juni månad. Ännu är inte resrutten spikad. Vi har nämligen fyra länder på förslag.

Naturligtvis blir det en drömresa och en fin sporre för kirunasimmarna, som nu är på god väg att slå igenom på allvar. Nästa år är det meningen att kirunaungdomarna skall göra SM-debut. Kontinentturnén skall bli en finslipning och uppladdning inför den debuten.



"Europamästarinnan" Jane Cederqvist

Solnatävlingar

Vid tävlingar i Solnas simhall den 11/9 vann 10-årige Robert Ström 25 m frisim på 24,9 och 11-årige Björn Holmgren samma sträcka på 18,2. Åttaåriga Lena Wehlin hade 47,0 och 10-åriga Eva Olsson 21,8. Vid klubbmatchen mellan Solna SS och Södertälje SS nåddes följande bättre resultat: 200 br, po. jun: Mats Blomberg 3.01,5. 200 br, fl . jun: Anette Liström 3.19,6. 100 br. po. A: Poul Sörensen 1.29,2. 100 br. fl. A: Ann Juhlin 1.31,4. 50 ry. fl. B: Kristina Lindqvist 43,4. 50 fr. po. B: Kjell Andersson 35,5. 100 ry: po. jun: Ulf Jonsson 1.21,5. 100 ry, fl. jun: Gunilla Hultin 1.27,9. 100 fr. fl. jun: G. Hultin 1.18,3.

Simningens följetong fortsätter

Den svenska idrottens följetong, ”de många svenska rekorden i simning”, hade ”fortsättning följer” i samband med de svenska juniormästerskapen i Malmös Simhallsbad den 1—2 oktober, fastslog ”Gbe” i Sydsvenska Dagbladet i sitt facit över de kvalitetstarka tävlingarna, som bjöd på fem nya svenska kortbanerekord och ett tangerat sverigebästa enligt följande:

1. 400 m frisim, damer: Jane Cederqvist, SK Neptun, 4.49,2 (svenskt rekord).
2. 4×100 m medley, damer: SK Neptun (Bibbi Segerström, Marianne Johansson, Jane Cederqvist, Karin Stenbäck) 5.02,4 (svenskt rekord)
3. 100 m frisim, damer: Inger Thorngren, Upsala SS, 1.04,4 (svenskt rekord)
4. 200 m bröstsim, damer: Barbro Eriksson, Nyköpings SS, 2.55,3 (svenskt rekord)
5. 100 m ryggsim, herrar: Bengt-Olof Almstedt, Örebro SS, 1.05,4 (svenskt rekord)
6. 100 m ryggsim, damer: Bibbi Segerström, SK Neptun, 1.12,6.

Anmärkas bör dock, att av de tre nysatta rekorden i den lättsumna malmöbassängen, är två — de på 100 m frisim och 200 m bröstsim för damer — sämre än motsvarande rekord på långa banan.

Silverglansen kring Jane stod sig fint. Hon satte ett strålande svenskt rekord på sin specialdistans, 400 meter fritt, och fick världstiden 4.49,2, vilket med fem sekunder underskred hennes eget sverigebästa på 25-metersbanan.

Därmed visade neptunflickan malmöpubliken vilken världsstjärna hon är, något av hennes storhet hade kanske diskuterats av icke sakkunniga när hon i Skolungdomens gjorde en tämligen ordinär insats.

Men som sagt, nu på specialdistansen visade hon med all önskvärd tydlighet att hon är världens näst bästa (Chris von Saltza får väl hållas som etta fortfarande) när hon väl får ställa upp på de längre distanserna.

Även Bibbi Segerström noterade en tid under fem minuter och tävlingarnas klass framgår med all önskvärd tydlighet av att Inger Thorngren blott blev trea på den storfina tiden 5.05,6.

Jane Cederqvists mellantider: 50 m 32,8, 100 m 1.08,5, 150 m 1.44,6, 200 m 2.21,0, 300 3.35,2.

STJÄRNA FÖDDES

Hade Jane motsvarat tipsen så blev det så mycket större sensation på herrarnas 400 meter där en ny storstjärna föddes. Lars-Erik Bengtsson från Neptun, svenske mästaren på distansen, hade tvingats lämna återbud p g a sjukdom och i hans frånvaro var nu fältet fritt för gissningar vem som skulle ta titeln. Valet stod i första hand mellan Sven-Göran Johansson, Västerås, och Bengt-Olof Almstedt, Örebro, de båda olympierna, men dessa båda visade sig icke ha en chans mot 16-årige eskilstunapojken Sten Ekman, som vann på tiden 4.30,2, vilket är den näst bästa simning någon svensk presterat. Ekmans mellantider: 100 m 1.02,0, 200 m 2.11,0, 300 m 3.20,2. Blott Per-Olof Östrands 4.29,1, det svenska rekordet, är bättre. Den tiden uppnådde f ö ”Petter” i malmöbassängen.

MEDLEYCHANSNING

Inte alls oväntat blev det rekord av neptunflickorna även på 4×100 meter medley. Med tiden 5.02,4 pressade neptuntöserna sin gamla tid med 3,2 sekunder.

Stockholms-Polisen tog en s k rövarchans i herrarnas 4×100 meter medley genom att placera trumfkortet Håkan Bengtsson i andralaget med sikte på att vinna dubbelt. Den chansningen höll på att kosta segern, men polisernas slutman i frisim var för stark för Karlstads man. Stockholms-Polisens andra lag var nu tätt i hälarna på tvåorna från Värmland, sedan Håkan Bengtsson på fjärilssimsträckan presterat 1.04,2. Det var en risk polismännen tog, men det höll...

Utöver de redovisade rekordsimningarna fanns åtskilligt annat att apostrofera och här kan framhållas

att Bengt Olof Almstedt inledde sitt söndagsarbete med att simma 100 m frisim på 57,5;

att lundajunioren Torbjörn Freijd noterade utomordentliga 2.46,4, vilket varslar om att vi i den långe skåningen har en ny storstjärna på väg;

att Bibbi Segerströmf ick finna sig i andraplatsen på 100 m frisim trots att hon fick internationella stortiden 1.04,8;

att malmöfärgerna med framgång försvarades av Ulla Thorn Jonsson på 100 m fjärilsim, som MS-flickan i ”Kisse” Larssons frånvaro (sjukdom) vann på 1.15,6;

men att populäraste JSM-vinnaren dock inte blev någon fortbadare utan 12-åriga svikthopperskan Margareta Sehlin från Karlskoga som med grace och elegans slog sina betydligt större medtävlerskor och hyllades ovationsartat av publiken.

Frågan är om inte Bibbi Segerström i fortsättningen bör låta ryggsimmet vara huvudgren. Tydligt är att hon på 400 m definitivt har funnit sin överman i Jane Cederqvist men lika uppenbart är, att Bibbi har enastående förutsättningar i ryggsim. Hennes rekordtangering hade mycket mersmak.

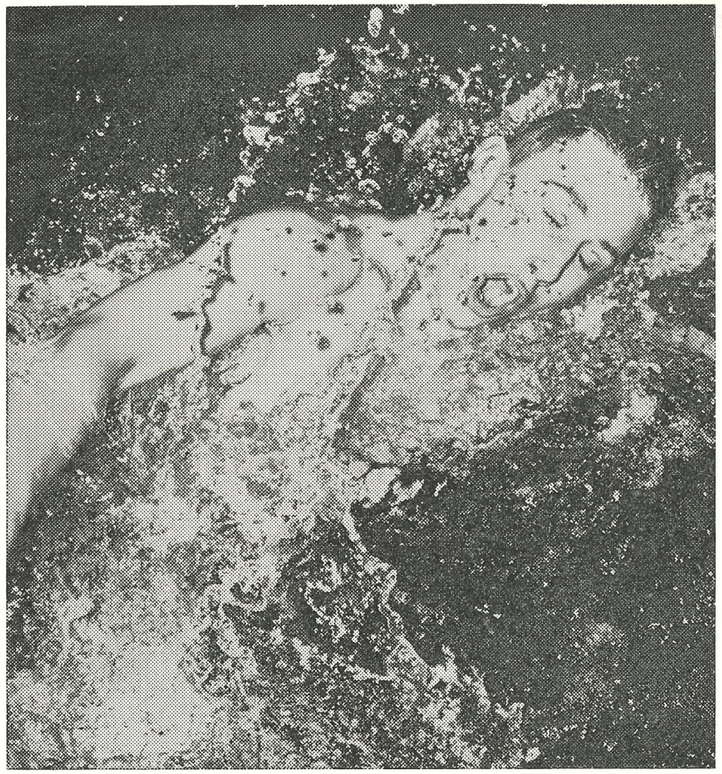
STRID MED KLOCKAN

Två SM-vinnare simmade så gott som enbart med klockan som konkurrent. Det var Barbro Eriksson i bröstsim och Bengt Olof Almstedt i ryggsim. Ingen av dessa båda hade några lyckade vändningar — Almstedt helmissade andra ”svängen” fullständigt — och därför framstår deras rekord i så mycket vackrare dager. En fullträff rakt igenom föreföll däremot Inger Thorngren ha fått när hon övertygande höll Bibbi Segerström bakom sig i damernas sprinterfight.

FINALRESULTATEN:

400 m frisim, flickor: 1) Jane Cederqvist, Neptun 4.49,2 (Sv. rek.), 2) Bibbi Segerström, Neptun 4.57,4, 3) I. Thorngren, Upsala S 5.05,6, 4) K. Stenbäck, Neptun 5.06,0, 5) Marg. Rylander, Neptun 5.09,8, 6) Yvonne Lindskog, S02 5.11,6, 7) M. Sjöström, MS 5.18,6, 8) Ann-Ch. Lilja, Najaden 5.34,8, 9) B-M. Bengtsson, IFK 5.37,6, 10) Kerstin Karlsson, VSS 5.38,0, 11) Barbro Mattsson, S02 5.40,4, 12) G. Eriksson, Nyk. SS 5.43,6, 13) Ingrid Nilsson, SKK 5.49,6, 14) Birg. Svensson, HSS 5.53,4.

400 m frisim, pojkar: 1) Sten Ekman, Tunafors 4.30,2, 2) S-G. Johanson, Vss 4.37,0, 3) B-O. Almstedt, Örebro 4.37,3, 4) Jan Lundin, Polisen 4.38,4, 5) Hans Rosendahl, KSS 4.41,3, 6) Bert Svensson, Polisen 4.42,8, 7) M. Svens-Neptun 4.56,3, 9) Hans Ahlgren, US 4.59,5, 10) Lars Mörringer, GKK 4.59,6, 11) C-G. Rosén, S02 5.00,6, 12) Håkan Bengtsson, Polis. 5.00,8, 13) Bo Johansson, S02 5.01,0, 14) B-J. Larsson, TSS 5.03,0, 15) T. Rosenqvist, Attack 5.03,4, 16) J. Andersson, Elfsborg 5.03,7, 17) Nils Redegren, MS 5.08,8



16-åringen Sten Ekman, Tunafors SK, årets komet på medeldistanserna.

18) P. O. Paulsson, Poseidon 5.15,4, 19) H. Eriksson, SKK 5.18,2, 20) Ulf Möller, Hellas 5.22,8, 21) H. Liljedahl, Hellas 5.44,2, 22) E. Ingelsson, SKK 5.44,4.

Höga hopp, pojkar: 1) Christer Sandstedt, Nept. 52,30, 2) Tord Andersson, MS 44,76, 3) G. Thorell, Södertälje 44,70, 4) O. Waernborg, US 41,08.

Höga hopp, flickor: 1) Kerstin Rybrant, Neptun 40,21, 2) Marg. Sehlin, Karlskoga 38,14, 3) Siv Larsson, Neptun 32,84, 4) Ulla Dahlberg, KSLS 30,49.

4×100 m medley, flickor: 1) Neptun lag I (B. Segerström, M. Johansson, J. Cederqvist, K. Stenbäck) 5.02,4, (sv. rek.), 2) Malmö SS 5.11,4, 3) Neptun, lag II 5.21,2, 4) S02, lag I 5.28,4, 5) Nyköpings SS 5.30,1, 6) Najaden 5.30,4, 7) IFK Stockholm 5.33,7, 8) SK Ran 5.34,4, 9) Djursholms IF 5.34,8, 10) Helsingborgs SS 5.36,5, 11) Norrtälje SK 5.37,3, 12) Avesta SS 5.38,5, 13) Limhamns SS, lag I 5.40,6, 14) Poseidon 5.40,8, 15) S02, lag II 5.43,0, 16) Limhamns SS, lag II 5.43,6, 17) Malmö SS, lag II 5.48,6, 18) Stockholms KK 6.02,0, 19) Karlslunds IF 6.06,6.

100 m medley, pojkar: 1) Polisen, lag I (F. Lundin, R. Lindström, B. Lindroth, B. Svensson) 4.40,0, 2) Karlstads S 4.41,8, 3) Polisen, lag II 4.42,2, 4) S02, lag I 4.44,9, 5) Poseidon 4.47,6, 6) Helsingborgs SS 4.49,0, 7) Katrineholms SS 4.50,9, 8) Göteborgs KK 4.53,0, 9) SK Ran 5.02,4, 10) Attack Helsingborg 5.03,2, 11) S02, lag II 5.05,8, 12) Hellas, lag I 5.07,5, 13) Hellas, lag II 5.36,4.

100 m frisim, pojkar: 1) B-O. Almstedt, ÖSS 57,5, 2) H. Bengtsson, Polisen 58,4, 3) S-G. Johansson, VSS 59,6, 4) Leif Olsson, Poseidon 59,8, 5) Jan Lundin, Polisen 1.00,0, 6) Sten Ekman, TSK 1.00,0.

100 m ryggsim, flickor: 1) B. Segerström, Neptun 1.12,6, 2) M. Ekdahl, Elfsborg 1.16,5, 3) M. Stridh, Malmö S 1.17,5, 4) Eva Nordin, Malmö SS 1.18,7, 5) Monica Öhman, Neptun 1.19,8, 6) Ragna Ferneman, FIF 1.19,9.

200 m bröstsim, pojkar: 1) Torbj. Freijd, Poseidon 2.46,4, 2) L. Swärd, Karlstads SS 2.49,0, 3) Chonny Kjellström, Ran 2.50,0, 4) Bo Göransson, S02 2.51,2, 5) J. Lindström, Polisen 2.52,4, 6) S. Engelbrektsson, Luleå 2.52,7,

Svikthopp, 3 m, flickor: 1) Margareta Sehlin, KS 63,96, 2) Kerstin Rybrant, Neptun 62,99, 3) Siv Larsson, Neptun 56,51, 4) Ulla Dahlberg, KSLS 42,54, 5) Maj-Ch. Rosberg, KSLS 31,96.

100 m frisim, flickor: 1) I. Thorngren, US 1.04,4, (sv. rek.), 2) B. Segerström, Neptun 1.04,8, 3) Karin Grubb, Poseidon 1.06,8, 4) Jane Cederqvist, Neptun 1.07,8, 5) B-M. Dillner, DIF 1.08,0, 6) K. Stenbäck, Neptun 1.08,3.

100 m fjärilsim, pojkar: 1) H. Bengtsson, Polisen 1.05,6, 2) S-G. Johansson, VSS 1.07,0, 3) R. Hedeberg, S02 1.07,7, 4) G. Lenning, HSS 1.09,6, 5) Jan Lindroth, Polisen 1.10,8, 6) K. Karlegärd, KaSS 1.10,8.

200 m bröstsim, flickor: 1) Barbro Eriksson, Nyk. 2.55,3 (sv. rek.), 2) E. Ljunggren, Neptun 3.00,8, 3) Ann-Chr. Ramberg, ASS 3.01,7, 4) B. Andersson, KaSS 3.01,8, 5) M. Jansson, IFK 3.01,8, 6) Chr. Olsson, LSS 3.02,7.

100 m ryggsim, pojkar: 1) B-O. Almstedt, ÖSS 1.05,4 (sv. rek.), 2) Leif Sjöblom, SIK 1.08,0, 3) Jan Lundin, Polisen 1.09,2, 4) Anders Forssén, NKK 1.09,2, 5) A. Stefansson, Karlstad 1.10,0, 6) I. Wallmark, Elfsborg 1.10,6.

100 m fjärilsim, flickor: 1) Ulla Thorn-Johnsson, MS 1.15,6, 2) I. Thorngren, US 1.17,4, 3) Ulla Burnell, LS 1.22,9, 4) M. Sjöström, MS 1.23,8, 5) Ann-Chr. Ramberg, ASS 1.25,6, Birgitta Karlsson, S02, diskv.

Svikthopp, 3 m, pojkar: 1) Chr. Sandstedt, Neptun 72,84, 2) O. Waernborg, US 68,33, 3) Tord Andersson, MS 65,95.

4×100 m frisim, flickor: 1) Neptun, lag I (B. Friberg, J. Cederqvist, K. Stenbäck, B. Segerström) 4.31,2, 2) Malmö Simsällskap 4.39,4, 3) S02, lag I 4.41,5, 4) Västerås SS 4.43,7, 5) Najaden 4.44,2, 6) Poseidon 4.49,8, 7) Neptun, lag II 4.50,0, 8) IFK Stockholm 4.52,8, 9) Helsingborgs SS 4.54,7, 10) Djursholms IF 4.57,8, 11) Limhamns, lag I 5.04,2, 12) Limhamns, lag II 5.04,6, 13) S02, lag II 5.05,3, 14) Ran 5.19,0.

4×100 m frisim, pojkar: 1) Polisens IF (O. Jeijsing, F. Lundin, B. Svensson, H. Bengtsson) 4.00,4, 2) S02, lag I 4.11,4, 3) Neptun 4.13,6, 4) Karlstads SS 4.14,0, 5) Poseidon 4.15,2, 6) Attack 4.19,6, 7) Malmö Simsällskap 4.20,6, 8) Hellas, lag I 4.21,6, 9) Helsingborg, lag II 4.26,2, 10) Ran 4.31,0, 11) Hellas, lag II 4.32,0.

Diskv: Helsingborg, lag I, S02, lag II.

FÖRSÖKSTÄVLINGARNA:

100 m frisim, pojkar: Heat 1: 1) Bert Svensson, Pol. 1.00,6, 2) B-G. Bergqvist, HSS 1.01,5, 3) T. Sjöström, S02 1.03,0, 4) P. O. Paulsson, Poseid. 1.04,6, 5) T. Olsson, Poseidon 1.07,4. Heat II: 1) Jan Lundin, Polisen 59,2, 2) Leif Olsson, Poseidon 1.01,4, 3) B. Fridmark, Neptun 1.03,2, 4) L-G. Wahlund, Hellas 1.05,2, 5) Ulf Möller, ?????? 1.05,5, 6) J. Andersson, Elfsborg 1.06,2. Heat 3: 1) H. Rosendahl, Katr. 1.00,6, 2) R. Gustavsson, Neptun 1.01,2, 3) L. Nörringer, GKK 1.02,4, 4) A. Wettergren, GKK 1.02,8, 5) B. Johansson, S02 1.04,2. Heat 4: 1) S-G. Johansson, VSS 59,7, 2) B. Mårtensson, Ran 1.00,6, 3) B. Hansson, Karlst. 1.01,3, 4) C-G. Rosen, S02 1.04,4, 5) N. Redegren, MS 1.04,8. Heat 5: 1) Håkan Bengtsson, Pol. 58,6, 2) S. Ekman, TSK 1.00,0, 3) N. Fröman, Neptun 1.03,2, 4) H. Ahlgren, US 1.04,8, 5) Bo Olsson, LSS 1.05,1. Heat 6: 1) B. O. Almstedt, ÖS 58,4, 2) T. Rosenqvist, Attack 1.01,8, 3) H. Eriksson, SKK 1.04,7, 4) H. Liljegren, LSS 1.09,0, 5) G. Persson, Ran 1.09,9, 6) P. Goldberg, Ran 1.14,6. Heat 6: 1) O. Jeijsing, Polisen 1.00,6, 2) M. Svensson, Elfsborg 1.00,6, 3) Åke Nyström, NSK 1.01,3, 4) Rolf Svensson, TSK 1.01,4, 5) C. Evinger, NKK 1.04,8, 6) Olle Andersson, Ran 1.07,8.

100 m ryggsim, flickor: Heat 1: 1) Ragna Ferneman, Filipst. 1.18,8, 2) M. Öhman, Neptun 1.18,8, 3) M. Stridh, MS 1.18,9, 4) A. Claesson, DIF 1.19,4,

5) G. Lundqvist, NSK 1.20,2, 6) Lena Wahss, Avesta 1.28,4. Heat 2: 1) M. Ekdahl, Elfsborg 1.17,4, 2) Eva Nordin, MS 1.18,6, 3) G. B. Johansson, FIF 1.20,4, 4) Inger Olsson, KIF 1.26,8, 5) A. Olsson, LSS 1.28,2, 6) A-K. Malmen, SKK 1.32,8. Heat 3: 1) B. Segerström, Neptun 1.14,6, 2) E. Söderberg, Najaden 1.24,7, 3) Maud Gustafsson, NKK 1.24,8, 4) A-C. Olsson, LSS 1.25,2, 5) N. Östman, LSS 1.25,2. Heat 4: 1) U. Jacobsson, Neptun 1.19,4, 2) I. Bengtsson, Neptun 1.21,6, 3) Jill Andbjer, IFK 1.24,6, 4) E-M. Widmark, Poseidon 1.25,0, 5) M. Sartor, Posedion 1.28,7. Lennart Swärd, Karlst. 2.50,3, F, 2) Bo

200 m bröstsim, pojkar: Heat 1: 1) Göransson, S02 2.51,9, F, 3) J. Petersson, LS 3.01,8, 4) Rolf Lövgren, ASS 3.04,0, 5) T. Hedenskog, Polisen 3.04,4, 6) Jan Svensson, Ran 3.04,8. Heat 2: 1) Jonnie Lindström, Polisen 2.51,6, F, 2) S. Engelbrektsson, Luleå 2.53,0, 3) G. Lindqvist, Laxen 2.58,8, 4) E. Ingelsson, SKK 3.06,4, 5) R. Hansson, LSS 3.08,0, 6) L. Nilsson, KSLS 3.10,8, 7) K. West, Ran 3.12,2. Heat 3: 1) M. Claesson, JKSLS 2.55,0, 2) L. Johnsson, Karlstad 2.56,8, 3) J. Järhult, JSLS 2.57,8, 4) Rolf Möller, Polisen 3.03,0, 5) J. Nilsson, MS 3.04,8, 6) T. Jurdell, Hellas 3.13,0. Heat 4: 1) C. Kjellström, Ran 2.50,5, 2) U. Eriksson, Katr. 2.53,4, 3) Göte Johansson, Elfsborg 2.59,8, 4) G. Österberg, KSS 2.59,8, 5) H. Schele, NKK 3.04,8, 6) O. Andersson, Hellas 3.11,4. Heat V: 1) T. Freijd, Poseidon 2.49.6, 2) M. Blomberg, Solna 2.56,2, 3) L. Wikström, NSK 2.57,3, 4) F. Ohlsson, S02 3.02,2, 5) Chr. Karlsson, Karlskrona 3.11,0, 6) H. Liljedahl, Hellas 3.15,0.

100 m frisim, flickor: Heat 1: 1) Bibbi Segerström, Nept. 1.06,2, 2) U. Patrikka, VS 1.09,0, 3) U-C. Lindsjö, MS 1.09,4, 4) K. Karlsson, VSS 1.14,8, 5) Gun. Eriksson, NKK 1.14,8, 6) K. Schönwell, LSS 1.15,8, 7) C. Carlsson, Ran 1.18,2. Heat 2: 1) B-M. Dillner, DIF 1.07,6, 2) M. Rylander, Neptun 1.09,9, 3) A. Lindahl, IFK 1.11,7, 4) K. Löfblad, VSS 1.16,2. Heat 3: 1) I. Thorngren, US 1.06,2, 2) I. Lilja, Najaden 1.10,6, 3) U. Burnell, LSS 1.11,4, 4) B. Mattsson, S02 1.13,4, 5) M. Lindberg, ASS 1.14,0, 6) M. Leijman, Poseidon 1.15,4, 7) M. Appelberg, KIF. Heat 4: 1) K. Stenbäck, Neptun 1.06,8, 2) B. Friberg, Neptun 1.09,0, 3) B. Mattsson, NKK 1.12,3, 4) Gerd Vedberg, VSS 1.14,2, 5) I. Nilsson, SKK 1.16,4, 6) I. Åström, S02 1.16,8. Heat 5: 1) Jane Cederqvist, Neptun 1.07,0, 2) Karin Grubb, Poseidon 1.07,4, 3) L. Nordgren, Poseidon 1.15,3, 4) G. Jansson, Norrt. 1.15,3, 5) L. Darås, KSLS 1.15,5, 6) S. Kendrup, Ran 1.17,6, 7) M. Gustafsson, Link. 1.17,6. Heat VI: 1) U. Lindskog, S02 1.08,0, 2) U. Jäfcert, VSS 1.08,7, 3) A-C. Lilja, Najaden 1..11,5, 4) B-M. Bengtsson, IFK 1.13,0.

100 m fpärilsim, pojkar: Heat 1: 1) Rolf Hedeberg, S02 1.09,0, 2) G. Lenning, HSS 1.09,5, 3) K. Karlegärd, KaSS 1.12,1, 4) P. Tranberg, GKK 1.15,4, 5) L. Wettergren, Hellas 1.20,4. Heat 2: 1) S-G. Johansson, VSS 1.08,7, 2) L. Gustafsson, KA 1.13,0, 3) Rolf Ståhl, Pos. 1.13,8, 4) Robert Hansson, MS 1.14,2. Heat 3: 1) Håkan Bengtsson, Pol. 1.08,8, 2) Jan Lindroth, Polisen 1.11,4, 3) L-G. Persson, MS 1.14,0, 4) H. Svensson, KSS 1.15,0, 5) O. Ask, KSLS 1.16,2.

200 m bröstsim, flickor: Heat 1: 1) A-Chr. Ramberg, ASS 3.03,6, 2) M. Israelsson, KaS 3.15,5, 3) K. Isaksson, NSK 3.17,7, 4) Tina Bloom, KSLS 3.19,0, 5) A. Nilsson, Ran 3.35,8. Heat 2: 1) B. Andersson, KaS 3.03,2, 2) M. Winqvist, Neptun 3.10,8, 3) Chr. Stjernlycke, KaSS 3.15,6, 4) A-Chr. Larsson, LSS 3.18,1, 5) M. Larsson, S02 3.20,6, 6) L. Nordqvist, KSLS 3.30,7. Heat 3: 1) Chr. Olsson, LSS 3.04,0, 2) A-G. Beijersten, NSK 3.07,5, 3) G. Gustafsson, IFK 3.13,7, 4) G. Hamrer, LASS 3.16,8, 5) U. Högberg, ASS 3.19,1, 6) Karin Englesson, Poseid. 3.28,2, B. Hellstam, Ran diskv. Heat 4: 1) M. Johansson, Neptun 3.08,6, 2) G. Larsson, Skövde 3.08,6, 3) H. Nordenson, Neptun 3.11,8, 4) K. Thornberg, Attack 3.23,2, 5) R. Larsson, Ran 3.40,2, 6) L. Bengtsson, Ran 3.43,8. Heat 5: 1) Eva Andersson, LSS 3.11,8, 2) Eva Andersson, TSK 3.12,0, 3) L. Larsson, Najaden 3.13,8, 4) K. Jensen, SKK 3.17,9, 5) E. Hörberg, LASS 3.19,0, 6) K. Helmersson, LASS 3.22,6, 7) U-B. Eriksson, Ran 4.05,5. Heat 6: 1) M. Jansson, IIK 3.05,6, 2) K. Kallerhult, NS 3.10,6, 3) K. Emmertz, Ran 3.18,5, 4) T. Claeson, Dif 3.29,5, 5) E. Cederlind, KIF 3.29,5, A-K. Malmén, SKK diskv. Heat 7: 1) Barbro Eriksson, NS 2.58,7, 2) E. Ljungren, Neptun 3.02,2, 3) Y. Possibiloch, US 3.12,5, 4) L. Klarin, KIF 3.18,2, 5) E. Jeppsson, Attack 3.20,1, 6) K. Eriksson, VSS 3.20,3, S. Mathiasson, Ran, diskv.

100 m ryggsim, pojkar: Heat 1: 1) B-O. Almstedt, ÖSS 1.06,4, 2) A. Forssén, NKK 1.1,2, 3) T. Carlsson, S02 1.17,8, 4) H. Eriksson, SKK 1.18,6, 5) K. Nylén, ASS 1.19,1, 6) T. Ackvall, Ran 1.45,4. Heat 2: 1) A. Stefansson, Karlst. 1.09,6, 2) I. Wallmark, Elfsborg 1.10,3, 3) R. Paleski, Hellas 1.14,8, 4) Chr. Sylvén, Poseidon 1.16,5, 5) B-Å. Eriksson, HS 1.21,0. Heat 3: 1) Leif Sjöblom, SIK 1.07,9, 2) J. Lundin, Polisen 1.09,5, 3) B. Mårtensson, Ran 1.12,5, 4) K. Westlund, Polisen 1.12,6, 5) T. Andersson, S02 1.15,0, 6) U. Hägglund, Laxen 1.16,6.

100 m fjärilsim, flickor: Heat 1: 1) U. Thorn-Johnsson, MS 1.17,4, 2) A-Chr. Ramberg, ASS 1.23,1, 3) L. Persson, Ran 1.29,9. Heat 2: 1) I. Thorngren, US 1.21,0, 2) U. Burnell, LSS 1.24,5, 3) M. Sjöström, MS 1.26,1, 4) I. Högling, US 1.29,5, I. Wedin, SKK diskv. Heat 3: 1) B. Karlsson, S02 1.28,2, 2) G. Hamrer, LASS 1.31,5, 3) Eva Harrsen, HSS 1.32,6, 4) Eva Schalén, Poseidon 1.37,0.

100 m frisim, pojkar, kvalheat: 1) L. Olsson, Poseidon 59,9, 2) B. Svensson, Polisen 1.00,8, 3) J. Rosendahl, Katr. 1.00,8, 4) M. Svensson, Elfsborg 1.00,8, 5) O. Jeijsing, Polisen 1.01,2, 6) B. Mårtensson, Ran 1.03,3.

Stockholms-Polisen vann huvudstadens juniortjugomannasimning på den nya rekordtiden 10.01,6 före SKK på 10.18,5, Hellas 10.26,3, Neptun 10.41,7 och Solna 10.49,8. Tävlingen ägde rum i Åkeshovsbadet.

Poloserierna

Div. I

Höstsäsongens resultat: Ran—Hofors 9—7, Ran—Västerås 6—3, Ran—Tunafors 5—7, Tunafors—Hofors 8—1, Västerås—Hofors 7—2, Elfsborg—SKK 6—4, Elfsborg—Hellas 6—4, S02—SKK 7—6, Hellas—S 02 4—3, Tunafors—Västerås 14—0, SKK—Hellas 3—3, S 02—Elfsborg 3—1, Tunafors—Elfsborg 7—2, S 02—Västerås 8—1, Elfsborg—Västerås 5—2, S 02—Tunafors 3—12, Hellas—Ran 12—3, Hellas—Hofors 8—3, SKK—Hofors 9—1, SKK—Ran 6—4, Ran—Hofors 8—1.

Tunafors	12	11	0	1	96— 28	22
Hellas	12	9	2	1	82— 40	20
SKK	12	6	1	5	60— 40	13
S 02	12	5	3	4	60— 60	13
Ran	12	5	1	6	63— 71	11
Elfsborg	12	5	1	6	64— 72	11
Västerås	12	2	0	10	37— 78	4
Hofors	12	1	0	11	35—108	2

Div. II Norra (slutspelad)

Senaste resultat: Upsala — Neptun 2—10, Polisen — Eskilstuna 14—2, Falun — Sirius 6—8.

Neptun	5	4	0	1	35—21	8
Eskilstuna	5	4	0	1	46—28	8
Polisen	5	2	1	2	37—19	5
Upsala	5	2	1	2	33—41	5
Sirius	5	2	0	3	24—41	4
Falun	5	0	0	5	19—44	0

Kvalificeringsspel för 1961 års div. I-serie kommer att äga rum i Valhallabadet, Göteborg, den 5—6 nov. med Göteborgs KK som arrangör. Sedan Eskilstuna SS avsagt sig deltagande i detta kval har matcherna lottats enligt följande:

Omg. 1: Trelleborg — Neptun, Polisen — Nässjö.

Omg. 2: GKK — Trelleborg, Neptun — Polisen.

Omg. 3: GKK — Neptun, Nässjö — Trelleborg.

Omg. 4: Trelleborg — Polisen, Nässjö —GKK.

Omg. 5: GKK — Polisen, Neptun — Nässjö.

De två bäst placerade lagen går upp i div. I.

Trelleborgs SS vann hedersamt båda polomatcherna mot SC Empor under sitt gästspel i Rostock den 1—2 okt., första dagen med 10—1 och andra dagen med 9—4. Matcherna dömdes av Walter Roth, Arnstadt. I trelleborgslaget spelade H. Francke, B. Kroon, L. Jönsson, P-G. Dahl, S. Lundh, R. Green, J-E. Borg.

"Stuvbiten" JSM-sensation i hopp

av Toivo Ohman

Tolv år gammal och svensk juniormästarinna! Kanske inte så märkvärdigt, om det gällde simning, men direkt sensationellt i simhopp, där utbildningstiden är 3—4 år längre och där en 12-åring aldrig ens startat på ett JSM tidigare.

Normalt sett är man vid 12 år knappast mogen för svårare övningar än fothopp, men Karlskogas lilla Margareta Sehlin har i år vänt upp och ned på alla begrepp. Hon debuterade i våras med att bli 5:a på inomhus-SM, fortsatte i Uppsala med samma placering och satte i Malmö kronan på verket genom att bli svensk juniormästarinna i svikthopp — därmed besegrande 1:an och 2:an från årets nordiska juniormästerskap.

Nåja, säger kanske någon, hon får väl några extrapoäng av domarna på grund av sin ålder. Ja, sådant är lätt hänt i bedömningsidrotter, men Margareta, eller "Stuvbiten" som hon döptes till i Mullsjö, vinner inte på sin "litenhet". Hon vinner på att hon kan hoppa och inte minst på att hon kan tävla. Hennes teknik är skolren och det finns en karaktär och ett sting över hennes hoppning som är sällsynt. Det enda man tidigare haft att anmärka på var hennes bensträckning, men den har hon bättrat på betydligt nu.

All anledning alltså att lyfta på hatten för Karlskogas skicklige tränare Klas Dahlgren, som med "Stuvbiten" visat hur en junior skall grundskolas och som också visat att en junior redan mycket tidigt kan tränas parallellt på svikt och trampolin. "Stuvis" knep nämligen silvret i höga hopp också, och hon är med all säkerhet klar att debutera även i den grenen på stora SM nästa år. Höga hopp, damer, är ju den svåraste grenen ur rekryteringssynpunkt — både i Sverige och utomlands — och anledningen är till stor del just att alltför många svikthoppare väntar med att börja träna trampolin tills det är för sent.

Storfavorit inför JSM var Neptuns Kerstin Rybrant, som också programenligt tog hem höga hoppen. På svikten ledde hon till sista hoppet, men där räckte inte svårighetsgraden till mot "Stuvbiten". Kerstin noterade 8 poäng mindre än när hon vann NJM i somras och hade alltså inte sin bästa dag. Men ingen kan lyckas jämt i nervgrenen simhopp, allra minst en junior.

Vem som blir bäst av Margareta och Kerstin får framtiden utvisa. Klart är att det kommer att bli många hårda duster dem emellan. Och en som med regelbundnare träning kan göra livet surt för dessa båda är Siv Larsson, som nu tog dubbelt i brons. Hon har den vackraste sträckningen av alla våra juniorer.

På herrsidan har ju Johnny Hellström och Göran Lundqvist nu lämnat juniorstadiet, och vår nyblivne nordiske juniormästare Christer Sandstedt var därför klar favorit. Han infriade också tipsen och dominerade helt genom att ta hem både svikten och höga hopp utan att nå den topp han presterade vid sommarens NJM i Tysklandslandskamp. Christer är ovanligt hopptekniskt begåvad, och den dag han blir litet noggrannare med putsen torde han vara mogen att på allvar ta upp kampen med Johnny och "Krax".

Tvåa i höga hopp och trea i svikt blev Malmös Tord Andersson, som på sitt sätt är något helt unikt. Han är praktiskt taget självlärd som simhoppare. Hjälp av instruktör har han bara haft sporadiskt. I gengäld har han själv fått sätta sig in i de hopptekniska problemen, han har grubblat och experimenterat och på många punkter kommit fram till en alldeles utsökt teknik. Få hoppare har en så klar och genomtänkt uppfattning om sin egen hoppning som Tord, och får han bara regelbunden tränarhjälp så har vi i honom ett av våra stora framtidsnamn.

Ove Waernborg hade inte riktigt turen med sig i höga hopp men kom igen fint på svikten och tog silvret. Uppsala-pojken är väl den av våra juniorer som satsar friskt och har den bästa höjden, men tyvärr är nedslagen inte alltid riktigt stabila på grund av för låg armställning. Med bättre avslutning på hoppen kan han klättra en bra bit upp på poängskalan.

Göran Thorell kom nästan helt oträ-nad från simhallslösa Södertälje men friskade trots det på en hel del svåra hopp från trampolin, vilket gav en välförtjänt tredjeplats.

Avslutningsvis kan om JSM-tävlingarna tilläggas

att Stockholm, det vill säga Tage Lindströms adepter, dominerade genom att ta tre av de fyra titlarna;

att Uno Olssons Kristianstads-flickor kommer, även om man denna gång hade litet otur med ett par återbud på grund av sjukdom;

att man knappast behöver oroa sig för återväxten på damsidan, men

att vi framför allt behöver nya pojkar i de yngre årsklasserna.

T. Ö.

Fyra 5-minutersperioder Fyra avbytare nästa år

Internationella Simförbundet (FINA) fastställde vid sin kongress i Rom nya vattenpoloregler, vilka skall tillämpas internationellt från den 1 maj nästa år. Dessa nya regler innebär något av en revolution såtillvida som att en match skall bestå av 4 perioder om 5 minuter vardera med 2 minuters paus mellan perioderna.

Vidare skall lagen fortsättningsvis äga rätt att använda sig av avbytare, 4 till antalet, vilka får sättas in i spelet efter samma regler som gällt tidigare.

Det ryska förslaget med tvådomarsystem blev däremot tillbakavisat denna gång.

Sam Zuckerman, vår svenske representant i den internationella polokommittén, fick nytt förtroende men överlämnade ordförandeklubban till ungraren Béla Rajki.

Sundsvallskomet

Vid Medelpads JDM i Timrå satte sundsvallssimmaren Nils Öberg, ättelägg till badmästaren i "Gaffelby" tre nya distriktsrekord — 1.01,4 på 100 m frisim, 1.09,9 på 100 m ryggsim, 1.18,0, på 100 m fjärilsim. Lisbeth Lööv, Timrå, vann 100 m frisim på 1.18,3.

12 MINUSPOÄNG I ROSTOCK

Fyra nya simrekord räckte ej mot tyskarna

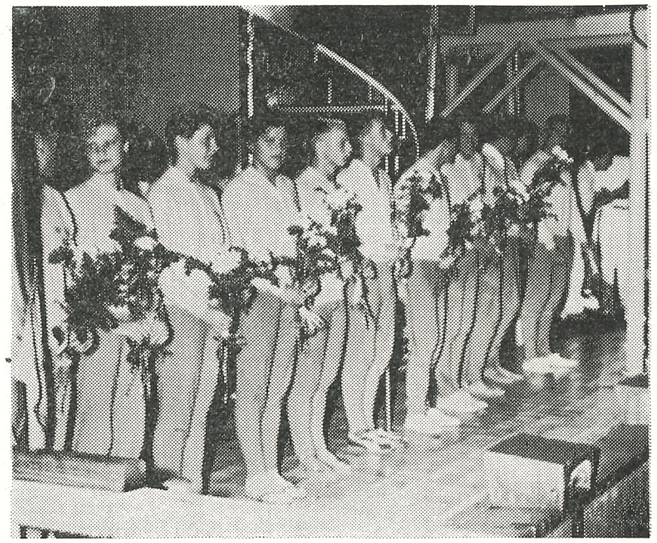
Häpnade de svenska simjuniorerna över Rostocks storslagna simstadion, så satt ingen respekt kvar när de trädde in på arenan och skulle ta upp kampen mot de östtyska konkurrenterna, som enligt all statistik och alla meriter borde vunnit landskampen överlägset. De har nämligen f. n. Europas bästa juniorlandslag.

Gamla resultat ingav emellertid ingen respekt hos de härligt kämpande svenska simmarna, som slogs stenhårt, lyfte sig själv i håret och presterade ännu bättre än de gjort tidigare, berättade Idrottsbladets medresande "Sverker".

Landskampen ägde rum den 15—16 oktober. Efter lördagskvällens inledande drabbningar var ställningen jämn 49—49, sedan våra svenska simmare noterat fyra nya rekord — Bibbi Segerström och Bengt-Olof Almstedt sänkte sina egna ryggsimnoteringar till resp. 1.12,0 och 1.04,8, Sten Ekman simmade 800 meter på 9.24,4 och damkvartetten Karin Grubb—Ann-Cathrine Andersson—Inger Thorgren—Bibbi Segerström 4×100 meter på grandiosa 4.20,9 — men på söndagen kunde de blågula inte stå emot den östtyska anstormningen utan fick ge slaget förlorat.

Tyskarna vann med 98—86, d. v. s. samma segermarginal som Sverige hade i fjolårets premiärkamp, d. v. s. 12 poäng.

Det blir måhända tillfälle återkomma med närmare detaljer i novembernumret. Nu i pressögonblicket nöjer vi oss med resultaten:



Det svenska juniorlandslaget hälsades välkommet med blommor i Rostocks simhall.

Lördagen

Herrar, 100 m fritt: 1) Wiegand, TDR, 57,4, 2) L.-E. Bengtsson, S, 57,4, 3) Almstedt, S, 58,5, 4) Kroll, TDR, 59,4.

200 m fjäril: 1) Millow, TDR, 2.22,3, 2) Håkan Bengtsson, S, 2.27,2, 3) Siebert, TDR, 2.35,5, 4) Hedeberg, S, 2.44,4.

800 m fritt: 1) Eckmann, S, 9.24,4, 2) S.-G. Johansson, S, 9.45,4, 3) Herbst, TDR, 10.28,8, 4) Wiegand, TDR, 10.51,4.

4×100 m medley: 1) TDR (Dietze, Singer, Millow, Wiegand) 4.17,3, 2) Sverige (Almstedt, H. Bengtsson, Freijd, L.-E. Bengtsson) 4.27,0.

Damer 400 m fritt: 1) Cederqvist, S, 4.51,6, 2) Weiss, TDR, 5.04,0, 3) Zimmermann, TDR, 5.09,5, 4) Stenbäck, S, 5.15,7.

100 m rygg: 1) Segerström, S, 1.12,1, 2) Schmidt, TDR, 1.12,5, 3) Jönsson, S, 1.12,9, 4) Seedorf, TDR, 1.15,5.

200 m bröst: 1) Menge, TDR, 2.51,0, 2) Drews, TDR, 2.53,1, 3) Eriksson, S, 2.58,6, 4) Ljunggren, S, 3.01,0.

4×100 m fritt: 1) Sverige, (Grubb, A.-C. Andersson, Thorngren, Segerström) 4.20,9, 2) TDR (Zimmermann, Wiess, Pechstein, Noack) 4.23,0.

Söndagen

Herrar, 400 m fritt: 1) Wiegand, TDR, 4.29,1, 2) Ekman, S, 4.31,6, 3) S.-G. Johansson, S, 4.33,0, 4) Millow, TDR, 4.41,5.

200 m bröst: 1) Singer, TDR, 2.41,3, 2) Thormann, DTR, 2.43,7, 3) Freijd, S, 2.47,4, 4) Swärd, S, diskv. (2.52,3).

100 m rygg: 1) Dietze, TDR, 1.04,3, 2) Wiegand, TDR, 1.04,8, 3) Almstedt, S, 1.06,1, 4) Sjöblom, S, 1.08,6.

4×200 fritt: 1) Sverige 8.34,8 (Johansson, Lundin, L.-E. Bengtsson, Ekman) 2) TDR 9.00,1, (Millow, Kroll, Dietze, Wiegand).

Damer, 100 m fjäril: 1) Kristina Larsson, S, 1.13,4, 2) Noack, TDR, 1.13,8, 3) Thorn Jonsson, S, 1.15,6, 4) Gandt, TDR, 1.16,3.

100 m fritt: 1) Weiss, TDR, 1.04,5, 2) Thorngren, S, 1.05,0, 3) Pechstein, TDR, 1.05,9, 4) Segerström, S, 1.06,4.

4×100 m medley: 1) TDR 4.52,3 (Schmidt, Menge, Noack, Weiss), 2) Sverige 5.10,9, (Segerström, Eriksson, Larsson, Thongren).

Roland Lundin 1.15,5

Vid Propagandatävlingar i Hälsingborg den 20/9 nåddes följande bättre resultat:

50 m fr, po: 1) Tommy Malmsten, IKA 28,8, 2) Björn Oscarsson, HSS 29,0, 3) Peter Asteman, IKA 29,3. **100 ry, D:** Gullbritt Jönsson, SKP 1.14,5, Kristina Larsson, Ran 1.17,8, Ingrid Börjesson, HSS 1.23,4. **100 m br, H:** Roland Lundin, Ran 1.15,5, Torbjörn Frejd, SKP 1.18,4, Chonny Kjellström, Ran 1.19,4. **100 fr, D:** Karin Larsson, Ran 1.07,0, Barbro Andersson, Ran 1.08,3, Kristina Larsson, Ran 1.08,8. **200 m br, fl:** Kristina Olsson, LS 3.04,2, Elna Jeppsson, IKA 3.15,1. **100 fj, H:** Jan Andersson, IKA 1.05,5. **100 fr H:** Jan Andersson, IKA 1.01,1, 2) Leif Olsson, SKP 1.01,6, Björn Billqvist, MS 1.01,8. **100 ry, H:** Kjell Stenström, SKP 1.06,1, Börje Mårtensson, Ran 1.12,5.

ALLSVENSKA SIMSERIEN

200 m bröstsim

GRUPP I

Seniorer, herrar

1	Tunafors SK	1.872	4.615
2	Upsala SS	2.301	4.528
3	Munksunds SS ..	2.020	4.217
4	Karlskrona SS ..	1.928	3.387
5	Karstads SS	---	1.486
6	Örebro SS	1.919	1.919

Individuellt

1) Tore Persson, USS 2.57,5, 2) Mats Jansson, USS 2.58,8, 3) Peter Sandblom, USS 3.01,0, 4) Anders Strömberg, MSS 3.01,2, 5) Gert Karlsson, K-a SS 3.02,3, 6) Torgny Rasmusson, USS 3.03,0, 7) Sören Sandberg, TSK 3.03,1, 8) Eric Forslund, MSS 3.03,5, 9) Sven Thybeck, ÖSS 3.03,7, 10) Kjell Nilsson, K-a SS 3.04,7, 11) Sten Ekman, TSK 3.06,2, 12) Lars Rekke, MSS 3.07,0, 13) Bernt Porsander, ÖSS 3.09,0, 14) Sture Svedberg, ÖSS 3.09,2, 15) Stig Antonsson, TSK 3.11,0, 16) Gösta Sterne, ÖSS 3.11,2, 17) Åke Brolin, MSS 3.12,5, 18) Jan-Erik Petersson, K-a SS 3.12,8, 19) Gunnar Friberg, K-a SS 3.12,9, 20) Rolf Karlsson, TSK 3.18,0.

Juniorer, pojkar

1	Karlstads SS	1.791	4.269
2	Helsingborgs SS ..	1.666	3.818
3	Sim- & Idrotts-klubben Hellas ..	1.652	3.491
4	Simkl. Poseidon ..	1.828,5	3.335,5
5	Bodens Bandykl.	1.662	3.063
6	Solna SS	1.807	2.948
7	Karlskoga SS ..	1.067,5	2.685
8	Rönnskärs Idrotts-förening	1.538	2.625
9	Simavd. 1902	---	2.019
10	Karlskrona SS ..	1.312	1.888
11	Örebro SS	1.548,5	1.548,5
12	Simklubben Ägir	---	1.494
13	Munksunds SS ..	---	1.036

Individuellt

1) Torbjörn Frejd, SKP 2.48,0, 2) Lennart Swärd, KSS 2.55,3, 3) Mats Blomberg, Solna 3.01,5, 4) Gunnar Lenning, HSS 3.03,8, 5) P O Sandqvist, ÖSS 3.04,0, 6) Christer Karlsson, K-a SS 3.06,4, 7) Göran Magnusson, Solna 3.08,0, Tommy Waern, RIF 3.08,0, 9) Ulf Henerud, BBK 3.09,6, 10) Hans Kemp, RIF 3.10,2, 11) Olle Davidsson, HSS 3.10,8, 12) Hans Liljedahl, Hellas 3.11,0, 13) Olle Andersson, Hellas 3.11,4, 14) Lennart Gustavsson, KSS 3.12,0, 15) Stig-Björn Eriksson, BBK 3.12,5, 16) Ulf Dahl, Solna 3.12,7, 17) Alf Öhman, Karlskoga 3.13,7, 18) Håkan Bergh, Ö 3.14,7, 19) Per-Olle Paulsson, SKP 3.15,2, 20) Bengt-Erik Johansson, K-a SS 3.16,5, 21) Kåre Johansson, BBK 3.17,6, 2) Jan Ek, Hellas 3.17,9, 23) Ingemar Lundström, BBK 3.18,4, 24) Lars-Göran Wahlund, Hellas 3.18,8, 25) Rolf Ståhl, SKP 3.19,8, 26) Bo Hansson, KSS 3.20,5, 27) Leif Gustavsson, KSS 3.20,9, 28) Mats Otterström, HSS 3.22,3, 29) Klas-Göran Nilsson, HSS 3.22,6, 30) Ulf Bergenudd, ÖSS 3.22,9, 31) Lars Sköldstam, Solna 3.23,2, 32) Lars Norén, RIF 3.24,0, 33) Tommy Olsson, SKP 3.26,7, 34) Erik Geisler, ÖSS 3.31,4, 35) Hans Enocson, RIF 3.31,7, 36) Leif Stormark, Karlskoga 3.36,5, 37) Christian Tollstoy, Karlskoga 3.37,3, 38) Bengt Friberg, K-a SS 3.37,4, 39) Rune Pettersson, K-a SS 3.43,9, 40) Håkan Olsson, Karlskoga 3.45,0.

100 m bröstsim

Ungdom, pojkar

1	Karlstads SS	1.780	3.377
2	Helsingborgs SS ..	1.493	2.703
3	Rönnskärs Idrotts-förening	1.287	2.567
4	Sim- & IK Hellas	1.386	2.405
5	Karlskoga SS	1.259	2.354
6	Bodens Bandykl.	1.311	2.171
7	Simklubben Ägir	983	1.970
8	Avesta SS	1.153	1.965
9	Solna SS	1.011	1.762
10	Tunafors SK	902	1.604
11	Simavd. 1902	---	1.238
12	Örebro SS	1.221	1.221
13	Karslunds Idrotts-förening	836	1.128
14	Karlskrona SS ..	683	825

Individuellt

1) Lennart Jonsson, KSS 1.22,6, 2) Tommy Jurdell, Hellas 1.24,1, 3) Börje Larsson, RIF 1.25,0, 4) Torsten Born, RIF 1.25,8, 5) Olle Heintz, KSS 1.26,5, 6) Stig Nylén, Avesta 1.26,9, 7) Bengt Rydahl, KSS 1.27,0, 8) Lars Westergren, Hellas 1.27,4, 9) Rolf Künstlicher, HSS 1.27,8, Björn Lindman, Karskoga 1.27,8, 11) Olle Stromark, Karskoga 1.28,2, 12) Sture Hellström, BBK 1.28,8, 13) Poul Sörensen, Solna 1.29,2, 14) Sten Sundström, BBK 1.29,8, 15) Benny Wikström, Ägir 1.30,0, 16) Berne Jönsson, HSS 1.30,2, 17) Lars Westerberg, KSS 1.30,4, Bengt-Å Eriksson, HSS 1.30,4, 19) Jan Nawrin, HSS 1.31,0, 20) Robert Hernadi, ÖSS 1.32,2, 21) Stig Larsén, BBK 1.33,2, 22) Tord Larsson, ÖSS 1.33,8, 23) Jan-Erik Normelli, ÖSS 1.33,9, 24) Jan Rejsby, ÖSS 1.34,0, 25) Ingvar Söderlund, Avesta 1.34,4, 26) Kent Nylén, Avesta 1.34,6, 27) Bo Karlsson, TSK 1.34,8, 28) Raymond Strömqvist, Ägir 1.35,0, 29) Ola Wärnild, KIF 1.35,7, 30) Anders Bergkvist, KIF 1.35,8, 31) Anders Henningsson, Karlskoga 1.36,5, 32) Tommy Noren, TSK 1.37,0, 33) Bengt Bjurman, Solna 1.37,5, 34) Bo Jutner, Hellas 1.38,1, Roland Baudin, BBK 1.38,1, 36) Kjell Nordberg, Hellas 1.38,2, 37) Lars Lindström, Solna 1.38,5, 38) Rolf Bohm, TSK 1.38,7, 39) Birger Ulfsparre, RIF 1.39,0, 40) Rolf Svensson, K-a SS 1.39,8, 41) H-O Broberg, Karlskoga 1.41,5, Jan Pålsson, KIF 1.41,5, 43) Håkan Eklundh, Ägir 1.42,0, 44) Lars-Erik Andersson, K-a SS 1.42,3, 45) Lars-Erik Liljegren, K-a SS 1.42,5, 46) P O Adolfsson, Solna 1.43,3, 47) Hans Lorenzon, Ägir 1.43,5, 48) Håkan Gustavsson, TSK 1.44,0, 49) Torgny Nilsson, Avesta 1.44,7, 50) Karsten Modig, K-a SS 1.45,3, 51) Ulf Nordmark, RIF 1.45,8, 52) Bengt Appelberg, KIF 1.46,6.

200 m bröstsim

Seniorer, damer

1	Upsala SS	2.457	4,204
2	Tunafors SK	2.218	4.142
3	Karlskrona SS ..	1.675	2.939
4	Simkl. Najaden ..	1.111	2.189
5	Karlskoga SS	---	1.550
6	Örebro SS	1.290	1.290

Individuellt

1) Yvonne Posibiloch, USS 3.08,6, 2) Eva Andersson, TSK 3.12,2, 3) Lillian Posibiloch, USS 3.13,4, 4) Barbro Persson, USS 3.18,5, 5) Anna-Lena Gustavsson, USS 3.20,4, 6) Bisse Karlsson, TSK 3.21,4, 7) Ingrid Andersson, K-a SS 3.23,0, 8) Ann-Chatrin Andersson, TSK 3.23,3, 9) Christina Jönsson, TSK 3.25,0, 10) Berit Mattsson, ÖSS 3.26,2, 11) Maj-Lis Hansson, K-a SS 3.29,8, 12) Ingrid Nilsson, ÖSS 3.37,8, 13) Marianne Jo-

hansson, Najaden 3.39,8, 14) Ann-Margret Hansson, K-a SS 3.41,7, 15) Gun Johansson, K-a SS 3.43,2, 16) Anita Olsson, ÖSS 3.45,0, 17) Margareta Lilja, Najaden 3.45,8, 18) Kerstin Pettersson, Najaden 3.56,8, 19) Berit Dellenfalk, Najaden 4.09,2, 20) Kerstin Dahl, ÖSS 4.27,0.

Juniorer, flickor

1	Bodens Bandykl.	2.751	4.925
2	Karlstads SS	2.138	3.945
3	Helsingborgs SS ..	1.982	3.694
4	Rönnskärs Idrotts-förening	1.899,5	3.630,5
5	Simklubben Ägir	1.461	3.286
6	Karlskrona SS ..	2.562	3.25
7	Karlskoga SS	1.649,5	2.768,5
8	Karlslunds Idrotts-förening	1.582	2.655
9	Simkl. Najaden ..	1.578	2.415
10	Simavd. 1902 ..	---	1.738
11	IFK, Stockholm ..	1.241	1.241

Individuellt

1) Ulla Brännström, BBK 3.02,2, 2) Birgitta Andersson, K-a SS 3.04,3, 3) Kickan Bergström, BBK 3.08,8, 4) Birgit Öberg, BBK 3.09,1, 5) Monica Wennberg, KSS 3.11,4, 6) Monica Israelsson, K-a SS 3.12,5, 7) Christina Sthernlycke, K-a SS 3.14,2, 8) Gunilla Gustafsson, IFK 3.14,4, 9) Eva Norrö, RIF 3.17,6, 10) Eva-Britt Holm, BBK 3.18,1, 11) Barbro Svegart, HSS 3.19,6, 12) Lillemor Klarin, KIF 3.20,2, 13) Lena Björklund, KSS 3.21,0, 14) Ulla Magnusson, RIF 3.21,6, 15) Gun Johansson, K-a SS 3.22,3, 16) Pia Svensson, HSS 3.23,0, 17) Kristina Sanderoth, Najaden 3.24,8, 18) Elisabeth Torwaldh, KSS 3.25,2, 19) Eva Hedlund, Karlskoga 3.25,6, 20) Ingrid Olsson, Ägir 3.26,0, 21) Inga-Greta Eriksson, HSS 3.26,4, 22) Gunilla Ekblom, Ägir 3.28,0, 23) Eva Björkengren, RIF 3.30,1, 24) Gunilla Arnesson, Karlskoga 3.32,1, 25) Eva Wennström, KSS 3.32,6, 26) Eva Cederlind, KIF 3.33,0, 27) Elisabet Carlsson, Karlskoga 3.34,6, 28) Ingrid Börjesson, HSS 3.35,4, 29) Kerstin Landgren, Najaden 3.36,9, 30) Ingegerd Lilja, Najaden 3.37,0, 31) Ann-Catrin Lannert, IFK 3.42,9, 32) Marianne Appelberg, KIF 3.43,3, 33) Kerstin Edstam, RIF 3.45,8, 34) Berit Melin, Karskoga 3.48,2, 35) Lena Gjertsson, Najaden 3.50,5, 36) Eva Marklund, Ägir 3.51,4, 37) Gunilla Hvatz, KIF 3.54,7, 38) Anne-Christin Cederberg, Ägir 4.06,4, 39) Britt-Marie Bengtsson, IFK 4.15,8, 40) Sonja Löfstrand, IFK 4.16,2.

100 m bröstsim

Ungdom, flickor

1	Simklu. Poseidon	2.155	4.066
2	Simkl. Najaden ..	2.021	3.680
3	IFK, Stockholm ..	1.668	3.271
4	Helsingborgs SS	1.639	3.145
5	Tunafors SK	1.766	2.999
6	Bodens Bandykl.	1.705	2.908
6	Karlskoga SS	1.480	2.645
8	Solna SS	2.153	2.640
9	Avesta SS	1.788	2.593
10	Simklubben Ägir	1.560	2.451
11	Karlstads SS	1.571	2.154
12	Karlskrona SS ..	1.208	2.052
13	Simavd. 1902 ..	---	1.748
14	Örebro SS	1.399	1.399

Individuellt

11) Karin Grubb, SKP 1.30,5, 2) Ann Juhlin, Solna 1.31,4, 3) Lena Larsson, Najaden 1.32,0, 4) Karin Englesson, SKP 1.34,4, 5) Sonja Rydahl, KSS 1.34,5, 6) Gudrun Viktorsson, Solna 1.34,8, 7) Karin Bengtsson, TSK 1.35,8, 8) Britt-Marie Rånby, BBK 1.36,0, 9) Britt-Marie Olsson, Solna 1.36,1, Ulla-Britt Hellberg, Avesta 1.36,1, 11) Helena Norman, SKP 1.36,6, 12) Harriet Levin, Solna 1.36,9, Ann-Charlott Lilja, Najaden 1.36,9, Barbro Wallin, Najaden 1.36,9, 15) Jane Poset, TSK 1.37,2, 16) Annmarie Olsson, SKP 1.37,8, 17) Gunnel Wisvall, Ägir 1.38,0, 18) Agneta Lindahl, IFK 1.38,8, 19) Sonja Tallberg, Avesta 1.39,0, 20) Lena Wahss, Avesta 1.39,3, 21) Birgitta Mattsson, Najaden 1.39,6, Carina Tollstoy, Karlskoga 1.39,6, 23) Christina Ryman, BBK 1.39,7, 24) Birgitta Svensson, HSS 1.39,9, 25) Ulla Dahlgren, IFK 1.40,0, 26) Mainy Björk, BBK 1.40,2, 27) Britt-Marie Kvist, HSS 1.40,6, 28) Eva Kullenius, HSS 1.40,7, 29) Britt-Marie Lundén, KSS 1.40,9, 30) Anita Lenander, TSK 1.41,4, 31) Karin Malmberg, IFK 1.41,6, 32) Agneta Lindberg, IFK 1.42,0, 33) Agnetel Eriksson, Avesta 1.42,1, 34) Margareta Hellström, Karlskoga 1.42,3, 35) Siv Åkesson, HSS 1.42,8, Sissel Weinand, Ägir 1.42,8, Monika Åkerblom, ÖSS 1.42,8, 38) Gun Billberg, TSK 1.43,3, 39) Karin Åkerström, Ägir 1.43,5, 40) Kristina Hult, Öss 1.44,0, 41) Kristina Langren, Ägir 1.44,3, 42) Barbro Berglund, KSS 1.44,5, 43) Elaine Carlsson, Karlskoga, 1.45,0, 44) Barbro Baudin, BBK 1.45,2, 45) Margareta Söderman, ÖSS 1.45,3, 46) Harriet Alexandersson, ÖSS 1.45,5, 47) Gun Israelsson, K-a SS 1.46,2, 48) Elisabeth Arvidsson, Karlskoga 1.46,5, 49) Annica Odehammar, K-a SS 1.46,7, 40) Inger Hagström, K-a SS 1.47,3, 51) Kerstin Jansson, KSS 1.49,6, 52) Hildegun Idebrant, K-a SS 1.49,6.

200 m bröstsim

GRUPP II

Seniorer, herrar

1	Umeå SS	2.752	4.894
2	Katrineholms SS	2.218	3.607
3	Sundbybergs IK	1.837	3.068

Individuellt

1) Åke Olofsson, USS 2.47,0, 2) Lars Gustafsson, USS 2.47,7, 3) Lennart Lindberg, USS 2.53,5, 4) Bo Kinberg, KSS 2.56,5, 5) Bo Alm, KSS 2.59,8, 6) Christer Andersson, USS 3.00,0, 7) Calle Jansson, KSS 3.04,4, 8) Benni Svensk, KSS 3.06,6, 9) Olle Karlsson, SIK 3.07,9, 10) Hans Sundström, SIK 3.08,6, 11) Karl Erik Tenglin, SIK 3.09,2, 12) Bo Biquet, SIK 3.14,9.

Juniorer, pojkar

1	Västerås SS	2.681	4.685
2	Katrineholms SS	2.455	4.510
3	Norrköpings KK	1.769	3.421
4	Sundbybergs Idrotts-klubb	1.576	2.859
5	Hvetlanda SS ..	1.359	2.730
6	Hudiksvalls SS ..	1.316	2.521

Individuellt

1) Sven-Göran Johansson, VSS 2.43,1, 2) Ulf Andersson, VSS 2.47,2, 3) Ulf Eriksson, KSS 2.48,8, 4) Göran Österberg, KSS 2.56,5, 5) Sven-Erik Hoflin, VSS 2.59,9, 6) Hans Svensson, KSS 3.01,2, 7) Hans Rosendahl, KSS 3.03,0, 8) Lars Ehlin, VSS 3.05,2, 9) Anders Forssén, NKK 3.07,3, 10) Olle Strömqvist, HSS 3.07,4, 11) Leif Sjöblom, SIK 3.08,6, 12) Bo Petersson, NKK 3.10,4, 13) Lars Jonsson, NKK 3.10,7, 14) Jan A. Dahlström, HVSS 3.11,0, 15) Jan Carlsson, SIK 3.12,6, 16) Jörgen Andersson, HSS 3.15,6, 17) Christer Evinger, NKK 3.19,2, 18) Ulf Jonsson, HVSS 3.19,4, 19) Arvid Lewenhaupt, SIK 3.21,7, 20) Ulf Eriksson, SIK 3.25,1.

100 m bröstsim

1	Västerås SS	1.665	3.033
2	Hudiksvalls SS ..	1.534	2.759
3	Umeå SS	1.299	2.115
4	Katrineholms SS..	1.389	1.925
5	Sundbybergs IK	1.490	1.913
6	Norrköpings KK	834	1.535

Individuellt

1) Rolf Johansson, HSS 1.20,9, 2) Ronny Svensson, SIK 1.24,6, 3) Tommy Sjöstrand, VSS 1.24,8, 4) Lars-

Ivar Andersson, USS 1.25,0, 5) Jan-Olof Fahlén, VSS 1.26,2, 6) Anders Bolkéus, SIK 1.26,3, 7) Rolf Österberg, KSS 1.27,3, 8) Kaj Sjödin, HSS 1.27,7, 9) Per-Olof Fulke, KSS 1.29,1, 10) Kent Nordin, VSS 1.29,8, 11) Björn Jansson, VSS 1.30,8, 12) Ulf Wänman, USS 1.31,0, 13) Leif Wallin, KSS 1.32,1, 14) Nils Åberg, HSS 1.34,4, 15) Tommy Finnamn, SIK 1.34,8, 16) Curt Wiklund, USS 1.35,0, 17) Mats Kalin, SIK 1.35,7, 18) Lars-Erik Larsson, NKK 1.36,4, 19) Leif Milling, KSS 1.37,3, 20) Kjell Olander, HSS 1.37,5.

200 m bröstsim

Seniorer, damer

1	Umeå SS	2.192	3.828

Individuellt

1) Eva Svensson, USS 3.12,0, 2) Birgitta Andersson, USS 3.14,0, 3) Birgitta Nystedt, USS 3.25,0, 4) Kitty Boman, USS 3.35,0.

Juniorer, flickor

1	Västerås SS	1.593,5	3.354,5
2	Hudiksvalls SS ..	2.235	3.493
3	Hvetlanda SS	1.717	3.092
4	Sundbybergs IK	2.048	2.693
5	Katrineholms SS	1.850,5	2.607,5

Individuellt

1) Gerd Wedberg, VSS 3.04,2, 2) Maud Karlsson, HSS 3.09,5, 3) Eva Söderberg, HSS 3.10,3, 4) Berit Larsson, KSS 3.11,0, 5) Gunilla Norrman, HvSS 3.16,0, 6) Britt-Marie Andersson, SIK 3.16,4, 7) Kerstin Åhs, HSS 3.23,8, 8) Anne Külavee, KSS 3.25,2, 9) Gunnel Andersson, SIK 3.25,4, 10) Pia Lindros, SIK 3.25,9, 11) Lena Karlsson, VSS 3.28,0, 12) Margareta Eriksson, HvSS 3.28,5, 13) Siv Karlsson, SIK 3.30,2, 14) Agneta Hedblom, HSS 3.40,7, 15) Mariann Österberg, KSS 3.40,8, 16) Gunnel Sandberg, HvSS 3.42,0, 17) Catrin Pettersson, KSS 3.45,5, 18) Marianne Nyberg, HvSS 3.49,6, 19) Kristina Löfblad, VSS 3.57,8, 20) Ulla Klerestedt, VSS 4.20,5.

100 m bröstsim

Ungdom, flickor

1	Västergs SS	2.700	4.971
2	Sundbybergs IK	1.853	2.845
3	Hudiksvalls SS ..	1.565	2.283
4	Norrköpings KK	1.536	2.061
5	Umeå SS	1.509	2.039

Individuellt

1) Kerstin Karlsson, VSS 1.28,4, 2) Katarina Eriksson, VSS 1.28,8, 3) Ulla Patrikka, VSS 1.30,1, 4) Ulla Jäfvert, Västerås SS, 1.30,3, 5) Lena Hanning, SIK 1.34,8, 6) Gunilla Ek, NKK 1.37,0, 7) Lena Andersson, SIK 1.36,0, 8) Kristina Nilsson, SIK 1.38,2, 9) Karin Nystrand, HSS 1.38,9, 10) Kerstin Söderberg, USS 1.41,0, 11) Elisabeth Hulén, HSS 1.41,9, Anna-Kajsa Svensson, HSS 1.41,9, 13) Barbro Berglund, USS 1.42,5, 14) Eva Berg, USS 1.42,9, 15) Anne-Marie Hansson, SIK 1.43,4, Kerstin Jönsson, NKK 1.43,4, 17) Gunilla Andersson, NKK 1.44,0, 18) Ulla Körnings, USS 1.44,9, 19) Kerstin Molin, HSS 1.45,7, 20) Chatarina Tångström, NKK 1.47,3.

200 m bröstsim

GRUPP III

Seniorer, herrar

1	Skellefteå SK	2.013	4.706
2	Sundsvalls SS ..	2.095	3.862
3	Kalmar SS	1.311	3.397

Individuellt

1) S Kindström, KSS 2.52,3, 2) Nils Öberg, SSS 2.53,6, 3) Ulf Ökvist, SSK 2.54,4, 4) A Johansson, KSS 2.55,7, 5) Rolf Olander, SSK 3.01,9, 6) Sture Kronman, SSS 3.04,3, 7) Lennart Gleerup SSS 3.07,0, 8) Kj. Wahlberg, SSK 3.11,3, 9) Ingvar Eriksson, SSS 3.14,2, 10) Åke Johansson, SSK 3.19,9.



Svenska simmarflickor på promenad i Heiligendamm, som var förläggningsort under juniorlandskampen i Rostock. Flickkvartetten som intervjuas av IB:s Sverker Benson och Sten Hellqvist igenkännes förmodligen lätt. Det är annars Ann-Cathrine Andersson, Barbro Eriksson, Bibbi Segerström och Inger Thorngren.

Juniorer, herrar

1	Kalmar SS	2.169	4.083
2	Skellefteå SK ..	1.148	3.052
3	Filipstads IF	---	1.044
4	Gävle SS	---	591

Individuellt

1) B. Jakobsson, KSS 2.48,9, 2) G. Schylander, KSS 3.06,5, 3) Å. Schylander, KSS 3.08,7, 4) Göran Karlsson, KSS 3.09,7, 5) Erik Lundberg, SSK 3.21,0, 6) Ulf Östlund, SSK 3.25,4, 7) Olle Egerstedt, SSK 3.34,0, 8) Lars-Olof Ohring 3.38,2.

100 m bröstsim

Ungdom, pojkar

1	Hofors AIF	---	1.014
2	Gävle SS	---	411
3	Huskvarna SLS ..	---	316
4	Skellefteå SK ..	utgår	

200 m bröstsim

Seniorer, damer

1	Kalmar SS	1.133	2.255

Individuellt

1) Sylvia Råberg, KSS 3.37,0, 2) B. Jeansson, KSS 3.38,6, 3) Inga Karlsson, KSS 3.40,3.

Herr redaktör

Start — Starter

Vid Rom-olympiaden frapperades en hemmavarande TV-tittare av samtliga deltagares goda ordning vid simstarterna — men i Sverige är det verkligt illa bevänt med den saken.

Minst sagt "lösliga" normer och former följes inom avdelningen "Starten", varför många viktiga avgöranden sportsligt saboteras.

Här ett exempel från X-köping:

Tävlingsledaren signalerar: "Klart för start". De tävlande intager sina platser *bakom* startpallarna (§ 4). Starten beordrar: "På edra platser". De rutinerade stjärnsimmarna A, B och C samlar sig inför uppstigande på "schavotten", stiger upp, påbörjar djupa och långa inandningar och behagar efter noggrann översyn av startfältet slutligen intaga sina startställningar. — Under tiden har "blåbären" D och E hamnat i vattnet. (Obs! icke tjuvstart). Startern tillhåller de "psykade" att snabbare (enligt reglerna omedelbart" intaga sina startställningar. Vid den därpå följande starten är startern naturligt nog irriterad på de sålunda fördröjande grabbarna, varför han bestämt sig för att "stämma i bäcken". — Han kommenderar på nytt: "På edra platser" — märker att A eller B fortfarande ämnar taga väl god tid på sig — varför han, i syfte att "ge dem en läxa" skickar iväg fältet. — D och E (de s. k. ofördärvade) erfar att A och B icke riktigt är med när de hoppar i vattnet. Deras tveksamhet gör att de stoppar upp sin simning kanske både en och två gånger för att få övertygelse att start verkligen ägt rum. A och B uppfattar först det verkliga förhållandet — kommer visserligen sist iväg men får sålunda en hygglig start. Den som startern med sin åtgärd velat "märka", är i själva verket den mest gynnade.

Starterns åtgärd i ovan relaterade ex. anses i högsta ansvariga svenska simmarkretsar icke bara för alldeles korrekt utan även i hög grad eftersträvansvärd.

Då jag hyser "kätterska" åsikter i denna fråga må det tillåtas mig att härmed få framför några funderingar.

Vad lärde vi av Rom? Här ett exempel:

Tävlingsledaren signalerar: "Klart för start". De tävlande ställer upp bakom pallarna. Genom handviftning beordras de *upp på pallarna,* där de får samla sig i lugn och ro. De får också — om de så önskar — "känna in sig med tårna". När startern finner att simmarna sålunda "samlat sig" beordrar han: "A posto" (på edra platser"). De tävlande vet att någon ytterligare tid för "samling" icke gives, varför de snabbt intager sina startställningar. Startsignal kan givas.

De tävlande får i Sverige icke beträda startpallarna förrän på kommandot: "På edra platser". (§ 5)

Därigenom måste med nödvändighet startern lämna de tävlande — enl. reglerna —" . . tillräckligt tidsuppehåll . .", ett uppehåll som självfallet måste bli längre — och följaktligen mera obestämt — än i fallet Rom. Det i de svenska reglerna föreskrivna ordet ". . omedelbart . ." kan icke rimligen efterlevas än mindre upprätthållas.

Startern i exemplet från X-köping handlade enligt min mening felaktigt. — Finner han att simmaren A. genom sina fördröjande åtgärder "saboterar" starten, bör han genom tävlingsledningen varna denne. Vinner han icke rättelse torde A. kunna uteslutas *innan* start sker.

Det måste fastslås att någon som helst "uppfostran" av deltagarna icke får äga rum genom åtgärder i själva startögonblicket.

Finner tävlingsledaren att så skett bör han återkalla fältet.

Vill vi göra slut på rådande miserabla förhållanden krävs enligt min mening blott en ringa — men väsentlig — regeländring.

Jag hänvisar till "Tävlingsregler", Kap 2, § 4:

". . . . . sina platser *bakom* startpallarna . . . . . ."

Ordet *"bakom"* bör ersättas med ordet *"på".*

Härigenom vinnes enligt min mening:

1. De tävlande ges möjligheter att i lugn och ro samla sig inför sin uppgift ("känna in sig med tårna", djupandas, slappna av).
2. Ordet "omedelbart" i reglerna blir adekvat.
3. Riskerna för tjuvstart minskas.
4. Överensstämmelse med internationell praxis. (Viktigast!)

Jag hoppas att de här framförda synpunkterna skall bidraga till en fruktbärande diskussion i vida simmarkretsar. Det är min övertygelse att realiserandet av mitt förslag torde vara ägnat att skapa bättre startdisciplin inom svensk simning.

Hälsingborg i okt. *Bernt Börjesson.*

Juniorer, damer

1 Kalmar SS	2.246	4.148
2 Filipstads IF	---	1.834
3 Gävle SS	---	224

Individuellt

1) H. Johansson, KSS 3.09,7, 2) B. Eklund, KSS 3.13,6, 3) B. Karlsson, KSS 3.23,0, 4) I. K. Eriksson, 3.35,0.

100 m bröstsim

Ungdom, flickor

1 Kalmar SS	1.697	2.398
2 Gävle SS	---	1.605
3 Hofors AIF	---	327
4 Huskvarna SLS ..	---	173

Individuellt

1) Bibbi Sonesson, KSS 1.33,6, 2) K. Lingkrans, KSS 1.41,5, 3) Yvonne Karlsson, KSS 1.42,9, Eva Öberg, KSS 1.43,9.

Fribadstider

Förbundets fribadstider är sedan den 10/6 1959:

	Herrar	Damer
100 m frisim	59.5	1.09.0
200 m frisim	2.15.0	—
400 m frisim	4.50.0	5.30.0
1500 m frisim	19.30.0	
(20 min. på 50-m-bana)		
100 m ryggsim	1.09.0	1.20.0
200/100 m fjäril	2.40.0	1.20.0
200 m bröstsim	2.45.0	3.08.0

Jan Lundin 4.39,1

Jan Lundin, Polisen vann Stockholms JDM på 400 m frisim på utmärkta 4.39,1 före klubbkamraterna Håkan Bengtsson och Bert Svensson på resp. 4.42,9 och 4,52, 8. Bland flickorna vann Jane Cederqvist tipsenligt på 4.55,4. Håkan vann 100 fjäril på 1.05,7 före namnen Lars-Erik från Neptun på 1.11,7. Den sistnämnde vann 100 fritt 1.00,1 före Håkan och Jan, vilka båda hade 1.00,9. Bibbi Segerström var bästa sprinterflicka med 1.06,3. Klubbkamraterna Jane och Karin Stenbäck hade resp. 1.07,3 och 1.07,4, medan Djursholms förhoppningsfulla B-M. Dillner blev fyra på 1.07,8.

PROGRAM FÖR KONSTSIM

av Set Hjärpe

Nu är det dags att sätta igång med utbildningen i konstsim här i landet. Vi kommer att i varje nummer ge anvisningar om hur utbildningen bör bedrivas. Härvid utgår vi ifrån att eleverna endast har ringa eller inga kunskaper men väl behärskar de olika simsätt, som används i tävlingssimning. Anvisningarna kommer att utformas på sådant sätt att de kan utnyttjas av såväl de flickor som tränar konstsim för att senare kunna deltagi i tävlingar, som av instruktörer.

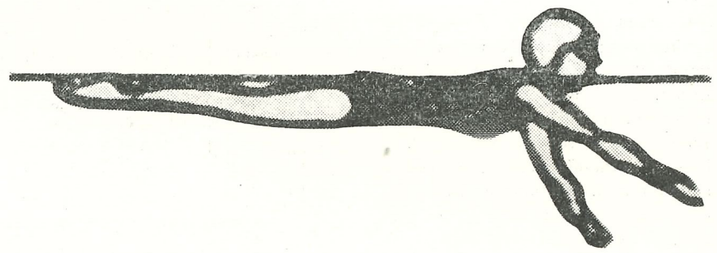
Det program, som vi ger exempel på här varje månad, är avsett att tränas en gång i veckan under instruktörs ledning. Mellan lektionerna, som omfattar ungefär 1 tim. 15 min., varav omkring en timme i vattnet, bör eleverna själva träna de rörelser och figurer, som genomgåtts under föregående lektion. Kontroll av att så skett, äger lämpligast rum genom att instruktörer ger eleverna uppgifter till nästföljande lektion.

A. *Definitioner*

För att vi skall tala samma språk måste vi klara ut vissa definitioner och namnge rörelser och figurer. I huvudsak kommer vi att ansluta namn m. m. till de engelska och amerikanska benämningarna. De av er som redan har eller kommer att skaffa utländsk litteratur i konstsim vill väl gärna veta vad figurerna heter på engelska, holländska och i vissa fall även på tyska. För er skull kommer vi att i möjligaste mån ange namnen på dessa språk i nu nämnda ordning inom parentes efter de svenska benämningarna.

Låt oss börja med följande definitioner:

1. *Sträckt ryggläge* (Back layout position, Gestrekte ligging op de rug moeten voeten). I sträckt ryggläge skall fötterna, benen, höfterna och hakan vara så nära vattenytan som möjligt, huvudet är vänt uppåt. Huvudets hållning är valfri. Den får dock icke påverka det sträckta läget. Fötterna, vristerna och benen skall vara tillsammans och sträckta. Armarnas läge är valfritt. (Figur 1).



Figur 1 — Sträckt ryggläge

2. *Sträckt bröstläge* (Front layout position, Gestrekt ligin op de brost) motsvarar sträckt ryggläge. Huvudet hålles dock något upplyftat så att ansiktet riktas rakt fram. (Figur 2).

3. *Sträckt vrist* ("Foes are pointed; Voeten gestrekt").

I alla rörelser skall vristen vara sträckt, d. v. s. översidan av foten skall om möjligt ligga i linje med underbenet. (Figur 3).

4. *Med böjt knä* ("With bent knee; Met gebogen knie") avses att ena benet böjes så att foten med sträckt vrist mot undersidan av det sträckta benets knä.

B. *Simsätt.*

I tävlingen gäller det att komma så snabbt fram som möjligt. I konstsim däremot gäller det att komma fram så graciöst och vackert som möjligt samt i de flesta fall i takt med musik. Här måste man alltså kunna kontrollera sina simtag och utföra dem utan att piska upp vatten i onödan.

1. *Crawl* utförs med högt buret huvud (som i vattenpolo, då man simmar med boll framför sig. Under träning simmar man lämpligen med ögonmärke i höjd med startpallen vid andra bassängkanten. Armarna förs nästan raka och sticks sakta och utan plask i vattnet.



Figur 2 — Sträckt bröstläge

Bensparken drives djupare än vanligt. Detta för att hindra skumbildningen och vågskvalpet som bildas i tävlingssimning.

2. *Ryggcrawl* sker på motsvarande sätt.

Träna gärna redan från första lektionen med en taktfast vals t. ex. någon Straussvals.

C. *Skovling (sculling).*

En av de mest elementära rörelserna i konstsim är skovlingen (sculling), d. v. s. förmågan att medelst åttformiga rörelser med händerna hålla kroppen så nära vattenytan som möjligt.

1. *Skovling på stället.* Utgångsställning: sträckt ryggläge, armarna nästan raka längs sidorna, händerna vända med handflatorna nedåt och nära kroppen samt fingrarna tillsammans (de bildar skovlar).

Utförande: Med små armrörelser, utförs åttformiga rörelser med händerna. Ju kraftigare handrörelserna utförs ju högre upp mot vattenytan pressas kroppen.

Då hela kroppen ligger i vattnet är det i regel inga svårigheter att genom skovling ligga i vattenytan, men så fort ett ben sträcks över vattnet t. ex. i den enkla ställningen med böjt knä, pressas kroppen nedåt och det fordras kraftiga handrörelser för att inta sträckläget i vattenytan.

2. *Skovling med fötterna före.* Utgångsläge: se 1 ovan. Dock är händerna böjda i handleden så att fingrarna pekar mot bassängbotten.

Utförande: Händerna förs i åttformiga rörelser som i a ovan.

3. *Skovling med huvudet före.* Utgångsläge: se 1 ovan. Dock är händerna böjda i handleden så att fingrarna pekar snett uppåt.

Låt oss nu, när eleverna lärt sig sträckt ryggläge och skovling, gå över till en av de enklaste figurerna.

D. *Baklänges kullerbytta, grupperad.* (Somersault, back tuck; Salto rück värts gehockt).

Utgångsläge: sträckt ryggläge.

Utförande: Knäna dras mot hakan, samtidigt så långt som möjligt mot hakan. Härvid skall underbenen föras i vattenytan, vilket möjliggörs genom att ryggslutet sänkes och skovlingen ökas. I detta läge utföres kullerbytta bakåt, varvid armarna pressas bakåt, uppåt, framåt. När kullerbyttan fullbordats skall underbenen ligga i vattenytan, varefter utgångsläget intas.

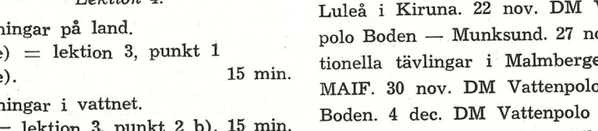
Exempel på övningar denna månad. (Hänvisningssiffrorna avse anvisningarna som ovan).

Lektion 1:

1. Inregistrering av elever 10 min.
2. Orientering om konstsim (Källor: Simsp. nr 6, 7, 9) 10 min.
3. Övningar på land
   a) Kontroll av vriststräckning, raka ben (A3).
   b) Genomgång av sträckt ryggläge (A1)
   c) Genomgång av ställningen "med böjt knä". Kontrollera vinkeln mellan kroppen och överbenet (A4) 10 min.
4. Övningar i vattnet.
   a) Crawl (B1) 5 min.
   b) Ryggcrawl (B2) 5 min.
   c) Kombination 3 crawl + 3 ryggcrawlstag 5 min.
   d) = c till musik t. ex. vals. (Kontrollera mjuk rullning längs kroppens längdaxel vid övergången mellan rygg- och bröstläge). 10 min.
   e) Skovling, kort genomgång på land följd av skovling på stället, med fötterna före och med huvudet före (C1—3) 15 min.
   f) Reservtid. Utdelning av uppgift till lektion 2: träna skovling på stället, crawl + ryggcrawl. 5 min.

Lektion 2:

1. Övningar på land.
   a—c) = lektion 1 punkt 3 a—c.
   d) Träna vriststräckning. Utgångsläge: stå på knäna, vristerna sträckta med översidan av tårna mot golvet, händerna med handflatorna i golvet, armarna lodräta. Utförande: Bensträckning och böjning 5 ggr. efter varandra. 15 min.
2. Övningar i vattnet.
   a—d = lektion 1, punkt 4 a—d jämte kontroll av träningsuppgifterna från lektion 1. 30 min.
   e) Skovling, kontrollera därjämte träningsuppgiften från lektion 1. 25 min.
   f) Reservtid: Uppgift till lektion 3: träna skovling med fötterna före och med huvudet före jämte repetition 2. 5 min.



Figur 3 — Sträckt vrist

Lektion 3:

1. Övningar på land.
   a—d) = lektion 2, punkt a—d.
   e) "Gruppering". Kontrollera benen och huvudets ställning. 15 min.
2. Övningar i vattnet.
   a) = lektion 1, punkt 4 d, individuell träning.
   b) 3 crawltag + 3 ryggcrawltag till musik, parvis träning. Kontrollera samtidighet i armtag, armsträckning, handsättning, vridning kring kroppens längdriktning, bensparken. 20 min.
   c) Repetition av skovling; kontroll av träningsuppgifter. 10 min.
   d) Intag ställning "med böjt knä" på stället. Individuell träning. 10 min.
   e) = d även under förflyttning med huvudet före och med fötterna före. 15 min.

Anm.: Under d) och e) skall rörelsen utföras växelvis med bägge benen.

   f) Reservtid: Uppgift till lektion 4: Träna ställningen "med böjt knä" på stället och under förflyttning. 5 min.

Lektion 4:

1. Övningar på land.
   a—e) = lektion 3, punkt 1 a—e). 15 min.
2. Övningar i vattnet.
   a) = lektion 3, punkt 2 b). 15 min.
   b) Kontroll av uppgifter till lektion 4 jämte ytterligare individuell träning. 20 min.
   c) Baklänges kullerbytta, instruktion jämte individuell träning. 15 min.
   d) Reservtid. Uppgift till lektion 5: Träna baklänges kullerbytta. 5 min.

I nästa nummer återkommer vi med lektionerna 5—8. Är det någon som vill ha ytterligare upplysningar om konstsim eller har några förslag att komma med så sänd dem till Simsport, Sveavägen 29, Stockholm C och Ni kommer att få svar antingen i tidningen om det är något spörsmål av intresse för ett större flertal. I annat fall kommer vi i mån av tid att besvara frågorna per brev.

Set Hjärpe.

Ny simfilm

Sparfrämjandet har med Tonefilms hjälp gjort en perfekt simpropagandafilm efter manuskript av Birger Buhre. Liksom Simfrämjandets film är den i färg och finns i både 16 och 35 mm. Filmens tillskyndare konsulent Bengt Sifversson i Malmö är värd en honnör för sitt verkligt goda initiativ. Simningen har knappast kunnat få bättre propaganda än denna 20-minutersfilm, som lånas ut kostnadsfritt till simklubbarna efter hänvändelse till sparbanken på platsen.

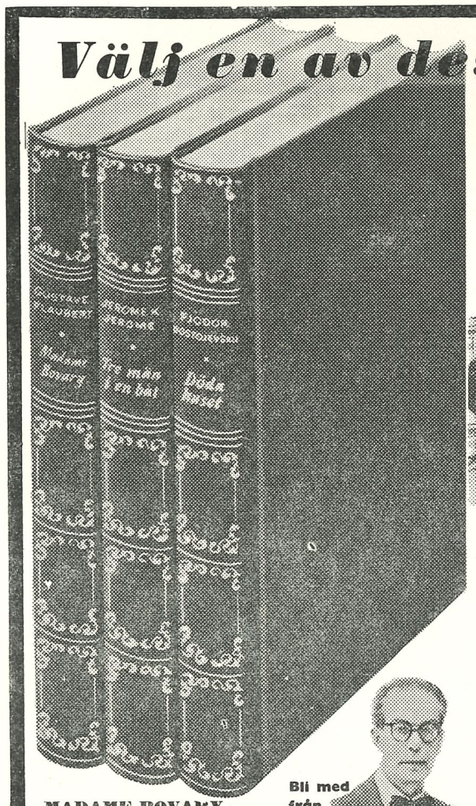
Norrbottens simförbund

Tävlingsdata: 4—5—6 nov. DM för seniorer i Boden. Arr. BBK., 16 nov. DM Vattenpolo Luleå — Munksund. 20 nov. DM Vattenpolo Malmberget — Luleå i Kiruna. 22 nov. DM Vattenpolo Boden — Munksund. 27 nov. Nationella tävlingar i Malmberget. Arr. MAIF. 30 nov. DM Vattenpolo Luleå Boden. 4 dec. DM Vattenpolo Munksund — Malmberget. 11 dec. Klubbtävlingar i Boden samt DM, vattenpolo Boden — Malmberget. 30 dec. Klubbtävlingar i Munksund.

Välj en av dessa 3 böcker

Vi sänder den

GRATIS





Bli med från början och abonnera — Ni får då ett förnämligt bibliotek, som Ni kan vara stolt över!

MADAME BOVARY

Författaren Gustave Flaubert (1821—1880) räknas till en av de yppersta franska stilisterna och hör till naturalismens föregångsmän. I sitt mest berömda verk — "Madame Bovary" har Flaubert skapat ett odödligt porträtt av en kvinna, som flyr verkligheten in i ansvarslösa, erotiska äventyr.

TRE MÄN I EN BÅT

Jerome K. Jerome (1859—1927). Med romanen "Tre män i en båt" vann Jerome framgång och berömmelse. Humorn flödar i denna charmfulla roman om tre vänners roddfärd på Themsen som med sina många upplsuppna och festliga historier får en att skratta av fulaste hjärta.

DÖDA HUSET

Fjodor Dostojevskij (1821—1881). Rysslands store författare stod en räkall vinterdag 1849 framför gevärsmynningarna på en exekutionspatrull, dömd till döden för sina socialistiska sympatier. I sista stund blev han benådad och sänd till ett av Sibiriens många fasansfulla tukthus. Från sitt liv där, tillsammans med mördare, tjuvar och andra kriminella element, har han hämtat stoffet till sin roman "Döda huset", en roman, som är genomlyst av medkänsla för den lidande mänskligheten.

Fil. dr Gösta Attorps — känd och uppskattad litteraturrecensent i Svenska Dagbladet — har valt ut de verk som ingår i Sohlmans Klassikerbibliotek.

Övriga böcker i Sohlmans Klassikerbibliotek under 1960:

Brontë: Svindlande höjder • *Twain:* Huckleberry Finns äventyr • *Gaskell:* Cranford • *Thackeray:* Fåfänglighetens marknad, 2 volymer • *Tjechov:* Noveller • *Voltaire:* Candide • *Boccaccio:* Decamerone • *Dickens:* Pickwickklubben, 2 volymer • *Prévost:* Manon Lescaut • *France:* Sylvestre Bonnards brott • *Aho:* Fiskelycka

Sohlmans KLASSIKERBIBLIOTEK

Pröva själv

För att visa Er hur bra Sohlmans Klassikerbibliotek är sänder vi utan någon kostnad eller förbindelse från Er sida den Ni själv väljer av de tre första volymerna till påseende under 8 dagar. Ni kan i lugn och ro läsa boken och konstatera kvalitén på utförandet och översättningen. Skulle boken ej motsvara Edra förväntningar återsänder Ni den inom nämnda tid och är inte skyldig oss någonting. *Detta är en garanti för att Ni blir fullt belåten!*

Välkomstgåva — provvolymen gratis

Samtidigt reserverar vi en plats för Eder som abonnent på Sohlmans Klassiker och blir Ni — som vi är övertygade om — nöjd med boken och vill abonnera behöver Ni inte göra någonting. Provboken får Ni då behålla utan kostnad som välkomstgåva och det enda Ni förbinder Er till är att välja 6 av de 12 böcker, som utkommer under de närmaste 12 månaderna till förmånspriset 9:75 + oms per volym. Varje kvartal får Ni ett kvartalsprogram med detaljerade uppgifter om författare, böcker och översättare på de böcker som utkommer under kvartalet. Ni behöver ej ta någon bok som Ni möjligen har förut eller ej vill ha.

Det bästa av de främsta

Endast det bästa är gott nog. Sohlmans Klassikerbibliotek har berättarkonstens mästare med sina bästa och mest berömda verk. Endast de bästa översättarna som står till buds har anlitats och böckerna är oavkortade utgåvor, inbundna i mjuka fabléaskinnband, tryckta på förstklassigt papper och till verkligt förmånspris.

Betala ingenting nu!

Först när Ni fått provboken och förvissat Er om kvalitén bestämmer Ni Er. Som Ni finner i förteckningen under böckerna är Sohlmans Klassiker sådana böcker som Ni alltid önskat äga och som Ni och Er familj vill läsa om och om igen. Var med från början och abonnera. Ni får ett förnämligt bibliotek, som Ni kan vara stolt över och saknar aldrig en bra bok att läsa!

Beakta förmånserbjudandet — sänd kupongen i dag. Ni får boken omgående!

Förmåns-erbjudande:

BESTÄLL ER GRATISBOK NU!

Till SOHLMANS FÖRLAG Box 9053, Stockholm 9

(I Finland till Örnförlaget, Box 7029, Helsingfors.)

Sänd mig GRATIS den bok, som jag nedan markerat med ×. Har jag ej återsänt den bok jag rekvirerar inom 8 dagar önskar jag bli abonnent och förbinder mig att inom de närmaste 12 månaderna välja 6 av de utkommande böckerna men äger rätt att förvärva samtliga volymer som ingår i Sohlmans Klassikerbibliotek till förmånspriset 9:75 + oms i fabléaskinnband. Provboken får jag då som välkomstgåva och övriga böcker förbinder jag mig att betala inom 8 dagar efter mottagandet.

V. g. sänd mig som provbok:

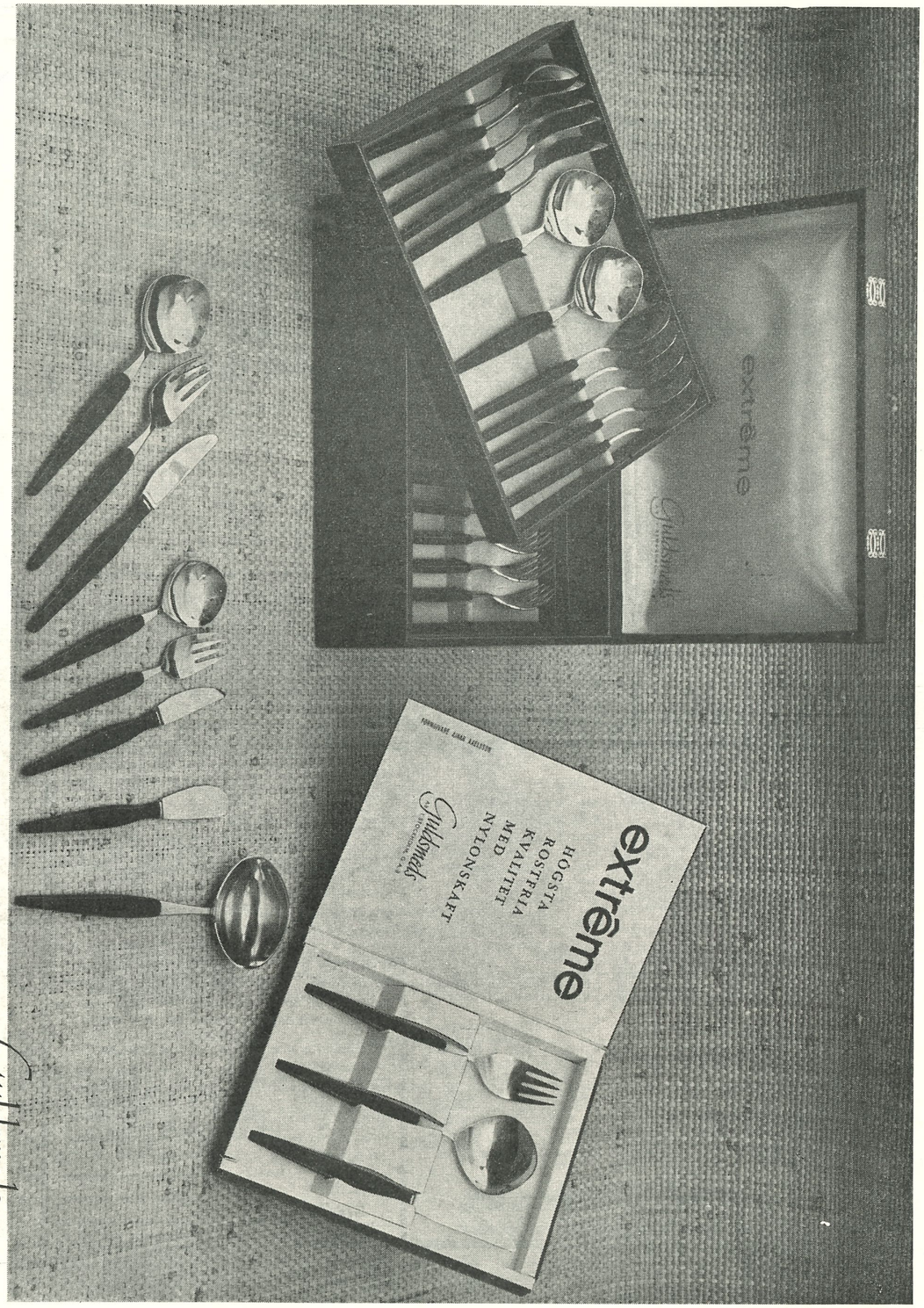
☐ *Flaubert:* Madame Bovary
☐ *Jerome:* Tre män i en båt
☐ *Dostojevskij:* Döda huset

Namn: .....

Adress: .....

Postadress: .....

Postas i öppet kuvert, frankerat med 15 öres frimärke.



FÖR STIL OCH KVALITET

Guldsmeds AB I STOCKHOLM, G.A.B.

Södertörns Tryckeri AB 1960

Simsport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET





11 NOV. 1960 - ÅRGÅNG 15