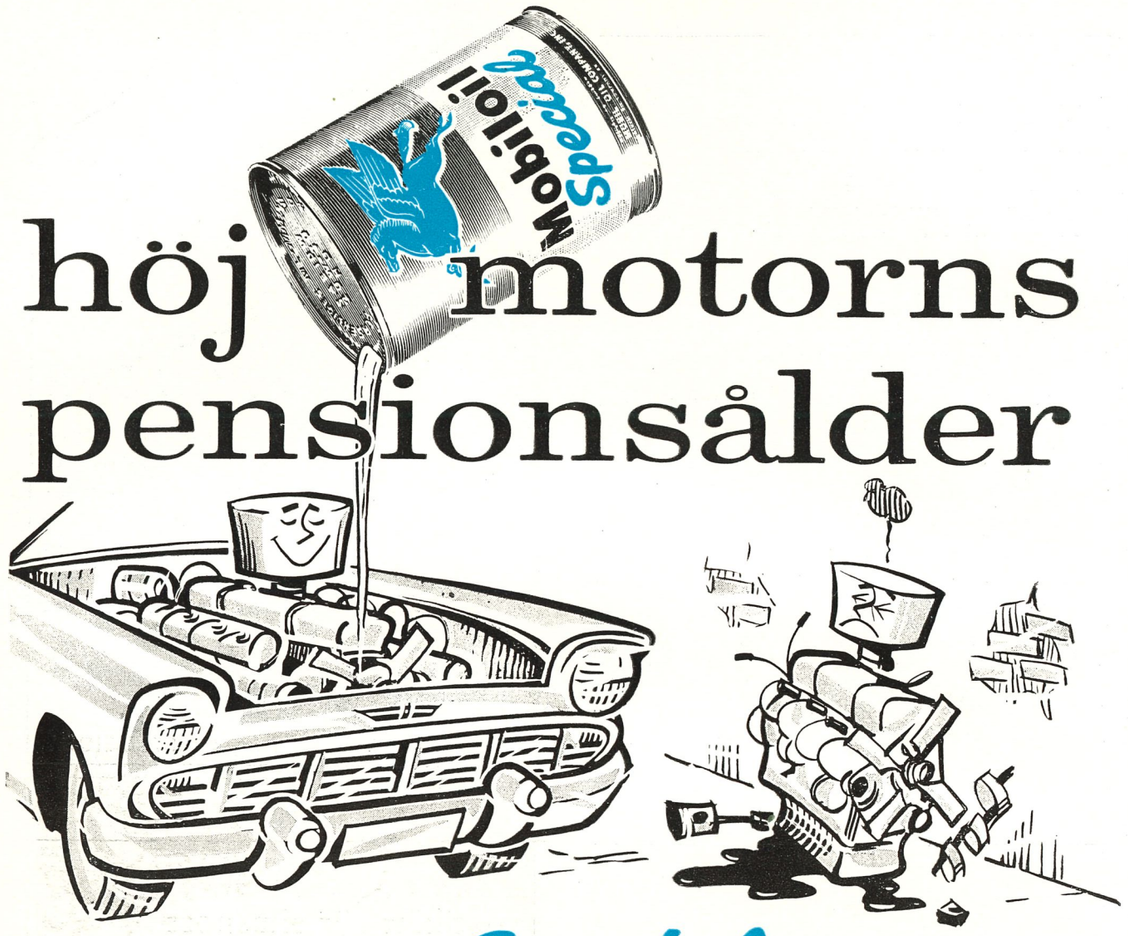
höj motorns pensionsålder



Mobiloil ***Special***

håller motorn yngre längre

Många ovänner vill göra livet surt för Er motor. Mobiloil Special neutraliserar dem alla. Den har en livsförlängande skyddsverkan.

- **Mobiloil** ***Special*** skyddar redan från starten — även i mycket sträng kyla — alla vitala delar i Er motor.
- **Mobiloil** ***Special*** eliminerar den frätande korrosionen som uppträder innan motorn nått arbetstemperatur.
- **Mobiloil** ***Special*** klarar också höga temperaturer och ogynnsamma arbetsförhållanden utan att svikta.

Det ligger 92 års erfarenhet i petroleumbranschen bakom Mobiloil Special och dess egenskaper. Det är oljan som lägger år till Er motors livslängd.

rätt olja **Mobil** året runt

Affärstryck/Engwall & Strålhe AB, Sthlm 1958

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



3

MARS 1958 · ÅRGÅNG 13



vi går vidare...

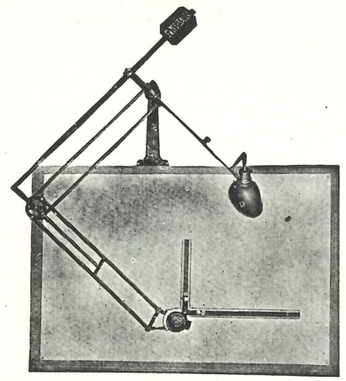
Från årsskiftet har vi ytterligare
utvidgat med en ny avdelning, EOS-Reklam,
som tar hand om Era trycksaksproblem.
Vi har nu reklam, boktryck, offset, rit- och
kontorsmateriel inom samma företag
och hoppas med detta kunna bjuda Er
den bästa service under 1958.

ENGWALL & STRÅHLE AKTIEBOLAG

AFFÄRSTRYCK

EOS *Reklam*

Telefon växel
23 13 55



Vänd Eder till
vår ritmaterielavdelning
när det gäller

RITBORD · RITAPPARATER
LJUSKOPIERINGSMASKINER
LJUSKOPIERINGSPAPPER · KALKÉRVÄV
KALKÉRPAPPER · RITNINGSTRYCK

ENGWALL & STRÅHLE AKTIEBOLAG

Sveavägen 35—37 · Stockholm 3 · Telefon 23 13 55 växel

SIMSPORT

MEDDELANDEN FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
SVEAVÄGEN 29 · STOCKHOLM
POSTGIRO: 524 94

Nr 3 · 1958 · Årgång 13

Redaktör och ansvarig utgivare:
HENRY RUNSTRÖMER

Telefon:
REDAKTÖREN 10 61 92

ANNONSER
11 53 04, 10 01 53

ANNONSCHEF CURT LUNDGREN 23 13 55

KUNGÖRELSER 10 63 92

Prenumerationspris: kr. 10:— halvår kr. 5:— för 1958
I utlandet kr. 15:— för helår

Otacksamt jobb?

Det ställs mycket stora krav på en funktionär eller en domare. Hela vår simsports utveckling och anda beror på hur tävlingarna handhas. En tävling måste ge ett fullt rättvist utslag och få en riktig bedömning i tekniskt avseende. Om så inte är fallet tappar de tävlande lusten och deras olust smittar av sig på åskådarna, som snart ägnar sitt intresse åt något skojigare i stället.

Funktionären skall vara oväldig

Gå till uppgiften med ödmjukt sinnelag.

Kom ihåg att Du inte är ofelbar, men sträva efter rättvisa i Ditt utslag. Men man måste ställa upp samma krav för funktionären, som för domaren i det allmänna livet: HELLRE FRIA ÄN FÄLLA.

Funktionären måste vara *oberörd av varje yttre inflytande.* Rop från simmare och åskådare, prat och påståenden från närstående får inte påverka Ditt beslut. Endast Din inre övertygelse får påverka beslutet.

Funktionärens beslut är *som regel utan apell.* Ja, detta är nödvändigt, annars skulle det bli kaos. Vår förmåga att klart och säkert iakttaga händelser och behålla dem i minnet är nämligen så ofullkomlig att man nog kan uppbringa lika många vittnen som det finns möjligheter att lösa ett problem. Detta ”utan apell” gör vårt ansvar så mycket större. Känner Du med Dig att Du inte går i land med uppgiften, så avstå hellre.

Som jag ser saken kan man särskilja tre funktionärsuppgifter. Måldomaren och tidtagaren, längdräknaren och växlingskontrollanten skall endast *fastställa fakta.* Hoppdomaren ska *bedöma utförd prestation.* Mellan dessa två uppgifter stå en tredje, en kombination. Bandomaren, vändningskontrollanten, startern skall dels fastställa fakta men också bedöma prestationen (felaktig eller riktig).

Omslagsbilden visar de australisk-lettiska simmarsyskonen John (15 år) och Ilsa (13 år) Konrads i färd med lunchdisken som omväxling till världsrekordputsningarna. John är 175 cm och väger 72 kg, Ilsa 165 cm och väger 53 kg. De två unga fenomensimmarna bor i Bankstown.

Tävlingskalender

Mars
29—30 Sverige—Östtyskland i hopp: Arrangör: Simklubben, Göteborg

April
2 SM på 800 m frisim: Arrangör: S 02, Göteborg
12—13 JSM. Arrangör: Malmöalliansen
26—27 Sverige—Västtyskland i hopp. Arrangör: Malmöalliansen

Juli
1—10 Bad Kissingen: Int. simhopparläger
12—13 NJM. Arrangör: Kalmar SS
12—13 Planerad pololandskamp i Växjö
19—27 JDM, DM, Norrlandsmästerskap
22—29 Mullsjö: Träningsläger i hopp
20 Int. tävlingar i Varberg

Augusti
1—3 SM i simning och hopp. Arrangör: Tunafors SK, Eskilstuna
9—10 Sverige—Finland—Italien. Arrangör: SK Laxen, Halmstad
16—17 SM i komb. höga hopp. Arrangör: Bollnäs GIF
17 SM i livräddning och 1500 m frisim. Arrangör: Linköpingsalliansen
21 Sverige—Spanien i polo. Arrangör: Malmöalliansen
23—24 Landskamp Rumänien—Sverige i Bukarest

September
31/8—6 Europamästerskapen i Budapest

Oktober
11—12 Planerad landskamp Sverige—England

November
1—2 SM inomhus. Arrangör: SK Neptun/SKK
16 SM-serien i vattenpolo avslutas
30 50-mannasimning i Stockholm

Vilket av funktionärsjobben är svårast? Det är nog lika svårt att klara ut det. Omständigheterna spelar stor roll. Jag skulle dock sätta som svårast att i en sprinterfinal klara ut placeringarna, då alla simmare går ”in” inom en sekund eller kortare tidrymd. I en längre simning med utspridda deltagare är måldomarjobbet det enklaste.

Funktionären skall kunna placera sig rätt i rätt ögonblick. En sned synvinkel (t. ex. vid målkaklet) ger inte riktigt resultat.

Du måste öva Dig som funktionär, tills Du fått den erforderliga rutinen. Hur väl man än kan teorin, är det ju i praktiken, som Dina simmande kamrater kommer med i vattnet. Men repetera de aktuella reglerna före en tävling.

En funktionär måste genom ett bestämt uppträdande bevisa, att det han eller hon beslutat är det riktiga. Diskutera aldrig domslut öppet under själva tävlingen. Skulle det ha begåtts ett fel (vilket måste hända förr eller senare, då ingen är ofelbar) så finns det möjligheter att rätta till detsamma på ett ärligt sätt.

Kom så ihåg till sist: *Prestationen — inte personen — skall bedömas! Försök inte vara alla till lags — det går inte alls!*

Rune Öjdal.

Föda — Stimulantia — Vila — Arbete

Av med. lic. Per Strömbäck.

Manipulationer med maten för att stegra den fysiska prestationsförmågan har förekommit i alla tider och har säkert sina rötter i allsköns vidskepelse och magi från tidernas begynnelse. En gång i tiden åt männen pulveriserade eller malda lejonhjärtan för att erhålla extra styrka. Och liknande förfaringssätt förekommer säkerligen fortfarande hos primitiva folkslag. Under lång tid trodde man att kraftiga muskulära aktioner krävde förtärandet av stora födoämneskvantiteter och så sent som under 19:e århundradet gav Liebig i viss mån medicinskt underlag till denna tes genom att påstå att under kroppsrörelse konsumeras muskelsubstans. Han framhöll att alla undersökningar tydde på att den levande muskeln reducerades i proportion till kroppsrörelsens kvantitet och kvalitet. Vetenskapliga kontrollundersökningar har emellertid visat att även de mest avancerade kroppsliga påfrestningar ej på något sätt är förknippade med förlust av kroppsvävnad — alltså kvävehaltig vävnad.

Tanken att kött var den lämpligaste födan för idrottsmän var emellertid ihållande — väl beroende på Liebigs stora prestige — att åtskilliga år gick innan doktrinen "kött för muskulärt arbete" föll.

I början av 1900-talet — då den moderna idrotten mer eller mindre grundlades i England hade man även en del andra konstigheter för sig. Det var sålunda mer eller mindre obligatoriskt för idrottsmännen att börja träningen med en serie kraftiga lavemang för att avlägsna de "giftiga slaggprodukter" man hade i magsäck och tarmar. Först efter en dylik reningsprocedur skulle föda tillföras och då lämpligen i form av halvrått kött (rostbiff), bröd och lätt öl. Det kan i detta sammanhang vara av intresse att läsa vad Drummond och Wilbraham har att berätta. Oxfordlaget på 60-talet tränade på en diet av mindre välstekt biffkött (rostbiff) eller fårstek, bröd, té och öl. Ev. fick man ett litet tillskott av sylt eller vattenkrasse som kvällsmat. Klara direktiv förelåg att några grönsaker absolut inte fick förtäras. Cambridgelaget hade å andra sidan inga restriktioner i matväg och man vet att pojkarna förtärde grönsaker och till och med frukt. Åren 1861—1869 visade en obruten segerrad för Oxford. Åhörarna må göra sina egna reflexioner om kostens betydelse.

Under de senaste åren har kostproblemen av och till varit uppe till diskussion, även ur direkt vetenskaplig synpunkt. Av intresse är vissa teorier som hösten 1956 framförts av ett amerikanskt forskarteam som speciellt intresserade sig för idrottsmännens nutritionsproblem. De framhåller att dietens effekt kan studeras ur två synvinklar, den psykologiska och fysiologiska.

Psykologiska synpunkter

Beträffande den psykologiska delen påpekar de att väldigt mycket fortfarande är okänt beträffande idrottsmännens psykiska status inför en tävling. Hur man än vrider och vänder på problemet måste vederbörande vara i psykisk högkondition för att kunna utföra de topprestationer man fordrar av honom fysiskt. Som en detalj i idrottens mentalhygien, om man nu får använda det ordet, spelar säkerligen födoämnestillförseln en icke oväsentlig roll. Som signifikant för manlig kraft och styrka är det påtagligt att det symboliska förtärandet av mer eller mindre rått kött måste spela en viss roll.

Under en träningsperiod är det självklart att idrottsutövaren måste avstå från många nöjen och därför ligger det nära till hands att han behöver "tillfredsställas" — belönas på annat sätt. En del av det behovet kan givetvis ske just i födoämnesvägen. Vi har vid flerfaldiga tillfällen här i landet diskuterat de metoder som Sovjets ledare och tränare använder för att få ut maximal prestation av idrottsutövande.

När Svenska Brottningsförbundet häromåret hade besök av de ryska brottarna märktes det klart och tydligt vilken stor betydelse de ryska tränarna tillmätte exklusiv kost. Rostbiff, kyckling etc. stod på matsedeln som frukost, lunch, middag och kvällsmål.

Fysiologiska synpunkter

Av speciellt intresse är födoämnestillförseln just i anslutning till tävlingstillfället.

Idrottsutövaren befinner sig givetvis före och under tävlingen i ett uttalt stresstillstånd. Det ger sig ofta tillkänna i form av magbesvär av alla möjliga slag, till och med illamående, kräkningar och diarré. Om maten tas in alltför nära en tävling är det fara värt att därigenom ett ytterligare obehag uppkommer. En klok regel är säkert att man ej bör äta senare än 3 timmar före tävlingstillfället och då endast lätt digerebara kolhydrater. — Jag hörde till exempel att Gus Eriksen ställde upp 4 timmar som gräns.

A e r o b förbränning — med tillförsel av syre.

A n a e r o b förbränning — en syrefri förbränning, där de kemiska processerna slutar med en mjölksyreanhopning i muskeln.

Med hänsyn till energiförbrukningen kan man t. ex. i fri idrott skilja på 4 olika typer idrottsgrenar:

1. Individuella idrottsgrenar med mycket kort varaktighet, t. ex. höjdhopp, kula,
2. Sprinter och häcklopp,
3. Mellandistans,
4. Maraton.

Energibehovet för dessa olika klasser är något skiljaktig.

Vid ett kortdistanslopp, t. ex. 100 yards, är syrebehovet över 6 liter. Eftersom den mänskliga cirkulationsapparaten endast maximalt orkar med 4 à 5 liter syre per minut är det tydligt att musklerna är kapabla att arbeta och producera energi under en begränsad tid i avsaknad av syre. Det sker genom nedbrytning av glykogen till mjölksyra. Den processen fortsättes till en punkt då reaktionen inte längre är möjlig. Det syre som behövs för att bygga upp den dificit som föreligger kallas för syreskulden. Den kan uppgå till uppåt 16 liter. Under återhämtningsfasen måste alltså syreskulden minskas, och det kan ske på kortare eller längre tid. Ur praktisk synpunkt kan man säga att om en idrottsman arbetar med en sådan intensitet att han behöver t. ex. 8 liter syre i minuten kan han utföra ett dylikt arbete bara i 4 min. emedan han då kommer upp till syreskuldtröskeln på c:a 16 liter. Bromsen för rekord på sträckorna blir helt avhängigt av syreskuldtröskeln.

Det måste påpekas att människokroppen inte är kapabel att ta upp 4 liter syre per minut under lång tid. Vid mycket långvariga arbetsprestationer sänks förmågan att ta upp syre till c:a 1 liter i minuten. Och då minskar givetvis också syreskulden som behöver ersättas.

Återhämtningsfasen

Ur praktisk synpunkt innebär detta alltså att återhämtningsfasen är proportionellt mycket stor vid sprinterlopp, mindre stor vid medeldistanslöpning och praktiskt taget obefintlig vid långvariga påfrestningar då jämvikt råder mellan syrebehovet och syreupptagning.

Det kan tyckas som om födoämnestillförseln beträffande de tre första kategorierna skulle vara utav underordnad roll medan den energimängd som användes är relativt liten. I den 4:e kategorien är emellertid födoämnestillförseln av en relativt större betydelse. Innan vi tittar på de olika födoämnenas betydelse må det vara av intresse att några synpunkter framlägges.

Marrack har några visa ord att säga på denna punkt. Han påpekar att topprestationer i idrott inte så mycket beror på den energimängd som musklerna kan producera och hastighet med vilken denna produktion sker utan ännu mera på den skicklighet varmed denna energi användes. Det är något som mången glömmer. Man har gjort flera undersökningar för att studera i vad mån en mer eller mindre exklusiv diet har avgörande betydelse. Evad det gäller mänskliga försökspersoner har man av praktiska skäl ej kunnat genomföra en konsekvent dietomläggning under tillräckligt lång tid för att kunna dra några säkra slutsatser. I en del djurförsök har man emellertid haft möjlighet att göra mera ingående undersökningar och studerat fysiologiska faktorer som puls, temperatur, blod, i synnerhet variationerna av blodsocker, mjölksocker, ketonkroppar etc.

Man har präglat termen prestationsförmåga som beträffande den muskulära aktiviteten är ett tekniskt uttryck för energiåtgången vid mekaniskt arbete.

Keys har lanserat tre sätt beträffande vilka en speciell diet kan påverka den muskulära prestationsförmågan. De är:

1. Återställande av behovet av energigivande födoämnen.
2. Underlättandet av de energigivande reaktionerna.
3. Neutraliserandet av de fysikaliskt kemiska förändringarna i kroppen som man uppfattar som trötthet.

Man skulle givetvis även kunna taga med en fjärde sak, och det är i vad mån dieten påverkar den fysiska prestationsförmågan genom att reducera eventuella fett-depåer. Ett överskott av fett ger automatiskt ett ökat krav på energiförbrukning.

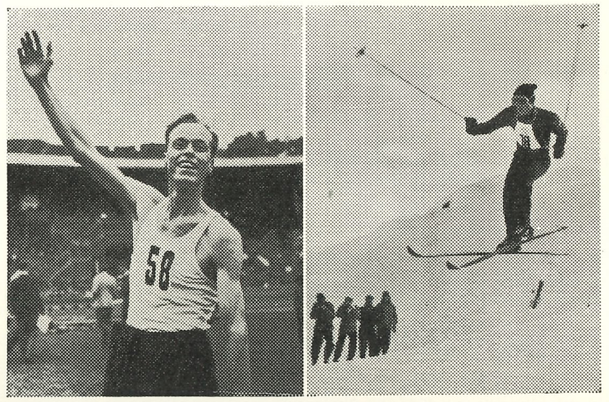
Beträffande den första gruppen gäller födoämnesbehovet för muskelarbetet främst kolhydrat men även fett och till en mindre grad äggvita.

Vitaminer i förgrunden

Beträffande den andra gruppen kommer här vitaminerna framförallt i förgrunden eftersom de mer eller mindre accellererar ämnesomsättningsproceduren i kroppen. Eftersom trötthet uppfattas att vara en manifestation av fysiologiska förhållanden som uppkommer genom excessiva muskelarbeten faller faktoren som kan påverka detta förhållande inom gruppen nummer 3.

Och slutligen beträffande grupp nr 4 kan man säga att det måste råda en viss balans mellan den energimängd som går åt för ett kraftigt arbete och den mängd föda som intas från dag till dag. Där finns emellertid en liten detalj som man måste hålla i minnet. Man kan aldrig bedöma en idrottsmans kroppsvikt enbart med hänsyn till längd och ålder. Wellham och Benke undersökte 25 idrottsmän och fann på basis av de tabeller som användes av försäkringsbolagen att 17 föll inom kategorien "överviktiga". När undersökarna sedan studerade specifika vikten på dessa 17 fann man att av dem som på något sätt kunde karakteriseras som för tjocka, 11 st hade hög specifik vikt. Det visade sig att dessa, som man trodde alltför tjocka idrottsutövare, egentligen hade en relativt låg halt av fett och en proportionellt större kroppsmassa utan fett. För att alltså bedöma frågan om en idrottsman är överviktig eller inte fordras det att mäta spec. vikten. Man har satt en specifik vikt på 1.060 som gränsen mellan tjocka och icke tjocka kategorier.

Idrottsboken 1958



Idrottsboken 1958 har kommit. Lennart Brunnhage och c:o sviker inte parollen bättre och bättre ... Boken är som vanligt späckad med årets fotofullträffar och här ovan ser Du t. v. världens främste medeldistansare under året, Dan Waern, och vår coming man i brantåkning, Lennart Fotmeijer.

Stegrade prestationer — högre längre, fortare, starkare — skrämmer måhända stundtals, men en mänskligare kraftkälla "klokheten" har på nytt börjat segra över robotinstinkt och självplågeri. Dessa tendenser skymtar i IDROTTSBOKEN 1958, främst då Birger Buhres artikel, vilken förvånansvärt klart avslöjar systemet och tanken bakom Australiens sensationella simframgångar under Melbourneolympiaden. Resultat som sedan ytterligare förbättrats och än mera bevisar träningsmetodernas riktighet.

SVEN-ULF PETTERSSON har med IDROTTSBOKEN 1958 fullbordat sin fjortonde årgång som huvudredaktör och har som närmaste man och bildredaktör den nya kraften BOSSE KARLMANN. I medarbetarlistan finner man som vanligt bekanta toppskribenter och fotograferna landet runt konkurrerar energiskt med sina bästa kameraskott. 864 idrottsutövare samt klubbar presenteras, 837 bilder har utvalts bland c:a 10.000. Och det hela blir närmare 500 laddade sidor om det gångna idrottsåret som måhända idrottshistoriskt blir ett av de mest minnesvärda. Simmaråret 1957 skildras av Simförbundets generalsekreterare Henry Runströmer.

Kolhydrat — 4,1 kcal per gram

De amerikanska undersökarna har funnti att om kolhydrat fanns tillgängligt i vävnaderna är det det som huvudsakligen använts för det muskulära arbetet. Först när kolhydratreserverna förbrukats nedbrytes fettet.

Fett innebär c:a 9 % större energiförbrukning än kolhydrat.

Vid förlängd fysisk aktivitet kan ett säkert samband observeras mellan trötthetssymptom och en sänkning av blodsockret. Om socker ges i sådana fall försvinner symptomen och arbetskraften återvänder.

Christiansen och medarbetare tror att effekten av det sålunda givna sockret har sin huvudsakliga effekt genom ett neurofysiologiskt fenomen och ej direkt genom en ämnesomsättningspåverkan på muskulaturen. Den respiratoriska kvoten kan fortsätta att falla till och med om blodsockret stiger och trötthetssymptomen försvinner.

Simonsson och medarbetare har vid sina undersökningar ej kunnat påvisa samband mellan trötthet och förändringar i blodsockret. Man kan nog mest uttrycka det som att trötttheten icke alltid åtföljes av blodsockersänkning medan däremot blodsockersänkning mycket ofta kombineras med trötthet.

Socker före tävling?

Vad betyder då socker taget omedelbart före en tävling?

Det är klart att vid en mycket långvarig arbetsbelastning kan sockerresurserna tömmas och sänkning av blodsocker inträffa, men om man tror att en särskild sort av näringsämne kan ges för att skapa en maximal kraftexplosion har man grundligt misstagit sig. Abrahams berättar att det är alldeles sant att han har gett socker till idrottsutövare för att därigenom mer eller mindre intala dem att prestationsförmågan ökar. Och den har också ökat. Förklaringen är helt enkelt den att det spelar mindre roll vad vederbörande får. Huvudsaken är att han tror på vad han får. Ur den synpunkt kan man mycket väl tänka sig att ge fullständigt overksamma preparat och därmed nå maximal effekt.

Man har i USA på simmare undersökt i vad mån en exklusiv kolhydrattillförsel spelar någon roll, men absolut inte funnit något signifikativt. Dessa undersökningar korresponderar väl med undersökningar som gjorts på GCI där man låtit försökspersoner utföra tungt arbete och funnit att till och med på fastande mage utföres arbetet likartat.

C:a 300 g kolhydrat i form av glykogen i muskler och lever.

Fortsättningskurs för simlärare

För utbyte av erfarenheter, överläggningar och för demonstrationer av de senaste rönen på simundervisningens område anordnar Simfrämjandet i samarbete med Skolöverstyrelsen den 15—18 maj 1958 en kurs i Stockholm eller dess närhet. Till kursen inbjuds i första hand personer, som leder simlärarkurser eller önskar kvalificera sig för den uppgiften.

Kursens program, som ännu inte är utarbetat i detalj, blir i huvudsak av teoretisk natur. Utöver de mer eller mindre självklara programpunkterna kommer kursen också att ägna uppmärksamhet åt bedömning av simhopp och åt tävlingsreglerna med praktiska övningar häri.

Deltagare från orter utom Stockholm får ersättning för resorna enligt gängse normer och därjämte kost och logi eller skälig ersättning härför. Vikariatersättning kan däremot ej påräknas.

Ledare för kursen blir gymnastikdirektör Börje Tolgfors, Karlstad. Ansökningshandlingar rekvireras från Simfrämjandet, Sveavägen 29, 4 tr., Stockholm, före mars månads utgång. Ansökningstiden utgår den 10 april 1958.

Stockholm i februari 1958.

RIKSFÖRENINGEN FÖR SIMNINGENS FRÄMJANDE
S. Wallbom

Christensen och medarbetare — skaffa kolhydratdepåer under de sista 3 à 4 dagarna före tävlingen och spara depåerna till tävlingen.

Fett — 9,3 kcal per gram

Passiv roll i ämnesomsättningen så länge kolhydrat finns tillgängligt blir fettdepåerna intakta.

Äggvita — 4,1 kcal per gram. Behov 1 gr (kg kroppsvikt) 24 t.

Zuntz och medarbetare har visat att äggvita ej normalt förbrukas som förbränningsmaterial vid arbete. Mera psykologisk än fysiologisk betydelse. Behovetstörre när musklerna växer.

Beträffande äggvitetillförseln föreligger nya amerikanska undersökningar av YAMAJI, som har studerat ett stort antal försökspersoner under intensiv träning. Det skulle föra för långt att här i detalj gå in på dessa undersökningar. Han har emellertid funnit att under kraftig träning sjunker blodfärgämnet och blodäggvitan men att denna sänkning kan kompenseras genom en hög halt av äggvita i födan. Yamaji säger att under hård träning ackumuleras äggvita i muskulaturen på bekostnad av blodets äggviteämnen. Hans undersökningar befinner sig emellertid i ett begynnelseskede och det kommer att följas upp med nya stylier.

Vitaminer

Det står f. n. ställt utan tvivel att B-vitaminer är utomordentligt viktiga för at påverka de energigivande processerna som äger rum vid förtäring av kolrydrat och fett. Emellertid har man inte funnit att utomordentligt höga doser av B-vitaminer ger någon högre kapacitet.

B-vitaminer — vetebröd, havre råg, kol, potatis, mjölk jäst, svinkött.

C-vitaminer — grönsaker, pototis, nypon.

Salt

2—3 gram koksalt behövs för att ersätta varje liter svett. Salttabletter otrevliga ta. Bättre då med dryck!

Kaloribehov

För en vuxen människa är energiproduktionen under vila 1 kcal per kg kroppsvikt och timme. Hos små barn större, hos äldre mindre. Energiproduktion per m² kroppsyta c:a 40 kcal per m² och timme.

En man på 20 år, som väger 80 kg och är 180 cm lång: 80×24=1920 kcal.

Tungt kroppsarbete c:a 5—6.000 kcal. OS/Berlin c:a 7.000 kcal/medeltal.

Passmore och Durnin har studerat kaloriåtgången i olika idrottsgrenar i olika intensitetsgrader. Tyvärr har jag inte de intressanta tabeller, som skulle kunna illustrera den saken. Enligt litteratur från USA har de funnit att det föreligger en tydligt större energiförbrukning per minut då man åker skidor i moderat fart med normalt glid än då man simmar med en hastighet av 55 yard i minuten.

Propagera för
SIMSPORT
bland
vänner och bekanta

Djursholms Idrottsförening

Initiativrik småklubb i storstaden

Text och foto: Gösta Zellén.

Då vi i förra numret av "Simsport" inledde vår besöksserie hos landets simklubbar förlades premiären till storklubben Tunafors SK. Nu har vi hälsat på hos den lilla men mycket lovande juniorklubben Djursholms IF. DIF är väl kanske mest känt för sina goda moderna femkampare och fina cyklister. Övriga sektioner är bandy, fotboll, ishockey, skidor, basketboll och orientering. Simsektionen är egentligen den äldsta, då den stiftades redan 1906. På den tiden hette moderföreningen IFK Djursholm. Denna lierade sig dock 1943 med lokalkonkurrenten Djursholms IS, varvid namnet Djursholms IF antogs. Antalet medlemmar är f. n. 55 varav de aktivas antal uppgår till 50. 65 % därav tillhör damsektionen. Djursholms IF är en av de många förortsklubbarna i huvudstaden, vilka många gånger får föra en tynande tillvaro i storklubbarnas skugga. Man ser dock ganska ljust på framtiden i Djursholm och det med all rätta.



Lennart Forsström, ordförande i Djursholms IF:s simsektion instruerar den 12-åriga talangen Britt Marie Dillner i Vasabadet.

SM-final sporrar

Kerstin Mangård är namnet på klubbens just nu klarast lysande stjärna. Vid sin SM-debut i Göteborg 1957 lyckades hon nå en hedrande åttondeplacering på damernas 100 meter bröstsim. Vid sommarens SM i Varberg kunde Kerstin på grund av sjukdom inte kvalificera sig. När det så blev JSM-dags i Boden i höstas återfanns dock Kerstin i toppen igen och kämpade sig fram till en sjätteplats. I övrigt kan man räkna med att Kerstin i år kommer att pressa sina personliga rekordtider ytterligare och hon blir kanske den flicka som först bryter den för svenska förhållanden tydligen så svåra 3-minutersvallen. Hennes rekord på 3.07,9 är ju tecken på att detta mål inte är så avlägset. Även 100-metersnoteringen 1.28,7 är bland de bästa på Sverige-listan.

Träning i Vasabadet

Vasabadet heter Djursholms trivsamma men något korta inomhusbad. Bassängen mäter blott 12½ meter. Men skriv upp att det är liv och rörelse i denna på träningskvällarna. Instruktör är sedan 1947 Lennart Forsström. Skall något sägas om denne simälskare och stilfinslipare så är det "eldsjäl ut i fingertopparna". Lennart är mannen bakom framför allt Djursholmsgrabbarnas stora "poänghåvning" vid de årligen återkommande skolsimningarna i Stockholm. Måndagar och onsdagar, när DIF har klubbträning, skvalpar böljorna särskilt högt i Vasabadet. Sommartid håller man till i trivsamma Ösbysjön blott ett per stenkast från inomhuspoolen.

När vi känner Lennart litet på pulsen angående de största löftena för närvarande, får vi veta: Claes Göran Bergström 15 år med fina 1.05,0 på 100 m fritt och 28,2 på halva distansen. Lars Isacsson, även han 15 år, med 1.05,6 och 28,5 som bäst. På "spinnsidan" märks Marianne Ohlsén, född 1943, som förutom at hon på 100 meter presterat 1.18,0 även är mycket energisk sekreterare i sektionsstyrelsen. Kerstin Lundqvist, 14 år, 50 meter bröstsim på 40,8 och 100 m på 1.29,0. Personligen tror Lennart Forsström också mycket på 12-åriga Britt Marie Dillner.

Finlandsresor

Djursholms IF är internationell i sitt klubbmatchande. Orsaken därtill är faktiskt ganska originell. Sommaren 1953 härjade paratyfusen med all kraft i Stockholm med påföljd att alla bad stängdes. Lennart Forsström, vilken f. ö. är ordförande inom DIF:s simsektion, skrev då ett brev till Finska Simförbundet med förfrågan, om inte detta kunde vara behjälpligt med att finna en klubb av DIF:s standard för ev. utbyte. Valet föll på Ekenäs Simsällskap. Ekenäs är en ort som ligger ungefär halvvägs mellan Åbo och Helsingfors. Debutmatchen hölls 1953 i Ekenäs, varvid värdarna var ofina nog att lägga beslag på slutsegern. Sedan dess har dock Djursholmarna segrat i den årliga simmatchen. Resorna finansieras huvudsakligen genom glassförsäljning i Ösbybadet på somrarna. Eventuellt felande belopp betalas av simmarna själva. Initiativet till denna klubbmatch med åtföljande finlandsresa vart annat år kanske kan ge andra svenska småklubbar med reseönskemål en liten vikt. Bland övriga arrangemang på klubbens program kan nämnas den årligen återkommande eldfesten i Ösbybadet. Vintertid tävlas det numera i en serie mellan Stockholms förortsklubbar, Sundbyberg, Solna, Nynäshamn, Mälarhöjden, Långsjö, Delfinen, Ängby och Djursholm. I skrivande stund leder för övrigt djursholmarna om med en knapp poäng före Sundbyberg.

På önskelistan

1. Utbyggnad av Vasabadet till 25-metersbassäng.
2. Utbyggnad av Ösbybadet till 50-metersbana i stället för planerade 33.

3. Ökat publikintresse med större anslutning vid klubbens tävlingar i Ösbybadet.
4. Ökat stöd från Stockholms Simförbund.
5. Utökat samarbete med övriga förortsklubbar.
6. SM-medaljör som skulle öka intresset från de aktivas sida till ännu intensivare träning.

Klubbrekorden

Herrar:

50 m fritt	Claes Göran Bergström	28,2
100 m fritt	Claes G. Bergström	1.05,0
50 m bröst	Alf Hardtman	36,5
100 m bröst	Alf Hardtman	1.19,5
50 m rygg	Lars Isacsson	35,1
100 m rygg	Per Sabelström	1.16,3
400 m fritt	Per Sabelström	5.29,3

Damer:

50 m fritt	Molly Knockenhauer	33,8
100 m fritt	Molly Knockenhauer	1.17,1
50 m bröst	Kerstin Lundqvist	40,8
100 m bröst	Kerstin Mangård	1.28,7
200 m bröst	Kerstin Mangård	3.07,9
50 m rygg	Agneta Huldt	40,8
100 m rygg	Agneta Huldt	1.29,8
400 m fritt	Molly Knockenhauer	6.16,3

Danskarna ber om vilopaus

Köpenhamn vågar under nuvarande styrkeförhållanden inte möta Skåne i simning. Så det traditionella mötet, som alltid brukar gå i slutet av mars, har uppskjutits på obestämd tid och man vet inte när det kan återupptas igen.

De sydsvenska pojkarna och flickorna är helt enkelt för starka för köpenhamnarna. Framför allt gäller det i damernas fri- och bröstsim, anser man i "Kongens By".

— När vi på förhand vet att vi kommer att bli utklassade, så har kampen inte något som helst sportsligt intresse, säger ordföranden i KSU Sejerslev.

Köpenhamnarna själva räknar med att avbrottet blir kortvarigt då man har flera lovande ungdomar som man hoppas snart skall vara klara för stora uppgifter.

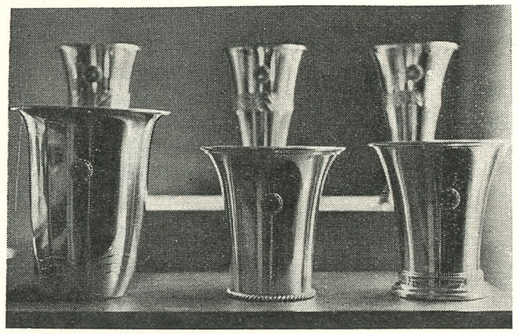
Kiruna simhall invigd

Kiruna nya simhall invigdes den 15 mars av landshövding Näslund, och dagen efter var det premiärsimningar. 1.000 personer trängde man in, och nästan lika många fick vända om. På 200 m bröstsim satte Lars Gunnar Alm, Luleå, nytt distriktsrekord med 2.48,6 — nära 3 sek. bättre än det gamla från 1952. Bengt Furberg, Skellefteå, vann 100 m fritt på 60,0, Mona Flodström, Munksund, samma distans 1.10,1, och 50 m fjäril 37,9, Ulf Göran Johansson, Elfsborg, 100 m rygg 1.08,9, Lennart Holmgren, Munksund, 100 m fjäril 1.12,4 och Monica Krook, Boden, 100 m rygg 1.22,5. Birte Hanson och Toivo Öhman gjorde bejublade uppvisningar i hopp.

Simförbundet företrädde vid invigningen av Toivo Öhman och Simfrämjandet av Sven Wallbom.

Chef i det nya badet är Kalle "Badis" Andersson, som har en utmärkt 25-metersbassäng med 5 banor till sitt förfogande för simträningen.

Succé för märkespropagandan



De vackra silverpokaler som förbundet uppställt som priser i den nu pågående märkespropagandatävlingen i simhallarna landet runt.

Förbundets propagandatävling för landets simhallar gällande största antalet märkesprov i förhållande till badfrekvensen synes ha blivit den stora succé initiativtagarna hoppades på. Devisen "Simma sommaren till mötes" har blivit en realitet för vår simkunniga ungdom.

Ännu återstår en dryg månad — provtagningen som inleddes den 15 februari skall vara avslutad den 10 maj — men rapporter som stickprov från en del hallar ger vid handen att märkesproven bedrives med verklig intensitet. Det kommer att bli en verkligt hård kamp om de vackra prispokalerna, som är avbildade

Så här ter sig stickproven från propagandan:

	Ungdomens simmärken				*Magistermärken*
	Järn	*Brons*	*Silver*	*Kandidat*	
Boden	113	17	12	3	6
Borås	500	35	20	8	3
Eskilstuna					
Grängesberg	143	10	10	2	—
Valhallabadet, Göteborg	135	41	25	22	183
Hallstavik	21	24	25	12	17
Hudiksvall	77	4	311	—	—
Hälsingborg	200	43	10	22	12
Jönköping	188	104	42	37	—
Köping	182	31	16	19	40
Simhallsbadet, Malmö	24	81	29	43	21
Norrköping	63	14	12	2	2
Nyköping	216	114	66	5	8
Nynäshamn	63	38	24	16	10
Sala	62	12	6	—	—
Skelleftehamn	15	15	25	19	6
Solna	138	84	67	—	—
Forsgrénska, Stockholm	22	9	6	15	16
Timrå	186	22	9	10	—
Ulricehamn	21	12	5	—	—
Uppsala					
Örebro	105	128	70	48	37
Östersund	30	14	15	3	8

Kontakt med Simkommittén:

Bättre ordning på DM och JDM

På denna spalt har SK:s ordförande tidigare framlagt en del synpunkter, vilka som han själv framhöll mest berört eliten. Det finns emellertid en hel del SK-synpunkter jämväl på breddskiktet. Dessa har huvudsakligast organisatorisk karaktär. Hur det än är, så fordras organisation bakom allt, om man skall lyckas skapa bredd och därmed senare topp.

I anslutning till instruktörskonferensen på Bosön hade också en distriktsledarkonferens sammankallats. Nästan samtliga distrikt i landet var representerade. En av de stora diskussionsfrågorna rörde distriktsmästerskapen. Ett par utredningar och undersökningar som undertecknad utfört togs som grund för givande diskussioner. Det har nämligen visat sig, att det råder en väldig förbistring och ett stort oliktänkande distrikten emellan evad det gäller programmen för distriktens mästerskap. Beträffande JDM är läget klart bättre. Här genomförs nästan 100-procentigt de grenar som enligt bestämmelserna skall avverkas. Endast i ett par små distrikt har svårigheter med 400 m frisim och fjärilsimmet orsakat tomrutor i översiktskartan.

När det gäller seniorernas mästerskap är läget ett helt annat. Sålunda kan först konstateras att under 1956 endast 7 av landets 23 distrikt genomförde DM i de grenar som förekommer på utomhusprogrammet. Dispensansökningar för utelämnande av vissa grenar hade inkommit från 6 distrikt. Detta innebär alltså, att ej mindre än 10 distrikt helt enkelt låtit bli att genomföra eller ens utlysa de grenar som reglerna föreskriver. Vad man vid närmare skärskådande av de genomförda programmen ytterligare finner, så är detta först och främst att många av de "bekvämare" inomhusgrenarna, särskilt 50 m frisim och 100 m bröstsim och samma distans fjärilsim, medtagits utomhus i de distrikt där särskilda inomhus-DM ej avverkats. Mest horribelt är, att det finns, eller rättare fanns, distrikt som avverkade DM på 100 m bröstsim men däremot ej på den "riktiga" distansen 200 m. Att många distrikt föredrog 100 m fjärilsim för herrar före den dubbla distansen förefaller mera naturligt, men hur skall vi någonsin kunna få fram fjärilsimmare om de aldrig får pröva på och framför allt *lära sig* den internationella distansen. Att sedan ett distrikt med flera simmare på årets bästalista bland de 10 främsta inte låter dessa ställa upp på ett DM i grenen hör fortfarande till de olösta problemen.

Alltnog fanns det mycket att anmärka på, och då uppställde sig frågan, hur man skulle råda bot på detta. Ett distrikt vill alltid genomföra alla grenar på en dag och söker alltså dispens från ett antal grenar, fast det finns t. o. m. elitsimmare i distriktet som mycket väl är värda ett mästerskapstecken, men alltså inte kan få det. Huvudprincipen bör vara att den bäste i distriktet skall få bli mästare, men det finns inga chanser att vederbörande på en enda dag skall kunna deltaga i de grenar han är bäst i. Exemplen kan mångfaldigas, men detta må räcka.

Efter ingående och i många fall hetsiga diskussioner godtogs på distriktsledarkonferensen följande förslag att prövas under 1958.

Samtliga distrikt skall utlysa och inbjuda till DM i de grenar som förekommer på mästerskapsprogrammet utomhus. DM skall avverkas på minst 2 dagars tävlingar, och man kom också fram till att en sådan gren som 1500 m frisim lämpligen bör utbrytas ur detta tvådagarsprogram och förläggas separat. Enda undantaget från detta fastställda program skall vara att lagsimmet 4×200 m frisim för herrar får utbytas mot 4×100 m frisim i de distrikt som ej avverkar separata inomhus-DM.

Flera distrikt påvisade, att sedan de för många år sedan infört denna ordning med ett fastställt program för två eller flera dagar som gäller år från år, så har också resultatet blivit att föreningarna har väl reda på programmet i förväg och kan disponera sina simmare därefter. Några som helst trassel har det aldrig blivit.

Nå, inomhusgrenarna då? Ja, resultatet blev, att de distrikt, som inte avgör dessa vid separata inomhustävlingar, får, i den mån de själva vill, utöka programmet med grenar från detta program. Men det förutsätter att antalet tävlingsdagar i så fall överstiger två. Lyckligtvis har ju längre distanser blivit lidande på denna gren.

Så ytterligare an anmärkning mot distrikten. Det slarvas alldeles för mycket med utlysningarna. 1957 års distriktsmästerskap visade att om en protest inlagts mot för sen utlysningsdatum — 14 dagar enligt bestämmelserna — så skulle tävlingarna ha förklarats ogiltiga i inte mindre än 16 distrikt. Det finns t. o. m. fall där mästerskap för juniorer avverkats utan att dessa överhuvudtaget vara utlysta i Svensk Idrott. SK får ånyo uppmana distrikten att lämna in annonser för utlysningar av mästerskapstävlingar i så god tid att de hinner införas i det nummer av Svensk Idrott som utkommer minst 14 dagar före första tävlingsdagen.

Vad beträffar tidpunkten för DM- och JDM-tävlingarna, så har förbundet i år fastställt perioden 19—27 juli för dessa tävlingar. Meningen är, att samtliga distrikt skall försöka avverka sina mästerskap före svenska mästerskapen, allt enligt stadgarna, men det finns i vårt avlånga land distrikt med stora svårigheter att vid denna tidpunkt samla deltagare, och detta gäller särskilt övre Norrland, som dessutom saknar utomhusbad och där simhallarna är stängda denna tid på året. Liksom tidigare om åren lär väl dessa distrikt få genomföra sina mästerskap på hösten inomhus, men för alla övriga distrikt bör förbundets rekommendation om tidpunkt kunna följas. Sedan JSM ånyo förlagts till våren kommer många distrikt med tillgång till inomhusbad att förlägga sina JDM före JSM och på så sätt avlastas det många gånger tunga juliprogrammet avsevärt.

Vad slutligen resultatinsändandet beträffar, så har förbundet i år infört ett tryckt standardformulär som kommer att tillställas distrikten för ifyllande. Det är nämligen alltid en del uppgifter från distriktens mästerskap som ligger till grund för anslagsfördelningen, och vi vill försöka samla alla dessa uppgifter liksom mästerskapsresultaten på likformiga papper för att underlätta arbetet med sammanställandet av uppgifterna. Till distriktssekreterarna vill vi säga, att det är deras uppgift att ansvara för att infordrade uppgifter från DM och JDM-tävlingarna kommer förbundet tillhanda. Om vi alla kommer överens om att i dessa enkla fall följa bestämmelserna och göra vår skyldighet, så kommer så småningom hela breddarbetet att gå betydligt lättare, och följden blir att vi, sedan organisationen härvidlag kommit i riktiga gängor, kan ägna oss än mera åt att vidareutveckla den sålunda skapade bredden till en topp, den topp vi så väl behöver inom svensk simning.

Nils-Erik Paulson.

Böter för rökning

Den spanska klubben FC Valladolid vill förbättra sina spelares kondition. Därför har man bestämt att de som röker fler än fem cigaretter pr dag ålägges böter på 100 pesetas, omkring 10 kronor. Böterna betalas varje gång som spelaren syndat mot förbudet. Hittills har emellertid endast två spelare måst dömas. Klubbens ledning är nöjd med resultatet.



Glädjande bredd på låg-SM

Hoppskolornas verksamhet börjar nu avspeglas i deltagarantalet vid SM-tävlingarna. Främst syns detta på lågsvikten, som är den grundläggande grenen för all simhoppsträning. Låg-SM i februari kunde redovisa nytt deltagarrekord med 14 startande i herrklassen och 11 i damklassen. Att utvecklingen går åt rätt håll framgår klart av statistiken över antalet deltagare vid låg-SM under de senaste 10 åren:

År	*Antal herrar*	*Antal damer*
1949	4	4
1950	2	4
1951	3	3
1952	4	2
1953	6	4
1954	3	4
1955	5	7
1956	10	9
1957	9	9
1958	14	11

Verksamheten med förbundsstödda hoppskolor kom igång vinterhalvåret 1953—54 och redan 1956 kan man konstatera en märkbar ökning av deltagarantalet vid låg-SM. Med tanke på att det vanligen tar 4—5 år innan en hoppträ-nare får fram sina adepter till tävlingsklass är statistiken tillfredsställande, och när hoppskolorna hunnit verka ytterligare två-tre år, torde vi kunna räkna med ett 20-tal deltagare i vardera klassen. Utvecklingen på de högre höjderna följer successivt "utbildningsgrenen" lågsvikt, och även på 3 och 10 meter är statistiken intressant att studera, men därom mera vid ett senare tillfälle.

De angivna siffrorna kan i och för sig synas små, man man får ha i åtanke, att simhoppning är en alltför svårlärd och specialbetonad idrott för att någonsin kunna bli en massidrott i egentlig bemärkelse. Så långt kan Hoppkommittén aldrig sikta, men det är ur vår synpunkt glädjande, att hoppgrenarna inte längre behöver spela rollen som de minsta SM-grenarna. Jämför man med deltagarantalet vid förra årets SM i simning, finner man, att lågsvikten passerat sådana grenar som herrarnas 1500 m fritt och 200 m fjäril och damernas 400 m fritt, 200 m fritt och 100 m fjäril. Sak samma med svikthopp, 3 m, och komb. höga hopp.

Nya hoppskolor

Ingvar Sommarström har på Hoppkommitténs uppdrag gjort instruktionsresor till flera orter under de senaste månaderna och startat följande nya hoppskolor: Hallstavik (lokaltränare Stig Blom), Grängesberg (Gösta Norin) och Nyköping (Harry Norberg). Närmast i tur ligger Katrineholm.

Sammanlagt är nu c:a 250 ungdomar verksamma i hoppskolor på 17 platser landet runt. Förutom de ovan nämnda är det: Borås (Tage Johansson), Eskilstuna (Rune Jonsson), Göteborg (Erik Hjern och Erik Adlerz), Jönköping (Wilfred Nickel), Kalmar (Tom Rindsäter), Karlskoga (Klas Dahlgren), Luleå (Lars Hässler), Lund (Per Persson), Malmö (Birte Hanson och Östen Östman), Munksund (Per Forslund), Skelleftehamn (Roald Holmqvist), Stockholm (Tage Lindström, Ingvar Sommarström, Toivo Öhman, Gösta och Märta Ölander), Timrå (Sture Andersson) och Uppsala (Arne Lundberg).

Elitdomarna

Vid elitdomarprovet i Borås den 3 november godkändes följande: Jan Engwall, Hellas, Bengt Furbäck, S 02, Birte Hanson, Malmö SS, och Käte Stenborg, Najaden.

Förutom dessa har tidigare följande elitdomare godkänts efter de nya reglernas ikraftträdande den 1 maj 1957: Sture Carlsson, S 02, Per Cederblom, SKG, Klas Dahlgren, Karlskoga SS, Erland Hedelin, S 02, Tage Johansson, IF Elfsborg, Tage Lindström, SKK, Arne Lundberg, Upsala SS, Ingvar Sommarström, SKK, Toivo Öhman, SKK, samt Märta och Gösta Ölander, SHS.

Av dessa har Hoppkommitténs medlemmar samt Tage Lindström godkänts utan prov, då frågeformulären utarbetats av dessa.

Elitdomarprov i simhopp torde inom den närmaste framtiden även införas i övriga nordiska länder. Vid den nordiska hoppkonferensen förra våren var samtliga hoppkommittéer inne på denna linje.

T. Ö.

Hoppserierna vid JSM

Hopptävlingarna vid Svenska Juniormästerskapen i Malmö den 12—13 april omfattar svikthopp, 3 meter, och höga hopp, 5 meter, för såväl flickor som pojkar.

Tävlingarna i höga hopp går på lördagen enligt den s. k. silver-serien, som omfattar följande hopp:

I:a avd.: 3 valfria hopp ur olika grupper med en maximerad svårighetsgrad av 5,0.

II:a avd.: 2 valfria hopp ur olika grupper med fri svårighetsgrad.

Svikthoppstävlingarna går på söndagen enligt den s. k. guldserien, som har följande sammansättning:

I:a avd.: Huvudhopp framåt, isanderska hoppet och huvudhopp framåt med ½ skruv samt ett valfritt hopp.

II:a avd.: Baklänges huvudhopp och tyska hoppet samt ett valfritt hopp.

De obligatoriska hoppen får utföras i valfri stilart. De valfria hoppen måste väljas ur olika grupper och får ej bestå av något av de obligatoriska hoppen.

För 10 år sen

Saxat ur "Simsport" nr 3 1948:

● SM i lågsvikt vanns sensationellt av blott 16-åriga Anna Stina Wahlberg, Neptun. (Neptuns första SM på damsidan.) Resultat: 1) Anna Stina Wahlberg, 2) Eva Petersen, 3) Mildred Netzell, 4) Ingegärd Hellqvist, 5) Brita Strandberg. Herrar: 1) Svante Johansson, 2) Åke Attevall, 3) Gunnar Johansson, 4) Nils Maront, 5) Toivo Öhman.

● Vid Svenska Dagbladets skolsim noterades bl. a.: 100 m fritt: Göran Larsson 1.03,4. 100 m rygg: Göran Larsson 1.15,3. 100 m fritt: Ingegärd Fredin 1.10,4. 100 m rygg: Ingegärd Fredin 1.22,0. 400 m fritt: Bengt Rask 5.29,8.

● Vid tävlingar i Karlskrona: 100 m fritt: 1) Tore Synnerholm 1.02,9, 2) Lasse Hall 1.04,5. 200 m fritt: P.-O. Östrand 2.17,1. 100 m rygg: Björn Borg 1.11,2.

Enel Nöu vann DM

Upplands DM i lågsvikt ägde rum i Uppsalas Centralbad den 23 febr. och resulterade i favoritsegrar. I samband med mästerskapen arrangerades också ett par extratävlingar i simning.

Resultat: Damer: 1) Enel Nöu, Upsala SS 94,54 poäng. 2) Caroline Eriksson, Upsala SS 90,04. 3) Lillemor Elgh, Upsala SS 55,51. *Herrar:* 1) Ove Waernborg, Upsala SS 90,46. 2) Kallen Kappel, Upsala SS 76,40. *100 m bröstsim, damer:* 1) Barbri Persson, USS 1.31,7. 2) Berit Gustafsson, USS 1.36,3. 3) Anita Karlsson, USS 1.38,6. 4) Liv Lernfeldt 1.39,3. 5) Lena Högling, USS 1.40,5. 6) Ingegerd von Bahr, USS 1.53,7. *100 m frisim, herrar:* 1) Curt Furberg, USS 1.01,0. 2) Rolf Olander, USS 1.01,9. 3) Glen Pettersson, USS 1.02,9. 4) Anders Timdahl, Sirius 1.04,3. 5) Krister Egnér, USS 6) Bengt Karlsson, USS 1.06,9. 7) Tord Lindahl, USS 1.07,5. 8) Bo Pettersson, USS 1.12,7. Bertil Karlsson, USS 1.12,7. 10) Torbjörn Hamrö, USS 1.16,8. 11) Christer Jegreus, USS 1.26,9.



Plan för div. II inomhus

	Kvartsfinal 2 ggr om 4 lag	*Semifinal* 1 ggr om 4 lag	*Final* 2 lag
Grupp 1 Göteborgs KK IF Elfsborg* Nässjö SLS Jönköpings SLS *Grupp 2* Trelleborgs SS* Landskrona SS Växjö SS	Segraren och tvåan i grupp 1 möter dito i grupp 2 i en kvartsfinal	Segraren och tvåan möter kvartsfinallisterna från grupperna 3 och 4	Segrarna i kvartfinalerna möts i en final
Grupp 3 IK Sirius* Hofors AIF Falu SS *Grupp 4* Eskilstuna SS Upsala SS Karlstads SS* (S:a 13 lag)	Segraren och tvåan i grupp 3 möter dito i grupp 4 i en kvartsfinal	Segraren och tvåan möter kvartsfinallisterna från grupperna 1 och 2	
	(S:a 8 lag)	(S:a 4 lag)	(S:a 2 lag)

* = arrangör av första omgången.

Hellas leder nu SM

Vid tiden för denna tidnings pressläggning hade följande SM-matcher i årets poloserie avverkats:

9/2	Polisen—SKK	2— 3
	Tunafors—Neptun	8— 6
	Ran—Hellas	2— 5
	S 02—Västerås	4— 7
16/2	Neptun—S 02	3— 3
20/2	SKK—Tunafors	3— 9
26/2	Hellas—Polisen	13— 1
2/3	Polisen—S 02	9— 5
	Ran—Tunafors	3— 7
9/3	SKK—Ran	2— 5
14/3	Neptun—SKK	7— 7
16/3	S 02—Hellas	2—15

Det förefaller sålunda som om huvudstriden om SM-tecknen även i år skulle komma att stå mellan SoIK Hellas och Tunafors SK. Om övriga platser tycks det emellertid bli en rasande hård kamp.

Serietabellen har nu följande utseende:

Hellas	3	3	0	0	33— 5	6
Tunafors	3	3	0	0	24—12	6
SKK	4	1	1	2	15—23	3
Västerås	1	1	0	0	7— 4	2
Neptun	3	0	2	1	16—18	2
Ran	3	1	0	2	10—14	2
Polisen	3	1	0	2	12—21	2
S 02	4	0	1	3	14—34	1

Spelprogrammet för div. I vattenpolo

Våromgången

Sö	30/3	Hellas—SKK
		Tunafors—S 02
T	1/4	Neptun—Polisen
M	7/4	S 02—Ran
O	9/4	Polisen—Tunafors
To	17/4	SKK—Västerås
Sö	20/4	Ran—Polisen
		S 02—SKK
O	23/4	Hellas—Neptun

*

O	25/6	Västerås—Neptun
F	27/6	Tunafors—Västerås
M	1/7	Västerås—Polisen
O	3/7	Tunafors—Hellas
Sö	6/7	Västerås—Ran
To	10/7	Västerås—Hellas

Höstomgången

T	5/8	Västerås—SKK
To	7/8	Tunafors—Polisen
Sö	10/8	Västerås—S 02
To	14/8	Västerås—Tunafors

*

Sö	14/9	Neptun—Ran
		S 02—Polisen
To	18/9	SKK—Neptun
Sö	21/9	Hellas—S 02
To	25/9	SKK—Hellas
Sö	28/9	Hellas—Ran
T	30/9	Neptun—Tunafors
F	3/10	Polisen—Västerås
Sö	5/10	Ran—SKK
O	8/10	Hellas—Tunafors
Sö	12/10	Polisen—Ran
T	14/10	Neptun—Västerås
F	17/10	SKK—Polisen
Sö	19/10	S 02—Tunafors
To	23/10	Polisen—Neptun
Sö	26/10	Tunafors—Ran
		SKK—S 02
T	28/10	Neptun—Hellas

*

O	5/11	Ran—S 02
Sö	9/11	Hellas—Västerås
Sö	16/11	Ran—Västerås
		Tunafors—SKK
		Polisen—Hellas
		S 02—Neptun

*

Hans Andersson, Tunafors, tycks vara på god väg mot bästa formen i specialiteten ryggsim. I Malmö noterade han sålunda den 2 mars årsbästa svenska tiden 1.07,7 efter den tröttande seriematchen och i Hannover hade han efter en dryg veckas hårt polospel 1.08.

Tunafors slog tyska mästarna

Tunafors SK gjorde en hedersam insats under den västtyska turnén i mars. Premiären i Duisburg mot fjolårets tyska polomästare Duisburg SC gav sålunda seger med 9—5.

— Segern var så mycket mera meriterande som hemmalaget gjorde ett av sina mål på straffkast och som vi gjorde två av våra, då vi hade decimerat lag. Tunafors drabbades av fem uppdömningar, medan Duisburg klarade sig undan med två, berättar den svenske reseledaren Charles Soldin.

I Hamm förlorade Tunafors hedersamt men enligt allmänt omdöme tämligen onödigt med 6—8 mot 1956 års tyska mästarlag Rote Erde. I den internationella turneringen i Hannover besegrade Tunafors det holländska laget Meuwen med 12—10 men förlorade mot Duisburg 98 och Hannover 98 med resp. 7—8 och 3—6.

Upplänningar vann hopplandskapsmatch

Den första landskapsmatchen i simhopp mellan Uppland och Sörmland ägde rum i Uppsala den 8—9 mars. Upplänningarna vann med platssiffrorna 26—17 eller i sammanlagd poäng 374,91—302,29.

Resultat: Komb. höga hopp, damer: Enel Nöu, U 47,85, Gun Thorell, S 46,30, Viola Wickman, S 44,11, Caroline Eriksson, U 43,42. *Herrar:* Kallen Kappel, U 53,13, Anders Lindståhl, S 50,84, Ove Waernborg, U 45,62, Christer Arfström, U 42,96, Stig Linde, S 42,56, Rolf Eriksson, S 36,31. *Svikt, 3 m, damer:* G. Thorell 47,78, E. Nöu 46,60, C. Eriksson 39,14. *Herrar:* O. Waernborg 49,98, K. Kappel 49,17, Göran Thorell, S 36,26, Tryggve Wåhlin, S 34,45.

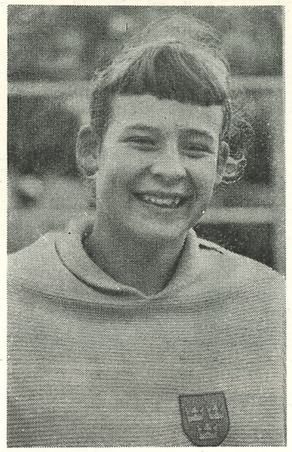
Karin Larsson i form

Vid Malmö Simsällskaps internationella simtävlingar i Simhallsbadet den 16 mars satte Karin Larsson, Ran, nytt skånskt rekord på 200 m frisim med tiden 2.27,2.

Tiden är 2/10 sek. under det gamla rekordet och 3/10 över Anita Hellströms svenska rekord. På andra plats kom Barbro Andersson, Ran, med 2.29,2.

Redan den 2 mars visade Karin Larsson sin goda försäsongform genom att sätta skånskt rekord på 100 m frisim med 1.06,8. Birgitta Eriksson, Tunafors, var då tvåa med den nya sörmländska rekordtiden 1.07,0 och Barbro Andersson, Ran, trea på 1.07,2.

Vi presenterar . . .



Karin Larsson, SK Ran, Malmö

En malmöflicka som visar vägen

Malmötös, med ett sjudundrande tävlingshumör och fighter av renaste vatten. Född den 30 aug. 1941. Studerar vid Slottsstadens Samrealskola. Karin är en daglig företeelse i Simhallsbadet, där hon plöjer fram ett par tusen meter under varje träningspass.

Sitt intresse för tävlingssim fick Karin, då hon följde med fadern till Ribersborgsbadet på somrarna. 1951 var det dags för inskrivning i Simklubben Ran. Som sin största framgång håller Karin SM-tecknen. Roligaste tävlingen i samband med första långresan, som gick till Moskva. Sedan dess har ju Karin som bekant hunnit med att gästa bl. a. Melbourne vid OS, Genua och London. Antalet SM-tecken är 3 varav 1 i lagkapp 4×100 meter. Svenska rekord har hon slagit 5 gånger på 400 meter fritt och 1 gång i medley. Personliga rekordlistan ser prydlig ut:

50 m frisim	30,9
100 m frisim	1.06,8 *
200 m frisim	2.23,8**
400 m frisim	5.11,1**
100 m ryggsim	1.17,3
200 m ryggsim	2.48,4
100 m fjärilsim	1.19,2
400 m medley	5.52,8**

* Tillika distriktsrekord.
** Tillika svenskt rekord.

Önskelistan toppas av en förhoppning om EM-deltagande för egen del i Budapest i höst samt givetvis en topplacering vid dessa tävlingar.

Livräddningssällskapet 60 år

För 60 år sedan — när Svenska Livräddningssällskapet startade — drunknade cirka 1.100 varje år. Fjolårssiffran är nere i 355. Det är en rätt vacker förbättring: 22 drunkningar per 100.000 vid sekelskiftet mot 5 nu.

Dessa upplysningar lämnade sekreteraren i sällskapet, Helge Lundstedt. Med bland stiftarna 1898 var landshövding Paul Isberg och idrottsgeneralen Viktor Balck. De riktlinjer som drogs upp då har i stort sett följts. De var framsynta herrar, de gjorde ritningar på enkla friluftsbad där svenska folket skulle lära sig simma och livrädda, de utbildade simlärare och gjorde en riksomfattande undersökning om simkunnigheten i våra skolor.

— Vi i vår tur har gjort allt för att införa: bättre badvett, båtvett och isvett. Det sista decenniet har vi mest uppmärksammat det stora antalet småbarn som drunknat. Vi har fått ett statsanslag på 25.000 kronor och skall bl. a. spela in en film som skall visas för husmödrarna. Sällskapet hoppas på ännu mera stöd från staten i sin kamp att rädda människoliv.

Sällskapet har spelat in fem filmer, gjort en rad bildband för undervisningsändamål. General Ivar Backlund har varit ledamot i styrelsen 44 år och beklätt alla befattningar utom skattmästarens — beroende på att den innehas av direktör Torsten Kumfeldt som suttit i 46 år. Det är de två äldsta kämparna. Annars har man numera också tre prominenta kvinnor i styrelsen.

Jubiléet firades med en konferens på Strand Hotell, där representanter för alla länskommittéer och gäster från Norge, Sverige och Danmark deltog. I jubileumsmiddagen deltog ett sextiotal inbjudna. Svenska Simförbundet representerades av Gösta Ölander, som till Sällskapet överlämnade en glasurna.

Följande personer fick den förnämliga silvermedaljen:

Direktör Knut Albrechtson, Göteborg, försäkringsdirektör Erik Berg, Stockholm, brandkapten Olle Carlman, Malmö, bankkamrer Nils Ericson och kapten Bertil Holmin, Stockholm, överste Einar Qvarnström, Linköping och landsfiskal Rolf-Sewed Tigerhielm, Karlskrona.

Generallöjtnant Ivar Backlund återvaldes till ordförande och övningsskollärare Helge Lundstedt till generalsekreterare. Nya i styrelsen blev brandchefen Sven Sönnerberg, Malmö, kapten Bertil Holmin, Stockholm, och kapten James Berg, Linköping, vilka intog vakanta platser.

Kan Du hoppreglerna?

Hoppreglerna har omarbetats på flera punkter och Du har här möjlighet att pröva Dina kunskaper. Svaren återfinnes på sid. 20.

1. Vilken är den högsta tänkbara domarsiffra, som återstår, sedan domare och hoppledare gjort alla avdrag i följande fall: En hoppare tar endast tre steg i ett anlopp och utför därefter hoppet i fel stilart.
2. Får en hopperska använda sig av 3½ volter framåt vid en tävling i svikthopp eller höga hopp för damer?
3. En hoppare, som skall utföra huvudhopp framåt med ½ skruv, går i vattnet med något mer än ¾ skruv. Hur skall hoppet bedömas?
4. Tre hoppare, A, B och C, deltar i en tävling. Alla har som näst sista hopp 1½ volt framåt med dubbel skruv. A är rädd för hoppet och utför i stället ett huvudhopp framåt. B är också rädd för hoppet och hoppar därför inte utan går ned från svikten igen. C har i föregående hopp genom olyckshändelse skadat sig och begär att få stå över denna hoppomgång. Vilken eller vilka får fortsätta tävlingen och utföra sista hoppet?

Sverige gav Tyskland kamp

Det västtyska landslaget genomförde sverigeturnén utan någon förlustmatch men fick kämpa hårt för att slå de svenska kombinationerna, som dock överraskade positivt och ingav vissa förhoppningar för framtiden.

Tyskarna inledde turnén i Stockholm, där huvudstadskombinationer nådde hedersamma 5—6 och 3—5. Den första landskampen spelades i Eskilstuna den 20/3 och resulterade i tysk seger med 5—4. Samma resultat nådde Tunafors SK dagen därpå, medan den andra landskampen i Göteborg slutade med draw 5—5, sedan Sverige ett tag haft ledningen med 5—1.

Tre svenska rekord i Malmö

Vid tävlingar i Malmös Simhallsbad den 23 mars noterades tre svenska rekord. I lag 4×100 meter nådde Rans kvartett 4.37,0. I laget simmade Kristina Larsson (1.10,0), Nin Persson (1.12,0), Karin Larsson (1.05,5) och Barbro Andersson (1.09,4). Karin Larsson satte vidare rekord på 200 m frisim med internationellt högklassiga 2.23,8. Och slutligen sänkte Berndt Nilsson från Göteborgs KK sitt eget purfärksa rekord på 200 m bröst till 2.42,8. Malmös Junot Delcomyn som spurtbesegrades hade 2.43,0.



Kan du, så kan jag! — Birte Hansons ättelägg Anders i full aktion under träningen i Malmös nystartade hoppskola. Bilden får tjäna som en trevlig illustration till framåtandan hos de c:a 250 ungdomar, som f. n. är verksamma i hoppskolorna runt om i landet.

Hopplandskampen mot Östtyskland

Årets första hopplandskamp anordnas i Göteborg mot Östtyskland den 29—30 mars. Landskampen ingår som ett led i EM-förberedelserna, och vi har valt en motståndare, som för närvarande torde ligga på andra eller tredje plats bland Europas hoppnationer. Det kan alltså redan på förhand sägas, att vi får en mycket svår uppgift, speciellt som det svenska laget försvagats dels genom att Anna-Stina Baidinger lämnat återbud och dels genom att Birte Hanson saknar såväl tränare som 10-meterstrampolin i Malmö. Hoppkommittén anser det dock av stort värde, att våra hoppare kommer igång tidigt på EM-säsongen och från början vänjer sig vid hårt motstånd, även om man vid denna tidpunkt inte får sätta alltför stora förhoppningar till det svenska lagets segerchanser.

Hoppkommittén har uttagit följande lag:

Svikthopp, herrar:
Johnny Hellström
Jan Engwall

Svikthopp, damer:
Birte Hanson
Karin Céwe

Höga hopp, herrar:
Toivo Öhman
Knut Lidén

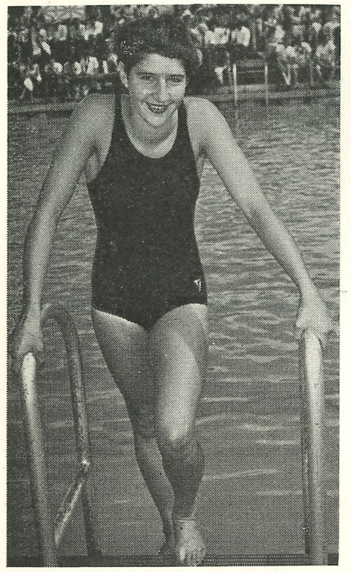
Höga hopp, damer:
Birte Hanson
Gunnel Ageby

Reserver i respektive grenar är: Erland Hedelin, Karin Céwe, Göran Lundqvist och Gun Thorell.

Topparna i det östtyska laget är Rudi Oertel, Haidi Jensch och Joachim Ullrich. Oertel var 5:a på EM i svikthopp 1954 och slog förra året hela den ryska eliten vid Moskva-tävlingarna i augusti. Haidi Jensch (dotter till dubbla europamästarinnan Olga Jordan-Jensch) räknas som en allvarlig aspirant på medaljplats vid EM i Budapest och är god för 120—125 poäng på svikt. Ullrich är höghoppare och har tillhört europaeliten de sista åren med en seger över några av de bästa ryssarna 1956 som främsta merit.

ETT BRA PRIS TILL BILLIGT PRIS *Simsport 1958*

Drömrekord på löpande band



Dawn Fraser — simningens sprinterdrottning, som i år presterat 1.01,5 på 110 och 2.14,7 på 220 yards frisim.

Det som hänt under 55 dagar (8 jan.—5 mars) vid australiska tävlingsevenemang i simning är så fantastiskt, att vår internationella simsport aldrig tidigare upplevt något liknande. I Adelaide, Sydney och Melbourne har 35 världsrekord på 23 olika sträckor sett dagens ljus och för samtliga av vilka flertalet har rent drömskimmer har Australiens egna simmare svarat.

Det skulle kunna skrivas en ny simsporthistorisk avhandling om de resultat som under dessa för oss här i Sverige så bistra vinterdagar presterats i 1956 års nu så sommarljuva värdland.

En delvis helt ny simmargeneration står bakom den väldigaste rekordslakten i vår simhistoria. 15-årige John Konrads svarar ensam för 13 av dessa rekord, hans 13-åriga syster Ilsa för 4, olympiska mästarinnan Dawn Fraser för 7, ryggsimmaren John Monckton för 6, fjärilsimmaren Brian Wilkinson för 1 och australiska kombinationer för 4 lagkappsimningsrekord.

Vi nöjer oss här med att redovisa rekorden i siffror och hoppas få tillfälle att återkomma med mera "kött på benen" och tekniska funderingar i ett kommande nummer.

Australiens imponerande årsfacit

Frisim, damer:

800 m	10.17,7	I. Konrads	Sydney	9/1 1958
880 y	10.17,1	I. Konrads	Sydney	9/1 1958
800 m	10.16,2	I. Konrads	Melbourne	20/2 1958
880 y	10.16,2	I. Konrads	Melbourne	20/2 1958
110 y	1.02,4	D. Fraser	Adelaide	31/1 1958
100 m	1.01,5	D. Fraser	Melbourne	18/2 1958
110 y	1.01,5	D. Fraser	Melbourne	18/2 1958
200 m	2.17,7	D. Fraser	Adelaide	10/2 1958
220 y	2.17,7	D. Fraser	Adelaide	10/2 1958
200 m	2.14,7	D. Fraser	Melbourne	22/2 1958
220 y	2.14,7	D. Fraser	Melbourne	22/2 1958
4×110 y	4.18,9	D. Fraser, I. Konrads, S. Morgan, L. Crapp	Sydney	5/3 1958

Frisim, herrar:

800 m	9.17,7	J. Konrads	Sydney	11/1 1958
880 y	9.17,7	J. Konrads	Sydney	11/1 1958
800 m	9.14,5	J. Konrads	Melbourne	22/2 1958
880 y	9.14,5	J. Konrads	Melbourne	22/2 1958
1500 m	17.28,7	J. Konrads	Melbourne	22/2 1958
1650 y	17.28,7	J. Konrads	Melbourne	22/2 1958
400 m	4.25,9	J. Konrads	Sydney	15/1 1958
440 y	4.25,9	J. Konrads	Sydney	15/1 1958
400 m	4.21,8	J. Konrads	Melbourne	18/2 1958
440 y	4.21,8	J. Konrads	Melbourne	18/2 1958
200 m	2.04,8	J. Konrads	Sydney	18/1 1958
220 y	2.04,8	J. Konrads	Sydney	18/1 1958
200 m	2.03,2	J. Konrads	Sydney	5/3 1958
220 y	2.03,2	J. Konrads	Sydney	5/3 1958

Ryggsim, herrar:

200 m	2.18,8	J. Monckton	Sydney	15/1 1958
220 y	2.18,8	J. Monckton	Sydney	15/1 1958
200 m	2.18,4	J. Monckton	Melbourne	18/2 1958
220 y	2.18,4	J. Monckton	Melbourne	18/2 1958
100 m	1.01,5	J. Monckton	Melbourne	15/2 1958
110 y	1.01,5	J. Monckton	Melbourne	15/2 1958

Fjärilsim, herrar:

110 y	1.03,8	B. Wilkinson	Sydney	14/1 1958

Frisim, herrar (lag):

4×110 y	3.47,3	Dewitt, Chapman, Konrads, Shipton	Sydney	9/2 1958
4×200 m	8.24,5	Konrads, Hamilton, Dewitt, Chapman	Sydney	5/3 1958
4×220 y	8.24,5	Konrads, Hamilton, Dewitt, Chapman	Sydney	5/3 1958

Medley, herrar (lag):

4×110 y	4.19,4	Monckton, Gatercole, Wilkinson, Devitt	Melbourne	15/2 1958

17 världsrekord, vilka mästerskap!

Det blev en rekordslakt utan like i simsporthistorien vid de australiska simmästerskapen i Melbournes olympiabassäng (åter i sitt ursprungliga mått 55 yards) i februari. Inte mindre än 17 världsrekord, tre världsbästanoteringar och 15 australiska rekord noterades under en minst sagt hektisk vecka. Vi nöjer oss på denna plats att återge listan över mästarna och deras resultat.

Herrar:

110 yards frisim: J. Dewitt 55,0 (världens hittills bästa tid på 55-yardsbana i sött vatten).

220 yards frisim: J. Konrads 2.05,1 (världens hittills bästa tid på 55-yardsbana i sött vatten).

440 yards frisim: J. Konrads 4.21,8 (världsrekord, och detta också på den 2,32 m kortare 400-metersdistansen).

880 yards frisim: Winram 9.46,0.

1650 yards frisim: J. Konrads 17.28,7 (världsrekord, och detta också på den 8,72 m kortare 1500-metersdistansen. Därtill ett tredje och fjärde världsrekord i samma lopp genom passertiden 9.14,4 på 880 yards och 800 meter, som är 4,64 meter kortare distans än 880 yards).

4×220 yards: Nya Syd-Wales 8.49,4.

110 yards ryggsim: John Monckton 1.01,5 (världsrekord, och detta också på den 0,58 m kortare 100-metersdistansen).

220 yards ryggsim: John Monckton 2.18,4 (världsrekord, och detta också på den 1,16 m kortare 200-metersdistansen.)

110 yards bröstsim: Hunt 1.15,0.

220 yards bröstsim: Gathercole 2.44,7.

110 yards fjärilsim: Wilkinson 1.04,4.

220 yards fjärilsim: Wilkinson 2.27,0.

440 yards medley: Wilkinson 5.27,4 (Austr. rekord).

4×110 yards medley: Nya Syd-Wales (Monckton, Gathercole, Wilkinson, Dewitt) 4.19,4 (världsrekord).

Damer:

110 yards frisim: Dawn Fraser 1.01,5 (världsrekord, och detta också på den 0,58 m kortare 100-metersdistansen).

220 yards frisim: Dawn Fraser 2.14,7 (världsrekord, och detta också på den 1,16 m kortare 200-metersdistansen.)

440 yards frisim: Dawn Fraser 4.55,7.

880 yards frisim: Ilsa Konrads 10.16,2 (världsrekord, och detta också på den 4.64 m kortare 800-metersdistansen).

4×110 yards: Syd-Australien (Dawn Fraser, Margaret Gibson, Gerda Zevenboom, Dale Krieg) 4.21,9 (världsbästatid).



Ilsa Konrads gratuleras av Lorraine Crapp efter sitt första världsrekordlopp — 880 yards på 10.17,7.

110 yards ryggsim: Gergania Becket 1.14,0 (Austr. rekord).

220 yards ryggsim: Gergania Becket 2.45,1 (Austr. rekord).

110 yards bröstsim: Rose Mary Lassig 1.25,9.

220 yards bröstsim: Barbara Evans 3.02,4.

110 yards fjärilsim: Beverly Bainbridge 1.15,5 (Austr. rekord).

220 yards medley: Rose Mary Lassig 2.52,2 (Austr. rekord).

4×110 yards medley: Nya Syd-Wales 5.06,9 (Austr. rekord).

John Konrads var startman i världsrekordlaget, som noterade 8.24,5 på 4×220 yards i Sydney den 5 mars. John angav takten med sina 2.03,2. Hamilton fortsatte med 2.08, Dewitt med 2.06,2, varefter Chapman avslutade med 2.07,1.

Dawn Fraser var startman i världsrekordlaget, som noterade 4.18,9 på 4×110 yards i Sydney den 5 mars. Hon noterade 1.03,5, Ilsa Konrads fortsatte med 1.06,0, Sandra Morgan med 1.07,0, varefter Lorraine Crapp avslutade med 1.02,2.

Ilsa Konrads gjorde den 5 mars en ny attack mot Crapps världsrekord på 440 yards 4.48,6. Det gick nu inte denna gång, men 13-åringen satte personligt rekord med 4.53,2, vilket är världens näst bästa tid på distansen.

Mellantider:

Dawn Frasers 220-yardslopp: 55 y - 29,9, 110 y - 1.03,4 (33,5), 165 y - 1.38,5 (35,1), 220 y 2.14,7 (36,2).

John Konrads 1650-yardslopp: 110 y - 1.04,5, 220 y - 2.14,4 (1.09,9), 330 y - 3.24,0 (1.09,6), 440 y - 4.34,5 (1.10,5), 550 y - 5.44,5 (1.10,0), 660 y - 6.54,7 (1.10,2), 770 y - 8.04,8 (1.10,1), 880 y - 9.14,5 (1.09,7), 990 y - 10.24,9 (1.10,4), 1100 y - 11.35,2 (1.10,3), 1210 y - 12.45,8 (1.10,6), 1320 y - 13.56,5 (1.10,7), 1430 y - 15.08,1 (1.11,6), 1540 y - 16.19,3 (1.11,2), 1650 y - 17.28,7 (1.09,4).

Ommöblerad världsstatistik

100 m frisim, damer:
(Världsrekordet)

1.05,4	W. den Ouden, Holland	1936
1.05,0	L. Crapp, Australien	1956
1.04,9	D. Fraser, Australien	1956
1.04,5	D. Fraser, Australien	1956
1.03,3	D. Fraser, Australien	1956
1.03,2	L. Crapp, Australien	1956
1.02,4	L. Crapp, Australien	1956
1.02,0	D. Fraser, Australien	1956
1.01,5	D. Fraser, Australien	1958

Världens 11 bästa:

1.01,5	D. Fraser, Australien	1958
1.02,3	L. Crapp, Australien	1956
1.04,6	F. Leech, Australien	1956

1.04,6	S. Mann, USA	1956
1.04,8	V. Gyenge, Ungern	1956
1.04,9	S. Morgan, Australien	1958
1.04,9	C. von Saltza, USA	1957
1.05,0	C. Gastelaars, Holland	1958
1.05,1	N. Simmons, USA	1956
1.05,1	N. Myburgh, Sydafrika	1956
1.05,1	V. Grant, Canada	1956

200 m frisim, damer:
(Världsrekordet)

2.26,6	R. Hveger, Danmark	1940
2.26,3	A. Curtis, USA	1947
2.22,9	D. Fraser, Australien	1956
2.21,2	D. Fraser, Australien	1956
2.20,5	L. Crapp, Australien	1956
2.19,1	L. Crapp, Australien	1956
2.17,7	D. Fraser, Australien	1957
2.17,7	D. Fraser, Australien	1958
2.14,7	D. Fraser, Australien	1958

Världens 10 bästa:

2.14,7	D. Fraser, Australien	1958
2.19,1	L. Crapp, Australien	1956
2.22,8	C. Gastelaars, Holland	1958
2.23,3	I. Konrads, Australien	1958
2.23,6	S. Morgan, Australien	1958
2.24,1	C. von Saltza, USA	1957
2.25,6	V. Gyenge, Ungern	1956
2.26,0	N. Myburgh, Sydafrika	1956
2.26,3	A. Curtis, USA	1947
2.26,5	Y. Sato, Japan	1957

100 m ryggsim, herrar:
(Världsrekordet)

1.05,4	Kiefer, USA	1940
1.05,1	Bozon, Frankrike	1954
1.04,4	Bozon, Frankrike	1955
1.04,0	Theile, Australien	1956
1.03,3	Monckton, Australien	1956
1.02,9	Theile, Australien	1956
1.02,2	Theile, Australien	1956
1.01,5	Monckton, Australien	1958

Världens 10 bästa:

1.01,5	Monckton, Australien	1958
1.02,2	Theile, Australien	1956
1.03,9	Hayres, Australien	1956
1.04,1	Magyar, Ungern	1956
1.04,2	Christophe, Frankrike	1956
1.04,3	Oyakawa, USA	1956
1.04,4	Bozon, Frankrike	1955
1.04,5	McKinney, USA	1956
1.04,6	Hurring, Nya Zeeland	1956
1.05,0	Barbier, Sovjet	1957

400 m frisim, herrar:
(Världsrekordet)

4.39,6	B. Smith, USA	1942
4.35,2	A. Jany, Frankrike	1947
4.33,0	Furuhashi, Japan	1948
4.30,7	Boiteux, Frankrike	1952
4.27,0	M. Rose, Australien	1956
4.25,9	J. Konrads, Australien	1958
4.21,8	J. Konrads, Australien	1958

Världens 10 bästa:

4.21,8	J. Konrads, Australien	1958
4.27,0	M. Rose, Australien	1956
4.28,5	Yamanaka, Japan	1957
4.30,1	Nikitine, Sovjet	1957
4.30,7	Boiteux, Frankrike	1952
4.31,3	Konno, USA	1952
4.31,4	Zierold, Östtyskland	1957
4.32,5	Breen, USA	1956
4.32,9	O'Halloran, Australien	1956
4.33,0	Furuhashi, Japan	1948

1500 m frisim, herrar:
(Världsrekordet)

20.06,6	B. Charlton, Australien	1924
20.04,4	Arne Borg, Sverige	1926
19.07,2	Arne Borg, Sverige	1927
18.58,8	Amano, Japan	1938
18.37,0	Furuhashi, Japan	1948
18.35,7	Hashizume, Japan	1949
18.19,0	Furuhashi, Japan	1949
18.05,9	Breen, USA	1956
17.59,5	Rose, Australien	1956
17.52,9	Breen, USA	1956
17.28,7	J. Konrads, Australien	1958

Världens 10 bästa:

17.28,7	J. Konrads, Australien	1958
17.52,9	Breen, USA	1956
17.58,9	M. Rose Australien	1956
18.00,3	Yamanaka, Japan	1956
18.12,0	Montserret, Frankrike	1957
18.14,8	Winram, Australien	1958
18.19,0	Furuhashi, Japan	1949
18.25,2	Boiteux, Frankrike	1956
18.25,2	Nikitine, Sovjet	1957
18.25,6	Konno, USA	1951

Australien har samtliga rekord

De australiska frisimmarna har nu lagt embargo på samtliga världsrekord och vi kan redovisa följande imponerande lista över dessa:

100 m	54,6 Devitt	(1957)
110 y	55,2 Devitt	(1957)
200 m	2.03,2 Konrads	(1958)
220 y	2.03,2 Konrads	(1958)
400 m	4.21,8 Konrads	(1958)
440 y	4.21,8 Konrads	(1958)
800 m	9.14,5 Konrads	(1958)
880 y	9.14,5 Konrads	(1958)
1500 m	17.28,7 Konrads	(1958)
1650 y	17.28,7 Konrads	(1958)
4×100 m	3.46,3 Austral.	(1958)
4×110 y	3.47,3 N.S.-W.	(1958)
4×200 m	8.23,6 Austral.	(1956)
4×220 y	8.24,5 Austral.	(1958)

Konrads' världsrekordtider på 200, 400, 800 och 1500 meter har noterats på korresponderande yardsdistanser, vilket ställer rekorden i ännu vackrare dager.

Tyskland slog Holland 114–109

Västtyskland vann årets första simlandskamp över Holland med siffrorna 114—109 efter en hård och dramatisk kamp i Wuppertals nya "25-meters" simhall.

En rad utomordentliga resultat noterades och bl. a. sattes tre nya tyska rekord (Herta Haase 1.13,8 i fjäril, Klaus Bodinger 2.37,1 på 200 m bröst och Horst Weber 2.22,7 på 200 m fjäril) och ett holländsk av högsta världsklass, nämligen Hoogvelds 56,8 på 100 m fritt i ett segerlopp mot segertippade tysken Baumann. Tyskarna vann, men det var holländarna som gjorde matchen och som presterade de verkliga världsresultaten på damsidan, där bl. a. lagkappen 4×100 m vanns på överdådiga 4.20,1.

Resultaten från kampen varslar om att Sverige knappast har något att hämta i en landskamp vare sig mot Västtyskland eller Holland.

Herrar:

100 m frisim: 1) Hoogveld, H 56,8 (holl. rek.), 2) Bauman, V 56,8, 3) Osinga, H 57,4, 4) Voell, V 57,4.

800 m frisim: 1) Bleeker, V 9.49,6, 2) Hermen, H 10.05,2, 3) Schneider, V 10.12,5, 4) von der Linden, H 10.13,6.

200 m bröstsim: 1) Bodinger, V 2.37,1 (tyskt rek.), 2) Rademacher, V 2.40,3, 3) Menzonides, H 2.44,1, 4) Koetse, H 2.45,8.

100 m ryggsim: 1) Miersch, V 1.05,6, 2) van Enst, H 1.05,9, 3) Jap de Jong, H 1.06,3, 4) Botsch, V 1.06,7.

400 m frisim: 1) Bleeker, V 4.39,4, 2) Baumann, V 4.49,2, 3) Coos de Jong, H 4.52,3, 4) Jaap de Jong, H 4.54,7.

200 m fjäril: 1) Weber, V 2.22,7 (tyskt rek.), 2) Restle, V 2.33,1, 3) Sitters, H 2.34,6 (holl. rek.), 4) Smaling, H 2.41,9.

4×200 m frisim: 1) Västtyskland (Baumann 2.08,8, Scheufler 2.13,8, Link 2.10,2, Bleeker 2.07,1) 8,39,9,2) Holland (Coos de Jong, Hoogveld, Osinga, Jaap de Jong) 8.46,7.

4×100 m medley: 1) Västtyskland (Miersch, Rademacher, Weber, Baumann) 4.17,7, 2) Holland (Jaap de Jong, Menzonides, Sitters, Hoogveld) 4.22,2.

Svikthopp: 1) Rosenfeld, V 127,55 p., 2) Enskat, V 126,88, 3) Kettler, H 100,44, 4) Mutsert, H 98,46.

Damer:

100 m frisim: 1) Cockie Gastelaars, H 1.03,2, 2) Herta Haase, V 1.05,4, 3) Gretje Kraan, H 1.05,9, 4) Ingrid Künzel, V 1.07,5.

400 m frisim: 1) Mary Kok, H 4.55,9 (holl. rek.), 2) Judith de Nijs, H 4.57,3, 3) Ursel Winkler, V 5.16,4, 4) Ingrid Künzel, V 5.18,7.

100 m fjärilsim: 1) Atie Vorbij, H 1.12,8, 2) Herta Haase, V 1.13,8 (tyskt rek.), 3) Jopie Trost, H 1.15,8, 4) Wiltrud Urselmann, V 1.19,3.

4×100 m frisim: 1) Holland (Jopie Troost, Tine Tenking, Greetje Kraan, Cockie Gastelaars) 4.20,1, 2) Västtyskland (Herta Haase, Ingrid Künzel, Giesela Scholven, Kati Janssen-Flügge) 4.27,0.

200 m bröstsim: 1) Ada den Haan, H 2.47,8, 2) Wiltrud Urselmann, V 2.50,3, 3) Sieglinde Wolff, V 2.55,5, 4) Lenie Sybrands, H 2.55,5.

100 m ryggsim: 1) Van Velzen, H 1.13,4, 2) Van Alphen, H 1.14,1, 3) Schmidt, V 1.14,8, 4) Gosziniak, V 1.17,4.

4×100 m medley: 1) Holland (van Velzen, den Haan, Atie Vorbij, Gastelaars) 4.54,2, 2) Västtyskland (Helga Schmidt, Urselmann, Haase, Scholven) 4.57,4.

Svikthopp: 1) Urban, V 125,03 p., 2) Hellwig, V 124,02, 3) Lugthart, H 115,48, 4) De Pon, H 104,67.

Murray Rose 4.21,5

Murray Rose, 1956 års olympiske mästare på 4×200 m, 400 m och 1500 m, vilken i likhet med sin australiske kollega Jon Henricks, olympisk mästare på 100 m, studerar vid Syd-Californiens universitet i Los Angeles visade god form, då han gjorde sin årsdebut i Yaleuniversitetets 25-yardsbassäng den 15 febr. Hans tid på 440 yards avlästes till 4.21,5 och som mellantid på 400 m hade han 4.20 jämnt.

Anm.: Om man som brukligt kallt matematiskt räknar med att varje vändning i ett 400-meterslopp betyder en tidsvinst på 0,7 sek., så kan Roses nu uppnådda tid "översättas" till 4.28,5 i en 55-yardsbassäng, där antalet vändningar på 440 yards endast är 7 mot 15 i en 25-yardsbassäng. Det betyder med andra ord, att Rose nu är i nästan lika god form som 1957, då han satte världsrekord med tiden 4.27,1.

Ett annat remarkabelt kortbassängresultat rapporteras från San José i Californien, där 14-åriga, svenskättade Chris von Saltza simmade 500 yards på 5.37,5 och passerade 440 yards på 4.54,8 (sålunda värt cirka 5.02 på lång bara).

*

Hamburger S. C. kommer att göra en turné i Sverige med simmare och polospelare under tiden 14—23 juli. Inbjudare är Stockholmspolisen IF.

Sydamerikas mästerskap

Argentina och Brasilien delade broderligt titlarna vid de sydamerikanska simmästerskapen, vilka ägde rum på 50-metersbana i Trouville i Uruguay.

Resultat: Herrar: 400 m: Kelly dos Santos (Bras) 4.45,0, Mezzagra (Arg) 4.50,0. Lag 4×100 m: Bras 4.00,3, Peru 4.03,0, Arg 4.09,0. 200 m fjäril: Fanjul (Arg) 2.34,4. Medley 4×100 m: Bras 4.29,1, Arg 4,39,1. Höga hopp: Tellez Riveiro (Bras) 142,41. Polo: Arg—Bras 2—2, Bras—Uruguay 2—0, Arg—Uruguay 6—3. Damer: 100 m: Bitram (Bras) 1.11,4. Lag 4×100 m: Arg 4.51,1, Bras 4.51,3. 200 m rygg: Bartolete (Arg) 2.49,3. 100 m bröst: Escher (Bras) 1.28,6. 100 m fjäril: Offneiter (Arg) 1.23,7.

Svenska rekord i Valhallabadet

Två nya svenska rekord sattes vid S 02:s nationella simtävlingar i Valhallabadet.

Birgitta Lundqvist, Neptun, Stockholm, vann 200 m fjärilsim på 2.49,1. Det gamla rekordet innehades av klubbkamraten Ulla-Britt Eklund, Stockholm, som i 1952 års olympiska final noterade tiden 2.58,5.

Något världsrekord på distansen finns ännu ej noterat. FINA har som rekordkrav på 50-metersbana uppställt tiden 2.43,4. Amerikanskan Shelley Mann har på 25-metersbana världsbästatiden 2.38,5.

Nytt rekord noterades även på 200 m bröstsim för herrar. Bernt Nilsson, Göteborgs KK, noterade tiden 2.43,3. Det gamla rekordet som löd på 2.43,7 innehades av Rolf Junefelt, Jönköping.

Växjöseger

I en klubbmatch, omfattande 16 individuella grenar och 4 lagsimningar, vann Växiö SS på 143 p. före Kristianstad 123 p. och Varbergs SLS 117 p. Tävlingen ägde rum i Kristianstads nya simhall den 2 mars och bland de bästa resultaten märks: 100 m fritt, herrar: Bo Stenmalm, Växiö 1.04,3, L. Rydmark, Varbergs SLS 1.05,1. 100 m bröst, flickor A: Inger Bergström, Kristianstad 1.34,8. 100 m rygg, herrar: Gert Hultgren, Varberg 1.17,6. 100 m bröst, herrar: Bo Stenmalm, Växiö 1.23,0, Lars-Göran Blomqvist, Växiö 1.23,6. 200 m bröst, damer: Inger Bergström, Kristianstad 3.24,2. 100 m bröst, pojkar A: J. Johanson, Växiö 1.23,6. 100 m fritt, damer: Gunvor Dahl, Växiö 1.21,8.

Närke slog Östergötland

Årets första landskapsmatch i Örebro vanns överraskande av Närke, som slog Östergötland med 88—81. Kampen var mycket jämn och före den avslutande polomatchen var ställningen så jämn att om, som beräknat, gästernas NKK-betonade pololag vunnit så skulle gästerna hemfört en slutseger med 1 poäng. Helt överraskande vann emellertid Närkes simstarka lag matchen med 5—4, trots att en av lagets bästa spelare och tillika säkraste poängplockare i frisim och ryggsim Zune Norén inte deltog i matchen. Å andra sidan saknade Östergötland några av sina bästa bröstsimmerskor, vilket gjorde att Närke fick en oväntad dubbelseger i denna gren. Andra glädjeämnen var Kerstin Laestadius, som pressade sin personliga notering i ryggsim så att det räckte till seger över NKK:s Mona Stenman. På herrsidan visade särskilt Bengt-Olof Almstedt att han är på väg att bli simmare av hög klass. Han pressade sitt personliga rekord på 100 m frisim till 1.01,6 och hade ingen svårighet att vinna ryggsimmet på för honom medelmåttiga 1.12.

Resultat: Herrar, sen.: 100 m fritt: G. Åberg, N 1.03,3, F. Haglund, N 1.03,9, J. Höög, Ö 1.04,0, R. Lindberg, Ö 1.09,0. *200 m bröst:* B. Porsander, N 3.02,6, G. Anderson, Ö 3.05,5, G. Sterne, N 3.12,1, B. Pettersson, Ö 3.12,2. *100 m rygg:* G. Åberg, N 1.14,2, J. Höög, Ö 1.15,8, F. Haglund, N 1.22,2, S. Sandström, .. 1.28,1. *Komb. höga hopp:* S. Karlson, Ö 31,40, K. A. Neij, Ö 28,25, S. Lekberg, N 21,32, J. Blomqvist, N 19,23. *Herrar jun.: 100 m fritt:* B.-O. Almstedt, N 1.01,6, R. Lind, Ö 1.06,0, C. Bergenudd, N 1.10,5, A. Forsén, Ö 1.15,4. *100 m rygg:* B.-O. Almstedt, N 1.12,0, R. Lind, Ö 1.14,0, C. Rahlén, N 1.19,1, A. Forssén, Ö 1.232. *Damer, sen.: 100 m fritt:* U. Linnér, Ö 1.15,0, M. Stenman, Ö 1.17,3, K. Laestadius, N 1.18,5, C. Egby, N 1.24,0. *100 m rygg:* K. Laestadius, N 1.29,2, M. Stenman, Ö 1.29,3, U. Linnér, Ö 1.31,3, I. Olsson, N 1.36,9. *200 m bröst:* B. Mattson, N 3.23,8, I. Nilsson, N 3.36,5, C. Holmqvist, Ö 3.40,5, G. Jansson, Ö 3.48,0. *Damer, jun.: 100 m fritt:* I. Sandbergi, Ö 1.17,8, G. Westerlund, Ö 1.23,6, C. Ekman, N 1.24,6, B. Eriksson, N 1.32,2. *100 m bröst:* M. Hultgren, Ö 1.35,8, L. Clarin, N 1.42,2, B. Eriksson, N 1.45,7. *Lag 4×100 m medley, herrar:* Närke 4.56,0, Östergötland 5.30,9. *Lag 4×100 m medley, damer:* Östergötland 6.04,8, Närke 6.13,4. *Vattenpolo:* Närke —Östergötland 5—4.

Gränges aktier åter guldkantade

Den första men säkerligen inte sista Tiomannasimningen i daladistriktet hölls i Grängesbadet söndagen den 2 mars. Borlänge vann med god marginal och Grängesbergs ungdomliga lag belade överraskande andraplatsen före Falun.

I den efterföljande klubbmatchen vann Grängesberg över Kungsör med poängsiffrorna 53—62. Ett öronbedövande jubel från den talrika publiken ackompanjerade "gruvungdomarnas" framgångar, däribland ett par klubbrekord av relativt god klass.

Ingvar Sommarström gjorde en stilfull hoppuppvisning assisterad av "Affe" Gustafsson, Falun, och grängesungdomarna.

Resultat: 10-mannasimningen: 1) Borlänge 5.30,8, 2) Grängesberg 5.39,0, 3) Falun 5.40,9, 4) Kungsör 5.45,5, 6) Ludvika 6.11,2.

100 m bröstsim, damer, seniorer: 1) Viveca Grähs, Grängesberg 1.43,9, 2) Kristina Öberg, Kungsör 1.50,3. *50 m bröstsim, pojkar:* 1) Erling Norin, G 41,2 (nytt klubbrekord), 2) Jan Kristiansson K 44,2. *50 m ryggsim, herrar, seniorer:* 1) Henry Holm K 42,0, 2) Rolf Bergström G 42,8. *50 m fritt, ungdom:* 1) Kurt Stenkvist G 33,2, 2) Kjell Evert Eriksson KK 37,5. *100 m bröstsim, herrar, seniorer:* 1) Egon Ånhag K 1.26,8, 2) Yngve Andersson K 1.31,0. *100 m frisim, juniorer:* 1) Erik Hagberg G 1.18,4, 2) Henry Holm K 1.18,5. *100 m fritt, damer, seniorer:* 1) Gunni Sandén G 1.18,9, 2) Ann Stråht G 1.28,9. *100 m fritt, herrar, seniorer:* 1) Egon Ånhag K 1.11,5, 2) Håkan Wiklund G 1.11,6 (nytt klubbrekord). *100 m bröstsim, juniorer:* 1) E. Norin G 1.33,9 (nytt klubbrekord), 2) H. D. Melzer G 1.39,4. *Lagkapp 4×50 m, damer, seniorer:* 1) Grängesberg (Gunni Sandén, Ann Stråht, Gullan Wikholm, V. Grähs) 2.40,0, 2) Kungsör 3.07,2. *Lagkapp 5×50 m, herrar, seniorer:* 1) Kungsör 2.45,9, 2) Grängesberg 2.46,8.

Livräddnings-DM

Stockholms DM i livräddning bjöd inte på några överraskningar. Resultat: Damer: 1) Berit Piper, Neptun 1.51,7. 2) Birgitta Wängberg, SKK 2.01,7. 3) Birgitta Öhman, Neptun 2.05,1. 4) Ulla Öhrstedt, SKK 2.07,6. Herrar: 1) Lars Axelsson, Hellas 1.35,3. 2) Gillis Granström, Hellas 1.40,5. 3) Lars-Erik Bergman, Polisen 1.41,2. 4) Hans Bolkéus, Polisen 1.49,6. 5) Ronnie Lindström, Polisen 1.51,6. 6) Tommie Lindström, Polisen 1.57,1.

Bra simpropaganda av unga »poliser» i Timrå

En trupp unga simmare från Stockholmspolisens IF gästade Timrå under mitterminslovet och gjorde där god propaganda för huvudstadens simning. Truppen omfattade 15 personer, varav två flickor från IFK, Stockholm. SPIF-juniorerna inledde sitt kombinerade skid- och simläger söndagen den 16 februari med tävling i Hudiksvall, där ungdomarna segrade i tio av de tolv grenarna som stod på programmet.

Den 18 februari var det dags för ett nytt tävlingsframträdande och det ägde rum i Timrås hypermoderna simhall inför en talrik publik. Timrå AIF:s simsektion och dess entusiastiska badmästare Sture Andersson svarade för värdskapet under polisjuniorernas gästspel i den medelpadska köpingen. Sällan har man skådat en sådan gästvänlighet som den Timrå AIF och köpingens idrottsintresserade befolkning bjöd på. Att sedan polisjuniorerna gjorde sitt yttersta då de skulle visa upp sitt simkunnande var inte att undra på.

När de kommunala myndigheterna i Timrå gick i författning om att bygga en simhall åt sina innevånare gjorde de inga anspråk på att vara småsnåla. De byggde en simhall som inte bara täcker dagens behov, den skall räcka att "växa i" också. De tongångarna efterlyses i Stockholm av i dag. Utan att taga till överord är Timrå simhall en mönsteranläggning för simidrott och har en av landets vackraste simhallsinteriörer.

Personliga rekord slogs i massor av såväl Medelpads simmare som ungdomarna från Stockholm. Mest imponerade duon Hans Bolkéus och Håkan Bengtsson.

En pojke med färg var även Timrås egen Sture Rydin, som vevade sina 50 m frisim mycket energiskt och hemförde en säker seger. Hemmaseger ordnade också Margit Andersson. En avslutningsmatch i polo — den första som spelades i Timrå simhall — mellan polisens kombinerade pojk- och juniorlag och Brännans IF slutade med en klar Stockholmsseger med 12—2.

Resultat: 100 m fritt, herrar: 1) Ronnie Lindström, SPIF 1.05,2, 2) Ola Söderqvist, Brännan 1.05,7, 3) Rolf Berlin, Sundsvalls SS 1.05,8, 4) Lars Bergman, SPIF 1.05,8. *100 m fritt, damer:* 1) Sonja Löfstrand, IFK Sthlm 1.13,0, 2) Ann-Karin Lannert, IFK Sthlm 1.20,0, 3) Anna-Maj Lindström, Brännan 1.21,4. *25 m fritt, pojkar:* Åke Håkansson, Timrå 18,4. *100 m fritt, juniorer:* 1) Olle Jeising, SPIF 1.08,1, 2) Nils Öberg, Sundsvalls SS 1.08,4, 3) Bert Svensson, SPIF 1.09,2, 4) Sten Lindgren, Brännan 1.12,5. *50 m fritt, pojkar:* Sture Rydin, Timrå 32,2. *50 m fritt, flickor:* Margit Andersson, Timrå 34,7. *100 m fjäril, herrar:* 1) Håkan Bengtsson, SPIF 1.14,7, 2) Leif Hamlin, SPIF och Lars Bergman, SPIF 1.20,7, 4) Gunnar Nordin Sundsvall 1.27,2. *100 m bröst, flickor:* 1) Ann-Karin Lannert, IFKK Sthlm 1.40,9. 2) Ulla-Britt Larsson, Brännan 1.42,6, 3) Ingrid Bergström, Timrå 1.42,9, 4) Gunilla Ekvall, Timrå 1.43,0. *200 m bröst, herrar:* 1) Hans Bolkeus, SPIF 2.52,2, 2) Christer Glerup, Sundsvalls SS 3.03,5, 3) Jonnie Lindström, SPIF 3.10,6. *100 m rygg, herrar:* 1) Ronnie Lindström, SPIF 1.15,0, 2) Leif Hamlin, SPIF 1.20,0, 3) Kent Westlund, SPIF 1.21,4, 4) Nils Öberg, Sundsvalls SS 1.23,6. *50 m rygg, flickor:* 1) Sonja Löfstrand, IFK Sthlm 39,5, 2) Anne-Maj Lindström, Brännan 42,0.

S. O.

»Träning av mästare»

Vid en sportfilmfestival i Cortina d'Ampezzo i Italien tilldelades Australien första pris och guldmedalj för en simfilm, betitlad "Träning av mästare".

Filmen, som producerats av en statlig, australisk kommitté, uppvisar fyra världsberömda instruktörers träningsmetoder. Dessa är Frank Guthrie, Harry Gallagher, Forbes Carlile och Sam Herford. Det förekommer såväl över- som undervattenstagningar av arm- och bentag samt vändningstekniken. Ett avsnitt av filmen berör Carliles mycket omdiskuterade användning av hypnotism på simmarna för att dessa skall ernå snabb relax. Bland filmaktörerna märks olympierna Lorraine Crapp, Murray Rose och David Theile.

Lasse Eriksson 1.07.7 på rygg

I samband med polomatchen Ran—Hellas i Malmös Simhallsbadet förekom också några simlopp. Hellaskvartetten Lasse Eriksson—Lennart Fröstad—Bosse Larsson—Göran Larsson gjorde en grann uppvisning på 4×100 m medley, där vinnartiden blev 4.30,9. Lasse E. hade lovande 107,4 i det inledande ryggsimmet, där tiden togs med tre klockor. I individuella lopp vann senare Göran Larsson 100 m fritt på 59,2 före hälsingborgstrion Gunnar Lenning—Bertil Olsson—L.-O. Jönsson, som hade resp. 1.02,0, 1.02,0, 1.02,3. 100 m fjäril vann Bosse Larsson på 1.08,5 före Lasse E. på 1.10,2 och Poseidons Kjell Stenström på 1.10,8. På 100 m bröst noterade Fröstad 1.15,8.

Allsvenska simserien

100 m fjärilsim



GRUPP I
HERRAR

Seniorer:

1.	SK Poseidon	3.598,4	14.235,2
2.	Munksunds SS ..	3.438,3	13.279,3
3.	Göteborgs KK ..	3.270,0	12.955,4
4.	Simavdeln. 1902	3.369,7	12.8705,
5.	Örebro SS	3.065,9	12.755,3
6.	Karlstads SS ...	3.090,2	12.503,3
7.	Helsingborgs SS .	3.155,9	12.369,5
8.	Upsala SS	2.546,5	12.272,3
9.	Karlskrona SS ..	2.912,0	12.212,1
10.	IK Sirius	2.896,3	12.145,6
11.	Skellefteå SK ...	1.989,0	11.570,5

Individuellt:

1) Lennart Holmgren, Munksund 1.10,1. 2) Hans-Erik Malmberg, S 02 1.10,3. 3) Kjell Stenström, Poseidon 1.10,8. 4) Peter Bergengren, Skellefteå 1.11,0. 5) Bengt Furberg, Skellefteå 1.11,4. 6) Göran Eriksson, Karlstad 1.13,5. 7) Leif Gellberg, Helsingborg 1.13,6. 8) Håkan Westeson, Poseidon 1.13,9. 9) Berndt Nilsson, Göteborg 1.13,9. 10) Bernt-Åke Karlsson, S 02 1.14,2. 11) Urban Sandheden, Göteborg 1.15,2. 12) P. O. Ljungdahl, Karlstad 1.15,4. 13) Zune Norén, Örebro 1.16,2. 14) Lennart Brock, Poseidon 1.16,3. 15) Glen Pettersson, Upsala 1.16,5. 16) Finn Haglund, Örebro 1.17,0. 17) Gunnar Friberg, Karlskrona 1.17,2. 18) Eric Forslund, Munksund 1.17,8. 9) Bengt Boman, Göteborg 1.18,8. 20) Bertil Ohlsson, Helsingborg 1.19,1. 21) Bertil Liljenberg, Poseidon 1.19,2. 22) Anders Strömberg, Munksund 1.19,3. 23) Per Forslund, Munksund 1.20,5. Anders Timdahl, Sirius 1.20,5. 25) Robert Kroon, Helsingborg 1.21,8. 26) Wollmar Alm, Sirius 1.22,3. 27) Mats Jansson, Upsala 1.23,5. 28) Per-Axel Eriksson, S 02 1.23,6. 29) Lars Samuelsson, S 02 1.24,1. 30) Jan-Erik Petersson, Karlskrona 1.24,2. Åke Pettersson, Sirius 1.24,2. 32) Torsten Brunström, Karlskrona 1.24,7. 33) Göran Claesson, Upsala 1.26,3. 34)Gösta Sterne, Örebro 1.26,4. 35) Sven Thübeck, Örebro 1.26,6. 36) Arne Pettersson, Helsingborg 1.26,8. 37) Åke Widell, Sirius 1.27,2. 38) Ove Petersson, Karlskrona 1.27,9. 39) Sören Andersson, Karlstad 1.28,2. 40) Erik Öhrfeldt, Göteborg 1.28,5. 41) Bengt Johansson, Karlstad 1.30,0. 42) Christer Jegreus, Upsala 2.13,3.

A-juniorer:

1.	Örebro SS	3.586,1	13.429,9
2.	Tunafors SK	2.852,2	12.568,3
3.	Simavdeln. 1902 ..	2.917,4	12.072,9
4.	Upsala SS	2.775,5	11.160,4
5.	Karlstads SS	2.391,4	10.729,6
6.	Karlskrona SS ...	2.521,4	9.953,9
7.	Göteborgs KK ...	—	7.116,0

Individuellt:

1) Göran Åberg, Örebro 1.06,9. 2) Bengt-Olov Almstedt, Örebro 1.12,4. 3) Willy Hemlin, S 02 1.13,8. 4) Bengt Karlsson, Upsala 1.17,0. 5) Runar Svensson, Tunafors 1.17,4. 6) Christer Bergenudd, Örebro 1.19,7. 7) Gunnar Karlsson, Tunafors 1.20,2. 8) Evert Lindgren, S 02 1.20,6. 9) Ernst Rydahl, Karlstad 1.22,0. 10) Kjell Nilsson, Karlskrona 1.23,7. 11) Karl-Erik Rahlén, Örebro 1.24,6. 12) Tordh Lindahl, Upsala 1.25,4. 13) Christer Boberg, Karlstad 1.27,4. 14) Kenneth Karlegärd, Karlskrona 1.29,3. 15) Bo Pettersson, Upsala 1.29,5. 16) Kaj Falmer, S 02 1.29,6. 17) Olle Andersson, Tunafors 1.30,0. 18) Stig Åke Persson, Tunafors 1.31,3. Leif Stjernberg, Upsala 1.31,3. 20) Björn Ramström, Karlskrona 1.32,3. 21) Jan Smedius, S 02 1.32,6. 22) Bengt-Åke Christensson, Karlskrona 1.33,4. 23) Olle Ahlstrand, Karlstad 1.38,7. 24) Johan Broms, Karlstad 1.44,2.

B-juniorer:

1.	Helsingborgs SS .	2.836,5	11.672,9
2.	Sthlmspolisens IF	2.971,6	11.251,8
3.	SK Poseidon ...	2.904,8	11.216,7
4.	Simavdeln. 1902	2.674,2	10.806,1
5.	Upsala SS	2.427,1	10.331,7
6.	Karlstads SS ...	2.221,5	10.198,0
7.	Norrköpings KK	2.283,4	*9.907,3
8.	Örebro SS	2.201,3	9.569,5
9.	Rönnskärs IF ...	2.015,1	9.226,4
10.	Munksunds SS ..	2.377,0	8.941,3
11.	Göteborgs KK	—	5.276,2

Individuellt:

1) Gunnar Lenning, Helsingborg 1.13,0. 2) Knut Leijon, Poseidon 1.14,0, 3) Håkan Bengtsson, Sthlmspol. IF 1.14,7. 4) Rolf Hedeberg, S 02 1.17,7. 5) Lars-Olof Jönsson, Helsingborg 1.19,2. 6) Leif Hamlin, Sthlmspol. IF 1.20,1. 7) Torbjörn Hamrö, Upsala 1.21,8. 8) Olle Jeising, Sthlmspol. IF 1.24,0. 9) Göran Christenson, Poseidon 1.24,1. 10) Tomas Sjöström, S 02 1.25,8. 11) Tage Lundmark, Munksund 1.27,4. 12) Rolf Ståhl, Poseidon 1.28,5. 13) Stig Lundberg, Munksund 1.28,6. 14) Bo Pettersson, NKK 1.29,4. 15) Torbjörn Freijd, Poseidon 1.29,6. 16) Bo Hansson, Karlstad 1.29,9. 17) Krister, Egnér, Upsala 1.30,0. Lars Norén, Rönnskär 1.30,0. 19) Hans Olsson, NKK 1.31,5. 20) Bertil Karlsson, Upsala 1.32,1. 21) Ulf Bergenudd, Örebro 1.33,1. Per-Olov Sandquist, Örebro 1.33,1. 23) Bo Johansson, S 02 1.33,2. 24) Anders Lundell, Örebro 1.33,3. 25) Kurt Lindgren, S 02 1.33,7. 26) Lennart Gustavsson, Karlstad 1.34,1. 27) Bert Svensson, Sthlmspol. IF 1.34,2. 28) Bengt-Göran Bergqvist, Helsingborg 1.34,7. 29) Lennart Svärd, Karlstad 1.36,6. 30) Hans Forslund, Munksund 1.36,7. 31) Roland Lundberg, Munksund 1.37,0. 32) Lars Jonsson, NKK 1.37,4. 33) Bo Påhlsson, Helsingborg 1.38,0, 34) Tommy Ekström, Rönnskär 1.39,0. 35) Rein Tarkpea, NKK 1.39,5. 36) Björn Ehrenroth, Karlstad 1.41,6. 37) Ulf Kadin, Rönnskär 1.42,0. 38) Håkan Bergh, Örebro 1.44,8. 39) Håkan Söderström, Upsala 1.45,0. 40) Fred Lindgren, Rönnskär 1.53,1.

* Genom protest mot överårig simmare har Norrköpings KK:s resultat från första omgången reducerats med 836,5 p.

DAMER

Seniorer:

1.	Örebro SS	2.254,2	10.889,1
2.	Karlskrona SS ...	2.480,1	10.783,4
3.	Upsala SS	2.048,9	9.126,3

Individuellt:

1) Kerstin Laestadius, Örebro 1.34,6. 2) Maj-Lis Hansson, Karlskrona 1.39,1. Berit Gustafson, Upsala 1.39,1. 4) Berit Mattson, Örebro 1.41,7. 5) Gun-Inger Petersson, Karlskrona 1.43,4. 6) Ann-Margret Hansson, Karlskrona 1.43,6. 7) Ingegerd Hansson, Karlskrona 1.45,7. 8) Inga Danielsson, Upsala 1.51,3. 9) Christine Egby, Örebro 1.53,9. 10) Ingela Högling, Upsala 1.59,8. 11) Margareta Bylander, Upsala 2.09,0. 12) Cecilia Ekman, Örebro 2.11,2.

A-juniorer:

1.	SK Neptun	3.237,3	14.542,1
2.	Tunafors SK	2.916,9	13.232,2

3. Upsala SS	2.553,9	11.399,0
4. Helsingborgs SS ..	2.446,4	10.693,9
5. Simavdeln. 1902 .	2.366,7	10.534,4
6. SK Ägir	—	8.768,6
7. Karlstads SS	—	6.969,3

Individuellt:

1) Tanya Nilsson, Neptun 1.24,1. 2) Birgitta Eriksson, Tunafors 1.26,8. 3) Anita Hellström, Neptun 1.27,7. 4) Birgitta Öhman, Neptun 1.29,8. 5) Barbro Persson, Upsala 1.34,2. 6) Gudrun Norrman, Tunafors 1.37,2. 7) Ann-Catrin Andersson, Tunafors 1.37,3. 8) Anita Karlsson, Upsala 1.37,4. Totta Mathiasson, Helsingborg 1.37,4. 10) Marianne Gustavsson, S 02 1.38,7. 11) Ingegerd von Bahr, Upsala 1.39,2. 12) Agneta Karlsson, Tunafors 1.39,8. 13) Birgitta Andersson, Neptun 1.41,0. 14) Lena Lundström, Helsingborg 1.43,9. 15) Gunnel Johansson, S 02 1.45,3. 16) Irene Ohlsson, S 02 1.46,4. 17) Solveig Thompson, Helsingborg 1.46,7. 18) Inga-Greta Eriksson, Helsingborg 1.47,2. 19) Angela Karlsson, S 02 1.52,1. 20) Britt Thornblad, Upsala 1.59,9.

B-juniorer:

1. Munksunds SS ...	2.699,7	12.016,2
2. SK Ägir	2.328,7	11.203,8
3. Karlstads SS	2.181,2	10.422,9
4. Norrköpings KK .	2.679,7	10.371,8
5. Upsala SS	2.499,3	10.065,1
6. Simavdeln. 1902 .	2.048,9	9.396,7
7. Rönnskärs IF ...	1.898,4	8.709,5
8. IFK, Sthlm	—	8.361,9
9. SK Najaden	—	2.603,2

Individuellt:

1) Mona Flodström, Munksund 1.27,2. 2) Inga-Lill Blomgren, NKK 1.32,8. 3) Gunilla Ekblom, Ägir 1.35,7. 4) Inger Thorngren, Upsala 1.38,2. 5) Gudrun Jansson, NKK 1.40,2. 6) Liv Lernfeldt, Upsala 1.40,2. 7) Lillemor Ramstedt, NKK 1.40,5. 8) Ulla-Britt Lindfors Munksund 1.41,5. 9) Gudrun Stensryd, Karlstad 1.42,8. 10) Gerd Abrahamsson, Munksund 1.43,0. 11) Irene Sandberg, NKK 1.43,3. 12) Gunilla Nygren, Upsala 1.43,6. 13) Gunilla Olsson, S 02 1.44,2. 14) Lilian Grevner, Ägir 1.45,0. 15) Gunilla Bergdahl, Munksund 1.46,2. 16) Lena Högling, Upsala 1.48,8. 17) Angela Lundström, Rönnskär 1.50,6. 18) Eva Stensryd, Karlstad 1.51,4. Lena Björklund Karlstad 1.51,4. 20) Lena Wahlgren, S 02 1.51,8. 21) Lena Rosell, Ägir 1.52,2. 22) Britt Est, Karlstad 1.54,2. 23) Ingrid Olsson, Ägir 1.55,0. 24) Eva Norrö, Rönnskär 1.55,0. 25) Ulrika Klingenstjerna, S 02 1.58,7. 26) Anita Nordblad, S 02 2.00,2. Kerstin Berg, Rönnskär 2.00,2. 28) Eva Björkengren, Rönnskär 2.06,2.

GRUPP II

HERRAR

Seniorer:

1. Sundbyberks IK ..	3.299,0	12.557,8
2. Umeå SS	3.179,2	12.436,8
3. Hvetlanda SS ...	1.691,9	8.931,1

Individuellt:

1) Lennart Lindberg, Umeå 1.12,9. 2) Lars Sundström, Sundbyberg 1.14,1. 3) Lars Edstedt, Umeå 1.15,8. 4) Bengt Eriksson, Sundbyberg 1.19,7. Karl Tenglin, Sundbyberg 1.19,7. 6) Olle Karlsson, Sundbyberg 1.19,9. 7) Åke Olofsson, Umeå 1.23,7. 8) Christer Andersson, Umeå 1.29,2. 9) Jussi Lindhe, Hvetlanda 1.32,0. 10) Per-Ove Carlsson, Hvetlanda 1.35,0. 11) Ingvar Askling, Hvetlanda 1.36,8.

A-juniorer:

1. Hudiksvalls SS ..	2.518,6	10.807,9
2. Skövde SS	2.245,4	10.393,8

Individuellt:

1) Göran Åhs, Hudiksvall 1.17,6. 2) Olle Strömqvist, Hudiksvall 1.23,1. 3) Bo Jonsson, Skövde 1.26,8. 4) Sten-Erik Andersson, Skövde 1.30,9. 5) Sture Carlsson, Skövde 1.36,1. 6) Jan Widell, Hudiksvall 1.42,0. 7) Ingvar Bratt, Hudiksvall 1.43,9. 8) Lars-Erik Andersson, Skövde 1.49,5.

B-juniorer:

1. Västerås SS	2.430,0	10.762,0
2. Skövde SS	2.105,9	9.318,6
3. Sala SS	2.015,9	9.073,2
4. Sundbybergs IK .	2.045,8	8.804,4
5. Hvetlanda SS ...	1.528,5	8.037,2
6. Hudiksvalls SS ..	1.664,4	7.553,0

Individuellt:

1) Sven Göran Johansson, Västerås 1.16,8. 2) Sören Jönsson, Skövde 1.27,0. 3) Leif Sjöblom, Sundbyberg 1.31,1. 4) Göran Åsberg, Sundbyberg 1.31,4. 5) Stig Åke Wallin, Västerås 1.31,6. 6) Folke Lindström, Skövde 1.32,4. 7) Tobbe Eckemark, Sala 1.34,7. 8) Ulf Andersson, Västerås 1.36,7. 9) B. O. Abrahamsson, Sala 1.39,6. 10) Jörgen Lans Sala 1.40,3. 11) Bengt Sköld, Skövde 1.45,2. Eje Gustavsson, Hvetlanda 1.45,2. 13) Jörgen Andersson, Hudiksvall 1.45,5. 14) C. O. Larsson, Sala 1.46,5. 15) Arvid Lewenhaupt, Sundbyberg 1.47,0. Lasse Gill, Hudiksvall 1.47,0. 17) Göran Rynger, Västerås 1.47,6. 18) Lars G. Strümpel, Hvetlanda 1.51,0. 19) Kjell Ohlander, Hudiksvall 1.51,5. 20) Hans Kihlström, Sundbyberg 1.53,0. 21) Ulf-Uno Karlsson, Skövde 1.53,1. 22) Anders Widell, Hudiksvall 1.57,4. 23) Jan Anders Dahlström, Hvetlanda 1.59,8. 24) Bo Nilsson, Hvetlanda 2.07,0.

DAMER

Seniorer:

1. Umeå SS	1.203,3	9.795,9

Individuellt:

1) Görel Brorsson, Umeå 1.41,6. 2) Birgitta Nystedt, Umeå 1.47,5.

A-juniorer:

1. Hudiksvalls SS ..	2.416,5	11.029,4
2. Skövde SS	2.566,7	10.938,4
3. Hvetlanda SS ...	2.367,8	10.743,8
4. Sala SS	2.172,0	9.499,9

Individuellt:

1) Gun Söderberg, Hudiksvall 1.30,5. 2) Ingar Svensson, Skövde 1.33,1. 3) Birgitta Andersson, Skövde 1.40,9. 4) Gunilla Norrman, Hvetlanda 1.42,0. 5) Monica Ling, Skövde 1.44,5. 6) Gunilla Maltesson, Hvetlanda 1.44,8. 7) Eleonora Kjellander, Hvetlanda 1.46,6. 8) Inger Dartman, Skövde 1.47,8. 9) Anita Broqvist, Hvetlanda 1.48,0. 10) Åsa Ström, Sala 1.48,3. 11) A. M. Karlsson, Sala 1.48,6. 12) Inger Crantz, Hudiksvall 1.49,2. 13) Margareta Lans, Sala 1.49,7. 14) Kristina Jonsson, Hudiksvall 1.50,0. 15) Britt Wahlin, Hudiksvall 1.52,0. 16) Margareta Wiklund, Sala 1.53,3.

B-juniorer:

1. Hudiksvalls SS ..	2.355,8	11.086,0
2. Skövde SS	2.409,8	10.806,1
3. Sundbybergs IK ..	2.339,8	10.260,6
4. Västerås SS	2.485,9	8.827,4
5. Hvetlanda SS ...	1.635,9	7.983,7

Individuellt:

1) Eva Tiselius, Västerås 1.32,6. 2) Maud Karlsson, Hudiksvall 1.34,8. 3) Ann-Marie Eriksson, Skövde 1.36,0. 4) Gerd Wedberg, Västerås 1.37,4. 5) Britt-Marie Andersson, Sundbyberg 1.40,0. 6) Gunnel Larsson, Skövde 1.40,5. 7) Lena Örtengren Sunbyberg 1.45,0. 8) Birgitta Lyemark, Sundbyberg 1.47,0. 9) Lena Westerlund Hudiksvall 1.47,1. 10) Ulla Blomqvist, Skövde 1.48,4. 11) Ulla Berglund, Västerås 1.49,8. 12) Kristina Törnqvist, Hudiksvall 1.50,3. 13) Margareta Pettersson, Sundbyberg 1.52,8. 14) Eva Söderberg, Hudiksvall 1.52,9. 15) Inger Blomqvist, Skövde 1.55,7. 16) A. M. Wiklund, Västerås 1.56,3. 17) Lena Forsum, Hvetlanda 2.05,0. 18) Marianne Nelzén, Hvetlanda 2.06,0. 19) Yvonne Håkansson, Hvetlanda 2.06,8. 20) Solveig Andersson, Hvetlanda 2.08,9.

GRUPP III

HERRAR

Seniorer:

1. Kalmar SS	4.015,6	15.408,2
2. Varbergs SLS	3.564,9	13.253,5
3. SK Laxen	3.009,2	12.416,3
4. Brännans IF	2.882,0	11.190,8

Individuellt:

1) Arne Johansson, Kalmar 1.07,1. 2) Ingemar Öberg, Kalmar 1.08,5. 3) Gert Hultgren, Varberg 1.10,8. 4) L. E. Rymark, Varberg 1.13,2. 5) Göran Kindström, Kalmar 1.14,2. 6) Evert Johansson, Kalmar 1.14,6. 7) Lennart Johansson, Varberg 1.15,4. 8) Jan Eric Holmström, Laxen 1.16,0. 9) Leif Isaksson, Laxen 1.16,4. 10) Nils-Olof Svensson, Laxen 1.16,6. 11) Anders Söderqvist, Brännan 1.20,8. 12) Ola Söderqvist, Brännan 1.21,2. 13) Wiktor Sandström, Brännan 1.22,0. 14) Bertil Borgström, Varberg 1.23,0. 15) Owe Andersson, Brännan 1.32,0. 16) Lars-Göran Carlsson, Laxen 1.50,4.

A-juniorer:

1. Sundsvalls SS	2.731,4	11.643,4
2. Skellefteå SK ...	2.865,8	11.492,9
3. Huskvarna SLS ..	3.005,7	11.357,0
4. Brännans IF	2.101,1	8.839,1
5. Värnamo SS	—	5.152,8

Individuellt:

1) Gunnar Bergengren, Skellefteå 1.14,0. 2) Lars-Evert Andersson, Huskvarna 1.17,2. 3) Lars Gustafsson, Huskvarna 1.20,0. Gunnar Nordin, Sundsvall 1.20,0. 5) Per-Arne Magnusson, Huskvarna 1.23,6. 6) Rolf Berlin, Sundsvall 1.23,8. 7) Nils P. Lindvall, Skellefteå 1.25,8. 8) Ulf Ökvist, Skellefteå 1.26,0. 9) Anders Tillström, Huskvarna 1.28,0. 10) Sture Kronman, Sundsvall 1.29,8. 11) Bo Hagberg, Brännan 1.31,0. 12) Tommy Berglund, Sundsvall 1.31,6. 13) Sten Lindgren, Brännan 1.31,9. 14) Åke Johansson, Skellefteå 1.33,3. 15) Kjell Leander Brännan 1.38,8. 16) Bengt Wikström, Brännan 1.55,3.

B-juniorer:

1. Kalmar SS	3.227,0	12.166,9
2. SK Laxen	2.712,7	10.979,2
3. Sundsvall SS	2.189,2	9.707,8
4. Brännans IF	1.583,6	8.452,5
5. Harnäs SS	879,3	3.134,0
6. Värnamo SS	—	1.830,6

Individuellt:

1) Lennart Lovén, Kalmar 1.14,6. 2) Karl-G. Rosencrantz, Laxen 1.15,0. 3) Börje Jacobsson, Kalmar 1.18,8.4) Bo Olsson, Kalmar 1.19,9. 5) Göran Karlsson, Kalmar 1.23,7. 6) Nils Öberg, Sundsvall 1.25,9. 7) Lars Meuller, Laxen 1.28,4. 8) Mats Svensson, Laxen 1.30,0. 9) Ulf Hägglund, Laxen 1.35,8. 10) Björn Ölund, Sundsvall 1.37,7. 11) Lars Tenggren, Brännan 1.39,2. 12) Lennart Gleerup, Sundsvall 1.39,4. 13) Göran Åström, Sundsvall 1.43,8. 14) Reine Fyhr, Harnäs 1.44,2. 15) Per Wallström, Harnäs 1.50,2. 16) Bengt Pettersson, Brännan 1.51,2. 17) Anders Skarin, Brännan 1.54,0. 18) Heikki Kosonen, Brännan 2.18,4.

DAMER

Seniorer:

1. Kalmar SS	3.000,9	13.844,0

Individuellt:

1) Britta Högsell, Kalmar 1.31,0. 2) Kajsa Råberg, Kalmar 1.34,0. 3) Birgitta Jeansson, Kalmar 1.34,2. 4) Barbro Carlander, Kalmar 1.35,0.

A-juniorer:

1. Skutskärs IF	2.752,0	12.947,4
2. Harnäs SS	2.922,1	12.909,3
3. Brännans IF	2.601,7	11.868,7
4. Skellefteå SK	2.447,0	10.928,8
5. Huskvarna SLS ..	2.390,6	10.104,0
6. Varbergs SLS	2.099,9	10.012,1
7. Värnamo SS	—	5.389,7

Individuellt:

1) Elisabeth Ancarkrona, Harnäs 1.29,4. Lisbeth Leksén, Skutskär 1.29,4. 3) Vailet Ljung, Skutskär 1.30,6. 4) Kerstin Törnberg, Harnäs 1.31,2. Gun-Britt Mellberg, Brännan 1.31,2. 6) Ulla Molin, Varberg 1.31,5. 7) Louise Ancarkrona, Harnäs 1.33,4. 8) Marianne Friberg, Huskvarna 1.34,7. 9) Anna-Maj Lindström, Brännan 1.35,2. 10) Eva Björklund, Skellefteå 1.37,6. 11) Mona Frimodig, Skellefteå 1.39,4. 12) Inga-Lena Lindström, Brännan 1.40,6. 13) Barbro Egerstedt, Skellefteå 1.41,9. 14) Birgit Andersson, Huskvarna 1.43,5. 15) Kaisa Hörberg, Skutskär 1.44,8. 16) Kerstin Svensson, Huskvarna 1.45,5. 17) Kristina Skyman, Harnäs 1.48,2. 18) Kerstin Sköld, Skutskär 1.50,8. 19) Ulla Ohlsson, Varberg 1.55,4. 20) Helena Lindvall, Skellefteå 1.56,6. 21) Gunilla Lundgren, Huskvarna 1.59,8. 22) Sigrid Ringblom, Brännan 2.02,0. 23) Gunnel Johansson, Varberg 2.03,5. 24) Ann-Britt Qvist, Varberg 2.09,1.

B-juniorer:

1. Kalmar SS	3.145,5	12.661,7
2. SK Laxen	—	9.424,4
3. Brännans IF	1.726,7	8.686,3
4. Harnäs SS	1.565,0	8.652,7

Individuellt:

1) Britta Karlsson, Kalmar 1.28,2. 2) Inga-Karin Eriksson, Kalmar 1.31,8. 3) Totan Johansson, Kalmar 1.32,6. 4) Margareta Widéhn, Kalmar 1.33,1. 5) Lena Forssius, Brännan 1.50,1. 6) Monika Eklöf, Harnäs 1.54,8. 7) Inger Bohlin, Brännan 1.59,2. 8) Lena Johnsson, Harnäs 2.06,6. 9) Barbro Medin, Brännan 2.13,5. 10) Birgitta Landén, Brännan 2.15,8. 11) Solveig Johnsson, Harnäs 2.20,8. 12) Inger Andersson, Harnäs 2.21,6.

Distrikten

Närkes Simförbund

Ordförande:
Nils-Erik Paulson, Örebro
Sekreterare:
Ove Boudrie, Bromsgatan 9, Örebro
Skattmästare:
Gunnar Skåål, Fabriksgatan 9, Örebro

Tävlingskalender:

30/3 Landskapsmatch mot Uppland i Örebro
27/4 Landskapsmatch mot Värmland i Karlstad
10—11/5 Mellansvenskt simmarting i Motala
26—27/7 DM i Lindesberg
10/8 Kretsmästerskapen

Tidpunkt och plats för DM på 1500 m frisim fastställes senare.

Kursverksamheten:

Under året kommer ett antal funktionärs- och domarkurser att anordnas. Den första kursen, omfattande enbart simning, äger rum i Örebro den 27 och 28 mars.

Träningsläger kommer att äga rum i juli månad. Instruktionsverksamhet i Örebro simhall i likhet med föregående år äger rum med början i mars.

Värmlands Simförbund

Ordförande:
Ture Carlsson, Säffle
Sekreterare:
Björn Nyström, Hermesgat. 8, Kristinehamn

Tävlingsdata:

27/4 Landskapsmatch Närke-Värmland i Karlstad
20/7 JDM utomhus, arrangörer Karlstads SS
26—27/7 DM utomhus, arrangörer Kristinehamns SS
3/8 Lilla DM, arrangörer Storfors SS, Simsektionen
1—20/8 DM och JDM i vattenpolo.

Kurser:

16/3, 23/3, 30/3, 13/4 1958: Instruktörskurs för utbildande av hoppare, hoppdomare samt hoppinstruktörer i Karlskogas Badhus. Ledare badmästare Olle Elmberg.

För utbildande av siminstruktörer, två söndagar under maj månad, ledare Tamas Borossy, Karlstad.

5/8—12/8 Gräsmarkslägret, träningsläger för simmare, ledare badmästare Birger Borgstedt, Hudiksvall.

Föreningsledare får ny Bosökurs

Liksom närmast föregående år kommer Riksidrottsförbundet och Simförbundet även i år och närmare bestämt den 26 april—3 maj att anordna en ungdomsledarkurs vid riksidrottsinstitutet på Bosön.

Alla intresserade föreningsledare bör passa på tillfället att deltaga i denna kurs, som har gott rykte om sig att vara verkligt givande. Efter fjolårets kurs skrev en av deltagarna, Gert Stigborg, sekreteraren i Skånes Simförbund, i "Simsport": Kursen var mycket givande, en absolut fullträff, och samtliga deltagares önskemål är en fortsättningskurs . . ."

Fjolårets kursledare Kalle "Badis" Andersson har utlovat sin medverkan även i år, vilket borgar för en god ledning. Kostnaderna för deltagande i kursen är små, endast en anmälningsavgift på kr. 25:— upptages. Rese- och uppehållskostnaderna är fria. Anmälningar skall dock göras senast den 10 april till Svenska Simförbundet.

Kan Du hoppreglerna?

Svar på frågorna från sid. 11.

1. Den återstående siffran är 2½. Ett hopp, som utförts i fel stilart, får av domaren bedömas med högst 4½. Hoppledaren har sedan att draga av 2 poäng för felaktigt anlopp. Den återstående siffran kan alltså vara högst 2½. (Se § 18, anm., och § 17, c.)
2. Ja, alla hopp är numera tillåtna för damer och 3½ volt framåt finns upptagen i tabellen för såväl svikthopp som höga hopp.
3. Hoppet skall bedömas med 0 poäng genom hoppledarens försorg. Hopparen har gjort mer än ¾ skruv, och hoppet är då att anse som huvudhopp framåt med 1 skruv, vilket hopp har ett annat nummer i tabellen (se § 18). Därest hoppledaren är osäker om hur stor skruven var i nedslaget kan han blåsa upp domarsiffrorna och låta domarna avgöra, om hoppet skall bedömas med 0 poäng eller ej.
4. A och C får fortsätta tävlingen. A har endast utfört fel hopp, vilket inte är diskvalificerande. B har utan giltigt skäl avstått från att hoppa och uteslutes. C äger rätt att fortsätta, då skada på grund av olycksfall ej är diskvalificerande. (Se § 15, andra stycket.)

*

Holländskan Tineke Lagerberg har på 25-metersbana i Naarden noterat 1.10,2 på 100 m fjäril. Tvåan Wille Lamboer hade 1.13,2. På 100 m frisim hade Tineke 1.06,2 och Willie 1.09,0.

Röjdykarna bäst

28—19 blev resultatet i klubbmatchen i simning mellan röjdykarna och Karlskrona Simsällskap. I röjdykarnas lag var Lennart Fröstad och Ralf Liljegren samt Lennart Johansson med och simmade. Karlskrona Simsällskap kunde glädja sig åt två fina noteringar. Om tävlingen varit regelmässigt utlyst, så skulle två nya Blekingerekord fått antecknas, nämligen för 15-åringen Kjell Nilsson, som hade 2.57,8 på 200 m bröstsim och Torsten Brunström, 1.16,3 på 100 m ryggsim.

Resultat: 100 m frisim: 1) Lennart Johansson, Röjd. 1.06,1, 2) Ralf Liljegren, Röjd. 1.06,5, 3) Kenneth Karlegärd, KSS 1.06,6, 4) Ove Petersson, KSS 1.08,2. *100 m ryggsim:* 1) Torsten Brunström, KSS 1.16,3, 2) Ralf Liljegren, Röjd. 1.21,3, 3) Leif Malmsten, KSS 1.23,4, 4) Lennart Fröstad, Röjd. 1.55,0. *200 m bröstsim:* 1) Lennart Fröstad, Röjd. 2.56,4, 2) Kjell Nilsson, KSS 2.57,8, 3) Gerth Karlsson, KSS 3.07,8, 4) Lennart Johansson, Röjd. 3.48,3, 5) Hans Kind, KSS, utom tävl. 3.17,4. *Lagkapp 4×50 m frisim:* 1) Röjdykarna 1.59,3, 2) Karlskrona SS 1.59,4. *Lagkapp 4×50 m medley:* 1) Röjdykarna 2.18,0, 2) Karlskrona SS 2.20,7.

Svenska simserien

Några poängsiffror från föreningarna om deras ställning i den nya svenska simserien har ännu inte kommit in, men med ledning av till simkommitténs sekreterare insända resultatlistor från tävlingar, arrangerade före den 10 mars, har följande sammanställning kunnat göras. Här är dock inte deltagarna uppdelade i resp. åldersklasser, utan de 10 bästa resultaten från varje förening har medtagits. Endast tre föreningar på herrsidan och en på damsidan kan redovisa poäng för 10 deltagare enligt den grenfördelning som tävlingsreglerna föreskriver. Ställningen är alltså: Herrar: Neptun 9.364,5 p. Polisens IF 9.034,9 p. Upsala SS 8.169,9 p. Damer: Neptun 10.132,2 p.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
inbjuder härmed till
1958 års

Svenska Juniormästerskap

i simning och hopp i *Simhallsbadet, Malmö,* enligt följande program:

Lörd. den 13 april kl. 14 (försök) och kl. 19.30 (finaler)
400 m frisim, damer
400 m frisim, herrar
Höga hopp, damer
Höga hopp, herrar

Sönd. den 13 april kl. 10,30 (försök) och kl. 17 (finaler)
100 m frisim, herrar
100 m ryggsim, damer
200 m bröstsim, herrar
Svikthopp, damer
100 m frisim, damer
100 m fjärilsim, herrar
200 m bröstsim, damer
100 m ryggsim, herrar
100 m fjärilsim, damer
Svikthopp, herrar
4×100 m medley, damer
4×100 m medley, herrar

Tävlingsanmälningar skall vara Svenska Simförbundet, Sveavägen 29, Stockholm, tillhanda senast den 6 april. Anmälande förening skall bestyrka anmäld simmares bästa årsresultat i den eller de grenar vederbörande ämnar starta. Förening är skyldig att senast kl. 10.00 dagen före tävlingsdagen återtaga anmälan för deltagare eller lag som ej kommer at starta. Uteblir deltagare utan godtagbar anledning uttages en straffavgift av kr. 5:— per deltagare och gren.

Anmälan om inkvartering göres snarast möjligt och senast 5/4 till Malmö Simallians, c/o Malmö SS, Simhallsbadet, Malmö.

Glede av »Simsport«

Som formann i Bergens Svömme og Livreddningsklubb kan jeg meddele at vi har hatt megen glede og nytte av Deres Blad, og et bedre kjennskap til svensk svömmesport. Et kjennskap som sikkert vil kunne utbygges naermere når vår svömmehall, som er under opförelse, og om knappe to år vil vaere ferdig.

Venlig hilsen
Einar Olsvik

Fackmannen
Hantverkaren

är bästa garantin vid köp,
beställningar, reparationer,
gravering och allt övrigt inom yrket

Vänd Eder till

JUVELERARE
GUNNAR FAHLSTRÖM
SVEAVÄGEN 33 · STOCKHOLM
TEL. 20 93 39

Ni behöver



ett
RING-REGISTER

EOS RING-register organiserar Edra "minnesnummer" på ett lika smidigt som tillförlitligt sätt.
EOS RING-register serverar det rätta telefonnumret — precis när Ni behöver det.

Begär prospekt.

ENGWALL & STRÅHLE
AKTIEBOLAG
Växel 23 13 55 STOCKHOLM



MEDALJER, PLAKETTER
KLUBBMÄSTERSKAPSTECKEN
FÖRENINGSMÄRKEN
DELTAGAREMÄRKEN

Skissförslag fritt på begäran!

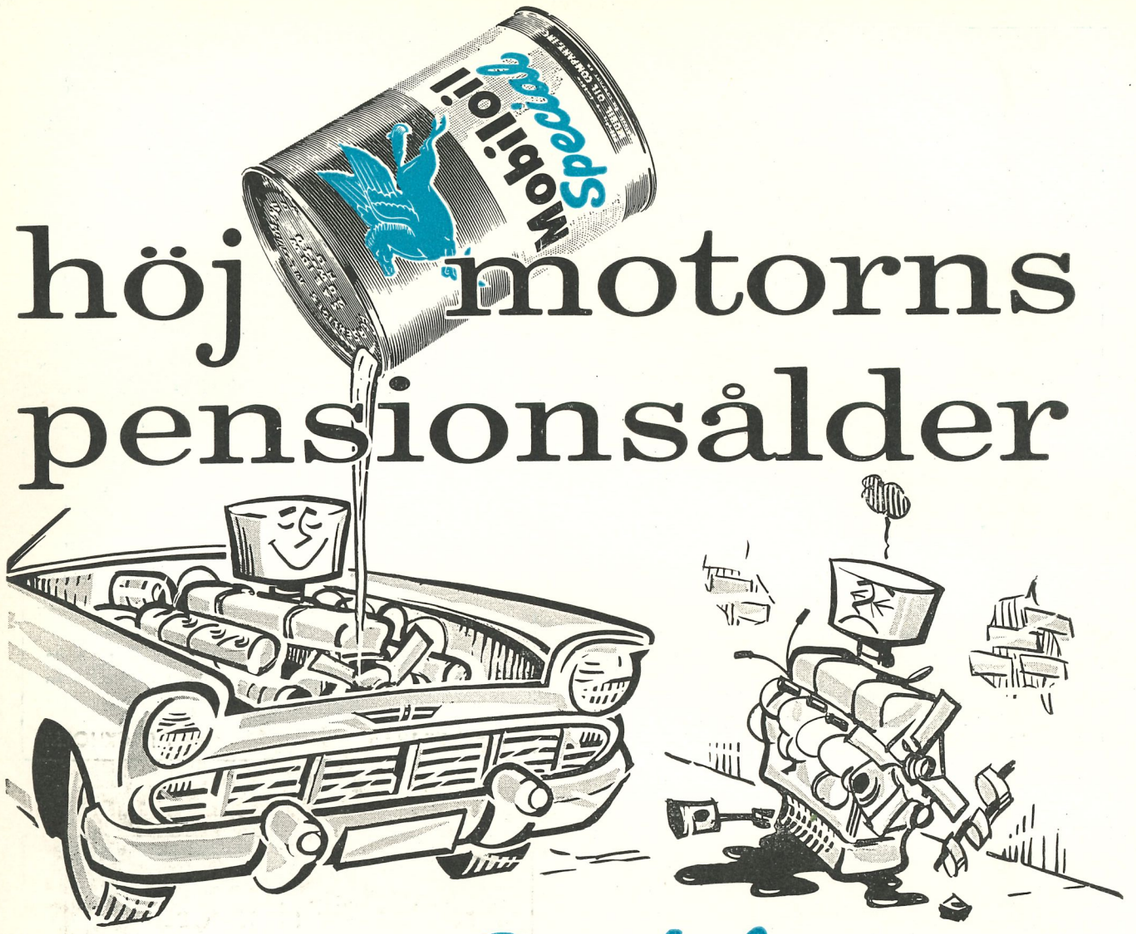
SPORRONG & CO
Kungsgatan 17 - Stockholm 7 - Telefon: 22 56 60

Artiklar för simsport

★ SVIKTAR *av limmad furu*
★ SVIKTMATTOR *av kokosgarn*
★ SVIKTANORDNINGAR
★ AVGRÄNSNINGSLINOR *med flöten för simbanor*
★ SIMDYNOR *av styrofor och gummi*
★ SIMSTÄNGER *av aluminium*
★ VATTENPOLOBOLLAR *i impregnerat läder*
★ LIVBOJAR *lagenliga av kork och styrofor*
★ RÄDDNINGSSTÄNGER
★ DJUPDYKNINGSSÄNKEN
★ LIVRÄDDNINGSATTRAPPER

IDROTTSMAGASINET
Birger Jarlsgatan 5 Stockholm Telefon växel 20 88 25

höj motorns pensionsålder



Mobiloil ***Special***

håller motorn yngre längre

Många ovänner vill göra livet surt för Er motor. Mobiloil Special neutraliserar dem alla. Den har en livsförlängande skyddsverkan.

- **Mobiloil** ***Special*** skyddar redan från starten — även i mycket sträng kyla — alla vitala delar i Er motor.
- **Mobiloil** ***Special*** eliminerar den frätande korrosionen som uppträder innan motorn nått arbetstemperatur.
- **Mobiloil** ***Special*** klarar också höga temperaturer och ogynnsamma arbetsförhållanden utan att svikta.

Det ligger 92 års erfarenhet i petroleumbranschen bakom Mobiloil Special och dess egenskaper. Det är oljan som lägger år till Er motors livslängd.

rätt olja **Mobil** året runt

Affärstryck/Engwall & Stråhle AB, Sthlm 1958

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



4

APRIL 1958 · ÅRGÅNG 13