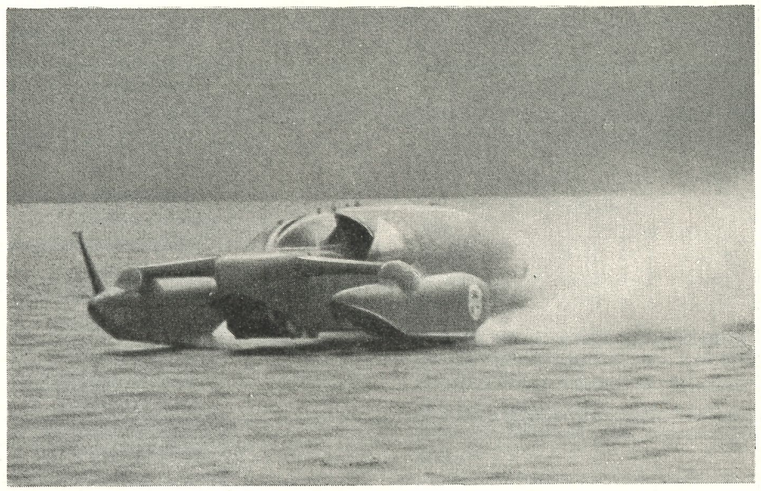
Berömda **Mobil** -prestationer 1956

Nytt fartrekord för båtar



Nytt världsrekord till sjöss sattes den 19 september 1956 på Lake Coniston i nordvästra England av Donald Campbell, som med readrivna "Blue Bird" nådde 362,3 km/tim. Det var tredje gången under drygt ett år som Campbell lyckades slå rekordet med sin 2,5 tons "Blue Bird". Den nära 8 meter långa båten drivs av Metropolitan Vickers "Beryl" flygmotorer med en sammanlagd dragkraft av 1 950 kg.

Lösningen av smörj- och bränsleproblemen för Campbells "jättekräfta" överläts helt på Mobil Oil. Som bränsle användes Mobilgas Turbin Fuel — och för smörjningen valde man Mobiloil, världens mest sålda motorolja.
Tack vare omfattande och ständigt pågående forskning kan Mobil Oil lösa de svåra smörjproblem, som uppstår under nutida avancerade fartexperiment. Det är de erfarenheter som idag vinns på rekordbanorna, som kommer morgondagens vardagsbilister till godo. Mobil Oil har 90 års erfarenhet . . . och ligger år före när det gäller att framställa ytterligare förbättrade produkter.

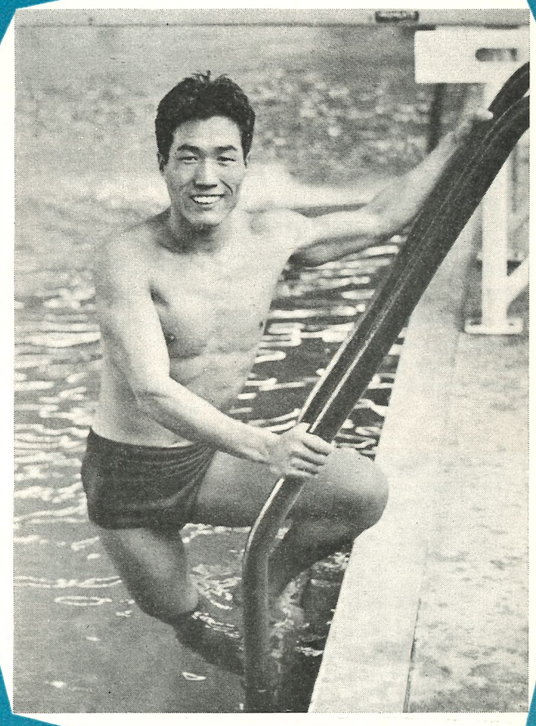
Mobil

Ständigt en hästlängd före

AFFÄRSTRYCK
Engwall & Stråhle Aktiebolag
1957

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport

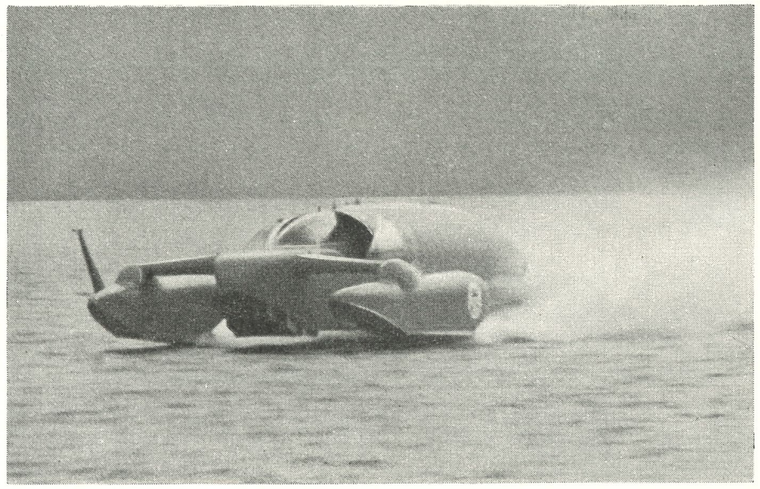


2

20 FEBRUARI 1957 · ÅRGÅNG 12

Berömda **Mobil** -prestationer 1956

Nytt fartrekord för båtar



Nytt världsrekord till sjöss sattes den 19 september 1956 på Lake Coniston i nordvästra England av Donald Campbell, som med readrivna "Blue Bird" nådde 362,3 km/tim. Det var tredje gången under drygt ett år som Campbell lyckades slå rekordet med sin 2,5 tons "Blue Bird". Den nära 8 meter långa båten drivs av Metropolitan Vickers "Beryl" flygmotorer med en sammanlagd dragkraft av 1 950 kg.

Lösningen av smörj- och bränsleproblemen för Campbells "jättekräfta" överläts helt på Mobil Oil. Som bränsle användes Mobilgas Turbin Fuel — och för smörjningen valde man Mobiloil, världens mest sålda motorolja.
Tack vare omfattande och ständigt pågående forskning kan Mobil Oil lösa de svåra smörjproblem, som uppstår under nutida avancerade fartexperiment. Det är de erfarenheter som idag vinns på rekordbanorna, som kommer morgondagens vardagsbilister till godo. Mobil Oil har 90 års erfarenhet . . . och ligger år före när det gäller att framställa ytterligare förbättrade produkter.

Mobil *Ständigt en hästlängd före*

SIMSPORT

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

Nr 2 · 1957 · Årgång 12

Ansv. utg.
HENRY RUNSTRÖMER
Redaktör:
STIG OHLSSON
Telefon:
REDAKTÖREN 51 69 99
ANNONSER
11 53 04, 10 01 53
ANNONSCHEF CURT
LUNDGREN 23 13 55
KUNGÖRELSER 10 63 92
Prenumerationspris: kr. 6: – halvår kr. 3: – för 1957
Nästa nummer utkommer omkr. 15 mars

Sekreterarens spalt

Det nya året har börjat bra och alla tecken tyder på att det blir givande och händelserikt för oss simsportentusiaster även i fortsättningen.

Kate Jobson, vår talangfulla frisimmästarinna från Varberg ansågs av en enhällig jury som "1956 års fynd" i svensk idrott och får Dagens Nyheters stipendium 2.500 kronor att använda för sin idrottsliga i första hand eller sin personliga vidareutbildning.

I sin motivering framhöll juryn — som bestod av Bertil Nordenfelt, ordförande i Stockholms idrottsförbund, Alvar Thorson, förste gymnastikkonsulent och vice ordförande i Simfrämjandet, Per Strömbäck, ordförande i Svenska Brottningsförbundet, Sten Svensson, sekreterare i Sveriges olympiska kommitté, Tore Brodd, ordförande i Stockholms fotbollsförbund samt Dagens Nyheters sportchef Rudolf Eklöw och simsportredaktör Claes Sturm — att Kate Jobson under året definitivt slagit igenom både nationellt med SM-segrar och internationellt med ypperliga insatser i Melbourne, där hon visserligen inte kom till finalen på 100 m fritt men blev utslagen trots ny svensk rekordtid, den bästa någon europeiska nådde för övrigt.

Vi i simförbundsledningen gratulerar Kate till den välförtjänta belöningen. Vi är stolta och tacksamma för att vår kära simsport kommit i rampljuset.

Kate kan också stå som mönster för den ungdom som vill framåt, som vågar sikta högt. Det är den ungdom vi tror på och som vi i ledningen vill hjälpa fram. Kalle "Badis"" Andersson i Borås, som varit Kates instruktör och rådgivare under den kometliknande karriären, berättade i en DN-intervju:

— Flitigare elev än Kate kan man inte ha. Jag tvekar inte att på rak arm utnämna henne till en av de största talanger jag någonsin träffat på här i landet. Till EM 1958 är jag övertygad om att hon går ned på 1.04 blankt. Förutsättningarna finns. Vi har ju knappt börjat — tänk bara en pressning från 1,17 till 1,06 på något mer än ett år. Och ändå har Kate ännu inte lärt sig simma perfekt. Det fattas mycket när det gäller benspark och vändningar. Hon vet själv om bristerna och det är det tjusiga med henne i förening med den egenskapen att hon underställer sig tränarens intentioner. Samarbetsvilja är den enda väg som leder till de stora resultaten.

Kate Jobson lär fundera på att använda sitt stipendium för språk- och simstudier i Holland och det verkar klokt, ty där finns mycket att lära.

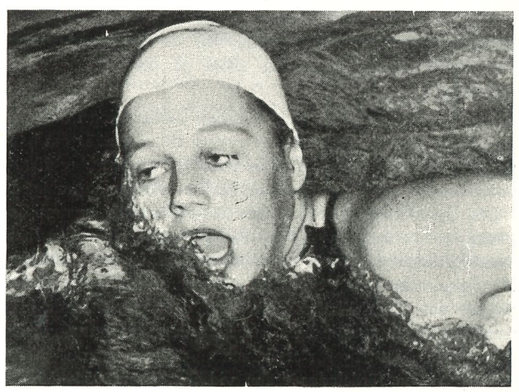
Det är dock inte bara varbergsflickan som har anledning att se framåt med förväntningar. Detta efterolympiska år ser ut att bli mycket händelserikt för alla våra simmare, hoppare och polospelare. Något "mellanår" blir det minst av allt.

Tävlingsprogrammet verkar "laddat" med SJM, SM, NM och landskamper mot Danmark, Finland, Italien och Tyskland. För de bästa hägrar resor till tävlingar litet varstans i Europa. Det gäller sålunda för våra ungdomar att träna effektivt och hårt för att kunna hävda sig i konkurrensen.

Kursverksamheten ser också ut att bli livlig i år. Vi planerar ett juniorläger på Bosön i juli. Distrikten kommer att få lämna förslag på talangfulla ungdomar i åldern 12—16 år och "morgondagens stjärnor" kommer under 10 dagar att drillas av våra främsta instruktörer. Hopparna kommer att upprepa fjolårets lyckade kurs i Mullsjö och på samma plats tänker polokommittén dra samman sina unga talanger. Vidare planeras i samarbete med RF en föreningsledarkurs.

Instruktörsproblemet är ännu olöst. Vi har verkligt rivande krafter, vilka utnyttjas 100-procentigt. Men vi behöver många, många flera. Inga ansträngningar kommer att skys för att utbilda nya. Modern tävlingsverksamhet går inte att driva utan goda lärare. Utan sådana hjälper det inte med aldrig så många fina badanläggningar och uppsjö på talanger.

Henry Runströmer.



Omslagsbilden: Japans bästa simhoppare Yutaka Baba tar sig upp ur bassängen i Melbourne efter ett träningshopp.

Lärdomar från Melbourne

Hur de australiska OS-vinnarna trimmades

— Av Henry Runströmer —

Australien blev inte alldeles oväntat bästa nation i simgrenarna vid de olympiska spelen i Melbourne. Värdnationens frisimmare hade ju imponerat stort redan före OS genom att förbättra en rad världsrekord och namn som Jon Henricks och Murray Rose på herrsidan samt Dawn Fraser och Lorraine Crapp på damsidan hade då och då kablats ut i världsrymden i samband med nya rekordtider.

Trots allt blev de australiska framgångarna i Melbourne större än vad expertisen räknat med — alla tre medaljerna på 100 m fritt i både dam- och herrklassen och i övrigt segrar i alla frisimklasserna. Dessutom världsrekord i båda lagkappsimningarna. Det var utklassning av konkurrenterna från andra världsdelar.

Vad var det då som skapade de stora framgångarna för de australiska simmarna, som nu berövade amerikanarna deras sedan flera decennier ledande ställning bland världens simnationer?

Det var inte bara favören av hemmabana, som i detta sammanhang dock inte saknar all betydelse. Det måste vara oerhört stimulerande att få tävla inför en så entusiastisk hemmapublik som den i Melbourne. Det märktes att simning är en nationalsport i Australien. Henricks och Rose var lika stora nationalidoler som någonsin "Mora-Nisse" och Sixten Jernberg, då det gällt längdlöpning på skidor här hemma i Sverige.

Nej, det var många flera bidragande orsaker och alla var idealiskt synkroniserade för att ge de stora resultaten i det rätta ögonblicket.

Alla de australiska simmarna hade en utmärkt stil, vilket är en grundförutsättning för all rekordsimning i den nuvarande världskonkurrensen. De hade dessutom en glänsande kondition och föreföll — vilket är det allra viktigaste — vara i en utomordentligt god psykisk balans inför de stora tävlingsuppgifterna.

Ett typexempel på ett taktiskt och psykologiskt riktigt planerat lopp var Murray Roses i 1500-metersfinalen, där han efter alla konstens regler utmanövrerade amerikanen George Breen, som i sitt försöksheat satte ett nytt fantastiskt världsrekord. Hur Breen än ryckte i början av loppet så fann han alltid efter vändningarna sin australiske huvudkonkurrent metern före sig. Det blev i långa loppet en alltför hård nervpress och Breen hade heller inte mycket att sätta emot i slutet av loppet, som han beräknat vinna på sin mördande utgångsfart.

Genom japanen Yamanakas oväntade inblandning i duellen, som han kanske rent av kunnat avgöra till sin favör om han tilltrott sig chansen i ett tidigare skede av loppet, blev 1500-metersfinalen de olympiska simningarnas stora glansnummer.

Det kan visserligen framhållas beträffande de australiska simmarna att deras olympiska förberedelser varit lika litet amatörmässiga som vissa öststaters med tanke på halvannat års systematisk träning med flitiga internat på lämpliga platser för utvalda OS-kandidater, men detta förhållande bör man inte stirra sig blind på, eftersom det tyvärr numera är en grundförutsättning för att kunna nå världstoppen.

I Australien fördelades redan vid årsskiftet 1954—55 de främsta simmarna från den stora kontinenten — 70 procent av dessa är f. ö. hemmahörande i Sidney med omgivningar, 20 procent i Melbourne och övriga Victoria — på en handfull tränare. Klubbintressena kom helt i andra hand. Utgifterna för de aktiva bestreds av dessas föräldrar och i viss mån av klubbarna. Instruktörerna sorterar direkt under det australiska simförbundet, som därigenom hade fullt överinseende över de olympiska förberedelserna, som alltså var centraldirigerade som i inget annat land runt om i världen.

De australiska instruktörerna voro värda ett kapitel för sig. Alla voro goda lärarkrafter, rekryterade från olika verksamhetsfält i samhället. Det var universitetslärare, ingenjörer och andra välutbildade yrkesmän med ett brinnande intresse för simning. Många av dem, men inte alla, hade tidigare själva varit aktiva simmare. Inför olympiska spelen fick de tillfälle att offra hela sin tid åt det som tidigare varit en hobby — siminstruktörsyrket. Men så hade också de ekonomiska förutsättningarna skapats för deras verksamhet. Åtminstone halvdussinet av de bästa hade garanterats en årslön på cirka 30.000 kronor omräknat i svensk valuta.

Jag fick under vistelsen i Melbourne många tillfällen att diskutera simträning med Harry Gallagher, instruktör för Henricks och Fraser, Frank Guthrie, instruktör för Crapp och Sam Herford, instruktör för Rose.

— Det är inga epokgörande nyheter bakom våra framgångar här i Melbourne, försäkrade Harry Gallagher. Vi har bara byggt vidare på de erfarenheter vi fått utifrån den stora världen från vilken vi är så avskild genom vår geografiska position. Främst har vi kopierat amerikanska träningsmetoder, speciellt som de utformats av Bob Kiphuth.

Simsporten är mycket populär i Australien men ungdomsrekryteringen är inte så stor som man skulle önska och jag tror att många europeiska länder i det avseendet har det bättre beviljat.

Men talanger dyker upp överallt i världen. Vi har tagit reda på dem och inte släppt dem ur sikte här nere. Redan i 12-årsåldern ser man det spirande ämnet och sedan gäller det att låta detta utvecklas under gynnsammaste betingelser, d. v. s. under sakkunnig instruktör.

Det är speciellt intressant att lyssna till Gallaghers redogörelse för specialtrimningen av olympiakandidaterna under det sista avgörande halvåret före Spelen.

— Nio månader varade det som vi kallar olympiaträningen. Den inleddes med hård gymnastikträning enligt modell Kiphuth och det var denna som gav grunden till en god kondition. Först sedan denna var klar gavs klartecken för vattenträning, som då inleddes med stilperioder.

I Helsingfors dominerade amerikanarna, men våra utsända rapportörer ansåg att "yankarna" överdrev bensparken till förfång för den goda koordinationen. Vi underskattar inte en god benspark, men vi tog fasta på att i främsta hand förbättra armtaget och där hade våra "ingenjörer" en hel del att komma med.

Det får inte läggas för stor kraft vid "isättningen" av armen men så mycket större i avslutningen av armtaget under kroppen.

Vi instruktörer samlades till gemensamma konferenser och diskuterade tekniska finesser. Vi samlade också de bästa simmarna och simmerskorna till läger för samträning.

Det var dock alltid förbjudet under träningsinternaten att bussa ihop de främsta, eftersom den individuella träningen inte fick störas. Vad som passar för den ene kanske inte alls passar för den andre, även om principerna för träning i stort sett är desamma för alla.

Vi gjorde "klimatiska" förflyttningar av de aktiva, som hela det sista halvåret hade tillfälle till utomhusträning. Vi har visserligen några inomhushallar i Australien, men träning är både hälsosammare och effektivare utomhus än inomhus.

Träningsprogrammen? Ja, de varierar som sagt från fall till fall. En sak är emellertid klar, nämligen att det numera aldrig förekommer "vrålkörning" på långa sträckor utan en kort men intensiv, daglig tempoträning är modellen.

Gallagher gav mig följande program, som han utarbetat för Jon Henricks slutträning inför OS:

Augusti (varje dag):

400 m uppmjukning — 4×200 m, första på 2.15, andra på 2.20 och de två sista på 2.25 vardera, 5 min. vila mellan varje — 400 m benspark — 30 min. vila — 16×50 m, alla på 27—30 sek. och 60 sek. vila mellan varje — 400 m uppmjukning.

September och oktober (varje dag):

400 m uppmjukning — 8×100 m på 59—63 sek. med 85—95 procents kraftuttagning och 5 min. vila mellan varje — 400 m benspark — 8×50 m efter 27-sekundersmall med 95-procentig kraftuttagning och 60 sek. vila mellan varje — 15 min. vila — 16 hårda 30-meterssprurter för full maskin.

I träningen ingick dessutom vid varje tillfälle löst stilsim med armarna, något bröst- och ryggsim, vändningar och starter.

Det är som synes ett hårt program som fordrar en god grundkondition. Sådan hade också australierna skaffat sig under vintern och våren.

Den tiden är förbi då melodien var att träna på långa och sövande sträckor, deklarerade de australiska instruktörerna med en mun. Tidens lösen är kortare arbete men så mycket intensivare och växlingsrikare.

— Vi påstår emellertid inte att de av oss tillämpade träningsmetoderna är de enda saliggörande, framhöll Gallagher, som dock hävdade som sin åsikt att de betyder en avgjort större möjlighet än de gamla metoderna att kombinera stjärnidrottsträning med civilt arbete. Tiden räcker bättre till.

Men det som var sanning i Melbourne behöver ju inte nödvändigtvis vara sanning i Rom, där världens simmare får tillfälle att på nytt mäta sina krafter 1960.

Många betydelsefulla beslut vid FINA:s kongress i Melbourne

Sveriges poloregler blev internationella

Enligt gammal tradition höll FINA (internationella simförbundet) kongress i samband med de olympiska spelen. I Melbourne var 33 nationer representerade, då presidenten Mario Negri (Argentina) öppnade det första sammanträdet i Universitetet den 26 november. Efter sex timmars förhandlingar ajournerades detta och delegaterna träffades sedan vid ett andra sammanträde i samma lokal den 8 november.

Resultatet av förhandlingarna blev en rad för simsporten mycket betydelsefulla beslut av vilka främst må nämnas:

Världsrekord får endast sättas på bana som mäter minst 50 meter.

Simning under vattenytan förbjuds för såväl bröst- som fjärilsim. (Endast ett arm- och bentag får göras under ytan efter startdykningen och vändning).

De svenska poloreglerna antogos i något modifierat skick. (Speltiden skall vara 2×10 min. och utsimning skall göras vid spelöppningen och efter halvtidspausen).

Hopptabellerna reviderades, en ny seriebestämmelse fastställdes för svikthopp, spärren för vissa svåra hopp för damer togs bor.

Det beslutades, att samtliga regeländringar skall träda i kraft från den 1 maj 1957, eftersom FINA-kongressen hölls så sent på året.

Till ny president i FINA valdes holländaren Jan de Vries, medan den svenska förbundsordföranden Bertil Sällfors omvaldes som generalsekreterare och engelsmannen H. E. Fern som skattmästare. Vicepresidenter blev W. Berge Phillips, Australien, V. Percuoco, Italien, K. Abe, Japan och A. Lemoine, Frankrike. Till övriga byråmedlemmar valdes B. Baier, Västtyskland, S. Firsov, Sovjet, J. Havelange, Brasilien, L. Johnson, USA och B. Rajki, Ungern.

Till ny ordförande i polokommittén valdes i Melbourne Sam Zuckerman, Sverige, och till ny ledamot av simkommittén Henry Runströmer, Sverige.

Kring världsrekorden utspann sig en livlig diskussion. FINA-byråns förslag var 50-metersbana som minimum. Internationella simkommittén föreslog två världsrekordlistor, en för korta banor (25 yards och 25 meter) och en för långa (50 meter och 55 yards). Engelsmannen Scott föreslog, att ingen ändring skulle göras. Ryssen Firsov ansåg, att det vore lämpligt med en övergångstid på fyra år från korta till långa världsrekordbanor. Vid omröstning vann FINA-byråns förslag majoritet med röstsiffrorna 43—14.

Poloreglerna blev också livligt debatterade, innan det modifierade svenska förslaget accepterades med rösterna 33—20. Belgien, Frankrike, Jugoslavien, Sovjet och Tyskland m. fl. nationer önskade behålla de gällande reglerna.

En motgång för Sverige blev det däremot i omröstningen om "badmästarregeln". Det framhölls av många delegater att det vore liktydigt med at ge professionalismen fria tyglar, om det gavs amatörstatus för lärare i elementär simundervisning. Röstsiffrorna blev 30—35. För det svenska förslaget röstade bl. a. Norge, Tyskland, Frankrike, Bulgarien, Polen, Rumänien, Sovjet, Ungern, Sydafrika, Nya Zeeland och Australien. Motståndare var bl. a. England, Italien, Jugoslavien, Spanien, Tjeckoslovakien, Kina, Japan, USA, Argentina och Brasilien.

En ny FINA-kommitté för synkroniserad simning beslutades efter omröstning (34—14).

På förslag av FINA-byrån beslutade kongressen att en hoppinstruktör i ett nationslag inte skall få utses som hoppdomare av vederbörande nation vid internationella tävlingar. Tävlingsjury må även kunna byta ut domare under pågående tävling (mellan två avdelningar) om denne inte anses utöva sin domargärning tillfredsställande. Vid olympiska spel kommer vidare domarsiffrorna i fortsättningen att redovisas samtidigt via en ny maskin.

En nyttig injektion på Bosön

Veckolång toppidrottsdebatt i RF:s regi

Av Kalle "Badis" Andersson



— Vill man så kan man, vill man inte så kan man inte. Med de orden började den nu så kände roddtränaren Gus Eriksson sitt omdiskuterade föredrag på Bosön vid RF:s elit kurs den 19—26 jan. Orden blev på sätt och vis mottot för konferensen Det gällde nämligen bl. a. att söka en väg som för oss fram till en idrottsnation i främsta ledet. RF-direktören Torsten Wiklund ställde i sitt inledningsanförande frågan, varför vi inte kan ligga något före världen i övrigt i stället för, som det visat sig vid sista olympiaden, lite efter. Om några år gör vi i alla fall som andra idrottsnationer. Vi tar tydligen efter — varför kan vi inte själva hitta på något som inte andra redan prövat?

De två första dagarna ägnades åt olympiadeltagandet i Melbourne och även Cortina kom med på ett hörn. Klimat, långa resor, årstider m. m. anfördes som bidragande orsaker för mindre framgångsrika resultat i Australien. Men kvar står dock att det fanns andra anledningar, som exempelvis dåliga förberedelser och bristande planering, felbedömning av övriga nationers frammarsch på idrottsbanan. Vi har inte följt utvecklingen på ett sakkunnigt sätt. Diskussionerna kring detta gav kanske inte så mycket, men de kom att utgöra ett underlag för de efterföljande dagarnas förnämliga föredrag i bl. a. idrottsfysiologi, planering och anföranden av aktiva såsom Mora-Nisse, Gert Fredriksson och Lasse Hall. Beträffande planmässig uppläggning och ledarval gjorde Sigge Bergman ett mycket uppmärksammat inlägg. Hans redogörelse för Skidförbundets planering för deltagandet i Cortina kan nog anses som oöverträffat.

Fysiologiska erfarenheter

Egentligen borde Sverige liggen en hästlängd före andra idrottsländer om man tar i betraktande av vad våra framsynta fysiologer åstadkommit. Men det verkar som om inte idrottsfolket riktigt förstått vilka goda tillgångar vi har i våra läkare, som tagit upp de idrottsfysiologiska studierna. Vi talar ofta om utlandets framsteg, men glömmer då vad vi har inom landet. Det är ännu så länge bara Skidförbundet som på allvar gått in för vetenskapligt utarbetade linjer i fråga om träningen. Docent Per Olof Åstrand i spetsen framförde klara och förståeliga synpunkter. Han har under en rad av år undersökt en mängd idrottsmän och fått fram test, som är av betydelse vid uppläggningen av idrottsutövandet. Det rör sig främst om metoder för uppträning av kroppens syreupptagningsförmåga, som har avgörande betydelse vid topprestationer. Fysiologernas forskningar har inte bara betydelse för idrottsfolket utan kan sägas ha allmän betydelse för folkhälsan.

Man måste villigt understryka diskussionsledaren Pontus Lindbergs ord: Vi skall vara både tacksamma och glada över forskare, som inte förlorat sig i vetenskapen utan på ett vettigt språk kan göra sina forskningsresultat begripliga för den stora allmänheten. I fysiologernas rad kan också GCI-chefen Paul Högberg inräknas. Han efterlyste bl. a. en gemensam terminologi för idrottsfysiologin och träningsprinciper. Vi talar om tempoträning, ryck- och intervallträning, men vi kanske inte har klart för oss att vi talar om ett och detsamma. Tempoträningen kan sägas omfatta två typer av träning. Först kommer ryckträningen med mycket korta toppar av maximal påfrestning. Efter detta följer intervallträningen med en längre maximal nivå och detta övergår så småningom i distansträningen, vilket avser själva sträckan som man ska tävla på. Allt detta bör nu ha föregåtts av en grundläggande konditionsträning, vilken avser en mer allmän uppträning av muskler och organ. Tempoträningen kan även betecknas som konditionsträning, men den siktar mer på snabbheten och topprestationen.

Tempo och träningstid

I många fall har man nog syftat till en lång och ihärdig träningstid. Många har kanske gett upp av den anledningen, att träningen ansetts ta för lång tid. Men mycket tyder på att det inte är träningstidens längd som är avgörande utan t e m p o t. Fysiologiska rön visar på att muskeltillväxt kan uppnås på en relativt kort tid och organens topprestation höjs genom att man oftare pressar sig till maximal nivå. En som tränar timvis i ett långsamt tempo når inte de resultat, som den, vilken under kortare tidsrymd höjer tempot genom att lägga in korta ryck och intervaller, vilka stiger till tävlingsmässig nivå. Man skulle med detta kunna räkna med kortare träningstid för uppnående av samma resultat som man nu gör med lång och psykiskt tröttande träning. Vetenskapens rön talar för detta — men även framstående idrottsmäns erfarenheter, vilket bl. a. understrukits av Gunder Hägg, Mora-Nisse och Gert Fredriksson. Dessa har sökt sig fram till allt kortare träningstider. Gus Erikson (roddarlagets tränare) ansåg t. o. m. att t i o minuters träning var tillräcklig! Han ansåg att planeringen, viljan och tempot var de viktigaste faktorerna.

Om simning och simsinne

— Av överläkare C. G. Zachrisson —



För att nå sin fulländning behöver kroppen upprepade ansträngningar, kroppsarbete i olika former, som i vår tid delvis ersättes med gymnastik och idrott av olika slag. För att fullända en rörelseserie, exempelvis fiolspelning, skogshuggning, skidåkning, löpning eller simning fordras ständiga övningar. Organismen har en egendomlig förmåga att under ihärdig träning komma fram till det mest ekonomiska och effektiva rörelsesättet utan att den medvetna viljan direkt kan angripa problemet, endast ge impulserna. Det slutliga resultatet blir ibland fulländat vackra och harmoniska rörelser av hög verkningsgrad. I naturen är dessa de normala. Det är människan och husdjuren förbehållet att röra sig klumpigt och oharmoniskt. Jämför t. ex. kon med älgen och ankan med vildanden.

Rörelse- eller muskelsinnet är betydligt olika utvecklat hos olika människor och synes även vara ärftligt betingat. En del röra sig smidigt och lätt, andra stabbigt och tungt och kunna i regel trots trägna övningar ej mycket förbättra sitt rörelseschema. Vid rörelser i vattnet, där de framdrivande krafterna ej ha någon fast anbringningspunkt, får muskelsinnet endast vaga impulser att finna de i detta element mest effektiva rörelserna. Endast ett synnerligen väl utvecklat muskelsinne hittar rörelsemelodin i vattnets ovana miljö. Vi äro inga vattendjur.

En musiklärare måste ha musikaliska elever för att få utbyte av sin undervisning. En simlärare måste ha simsinnade elever med ett muskelsinne och en koordinationsförmåga som är lämpade för framfart i vattnet. Detta speciella rörelsesinne är som sagt olika utvecklat hos olika individer. De flesta kunna väl lära sig simma mer eller mindre rent, men en del visar redan på ett tidigt stadium en speciell fallenhet att så samordna och anpassa sina rörelser att framfarten blir god. Rörelserna måste besegra kroppens tröghet och vattnets motstånd trots att det ej finns någon fast punkt för kraftens anbringande såsom t. ex. vid gång och löpning. Alla friska ungdomar ha mer än tillräcklig kraft att simma fort, men endast ett mindre antal har förmågan att ställa om sitt rörelsesätt så att farten blir hög med liten kraftförbrukning. Denna förmåga till omställning torde vara bäst utvecklad i 9—10-årsåldern fram till puberteten. Vi veta alla hur olika snabbt barnen lära sig simma. Vi ha ungefär 3—4 år på oss för att lära ungdomarna att simma rent.

Bröstsimmet synes vara en mera medfödd gåva än crawlet. I tidig ålder ser man också betydligt oftare ett rent bröstsim än ren crawl, som ju också är mera komplicerat. Konsten är emellertid så vitt jag kunnat finna att före puberteten ha fått fram stilrena simmare. När krafterna sedan öka, komma de goda resultaten av sig själva.

Alla ungdomar äro naturligtvis välkomna till simträning, men man bör speciellt söka intressera sådana, som visa träningsvilja och gott glid. Dessa egenskaper bruka följas åt, ty god framfart sporrar till vidare övningar. Vad som frapperar är bröstbensparkens olika utformning hos olika barn. En del har en medfödd ren symmetrisk drivande benspark och dessa böra direkt få utveckla sitt bröstsim. De som ha oliksidig benspark kunna vara goda crawl-ämnen och vinna på att börja med crawl och öka sin koordination genom bl. a. crawlsparksövningar. Asymmetrisk bröstbenspark är ett fel som endast kan bortarbetas på lång sikt.

Förutom simsinnet finns det en del anatomiska faktorer, som bidraga till att skaffa god framfart i vattnet. Hit hör framför allt en rörlig skuldergördel, som tillåter skulderbladet, "det glidande muskelfästet", att röra sig max. framåt i färdriktningen möjliggörande att dragkraften för armarna blir placerad så långt fram som möjligt, vilket i så väl crawl som bröstsim ger ett vågvinnande drag och tillåter armarna att länge arbeta under fördelaktig vinkel. Vid bröstsimmet ges förmåga av stor inåtrotation av låset ett gott utgångsläge för effektiv benspark. Likaledes förmågan att rotera fötterna utåt. Crawlbensparkens framdrivande effekt ökas väsentligt av böjliga stora fotblad. Särskilt spelar sträckförmågan stor roll. Jämför effekten av gummifenor på fötterna, som även stimulera till riktig benspark. På samma sätt finna de "fotbegåvade" individerna lätt den rätta bensparken med den goda framfarten.

Själva kroppsformen spelar naturligtvis en viss roll. Långa och gängliga individer ha mindre vattenmotstånd än mera satta personer men kanske mindre muskelkraft till framdrivningar. Brist på et håll brukar kunna kompenseras av tillgångar på ett annat. Den största tillgången är dock en intensiv träningsvilja och uthållighet, som inte ger tappt inför svårigheter.

Att tränings- och tävlingsglädje av stora mått hos en individ förenas med utvecklat simsinne, lämplig anatomi, kroppsform och muskelstyrka är en mera ovanlig företeelse. De stora simmarna är också ganska "sällsynta fåglar".

Planering och förberedelse

En sak kunde alla kursdeltagare vara ense om och det var, att det allt för ofta brister i p l a n e r i n g e n. Det hela får gå på en slump, men ska vi hålla taken med världen i övrigt måste förberedelserna börja tidigt. 1960 års olympiaförberedelser ansågs ha tagit sin början på bosökursen och det med all riktighet. Vi var alla ense om, att ska vi ha något att hämta i Rom måste vi börja nu — omgående och detta bör beaktas av ledare och aktiva. Det är inte de stora förbunden som ska se till detta utan k l u b b a r n a, för det är ju där de aktiva finns. En sak som också påpekades var disciplinen. Den är en viktig faktor i både träningen och tävlanden och alla bör ha uppmärksamheten riktad på den. Tränarauktoriteten fördes också på tal. Instruktörerna har hittills varit satta en smula på undantag, men att döma av RF:s elitkurs skall de ägnas större uppmärksamhet i framtiden.

Kontentan av kursen kan sägas vara den, att samtliga deltagare fick en synnerligen nyttig injektion för kommande idrottsarbete och sällan har väl en kurs hållits på så högt plan.

Svenska Simförbundet inbjuder härmed till

1957 års inomhus-SM

i Valhallabadet, Göteborg, lördagen den 30 och söndagen den 31 mars enligt följande program:

Lördag 30/3 kl. 18.30:
200 m frisim, damer, försök
Kl. 19.00:
800 m frisim, herrar, final
200 m frisim, damer, final
Söndag 31/3 kl. 10.00:
1. 50 m frisim, herrar, försök
2. 50 m frisim, damer, försök
3. 100 m bröstsim, herrar, försök
4. 200 m ryggsim, herrar, försök
5. Hoppuppvisning
6. 50 m frisim, herrar, mellanheat
7. 200 m ryggsim, damer, försök
8. 100 m bröstsim, damer, försök
9. 100 m fjärilsim, herrar, försök
10. 50 m frisim, damer, mellanheat

Kl. 19.00:
1. Lagsim 4×50 m frisim, damer, final
2. 50 m frisim, herrar, final
3. 100 m bröstsim, herrar final
4. 200 m ryggsim, damer, final
5. Hoppuppvisning
6. 200 m ryggsim, herrar, final
7. 100 m bröstsim, damer, final
8. 100 m fjärilsim, herrar, final
9. Hoppuppvisning
10. 50 m frisim, damer, final
11. Lagsim 4×100 m frisim, herrar, final

Anmälan till tävlingarna skall göras senast tisdagen den 26/3 1957 och sändas under adress Reine Odell, Första Långgatan 10, Göteborg. Inga efteranmälningar godtages. De bästa tiderna kvalificerar sig till final med undantag för 50 m frisim, där de 12 bästa tiderna kvalificerar sig för mellanheat.

Förening är skyldig att senast kl. 10.00 dag före tävlingarnas start återtaga anmälan för deltagare och lag, som ej ställer upp. Uteblir deltagare utan godtagbar anledning uttager förbundet en straffavgift av kr. 5:— per deltagare och gren.

Reseersättning utgår med hel resa för de tre främsta såväl individuellt som i lag och halv resa till fyran, femman och sexan i individuella tävlingar.

Prenumerera för 1957 på Simsport

Prenumerationen verkställes enklast genom inbetalning av kr. 6:— till postgirokonto 52 494.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Sveavägen 29, Stockholm. Tel. 10 63 92

Tävlingskalender

Mars
3 Karlskoga: Pokaltävlingar
16—17 Eskilstuna: DM inomhus för Södermanland
16—17 Malmö: Nationella tävlingar, Skåne—Stockholm
*17 DM inomhus för Närke
18 Uppsala: DM inomhus för Uppland
16—25 Tyskland: Poloturné till Tyskland för landslaget
24 Karlskoga: DM inomhus för Värmland
23—24 Stockholm: Skolsimningar
23—24 Hälsingborg: DM inomhus för Skåne
26 Stockholm: Skolsimningar
30—31 Göteborg: SM inomhus

April
4—5 Köpenhamn: Damlandskampen
6—7 Stockholm, Malmö: Semifinal i inomhusserien i polo
8 Stockholm: DM inomhus
10 Stockholm: DM inomhus
11 Stockholm: DM inomhus
14 Stockholm: Hellas 20-mannasimning
*27—28 Final i inomhusserien i polo

Maj
19 Stockholm: DM i höga hopp
26 Stockholm: DM i svikt 3 m

Juni
13 Stockholm: DM i komb. höga hopp och livräddning
30 Hofors: Nationella tävlingar

Juli
*14 JDM i simning och hopp för Södermanland
*14 DM för Hälsingland
14 Hofors, Växjö: SM i polo, div. I
16 Skutskär: DM för Gästrikland
*17 DM för Hälsingland
19 Hofors: DM för Gästrikland
*20—21 DM för Hälsingland
20—21 Jönköping: SM i komb. höga hopp och livräddning
20—21 Växjö: NM i polo
21 Ockelbo: JDM för Gästrikland
21 Enköping: JDM för Uppland
*21 Södermanland—Hessens Landessportförbund
23 Harnäs: DM för Gästrikland
25—26 Stockholm: DM
26 Österby: DM för Uppland
*27—28 Norrländska Simmästerskapen
*27—28 DM i simning och hopp för Södermanland
*27—28 DM för Småland
*27—28 DM för Närke
28 Stockholm: DM
28 Gimo: DM för Uppland
*28 JDM för Närke

Augusti
2—4 Varberg: SM i simning och hopp
*6 Landskapsmatch Södermanland—Västmanland
*10—11 DM för Närke
11 Eskilstuna, Hofors: SM i polo, div. I
*11 JDM för Småland
*11 JDM för Närke
11—12 Helsingfors: NM i simning och hopp
17—18 Eskilstuna, Växjö: SM i polo, div. I
25 Eskilstuna: Landskapsmatch Södermanland—Östergötland

* *Tävlingsplats ännu icke fastställd.*

Herr redaktör

En föreningsledares funderingar

I decembernumret av Simsport 1956 uttryckte redaktören en önskan om mera hjälp med spaltfyllnad, bl. a. artiklar, som underlag för fortsatt diskussion. Jag vill därför skriva något, som kan vara värdefullt för vidare penetrering och som kan inspirera någon annan att skriva. Kanske blir det en del kritik, men jag försöker även komma med förslag. Om någon tar kritiken så, att han blir förargad bör han låta pennan ligga. Mina artiklar är endast besjälade att verka i positiv riktning. Den första artikeln eller funderingen kallar jag

Våra simtränare

Även om svensk simning tyvärr har en för liten bredd räcker den dock att skapa en relativt bra topp. För att ytterligare förbättra denna topp ha vi, utom den tysta skaran av uppoffrande föreningsledare, våra avlönade tränare. För närvarande finnes 20—25 högt kvalificerade tränare i vårt land. Dessa ha utan tvekan gjort mycken nytta, men tyvärr är de för få. Det kan alla de simföreningar intyga, som försökt få tränare till sommarsäsongen. Även om en tusenlapp eller mera är bra att ha som ersättning för tränarverksamhet under semestern, så förstår jag de tränare, som under minst 9 månader lett både elementär simundervisning som aktiv simträning. De flesta vill koppla av under sommaren.

För att vi skall få bättre simmare måste vi ha flera tränare. Vad gör Svenska Simförbundet för detta? Jo, styrelsen gläder sig, så länge badmästarskolan pågår, där tränarna få sina första grunder. Någon gång, men rätt sällan blir det en kurs i Bosön några dagar.

Många säger, att det är så lätt att kritisera, men svårare att komma med förslag till förbättringar. Jag skall komma med några förslag och de är sådana, att de som vanligt ej kunna läggas åt sidan på grund av den vanliga orsaken: Brist på pengar. Här kommer mina förslag.

1. En *årlig kurs för samtliga elittränare* skall arrangeras på lämplig plats. Det skall gälla såväl simning som hopp och polo. Där skall visas moderna träningsmetoder, där skall grundligt diskuteras och där skall fastställas vissa normer för träning. Bland eleverna i denna kurs skall finnas minst en per distrikt, som senare skall leda en kurs för lokala tränare.

2. Simförbundet lämnar årligen träningsanslag för verksamheten till distrikten. Framgent bör krävas, att en del av dessa medel användas till en *kurs för lokala tränare* (föreningsledare). Denna kurs kan lämpligen hållas påsk, pingst eller ändå senare (midsommar). Många av våra s. k. visa lagledare skakar kanske på huvudet åt detta. Men betänk att små tränare är bättre än inga tränare, och små tränare kan bli större med erfarenhet och nya kurser! Jag har träffat många ledare, som sagt: "Det är inte så lätt att leda träning, då man kan så lite själv".

3. Simfrämjandet arrangerar eller har översikt över simlärarkurser, vilka som regel varar en vecka eller 10 dagar. Här bör Simförbundet taga vara på denna ypperliga chans och uppvakta Simfrämjandet om att *simlärarkurserna* förlängas med lämpligen 4 dagar. Under denna tid skall eleverna *läras* att undervisa i grundläggande tävlingssimning. Visst är 4 dagar kort tid, men det är bättre än inget.

4. Nästa förslag har samma idé som det föregående, men är ytterligare utvidgat. Eleverna på seminarium få lära sig undervisa i simning. Även detta skulle Simförbundet taga vara på och uppvakta Skolöverstyrelsens gymnastik- och idrottsrotel om att undervisning i grundläggande tävlingssimning skulle få förekomma på seminarier. Nästa steg, vilket även skulle gå till Skolöverstyrelsen, är att undervisning i tävlingssimning skulle delgivas elever i klass 5, 6 och 7.

Nästa lilla reflektion angående våra tränare har jag gjort länge, men först vid SM i Halmstad i somras tände det riktigt. Många tränare har en sak gemensamt. De försöker prata illa om varandra. Detta märktes ganska påtagligt i Halmstad. Många tränare gick och tittade snett på varandra. Vilken skadeglädje lyste inte i ögonen på den tränare, vars elev segrade eller överträffade sig själv. Ingen skulle vara gladare än jag om jag har fel i denna uppfattning. Dock skulle mycket vara vunnet om ett bättre samarbete kunde äga rum mellan alla de duktiga tränare vi ha till allmän fromma för svensk simsport.

I de tre sista numren av Simsport 1956 har Toivo Öhman skrivit om förre ungerske riksträna rens Bela Rajki anvisningar för simträning upplagt efter viss indelning av året i träningsperioder. Detta Öhmans verkligt goda initiativ ha vi väntat på länge. Trots att Rajkis träningsanvisningar passar ungerska förhållanden bättre än våra, går det säkerligen att omställa dessa för oss. Här finns chansen för någon av våra svenska tränare, att visa den samarbetsvilja, som jag efterlyste ovan, och jag tror att många svenska föreningsledare skulle vara glada att rätt snart få se ett sådant i tryck. Om det inte kommer i Simsport utan i ett särskilt tryck för försäljning, är jag övertygad om att det med förtjusning skulle köpas av många, sedan det blivit godkänt av Simförbundet. Kanske Simförbundet kunde be någon göra detta efterlängtade träningshäfte?

Hopp och polo berör jag ej så mycket, eftersom det ligger en aning utanför min intressesfär, men tillsättandet av riksträ naren i polo var ett mycket gott val Han har redan genom friska initiativ låtit sin ande vila över polovattnen. Så väntar vi härnäst på en kunnig och pålitlig rikstränare i hopp.

Sluttips till Simförbundet: Starta en platsförmedling för simtränare i likhet med en sådan, som Simfrämjandet har för simlärare.

Carl-Hampus Montgomery.

Najader till S 02?

Den omedelbara följden av att Göteborgssimningen fått en egen inomhushall att härja i tycks vara att Sverige får en ny storklubb i simning. S 02 har ju tidigare varit framstående herrklubb — nu har Göteborgsklubben också startat en damavdelning, och den ser ut att kunna växa sig stark raskt. Hela Najadens damavdelning är på väg över — bl. a. har olympiasimmerskan Anita Andersson redan enrollerat sig i S 02-ledet.

Ny rysk bassäng

En ny simbassäng står inom kort färdig i Moskva, närmare bestämt i Dynamostadion. Stora simtävlingar skall hållas i den nya anläggningen under världsungdomsfestivalen i sommar. Bland finesserna märks specialanordningar för undervattensfilmning.

Halmstads simstadion Utbygges för 300.000

Halmstads simstadion skall ytterligare utbyggas och moderniseras för uppemot 300.000 kronor. Länsarbetsnämnden har gett arbetstillstånd för bl. a. nybyggnad av södra kajen och reningsanläggning för stora bassängen. Som villkor har satts att arbetet skall vara påbörjat 1 februari.

Man har ursprungligen räknat med att det av stadsfullmäktige beviljade anslaget på 186.000 kr. skulle räcka, men det gör det inte när anbuden kommit in. Det behövs ytterligare 95.000 kronor, vilket belopp Idrottsstyrelsen har begärt hos stadsfullmäktige.

Rekordtabell

Svenska rekord per den 31/12 1956

HERRAR		Tid	År
50 m frisim	Göran Larsson, SKK	25,3	1951
100 yards frisim	Göran Larsson, SKK	50,8	1951
100 m frisim	Göran Larsson, SKK	56,7	1951
200 m frisim	P. O. Östrand, Hofors	2.07,5	1956
400 m frisim	P. O. Östrand, Hofors	4.29,1	1956
800 m frisim	S. G. Karlsson, S 02	10.13,1	1956
1500 m frisim	Arne Borg, SKK	19.07,2	1927
4×100 m frisim	SK Poseidon	3.57,5	1956
4×200 m frisim	IF Elfsborg	9.04,2	1951
100 yards bröstsim	Lennart Brock, Poseidon	1.04,3	1953
100 m bröstsim	Rolf Junefelt, Jönköping	1.11,5	1955
200 m bröstsim	Rolf Junefelt, Jönköping	2.38,2	1956
100 m fjärilsim	Bo Larsson, Neptun	1.04,5	1955
200 m fjärilsim	Bo Larsson, Neptun	2.31,0	1956
100 yards ryggsim	Björn Borg, NKK	1.01,0	1944
100 m ryggsim	Hans Andersson, Tunafors	1.06,1	1956
200 m ryggsim	Hans Andersson, Tunafors	2.24,4	1956
400 yards medley	S. G. Karlsson, Norrköping	5.00,7	1954
400 m medley	S. G. Karlsson, Norrköping	5.23,8	1955
4×100 m medley	Jönköpings SLS	4.30,6	1955
DAMER			
50 m frisim	Eva Varde, Poseidon	29,9	1954
100 yards frisim	Marianne Lundqvist, Neptun	1.01,9	1948
100 m frisim	Kate Jobson, Varberg	1.06,1	1956
200 m frisim	Anita Hellström, Neptun	2.27,7	1956
400 m frisim	Karin Larsson, Ran	5.11,1	1956
800 m frisim	Anita Hellström, Neptun	11.44,4	1956
1500 m frisim	Anita Hellström, Neptun	22.20,2	1956
4×100 m frisim	SK Neptun	4.37,2	1952
200 m bröstsim	Marianne Pavoni, Neptun	3.01,6	1955
100 yards fjärilsim	Birgitta Lundqvist, Neptun	1.09,8	1956
100 m fjärilsim	Birgitta Lundqvist, Neptun	1.15,5	1956
200 m fjärilsim	Ulla-Britt Eklund, Neptun	2.58,5	1952
100 yards ryggsim	Margareta Westeson, Poseidon	1.08,1	1956
100 m ryggsim	Margareta Westeson, Poseidon	1.15,4	1956
200 m ryggsim	Margareta Westeson, Poseidon	2.43,5	1956
400 m medley	Ulla-Britt Eklund, Neptun	6.21,5	1953
4×100 m medley	SK Neptun	5.16,8	1956

Bästa landslagsnotering

HERRAR		Tid	År
4×200 m frisim	L. Svantesson, Olle Johansson, P. O. Östrand, G. Larsson	8.46,8	1952
4×100 m medley	H. Andersson, R. Junefelt, Bo Larsson, R. Olander	4.27,5	1956
DAMER			
4×100 m frisim	A. Hellström, B. Wängberg, K. Larsson, K. Jobson	4.30,0	1956
4×100 m medley	M. Westeson, K. Pettersson, B. Lundqvist, K. Jobson	5.09,3	1956

Bästa JSM-resultat

HERRAR			
100 m frisim	Peter Bergengren, Skellefteå	1.00,2	1956
400 m frisim	P. O. Eriksson, Hellas	4.47,0	1956
200 m bröstsim	Rolf Junefelt, Jönköping	2.39,8	1956
100 m fjärilsim	Bo Larsson, Neptun	1.07,4	1955
100 m ryggsim	Curt Furberg, Skellefteå SK	1.10,0	1954

Frågespalten

I ett mycket jämnt 100-meterslopp dömdes A före B av måldomarna, men tidtagarna hade 1.03,4 på A och 1.03,3 på B. Hur förfar man i ett sådant fall? Jämkar man tiderna i efterhand, så att båda får samma tid? Har hört att man i USA aldrig ruckar på vare sig måldomarnas eller tidtagarnas resultat, men ser det inte underligt ut med en prislista enligt följande: 1) A 1.03,4. 2) B 1.03,3.

"Monty"

Svar: Den senaste internationella regeln, godkänd vid FINA-kongressen i Melbourne säger följande:

Om i en simtävling de av tidtagarna registrerade tiderna äro i överensstämmelse med de resultat som fastställts av måldomarna, d. v. s. om tiden för en simmare som placerat sig på andra plats är bättre än segrarens, så skall medeltalet av de avlästa tiderna (på samtliga klockor) antecknas för båda.

Ryggsimstarten

Är det tillåtet att utnyttja skvalpränan för s. k. katapultstart i ryggsim?

Svar: Fötterna måste helt och hållet befinna sig under vattenytan. Att stå i skvalprännan är förbjudet.

Först under 1.10

Vilken svensk simmerska kröp först under 1.10 på 100 meter frisim?

Skånska

Svar: Det var en skånska, nämligen Gunvor Nilsson från Hälsingborgs SS, som den 28 mars 1943 noterade 1.09,8 som svensk rekordtid.

Olympiabassängen

Är det någon sanning i påståendet att den olympiska bassängen i Melbourne inte mätte fulla 50 meter? Uppgiften stod att läsa i flera svenska tidningar i samband med OS.

L. B.

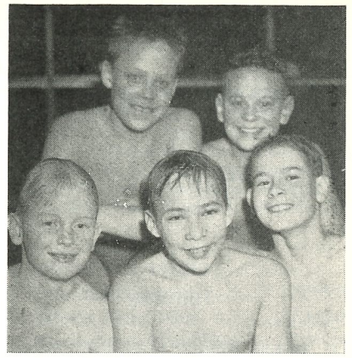
Svar: Uppgiften är riktig. Bassängen visade sig vid kontrollmätning vara 8,5 mm för kort. FINA-kongressen beslutade emellertid godkänna en tolerans på 10 mm för 50-metersbassänger. OS-bassängen i cement var ursprungligen byggd 55 yards men skarvades med en trälist för att bli 50 meter. När sedan träet svällde i vattnet blev banan för kort.

Vältränad rekordhållare bäst i premiär

Jönköpings högväxte bröstsimmästare Rolf Junefelt var i dubbelt avseende huvudet högre än sina konkurrenter vid tävlingspremiären i Forsgrénska badet torsdagen den 7 februari. Den vältränade 19-årige rekordhållaren vann 100-meterslopet på så fin tid som 1.12,7 och var mer än fem sekunder snabbare än tvåan.

Man kan påstå att Rolf utnyttjar sin nådatid väl, eftersom han också för några dagar sedan "hyfsade" 200-meters-statistiken hemma i Jönköping med 2.43,4. Fram till den 1 maj kan det kanske bjudas på än bättre tider för hans vidkommande, men då sättes också slutpunkten för den bröstsimsepok som kännetecknats av undervattenssim av det slag som Junefelt tillämpar och som resulterat i ett så fantastiskt i ett så fantastiskt världsrekord som japanen Furukawas 1.08,3 och det svenska på 1.11,5. För rent ytvattensim får man räkna med 4—5 sek. sämre tider och troligen också andra rekordmän.

Polisens tävlingar bjöd också på annan god underhållning som 15-åringarnas frisim, som blev ett verkligt nervkittlande nummer. Nynäshamnsgrabben Lennart Tegnerud hade bästa stilen och bästa krafterna på slutlängden, men polisgrabbarna Christer Melin och Hans Lindberg visade också friska takter med



Segerrik poliskvintett överst fr. v. Leif Wendelgård, Lars Andersson, Göran Westlund, Tommy Broström och Lars Ölund.

personliga rekord som resultat. I fjärilsimmet var neptunaren Lars-Erik Bengtsson den tekniskt mest avancerade.

Polisens juniorer vann båda lagkapperna och seniorerna gav gästande Norrköpings KK en lektion i vattenpolo.

Resultat:

5×50 m frisim, pojkar f. 1944 eller senare: 1) Polisen 3.02,5. 2) Nynäshamn 3.08,8. 3) Neptun 3.12,4. 4) SKK 3.12,7. 5) Hellas 3.18,1. 6) Sundbyberg 3.42,1.

100 m frisim, pojkar f. 1941 eller senare: 1) Lennart Tegnerud, Nynäshamn 1.08,5. 2) Christer Melin, Polisen 1.09,6. 3) Hans Lindberg, Polisen 1.09,9. 4) M. Göransson, Neptun 1.11,9. 5) Gunnar Jonsberger, Långsjö 1.13,7. 6) Tord Pansar, Långsjö 1.17,3.

100 m bröstsim, herrar: 1) Rolf Junefelt, Jönköping 1.12,7. 2) Bo Eriksson, Hellas 1.17,9. 3) Erik Guldbransen, Hellas 1.19,6. 4) Lennart Fröstad, Hellas 1.19,7. 5) Tommie Lindström, Polisen 1.21,0. 6) Hans Bolkens, Sundbyberg 1.21,2. 7) Lars Axelsson, Hellas1.22,1. 8) Lars-Erik Bergman, Polisen 1.25,0. 9) Sven Nilsson, Polisen 1.29,6. 10) Jan Ek, Hellas 1.32,5.

4×50 m medley, pojkar f. 1943 eller senare: 1) Polisen, lag II, 2.43,4. 2) Sundbyberg 2,51,9.

(Polisen, lag I och SKK diskvalificerade).

50 m fjärilsim, pojkar f. 1942 eller senare: 1) Lars-Erik Bengtsson, Neptun 34,6. 2) Håkan Bengtsson, Polisen 35,6. 3) Lennart Tegnerud, Nynäshamn 36,0, 4) Bengt Fridmark, Neptun 37,1.

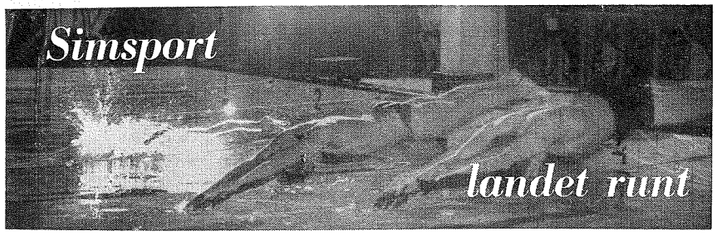
4×100 m medley	SK Neptun	4.41,2	1955
100 m frisim	Anita Hellström, Neptun	1.07,1	1956
400 m frisim	Karin Larsson, Ran	5.11,1	1956
200 m bröstsim	Gun Britt Mellberg, Brännan	3.07,3	1956
100 m fjärilsim	Birgitta Lundqvist, Karlskoga	1.22,3	1955
100 m ryggsim	Birgitta Ljunggren, Norrköping	1.17,8	1955
4×100 m medley	SK Neptun	5.29,2	1955

Bästa SM-resultat

HERRAR		Tid	År
50 m frisim	Göran Larsson, SKK	25,5	1953
100 m frisim	Göran Larsson, SKK	57,8	1952
200 m frisim	P. O. Östrand, Hofors	2.08,2	1952
400 m frisim	P. O. Östrand, Hofors	4.39,1	1952
1500 m frisim	P. O. Östrand, Hofors	19.03,5	1952
5000 m frisim	Georg Svensson, Hellas	1.13.47,8	1927
100 m bröstsim	Lennart Brock, Poseidon	1.14,3	1954
200 m bröstsim	Bo Larsson, Västerås SS	2.44,4	1952
400 m bröstsim	John Rothman, SKK	5.53,4	1946
100 m fjärilsim	Bo Larsson, Neptun	1.05,3	1956
200 m fjärilsim	Bengt Rask, SKK	2.39,7	1951
200 m ryggsim	Hans Andersson, Tunafors	2.26,6	1956
100 m ryggsim	Göran Larsson, SKK	1.08,0	1952
4×100 m medley	Simavdelningen 1902	4.37,6	1956
4×100 m frisim	SK Poseidon	3.57,5	1956
4×200 m frisim	IF Elfsborg	9.06,4	1952
DAMER			
50 m frisim	Kate Jobson, Varberg	30,0	1956
100 m frisim	Kate Jobson, Varberg	1.06,4	1956
200 m frisim	Anita Hellström, Neptun	2.29,7	1956
400 m frisim	Karin Larsson, Ran	5.21,6	1956
100 m bröstsim	Berit Mattsson, Örebro SS	1.26,6	1954
200 m bröstsim	Marianne Fernlund, SKK	3.04,7	1946
400 m bröstsim	Marianne Fernlund, SKK	6.24,3	1946
100 m fjärilsim	Birgitta Lundqvist, Neptun	1.19,1	1956
200 m ryggsim	Margareta Westeson, Poseidon	2.43,5	1956
100 m ryggsim	Ingegerd Fredin, Neptun	1.17,3	1952
4×100 m medley	SK Neptun	5.25,8	1956
4× 50 m frisim	SK Neptun	2.07,5	1956
4×100 m frisim	SK Neptun	4.43,9	1952

Allsvenska simserien

Ryggsim



GRUPP I

HERRAR

Seniorer:

1.	Jönköp. Sim- o. Livr.-skap	10.998.5
2.	Simklubben Poseidon	10.849.0
3.	Upsala Simsällskap	10.709.9
4.	Munksunds Simsällskap ..	10.311.2
5.	Karlskrona Simsällskap ..	9.386.1
6.	Trelleborgs Simsällskap ..	9.386.1
7.	Karlstads Simsällskap	8.582.1
8.	Eskilstuna Simsällskap ...	8.217.3

Individuellt:

1) Eric Forslund, Munksunds SS 1.09,8. 2) Zune Norén, Örebro SS 1.10,4. 3) Nils Lundgren, Trelleborgs SS 1.11,7. 4) Rolf Friberg, Jönköpings SLS 1.13,8. 5) Anders Pettersson, Jönköpings SLS 1.14,0. 6) Gösta Johansson, Munksunds SS 1.14,2. 7) Tore Persson, Upsala SS 1.14,6. 8) Glen Pettersson, Upsala SS 1.14,8. 9) Torsten Ringkvist, Poseidon 1.17,0. 10) Torsten Brunström, Karlskrona SS 1.17,7. 11) Bengt Zachrisson, Upsala SS 1.18,3. 12) Lennart Brock, Poseidon 1.19,4. 13) Jan Jonsson, Jönköpings SLS 1.19,5. Lennart Holmgren, Munksunds SS 1.19,5. S. C. Jonsson, Munksunds SS 1.19,5. 16) Börje Kron, Trelleborgs SS 1.19,6. 17) Bo Jansson, Upsala SS 1.20,2. Sven Lindh, Trelleborgs SS 1.20,2. 19) Bertil Liljenberg, Poseidon 1.20,6. 20) Sören Asp, Jönköpings SLS 1.21,0. 21) Gunnar Friberg, Karlskrona SS 1.21,7. 22) Kjell Stenström, Poseidon 1.22,0. 23) Gunnar Juhlin, Eskilstuna SS 1.22,8. 24) Stig Eriksson, Eskilstuna SS 1.23,4. 25) Bo Höglund, Karlstads SS 1.23,6. 26) Leif Malmsten, Karlskrona SS 1.24,4. 27) Carl Erik Streiffert, Karlskrona SS 1.24,8. 28) P. O. Ljungdal, Karlstads SS 1.25,0. 29) Hans Handl, Karlstads SS 1.25,1. 30) Göran Ohlsson, Trelleborgs SS 1.27,0. 31) Bengt Johansson, Karlstads SS 1.27,3. 32) Göran Hogman, Eskilstuna SS 1.29,7. 33) Bo Åderman, Örebro SS 1.35,1.

A-juniorer:

1.	Jönköp. Sim- o. Livr.-skap	10.278.2
2.	Tunafors Sportklubb	9.268.8
3.	Örebro Simsällskap	9.581.1
4.	Sthlmspolisens IF	9.354.9
5.	Helsingborgs Simsällskap	9.268.8
6.	Karlstads Simsällskap ...	9.160.9
7.	Norrköpings KK	9.064.7
8.	Upsala Simsällskap	8.686.6
9.	IF Castor	8.560.8
10.	Munksunds Simsällskap ..	7.993.4
11.	Limhamns Simsällskap ..	7.661.8
12.	Trelleborgs Simsällskap .	6.254.7
13.	SK Poseidon	3.127.9

Individuellt:

1) Göran Eriksson, Karlstads SS 1.41,1. 2) Runar Svensson, Tunafors SK 1.14,3. 3) Bengt O. Almstedt, Örebro SS 1.14,4. 4) Christer Junefelt, Jönköpings SLS 1.15,5. Ronnie Lindström, Sthlmspolisens IF 1.15,5. 6) Lars Andersson, Tunafors SK 1.17,2. 7. Stig Åke Persson, Tunafors SK 1.17,6. 8) Göran Åberg, Örebro SS 1.18,0. Ulf Dahm, NKK 1.18,0. 10) Gunnar Karlsson, Tunafors SK 1.18,4. 11) Ch. Bergenudd, Örebro SS 1.18,6. 12) Lars Olof Jönsson, Helsingborgs SS 1.19,2. 13) Hans Gunnar Liljenvall, Jönköpings SLS 1.19,7. 14) Johnny Hellström, Jönköpings SLS 1.19,8. 15) Bengt Karlsson, Upsala SS 1.21,0. 16) Per Forslund, Munksunds SS 1.21,1. Ernst Rydahl, Karlstads SS 1.21,1. 18) Tommie Lindström, Sthlmspolisens IF 1.21,8.19) Göran Nilsson, Limhamns SS 1.22,0. 20) Per Lindström, IF Castor 1.22,1. 21) Evertz Lunmark, Jönköpings SLS 1.22,4. 22) Christer Johansson, NKK 1.22,8. 23) Tage Lundmark, Munksunds SS 1.23,0. Gunnar Lenning, Helsingborgs SS 1.23,0. 25) Lars Ström, NKK 1.23,5. 26) Sören Andersson, Karlstads SS 1.23,7. 27) Gösta Sterne, Örebro SS 1.24,8. Sigvard Alm, Upsala SS 1.24,8. 29) Ove Björnhård, Sthlmspolisens IF 1.26,1. 30) Arne Pettersson, Helsingborgs SS 1.26,4. Raimo Thunberg, Helsingborgs SS 1.26,4. 32) Lars Erik Bergman, Sthlmspolisens IF 1.26,7. 33) Rolf Otterberg, Karlstads SS 1.28,8. 34) Ove Ericsson, Munksunds SS 1.29,5. 35) Lars Björklund, IF Castor 1.29,8. 36) Bo Månsson, Upsala SS 1.31,0. 37) Stig Lundberg, Munksunds SS 1.31,2. 38) Ola Magnerstrand, Norrköpings KK 1.31,7. 39) Björn Svedberg, IF Castor 1.33,0. 40) Bertil Karlsson, Upsala SS 1.33,9. 41) Lars Göran Åhlin, Limhamns SS 1.38,2. 42) Christer Näsström, IF Castor 1.39,1. 43) Åke Nilsson, Limhamns SS 1.39,2. 44) Hans Hansson, Limhamns SS 1.46,5.

B-juniorer:

1.	Norrköpings KK	8.757.0
2.	Trelleborgs Simsällskap ..	8.043.6
3.	Simklubben Poseidon	7.956.9
4.	Upsala Simsällskap	7.820.4
5.	Sthlmspolisens IF	7.159.1
6.	Östersunds Simsällskap ...	6.878.4
7.	Karlskrona Simsällskap ..	6.811.1
8.	Bodens Bandyklubb	6.760.9
9.	Limhamns Simsällskap ...	6.554.0
10.	Karlstads Simsällskap	6.399.6
11.	IF Castor	2.435.2

Individuellt:

1) Roland Lind, NKK 1.11,2. 2) Bo Pettersson, Upsala SS 1.17,2. 3) Bo Olsson, Limhamns SS 1.21,8. 4) Bertil Henriksson, Trelleborgs SS 1.22,3. Johan Klemming, Trelleborgs SS 1.22,3. 6) Lars Forsberg, NKK 1.23,0. 7) Roger Pettersson, NKK 1.23,4. 8) Lars Candler, Upsala SS 1.23,8. 9) Anders Markstedt, Östersunds SS 1.25,1. 10) Lennart Säwe, Bodens BK 1.25,6. 11) Christer Egnér, Upsala SS 1.26,1. 12) Bo Pettersson, NKK 1.26,9. 13) Jan Gylldén, Poseidon 1.27,3. 14) Thord Lindahl, Upsala SS 1.29,1. Jan Pettersson, Poseidon 1.29,1. 16) Leif Hamlin, Sthlmspolisen 1.31,1. 17) Knut Leijon, Poseidon 1.31,5. 18) Kjell Nilsson, Karlskrona SS 1.31,6. 19) Ove Törnkvist, Östersunds SS 1.31,7. 20) Christer Melin, Sthlmspolisen 1.32,0. 21) Björn Ekrenroth, Karlstads SS 1.34,0. 22) Bo Hansson, Karlstads SS 1.34,4. 23) Rolf Ståhl, Poseidon 1.34,8. 24) Björn Andersson, Karlstads SS 1.35,6. 25) Kent Westelius, Sthlmspolisen 1.36,4. 26) Sten Olof Engeberg, Bodens BK 1.36,8. 27) Per Olof Håkansson, Trelleborgs SS 1.37,4. 28) Kenneth Karlegård, Karlskrona SS 1.37,5. 29) Björn Andersson, Bodens BK 1.38,3. 30) Torsten Thornberg, Trelleborgs SS 1.38,4. 31) Albin Karlsson, Karlskrona SS 1.39,2. 32) Lars Andersson, Sthlmspolisen 1.40,1. 33) Olof Stroh, Bodens BK 1.40,6. 34) Lennart Gustafsson, Karlstads SS 1.43,5. 35) Börje Svensson, Limhamns SS 1.44,5. 36) C. G. Svedberg, Östersunds SS 1.45,5. 37) Sture Bondesson, Karlskrona SS 1.46,6. 38) Leif Larsson, Limhamns SS 1.49,5. 39) Gösta From, Limhamns SS 1.49,7. 40) Ulf Jonsson, Östersunds SS 1.55,4.

DAMER

Seniorer:

1.	Limhamns Simsällskap	8.762.9
2.	Örebro Simsällskap	8.401.6

Individuellt:

1) Monica Peters, Limhamns SS 1.24,0. 2) Åsa Broström, Örebro SS 1.34,8. 3) Berit Mattsson, Örebro SS 1.39,2. 4) Mona Wahlberg, Limhamns SS 1.40,0. 5) Kerstin Laestadius, Örebro SS 1.41,6. 6) Ulla-Kristin Lindsjö, Limhamns SS 1.47,5. 7) Christine Egby, Örebro SS 1.48,5. 8) Marie Louise Petersson, Limhamns SS 1.53,0.

A-juniorer:

1.	Tunafors Sportklubb	9.880.7
2.	Simklubben Neptun	9.640.3
3.	Bodens Bandyklubb	9.510.5
4.	Norrköpings KK	9.336.8
5.	Jönköp. Sim. o. Livr.-skap	8.868.1
6.	Trelleborgs Simsällskap ..	8.804.8
7.	Helsingborgs Simsällskap .	8.637.3

8.	Upsala Simsällskap	8.267.5
9.	Idrottsföreningen Castor .	7.971.2
10.	Karlskrona Simsällskap ..	7.909.7
11.	Idrottsfören. Kamraterna .	5.340.3

Individuellt:

1) Monica Krook, Bodens BK 1.21,8. 2) Ulla-Britt Andersson, Trelleborgs SS 1.26,0. Birgitta Lagergren, Jönköpings SLS 1.26,0. 4) Lillemor Ramstedt, NKK 1.26,8. 5) Ingrid Jakobsson, NKK 1.27,6. Birgitta Eriksson, Tunafors SK 1.27,6. 7) Totta Mathiasson, Helsingborgs SS 1.28,2. 8) Tanya Nilsson, Neptun 1.28,3. 9) Solveig Pettersson, Tunafors SK 1.30,1. 10) Vesla Lindgren, Castor 1.31,3. 11) Ulla Jönsson, Trelleborgs SS 1.32,0. 12) Mona Stenman, NKK 1.32,6. 13) Anita Ek, Upsala SS 1.34,3. 14) Bodil Bengtsson, Helsingborgs SS 1.34,4. 15) Inger Blomkvist, Bodens BK 1.34,8. 16) Laila Svedberg, Upsala SS 1.36,5. 17) Ulla Brännström, Bodens BK 1.36,8. 18) Ann-Christin Andersson, Tunafors SK 1.37,2. Inger Vallin, Jönköpings SLS 1.37,2. 20) Ann-Margret Habsson, Karlskrona SS 1.37,ä4. 21) Gun Inger Petersson, Karlskrona SS 1.37,5. 22) Anne Britt Viberg, Bodens BK 1.38,0. 23) Maj Lis Hansson, Karlskrona SS 1.38,3. 24) Anita Wasshag, Helsingborgs SS 1.38,7. 25) Görel Ekman, Limhamns SS 1.39,0. 26) Agneta Ruberg, Jönköpings SLS 1.39,8. 27) K. B. Larsson, Neptun 1.40,0. Ulla Malmén, Neptun 1.40,0. 29) Britt Thornblad, Upsala SS 1.40,1. 30) Britt Dahlström, IFK 1.40,8. 31) Agneta Karlsson, Tunafors SK 1.41,0. 32) Gerd Jonsson, Castor 1.41,4. 33) Ingegerd von Bahr, Upsala SS 1.41,6. 34) Gunilla Ekblom, Castor 1.42,0. 35) Anita Johansson, Jönköpings SLS 1.42,5. 36) Berit Piper, Neptun 1.44,0. 37) Ann Charlotte Hansson, Limhamns SS 1.44,1. 38) Monica Regnell, NKK 1.44,4. 39) Lena Lundström, Helsingborgs SS 1.45,2. 40) Christina Olsson, Limhamns SS 1.46,3. 41) Ingrid Eklund, IFK 1.48,8. Anita Nilsson, Trelleborgs SS 1.48,8. 43) Karin Ahlberg, Limhamns SS 1.49,0. 44) Ingegerd Hansson, Karlskrona SS 1.49,8. 45) Lena Rosell, Castor 1.51,0. 46) Marianne Klemming, Trelleborgs SS 1.54,3. 47) Ann-Marie Wallsten, IFK 1.56,3. 48) Gunilla Schröder, IFK 2.01,5.

B-juniorer:

1.	Simklubben Neptun	9.666.4
2.	Simklubben Poseidon	8.823.0
3.	Jönköp. Sim- o. Livr.-skap	8.543,0
4.	Limhamns Simsällskap ...	8.535.4
5.	Upsala Simsällskap	8.378.6
6.	Munksunds Simsällskap ..	8.300.6
7.	Bodens Bandyklubb	7.949.0
8.	Idrottsfören. Kamraterna .	7.659.9
9.	Karlstads Simsällskap	6.795.2
10.	Karlslunds Idrottsförening	6.520.1

Individuellt:

1) Birgitta Öhman, Neptun 1.20,8. 2) Gull-Britt Jönsson, Poseidon 1.21,2. 3) Monica Öberg, Neptun 1.21,6. 4) Bibbi Segerström, Neptun 1.25,4. 5) Mona Flodström, Munksunds SS 1.27,0. 6) Cilla Loggert, Bodens BK 1.29,3. 7) Christel Nilsson, Limhamns SS 1.30,0. 8) Inger Flink, Upsala SS 1.30,6. 9) Agneta Borgln, Jönköpings SLS 1.32,5. 10) Eva Nordin, Limhamns SS 1.33,5. 11) Ulla Segergren, Jönköpings SLS 1.35,0. 12) Kersti Östman, Limhamns SS 1.35,1. Sonja Löfstrand, IFK 1.35,1. 14) Margita Ljungberg, Jönköpings SLS 1.35,3. 15) Birgitta Andersson, Neptun 1.35,4. 16) Cecilia Keidser, Poseidon 1.36,8. 17) Barbro Persson, Upsala SS 1.37,8. 18) Ulla Blomkvist, Bodens BK 1.38,1. 19) Anita Strandkvist, Bodens BK 1.38,4. 20) Gudrun Stensryd, Karlstads SS 1.38,6. 21) Gunilla Rosvall, Limhamns SS 1.41,0. 22) Eva Vramfors, Poseidon 1.41,2. Inger Olsson, Karlslunds IF 1.41,2. 24) Margareta Dahlerus, IFK 1.42,0. 25) Ebba Norrby, Bodens BK 1.42,1. 26) Lv Höglund, Karlslunds IF 1.43,2. 27) Gunilla Bergdahl, Munksunds SS 1.43,4. 28) Britt Est, Karlstads SS 1.43,9. 29) Anita Karlsson, Upsala SS 1.44,0. 30) Gerd Abrahamsson, Munksunds SS 1.44,4. 31) Gun Louise Svensson, Poseidon 1.44,8. 32) Ann Katrin Lannert, IFK 1.45,3. 33) Anne Marie Wallin, Jönköpings SLS 1.46,5. 34) Stina Larsson, Munksunds SS 1.47,0. 35) Elisabeth Andersson, IFK 1.47,3. 36) Birgit Eriksson, Karlslunds IF 1.51,2. 37) Birgitta Hult, Karlstads SS 1.52,4. 38) Agneta Gyllström, Karlstads SS 1.55,3. 39) Agneta Öberg, Upsala SS 2.00,2. 40) Annbritt Hedström, Karlslunds IF 2.11,1.

GRUPP II

HERRAR

Seniorer:

1.	Simavdelningen 1902	11.689.8
2.	Göteborgs Kappsimn.-klubb	10.543.5
3.	Sundbybergs Idrottsklubb .	9.602.9
4.	Hvetlanda Simsällskap ...	7.223.7

Individuellt:

1) Göran Larsson, S 02 1.10,9. 2) Hans Eric Malmberg, S 02 1.12,6. 3) Milles Claesson, Göteborgs KK 1.13,0. 4) Olle Gillberg, S 02 1.14,4. 5) Sven Gunnar Karlsson, S 02 1.16,0. 6) Rune Sjöberg, Göteborgs KK 1.17,0. 7) Lars Sundström, Sundbybergs IK 1.17,5. 8) Bengt Eriksson, Sundbybergs IK 1.18,3. 9) Lennart Blyberg, Sundbybergs IK 1.20,4. 10) Lars Karlsson, Göteborgs KK 1.21,1. 11) L. E. Paulsson, Göteborgs KK 1.21,3. 12) Jussi Lindhe, Hvetlanda SS 1.22,0. 13) Bo Biguet, Sundbybergs IK 1.30,0. 14) Per Ove Carlsson, Hvetlanda SS 1.36,2. 15) Eje Hagström, Hvetlanda SS 1.37,2. 16) Rune Lindström, Hvetlanda SS 1.49,6.

A-juniorer:

1.	Göteborgs Kappsimn.-klubb	11.344.4
2.	Simavdelningen 1902	10.026.3
3.	Västerås Simsällskap	9.918.1
4.	Katrineholms Simsällskap .	9.715.5
5.	Skövde Simsällskap	8.035.1

Individuellt:

1) Claes Svensson, Göteborgs KK 1.13,2. 2) Bernt Nilsson, Göteborgs KK 1.15,0. 3) Willy Hemlin, S 02 1.15,6. 4) Bengt Boman, Göteborgs KK 1.16,0. 5) Sune Andersson, Katrineholms SS 1.16,6. 6) Bo Hedlund, Västerås SS 1.17,4. 7) Urban Sandheden, Göteborgs KK 1.18,0. 8) Sten Erik Andersson, Skövde SS 1.19,8. 9) Rolf Nilsson, Västerås SS 1.20,3. 10) Gösta Källström, Katrineholms SS 1.21,5. 11) Sven Göran Johansson, Västerås SS 1.22,5. 12) Evert Lindgren, S 02 1.24,1. 13) Benni Svensk, Katrineholms SS 1.24,8. 14) Kjell Hallén, S 02 1.25,2. 15) Birger Ryding, Västerås SS 1.25,2. 16) Christer Ekberg, S 02 1.26,0. 17) Ove Andersson, Katrineholms SS 1.26,8. 18) Leif Kjellgren, Skövde SS 1.32,4. 19) Göran Andersson, Skövde SS 1.38,3. 20) Sture Carlsson, Skövde SS 1.40,0.

B-juniorer:

1.	Sala Simsällskap	7.555.9
2.	Skövde Simsällskap	7.443.0
3.	Katrineholms Simsällskap ..	7.040.4
4.	Simavdelningen 1902	6.886.9
5.	Sundbybergs Idrottsklubb ..	6.758.6
6.	Göteborgs Kappsimn.-klubb	6.502.4
7.	Hudiksvalls Simsällskap ..	6.227.3

Individuellt:

1) Jan Erik Lundqvist, Skövde SS 1.17,2. 2) Göran Åhs, Hudiksvalls SS 1.18,9. 3) Sune Pettersson, Katrineholms SS 1.25,4. 4) Harald Abrahamsson, Katrineholms SS 1.28,0. 5) Peter Jürss, Katrineholms SS 1.28,2. 6) Tobbe Erkemark, Sala SS 1.28,4. 7) Bo Jonsson, Skövde SS 1.28,6. 8) Per Ståhlberg, Sala SS 1.28,8. 9) Jörgen Lans, Sala SS 1.29,4. 10) B.-O. Abrahamsson, Sala SS 1.31,6. 11) Folke Lindström, Skövde SS 1.32,6. 12) Hans Bolkeus, Sundbybergs IK 1.34,4. 13) Kurt Lindgren, S 02 1.36,2. Ain Zume, Göteborgs KK 1.36,2. 15) Rolf Hedeberg, S 02 1.37,9. 16) Bo Lyemark, Sundbybergs IK 1.38,0. 17) K. Frisk, Göteborgs KK 1.38,1. 18) Dag Strömqvist, Göteborgs KK 1.38,2. 19) Urban Tholin, Sundbybergs IK 1.38,3. 20) Bo Johansson, S 02 1.41,0. Ingvar Bratt, Hudiksvalls SS 1.41,0. 22) Hans Rosendahl, Katrineholms SS 1.41,4. 23) Ingemar Johansson, S 02 1.44,0. 24) Olle Strömqvist, Hudiksvalls SS 1.45,8. 25) Lars Erik Andersson, Skövde SS 1.46,0. 26) K. Högberg, Göteborgs KK 1.46,2. 27) Jan Lepik, Hvetlanda SS 1.49,4. 28) Pelle Skärgård. Hudiksvalls SS 1.50,6. 29) Ulf Eriksson, Sundbybergs IK 1.53,6.30) Eje Gustavsson, Hvetlanda SS 1.57,2. 31) Bo Nilsson, Hvetlanda SS 2.02,6. 32) Jan Anders Dahlström, Hvetlanda SS 2.09,1.

DAMER

Seniorer:

1.	Simklubben Najaden	9.090.9

Individuellt:

1) Ragnhild Romell, Najaden 1.33,0. 2) B. Ramstedt, Najaden 1.35,8. B. Andersson, Najaden 1.35,8. 4) U.-B. Nydén, Najaden 1.42,2.

A-juniorer:

1.	Katrineholms Simsällskap .	9.061.6
2.	Skövde Simsällskap	7.775.1
3.	Sala Simsällskap	7.700.4
4.	Simklubben Najaden	7.600.7

Individuellt:

1) Agneta Gustavsson, Katrineholms SS 1.20,7. 2) Ann-Margret Jangert, Katrineholms SS 1.28,3. 3) Inger Dartman,

Skövde SS 1.35,4. 4) Kerstin, Svensk, Katrineholms SS 1.39,5. 5) Ingar Svensson, Skövde SS 1.41,2. Margareta Lans, Sala SS 1.41,2. 7) Gunilla Tornqvist, Katrineholms SS 1.45,4. 8) Eva Einarsson, Najaden 1.46,2. 9) Jeanette Blomgren, Sala SS 1.48,2. 10) Margareta Lander, Skövde SS 1.49,3. 11) Inga-Lill Nicklasson, Skövde SS 1.51,8. 12) Ann-Marie Karlsson, Sala SS 1.52,2. 13) Gunnel Johansson, Najaden 1.53,4. 14) Irene Olsson, Najaden 1.57,0. 15) Eva Larsson, 16) Åsa Ström, Sala SS 2.10,0.

B-juniorer:

1.	Hudiksvalls Simsällskap ..	8.996.5
2.	Hvetlanda Simsällskap	7.591.5
3.	Sundbybergs Idrottsklubb ..	7.455.4
4.	Skövde Simsällskap	7.306.3
5.	Simklubben Najaden	7.262.7
6.	Katrineholms Simsällskap .	7.196.1

Individuellt:

1) Kristina Jonsson, Hudiksvalls SS 1.25,0. 2) Eleonora Kjellander, Hvetlanda SS 1.30,8. 3) Gun Söderberg, Hudiksvalls SS 1.31,0. 4) Ulla Green-Hedlund, Hudiksvalls SS 1.33,9. 5) Inger Crantz, Hudiksvalls SS 1.38,0. 6) Solveig Eriks,-son, Katrineholms SS 1.42,2. 7) Lena Örtengren, Sundbybergs IK 1.43,4. 8) Gunnel Larsson, Skövde SS 1.45,0. 9) Monica Ling, Skövde SS 1.45,8. 10) Maud Karlsson, Katrineholms SS 1.46,0. 11) Anita Brokvist, Hvetlanda SS 1.46,2. 12) Lilian Andersson, Najaden 1.46,3. 13) Gunilla Gustavsson, Katrineholms SS 1.46,8. 14) Gunilla Maltesson, Hvetlanda SS 1.47,0. 15) Anita Pettersson, Sundbybergs IK 1.48,0. 16) Birgitta Leymark, Sundbybergs IK 1.48,2. 17) Marianne Gustavsson, Najaden 1.48,6. 18) Britt Marie Andersson, Sundbybergs IK 1.49,3. 19) Gunilla Norrman, Hvetlanda SS 1.49,4. 20) Ann-Christin Jangert, Katrineholms SS 1.49,9. Ann-Marie Eriksson, Skövde SS 1.49,9. 22) Ulla Dartman, Skövde SS 1.51,5. 23) Inger Rosdahl, Najaden 1.53,5. 24) Maritta Nilsson, Najaden 1.59,4.

GRUPP III

HERRAR

Seniorer:

1.	Kalmar Simsällskap	12.052.5
2.	Brännans Idrottsförening ..	9.427.9
3.	Huskvarna Sim. o. Livr.-skap	8.058.5

Individuellt:

1) Ingemar Öberg, Kalmar SS 1.11,1. 2) Evert Johansson, Kalmar SS 1.12,0. 3) Thomas Olsson, Kalmar SS 1.12,4. 4) Sören Andreasson, Kalmar SS 1.12,8. 5) Rolf Forsell, Huskvarna SLS 1.22,0. 6) Owe Andersson, Brännans IF 1.23,0. 7) Anders Söderqvist, Brännans IF 1.24,5. 8) Ola Söderqvist, Brännans IF 1.25,0. 9) Lars Hedin, Brännans IF 1.25,2. 10) Lars Pettersson, Huskvarna SLS 1.34,8. 11) Per Ove Ås, Huskvarna SLS 1.36,2. 12 Geron Andersson, Huskvarna SLS 1.36,8.

A-juniorer:

1.	Skellefteå Simklubb	10.394.1
2.	Varbergs Sim- o. Livr.-skap	9.691.4
3.	Sundsvalls Simsällskap	8.981.6
4.	Huskvarna Sim- o. Livr.-skap	7.649.7
5.	Brännans Idrottsförening ..	7.597.0
6.	Simklubben Laxen	7.020.7

Individuellt:

1) Peter Bergengren, Skellefteå SK 1.11,2. 2) Bengt Furberg, Skellefteå SK 1.12,8. 3) Gunnar Bergengren, Skellefteå SK 1.15,7. 4) Gert Hultgren, Varbergs SLS 1.16,0. 5) Lennart Johansson, Varbergs SLS 1.16,5. 6) Rolf Berlin, Sundsvalls SS 1.22,0. 7) Lars E. Rymark, Carbergs SLS 1.23,4. 8) Nils Peter Lindwall, Skellefteå SK 1.26,2. 9) Gunnar Nordin, Sundsvalls SS 1.27,0. Nils Öberg, Sundsvalls SS 1.27,0. 11) Christer Glerup, Sundsvalls SS 1.28,0. 12) Bo Hagberg, Brännans IF 1.28,8. 13) Egon Abrahamsson, Varbergs SLS 1.30,3. 14) Alf Nilsson, SK Laxen 1.30,8. 15) Lars-Göran Karlsson, SK Laxen 1.31,0. 16) Bengt Ove Rosen, Brännans IF 1.31,2. 17) Jan Eric Holmström, SK Laxen 1.32,6. Per Arne Magnusson, Huskvarna SLS 1.32,6. 19) Sture Näsman, Brännans IF 1.34,5. 20) Lars Evert Andersson, Huskvarna SLS 1.37,4. 21) Gunnar Sthålhand, Brännans IF 1.39,0. 22) Tommy Dorsell, Huskvarna SLS 1.41,2. 23) Björn Fougelberg, Huskvarna SLS 1.43,6.

B-juniorer:

1.	Kalmar Simsällskap	7.896.9
2.	Hofors Allm. Idrottsförening	7.039.7
3.	Simklubben Laxen	6.378.3
4.	Varbergs Sim- o. Livr.-skap	5.879.2

Individuellt:

1) Leif Öhlander, Kalmar SS 1.23,2. 2) John Hagén, Hofors AIF 1.28.9. 3) Stig Hedlund, Hofors AIF 1.32,0. Börje Jacobsson, Kalmar SS 1.32,0. 5) Ove Blom, Hofors AIF 1.32,5. 6) Ronny Martinsson, Varbergs SLS 1.33,1. 7) Bo Olsson, Kalmar SS 1.33,5. 8) Göran Karlsson, Kalmar SS 1.34,0. 9) Ulf Hägglund, SK Laxen 1.35,8. 10) Lars Meuller, SK Laxen 1.37,0. 11) Lars O. Hagberg. Varbergs SLS 1.38,3. 12) Mats Svensson, SK Laxen 1.40,2. 13) Karl-Gustav Rosenkrantz, SK Laxen 1.45,0. 14) Jan E. Persson, Varbergs SLS 1.45,2. 15) Ingvar Gunnarsson, Hofors AIF 1.50,5. 16) Åke Nilsson, Varbergs SLS 2.00,5.

DAMER

Seniorer:

1.	Kalmar Simsällskap	10.602.2

Individuellt:

1) Britta Högsell, Kalmar SS 1.22,6. 2) Eva Thörngren, Kalmar SS 1.29,3. 3) Barbro Carlander, Kalmar SS 1.29,4. 4) Livia Girdo, Kalmar SS 1.31,8.

A-juniorer:

1.	Brännans Idrottsförening ..	9.552.6
2.	Skellefteå Simklubb	8.296.4
3.	Varbergs Sim- o. Livr.-skap	7.766.7

Individuellt:

1) Eva Björklund, Skellefteå SK 1.27,5. 2) Gun Britt Mellberg, Brännans IF 1.31,6. 3) Ulla Ohlsson, Varbergs SLS 1.33,7. 4) Ninnie Lindström, Brännans IF 1.37,5. 5) Anna-Maj Lindström, Brännans IF 1.37,6. 6) Mona Frimodig, Skellefteå SK 1.37,7. 7) Anita Försberg, Varbergs SLS 1.40,4. Sigrid Ringblom, Brännans IF 1.40,4. 9) Gunilla Segnestam, Skellefteå SK 1.45,4. 10) Rigmor Josefsson, Skellefteå SK 1.45,5. 11) Gunnel Johansson, Varbergs SLS 1.46,5. 12) Yvon Johnsson, Varbergs SLS 1.48,0.

B-juniorer:

1.	Kalmar Simsällskap	9.643.6
2.	Skutskärs Idrottsförening ..	8.765.8
3.	Simklubben Laxen	8.542.2
4.	Huskvarna Sim. o. Livr.-skap	6.877.8
5.	Hofors Allm. Idrottsförening	6.317.7
6.	Varbergs Sim- o. Livr.-skap	5.970.6

Individuellt:

1) Siv Johansson, SK Laxen 1.24,0. 2) Birgitta Jansson, Kalmar SS 1.28,2. 3) Ingrid Östrand, Skutskärs IF 1.29,1. 4) Lena Millbourn, Kalmar SS 1.30,2. 5) Eva Westelius, Kalmar SS 1.35,1. 6) Ann-Margret Andersson, Kalmar SS 1.35,5. 7) Lisbeth Bengtsson, SK Laxen 1.38,0. Anita Carlsson, SK Laxen 1.38,0. 9) Kaisa Hörberg, Skutskärs IF 1.42,6. 10) Barbro Friberg, SK Laxen 1.44,8. 11) Elsie Friberg, Huskvarna SLS 1.45,7. 12) Kerstin Svensson, Huskvarna SLS 1.46,2. 13) Lisbeth Leksén, Skutskärs IF 1.47,0. 14) Britt Nyström, Hofors AIF 1.48,4. 15) Violet Ljung, Skutskärs IF 1.49,3. 16) Ann-Britt Qvist, Varbergs SLS 1.49,5. 17) Britt-Mari Kaila, Huskvarna SLS 1.55,5. 18) Marianne Friberg, Huskvarna SLS 1.55,8. 19) Pia Eklund, Hofors AIF 1.58,8. 20) Ingegerd Björk, Hofors AIF 2.00,0. 21) Ingrid Limme, Varbergs SLS 2.00,6. 22) Kristina Munther, Varbergs SLS 2.02,0. 23) Ulla Britt Eriksson, Hofors AIF 2.03,0. 24) Margareta Johansson, Varbergs SLS 2.05,1,

Marshall död efter bilolycka

John Marshall, som för några veckor sedan deltog i en rad simtävlingar i Australien, avled efter de skador han ådrog sig i en bilolycka. Han genomgick fem operationer, men livet stod ej att rädda. Olyckan inträffade i närheten av Melbourne, då han kolliderade med sin bil.

Marshall var under sin studietid i USA en av världens yppersta frisimmare. 1950—51 satte han en rad världsrekord, bl. a. 200 meter 2.04,6, 400 m 4.26,9 och1 eng. mil 19.49,4. Han tappade emellertid formen till spelen i Helsingfors, där han blev utslagen i semifinalen på 400 och slutade som åttonde och sista man på 1.500. I fjol gick han över till fjärilsim och blev femma på 200 m i Melbournespelen.

Dubbelt för "Kappis" vid SM i lågsvikt

Söndagen den 10 februari arrangerades — i Neptuns regi — årets första mästerskapstävling — SM i lågsvikt. Damernas tävling var oerhört hård. Striden stod mellan olympierna Birte Hanson och Anna-Stina Baidinger. Birte ledde tävlingen hela tiden, med fjolårsmästarinnan "Stintan" hack i häl. Med blott 98 hundradels poängs marginal hemförde Birte SM-tecknet och det var hennes fjärde. Sammanlagt har Birte erövrat 16 mästerskap i hopp. I sammanhanget kan nämnas att det är tredje året i rad, som det skiljer på mindre än 1 poäng i slutresultatet mellan Birte och "Stintan" från 1 meter. 1955 vann Birte och 1956 "Stintan", båda gångerna lika knappt. Den stora sensationen på damsidan var att Maylie Larsson, Neptun, tog hem bronset och slog bl. a. Karin Céve och Gunnel Ageby. Mylies första större framgång.

Toivo Öhman var allt för överlägsen för att herrsidan skulle bjuda på någon spännande strid om titeln. Segermarginalen var hela 23 poäng. Jan Engwall, som haft träningssvårigheter på grund av sitt arbete, var inte i samma form som förra året och kunde inte bjuda något motstånd. Sensationen var Erland Hedelin, S 02, som höll på att slå "Lillen". Först i sista hoppet gick Engwall förbi Hedelin och upp på andra plats. Den stora överraskningen var annars Jönköpings Johnny Hellström, som gått fram oerhört det sista halvåret. Hade han hoppat som på träningen så hade han troligen gått in på andraplatsen. Nu föll han på tävlingsrutinen och fick nöja sig med en fjärdeplacering.

Lovande morgondagare torde annars vara 14-åriga Enel Nöu, Uppsala och 12-åriga Christer Sandstedt, Jönköping, som båda gjorde fina saker men inte kunde hävda sig med sina låga svårighetsgrader. Populär gäst på tävlingarna var GCI-eleven Prinsessan Birgitta, som på eget initiativ besökte mästerskapstävlingarna.

En nyhet vid tävlingarna var att man tillämpade systemet att endast de 6 bästa fick gå till final och göra de tre sista hoppen. Försöket slog väl ut.

S. O.

Resultat:

Damer: 1) Birte Hanson, SKK 109,26. 2) Anna-Stina Baidinger, Neptun 108,28. 3) Maylie Larsson, Neptun 93,82. 4) Karin Céwe, Neptun 90,46. 5) Gunnel Ageby, SKK 89,50. 6) Birgitta Carling, Upsala SS 78,73. Utslagna: 7) Enel Nöu, Upsala SS 51,64. 8) Karin Tiberg, Upsala SS 47,05. 9) Kerstin Nordlund, Jönköpings SLS 44,75.

Herrar: 1) Toivo Öhman, SKK 128,25. 2) Jan Engwall, Hellas 105,78. 3) Erland Hedelin, S 02 104,14. 4) Johnny Hellström, Jönköpings SLS 95,54. 5) Ingvar Sommarström, Jönköpings SLS 89,51. 6) Göran Lundqvist, SKK 84,83. Utslagna: 7) Christer Arfström, Upsala SS 54,93. 8) Ove Waernborg, Upsala SS 48,34. 9) Christer Sandstedt, Jönköpings SLS 46,72.

Bergwalls Minne

1)	SKK	17	poäng
2)	SK Neptun	12	„
3)	Hellas	5	„
	Jönköpings SLS	5	„
5)	S 02	4	„
6)	Upsala SS	1	„

Tipsenlig revansch för Rolf Olander

Västerbottenssimmarna överraskade söndagen den 6 januari med att vinna länsmatchen mot Norrbotten i Skelleftehamn med 69 poäng mot 68.

Redan första grenen, 100 meter fjäril, började västerbottniskt lyckosamt. Favoriten Lennart Holmgren distanserades mot slutet av Peter Bergengren, som måste gå under Gunnar Björklunds distriktsrekord för att vinna. Det nya rekordet lyder på 1.10,8.

Nästa oväntade seger tog Umeås bröstsimmare Martin Ritzén, rekordhållare på 2.53,1. Nu spurtade han bäst på slutlängden och slog favoriten Anders Strömberg med 4 tiondelar. Segrartid 2.55,4.

Rolf Olander tog tipsenligt revansch på Munksunds Erik Forslund i ryggsimmet på så god tid som 1.10,0. Curt Furberg blev tävlingens ende dubbelsegrare, han vann 100 och 400 m frisim och gjorde dessutom en strong insats i lagkappen, som avgjorde hela tävlingen.

400 m frisim blev dagens mest spännande tävling på grund av att Peter Bergengren nöjde sig att bevaka Gunnar Sundkvist, Malmbergets lilla simmarfynd (sexfaldig distriktsmästare 1956) och höll på att ställa till en sensation på slutlängden. Han var inte mer än några cm efter Peter i mål och fick samma tid 5.17,4, vilket är nytt norrbottensrekord.

Västerbotten ledde herrarnas lagkapp 10×50 meter från start till mål. Sluttiden 4.49,6 är nytt rekord i länsmatchhistorien. Tiden betyder att varje man i laget genomsnittligt simmade på 29 sekunder.

Norrbottens damer visade väntad överlägsenhet. 13-åriga Mona Flodström förbättrade sitt personliga rekord på 100 meter frisim till 1.10,1 — en fattig tiondel över Monica Kroks norrbottensrekord — och har nu slagit Monica två tävlingar i följd. Det blir fler . . .

Västerbottensflickorna har all heder av sina insatser, trots att flickorna endast orkade med att ta två poäng mer än jumboplaceringar ger.

Herrar:

100 m frisim: 1) Curt Furberg, V 1.01,0. 2) Rolf Olander, V 1.02,2. 3) S. O. Jonsson, N 1.06,0. 4) 1.11,0.

100 m ryggsim: 1) Rolf Olander, V 1.10,0. 2) Erik Forslund, N 1.10,5. 3) Peter Bergengren, V 1.12,3. 4) Gösta Johansson, N 1.19,4.

100 m fjärilsim: 1) Peter Bergengren, V 1.10,8 (nytt rekord). 2) Lennart Holmgren, N 1.12,0. 3) Gunnar Björklund, V 1.18,5. 4) Göran Lindberg, N 1.20,9.

200 m bröstsim: 1) Martin Ritzén, V 2.55,4. 2) Anders Strömberg, N 2.55,8. 3) Gunnar Björklund, V 3.07,8. 4) Rolf Bergvall, — 3.26,4.

400 m frisim: 1) Curt Furberg, V 5.13,5. 2) Peter Bergengren, V 5.17,4. 3) Gunnar Sundkvist, N 5.17,4 (nytt rekord). 4) Erik Forslund, N 5.41,0.

Lagkapp 10×50 m: 1) Västerbotten 4.49,6. 2) Norrbotten 4.54,2.

Damer:

100 m frisim: 1) Mona Flodström, N 1.10,1. 2) Monica Krook, N 1.11,1. 3) Birgitta Nystedt, V 1.20,8. 4) Barbro Egerstedt, V 1.26,0.

100 m ryggsim: 1) Monica Krook, N 1.23,6. 2) Ulla Zachrisson, V 1.25,2. 3) Mona Flodström, N 1.27,8. 4) Eva Björklund, V 1.28,4.

200 m bröstsim: 1) Ulla Brännström, N 3.18,2. 2) Birgitta Andersson, V 3.28,9. 3) Margareta Wassberg, N 3.32,2. 4) Görel Brorsson, V 3.35,1.

50 m fjärilsim: 1) Annie-Britt Wiberg, N 38,0. 2) Elisabeth Ankarcrona, N 39,3. 3) Birgitta Nystedt, V 44,5. 4) Görel Brorsson, V 46,9.

Lagkapp 5×50 m: 1) Norrbotten 2.49,5. 2) Västerbotten 3.01,3.

Nu möblerar Australien om världsrekordtabellerna

John Devitt 54,6 på 100 m
Murray Rose
4,25,9 på 400 m frisim

De australiska simmarna har ej slagit sig till ro efter de stora olympiska triumferna i Melbourne. Nu jagar de världsbästatider på så klassiska distanser som 100 och 400 meter frisim för herrar har sett dagens ljus under januari månad. John Devitts 54,6 på den kortare sträckan och Murray Roses 4.25,9 på den längre kommer utan tvivel att godkännas som världsrekord.

Devitt, olympisk tvåa bakom Henricks, har f. ö. satt rekord i två omgångar. Den 20 jan. vann han i Sidney mästerskapet för Nya Syd-Wales på 110 yards (100,58 m) med tiden 55,2, vilket var 0,2 sek. bättre än dittills världsbästa 100-metersnoteringen, nämligen Jon Henricks segrartid vid OS i Melbourne. Det gällande världsrekordet var dock amerikanen Dick Clevelands 54,8, noterat i april 1954 i New Havens 25-metersbassäng. Devitt simmade i 55-yardsbassäng. Han slog f. ö. i sitt lopp OS-trean Gary Chapman, som hade 57,2.

Men Devitt var inte nöjd utan begav sig norrut i Australien till Brisbane, där man har en utmärkt 50-meterspool. Här var det härligt varmt i både luften och vattnet (Brisbane ligger cirka 80 svenska mil norr om Sidney och endast 40 mil söder om Capricorne, som är det tropiska Australien). Här gjorde Devitt den 29 januari sin lyckosamma attack och noterade 54,6.

Det är f. ö. första gången under 35 år som ett världsrekord på 100 meter frisim slagits på "lång" bana. Förra gången var det Johnny Weismüller som lyckades, nämligen 1922 på en 100-yardsbana i Alameda med tiden 58,6.

Världsrekordstatistiken i frisim upptar nu bara ett enda återstående kortbanerekord, nämligen britten Jack Wardrops 2.03,4 på 200 meter, satt i Columbus' 25-yardsbassäng 1955.

Murray Rose, främste simmaren vid Melbournespelen med tre guldmedaljer (400 och 1500 m individuellt och 4×200 i lag) satte sitt världsrekord i Sidney den 14 januari. Ja, han satte f. ö. två rekord i 55-yardsbassängen, nämligen på 400 m och 440 yards (402,32 m). På båda distanserna var rekorden tidigare noterade i 25-yardsbassänger — på meterdistansen 1951 av Roses landsman John Marshall med 4.28,1. På "lång" bana svarade redan tidigare Rose för de världsbästa tiderna resp. 4.27,0 och 4.32,5 från 1956.

Nu avverkade Rose 400 meter på 4.25,9 och 440 yards på 4.27,1 och utklassade sina konkurrenter Graham Hamilton och Gary Winram, vilka båda fick 4.40,5 på 440 yards.

Roses mellantider i Sidney var:55 y 29,4, 110 y 1.02,5, 220 y 2.11,1 och 330 y 3.20.

I Sidney noterades även andra goda resultat:

Brian Wilkinson vann 110 yards fjärilsim på den nya australiska rekordtiden 1.05,9 samt 220 yards på 2.31,8.

John Monckton vann 110 yards rygg på 1.03,3 (världsbästatid på lång bana) och 220 yards på 2.24,7.

Gathercole vann 220 yards bröst på 2.47,4.

Wilkinson satte australiskt rekord på 440 yards medley med 5.36,8.

Murray Rose satte australiskt rekord på 1650 yards frisim (1508,72 m) med 18.04,5. Tvåan Hennington hade 19.55,3. Som mellantid på 1500 meter hade Rose 17.58,8, vilket också kommer att noteras som nytt australiskt rekord. Vid OS hade han jämnt tiondelssekunden sämre tid.

Världsbästastatistiken genom tiderna på lång bana (50 meter eller längre) har nu följande utseende på de aktuella frisimsträckorna:

100 m frisim

Devitt, Australien	54,6 (1957)
Henricks, Australien	55,4 (1956)
Hanley, USA	56,3 (1956)
Cleveland, USA	56,4 (1951)
Tani, Japan	56,4 (1955)
Patterson, USA	56,6 (1956)
Koga, Japan	56,7 (1956)
Chapman, Australien	56,7 (1956)
Woolsey, USA	57,0 (1956)
Scholes, USA	57,1 (1952)
Suzuki, Japan	57,1 (1955)

Ovanstående tider har noterats i sötvatten. För saltvatten tillkommer Cleveland med 56,0 (1954), Jany, Frankrike 56,2 (1947), Chapman 56,5 (på 110 y 1956), Njegus, Jugoslavien 56,7 (1956), Chwee-Kok, Singapore 56,9 (1954) och Gige, USA 57,1 (1949).

400 m frisim

Rose, Australien	4.25,9 (1957)
Yamanaka, Japan	4.30,4 (1956)
Boiteux, Frankrike	4.30,7 (1952)
Konno, USA	4.31,3 (1952)
Breen, USA	4.32,5 (1956)
O'Halloran, Australien ..	4.32,9 (1956)
Furuhashi, Japan	4.33,0 (1948)
Winram, Australien	4.33,5 (1956)
Östrand, Sverige	4.33,6 (1952)
Hamilton, Australien ..	4.34,4 (1956)

John Henricks hit i sommar?

Simförbundets sekreterare har privat från en god vän i Australien, en svensk-australisk affärsman, bosatt i Adelaide, mottagit ett brev med erbjudande att arrangera en sverigevisit för Jon Henricks, olympiasegraren på 100 meter frisim.

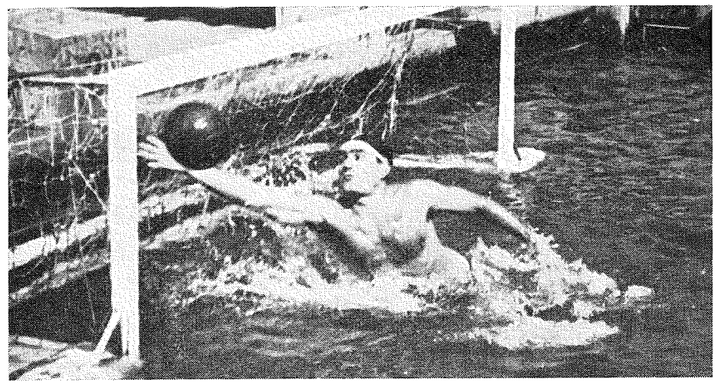
Henricks är fri hela detta år och avser på nyåret börja handelsstudier vid ett amerikanskt universitet. Han har förklarat sig intresserad av att komma till Sverige redan i sommar, om ekonomiska garantier kan ställas för hans besök.

Intresserade arrangörer kan hänvända sig till förbundssekreteraren för ytterligare upplysningar.

En märkesman



Civilingenjör G. W. Lindroth i Stockholm är en av vår simsports stora märkesmän. Åtta år i rad har han troget upprepat magisterproven för elitmärket i Sportpalatset. Den spänstige veteranen har heller inte för avsikt att frångå sin vana trots att han fyller 69 år i sommar.



POLOAKTUELLT

Inomhusserien i polo

DIV. I

Norra:

8/2 Hellas—Neptun 12—4
8/2 Hofors—Falun 15—1
Upsala—Sirius 5—7

Serietabell:

Hellas	5	5	0	0	69—10	10
Sirius	5	4	0	1	38—24	8
Neptun	5	3	0	2	51—23	6
Hofors	5	1	1	3	27—43	3
Upsala	5	1	1	3	19—38	3
Falun	5	0	0	5	7—73	0

Östra:

7/2 Polisen—Norrköping 8—2

Serietabell:

Tunafors	3	3	0	0	29— 7	6
SKK	3	2	0	1	16— 7	4
Polisen	3	1	0	2	13—14	2
Norrköping	3	0	0	3	4—34	0

Västra:

3/2 Karlstad—Göteborgs KK 1—7
7/2 Göteborgs KK—S 02 2—7
17/2 Karlstad—Elfsborg 2—6

Serietabell:

Elfsborg	4	4	0	0	41—11	8
S 02	4	3	0	1	41—17	6
GKK	4	1	0	3	17—34	2
Jönköping	4	1	0	3	22—39	2
Karlstad	4	1	0	3	10—30	2

Södra:

Serietabell:

Ran	3	3	0	0	31— 4	6
Trelleborg	3	2	0	1	17— 9	4
Växjö	3	1	0	2	13—15	2
Landskrona	3	0	0	3	5—38	0

Semifinalomgången den 6—7 april

Norra (arr. SKK):
Hellas
Tunafors
Sirius
SKK

Södra (arr. Ran):
Elfsborg
S 02
Ran
Trelleborg

Ungerska triumfen i OS-polo

Utan poängförlust – 26–4 i målkvoten

Den olympiska vattenpoloturneringen kunde knappast ha regisserats bättre än i Melbourne. Redan under en av de första dagarna fick publiken bevittna den mest njutbara och spännande match som spelats på många gott år. Duellen mellan Jugoslavien och Sovjet bjöd nämligen på rena propagandaspelet och det rättvisa slutresultatet 3—2. Duellen mellan Ungern och Sovjet, som avgjorde medaljernas öde, gav visserligen inte den allra vackraste slutvingetten åt turneringen men blev dramatisk i överkant.

Ungrarna spelade storartat i Melbourne och ingen protest kan resas mot deras ståtliga upprepning av de olympiska triumferna 1932, 1948 och 1952. De vann samtliga matcher och de visade i flertalet en spelstandard som var klart överlägsen konkurrentlagens.

De ungerska matcherna gav följande resultat: 6—1 mot England, 6—2 mot USA, 2—1 mot Jugaslavien och 4—0 mot vardera Italien, Sovjet och Tyskland. I laget spelade Boros i mål, Hevesi, Gyarmati och Markovits i försvaret och omväxlande Bolvari, Karpati, Martin, Meyer och Zador i anfallet.

Sin bästa match spelade ungrarna mot jugoslaverna. Båda lagen spelade mycket offensivt men med synnerligen taktisk markering, vilket gjorde att målskörden inte blev så stor. Ungrarna var de simsnabbaste och därtill absolut dödsäkra i bollbehandlingen. Jugoslaverna, som föryngrat sitt lag under de två senaste åren, bemödade sig emellertid tydligt att spela spelet, undvika närkamper i möjligaste mån och ransonera på målskotten för verkligt uppenbara chanser.

I det jugoslaviska laget spelade Kovacic, Cipci, Kacic, Zuzej, Jezek, Radonic och Franjkovic. Resultaten: 9—1 mot Australien, 3—2 mot Rumänien, 3—2 mot Sovjet, 2—2 mot Tyskland, 5—1 mot USA, 2—1 mot Italien och 1—2 mot Ungern.

Sovjet, som stupade på ren nervkollaps i den dramatiska matchen mot Ungern, vilken dömdes av vår svenske elitdomare Sam Zuckerman, spelade 6—2 mot Australien, 4—3 mot Rumänien, 6—4 mot Tyskland, 3—1 mot USA, 3—2 mot Italien, 2—3 mot Jugoslavien och 0—4 mot Ungern. Det bästa ryska laget hade följande utseende: Gichmann,Schljapin, Kurrenov, Agejew, Gwacharia, Mchwenieradze, Breus.

Grupp A

Jugoslavien ..	3	3	0	0	15— 5	6
Sovjet	3	2	0	1	12— 8	4
Rumänien	3	1	0	2	9— 9	2
Australien ..	3	0	0	3	5—19	0

Grupp B

Italien	2	2	0	0	11— 3	4
Tyskland	2	1	0	1	7— 5	2
Singapore ..	2	0	0	2	2—12	0

Grupp C

Ungern	2	2	0	0	12— 3	4
USA	2	1	0	1	7— 9	2
England	2	0	0	2	4—11	0

Till finalomgången kvalificerade sig de två främsta lagen ur varje kvalificeringsgrupp. De lag som redan spelat fick räkna sig till godo resultatet från kvalificeringsomgången. Det gällde följande matcher: Jugoslavien—Sovjet 3—2, Italien—Tyskland 4—2 och Ungern—USA 6—2.

Finalgruppen

Ungern	5	5	0	0	20— 3	10
Jugoslavien..	5	3	1	1	13— 8	7
Sovjet	5	3	0	2	14—14	6
Italien	5	2	0	3	10—13	4
USA	5	1	0	4	10—20	2
Tyskland ..	5	0	1	4	11—20	1

Polotränarens spalt

Arne Jutner

SAMMANDRAGNINGEN

Innan jag går in på det fortsatta träningsprogrammet kanske jag med några få rader skall beröra sammandragningen i Sportpalatset, Stockholm den 13/1. Av de 18 kandidaterna hade återbud kommit endast från Gert Arnsand och Börje Hamrin för respektive polis- och militärtjänst. De närvarande uppvisade, med några få undantag, att de hade god grundkondition och deltog med stort intresse i genomgången av träningsprogrammet. Platstränarna Bertil Smedius, Göteborg och Frille Sjö, Malmö deltogo också i sammandragningen. Borås tränare är liktydig med landslagskandidaten Stig Johansson.

Måhända kan kandidaternas simtider vara av intresse: 400 m polosimning (50 rygg liggande start, 50 bröst ortodox stil, 50 crawl, 50 fjärilsim med delfin eller bröstkick, 50 nacksim, varvid händerna hålles om nacken och spelaren tar sig fram med bröstkick, 50 crawlbenspark, varvid händerna hålles på en poloboll, 100 m simning med poloboll). Den första tiden avser polosimningen — den andra 50 m fritt: Björn Pernold 6.53,3, 28,9, Sven-Gunnar Karlsson 6.58,7, 28,7, Hasse Andersson 7.02,6, 29,4, Björn Branelius 7.17,3, 28,7, Anders Eriksson 7.17,4, 29,0, Tore Synnerholm 7.23,8, 27,9, Rune Johansson (målvakt) 7.24,8, 32,6, Runar Svensson 7.34,0, 28,2, Börje Karlsson 7.39,5, 30,5, Wolfgang Bruhn 7.39,9, 29,6, Lars-Olof Nilsson 7.42,1, 31,1, Karl Gunnar Pettersson 7.43,2, 28,5, Sören Sandberg 8.06,7, 31,0, Stig Johansson 8.20,7, 29,3, Stig Sjögren (målvakt) 8.55,2, 32,9, Curt Lindgren (målvakt) 9.04,2, 31,6.

Viss jämförelse kan göras med tiderna i decembernumret av Simsport. Hänsyn får dock tagas till träningsuppehållet och att de senaste tiderna är uppnådda på 50 m bana.

Träningsprogrammet

Beträffande det föreliggande träningsprogrammet gäller för trudgensträckorna att dessa delas, så att hälften simmas på vänster sida och hälften på höger. *Målvakterna* byter ut alla rena crawlsträckor mot bröstsim, däremot inte de som ingår i de s. k. blandsimningarna. För landslagskandidaterna gäller det även att sända in den bästa uppnådda träningstiden från de sträckor där tidtagning föreskrives.

Vecka 7

1:a dag: 600 ol. (100 m r, br, cr, o. s. v.), 4×25 spurt — varannan crbsp, varannan cr, 300 starter, 25 crbsp, 25 cr, 200 vtr. m. boll, 4×25 spurt (r, br, cr, fj), 200 trudg., 2×25 cr-sp, 200 en man på rygg., 25 cr-sp, 200 bsp (25 br, cr), 2×25 cr-sp, 75 nacks., 100 m. boll + stötar, 400 polosim, 25 und. vattn. S:a 2675.

2:a dag: 400 ol. (25 r, br, cr, fj o. s. v.), 6×25 cr-sp, 200 start, 4×25 spurt — varannan bsp, varannan cr, 100 vtr m. boll, 8×25 spurt (r, br, cr, fj o. s. v.), 100 trudg., 4×25 cr-sp, 100 en man på rygg., 2×25 cr-sp, 200 bsp (25 br, cr,) 4×25 cr-sp, 50 nacks., 100 m. boll + hög. skruv, 400 polosim, 2×25 m. bollsp, 25 und. vattn. S:a 2425.

3:e dag: 400 ol. (25 r, br, cr, fj o. s. v.), 8×25 cr-sp, 100 start, 6×25 spurt — varannan crbsp, varannan cr, 50 vtr. m. boll — tid, 16×25 spurt (r, br, cr, fj o. s. v.), 50 trudg — tid, 6×25 cr-sp, 50 en man på rygg. — tid, 4×25 bsp-br, 4×25 br-sp, 4×25 nacks. — tid, 100 m. boll + vänst. skruv, 400 polosim, 25 und. vattn. S:a 2375.

Vecka 8

1:a dag: 400 ol. (25 r, br, cr, fj o. s. v.), 200 bsp-cr, 25 cr-sp, 200 m. boll + omväxlande vänst. och hög. skruv samt stöten, 25 cr-sp, 100 nacks., 25 cr-sp, 200 bsp (25 br, cr), 25 cr-sp, 200 m. en man på rygg., 2×50 cr-sp, 200 trudg., 25 cr-sp, 100 vtr. m. boll, 4×25 cr-sp, 300 start., 25 cr-sp, 400 polosim, 25 und. vattn. S:a 2675.

2:a dag.: 400 cr (var 4:e l. hårt), 4×50 cr-bsp, 4×50 simn. m. boll — i tur och ordning vänst. skruv, hög. skruv, stöten och ren spurt, 2×50 nacks., 4×50 sp-bsp — varannan br-cr o. s. v., 25 cr-sp, 4×50 br m. en man på rygg., 4×25 cr-sp, 4×50 trudg., 25 cr-sp, 2×50 vtr. m. boll, 6×25 spurt — varannan cr-bsp, varanann cr, 200 start, 25 cr-sp, 400 polosim, 25 und. vattn. S:a 2550.

3:e dag.: 400 ol. (25 r, br, cr, fj), 8×25 cr-bsp, 8×25 m. boll + vänst. och hög skruv samt stöten och ren spurt m. boll 2 ggr, 4×25 nacks. — tid, 8×25 bsp-sp — varannan br, varannan cr o. s. v., 25 cr-sp, 8×25 en man på rygg. — — tid, 6×25 cr-sp, 8×25 trudg. — tid, 25 cr-sp, 4×25 vtr. m. boll, 8×25 spurt — varannan bsp-cr, varannan cr, 100 start, 25 cr-sp, 400 polosim, 25 und, vattn. S:a 2550.

Vecka 9

1:a dag.: 600 ol. enl. följande (50 bsp-rcr-25 cr-sp, 50 bsp-br-25 br-sp, 50 bsp-cr-25 cr-sp, 50 bsp-fj-25 fj-sp o. s. v.), 150 trudg., 4×25 crbsp-sp, 4×25 cr-sp, 100 vtr. m. boll, 4×25 bsp-br, 4×25 br-sp, 100 nacks., 8×25 spurt — varannan crbsp, varannan cr, 400 polosim, 4×25 m. boll + stöten, 100 med en man på rygg., 4×25 m. boll + vänst. skruv, 25 und. vattn., 2×25 m. boll-sp. S:a 2725.

2:a dag.: I likhet med ovanstående med undantag av polosim 400 som utbytes mot 16×25 ol. sp, 25 var av r, br, cr, fj 4 ggr.

3:e dag.: I likhet med dag 1.

Vecka 10

Denna vecka är landslaget på Tysklandsturné. Under denna blir träningen beroende av de problem som sammanhänger med resan, såsom resornas längd, tillgång till sömn, matchintensitet etc. För de hemmavarande kandidaterna föreslås följande program:

300 ol. (100 r, br, cr), 16×25 bl. spurt — 25 var av r, br, fj 4 ggr, 200 start, 4×25 cr-sp, 150 trudg., 4×25 bsp-cr, 50 nacks., 4×25 bsp-br, 50 vtr. m. boll, 4×25br-sp, 200 med en man på rygg., 4×25 cr-sp, 400 polosim, 8×25 med boll + i tur och ordning vänst. skruv, hög. skruv, stöten och sp-m boll, 25 und. vattn. S:a 2500.

Bollträningsprogram veckorna 6—10

1:a dagen: Denna ägnas helt åt bollträning enl. det i dec.-numret/56 och jan. och febr.-numren/57 upptagna bollträningsprogrammen, som utökas med målskjutningsövningar medelst touchen och skarvningen.

2:a dagen: 20 min. bollträning enl. ovan. 20 min. ett-mål. 1 målvakt — 3 backar — 3 forwards. När backarna tagit hand om bollen går de till anfall, varvid forwards blir backar o. s. v. Här lämnas plats för improvisering och taktikträning. Avslutning 2×10 min. match.

3:e dagen: 15 min. bollträning enl. ovan. 2×10 min. match + 2×15 min. match. Bästa spelarna på en sida — denna sida eller lag tryckes av domaren på så sätt att det andra laget beviljas fördelar vilka helt innehålles för det bättre laget.

Beträffande bollträningsprogrammet har jag förutsatt att tid disponeras omkring 1 timma. Skulle mer tid stå till buds, vill jag rekommendera att denna ägnas åt bollträningen, som på de flesta håll i Sverige är eftersatt. Mycken bollträning utvecklar spelaren och laget. Tyvärr har detta faktum icke trängt in till den svenska vattenpolosporten.

Klart Italien för landskamp

Svenska simförbundet har mottagit en bekräftelse från det italienska förbundet på den i Melbourne träffade överenskommelsen om ett landskampsutbyte.

De närmare detaljerna är ännu inte fullt klara. Årets match torde dock komma att äga rum i Italien i månadsskiftet augusti—september enligt det olympiska programmet med simning, hopp och polo.

Presentkort

PÅ SIMSPORT VID PRISUTDELNINGAR

Presentkort på prenumeration för 1957 på vår tidning finnes att köpa på kansliet att användas som priser. Namn och adress på pristagaren (prenumeration) insättes på Simförbundets postgirokonto 5 24 94. Prenumerationspriset för 1957 är kronor 6:—.

EOS ENGWALL & STRÅHLE AKTIEBOLAG

Kontorsmaterial

Ritmaterial

Sveavägen 35—37 • Stockholm 3 • Telefon 23 13 55 • EOS-Reklam 10 52 51

Föreningstryck

Om Ni har något problem med Edert föreningstryck, när Ni önskar ett nytt brevpapper, kallelsekort eller önskar trycka ett föreningsblad — kontakta oss och vi står med nöje till tjänst med utformning och förslag.
Men vi trycker naturligtvis även andra förekommande trycksaker.

AFFÄRSTRYCK

Gamla Brogatan 36, Stockholm. Tel. 10 01 53, 11 53 04



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

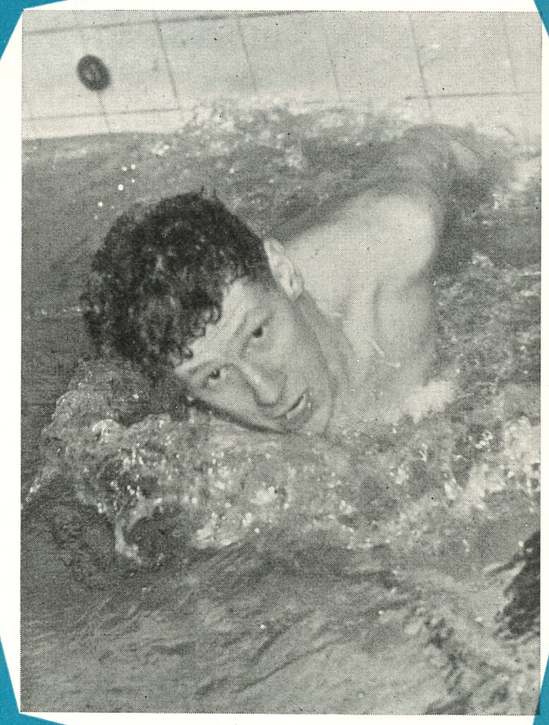
IDROTTSMAGASINET

Birger Jarlsgatan 5 Stockholm Telefon växel 20 88 25

AFFÄRSTRYCK
Engwall & Ståhle Aktiebolag
1957

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Simsport



3

15 MARS 1957 · ÅRGÅNG 12