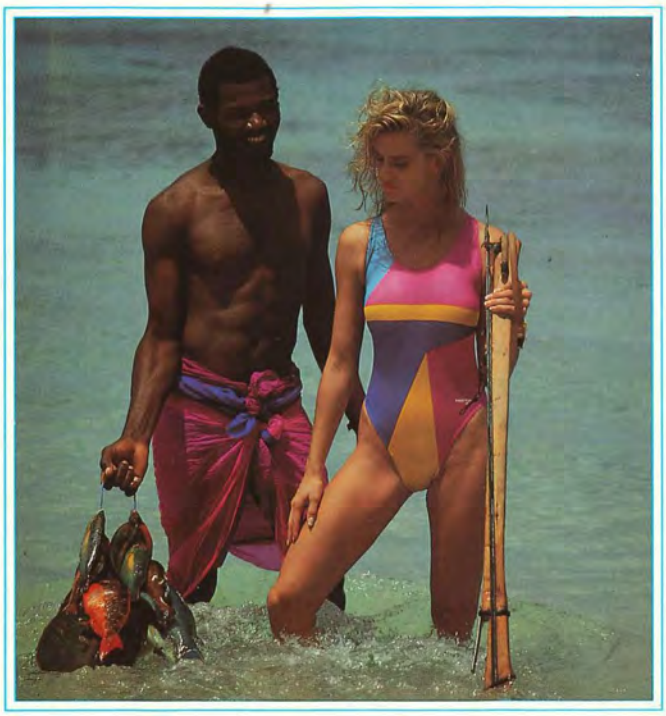
Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Nr. 5 Maj 1989. Årg. 44. Pris: 22:-

Sim sport

BAD -89

EN MÄSTARE

3, 7, 8-NATIONERS





Lättdryck



Den slanka linjens vardags-dryck

Att dricka ordentligt till maten är bra för hälsan och orken! Men drick kalorisnålt. BOB Lättdryck innehåller färre kolhydrater än övriga måltidsdrycker, bara 6 g/dl färdig dryck. (Juice 11 g/dl).
BOB Lättdryck är frisk, naturligt god i smaken. Du kan välja mellan flera smaker – lingon, citron eller äpple. Och med BOB Lättdryck drygar Du ut hushållskassan. Lättdrycken kostar bara ca 4:50 per liter färdigblandad dryck.

Finns hos Din ICA-handlare

BOB

BOB Industrier AB – ett ICA företag
Konsumentkontakt 019-792 20

SSF:S OFFICIELLA LEDARE

"SVENSK SIMNING BEHÖVER UTBILDNING PÅ HÖGRE NIVÅ ÄN GRUNDSKOLEKOMPETENS."

Svensk simidrott är bred och stark inom många områden. Simidrotten omfattar allt ifrån babysim till extremt specialiserade toppelitidrottsmän/kvinnor. Simmarsverige har i många år jobbat intensivt för att skapa både topp och bredd i de fyra idrottskommitteérna; polo, hopp, konstsim och simning. Många gånger lyckas vi med konststycket att få fram toppar och samtidigt ha en bred bas, tack vare intensivt arbete från aktiva och ledares sida. Tyvärr gäller inte samma principer för utbildning/forskning. Här satsas den största delen av resurserna på basutbildning naturligtvis med all rätt. Men under många år har vi underlåtit att prioritera topputbildning.!

Inom alla verksamheter vad det än gäller, måste grundutbildning, undersökande verksamhet och forskning gå hand i hand. I privata företag, i offentlig verksamhet, i idrottsförbund med företagsamhet som huvudmål satsas det på forskning. I svensk simidrott är vår utbildningsstege slut på gymnasienivå, bildligt talat. Om vi vill tillhöra de ledande länderna i världen, vilket styrelse samt tävlingskommitteérna strävar efter, måste utveckling via kunskap prioriteras.

Jag har länge hävdat att visst kan vi ändra på Steg I, II och Steg III utbildningarna och visst kan vi fixa förmånliga träningsläger för hundratusentals kronor, men det är endast jämförbart med att ändra lite i kursplanen för grundskolan. Vi behöver kunskapsnivå som ligger på toppnivå om vi samtidigt vill att vi ska ha en bred trupp av simidrottsmän/kvinnor som ska konkurrera på samma villkor som övriga länders simidrottare. I ett komplett system gäller alltid lagen om att produkten blir inte bättre än vad den sämsta komponenten kan prestera! Det gäller att ha jämvikt i detta system.

Idag har svensk simning världsklass på flera punkter och befinner sig på den nivån som vi behöver, men när det gäller undersökning, forskning har vi helt plötsligt av okunskap skurit ner vår kursplan från hög universitetsnivå till hjälplig svensk 7-årig folkskola. Effekterna låter inte vänta på sig, vi behöver optimala förutsättningar. Svensk simidrott behöver forskning knuten till GIH, utan denna tappar vi mark till våra konkurrenter.

Pengar måste avsättas nu och tävlingskommitteérna ,styrelse samt utbildningskommittén måste samordna befintliga resurser till forskningens fromma.

Satsa på svensk simidrottsforskning på 90-talet.

Matz Widerström

INNEHÅLL: SIMSPORT 5 1989

Officiellt 6 * Journalen 9 * Simnyheter med 3-, 7- och 8-Nationers och annat 10 * Badmodet -89 23 * En Mästare 29 * Swim 2000 -Träning 33 * Resultat 37 * Anders Holmertz krönika 46

Omslaget: Triumph Golden Cup får representera årets badmode. Tre triumfatorer, bland många andra under vintern var Helena Kälvehed,Anders Holmertz och Michael Söderlund .

DIANA sport

ERMA-IMPORT AB
WAHLBERGSGATAN 18, S-121 46 JOHANNESHOV
TEL 08/47 21 50, TELEFAX 08/48 03 04

RUE ROYALE DIANA
MERATE COMO ITALY
TEL. 039/598551/2/3
TLX 333129 DIANA I
FAX 039/593761





SLUTA FRYS I BASSÄNGEN

Våtdräkt Long John **545:-st**

3 mm dubbel nylon neopren
M, L, XL.
Speciellt lämplig för simlärare eller annan personal som tillbringar längre tider i vatten.
LÄTT, MJUK och SMIDIG i arbetet
Referenser: *LASS Linköping*
Gun Seilitz 013-13 96 08
Simhallen Linköping 013-20 71 56

Våtdräkt Shorty **345:-/st**

3 mm dubbel nylon neopren
S, M, L, XL.

5-Fingerhandske M, L. **29:-/par**

3 mm dubbel nylon neopren

ALLT SKALL BORT
GROSSISTERS INKÖPSPRIS
BEGRÄNSAT ANTAL

Försäljningsvillkor: exkl moms, exkl frakt, 5 st drkt/levtillf.
Betalningsvillkor: Postförskott
Beställningar skickas till:
Fame Sport AB, Box 464, 581 05 Linköping
tel. 013-27 04 15

Sim sport

Postadress: Box 8346 402 79 Göteborg
Gatuadress: Sörhallen, Eriksbergsområdet
Telefax: 031-22 32 34
Telefon: 031-23 33 50
Ansvarig utgivare: Paul Alfons
Chefredaktör: Lars-Åke Lindqvist
Annonser: Jaar Reklam AB 031- 44 91 30, 44 86 15

ALLT OM PRENUMERATION
Att prenumerera är ett bekvämt sätt att köpa sin tidning. Att prenumerera är att försäkra sig om att regelbundet få läsa sin favorittidning.
PRENUMERATIONSPRISER
Helår 160:- (9 utgåvor 1989, varav 3 dubbelnummer)
2 år 290:-, 3 år 435:-.
Sättes in på postgirokontonummer 98 55 05-7

PRENUMERATIONSÄRENDEN:
031-23 33 50, mellan kl. 10-12.

Teknisk produktion: Förlagspoolen Box 8346, 402 79 Göteborg Tel. 031-23 33 50.
Förlagsredaktör: Anders Wernesten.
Grafisk form: Birgitta Lindgren.
Tryck: Smp TRYCK Växjö ISSN: 0346- 1084

För ej beställt material, text och bilder, ansvaras ej. Vid eventuell beskattning av vinster i tidningens pristävlingar svarar pristagaren för denna kostnad. Denna tidnings utlåning i förvärvssyfte förbjudes.



INBJUDAN TILL SM I SIMNING

(50 M BANA) I LANDSKRONA 25-27 JULI 1989

MEDARRANGÖR:
Landskrona Simsällskap
PLATS:
Citadellbadet 50 x 8 banor
TÄVLINGSTIDER:

Försök:	Finaler:
Tisd. 25/7 kl 09.00	Tisd. 25/7 kl 16.30
Ons. 26/7 kl 09.00	Ons. 26/7 kl16.30
Tor.27/7 kl 09.00	Tor.27/7 kl 16.30

ANMÄLAN:
Anmälan skall vara Landskrona Simsällskap tillhanda senast 11 juli, (poststämpel 10 juli), under adress: Landskrona S, Box 117, 261 22 Landskrona.
ANMÄLNINGSAVGIFT:
25:-/indi. start, 35:-/lagstart som skall inbetalas samtidigt med anmälan på Landskrona Simsällskaps pg 11 83 23 - 5.
EFTERANMÄLAN:
Efteranmälningstiden utgår söndagen den 23 juli kl 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.
EFTERANMÄLNINGSAVGIFT:
300:-/ind. start, 400:-/lagstart, skall inbetalas samtidgt med efteranmälan på Landskrona Simsällskaps pg 11 83 23 - 5.

KVALNORMER:
1. Kvaltider
Kvaltider, se Simsport nr 10/88, har också presenterats i SSF:s föreningsutskick SK-cirkulär samt finns i Simkalendern 1989. OBS! INGA TIDER OMRÄKNAS (ex 25 m banatid till 50 m banatid).
2. Kvaltermin
Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 1988-08-02 - 1989-07-10.
ÖVRIG INFORMATION:
Övriga mästerskapsbestämmelser, se Simkalendern 1989 och SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser 1987-90.
Information om logi, biluthyrning, entrébiljetter m.m har utsänts till klubbarna.
UPPLYSNINGAR:
Landskrona Simsällskap tel. 0418-196 15 fm
OBS!
Viktigt vid klubbyte
Från och med 1989 måste vid anmälan till mästerskap respektive förening uppge om en simmare ej skall ha SM-poäng (klubbyte) på det speciella anmälningsformulär som skickats ut från arrangören. Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng. Se SSF:s stadgar paragraf 225.

GRENORDNING:

Tisdag 25 juli
1. 50 m frisim damer
2. 50 m frisim herrar
3. 100 m ryggsim damer
4. 100 m ryggsim herrar
5. 400 m frisim damer
6. 400 m frisim herrar
7. 100 m fjärilsim damer
8. 100 m fjärilsim herrar
9. 200 m medley damer
10. 200 m medley herrar
11. 4x100 m frisim damer
12. 4x100 m frisim herrar

Onsdag 26 juli
13. 200 m frisim herrar
14. 100 m frisim damer
15. 100 m bröstsim herrar
16. 200 m bröstsim damer
17. 200 m ryggsim herrar
18. 200 m fjärilsim damer
19. 400 m medley herrar
20. 4x200 m frisim damer
21. 4x100 m medley herrar
22. 800 m frisim damer *)

*) I finalpasser avverkas 800 m frisim som gren 13.

Torsdag 27 juli
23. 200 m frisim damer
24. 100 m frisim herrar
25. 100 m bröstsim damer
26. 200 m bröstsim herrar
27. 200 m ryggsim damer
28. 200 m fjärilsim herrar
29. 400 m medley damer
30. 4x200 m frisim herrar
31. 4x100 m medley damer
32. 1500 m frisim herrar *)

*) I finalpasset avverkas 1500 m frisim som gren 23.

OBS! Inga pauser!

ALLE´SKOLAN - SYDNÄRKES GYMNASIESKOLA- OCH SVENSKA SIMFÖRBUNDET

söker

ELEVHEMSASSISTENT till HALLSBERGS SIMGYMNASIUM

Omfattning:
20 tim/vecka (0,5 tjänst). Arbetsåret är 42 veckor= läsåret plus en vecka före och en vecka efter.
Tillträdesdag: 1989-08-17.
Anställning:
Elevhemsassistenten är projektanställd av Svenska Simförbundet för läsåret 1989-1990.
Arbetstider:
Enligt schema. Huvudsakligen morgon och kvällstid.
Kvalifikationer:
Lämplig utbildning, väl vitsordad förmåga att umgås med och arbeta bland ungdomar i 16-19-års åldern. Vilja och förmåga att engagera sig i ungdomarnas fritid och sociala liv.
Eftersom samtliga eller nästan samtliga av elevhemmets hyresgäster är elever vid Hallsbergs SIMGYMNASIUM är intresse för simning och intresse för/ erfarenhet från simträning en extra värdefull merit.

Övrigt:
Elevhemsassistenten förutsätts bo på elevhemmet.
Vi tror att tjänsten kan vara mycket lämplig för den som är intresserad av arbete bland och med ungdom och som har intresse för/planer på att i framtiden arbeta med simning som tränare eller ledare. Viktigt är att elevhemsassistenten vill och förmår engageras i simgymnasieelevernas huvudintresse - simning.
Alle´skolan är en ganska stor gymnasieskola med ca. 1400 elever. Elevhem, skolbyggnader och träningslokaler ligger väl samlade. Hallsberg ligger bra till ur kommunikationssynpunkt både för bilburna och tågresenärer.

Välkommen med din ansökan till ett ganska krävande men för rätt person också roligt, stimulerande och intressant arbete.
Ansökan åtföljd av merithandlingar som åberopas insändes till Hallsbergs skolstyrelse, Box 120, 694 01 Hallsberg så snart som möjligt, dock senast 1989-05-31.

Upplysningar kan lämnas av vik rektor Sören Carlsson 0582-802 11, siminstruktör Torsten Buhre 0582- 802 97, nuvarnde elevhemsassistenten Jan Olson, 0582- 139 58, Rolf Karlsson på Svenska Simförbundet, 08-713 60 00.

INBJUDAN

TILL JUNIOR-SM OCH EJM-KVAL I SIMNING I SUNDSVALL 7-9 JULI 1989

Åldersklasser:
JSM
Pojkar 18 år och yngre (födda 1971 och senare)
Flickor 17 år och yngre (födda 1972 och senare)
EJM-kval
Pojkar 17 och 16 år (födda 1972/73)
Flickor 15 och 14 år (födda 1974/75)
I de grenar där EJM-kvalande simmare ej uppnått JSM-kvaltid kommer de 8 bästa simmarna att få starta i resp. gren. Dessa simmare seedas in tillsammans med övriga JSM-simmare.
OBS! För EJM-kvalande simmare gäller inga kvaltider.
Startavgift: 20:-/start inbetalas efter det att startlistan erhållits.
Medarrangör:
Sundsvalls SS (50 m x 8 banor)
Tävlingstider:

Försök	Finaler
Fredag 09.00	Fredag 16.30
Lördag 09.00	Lördag 16.30
Söndag 09.00	Söndag 16.30

Anmälan:
Anmälan skall vara Sundsvalls Simsällskap, Sporthallsbadet, Fabriksgatan 11, 852 34 Sundsvall, tillhanda senast 22 juni (poststämpelns datum 21 juni).
Anmälningsavgift:
20:-/ind. start och 30:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som anmälan på Sundsvalls SS postgiro 14 13 13 - 7.
Efteranmälan:
Efteranmälningstiden utgår onsdagen den 5 juli kl 12.00.
KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.
Efteranmälningsavgift:
300:-/ind. start och 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt som efteranmälan på Sundsvalls SS postgiro 14 13 13 - 7.
Kvalnormer:
Kvaltider
Se Simsport nr 10/1988, har också presenterats i SSF:s föreningsutskick SK-cirkulär samt finns i Simkalendern 1989.
Kvaltermin
Kvaltiderna skall vara uppnådda under tiden 1988-08-05 - 1989-06-21.
OBS! Inga tider omräknas vid anmälan (ex. 50 m bana till 25 m bana).
Övrig information:
Övriga mästerskapsbestämmelser, se Simkalendern 1989 och SSF:s stadgar och tävlingsbestämmelser 1987-1990.
Information om logi, entrébiljetter, biluthyrning etc. utsänds till klubbarna från Sundsvalls SS.
OBS! Viktigt vid klubbyte
Från och med 1989 måste vid anmälan till mästerskap respektive förening uppge om en simmare ej skall ha SM-poäng (Klubbyte) på det speciella anmälningsformulär som skickas ut från arrangören. Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng. Se SSF:s stadgar paragraf 225.
OBS! 50 m frisim ingår ej i EJM-kvalet då dessa grenar tagits bort från EJM i år.

Grenordning:

Fredag
1. 200 m frisim damer
2. 200 m frisim herrar
3. 100 m bröstsim damer
4. 100 m bröstsim herrar
5. 200 m fjärilsim damer
6. 200 m fjärilsim herrar
7. 200 m medley damer
8. 200 m medley herrar
9. 800 m frisim damer (final över 1 heat)
10. 4x100 m frisim herrar
11. 4x100 m medley damer

Lördag
12. 400 m frisim damer
13. 400 m frisim herrar
14. 100 m ryggsim damer
15. 100 m ryggsim herrar
16. 400 m medley damer
17. 400 m medley herrar
18. 50 m frisim damer/Ej EJM-kval
19. 50 m frisim herrar/Ej EJM-kval

Paus 15 min

20. 4x200 m frisim damer
21. 4x200 m frisim herrar

Söndag
22. 100 m frisim herrar
23. 100 m frisim damer
24. 200 m bröstsim herrar
25. 200 m bröstsim damer
26. 200 m ryggsim herrar
27. 200 m ryggsim damer
28. 100 m fjärilsim herrar
29. 100 m fjärilsim damer
30. 1500 m frisim herrar (final över 1 heat)
31. 4x100 m frisim damer
32. 4x100 m frisim herrar

ASSISTENTTRÄNARE! ÄLVSBYN

Vi söker en assistenttränare till Sveriges nordligaste simcentra på Pitedalens Folkhögskola i Älvsbyn fr o m höstterminens start den 2 september.

Vi erbjuder Dig som fyllt minst 18 år
- praktik som simtränare
- goda möjligheter att utvecklas som simtränare under ledning av idrottslärare, Åke Hansson
- förbättring eller komplettering av betygen motsvarande 2- eller 3-årig gymnasiekompetens
- fri logi under skoltiden
- fri kost under skoldagarna (frukost, lunch och middag)

Upplysningar lämnas av idrottslärare, Åke Hansson, tel 0929-101 73 arb, 112 22 bost. rektor Ulf Gothefors, tel 0929-121 73, eller av Rolf Karlsson på Svenska Simförbundet, tel 08-713 60 00.
Ansökan ska senast den 17 juli skickas till Svenska Simförbundet, Idrottens Hus, 123 87 FARSTA.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET

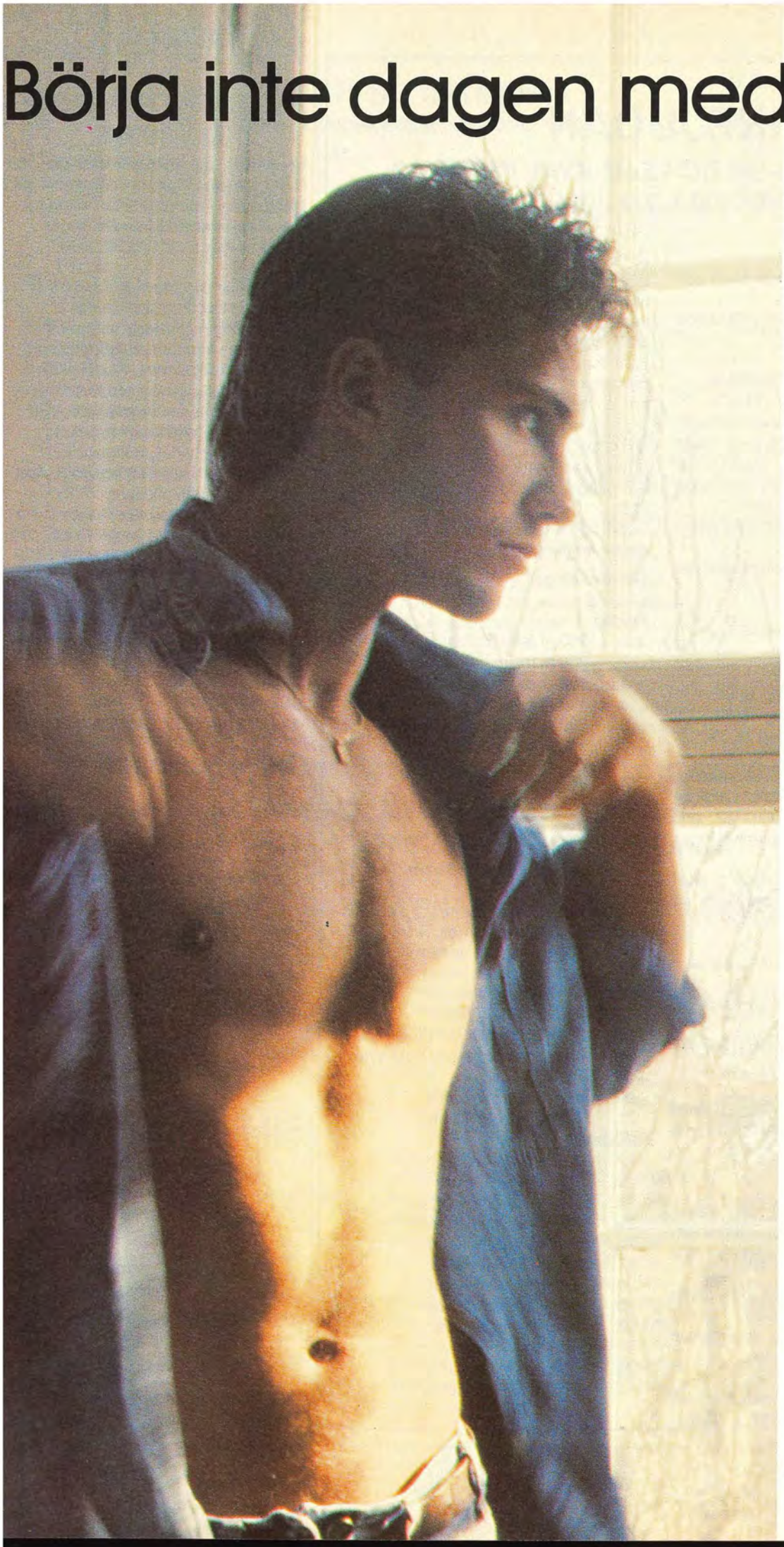
FÖRENINGSBYTEN

Namn	Moderkl.	Ny klubb	Tävlingskl.
J. Larsson	Ösmo SS	Kungsb. SS	890331
G. Asp	S 02	Kungälvs SS	890402
G. Mathisen Thor	Motala SS	SoIK Hellas	890407
N. Ekelund	GKKN	Ask.-Fröl. SK	890408
J. Andersson	SPIF	Spårv. GoIF	890414
P. Andersson	SPIF	Spårv. GoIF	890414
M. Andersson	SK Neptun	Hanvik. SK	890415
A. Ericson	SKK	Järfälla S	890419
A.-S. Nilsson	Södert. SS	SPIF	890419
R. Hernblad	SoIK Hellas	Södert. SS	890503

BESTÄLL SIMKALENDERN NU!

Beställes genom:
Svenska Simförbundet
Idrottens Hus
123 87 Farsta
Tel. 08-713 60 00

Börja inte dagen med alkohol



Börja med en hudvänlig roll-on istället, som du lugnt kan använda varje dag. MUM ger effektivt skydd mot både fukt och lukt utan onödig alkohol, som kan irritera huden.

Så bjud dig själv på en naturlig start – och förbli fräsch hela dan.

NY FÖRPACKNING!



Mum. Hudvänlig roll-on utan alkohol.

Bristol-Myers AB Tel 08-82 02 60

Utslagna tänder och Aftonbladet

Anna är 12 år. En måndag för några veckor sedan blev hon av med två framtänder. Orsaken till detta var att hon med huvudet i händerna, somnade under en lektion. Huvudet föll framåt och huvudet med den öppna munnen föll rakt ner i skolbänken. Läppen sprack, blodvite uppstod och två tänder låg kvar på bänken när hon yrvaket lyfte på huvudet och började gråta. Hon var trött.

Helgen innan hade hennes klubb och hon varit med på Snuttedoppet i Småköping. Eftersom Småköping ligger bara några mil från Storstad, där Anna bor, så reste de med föräldrarnas hjälp i bilar till och från tävlingen. Insimningen på lördagen började klockan åtta så de reste hemifrån strax efter sju. Då hade hon gått upp klockan sex.

Anna simmade i näst sista grenen i första passet, 100 m bröstsim och "persade" med fyra sekunder när hon blev 18:e flicka. Hon var mycket glad. Den medhavda lunchen åt hon snabbt upp och sedan "jagade" hon runt simhallen med bästa kompisen efter några söta killar. Så började eftermiddagspasset och nu simmade hon i första grenen, 100 m medley. Hon blev fyra och besviken för prisbordet till ettan, tvåan och trean bestod av häftiga T-shirts från den lokala damboutiqen.

Framåt åtta på kvällen var alla i klubben färdiga, på mer än ett sätt och bilarna fylldes för hemfärd. Hemma måste hon se Varuhuset som slutade vid tiotiden ocxh sedan skulle hon berätta hur det hade gått på tävlingarna. Vid elvatiden kom hon i säng.

På söndagsmorgonen var Anna uppe redan klockan sex för nu var hon nervös. Idag skulle hon simma sin bästa gren, 100 m ryggsim och i startlistan låg hon etta i sin åldersklass. Hon var för spänd och blev trea med nytt personligt rekord och en T-shirt med reklam på. Sedan fortsatte tävlingarna under resten av dagen och 14 timmar efter det hon lämnat hemmet på morgonen var hon hemma igen. Hon visade upp sitt pris, åt och snackade lite, innan hon hoppade i säng. På måndagen väntade skolan.

Anna var mer än trött när mamma ruskade i henne strax efter sex på måndagsmorgonen. Hon åt frukost, klädde sig och cyklade till skolan. Så somnade hon och blev av med två tänder.

Ovanstående berättelse är påhittad men visst kan det vara så i simverkligheten. Varje helg är det tävlingar, någonstans, och den vanligaste formen är fortfarande massor av heat i olika simsätt för olika åldrar med alldeles för många startande. Passen blir långa. Att arrangören vill ha så många startande som möjligt beror på att startavgifterna är en viktig inkomstkälla. Att klubbarna "bara" byter pengar tänker ingen på. I jakten att tjäna så mycket som möjligt för stunden får allt fler starta. Det är därför inte så konstigt att många slutar efter några år eller att de blir trötta, somnar i skolan och blir av med tänderna.

Därför borde någon ge ut en handledning för hur simtävlingarna skall se ut. Innan mastodont-tävlingarna helt spårar ur.



Aftonbladet sponsrar också på distriktsnivå med ett lovvärt initiativ. Också det ett rekord.

Att Aftonbladet, Sveriges näst största kvällstidning, inte skrev något om ovanstående tävling är förståeligt. Aftonbladet skriver inte gärna om simning. Tidningen var 1988 ett av Simförbundets fyra ess och har i år varit med på flera större tävlingar med sin stora skylt. Jag är inte speciellt bevandrad i marknadsföring och företagsekonomi men nog är det väl så att om jag exponerar mitt företagsnamn för en publik som valt att titta på simning så är rimligen denna publik simintresserad. Om jag då upprepar mitt företagsnamn och är i tidningsbranschen vill jag förmodligen att den som ser namnet på tidningen skall köpa densamma för att läsa om just simning. I alla fall när det gäller världsrekord. Aftonbladets marknadsavdelning kan och skall visserligen inte tala om vad som skall skrivas, men övriga redaktionella världen har förstått att vi har simmare av världsklass. Icke Aftonbladet.

Vid EM 1987 hade de ingen på plats. Först när Anders Holmertz blivit Europamästare flög en medarbetare ner för att bevaka det väntade guldet på 400 m. Det blev inget. Vid SM i Malmö i år simmade fyra svenskar snabbast i världen. Riktigt, Aftonbladet fanns inte på plats då heller. Det kan vara svårt att hinna med allt en sportsändag då det också är bandyfinal, men utmärkta Tidningarnas Telegrambyrå, TT, är alltid på plats. Det går således att ta deras text. Det är därför TT finns.

Jag har under de år jag skött simlandslagets presskontakter ständigt "försvarat" och förklarat för simledare, tränare och andra varför just det-eller-det inte varit med i TV, radio eller tidningar. Simning är inte allt i världen, inte ens för den intresserade pressen. Men ett världsrekord. Vad skall svensk simning göra för att platsa i Sveriges näst största kvällstidning?

Lars-Åke Lindqvist

3 - NATIONERS
Sprinters i världsklass

Örebro(SimSp) Grabbarnas sprinterlag tillsammans med Anders Holmertz, Jan Bidrman, Tommy Werner och någon till kommer att vara våra stora medaljhopp vid EM i augusti. Det visade den här landskampen. Den visade också att vi, med några undantag har en bit kvar på tjejsidan för att nå fram internationellt.



Anders Holmertz, t.v, vann väntat 200 m frisim medan Michael Söderlund överraskade igen och blev tvåa.

Så sammanfattade förbundskapten Lars-Eric Paulsson simlandskampen i Örebro mellan Storbritannien, Holland och Sverige 1-2 april. Landskampen var mycket jämn fram till sista individuella damgrenen, 400 m medley, där Storbritanniens Tracey Atkin och Suki Brownsdon fick vinna dubbelt före OS-finalisterna, de båda holländska tvillingsystrama Marianne och Mildred Muis. Svenskorna Anna-Lena Nilsson och Ulrika Jardfelt försvann i sin landslagsdebut tillsammans med den svenska segerchansen.

En mycket godkänd daminsats kom på 100 m bröstsim genom de båda juniorerna Anna-Karin Persson, 1.12.82, två hundradelar från personbästa och en andraplats samt Louise Karlsson, 1.14.96 och tredje plats. Engelskan Suki Brownsdon vann, 1.12.71.

Svenska sprinters håller världsklass.

Tommy Werner vann 100 m fritt på årets bästa tid i världen, 50.23, personligt rekord med en dryg tiondel. Joakim Holmqvist blev tvåa också han på en världstid. Hans nya personbästa lyder på 50.89.

Efter loppet förklarade de båda sina världstider med att konkurrensen är så hård i sprintlandslaget, med många som simmar på världstider, att det måste gå undan för att få vara kvar. Den fina bredden på toppen innebär nu att en trupp på åtta sprinters kommer att få göra en specialsatsning fram till EM, bland annat med hårda tävlingar internationellt.

Tävlingarnas enda svenska rekord kom redan i första tävlingspasset genom Jan Bidrman på 200 m medley. Det var Jans åttonde svenska rekord och den nya rekordtiden lyder på 2.4.14. Han är övertygad om att den tiden räcker till en finalplats vid EM.

- Jag vet att jag kan bättre och då handlar det om medalj vid EM. Nu stämde inte ryggsimmet riktigt och jag var också ohotad i loppet och hade ingen press på mig. När alla fyra simsätten stämmer i medleyn är jag med och slåss i den internationella toppen. Det är små ändringar kvar nu och segern här i landskampen och det svenska rekordet var ett skönt styrkebesked, berättade Jan efteråt.

På 200 m medley gjorde också Anders Peterson en stark insats då han blev tvåa med 2.06.12, en av hans bättre tider de senaste åren. Sverige har nu två mycket snabba simmare på korta medleyn.

Joakim Holmqvist vann sin första landskampsseger när han vann 50 m fritt



Johanna Larsson



Sverige vann ohotat hejaklackstävlingen



Holland vann dubbelt damernas 100 m fritt genom Diana van der Plaats och Marianne Muis. Storbritanniens Karen Pickering blev trea.



Det var en mycket meriterad trio som var främst på herrarnas 100 m bröstsim. Fr v tvåan Nick Gillingham, ettan Adrian Moorhouse båda Storbritannien och trean Ron Dekker, Holland.

på 22.9. Tidtagningen krånglade, vilket var tråkigt för Joakim då hans notering bara är två hundradelar från Per Johanssons svenska rekord. Joakim, som var en del i det svenska laget som vid SM simmade på världsbästa på 4x100 m fritt i 25-m bassäng, visade nu att han kan simma fort också på lång bana. Det hade blivit svenskt rekord i Örebro och 5000 kr från IBM, om han hittat målplattan på rätt sätt. Nu kom han snett och tappade ett par hundradelar. Ändå är han mycket nöjd.

- Ja det kändes skönt att visa att jag numera platsar internationellt. Förra året var jag fyra på distansen vid landskampen men de senaste veckorna har simningen stämt perfekt.

Per Johansson, som tillhört världseliten sedan 1980 med flera OS, VM och EM-medaljer än någon annan svensk simmare, blev tvåa på 50 m fritt, 23.43. Ett ordentligt styrkebesked av Per som ligger i "lumpen" och därför har problem med träningen.

Anders Rasmusson gjorde en mycket stark simning när han vann 100 m fjäril på 56.09, vilket bara var tvåtiondelar från det personliga rekordet. Anders har haft ett tufft program i vinter med flera världscupssimningar men visade nu att han orkar hålla farten hela distansen.

Det svenska herrlaget på 4x100 m fritt vann överlägset, 3.23.15.

Tommy Werner simmade förstasträckan på 50.49. Michael Söderlund och Per Johansson höll undan för engelsmän och holländare med 51.45 och 51.07 och lät Joakim Holmqvist avsluta med 50.14. Ännu ett besked på att Sverige tillhör världens främsta nationer på sprintersidan.

Helena Kälvehed har i vinter haft en av sina bästa försäsonger någonsin. I Örebro blev hon trea på 200 m medley, 2.20.68, bakom holländskorna Marianne och Mildred Muis, som var i final vid OS.

På 50 m fritt blev Helena Åberg tvåa bakom holländskan Marieke Masterbroek, 26.69, bara två tiondelar bakom det svenska rekordet.

De svenska simmarna var i år klart bättre än vid motsvarande tid förra året och ledde efter första simpasset landskampen på 102 poäng före Holland 97 och Storbritannien 85.

Det andra passet slutade med en skräll. Det svenska medleylaget, som på papperet var chanslöst mot engelsmännen, lyfte



Jan Bidrman



Eva Nyberg

sig själva och gav OS-medaljör och världsrekordhållare en fight.

Hans Fredin simmade jämnt med Grant Robins och var bara 23 hundradelar efter vid växlingen, 58.80 mot 59.03. Jan Stensson dök i och hade vid sin sida guldmedaljören från OS, Adrian Moorhouse. Moorhouse försökte rycka ifrån men Jan hängde bra med och gjorde sitt bästa lopp någonsin vid den här tiden på året. Adrian Moorhouse simmade sin sträcka på 1.05.03 och Jan på 1.05.09. Snabbast var Ron Dekker med 1.04.42. Inför tredje sträckan ledde Storbritannien med 29 hundradelar. De båda världscupssimmarna Tim Jones och Anders Rasmusson simmade också jämnt men Anders gjorde ett mycket bra lopp. Han gick ut mycket hårt och förbi. 25.80 mot 26.39. Det hjälpte inte att Tim Jones kom starkt tillbaka. Tommy Werner fick ett försprång och då var allt klart. Han simmade sitt frisim på 50.10 och Sverige vann överraskande på 3.50.58 före Storbritanniens 3.51.12. Holländarna fick 3.52.24.

Herrarnas bröstsim innehöll mycket meriterade startfält.

För Storbritannien simmade Adrian Moorhouse och Nick Gillingham och i det holländska laget fanns Ron Dekker. Där fanns OS-guld och OS-silver och världsrekordhållare och världscupssegrare. De båda från Storbritannien motsvarade också förväntningarna.

Adrian Moorhouse vann 100 m med en hundradel till godo på Nick Gillingham och Ron Dekker blev trea ytterligare en hundradel bakom. Således 1.04.46, 1.04.47 och 1.04.48. Peter Berggren tog fjärdeplatsen med 1.05.80 och Jan Stensson blev femma med 1.05.84.

På dubbla distansen satsade Jan Bidrman mot svenska rekordet 2.20.14 och var på god väg under större delen av loppet. Nu räckte det inte riktigt. Jan nådde 2.20.51 och blev tvåa bakom Nick Gillingham, 2.19.87.

200 m fritt vanns i överlägsen stil av Anders Holmertz, 1.51.35 och glädjande höll Michael Söderlunds fina form i sig när han blev tvåa med 1.52.83. Michael är nu inne på sin tolfte säsong i landslaget i en följd. Det är väl bara fäkterskan Kerstin Palm som kan matchan det rekordet. Å andra sidan har Michael flera medaljer från stora internationella mästerskap och vi har förmodligen inte sett slutet än.

Tommy Werner, Michael Söderlund, Ulf Eriksson och Anders Holmertz vann också 4x200 m frisim. 7.27.92 blev sluttiden där Tommy Werner inledde med att simma på 1.50.75.

I damgrenarna visade främst holländskorna upp stora kvaliteter. Där fanns snabbsimmare som Conny van Bentum, systrarna Muis, Ellen Elzerman och Karin Brienisse, för att nämna några med EM, VM och OS-meriter. Damerna från Storbritannien var inte mycket sämre. Suki Brownsdon som vann världscupens bröstsim och medley. June Croft, Karen Mellor och Ruth Gilfillan håller välrdsklass i frisim. Mot dessa hade svenskorna inte mycket att sätta emot. Det var främst i bröstsim där Anna-Karin Persson och Louise Karlsson fightades och i frisimmets sprintgrenar som de båda Helenorna Åberg och Kälvehed samt Eva Nyberg bjöd motstånd. Även om många simmade på personbästa eller i närheten därav så räckte det inte.

Ändå finns det hopp. Några greps av stundens allvar med debut i seniorlandslaget och andra var slitna efter flera veckors tävlande. Men det finns "nya" som är beredda att ta upp kampen. De kommer.



ARMÉN

Betald utbildning på högskola som leder till ett omväxlande yrke. Låter det intressant? Då kanske arméofficer är ett yrke för dig. Utbildningen finns på ett flertal platser i landet. Den är upplagd så att teori varvas med praktik. Utbildningen börjar med att du gör värnplikten.

Arméofficer
Ledare - Lärare - Fackman.

Vill du veta mera? Skriv till:
Arméstabens informationsavdelning
Box 80002, 104 50 Stockholm

Reportage

7- OCH 8-

Amersfoort/Mölndal(SimSp)
De traditionella junior- och ungdomslandskamperna simmades under Påskhelgen. 8-Nationers i holländska Amersfoort, där EJM avgjordes 1988 och 7-Nationers simmades i Mölndal. I stort sett gjorde de svenska simmarna bättre insatser än förra året även om det är en bit kvar till toppen.



Nej, det är inte "Friskis o Svettis" utan del av en svensk hejarklack. Som alltid segrade även denna i den kampen. Här ledd av Nina Hansen.

8-Nationers

Detta var min debut som ansvarig ledare i detta sammanhang och det underlättades väsentligt av en mycket duktig ledarstab, bestående av överledare Birgit Götenstedt, läkaren Åsa och tränartrion Dan Eliasson, Tomas Löfgren och Rolf Möller. Vi hade med oss 25 mycket skötsamma och trevliga ungdomar, som utgjorde simlandslaget.

Nytt för i år var möjligheten att på denna tävling bli förhandsnominerad till årets höjdpunkt, EJM i Leeds. Förhoppningen var att på detta sätt få loss simmarnas omvittnade kapacitet lite tidigare på säsongen.

Det var dock endast två simmare som lyckades med denna bedrift.

Fredrik Letzler tog den enda individuella segern, när han på ett övertygande sätt simmade hem en klar seger på 100 m fritt i B-heatet med tiden 52.89. Och det är inte utan orsak att man kan dra flera paralleller med Per "Senan" Johansson - långa kraftfulla simtag och en vass avslutning.

Daniel Lönnberg slog till redan i tävlingarnas första pojkgren med en fin bronsplats på 100 m rygg med lovande 59.90.

Några simmare var mycket nära kvalificering, med framskjutande placeringar.

- Per Helgesson var fyra på 200 m fritt, mindre än sekunden från silverplatsen och femma på halva distansen. Där skiljde det endast 35 hundradelar till svensk dubbelseger.

- Ulrika Jardfelt gjorde som vanligt ett stabilt intryck utan att sätta pricken över i. Men hon var oerhört nära prispallen på de båda medleyloppen. 200 m loppet ledde Ulrika en bit in på bröstsimmet, men fick släppa fyra starkt spurtande flickor före sig. Tiden 2.24.17 var endast en halv sekund från kvaltiden till EJM. På 400 m medley krigade hon i en kvartett om silver- och bronsmedaljen. Hon fick ge sig på den allra sista biten trots ett bra avslutande frisim, med en 4:e plats på tiden 5.06.11, som fint facit.

- Vår nordligaste representant på flicksidan, Christina Öhlund, var också me di toppstriden på 100 m fjärilsim och slutade femma med 1.05.96, i tävlingarnas jämnaste heat.

- Ystads allroundtalang, Veronica Svensson, var inte heller långt från en topplacering på 100 m rygg, med för henne beskedliga 1.07.66.

- Louise Karlsson har gjort flera utmärkta simningar under vintersäsongen och nådde inte riktigt fram till de främsta placeringarna denna gång, på bröstsimmet. På båda loppen hade hon svårt att hålla hela vägen, efter bra öppningar. Två sjätteplaceringar blev hennes facit.

Utan att gå in på någon djupare analys, så var det genomgående en tendens av de svenska simmarna att inte riktigt klara finishen i loppen. Trots att förberedelserna skulle vara inriktade mot formtoppen i 8-Nationers.

På plats förberedde sig simmarna på ett mycket seriöst sätt och gav allt i sina tävlingsinsatser.

Hade Malmö-SM veckan innan i racerbaljan inverkat?
Hade simmarna för lite tränings- och tävlingserfarenhet av lång bana?

En av tävlingens "High lights",

för att citera ett känt förbundskaptens uttryck, var tjejernas sisuladdade insats i lagkappen över 4x100 m frisim.

Ulrika Jardfelt inledde med att knappt vinna första sträckan på fina 1.00.09. Sedan avgjorde Louise Karlsson tidigt tillställningen med utmärkta 58.11 på andra sträckan, vilket var hela lagkappens näst snabbaste simning. Anna Söderström fick

NATIONERS



Håkan Karlsson i mitten var mycket nöjd efter 100 m fritt då han fick revansch för EJM för några år sedan på Västtysklands Martin Herrmann som då vann. Carlos Ventosa, Spanien, t.h, var en överraskning på tredje plats.



Christer Wallin extraknäckade vid 7-Nationers som bisittare i lokal-TV "Kållevisionen".

simma i så kallat fritt vatten och höll ställningen med 1.00.67. En jagad Malin Ulveklint visade sedan en tuff attityd när hon med mycket starka 59.17 avslutade med en ganska klar seger. Sluttiden blev 3.58.04 och bådar gott inför kommande uppgifter. De senaste åren har alltid vinnaren på 8-Nationers tagit medalj vid EJM.

Även pojklaget med Fredrik Letzler, 53.18, Magnus Frölander, 53.58, Per Helgesson, 52.88 och Jacob Andersson, 53.42, var med i guldstriden, men fick nöja sig med bronsplatsen denna gång. Tiden blev 3.33.06. Endast Västtyskland var nappt före oss av de europeiska nationerna. Så även i den lagkappen har vi ett fint utgångsläge inför EJM.

Slutfacit: 2 guld, 2 brons och ytterligare 9 placeringar bland de sex bästa och en diskning från en sammanlagd 5:e plats, gör trots allt att ljuset skymtar bakom knuten.

Resultatavståndet till toppen är inte avskräckande och vi vet av erfarenhet att våra simmare lyfter ett snäpp i och med att långbanesäsongen kommer igång.

Nästan 70 procent av de individuella insatserna var personliga rekord och jag tycker att Ann-Sofie Jönsson, som var en frisk fläkt, får exemplifiera de simmare som inte är nämnda. Hon satsade respektlöst med en klok uppläggning i sina tre lopp med rejäla personliga rekord i samtliga. Med 9.15.37 på 800 m fritt som topp vilket gav henne en 7:e plats.

När detta skrivs i mitten av april är det 12 veckor kvar till EJM-kvalet i Sundsvall och 15 veckor kvar till juniorernas "julafton", EJM. Jag önskar alla lycka till och hoppas på en stor trupp till EJM i Leeds.

"England here we come"
Sven-Bertil "Bebbe" Mattsson



Liselotte Pettersson t.h. trea på 200 m fritt efter Orietta Patron, Italien t.v och Heike Luenenschloss, Västtyskland.

7-NATIONERS

Juniorlandskampen på hemmaplan i Mölndalsbassängen började för svenskt vidkommande med topplacering efter första passet, ett kraftigt uppvaknande med bottennapp efter andra passet för att efter sista passet simma upp till en fjärdeplats. Bättre än förra året i Frankrike också med genomgående bättre resultat. Sex guld, tre silver och tre brons blev slutfacit av det bästa juniorlandslag Sverige kunde ställa upp med. En sen uttagning gjorde att simmarna var i toppform och det märktes också på flera av resultaten.

Håkan Karlsson tog tre guldmedaljer, två individuellt på 50 m och 100 m fritt, samt en i lag på 4x100 m fritt. Det var framför allt tiderna som imponerade. Håkan nådde 23.31 på 50 m och 51.53 på 100 m.

En annan som imponerade, dock utan medalj, var Joakim Nyholm som på 100 m fjäril simmade i mål på fjärde plats med 56.80, bara en dryg halvsekund från segrande Martin Hermanns, Västtyskland, 56.20.

Dessa två svarade för de främsta placeringarna bland juniorherrarna och Håkan Karlsson var ensam om att ta individuella medaljer.

Det var bättre spridning bland damerna. Den ständigt kritiserade svenska damsimningen svarade i Mölndal för flera topplaceringar med mycket bra resultat. Damerna var klart bättre än herrarna.

Anna Lindberg svarade för en kanontid när hon vann guldet på 100 m fjäril med mycket imponerande 1.02.25. Hennes öppning på 28.85 visade att hon har kpacitet att simma under 1.01 ganska snart. Linda Olofsson hade inlett damgrenarna genom att klara bronset på 50 m fritt, 27.04, också det mycket bra. Johanna Larsson fortsatte det svenska medaljsamlandet genom att bli tvåa på 100 m rygg, 1.05.91,

Forts. nästa sida

7- och 8- nationers

där en överraskning från Spanien, Candida Melwani, vann på 1.05.30, nytt spanskt rekord.

På 200 m medley lyckades Catarina Mattsson hålla undan på silverplats före starkt spurtande fransyskan Nathalie Sr Cyr. 15 hundradelar skilde de båda i mål, 2.23.72 mot 2.23.87. Västtyska Petra Hausmann vann på 2.21.92.

Det första simpasset avslutades med sprintlagkapperna, där Sverige vann dubbelt. Flickorna segrade före Frankrike på 3.56.12 efter att ha legat femma efter första sträckan. Redan efter andra sträckan var ordningen återställd och marginalen i mål var 1.28 sekunder.

Herrarna ville inte vara sämre och simmade också ungefär likadant. De låg trea efter 100 m och hade samma placering när halva loppet simmats. När en sträcka återstod var Sverige uppe på tredje plats och med en mycket starkt avslutande längd blev segertiden 3.28.83, 35 hundradelar före Västtyskland.

Katarina Remaeus och Malin Persson var de enda svenskar som fanns bland de sex främsta i de individuella grenarna under andra simpasset. Det verkade som om luften gått ur den svenska truppen.

Men andra simmade desto fortare. Italiens Stefano Battistelli, som lät tala om sig internationellt för första gången redan vid VM 1986 då han blev tvåa på 1500 m frisim bakom Salnikov, vann 200 m rygg på världsårsbästa, 2.01.66. Han hade under första passet övertygande vunnit också halva distansen, 57.02, också det en världstid.

Manuela Naeckel, Västtyskland, vann 200 m bröst där Katarina Remaeus blev fyra, 2.40.18. Fransyskan Cecile Jeanson gjorde en mycket stark simning när hon vann 200 m fjäril på 2.16.04, mer än 2.5 sekunder före tvåan. Malin Persson blev fyra med 2.20.82.

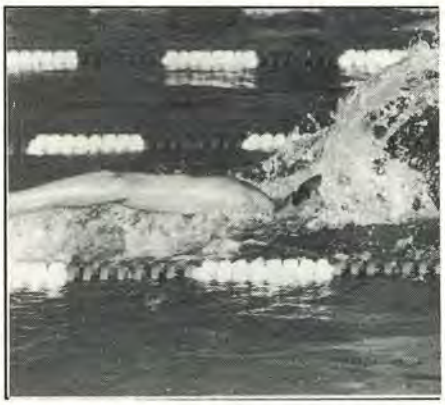
Frankrike hade också ett starkt par i Benjamin Sanson och Laurent Journet, som vann dubbelt på 400 m medley med 4.29.95 respektive 4.31.21. Frankrike hade en mycket stark trupp på plats i Mölndal och har i just denna åldersklass också en bra bredd.

Den första svenska medaljen i andra passet kom i flickornas 4x200 m fritt där det blev en bronsmedalj med 8.38.08, bakom segrande Italien, 8.32.38 och Västtyskland, 8.32.66. Herrarnas medleylag slutade femma, 3.57.62.

1500 m frisim inledde sista passet och vi fick se en ny fransk uppvisning. Christophe Marchand och Benjamin Sanson drog varandra till mycket fina tider och fem man simmade i mål under 16 minuter. Bäst alltså de båda fransmännen, 15.43.20 och 15.44.63. Hans Rosmark blev bäste svensk på sjunde plats med 16.11.17.



Liselotte Pettersson bjöd artigt de andra på starten men simmade sedan snabbt ikapp och slutade trea på 200 m fritt.



De svenska sprintergrabbarna härjade vilt i både 8- och 7-Nationers. Så vann de också.

En angenäm svensk överraskning kom på damernas 200 m fritt där Liselotte Pettersson var sen i starten men desto snabbare i vattnet. Hon var ikapp redan vid 50 m, 29.45, då hon vände som tvåa bakom västtyskan Heike Luenenschloss. Vid 100 m höll hon sin andraplats men vid 150 hade italienskan Orietta Patron segat sig förbi. Liselotte slutade trea med 2.06.44 då hon orkade hålla undan för anstormande fransyskan Marie Laure Giraudon.

Johanna Larsson tog revansch på 200 m rygg då hon vann mycket övertygande med 2.18.17, nästan fyra sekunder före tvåan Francesca Salvalaio, Italien. Malin Persson klarade ännu en fjärdeplats då hon simmade 400 m medley på 5.07.64. Catarina Mattsson blev sexa med 5.09.39.

I de avslutande lagkapperna blev de svenska herrarna fyra på 4x200 m fritt med 7.42.69, där Frankrike visade sin styrka och bredd genom att vinna på 7.38.25. Damernas 4x100 m medley blev en spännande fight mellan Västtyskland, Frankrike, Holland och Sverige. I mål skilde det bara en sekund mellan ettan och fyran. Västtyskorna hade trots en stark svensk hejarklack, bästa och mesta krafterna och vann, 4.22.94 före svenskorna som bara var 39 hundradelar bakom. Frankrike klarade bronset 29 hundradelar senare och holländskorna tog fjärdeplatsen med 4.23.92.

Efter uppvisningarna i bassängen stod Frankrike som slutsegrare med 587 poäng före Italien 553, Västtyskland 549. Sedan blev det ett hopp ner till Sveriges 463.5 poäng, England 339, Spanien 325.5 och Holland med 285 poäng.

7-Nationers blev för svensk del en framgång med massor av personliga rekord. Toppformen från den sena uttagningen vid SM höll i sig på många håll men samtidigt är det oroväckande tunt i många grenar. Frankrike imponerade samtidigt som Spanien, för första gången inte jumbo, visade att förberedelserna inför OS 1992 är i full gång. Fem nya simcentra är i drift och de har samlat de bästa juniorerna till dessa centra. Spansk simning får i stort sett vad de begär. Allt för att vara i storform om drygt tre år i Barcelona. Tänk vad de möjligheterna skulle kunna göra för de svenska talangerna. Juniorernas förbundskapten Leif Ericsson får nöja sig med att bara önska. Han var dock nöjd med den svenska insatsen vid 7-Nationers.

Lars-Åke Lindqvist

BUBBLAN 5



BUBBLAN 3

Simsports bubbeltävling lockar till många roliga svar. I "Bubblan 3" hoppade Jim Davis från 10 meter och här är det segrande förslaget på vad han sa.

"Jag vill oppochnera mig".

Insänt av Erika Dahlberg, Gävle, som får pris från GOLDEN CUP.

Tröstpris i form av bubbelgum till Malin Årdahl, Bollnäs, Lennart Brunnhage, Lausanne, Anders Lövgren, Göteborg och Britta Svenningsson, Malmö.

Eva Nyberg, Mariestad, har gjort en av sina bästa försäsonger någonsin. Efter landskampen i Örebro satte hon sig till rätta i äventyrsbadet efter sista lagkappen och var mycket nöjd. Men vad svarade hon Lars-Eric Paulsson när han frågade om hon kunde simma ett extralopp på 800 m fritt?

Fyll i ditt förslag på svar i bubblan och skicka in det till: Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg före 1 juni. Redaktionsjuryn utser bästa bubbla och belönar insändaren med ett pris från GOLDEN CUP och redovisning i Simsport. Som extrapris delar vi ut fyra förpackningar bubbelgum. Vill du inte riva i tidningen kan du klippa ut eller rita av sidan. Det räcker om bubblan med din text syns.

ANNA - KARIN DOPAD - DÖMD

Anna-Karin Eriksson, Kalix SS, har fällts för doping och också bestraffats. I vanlig, torr, kansliskrift ser det ut så här:
"RF Dopingkommission har enligt 88 $ RF Stadgar 89-02-06 anmält Anna-Karin Eriksson, Kalix SS, till bestraffning för brott mot RF dopingregler (85 $ punkt 15, RF Stadgar)."

Bakgrunden är att Anna-Karin på väg till Norrlandsmästerskapen 1 december 1988 råkade ut för en trafikolycka. Hon klarade sig med undantag för ont i nacken. På kvällen tog hon en tablett Paraflex comp mot värken. Hon rådfrågade inte någon läkare.

Vid dopingkontrollen fick hon veta att Paraflex comp fanns på RF Dopingkommissions lista över dopingpreparat. Hon förklarade orsaken och trodde att detta räckte. RF fick rapport och kvarnarna började mala. I den skrivelse Anna-Karin sände till Dopingkommissionen förklarade hon än en gång varför hon tagit Paraflex comp och hon fick också möjlighet att förklara sig för Svenska Simförbundets styrelse.

Så beslutade Svenska Simförbundets styrelse vid styrelsemöte 18 februari i år följande:

"Efter genomförd utredning avseende Anna Karin Erikssons, Kalix SS, brott mot RF dopingregler (85 $ punkt 15, RF stadgar) har styrelsen med hänsyn till de förmildrade omständigheter som redovisats ålagt Anna Karin Eriksson diskvalifikation från all idrottslig verksamhet från och med 1989-02-09, - den dag styrelsen jml Sty nr 8 88/89, $ 118 avstängde henne från deltagande i simtävlingar och uppvisningar - till och med 1989-03-10."

Anna-Karin själv genomförde SM i Malmö i mitten av mars och landskampen två veckor senare med lugn och säkerhet. Locket hade lagts på för att alla inblandade skulle få en ärlig chans till bra resultat. Utan Paraflex comp. Så kom RF:s tidning Svensk Idrott med det officiella bestraffningsbeslutet under rubriken bestraffningar. Men oj så tyst det har varit runt detta den svenska simningens första dopingfall. Kanske för att ingen mer än RF:s dopingkommission räknar ovanstående som doping.



I Simsport 3/89 skrev jag under rubriken "VM, TV och doping" att det börjar bli bråttom med nya riktlinjer om vad som är att anse som doping. Nu är detta mer aktuellt än någonsin.

Enligt alla lagar, regler och bestämmelser är det otvivelaktigt så att Anna-Karin varit dopad. Frågan är bara var den moraliska gränsen för doping går. I den många gånger hysteriska debatt som pågick i samband med OS förra året försvann ofta det sunda förnuftet.

Den 1 januari 1989 kom RF:s och Apoteksbolagets nya lista över dopingpreparat med bland andra Albyl med kodein, Magnecyl-kodein och Quilla. Tre preparat som finns i de flesta familjer och hushåll. Dopingproblemet är så stort, dock ännu inte i simningen, att många stora ansträngningar måste till, för att få problemet hanterbart.

Att en simmare som Anna-Karin Eriksson skulle dopa sig är ju löjligt. Hon tog aningslöst en värktablett och har för evigt fått en stämpel med "Dopad". Hur många miniorer, juniorer och seniorer i olika idrotter har inte fått näsdroppar och värktabletter före en tävling? Inte för att bli dopade utan för att bli av med en irritation eller ett besvär. Ändå är det givetvis så att dessa idrottsmän, i alla åldrar, gjort en bättre prestation för att de blivit av med besväret tack vare näsdroppar eller värktabletter. Preparaten har hjälpt dem att tillfälligt göra en bättre prestation så på så sätt har de tekniskt sett varit dopade. Men detta har varit en ofarlig doping och oftast omedveten då ingen känt till att husapoteket innehållit dopingmedel.

Anna-Karin Eriksson fick ett mycket milt straff. Det visar att de ansvariga förstått att det är skillnad på doping och doping. Skriv nu nya dopingregler med hjälp av lite sunt förnuft. "Jaga" inte de små, enkla förseelserna, utan sätt åt missbrukarna och förbrytarna. Då blir jakten både verkningsfull och trovärdig. Arbeta fram en riktig dopinglista och jämställ dessa dopingmedel med narkotika.

Simförbundet kan inte göra mycket självt men måste påverka RF. RF kan väl i sin tur ta hjälp av Internationella Olympiska Kommittén. Den är ju överstatlig, har ekonomin, viljan och kompetensen. För det får aldrig bli så att nationella egenintressen kommer före moralen. Tendenser finns och då är vi snett ute.

Lars-Åke Lindqvist

SK INFORMERAR

1990 års mästerskapsprogram samt VM-uttagning för VM i januari 1991 i Perth, Australien, är klart. Dessutom har Swedish Open och Svenska Simspelen placerats i tiden. Dock är inte samtliga tävlingsplatser klara.

9 - 11 februari, Junior-SM
13 - 14 februari, Swedish Open, Göteborg
7 - 8 april, Seniorlandskamp, England
14 - 15 april, 7-Nationers, England
14 - 15 april, 8-Nationers, Frankrike
15 - 17 juni, Ungdoms-SM, EJM-kval
15 - 17 juni, Svenska Simspelen, Falun
26 - 29 juli, SM 50 m
9 - 12 augusti, Europacup 50 m, Italien
23 - 25 november, Inne-SM/Team SM
1 - 2 december, Sum-Sim region
15 - 16 december, Sum-Sim riks

Uttagning till VM v 1-2 1991 sker vid Team-SM, som då bör simmas på 50 m bana. Uttagning till europacupen sker vid Svenska Simspelen.

NYTT FRÅN LANDSLAGET

Vid 3-landskampen i Örebro informerade simkommitténs Lennart Gullstrand om den närmaste tidens forskningsprogram. Han berättade också för de församlade landslagssimmarna om ett nytt kostuppföljningsprogram och ett tjugotal simmare togs ut för att vara med i undersökningen. Försöket kommer att redovisas senare.





HELLAS BÄSTA KLUBB VID FINSKA MASTERS

Hellas mastersimmare slog tio svenska rekord vid finska masters mästerskapen i Jyväskyläs fina simanläggning den 1-2 april och blev dessutom bästa klubb av 56. förutom svenskarna deltog simmare från fyra andra länder.

Att man satsar mycket på sporten i Finland blev vi alla varse. Arrangemangen, simanläggningen och inkvarteringen var mycket bra. Att Jyväskylä kommun bjöd poå en show-späckad bankett gjorde det hela ännu trevligare tyckte alla 272 simmarna, som deltog i cirka 1000 starter. De tre första fick var sin medalj. Dessutom fick de tre bästa finnarna var sin medalj. Medaljerna tog snart slut, eftersom de utländska gästerna vann så många, men man hann beställa fler i god tid.

Håkan Wassdahl

SVENSKA MASTERSREKORD
satta vid Finska Masters 1-2 april 1989

50 m fritt, damer
60-64 år 36.92, Kerstin Gjöres, SolK Hellas

100 m fritt, herrar
55-59 år, 1.05.61, Bo Arnell, SolK Hellas
70-74 år, 1.23.51, Nils Ferm, SolK Hellas

100 m rygg, damer
60-64 år, 1.37.72, Kerstin Gjöres, SolK Hellas

100 m rygg, herrar
70-74 år, 1.35.48, Nils Ferm, SolK Hellas

200 m medley, herrar
55-59 år, 2.55.25, Bo Arnell, SolK Hellas

4x50 m fritt, herrar
D (200) 1.54.85, SolK Hellas, Eriksson, Wassdahl, Forslund, Arnell
E (240) 2.07.96, SolK Hellas, Andersson, Höög, Kling, Jutner

4x50 m medley, herrar
D (200) 2.13.44, SolK Hellas, Andersson, forslund, Eriksson, Arnell
E (240) 2.39.62, SolK Hellas, Ferm, Wassdahl, Höög, Jutner

TYPISKT KONSUM

020–78 44 04



Vilken förrätt passar bäst till pannkakor? Varför blir inte köttbullarna som mammas? Ring till oss på *KFs Provkök!* Vi lovar göra allt vi kan, så att du får svar på dina frågor om mat och recept.

Telefonservice är en liten del av det vi håller på med. På Provköket tar vi fram och provar nya recept, ger ut kokböcker och broschyrer. På *Livsmedelsprovningen* testar vi nya livsmedel och ser till att de gamla trotjänarna håller för kvalitetskraven. Provköket är en länk mellan forskare och konsumenter. När näringsforskningen kräver nya matlagningsvanor förvandlar Provköket teori till praktik.

På *Redskapsprovningen* testar och utvecklar vi köksredskap av alla de slag. Det var här som måttsatsen och köttermometern såg dagens ljus. *Konsumentredaktionen* ger ut *Tjäna på att veta*- broschyrer som hjälper dig att planera praktiskt och ekonomiskt inom olika områden.

Sist men inte minst, ordnar vi kurser om mat, hälsa och miljö. Är du ung kan du vara med i *Studio Ung,* som håller kurser speciellt för dig.

RING IDAG.
VÅRT PROVKÖK GER DIG GODA RÅD OM MAT OCH RECEPT.

UTVECKLING OCH OMTANKE · KF · 90 ÅR ·

SVEA REKLAM

SIMNING STÖRST I USA

Vi på Simsport vill inte på något sätt förhäva oss men ... Att simningen är en världsidrott det vet vi, men att intresset för simning också är på topp i USA var vi inte riktigt säkra på förrän vi fick besked av vår kollega Sports Illustrated. Deras februarinummer hade en något större upplaga än Simsport. Allt beroende på årets badmode.
På sidan 23 i detta nummer av Simsport hittar du vårt badmodereportage.
De tre sidorna har en omfattning som är direkt proportionell till Sports Illustrated.

Normalt har Sports Illustrated omkring 13 miljoner läsare. Andra veckan i februari varje år har också den tidningen ett badmodereportage. Då är den 286 sidor tjock och läses av drygt 40 miljoner amerikaner. Mer siffror. Vinsten på tidningen räknas i år bli mer än 300 miljoner kronor. De 118 annonssidorna ger 18,1 miljoner dollar i intäkt mot normala 5,6. Den video som produceras om badmodet kostar 130 kronor och mer än 600.000 beställningar har kommit in till redaktionen. 750.000 baddräktsalmanackor har sålts för 75 kronor styck.

Tidningen Newsweek kommenterade på de två sidor som de ägnade fenomenet att:

- Detta är ett bevis på att baddräkterna är både större och mindre än någonsin.

VÄRLDS-
BÄSTA HOPPADE

Livia Copariu, Rumänien, noterades för världsbästa när hon 6 april simmade 100 m fritt, kort bana, på 53.48. Rekordet sattes vid en tävling i Sibiu i centrala Rumänien.

16-åriga Livia förbättrade med en halv sekund östtyskan Birgit Meinekes gamla rekord från 1983. Vid rekordtävlingen blev Tamara Costache tvåa och Luminita Dobrescu trea.

Kanske kommer de till Simspelen i Falun för att sparra de svenska damerna mot EM. I så fall kommer de utan Copariu som enligt uppgift stannade kvar i Frankrike när den övriga truppen reste hem till Bukarest efter tävlingar i Rennes.

Den franska polisen visste inte 18 april om Livia Copariu sökt asyl i landet.

CIJ-MEET -89

En Kroonprins född


SPORT

SCHWIMMEN – CIJ Meet 89 auf Kirchberg am Wochenende

Schwede Anders Kroon und die DDR-Vertreter setzten die Glanzpunkte

Podiumsplätze für die Luxemburger Christiane Reuter, Pascale Juch und Jean-Luc Linster
Carole Kops und Pascale Juch erreichten die Norm für die Junioren-EM

En av Europas största och bästa åldersklasstävlingar i simning arrangeras årligen i Luxemburg. I år genomfördes tävlingen för 21:a gången. Cirka 900 aktiva från 15 nationer gjorde fler än 3000 starter. Med fanns bland andra en ungdomslandslagstrupp från Sverige och ett stort antal tävlande för svenska klubbar och distrikt.

Vårt yngsta ungdomslandslag, flickor födda 1976 och pojkar 1974, hade tagits ut efter resultat noterade vid Sum-Sim och Nordiska ungdomsspelen. För de flesta i den unga simtruppen på 13 simmare var det den första internationella tävlingen.

Gruppen gjorde genomgående många bra insatser i och runt tävlingsbassängen. I nationstävlingen, räknat på 8 simmare och 3 starter, vann Sveriges lag mycket klart före Västtyskland.

Individuellt var Anders Kroon hela tävlingens mest framgångsrike simmare. Anders, som deltagit i Luxemburgtävlingen tre gånger tidigare, vann fem grenar och slog "grenrekord" i alla fem. Bästa resultatet kom på 200 m medley, där han klockades för 2.11.72. Södertörns talangfulle rygg- och frisimmare, Klas Lindfors, gjorde en "kanontid" då han vann 100 m fritt på 54.74 också det ett rekord.

Robert Dolama, Växjö, segrade i tre grenar, 100 m och 200 m fjäril samt på 200 m medley. Dolama, född 1975, är en utpräglad tekniker och gjorde sitt bästa lopp på 200 m medley, där han noterade 2.20.20.

I Malin Strömberg har vi ett mycket stort framtidslöfte inom svensk simning. Hon har både teknik och styrka för att kunna blanda sig i toppskiktet i Sverige på fjärilsim. Nu vann Malin lätt både 100 m och 200 m fjäril i Luxemburg. Bästa tid kom på 100 m fjäril där hon hade 1.05.74.

Angelica Ockedal, Mikaela Laurén och Louise Jöncke vann också sina specialdistanser i Luxenburgs fina inomhus-50:a. Flertalet av simtruppen fanns också med på prispallen i en eller flera grenar.

Noteras bör naturligtvis också att Östtyskland fanns på plats och "prövade" flera av sina aktuella simmare inför sommarens EJM i England. Spanien, som är på klar uppgång i åldersklassimningen, hade liksom Sverige sänt ett lag som innehöll kommande EJM-simmare.

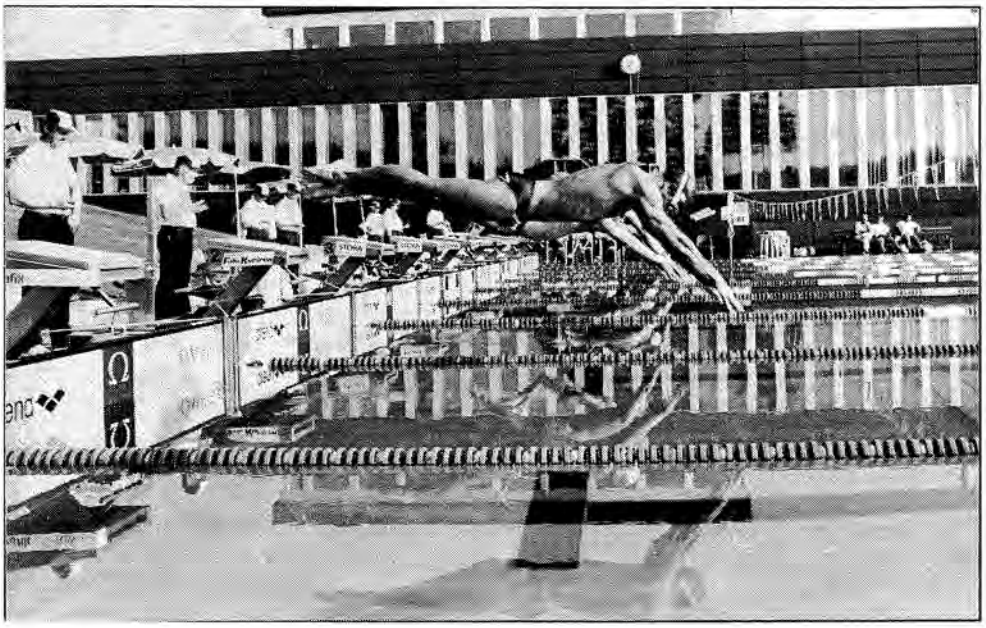
Bästa svenska klubb, av 15, blev Upsala Simsällskap, som var tvåa efter SC Wasserratten Nordenstedt, Västtyskland. Av klubbsimmarna från Sverige imponerade Pär Lindström, Katrineholm mest. På 100 m fritt var han tvåa i äldsta åldersklassen, 70-71, på fina 52.97.

Avslutningstips vill jag lämna ett tips till simmare och tränare som har en hög målsättning i åldersklassimningen: Åk till Luxemburg och testa bra internationellt motstånd i en verkligt bra simanläggning.

Kjell Karlsson

Svenska Simspelen 1989

Få simtävlingar har gett sådan genklang i världen som Svenska Simspelen. Efter 10 års simfester i Borlänge, tog Simspelen i samband med 10-årsjubileet 1988, steget ut till Lugnets simstadion i Falun och den internationellt mer gångbara 50-metersbassängen. Förra sommarens tävlingar bjöd också på många fina resultat av ett internationellt högklassigt startfält. Så blir det även i år.



Under tre dagar, 16-18 juni, kommer Dalarna, Falun och Lugnet att bjuda på en internationell simfest. Medaljörer från OS, VM och EM kommer att ta chansen att prova formen inför kommande Europamästerskap. Det svenska simlandslaget har Simspelen som uttagningstävling för EM och kommer därför att simma extra fort. I startfältet finns nyblivna världsrekordhållarna på 4x100 m frisim med svenske rekordhållaren Tommy Werner i spetsen. Silvermedaljören från OS och Europamästaren Anders Holmertz är på plats och en av världens mest meriterade frisimmare, Borlänges Per Johansson, med medaljer från OS, VM och EM, vill visa att han fortfarande tillhör toppen.

Till detta svenska landslag kommer en stor del av övriga världseliten. Inbjudningar har sänts ut till USA, Sovjetunionen, Kanada samt större delen av Europa. Förra sommaren fanns bland andra Rumäniens världsstjärnor i Falun, lätt tyngda av medaljer från olika internationella mästerskap.

Intresset för årets upplaga av Simspelen blir extra stort, framför allt från massmedia, då det är i Falun som det svenska EM-laget tas ut.

För att få en extra fest runt simningarna spelas en 4-nationers poloturnering med lag från Bulgarien, Polen, Tjeckoslovakien och Sverige.

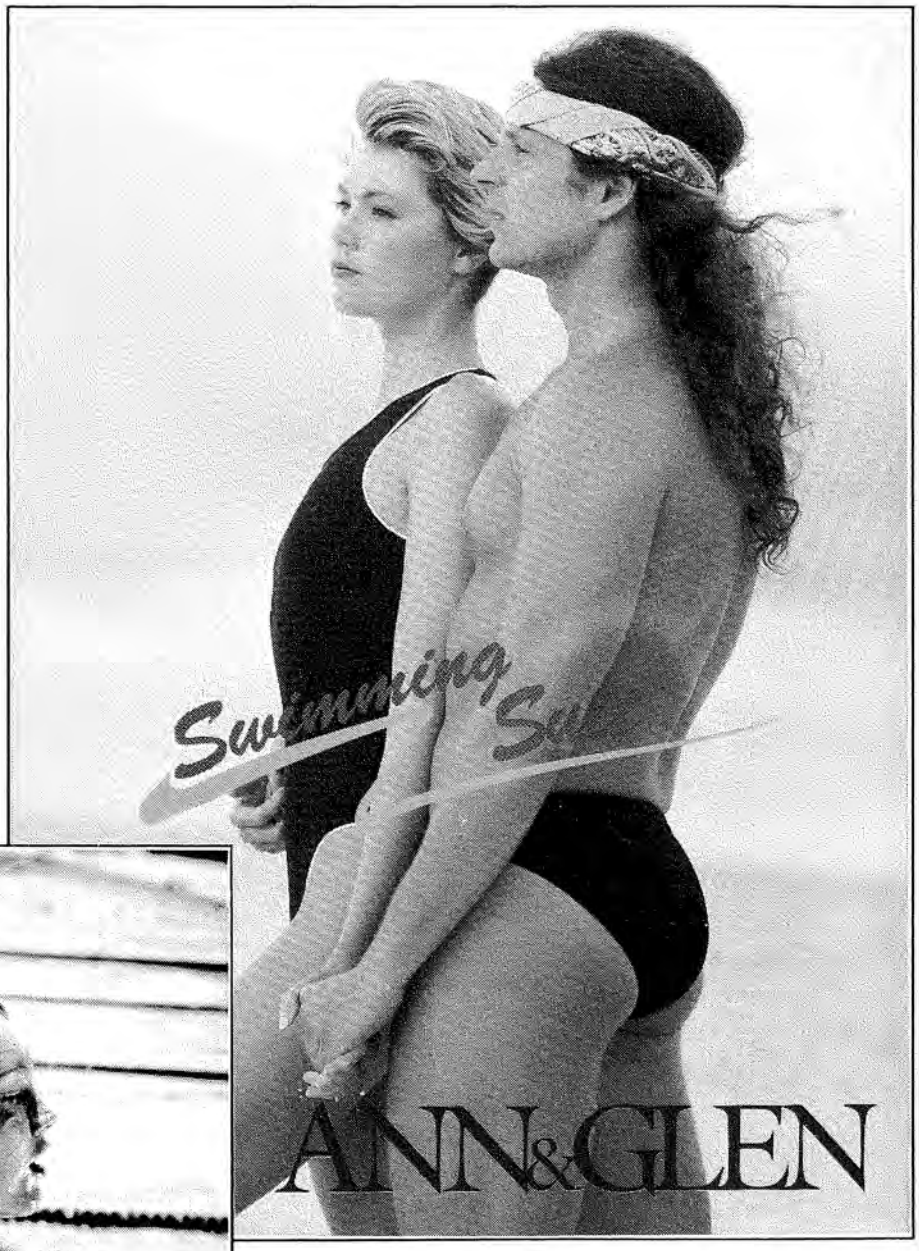
Till ovanstående idrottsfester kommer Dalarna i juni. Bara det värt ett besök. Så resonerar en stor del av världseliten så nog kommer Simspelen i år att bli en klang- och jubelfest.

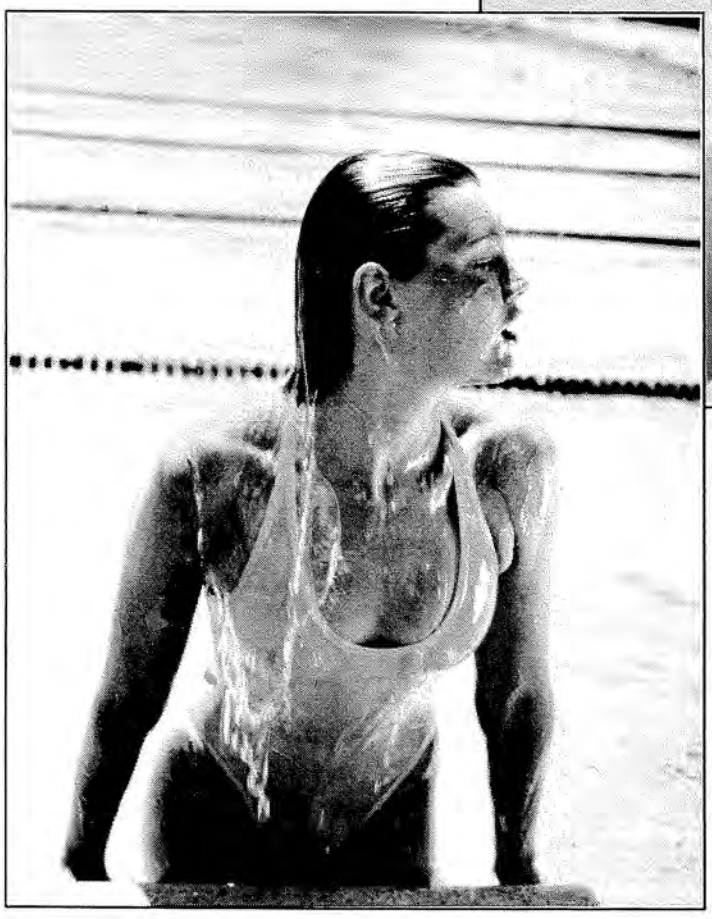
Foto: Mikael Forslund, Dalmas AB.



MÄSTARMODE

Ann och Glen Christiansen var på sin tid två av de bästa simmarna i landet. De har fortfarande svenska rekord. Inför simmarnas framgångar vid OS i Söul var de på många sätt delaktiga i förberedelserna på deras egen hemmaplan, Tokyo i Japan. Både Ann och Glen är idag verksamma inom simningen i Japan med böcker och egna TV-program. De har också blivit mycket framgångsrika med egna badkläder under namnet ANN&GLEN, Swimming Suit. Deras badkläder är i mycket ett mästarmode liksom de andra, stora märkena på marknaden. De specialdesignade tävlingsdräkterna ger erfarenheter till det som kallas fashion. Precis som i bilarnas Formel 1. Där omsätts erfarenheterna från tävlingsbanan till nyttigheter för vardagsbilisten. Kanske är det också så att baddräkterna får innehålla en del mer flärd. Efter en vinter som aldrig blev något i större delen av Sverige gick våren lika snabbt över i försommar. Snart kommer den verkliga sommaren som lär bli den bästa i mannaminne. Varför heter det inte kvinnominne? Hur som helst, mästare eller inte. Använd det bästa, den bästa tiden på året. Trevlig sommar.





Bad 89

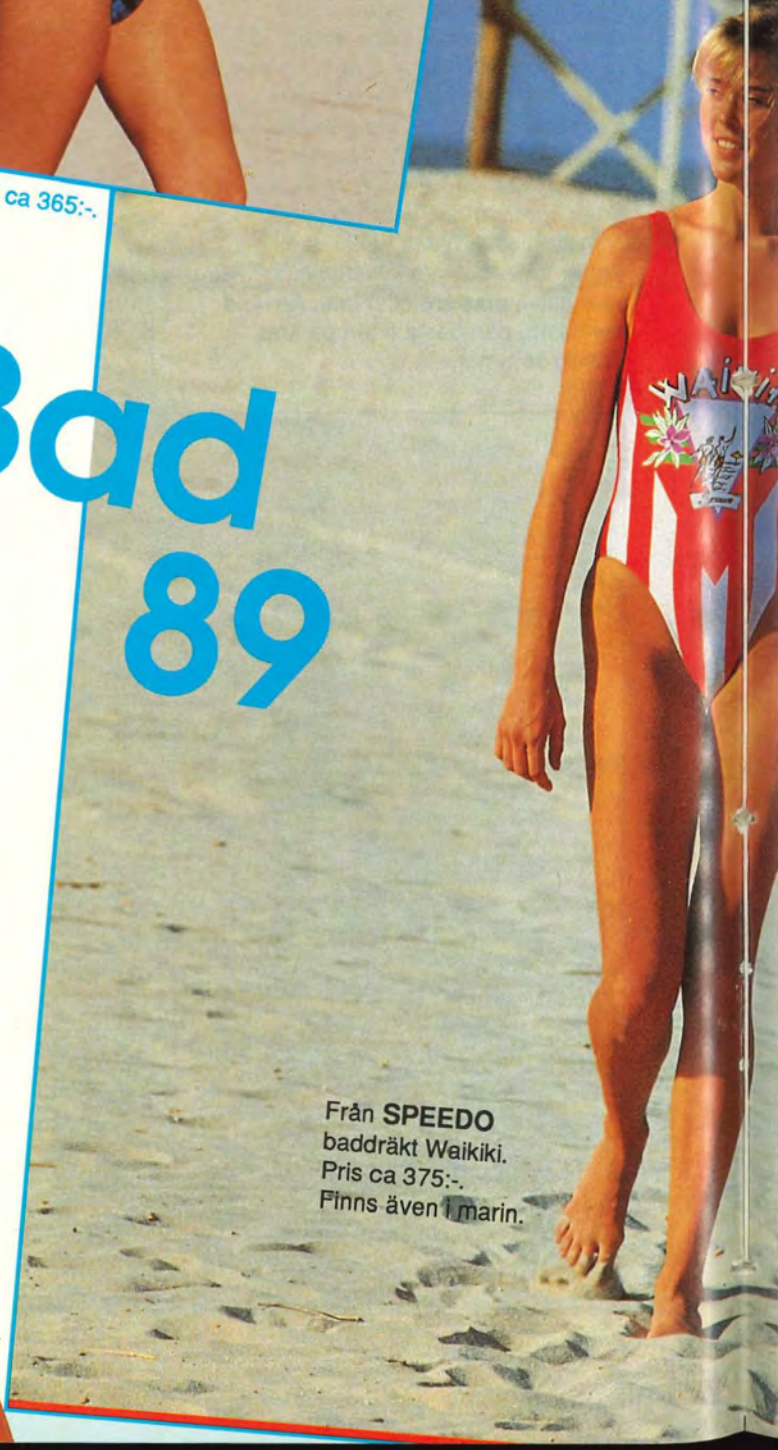


Från **ARENA** baddräkt Malibu ca 365:-.
Baroda, 2-delad 345:-.

Bad 89



Från **Solar** modell Melbourne, allround - Lycra i neonfärger, gul rosa blå på en botten av svart och silver. Både dam/herr och flick/pojk från 150:-, respektive 265:-.



Från **SPEEDO** baddräkt Waikiki. Pris ca 375:-. Finns även i marin.

Bad 89

Från **GOLDEN CUP SPORTSWEAR**, simbaddräkt Cannes, ca 429:-, i 80 polyamid/ 20 Lycra med skimrande metallkontur på stjärnorna. Korslagda axelband i ryggen. Aktuella bermudas i bomull, ca 329:-.





TRÄNINGSLÄGER I DANMARK / ENGLAND

Mälarhöjden SS, Kungälv SS, GKK Najaden, Smålands Simförbund, S O2, Angered SS, SK Elfsborg, SS Mora, Strömstad SF, Ludvika SS, Säffle SS, Söderhamn SS, Stockholmspolisen , SK Lödde, Gävle SS, SS Ale, Lönsboda SS, Sjöbo SS, Hellas SOIK, Alingsås Sim o Liv.....

Dom kan inte alla ha fel - de klubbar som reser med oss på träningsläger i simning under 1989 ! Gör som ovannämda klubbar - res med OLKA RESOR på träningsläger till Danmark, England, Holland, m. fl. länder !

Vi kan träningsläger !

OLKA resor SRF

Tel. 031-80 55 60
Telex 28125 OLKA S
Telefax 031- 15 66 10

SPEEDO CUP

IO ÅR

Jubeleumstävling

LÖRDAGEN DEN 17 JUNI:
Po -74,-73,-72 och -71 & tidigare
Fl -75,-74,-73 och -72 & tidigare

SÖNDAGEN DEN 18 JUNI:
Po -75,-76,-77 och -78 & senare
Fl -76,-77,-78 och -79 & senare

Upplysningar
Lennart Lindbom, 0501-15370

MARIESTADS sim sällskap

VI BJUDER PÅ FEST I OCH KRING BASSÄNGEN

SIMKLUBBEN 19 12/10 06 NEPTUN

RIDDARFJÄRDS SIMNINGEN

Söndagen den 13 augusti kl 14.00

Smedsuddsbadet – Västerbron – Norr Mälarstrand – Stadshuset
3 200 meter

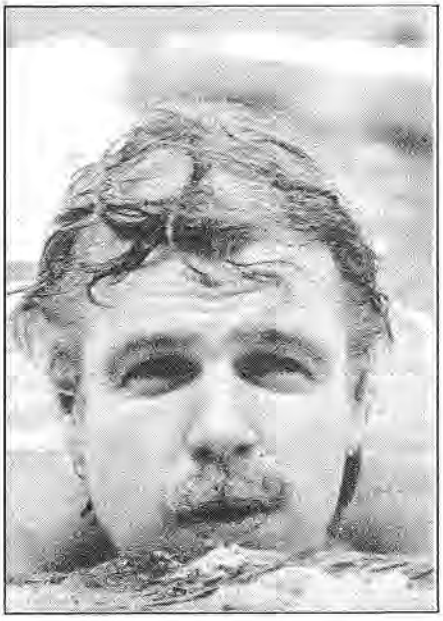


Klassindelning:
Tävlingssimmare och motionärer
Startavgift:
150:-. Anmälan senast den 14 juli.
OBS! Antalet deltagare begränsat till 500 st.
Upplysningar:
Genom SK Neptuns Kansli, Vetegatan 4, 116 59 Stockholm, tel 08-44 11 78.

SIMKLUBBEN 19 12/10 06 NEPTUN

SIMKLUBBEN NEPTUN

STOR OCH LIVLIG MASTERS I FLORENS



Till Florens 3:e internationella masterstävling den 11-12 mars hade cirka 700 masterssimmare från elva länder tillhörnade 81 olika klubbar samlats. Masters är så populärt i Italien att arrangörerna ofta tvingas begränsa antalet starter per deltagare till max tre. Programmet upptog till exempel 460 starter på 50 m fritt.

Från en av Florens mastersentusiaster, Andreas Prayer, erfor jag att man måste förlägga nästa års tävlingar till en större anläggning.

För att hinna med alla starter, hade man infört följande ordning: Alla heat, utom möjligen det sista per gren, var fulla. Heatindelningen skedde nämligen löpande efter anmäld tid. Bästa tiden först. Damer och herrar blandades grenvis. Man fyllde löpande på heaten så att det alltid fanns ett i vattnet och fyra fulla heat som väntade på sin tur.

För att kunna hålla åldersgrupperna under uppsikt tilldelades varje deltagare en enfärgad badmössa. Varje ålderklass hade sin färg, varför det var lätt att se vilka åldersklasser som var på gång. I Italien är det lika obligatoriskt med badmössa som med baddräkt, varför alla bar sin badmössa utan protest. Något som till exempel urartade vid EM i Blackpool, där många vägrade sätta på sig sin tilldelade badmössa.

Ettan, tvåan och trean erhöll medalj, vilken man fick kvittera ut efter legitimering vid sekretariatet. För min del blev det två silvermedaljer.

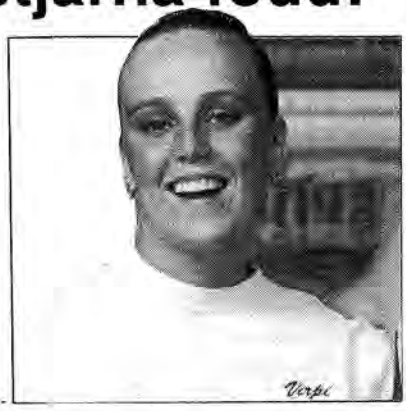
Men jag gladde mig mest åt svenska rekord på 200 m rygg och bröst i F-klassen. Därmed hör jag till den lilla skara mastersimmare som har satt svenskt rekord i samtliga simsätt inklusive medley.

Stämningen på italienska mastertävlingar brukar vara livliga och glada tillställningar. Denna utgjorde definitivt inget undantag.

Du som läst så här långt kanske tror att alla mastersimmare i Italien är fulla (onyktra) när de tävlar. Isåfall måst jag betona att det var heaten som var "fulla", inte simmarna.

Håkan Wassdahl

"Ny" konstsimsstjärna född!



Virpi Joki-Hollanti från Fagersta SK fick sitt stora internationella genombrott vid tävlingarna i Moskva i början av mars. 11 nationer fanns på plats med två startande i varje gren.

Desto mera imponerad blir man då av Virpis fina 7:e plats i soloklassen, endast distanserad av två flickor från vardera USA, Kanada och Sovjetunionen. Därmed kunde Virpis nuvarande tränare Marie Jacobsson också konstatera att hon själv fått en värdig efterföljare nu när hon sadlat om från aktiv till tränare.

Vid tävlingarna i Moskva deltog även Borlänges Eva Johnson i soloklassen där Hon tyvärr missade en finalplats efter en fin musiksimning.

Inte heller i partävlingen lyckades Eva tillsammans med klubbkamraten Nina Holpers att nå finalen. Dock var de endast två poäng därifrån.

En "segrare" fick dock den svenska truppen. Inger Lindholm, som deltog som svensk domare, blev utsedd till tävlingens bäste domare.

RIKSTÄVLINGEN SIMHOPP 1988-1989

124 deltagare från 10 föreningar ställde upp i deltävling II, säsongen 88-89. Klass D, äldre och yngre, lockade flest med 45 respektive 30 startande.

Malmö S hade flest deltagande med 20 anmälda, tätt följd av Jönköpings SS med 19 och Karlskoga SF med 18. Stockholmspolisens IF och Örebro SA hade 17 anmälda var och SoIK Hellas 11. Därefter kom SK Neptun med 9, Karlstads SS med 6, Sandvikens SoHK med 4 och SK Lödde med 3 deltagare.

Resultaten redovisas på resultatsidorna.



NYFIKEN PÅ DET GRÄNSLÖSA EUROPA?

I Pass på Europa kan du läsa om Europa inför 90-talet. Länderna. Metropolerna. Utmanarstäderna. Människorna. EG. Trenderna. Äventyren. Filmerna. Musiken. Kulturen. Väst och Öst.

Du får tips om hur du kan komma ut och resa, arbeta eller studera. Upptäck det gränslösa Europa!

Se till att du får den nya boken Pass på Europa. Använd kupongen. Eller hämta boken i närmaste bokhandel. Där kommer den att finnas från och med slutet av april.

PASS PÅ EUROPA



GRATIS!



(SAF) Svenska Arbetsgivareföreningen.

JKL/AGENCY

Ja tack, skicka gärna ett ex. GRATIS av boken PASS PÅ EUROPA.

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Tel: _____ Ålder: _____

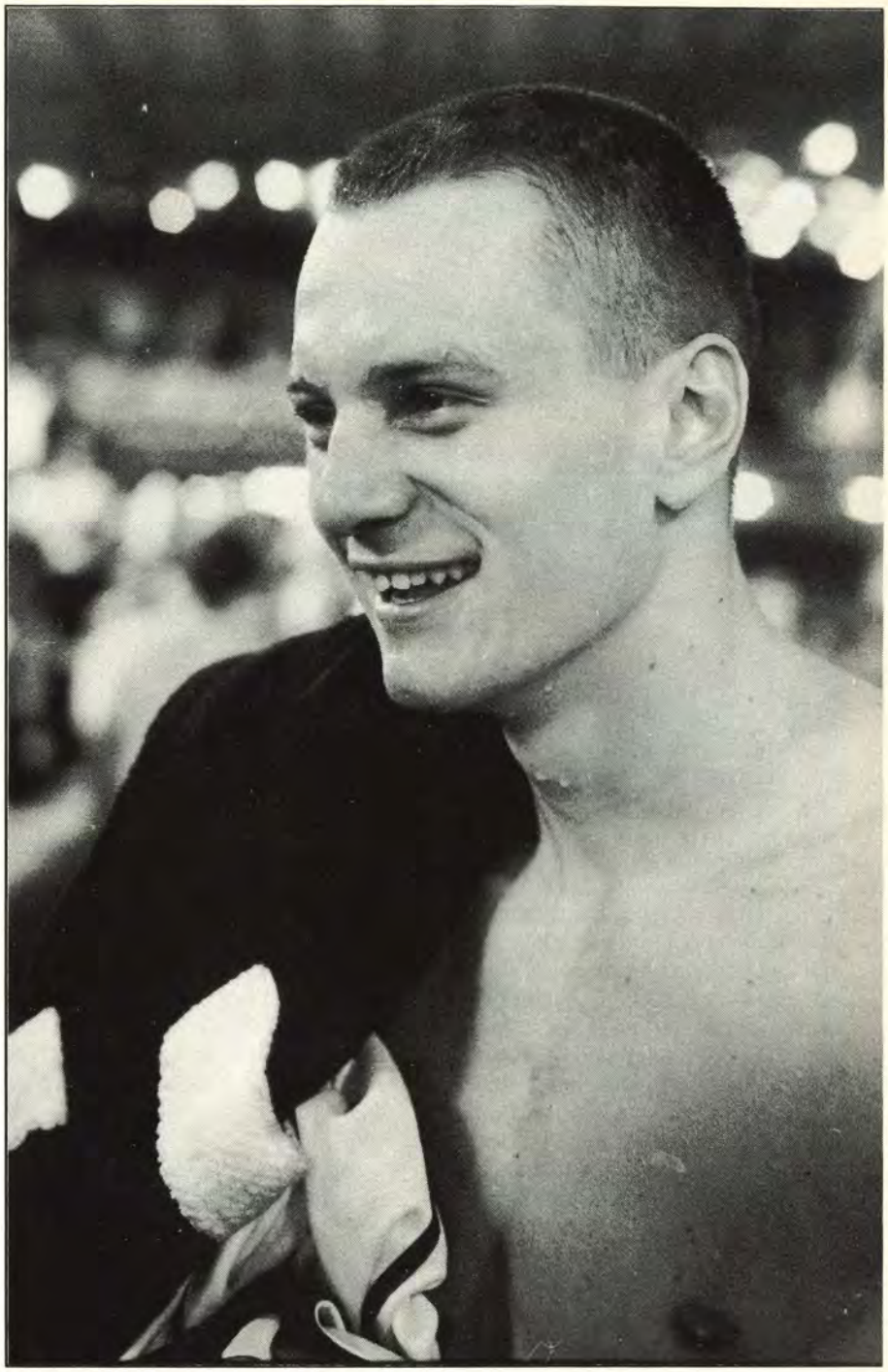
Frankeras ej. SAF betalar portot.

SAF, Svenska Arbetsgivareföreningen.

SVARSPOST

Kundnummer 14808141
110 16 STOCKHOLM

En Mästare Jan Bidrman



Senast Jan Bidrman blev mästare var i samband med SM i Malmö i mitten av mars. Det var inte första gången och säkert inte heller sista. Han har sedan han kom till Sverige haft för vana att ofta bli mästare. Först skånsk mästare och sedan svensk mästare. Jan Bidrman har i augusti vid EM i Bonn möjlighet att lägga ännu en titel till sin samling för nu, när han är på väg mot toppen av sin karriär, får han äntligen vara med på ett stort mästerskap Den chansen kommer han att ta. Jan Bidrman är urtypen för en mästare. Han vet att endast hårt arbete ger resultat.

Jan är 23 år gammal och har simmat i 16 år. Han mamma ville att han skulle börja med skidåkning men eftersom det inte finns några backar att tala om i Kladno utanför Prag i Tjeckoslovakien där Jan är född och uppvuxen, blev det simning i stället. Det har varken mamma eller Jan ångrat.

- Nej, simningen har under alla dessa år gett mig så mycket. Både under tiden i Tjeckoslovakien och framför allt de senaste tre-fyra åren i Malmö och Sverige. I klubben Sonp Kladno gick det väldigt bra så fort jag lärt mig simma. I Tjeckoslovakien finns ett system med åldersklasser som börjar mycket tidigt och jag var med och vann nästan med en gång. När jag var nio år vann jag fyra-fem titlar i 10-årsklassen. I början simmade jag mest ryggsim men även en del medley. När jag simmade i klassen för 12 år blev det mycket fjäril och då fick jag också en chans att vara med i ungdomslandslaget. Den första tävlingen gick i Ungern. Sedan blev det ryggsim igen och man kan väl säga att åren då jag växte upp med simning var som ett medleylopp - det var olika simsätt som gick bäst ett år i sänder.

Jan blev snabbt en av de bästa juniorerna i Tjeckoslovakien. För de olika östeuropeiska ländernas 14-åringar finns en stor tävling som heter Druska. Jan fick vara med 1980, i Bulgarien, och blev då tvåa respektive trea på de båda ryggsträckorna. Han missade EJM då ålderklasserna ändrades. Ett år simmade de som var födda 1965 och nästa gång var det de som var födda 1967 som fick vara med. Redan då fick Jan lära sig hur det känns att stå utanför ett stort mästerskap, även om han inte tänkte så mycket på det.

- Jo men jag fick i stället komma med i seniorlandslaget när jag var 15. Jag hade blivit trea på tjeckiska mästerskapen men fick inte tävla för landslaget, jag var för ung, men fick vara med på läger och träna med de andra. När jag slutade grundskolan slutade jag också träna i klubben och handplockades till ett simcentra där jag kunde plugga vidare och samtidigt träna.





Jan klarar alla simsätt nästan lika bra, därför är han bland de bästa i medley i världen. Vid Swedish Open blev han tvåa efter Josef Hladky, numera västtysk och de hade mycket att prata om . Anders Peterson blev trea.

Så fungerar det i de flesta idrotter i Tjeckoslovakien. De duktigaste hamnar i olika idrottscentra. För simning finns det fem eller sex centra.

När Jan började på simcentrat simmade han 200 m rygg på 2.13 i lång bana och var nia i världen men trea i Tjeckoslovakien. Därför blev det mest ryggsim den första tiden. 1982 kom det första tjeckiska simavhoppet då landets två främsta ryggsimmare lämnade landet för Västtyskland. Jan fick då chansen att representera Tjeckoslovakien vid Europacupen i Göteborg. Innan Göteborg hade han gjort 2.09 i kort bassäng. Vid Europacupen simmade han på 2.03. Under de sex månader som följde därefter gjorde han om den tiden i lång bassäng. Efter uttagningstävlingen inför EM 1983 i Rom, blev han skadad och fick inte simma arm under några månader. Han slutade elva vid EM i Rom på 200 m rygg. Under hela tiden kombinerade han ryggsimmet med medley. Samtidigt pluggade han vidare på det fyraåriga gymnasiet, den naturvetenskapliga linjen. Det gick ganska bra.

- Ja jag hade med svenska mått mätt 4.0 i snitt och det var jag nöjd med. Jag var också bland de fyra - fem bästa simmarna i Tjeckoslovakien. Då togs jag också ut till den grupp som skulle få satsa på OS i Los Angeles 1984 och vi tävlade också ganska mycket. Även i väst. Simmarna hade fått tre platser till OS och Hladky och Gery var självklara. Den tredje platsen ville jag ha. När uttagningstävlingen kom för oss andra var det dock redan klart att vi inte skulle få åka så det var ingen som satsade speciellt mycket. Jag var 18 år då och hade inte så mycket att jämföra med så jag fattade inte riktigt vad jag gick miste om när jag missade ett OS. Vi som var aktuella men inte fick åka sa till varandra att det är väl bara att jobba vidare och siktade in oss mot nästa OS, fyra år bort.

Det var det andra stora mästerskapet Jan inte fick ställa upp i. Han hade dock tävlat en del i väst och började jämföra olika samhällssystem och levnadssätt. Han förstod snart att det var något som inte stämde i Tjeckoslovakien. Jan var med på EM i Sofia, men lyckades inte alls. Under 1985 dök tankarna upp på att lämna landet men först ville han göra färdigt skolan. Han hade inte talat med någon, inte ens familjen, när han kom med en tjeckisk trupp till Arena Cup i Göteborg i oktober 1985.

- Jag hade bestämt mig för att stanna i Sverige när vi kom till Göteborg men valde att göra det sista dagen. I Göteborg hade det säkert varit lättare att hitta mig. Efter tävlingarna övernattade vi i Klippan och nästa dag fick vi lov att under två timmar gå och handla i Malmö. Vi var två som hade bestämt oss för att stanna och så fort vi fick chansen sökte vi upp en polisstation. Jag tänkte nog inte så mycket då på att hela livet skulle ändras utan det var mer en idé jag hade. Att försöka något annat. Få lite frihet. Jag hade inte en tanke på vad som skulle hända sedan. Men jag hade tur. Hamnade i en fin klubb, fick all hjälp och jättefina kompisar. Vi var så inställda på att behöva sluta simma och börja jobba för att kunna överleva men så blev det inte alls.

Efter ett par dagar i Malmö, då den värsta uppståndelsen lagt sig, kände de båda att de ville simma lite. De hade inte en aning om att det fanns något som hette Malmö KK men de letade sig till Simhallsbadet och frågade på bästa engelska om det fanns någon simklubb där. När de sa att de kom från Tjeckoslovakien, sken badvakten upp. Han kom själv därifrån. De hade tur. Badvakten såg till att de fick kontakt med klubben och kunde börja träna. På den vägen är det.

- Ja vi hade tur. Men min kompis lockades snart att åka hem igen. Jag stannade trots alla övertalningsförsök och fick kontakt med Greg Conell. Det har varit något av det bästa som hänt mig. Första halvåret för Greg var det ryggsim som gällde. Jag ville bli bättre som ryggsimmare. Men på SM i Malmö 1986 visste jag inte vad jag skulle simma sista dagen. Då gick 200 m fjäril och Greg anmälde mig. Det blev drygt 2.01. Så började jag träna med Stefan Persson och det gav mig en ny kick. Vi simmade nästan alltid. Simmässigt var träningen mycket hårdare här än i Tjeckoslovakien. Innan jag kom till Malmö

hade jag aldrig simmat mer än 8000 meter under ett pass. För Greg blev det först 10000 meter och sedan ännu värre pass. Jag hade aldrig en tanke på att sluta eller ge upp ett enda pass för Stefan och jag sparrade varandra så bra och det var faktiskt väldigt roligt. Stefan utvecklades ju väldigt under 1986 och gjorde 4.19 på medley. Jag visste att jag var bättre, i alla fall på träningen, så därför var det lätt att jobba vidare. Jag tränade också upp de andra simsätten, särskilt bröstsim och bestämde mig för medley.

EM 1987 i Strasbourg fick också klara sig utan Jan. Eftersom han ännu inte var svensk medborgare visste han att han inte skulle få åka. Det sporrade honom att träna ännu hårdare. Ett OS väntade. Träningen var också ett sätt att lära sig språket och att få nya kompisar. Han började studera. Först lärde han sig svenska och sedan matte, engelska och samhällskunskap. I Tjeckoslovakien läste han ryska i elva år, under tvång och i Sverige lärde han sig snabbt svenska med en lätt skånsk brytning. Han har lätt för språk.

- Kanske det men jag satte också press på mig själv att bli svensk så fort som möjligt. Jag visste att jag behövde mitt svenska medborgarskap för att ha en chans till OS och ville göra vad jag kunde. När jag fick medborgarskapet i januari 1988 och sedan togs ut av Lars-Eric Paulsson när kvaltiden klarats vid landskampen i Italien kändes det härligt även om jag innerst inne visste att det var långt ifrån klart med en start i Söul. Det var ju fortfarande nödvändigt att tjeckerna också godkände starten i OS. Så var IOK:s regler. (Internationella Olympiska Kommittén. Red:s anm). Men jag satsade allt på OS förra året.

Ännu en gång missade Jan ett stort mästerskap. Kanske det största och han blev grymt besviken. Jan hade fått följa med, eftersom han var uttagen i truppen, till lägren i Göteborg och Tokyo. Sedan checkade han in i OS-byn tillsammans med de andra bara för att dagen före första start köras ut ur byn. Men dessa händelser har en egen historia.

Jan gav inte upp trots motgångarna utan reste till Kanada där han tränade med bland andra Marcel Gery, också han en gång tjeckoslovak. Där laddade Jan batterierna och kom tillbaka med nystartade Världscupen, där han vann medleygruppen. Under vintern har han klarat nya rekord och nu är de inte bara skånska utan också svenska. Det blev till och med ett europarekord vid SM i Malmö. Nu har Jan siktet inställt mot EM i Bonn och där skall han vara med. Även om tåget inte gått för Jans deltagande vid stora, internationella mästerskap har i alla fall stinsen börjat tänka på att veckla ut flaggan.

Efter OS hade Greg frågat Jan om han ville fortsätta simma och de kom överens om hur träningen skulle läggas upp. Greg och Jan har ett fint samarbete och utan tvekan har Greg betytt mycket för Jans utveckling.

Vid sidan av simningen har Jan den senaste tiden arbetat som vårdbiträde i hemtjänsten i Malmö. När han blir "stor" vill han jobba som ekonom. Han har sökt till nya simuniversitetet i Lund, för att läsa ekonomi, men får då inte träna för Greg. Detta är ett problem som han räknad med skall lösa sig när det blir aktuellt. Han har också flera inbjudningar att komma över till USA för att träna och studera, men helst vill han fortsätta i Sverige.

Efter Kanada har han tränat 9-10 pass i veckan, totalt 50-60.000 meter. Under långa perioder har han också kunnat ta ledigt från jobbet för att bara simma. Prispengarna för alla rekord från IBM har gjort detta möjligt. Han har haft en förmåga att först plocka några hundradelar i försöken på morgonen för att i finalen ta några till.

- Ja det bästa har varit att vi får pengarna efter resultat. Inte före. Jag har också fått flera stipendier som gjort det möjligt att satsa.

Mellan simpassen och arbetet blir det ändå lite tid över för att lyssna på musik och att läsa. Han läser studielitteratur men också skönlitteratur, både på svenska och engelska. Samtidigt har han synpunkter på svensk simning.

- Jag har haft tur att få träna för Greg. Han är bra på så sätt att han lyssnar alltid. Vi diskuterar tillsammans vad som skall göras och vad som behövs för att nå ett visst mål. Greg har den stora fördelen att han kan se långt fram i tiden samtidigt som han lyssnar. Träningen i Sverige är bättre på så sätt att det är roligare här. Det finns en större frihet. Det tråkiga är att inte alla tar chansen. Det verkar på något sätt så självklart för dem som vuxit upp här att det skall vara på det här sättet. Jag har möjlighet att jämföra och vet därför att inget är gratis. Med de fina förutsättningar som finns i Sverige vore jag dum om jag inte tog chansen att träna så hårt som jag gör. Jag förstår ännu inte att det finns så många som tror de kan göra bra resultat utan att själva satsa ordentligt. Det finns inga genvägar. Bara hårt arbete. Jag tror också att många tjejer nöjer sig med att blir bäst i Sverige, inte bäst i Europa eller i världen. Men det är nog så att jag också ser en viss skillnad i samhällssystemen. I Sverige är det inte nödvändigt att vara bäst i simning för att få det bra. Många får allt för enkelt i Sverige. Utan att jobba för det.

Medleysimningen i världen kommer till största delen från Europa. Därför blir EM näst intill ett VM för Jan. Han är bland de tio bästa i Europa efter vinterns ranking och har stora chanser att nå en final. När han är där kan allt hända. Hans mål vid den OS-final han inte fick simma var att göra 4.18 - 4.20 på 400 m medley. Jan är övertygad om att han hade gjort den tiden då. Han är lika säker på att ett sådant resultat räcker långt vid EM. Hur långt vill han inte spekulera i. Det behöver han inte. Fortsätter han sin målmedvetna satsning kommer han att lyckas för Jan Bidrman är

En Mästare.

Foto: Tommy Nyhle´n





SIMMARE och FÖRENINGAR

Dessa och 11 andra moderiktiga modeller ur SOLARs sportkollektion.

A Modell Melbourne. Allround-lycra med neonfärg.
Dam: 36–44 Herr: 2–7.
Flick o pojk: 116–188 cl.

B Modell Berlin. Skintight-lycra. Dam: 34–44. Herr: 2–7.
Supertunn tävlingskvalité.
Färg: svart/röd, marin/blå, lila/gul, blå/gul

C Modell Athen. 100% polyester.
Dam: 36–44 Herr: 2–7.
Flick o pojk: 116–188 cl.
Slitstark, mycket lämplig för träning.

D Modell Werner Lampe II. Skintight-lycra.
Dam: 34–44 Herr: 2–7.
Supertunn tävlingskvalité.



Beställ genom:

FS FÖRENINGSSERVICE

Södergatan 13, 252 25 Helsingborg. Telefon 042-476 22
Eller ring Bosse Hultén 040-47 32 85
och Gunilla Jöhncke 08-755 42 55

SOLAR – MÄSTARMÄRKET

Rapport 3 från SWIM 2000 i Venlo, Holland

Av Magnus Kjellberg

Dr Jano Tihanyi från Sudbury, Kanada, vilken varit tränare för den välkände världsrekordhållaren i medleygrenarna, Alex Baumann, presenterade under konferensen bland annat ett resonemang kring planering, under titeln: PLANNING OVER SEVERAL YEARS: specialised on individual medley.

Introduktion

En planering över flera år är inte bara lämplig för idrottsmän i allmänhet, utan även nödvändig för våra idrottande ungdomar. Långtidsplanering är kanske inte den mest populära ämnet bland de flesta tränare då den är inriktad på utvecklingen av FÄRDIGHETER eller SKICKLIGHET.

Många tränares programplanering är uppstyrd av planeringen för seniorer och denna planering är ofta inriktad mot PRESTATIONER eller TIDER. Dessutom är planeringen ofta en årsplan. Dr Tihanyi talar för en planering över flera år, alltså en planering för UNGDOMARNA.

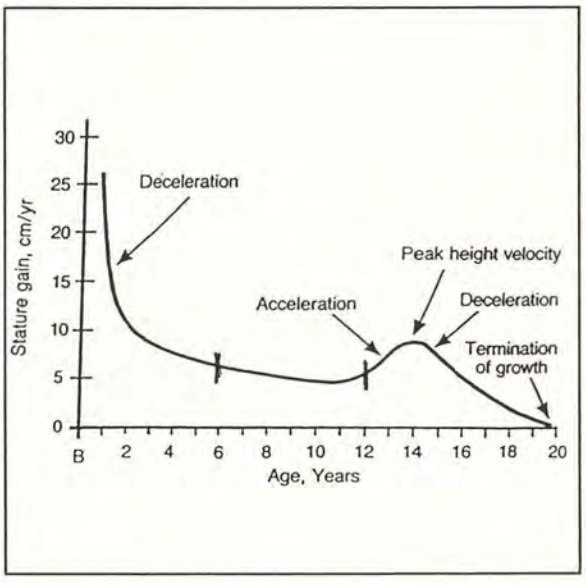
Under de senaste 20-30 åren har det skett en stark utveckling av den teknologiska sidan av simning. Dagens elitsimmare är i allmänhet och överlag större, starkare och mer anpassade till kraven i träning och tävling, än vad simmarna var tidigare. Träningsmetoderna i de flesta idrottsgrenar har förbättrats och därigenom har "maskinerna" blivit väl tränade.

Dr Tihanyi menar att samtidigt som denna utveckling har skett så har det inte gått framåt när det gäller TALANGJAKTEN och FÄRDIGHETSUTVECKLINGEN. Få nya metoder, för att utveckla färdigheter, har presenterats samtidigt som en rad fysiologiska träningsmetoder har sett dagens ljus.

Parallellt med att de medfödda kvaliteterna, som styrka, snabbhet och uthållighet, utvecklas måste ungdomarnas FÄRDIGHETER, t ex teknik, taktik och erfarenhet, utvecklas.

Grundträningen av unga idrottare, vilken i slutändan leder till specialisering, måste följa de biologiska lagarna för utveckling och anpassas efter den gradvisa mognaden av kroppens möjligheter till att uppnå träningseffekter.

Figur 1 visar tillväxttakten mätt i längdtillväxt i cm/år.



" Barn utvecklas med olika hastighet under olika faser av sin tillväxt. Speciellt snabbt utvecklas och mognar barn strax före och under puberteten. Härigenom befästs de tidigare erhållna kvaliteterna."

Progressiv tillväxt och mognadsmässiga förändringar, gör barn mottagliga för en progressiv utveckling av deras prestationsförmåga. Det vill säga i barnens utveckling ligger inbyggt en självgående förbättring av prestationsförmågan.

Ungdomssimmarna gör i själva verket allt bättre tider "trots" tränarnas coaching.

Den tidsperiod, som är mest lämpad att utveckla FÄRDIGHETER, är den period i vilken det växande barnet är mest känsligt för eller mottaglig för neuromotoriska förändringar. Vanligtvis är det under åldersperioden 6 till 14 år, som de flesta träningsprogram till största delen är prestationsorienterade.

Eftersom den fysiologiska tillväxten och mognaden tar uppemot 18 år av livstiden, är det skäligt att anta att kännetecknen för denna mognadsprocess, det vill säga inlärda eller ändrade FÄRDIGHETER, också tar lång tid för sin utcekling.

Dr Tihanyi anser att FÄRDIGHETSUTVECKLING, som t ex teknikträning, bör uppta minst tre fjärdedelar av mognadstiden, således upp till cirka 14 år, för att sedan ge plats för mer prestationsorienterad träning.

Lägga grunden

Träningsprogrammen för ungdomssimmare måste byggas på barnens mognad och de kända lagarna för barns utveckling. Två

huvudingredienser i ett sådant program är:

1. Färdighetsutveckling
Denna skall byggas på en modell som tar hänsyn till den progressiva utveckling barnet besitter i sig självt och vara inriktad på att ge en bred bas av allmänna och specifika grunder.

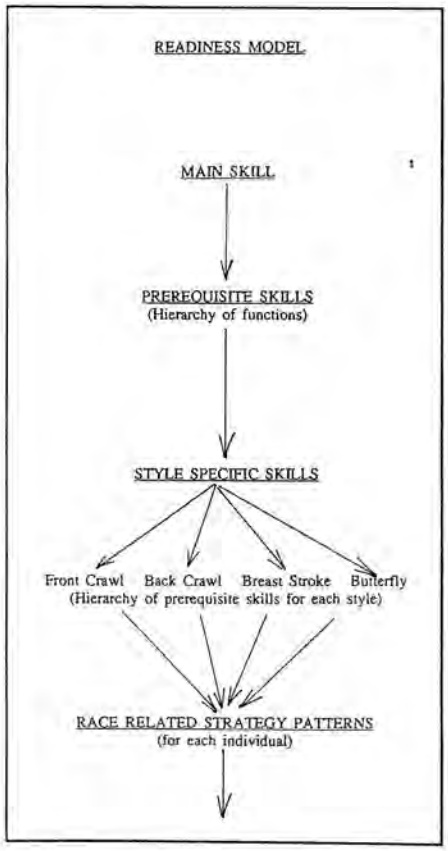
Dessa färdigheter skall ordnas i en trappstegsordning vilken stegras från enkla till sammansatta färdigheter. Dessa grunder skall också tillämpas vid varje tävlingstillfälle för att utveckla den tävlingstaktiska förmågan i stället för att bara tävla för en tid.

Koncentrationen bör alltså vara på hur väl man lyckas med att genomföra uppgiften.

Det är viktigt att man kommer ihåg att t ex teknikmönster förändras när kroppsdimensionerna och graden av mognad förändras. Därför är det viktigt att sats på FÄRDIGHETSTRÄNING, åtminstone till och med att tillväxtspurten, (den period under vilken tillväxten sker snabbast), är avklarad.

Dr Tihanyi föreslår en modell för hur träningen kan organiseras.

Fig 2.



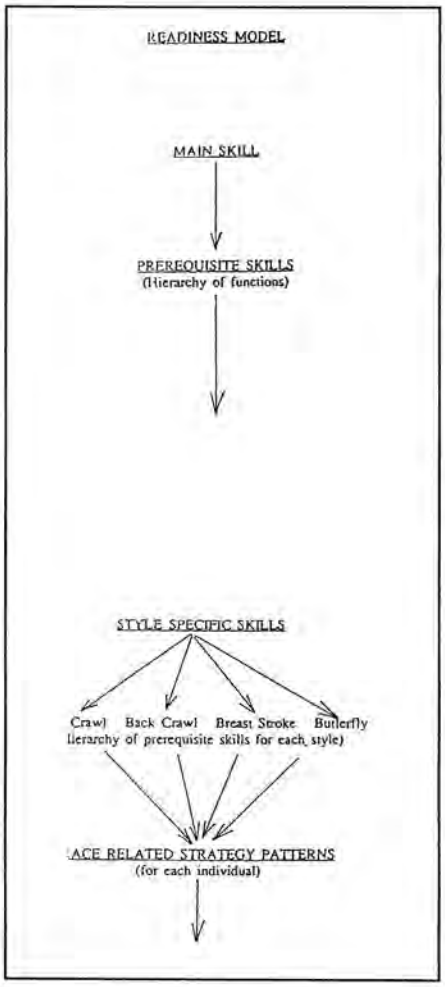
Modellen bygger på att gradvis svårare övningar introduceras för barnet först när den biologiska mognaden är tillräcklig. Man går stegvis vidare till högre och mer krävande nivåer.

Detta att efter svårighet gradera och ordna den systematiska inlärningen går igen även på den detaljerade tekniska nivån, t ex inlärning av benspark eller kick-andningsmoment.

Antalet pre-requisite skills, det vill säga de färdigheter som är nödvändiga för att gå vidare, är enbart beroende på tränarens egen fantasi. Det är bättre att ha med sig fler färdigheter eller erfarenheter när man går vidare, än för få.

Man bör komma ihåg att övningarna bör presenteras i utvecklingsordning. Här gavs ett exempel på detta resonemang genom ett exempel på hur andningskontroll kan tränas enligt modellen.

Fig. 3



2. Utveckling av träningsbara kvaliteter
Som grund för detta ligger utvecklingen av ett "brett" aerobt system. När den unga simmaren gradvis blir skickligare skall man parallellt med färdighetsträningen lägga tid på att öka nerv-motor anpassningen till de olika rörelsemänstren i simsätten.

Detta kan man lätt uppnå genom kontinuerlig simning utan fartkrav, d v s en viss tids simning oavsett hur långt man når. Detta skall inte förväxlas med distanssimning, vilket innebär strävan efter hög hastighet över hela distansen.

Den kontinuerliga simningen bör göras över alla simsätt, (eventuellt modifierat fjärilsim), för att även ge en god utveckling av den aeropa kapaciteten.

Vidare utveckling av den aeroba förmågan kan uppnås genom distanssimning, men ett sådant program bör inte seriöst införas förrän tillväxtspurten är över, vanligen vid 15-16 år.

Dr Tihanyi anser att kontinuerlig simning och distanssimning är viktiga träningsmoment i ett långsiktigt program för individuell medley. De bäst upplagda träningsprogrammen för individuell medley baseras på välgjorda och långsiktiga undervisningsplaner för färdighetsutveckling.

Först måste de motoriska mönstren för alla simsätten läras in. Därefter skall den aeroba kapaciteten hos simmaren utvecklas fullt ut.

Den långsiktiga planen

Med den ovanstående filosofin som grund vidareutvecklade Dr Tihanyi sin syn på den mer konkreta planeringen av medleyplaneringen.

En stegvis plan bör läggas upp, där olika innehåll introduceras gradvis, samtidigt som tidigare inlärda färdigheter upprätthålls och förfinas. Den följande planen gäller för 400 m medley. Tiden för varje fas beror på skickligheten och mognadsgraden hos den aktive. Fas 1 föreslår Dr Tihanyi kan introduceras någon gång när simmaren gått in i den accelerande tillväxten en bit in i puberteten. Parallellt med nivån av färdighet skall den fysiska utvecklingen tas med i beräkningen. Om dessa två kriterier inte står påsamma nivå bör man ta det varligare med nästa steg.

Fas 1

Satsa på FÄRDIGHETERNA. Som tränare gäller det att noga övervaka den utvecklade tekniken eftersom de förändrade kroppsdimensionerna ofta leder till sämre motorisk kontroll. Vissa teknikförändringar sker naturligt som kompensation för att ungdomarna eventuellt tappar rörlighet och styrka.

Den kontinuerliga simningen lämnar mer plats för ett distansinriktat tränings- och tävlingsprogram. Träningen inriktas mot 800/1500 m samt 400 m frisim med tävlande över dessa distanser. Utifrån den tidigare övade kontinuerliga simningen, borde detta vara en enkel övergång.

Det är viktigt att sätta upp ett gripbart MÅL att uppnå vid slutet av Fas 1, t ex att uppnå en ranking i distansgrenarna bland de 8-12 bästa i landet. Målsättandet är viktigt för att det befäster de kvantitativa och kvalitativa aspekterna av träningen. För simmaren är inte målet så mycket riktat mot 400 m medley, som mot distans. Tävlandet ökar gradvis under denna fas.

Fas 2

Inriktningen går ut på att utveckla samtliga 200 m grenar, d v s utveckla varje simsätt.

Målsättningen att uppnå vid slutet av fas 2 för de fyra 200 m grenarna kan vara att rankas bland de 16 och sedan bland de 8 i landet i varje simsätt.

Utvecklingen mot målet tar ofta längre tid under denna fas, då det finns en större konkurrens inom dessa grenar. Dessutom konkurrerar man inom dessa grenar med mer mogna simmare och framgång i "specialgrenarna" beror mer av en hög mognad.

Det yttersta målet är att uppnå en INTERNATIONELL ranking i någon av de fyra grenarna och sedan i alla. Succesivt skärps kraven på nivån av målsättningen, exempelvis "Top 25" till "Top 15". Detta ger en allt bättre bild av utvecklingen. En bra bild av styrka och svaghet hos simmaren samt en bild av motståndet kan läsas ur rankingen.

Vid denna punkt i utvecklingen är det dags att börja utveckla strategin för medleysimningen.

Fas 3

Det sista utvecklingssteget är inriktat mot den verkliga medleysimningen och dess speciella krav på att passa ihop fyra simsätt. Under utvecklingen är det viktigt att sätta upp specifika mål för de olika simsätten i likhet med de tidigare målen för 200 meterslopp över alla simsätt.

Att använda sig av relationen till världsrankingen när det gäller att få en uppskattning av styrka och svaghet hos simmaren själv och även för de potentiella motståndarna är goda måttstockar på utvecklingen.

En målsättning Dr Tihanyi och Alex Baumann praktiserade var att i denna fas sträva efter en målsättning där varje 100-,metersplit eller genomsnittet av de fyra splittarna borde vara sämst 80% av personbästatiderna för varje 100.

För att uppnå denna höga målsättning var det nödvändigt att utveckla en planerad strategi för alla tävlingstillfällen. Till exempel vid olika var målet att minst en men helst två av "hundringarna" kunde kontrolleras på en 80 procentig fart. Det är bäst om de kontrollerade delarna av loppen inte är i medleyordning utan att man väljer att hålla de 80 procenten för fjäril och bröstsim respektive för fjäril och frisim.

Vidare kan man lägga upp andra kombinationer av "hundringar" som fjäril - rygg, rygg - bröst eller rygg - fritt.

Som förberedelse för dessa kombinationer kan man arbeta med kombinationen 100+50 av nästa simsätt. Som exempel 100 fjäril + 50 rygg eller lugn 100 fjäril + 80% kontrollerad fart på 100 rygg + 80% fart på 50 bröst.

På 50:orna gällde alltid full fart. Förutom att dessa övningar eller bestämda tävlingsstrategier tränar förmågan att kontrollera farten, lär sig simmaren också att kunna tåla högre fart med god teknik. Dessutom ger dessa olika kombinationer av varierande belastningar en stark kontroll över de olika delarna av tävlingsdistansen, vilken sedan kommer till nytta i de riktigt avgörande loppen.

Dessa uppläggningar av loppen bör övas under träning, bland annat genom att ofta köra tävlingslika lopp på tid, för att ge simmaren en KÄNSLA av vilken ansträngning som behövs.

De tre stegen innebär inga klart avgränsade faser utan snarare att inriktningen under de olika faserna variera, vilket syns i den genomförda träningen. Tävlandet är inte heller det renodlat bara till de för fasen aktuella grenarna.

Förlängningen av målsättningen utöver den nationella nivån leder naturligt till internationella motstånd. Målsättningssplittarna på denna nivå bör vara 85% av personbästa på varje 100. Det kan ofta vara svårt att hålla sig till denna plan i inledningsskedet av ett lopp på denna nivå, speciellt om man möter motståndare som har starka kombinationer fjäril - rygg.

Att i denna konkurrens erövra en internationell mästerskapsmedalj kräver att man klarar upp mot 90% av sina bästa 100 m tider. Vid OS 1984 krävdes för guldet och ett världsrekord just 90%.

Om man tittar på tabell 1, som visar mellantiderna vid Alex Baumanns världsrekord vid OS i Los Angeles 1984, ser man att avståndet till personbästatidern aökar under loppet då trötttheten byggs på.

W.R. splits*	Best 100	Split % of b.t.+
1:00.01	57.2	95.6
1:04.62	58.6	89.8
1:13.36	1:06.0	88.8
59.42	51.5	84.7

*4:17.41 +average 89.7%

Vänder man på belastningskurvan under träning och vid öppningstävlingar kan man träna kroppen till en bättre och snabbare anpassning till den oundvikliga trötttheten. Tränar man på att progressivt öka insatsen kan man "skjuta" trötttheten något framför sig och undvika att förlora allt för mycket tid.

Den andra stora uppgiften i utvecklandet av medleysimningen är vad man kan kalla nerv-motor-anpassning eller ackommodation. Det innebär förmågan att snabbt kunna byta mellan de olika motoriska mönster de olika simsätten kräver, eftersom simmaren omedelbart efter bytet till nästa simsätt är tvungen att starta sin simning med rätt hastighet, frekvens och kraft.

Vanligtvis tar anpassningen mer än 30 sekunder, vilket förklarar att det är vanligt att simmare i 400 m medley simmar andra 50 fortare än den första i det nya simsättet.

Denna anpassningsförmåga tar lång tid att bygga upp varför den bör tränas varje dag och från första början.

En växling mellan simsätten, (vändning), bör utföras under en sekund, tiden tagen från handisättning tills fötterna lämnar väggen.

Avslutningsvis redovisade Dr Tihanyi det slutliga steget i denna långsiktiga planering, vilken han praktiserade med Alex Baumann och en rad andra kanadensiska medleysimmare. Han beskrev hur Alex Baumann förberedde sig inför OS i Los Angeles 1984.

Denna slutliga preparering skall ses som den logiska förlängningen av de långa åren av förberedelser enligt den tidigare beskrivna modellen.

18 månader före de Olympiska Spelen påbörjades finslipningen. Efter det att alla de olika procentsatserna, (förmågan att hålla viss bestämd och tillräcklig fart per 100 m), blivit uppnådda, d v s Alex kunde variera de olika delarna som han ville, verkade det vettigt att lägga upp strategier eller taktik gentemot alla möjliga medaljmotståndare.

Detta innebar att man var tvungen att åka till Europa och USA ett flertal gånger för att tävla mot dem som kunde tänkas bli svåra måtståndare vid OS.

Den grundläggande strategin eller filosofin sammanfattades i uttrycket: Prepare for not to win, but for how not to get defeated.

Alex'träning var inriktad på att inte låta någon annan besegra honom. Motivet till att välja denna tankemässiga inriktning var att undvika att tanken på att vinna inte skulle få överskugga det faktum att han var tvungen att vara medveten om hur alla motståndare skulle kunna tänkas simma samt ha en taktik klar för att undvika att bli besegrad av dem.

Detta krävde att man kände till motståndarnas alla styrkor och svagheter.

Som exempel på detta tog man under loppen mellantider på alla 25 metersdelar för att se om det fanns några hastighetsvariationer. Detsamma gällde för alla tänkbara motståndare.

Vidare simmade man mot alla motståndare och provade olika taktiska uppläggningar i dessa tester. Alex tävlade mot samtliga tänkbara konkurrenter under 18 månadersperioden före spelen.

Under de sista 6 månaderna genomfördes testlopp mot tänkta motståndare med förutbestämd taktik. Allt för att förbereda inför den planerade kampen om guldet. Flera möjliga taktiker utvecklades för att med säkerhet kunna möta vilken motståndare som helst. Till grund för alla dessa strategier låg tanken att simma mot andras svagheter i stället för att bara försöka vinna. Slutresultatet blev utveckling av styrka mot svagheter.

Resultatet vid Olympiska Spelen i Los Angeles talar för sig själv när det gäller effekten av det program man använde sig av.

Som kommentar till vad Dr Tihanyi redovisade tycker jag att ambitionen att lägga en sund bas för långsiktig utveckling av alla de färdigheter som är nödvändiga i idrott och att lägga denna bas utifrån hur barns utveckling förlöper, borde vara en självklarhet.

På många ställen finns det tränare eller klubbprogram som har dessa idéer till grund för det sätt de arbetar på, men jag tror inte att man klarar att arbeta renodlat på detta sätt. Det finns naturligtvis en stor svårighet att balansera ungdomssimmandet och tävlandet utifrån kraven på en lugn utveckling anpassad till barnen mot de i vårt system inbyggda kraven på mätning av prestationen som tider och personliga rekord i ungdoms- och knattetävlingar.

Det är min uppfattning att det i det ovan refererade materialet finns en del "vägvisare" som kan vara intressanta att följa en bit. Vi kan kanske ha nytta av att börja arbeta med en något mer långsiktig metodisk planering.

Det finns en väldig mängd av kunskap och erfarenheter av vilka såväl vi tränare som de aktiva simmarna har glädje och nytta av.

6.000 kr från Speedo vid SM

Speedos satsning på simmare som sätter svenska rekord kostade företaget 6.000 kronor vid SM i Malmö. Det började med att Joakim Holmqvist, iförd speedobyxa, satte svenskt rekord på 50 m fritt, 22.56 och slutade med Jan Bidrmans svenska rekord på 200 m bröstsim, 2.14.85. Joakim fick också 2x1000 kr för 100 m fritt. Först 48.70 och sedan 48.50. Pengarna fick Joakim behålla men inte rekordet då Tommy Werner senare simmade på 48.33.

Jan Bidrman fick 2x1000 kr för sina rekord på 200 m medley, 2.00.50 och på 400 m medley, 4.12.97, vilket också blev europarekord.

FRANSKT I ARENA

De båda franska snabbsimmarna Catherine Plewinski och Stephan Caron har förnyat sina kontrakt med Arena. Plewinski och Caron tog var sin bronsmedalj vid OS i Söul på 100 m frisim och båda har europarekord. Caron på 100 m fritt med 49.35 och Plewinski på 50 m fjäril med 27.54.

Rekord Arena

Arena Meet i Bonn i februari blev en rekordtävling. Världscupstävlingen lockade simmare från 29 nationer. Resultaten blev bland andra 3 världsbästanoteringar, 4 europarekord och fler än 60 nationsrekord.

PENGAR I SPEEDO

Helly Hansen/Speedo sponsrar svensk simning. Det sker på så sätt att den simmare som sätter svenskt seniorrekord i simning, ej polo, hopp eller konstsim, får ett stipendium på 1.000 kronor. Endra kravet, förutom rekordet, är att simmaren skall vara iförd badbyxa eller baddräkt från Speedo. Antalet stipendier är obegränsat, så det gäller att putsa rekorden med ett par hundradelar varje gång. Till alla taxringsintendenter meddelas att stipendiet tillfaller respektive simmares klubb.

SPRING TROPHY 3-LANDSKAMP

Holland, Storbritannien, Sverige Örebro, 1-2april 1989, 50 m

Damer

50 m frisim

1. Marieke Masterbroek, HOL, 26.69
2. Helena Åberg, SWE, 26.87
3. Marianne Muis, HOL, 26.96
4. Linda Olofsson, SWE, 27.13
5. Caroline Woodcock, GBG, 27.20
6. Alison Sheppard, GBR, 27.41

100 m frisim

1. Diana van der Plaats, HOL, 56.96
2. Marianne Muis, HOL, 57.53
3. Karen Pickering, GBR, 58.07
4. Eva Nyberg, SWE, 58.09
5. Helena Kälvehed, SWE, 58.38
6. Ruth Gilfillan, GBR, 59.29

200 m frisim

1. June Croft, GBR, 2.04.66
2. Marianne Muis, HOL, 2.05.22
3. Ruth Gilfillan, GBR, 2.05.38
4. Karin Brienisse, HOL, 2.05.50
5. Malin Gustavsson, SWE, 2.06.85
6. Anna Hansen, SWE, 2.07.14

400 m frisim

1. Ruth Gilfillan, gbr, 4.20.86
2. Karen Mellor, GBR, 4.23.48
3. Diana van der plaats, HOL, 4.23.50
4. Linda Rönnbäck, SWE, 4.25.07
5. Baukje Wiersma, HOL, 4.25.73
6. Malin Nilsson, SWE, 4.32.27

800 m frisim

1. Karen Mellor, GBR, 8.59.5
2. Paula Hutchinson, GBR, 9.05.40
3. Kirsten Silvester, HOL, 9.11.46
4. Linda Rönnbäck, SWE, 9.13.3
5. Anna Rosengren, SWE, 9.25.56
6. Natasja Rubert, HOL, 9.32.2

4x100 m frisim

1. Holland, HOL, 3.50.16
2. Storbritannien, GBR, 3.52.09
3. Sverige, SWE, 3.52.69, Karin Furuhed, 59.02, Helena Åbrg, Malin Gustavsson, Eva Nyberg

4x200 m frisim

1. Holland, HOL, 8.20.20
2. Storbritannien, GBR, 8.25.19
3. Sverig, SWE, 8.26.21, Eva Nyberg, 2.06.73, malin Gustavsson, Anna Hansen, Helena Kälvehed

100 m ryggsim

1. Ellen Elzerman, HOL, 1.04.42
2. Joanne Deakins, GBR, 1.05.59
3. Johanna Larsson, SWE, 1.06.07
4. Anna-Karin Eriksson, SWE, 1.06.35
5. jacqueline Wildeman, HOL, 1.06.42
6. Claire Huddart, GBR, 1.07.21

200 m ryggsim

1. Joanne Deakins, GBR, 2.18.05
2. Ellen Elzerman, HOL, 2.19.39
3. Johanna Larsson, SWE, 2.21.29
4. Jacqueline Wildeman, HOL, 2.22.00
5. Anna-Karin Eriksson, SWE, 2.23.83
6. Claire Huddart, GBR, 2.25.64

100 m bröstsim

1. Suki Brownsdon, GBR, 1.12.71
2. Anna-Karin Persson, swe, 1.12.82
3. Louise Karlsson, SWE, 1.14.96
4. Mildred Muis, HOL, 1.15.06
5. Debbie Tubby, GBR, 1.16.53
6. Linda mos, HOL, 1.17.36

200 m bröstsim

1. Suki Brownsdon, GBR, 2.36.43
2. Anna-Karin Persson, SWE, 2.38.87
3. Anna Rosengren, SWE, 2.40.21
4. Ynske Smit, HOL, 2.41.02
5. Linda Moes, HOL, 2.41.31
6. Debbie Tubby, GBR, 2.41.40

100 m fjärilsim

1. Karin Brienisse, HOL, 1.01.79
2. Judith Anema, hol, 1.02.36
3. Anna Lindberg, SWE, 1.04.08
4. Malin Persson, SWE, 1.04.23
5. Caroline Foot, GBR, 1.04.39
6. Gillian Atkins, GBR, 1.05.15

200 m fjäril

1. Tracy Atkin, GBR, 2.15.21
2. Karin Birenisse, HOL, 2.16.62
3. Conny van Bentum, HOL, 2.18.02
4. Helen Bewley, GBR, 2.19.44
5. Carina Johansson, SWE, 2.22.55
6. Anna-Lena Nilsson, SWE, 2.23.7

200 m medley

1. Mildred Muis, HOL, 2.19.59
2. Marianne Muis, Hol, 2.19.81
3. Helena Kälvehed, SWE, 2.20.68
4. Suki Brownsdon, GBR, 2.21.67
5. Helen slatter, GBR, 2.23.16
6. Malin Gustavsson, SWE, 2.23.19

400 m medley

1. Tracey Atkin, GBR, 4.54.31
2. Suki Brownsdon, GBR, 4.56.42
3. Marianne Muyis, HOL, 5.01.54
4. Mildred Muis, HOL, 5.02.27
5. Anna-Lena Nilsson, SWE, 5.09.4
6. Ulrika Jardfelt, SWE, 5.12.73

4x100 m medley

1. Holland, HOL, 4.18.01
2. Storbritannien, GBR, 4.18.22
3. Sverige, SWE, 4.21.30, Johanna Larsson, 1.07.31, Anna-Karin Persson, Anna Lindberg, Eva Nyberg

Herrar

50 m frisim

1. Joakim Holmqvist, SWE, 22.9
2. Ron Dekker, HOL, 23.34
3. Per Johansson, SWE, 23.43
4. Mike Fibbens, GBR, 23.47
5. Hans Kroes, HOL, 23.86
6. Neil Metcalfe, GBR, 24.12

100 m frisim

1. Tommy Werner, SWE, 50.23
2. Joakim Holmqvist, SWE, 50.89
3. Mike Fibbens, GBR, 51.15
4. Neil Metcalfe, GBR, 52.63
4. Patrick Dybiona, HOL, 52.63
6. Hans Kooes, HOL, 52.66

200 m frisim

1. Anders Holmertz, SWE, 1.51.35
2. Michael Söderlund, SWE, 1.52.83
3. Jonathan Broughton, GBR, 1.53.83
4. Frank Drost, HOL, 1.53.90
5. Kevin Boyd, GBR, 1.55.04
6. Patrick Dybiona, HOL, 1.55.63

400 m frisim

1. Kevin Boyd, GBR, 3.58.19
2. Henrik Jangwall, SWE, 3.58.83
3. Ian Wilson, GBR, 3.59.94
4. Ulf Eriksson, SWE, 4.06.90
5. Richard Blank, HOL, 4.09.44
6. Martin van der Spoel, HOL, 4.09.90

1500 m frisim

1. Kevin Boyd, GBR, 15.47.09
2. Henrik Jangwall, SWE, 15.49.29
3. Ian Wilson, GBR, 15.50.59
4. Hans-Olov Nilsson, SWE, 16.03.44
5. Martin van der Spoel, HOL, 16.17.98
6. Alain de Kort, hol, 16.40.91

4x100 m frisim

1. Sverige, SWE, 3.23.15, Tommy Werner, 50.49, Michael Söderlund, Per Johansson, Joakim Holmqvist
2. Holland, HOL, 3.28.64
3. Storbritannien, GBR, 3.29.12

4x200 m frisim

1. Sverige, SWE, 7.27.92, Tommy Werner, 1.50.75, Michael Söderlund, Ulf Ericsson, Anders Holmertz
2. Storbritannien, GBR, 7.39.50
3. Holland, HOL, 7.51.76

100 m ryggsim

1. Grant Robins, GBR, 59.28
2. Hans Fredin, SWE, 59.33
3. Göran Sköld, SWE, 59.88
4. Gert Jan Horsthuis, HOL, 59.90
5. Carl Cockcroft, GBR, 59.91
6. Guido Keutgen, HOL, 1.00.07

200 m ryggsim

1. Grant Robins, GBR, 2.05.83
2. Keevin Boyd, GBR, 2.09.16
3. Hans Frdin, SWE, 2.09.26
4. Grt Jan Horsthuis, HOL, 2.11.76
5. Nicklas Håkansson, SWE, 2.11.86
6. Peter Horsthuis, HOL, 2.12.19

100 m bröstsim

1. Adrian Moorhouse, GBR, 1.04.46
2. Nick Gillingham, GBR, 1.04.47
3. Ron Dekker, HOL, 1.04.48
4. Peter Berggren, SWE, 1.05.80
5. Jan Stensson, SWE, 1.05.84
6. Antoine van Weerden, HOL, 1.06.47

200 m bröstsim

1. Nick Gillingham, GBR, 2.19.87
2. Jan Bidrman, SWE, 2.20.51
3. Neil Hudghton, GBR, 2.22.9
4. Peter Guldbrand, SWE, 2.25.01
5. Ron Dekker, HOL, 2.26.60
6. Antoine van Waerden, HOL, 2.27.06

100 m fjärilsim

1. Anders Rasmusson, SWE, 56.09
2. Casper van Dam, HOL, 56.24
3. Mike Fibbens, GBR, 56.72
4. Tim Jones, GBR, 56.87
5. Christer Wallin, SWE, 56.96
6. Frank Drost, HOL, 57.14

200 m fjärilsim

1. Christer Wallin, SWE, 2.02.75
2. Tim Jones, GBR, 2.02.89
3. Frank Drost, HOL, 2.07.30
4. Stefan Gullberg, SWE, 2.07.42
5. Casper van Dam, HOL, 2.08.24
6. Rik Leishman, GBR, 2.09.84

200 m medley

1. Jan Bidrman, SWE, 2.04.14 SR
2. Anders Peterson, SWE, 2.06.12
3. Paul Brew, GBR, 2.06.41
4. Grant Robins, GBR, 2.07.95
5. Ron Dekker, HOL, 2.07.96
6. Milco Hagerburg, HOL, 2.14.26

400 m medley

1. Jan Bidrman, SWE, 4.29.18
2. Paul Brew, GBR, 4.31.56
3. Roger Wiland, SWE, 4.37.69
4. Martin van der Spoel, HOL, 4.21.24
5. Andrew Rolley, GBR, 4.45.26
6. Milco Hagerbrug, HOL, 4.48.31

4x100 m medley

1. Sverig, SWE, 3.50.58, Hans Fredin, 59.03, Jan Stensson, Anders Rasmusson, Tommy Werner
2. Storbritannien, GBR, 3.51.12
3. Holland, HOL, 3.52.24

Svenska Mästerskap Simhopp

Örebro, 17 - 19 mars 1989

Damer

1 m svikt

1. Maria Bergström, KSF, 351.70
2. Josefine Askagården, MS, 344.35
3. A Wetteskog-Bungum, GKKN, 344.25
4. Helena Zachrisson, KSF, 325.35
5. Helen Strandell, SPIF, 317.90
6. Malin Dahlberg, SSS, 290.10

3 m svikt

1. Josefine Askagården, MS, 381.80
2. Maria Bergström, KSF, 352.80
3. S Wetteskog-Bungum, GKKN, 349.70
4. Karin Lindqvist, SPIF, 340.15
5. Helen Strandell, SPIF, 336.75
6. Helena Zachrisson, KSF, 331.40
7. Malin Dahlberg, SSS, 320.65
8. Susanne Lundqvist, SPIF, 311.60
9. Lil Sundström, VSS, 280.65
10 Sofia Carlsson, SSS, 265.35

Höga hopp

1. Josefine Askagården, MS, 381.05
2. Helen Strandell, SPIF, 313.70
3. Ann-Sofie Rylander, JSS, 311.05
4. Karin Lindqvist, SPIF, 277.50
5. Malin Dahlberg, SSS, 261.05
6. Susanne Lundqvist, SPIF, 230.00
7. Sofia Carlsson, SSS, 207.75

Herrar

1 m svikt

1. Magnus Linner, JSS, 432, 45
2. Oskar Brunlid, MS, 370.55
3. Matts Martinsson, MS, 359.30
4. Mikael Orban, MS, 293.10
5. Hong On, MS, 268.20

3 m svikt

1. magnus Linner, JSS, 494.70
2. Oskar Brunlid, MS, 420.75
3. Matts Martinsson, MS, 363.65
4. Peter Bengtsson, S 02, 333.75
5. John Johansson, JSS, 332.50
6. Mikael Orban, MS, 326.95
7. Hong On, MS, 316.85

Höga hopp

1. Oskar Brunlid, MS, 381.05
2. Matts Martinsson, S, 330.05
3. Mikael Orban, S, 295.70
4. John Johansson, JSS, 263.95

Resultat med GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

7-Nationers, simning

Mölndal 25-26 mars 1989, 50 m

Flickor

50 m frisim

1. Caroline Woodcock, ENG, 26.19
2. Inge de Bruijn, HOL, 26.76
3. Linda Olofsson, SWE, 26.83
4. Laura Trionfetti-Nisini, ITA, 27.04
5. Cecilia Landin, SWE, 27.06
6. Nadia Pautasson, ITA, 27.15
7. Natasja Robert, HOL, 27.17
8. Neus Gil, ESP, 27.24

100 m frisim

1. Natasja Robert, HOL, 58.83
2. Laura Trionfetti-Nisini, 59.11
3. Marie Laure Giraudon, FRA, 59.13
4. Caroline Woodcock, ENG, 59.19
5. Nadia Pautasson, ITA, 59.23
6. Nicole Bates, ENG, 59.58
7. Cecilia Landin, SWE, 59.64
7. Esther Boronat, ESP, 59.64
10 Linda Olofsson, SWE, 1.00.14

200 m frisim

1. Heike Luenenschloss, FRG, 2.03.68
2. Orietta Patron, ITA, 2.04.93
3. Liselotte Pettersson, SWE, 2.06.44
4. Marie Laure Giraudon, FRA, 2.07.11
5. Judy Lancaster, ENG, 2.07.12
6. Nadia Pautasson, ITA, 2.07.78
7. Cecila Jeanson, FRA, 2.08.23
8. Barbara Emig, FRG, 2.08.31
11 Cecilia Holm, SWE, 2.11.31

400 m frisim

1. Orietta Patron, ITA, 4.16.83
2. Heike Luenenschloss, FRG, 4.18.01
3. Elizabeth Arnold, ENG, 4.23.60
4. Sandrine Garrel, FRA, 4.25.03
5. Sonja Nimtz, FRG, 4.25.86
6. Isabelle Bertrand, FRA, 4.26.27
7. Maxine George, ENG, 4.30.14
8. Melissa Pasquali, ITA, 4.30.77
10 Nina Hansen, SWE, 4.31.61
11 Cecilia Holm, SWE, 4.31.92

800 m frisim

1. Heike Luenenschloss, FRG, 8.52.89
2. Orietta Patron, ITA, 8.53.9
3. Elizabeth Arnold, ENG, 8.55.60
4. Petra Haussmann, FRG, 9.12.10
5. Sandrine Garrel, FRA, 9.12.35
6. Melissa Pasquali, ITA, 9.16.60
7. Isabelle Bertrand, FRA, 9.19.09
8. Maxine George, ENG, 9.20.46
9. Åsa Bloom, SWE, 9.21.42
11 Cecilia Holm, SWE, 9.27.16

4x100 m frisim

1. Sverige, SWE, 3.56.12
2. Frankrike, FRA, 3.57.40
3. Italien, ITA, 3.59.14
4. Västtyskland, FRG, 3.59.16
5. England, ENG, 4.00.57
6. Spanien, ESP, 4.00.69
7. Holland, HOL, diskv.

4x200 m frisim

1. Italien, ITA, 8.32.38
2. Västtyskland, FRG, 8.32.66
3. Sverige, SWE, 8.38.08
4. Frankrike, FRA, 8.38.39
5. England, ENG, 8.38.75
6. Holland, HOL, 8.47.73
7. Spanien, ESP, 8.52.96

100 m ryggsim

1. Candida Melwani, ESP, 1.05.30
2. Johanna Larsson, SWE, 1.05.91
3. Jacqueline Wildeman, HOL, 1.05.94
4. Aurelja Kempf, FRA, 1.06.12
5. Francesca Salvalaio, ITA, 1.06.43
6. Barbara de Wit, HOL, 1.06.93
7. Regina Aehle, FRG, 1.07.41
8. Lynda Racster, ENG, 1.07.76
13 Malin Håkansson, SWE, 1.08.25

200 m ryggsim

1. Johanna Larsson, SWE, 2.18.17
2. Francesca Salvalaio, ITA, 2.21.81
3. Jacqueline Wildeman, HOL, 2.21.85
4. Giorgia, Ceccarelli, ITA, 2.21.99
5. Isabelle Wirth, FRA, 2.22.06
6. Maria Olsson, SWE, 2.22.78
7. Regina Aehle, FRG, 2.23.17
8. Elke Anderweit, FRG, 2.23.96

100 m bröstsim

1. Manuela Naeckel, FRG, 1.12.50
2. Kira Bulten, HOL, 1.13.13
3. Nathalie St Cyr, FRA, 1.14.46
4. Rachel Gillatt, ENG, 1.15.46
5. Emanuela Lesinigo, ITA, 1.15.51
6. Heinrich Aude, FRA, 1.15.72
7. Katarina Remaeus, SWE, 1.15.75
8. Sofia Hjort, SWE, 1.16.44

200 m bröstsim

1. Manuela Naeckel, FRG, 2.40.18
2. Nathalie St Cyr, FRA, 2.40.9
3. Emanuela Lesinigo, ITA, 2.42.82
4. Katarina Remaeus, SWE, 2.43.3
5. Youlanda Gandia, ESP, 2.43.36
6. Martina Riecken, FRG, 2.44.46
7. Jill Harrison, ENG, 2.45.99
8. Sandra Raedts, HOL, 2.46.57
12 Sofia Hjort, 2.48.54

100 m fjärilsim

1. Anna Lindberg, SWE, 1.02.25
2. Cecile Jeanson, FRA, 1.02.94
3. Judy Lancaster, ENG, 1.03.73
4. Emanuela Viola, ITA, 1.03.78
5. Malin Persson, SWE, 1.03.96
6. Susanne Schueren, FRG, 1.04.65
7. Paola Bartolini, ITA, 1.05.11
8. Josette Timmermans, HOL, 1.05.28

200 m fjärilsim

1. Cecile Jeanson, FRA, 2.16.04
2. Susanne Schueren, FRG, 2.19.54
3. Paola Bartolini, ITA, 2.20.81
4. Malin Persson, SWE, 2.20.82
5. Helen Jepson, ENG, 2.21.41
6. Helen Welford, ENG, 2.21.70
7. Alexandra Angelot, FRA, 2.22.21
8. Tiziana Papandrea, ITA, 2.23.48
9. Charlotte Magnusson, SWE, 2.24.08

200 m medley

1. Petra Haussmann, FRG, 2.21.92
2. Catarina Mattsson, SWE, 2.23.72
3. Nathalie St Cyr, FRA, 2.23.87
4. Alexandra Angelot, FRA, 2.24.75
5. Danielle Veenhuizen, HOL, 2.25.26
6. Laura Trionfetti-Nisini, ITA, 2.25.89
7. Paola Bartolini, ITA, 2.26.10
8. Sofia Hjort, SWE, 2.27.01

Pojkar

50 m frisim

1. Håkan Karlsson, SWE, 23.31
2. René Gusperti, ITA, 23.66
3. Adolfo Coll, ESP, 23.73
4. Volker Drews, FRG, 23.74
5. Pär Lindström, SWE, 23.93
6. Axel Hickmann, FRG, 24.02
7. Martijn Tilro, HOL, 24.14
8. David Parker, ENG, 24.20

100 m frisim

1. Håkan Karlsson, SWE, 51.53
2. Martin Herrmann, FRG, 51.62
3. Carlos Ventosa, ESP, 52.03
4. Axel Hickmann, FRG, 52.51
5. Adolfo Coll, ESP, 52.72
6. Sebastien Baudoux, FRA, 52.87
7. Emanuele Idini, ITA, 53.16
8. Serge Barbetti, FRA, 53.17
12. Pär Lindström, SWE, 54.29

200 m frisim

1. Martin Herrmann, FRG, 1.53.21
2. Emanuele Idini, ITA, 1.53.32
3. Mohammed Annad, FRA, 1.54.13
4. Douglas Gatland, ENG, 1.55.17
5. Axel Hickmann, FRG, 1.55.28
6. Philippe Miomandre, FRA, 1.55.75
7. Davide Bertolani, ITA, 1.56.28
8. Adolfo Coll, ESP, 1.56.81
9. Håkan Karlsson, SWE, 1.56.91
11 Mattias Hall, SWE, 1.57.02

400 m frisim

1. Laurent Journet, FRA, 3.59.21
2. Emanuele Idini, ITA, 4.00.56
3. Christophe Marchand, FRA, 4.00.63
4. Pacal Mnich, FRG, 4.01.47
5. Stephen Akers, ENG, 4.01.55
6. Chris-Carol Bremer, FRG, 4.02.55
7. Bruno Zorzan, ITA, 4.06.58
8. René Vinasco, SWE, 4.07.54
11 Magnus Rönnevall, SWE, 4.09.13

1500 m frisim

1. Christophe Marchand, FRA, 15.43.20
2. Benjamin Sanson, FRA, 15.44.63
3. Pascal Mnich, FRG, 15.49.99
4. Chris-Carol Bremer, FRG, 15.55.81
5. Stephen Akers, ENG, 15.55.98
6. Matteo Longo, ITA, 16.02.04
7. Hans Rosmark, SWE, 16.11.17
8. Martin van der Spoel, HOL, 16.23.04
11 Ola Strömberg, SWE, 16.39.01

4x100 m frisim

1. Sverige, SWE, 3.28.83
2. Västtyskland, FRG, 3.29.18
3. Frankrike, FRA, 3.30.73
4. Spanien, ESP, 3.32.20
5. Holland, HOL, 3.35.8
6. Italien, ITA, 3.35.83
7. Enland, ENG, 3.36.34

100 m ryggsim

1. Stefano Battistelli, ITA, 57.02
2. Carlos Ventosa, ESP, 58.26
3. Michael Masanelli, FRA, 58.44
4. Nicolas Dubreuil, FRA, 58.87
5. Sven Hackmann, FRG, 59.21
6. Claes Jonsson, SWE, 59.47
7. Peter Päriklo, SWE, 59.64
8. Frank Ter Brugge, HOL, 59.82

200 m ryggsim

1. Stefano Battistelli, ITA, 2.01.66
2. David Holderbach, FRA, 2.03.75
3. Bruno Dumas, FRA, 2.06.03
4. Carlos Ventosa, ESP, 2.06.44
5. Luca Bianchin, ITA, 2.06.83
6. Sven Hackmann, FRG, 2.07.55
7. Patrick Hermanspann, FRG, 2.08.91
8. Nicklas Håkansson, SWE, 2.09.64
9. Claes Jonsson, SWE, 2.10.32

100 m bröstsim

1. Christophe Bourdon, FRA, 1.05.42
2. Jan Palle, FRG, 1.05.68
3. Fabrizio de Cristofaro, ITA, 1.06.22
4. Jason Hender, ENG, 1.06.52
5. Joaquin Fernandez, ESP, 1.06.59
6. Fabrizio Civallero, ITA, 1.06.61
7. Jean Lionel Rey, FRA, 1.06.71
8. Etienne de Vadder, FRG, 1.07.33
10 Peter Karlsson, SWE, 1.07.54
13 Patrik Ström, SWE, 1.08.87

200 m bröstsim

1. Jean Lionel Rey, FRA, 2.19.62
2. Christophe Bourdon, FRA, 2.20.47
3. Joaquim Fernandez, ESP, 2.22.48
4. Fabrizio de Cristofaro, ITA, 2.24.23
5. Tomas Brinkhaus, FRG, 2.26.09
6. Jason Hender, ENG, 2.26.47
7. Fabrizio Civallero, ITA, 2.26.64
8. Stan Steegeling, HOL, 2.28.14
10 Tomas Andersson, SWE, 2.28.37
12 Peter Karlsson, SWE, 2.29.90

100 m fjärilsim

1. Martin Herrmann, FRG, 56.20
2. Casper van Dam, HOL, 56.44
3. Cesar Sanmartino, ESP, 56.51
4. Joakim Nyholm, SWE, 56.80
5. Flippo Scaramelli, ITA, 56.90
6. Franck Esposito, FRA, 56.97
7. Mats Rasmusson, SWE, 57.22
8. David Parker, ENG, 57.29

200 m medley

1. Stefano Battistelli, ITA, 2.04.13
2. Benjamin Sanson, FRA, 2.05.02
3. Patrick Hermanspann, FRG, 2.08.97
4. Bruno Dumas, FRA, 2.09.89
5. Joaquin Fernandez, ESP, 2.10.47
6. Sven Hackmaann, FRG, 2.11.08
7. Adolfo Coll, ESP, 2.11.73
8. Domenico Galeone, ITA, 2.11.74
10 Jonas Prellner, SWE, 2.11.98
11 Hans Jonsson, SWE, 2.12.93

400 m medley

1. Benjamin Sanson, FRA, 4.29.95
2. Laurent Journet, FRA, 4.31.21
3. Fabrizio de Cristofaro, ITA, 4.37.86
4. Andrea Palloni, ITA, 4.39.40
5. Patrick Hermanspann, FRG, 4.39.55
6. Joaquin Fernandez, ESP, 4.39.89
7. Michael Hooper, ENG, 4.40.89
8. Chris-Carol Bremer, FRG, 4.40.97
9. Torkel Årman, SWE, 4.42.29
11 Hans Jonsson, SWE, 4.42.77

Resultat med GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

8-Nationers, simning

Amersfoort, HOL, 25 - 26 mars 1989, 50 m

(Vi har provat ett nytt system för resultatredovisning vilket visas nedan. Därför visas 8-Nationers resultat på ett avvikande sätt mot tidigare).

1. 100 m backstroke girls
1 Sandra Volker, FRG, 1:04.41
2 Petrina Lessard, CAN, 1:06.05
3 Silvia Revelant, ITA, 1:06.07
4 Michelle Lischinsky, CAN, 1:07.10
5 Lara Bianconi, ITA, 1:07.35
6 Veronica Svensson, SWE, 1:07.66
7 Claudia Heinrichs, FRG, 1:07.77
8 Helen Mullins, ENG, 1:08.09
16 Camilla Johansson, SWE, 1:10.67

2. 100 m backstroke boys
1 Emanuele Merisi, ITA, 58.90
2 Robert Daigneault, CAN, 59.71
3 Daniel Lönnberg, SWE, 59.90
4 Florian Wenck, FRG, 1:00.39
5 Eric Rebourg, FRA, 1:00.50
6 Lars Kalenka, FRG, 1:00.51
7 Jorge Perez, ESP, 1:00.54
8 Austyn Shortman, ENG, 1:00.79
16 Kent Asp, SWE, 1:03.50

3. 400 meter freestyle girls
1 Manon Masseurs, HOL, 1:02.18 2:09.33 3:16.35 4:21.55
2 MaJa Krause, FRG, 1:03.41 2:10.09 3:16.96 4:21.62
3 Mara Data, ITA, 1:03.18 2:]0.00 3:18.40 4:24.92
4 Gillian Cook, ENG, 1:03.66 2:11.01 3:18.85 4:24.96
5 Giuliana Fiscon, ITA, 1:03.36 2:09.98 3:17.96 4:25.10
6 Uta Lunenschloss, FRG, 1:04.85 2:13.11 3:21.85 4:28.37
7 Debbie Salmon, ENG, 1:04.52 2:13.06 3:21.52 4:28.53
8 Christelle Clapies, FRA, 1:05.19 2:14.83 3:24.12 4:30.86
10 Ann-Sofie Jönsson, SWE, 1:04.97 2:14.46 3:22.70 4:31.24
14 Anna Söderström, SWE, 1:03.46 2:12.60 3:23.30 4:33.99 3:26.38 4:36.76

4. 400 m freestyle boys
1 Christian Robinson, ENG, 59.40 2:02.04 3:04.97 4:04.11
2 Benoit Gourves, FRA, 59.90 2:01.46 3:03.67 4:04.27
3 Steven Mellor, ENG, 59.71 2:02.84 3:05.38 4:05.14
4 David Chisholm, CAN, 58.85 2:01.40 3:04.12 4:05.22
5 Stephan Bahr, FRG, 59.31 2:01.80 3:04.32 4:05.72
6 Frederic Fabron, FRA, 59.91 2:03.24 3:06.16 4:06.23
7 Almar v.d. Meer, HOL, 59.69 2:02.69 3:05.60 4:06.88
8 Javier Baeza, ESP, 59.84 2:03.41 3:06.37 4:06.95
13 Pär Helgesson, SWE, 59,19 2:02.62 3:06.97 4:10.33
14 Björn Möller, SWE, 1:00.76 2:03.48 3:07.22 4:10.65

5. 100 meter butterfly girls
1 Anita de Hoop, HOL,1:04.40
2 Jayne Dowling, ENG, 1:05.02
3 Zoe Harrison, ENG, 1:05.03
4 Jacynthe Pineau, CAN, 1:05.61
5 Christina Öhlund, SWE, 1:05.96
6 Elisabetta Natali, ITA, 1:06.09
7 Elisabetta Cernigoi, ITA, 1:06.26
8 Elisabeth Martin, FRA, 1:06.30
15 Veronica Svensson, SWE, 1:08.2

6. 100 meter butterfly boys
1 Roger Font, ESP, 57.97
2 Olivier Corpel, FRA, 58.06
3 Trevor Johnsen, CAN, 58.29
4 Jurgen Langfeldt, FRG, 58.34
5 Dave Block, CAN, 58.45
6 Nicola Pau, ITA, 58.92
7 Ola Söderholm, SWE, 59.12
8 Joaquin Alvarez, ESP, 59.22
12 Mikael Alpfors, SWE, 59.59

7. 200 meter individual medley girls
1 Alexandra Hanel, FRG, 1:10.06 2:22.42
2 Jayne Dowling, ENG, 1:08.26 2:23.16
3 Joanne Malar, CAN, 1 :07.99 2:23.34
4 Lara Bianconi, ITA, 1:08.21 2:23.92
5 Ulrika Jardfelt, SWE, 1:07.80 2:24.17
6 Christiana Giordano, ITA, 1:09.87 2:24.25
7 Lucy Findlay, ENG, 1:11.02 2:24.91
8 Thanh Thao Phan Tan, FRG, 1:10.73 2:26.73
12 Veronica Svensson, SWE, 1:11 .02 2:28.80

8. 200 meter individual medley boys
1 Christian Keller, FRG, 1:00.01 2:08.75
2 Emanuele Merisi, ITA, 1:00.26 2:08.92
3 Curtis Myden, CAN, 1:00.91 2:09.35
4 Magnus Weighton, ENG, 1:02.79 2:10.38
5 Jasen Pratt, CAN, 1:01.95 2:10.51
6 Daniel Lönnberg, SWE, 1:02.60 2:12.19
7 Paul Pederzolli, ENG, 1:03.02 2:12.29
8 Bert-Ola Eriksson, SWE, 1:02.55 2:12.47

9. 4x100 meter freestyle relay girls
1 Sverige, SWE, 1:00.09 1:59.20 2:58.87 3:58.04
2 Kanada, CAN, 1:00.95 2:00.74 3:01.54 3:59.21
3 Holland, HOL, 1 :00.35 2:01.50 3:01.88 3:59.57
4 Italien, ITA, 1:00.47 2:00.69 3:01.25 4:00.06
5 Västtyskland, FRG, 1:00.73 2:00.15 3:00.23 4:00.13
6 England, ENG, 1:00.64 2:00.75 3:00.54 4:00.15
7 Frankrike, FRA, 1:00.41 2:01.52 3:01.81 4:02.38
8 Spanien, ESP, 1:00.65 2:04.51 3:07.66 4:09.84

10. 4x100 meter freestyle relay boys
1 Västtyskland, FRG, 53.17 1:46.11 2:39.34 3:32.60
2 Kanada, CAN, 53.20 1:45.15 2:39.18 3:32.76
3 Sverige, SWE, 5318 1:46.76 2:39.64 3:33.06
4 England, ENG, 54.24 1:47.53 2:42.12 3:34.79
5 Spanien, ESP, 54.33 1:48.20 2:41.94 3:36.24
6 Frankrike, FRA, 54.34 1:48.59 2:42.74 3:37.06
7 Italien, ITA, 54.33 1:48.12 2:42.99 3:37.39
8 Holland, HOL, 54.81 1:49.84 2:44.23 3:37.46

RESULTS OF THE FIRST DAY
1 FRG 197
2 CAN 194
3 ENG 188
4 ITA 175
5 SWE 150
6 FRA 128
7 HOL 118
8 ESP 104

11. 800 meter freestyle girls
1 Maja Krause, FRG,]:04.24 2:11.61 3:]9.48 4:27.63 5:36.29 6:45.12 7:54.33 9:01.73
2 Giuliana Fiscon, ITA, 1:06.23 2:14.85 3:22.75 4:31.42 5:40.05 6:48.90 7:57.46 9:03.99
3 Mara Data, ITA, 1:02.77 2:11.31 3:20.83 4:30.40 5:40.02 6:50.16 8:00.16 9:06.41
4 Gillian Cook, ENG, 1:04.88 2:12.95 3:21.70 4:31.09 5:40.51 6:50.32 7:59.50 9:06.81
5 Uta Lunenschloss, FRG, 1:07.14 2:17.58 3:27.54 4:37.64 5:47.16 6:56.90 8:06.04 9:12.80
6 Samantha Foggo, ENG, 1:04.51 2:14,03 3:24.46 4:34.72 5:45.07 6:55.25 8:05.27 9:14.10
7 Ann-Sofie Jönsson, SWE, 1:07.69 2:18.73 3:29.71 4:39.66 5:48.63 6:57.92 8:07.20 9:15.37
8 ShelbyMerritt, CAN, 1:06.79 2:16.56 3:26.26 4:36.19 5:46.47 6:56.97 8:07.78 9:18.52
1O Anette Lindbom, SWE, 1:06.92 2:17.69 3:29.34 4:41.50 5:53.45 7:05.40 8:17.21 9:26.58

12. 200 meter freestyle boys
1 Christian Seller, FRG, 55.86 1:54.40
2 Christian Thumser, FRG, 57.07 1:56.13
3 Emanuele Merisi, ITA, 57.10 1 :56.20
4 Pär Helgeson, SWE, 57.90 1 :56.78
5 Javier Baeza, ESP,56.78 1:56.96
6 Giangiacomo Ciutto, ITA, 57.04 1:56.98
7 Fredrik Letzler, SWE, 57.67 1:57.08
8 Christian Robinson, ENG, 57.29 1:57.15

13. 100 meter freestyle girls
1 Petrina Lessard,CAN, 57.62
2 Manon Masseurs, HOL, 58.43
3 Elisabetta Cernigio, ITA, 58.59
4 Ilaria Sciorelli, ITA, 59.01
5 Brenda Starink, HOL, 59.78
6 Marie Laure Sarrailh, FRA, 1:00.04
7 Jill Lakusiak, CAN, 1:00.47
8 Christelle Clapies, FRA, 1:00.53
11 Malin Ulveklint, SWE, 1:00.75
13 Anna Södersttom, SWE, 1:00.99

14. 100 meter breaststroke boys
1 Francesco Postiglione, ITA, 1:04.98
2 Marko van Brummelen, HOL, 1 :05.87
3 Vladimir Latocha, FRA, 1:06.40
4 Thomas Gluck, FRG, 1:07.13
5 Andrew Trussler, CAN, 1:07.48
6 Richard Maden, ENG, 1 :07.58
7 Michael Lamothe, CAN, 1 :08.37
8 Ian Swift, ENG, 1:08.65
10 Andreas Hellgren, SWE, 1:08.76
15 Mikael Alpfors, SWE, 1:09.97

15. 200 meter breaststroke girls
] Alexandra Hanel, FRG, 1:14.81 2:34.71
2 Cristiana Giordano, ITA, 1:16.64 2:38.38
3 Kristel Tellegen, HOL, 1:16.49 2:41,84
4 Robert Vacchetta, ITA, 1:18.59 2:42.33
5 Hazel Alder, ENG, 1:17.95 2:43.14
6 Louise Karlsson, SWE, 1:17.77 2:43.57
7 Meritxell Prat ESP, 1:20.09 2:44.65
8 Kelly Kaye, CAN, 1:18.68 2:44.67
11 Johanna Karlsson, SWE, 1:19.74 2:46.49

16. 200 meter backstroke boys
1 Lars Kalenka, FRG, 1:01.13 2:06.27
2 Emanuele Merisi, ITA, 1:02.24 2:06.46
3 Eric Rebourg, FRA, 1:02.66 2:08.55
4 Jorge Perez, ESP, 1:03.21 2:08.91
5 Florian Wenck, FRG, 1:02.45 2:09.15
6 Ian Clayton, ENG, 1:02.97 2:09.36
7 Matthew Adams, CAN, 1:04.47 2:11.84
8 Daniel Lönnberg, SWE, 1:03.45 2:12.18
14 Kent Asp, SWE, 1:06.46 2:17.07

17. 200 meter butterfly girls
1 Anita de Hoop, HOL, 1:06.78 2:18.55
2 Myriam Amadori, ITA, 1:06.64 2:19.93
3 Kathryn Kimber, CAN, 1:06.53 2:20.69
4 Maja Krause, FRG, 1:08.68 2:22.01
5 Elizabeth Martin, FRA, 1:09.04 2:23.30
6 Antonella Zizzamia, ITA, 1:08.72 2:23,59
7 Karina Kjaerulff, ESP,]:09.09 2:23.59
8 Chantal Harrison, CAN, 1:07.58 2:23.70
9 Christina Öhlund, SWE, 1:07.65 2:24.96
10 Veronica Svensson, SWE, 1:08.85 2:25.07

18. 400 meter individual medley boys
1 Stephen Baird, CAN, 1:03.03 2:16.10 3:33.75 4:37.43
2 Christian Keller, FRG, 1:01.83 2:13.22 3:35.31 4:39.17
3 Jorge Perez, ESP, 1:04.53 2:14.86 3:38.29 4:41.66
4 Cristophe Tardoti, FRA, 1:05.23 2:17.17 3:38.13 4:42,75
5 Pascal Maigret, FRA, 1:04.55 2:17.81 3:39.85 4:43.81
6 Mauro Ciafrei, ITA, 1:03.58 2:15.08 3:38.36 4:44.76
7 Björn Möller, SWE, 1:05.49 2:19.99 3:42.01 4:45.42
8 Ben Rees, ENG, 1:04.03 2:18.55 3:40.50 4:45.53
DIS Bert-Ola Eriksson, SWE, 1:03.55

19. 4x200 meter freestyle relay girls
1 ITA, 1:02.86 2:10.07 3:12.06 4:19.24 5:21.09 6:27.88 7:30.09 8:36.79
2 HOL, 1:03.94 2:12.74 3:15.21 4:22.70 5:27.15 6:32.71 7:33.07 8:38.74
3 ENG, 1:02.05 2:09.34 3:12.59 4:18.04 5:19.45 6:28.10 7:30.29 8:39.27

4 FRG, 1:02.70 2:08.22 3:11.06 4:18.88 5:22.54 6:32.24 7:35.38 8:41.48
5 CAN, 1:02.98 2:13.06 3::5.92 4:23.89 5:27.47 6:37.23 7:37.65 8:42.78
6 SWE, 1:02.93 2:10.34 3:14.08 4:22.80 5:27.46 6:35.84 7:40.46 8:50.32
7 ESP, 1:04.23 2:11.93 3:16.33 4:25.28 5:29.63 6:38.79 7:42.52 8:53.46
8 FRA, 1:03.33 2:09.94 3:16.19 4:28.44 5:34.07 6:42.13 7:47.90 8:57.98

20. 4x100 meter medley relay boys
1 ITA, 59.68 2:05.24 3:93.27 3:57.04
2 FRG, 1:00.92 2:07.39 3:05.14 3:58.17
3 FRA, 1:00.45 2:07.01 3:04.61 3:58.25
4 CAN, 1:01.20, 2:08.99 3:06.68 3:59.03
5 SWE, l:00.31 2:08.71 3:07.11 3:59.53
6 HOL, 1:01.56 2:07.38 3:07.54 4:00.83
7 ESP, 1:00.92 2:10.71 3:09.19 4:01.96
DIS ENG

RESULTS OF THE SECOND PART
1 ITA 402
2 FRG 389
3 CAN 351
4 ENG 337
5 SWE 267
6 FRA 266
7 HOL 249
8 ESP 209

21. 1500 meter freestyle boys
1 Benoit Gourves, FRA, 1:02.55 2:06.87 3.11.60 4:16.08
5:20.43 6:23.98 7:27.41 8:31.21
9:35.27 10:39.38 11:43.07 12:47.27
13:51.51 14:55.17 15:56.94
2 Bill Lomax, CAN, 1:02.55 2:06.74 3:11.04 4:15.67
5:19.50 6:23.87 7:28.47 8:32.85
9:36.77 10:40.95 1]:44.89]2:49.05
13:53.29]4:57.50 15:59.26
3 Lars Kalenka, FRG, 1:01.95 2:07.08 3:12.18 4:16.79
5:21,55 6:25.98 7:30.56 8:34.72
9:38.25 10:41.86 11:45.44 12:49.24
13:53.34 14:57.50 15:59.95
4 Steven Mellor, ENG, 1:01.08 2:05.79 3:10.45 4:15.77
5:20.39 6:24.84 7:29.39 8:33.66
9:37.60 10:42.00 11:46.25 12:51.51
13:57.36 15:02.89 16:05.60
5 Stephan Bahr, FRG, 1:01.58 2:05.69 3:10.23 4:15.75
5:20.69 6:25.47 7:30.40 8:35.74
9:41.02 10:46.38 11:51.69 12:56.91
l4;Ol.34 15:05.41 16:06.14
6 Frederic Fabron, FRA, 1:03.23 2:09.17 3:14.98 4:20.27
5:25.70 6:30.83 7:36,81 8:43.00
9:48.83 10:54.37 :1:58.87 13:03.97
14:08.79 15:13.79 16:15.45
7 Philip Stackhouse, ENG, 1:02.80 2:08.36 3:14.07 4:18.63
5:23.72 6:28.04 7:33.29 8:38.24
9:43.67 10:49.41 11:55.03 13:00.76
14:07.09 15:12.92 16:15.55
8 Serhi Roure, ESP, 1:03.14 2:07,82 3:12.57 4:18.06
5:23.28 6:29.47 7:35.23 8:40.93
9:46.81 10:53.02 11:58.64 13:04.10
14:10.09 15:16.25 16:21.14
9 Björn Möller, SWE, 1:04.16 2:09.56 3:15.30 4:20.67
5:25.77 6:31.03 7:36.74 8:42.64
9:48.50 10:54.97 12:00.96 13:06.99
14:13.47 15:20.38 16:24.76
14 Joaim Adolfsson, SWE, 1:01.67 2:06.96 3:13.89 4:20.73
5:28.12 6:35.70 7:43.81 8:52.05
9:59.97 11:08.31 12:16.59 13:24.91
14:32.68 15:39.07 16:48.64

22. 200 meter freestyle girls
1 Petrina Lessard, CAN, 1:01.39 2:04.88
2 Manon Masseurs, HOL, 1:01.19 2:06.77
3 Uta Lunenschloss, FRG, 1:02.92 2:08.14
4 Elisabetta Cernigoi, ITA, 1:02.54 2:08.46
5 Debbie Salmon, ENG, 1:03.16 2:08.81
6 Christelle Clapies, FRA, 1:02.76 2:08.89
7 Maja Krauze, FRG, 1:03.68 2:08.93
8 Mara Data, ITA, 1:03.21 2:09.16
12 Christina Öhlund, SWE, 1:03.63 2:11.27
14 Anna Söderström, SWE, 1:04.66 2:]2.18

23. 100 meter freestyle boys
1 Fredrik Letzler, SWE, 52.89
2 Austyn Shortman, ENG, 53.05
3 Christian Thumser, FRG, 53.11
4 Jason Lukeman, CAN, 53.26
5 Pär Helgesson, SWE, 53.39
6 Jurgen Langfeldt, FRG, 53.43
7 Mique] Munoz, ESP, 53.52
8 Dean Kondziolka, CAN, 53.54

24. 100 meter breaststroke girls
1 Alexandra Hanel, FRG, 1:11.93
2 Cristiana Giordano, ITA, 1:14.33
3 Hazel Alder, ENG, 1:14.68
4 Kristel Tellegen, HOL, 1:14.82
5 Meritxell Prat, ESP, 1:15.19
6 Louise Karlsson, SWE, 1:15.37
7 Audrey Guery, FRA, 1:16.18
8 Johanna Karlsson, SWE, 1:16.24

25. 200 meter breaststroke boys
1 Frarkcesco Postiglione, ITA, 1:08.74 2:20.32
2 Andrew Trussler, CAN, 1:09.89 2:22.00
3 Geert Donkers, HOL, 1:10.07 2:25.35
4 Michael Lamothe, CAN, 1:11.89 2:26.41
5 Thomas Gluck, FRG, 1:11.03 2:27.24
6 Marco v. Brummelen, HOL, 1:12.75 2:27.51
7 Vladimir Latocha, FRA, 1:12.26 2:27.61
8 Oliver Gelies, FRA, 1:10.58 2:27.77
13 Bert-Ola Eriksson, SWE, 1:10.91 2:30.43
15 Niklas Boman, SWE, 1:11.21 2:33.54

26. 200 meter backstroke girls
1 Sandra Volker, FRG, 1:06.59 2:18.39
2 Lara Bianconi, ITA, 1:09.28 2:22.83
3 Mona von Moller, FRG, 1:09.42 2:23.48
4 Joanne Malar, CAN, 1:09.88 2:24.89
5 Michelle Lischinsky, CAN, 1:10.55 2:24.93
6 Iris Westrik, HOL, 1:10.29 2:24.97
7 Helen Mullins, ENG, 1:10.48 2:25.24
8 Teresa Trueba, ESP, 1:11.12 2:26.40
10 Veronica Svensson, SWE, 1:12.97 2:27.26
l5 Camilla Johansson, SWE,1:14.36 2:31.38

27. 200 meter butterfly boys
1 Xavier Agullar, ESP, 1:00.61 2:05.61
2 Christian Robinson, ENG, 1:00.98 2:05.92
3 Christian Keiler, FRG, 1:00.75 2:06.13
4 Olivier Corpel, FRA, 1:01.42 2:06.54
5 Dave Block, CAN, 1:01.36 2:06.68
6 Roger Font, ESP, 1:02.84 2:08.05
7 Robbie McFarlane, CAN, 1:01.14 2:08.74
8 Mauro Ciafrei, ITA, 1:02.26 2:09.12
9 Anders Forvass, SWE, 1:01.33 2:99.78
11 Ola Söderholm, SWE, 1:02.07 2:11.34

28. 400 meter individual medley girls
1 Joanne Malar, CAN, 1:09.25 2:25.77 3:53.38 5:01.62
2 Lucy Findlay, ENG, 1:09.49 2:29.89 3:56.90 5:04.72
3 Audrey Bollejeon, FRA, 1:11.28 2:28.92 3:56.39 5:05.60
4 Ulrika Jardfeldt, SWE, 1:10.99 2:28.76 3:57.82 5:06.11
5 Christiana Giordano, ITA, 1:11.97 2:32.28 3:56.86 5:06.17
6 Antonella Zizzamia, ITA, 1:09.26 2:28.78 4:01.13 5:06.56
7 Leanne Wilkinson, CAN, 1:07.01 2:26.05 3:58.77 5:07.45
8 Jayne Dowling, ENG, 1:07.96 2:29.24 3:58.10 5:08.06
12 Ann-Sofie Jonsson, SWE, 1:11.43 2:35.60 4:06.77 5:14.48

29. 4x200 meter freestyle relay boys
1 FRG, 57.63 1:56.69 2:54.45 3:54.62 4:52.20 5:52.70 6:48.03 7:47.06
2 CAN, 58.31 1:59.26 2:56.88 3:57.34 4:54.16 5:55.46 6:51.85 7:51.54
3 ENG, 58.28 1:58.72 2:56.08 3:59.29 4:54.80 5:56.35 6:52.56 7:51.92
4 ITA, 57.16 1:56.22 2:54.43 3:56.34 4:53.56 5:55.89 6:51.49 7:51.96
5 FRA, 58.48 1:59.22 2:56.44 3:56.94 4:54.69 5:55.54 6:51.78 7:53.67
6 SWE, 57.84 1:57.90 2:55.35 3:57.56 4:54.75 6:52.21 7:54.49
7 HOL, 58.59 1:57.89 2:55.90 3:56.86 4:54.88 5:55.91 6:54.01 7:56.40
8 ESP, 58.30 2:01.24 2:58.37 3:58.89 4:58.63 5:58.76 6:56.25 7:58.94

30. 4x100 meter medley relay girls
1 FRG, 1:04.19 2:17.23 3:24.30 4:24.33
2 ITA, 1:06.20 2:20.82 3:27.07 4:25.54
3 CAN, 1:07.40 2:23.40 3:29.09 4:26.82
4 ENG, 1:08.23 2:23.52 3:28.06 4:28.00
5 HOL, 1:08.76 2:23.83 3:30.05 4:28.74
6 ESP, 1:10.21 2:25.63 3:32.70 4:33.36
7 FRA, 1:08.65 2:27.60 3:35.12 4:34.86
DIS SWE, 1:08.41 2:23.37

RESULTS OF THE THIRD PART
1 FRG, 599
2 CAN, 562
3 ITA, 558
4 ENG, 517
5 FRA, 405
6 SWE, 388
7 HOL, 354
8 ESP, 339

— — — *Resultat med GOLDEN CUP* — — —

Konstsim

Nordiska Juniorlandskampen

Nya Gustavsvik, Örebro, 4 - 5 mars 1989

Solo, final

1. Sara Lindholm,	SWE,	71.33+79.87,	151.20
2. Karin Lobenius,	SWE,	69.15+78.20,	147.35
3. Susanne Vakkerm	DEN,	59.10+68.67,	127.77
4. Karoline Simonsen,	NOR,	55.42+61.67,	117.09
5. Malene Sörensen,	DEN,	53.97+61.53,	115.50
6. Solveig Hansen,	NOR,	54.77+58.53,	113.30

Par, final

1. Sverige 1, SWE, Anna Claesson/Karin Lobenius, 68.93+78.07,	147.00
2. Sverige 2, SWE, Elle Sölver/Maria Paavo, 61.83+73.13,	134.96
3. Norge 1, NOR, Karoline Simonsen/Nina Edvardsen, 54.58+67.47,	122.05
4. Danmark, DEN, Susanne Vakker/Tina Sörensen, 55.35+64.13,	119.48
5. Norge 2, NOR, Solveig Hansen/Karianne Balstad, 53.40+62.53,	115.93

Resultat med GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

RIKSTÄVLINGEN I SIMHOPP 1988-89,
DELTÄVLING II

Klass D Yngre, flickor

1.	Sofia Wiktorsson	-78,	Jönköpings SS,	28,5
2.	Annelie Brolinson	-78,	Karlstads SS,	23,0
2.	Stina Dahlgren	-78,	ÖSA,	23,0
4.	Charlotte Lelis	-79,	Malmö S,	22,5
5.	Karolina Lelis	-78,	Malmö S,	22,0
6.	Jenny Granat	-78,	Hellas,	21,5
7.	Rebecca Hellqvist	-78,	Jönköpings SS,	21,0
7.	Charlotte Olsson	-79,	Karlstads SS,	21,0
7.	Åsa Persson	-78,	SK Neptun,	21,0
10.	Veronica Eldh	-78,	Malmö S	20,5
11.	Tove Andersson	-78,	Karlstads SS,	19,5
12.	Maria Ericsson	-80,	Jönköpings SS,	18,5
12.	Anna Lindberg	-81,	Karlskoga SF,	18,5
12.	Linda Olsson	-78,	Karlskoga SF,	18,5
15.	Emma Otter	-78,	Karlskoga SF,	18,0

Klass D Yngre, pojkar

1.	Erik Nilson	-78,	SPIF,	24,5
2.	Kristian Knutsson	-78,	SPIF,	23,5
2.	Emil Östlin	-79,	Jönköpings SS,	23,5
4.	Linus Larsson	-79,	Sandvikens SoHK	21,0
5.	Peter Ekström	-78,	SK Neptun,	19,5
6.	Albert Högberg	-78,	SK Neptun,	19,0
7.	Robert Andersson	-78,	Karlskoga SF,	18,5
7.	Gustav Hjärtmyr	-79,	ÖSA,	18,5
7.	Christofer Jardebark	-78,	Lödde SK,	18,5
10.	Richard Tufvasson	-78,	Hellas,	18,0
11.	Kristian Blom	-78,	Jönköpings SS,	17,0
11.	Timo Engström	-78,	Malmö S,	17,0
13.	Noa Fridmark	-79,	Hellas,	13,5
14.	Ludde Högström	-78,	SK Neptun,	12,5
15.	Per Isaksson	-78,	Karlskoga SF,	12,0

Klass D Äldre, flickor

1.	Susanne Roman	-75,	SPIF,	26,0
2.	Erika Larsson	-76,	Jönköpings SS,	25,5
2.	Helena Österlund	-75,	SPIF,	25,5
4.	Kristin Broberg	-77,	SK Neptun,	24,5
4.	Anne Häggsjö	-74,	SPIF,	24,5
6.	Minette Vesa	-75,	Karlskoga SF,	24,0
7.	Moni Gustafsson	-77,	Jönköpings SS,	23,5
7.	Petra Götell	-74,	ÖSA,	23,5
7.	Mikaela Kogler	-68,	ÖSA,	23,5
10.	Linda Grann	-76,	Jönköpings SS,	22,3
11.	Anna Falk	-75,	Jönköpings SS,	21,0
11.	Hanna Nygren	-74,	SK Neptun,	21,0
13.	Greta Hause	-74,	ÖSA,	20,5
13.	Mia Olestig	-77,	Karlstads SS,	20,5
15.	Emilie Bondesson	-76,	Malmö S,	20,0
15.	Jenny Wettergren	-77,	Hellas,	20,0
15.	Sara Wetterholm	-77,	Hellas,	20,0
18.	Cecilia Sundström	-76,	ÖSA,	19,5
19.	Margareta Drufhagel Olsson	-75,	ÖSA,	19,0
20.	Charlotte Wennolf	-77,	Lödde SK,	18,0
21.	Louise Lentinsen	-75,	SK Neptun,	17,5
21.	Anna-Karin Rickardsson	-75,	ÖSA,	17,5
23.	Susanna Sundman	-76,	Malmö S,	15,0
24.	Sofia Ericsson	77,	Jönköpings SS,	14,0

Klass D Äldre, pojkar

1.	Peter Dahlström	-76,	SPIF,	25,5
2.	Christian Wollmar	-77,	Hellas,	25,0
3.	Christofer Dandelo	-77,	Malmö S,	24,0
4.	Bunmi Fromberg	-77,	Malmö S,	23,5
5.	Samuel Ekeberg	-75,	Jönköpings SS,	22,5
5.	Anders Forsberg	-76,	Lödde SK,	22,5
7.	Kristoffer Ekelund	-77,	Hellas,	22,0
8.	Daniel Ruseborn	-76,	SPIF,	21,0
8.	Henrik Sundstrand	-75,	Jönköpings SS,	21,0
10.	Jonas Davidsson	-77,		20,0
11.	Mikael Jivemo	-77,	ÖSA,	19,5
12.	Joakim Berggren	-77,	SPIF,	19,0
13.	Andreas Josefsson	-76,	Jönköpings SS,	18,5
13.	Björn Svensby	-77,	Jönköpings SS,	18,5
15.	Fredrik Haglund	-77,	ÖSA,	17,5
16.	Martin Norlander	-76,	Jönköpings SS,	17,0
17.	Jonny Oskarsson	-74,	Karlskoga SF,	16,0
17.	Daniel Strömblad	-76,	SPIF,	16,0
19.	Lucas Barrera	-76,	SPIF,	15,5
20.	Daniel Schön	-75,	ÖSA,	15,0
21.	Magnus Olsson	-71,	Karlskoga SF,	14,5

Klass C
Svikthopp, flickor

1.	Kristel Jonsson	-76,	Karlskoga SF,	92,85
2.	Elin Tjernström	-78,	Karlskoga SF,	91,15
3.	Linda Ericsson	-76,	ÖSA,	84,15
4.	Marina Fjellheim	-73,	Karlstads SS,	84,05
5.	Karin Linderholm	-76,	ÖSA,	82,20
6.	Pia Lyrholt	-76,	ÖSA,	80,85
7.	Tina Westberg	-72,	Malmö S,	79,80
8.	Mona Bolin	-75,	SPIF,	79,65
9.	Eva-Lotta Karlsson	-73,	ÖSA,	76,20
10.	Elise Wallberg	-75,	ÖSA,	75,90
11.	Martina Tillberg	-75,	SPIF,	73,35
12.	Mette Eliasson	-77,	Malmö S,	72,75
13.	Lisa Tegesjö	-74,	Hellas,	51,15

Höga hopp, flickor

1.	Elin Tjernström	-78,	Karlskoga SF,	86,40
2.	Kristel Jonsson	-76,	Karlskoga SF,	76,80
3.	Elise Wallberg	-75,	ÖSA,	75,90
4.	Marina Fjellheim	-73,	Karlstads SS,	72,75
5.	Eva-Lotta Karlsson	-73,	ÖSA,	68,85
6.	Pia Lyrholt	-76,	ÖSA,	65,55
7.	Linda Ericsson	-76,	ÖSA,	63,90
8.	Martina Tillberg	-75,	SPIF,	54,45
9.	Mona Bolin	-75,	SPIF,	53,55
10.	Lisa Tegesjö	-74,	Hellas,	40,65
11.	Karin Linderholm	-76,	ÖSA,	37,95

Kombination, flickor

1.	Elin Tjernström	-78,	Karlskoga SF,	177,55
2.	Kristel Jonsson	-76,	Karlskoga SF,	169,65
3.	Marina Fjellheim	-73,	Karlstads SS,	156,80
4.	Elise Wallberg	-79,	ÖSA,	151,80
5.	Linda Ericsson	-76,	ÖSA,	148,05
6.	Pia Lyrholt	-76,	ÖSA,	146,40
7.	Eva-Lotta Karlsson	-73,	ÖSA,	145,05
8.	Mona Bolin	-75,	SPIF,	133,20
9.	Martina Tillberg	-75,	SPIF,	127,80
10.	Karin Linderholm	-76,	ÖSA,	120,15
11.	Lisa Tegesjö	-74,	Hellas,	91,80

Svikthopp, pojkar

1.	Joakim Piejko	-74,	Jönköpings SS,	79,05
2.	Ola Elander	-76,	Karlstads SS,	73,35
3.	Simon Chrisander	-78,	Malmö S,	65,40
4.	Rikard Alvin	-79,	Malmö S,	57,55
5.	Rikard Nilsson	-74,	SPIF, Malmö S,	57,00
6.	David Andersson	-77,	Hellas,	55,50
7.	Klas Östberg -	75,	Sandvikens SoHK,	48,75

Höga hopp, pojkar

1.	Joakim Piejko	-74,	Jönköpings SS,	79,65
2.	Ola Elander	-76,	Karlstads SS,	62,40
3.	Mattias Carlsson	-76,	SK Neptun,	61,95
4.	Rikard Nilsson	-74,	SPIF,	54,90
5.	Klas Östberg -	75,	Sandvikens SoHK,	48,00

Kombination, pojkar

1.	Joakim Piejko	-74,	Jönköpings SS,	158,70
2.	Ola Elander	-76,	Karlstads SS,	135,75
3.	Rikard Nilsson	-74,	SPIF,	111,90
4.	Klas Östberg -	75,	Sandvikens SoHK,	96,75

Klass B
Svikthopp, flickor

1.	Emma Hjalmarson	-74,	Karlskoga SF,	158,85
2.	Jenny Lindström	-74,	Karlskoga SF,	158,40
3.	Maria Lund	-75,	SPIF,	157,50
4.	Ingela Wullrich	-75,	Jönköpings SS,	151,35

Forts. sid 42

5.	Ylva Sahlman	-75,	Malmö S,	146,70
6.	Christina Lilja	-74,	Jönköpings SS,	146,40
7.	Maria Andersson	-72,	SPIF,	140,55
8.	Ulla-Karin Rydén,	-73,	Karlskoga SF,	139,20
9.	Ingela Lindberg,	-73,	Karlskoga SF,	134,10
10.	Heléne Bremås	-74,	SPIF,	133,80
11.	Sofia Berggren	-75,	Hellas,	117,60
12.	Åsa Olsson	-75,	Karlskoga SF,	115,80

Höga hopp, flickor

1.	Christina Lilja	-74,	Jönköpings SS,	138,30
2.	Ingela Wullrich	-75,	Jönköpings SS,	134,70
3.	Maria Lund	-75,	SPIF,	123,45
4.	Emma Hjalmarson	-74,	Karlskoga SF,	123,30
5.	Jenny Lindström	-74,	Karlskoga SF,	122,85
6.	Ingela Lindberg	-73,	Karlskoga SF,	119,70
7.	Åsa Olsson	-75,	Karlskoga SF,	114,15
8.	Maria Andersson	-72,	SPIF,	111,45
9.	Ulla-Karin Rydén	-73,	Karlskoga SF,	111,30
10.	Heléne Bremås	-74,	SPIF,	101,70
11.	Cecilia Östberg	-73,	SPIF,	93,75

Kombination, flickor

1.	Ingela Wüllrich	-75,	Jönköpings SS,	286,05
2.	Christina Lilja	-74,	Jönköpings SS,	284,70
3.	Emma Hjalmarson	-74,	Karlskoga SF,	282,15
4.	Jenny Lindström	-74,	Karlskoga SF,	281,25
5.	Maria Lund	-75,	SPIF,	280,95
6.	Ingela Lindberg	-73,	Karlskoga SF,	253,80
7.	Maria Andersson	-72,	SPIF,	252,00
8.	Ulla-Karin Rydén	-73,	Karlskoga SF,	250,50
9.	Heléne Bremås	-74,	SPIF,	235,50
10.	Åsa Olsson -	73,	Karlskoga SF,	229,95

Svikthopp, pojkar

1.	Stefan Lindahl	-74,	Hellas,	182,55
2.	Peter Orban	-76,	Malmö S,	178,20
3.	Peter Lindgren	-75,	SK Neptun,	159,00
4.	Pär Ericsson	-74,	ÖSA,	155,55

Höga hopp, pojkar

1.	Stefan Lindahl	-74,	Hellas,	154.05
2.	Peter Lindgren	-75,	SK Neptun,	117,75
3.	Pär Ericsson	-74,	ÖSA,	94,50

Kombination, pojkar

1.	Stefan Lindahl	-74,	Hellas,	336,60
2.	Peter Lindgren	-75,	SK Neptun,	276,75
3.	Pär Ericsson	-74,	ÖSA,	250,05

Klass A
Svikthopp, flickor

1.	Josefine Askagården	-72,	Malmö S,	298,35
2.	Gunilla Milstam	-73,	Malmö S,	211,80
3.	Linda Hammarbäck	-73,	Karlskoga SF,	211,65
4.	Maria Einarsson	-72,	Karlskoga SF,	200,55
5.	Helena Zachrisson	-71,	Karlskoga SF,	178,80

Höga hopp, flickor

1.	Helena Zachrisson	-71,	Karlskoga SF,	187,50
2.	Maria Einarsson	-72,	Karlskoga SF,	168,90
3.	Linda Hammarbäck	-73,	Karlskoga SF,	56,00

Kombination, flickor

1.	Maria Einarsson	-72,	Karlskoga SF,	369,45
2.	Linda Hammarbäck	-73,	Karlskoga SF,	367,65
3.	Helena Zachrisson	-71,	Karlskoga SF,	366,30

Svikthopp, pojkar

1.	Oskar Brunlid	-72,	Malmö S,	328,65
2.	Matts Martinsson	-72,	Malmö S,	314,75
3.	Mikael Orban	-73,	Malmö S,	300,15
4.	Hong On	-71,	Malmö S,	281,85
5.	Jon Pierrou	-73,	Sandvikens SoHK,	174,79
6.	Erik Timne	-72,	Sandvikens SoHK,	114,00

Höga hopp, pojkar

1.	Oskar Brunlid	-72,	Malmö S,	297,70
2.	Mikael Orban	-73,	Malmö S,	264,00
3.	Jon Pierrou	-73,	Sandvikens SoHK,	177,95
4.	Erik Timne	-72,	Sandvikens SoHK,	160,65

Kombination, pojkar

1.	Oskar Brunlid	-72,	Malmö S,	626,35
2.	Mikael Orban	-73,	Malmö S,	564,15
3.	Jon Pierrou	-73,	Sandvikens SoHK,	353,70
4.	Erik Timne	-72,	Sandvikens SoHK,	274,65

SVENSKA MASTERSREKORD

SATTA VID MASTERS VM I BRISBANE, AUSTRALIEN OKTOBER 1988

50 m fritt, damer
36.04, Kerstin Gjöres, klass 60-64, placering 2:a
50 m fritt, herrar
27.50, Peter Bergengren, klass 45-49, placering 3:a
29.88, Lennart Brock, klass 55-59, placering 7:e
100 m fritt, damer
1.28.59, Kerstin Gjöres, klass 60-64, placering 6:a
100 m fritt, herrar
1.00.89, Peter Bergengren, klass 45-49, placering 4:a
1.06.04, Hans Lindström, klass 50-54, placering 11:a
200 m fritt, herrar
2.26.37, Hans Lindström, klass 50-54, placering 8:a
400 m fritt, herrar
5.20.21, Hans Lindström, klass 50-54. placering 7:a
200 m bröst, herrar
3.23.29, Lennart Brock, klass 55-59, placering 5:a
50 m rygg, damer
52.28, Maj-Britt Nordin, klass 65-69, placering 9.a
50 m rygg, herrar
33.25, Peter Bergengren, klass 45-49, placering 5:a
100 m rygg, herrar
1.14.91, Peter Bergengren, klass 45-49, placering 5:a
200 m rygg,damer
3.44.67, Kjerstin Gjöres , klass 60-64. placering 3:a
200 m rygg, herrar
2.59.25, Hans Andersson, klass 50-54. placering 8:a
50 m fjäril, herrar
30.00, Ingvar Eriksson, klass 40-45, placering 10:a
30.74, Peter Bergengren, klass 45.49, placering 4:a
100 m fjäril, herrar
1.15.72, Peter Bergengren, klass 45-49. placering 8:a
200 m fjäril, herrar
3.14.36, Hans Lindström, klass 50-54. placering 8:a
400 m medley, herrar
7.02.58, Håkan Wassdahl, klass 50-54. placering 13:e

CIJ-MEET 1989

21:a IInternationella Ungdomsmästerskapen, Luxemburg, 31 mars - 2 april 1989, 50 m

Flickor

Frisim 400 m:
71-72: 1. Anja Jauering, FRG, 4.28,96, 4. Anna Haag, Upsala S, 4.4 6, Camilla Lindskog, Göteborgs SF, 4.45,75.
-73: Jeannine Rotermund,GDR, 4.26,57, 3. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors, 4.33,21.
-74: Barbara Emig, FRG, 4.35,41, Teresia Jonsson, Katrineholm, 4.43,92.
76+: 1. Mikaela Laurén, SWE, 4.38,49, 2. Vicki Horner, GBR, 4.44,66, 3. Therese Ekstrand, SWE, 4.46,29, 6. Louise Jöncke,SWE, 4,47,50
200 m:
71-72: 1. Anja Jauering, FRG, 2,09,83, 6. Anna Haag, US, 2.14,96
-74: Jeannine Rotermund, GDR, 2,04,99, 4. Ann-Sofie Jönsson, TSK, 2.11,93
-75: 1. Eva Wonneberger, FRG, 2.11,16, 2. Dashwoodbrady, GBR, 2,12,98
76+: Louise Jöncke, SWE, 2.11,85 (2.15,70), 2. Mikaela Laurén, SWE, 2.16,52 (2.15,70), 3. Therese Ekstrand, SWE, 2.17,79 (2.19,93)
100 m: 1. Berit Puggaard, DAN, 59,66, 5. Camilla Rosengren, SPIF, 1.01,4
-74: 1. Sandra Henke, GDR, 58,01, 2. Jeannine Rotermund, GDR, 58,84, 5. Karin Ridderstolpe, SPIF, 1.01,27.
-75: Ramona Storch, FRG, 1.01,67
-76+: 1. Louise Jöncke, SWE, 1.01,21 (1,02,53), 2. Vicki Horner, GBR, 1.02,07, 3. Malin Strömberg, SWE, 1.02,17 (1.02,88), 4. Mikaela Laurén, SWE, 1.02,22 (1.03,30) 17. Therese Ekstrand, SWE, 1.06,81, 2. Angelica Ockerdal, SWE, 1.08,01
Ryggsim:
100 m:
-73: Linda Racster, GBR, 1.08,59, 6. Eva Ulmander, US, 1.13,71.
-74: 1. Sandra Volker, FRG, 1.04,28, 2. Sandra Henke, GDR, 1,06,31
-76+: Vicki Horner, GBR, 1.11,75, 3. Noemi Persich, SWE, 1.13,21 (1.14,7) 17. Therese Ekstrand, SWE, 1.19,49
200 m:
-74: 1. Sandra Volker, FRG, 2.20,50, Pia Andersson, Flen, 2.40,30
-75: 1. Angela Maurer, FRG, 2.29,77
-76+: 1. Lisette Krug, HOL, 2.34,87, 3. Noemi Persich, SWE, 2.40,67 (2,44,89), 5. Therese Ekstrand, SWE, 2.44,17 (2.47,35)
Bröstsim:
100 m:
-73: 1. Malene Mantzius, DAN, 1.17,44, 4. Eva Ulmander, US, 1.20,07, 8. Irmelie Malm, US, 1,23,95.

Forts. sid 44

Att jämföra olika tider under en längre period ger ofta en bild av utvecklingen. Simsport presenterar här, med hjälp av Truls Plate, SM-resultaten på kort bana för 1:a, 3:e, 7:e och 12:e plats i alla individuella grenar.

STATISTIK Kortbane SM från 1980

100 m fritt	1:an	3:an	7:an	12:an
Damer				
80	56.52	57.05	58.50	59.08
81	55.43	56.73	58.58	59.00
82	55.93	57.22	58.24	58.37
83	56.24	57,40	58.02	58.55
84	56.73	57.12	57.90	58.75
85	57.20	57.80	59.20	58.74
86	56.06	57.51	58.26	58.88
87	55.90	57.14	57.85	58.27
88		Endast 50 m bana		
89	56.59	56.67	57.36	58.07
Herrar				
80	50.33	51.72	51.91	52.44
81	49.46	50.18	50.82	51.94
82	48.75	50.61	51.14	51.62
83	49.44	50.21	50.74	51.55
84	49.86	50.29	50.86	51.35
85	50.11	50.66	51.40	52.51
86	49.35	50.14	50.56	51.11
87	49.34	49.99	50.37	50.63
88		Endast 50 m bana		
89	48.69	49.28	50.17	50.44

200 m fritt				
Damer				
80	2.00.82	2.03.47	2.06.48	2.07.52
81	2.00.20	2.03.60	2.05.80	2.06.60
82	2.01.33	2.03.76	2.06.50	2.07.73
83	2.01.83	2.03.36	2.05.57	2.09.50
84	2.01.06	2.02.87	2.05.20	2.06.43
85	2.01.29	2.03.69	2.06.36	2.07.15
86	2.00.51	2.01.86	2.04.29	2.06.30
87	2.01.21	2.02.60	2.04.12	2.05.77
88		Endast 50 m		
89	2.01.60	2.02.44	2.04.41	2.06.50
Herrar				
80	1.49.73	1.53.43	1.54.24	1.55.69
81	1.49.17	1.50.25	1.51.95	1.53.60
82	1.48.19	1.48.75	1.51.28	1.53.54
83	1.48.10	1.49.43	1.51.32	1.52.91
84	1.48.16	1.48.83	1.51.68	1.52.60
85	1.48.79	1.50.43	1.52.26	1.53.59
86	1.45.43	1.48.48	1.51.19	1.51.97
87	1.46.07	1.48.48	1.50.64	1.52.28
88		Endast 50 m		
89	1.45.02	1.48.23	1.50.00	1.51.93

400 m fritt				
Damer				
80	4.16.82	4.22.23	4.26.61	4.30.23
81	4.16.84	4.18.41	4.23.73	4.27.01
82	4.15.36	4.20.44	4.28.04	4.40.29
83	4.19.44	4.20.49	4.21.79	4.30.05
84	4.15.08	4.18.90	4.23.17	4.28.13
85	4.15.60	4.18.30	4.27.90	4.31.95
86	4.13.65	4.18.69	4.21.94	4.26.88
87	4.14.51	4.16.61	4.20.91	4.26.52
88		Endast 50 m		
89	4.17.38	4.18.70	4.23.74	4.26.73
Herrar				
80	3.51.46	3.56.31	4.02.68	4.06.26
81	3.53.63	3.54.62	4.02.06	4.06.28
82	3.52.11	3.56.45	3.59.92	4.04.67
83	3.51.28	3.57.00	3.59.28	4.02.58
84	3.49.29	3,50.91	3.58.11	3.59.99
85	3.51.34	3.53.56	4.03.88	4.06.57
86	3.47.68	3.52.61	3.58.41	4.01.30
87	3.48.75	3.52.54	3.56.48	4.01.01
88		Endast 50 m		
89	3.44.58	3.53.80	3.57.60	4.00.59

800 m fritt				
Damer				
85	8.43.03	8.49.00	9.10.59	9.17.96
86	8.37.68	8.46.36	9.01.88	9.13.66
87	8.43.06	8.50.54	9.00.51	9.10.33
88		Endast 50 m		
89	8.46.81	8.53.00	8.58.67	9.10.19

1500 m fritt				
Herrar				
80	15.16.82	15.41.52	15.55.14	16.19.73
81	15.35.72	15.46.98	16.18.96	16.40.04
82	15.19.63	15.39.45	15.56.60	16.23.87
83	15.32.94	15.37.67	16.00.86	16.13.22
84	15.06.96	15.31.54	15.54.76	16.15.01
85	15.32.20	15.41.79	16.01.82	16.16.26
86	15.01.45	15.32.19	15.46.22	16.04.87
87	14.59.47	15.27.69	15.53.46	16.11.47
88		Endast 50 m		
89	15.15.88	15.37.04	15.57.62	16.20.03

100 m Rygg				
Damer				
80	1.05.86	1.06.09	1.08.08	1.09.22
82	1.04.76	1.04.82	1.06.53	1.08.02
83	1.04.84	1.05.02	1.05.86	1.08.13
84	1.04.88	1.05.53	1.06.30	1.07.74
85	1.04.84	1.04.87	1.06.35	1.07.76
86	1.04.20	1.05.18	1.06.37	1.07.30
87	1.03.63	1.05.41	1.06.54	1.07.60
88		Endast 50 m		
89	1.04.07	1.05.11	1.07.12	1.07.61
Herrar				
80	56.32	58.77	1.00.31	1.01.00
81	55.22	59.03	59.56	1.00.82
82	58.34	58.80	59.63	1.00.53
83	55.22	57.10	59.02	1.00.40
84	55.46	57.94	58.76	59.32
85	56.46	58.40	58.73	1.00.09
86	56.80	57.25	58.77	1.00.21
87	57.59	58.19	58.95	1.00.43
88		Endast 50 m		
89	57.14	58.08	58.74	59.50

200 m Rygg				
Damer				
80	2.18.80	2.21.24	2.27.20	2.29.62
81	2.18.47	2.22.38	2.25.05	2.28.03
82	2.17.66	2.20.95	2.24.07	2.28.35
83	2.18.02	2.19.06	2.25.01	2.26.47
84	2.16.78	2.19.57	2.23.66	2.24.90
85	2.15.41	2.17.42	2.24.21	2.25.17
86	2.15.81	2.19.39	2.23.24	2.25.79
87	2.13.63	2.17.87	2.23.14	2.24.74
88		Endast 50 m		
89	2.15.08	2.19.25	2.23.94	2.26.24
Herrar				
80	2.01.21	2.04.22	2.09.24	2.11.73
81	1.59.79	2.05.02	2.09.41	2.11.88
82	2.06.21	2.07.72	2.09.90	2.11.73
83	2.02.32	2.06.45	2.09.64	2.12.27
84	2.01.99	2.04.63	2.07.23	2.09.63
85	2.04.14	2.05.52	2.08.07	2.10.23
86	2.02.54	2.05.27	2.07.51	2.09.36
87	2.02.22	2.05.54	2.06.97	2.09.53
88		Endast 50 m		
89	2.04.75	2.05.26	2.07.57	2.09.01

100 m Bröst				
Damer				
80	1.12.19	1.14.97	1.16.72	1.17.78
81	1.11.34	1.12.99	1.14.73	1.16.38
82	1.10.88	1.12.03	1.14.27	1.15.49
83	1.09.39	1.12.32	1.14.09	1.15.90
84	1.09.36	1.11.67	1.14.46	1.15.47
85	1.09.71	1.13.76	1.15.64	1.17.21
86	1.09.03	1.12.03	1.13.84	1.15.57
87	1.12.27	1.12.66	1.13.82	1.14.62
88		Endast 50 m		
89	1.10.38	1.11.66	1.13.69	1.15.06
Herrar				
80	1.03.94	1.05.29	1.07.03	1.08.05
81	1.03.13	1.03.55	1.05.23	1.07.03
82	1.03.00	1.03.71	1.05.20	1.06.39
83	1.02.78	1.03.66	1.05.84	1.06.64
84	1.02.68	1.04.32	1.05.56	1.06.06
85	1.03.97	1.04.58	1.05.38	1.06.43
86	1.02.34	1.03.91	1.05.37	1.05.85
87	1.02.29	1.04.38	1.05.06	1.06.11
88		Endast 50 m		
89	1.02.94	1.04.39	1.05.23	1.05.61

200 Bröst				
Damer				
80	2.33.38	2.38.05	2.42.3	2.46.93
81	2.31.15	2.38.80	2.43.04	
82	2.30.77	2.38.38	2.40.34	2.41.87
83	2.31.85	2.36.85	2.41.19	2.42.88
84	2.31.22	2.37.64	2.41.00	2.43.25
85	2.30.90	2.36.25	2.41.34	2.43.22
86	2.29.87	2.33.39	2.38.62	2.42.00
87	2.33.69	2.36.71	2.39.79	2.41.77
88		Endast 50 m		
89	2.31.01	2.34.72	2.37.70	2.40.42
Herrar				
80	2.16.77	2.22.17	2.25.50	2.28.86
81	2.15.70	2.19.40	2.23.05	2.26.99
82	2.17.27	2.21.31	2.24.26	2.27.34
83	2.16.20	2.20.81	2.26.00	2.27.31
84	2.18.62	2.22.07	2.24.07	2.25.45
85	2.16.93	2.20.21	2.24.85	2.23.93
86	2.17.15	2.17.37	2.21.59	2.22.96
87	2.18.36	2.19.94	2.21.61	2.23.09
88		Endast 50 m		
89	2.14.85	2.19.37	2.21.41	2.22.72

100 m Fjäril				
Damer				
80	1.02.81	1.03.87	1.05.11	1.05.83
81	1.01.50	1.02.24	1.03.67	1.05.41
82	1.01.79	1.02.54	1.03.73	1.04.82
83	1.01.86	1.02.83	1.03.41	1.05.12
84	1.01.55	1.02.80	1.03.78	1.05.11
85	1.02.54	1.03.60	1.04.96	1.06.34
86	1.02.45	1.02.62	1.04.51	1.05.27
87	1.01.82	1.03.14	1.03.70	1.05.37
88		Endast 50 m		
89	1.02.42	1.02.87	1.04.54	1.05.01
Herrar				
80	56.08	57.28	58.08	58.66
81	53.41	55.96	57.81	58.03
82	53.28	55.16	57.34	57.77
83	53.68	55.71	56.91	57.86
84	54.94	55.75	56.12	56.97
85	56.23	56.63	57.55	57.72
86	54.39	55.82	56.31	57.05
87	54.92	55.34	56.91	57.88
88		Endast 50 m		
89	54.30	55.02	56.02	57.27

200 Fjäril				
Damer				
80	2.15.83	2.19.55	2.22.42	2.26.02
81	2.12.83	2.15.72	2.21.00	2.24.99
82	2.15.71	2.16.78	2.19.54	2.23.40
83	2.16.96	2.17.68	2.20.54	2.22.07

Forts. nästa sida

Resultat med GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

84	2.15.39	2.16.66	2.18.43	2.20.01
85	2.14.09	2.19.57	2.22.02	2.26.12
86	2.14.15	2.17.75	2.22,91	2.24.95
87	2.16.37	2.18.20	2.21.02	2.21.87
88		Endast 50 m		
89	2.15.53	2.17.11	2.20.66	2.22.42

Herrar

80	2.02.70	2.05.76	2.07.13	2.09.36
81	1.56.93	2.05.30	2.06.66	2.08.72
82	1.57.59	2.04.35	2.06.28	2.08.65
83	1.57.22	2.02.92	2.06.89	2.08.14
84	2.01.64	2.02.79	2.05.49	2.06.32
85	2.02.77	2.03.62	2.09.46	2.08.73
86	2.01.68	2.03.94	2.05.90	2.08.38
87	2.00.06	2.02.07	2.05.78	2.07.90
88		Endast 50 m		
89	1.58.78	2.02.56	2.04.21	2.05.48

200 m medley
Damer

80	2.19.10	2.21.98	2.24.91	2.26.93
81	2.17.37	2.21.08	2.24.71	2.27.43
82	2.18.86	2.22.70	2.25.18	2.27.61
83	2.18.53	2.20.92	2.23.34	2.25.53
84	2.18.35	2.19.17	2.24.20	2.27.21
85	2.17.81	2.19.22	2.25.34	2.26.40
86	2.17.44	2.18.20	2.22.20	2.26.48
87	2.17.65	2.17.88	2.22.19	2.24.04
88		Endast 50 m		
89	2.16.30	2.16.57	2.20.65	2.25.28

Herrar

80	2.06.60	2.08.96	2.10.32	2.12.49
81	2.03.38	2.06.81	2.09.67	2.11.37
82	2.03.70	2.05.47	2.08.46	2.11.81
83	2.01.68	2.06.20	2.08.37	2.10.35
84	2.03.43	2.07.04	2.08.86	2.10.63
85	2.04.41	2.05.99	2.10.28	2.10.86
86	2.01.86	2.06.12	2.08.31	2.09.42
87	2.01.67	2.05.27	2.08.38	2.11.30
88		Endast 50 m		
89	2.00.50	2.02.51	2.07.56	2.08.73

400 medley
Damer

80	4.54.49	5.02.52	5.08.40	5.11.67
81	4.51.60	4.59.42	5.07.11	5.11.00
82	4.55.24	4.58.42	5.05.60	5.13.98
83	4.52.88	4.58.74	5.02.97	5.11.63
84	4.50.69	4.53.03	5.04.85	5.13.65
85	4.48.96	5.08.47	5.11.97	5.14.32
86	4.50.90	4.54.60	5.04.13	5.11.26
87	4.47.05	4.54.04	5.02.66	5.05.84
88		Endast 50 m		
89	4.52.14	4.54.12	5.04.64	5.06.37

Herrar

80	4.27.44	4.35.35	4.37.95	4.43.40
81	4.27.85	4.29.45	4.39.33	4.42.59
82	4.29.72	4.35.02	4.39.73	4.44.16
83	4.26.46	4.32.60	4.36.74	4.43.36
84	4.23.24	4.29.86	4.33.94	4.37.35
85	4.26.29	4.31.63	4.40.29	4.40.92
86	4.19.26	4.26.92	4.30.57	4.33.96
87	4.16.75	4.28.22	4.33.56	4.42.92
88		Endast 50 m		
89	4.12.97	4.26.104.35.41		4.36.65

Sammanställt
av
Truls Plate,

CIJ-MEET forts.fr.s. 42

-75: 1. Linda McLaren, GBR, 1.17,54, 5. Nina Hjärpne, SPIF, 1.21,31,
-76+; 1. Angelica Ockerdal, SWE, 1.20,29 (1.20,92), 2. Christtane Reuter, LUX, 1,20,71

200 m:
-73: 1. Mantzius, DAN, 2.47,16, 5. Eva Ulmander, US, 2.52,44, 8. Irmelie Malm, US, 3.00,43.
-74: Jane Kelly, GBR, 2,51,75, 3. Karin Ridderstolpe, SPIF, 2.54,34.
-75: 1 Bettina Klettke, FRG, 2.45,46, 5. Nina Hjärpne, SPIF, 2.55,56
-76+: Angelica Ockerdal, SWE, 2.54,29 (2,54,0) 2. Lorna McCallum, GBR, 2.54,48

Fjärilsim:
100 m;
-74: 1. Karin Ridderstolpe, SPIF, 1.07,99, 2. Ann-Sofie Jönsson, TSK, 1.08,07,
-75: 1. Dany Braun, FRG, 1.07,69,
-76+; 1. Malin Strömberg, SWE, 1.06,13 (1,05,74), 2. Mikaela Laurén, SWE, 1,08,48 (1.09,92), 16, Louise Jöncke, SWE, 1.15,24, 22. Angelica Ockerdal, SWE, 1.17,12

200 m;
71-72: 1. Susanne Schueren, FRG, 2.21,15, 2. Jeanine Taylor, GBR, 2.21,47
-75: 1. Nida Zuhal, TUR, 2.26,75, 2. Dany Braun, FRG, 2.27.15.
-76+: 1. Malin Strömberg, SWE, 2.27,73 (2.28,78) 2. Sonja Stekmann, FRG, 2,31,94

Medley:
200 m:
-73; 1. Anja Hermanns, FRG, 2.27,06, 3. Eva Ulmander, US, 2.29,73
-74: 1. Sandra Voelker, FRG, 2.24,79, 3. Ann-Sofie Jönsson, TSK, 2.29,55, 4. Karin Ridderstolpe, SPIF, 2.33,09, 7. Amina Majdoub, SPIF, 2.39,08
-76+: 1. Mikaela Laurén, SWE, 2.28,74 (2.29,92), 2. Malin Strömberg, SWE, 2.31,39 (2.33,44), 16. Noemi Persich, SWE, 2,45,79

Pojkar
Frisim:
400 m:
70-7i: 1. Axel Hickmann, FRG, 4,10,96, 2, Ola Strömberg, US, 4.14,13 3. Kenneth Nyman, US, 4.14,51,
-72: 1. Sebastian Wiese, GDR, 4.04,54, 2. Scott McKinlay, GBR, 4,14,53, 5. Nicklas Lehammar, SPIF, 4.19,21, 6, Andreas Hägglund, US, 4,19,82,
-74; 1. Anders Kroon, SWE, 4,07,51, 2. Johan Bevinder, SWE, 4.17,87, 7, Gunnar Klintberg, US, 4,27,64, 25. Johan Lundh, SWE, 4.41,03.
-75+; 1, Malcom McCallom, GBR, 4.22,52

200 m:
70-71: 1. Hickmann, FRG, 1,56,28, 2, Pär Lindström, Katrineholm, 1.59,49, 3. Ola Strömberg, US, 2.00,58, 5. Kenneth Nyman, US, 2.00,75.
-72; 1. Wiese, GDR, 1,56,81, 2. Rasmus Jensen, DAN, 1,57,45, 6. Andreas Hägglund, US, 2.02,29.
-74: 1. Anders Kroon, SWE, 1.57,99 (1.59,79), 2, Steve Leitch, GBR, 2,01,06, 6. Johan Bevinder, SWE, 2,05,63 (2.06,74) 8. Lars Lindvall, SWE, 2.07,72 (2,05,17), 9. Klas Lindfors, SWE, 2.07,04
-75+: McCallom,GBR, 2,06,95, 6. Jacob Werner, US, 2.11,39

100 m;
70.-71: 1. Hickmann, FRG, 52,67, 2, Pär Lindström, Katrineholm, 52,97, 7. Niclas Ekelund, Göteborgs SF, 55,23,
-72: 1. Jensen, DAN, 53,88
-74: 1. Klas Lindfors, SWE, 54.73 (56,44) 2, Anders Kroon, SWE, 55,11 (56,18), 3. Julian Gonzalez, ESP, 56.21, 7. Johan Bevinder, SWE, 56,71 (57,34), 11. Lars Lindvall, SWE, 58,01, 12, Jan Helgesson, Borlänge, 58, 06
-75+: 1. Derya Buyukuncu, TUR, (-76), 56,43, 6. Carl Wallin, US, 1.00,54,
7. Jacob Werner, US, 1.00,57

Ryggsim:
100 m:
-73: 1. Ralf Braun, GDR, 1.00,77
-74: 1. Anders Kroon, SWE, 1.01,56 (1.05,24), 2. Jorge Manzano, ESP, 1.05,32, 5. Klas Lindfors, SWE, 1.06,75 (1.07,12), 6. Johan Lundh, SWE, 1.06,90 (1.07,34).
-75+: 1. Buyukuncu, TUR, 1,01,81, 2. Robert Dolama, SWE, 1.05,42 (1.06,09),

200 m:
-72; 1. Thoma Jörgensen, DAN, 2.10,91,
-73: 1. Ralf Braun, GDR, 2.O9,23
-77: 1. Anders Kroon, SWE, 2.11,44 (2,20,98), 2. Hanzano, ESP, 2.19,79, 6. Johan Lundh, SWE, 2.26,35 (2.26.85), 11. Klas Lindfors, SWE, 2.31,83
-75+: 1. Buyukuncu, TUR, 2.14,17, 2. Robert Dolama, SWE, 2.21,10 (2.25.19)

Bröstsim:
100 m
70-71: 1, Jan Palle, FRG, 1,06,78, 3. David Salomon, Solna, 1.03,34, 5. Tomas Andersson, Göteborgs SF, 1.11,23, 8. Jesper Johansson, Solna, 1.13,54.
-72: 1. Mark Whittaker, GBR, 1.08,95, 2. Andreas Hellgren, Strängnäs, 1,09,09,
-73: 1. Daniel Diets, FRG, 1.09,44, 7. Conny Wennberg, Spårvägen, 1,11,31.
-74: 1. Martin Felix, FRG, 1.09,10, 3, Peter Hjers, SWE, 1.11,05 (1.11,36), Lars Lindvall, SWE (1.14,59)
-75+: 1. Vadim Turkoglu, TUR, 1.13,41, 2, Tor Bengtsson, Nyköping, 1.15,37, 6. Fredrik Rosenholm, Spårvägen, 1.17,86

200 m:
70-71: 1. Tomas Andersson, Göteborgs SF, 2.28,63, 2. Jan Palle, FRG, 2.28,97.
-72: 1. Mika Tabermann, FIN, 2.31,00, 4. Andreas Hellgren, Strängnäs, 2.34,13,
-73; 1. Conny Wennberg, Spårvägen, 2.32,42, 2. Robert Robson, GBR, 2.32,76,
-74; 1. Antonio Aguilar, ESP, 2.31,19, 2. Martin Felix, FRG, 2.31,35, 3. Peter Hjers, SWE, 2.38,00 (2.40,01), 5. Gunnar Klintberg, US, 2.39,59, 8. Lars Lindvall, SWE, 2,45,53 (2,42,13)
-75+; 1. Jesper Boye, DAN, 2.44,15, 3. Tor Bengtsson, Nyköping, 2.45,12, 4. Fredrik Rosenholm, Spårvägen, 2.46,60

Fjärilsim:
100 m:
70-7i: 1. Vandenhirtz, FRG, 58,05, 4. Kenneth Nyman, US, 59,91
-72: 1. Michael Hiller, FRG, 59,19, 8. Mattias Wennström, US, 1.03,09
-74: 1. Alex Romero, ESP, 1.01,41, 2. Sami Khoudeir, FRG, 1.01,96,
5. Johan Lundh, SWE, 1.02,36 (1,02,66), 13. Peter Hjers, SWE, 1.06,50, 21. Johan Bevinder, SWE, 1.08,13
-75+; 1. Robert Dolama, SWE, 1,02,97 (1.05,45), 2. Malcom McCallom, GBR, 1.04,26.

200 m:
70-71: 1. Vandenhirtz, FRG, 2.12,84, 2. Kenneth Nyman, US, 1.19,27
-72: 1. Steven McQuiad, GBR, 2.12,81, 6. Mattias Wennström, US, 2.19,69
-74: 1. Romero, ESP, 2.17,43, Daniel Moreno, ESP, 2.18,49, 5. Johan Lundh, SWE, 2.20.52, (2.19.33).
-75+: 1. Robert Dolama, SWE, 2.22.96, (2.21.47), 2. David Paxton, GBR, 2.27,77

200 m medley:
70-71: Jan Palle, FRG, 2.14,62, 5. Niclas Eklund, Göteborgs SF, 2.17.35
-72: Thomas Jörgensen, DAN, 2,12,94, 8. Andreas Hellgren, Strängnäs, 2.25,70
-73: 1. Ralf Braun, GDR, 2.16,73, 7, Kenneth Sääef, Solna, 2.22,19.
-74; 1. Anders Kroon, SWE, 2.11,72 (2.13,72), 2. Frederik Huiid, ESP, 2.16,39, 4. Lars Lindvall, SWE, 2.22,00 (2.21,11), 8. Klas Lindfors, SWE, 2.23,80 (2.21,75), 9. Peter Hjers, SWE, 2,24,74.
-75+: 1. Robert Dolama, SWE, 2.20,20 (2.20,05), 2. Malcolm McCallom, GBR, 2.21,07, 6. Jacob Werner, US, 2,30,59

Nationstävling, 8 simmare från varje land x 3 starter

1. Sverige, 68 platspoäng
2. Västtyskland, 101
3. Turkiet, 141
4. Spanien, 142
5. Holland, 169
6. Zimbabwe, 197
7. Norge, 207
8. Luxembourg, 337
9. Finland, 406

Klubbpoäng:

1. SC Wasserratten Nordenstedt, FRG,	231,p
2. Upsala Simsällskap,	224,
3. SG Elbe, FRG,	218,
4. Karlsruhn, FRG,	206,
5. Aachener SV, FRG,	181,
6. Stockholmspolisens IF,	147,
8. Offenbacher SC, FRG,	126,
9. Köpenhamns Sim Union,	115.



Elenor

Stl. 34-46
Färg Grön/Lila
Korall/Marin
Ceris/grön
Ceris/Blå
Gul/Svart
Pris: 298:-

Finns också i herrbyxa med samma färgsättning stl. 4, 5, 6, 7/8, 9/10.

Charlotte

Stl. 36-46
Färg Blå/gul
Svart/Gul
Pris: 260:-

Star

Stl. 36-46
Färg Blå/Vit
Grön/Marin
Pris: 298:-

Återförsäljare sökes, kontakta oss för information.

Beställ...

den nya katalogen för 1989 med många tuffa nyheter bland annat med det nya märket "**FLY**".
Ring eller skriv till:
Simspecialisten
Paleski Sport
så skickar vi den nya katalogen

Skicka beställningen idag

Ordersedel

Skickas till: .....
ev c/o .....
Gata/box .....
Postadress .....

Rad nr	Art. nr	Pris	Ant.	Modell	Storlekar
1					
2					
3					
4					
5					

Frankeras

Paleski Sport

Aschebergsgat. 34
411 33 Göteborg
Tel: 031-16 02 74,
Pg: 94 40 19-9

Anders krönika

Nu går de'undan ... Hos Kungen

Jag har fått min nya bil. Det är en röd liten läcker Opel Kadett GSI med 16 ventiler. Allt för bättre andning. Den går bra. Och fort, men jag lovar att hålla både mig och bilen i tillåten fart. Särskilt här i Östergötland där hastighetskontrollerna ligger tätt. I bassängen finns däremot inga fartgränser så där får jag simma så fort jag vill.

Jag har alltid varit intresserad av snabba bilar. Så har också många andra idrottsmän men visst är det typiskt för simningens "amatörstatus" att Gunde Svan kör Porsche, Ben Johnson, du vet han med dopingen, kör en Värstingporsche, Patrik Sjöberg kör Porsche och vad tenniskillarna kör vågar jag inte tänka på. Simmare kör Opel. Nåja, inte vilka Opel som helst.

Vi fyra som har världsbästa på 4x100 m frisim kör på något sätt bilar som är typiska för oss. Tommy Werner, som gärna går sin väg för att bli bäst, kör helst Alfa Romeo, även om han nu när han jobbar på biluthyrningsfirma mest kör jeep. Men det är väl den tunga grundträningen som han är inne i. Micke Söderlund har sin mycket fina, gamla BMW 635 C, som är en raritet och bara luftas vid vackert väder. En kämpe som varit med länge. Jocke Holmqvist, yngst och färskast i gänget kör också en Opel Kadett men får lugna sig med en GT än så länge.

Tommy, Jocke och jag var förresten på bilmässan i Jönköping under Påsken. Vilka åk där fanns. Visst skulle jag vilja ha en sådan där Ferrari, kungen bland bilar, men den går väl inte att köra långsammare än 80-90. Så det får vara. I stället träffade jag en annan kung.

Jo, jag var bjuden på middag hos Kungen och Drottningen. Hemma hos dem. I Slottet. Det var en upplevelse och jag hade frack. Jo, det är säkert. Jag hyrde en och den var faktiskt riktigt bekväm. Men det var mer nervöst än att simma OS-final.

Jag hade drottningens sekreterare som bordsdam och hon hittade så vi kom till Vita havet där 149 andra skulle äta middag med Kungen och Drottningen. Där fanns diplomater som ambassadörerna från Mexico och Kina, näringslivstoppar som P G Gyllenhammar, (han försökte inte ens kränga en Volvo till mig) många andra höjdare och tre idrottsmän, Torgny Mogren, Tomas Ravelli och jag.

Så fick vi hälsa på alla som var där och så kom Kungen och Drottningen. Hon är vacker och såg ut precis så som en drottning skall se ut. Jag hade bildat mig en uppfattning från alla sagoböcker som mamma Annica läst för Micke och mig och den stämde. Hon hade röd klänning och ett snyggt diadem i håret.

Vi fick mat också. Först en fisk- och skaldjurssufflé med laxromsås och sedan harfilé med vildpepparsås. Efter det ost från Alsace och till dessert mandelmjölksglass med färska smultron. Det var faktiskt lika gott som det låter och såg ut. Till detta drack jag genomgående Ramlösa. Det blir godast så.

Jag blev så mätt att jag inte ens behövde gå på McDonald's efteråt.

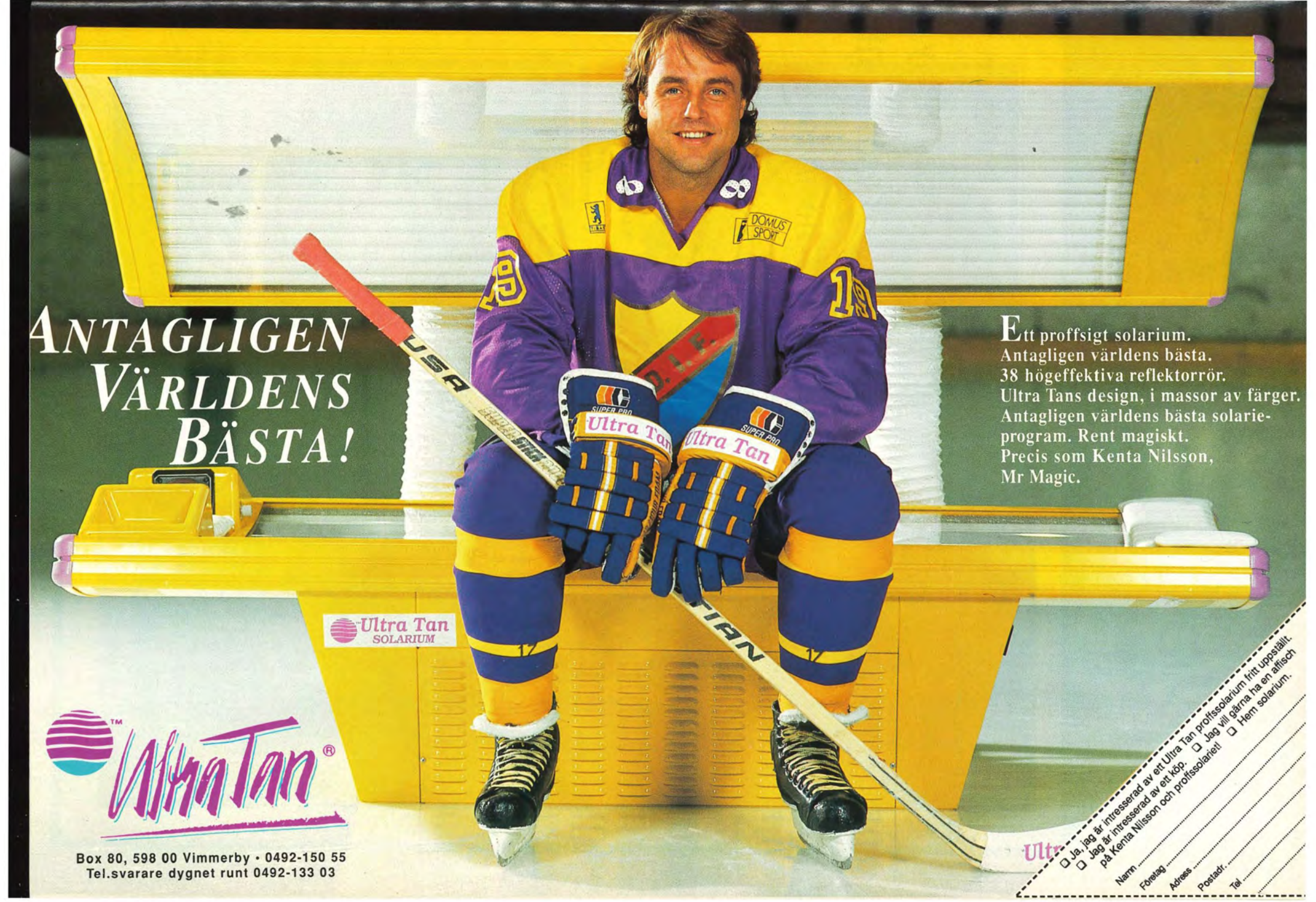
Nu är jag tillbaka i jobbet igen. Först på Socialförvaltningen där jag hjälper folk till rätta som vaktis och sköter all post. Det är faktiskt en bra avkoppling att inte alltid tänka på simningen. Jag har liksom blivit hungrigare på träningen och det tror jag är nyttigt. Hungrig på så sätt att nu när det börjar bli som tyngst så är jag ändå sugen på att få ta i.

Det blir inga större tävlingar förrän Simspelen för mig. Nu är det träning det handlar om. Det är enda chansen att vara bra till EM och det är EM som gäller i år. Ett världsrekord på lång bana hade också suttit fint. Vi får väl se hur det blir. Jag har i alla fall tackat nej till inbjudningar från Leeds och Monaco. Träning är vad som gäller.

Tänk på det och öva flitigt själv. Vi hörs hälsar



IBM:s prispengar efter svenska rekord har hjälpt en hel del. På bilden kommer SSF:s Bert Johansson med 5.000 efter 200 m fritt på SM.


ANTAGLIGEN VÄRLDENS BÄSTA!
Ett proffsigt solarium.
Antagligen världens bästa.
38 högeffektiva reflektorrör.
Ultra Tans design, i massor av färger.
Antagligen världens bästa solarie-program. Rent magiskt.
Precis som Kenta Nilsson,
Mr Magic.
Ultra Tan SOLARIUM
Ultra Tan®
Box 80, 598 00 Vimmerby • 0492-150 55
Tel.svarare dygnet runt 0492-133 03
❑ Ja, jag är intresserad av ett Ultra Tan proffssolarium fritt uppställt.
❑ Jag är intresserad av ett köp. ❑ Jag vill gärna ha en affisch på Kenta Nilsson och proffssolariet! ❑ Hem solarium.
Namn
Företag
Adress
Postadr.
Tel.

SpeedoNews



Nu kommer vi med en ny kollektion till höst/vinter 89/90

Som vanligt kommer en ny barnkollektion hösten 1989

Värt att veta...

- Speedo har tillverkat badkläder sedan 1928
- I början tillverkades de i bomull och silke
- Arne Borg simmade i Speedo

SPEEDO®

Cut to cut through water

Marknadsförs i Sverige
av Helly-Hansen.
Telefon 08-761 70 80

Plaggen på bilden finner du endast hos: Mats Sport, Mats Sport City Göteborg. Roupez Jönköping. Roupez Kalmar. Sport Center Lidköping. The Stadium Linköping. Roupez Mobilia Malmö. Spiralen Sport AB Norrköping. The Stadium Stockholm. Race Marin Stockholm. Roupez AB Värnamo. Lööfs Sport Västerås.