Sim SPORT

Sveriges fräschaste simtidning

Överträning, vad är det?

SUSAN O´NEILL SLOG

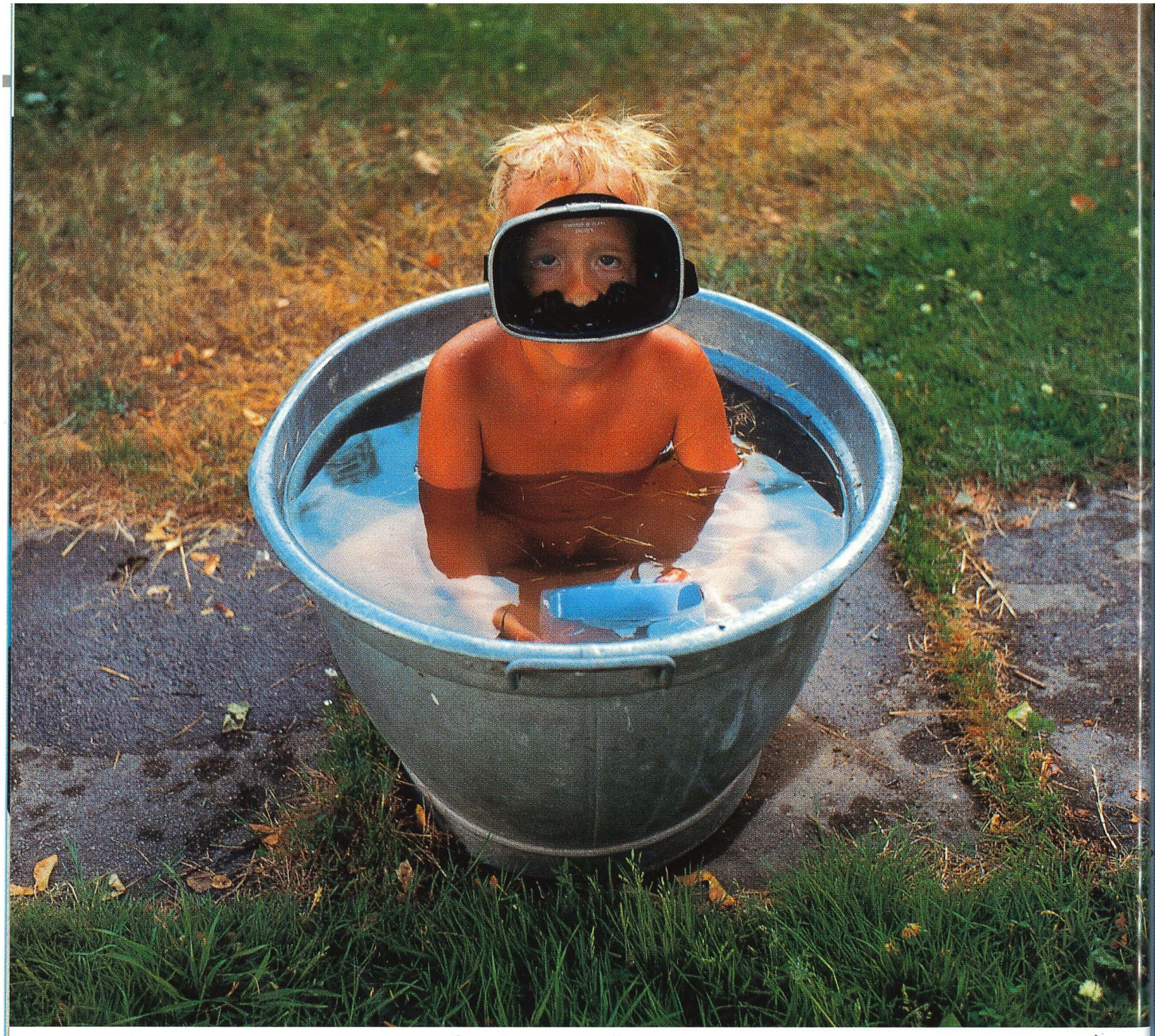
världsrekord i Malmö

KONSTSIM

Ludvika dominerade JSM

SM OCH WORLD CUP

Du är bäst Johanna



En försäkring är silver

En försäkring ger ekonomisk trygghet, men det är aktsamhet och kunskap som förhindrar olyckor. Framför allt kunskap.

Därför stödjer Holmia Svenska Simförbundets simskoleverksamhet. Vi vill att landets alla simklubbar ska kunna fortsätta att lära barn att simma och handskas med vatten.

En försäkring är silver. Simkunskap är guld.

Holmia

Huvudsponsor för Svenska Simförbundets simskoleverksamhet.

Om du har frågor om Holmias försäkringar är du välkommen att ringa oss på 08-753 75 00.

Innehåll

6 **4-åringar simmar medley**
Laura Sevenus driver sedan 70-talet sin egen simskola i Sydafrika. Där har hon lyckats lära 4-åringar simma medley.



10 **SM i Södertälje**
Det var tjejerna som stod för de bästa prestationerna vid simningens inne-SM i Södertälje 11 - 14 mars.



16 **Överträning, vad är det?**
Anne Forsell har forskat i ämnet överträning. Hon försöker här ge svar på varför man blir övertränad.



22 **Världsrekord i Malmö**
Malmö arrangerade i mitten av februari ännu en fin Världscuptävling. Och inte blev den sämre av att ett nytt världsrekord sattes.



24 **World Cup i simning**
Johanna Sjöberg säkrade i Imperia, Italien, totalsegern i fjärilsimscupen. Vi sammanfattar här världscupavslutningen.



34 **Chrunaks chrönika**
Förbundskapten Hans Chrunak om kortbane-VM i Hong Kong i påsk:
–På pappret har vi dussinet medaljchanser, plus att det alltid är någon i svenska simlandslaget som överraskar positivt.



Sim SPORT

Vi är på rätt väg!

Att Johanna Sjöberg är vinterns stora affischnamn inom svensk simsport råder det ingen tvekan om. I detta nummer av Simsport kan du läsa mer om hennes världscupseger och framfart i SM-bassängen i Södertälje.

Att Stockholms KK har nordens bästa pololag är också uppenbart efter segern i Nordiska mästerskapet för klubblag. Läs mer på sidan 20.

Jag vill också passa på att tacka för den positiva respons vi fått på vårt första nummer av Simsport.

Jag tror banne mig att vi är då rätt väg!

Lycka till i Hong Kong!



PER MATSSON

Ansvarig utgivare:
Jan Nordlund, Svenska Simförbundet

Adress:
Svenska Simförbundet
Idrottens Hus, 123 87 FARSTA
Tel: 08-605 60 00
Fax. 08-724 68 61
svenska.simforbundet@rf.se

Redaktion och produktion:
Matsson Reklam & Information
Torggatan 8. 852 32 SUNDSVALL
Tel 060-17 69 59
Fax 060-17 69 59
per_m@algonet.se

Redaktion:
Per Matsson, Stefan Aronson, Roland Engström

Annonser, prenumerationer och adressändring:
Stefan Aronson

Omslagsbild:
Johanna Sjöberg. Foto: Per Matsson

Officiell ledare

Svenska kvalframgångar i fotboll är lite fjuttigt

Ute ligger fortfarande snön meterdjup och vinden är både hård och kall. Våren verkar ligga en bra bit bort. Därför är Svenska Dagbladets Sune Sylvén helt rätt ute när han i en söndagskrönika sätter rubriken "Motvind för svensk idrott".

Nu visar det sig att han inte gör en metreologisk utvikning och det är inte heller, som rubriken kan föranleda en att tro, en koll av den idrottsliga temperaturen. Nej då, rubriken speglar de svenska skidåkarnas framfart i Ramsau! Blir det inte guldmedalj som på Assars och Gundes tid är det motvind för svensk idrott!!

Jag är därför övertygad om att efter VM i Hong Kong blir rubriken i Svenskan "Vinden har vänt för svensk idrott. Johanna och Lars på pallen, Patrik överraskar, liksom...."

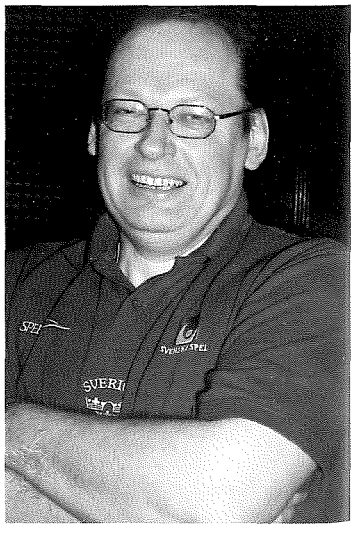
Det känns tryggt att ha det mest framgångsrika svenska landslaget i ryggen. Lägg därtill Anna Lindbergs framgångar på hoppsidan så är det inte svårt att tycka att svenska kvalframgångar i fotboll är lite fjuttiga.

Det är mycket nu. IOKs heder ifrågasätts, åtminstone den lilla klick som till högstbjudande OS kandidatland säljer sin tillgång – en röst. Allting går och sälja med mör... Elitsatsande föreningar som chockartat upptäcker att idrott kostar och att skatt inte är något som är förbehållet vanliga löntagare att betala.

Hur står det till i svenska simklubbar? Att mer tid måste läggas ned på den ekonomiska biten är en tråkig sanning men inte desto mindre viktig. En nyligen gjord ekonomisk utredning av 40-talet simklubbar visar att intäkter och kostnader är i obalans. En direkt konsekvens av detta resultat blir ett förslag till åtgärdsprogram. Något som det redan jobbas på.

Snus som idrottsdrog? Får man tro gjorda undersökningar är det ett problem att så många idrottare snusar och inte helt överraskande är det också farligt för användaren. Värstingarna lär vara skidåkare och hockeyspelare.

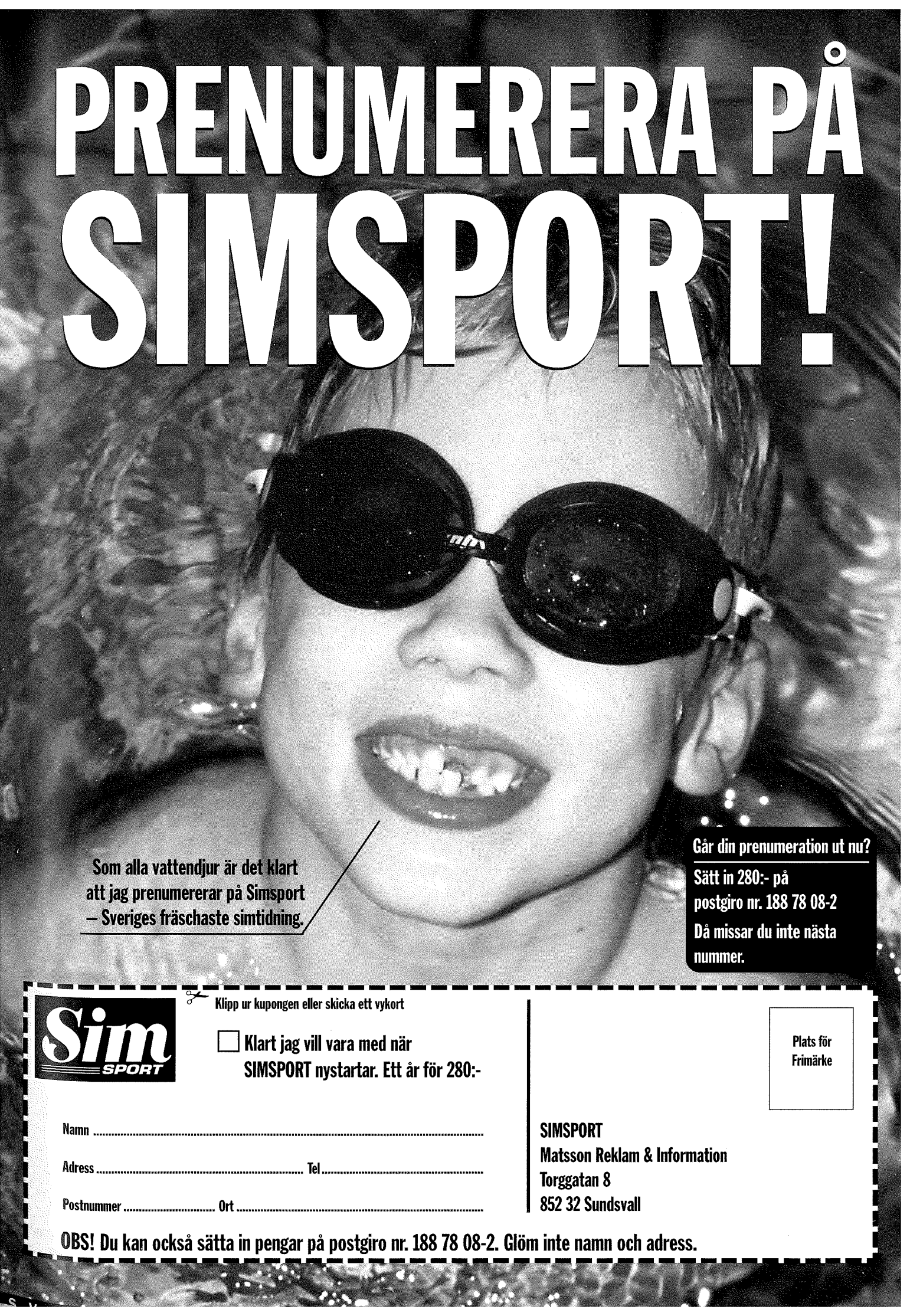
Var finns simidrottaren? Är det en omöjlig utmaning att ledare och aktiva spottar ut snuset och blir snusfria?! Statistiskt skulle då ganska många unga människor slippa framtida problem med hjärta och blodkärl. Måste finnas mycket annat som kan få hjärtat att slå lite extra slag. Framgångar i bassängen kanske eller..



Strax under noll, sol och snart är det VM i Hong Kong. Heja Sverige friskt humör det är det som susen gör!

Vinden har vänt!

OLLE KRISTENSSON,
ledamot i Svenska Simförbundets styrelse



Sim SPORT

Klipp ur kupongen eller skicka ett vykort

☐ Klart jag vill vara med när SIMSPORT nystartar. Ett år för 280:-

Namn .....

Adress ..... Tel .....

Postnummer ..... Ort .....

Plats för Frimärke

SIMSPORT
Matsson Reklam & Information
Torggatan 8
852 32 Sundsvall

OBS! Du kan också sätta in pengar på postgiro nr. 188 78 08-2. Glöm inte namn och adress.



Barn tycker om rutiner

Laura Sevenus driver sedan slutet av 70-talet sin egen simskola i Kapstaden, Syd-Afrika. Där har hon lyckats lära 4-5 åringar simma medley. I slutet av augusti samlades ett antal simlärare i Malmö för att höra Laura berätta om sina erfarenheter av babysim och minisim.

Med en stor ödmjukhet och på ett klart och tydligt sätt berättade hon om de metoder hon använder för att lära barnen simma. Syd-Afrika har under långa tider varit bojkottat och isolerat från övriga världen, man har därför varit tvunget att experimentera fram egna metoder och söka egna vägar i simundervisningen.

Laura har under hela tiden då hon byggt upp sin simskola haft kontinuerlig kontakt med både läkare, sjukgymnaster och andra experter. Hon har ständigt utvärderat sin verksamhet och har provat nya vägar för att utveckla den.

Hur har hon då lyckats?

Mycket bra, på en videoinspelning från hennes simskola fick vi se 4-5 åringar simma medley !

Lauras grundfilosofi var mycket enkel

- Barnen lär sig vad vi låter dem lära sig !!!!
- Det är vi ledare och föräldrar som begränsar barnen !
- Undvik dåliga vanor.
- Beröm ofta och mycket.

Denna grundfilosofi avspeglade sig i hela verksamheten. Fraser som *-jag kan inte* - eller *-det går inte-* existerade inte.

När vi ställde frågan om hon inte tyckte det var svårt att få barnen att ligga i ryggläge – tittade hon undrande på oss - sedan svarade hon:

– Man måste träna !

I sin träning strävar Laura hela tiden efter att barnen ska göra sina övningar efter ett så riktigt rörelsemönster som möjligt. Så att man inte befäster felaktigheter.

Därför tränade hon till exempel armtag genom att föra barnets armar i det rörelsemönster som man eftersträvar. På så sätt får man kroppen att ”minnas ” hur det känns att utföra rörelsen på rätt sätt.

Laura arbetar i en ”djup” bassäng, barnen bottnade alltså inte, som är 12 meter lång.

Föräldrarna finns med i vattnet fram till dess att barnen kan ta sig fram 1-1,5 meter själv (då är de ca 1 år gamla). Grupperna är blandade både när det gäller ålder och färdighet. Varje grupp består av ca 6 barn. Lektionerna, som är 30 minuter, är uppbyggda efter samma rutiner och övningar hela tiden, vilket gör att barnen känner trygghet.

Man bygger alltid på övningarna steg för steg. Lägger aldrig till nya förrän man klarat det tidigare steget. Hur tiden fördelas mellan lek och övning är beroende på hur lång tid det tar för barnen att genomföra det man skall träna på. Tar det 15 minuter att träna ”sitt pass” så får man leka de övriga 15, tar det 25 min så får man leka 5 min.

Vad var det då som kändes så ”banbrytande” med Lauras metoder?

Jag tror att många av oss som har arbetat med simning och små barn har varit rädda för att simningen skall bli inrutad och tråkig. Vi har då gjort ”lektioner ” där vi har varierat oss med många olika övningar och lekar och missat en viktig sak som Laura lyfte fram. Barn tycker om rutiner !!! De vill att det skall vara lika från gång till gång!

Många har säkert varit rädda för att göra undervisningen för målinriktad och ”glömt bort” den glädje och självkänsla som ett barn känner då det klarar en övning.

Hur många av oss har inte hört *”det går inte att lära små barn att simma”* eller *”det är så svårt att få barn att ligga på rygg i vattnet”* och med den inställningen går vi ner i bassängen och förmedlar detta till både barn och föräldrar. Vi måste även på denna nivå kunna se möjligheterna och framför allt ta vara på den kunskap vi har inom simningen.

Använd kunskapen, inte för att pressa fram yngre elitsimmare, utan för att kunna ge många små barn möjligheten att tidigt lära sig att simma och att få uppleva den glädje och självkänsla som det innebär att ”behärska” vattnet.

Lena Andersson-Stenquist
Utbildningskommittén

”Man kan höra jublet från räcket om vinden ligger på...”



Therese Alshammar är en av svensk simnings stora medaljhopp i OS I Sydney.

”Jag bor ett stenkast från Solvalla. Man kan höra jublet från räcket om vinden ligger på. Min pappa, Krister, och farfar också förresten, är hästtokiga. Såvitt jag minns har vi haft tre travhästar i familjen. Tiva heter den nuvarande. Pappa är delägare. Jag har alltid följt med honom till banan och tittat och spelat lite grann. Mest för skojs skull, för att det är en kul grej. Det är socialt. Jag har nog inte vunnit mer än småpengar på mina småinsatser, men det är inte det som är det viktiga.”

”Varför jag gillar travet? Det är underhållning varje gång.”

V75
ATG
MIN ANDRA SPORT

Utbildning – varför det då???

Inom simidrotten är det oerhört viktigt att ledare och instruktörer möter barn och ungdomar på ett sätt som attraherar dem. Dagens barn och ungdomar möts av ett mycket stort utbud av fritidsaktiviteter. Den verksamhet som vi då kan erbjuda dem måste ha så hög kvalitet att de väljer simidrotten framför annan fritidsverksamhet.

Våra ledare, tränare, simlärare, instruktörer m.fl. måste vara så rustade att de kan möta alla barn på rätt nivå. Varje individ ska få känna att de lyckas och har roligt i vår verksamhet.



Carola Sjödin, Utbildningskommittens ordförande.

För att nå dit krävs en utbildning av hög kvalitet. Vi arbetar aktivt för att utveckla utbildningen och att finna vägar till att så många som möjligt utbildas. För några passar det att delta i veckoslutskurser, för andra är studiecirkelformen bättre och vissa föredrar att åka på utbildningsläger. Målet är dock att alla genomgår en utbildning som är av god kvalitet. Utvärdering och dokumentation av genomförd utbildning bidrar till att uppfylla kvalitetsäkringen samt att kvalitetsutveckla utbildningen.

För att nå högsta möjliga kvalitet på utbildningen är det givetvis av största vikt att de som utbildar har mycket goda kunskaper i ämnet.

Målsättningen är att samtliga föreläsare genomgår en utbildarutbildning och att utbildarna årligen möts för metod -och kompetensutveckling samt erfarenhetsutbyte.

Utbildningsåret 1999. Under året kommer möjligheterna till att utvecklas inom nya områden att öka. För de föreningar som vill satsa på verksamhet för barn i åldern 2-4 år kommer det till hösten att finnas ett utbildningsmateriel i minisim.

För de föreningar som vill vidga sin verksamhet med simidrottsskolor kommer det även ett utbildningsmateriel för att driva sådan verksamhet. Simidrottskolor är särskilt lämpligt att ha under skolloven, då det ger en allsidig träning med simning, simhopp, vattenpolo, konstsim och livräddning som grundpelarna i verksamheten.

Utbildningar som arrangeras i SSF eller i samarbete med SSF är;

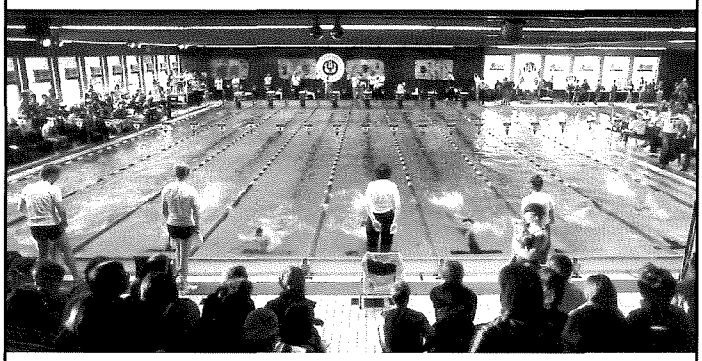
- **Utbildarutbildning** - för de som ska utbilda i Simidrott Grund- arrangeras i Örebro hösten-99
- **Clinic i babysim/minisim** - för alla verksamma i babysim/minisim i Norden. Den väl meriterade inom området, Judy Watts från Australien, är gästföreläsare.
- **Utbildarkonferens** - för alla utbildningsledare och alla utbildare i Sverige - arrangeras den 15-17/10. Plats ännu ej klar. Målet är då att höja kvaliteten på utbildarna och fastställa planerna inför år 2000. Omarbetningen av strukturen av Simidrott Grund kommer då att presenteras.

Övriga utbildningar kontaktar ni ert distriktsförbund, SDF, för närmare information. Adresser hittar ni i Simkalendern.

Välkomna till ett nytt givande Utbildningsår!!!!!

Carola Sjödin
Utbildningskommitten

SIMLÄGER I KATRINEHOLM



Duveholmshallen

erbjuder Dig och Din förening utmärkta träningsmöjligheter till fantastiskt låga priser!

Helpension på sporthotellet "Tre Bollar" • Banhyra

Teorilokaler med AV-utrustning och video i Duveholmshallen

Allt till "Idrottspriser"

KATRINEHOLMS SPORTCENTRUM

FÖR YTTERLIGARE INFORMATION RING 0150-572 48.

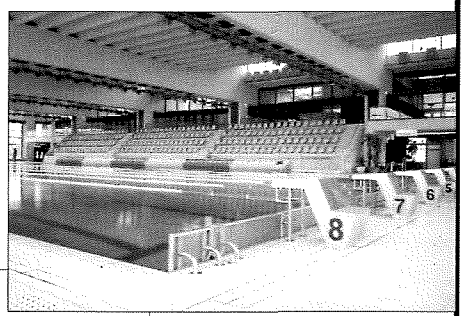
JUNIOR CLUB BUDAPEST

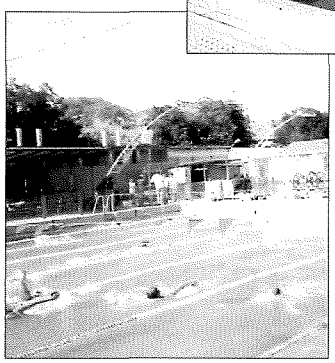
Träningsläger i Ungern

ÅRET RUNT!

Simning • Vattenpolo • Konstsim • Simhopp • Modern 5-kamp

På följande orter:
Vid Balatonsjön, Szombathely, Budapest, Hajdúszoboszló, Pécs och Tatabánya.





TRÄNINGAR:
2x2 tim i modern 50 m inomhusbassäng (simning, konstsim).
2x1,5 tim. (vattenpolo).
I priset ingår träningsmatcher (vattenpolo) och engelsk tolk under hela vistelsen.

Priser med helpension:
Priserna inkluderar övernattning med helpension och bassänghyra från **240-340 kr/dag** och person beroende av ort.

Information:
Elynor Fekete Tel/fax 0500/41 74 50 el. 48 49 18 (kväll)
I Ungern: 1165 Budapest, Hunyadvár u 41/A, Tel/fax: 361 322 6543

Bo billigare på Scandic Hotels

Svenska Simförbundet har tecknat ett avtal med Scandic Hotels AB gällande Sportpriser på samtliga Scandic Hotels i Sverige. Avtalet ger medlemmar i landets simföreningar lägre pris mot uppvisande av medlemskort.

Bokningar skall göras direkt till önskat hotell genom något av Scandic Hotells Kund och Bokningsservicekontor eller genom resebyrå. Vid bokning måste koden S5280 anges.

För mer information om priser och vilkor se Svenska Simförbundets hemsida på internet på adressen www.svenskidrott.se/simning/ eller kontakta förbundet, tel 08-605 60 00.

Vem sjutton är Lars Fjärrstad?



Så här ser han ut! Polokommitténs ordförande Lars Fjärrstad

Vid en motivations- och träningshelg, för pojkar födda 83 och senarei februari, gjordes en enkel enkät bland deltagarna. På frågan"Vem är ordförande i polokommittén?" var det endast en som visste att det är Lars Fjärrstad.

Målsättningen med lägret var dock inte att lära deltagarna vem Lars Fjärrstad är utan att kartlägga spelarmaterialet och få en uppfattning om kunskapsnivån hos våra ungdomsspelare.

Att det saknades matchträning syntes tydligt på många håll.

Efter lägrets sista pass hade dock standarden märkbart förbättrats.

– Alla grabbar gjorde mycket bra ifrån sig och vi har lagt en bra grund att bygga en landslagsverksamhet på, menar Mats Lennerthson, Björn Halvarsson och Bengt Lidh.

Tränare på väg

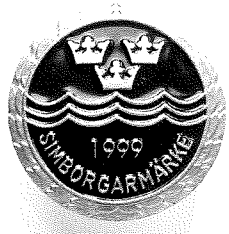
- Esko Hyvärinen från KK Karpen till S 71 Hässleholm

SIMHOPP

Kinesiska hoppare vann i Rostock

Kina dominerade tyska Rostocks världscuptävling i simhopp 5–7 mars.

På damsidan var Jing Zhang det stora namnet, medan Xiao Hailiang och Xy Xiang var de kineser som tog för sig mest på herrsidan. Även tyskarna firade framgångar. Bland hemmanationens toppar märktes parhopparna Frank Sander och Frank Düffer.



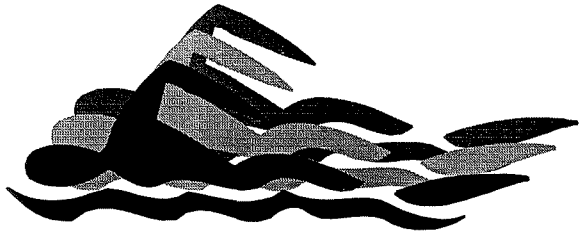
Simborgare kan simma

I en tid då simkunnigheten sjunker blir arbetet med att skapa fler simskolor allt viktigare. Simborgarmärket är en symbol för detta arbete.

Genom att årligen simma 200 meter och därmed testa sin egen simkunnighet visar man också att man stödjer barns självklara rätt, rätten att lära sig simma, rädda liv och ta ansvar för andra.

Sedan starten 1934 har fler än 6,5 miljoner märken sålts. Försäljningen av Simborgarmärket har under dessa år tillfört behövliga resurser för utbildning av simlärare och start av nya simskolor. Årets Simborgarmärke är blått med guldkrans. Från och med 1999 är också årtalet präglat på märkets framsida.

Nu behövs det fler Simborgare! Alla barn måste få chansen att lära sig simma. Testa simkunskapen i någon av landets alla simhallar nu i vår. Visa, genom att bära Simborgarmärket, att det är viktig att fler barn får en möjlighet att rädda liv. Både sitt eget och andras.



KUNGSBACKA SPORTCENTER

– en komplett anläggning för motion, idrott och evenemang –

Vi erbjuder:

- ❑ Priser från 140:-/person/dygn
- ❑ Många olika boendealternativ
- ❑ Paketlösningar
- ❑ Träningsalternativ

Kungsbacka Sportcenter ligger centralt beläget i Kungsbacka med gångavstånd till buss-, pendel- och tågstation. Endast 20 minuter från Göteborg.

För information och bokning:
Kungsbacka Sportcenter, Gymnasiegatan, 434 42 Kungsbacka
Telefon 0300-346 48 Fax 0300-771 45
E-post: sportcenter@kungsbacka.se
www.kungsbacka.se

Fritid KUNGSBACKA KOMMUN

Välkommen till Älvdalens simhall!

Det kompletta alternativet för en lyckad lägervistelse

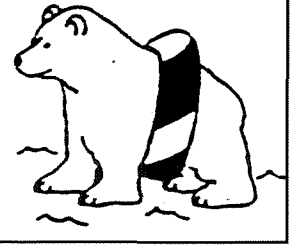


Simläger från 15 kr/pass/delt.

Boende i olika prisnivåer
– allt från masslogi på eget underlag till hotell.

- **50 m simbassäng**
- **60 m vattenrutschbana**
- **5 st solarium**
- **Gym**
- **Caféteria**
- **Ishall**
- **Camping**
- **Minigolf**

... allt på ett ställe
Information
Tel 0251 – 802 83
Fax. 0251 - 413 06



Inne-SM i Södertälje 11-14 mars

Tjejerna visade

Therese Alshammar från Neptun blev med sina fyra individuella guld SM-drottning när inne-SM i simning avgjordes i Södertälje. Och när Sundsvalls Lars Frölander inte var i sitt allra bästa slag kunde Väsbys Daniel Carlsson lägga beslag på SMs kungakrona med sina tre individuella guld.

Annars var det Södertäljes Johanna Sjöberg som svarade för den starkaste individuella prestationen när hon för tredje gången i vinter sänkte sitt svenska rekord på 100 meter fjäril till 57,82 sekunder.

Simningen har stämt väldigt bra. Jag har aldrig varit i bättre form, säger Johanna.

– Det känns mycket bra inför VM. Att världsrekordhållarskan Jenny Thompson inte verkar komma till start i VM gör att jag borde ha en god chans på guldet, kommenterade en lycklig Johanna efter rekordloppet och fortsatte:

– Just nu är jag väldigt trött i kroppen men jag kommer att köra på lite grand också efter SM för att sedan släppa på träningen.

Anders Bladh, Johannas tränare, var också mycket nöjd.

– Det är bara att glädjas över Johannas simningar. Det ser oerhört bra ut. Att kunna slå svenskt rekord nu är väldigt starkt. Vi måste komma ihåg att Johanna är inne i en tung träningsperiod. Hon har dessutom kört 2.000 meter före och efter varje tävlingspass. Detta SM har varit en nyttig genomkörare inför VM.

Att Daniel Carlson är snabb har han visat flera gånger i vinter. Så även i Södertälje. En fin skalp var att besegra svenske rekordhållaren på 50 meter fjärilsim, Lars Frölander. Daniel hade 24,32 och Lars 24,47. Där emellan klämde sig också Spårvägens Jonas Åkesson på 24,40.

– Det har känts segt hela veckan, menade Lars efter sina lopp. Det som kändes allra bäst var fjärilsloppet i medleylagkappen (52,77).

Sundsvall satte där ett nytt svenskt rekord med 3.41,79!

50-metersloppen har varit omöjliga att få upp någon fart på. Men totalt sett känns det som jag ligger ganska rätt inför VM i Hong Kong.

Hos Sundsvallstränaren, Hasse Bergqvist, kan man dock skönja en viss oro:

– Jag hade nog hoppats på lite snabbare tider av Lars. Men han har sett bättre ut ju fler lopp han har simmat. Jag måste ändå säga att jag är lite fundersam. Han borde ha gjort cirka 52,5 på 100 meter fjäril, nu hade han 53,6. Han är alldeles för osnabb i utgångsfart.

– Tyvärr måste Lars åka tillbaka till USA för att studera en vecka innan han åker till VM. Och det är kanske inte den allra bästa uppladdningen inför VM.

Efter VM åker också Lars tillbaka till USA och avslutar studierna, för att sedan helhjärtat satsa mot OS i Sydney.

Hasse Bergqvist är också tränare för Anna–Karin Kammerling. Anna-Karin visade även hon att storformen är på väg lagom till VM.

– Det ser egentligen alldeles för bra ut. Hon borde vara betydligt tyngre i kroppen. Anna-Karin har kört nio styrkepass veckan innan SM. Vi har faktiskt gjort allt för att förstöra hennes SM med tung träning, kommenterade Hasse.

– Men man kan ju också se det som att det kan hända något alldeles enormt för Anna-Karin på VM.

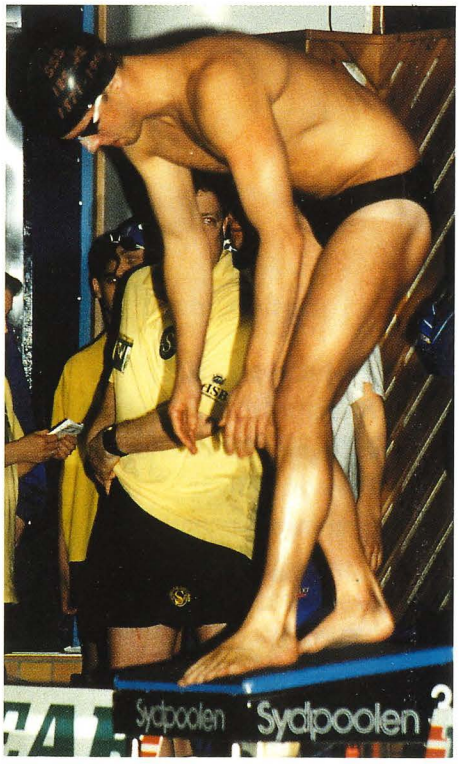
Patrik Isaksson, en av guldfavoriterna i VM, gjorde väl det han skulle på sina bröstsimssträckor, men inte mer. Men Patrik är stabil och säker och har aldrig gjort ett dåligt kortbanemästerskap.

– Patrik ser bättre ut nu än inför EM, menade Patriks tränare Dennis Fredriksson. Tyvärr har Patrik varit sjuk flera gånger i februari-mars. Men det ser mycket lovande ut inför VM. Han har goda möjligheter att försvara sitt VM-guld från Göteborg även om det finns ganska många som har simmat bra

Forts. nästa uppslag.

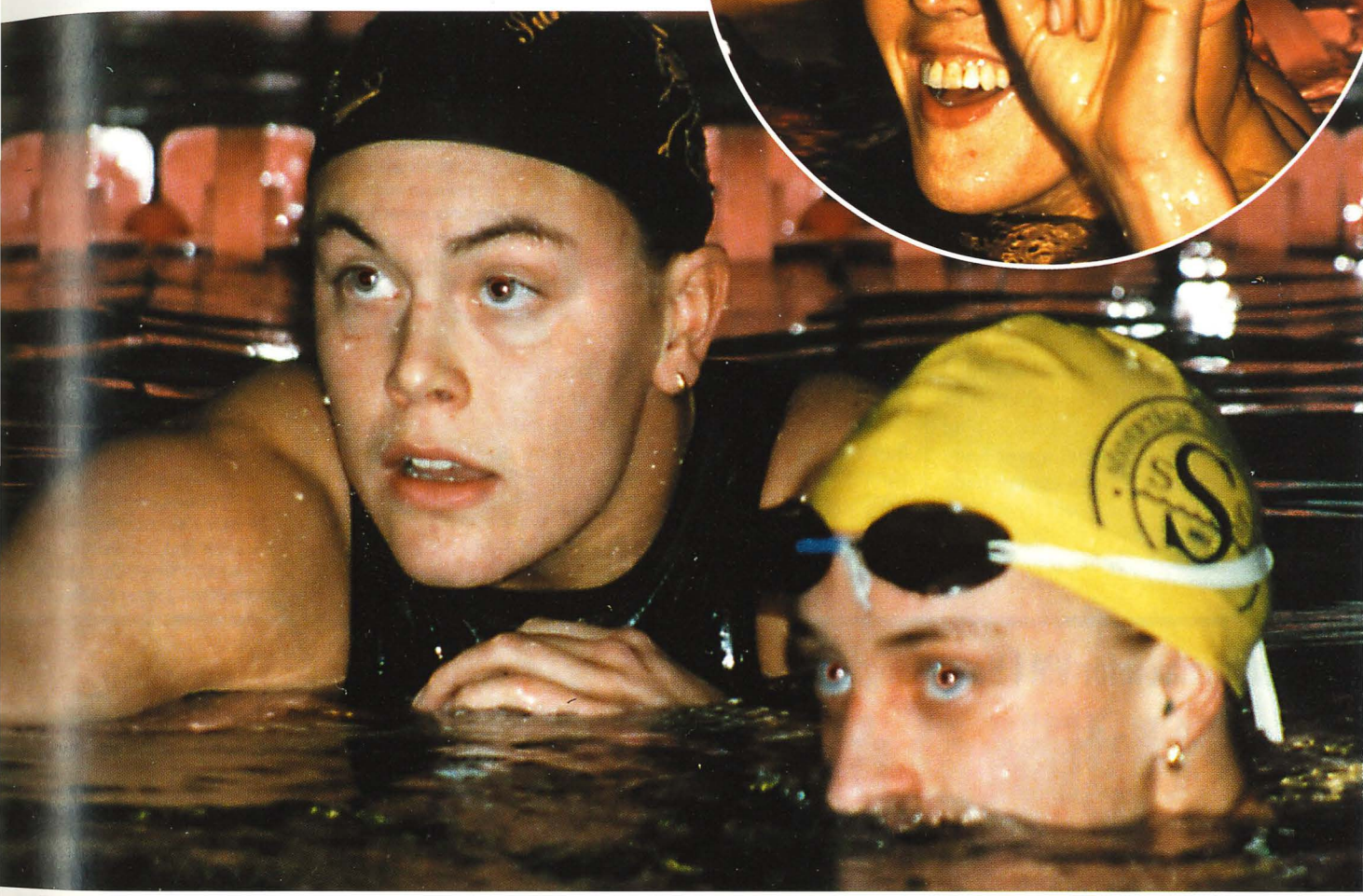


Daniel Carlsson blev SM-kung med sina tre individuella guld: 50 fjäril (24,32), 50 rygg (25,25) och 100 rygg (55,51).

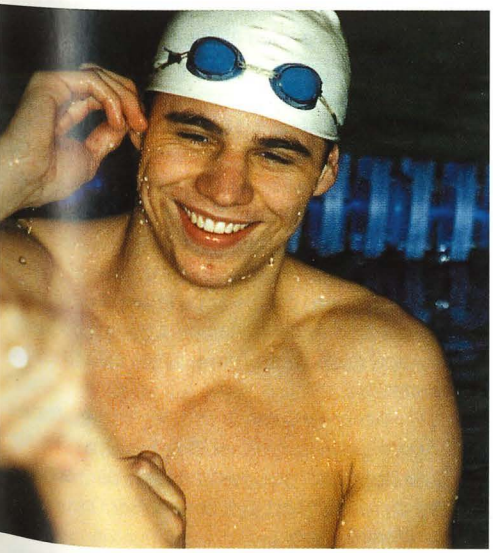


Lars Frölander har en bit kvar till den riktiga storformen men det räckte ändå till seger på 100 fritt (49,22) och på 100 fjäril (53,61).

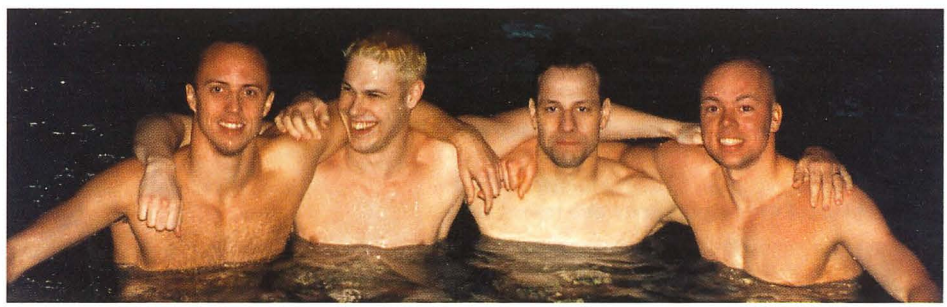
klassen



Therese Alshammar (runda bilden), Anna-Karin Kammerling och Johanna Sjöberg är alla tre individuella medaljhopp inför VM i Hong Kong. Vid SM i Södertälje visade landslagstrion sin kapacitet.



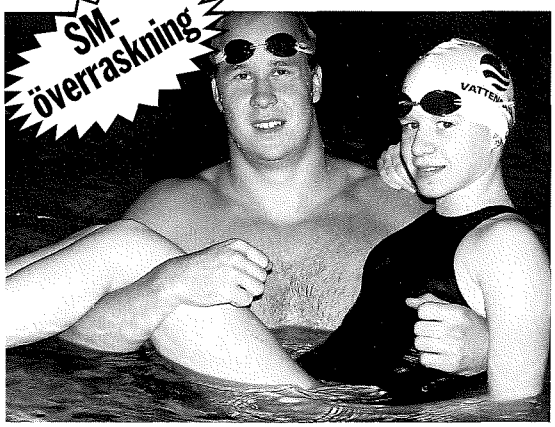
Christian Clausens formkurva pekar fortfarande rakt upp i skyn. Vid SM resulterade det i två segrar på 50 och 100 bröst, och en VM-biljett.



Efter att ha blivit diskade för överväxling efter segern på korta medleylagkappen, kom Sundsvallsgrabbarna igen med besked på 4x100 meter medley. Svenskt rekord med 3.41 79. I laget ingick fr v. Lars Frölander (fjäril 52,77), Jens Johansson (bröst 1,01,47). Nicklas Åhlin (rygg 58,59) och Johan Nyström (fritt 48,96).



Malmös damer satte ett nytt prydligt svenskt rekord 4x200 fritt. I laget ingick fr v. Camilla Helgesson (2.02,86), Lotta Wänberg (2.00,43), Lisa Wänberg (2.00,24) och Jenny Redlund (2.04,39).



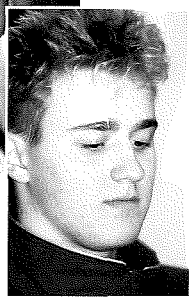
Lilla 13-åriga SOPHIE VELLNER från Västerås var SM-tävlingarnas största överraskning. Med sina fina simningar tog hon ett brons på 200 meter bröst och en fjärdeplats på 100 meter bröst. Här pustar hon ut i sin store klubbkamrat Patrik Isakssons famn

– Sofie Vellner är ett naturbarn med en otrolig talang, hon är absolut inte någon träningsprodukt. Hon kör cirka 4.500 m fem pass i veckan i vår sk T3-grupp, säger Dennis Fredriksson, tränare i Västerås.



Fokuserad Miranda

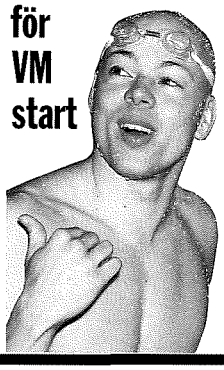
Store 34-årige John Miranda var oerhört fokuserad under SM-dagarna. Målsättning var klar: Seger på 50 fritt och en tid under 22 sekunder. Han lyckades med båda. 21,99 i försöken på 4x50 m fritt. Södertälje SS gick i samma lopp under svenska rekordet på sträckan. Men rekordet kan inte godkännas eftersom John inte är svensk medborgare.



Tvåa på 50 fritt kom uppstickaren STEFAN NYSTRAND, Södertörn, som med nytt svenskt juniorrekord (22,69) slog sig in i senioreliten.

–Stefan har varit jätteduktig, men hans resultat är ingen direkt överraskning för mig, Han har haft en en bra utvecklingskurva. Vi får inte glömma att han vann JSM i Kristinehamn redan 1997. Han har potential att utvecklas ännu mer, säger Stefans tränare Anne Forsell.

Tummen upp för VM start



– Det är skandal!

För ett par år sedan krävdes det 50 sek för att bara ta sig till final, sa Hans Chrunak efter 100 m fritt för herrar. Men efter fina simningar i lagkapperna av framför allt Johan Wallberg, Neptun och Johan Nyström, Sundsvall (bilden t v). Gav han tummen upp för ett lag på 4x100 fritt och VM biljett till Johan & Johan.

SM i Södertälje forts fr förgående uppslag.

bröstsim ute i världen.

Patrik är nog en av dem som tränar hårdast i Sverige just nu. Han kör ca 16-18 timmar simning i veckan plus 6-7 styrkepass.

Nu blev det istället Christian Clausen som blev bröstsimskung med seger på 50 och 200 meter och ett silver på 100 meter. Och belöningen blev bästa tänkbara: Plats i VM-truppen

– Det har känts jättebra hela SM-veckan, skrattade en glad Christian. Simningen stämmer perfekt. Jag är mest nöjd med mitt 50 meterslopp (28,28). Det var otroligt skönt att kunna slå Patrik (Isaksson) även fast jag vet att han inte är toppad. 200 meter hade säkert kunna gå ännu fortare om jag hade varit lite mer pressad.

Louise Jöhncke, Spårvägen, bronsmedaljös på 100 och 200 meter fritt vid EM i Sheffield, blandade och gav vid SM-tävlingarna. I första dagens andra gren, 200 meter fritt, verkade Louise mycket tung och föll tillbaka rejält i loppets slutskede. Hon slutade på en sjundeplats med 2.02,13. I 100 meters finalen, på fredagskvällen, fick Södertäljepubliken se en helt annan Louise. Hon visade direkt att hon var ute efter guldet. Det blev en klar seger med tre tiondelar tillgodo på Therese Alshammar. 55,44 mot 55,75

– Jag är mycket nöjd med Lollans (Louise Jöhncke) 100 meter fritt. Det här var faktiskt hennes första SM-guld på kort bana. Jag tycker hon ser mycket bättre ut nu än inför EM i Sheffield. Hon kan komma att göra stordåd i Hong Kong, siar Mikael Holmertz, tränare i Spårvägen.

Text & foto: Per Matsson

Hans Chrunak inför VM i Hong Kong:

– Ett tiotal medaljchanser och minst

Världscupsäsongen och inne-SM är över. Nu väntar kortbane-VM i Hong Kong, 1–4 april.

17 svenska simmare har fått förtroendet att försvara de blå-gula färgerna – och förbundskapten Hans Chrunak väljer i vanlig ordning att se positivt på uppgiften.

– Ett tiotal medaljchanser och minst tre guld ser jag som en fullt möjlig målsättning, kommenterar Chrunak.



Förbundskapten Hans Chrunak "Mannen med det vackra efternamnet" är optimistisk inför VM i Hong Kong.

Med färska SM-intryck på näthinnorna är Hasse Chrunak full av optimism.

– Jag tycker SM-tävlingarna började litet trevande, men det blev bättre och bättre. Och trots att våra individuella toppar inte var toppade presterades flera riktigt bra resultat.

– Johanna Sjöbergs rekordsimning på 100 fjäril (57,82) var ju sensationellt bra och jag kan heller inte undgå att bli imponerad av Anna-Karin Kammerlings insatser på 50 fjäril (där hon besegrade Sjöberg) och 50 fritt (tvåa efter Alshammar). Hon har tränat fruktansvärt hårt och tungt i vinter och simmade ändå förhållandevis snabbt. Det ser mycket bra ut inför VM, tycker Chrunak.

Över huvud taget fortsätter tjejerna att "sticka ut" med internationellt gångbara tider. Men även nationellt har den ökade konkurrensen givit en bred topp.

– Som jag ser det är kvartetten Johanna Sjöberg, Louise Jöhncke, Anna-Karin Kammerling och Therese Alshammar individuella medaljhopp inför Hong Kong, med Alshammar meritmässigt längst ifrån en medalj...

– När det gäller lagkapperna ska tjejerna slåss om guldet på både 4x100 och 4x200 fritt, men även medleylaget ser intressant ut eftersom Maria Östling verkat fått en nytändning och simmat bra hela vintern. För hennes del verkar inhoppet i Sheffield i december ha givit en ny kick.

Ida Mattsson, det 14-åriga stjärnskottet från Triton i Staffanstorp, kunde i Södertälje inte upprepa guldloppen från ute-SM i Sundsvall i somras.

– Hon är fortfarande för dålig på att vända i 25-metersbassäng för att riktigt kunna göra sig gällande, men "persade" här och där, och var inte alls dålig. Tvärt om, betygsätter Chrunak.

Med tillägget:

– Just nu är Ida i en fas, där hon kanske är bättre på att träna än att tävla. Hon går inte framåt



LARS FRÖLANDER fick motta "Stora Nordiska Priset" som delas ut av "Fonden för nordisk simning" Lars får priset som bästa nordiska simmare under 1998. Prisutdelare var fondens ordförande Lars Krogh, Norge. 1997 gick Priset till Jani Sievinen, Finland.



Maria till VM

–Skönt, det var länge sedan jag var under 1.10, sa en glad MARIA ÖSTLING, Södertörn, efter segern på 100 meter bröstsim. Med tiden 1.09,36 simmade Maria till sig en VM-biljett.

– Maria Östling har gjort ett strålande SM, säger Anne Forsell, tränare i Södertörn:

– Maria har tidigare varit på vippen att lägga baddräkten på hyllan men genom att gå ner i träning har hon lyckats motivera sig själv att fortsätta. Nu kör hon 4-5 simpass i veckan som kompletteras med aeorobics och styrketräning.



Sitter styrkan i håret?

Ja, hos ERIK LA FLEUR, Poseidon, verkar det vara så. Erik presterade en rad fina simningar och fick med sig två individuella brons och ett silver hem. Allt erövrades på ryggsim.



Medleydrottning blev MALIN SVANSTRÖM med seger på 100 (1.03.96) och 200 meter medley (2.14,58).

Så tyckte vi om arrangemanget



GUNNAR KARLSSON, SÖDERTÄLJE:
– SM har fungerat jättebra arrangörsmässigt, vi är jättenöjda. Om jag själv får betygsätta skulle jag ge detta SM en nia av tio i en skala på tio. Enligt Länstidningen i Södertälje fylldes klubbkassan på med ca 100.000 kronor.

CHRISTER MAGNUSSON, SIMKOMMITTÉNS ORDFÖRANDE



Södertälje har gjort ett bra jobb under de förutsättningar som finns. Tyvärr svarar inte arenan upp mot de krav man måste ställa på en SM-arena. Det var till exempel alldeles för trångt för press och media . Tävlingarna är ju deras arbetsplats och då måste de ges möjlighet att utföra sitt arbete.

Juniorerna till 6-nationers



Direkt efter SM i Södertälje nominerades juniortruppen till 1999-års 6-nationers, som i år avgörs i Uppsala 3–4 april. Förbundskapten Martina Aronsson (bilden) får här ett fint tillfälle att se vad landets just nu mest lovande ungdomar duger till i tuff internationell konkurrens.

EJM är sommarens stora mål och en och annan blå-gul simmare lär bli förhandsnominerad i samband med 6-nationers. Här är den svenska truppen:

Damer: Cecilia Blom, S-71, Hässleholm, Mia Brodén, Falu SS, Cathrine Carlzon, Södertörns SS, Linda Erlandsson, Motala SS, Emma Gustavsson, Växjö SS, Sara Larsson, Ludvika SS, Helen Lidman, Danderyds SK, Sara Nordenstam, SK Skäret, Carolina Steffensen, Trelleborgs SS och Mia Ydfors, SK Neptun.

Herrar: Marcus Andersson, Västerås SS, David Andreasson, Mölndals ASS, Peter Edvardsson, Alingsås SLS, David Gustafsson, Norrköpings KK, Per Nylin, Norrköping, Dag Jönsson, S-71, Hannes Kohnke, Malmö KK, Björn Lundin, SK Lödde, Johan Ljungman, Södertörns SS, Stefan Nystrand, Södertörn, Kristoffer Sjöstedt, Södertälje SS, Reidar Spångberg, Solna SS, Öyvind Spångberg, Solna, Johan Sundqvist, Jönköpings SS, Jonathan Wiik, Spårvägens SF och Mathias Öhman, Sundsvalls SS.

tre guld ser jag som fullt möjligt

lika snabbt tidsmässigt som tidigare och det är också fullt naturligt.

– Sedan var det ju kul att se den där 86:an, vad hon nu hette (Sophie Vellner, Västerås, vår anmärkning), simma bröstsim.

Herrarna, då?

– Lars Frölander är ju som han är. Hade han bara rakat sig hade det gjort en och annan tiondel...

– Han kommer att simma fort i Hong Kong!

Sett till den gångna vintern och inne-SM i Södertälje är det ingen tvekan om att Lasse Frölander är det stora svenskhoppet inför kortbane-VM i Hong Kong.

– Ja, han och Patrik Isaksson och kanske också Daniel Carlsson är de jag tror har störst chans att hävda sig om vi snackar individuella medaljer.

– Med Carlsson får vi dock se hur vi gör. Hans tid från kortbane-EM i Sheffield på 50 rygg (24,67 gav brons) räcker förmodligen långt också på VM. Men den grenen ligger alldeles intill medleylagkappen och då blir det in i det sista tveksamt hur vi agerar, säger Hasse Chrunak.

Just medleylaget över 4 x 100 meter är på förhand det I-a-g som de svenska herrarna hoppas mest på.

– Tyvärr blir det ingen uppställning på 4x200 fritt. Efter ett 90-tal som givit oss bland annat två VM-guld och två OS-silver känns det tråkigt och nästan vemodigt att konstatera att vi just nu inte riktigt räcker till.

– Däremot ger vi sprintergänget en ny chans. Efter den individuella 100-metersfinalen på SM fanns inget 4x100-lag i VM-tankarna, men när både Johan Wallberg och Johan Nyström tände till i lagkapperna blev det intressantare igen.

Även på herrsidan fanns en och annan uppstickare.

Som Stefan Nystrand, Södertörn.

– Ja, Nystrand var ett nytt, fräscht namn, kommenterar Chrunak den 18-årige sprintern, som placerade sig som tvåa efter John Miranda på 50 fritt och som även tog ett silver efter Patrik Isaksson på 100 medley.

Slutomdömet blir alltså gott.

Inte perfekt, men gott.

Och målet inför det fjärde världsmästerskapet i kort bana genom tiderna är alltså utstakat: "bättre eller minst lika bra som i Göteborg"!

Då, i mitten på april 1997, vann Lars Frölander, Sundsvall guld på 100 meter fjärilsim, Patrik Isaksson vann guld på 100 meter bröstsim och Louise Karlsson, Skäret, vann guld på 100 meter medley.

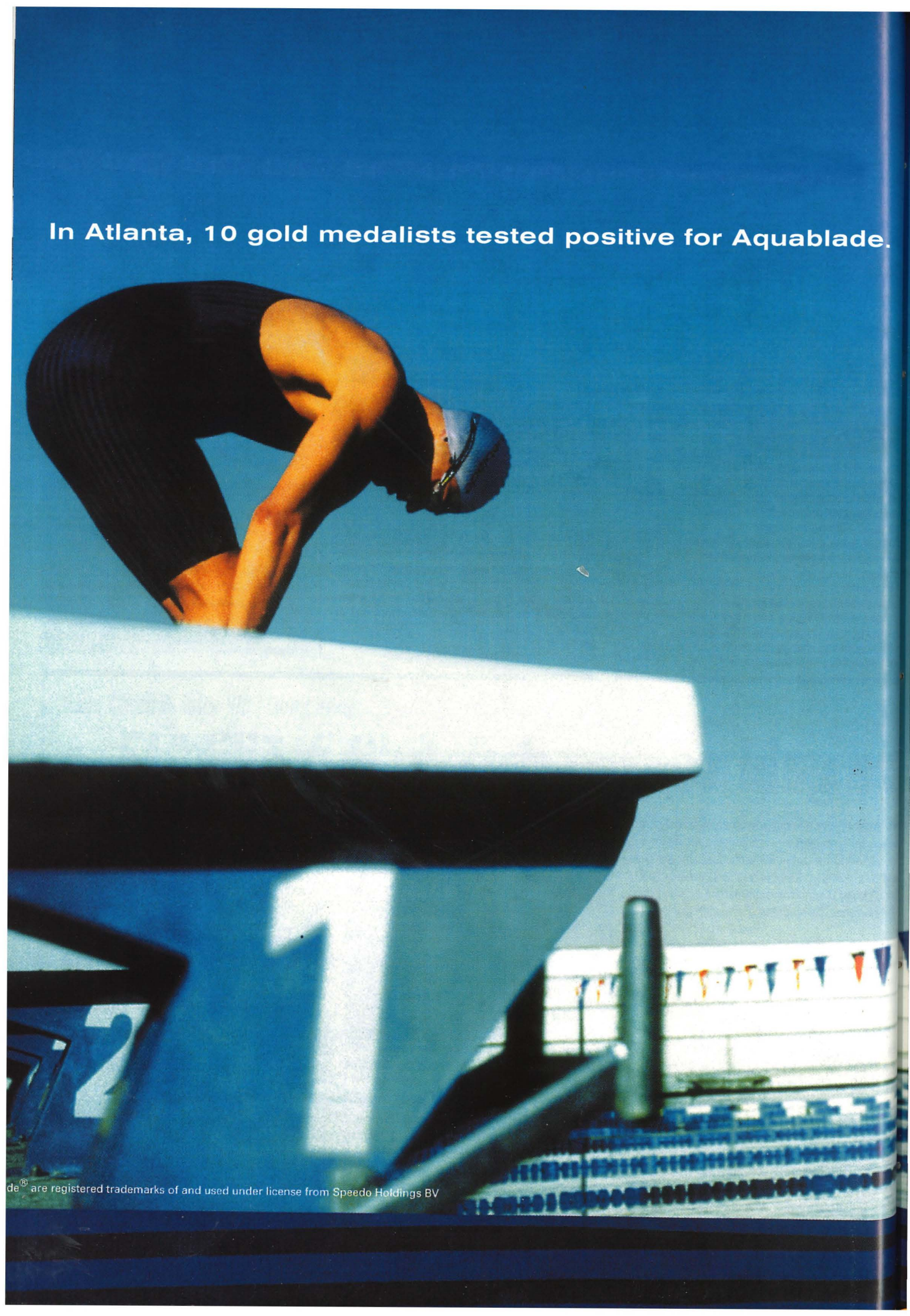
Plus tre silver, ett brons och hela 22 svenska rekord. Något som endast kan matchas av rekordslakten i samband med det senaste kortbane-EM:et, i Sheffield för några månader sedan.

Roland Engström

VM-truppen till Hong Kong 1–4 april

Damer: Therese Alshammar, SK Neptun, Louise Jöhncke, Spårvägens SF, Anna-Karin Kammerling, Sundsvalls SS, Josefin Lillhage, Göteborgs Sim, Johanna Sjöberg, Södertälje SS, Sandra Steffensen, Trelleborgs SS, Malin Svahnström, Väsby SS, Lotta Wänberg, Malmö KK och Maria Östling, Södertörns SS.

Herrar: Daniel Carlsson, Väsby SS, Christian Clausen, Trelleborgs SS, Mattias Ohlin, Trelleborg, Lars Frölander, Sundsvalls SS, Johan Nyström, Sundsvall, Patrik Isaksson, Västerås SS, Daniel Lindström, Växjö SS och Johan Wallberg, SK Neptun.


In Atlanta, 10 gold medalists tested positive for Aquablade.
de® are registered trademarks of and used under license from Speedo Holdings BV


Om du inte använder Aquablade kommer någon annan att göra det, och du förlorar. Personbästa, världsrekord, olympiska rekord – dom faller med sekunden. Dess randiga yta skapar spiralliknande virvlar, ökar vattenflödet och minskar motståndet.
Vattnet vet inte om att du är där. Ge dig själv en chans, simma ut ur ditt skinn.
SPEEDO
no barriers

Dagens idrottare springer, paddlar, simmar och åker skidor fortfare än någonsin. Bara inom friidrottens 10.000 meter har världsrekord slagits åtta gånger under de senaste fem åren av sex olika herrar.

Det är många faktorer som bidrar till resultatutvecklingen. Bland annat ökad kunskap om idrottsvetenskap, förbättrade anläggningar och utrustningar. Ökad träningsvolym och förbättrade träningsmetoder anses trots allt vara de viktigaste faktorerna för resultatutvecklingen.

Men det finns en gräns för hur mycket träning en idrottsutövare kan tillgodogöra sig. När denna gräns har passerats kommer prestationsförmågan att försämras. Den aktive kan hamna i ett överträningssyndrom - det vill säga vara negativt övertränad.



Övertränad, jag? Nej, nej, bara lite hängig!!!

Det har visat sig i studier att det är betydligt fler idrottare som blir negativt övertränade än tidigare. Här ska jag beskriva fenomenet och försöka ge svar på varför man blir övertränad?

Illustration
Per Matsson



Av Anne Forsell, simtränare i Södertörn och Landslaget

Bakgrund. På inititiativ av Göran Kenttä på Stockholms Universitet/ Psykologiska Institutionen startades ett utvecklingsprojekt hösten 1997 om överträning.

Vi valde ut deltagare från Juniorlandslaget i kanot, simning och längdskidåkning. Alla tre grenarna har uthållighet som en gemensam nämnare. Alla i gruppen hade dessutom en bra träningsbakgrund och hade tränat på elitnivå i snitt 4,3 år.

Vid starten deltog 15 simmare, 16 skidåkare och 17 kanotister. När det var dags för slutsammanställning hade tio simmare, tio skidåkare och elva kanotister rapporterat in tillräckligt med data och fakta för att kunna användas vid en sammanställning.

Huvudsyfte. Att förstå och lära sig hitta den optimala balansen mellan träning och återhämtning för att kunna uppnå maximal prestationsutveckling var det viktigaste.

Vi delade upp studien i fyra delsyften:

- Lära sig träna smartare och hitta balansen mellan träning och vila.
- Lära sig lyssna och förstå kroppens signaler.
- Lära sig betydelsen av kvalitén i återhämtningen.
- Lära sig hitta en praktisk metod eller system för att balansera träningen.

Genomförande. Deltagaren fick ett formulär att registrera olika parametrar på.

Formuläret innehöll fysiologiska, psykologiska och fysio-psykologiska markörer, och betraktades som ett mät- och styrinstrument (MSI).

Detta formulär var också viktigt pedagogiskt sett, eftersom vi ville att de aktiva skulle lära sig att känna sin kropp och dess signaler.

Totalt var det tolv parametrar att notera vid tre olika tillfällen under dagen:

Morgonen: Vilopuls och sömnkvalité.

I samband med träning: Upplevd ansträngning (JSK) och högsta puls i olika lägen.

På kvällen: Känsla enligt så kallad TQR-skala (Total Quality Recovery) - med egna TQR-åtgärder och ett poängsystem för att klara återhämtningen.

Exempel på denna känsla var: upplevd aptit, ömhet/stelhet i musklerna, tung/ klumpig teknik och sjukdom (förkylning, halsont och så vidare).

Dessutom skulle den totala poängen av POMS (Profile of Mood State) införas vid de tillfällen man gjort ett sådant. POMS är ett formulär med 63 ord, adjektiv som skulle värderas på en skala 0-4 efter hur man själv kände sig enligt dessa ord. Resultatet blev ett diagram som belyste kroppens deppighet, spändhet, argsinthet, vigör/pigghet, trötthet och förvirring.

Dessa rapporter skickades in under tolv månader. En vecka på varje formulär , för att bearbetas och sammanfattas.

Jag har stått till förfogande för frågor och efter varje POMS-test gjorde jag en återkoppling, feedback, till den aktive med svar via post eller fax.

Feedbacken innehöll förslag till åtgärder som dltagarna borde vidta, och de ställdes och i paritet mot MSI-formulärets svar.

Med stöd av träningsrapporter kan man utläsa väldigt mycket och förstå ännu mer om varför tränings- och tävlingsresultat ibland blir som de blir...

Tre av simmarna svarade ja på frågan om de haft en formsvacka. Det skrämmande var att de inte gjorde någonting åt det och det allra värsta var, att de upplevde att deras tränare inte hade lyssnat på dem!

Resultat. Utvecklingsprojektet har inneburit en läroprocess för alla inblandade: aktiva, hemmatränare (de som velat) och forskare.

På en skala 1-7 upplevde deltagarna att de lärt sig förstå kroppen och betydelsen av återhämtning och att träna smartare på en snittnivå av 4,4.

När det gällde att värdera vilka olika variabler på MSI-formuläret som de hade haft mest nytta av varierade svaren väldigt.

Bland simmarna var de fem mest uppskattade parameterarna:

Övre luftvägsinfektioner (ÖLI), TQR-åtgärder, stelhet och så vidare, Upplevd ansträngning (JSK), sömn och TQR-känsla (det där med aptiten, stelheten och så vidare).

Ett skrämmande svar fick vi på frågan: "Hur har ni agerat/reagerat utifrån alla skattningar?"

Med följdfrågan om de haft någon formsvacka på mer än två veckor under projekttiden.

Tre av simmarna svarade ja på frågan om de haft en formsvacka. Det skrämmande var att de inte gjort någonting åt det och det allra värsta var, att de upplevde att deras tränare inte hade lyssnat på dem!

Lärdomar för framtiden. Dagliga reflexioner ger det bästa underlaget för korrekta beslut om varje enskilt pass.

MSI ihop med pulstagning bildar en karta över hur kroppen mår. Och det krävs också att den aktive lyssnar till den.

MSI-skattningarna blir ett utmärkt hjälpmedel för att skapa det optimala träningspasset för varje individ och en utmärkt grund för ökad kommunikation om träningen mellan de aktiva och deras tränare.

Träningsprogrammet blir planen och verktyget. MSI blir ett kvitto på att den aktive tar till sig träningen på ett önskvärt sätt.

Problem under projektet. Att få in rapporterna ordentligt ifyllda var inte helt lätt. Och det var heller inte lätt att få deltagarna att skriva träningsdagbok. Men dessa fenomen är inget nytt för en tränare, precis.

Pulsklockorna vi använde oss av var Polar Accurex - ren "överkurs" för oss simmare. De korta träningsintervallen vi vanligtvis arbetar med gör att datan blir mer än man orkar analysera. De enklare modellerna räcker gott och väl.

Simmarna klarar också av att memorera sina högsta pulsvärden när de kontrollerar pulsen i vilan.

För killarna fungerar det dessutom inte alls att simma med pulsmätare, eftersom pulsklockan som sitter på ett bälte och tar upp hjärtats signaler glider ner.

Okej, visst skulle det fungera om killarna simmade med en BH-topp, men inom projektgruppen fanns i alla fall ingen som var villig att göra det...

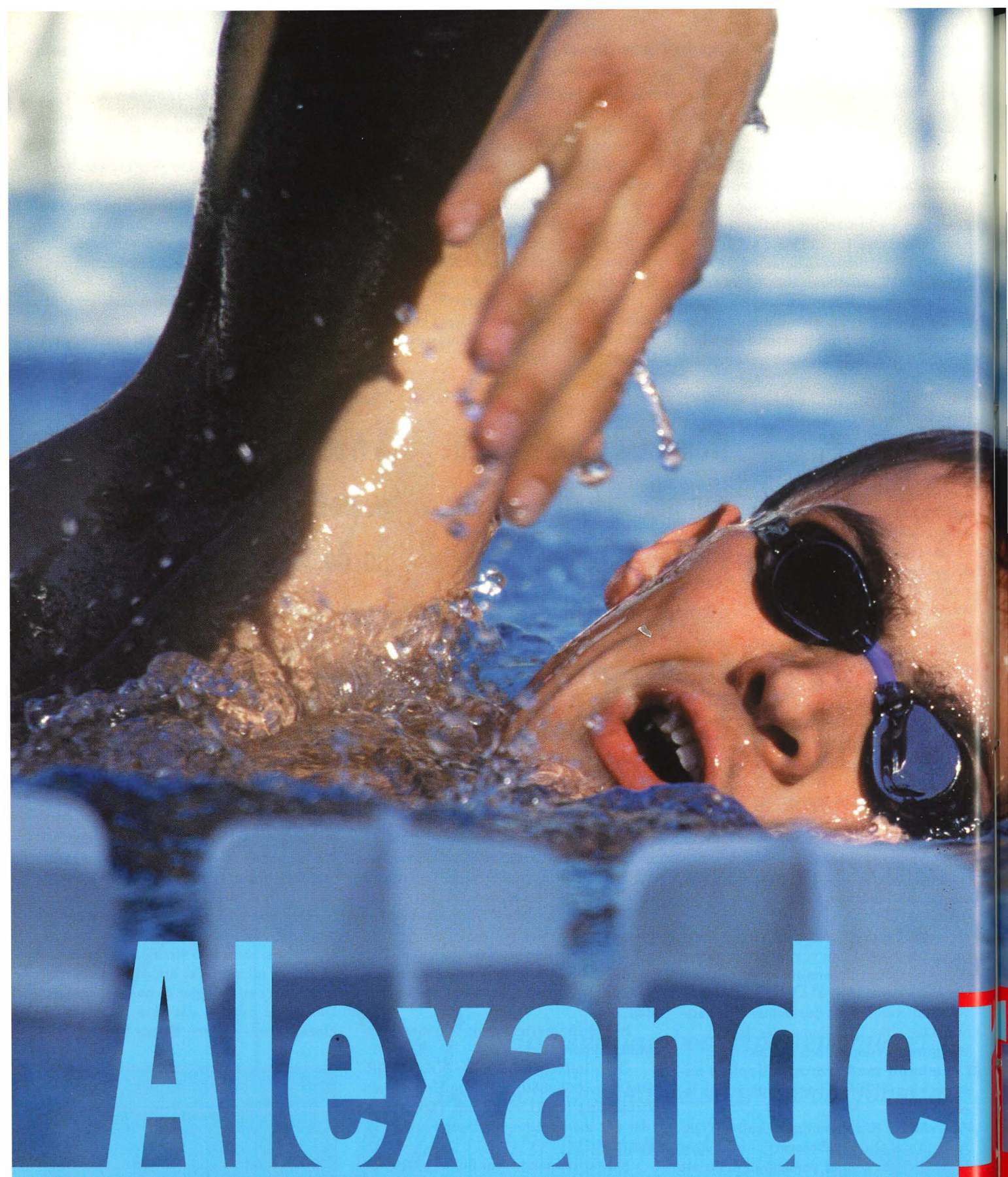
De hjälpmedel som finns framtagna i dag fungerar inte vid simträning, men vi ska för den skull inte förringa pulsklockorna. De är ett utmärkt hjälpmedel vid träning även när de ligger på bassängkanten. Dessutom behövs det inte lika många klockor som simmare. En per bana räcker.

Vill du veta mer?

Fullständigt material och formulär från utvecklingsprojektet kan beställas från:

Stockholms Universitet/Psykologiska Institutionen, att Göran Kenttä, till enkostnad av 40 kronor.

Innehåll: Forskningsrapport "att optimera träning", MSI-formulär plus förklaring, artikel ur Svensk Idrottsforskning, artikel ur Simtränarutbildningen.



Alexande

MER OM POPOV:

Popov tillhör simningens Golden Boys. Tjänar stora reklampengar och prydde till exempel Hennes & Mauritz annonspelare i vintras. En produkt av det gamla Sovjets tuffa idrottsskola, som i det nya Ryssland efter glasnost och perestrojka haft tur och förstånd att ta vara på sin talang.

Blev för några år sedan också känd som en av de idrottsmän som råkat ut för våldsdåd under ett besök hemma i Moskva. Popov knivskars i samband med torghandel och världens misstankar riktades mot den ryska maffian.

Kom sedan tillbaka och dominerade som förut – med sin tekniskt sköna stil med de karaktäristiskt höga armbågarna.



Foto: Bildbyrån

POPOV

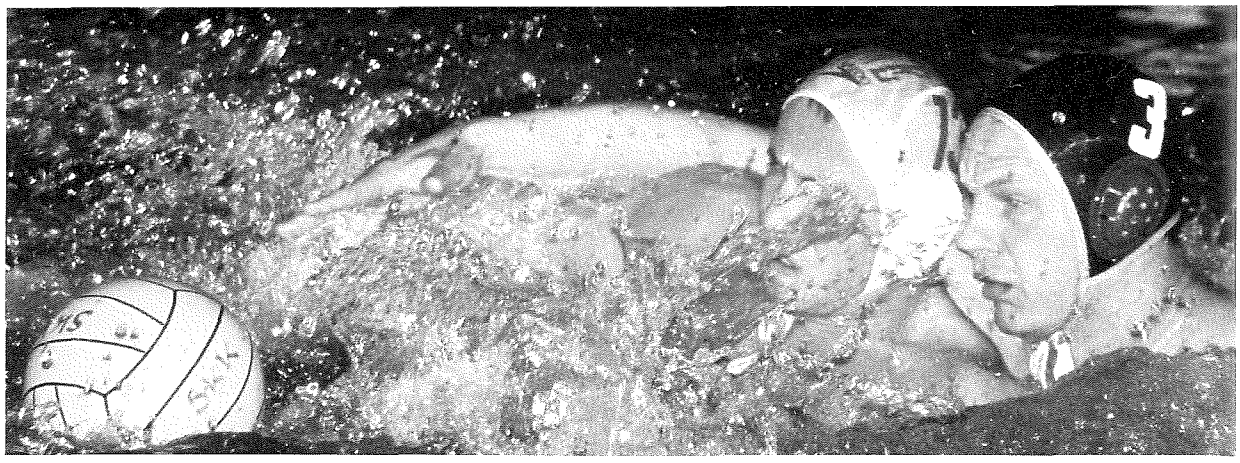
Namn:
Alexander Popov.

Född:
16 november 1971 i Sverdlovsk, Ryssland.

Bor:
Mestadels i Canberra, Australien, där han tränar tillsammans med bland andra Michael Klim vid sportinstitutet (AIS) under coachen Gennadi Toretski.

Meriter:
Flerfaldig EM- , VM- och OS-vinnare. Världsrekordinnehavare på 100 fritt i lång bana sedan 18 juni 1994 i Monte Carlo, då han simmade sträckan på 48,21 sekunder. Europarekordinnehavare på 50 fritt i lång bana sedan OS-finalen i Barcelona 30 juli 1992, då han simmade sträckan på 21,91 sekunder. Har också i flera år toppat alla tiders världsbästalista i kort bana med tiderna på 50 fritt: 21,50, 100 fritt: 46,74.

Andra topptider och personliga rekord i kort bana är:
50 rygg: 24,66 och
100 rygg: 52,56.



Det blev tufft och hårt mellan SKK och Gaja från Litauen i NM-finalen. SKK gick dock segrande ur striden.

Foto:Per Matsson

SKK nordiska mästare

Det blev svensk slutseger när det tredje Nordiska Mästerskapet för klubblag avgjordes i Eriksdalsbadet, 12–14 mars.

Svenska mästarna SKK vann nämligen finalen mot Gaja Lituanica med 14–9, efter en tuff och mycket sevärd uppgörelse.

Stockholmarnas prestation var mycket stark med tanke på, att inte mindre än fem ordinarie spelare saknades på grund av skador, sjukdom och SM i simning.

På vägen till finalen besegrade SKK i gruppspelet Sajkot, Jyväskylä, 11–5, och Gaja Lituanica, 8–5.

I semifinalen utklassades finska mästarna Helsingfors SS med hela 14–6 och med tanke på lördagssegern mot Gaja var SKK favoriter.

Men balterna, som anlände direkt till matchen mot SKK från Tallin-färjan, spelade upp sig och efter 8–8 mot Sajkot och semifinalseger mot Hellas, 9–6, verkade styrkeförhållandet utjämnat.

Finalen blev också inledningsvis mycket jämn och spännande. Efter två perioder ledde SKK med 5–4, men hade också under resten av tiden en fördel genom att Gajas starkaste back, Egidijus Sutkus, fick kliva upp ur bassängen efter tre fouls.

Visserligen kvitterade Gaja till 5–5, men sedan hade det höga tempot sugit all kraft ur litauerna och SKK fick till slut en lugn resa mot slutsignalen. De två sista perioderna vann SKK med 9–5, ett par mycket vackra kontringsmål.

När sedan landslagsmålvakten P-O Antonsson gjorde den ena omöjliga dubbelräddningen efter den andra blev avståndet till slut ointagligt för Gaja.

Finalmatchens huvudfigurer var annars SKK:s simstarke femmålsskytt Erik Axelsson och Marijan Spernjak, som inte bara organiserade försvarsarbetet, utan även dundrade in fyra mål från sin högerposition.

Mycket starka och viktiga insatser gjorde också rutinerade lagkaptenen Kenneth Eriksson och Mats Lennerthson. Den sistnämnde går mot sin kanske bästa säsong.

Målvaktssysslan delades mellan Mats Gustavsson och tidigare nämnde P-O Antonsson – och båda visade landslagsklass.

Litauernas bästa var femmålsskytten Kestutis Duda, som kombinerade bra skytte med simstyrka.

För de övriga svensklagen gick det lite tyngre.

Hellas starke man, Claes Jutner, är hämmad av en axelskada, vilket påverkar målfabrikationen och hela lagets effektivitet.

Med sin simstyrka och förmåga att sticka i rätt ögonblick var Micke Axelsson denna gång Hellas nyttigaste spelare. Starke centern Otto Pukk kräver alltid ständig bevakning, men betyget dras ned av hans tendens att ligga kvar när motståndarna anfaller.

Juniorerna har "mycket boll" i sig, men är fortfarande fysiskt underlägsna mot internationellt motstånd.

Ronneby fick en friplats genom danskt avhopp (dålig ekonomi) och kom till spel med bara en avbytare på grund av influensa. Laget jobbade dock bra, men orken räckte förståeligt nog till i ungefär halva matcherna.

Blekingarnas bäste spelare, Peter Harmat, behöver bättre understöd, men man kan också fråga sig om inte den gode Peter stannat lite i utvecklingen? För ett par år sedan, i samma spelarmiljö, kom Peter betydligt oftare till avslut och hade ett bredare register i kamp med motståndarförsvaren.

Turneringen, som har tillkommit på svensikt initiativ, blev en spelmässig och organisatorisk framgång.

Tyvärr kan vi inte göra så mycket åt en dålig miljö i tältbassängen eller en krånglande tidtagaranläggning.

Men nästa gång blir det förhoppningsvis spel i det nya Eriksdalspalatset.

Lars Fjärnstad

Polisen bäst i B-NM

För att bredda och utveckla nordisk vattenpolo spelar inte bara ländernas bästa klubblag om NM-titeln, utan även trean och fyran har chansen att få internationell rutin genom spel i B-NM.

Den 12–14 mars arrangerade Finland denna turnering i Helsingfors och glädjande nog blev det en svensk dubbelseger genom Polisen och Västerås.

På tredje plats kom Amadeus från Vilnius, Litauen och finska Kuopio.

Såväl Polisen som Västerås har många nya ungdomar i sina lag och dessa skötte sig också alldeles utmärkt, enligt rapporterna från Helsingfors.

Något som lovar gott inför framtiden för svensk vattenpolo.

Resultat i Nordiska Mästerskapet för klubblag

SKK - Saukot (Finland)	11 - 5
HELLAS - Helsingfors SS	11 - 6
SKK - GAJA, Kaunas (Litauen)	8 - 5
HELLAS - Ronneby SS	13 - 3
SAUKOT (Finland) - GAJA, (Litauen)	8 - 8
Ronneby SS - Helsingfors SS	8 - 20

SKK - HSS	14 - 5 Semifinal 1
HELLAS - GAJA	6 - 9 Semifinal 2
SAUKOT - RSS	12 - 6 Match om 5:e plats
HSS - HELLAS	9 - 6 Match om 3:e plats
SKK - GAJA	14 - 9 Final

Guld	Stockholms Kappsimnings Klubb
Silver	GAJA, Kaunas, Litauen
Brons	Helsingfors Sim Sällskap, Finland
4:a	Sim och Idrotts Klubben HELLAS
5:a	SAUKOT, Jyväskylä, Finland
6:a	Ronneby Sim Sällskap

Ludvika SS rensade på JSM

Ludvika Simsällskap var den mest lyckosamma föreningen i JSM med hela tre guld. Kristina Lindgren var den konstsimmerska som tre gånger fick kliva överst på prispallen: solo – par – lag. Värt att nämna är att Ludvika hade fem av de åtta finalplatserna!

I den öppna tävlingen deltog Grekland, Danmark och Sverige. Finland var också anmälda, men kunde inte komma på grund av flygledarstrejk i Finland.

Kampen om sologuldet i JSM skulle stå främst mellan Kristina Lindgren, Maria Wennström, Victoria Paulsson (alla Ludvika SS) samt fjolårsmästarinnan Cecilia Englén från Växjö.

Kristina hade ledningen efter figurtävlingen. Hon vann även försöken och blev därigenom Sveriges representant i den öppna tävlingen.

Solofinalen blev sedan en rysare mellan Kristina och Cecilia även om Cecilia vann musiksimningen så räckte det inte ända fram till seger. Det fattades futtiga 11 tusendelar!

I den öppna tävlingen hade Kristina inte mycket att säga till om mot den suveräna grekiskan Venetia Stasinopoulou. Danskan, Kristine Biksted tog hand om bronspengen.

I JSM-partävlingen fanns inte mycket att göra åt Ludvikas Kristina Lindgren och Maria Wennström, med deras "humorprogram". De vann med närmare fem poäng över S 02s Emelie Ryan & Annica Smith och nära 9 poäng före trean Täbys Malin Kleve & Ida Björkestam.

I den öppna tävlingen vann åter Grekland stort med 11 poäng före Sverige och 15 poäng före trean Danmark.

Grekland vann även den öppna lagtävlingen, före Sverige (Ludvika SS).

JSM-lagtävlingen vanns av Ludvika med sitt nya "Djungelprogram". Täby fick silver med sina "Nunnor" och bronset gick till S 02, Göteborg.

Åter ett lyckat arrangemang av Svenska Simförbundet och Ludvika SS, som nu har arrangerat mästerskap sex år i rad.

Nästa års arrangör är inte klar ännu och klubbarna uppmanas att ansöka snarast till Tord Larsson, tävlingsansvarig i KK.

Eva Svensson

ISBJÖRNEN

Set Hjärpes vandringspris, Isbjörnen har nu vandrat färdigt efter 7 år.

Det instiftades 1993 och går till den förening vars tre bästa deltagare uppnår den högsta totala poängsumman. Den förening som erövrar Isbjörnen fem gånger totalt eller tre gånger i följd får vandringspriset för alltid.

Ludvika SS vann 1993, 1997, 1998 och nu 1999. Därmed tillhör Isbjörnen LSS.

MASTERS



Glen Christiansen, tränare vid masterslägret i Linköping i januari.

Träningsläger för masterssimmare, finns det?

– Jodå, och nästa gång drar vi till Barcelona, berättar Agneta Holmerg i Hudiksvall, som sitter med i Masters- och Motionskommittén och som tillsammans med 15 andra entusiastiska masterssimmare tillbringade de sista tre dagarna i januari i Linköping, där välkände Glen Christiansen gnuggade gänget både i och utanför bassängen.

Det var fem simmare från Hellas, fem från Hudiksvall, tre från Linköping, två från Södertörn och en från Örebro – i varierande ålder.

– Så Glen fick verkligen något att bita i, säger Agneta Holmerg.

– Men vad kul och nyttigt det var. Förutom simning visade Glen oss ett gympass anpassat för styrketräning hemma i köket eller vardagsrummet, då alla inte at tid eller möjlighet att gå på gym flera gånger i veckan...

Och naturligtvis simmades det. Runt 10.000 meter på tre dagar gjorde att det var trötta – behagligt trötta – och nöjda masterssimare som tog farväl.

Men Masters är också social samvaro och nu planeras det för ett sommarläger. I Barcelona, med två pass om dagen i sex dagar i den gamla OS-bassängen.

Kostnad: runt 4.300 per person, inklusive helpension.

– Priset beror förstås på hur många som vill komma med, säger Agneta Holmerg, som tipsar om att hela familjen skulle kunna åka med på denna tripp till Kataloniens huvudstad vid Costa Brava (hotellet ligger vid stranden).

RESULTAT JSM I LUDVIKA

JSM SOLO		POÄNG
1 Kristina Lindgren	Ludvika SS	76,151
2 Cecilia Englén	Växjö SS	76,140
3 Victoria Paulsson	Ludvika SS	74,114
4 Maria Wennström	Ludvika SS	73,416
5 Annica Smith	S02, Götebg	70,974
6 Ida Björkestam	Täby S	70,793
7 Emma Graaf	Ludvika SS	69,779
8 Therese Hagström	Ludvika SS	69,217

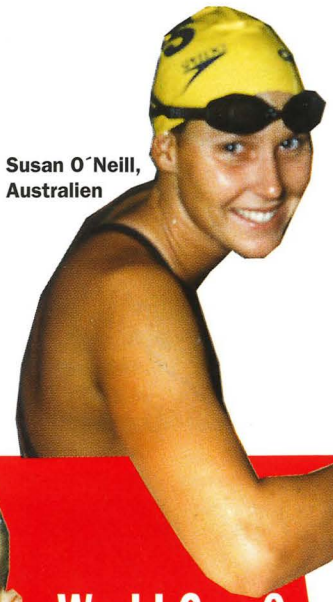
JSM PAR		POÄNG
1 Kristina Lindgren & Maria Wennström	Ludvika SS	75,199
2 Annica Smith & Emelie Ryan	S02, Göteborg	70,358
3 Malin Kleve & Sabine Saracco	Täby S	66,580
4 Ida Hammarlund & Pernilla Johansson	Jönköpings SS	66,078
5 Annica Wiktorin & Linda Teng	SK Neptun	65,961
6 Lina Gruvhagen & Hanna Gustavsson	Växjö SS	64,493

JSM LAG	POÄNG
1 Ludvika SS (Graaf, Lindgren, Wennström, Paulsson)	71,356
2 Täby S (Kleve, Björkestam , Saracco, Agoes)	67,726
3 S02 Göteborg (Ryan, Smith, Mårtensson, Burhöj)	65,403

ÖPPNA JSM, SOLO		POÄNG
1 Venetia Stassinopoulou	Grekland	87,447
2 Kristina Lindgren	Sverige	76,151
3 Kristine Biksted	Danmark	70,701

ÖPPNA JSM, PAR		POÄNG
1 Venetia Stassinopoulou & Anastassia Siozou	Grekland	86,775
2 Kristina Lindgren & Maria Wennström	Sverige	75,199
3 Kristine Biksted & Anne Marie Tjerner	Danmark	71,196

ÖPPNA JSM, LAG	POÄNG
1 Grekland	87,538
2 Sverige	71,356



Susan O´Neill, Australien

Under stående ovationer och med ett publikstöd som så när fick taket på vattenpalatset Aq-va-kul att lyfta slog Susan O´Neill världens äldsta rekordnotering på 200 meter fjäril.

– Jag tror inte det är sant, kommenterade Susan överlycklig efter loppet och tiden 2.05,37.

World Cup 9
16-17 feb.

VÄRLDSREKO



Väldige Jörg Hoffman, Tyskland, dominerade de långa frisimsdistanserna i Malmös världscup.

För nionde gången arrangerades World Cup tävlingar i Malmö och än en gång visade Malmö upp ett fint arrangemang.

– Vi fick fint flyt i tävlingen, tyckte World Cup generalen Per-Olov Bergqvist.

– Trångt men med bra nerv, kommenterade förbundskapten Hans Chrunak tävlingen.

Som pricken över i:et kom alltså det bejublade och efterlängtade världsrekordet.

– Jag hade ingen känsla av att det gick så fort, sa en överlycklig Susan O´Neill.

Efter halva distansen vände Susan på 59,85 – på 100 meter fjäril dagen innan hade hon sluttiden 1.00,02!!!

– Jag kan inte förklara det, kanske var jag mer avslappnad idag,konstaterade Susan som en längre tid varit ute efter rekordnoteringen.

Susan slog ett av simningens äldsta rekord. Satt i Gainesville 1981 av Mary T. Meagher..

För rekordet fick Susan 16 000 kronor och en klocka värderad till cirka 17 000 kronor.

Men egentligen var det ett annat rekord som publiken i den fullsatta simhallen väntade på – europarekordet som Johanna Sjöberg skulle sätta på 100 meter fjäril. Men tyvärr räckte Johanna inte ända fram denna gång. En missad sista vändning satte stopp för rekordförsöket.

– Jag tappade för mycket i den vändningen. Sedan var det svårt att få upp farten på sista längden, kommenterade Johanna. Nu blev det i stället ett nytt svenskt rekord med en hundradels sekund. Det nya rekordet sattes till 58,15.

Det kommer dock fler tillfällen för Johanna att slå europarekordet bland annat ett i Hong Kong i början av april.

Förbundskapten Hans Chrunak var ändå mycket nöjd med tävlingen som helhet.

–Johanna simmade mycket inspirerat, och det lovar gott inför VM. Annars tycker jag att Anna-Karin Kammerling var den som överraskade mest, kommenterade Chrunak och fortsatte:

– Jag vet hur hård och tung styrketräning hon kör för tillfället. Då är det starkt att prestera en sådan tid, 26,81 sekunder på 50 meter fjäril.

Andra som imponerade på förbundskaptenen var Sandra Steffensen, Trelleborg, och Malin Svanström, Väsby. Båda blev för sina insatser förhandsnominerade till VM i Hong Kong. Sandra slutade fyra på 100 meter fritt på 55,41 sekunder och Malin blev bland annat sexa på 2.00,91.

Bland herrarna var det Väsbys Daniel Carlsson som gjorde starkast intryck på Hans Chrunak, bland annat på 100 meter fjäril.

– Oerhört starkt att kunnna pressa världrekordhållaren Hickman så 100 meter fjäril, menade Hans.

Bland de internationella simmarna märks bland andra Belgaren Fredrik deBurghgraeve som tog både 50 och 100 meter bröst.

Jörg Hoffman, Tyskland, simmade inspirerat hem både 400 och 1500 meter fritt.

Britten James Hickman dominerade fjärilsimmet med segrar på både 100 och 200 meter.

Karin Meissner, Tyskland, vann 100 meter fritt för damer och Samantha Riley, Australien, vann samtliga bröstsimsdistanser.

Brasilianaren, Gustavo Borges blev sprinterkung med segrar på 50 och 100 meter fritt (22,23 och 48,18).

Text & foto: Per Matsson

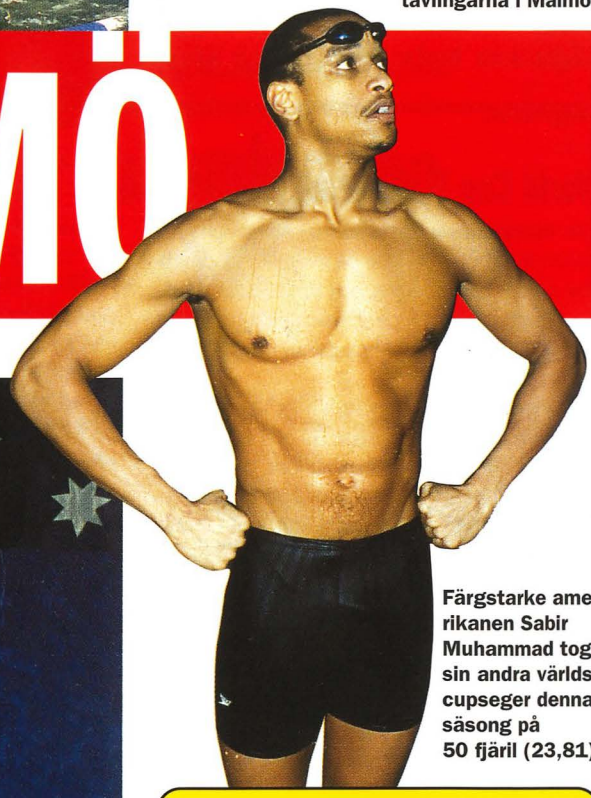


Som vanligt var det fullsatt i vattenpalatset Aq-va-kul i Malmö. Stämningen var hög bland den simkunniga publiken.

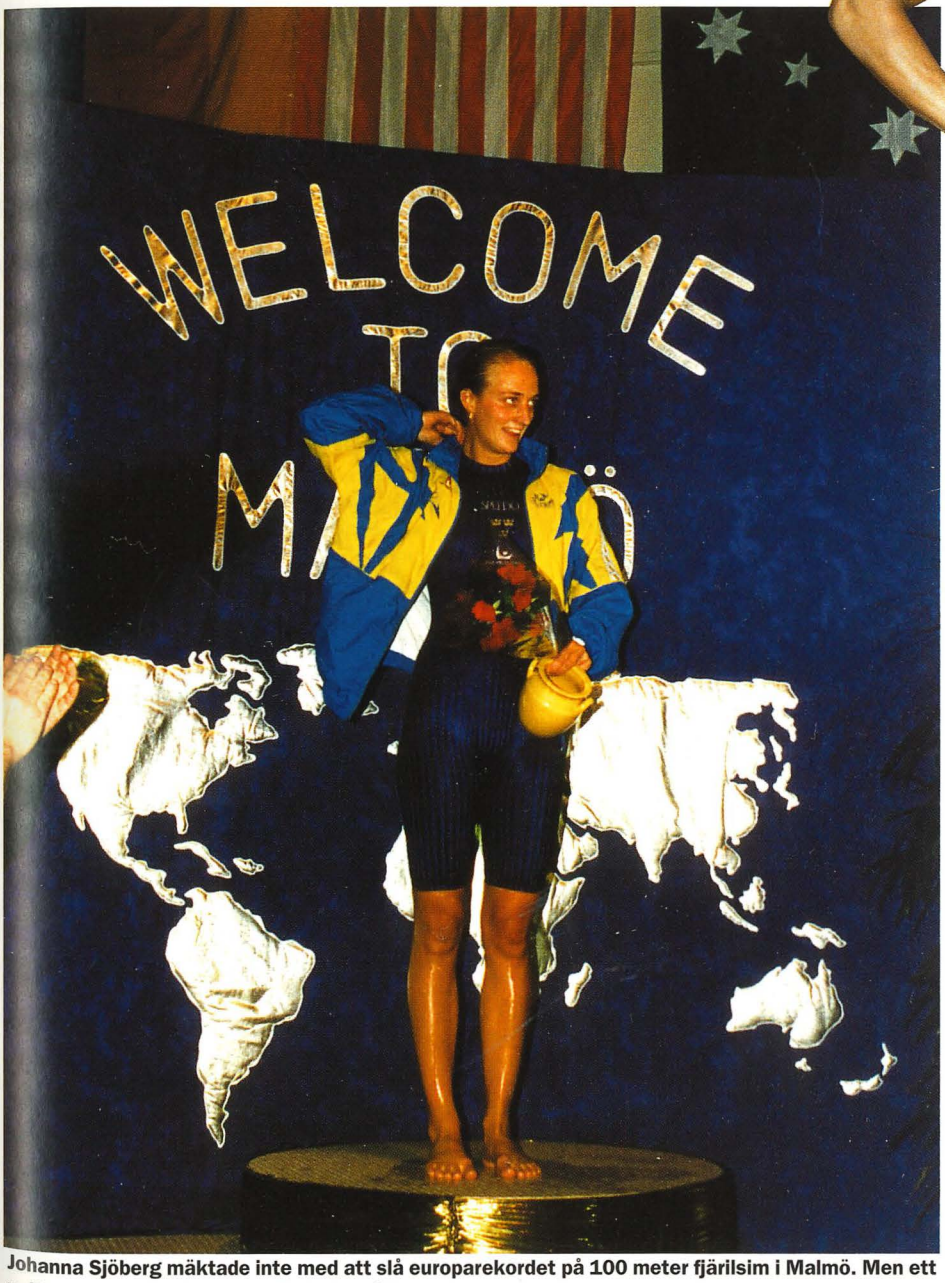


– Det flyter på fint, sa Per-Olof Bergquist, lätt stressad världscupsgeneral under tävlingarna i Malmö.

RD I MALMÖ



Färgstarke amerikanen Sabir Muhammad tog sin andra världscupseger denna säsong på 50 fjäril (23,81).



Johanna Sjöberg mäktade inte med att slå europarekordet på 100 meter fjärilsim i Malmö. Men ett nytt prydligt svenskt rekord blev det på 58,15.

World Cup final i Malmö år 2000

Även nästa år blir det stor simmarfest i Malmö. Det blev skånemetropolen som drog det längsta strået och fick Internationella simförbundets, FINAs, förtroende att arrangera den 10-årsjubilerande världscupens avslutande tävling.

Boka därför redan nu in onsdag 16 och torsdag 17 februari år 2 000 i din almanacka. Många av världens duktiga simmare kan förväntas komma till Malmö

Världscupens tävlingsdatum:

17-18 november i Washington DC, USA.
20-21 november i Edmonton, Canada.
26-28 november i Rio de Janeiro.
4-5 januari i Peking, Kina.
8-9 januari i Hong Kong.
13-14 januari Hobart, Australien
18-19 januari i Sydney.
1-2 februari Sheffield.
5-6 februari i Gelsenkirchen.
9-10 februari i Imperia.
12-13 februari i Paris.
16-17 februari i Malmö.

Johanna säkrade World Cup-segern i

Johanna Sjöberg tog hem fjärilscupen, men Tyskland är den stora världscupnationen totalt sett efter den sista deltävlingen i italienska Imperia. Eller vad sägs om hela fem tyska slutsegrare.



Samantha Riley, Australien – bröstsimdominant.

World Cup 8, Glasgow 13–14 februari

När världscupen flyttade från Asien och Australien till Europa hängde de svenska toppnamnen med – både bildligt och bokstavligt talat.

Framför allt gladde Johanna Sjöberg och Josefin Lillhage med simningar av högsta klass i skotska Glasgow.

Sjöberg, som imponerat under lägerveckorna "down under", vann både 50 och 100 meter fjäril och hade förmodligen kunnat göra något stort också på 200, men simmade bara försöket i den grenen för att spara litet krut till Malmös Wolrd Cup några dagar senare...

50 fjäril vann Södertäljes skånska import på goda 26,68 och på 100 blev det nytt svenskt rekord med tiden 58,16. En hundradel bättre än tiden från kortbane-EM i Sheffield i december.

Det var framför allt en tuff öppning som bäddade för den ganska klara segern – drygt två sekunders marginal till tvåan Anna Uryniuk från Polen – och rekordputsningen.

Johanna utstrålade styrka, form och självförtroende och placerade sig också på andra plats på 100 fritt med tiden 55,21. Ledde vid 50 och pressade hemmahoppet Sue Rolph till fina 54,93.

Josefin Lillhage var den andra svenskan som fick kliva överst på prispallen. Detta efter en övertygande simning på 200 fritt.

"Jossans" segertid 1.59,23 gav ett nytt bevis för att de svenska tjejerna har ett av världens vassaste frisimslag.

Sandra Steffensen, Malin Svahnström och Patrik Isaksson var tre andra svenska finalister i Glasgow, men i alla fall i Isakssons fall var detta inte tillräckligt med tanke på västeråsarens jakt på slutsegern i bröstsim.

Nu blev tunge och nedtränade Isaksson fyra på 50 meter, men litet överraskande utslagen efter försöken på 100 meter...

Ida Mattsson, då?
Jo, 14-åringen, som åkte med på Australienlägret som "landslagspryo", fick nu chansen i världscupen. Men till final räckte hon inte riktigt. Den här gången, är förmodligen bäst att tillägga.

Tävlingarna dominerades annars av Storbrittannien, där toppnamnen Sue Rolph och James Hicman "stack ut" från den breda toppen. Andra profiler som utmärkte sig var:

Stev Theloke, Tyskland
– ryggsimsdominant.
Gustavo Borges, Brasilien
– frisimsdominant.
Samantha Riley, Australien
– bröstsimdominant.
Chen Hua, Kina
– distansdominant.
Yana Klochkova, Ukraina
– medleydominant.

World Cup 10, Paris 20–21 februari

Johanna Sjöberg stod över, men Patrik Isaksson gjorde ett nytt försök att slå vakt om positionen bland World Cup-topparna i bröstsim. Det lyckades bara "nästan"...

Med VM i tankarna och nödvändig hårdträning mot det målet i kroppen fick Isaksson precis som i Glasgow nöja sig med en fjärde plats efter de välkända konkurrenterna Frederik de Burghraeve, Belgien, Yi Zhu, Kona och Jens Kruppa, Tyskland på 50 meter. På dubbla sträckan blev han inte ens bäste svensk eller västeråsare, då klubbkompisen Stefan Persson med 1.04,08 slutade på 16:e plats, medan Patriks 1.04,34 räckte till en 21:a plats.

Det svenska inslaget nådde här inga pallplatser och över huvud taget lyckades inte Paristävlingen nå upp till Malmös ifråga om stämning och tider.

Susan O'Neill försökte attackera sitt färska världsrekord från Malmö på 200 meter fjäril, men låg en, två och tre tiondelar ifrån vid alla splittider. Vid 50 meterspasseringen simmade australiskan här på 28,36, mot 28,34 i Malmö. Vid 100: 1.00,05 mot 59,85. Och vid 150: 1.32,31 mot 1.32,22. I mål: 2.05,70, jämfört med 2.05,37 i Malmö.

I övrigt kan nämnas att danskan Mette Jacobsen slog "Susie" O'Neill på 100 fjäril och att 27-årige franske veteranen Franck Esposito vann 100 rygg före britten Martin Harris och unge islänningen Örn Arnarson. Och vi som trodde Esposito var fjärilspecialist...

World Cup 11, Gelsenkirchen 27–28 februari

I Gelsenkirchens Zentral Bad finns bara sex banor. Trots det är den tyska staden återkommande värd för stora kortbanetävlingar i simning. Annars är ju Gelsenkirchen för oss svenskar mest känt för fotbollslaget Schalke 04, vars stadion var skådesplats när Sverige i en berömd snömatch tog sig till VM-slutspelet 1974.

Men nu var det alltså världscupsimningar igen. Dock utan svenska bragdinsatser...

Tyskland visade sin storhet som simnation och tog hem 14 guld och totalt 35 pallplatser – trots att flera av de bästa drabbats av influensa.

Steve Theloke kom exempelvis aldrig till start och Franziska van Almsick var också ett stort frågetecken innan start. Men när hon väl dök i på 200 fritt visade den nu 20-åriga megastjärnan att kapaciteten fortfarande finns kvar.

Agnes Kovacs, 18, Ungern, gjorde sitt första stora framträdande i 25-metersbassäng på fyra år, och vann alla tre bröstsimsdistanserna.

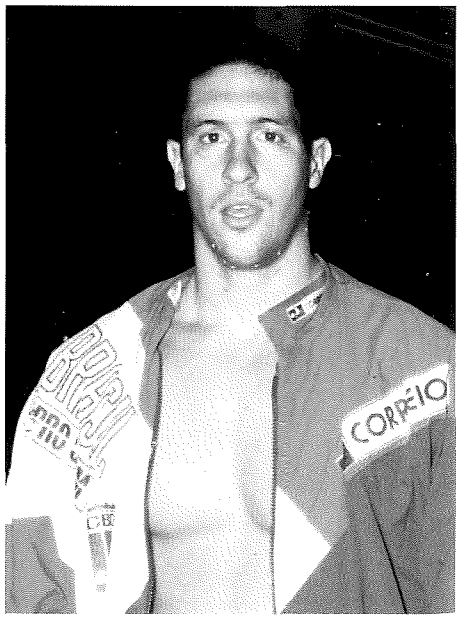
– Jag är verkligen ingen kortbanesimmerska, då vändningarna och starterna är för dåliga, men det gick oväntat lätt att komma ner på mina personliga rekord, kommenterade ungerskan nöjt.

Belgaren Fredrik de Burghraeve förlorade till hemmasimmaren Mark Warnecke på 50, men gick upp i en klar ledning i bröstsimscupen genom att vinna 100.

Men nu är det slutsimmat i kortbanesammanhang för den här säsongen.

– För mig är det EM i Istanbul som gäller. Jag åker inte till Hong Kong, klargjorde den belgiske profilen.

Något Patrik Isaksson inte lär ha något emot.



Gustavo Borges, Basilien.

mperia



Fredrik de Burghraeve simmar inte VM.

World Cup 12, Imperia 3–4 mars

Johanna Sjöberg åkte till italienska Imperia för att säkra totalsegern i fjärilscupen. Det gick alldeles utmärkt.

Med en ny dubbelseger säkrades inte bara världscupsegern, utan Johanna dominerade och imponerade i vattnet.Hennes tider, 58,63 på 100 meter och 26,83 på 50 meter fjäril, visade dessutom på en förmåga att kunna simma fort nästan jämt.

En annan som kunde den konsten var **Anders Holmertz.** Holmertz, som förresten var den senaste svenske totalsegraren i världscupen – innan Johanna nu slog till och avslutade en hel vinters toppinsatser med sex raka segrar i Glasgow, Malmö och Imperia.

Belöningen blev förutom ära och berömmelse: runt 80.000 kronor (10.000 USA-dollar)!

Förutom Johanna Sjöberg, som dessutom noterades för en fin andraplats på 100 fritt, kom bröstsimmaren Patrik Isaksson tillbaka starkt. Tog ett silver på 50 meter (28,41) och blev därmed slutlig trea i bröstsimscupen.

Men som om inte det var nog visade det sig att Sverige också fått en sammanlagd tvåa i fjärilscupen, och det var inte Lars Frölander...

– Nej, man måste ha tävlat i alla tre zonerna för att få räkna resultaten i totalcupen. Det stjärlpte både Lasse och australiern Geoff Huegill. Men eftersom Daniel Carlsson fanns med i Brasilien när det hela drog igång och sedan simmat jämnt och bra i Australien och Europa rusade han upp från sjunde till andra plats, summerade förbundskapten Hans Chrunak nöjt.

Väsbysimmaren behövde inte ens upp på prispallen för att bli tvåa. Det räckte med en fjärde- (50 meter) och en sjätteplats (100) för att passera ett antal välmeriterade herrar.

På pallen hamnade däremot unga Emeley Zakrisson. Två gånger dessutom, efter brons på såväl 200 som 400 medley.

Förutom alla dugliga italiernare som passade på att visa upp sig märktes åter Agnes Kovacs i bröstsim, kinesen Han Xues 1.01,10 på 100 medley var tävlingarnas kanske bästa resultat, och kroaten Milos Milosevic gjorde i Imperias finalrace precis vad han gjorde i premiäretävlingen i Rio de Janeiro och senare i Glasgow, det vill säga vann 50 fjäril. Tiderna förbluffande jämna serien: 23,77, 23,76 och 23,77.

INBJUDAN TILL ÖPPNA SM I KONSTSIM

INFO

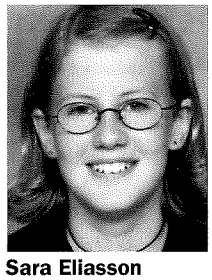
1999 års öppna SM i konstsim äger rum i Göteborg den 22-23 maj. Anmälningstiden utgår fredagen den 7 maj och efteranmälningstiden utgår torsdagen den 20 maj kl. 12.00.

Separat inbjudan utsänd till konstsimklubbarna.

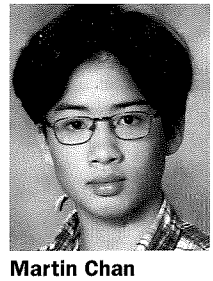
Senaste föreningsbytena

	Klubb	Ny klubb	Tävlingsklar
Martin Chan	Kungsbacka SS	Västerås SS	1999-02-12
Maria Meckbach (hopp)	SK Neptun	SPIF	1999-02-14
Jagoda Marusic	KK Karpen	S 71	1999-02-21
Sabina Svensson	KK Karpen	S 71	1999-02-21
Malin Karlsson	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Ida Jarreby	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Stina Andersson	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Nellie Linander	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Anja Vikingson	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Frida Johansson	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Malin Johansson	Älmhults SS	Sunnerbo Sim	1999-02-25
Jonatan Nilsson	KK Karpen	S 71	1999-03-05
Daniel Olsson	Ljusdals SS	Söderhamns SS	1999-03-05
Sara Eliasson	Bjärnums SS	Sösdala SS	1999-03-10
Emelie Kirkegaard	SK Neptun	Spårvägens SF	1999-03-11
Sophie Gidlöf	ÖSA	Sundsvalls SS	1999-03-11
Mikaela Uveby	Ösmo SS	Södertälje SS	1999-03-12
Emma Hjalmarsson	Bofors SH	SPIF	1999-03-20
Anel Duro	Lindesbergs SS	ÖSA	1999-03-24
Tobias Emanuelsson	KK Karpen	S 71	1999-03-25
Stine Hansen	KK Karpen	S 71	1999-03-31
Johan Merlo	SK Ran	SK Hajen	1999-04-03
Johan Merlo	SK Ran	SK Hajen	1999-04-03
Daniel Lönnberg	Växjö SS	Sundsvalls SS	1999-04-14

Varför byter du klubb?



Sara Eliasson
(Bjärnums SS – Sösdala SS)
– Jag flyttar på grund av att min tränare slutar till sommaren och jag inte kan utvecklas som simmare i Bjärnum-Vittsjö SS. Vi har haft mycket samarbete med Sösdala SS så det var naturligt. Jag fortsätter ändå att träna i Bjärnum de dagar jag inte kan ta mig till Sösdala.



Martin Chan
(Kungsbacka SS – Västerås SS)
– Jag bytte klubb på grund av studier. Jag bodde förut i Kungsbacka och simmade för Kungsbacka SS.
Men eftersom avståndet mellan Kungsbacka och Västerås, där jag studerar, är allt för stort blev det problem med att tävla för Kungsbacka. Därför bytte jag klubb.

INFO

Halmstad 1-4 juli 1999

INBJUDAN TILL SM/JSM/EM-kval

MEDARRANGÖR:
SK Laxen 50m, 8 banor

TÄVLINGSTIDER:

		Försök	Finaler
Torsdag	1/7	10.00	17.30
Fredag	2/7	10.00	17.30
Lördag	3/7	10.00	17.30
Söndag	4/7	10.00	17.30

ÅLDRAR JSM:
18 år och yngre (födda 1981 och senare) både flickor och pojkar

ANMÄLAN:
Anmälan skall vara SK Laxen tillhanda senast 17 juni (poststämpel 16 juni),
adress: *SK Laxen, Sannarpsbadet, 302 56 Halmstad.*
Anmälan kan också göras med diskett (Grodan) eller grodankompatibelt program.
Anmälan kan även skickas via fax: 035-12 10 12
Vid anmälan måste det anges om det är SM- och/eller JSM-start!

VIKTIGT!
Kodnummer måste anges i anmälan, om ej kodnummer finns angivet är anmälan ogiltig!!!

ANMÄLNINGSAVGIFT:
30:-/ind. start, 40:-/lagstart som skall inbetalas samtidigt med anmälan till SK Laxens
postgiro nr: 32 44 59-7
VIKTIGT!!
Anmälningsavgiften skall vara betald innan tävlingens början, i annat fall tillåts ej start.

EFTERANMÄLAN:
Efteranmälningstiden utgår tisdagen den 29 juni kl. 12.00.
KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN.

EFTERANMÄLNINGSAVGIFT:
300:-/ind. start, 400:-/lagstart skall inbetalas samtidigt med efteranmälan.

AVANMÄLAN:
Vid för sen inlämnad avanmälan/laganmälan (gäller ej vid läkarintyg) uttages en straffavgift på 300:-
Bestämmelser, se SSF:s Stadgar och Tävlingsbestämmelser, § 305.

JSM-TÄVLINGARNA:
JSM avgörs genom *direktfinaler* (seedade heat) under resp. försökspass. *Här omräknas anmälda 25m tider till 50m banetider.*
Om en junior lyckats bli bland de 8 bästa totalt i SM-försöken får denne simma SM-final på kvällen
om han/hon är SM-kvalificerad, d.v.s. klarat SM-kvaltiden inom fastställd kvalperiod (se nedan)
Inga lagkapper ingår i JSM-tävlingarna !!

KVALTIDER: Här intill

SEEDNING:
Alla tider, i SM-grenarna, seedas i tidsordning oavsett bassänglängd (25- eller 50m), sist i startlistan placeras yardstider.
VIKTIGT! Då 800/1500m avgörs i direktfinaler kommer tider noterade i 25:a att omräknas till 50m banetider!! Denna ev. omräkning göres av SK Laxen.

KVALPERIOD:
1998-07-04—1999-06-16

EM-KVAL:
Sista chansen att kvala in till EM i Istanbul sker i samband med SM. Truppen till EM kommer att presenteras i samband med söndagens finalpass.

ÖVRIG INFORMATION:
Info. om mat, logi, entrébiljetter, bilhyra m.m. har utsänts direkt till klubbarna från SK Laxen.

UPPLYSNINGAR:
SK Laxens kansli: tel/fax: 035-12 10 12

GRENORDNING

Torsdag 1/7

1.	50 m fjärilsim	damer
2.	400 m frisim	herrar
3.	400 m medley	damer
4.	100 m fjärilsim	herrar
5.	100 m frisim	damer
6.	200 m ryggsim	herrar
7.	200 m bröstsim	damer
8.	4x100 m frisim	herrar *(ej JSM)*
9.	4x200 m frisim	damer *(ej JSM)*

Fredag 2/7

10.	50 m fjärilsim	herrar
11.	400 m frisim	damer
12.	400 m medley	herrar
13.	100 m fjärilsim	damer
14.	100 m frisim	herrar
15.	200 m ryggsim	damer
16.	200 m bröstsim	herrar
17.	4x100 m frisim	damer *(ej JSM)*
18.	4x200 m frisim	herrar *(ej JSM)*

Lördag 3/7

19.50 m rygg	herrar
20.50 m bröstsim	damer
21.200 m frisim	herrar
22.50 m frisim	damer
23.100 m bröstsim	herrar
24.200 m medley	damer
25.200 m fjärilsim	herrar
26.100 m ryggsim	damer
27.4x100 m medl	herrar *(ej JSM)*
28.800 m frisim	damer *(direktfinal)**

Söndag 4/7

29.50 m ryggsim	damer
30.50 m bröstsim	herrar
31.200 m frisim	damer
32.50 m frisim	herrar
33.100 m bröstsim	damer
34.200 m medley	herrar
35.200 m fjärilsim	damer
36.100 m ryggsim	herrar
37.4x100 m medley	damer *(ej JSM)*
38.1500 m frisim	herrar *(direktfinal)**

* simmas först i finalen
I försökstävlingarna simmar juniorerna sin gren först, ex. 50 m fjärilsim som direktfinal. Därefter avgörs seniorernas försök i samma gren (50 m fjärilsim) osv.

ESSENUOTO®

ESSENUOTO – för den kräsne simmaren

Italiensk design, kvalité och tillverkas för simmare i alla kategorier.

Vi finns till Ert förfogande på nedanstående adress:

Stella M Agentur: tel/fax : 08-28 81 82
E-Mail: stella.swimwear@ebox.tninet.se
Norra Sverige:
Minerva Import:tel.0240-844 03 fax: 0240-156 94
E-mail:evalarsson@ludvika.mail.telia.com

KVALTIDER

Ute-SM, Halmstad

	DAMER			HERRAR		
FRISIM	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	23,87	27,16	27,85	20,73	23,80	24,47
100 m	52,68	58,86	1.00,08	46,62	51,87	53,27
200 m	1.52,34	2.07,13	2.10,24	1.40,79	1.54,45	1.58,16
400 m	5.09,11*	4.30,45	4.36,32	4.29,95*	4.04,16	4.12,48
800/1500 m	10.27,83*	9.25,38	9.34,18	16.21,82*	16.47,55	17.13,05
4x100 m	-	4.03,38	4.10,46	-	3.34,81	3.40,73
4x200 m	-	8.53,43	9.04,22	-	7.56,87	8.11,59
RYGGSIM						
50 m	28,38	31,55	32,54	25,38	27,83	28,96
100 m	1.00,64	1.07,97	1.10,17	52,36	1.00,14	1.02,54
200 m	2.08,71	2.26,09	2.31,11	1.54,79	2.10,08	2.16,40
BRÖSTSIM						
50 m	31,50	34,74	35,63	27,37	30,32	31,10
100 m	1.06,68	1.16,06	1.18,44	56,42	1.05,70	1.08,19
200 m	2.19,75	2.44,10	2.49,10	2.04,62	2.23,08	2.28,02
FJÄRILSIM						
50 m	25,69	29,66	29,95	23,05	25,99	26,66
100 m	59,10	1.05,30	1.06,77	50,95	56,88	58,37
200 m	2.11,58	2.25,18	2.29,79	1.54,00	2.10,67	2.14,08
MEDLEY						
200 m	2.09,93	2.25,48	2.30,43	1.55,66	2.10,83	2.14,89
400 m	4.38,49*	5.11,87	5.20,67	4.13,58*	4.44,91	4.53,79
4x100 m	-	4.31,88	4.40,33	-	3.59,24	4.08,30

* = Kvaltider för 400/500/1000/1650 yards
KVALPERIOD:1998-07-04—1999-06-16

JSM - 1999

	FLICKOR			POJKAR		
FRISIM	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	24,21	27,50	28,31	21,85	24,50	25,68
100 m	53,52	59,53	1.01,24	47,09	53,62	55,82
200 m	1.53,99	2.09,53	2.12,83	1.45,36	1.57,84	2.03,97
400 m	5.11,00*	4.33,31	4.40,12	4.48,26*	4.14,91	4.23,36
800/1500 m	10.41,04*	9.29,69	9.42,93	16.50,34*	17.04,29	17.40,36
4x50 m *(ej ute)*	-	1.52,21	1.54,92	-	1.39,69	1.42,41
4x100 m *(ej ute)*	-	4.05,44	4.12,02	-	3.39,85	3.48,29
4x200 m *(ej ute)*	-	8.56,95	9.09,28	-	8.06,28	8.18,29
RYGGSIM						
50 m	28,42	31,58	33,08	25,90	28,71	30,26
100 m	1.01,17	1.07,97	1.11,30	54,20	1.01,18	1.04,62
200 m	2.11,60	2.27,55	2.34,60	1.58,00	2.12,79	2.20,52
BRÖSTSIM						
50 m	32,07	35,44	36,61	28,34	31,09	32,55
100 m	1.07,46	1.16,13	1.19,75	1.00,80	1.08,37	1.11,84
200 m	2.23,48	2.44,10	2.51,35	2.11,88	2.29,58	2.36,78
FJÄRILSIM						
50 m	26,88	30,01	30,49	23,99	26,81	27,81
100 m	59,90	1.06,34	1.07,91	54,19	59,68	1.01,85
200 m	2.13,04	2.28,98	2.32,51	2.00,18	2.15,48	2.21,01
MEDLEY						
100 m	-	1.08,94	-	-	1.01,93	-
200 m	2.10,67	2.27,48	2.33,04	2.00,18	2.14,54	2.20,36
400 m	4.43,49*	5.16,37	5.25,45	4.16,32	4.47,73	5.01,40
4x50 m *(ej ute)*	-	2.05,13	2.09,49	-	1.51,45	1.55,09
4x100 m *(ej ute)*	-	4.35,06	4.42,87	-	4.05,79	4.10,73

Kvalperiod:
Ute (1-4/7): 1998-07-04—1999-06-16
Inne (2-5/12):1998-11-27—1999-11-17
* = Kvaltider för 400/500/1000/1650 yards

SUM-SIM (50m)

Grenordning, Linköping 9-11/7 1999

Fredag 9/7		**25m**	**50m**
1.	200 m medl F 15/16	2.30,65	2.38,83
2.	100 m fritt P 15/16	56,00	58,05
3.	100 m fritt P 14 o.y	59,17	1.01,34
4.	100 m ryggF 14 o.y.	1.11,56	1.14,50
5.	100 m bröstF 15/16	1.18,89	1.21,53
6.	200 m bröstP 15/16	2.36,30	2.44,00
7.	100 m fjärilF 14 o.y.	1.09,40	1.12,70
8.	200 m fjärilF 15/16	2.34,37	2.38,24
9.	100 m rygg P 15/16	1.04,00	1.07,00
10.	400 m medl P 14 o.y.	5.17,50	5.26,50
11.	400 m fritt F 15/16	4.40,65	4.49,48
12.	100 m fjäril P 15/16	1.02,24	1.04,56
13.	800 m fritt F 14 o.y.	9.47,80	10.09,45
14.	1500 m fritt P 15/16	17.41,00	18.12,00
15.	4x100 m fritt P 14 o.y.	4.23,50	4.28,50
16.	4x100 m medl P 16 o.y.	4.44,04	4.54,17

Lördag 10/7		**25m**	**50m**
17.	200 m medl P 15/16	2.18,77	2.25,10
18.	100 m fritt F 15/16	1.00,82	1.02,66
19.	100 m fritt F 14 o.y	1.02,15	1.04,37
20.	100 m rygg P 14 o.y.	1.08,86	1.12,15
21.	100 m bröst P 15/16	1.11,69	1.15,31
22.	200 m bröst F 15/16	2.50,85	2.56,66
23.	100 m fjäril P 14 o.y	1.07,53	1.10,07
24.	200 m fjäril P 15/16	2.21,63	2.26,50
25.	100 m rygg F 15/16	1.09,86	1.13,00
26.	400 m medl F 14 o.y.	5.27,09	5.38,00
27.	400 m fritt P 15/16	4.19,81	4.30,50
28.	100 m fjäril F 15/16	1.07,78	1.10,05
29.	1500 m fritt P 14 o.y.	18.26,60	19.06,00
30.	800 m fritt F 15/16	9.39,13	10.00,20
31	4x100 m fritt F 14 o.y.	4.29,60	4.33,00
32.	4x100 m medl P 16 o.y	4.22,38	4.29,00

Fredag 9/7		**25m**	**50m**
33.	200 m frisim F 15/16	2.11,46	2.15,50
34.	200 m frisim P 15/16	2.02,39	2.07,50
35.	200 m medl F 14 o.y	2.33,70	2.39,70
36.	200 m medl P 14 o.y.	2.27,17	2.33,25
37.	400 m medl F 15/16	5.22,50	5.36,50
38.	400 m medl P 15/16	5.01,60	5.11,85
39.	100 m bröst F 14 o.y.	1.19,52	1.23,38
40.	100 m bröst P 14 o.y.	1.15,12	1.19,00
41.	200 m rygg F 15/16	2.31,50	2.39,00
42.	200 m rygg P 15/16	2.19,81	2.25,00
43.	400 m fritt F 14 o.y	4.44,42	4.55,80
44.	400 m fritt P 14 o.y.	4.36,50	4.46,04
45.	4x100 m fritt F 16 o.y.	4.13,50	4.22,00
46.	4x100 m fritt P 16 o.y.	3.52,76	4.00,30
47.	4x100 m medl F 14 o.y.	5.07,12	5.11,25
48.	4x100 m medl P 14 o.y.	5.06,61	5.10,74

KVALPERIOD: 1998-07-03—1999-06-24

INBJUDAN TILL SUM-SIM

i Linköping 9-11 juli 1999

MEDARRANGÖR:
Linköping ASS,

ARENA:
Tinnerbäcksbadet, 50m (utomhus)

ÅLDERSKLASSER:
IND. 16-15 år (1983-84) LAG: 16 år o.y. (1983 -)
IND. 14 år o.y. (1985-) LAG: 14 år o.y. (1985 -)

TÄVLINGSTIDER:	**försök**	**finaler**
Fredag 9/7	09.00	16.00
Lördag 10/7	09.00	16.00
Söndag 11/7	09.00	16.00

ANMÄLAN:
Anmälan på anmälningsblankett eller diskett (SSF:s standard) skall vara LASS, Hamngatan 23 582 26 Linköping tillhanda senast **25 juni**, (poststämpel 24 juni), eller via fax nr: 013-10 39 00 eller e-mail (textfil): info@lass.se

ANTAL HEAT:
Alla grenar kommer att genomföras i 3 heat även om ej kvaltid har uppnåtts,
Ex. om det finns 20 simmare i en gren som klarat kvaltiden så fylls grenen *upp med ytterligare 3 simmare som ej har klarat kvaltiden så tre heat erhålls.*
Seedning, se kvalnormer !!

ANMÄLNINGSAVGIFT:
25:-/ind. start och 30:-/lagstart skall inbetalas samtidigt med anmälan till LASS postgiro nr: 14 69 24-6
VIKTIGT!! *Anmälningsavgiften skall vara betald innan tävlingen börjat, i annat fall tillåts ej start.*

EFTERANMÄLAN:
Efteranmälningstiden utgår onsdagen den 1 juli kl. 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN. *Simmare som inte har klarat kvaltid får inte efteranmälas !*

EFTERANMÄLNINGSAVGIFT:
Efteranmälningsavgiften är för ind start 300:-
och för lagstart 400:-
Ang. betalningen, se ovan!

AVANMÄLAN:
Vid för sen inlämnad avanmälan (gäller ej vid läkarintyg) uttages en straffavgift på 300:-
Bestämmelser för avanmälan, se SSF:s Stadgar och Tävlingsbestämmelser § 305

KVALTIDER: se föregående sida.

SEEDNING:
Eftersom 800/1500 m frisim avgörs i direktfinal *måste* bästa tid anges i anmälan på dessa sträckor.
Vidare så omräknas (800/1500) noterade i 25:a till 50 m banetider. *OBS !* denna ev. omräknings görs av LASS.
I övriga grenar seedas deltagarna in i tidsordning oavsett bassänglängd, 25- el 50 m

3 HEAT:
För anmälningar där kvaltid ej har klarats, för att fylla upp till tre heat, *omräknas* alla tider uppnådda i 25:a till 50m bane tider. Därefter seedas simmarna i tidsordning. Omräkningsfaktor är mellanskillnaden 25m till 50m enlig kvaltiderna nedan. *Denna ev. omräkning görs av LASS !!*

KVALPERIOD: 3 juli -98 — 24 juni -99

LAGKAPPER: Yngre simmare, 14 o.y. får deltaga i den äldre klassens lagkapp (15/16). Dock får ingen dubblering ske, d.v.s. en yngre simmare får endast simma i ett lagkappslag.

INFORMATION om logi, kost, biljetter mm har utsänts till klubbarna från LASS. Övrig info om tävlingarna kan fås via LASS kansli, tel: 013-13 96 08

Simförbundets ordförande Jan Nordlund slutar

I överensstämmelse med Simförbundets stadgar har valberedningen tillfrågat de, vars mandattid utgår vid årsmötet 1999 om de är villiga att kandidera för en ny period.

Förbundets ordförande, Jan Nordlund , har meddelat att han ***inte*** står till förfogande för en ny mandatperiod.

Styrelseledamöterna, Birgitta Lindström, Barbro Olsson, Gunnar Cornelius och Göran Humling, är villiga att kandidera för en ny mandatperiod.

Revisor, Arne Wallberg, och revisorsuppleant, Ulf Westin, är också villiga att kandidera för en ny mandatperiod.

Kerstin Egerblom. Valberedningen
Telefon bostad: 08-770 30 43, mobiltelefon: 0708-14 04 41,
e-mail: kerstin@tbo.se

I valberedningen ingår:
Birgitta Björk, Uppsala
Stig-Arne Holmgren, Malmö
Jonas Henrysson, Falun
Bengt Karlsson, Laholm

Viktigt om kodning

SSF har bytt system för kodning av simmare. Ange därför i fortsättningen:
ÅR - MÅNAD - DAG
+ DE FYRA SISTA SIFFRORNA
på simmaren som skall kodas.
I annat fall kan simmaren inte registreras!!

SIM SM
Södertälje 11 - 14 Mars, 1999 (25 M)

4x50m MEDLEY HERRAR

1.	Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	1:42.78
2.	Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	1:43.13
3.	Södertälje SS Lag 10	9999 Södertälje	1:43.24
4.	Mölndals ASS	0 9999 Mölndal	1:43.41
5.	Södertörns SS	0 9999 Södertörn	1:43.60
6.	Västerås SS	0 9999 Västerås	1:44.50
7.	SK Triton	0 9999 SK Triton	1:45.88
	Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvalls	DSQ
9.	SK Elfsborg	0 9999 SK Elfsborg	1:45.28
10.	SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	1:45.36
11.	Stockholms KK	0 9999 SKK	1:45.72
12.	Järfälla Sim	0 9999 Järfälla	1:45.84
13.	Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	1:46.13
14.	Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	1:46.49
15.	Spårvägens SF Lag 20	9999 Spårvägen	1:47.28
16.	Trelleborgs SS	0 9999 Trelleborg	1:47.41
17.	SK Poseidon	0 9999 Poseidon	1:47.61
18.	Jönköpings SS	0 9999 Jönköping	1:47.82
19.	SK Ran	0 9999 SK Ran	1:48.46
20.	Norrköpings KK	0 9999 Norrköping	1:49.17
	Solna SS	0 9999 Solna	DSQ
	Upsala S Lag 2	0 9999 Upsala	DSQ

200m FRISIM DAMER

1.	Josefin Lillhage	80 5135 Göteborg	1:59.95
2.	Johanna Sjöberg	78 6618 Södertälje	2:00.28
3.	Lotta Wänberg	79 5026 Malmö	2:00.61
4.	Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	2:01.23
5.	Malin Svahnström	80 6594 Väsby	2:01.66
6.	Sandra Steffensen	82 7074 Trelleborg	2:02.00
7.	Louise Jöhncke	76 7958 Spårvägen	2:02.13
8.	Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborg	2:05.04
9.	Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborg	2:03.20
10.	Julia Backlund	78 5829 Umeå	2:03.88
11.	Maria Öberg	79 8602 Ystad	2:04.88
12.	Annelie Andersson	82 5380 Neptun	2:05.08
13.	Anna Ricknell	81 8441 Skellefteå	2:05.97
14.	Camilla Helgesson	79 5690 Malmö	2:06.05
15.	Helen Svensson	78 5039 Malmö	2:06.06
16.	Linda Erlandsson	83 5121 Motala	2:06.25
17.	Claire Hedenskog	80 5138 Göteborg	2:06.27
18.	Cathrin Carlzon	83 5228 Södertörn	2:07.26
19.	Jessica Lidström	81 7065 Neptun	2:07.29
20.	Anna Folkesson	80 6070 Umeå	2:08.28
21.	Charlotta Svensson	82 6535 SK Lödde	2:08.75
22.	Louise Mikiasson	82 6417 Södertörn	2:09.33
23.	Lisa Andersson	80 6036 Höganäs	2:09.79
24.	Cecilia Ström	78 5522 Linköping	2:12.75

400m MEDLEY HERRAR

1.	Joakim Andersson	79 1882 Göteborg	4:25.51
2.	Carl Gårdmark	79 1166 Ystad	4:27.25
3.	Sverker Persson	75 3577 Västerås	4:29.26
4.	Pelle Karlsson	74 1684 Laxen	4:30.49
5.	David Landgren	80 1169 Ystad	4:32.91
6.	Jonas Bengtsson	80 2765 SK Triton	4:33.32
7.	Hannes Kohnke	81 0025 Malmö	4:35.11
8.	Johan Sundqvist	82 0134 Jönköping	4:37.33
9.	Jonatan Dahlberg	80 1074 Västerås	4:37.48
10.	Janne Kindgren	81 2780 Norrköping	4:37.64
11.	Erik Brannestål	80 1695 Väsby	4:37.94
12.	Axel Hellström	81 1155 Umeå	4:39.23
13.	Dan Hellström	84 0109 Poseidon	4:40.07
14.	Boris Haid	80 0958 Sunnerbo Sim	4:42.10
15.	Jesper Levander	80 0249 Södertörn	4:42.75
16.	Daniel Halldén	83 0623 Skäret	4:42.97
17.	Mathias Isaksson	80 0088 Västerås	4:43.05
18.	Alexander Ström	80 2781 Norrköping	4:43.17
19.	Andre Hellström	80 3262 Poseidon	4:45.01
20.	Christoffer Persson	80 2782 Linköping	4:45.41
21.	Mujo Mujanovic	83 3436 SK Ran	4:45.57
22.	Adrian Bengtson	76 0504 Umeå	4:46.08
23.	Mathias Olshed	78 2978 Sydsim	4:48.20

100m MEDLEY DAMER

1.	Malin Svahnström	80 6594 Väsby	1:03.96
2.	Emely Zakrisson	82 5217 SKK	1:04.41
3.	Josefin Lillhage	80 5135 Göteborg	1:04.46
4.	Jenny Redlund	81 8691 Malmö	1:05.56
5.	Ann Berglund	84 5117 Jönköping	1:05.62
6.	Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborg	1:05.80
7.	Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	1:05.96
8.	Veronica Andersson	78 5562 Skäret	1:07.56
9.	Veronica Andersson	78 5562 Skäret	1:06.82
10.	Jessica Granlund	82 6817 Västerås	1:06.84
11.	Kia Kilpinen	81 7062 Neptun	1:06.94
12.	Kajsa Karlsson	78 7464 Växjö	1:07.03
13.	Emma Petersson	81 8804 Växjö	1:07.52
14.	Caroline Andersson	80 6081 Ystad	1:07.97
15.	Matilda Forsström	83 5162 Linköping	1:08.06
16.	Nermina Jukic	78 5252 Skövde	1:08.26
17.	Lena Lindgren	80 7108 Tyresö	1:08.30
18.	D.Markopoloulou	82 7347 Spårvägen	1:08.41
19.	Therese Olsson	80 6162 Klippan	1:08.49
20.	Marianne Lionell	83 5480 Södertälje	1:08.78
21.	Sofi Nygren	71 5188 Södertälje	1:08.85
22.	Zinaida Pozder	82 5255 Skövde	1:09.26

100m FRISIM HERRAR

1.	Lars Frölander	74 0362 Sundsvalls	49.22
2.	John Miranda	65 3072 Södertälje	49.83
3.	Petter Lindh	72 2545 Jönköping	50.27
4.	Stefan Nystrand	81 0253 Södertörn	50.48
5.	Johan Nyström	75 1055 Sundsvall	50.49
6.	Johan Wallberg	77 3160 Neptun	50.50
7.	Jonas Åkesson	71 2518 Spårvägen	50.65
8.	Fredrik Letzler	72 3757 Spårvägen	50.74
9.	Eric la Fleur	79 0107 Poseidon	50.91
10.	Daniel Carlsson	76 3104 Väsby	50.98
11.	Anders Lyrbring	78 0228 Mölndal	51.03
12.	Martin Latz	80 0854 SK Triton	51.18
13.	Ville Ilola	79 2803 Jönköping	51.22
14.	Anders Forsberg	77 1643 Neptun	51.29
15.	Ola Fagerstrand	77 2977 Spårvägen	51.42
16.	Pär Helgesson	72 2484 Södertälje	51.53
17.	Marcus Andersson	81 0914 Västerås	51.79
18.	Fredrik Weng	80 0496 Säffle	51.80
19.	Claes Andersson	80 0802 Elfsborg	51.85
20.	Johan Backlund	75 0897 Umeå	52.08
21.	Patric Robertsson	72 0585 Södertälje	52.11
22.	Jan Helgesson	74 0361 Södertälje	52.14
23.	Fredrik Sandin	73 2225 Skäret	52.17
24.	Niklas Larsson	77 0179 Linköping	52.27
25.	Fredrik Erazim	74 3310 Växjö	52.37
26.	David Andreasson	81 3285 Mölndal	52.68
27.	Anders Jönsson	79 3102 Väsby	52.69
28.	Nicklas Svensson	78 0560 Malmö	53.33

100m RYGGSIM DAMER

1.	Therese Alshammar	77 7955 Neptun	1:01.40
2.	Nelly Jörgensen	80 5281 Helsingb	1:03.60
3.	Sofia Svensson	78 8492 Poseidon	1:03.82
4.	Emely Zakrisson	82 5217 SKK	1:03.85
5.	Lisa Wänberg	79 5025 Malmö	1:03.95
6.	Cecilia Blom	83 6794 S 71	1:04.76
7.	Martina Svensson	81 5140 Göteborg	1:05.37
8.	Lisa Nilsson	80 5476 Södertälje	1:05.66
9.	Ann Berglund	84 5117 Jönköping	1:05.46
10.	Mia Ydfors	84 7066 Neptun	1:05.58
11.	Charlotta Svensson	82 6535 SK Lödde	1:05.60
12.	Karin Aspengren	82 7887 Sandviken	1:05.61
13.	Eva Berglund	84 5116 Jönköping	1:05.67
14.	Emelie Olsson	85 7077 Trelleborg	1:06.27
15.	Johanna Fahlén	83 5071 Västerås	1:06.44
16.	Lisa Lundqvist	75 8532 Jönköping	1:06.47
17.	Mirja Knappstein	79 5479 Väsby	1:06.49
18.	Jenny Lööf	82 6087 Ystad	1:06.60
19.	Terese Larsson	80 6835 Ludvika	1:06.83
20.	Camilla Pettersson	77 6720 SKK	1:06.92
21.	Martina Hegestig	82 5110 Jönköping	1:07.15
22.	Hanna Gustavsson	83 8554 Osby	1:07.21
23.	Camilla Månsson	76 8071 SK Ran	1:07.37
24.	Cathrin Carlzon	83 5228 Södertörn	1:07.38
25.	Ulrika Larsson	80 7935 Väsby	1:07.41
26.	Jenny Johansson	81 7827 Oskarshamn	1:07.49
27.	Ulrika Aspling	82 7349 Spårvägen	1:07.51
28.	Rebecca Persson	85 6226 Karlshamn	1:07.67
29.	Madeleine Thörning	83 5157 Linköping	1:07.83
30.	Pauline Persson	80 5027 Malmö	1:07.99
31.	Carin Möller	83 8039 Kalmar	1:08.23
32.	Sandra Adriansson	82 5733 Elfsborg	1:08.28
33.	Kajsa Andersson	80 7085 Växjö	1:08.82
34.	Madeleine Hedenlo	83 8871 Oskarshamn	1:09.06
35.	Anna Blomkvist	81 6322 Mora	1:09.83
36.	Mariette Sjöberg	83 5677 SK Triton	1:11.42
37.	Linda Holmberg	81 5407 SK Ran	1:11.74

100m BRÖSTSIM HERRAR

1.	Patrik Isaksson	73 2300 Västerås	1:01.84
2.	Christian Clausen	80 3475 Trelleborg	1:01.95
3.	Sverker Persson	75 3577 Västerås	1:02.23
4.	Jens Johansson	75 3061 Sundsvall	1:02.28
5.	Henrik Wahlberg	76 0908 Södertörn	1:02.79
6.	Martin Gustavsson	80 2336 Malmö	1:03.11
7.	Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörns	1:04.09
8.	Oscar Hederström	78 0535 Göteborg	1:04.21
9.	Marcus Wejderot	80 0309 Järfälla	1:05.28
10.	Jon Bergqvist	80 0328 Helsingb	1:05.49
11.	Peter Hjers	74 1976 SK Elfsborg	1:05.64
12.	Mathias Öhman	82 1930 Sundsvall	1:05.97
13.	Mattias Südow	80 3284 Mölndal	1:06.06
14.	David Gustavsson	0 3522 Norrköping	1:06.30
15.	Alexander Liakos	79 2242 Solna	1:06.68
16.	Gabriel Wessman	79 0612 Skäret	1:06.96
17.	Staffan Tell	79 2244 Solna	1:07.30
18.	Björn C-G Eriksson	81 1572 Gävle	1:08.32

50m BRÖSTSIM DAMER

1.	Emma Igelström	80 8081 Spårvägen	32.56
2.	Maria Östling	78 8680 Södertörn	32.62
3.	Jessica Granlund	82 6817 Västerås	32.93
4.	Stina Lindman	81 7217 SK Triton	33.88
5.	Caroline Nilsson	80 6532 SK Lödde	33.89
6.	Caroline Drab	85 5089 Poseidon	34.00
7.	Malou Serneholt	80 6091 Neptun	34.13
8.	Mikaela Rosenholm	79 7760 Spårvägen	34.28
9.	Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	34.24
10.	Marie Lindeborg	80 7246 Väsby	34.33
11.	Ebba Nyberg	82 6744 SKK	34.35
12.	Emma Gustafsson	83 5352 Växjö	34.51
13.	Jenny Svedberg	80 8703 Östra Sörmland	34.56
14.	Matilda Forsström	83 5162 Linköping	34.67
15.	Nermina Jukic	78 5252 Skövde	34.71
16.	Maria Ekholm	81 7702 Norrköping	34.76
17.	Hanna Eriksson	84 5481 Södertälje	34.78
18.	Emma Mertanen	81 6774 Skäret	34.80
19.	Malin Thulin	82 7477 Klippans	34.92
	Michaela Lind	81 6042 Solna	34.92
21.	Sara Larsson	83 6839 Ludvika	35.03
22.	Veronica Andersson	78 5562 Skäret	35.28
23.	Jessica Holm-Dahl	79 5697 Neptun	35.29
24.	Frida Windisch	78 5589 Norrköping	35.44

50m RYGGSIM HERRAR

1.	Daniel Carlsson	76 3104 Väsby	25.25
2.	Karl Sunrydh	80 3283 Mölndal	26.00
3.	Eric la Fleur	79 0107 Poseidon	26.44
4.	Per Nylin	82 3122 Norrköping	26.68
5.	Stefano Prestinoni	77 2590 Neptun	27.09
6.	Jens Petersson	83 1837 SKK	27.12
7.	Johan Ljungman	81 0264 Södertörn	27.28
8.	Per Krebs	73 2646 Kungälv	27.57
9.	Stefan Möller	76 0564 SKRan	27.41
10.	Claes Andersson	80 0802 SK Elfsborg	27.52
11.	Henrik Norén	79 0901 Karlstad	27.53
	Daniel Hermansson	78 0290 Upsala	27.53
13.	Lars Olhed	81 2769 SK Triton	27.59
14.	Dan Magnusson	76 3261 Poseidon	27.61
15.	Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörn	27.68
16.	Mattias Nilsson	80 1260 Klippan	27.84
17.	Nikola Kördel	78 0473 Örebro	27.86
18.	Joakim Skrabb	77 0198 Södertälje	27.91
19.	Magnus Borg	77 3345 Järfälla	28.12
20.	Peter Segerlund	82 1847 Luleå	28.30

200m FJÄRILSIM DAMER

1.	Johanna Sjöberg	78 6618 Södertälje	2:12.02
2.	Destiny Laurén	76 5374 Neptun	2:12.69
3.	Karin Lärka	78 8354 Täby Sim	2:14.85
4.	Sara Nordenstam	83 5570 Skäret	2:16.69
5.	Emma Pålsson	82 6929 Trelleborg	2:17.48
6.	Sofia Svensson	78 8492 Poseidon	2:18.34
7.	Lena Hallander	82 5678 Malmö	2:21.14
9.	Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	2:19.78
10.	Anna Görtz	76 5091 Poseidon	2:20.61
11.	Josefin Lindgren	82 6084 Ystad	2:21.40
12.	Erika Nilsson	82 5231 Södertörn	2:21.57
13.	Ulrika Larsson	80 7935 Väsby	2:21.90
14.	Sussi Olsson	82 5767 Höganäs	2:22.07
15.	Anna Blomstrand	80 8547 Malmö	2:22.87
16.	Sara Jönsson	82 5939 Åhus	2:22.95
17.	Åsa Samuelsson	79 8662 SK Elfsborg	2:23.70
18.	Karin Cornstedt	82 6463 Neptun	2:24.32
19.	Jenny Lööf	82 6087 Ystad	2:24.35
20.	Maria Johansson	79 6069 Umeå	2:25.02
21.	Anna Adolfsson	78 6605 Härnösand	2:27.72
22.	Frida Jonsson	79 7037 Upsala	2:28.24
23.	Emma Lind	80 9999 Landskrona	2:29.08
24.	Martina Berg	82 5816 Växjö	2:32.91

4x200m FRISIM HERRAR

1.	SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	7:29.20
2.	Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	7:30.76
3.	Södertörns SS	0 9999 Södertörn	7:32.85
4.	Jönköpings SS	0 9999 Jönköping	7:33.94
5.	Södertälje Lag 1	0 9999 Södertälje	7:37.05
6.	Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingbs	7:40.21
7.	SK Triton	0 9999 SK Triton	7:42.97
8.	Skärets SS	0 9999 Skäret	7:43.92
9.	Linköpings ASS	0 9999 Linköping	7:45.63
10.	Västerås SS	0 9999 Västerås	7:45.71
11.	Spårvägens SF Lag 20	9999 Spårvägen	7:46.15
12.	Norrköpings KK	0 9999 Norrköping	7:46.29
13.	SK Ran	0 9999 Simklubben Ran	7:52.81
14.	SK Poseidon	0 9999 Poseidon	7:55.87
15.	Täby Sim	0 9999 Täby Sim	7:56.31
16.	Umeå SS	0 9999 Umeå	7:58.88
	Ystads SS	0 9999 Ystads	DSQ

4x100m FRISIM DAMER

1.	Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	3:48.14
2.	SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	3:49.01
3.	Södertälje SS Lag1	0 9999 Södertälje	3:52.19
4.	Spårvägens SF La1	0 9999 Spårvägen	3:53.32
5.	Göteborgs Sim	0 9999 Göteborg	3:55.36
6.	Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	3:56.74
7.	Trelleborgs SS	0 9999 Trelleborg	3:59.11
8.	Västerås SS	0 9999 Västerås	3:59.42
9.	Södertörns SS	0 9999 Södertörns	3:58.21
10.	Umeå SS	0 9999 Umeå	3:59.08
11.	Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvalls	3:59.58
12.	Ystads SS	0 9999 Ystads	3:59.60
13.	Växjö SS	0 9999 Växjö	4:01.06
14.	Linköpings ASS	0 9999 Linköping	4:02.04
15.	Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	4:02.73
16.	SK Poseidon	0 9999 Poseidon	4:02.97
17.	Väsby SS Lag 2	0 9999 Väsby	4:04.16
18.	Oskarshamns SS	0 9999 Oskarshamns	4:04.43
19.	Malmö KK Lag 2	0 9999 Malmö	4:04.44
20.	Klippans SS	0 9999 Klippans	4:08.66
21.	Kalmar SS	0 9999 Kalmar	4:08.71
22.	SK Ran	0 9999 Simklubben Ran	4:09.14
	Jönköpings SS	0 9999 Jönköpings	DSQ

4x50m MEDLEY DAMER

1.	SpårvägensSFLag1	0 9999 Spårvägen	1:55.96
2.	Södertälje SS Lag1	0 9999 Södertälje	1:56.22
3.	SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	1:56.71
4.	Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	1:57.66
5.	Växjö SS	0 9999 Växjö	1:59.77
6.	Västerås SS	0 9999 Västerås	2:00.24
7.	Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	2:00.54
8.	Göteborgs Sim	0 9999 Göteborg	2:00.65
9.	Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingbs	2:01.77
10.	Spårvägens SF Lag 20	9999 Spårvägen	2:02.35
11.	SK Poseidon	0 9999 Poseidon	2:02.60
12.	Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvalls	2:02.67
13.	Klippans SS	0 9999 Klippans	2:02.77
14.	SK Triton	0 9999 SK Triton	2:03.26
	Jönköpings SS	0 9999 Jönköpings	2:03.26
16.	Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	2:03.30
17.	Trelleborgs SS	0 9999 Trelleborgs	2:03.41
18.	Skärets SS	0 9999 Skäret	2:03.44
19.	Linköpings ASS	0 9999 Linköping	2:03.48
20.	Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	2:03.78
21.	SK Neptun Lag 2	0 9999 Neptun	2:03.81
22.	Ängelholms SS	79 9999 Ängelholms	2:04.77
23.	Kristianstads SLS	0 9999 Kristianstad	2:04.88
24.	S 71	0 9999 S 71	2:04.97
25.	Norrköpings KK	0 9999 Norrköping	2:05.11
26.	Oskarshamns SS	0 9999 Oskarshamns	2:05.70
27.	Umeå SS	0 9999 Umeå	2:05.86
28.	Kalmar SS	0 9999 Kalmar	2:09.82
	Stockholms KK	0 9999 SKK	DSQ

200m FRISIM HERRAR

1.	Anders Lyrbring	78 0228 Mölndal	1:49.30
2.	Johan Wallberg	77 3160 Neptun	1:49.53
3.	Johan Nyström	75 1055 Sundsvall	1:49.87
4.	Petter Lindh	72 2545 Jönköping	1:50.22
5.	Fredrik Engdahl	77 0018 Malmö	1:50.51
6.	Joakim Andersson	79 1882 Göteborg	1:52.19
7.	Björn Göransson	79 0322 Helsingb	1:52.57
8.	Johan Backlund	75 0897 Umeå	1:53.96
10.	Anders Jönsson	79 3102 Väsby	1:53.30
11.	Martin Latz	80 0854 SK Triton	1:53.58
12.	Peter Edvardsson	81 3500 Alingsås SLS	1:53.75
13.	Sebastian Andersson	79 0613 Skäret	1:53.88
14.	Marcus Andersson	81 0914 Västerås	1:53.96
15.	Mikael Larsson	80 0257 Södertörn	1:54.30
16.	Mathias Olshed	78 2978 Sydsim	1:54.96
17.	Patrik Svensson	80 2335 Malmö	1:55.12
18.	Johannes Schultz	79 0008 Malmö	1:55.14
19.	Anders Priver	77 0968 SK Elfsborg	1:55.24
20.	Torbjörn Kock	82 2758 SK Triton	1:55.37
21.	Niklas Larsson	77 0179 Linköping	1:55.41
22.	Petter Lundmark	81 0193 Finspång	1:55.42
23.	Marcus Wernström	77 0148 Linköping	1:56.79
24.	J. Nordenstam	80 0617 Skäret	1:57.03
25.	Pär Helgesson	72 2484 Södertälje	1:57.04

400m MEDLEY DAMER

1.	Emely Zakrisson	82 5217 SKK	4:45.90
2.	Sara Nordenstam	83 5570 Skäret	4:49.91
3.	Destiny Laurén	76 5374 Neptun	4:51.84
4.	Ann Berglund	84 5117 Jönköping	4:52.76
5.	Sofia Svensson	78 8492 Poseidon	4:57.42
6.	Josefin Lindgren	82 6084 Ystads	4:59.74
7.	Eva Berglund	84 5116 Jönköping	5:04.34
8.	Anna Görtz	76 5091 Poseidon	5:05.74
9.	Anna Ricknell	81 8441 Skellefteå Sim	5:03.16
10.	Lena Lindgren	80 7108 Tyresö	5:03.58
11.	Linda Gustavsson	79 5885 Skäret	5:03.79
12.	Therese Gustafsson	84 7706 Norrköping	5:04.00
13.	Anna Nilsson	74 8882 Södertälje	5:04.24
14.	Silla Rosén	81 6627 Härnösand	5:05.51
15.	Marina Sandback	84 5066 Västerås	5:05.80

16. Louise Mikiasson	82 6417 Södertörn	5:06.09
17. Caroline Andersson	80 6081 Ystad	5:06.21
18. Katrin Harrsen	80 5008 Malmö	5:07.32
19. Hanna Gustavsson	83 8554 Osby	5:07.82
20. Lovisa Romelsjö	84 5198 Göteborg	5:08.96
21. Kim Ödin	85 7078 Trelleborg	5:09.12
22. Sara Jönsson	82 5939 Åhus	5:09.28
23. Sofie Mikiasson	84 6418 Södertörn	5:10.09
24. Ida Bark	79 6599 Väsby	5:10.44
25. Linn Akkad	82 7145 Malmö	5:12.98
26. Erika Nilsson	82 5231 Södertörn	5:14.46
27. Emma Lind	80 9999 Landskrona	5:18.76

100m MEDLEY HERRAR

1. Patrik Isaksson	73 2300 Västerås	57.13
2. Stefan Nystrand	81 0253 Södertörn	57.19
3. David Gustavsson	0 3522 Norrköping	57.44
4. Henrik Wahlberg	76 0908 Södertörns	57.81
5. Arvid Bruhn	74 3335 Malmö	58.14
6. Claes Andersson	80 0802 SK Elfsborg	58.52
7. Fredrik Weng	80 0496 Säffle	58.87
8. Peter Hjers	74 1976 SK Elfsborg	59.04
9. Stefan Möller	76 0564 SK Ran	58.91
10. David Landgren	80 1169 Ystads	59.01
11. Jonatan Wik	81 2312 Spårvägen	59.03
12. Pelle Karlsson	74 1684 Laxen	59.19
13. Anders Forsberg	77 1643 Neptun	59.33
14. David Andreasson	81 3285 Mölndal	59.87
15. Ola Frejd	71 2586 Neptun	59.99
16. Andreas Johansson	81 1257 Klippan	1:00.11
17. Torbjörn Holmberg	76 3453 SK Ran	1:00.12
18. Nicky Lukic	81 0144 Linköping	1:00.19
19. Daniel Svensson	82 1008 Åhus	1:00.28

100m FRISIM DAMER

1. Louise Jöhncke	76 7958 Spårvägen	55.44
2. Therese Alshammar	77 7955Neptun	55.75
3. A-K Kammerling	80 7249 Sundsvall	55.86
4. Josefin Lillhage	80 5135 Göteborg	56.35
5. Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	56.69
6. Lisa Wänberg	79 5025 Malmö	56.92
7. Lotta Wänberg	79 5026 Malmö	57.21
8. Claire Hedenskog	80 5138 Göteborg	57.87
9. Johanna Sjöberg	78 6618 Södertälje	57.20
10. Malin Svahnström	80 6594 Väsby	57.22
11. Emma Pålsson	82 6929 Trelleborgs	57.50
12. Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborgs	57.52
13. Julia Backlund	78 5829 Umeå	57.81
14. Annica Löfstedt	82 5457 Örebro	57.82
15. Cathrin Carlzon	83 5228 Södertörn	57.84
16. Jenny Redlund	81 8691 Malmö	57.88
17. Kajsa Karlsson	78 7464 Växjö	58.10
18. Anna Folkesson	80 6070 Umeå	58.58
19. Lisa Andersson	80 6036 Höganäs	58.62
20. Jessica Lidström	81 7065 Neptun	58.86
21. Linda Erlandsson	83 5121 Motala	59.01
22. Emma Petersson	81 8804 Växjö	59.47
23. Anna Gustavsson	79 5261 Spårvägen	59.72
24. Emma Ekstrand	82 8850 Jönköping	1:00.11
25. Charlotta Svensson	82 6535 SK Lödde	1:00.38

18 100m RYGGSIM HERRAR

1. Daniel Carlsson	76 3104 Väsby	55.51
2. Eric la Fleur	79 0107 Poseidon	56.55
3. Karl Sunrydh	80 3283 Mölndal	56.83
4. Stefano Prestinoni	77 2590 Neptun	57.72
5. Jens Petersson	83 1837 SKK	58.30
6. Henrik Norén	79 0901 Karlstad	58.46
7. Daniel Hermansson	78 0290 Upsala	59.13
8. Per Nylin	82 3122 Norrköping	59.24
9. Johan Ljungman	81 0264 Södertörn	58.26
10. Jonas Bengtsson	80 2765 SK Triton	58.63
11. Ville Ilola	79 2803 Jönköping	59.06
12. Gustavo Kertzscher	81 1167 Ystad	59.28
13. Nikola Kördel	78 0473 Örebro	59.41
14. Kristoffer Sjöstedt	81 0580 Södertälje	59.55
15. Dan Magnusson	76 3261 Poseidon	59.56
16. Peter Segerlund	82 1847 Luleå	59.58
17. Tobias Abrahamsson	81 0881 Kalmar	59.66
18. Mathias Olshed	78 2978 Sydsim	59.76
19. Stefan Möller	76 0564 Sn Ran	59.78
20. Ulf Bengtsson	78 3371 Östra Sörmland	59.81
21. Niklas Peterson	81 0807 SK Elfsborg	59.91
22. Gregor Brunmar	82 2770 SK Lödde	59.92
23. Mattias Nilsson	80 1260 Klippans	59.95
24. Fredrik Sandin	73 2225 Skäret	1:00.11
Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörn	1:00.11
26. Erik Pönni	84 1377 Jönköping	1:00.12
27. Per Krebs	73 2646 Kungälv	1:00.23
28. Mujo Mujanovic	83 3436 SK Ran	1:00.46
29. Joakim Skrabb	77 0198 Södertälje	1:01.48
30. Torbjörn Kock	82 2758 SK Triton	1:01.54
31. Magnus Johansson	79 2377 Linköping	1:01.56

100m BRÖSTSIM DAMER

1. Maria Östling	78 8680 Södertörn	1:09.36
2. Emma Igelström	80 8081 Spårvägen	1:09.79
3. Jessica Granlund	82 6817 Västerås	1:11.98
4. Sophie Vellner	86 7121 Västerås	1:12.08
5. Marie Lindeborg	80 7246 Väsby	1:12.60
6. Caroline Nilsson	80 6532 SK Lödde	1:13.50
7. Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	1:13.64
8. Sara Larsson	83 6839 Ludvika	1:13.79
9. Mikaela Rosenholm	79 7760 Spårvägen	1:13.86
10. Emma Gustafsson	83 5352 Växjö	1:13.89
11. Stina Lindman	81 7217 SK Triton	1:14.35
12. Matilda Forsström	83 5162 Linköping	1:14.98
13. Jessica Holm-Dahl	79 5697 Neptun	1:15.15
14. Malin Thulin	82 7477 Klippan	1:15.30
15. Angelica Borg	84 6027 Vellinge-Näset	1:15.31
16. Nermina Jukic	78 5252 Skövde	1:15.44
17. Michaela Lind	81 6042 Solna	1:15.45
18. Maria Ekholm	81 7702 Norrköping	1:15.47
19. Jenni Svensson	82 5041 Kristianstad	1:15.50
20. Hanna Eriksson	84 5481 Södertälje	1:15.61
21. Sophie Gidlöf	78 8431 Sundsvall	1:15.68
22. Malou Serneholt	80 6091 Neptun 35.41	1:15.69
23. Emelie Jansson	84 6465 Botkyrka-Rön.	1:15.90
24. Sara Arnesson	83 6403 Ängelholm	1:15.91
25. Emma Mertanen	81 6774 Skäret	1:15.95
26. Caroline Drab	85 5089 Poseidon	1:15.98
27. Veronica Andersson	78 5562 Skäret	1:16.08
28. Ulrika Holmström	83 5256 Skövde	1:16.38
29. Lina Borg	80 6629 Sundsvall	1:16.86
30. Hanna Wengrud	84 5080 Västerås	1:17.09
31. Malin Fredriksson	86 8050 Kalmar	1:17.14
32. Sofie Karlsson	82 5684 Täby Sim	1:17.23
33. Frida Windisch	78 5589 Norrköping	1:17.78
34. Ebba Nyberg	82 6744 Stockholm	1:17.85
35. Maria Nilsson	80 8082 Karlshamn	1:18.88
Amanda Hovlind	84 6958 Falu	DSQ

50m BRÖSTSIM HERRAR

1. Christian Clausen	80 3475 Trelleborgs	28.28
2. Patrik Isaksson	73 2300 Västerås	28.37
3. Jens Johansson	75 3061 Sundsvall	28.43
4. Sverker Persson	75 3577 Västerås	28.74
5. Martin Gustavsson	80 2336 Malmö	29.29
6. Peter Hjers	74 1976 SK Elfsborg	29.88
7. Andreas Nyhrén	78 0208 Södertälje	29.97
8. Arvid Bruhn	74 3335 Malmö	30.33
10. Alexander Liakos	79 2242 Solna	30.03
11. Leo Sandberg	77 0082 Västerås	30.05
12. Mattias Südow	80 3284 Mölndal	30.19
Torbjörn Holmberg	76 3453 Simklubben Ran	30.19
Marcus Wejderot	80 0309 Järfälla	30.19
15. Per Ångquist	81 0505 Umeå	30.40
16. Fredrik Axegård	77 3002 SKK	30.52
17. Björn C-G Eriksson	81 1572 Gävle	30.92
18. Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörn	30.98
Jon Bergqvist	80 0328 Helsingbs	DSQ

50m RYGGSIM DAMER

1. Therese Alshammar	77 7955 Neptun	29.61
2. Emely Zakrisson	82 5217 SKK	29.72
3. Nelly Jörgensen	80 5281 Helsingb	29.78
4. Karin Lärka	78 8354 Täby Sim	30.07
5. Mia Ydfors	84 7066 Neptun	30.22
6. Lisa Nilsson	80 5476 Södertälje	30.43
7. Karin Aspengren	82 7887 Sandviken	30.52
8. Emelie Kierkegaard	77 7622 Spårvägen	30.79
9. Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	30.74
10. Martina Svefsson	81 5140 Göteborg	30.77
11. Jenny Johansson	81 7827 Oskarshamns	30.88
12. Madeleine Thörning	83 5157 Linköping	30.91
13. Cecilia Blom	83 6794 S 71	30.97
14. Annica Löfstedt	82 5457 Örebro	31.01
15. Cathrin Carlzon	83 5228 Södertörn	31.15
16. Pauline Persson	80 5027 Malmö	31.19
Mirja Knappstein	79 5479 Väsby	31.19
18. Terese Larsson	80 6835 Ludvika	31.22
19. Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborgs	31.23
20. Camilla Månsson	76 8071 SK Ran	31.27
21. Lisa Lundqvist	75 8532 Jönköping	31.39
22. Ulrika Larsson	80 7935 Väsby	31.46
23. Ulrika Aspling	82 7349 Spårvägen	31.75
24. Emelie Olsson	85 7077 Trelleborgs	31.84
25. Caroline Hermansson	84 7705 Norrköping	31.96
26. Maria Tegård	81 6793 S 71	32.03
27. Camilla Pettersson	77 6720 SKK	32.19
28. Marie Klackenstam	81 8647 Ängelholm	32.24
29. Anna Ohlson	77 6253 Spårvägen	32.30
30. Kajsa Andersson	80 7085 Växjö	32.53
31. Anna Gunnarsson	84 8735 Kungsbacka	32.62
32. Carin Möller	83 8039 Kalmar	33.22
33. Mariette Sjöberg	83 5677 SK Triton	33.40

200m FJÄRILSIM HERRAR

1. Carl Gårdmark	79 1166 Ystad	2:03.65
2. Jonatan Dahlberg	80 1074 Västerås	2:04.57
3. Marcus Fahlén	78 0083 Neptun	2:04.70
4. Jonas Lögdberg	68 1087 Täby Sim	2:05.68
5. Öyvind Spångberg	81 3004 Solna	2:05.71
6. Patric Robertsson	72 0585 Södertälje	2:06.62
7. Stefan Pinter	78 0207 Södertälje	2:08.35
Johan Setterberg	76 2598 Neptun	DSQ
9. Hans Brickner	82 0084 Västerås	2:08.07
10. Björn Lundin	82 2255 SK Lödde	2:08.19
11. Fredrik Johansson	80 1884 Mölndal	2:09.41
12. Tobias Lindström	79 0861 Kristinehamn	2:10.46
13. Per-Daniel Olsson	77 2332 Poseidon	2:10.51
14. Pelle Karlsson	74 1684 Laxen	2:10.68
15. Lars Olhed	81 2769 SK Triton	2:10.77
16. Erik Thysell	79 0611 Skäret	2:10.87
17. Fredrik Lundin	75 1168 Neptun	2:11.34
18. Daniel Halldén	83 0623 Skäret	2:11.93
19. Christer Johnsson	78 2939 Ystads	2:15.66

4x200m FRISIM DAMER

1. Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	8:07.92
2. SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	8:19.21
3. Göteborgs Sim	0 9999 Göteborg	8:24.34
4. Ystads SS	0 9999 Ystads	8:25.11
5. Södertörns SS	0 9999 Södertörns	8:28.86
6. Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	8:31.71
7. Jönköpings SS	0 9999 Jönköpings	8:32.92
Malmö KK Lag 2	0 9999 Malmö	DSQ
9. Södertälje SS Lag 1	0 9999 Södertälje	8:36.45
10. Umeå SS	0 9999 Umeå	8:36.78
11. SK Poseidon	0 9999 Poseidon	8:43.02
12. Väsby SS Lag 2	0 9999 Väsby	8:45.59
13. Linköpings ASS	0 9999 Linköping	8:47.68
14. Västerås SS	0 9999 Västerås	8:48.80
15. SK Lödde	0 9999 SK Lödde	8:49.00
16. Oskarshamns SS	0 9999 Oskarshamns	8:51.20
17. S 71	0 9999 S 71	8:58.61
18. SK Ran	0 9999 SK Ran	8:59.79
19. Kalmar SS	0 9999 Kalmar	9:02.13

4x100m FRISIM HERRAR

1. Spårvägen SF Lag1	0 9999 Spårvägen	3:21,99
2. Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvalls	3:22.22
3. Södertälje SS Lag1	0 9999 Södertälje	3:22.41
4. SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	3:22.65
5. Södertörns SS	0 9999 Södertörns	3:24.64
6. Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	3:25.62
7. Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	3:28.12
8. SK Triton	0 9999 SK Triton	3:28.47
9. Jönköpings SS	0 9999 Jönköpings	3:27.73
10. Västerås SS	0 9999 Västerås	3:28.53
11. Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingbs	3:29.73
12. SK Elfsborg	0 9999 SK Elfsborg	
13. SK Ran	0 9999 SK Ran	3:30.33
14. Skärets SS	0 9999 Skäret	3:31.17
15. SK Poseidon	0 9999 Poseidon	3:31.19
16. Linköpings ASS	0 9999 Linköping	3:32.31
17. Norrköpings KK	0 9999 Norrköping	3:32.53
18. Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	3:33.25
19. Mölndals ASS	0 9999 Mölndal	3:35.19
20. SK Lödde	0 9999 SK Lödde	3:36.03
Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	DSQ

800m FRISIM DAMER

1. Ann Berglund	84 5117 Jönköping	8:46.32
2. Lotta Wänberg	79 5026 Malmö	8:47.08
3. Camilla Helgesson	79 5690 Malmö	8:47.92
4. Annelie Andersson	82 5380 Neptun	8:50.55
5. Maria Öberg	79 8602 Ystad	8:56.03
6. Helen Lidman	83 7323 Danderyd	8:56.90
7. Helen Svensson	78 5039 Malmö	8:56.97
8. Linn Akkad	82 7145 Malmö	9:02.94
9. Katrin Harrsen	80 5008 Malmö	9:06.21
10. Silla Rosén	81 6627 Härnösand	9:06.31
11. Lisa Andersson	80 6036 Höganä	9:07.03
12. Carin Andersson	81 6083 Ystad	9:07.72
13. Sofie Miklasson	84 6418 Södertörn	9:09.95
14. Julia Backlund	78 5829 Umeå	9:10.01
15. Lina Norum	83 7888 Sandviken	9:10.70
16. Emma Gundersen	83 5164 Linköping	9:12.94
17. Ida Bark	79 6599 Väsby	9:15.49
18. Caroline Andersson	80 6081 Ystad	9:16.17
19. Therese Gustafsson	84 7706 Norrköping	9:16.36
20. Åsa Samuelsson	79 8662 SK Elfsborg	9:23.09
21. Sofie Tengmark	80 8824 Väsby	9:23.12
22. Caroline Brandberg	83 7811 SK Sydsim	9:25.16
23. Hanna Gustavsson	83 8554 Osby	9:26.06
24. Katarina Höije	82 5679 Malmö	9:29.00
25. Jenny Gustavsson	80 8044 Kalmar	9:30.07
26. Frida Wallin	83 5034 Malmö	9:30.73
27. Katrin Åkesson	82 7019 SK Ran	9:34.40
28. Linda Näslund	81 6367 SK Lödde	9:36.29

100m FJÄRILSIM

1. Lars Frölander	74 0362 Sundsvall	53.61
2. Daniel Carlsson	76 3104 Väsby	54.17
3. Johan Setterberg	76 2598 Neptun	54.47
4. Ola Fagerstrand	77 2977 Spårvägen	55.41
5. Dennis Lundqvist	76 3074 SKK	55.97
6. Björn Lundin	82 2255 SK Lödde	56.00
7. Marcus Andersson	81 0914 Västerås	56.65
8. Daniel Hermansson	78 0290 Upsala	26.61 56.82
9. Hans Brickner	82 0084 Västerås	26.81 57.11
10. David Andreasson	81 3285 Mölndal	57.20
11. Stefan Pinter	78 0207 Södertälje	57.35
12. Martin Latz	80 0854 SK Triton	57.36
13. Lars Olhed	81 2769 SK Triton	57.56
14. Jim Westman	80 1632 Spårvägen	57.85

200m RYGGSIM DAMER

1. Therese Alshammar	77 7955 Neptun	2:12.60
2. Sofia Svensson	78 8492 Poseidon	2:13.46
3. Cecilia Blom	83 6794 S 71	2:16.33
4. Charlotta Svensson	82 6535 SK Lödde	2:17.88
5. Martina Svensson	81 5140 Göteborg	2:19.11
6. Eva Berglund	84 5116 Jönköping	2:20.10
7. Anna Nilsson	74 8882 Södertälje	2:20.29
8. Mirja Knappstein	79 5479 Väsby	2:21.61
9. Mirja Knappstein	79 5479 Väsby	2:20.85
10. Eva Berglund	84 5116 Jönköping	2:20.89
11. Terese Larsson	80 6835 Ludvika	2:21.27
12. Camilla Pettersson	77 6720 SKK	2:21.51
13. Lisa Lundqvist	75 8532 Jönköpings	2:21.71
14. Karin Aspengren	82 7887 Sandviken	2:22.39
15. Lena Lindgren	80 7108 Tyresö	2:22.76
16. Jenny Lööf	82 6087 Ystad	2:23.61
17. Ulrika Aspling	82 7349 Spårvägen	2:23.67
18. Nelly Jörgensen	80 5281 Helsingb	2:23.86
19. Johanna Fahlén	83 5071 Västerås	2:24.62
20. Helen Lidman	83 7323 Danderyd	2:24.86
21. Emelie Olsson	85 7077 Trelleborg	2:25.30
22. Lisa Nilsson	80 5476 Södertälje	2:25.34
23. Madeleine Hedenlo	83 8871 Oskarshamn	2:26.46
24. Hanna Gustavsson	83 8554 Osby	2:27.56
25. Sandra Adriansson	82 5733 SK Elfsborg	2:27.64
26. Pauline Persson	80 5027 Malmö	2:30.42
27. Elaine Åstrand	84 5108 Jönköpings	2:31.55
28. Berit Bengtson	78 6068 Umeå	2:37.12
Jenny Johansson	81 7827 Oskarshamns	DSQ

200m BRÖSTSIM HERRAR

1. Christian Clausen	80 3475 Trelleborg	2:11.79
2. Martin Gustavsson	80 2336 Malmö	2:15.57
3. Sverker Persson	75 3577 Västerås	2:18.30
4. Erik Brannestål	80 1695 Väsby	2:21.80
5. Jonas Bengtsson	80 2765 SK Triton	2:21.93
6. Dag Jönsson	81 1916 S 71	2:22.45
7. Jon Bergqvist	80 0328 Helsingbs	2:26.91
8. Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörns	2:24.45
DELTAR EJ I FINAL		
Henrik Wahlberg	76 0908 Södertörns	DSQ

50m FJÄRILSIM DAMER

1. A-K Kammerling	80 7249 Sundsvall	26.88
2. Johanna Sjöberg	78 6618 Södertälje	27.23
3. Sussi Olsson	82 5767 Höganäs	28.22
4. Karin Lärka	78 8354 Täby Sim	28.34
5. Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	28.50
6. Therese Alshammar	77 7955 Neptun	28.55
7. Emma Pålsson	82 6929 Trelleborg	28.68
8. Lena Hallander	82 5678 Malmö	28.69
9. Lisa Wänberg	79 5025 Malmö	28.84
10. Annica Löfstedt	82 5457 Örebro	28.97
11. Helena Wikander	79 6375 Upsala	29.05
12. Jenny Svedberg	80 8703 Östra	29.12
13. Cecilia Andersson	83 7242 Söderhamns	29.22
14. Ulrika Larsson	80 7935 Väsby	29.26
15. Anna-Karin Rantzow	76 8885 Södertälje	29.33
16. Anna Hällkvist	81 5811 Klippans	29.43
17. Mia Brodén	83 5665 Falu	29.50
18. Silla Rosén	81 6627 Härnösands	29.73
19. Anna Gustavsson	79 5261 Spårvägen	29.75
20. Sara Olsson	82 7000 Tureberg	29.80
21. Sofi Nygren	71 5188 Södertälje	29.85
22. Maria Tegård	81 6793 S 71	29.87
23. Karin Sunnanbo	82 5263 Järfälla	29.91
24. Louise Gustafsson	82 5076 Västerås	30.11
25. Anna Lohmann	75 7830 Oskarshamns	30.13
26. Martina Berg	82 5816 Växjö	30.21
27. Tora Strandberg	79 8648 Ängelholms	30.44
28. Pauline Persson	80 5027 Malmö	30.85
29. Emelie Kierkegaard	77 7622 Spårvägen	30.99

50m FRISIM HERRAR

1. John Miranda	65 3072 Södertälje	22.24
2. Stefan Nystrand	81 0253 Södertörns	22.69
3. Lars Frölander	74 0362 Sundsvalls	23.10

4. Fredrik Letzler	72 3757 Spårvägen	23.14
5. Eric la Fleur	79 0107 Poseidon	23.16
6. Claes Andersson	80 0802 SK Elfsborg	23.32
7. Lars-Ove Jansson	69 0278 Upsala	23.37
Jonas Åkesson	71 2518 Spårvägen	DSQ
9. Johan Wallberg	77 3160 Neptun	23.31
10. Anders Lyrbring	78 0228 Mölndal	23.36
11. Patric Robertsson	72 0585 Södertälje	23.55
12. Johan Nyström	75 1055 Sundsvalls	23.57
13. Reidar Spångberg	82 1826 Solna	23.63
14. Anders Forsberg	77 1643 Neptun	23.81
15. Jan Helgesson	74 0361 Södertälje	23.86
16. Pär Helgesson	72 2484 Södertälje	23.87
17. Jonas Tilly	84 3463 Trelleborg	23.96
18. Mathias Hageneier	80 3000 Solna	23.99
19. David Andreasson	81 3285 Mölndal	24.01
20. Per Krebs	73 2646 Kungälv	24.05
21. Dennis Lundqvist	76 3074 SKK	24.09
Ville Ilola	79 2803 Jönköping	24.09
23. Fredrik Erazim	74 3310 Växjö	24.11
24. Stefan Möller	76 0564 SK Ran	24.14
25. Fredrik Hermansson	79 0283 Upsala	24.15
26. Rickard Blom	75 0955 Upsala	24.20
27. Nikola Kördel	78 0473 Örebro	24.30

200m MEDLEY DAMER

1. Malin Svahnström	80 6594 Väsby	2:14.58
2. Emely Zakrisson	82 5217 SKK	2:15.83
3. Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	2:17.02
4. Sara Nordenstam	83 5570 Skäret	2:17.09
5. Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborg	2:20.20
6. Josefin Lindgren	82 6084 Ystad	2:23.46
7. Ann Berglund	84 5117 Jönköping	2:25.64
8. Louise Mikiasson	82 6417 Södertörn	2:25.87
9. Anna Ricknell	81 8441 Skellefteå Sim	2:22.82
10. Sofia Svensson	78 8492 SK Poseidon	2:23.01
11. Mia Ydfors	84 7066 Neptun	2:23.31
12. Eva Berglund	84 5116 Jönköping	2:23.34
13. Jenny Redlund	81 8691 Malmö	2:23.37
Matilda Forsström	83 5162 Linköping	2:23.37
15. Linda Gustavsson	79 5885 Skäret	2:23.97
16. Anna Nilsson	74 8882 Södertälje	2:24.02
17. Lena Lindgren	80 7108 Tyresö	2:24.41
18. Sara Jönsson	82 5939 Åhus	2:25.23
19. Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	2:25.24
20. Jessica Granlund	82 6817 Västerås	2:25.94
Kim Ödin	85 7078 Trelleborg	2:25.94
22. Caroline Andersson	80 6081 Ystad	2:26.16
23. Marina Sandback	84 5066 Västerås	2:26.39
24. Emma Petersson	81 8804 Växjö	2:26.53
25. Anna Görtz	76 5091 Poseidon	2:27.04
26. Jenny Johansson	81 7827 Oskarshamn	2:28.33

400m FRISIM HERRAR

1. Petter Lindh	72 2545 Jönköping	3:54.84
2. Joakim Andersson	79 1882 Göteborg	3:56.70
3. Fredrik Engdahl	77 0018 Malmö	3:56.72
4. Patrik Svensson	80 2335 Malmö	3:59.84
5. Marcus Fahlén	78 0083 Neptun	4:00.27
6. Anders Jönsson	79 3102 Väsby	4:00.73
7. Peter Edvardsson	81 3500 Alingsås	4:04.50
8. Hannes Kohnke	81 0025 Malmö	4:05.90
9. Björn Göransson	79 0322 Helsingb	4:02.02
10. Mikael Larsson	80 0257 Södertörn	4:02.72
11. Mathias Olshed	78 2978 SK Sydsim	4:03.20
12. Johannes Schultz	79 0008 Malmö	4:04.33
13. Sebastian Andersson	79 0613 Skäret	4:04.51
14. Niklas Larsson	77 0179 Linköping	4:06.14
15. Magnus Fredriksson	79 0651 Norrköping	4:07.48
16. Johannes Nordenstam	80 0617 Skäret	4:10.27

4x50m FRISIM DAMER

1. Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	1:44.88
2. Södertälje Lag 1	0 9999 Södertälje	1:44.98
3. Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	1:46.16
4. Spårvägen Lag 1	0 9999 Spårvägen	1:46.31
5. Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingbs	1:47.67
6. Göteborgs Sim	0 9999 Göteborg	1:47.87
7. Växjö SS	0 9999 Växjö	1:48.76
8. Södertörns SS	0 9999 Södertörn	1:49.04
9. Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	1:49.41
10. Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvall	1:49.46
11. SK Neptun Lag 2	0 9999 Neptun	1:50.06
12. Västerås SS	0 9999 Västerås	1:50.11
13. Jönköpings SS	0 9999 Jönköpings	1:50.32
14. Umeå SS	0 9999 Umeå	1:50.90
15. Ängelholms SS	79 9999 Ängelholm	1:50.91
16. Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	1:50.98
17. Klippans SS	0 9999 Klippan	1:51.06
18. Stockholms KK	0 9999 SKK	1:51.30
19. Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	1:51.60
20. Kristianstads SLS	0 9999 Kristianstad	1:52.24
21. Oskarshamns SS	0 9999 Oskarshamns	1:52.26
22. Linköpings ASS	0 9999 Linköping	1:52.61
23. Norrköpings KK	0 9999 Norrköpings	1:52.80
24. Väsby SS Lag 2	0 9999 Väsby	1:53.19
25. S 71	0 9999 S 71	1:53.65
SK Triton	0 9999 SK Triton	DSQ
SK Ran	0 9999 SK Ran	DSQ

4x100m MEDLEY HERRAR

1. Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvalls	3:41.79
2. Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	3:46.28
3. Södertörns SS	0 9999 Södertörns	3:47.48
4. SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	3:48.01
5. Västerås SS	0 9999 Västerås	3:48.98
6. Södertälje SS Lag 1	0 9999 Södertälje	3:50.68
7. SK Elfsborg	0 9999 SK Elfsborg	3:52.88
8. SK Triton	0 9999 SK Triton	3:53.85
9. Stockholms KK	0 9999 Stockholms	3:53.36
10. Jönköpings SS	0 9999 Jönköping	3:53.58
11. Mölndals ASS	0 9999 Mölndal	3:54.26
12. SK Poseidon	0 9999 SK Poseidon	3:54.83
13. Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingbs	3:55.17
14. Solna SS	0 9999 Solna	3:55.84
15. Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	3:56.32
16. Ystads SS	0 9999 Ystads	3:57.07
17. Skärets SS	0 9999 Skäret	3:57.39
18. SK Ran	0 9999 SK Ran	3:59.38
19. Trelleborgs SS	0 9999 Trelleborgs	4:00.31
20. Örebro Sa	0 9999 Örebro	4:00.43
21. Linköpings ASS	0 9999 Linköping	4:00.83
Järfälla Sim	0 9999 Järfälla	DSQ

1500m FRISIM HERRAR

1. Mathias Olshed	78 2978 Sydsim	15:31.16
2. Hannes Kohnke	81 0025 Malmö	15:37.28
3. Patrik Svensson	80 2335 Malmö	15:46.84
4. Johan Sundqvist	82 0134 Jönköping	16:06.03
5. Magnus Fredriksson	79 0651 Norrköping	16:07.27
6. Janne Kindgren	81 2780 Norrköping	16:15.99
7. Anders Jönsson	79 3102 Väsby	16:17.49
8. Alexander Ström	80 2781 Norrköping	16:25.11
9. Daniel Westman	82 0451 Spårvägens	16:27.46
10. Jonatan Dahlberg	80 1074 Västerås	16:29.52
11. Calle Oskarsson	82 2305 Spårvägen	16:31.21
12. Per Ekdahl	80 1118 Höganäs	16:31.52
13. Rikard Täpp	79 0743 Falu	16:32.76
14. Fredrik Olsson	81 1292 Hudiksvall	16:34.14
15. Mattias Lundberg	83 0441 Höganäs	16:35.42
16. Martin Cederquist	82 0127 Jönköping	16:37.84
17. Patrik Knudsen	81 1696 Väsby	16:42.81
18. Fredrik Seidevall	80 2513 Neptun	16:46.49
19. Mathias Isaksson	80 0088 Västerås	16:51.88
20. Stefan Glawing	79 0866 Kristinehamn	16:58.57
21. Fredrik Larsson	82 0353 Karlskoga	17:04.77

100m FJÄRILSIM DAMER

1. Johanna Sjöberg	78 6618 Södertälje	57.82
2. A-K Kammerling	80 7249 Sundsvall	1:01.11
3. Emely Zakrisson	82 5217 Stockholm	1:01.34
4. Karin Lärka	78 8354 Täby Sim	1:01.35
5. Malin Svahnström	80 6594 Väsby	1:02.76
6. Lena Hallander	82 5678 Malmö	1:03.38
7. Annica Löfstedt	82 5457 Örebro	1:03.99
8. Sussi Olsson	82 5767 Höganäs	1:05.52
9. Sofia Svensson	78 8492 Poseidon	1:04.12
10. Ulrika Larsson	80 7935 Väsby	1:04.32
11. Jenny Lindström	84 6141 Sundsvall	1:04.56
12. Annika Selmkvist	82 7125 Jönköping	1:04.73
13. Helena Wikander	79 6375 Upsala	1:05.11
14. Mia Brodén	83 5665 Falun	1:05.22
15. Anna Görtz	76 5091 Poseidon	1:05.64
16. Linda Gustavsson	79 5885 Skäret	1:05.87
17. Sofi Nygren	71 5188 Södertälje	1:05.92
18. Karin Comstedt	82 6463 Neptun	1:06.01
19. Anna Ricknell	81 8441 Skellefteå Sim	1:06.26
20. Louise Gustafsson	82 5076 Västerås	1:07.16
Destiny Laurén	76 5374 Neptun	DSQ

200m RYGGSIM HERRAR

1. Joakim Ohlsson	77 0248 Södertörn	2:02.72
2. Fredrik Engdahl	77 0018 Malmö	2:03.01
3. Eric la Fleur	79 0107 Poseidon	2:03.46
4. Stefano Prestinoni	77 2590 Neptun	2:05.43
5. Jens Petersson	83 1837 SKK	2:05.72
6. Fredrik Sandin	73 2225 Skäret	2:06.56
7. Kristoffer Sjöstedt	81 0580 Södertälje	2:06.98
8. Erik Pönni	84 1377 Jönköping	2:07.67
9. Daniel Pokorny	80 0419 Neptun	2:07.56
10. Per Nylin	82 3122 Norrköping	2:07.65
11. Ville Ilola	79 2803 Jönköping	2:08.23
12. Gregor Brunmar	82 2770 SK Lödde	2:08.50
13. Gustavo Kertzscher	81 1167 Ystad	2:08.52
14. Stefan Möller	76 0564 SK Ran	2:08.60
15. Johan Ljungman	81 0264 Södertörn	2:08.96
16. Tobias Abrahamsson	81 0881 Kalmar	2:09.09
17. Torbjörn Kock	82 2758 SK Triton	2:09.23
18. Rikard Melander	77 3243 Örebro	2:09.79
19. Peter Segerlund	82 1847 Luleå	2:10.20
20. Ulf Bengtsson	78 3371 Östra Sörmland	2:11.36
Jonas Bengtsson	80 2765 SK Triton	DSQ

200m BRÖSTSIM DAMER

1. Sara Nordenstam	83 5570 Skäret	2:31.42
2. Emma Gustafsson	83 5352 Växjö	2:33.30
3. Sophie Vellner	86 7121 Västerås	2:34.57
4. Sara Larsson	83 6839 Ludvika	2:34.82
5. Jessica Granlund	82 6817 Västerås	2:35.65
6. Matilda Forsström	83 5162 Linköping	2:36.57
7. Marie Lindeborg	80 7246 Väsby	2:37.28
8. Jessica Holm-Dahl	79 5697 Neptun	2:38.80
9. Caroline Nilsson	80 6532 SK Lödde	2:38.76
10. Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	2:39.49
11. Stina Lindman	81 7217 SK Triton	2:39.71
12. Hanna Wengrud	84 5080 Västerå s	2:40.97
13. Sophie Gidlöf	78 8431 Sundsvall	2:41.13
14. Kim Ödin	85 7078 Trelleborg	2:41.43
15. Jenni Svensson	82 5041 Kristianstad	2:41.72
16. Louise Mikiasson	82 6417 Södertörn	2:42.14
17. Emelie Jansson	84 6465 Botkyrka-Rön.	2:42.22
18. Jenny Lewis	82 6946 Göteborg Sim	2:42.41
19. Sara Arnesson	83 6403 Ängelholm	2:42.52
20. Malin Fredriksson	86 8050 Kalmar	2:43.20
21. Veronica Andersson	78 5562 Skäret	2:43.21
22. Malin Thulin	82 7477 Klippan	2:43.93
23. Josefin Lindgren	82 6084 Ystad	2:43.98
24. Jennie Adamsson	81 8861 Strömstad	2:44.16
25. Lina Borg	80 6629 Sundsvall	2:44.29
26. Maria Ekholm	81 7702 Norrköping	2:45.10
27. Jenny Johansson	81 7827 Oskarshamn	2:46.12
28. Hanna Eriksson	84 5481 Södertälje	2:46.59
29. Sofie Karlsson	82 5684 Täby Sim	2:48.89
30. Maria Nilsson	80 8082 Karlshamn	2:49.08
31. Katarina Olsson	83 5898 Götene	2:51.64
Anna Lindberg	84 5739 SK Elfsborg	DSQ

50m FJÄRILSIM HERRAR

1. Daniel Carlsson	76 3104 Väsby	24.32
2. Jonas Åkesson	71 2518 Spårvägen	24.40
3. Lars Frölander	74 0362 Sundsvall	24.47
4. Ola Fagerstrand	77 2977 Spårvägen	24.63
5. Dennis Lundqvist	76 3074 SKK	24.89
6. Petter Lindh	72 2545 Jönköping	25.36
7. Fredrik Letzler	72 3757 Spårvägen	25.39
8. Johan Setterberg	76 2598 Neptun	25.52
9. David Andreasson	81 3285 Mölnda	25.59
10. Claes Andersson	80 0802 SK Elfsborg	25.63
11. Daniel Hermansson	78 0290 Upsala	25.65
12. Björn Lundin	82 2255 SK Lödde	25.71
13. Marcus Andersson	81 0914 Västerå	25.87
14. Lars Olhed	81 2769 SK Triton	25.90
15. Martin Latz	80 0854 SK Triton	25.95
16. Johan Karlsson	82 0304 Järfälla	26.01
17. Jim Westman	80 1632 Spårvägen	26.03
18. Fredrik Weng	80 0496 Säffle	26.17
19. Nikola Kördel	78 0473 Örebro	26.29
20. J. Nordenstam	80 0617 Skäret 26.48	

50m FRISIM DAMER

1. Therese Alshammar	77 7955 Neptun	25.21
2. A-K Kammerling	80 7249 Sundsvall	25.51
3. Kajsa Karlsson	78 7464 Växjö	25.87
4. Louise Jöhncke	76 7958 Spårvägen	25.90
5. Lisa Wänberg	79 5025 Malmö	26.14
6. Lisa Andersson	80 6036 Höganä	26.31
7. Nelly Jörgensen	80 5281 Helsingborg	26.44
8. Claire Hedenskog	80 5138 Göteborg Sim	26.80
9. Cathrin Carlzon	83 5228 Södertörn	26.83
10. Annica Löfstedt	82 5457 Örebro	26.84
11. Malin Svahnström	80 6594 Väsby	26.91
12. Anna Folkesson	80 6070 Umeå	26.97
13. Anna Gustavsson	79 5261 Spårvägen	26.98
14. Caroline Steffensen	84 7076 Trelleborg	27.04
15. Kia Kilpinen	81 7062 Neptun	27.05
16. Jenny Redlund	81 8691 Malmö	27.12
17. Linnea Tossavainen	81 5478 Södertälje	27.15
18. Marianne Lionell	83 5480 Södertälje	27.22
19. Jenny Svedberg	80 8703 Östra Sörmland	27.28
20. Linda Holmberg	78 5242 Upsala	27.47
21. Emma Petersson	81 8804 Växjö	27.58
22. Kajsa Andersson	80 7085 Växjö	28.09

200m MEDLEY HERRAR

1. David Gustavsson	82 3522 Norrköping	2:04.14
2. Joakim Andersson	79 1882 Göteborg	2:04.21
3. Henrik Wahlberg	76 0908 Södertörn	2:04.48
4. Pelle Karlsson	74 1684 Laxen	2:05.81
5. David Landgren	80 1169 Ystad	2:06.78
6. Carl Gårdmark	79 1166 Ystad	2:08.16
7. Jonatan Wik	81 2312 Spårvägen	2:08.60
8. Sverker Persson	75 3577 Västerå	2:09.42
9. Martin Gustavsson	80 2336 Malmö	2:09.38
10. Ola Frejd	71 2586 Neptun	2:09.93
11. Ted Kideborn	80 0329 Helsingborg	2:10.06
12. Martin Ekström	80 0087 Västerås	2:12.24
13. Fredrik Weng	80 0496 Säffle	2:12.44
14. Peter Edvardsson	81 3500 Alingsås	2:13.00

400m FRISIM DAMER

1. Lotta Wänberg	79 5026 Malmö	4:13.15
2. Josefin Lillhage	80 5135 Göteborg	4:13.34
3. Camilla Helgesson	79 5690 Malmö	4:15.65
4. Ann Berglund	84 5117 Jönköping	4:18.21
5. Ida Mattsson	85 8093 SK Triton	4:18.26
6. Maria Öberg	79 8602 Ystad	4:18.93
7. Annelie Andersson	82 5380 Neptun	4:20.65
8. Helen Svensson	78 5039 Malmö	4:22.80
9. Julia Backlund	78 5829 Umeå	4:23.27
10. Linda Erlandsson	83 5121 Motala	4:26.22
11. Charlotta Svensson	82 6535 SK Lödde	4:26.23
12. Linn Akkad	82 7145 Malmö	4:26.51
13. Carin Andersson	81 6083 Ystad	4:26.98
14. Katrin Harrsen	80 5008 Malmö	4:27.18
15. Helen Lidman	83 7323 Danderyd	4:27.21
16. Jessica Lidström	81 7065 Neptun	4:28.15
17. Erika Nilsson	82 5231 Södertörn	4:29.11
18. Mia Ydfors	84 7066 Neptun	4:29.17
19. Sofie Mikiasson	84 6418 Södertörn	4:29.20
20. Eva Berglund	84 5116 Jönköping	4:29.62
21. Caroline Brandberg	83 7811 Sydsim	4:31.43
22. Lina Norum	83 7888 Sandviken	4:31.58
23. Lisa Andersson	80 6036 Höganäs	4:31.97
24. Silla Rosén	81 6627 Härnösand	4:33.18
25. Linda Näslund	81 6367 SK Lödde	4:33.60
26. Sara Holm	81 7346 Spårvägen	4:36.54
27. Anna Westman	83 5285 Helsingborg	4:40.01

4x50m FRISIM HERRAR

1. Södertälje SS Lag1	0 9999 Södertälje	1:30.55
2. Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	1:30.65
3. Spårvägens Lag1	0 9999 Spårvägen	1:30.98
4. Väsby SS Lag 2	0 9999 Väsby	1:32.42
5. SK Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	1:32.67
6. Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvall	1:32.89
7. Södertörns SS	0 9999 Södertörn	1:34.28
Solna SS	0 9999 Solna	DSQ
9. SK Triton	0 9999 SK Triton	1:34.88
10. Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	1:34.93
11. SK Elfsborg	0 9999 SK Elfsborg	1:35.19
12. SK Poseidon	0 9999 Poseidon	1:35.21
13. Upsala S Lag 2	0 9999 Upsala	1:35.43
14. SK Ran	0 9999 SK Ran	1:35.44
15. Mölndals ASS	0 9999 Mölndal	1:35.68
16. Stockholms KK	0 9999 Stockholms	1:35.69
17. Västerås SS	0 9999 Västerå	1:35.74
18. Trelleborgs SS	0 9999 Trelleborg	1:36.06
19. Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingborg	1:36.40
Jönköpings SS	0 9999 Jönköping	DSQ
Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	DSQ

4x100m MEDLEY DAMER

1. Södertälje Lag 1	0 9999 Södertälje	4:13.92
2. Spårvägens Lag 1	0 9999 Spårvägen	4:14.97
3. Södertörns SS	0 9999 Södertörn	4:16.60
4. Väsby SS Lag 1	0 9999 Väsby	4:17.12
5. Växjö SS	0 9999 Växjö	4:22.30
6. Malmö KK Lag 1	0 9999 Malmö	4:24.03
7. SK Poseidon	0 9999 Poseidon	4:25.31
8. Västerås SS	0 9999 Västerå	4:25.54
9. Stockholms KK	0 9999 Stockholms	4:26.67
10. Ystads SS	0 9999 Ystad	4:26.70
11. Jönköpings SS	0 9999 Jönköping	4:26.71
12. Sundsvalls SS	0 9999 Sundsvall	4:27.24
13. Skärets SS	0 9999	4:30.28
14. Klippans SS	0 9999 Klippan	4:30.43
15. Linköpings ASS	0 9999 Linköping	4:31.32
16. Oskarshamns SS	0 9999 Oskarshamn	4:31.86
17. Umeå SS	0 9999 Umeå	4:32.63
18. Södertälje SS Lag 2	0 9999 Södertälje	4:33.22
19. Kristianstads SLS	0 9999 Kristianstad	4:34.04
20. S 71	0 9999 S 71	4:34.69
21. Ängelholms SS	79 9999 Ängelholm	4:35.73
22. Upsala S Lag 1	0 9999 Upsala	4:36.00
23. Kalmar SS	0 9999 Kalmar	4:36.85
Neptun Lag 1	0 9999 Neptun	DSQ
SK Triton	0 9999 SK Triton	DSQ
Helsingsborgs SS	0 9999 Helsingborg	DSQ
Spårvägens SF Lag 2	0 9999 Spårvägen	DSQ
Norrköpings KK	0 9999 Norrköpings	DSQ

WORLD CUP 8
Glasgow 13-14 Feb, 1999 (25 M)

Herrar

50 Frisim
1) 22.33 Chris Fydler,72,AUS

100 Frisim
1) 47.52 Gustavo Borges,72,BRA

200 Frisim
1) 1:45.55 Gustavo Borges,72,BRA

400 Frisim
1) 3:49.44 Dimitris Maganas,78,GRE

1500 Frisim
1) 14:59.33 Graeme Smith,76,GBR

50 Ryggsim
1) 24.85 Stev Theloke,78,GER

100 Ryggsim
1) 53.48 Stev Theloke,78,GER

200 Ryggsim
1) 1:56.65 Stev Theloke,78,GER

50 Bröstsim
1) 27.84 Yi Zhu,78,CHN
4) 28.09 Patrik Isaksson,73,SWE

100 Bröstsim
1) 1:00.04 Fred deBurghgraeve,73,BEL

200 Bröstsim
1) 2:11.26 Yi Zhu,78,CHN

50 Fjärilsim
1) 23.77 Milos Milosevic,72,CRO

100 Fjärilsim
1) 52.14 James Hickman,76,GBR

200 Fjärilsim
1) 1:55.10 James Hickman,76,GBR

100 Medley
1) 55.72 Scott Tucker,75,USA

200 Medley
1) 1:58.56 James Hickman,76,GBR

400 Medley
1) 4:21.06 Moreno Gallina,75,ITA

Damer

50 Frisim
1) 25.50 Shannon Hosack,75,USA

100 Frisim
1) 54.93 Sue Rolph,78,GBR
2) 55.21 Johanna Sjoberg,78,SWE
5) 56.05 Malin Svahnstrom,80,SWE
6) 56.20 Sandra Steffensen,82,SWE
7) 56.31 Josefine Lillhage,80,SWE

200 Frisim
1) 1:59.23 Josefine Lillhage,80,SWE
4) 2:00.24 Sandra Steffensen,82,SWE

100 Frisim
1) 4:04.50 Hua Chen,82,CHN
4) 4:13.80 Josefine Lillhage,80,SWE

800 Frisim
1) 8:22.25 Hua Chen,82,CHN

50 Ryggsim
1) 29.07 Kelly Stefanyshyn,82,CAN

100 Ryggsim
1) 1:01.13 Kelly Stefanyshyn,82,CAN

200 Ryggsim
1) 2:10.23 Cathleen Rund,77,GER

50 Bröstsim
1) 31.29 Samantha Riley,72,AUS

50 Bröstsim
1) 1:07.63 Samantha Riley,72,AUS

50 Bröstsim
1) 2:23.89 Samantha Riley,72,AUS

50 Fjärilsim
1) 26.68 Johanna Sjoberg,78,SWE

100 Fjärilsim
1) 58.16 Johanna Sjoberg,78,SWE

200 Fjärilsim
1) 2:08.82 Susan O'Neill,73,AUS

100 Medley
1) 1:02.12 Marianne Limpert,72,CAN

200 Medley
1) 2:10.80 Yana Klochkova,82,UKR

400 Medley
1) 4:36.24 Yana Klochkova,82,UKR

WORLD CUP 9
Malmö 16-17 Feb, 1999 (25 M)

100 m Frisim Herrar

1.Gustavo Borges	72	48.16	BRA
2.Scott Tucker,	75	48.41	USA
3.Christopher Fydler.	72	48.54	AUS
4.Sabir Muhammad	76	48.57	USA
5.Brad Schumacher	74	49.56	USA
6.Todd Pearson	78	49.57	AUS
7.Jarod Schroeder	73	50.20	USA

200 m Frisim Damer

1. Laura Nicholls	78	1:58.10	CAN
2. Josefin Lillhage	80	1:58.62	SWE
3. Sandra Steffensen	82	1:59.55	SWE
4 Nina van Koeckhoven	82	1:59.95	BEL
5. Lisa Wänberg	79	2:00.25	SWE
6. Malin Svahnström	80	2:00.91	SWE
7. Margaretha Pedder	80	2:01.99	GBR

50 m Bröstsim Herrar

1.Frederik Deburghgraeve	73	27.84	BEL
2.Patrik Isaksson	73	27.91	SWE
3.Yi Zhu	77	28.10	CHN
4.Morgan Knabe	81	28.77	CAN
5.Jarno Pihlava	79	28.91	FIN
Christian Clausen	80	28.91	SWE
7.Rene Kolonko	81	29.17	GER

100 m Bröstsim Damer

1.Samantha Riley	72	1:07.29	AUS
2.Penny Heyns	74	1:07.46	RSA
3.Megan Quann	84	1:08.18	USA
4.Wei Li	79	1:08.43	CHN
5.Ina Hueging	80	1:11.16	GER
6.Joanne Malar	75	1:11.73	CAN
7.Helen Denman	76	1:12.10	AUS

400 m Medley Herrar

1.Tom Wilkens	75	4:14.88	USA
2.Christian Keller	72	4:17.97	GER
3.Jani Sievinen	74	4:22.06	FIN
4.Roel Janssen	79	4:23.24	BEL
5.Ben Lafferty	71	4:23.39	GBR
6.Simon Militis	77	4:26.43	GBR
7.Joakim Andersson	79	4:30.39	SWE

100 m Fjärilsim Damer

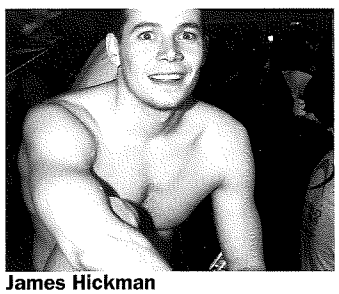
1.Johanna Sjöberg	78	58.15	SWE
2.Sophia Skou	75	1:00.02	DEN
Susan O'neill	73	1:00.02	AUS
4.Sara Alroubaie	81	1:00.92	CAN
5.Karin Lärka	78	1:01.60	SWE
6.Marja Päivinen	71	1:01.72	FIN
7.Anna-Karin Kammerling	80	1:02.50	SWE

100 m Ryggsim Herrar

1.Stev Theloke	78	53.85	GER
2.Mediano Guillermo	76	54.53	ESP
3.Adam Ruckwood	74	55.30	GBR
4.Eric la Fleur	79	56.73	SWE
5.Tom Eilert Karlsen	74	57.13	NOR
6.Allan Jörgensen	76	57.39	NOR
7.Simon Militis	77	58.54	GBR

50 m Ryggsim Damer

1.Kelly Stefanyshyn	82	28.94	CAN
2.Louise Örnstedt	85	28.98	DEN
3.Emely Zakrisson	82	29.54	SKK
4.Kate Sexton	82	29.74	GBR
5.Nelly Jörgensen	80	29.77	Helsingb
6.Sofie Wolfs	81	29.82	BEL
7.Magali Monchaux	80	30.14	FRA



James Hickman

200 m Fjärilsim Herrar

1.James Hickman	76	1:55.07	GBR
2.Vesa Hanski	73	1:59.25	FIN
3.Pedro Monteiro	75	1:59.52	BRA
4.Jarod Schroeder	73	2:01.33	USA
5.Dino Urgias	77	2:04.41	ITA
6.Patric Robertsson	72	2:05.49	S-tälje
7.David Cox	78	2:06.53	GBR

200 m Medley Damer

1.Joanne Malar	75	2:12.94	CAN
2.Marianne Limpert	72	2:13.07	CAN
3.Carrie Burgoyne	81	2:14.49	CAN
4.Malin Svahnström	80	2:16.62	SWE
5.Emely Zakrisson	82	2:17.54	SKK
6.Shauna Barnard	82	2:18.11	USA
7.Tina Gretlund	78	2:18.68	DEN

400 m Frisim Herrar

1.Jörg Hoffman	70	3:45.51	GER
2.Massimiliano Rosolino	78	3:48.52	ITA
3.Jacob Carstensen	78	3:50.02	DEN
4.Saulius Binevicius	79	3:51.49	LTU
5.Todd Pearson	78	3:51.63	AUS
6.Anders U. Jensen	74	3:54.14	DEN
7.Edward Sinclair	80	3:55.00	GBR

50 m Frisim Damer

1.Katrin Meissner	73	25.17	GER
2.Shannon Hosack	75	25.58	USA
3.Laura Nicholls	78	25.78	CAN
4.Rebecca Creedy	83	25.80	AUS
5.Sophia Skou	75	25.83	DEN
6.Lisa Wänberg	79	25.90	Malmö
7.Liesbet Dreesen	76	26.12	BEL

200 m Bröstsim Herrar

1.Yi Zhu	77	2:11.80	CHN
2.Tom Wilkens	75	2:12.01	USA
3.Ryan Mitchell	77	2:12.47	AUS
4.Christian Clausen	80	2:14.44	SWE
5.Jostein Röynesdal	77	2:16.79	NOR
6.Ole Fjörtoft	79	2:17.74	NOR
7.Börge Mörk	71	2:17.95	NOR

800 m Frisim Damer

1.Hua Chen	82	8:27.16	CHN
2.Claudia Poll	72	8:30.86	CRC
3.Karen Nisbet	81	8:44.42	GBR
4.Camilla Helgesson	79	8:47.73	Malmö
5.Jackie Fawkes	80	8:48.67	GBR
6.Sofie Goffin	79	8:49.60	BEL
7.Annelie Andersson	82	8:53.53	Neptun

100 m Medley Herrar

1.Jani Sievinen	74	54.83	FIN
2.Christian Keller	72	55.59	GER
3.Scott Tucker	75	55.62	USA
4.James Hickman	76	55.82	GBR
5.Dennis Otzen	74	57.40	DEN
6.Pertti Lenkkeri	76	57.85	FIN
7.Tom Wilkens	75	58.03	USA

200 m Ryggsim Damer

1.Kelly Stefanyshyn	82	2:09.37	CAN
2.Cathleen Rund	77	2:09.72	GER
3.Helen Don-Duncan	81	2:11.31	GBR
4.Jamie Reid	83	2:12.68	USA
5.Louise Örnstedt	85	2:14.83	DEN
6.Emely Zakrisson	82	2:16.07	SKK
7.Cecilia Blom	83	2:16.54	S 71

50 m Fjärilsim Herrar

1.Sabir Muhammad	76	23.81	USA
2.Daniel Carlsson	76	24.30	SWE
3.Jere Hård	78	24.39	FIN
4.John Hargis	75	25.07	USA
5.Jonas Åkesson	71	25.11	Spårväg
6.Ola Fagerstrand	77	25.13	Spårväg
7.Vesa Hanski	73	25.30	FIN

100 Frisim Damer

1.Katrin Meissner	73	54.59	GER
2.Laura Nicholls	78	55.14	CAN
3.Johanna Sjöberg	78	55.22	SWE
4.Sandra Steffensen	82	55.41	SWE
5.Shannon Hosack	75	55.61	USA
6.Lisa Wänberg	79	55.65	Malmö
7.Josefin Lillhage	80	55.73	SWE

200 Frisim Herrar

1.Todd Pearson	78	1:47.50	AUS
2.Brad Schumacher	74	1:47.82	USA
3.Massimiliano Rosolino	78	1:48.35	ITA
4.Dan Phillips	73	1:49.35	USA
5.Edward Sinclair	80	1:50.09	GBR
6.Guillermo Mediano	76	1:51.20	ESP

50 m Bröstsim Damer

1.Samantha Riley	72	31.34	AUS
2.Penny Heyns	74	31.55	RSA
3.Wei Li	79	31.84	CHN
4.Megan Quann	84	32.03	USA
5.Helen Denman	76	32.85	AUS
6.Maria Östling	78	33.05	Södertörn
7.Linda Hindmarsh	80	33.87	GBR

100 m Bröstsim Herrar

1.Frederik Deburghgraeve	73	1:00.12	BEL
2.Yi Zhu	77	1:01.46	CHN
3.Tom Wilkens	75	1:01.92	USA
4.Patrik Isaksson	73	1:01.99	SWE
5.Ryan Mitchell	77	1:02.12	AUS
6.Christian Clausen	80	1:02.33	SWE
7.Rene Kolonko	81	1:02.69	GER

400 m Medley Damer

1.Joanne Malar	75	4:37.45	CAN
2.Carrie Burgoyne	81	4:40.21	CAN
3.Emely Zakrisson	82	4:47.06	SKK
4.Helen Don-Duncan	81	4:52.75	GBR
5.Mette Jensen	81	4:57.05	DEN
6.Hiu Wai Tsai	83	4:59.69	HKG
7.Ann-Mari Lillejord	82	4:59.87	NOR

100 m Fjärilsim Herrar

1.James Hickman	76	52.29	GBR
2.Sabir Muhammad	76	53.05	USA
3.Daniel Carlsson	76	53.33	SWE
4.Vesa Hanski	73	54.44	FIN
5.Jarod Schroeder	73	54.96	USA
6.Dino Urgias	77	55.21	ITA
7.Bart Geerts	79	55.54	BEL

100 m Ryggsim Damer

1.Louise Örnstedt	85	1:01.04	DEN
2.Kelly Stefanyshyn	82	1:01.62	CAN
3.Sofie Wolfs	81	1:02.11	BEL
4.Jamie Reid	83	1:02.25	USA
5.Cathleen Rund	77	1:02.66	GER
6.Kate Sexton	82	1:02.83	GBR
7.Helen Don-Duncan	81	1:02.97	GBR

50 m Ryggsim Herrar

1.Stev Theloke	78	25.06	GER
2.Jacob Rask	80	25.65	DEN
3.Daniel Carlsson	76	26.01	SWE
4.Tom Eilert Karlsen	74	26.03	NOR
5.Allan Jörgensen	76	26.92	NOR
6.Jens Petersson	83	27.36	SKK
7.Johan Ljungman	81	27.41	Södertörn

200 m Fjärilsim Damer

VÄRLDSREKORD

1.Susan O'neill	73	2:05.37	AUS
2.Sophia Skou	75	2:09.80	DEN
3.Margaretha Pedder	80	2:13.02	GBR
4.Kathrin Dumitru	80	2:14.44	GER
5.Tina Gretlund	78	2:15.15	DEN
6.Kim van Kruyssen	74	2:15.42	BEL
7.Sara Alroubaie	81	2:16.19	CAN

200 m Medley Herrar

1.Jani Sievinen	74	1:58.32	FIN
2.James Hickman	76	1:59.11	GBR
3.Christian Keller	72	1:59.97	GER
4.Tom Wilkens	75	2:01.40	USA
5.Pertti Lenkkeri	76	2:03.33	FIN
6.Dennis Otzen	74	2:04.94	DEN
7.Timo Lenkkeri	76	2:06.29	FIN

400 m Frisim Damer

1.Hua Chen	82	4:04.78	CHN
2.Claudia Poll	72	4:06.09	CRC
3.Caroline Smart	82	4:09.88	GBR
4.Joanne Malar	75	4:12.27	CAN
5.Josefin Lillhage	78	4:12.29	SWE
6.Laura Nicholls	78	4:12.82	CAN
7.Margaretha Pedder	80	4:12.86	GBR

50 m Frisim Herrar

1.Gustavo Borges	72	22.16	BRA
2.Christopher Fydler	72	22.23	AUS
3.Scott Tucker	75	22.42	USA
4.Sabir Muhammad	76	22.55	USA
5.Jere Hård	78	22.87	FIN
6. Bill Pilczuk	71	22.87	USA
7.Jarod Schroeder	73	22.94	USA

200 m Bröstsim Damer

1.Samantha Riley	72	2:24.40	AUS
2.Ina Hueging	80	2:26.93	GER
3.Megan Quann	84	2:31.58	USA
4.Emma Gustafsson	83	2:31.92	Växjö
5.Linda Hindmarsh	80	2:32.44	GBR
6.Carrie Burgoyne	81	2:34.73	CAN
7.Ann-K. Riiser	77	2:34.90	NOR

G1500 m Frisim Herrar

1.Jörg Hoffman	70	14:43.37	GER
2.Jacob Carstensen	78	15:09.38	DEN
3.Samuele Pampana	76	15:15.45	ITA
4.Mathias Olshed	78	15:46.36	Sydsim
5.Andrew Jameson	81	15:47.43	GBR

6.Juha Lindfors	78	15:56.17	FIN
7.Hannes Kohnke	81	16:11.81	Malmö

100 m Medley Damer

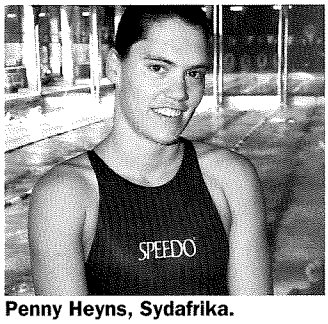
1.Marianne Limpert	72	1:02.18	CAN
2.Emely Zakrisson	82	1:04.12	SKK
3.Laura Nicholls	78	1:04.59	CAN
4.Tina Gretlund	78	1:05.26	DEN
5.Sara Alroubaie	81	1:05.29	CAN
6.Caroline Steffensen	84	1:05.89	Trelleb
7.Louise Örnstedt	85	1:07.44	DEN

200 m Ryggsim Herrar

1.Stev Theloke	78	1:56.10	GER
2.Mediano Guillermo	76	1:57.07	ESP
3.Adam Ruckwood	74	1:57.65	GBR
4.Jacob Rask	80	2:01.09	DEN
5.Allan Jörgensen	76	2:02.11	NOR
6.Simon Militis	77	2:03.36	GBR
7.Anders U. Jensen	74	2:05.13	DEN

50 m Fjärilsim Damer

1.Johanna Sjöberg	78	26.69	SWE
2.Anna-Karin Kammerling	80	26.81	SWE
3.Shannon Hosack	75	27.52	USA
4.Marja Päivinen	71	27.53	FIN
5.Sophia Skou	75	27.78	DEN
6.Karen Egdal	78	28.32	DEN
7.Liesbet Dreesen	76	28.41	BEL



Penny Heyns, Sydafrika.

WORLD CUP 10
Paris 20 - 21 Feb, 1999 (25 M)

100 Frisim Herrar

1.	Gustavo Borges	BRA	47,78
2.	Chris Fydler	AUS	48,05
3.	Sabir Muhammad	USA	48,19
31.	Martin Latz	SK Triton	51,07

200 Frisim Damer

1.	Mette Jacobsen	DEN	1.58,47
2.	Laura Nicholls	CAN	1.59,15
3.	F van Almsick	GER	1.59,21
29.	Camilla Helgesson	Malmö KK	2.06,57

50 Bröstsim Herrar

1.	Fredrik de Burghgraeve	BEL	27,73
4.	Patrik Isaksson	SWE	28,78
9.	Christian Clausen	Trelleborgs SS	29,14
18.	Sverker Persson	Västerås SS	29,51

100 Bröstsim Damer

1.	Samantha Riley	AUS	1.08,16
21.	Linnea Tossavainen	Södertälje SS	1.13,88

400 Medley Herrar

1.	Tom Wilkens	USA	4.13,76

100 Fjärilsim Damer

1.	Mette Jacobsen	DEN	59,92
15.	Lisa Wänberg	Malmö KK	1.04,77

100 Ryggsim Herrar

1.	Franck Esposito	FRA	53,63

50 Ryggsim Damer

1.	Antje Buschschulte	GER	28,42
10.	Lisa Nilsson	Södertälje SS	30,20
12.	Nelly Jörgensen	Helsingborgs S	30,48

200 Fjärilsim Herrar

1.	James Hickman	GBR	1.55,10

200 Medley Damer

1.	Yana Klochkova	UKR	2.11,39

400 Frisim Herrar

1.	Jörg Hoffman	GER	3.43,36
28.	Fredrik Engdahl	Malmö KK	4.06,65

50 Frisim Damer

1.	Katrin Meissner	GER	25,17
6.	Lisa Wänberg	Malmö KK	25,99
17.	Linnea Tossavainen	Södertälje SS	26,81
25.	Nelly Jörgensen	Helsingborgs S	27,29

200 Bröstsim Herrar

1.	Yi Zhu	CHN	2.10,68
19.	Christian Clausen	Trelleborgs SS	2.17,99
21.	Sverker Persson	Västerås SS	2.18,57

800 Frisim Damer

1.	Hua Chen	CHN	8.30,17
8.	Camilla Helgesson	Malmö KK	8.49,36

100 Medley Herrar

1.	Christian Keller	GER	55,31

200 Ryggsim Damer

1.	Antje Buschschutle	GER	2.09,47
20.	Nelly Jörgensen	Helsingborgs S	2.27,97

50 Fjärilsim Herrar

1.	Sabir Muhammad	USA	23,51
20.	Martin Latz	SK Triton	26,03

100 Frisim Damer

1.	Sue Rolph	GBR	54,51
6.	Lisa Wänberg	Malmö KK	56,34
33.	Nelly Jörgensen	Helsingborgs S	59,86

200 Frisim Herrar

1.	Pieter v d Hoogenband	NED	1.44,81
31.	Martin Latz	SK Triton	1.55,92

50 Bröstsim Damer

1.	Zoe Baker	NZL	31,54
14.	Linnea Tossavainen	Södertälje SS	24,48

100 Bröstsim Herrar

1.	Fredrik de Burghgraeve	BEL	59,90
16.	Sverker Persson	Västerås SS	1.04,08
21.	Patrik Isaksson	SWE	1.04,34
22.	Christian Clausen	SWE	1.04,45

400 Medley Damer

1.	Yana Klochkova	UKR	4.33,66

100 Fjärilsim Herrar

1.	James Hickman	GBR	51,94
27.	Martin Latz	SK Triton	58,58

100 Ryggsim Damer

1.	Antje Buschschulte	GER	1.00,05
21.	Nelly Jörgensen	Helsingborgs S	1.06,05

50 Ryggsim Herrar

1.	Tomislav Karlo	CRO	25,02

200 Fjärilsim Damer

1.	Susan O'Neill	AUS	2.05,70

200 Medley Herrar

1.	Christian Keller	GER	1.59,64

400 Frisim Damer

1.	Hua Chen	CHN	4.05,94
14.	Camilla Helgesson	Malmö KK	4.21,28

50 Frisim Herrar

1.	Chris Fydler	AUS	22,01
42.	Martin Latz	SK Triton	24,84

200 Bröstsim Damer

1.	Samantha Riley	AUS	2.25,28
16.	Linnea Tossavainen	Södertälje SS	2.39,36

1500 Frisim Herrar

1.	Jörg Hoffman	GER	14.45,79

100 Medley Damer

1.	Sue Rolph	GBR	1.01,98

200 Ryggsim Herrar

1.	Adam Ruckwood	GBR	1.57,59
13.	Fredrik Engdahl	Malmö KK	2.12,13

50 Fjärilsim Damer

1.	Chantal Groot	NED	27,37

WORLD CUP 11
Gelsenkirchen 27 - 28 Feb, 1999 (25 M)

Herrar

50 FRISIM
1) 22.17 Alexander Luderitz,73,GER

100 FRISIM
1) 49.12 Sergei Ashikhmin,77,RUS

200 FRISIM
1) 1:44.96 Pieter vdHoogenband,78,NED

400 FRISIM
1) 3:43.58 Jorg Hoffmann,70,GER

1500 FRISIM
1) 14:37.92 Jorg Hoffmann,70,GER

50 RYGGSIM
1) 24.22 Thomas Rupprath,77,GER

100 RYGGSIM
1) 53.43 Thomas Rupprath,77,GER

200 RYGGSIM
1) 1:55.62 Guillermo Mediano,76,ESP

50 BRÖSTSIM
1) 27.59 Mark Warnecke,70,GER
16) 29.51 Martin Gustavsson,80,SWE

100 BRÖSTSIM
1) 1:00.14 Fred deBurghgraeve,73,BEL
17) 1:03.70 Martin Gustavsson,80,SWE

200 BRÖSTSIM
1) 2:09.47 Dimitri Komornikov,81,RUS
14) 2:18.47 Martin Gustavsson,80,SWE

50 FJÄRILSIM
1) 23.82 Mark Foster,70,GBR

100 FJÄRILSIM
1) 52.19 Denis Silantiev,76,UKR

200 FJÄRILSIM
1) 1:55.59 Denis Silantiev,76,UKR

100 MEDLEY
1) 55.47 Christian Keller,72,GER

200 MEDLEY
1) 1:58.46 Christian Keller,72,GER

400 MEDLEY
1) 4:11.37 Christian Keller,72,GER

DAMER

50 FRISIM
1) 25.06 Sue Rolph,78,GBR

100 FRISIM
1) 54.33 Sue Rolph,78,GBR

200 FRISIM
1) 1:58.31 Franziska van Almsick,78,GER

400 FRISIM
1) 4:08.77 Kirsten Vlieghuis,76,NED
14) 4:19.71 Annelie Andersson,82,SWE

800 FRISIM
1) 8:33.63 Kirsten Vlieghuis,76,NED
13) 8:58.20 Annelie Andersson,82,SWE

50 RYGGSIM
1) 28.06 Sandra Volker,74,GER

100 RYGGSIM
1) 1:00.02 Antje Buschschulte,78,GER

200 RYGGSIM
1) 2:09.04 Antje Buschschulte,78,GER

50 BRÖSTSIM
1) 31.48 Agnes Kovacs,81,HUN

100 BRÖSTSIM
1) 1:07.47 Agnes Kovacs,81,HUN

200 BRÖSTSIM
1) 2:24.54 Agnes Kovacs,81,HUN

50 FJÄRILSIM
1) 27.61 Katrin Jake,73,GER
13) 28.96 Lena Hallander,82,SWE

100 FJÄRILSIM
1) 59.78 Junko Onishi,74,JPN

200 FJÄRILSIM
1) 2:08.84 Junko Onishi,74,JPN

100 MEDLEY
1) 1:02.80 Yana Klochkova,82,UKR

200 MEDLEY
1) 2:12.31 Yana Klochkova,82,UKR

400 MEDLEY
1) 4:34.28 Yana Klochkova,82,UKR

WORLD CUP 12
Imperia 3 - 4 Mars, 1999 (25 M)

100 Frisim Herrar

1.	Denis Pimankov	RUS	48,82

200 Frisim Damer

1	Mette Jacobsen	DEN	1.57,81
	Johanna Sjöberg	SWE	2.01,90
	Struken till final		

50 Bröstsim Herrar

1.	Domenico Fioravanti	ITA	28,05
2.	Patrik Isaksson	SWE	28,41

100 Bröstsim Damer

1.	Agnes Kovacs	HUN	1.07,06

400 Medley Herrar

1.	Marcel Wouda	NED	4.10,97

100 Fjärilsim Damer

1.	Johanna Sjöberg	SWE	58,63

100 Ryggsim Herrar

1.	Sergei Ostapchuk	RUS	54,08
10.	Daniel Carlsson	SWE	56,50



Jani Sievinen, Finland

50 Ryggsim Damer

1.	Ilona Hlavackova	CZE	28,88
	Emely Zackrisson	SWE	29,80
	Struken till final		

200 Fjärilsim Herrar

1.	Denis Sylantiev	UKR	1.54,94

200 Medley Damer

1.	Yana Klockova	UKR	2.12,01

50 Frisim Damer

1.	Sandra Völker	GER	25,00

200 Bröstsim Herrar

1.	Dmitri Komornikov	RUS	2.08,99
	Patrik Isaksson	SWE	2.21,68
	Utslagen i försöken		

800 Frisim Damer

1.	Eva Risztov	HUN	8.32,40

100 Medley Herrar

1.	Christian Keller	GER	55,24
15.	Patrik Isaksson	SWE	58,90

200 Ryggsim Damer

1.	Annamaria Kiss	HUN	2.10,99
5.	Emely Zackrisson	SWE	2.14,11

50 Fjärilsim Herrar

1.	Milos Milosevic	CRO	23,77
9.	Dennis Lundkvist	SWE	25,21

100 Frisim Damer

1.	Sandra Völker	GER	54,22
2.	Johanna Sjöberg	SWE	55,06

200 Frisim Herrar

1.	Massimiliano Rosolino	ITA	1.47,80

50 Bröstsim Damer

1.	Agnes Kovacs	HUN	31,42

100 Bröstsim Herrar

1.	Patrick Fowler	USA	1.00,97
14.	Patrik Isaksson	SWE	1.03,72

400 Medley Damer

1.	Yana Klochkova	UKR	4.34,56
3.	Emily Zackrison	SWE	4,46,72

100 Fjärilsim Herrar

1.	Denis Sylantiev	UKR	52,66
6.	Daniel Carlsson	SWE	54,09
14.	Dennis Lundkvist	SWE	56,44

100 Ryggsim Damer

1.	Yoshiko Saito	JPN	1.00,89
12.	Emily Zackrisson	SWE	1.04,86

50 Ryggsim Herrar

1.	Tomislav Karlo	CRO	25,00
7.	Daniel Carlsson	SWE	25,91

200 Fjärilsim Damer

1.	Mette Jacobsen	DEN	2.08,47
2.	Ning Hu	CHN	2.09,46
3.	Mandy Loots	RSA	2.10,44

200 Medley Herrar

1.	Marcel Wouda	NED	1.58,19

400 Frisim Damer

1.	Silvia Szalai	GER	4.08,19

50 Frisim Herrar

1.	Lorenzo Vismara	ITA	22,30

200 Bröstsim Damer

1.	Agnes Kovacs	HUN	2.23,79
2.	Amanda Beard	USA	2.26,57
3.	Yuko Sakaguchi	JPN	2.27,63

1500 Frisim Herrar

1.	Luiz Lima	BRA	14.55,44

100 Medley Damer

1.	Xue Han	CHN	1.01,10
5.	Emily Zackrisson	SWE	1.03,81

200 Ryggsim Herrar

1.	Yong Fu	CHN	1.56,16

50 Fjärilsim Damer

1.	Johanna Sjöberg	SWE	26,87



Chrunaks chrönika

Trög start slutade i rekord

SM i Södertälje började sisådär. Killarna på 100 fritt gav inte några större förhoppningar inför ett lag på 4x100 vid kommande VM.

Men, efterhand så växte resultaten fram. Johan Wallberg och Johan Nyström klev först fram på startsträckorna i frisimslagen och därefter visade dom ytterligare förbättringar i medleylagkapperna.

Tillsammans med USA-tider av Mattias Ohlin och Dan Lindström har vi nu fått ett lag som kan ta oss till final och där stärkas av Lars Frölander.

Synd att John Miranda inte är svensk medborgare. Han är en riktig kanonkula och inspirerande lagkappsimmare.

Det var inte bara herrarnas 100 fritt som växte under SM.

Resultaten blev bättre och bättre i alla grenar, för att kulminera sista dagen i ett nytt svenskt rekord av Johanna Sjöberg på 100 fjärilsim av Johanna Sjöberg. Mycket nära Europarekordet.

Anders Bladh skall ha stort beröm för sitt prestigelösa tränarskap i matchningen av Johanna. En trygg kille som ger stort utrymme för individen.

Förhoppningarna inför VM är stora.

Detta gäller inte bara Johanna Sjöberg, utan hela den svenska VM-truppen.

Louise Jöhncke var betydligt bättre nu än inför EM i Sheffield. Hur bra kan då inte Hong Kong bli?

Anna-Karin Kammerling imponerar på alla som vet hur hennes styrketräning ser ut. Tessan Alshammar fick tyvärr inte chansen att slå svenskt rekord i den avslutande lagkappen (felaktig diskning?), men gör det säkert på VM.

Våra regerande världsmästare Lars Frölander och Patrik Isaksson blev pressade och fick även stryk under SM.

Oroande?

Inte ett dugg!

Toppning och rakning betyder att dom blir svåra att ta titeln ifrån, samt att dom starkt kommer att bidra till medleylagets världsrekord.

Inte är 3.30,66 någon omöjlighet för våra svenska grabbar.

Vi åker till Hong Kong den 22 mars, tränar en vecka i Macau och flyttar in till Hong Kong två dagar före VM-starten.

Vi har valt Macau, därför att Hong Kong är "ganska" bullrigt och stökigt, medan Macau är lugnt och stilla. Vi åker i så god tid, att jet-lagen skall vara ur kroppen då tävlingen börjar.

På "papperet" har vi dussinet medaljchanser, plus att det alltid är någon i svenska simlandslaget som överraskar positivt.

Vi skall förvalta våra möjligheter på bästa sätt och fortsätta vår väg mot Sydney, lika framgångsrikt som tidigare.

VM i Hong Kong skall bli lika bra som i Göteborg, men tyvärr inte lika roligt.

När kommer vi att få ett nytt mästerskap till Sverige?

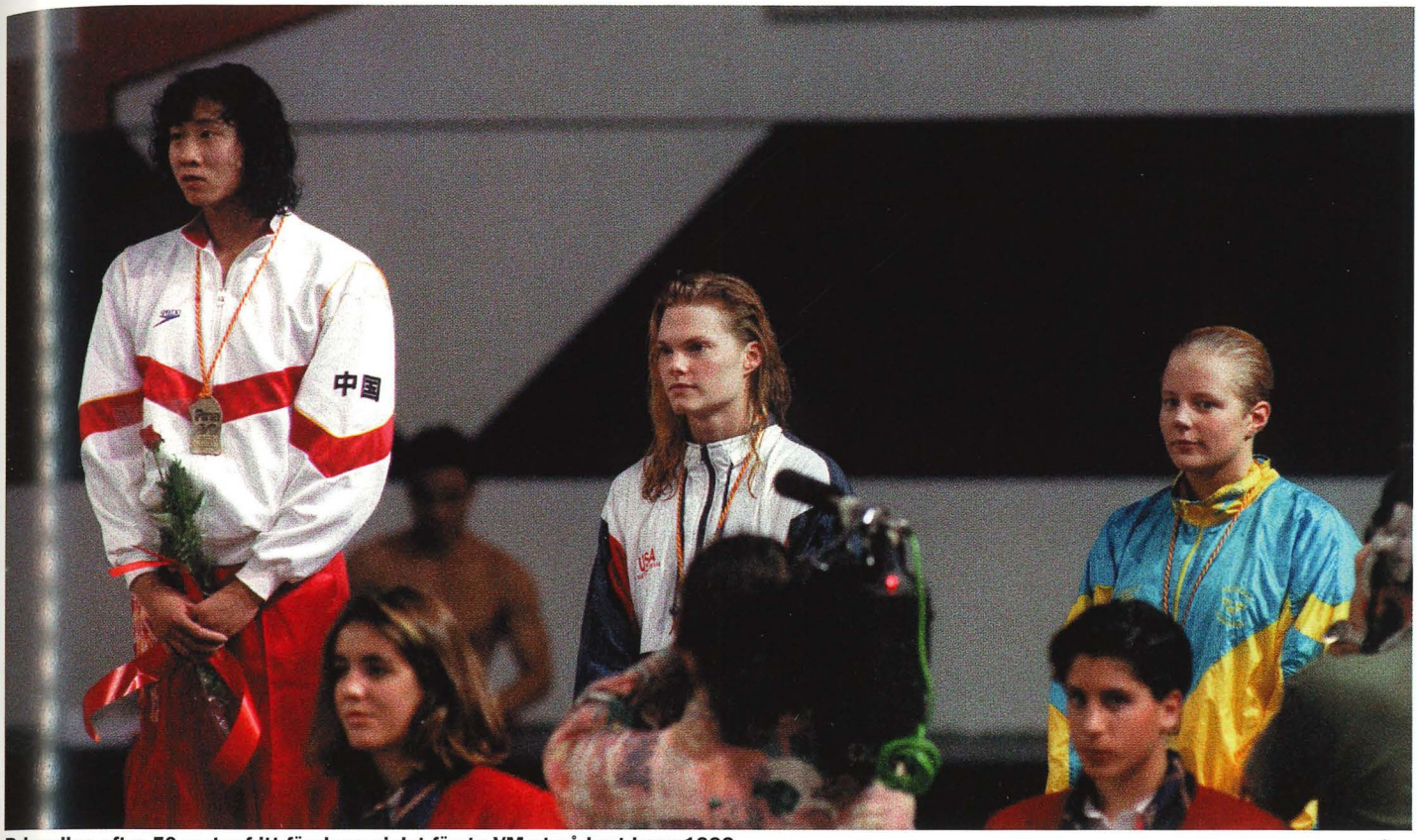
När skall ett av Sveriges bästa landslag få visa upp sig på hemmaplan?

Två frågor som bör få ett svar.

Frågan om hur det gick i Hong Kong, kan ni avnjuta tillsammans med påskäggen.

Då har våra guldägg kläckt många medaljer.

GLAD PÅSK



Prispallen efter 50 meter fritt för damer i det första VM:et på kort bana 1993.
Etta: Jingji Le, Kina – misstänkt, men aldrig fälld för doping.
Tvåa: Angel Martino, USA – fälld för doping 1988.
Trea: Linda Olofsson, Sverige – av många ansedd som den moraliska segrarinnan i loppet.

Foto: BILDBYRÅN

En liten historia

från simningens första kortbane-VM

Simningens internationella kortbanehistoria är kort. Så sent som 1993 tävlades det för första gången om VM-medaljer i en 25-metersbassäng. I Palma på semesterön Mallorca - och Sverige visade att framgångarna från fartfesterna i flera sprint-EM under 90-talets första år inte varit några tillfälligheter.

De svenska herrarna vann lagkappen över 4 x 200 fritt med den i dag klassiska kvartetten Christer Wallin, Tommy Werner, Anders Holmertz, Lars Frölander. Tjejlaget ville inte vara mycket sämre, men hade Kina före sig på 4 x 100 fritt.

Just Kina presenterade sig här med hela sin tyngd, kraft, fart, bredd - och till synes steroidstinna kroppar - på damsidan. Rekordslakten höll på i tre dagar och simvärlden häpnade.

Jingji Le vann exempelvis 50 meter fritt på nya världsrekordet 24,23 över nära sekunden bättre än svenska sprinterdrottningen Linda Olofsson, som blev trea med tiden 25,21.

– Otroligt. Här ligger man i och tränar stenhårt, tar brons, och så skiljer det en sekund till ettan, suckade Linda, som just då hade kluvna känslor till sitt historiska VM-brons.

– Till och med bland personalen som tar dopingprover pratar man om kinesiskorna, sade Linda, vars insats på Mallorca blir allt större.

Faktum är att Sundsvallssimmerskan inte bara var bästa europeiska sprinter. Hon var förmodligen också bästa bland de "rena" i finalen. Tvåa var USA:s Angel Martino, som 1988 var avstängd för bruk av anabola steroider.

Roland Engström

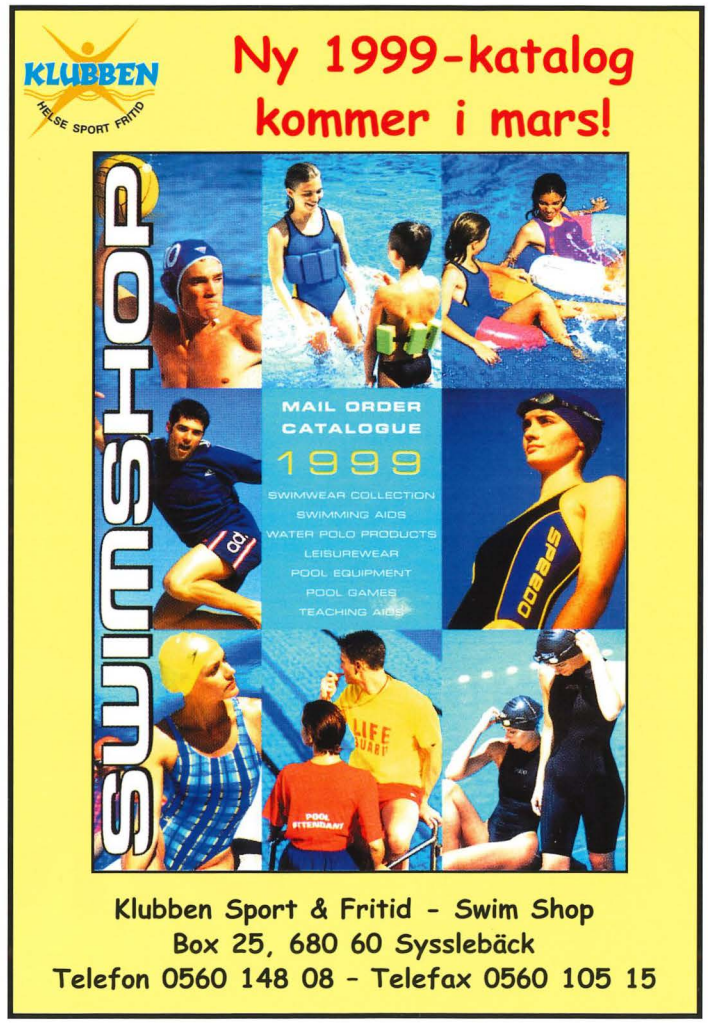




BILD & REKLAM ANNONSBYRÅ AB, VISBY

Simma lugnt?
- Nej, tvärtom, vi satsar framåt.

Svensk simning har stolta anor att försvara. Vi har alltid funnits med i täten med medaljer i ädla valörer som följd.
Den nya generationen simmare behöver idag mer än vatten för att nå framgångar.
Därför satsar Svenska Spel på svensk simning. Vi gör det för att svensk simtradition är värd att försvara. I vått och torrt.

SVENSKA SPEL

www.svenska-spel.se