Sim sport

Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Årg. 46 Pris 24:- Nr. 1/2 Januari/februari 1991



Grattis Tommy!!

SWIM SHOP

SWIM SHOP SVERIGE
Tel.: 0560-10018
Fax.: 0560-10515



FUN CAPS

3

FOR KR. 60,-

VÄLKOMSTERBJUDANDE

☐ Ja tack, skicka mig
1 par monterbara glasögon
1 metallic mössa
1 signalfärgad mössa **kr. 32,-**

☐ Ja tack, skicka mig
1 pullbuoys/dolme
1 par speedo padlare
storlek_____ **kr. 120,-**

Porto

☐ Ja tack, skicka mig
1 par badslippers
m. massagesula
storlek_____ **kr. 120,-**

☐ Ja tack, skicka mig
3 FUNCAPS
Swim Shop väljer
mössor. **kr. 60,-**

Fraktfri leverans vid förskottsbetaling

☐ Skicka mig Swim Shop katalogen
☐ Skicka mig Baby och Småbarnssimnings katalogen

Namn

Adress Tel.

Postnr. Postadress

SWIM SHOP
Lasarettsväg 7
68500 TORSBY

Sim sport

INNEHÅLL
Nr. 1/2 -91

Officiellt 4
Årsmöten,Nytt datum för Team SM mm.

Sum-Sim 7
Reportage i från björkarnas stad Umeå

Simnyheter 13
Blandat smågodis bl. a. från VM

Utmanarna 24

Tack Pålle 25

VM-91 27
Stort VM reportage med bilder

Doping 41
Vad är tillåtet och ej tillåtet att ta

Chrunaks Krönika 49

Dagbok 51
Februari och mars

Resultat 53
Sum -Sim resultat mm

Ankan 58

BRAVO SVERIGE!

Så löd rubriken till Patrick Ekwalls krönika i tidningen Arbetet måndagen 14 januari 1991, direkt efter VM. Läs den. Hans krönika berättar hur bra svensk simning är och hur stor simningen är som global idrott. Han skriver bland annat:

"Å andra sidan blir väl ingen förgrymmad om jag påstår att det är lättare att bli VM-fyra i bandy än att bli fyra i världen på 4x100 m frisim.
Flera svenska simmare - Jan Bidrman får inte glömmas - gjorde prestationer av yppersta världsklass i konkurrens med världens bästa i en idrott som utövas över (nästan) hela världen.
Jag tycker inte det blivit tillräckligt uppmärksammat. Så bortskämda är vi inte med stora svenska idrottsprestationer i VM-sammanhang."
Patrick Ekwall pekar också på ett problem i svensk simning. Ett problem som samtidigt är en tillgång. Han berättar om en glappkäftad Karlskrona-tränare som spyr galla. Men mitt i all bedrövelsen är det kanske ändå en tillgång att vem som helst får säga vad som helst, när som helst. Det blir på något sätt avslöjande.
Problemet är att även i en VM-framgång finns det alltid de som ser till klubben i första hand och landslaget i andra.
Det är först när det drar ihop sig till stora internationella mästerskap som man riktigt förstår hur stor svensk simning är internationellt. Det gäller inte bara i bassängen utan kanske mer vid sidan av.
Svenska ledare, läkare och tränare anlitas flitigt vid föreläsningar. De utgör ofta mittpunkten vid bassängkanten då andra tar chansen att fråga hur Sverige gjort för att lyckas med än det ena än det andra.
Denna storhet tar vi inte vara på. Vi är mycket dåliga på marknadsföring.
Med de framgångar som nåddes vid VM borde vi med en beredskap kunna göra svensk simning till en stor gren också i Sverige. Oavsett gnällspikar i de egna leden.

Lars-Åke Lindqvist

Simsport

ÅRGÅNG 46. Officiellt organ för Svenska Simförbundet, Idrottens Hus, 123 87 Farsta, 08-605 60 00.

ADRESS: Box 8346, 402 79 Göteborg
BESÖKSADRESS: Sörhallen, Eriksbergsområdet
TELEFAX: 031-22 32 34
TELEFON: 031-23 33 50
ANSVARIG UTGIVARE: Lennart Hjärpne, SSF, 08-605 60 00
REDAKTION: Lars-Åke Lindqvist 031-23 33 50, Berth Johansson, SSF 08-605 60 00

ANNONSER: Jaar Reklam AB, 031- 44 91 30, 44 86 15
PRENUMERATION Helår 180:- (9 utgåvor 1991)
2 år 340:-, 3 år 490:-
Sättes in på postgiro-nummer 98 55 05- 7
PRENUMERATIONSÄRENDEN: 031-23 33 50, mellan kl. 10-12.
PRODUKTION: Förlagspoolen, Box 8346, 402 79 Göteborg, 031-23 33 50

FÖRLAGSREDAKTÖR: Anders Wernesten.
GRAFISK FORM: Birgitta Lindgren.
TRYCK: Smp TRYCK, Växjö ISSN: 0346- 1084
För ej beställt material, text och bilder, ansvaras ej. Vid eventuell beskattning av vinster i tidningens pristävlingar svarar pristagaren för denna kostnad. Denna tidnings utlåning i förvärvssyfte förbjudes.
OMSLAG: ARNE FORSELL, BILDBYRÅN

LEDAREN

IDROTTEN -

SKATTEREFORMENS FÖRLORARE?

Så är den alltså genomförd. "Århundradets skattereform" har den kallats. Efter ett rekordsnabbt utredningsarbete och lika snabbt lagstiftningsarbete har riksdagen klubbat våra skatteregler för 1991.

Syftet med reformen är

* likartad beskattning
* stimulera arbete och sparande
* motverka lånebaserad konsumtion
* försvåra skatteplanering och skatteflykt

Reformen skall **finansieras** genom den breddade skattebasen och med högre indirekta skatter (breddad skattebas för momsen m m).

Reformens förlorare sägs vara

* arbetsskygga
* kvinnor
* enskilda näringsidkare
* idrottsrörelsen

Hur kan då idrottsrörelsen vara reformens förlorare?

Jo utan tvekan. De skattelättnader på arbetsinkomster som gäller enskilda medborgare kommer inte till någon del idrotten till nytta.

För idrotten innebär skatteomläggningen i praktiken enbart "höjda avgifter och utökad administration".

Jag vill helt kort redogöra vad reformen innebär för idrotten. Ni kan därmed se hur reformen drabbar just er förening.

Underlag för arbetsgivaravgifter från och med inkomståret 1991.

* alla ersättningar för utfört arbete
* alla skattepliktiga förmåner (finns bara ett fåtal skattefria förmåner kvar såsom rena trivselförmåner etc.)
* kostnadsersättningar om skyldighet att göra skatteavdrag föreligger
* avgiftsfriheten upp till halva basbeloppet slopas.
* arbetsgivaravgifter på kontanta ersättningar + förmåner överstigande 1.000 kr.
* 600-kronorsregeln beträffande förmåner slopas
* skattepliktiga förmåner där marknadsvärdet ersätter ortens pris
* arbetsgivaravgift för företag som sponsrar idrottsman mot att denne t ex bär kläder med reklam, dekaler på bil m m. Skatteplikt för mottagaren.
* tävlingsvinster överstigande 300 kr per tävlingstillfälle skattepliktiga o avgiftspliktiga. Marknadsvärdet är avgörande vid värderingen.

Sedan ovanstående blev klart har regeringen beslutat att arbetsgivaravgift **ej behöver betalas på ersättningar upp till ett halvt basbelopp vilket är 16.100 kr.**

Privat bil i tjänsten

Milersättning över 12 kr/mil beskattas hos mottagaren. Arbetsgivaravgifter för belopp över 12 kr/mil för arbetsgivaren. Huvudarbetsgivaren är skyldig att göra prel. skatteavdrag på den del av ersättningen som överstiger 12 kr/mil.

Fasta bilersättningar inte längre möjligt.

Sammanfattning:

Dyrare köra med privatbil i tjänsten. Försämrad bilersättning. Ränteavdragens värde minskar (30%, 21%) Ej avdrag för faktiska kostnader. Värdet för avdrag till och från arbetet minskar. Bensinpriset stiger.

Delvis ändrade regler för värdering av bilförmån 1991. Ytterligare skärpning.

Kopplingen till 1500 mil tas bort. Miljöaspekten vägs in.

Nya bilar (årsmodell 1989-1992). Förmånsvärdet beräknas enl. nedan.

20% av nybilspriset (RSV fastställer nybilspriset varje år)

Forts.på sid 6

Du får bara inte missa

årets chans!

Helgen 23-24 mars arrangrar Svenska Simförbundet en internationell clinic i samarbete med GIH Stockholm.

Som huvudtalare kommer, för första gången i Sverige, följande starka namn:

DR Ernie Maglischo,	författare till simningens "bibel", - SWIMMING FASTER-, och doktor i idrottsfysiologi.
Proffessor David Costil,	en av världens ledande idrottsfysiologer.

Dessutom bland föreläsarna:

Proffessor Bengt Saltin,	en av Sveriges internationellt mest välkända idrottsfysiologer.
Dr Bengt Eriksson,	Svenska Simförbundets förbundsläkare. Medförfattare i undersökningen GIRL SWIMMERS.
Lennart Gullstrand,	erfaren simfoskare, verksam vid Bosöns idrottspoliklinik.

Det officiella konferensspråket är engelska.

Priset för konferensen är i skrivande stund inte fastställt men kommer att bli under 2000 SKR.
i priset ingår tillträde till föreläsningarna och dokumentation.
Sista anmälningsdag 8 mars 1991!

För mer information och utförligt program kontakta: Magnus Kjellberg, ansvarig för programminnehållet 08-732 37 92 eller Eva -Lena Johnsson, utbildningsenheten SSF 08-605 63 85.

TÄVLING

för sent inkommen till Simkalendern.

Järfälla Simsällskap meddelar att deras tävling "Sanyo Synchro Open 1991" arrangeras 19 - 20 oktober. Tävlingen är en internationell konstsimtävling till musik.

Denna tävling genomfördes första gången 1989 och blev genom sin nya tävlingsform mycket uppskattad både bland de aktiva simmarna, domare och funktionärer, samt inte minst av publiken som fick se en renodlad musiktävling i konstsim, där hela den svenska eliten deltog tillsammans med eliten från Finland.

Det är klubbens förhoppning att även få deltagare från hela Europa, såväl öst som väst, till 1991 års tävlingar.

Tävlingarna bevakades 1989 av bl a TV med inslag i Lilla Sportspegeln samt flera tidningars sportredaktioner, vilket gav stort PR-värde år konstsimsporten.

Tävlingarna 1991 förläggs till två hela dagar, samt insimningar fyra timmar dagen innan.

Tider:

Fredag	18/10 kl 18.00-22.00 insimningar klubbvis.
Lördag	19/10 kl 08.00-21.00 insimn. samt 1:a kval.
Söndag	20/10 kl 08.00-19.00 2:a kval samt finaler.

Järfälla S

Datautvecklingen

Under lång tid har det ute bland föreningar varit ett problem med "data-arrangerande" klubbar, som vill att anmälningarna sker på så kallade anmälningslistor, för att underlätta för arrangören. Detta innebär att alla måste rätta sig efter just den arrangören. De klubbar som skaffat sig administrationsprogram, har ingen nytta av dessa då de ändå får skriva anmälningarna för hand.

Detta är ett problem som jag tog upp för ett år sedan då jag också lovade en gemensam anmälningslista. Tyvärr har detta tagit längre tid än planerat, dels på grund av olika uppfattningar men också för att vi sett över datarutinerna så att det även skall vara möjligt att sända information datavägen med hjälp av en diskett.

I klarhet innebär detta att:

Alla anmälningslistor skall vara lika, jämfört med startkorten idag. Alla dataprogram skall vara konvertibla, vilket innebär att jag skall kunna sända en diskett med klubbens startande och i retur få mina egna simmares resultat tillsammans med en komplett resultatlista efter tävlingen.

Alla klubbar som i framtiden vill ha sina register på data och inte vill köpa de program som finns på marknaden idag, skall av Simförbundet få besked om vilken information som skall finnas i dem, fältlängder mm.

Alla framtida startlistor skall ha samma utförande oavsett data eller ej. Alla framtida resultatlistor skall ha samma utförande och bara innehålla sluttid och splittider i lagkapper, ej löpande tid. Alla andra deltider skall finnas i ett appendix och inte sammanblandas med resultatlistan. Tiderna får ej vara löpande men skall även finnas på en eller två rader under simmarens namn.

Detta innebär att vissa tävlingsarrangörer måste göra vissa justeringar i sina program. Det är min förhoppning att detta skall presenteras undervåren. I arbetsgruppen har förutom jag även Marianne Dahlgren, Mats Berglund och Göran Larsson varit inblandade.

Paul Alfons

NYTT DATUM

FÖR TEAM-SM 1991, SIMNING

Europeiska Simförbundet, LEN, har flyttat Sprint-EM till den **6-7 december**, (tidigare 23-24 november), 1991.

På grund av detta har Svenska Simförbundet beslutat att ändra datumet för Team-SM från 8-10 november till 22-24 november 1991.

Berth Johansson

ÅRSMÖTE

SVENSKA SIMFÖRBUNDETS

årsmöte äger rum söndagen den 21 april 1991 i Stockholm.

Årsmöte

Västerbottens Simförbund

håller årsmöte i Skellefteå, Eddahallen den 2 mars kl. 12.00.

Separat kallelse till berörda

SIM-UNIVERSI-TETET

Nu är det hög tid att söka till Simuniversitetet med start hösten 1991.

På Simuniversitetet kan man kombinera simträning med högskolestudier på ett utmärkt sätt.

Det finns två orter att välja mellan, Uppsala och Lund.

Simträningen kan kombineras med studier i de flesta ämnen men erfarenheten visar att det är svårare med de naturvetenskapliga linjema på grund av hög undervisningstäthet, obligatoriska laborationer mm.

För att vara med och slåss om platsema måste anmälan vara inne till både UHÄ och Simförbundet senast 1 april på separata blanketter.

Ytterligare upplysningar fås av Simförbundets utbildningsavdelning tel 08-605 60 00. Där kan du också beställa blanketter.

Föreningsbyten

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävlingsklar
Anna Larsson	Sandviks IK	Umeå SS	901201
Sara Lind Baldursdottir	SK Poseidon	Malmö S	901209
Thomas Salenius	Bromöllaort. SS	KSLS	901223
1991			
Lotta Hederström	AskimFrölunda SK	GKKN	910105
Anders Holmertz	Motala SS	Spårvägens GoIF	910105
Daniel Uvenmo	Järfälla S	Luleå SS	910109
Eva Jonasson	Kalmar S	Ölands SK	910110
Katrin Jonasson	Kalmar S	Ölands SK	910110
Britt-Louise Fahlberg	Timrå SK	Sundsvalls SS	910110
Jonas Rossander	Täby Sim	Danderyds SK	910110
Carl Zdolsek	LASS	SO2	910111
Frida Nordqvist	Eksjö SLS	Tranås SS	910113
Åsa Andersson	Sandviks IK	Umeå SS	910116
Thomas Råd	Poseidon	Trelleborgs SS	910116
Charlotte Närwall,	Malmö S,	Malmö KK,	910118
Tobias Eldh,	Limhamns SS,	Malmö KK,	910118
Karolina Yngvesson,	Limhamns SS,	Malmö KK,	910118

Forts. på sid 6

ÅRSMÖTEN/DM

Norrbottens Simförbund har årsmöte den 9 februari 1991 klockan 14.00 i Kalix simhall.
JDM 13-14/4 Luleå
DM/RM 28-30/6 Norr- och Västerbotten
DM/RM 4-6/10 Västerbotten och Norrbotten

Gästriklands Simförbund har årsmöte den 18 februari 1991 klockan 19.00 på Strömbadet, Gävle, i Murénrummet.

Stockholms Simförbund har årsmöte onsdagen den 6 mars 1991 kl.19.30 på Norra Latin, Stockholm. Separat kallelse till berörda.

Västergötlands Simförbund har årsmöte i Vara den 9 mars kl. 12.00. Separat kallelse till berörda föreningar.

Östergötlands Simförbund har årmöte månd. den 4 mars 1991 kl.19.00 i Linköping. Separat kallelse till berörda föreningar.

Värmlands Simförbund har årsmöte tisdag 5 mars 1991 kl.19.00. Gustav Fröding, Karlstad. Separat kallelse till berörda föreningar.

Bohuslän-Dals Simförbund har årsmöte lörd. den 9 mars 1991 kl. 10.00 på I17 i Uddevalla

Södermanlands Simförbund har årsmöte månd. 4 mars kl. 19.00, Plevnagården, Malmköping. Separata kallelser utgår till berörda.
Junior-DM, 9-10 febr. tillsammans med Östergötland i Katrineholm.
Kortbane-DM, 23-24 mars tillsammans med Östergötland i Norrköping.
Långbane-DM, 29-30 juni, tillsammans med Östergötland i Eskilstuna.

Forts.från sid 4

+ 80% av basbeloppet (1991 = 32.200). Dock max 42% eller min 35% av nybilspriset.
Äldre bilar än 3 år (1987-1988)
85% av värdet för motsvarande ny bil. Beräkning enligt ovan.
Bilar 6 år eller äldre (1986 el. äldre)
85% av värdet där nybilspriset ersätts av ett genomsnittspris. 108.000 kr 1991.
Förmånsvärdet nedsätts med 20% om den anställde bekostar all bensin för sin privata körning.

Subventionerad lunch
Den skattefria subventionen om 40% slopas. Förmånsvärdet för en fri måltid värderas 1991 till 44:20 (måltid av dagensrätt karaktär). Helt fri kost (minst tre måltider) 110:50.
Förmån i form av kupong el. motsvarande betalningssystem är skattepliktig intäkt. Måltidskuponger till ett lägre pris än vad som motsvarar kupongvärdet beskattas den anställde för skillnaden mellan det pris den anställde betalar för kupongen och kupongvärdet.
Arbetsgivaravgift skall erläggas av arbetsgivaren och prel. skatteavdrag skall göras hos förmånstagaren om arbetsgivaren är huvudarbetsgivare.
Fri måltid i samband med extern eller intern representation är inte skattepliktig. Med extern representation menas representation vid affärsförhandl. m m samt representation i huvudsak PR-syfte t ex jubileum, invigningar av anläggningar eller visningar och demonstrationer.
Med intern representation kan - i detta sammanhang - vara personalfester, informationsmöten med personal, kurser, planeringskonferenser och liknande under förutsättning att

* det är fråga om i huvudsak interna möten för företaget, koncernen etc.
* sammankomsten har en varaktighet på högst en vecka
* det inte är fråga om möten som regelbundet hålls med kort mellanrum (varje vecka el. varannan vecka)
* måltidsarrangemangen är gemensamma

Skärpt beskattning av traktamenten Krävs övernattning
Medges vid resa utanför verksamhetsorten mer än 50 km.
Avdrag medges med 150 kr per dag i högst 3 månader. Längre än 3 mån. 100 kr per dag.
Som hel dag räknas före kl 12.00 och efter kl 19.00. Gäller även avrese- och hemkomstdag. I annat fall halvt traktamente 75 kr. Nattschablon 75 kr.
Överskjutande del behandlas som lön vilket medför arbetsgivaravgift + skatteavdrag och beloppet skall redovisas på kontrolluppgift. Om anställd själv betalat logikostnad vid tjänsteresa med övernattning medges avdrag med styrkt kostnad. Om någon logikostnad inte kan styrkas men arbetsgivaren har betalat nattraktamente, medges avdrag med högst 75 kr/natt. Om arbetsgivaren inte betalat nattraktamente medges inget avdrag om den anställde inte kan styrka några kostnader.
Nattraktamenten till den del det överstiger schablon (75 kr) skall betraktas som lön.
Fria måltider som tillhandahålles av arbetsgivaren är i princip en skatte- och avgiftspliktig förmån. Har den anställde fått både kostförmån och traktamente, skall kostförmånen tas upp till beskattning och hans avdrag reduceras. (RSV fastställer reduceringsvärdet)

Utrikes tjänsteresa
Nuvarande avdragsregler oförändrade. Avdrag medges för kost- och småutgifter enligt RSV:s schablonbelopp. Avdrag medges för faktisk logikostnad.

Redovisning i kontrolluppgift av traktamente och övriga kostnadsersättningar.

* Endast kryssmarkering på kontrolluppgiften om erästtningarna inte överstiger avdragsgillt belopp.

Kontantprincipen gäller men årsskiftesbetalningar görs tvingande
EX. Decemberlönen 1991 utbetalas före 15/1 1992. Beskattas 1991. Förskottslön avseende jan. 1991 har erhållits efter 15 dec. 1991. Beskattas 1992.

Ny skatt fr o m inkomståret 1991
Löneskatt 22.2%
Skatten tillfaller staten. Ej förmånsgrundande. Lika för arbetsgivare och egenföretagare. Betalas för den som fyllt 65 år vid årets ingång.
Arbetsgivarens underlag för löneskatt: Löner och andra ersättningar. Skattepliktiga förmåner. Kostnadsersättningar om skyldighet att innehålla preliminär skatt föreligger.

Moms
Full momsplikt föreligger för hyra av bandy-, fotbolls-, tennis och friidrottsanläggningar, sporthallar, simhallar. Fråga är om upplåtelse av rätten att vara på anläggningen för att utöva viss aktivitet.
Egen anläggning = Momsfritt
Långtidskontrakt vid hyra av hela lokalen inklusive skötsel m m = Momsfritt.
Simskoleavgift
Simskolan får anses bedriva utbildning = ej momsplikt för denna avgift.
Periodiskt medlemsblad
Framställning av periodiskt medlemsblad, personaltidning etc. Allt momsfritt såsom tryckning, annons, m m.
Programblad = Full moms på tryckning. Reklamen är momsfri.
Kopieringstjänster = momspliktigt
Full moms på transporttjänster, teletjänster, post, persontransporttjänster.
Konsulttjänster = full moms rakt över för ekonomisk rådgivning, organisationstjänster, revision och informationstjänster.

I och med att ideella föreningar är begränsat skattskyldiga är de heller inte skyldiga att redovisa moms. Detta innebär att moms som ideella föreningar betalar inte är avlyftbar.

Birgitta Lindström
Styrelseledamot

Forts. föreningsbyten

Charlotta Sjöberg,	Malmö S,	Malmö KK,	910118
Monica Gryndzicluk,	Malmö S,	Malmö KK,	910118
Tina Holmgren,	SK Ran,	Malmö KK,	910118
Magnus Brånn,	Skara SS,	SK Götene,	910127
Robert Henriksson,	Karlshamns SK,	Ronneby SS,	910127
Per-Ola Andersson,	SK Ran,	S 02,	910201
Mathias Nordlander,	Timrå SK,	Sundsvalls SS,	910201
Håkan Andersson,	Karlstads SS,	Umeå SS,	910203
Elisabeth Andersson,	Klippans SS,	KSLS,	910209
Erica Thiessen,	San Ramon Valley, Livermore Aquatics	Trollhättans SS,	910215
Robert Löfström,	Sundbybergs IK,	Spårvägens GoIF,	910215
Helena Björk,	Härnösands SS,	Trollhättans SS,	910215

Inbjudan
Inomhus-SM i svikthopp

1991 års inomhus-SM i svikthopp 1 och 3 m samt höga hopp äger rum i Uppsala den 15-17 mars 1991. Anmälningstiden utgår fredagen den 1 mars och efteranmälningstiden utgår onsdagen den 13 mars kl.12.00.

Separat inbjudan utsändes till hoppinstruktörerna.

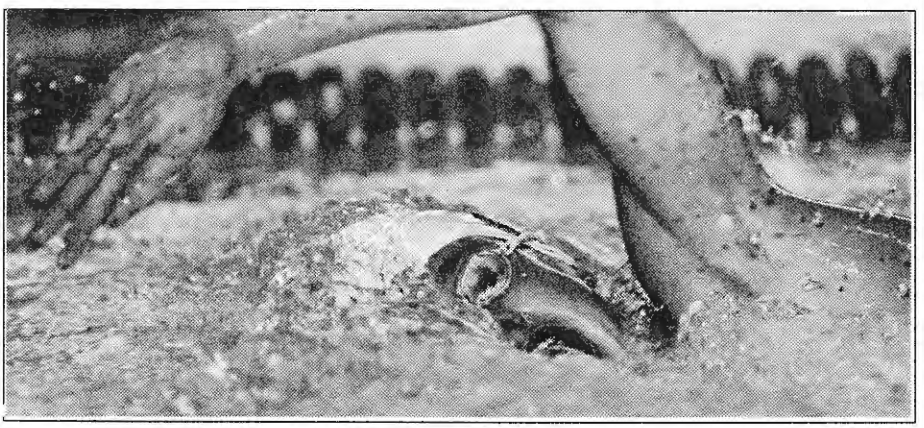
Kansliet

SUM - SIM

Riksfinalen 1990, Umeå

Text: S-B Mattson
Foto: Västerbottenkuriren

Sum-Sim riks avgjordes åter i Norrland, i björkarnas stad, där Umeå SS svarade för ett lysande arrangemang. 1981 arrangerades riksfinalen också i Umeå och då var det ett underbart vårväder med sol och takdropp som mötte simmarna. Denna gång, tredje advent, var alla beredda på riktig vinter, men till och med skåningarna kände igen sig i det omväxlande vädret med temperaturer pendlande runt nollstrecket. Till mångas glädje kom det dock lite snö vilket inga sydlänningar varit bortskämda med de senaste vintrarna.



I snygg frisimsstil forsar här Henrik Svensson, Falköping fram i sitt lopp på 1500 m fritt, 15.16 år, där han blev åtta. Foto: Johan Gunséus, VK Umeå.

Den unge trollkarlen Simon Wiberg invigde tävlingarna med diverse trollformler, förtrollat vatten som var extra snabbt och opartiska glasögon till funktionärerna.

Dessa dansade in längs bassängkanten i olika skepnader, som tomtar, Roger Taflin som "disco-lucia" med följe och Bamse fick vara med på ett hörn för att dela med sig av sina superhonungskarameller.

Med de rutinerade tävlingsledarna Roger Taflin och Lars Edstedt i spetsen stod Umeå SS för ett ypperligt arrangemang. De roliga inslagen tillsammans med en funkitonärskår som trivdes och hade kul, gjorde tävlingen mycket trevlig, vänlig och avspänd.

Det var andra året för nya Sum-Sim programmet och en klar tendens till höjd kvalité på bredden kunde utläsas i att det var betydligt svårare att ta sig vidare till riksfinalen i år. I den yngsta klassen var det till exempel svårare att kvala in i Skånes regionsfinal än till förra årets riksfinal.

I mer än hälften av de individuella grenarna förbättrades segertiden och i lagkapperna i sju av åtta.

Skåne dominerade stort och det var inte långt fårn att hälften av finalplatserna tagits av skåningar. När det gäller medlajskörden så gick precis 50 procent till Skåne.

Ystad Simsällskap, som var på gång förra året, tog nu det avgörande steget, med en mycket klar seger i klubbpoängstriden. Räknar man in Malin Strömbergs poäng, (simmade i år för Österlensim på JSM), blir segermarginalen hela 136 poäng. Ett stort grattis till Dan Eliasson och hans medhjälpare Ronny Andersson för ett strålande facit.

Upsala S tog andraplatsen och imponerar med fin täckning från Sum-Sim till SM. Simklubben Ran klev fram tio platser sedan förra året och tog tredjeplatsen före Staffanstorps Triton, som mycket överraskande blev fyra. Förra årets vinnare, Växjö SS, håller sig i toppen och blev nu femma. Ytterligare tre skåneklubbar slog sig in på tio i topp. Ängelholm blev som förra året sexa, KSLS nia och Malmö KK tionde bästa klubb.

Väsby, tvåa förra året, var åter bästa stockholmsklubb med delad sjundeplats tillsammans med Borlänge. Det måste vara första gången för dalaklubben bland de tio bästa i Sum-Sim.

Bland de 25 bästa finner vi 8 skåneklubbar till samt tre stockholmsklubbar. Mölndal blev bästa göteborgsklubb på 24:e plats med en annan överraskning, Lysekil, på platsen innan. Östersund SF blev bästa norrlandsklubb på 21:a plats och Värnamo, en "gammal" framgångsrik Sum-Sim kloss är åter på gång med en 19:e plats på årets lista.

Inte mindre än 111 föreningar fanns representerade vilket visar simningens breda spridning i Sverige och hur ambitiöst det arbetas ute i klubbarna.

Vid invigningen svängde trollkarlen sitt spö för allt från personliga rekord till världsrekord. Nu fick vi "nöja oss" med massor av "pers", några distriktsrekord och grädden på moset, ett svenskt juniorrekord på 50 m bröstsim av Kristinebergs Peter Hjers, 16 år. Han blev förste svenske junior som pressade sig under 30 sekunder till 29.68.

Äldsta pojkklassen, 15-16 år, sammanfaller med nästa års EJM-åldrar och så här ett halvår innan det drar ihop sig i Antwerpen, ser det mycket intressant ut.

De båda 16-åringarna Anders Kroon, Upsala S och Lars Frölander, Borlänge, med rutin från årets EJM, dominerade på Sum-Sim med vardera fyra individuella segrar och var sitt brons.

Lars var den store segerherren på de korta frisimsdistanserna och fjärilsim. På 50 m fritt, som hade ne fin bredd med 12 simmare under 25 sekunder, vann han på 24.06. Klas Lindfors, Södertörn, var elva

hundradelar bakom och Upsalas 15-årige Jacob Werner tog bronset med 24.38. Sedan följde Zsolt Hegmegi, Jönköping, hundradelen långsammare och ytterligare 11 simmare mindre än en halv sekund efter.
Även på 200 m fritt presterade grabbarna utmärkta resultat. I toppen placerade sig Lars med lovande 1.53.24. Han spurtslog Södertäljes Marcus Lundstedt som fick 1.53.32 och Anders Kroon tog bronset med 1.53.94, precis före KSLS Magnus Ohlsson.

Tar man sedan en titt i resultaten i lagkappen 4x100 m fritt med Lars klart snabbast, 50.33, följd av Anders Kroon, 51.81, Jacob Werner, 52.50 och Klas Lindfors 53.00 med flera, så kan vi med spänning se fram emot lagkappen på EJM, 8-nationers och andra stortävlingar.
Lars tillhör den tysta, lite försiktiga typen, som gärna svarar med huvudrörelser eller "Stenmarksk fåordighet", men när han väl kommer i bassängen är han inte blyg utan en riktigt tuffing i finishen. Det visade han förutom i frisimsloppen även i finalen på 50 m fjäril där han vann på 25.97, fyra hundradelar före Christina Lindström, Tureberg och Jacob Werner tog där sitt andra brons.
På 200 m fjäril tog dalmasen ett rejält grepp direkt med en öppning på 59.05 och höll kanontempo i drygt 150 meter. Han kroknade något men vann klart på fina 2.06.18. Det blev jämnare om de båda andra medaljerna. Anders Engdahl, Växjö, höll undan för starkt spurtande Johan Lundh, Södertörn.
Anders Kroon avstod från SM i Göteborg för att koncentrera sig på att sätta en snygg punkt på sitt mycket framgångsrika Sum-Sim karriär. Innan tävlingen började menade han att det här är nervöst.
- Jag vill gärna simma bra, men vet inte riktigt var jag står.
När han väl fick släppa loss var det inget snack längre. 50 m rygg, 200 m rygg, 400 m medley och 1500 m fritt, tog han i säker stil. I de båda ryggsimsloppen fick han hård konkurrens av SM-trean på 200 m, Zsolt Hegmegi. På 400 m medley hängde duktige Fredrik Lundin, 15 år, från Ystad med riktigt bra. Ystadgrabben tog också medalj på 200 m rygg.

På 1500 m fritt höll Anders ett klart grepp om händelserna genom hela loppet och vann ohotad efter att ha slagit av på takten mot slutet. Silvermedaljen gick till Magnus Ohlsson, KSLS, och bronset till Jonas Lundström, 15 år, Östersund. Magnus gick precis under 16 minuter medan Jonas hamnade en sekund över. Bronsmedaljör på 50 m yrgg respektive 400 m medley blev Lars Frölander och Daniel Karlsson, Täby.
Bröstsimmet, som fått mycket skäll de senare åren, var mycket bra rakt igenom och det underströks av redan tidigare nämnda svenska juniorrekordet av Peter Hjers och Simon Malmberg, Växjö, som vann 200 m bröst på 2.22.17 precis före Peter som fick 2.22.28.
Simon tog silvret på 50 m och Upsala S Gunnar Klintberg bronset. På 200 m simmade två 15-åringar under 2.30. Tor Bengtsson, Nyköping, blev bronsmedaljör med 2.27.11 och Fredrik Rosenholm, Spårvägen, blev fyra med 2.28.25.
I de båda lagkapperna stod Upsalakvartetten Anders Kroon, Gunnar Klintberg, Jacob Werner och Csaba Kapas i en klarr för sig. Medleylagkappen vanns på fina 3.59.90 före Växjös 4.00.99 och Södertörns 4.10.45. I frisimslagkappen fick de 3.33.18 och följdes där av Borlänge 3.38.42 och Fagersta 3.39.68, tävlingarnas jätteöverraskning.
Vid en titt på tiderna i medleylagkapperna seglar även ett svenskt medleylag fram som ett spännande landslagsobjekt framöver. Eller vad sägs om:
Ryggsim Anders Kroon, 58.11
Bröstsim Simon Malmberg, 1.04.36
Fjärilsim Christian Lindström, 56.89
Frisim Lars Frölander, 50.33
Det blir tillsammans 3.49.69.
I äldsta flicklassen, 14-15 år, fanns flera unga damer på startbryggan med EJM-rutin från sommarens tävlingar i Frankrike. Här blir 15-åringar "pensionerade" 1991, då flickor tävlar i 14-15 årsklassen internationellt.
EJM-bronsmedaljören från -90 på 100 m



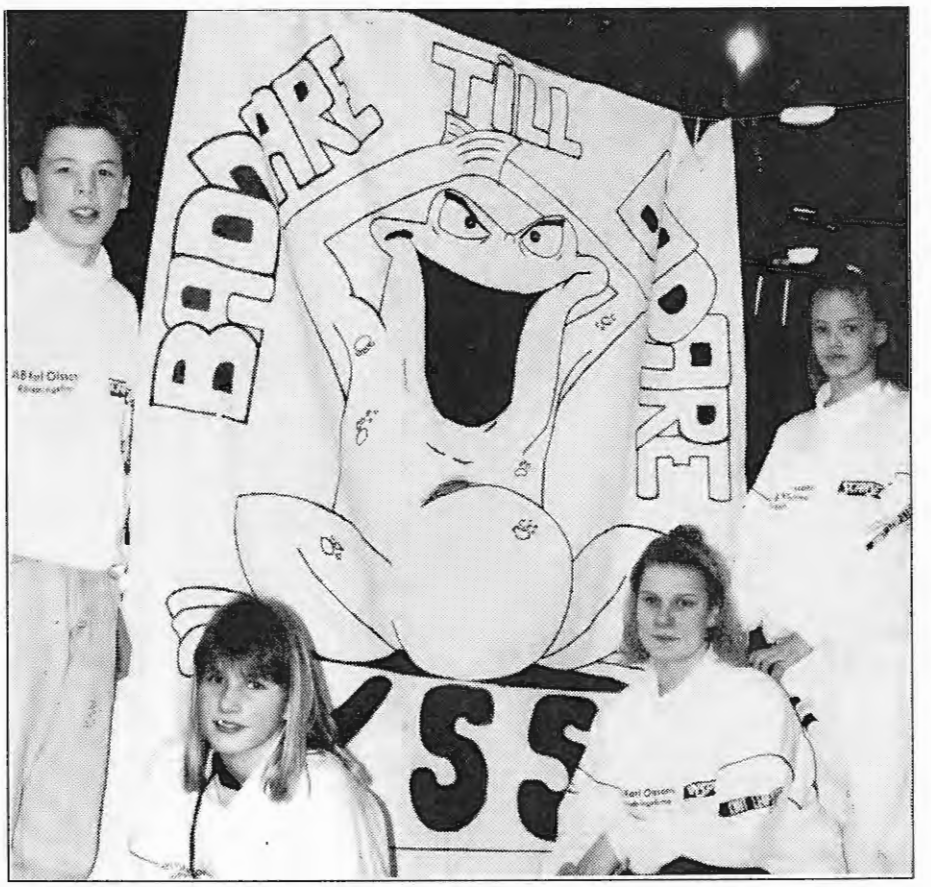
Andreas Diber och Jessica Engdahl, skåningar från KSLS, passade på att rida på simhallens ren i Umeå. Foto: Johan Gunséus, VK Umeå.

fjäril, Malin Strömberg, Ystad, var den verkliga mångsysslaren. Hon deltog i samtliga finaler utom 800 m fritt, vilket innebar 11 tävlingslopp. Hennes allroundförmåga framkom i all tydlighet då hon tog medalj i tre simsätt förutom medley.

Största överraskningen var segern på 50 m rygg där favoriten Magdalena Schultz, MKK, fick släppa guldet med en hundradel. Bronset gick till Tritons Camilla Månsson, ett nytt nman i toppen. På 200 m rygg var ordningen återställd. Magdalenas segertid blev fina 2.23.6, Malin fick kämpa för att klara andraplatsen före anstormande Petra Mauritzon, KSLS.
På fjäril var det meningen att Malin skulle ta två "kassaskåpssäkra" segrar, men man skall aldrig vara för säker. Linda Engström, 15 år, från Bromölla gav Malin en riktig match på 200 m. Båda simmade under 2.20 och det var först på de allra sista armtagen som det hela avgjordes. 2.19.51 blev segertiden för Malin. Bromöllaflickan som gjorde sitt livs lopp, fick 2.19.71 och starkt simmande väsbytjejen Malin Skaresson tog bronsmedaljen med 2.20.30. På 50 m, Malin säkraste seger, hände det att en "misstänkt tjuv" släpptes och Malin tog beslutet i egna händer. Stod kvar på startpallen och sedan var det kört. Upsalas Lia Lundberg vann på snabba 28.78 och trots en ursinnig upphämtning blev det "endast" silver till ystadflickan. Linda Engström blev åter medaljör.
Finalen över 400 m medley blev en ren skånsk uppgörelse med skåningar på de åtta främsta platserna. Magdalena Schultz visade styrka med ett avgörande ryck på ryggsimmet och förpassade favoriten Malin Strömberg till andraplatsen. Återigen blev det brons till Linda Engström.

Årets stjärnskott på flicksidan, Tritons Gisela Brunmar som var 25:a 1989 i Sum-Simsstatistik och sedan simmade in sig i EJM-truppen 1990, fortsätter att övertyga. "Gisse" tog en av de klaraste segrarna, då hon vann 200 m bröst med 2.38.77. Redan vid 100 m var hennes ledning drygt fem meter och spänningen svarade i stället de andra för. Malin Strömberg pressade sig förbi Elin Carlsson, Ösmo, i spurten.
Gisela vann även 50 m bröst, 34.69 före Sandvikens Nina Nilsson, 35.02 och Malin Strömberg tog här sin sjunde individuella medlaj.
På 50 m fritt och 200 m fritt presterade Louuise Jöhncke, Järfälla, som var en omsimning från EJM-final, de bästa resultaten i denna åldersklass. Hennes överlägsna seger på 200 m fritt med 2.04.22 och 26.68 på 50 m imponerar. Dessutom var hon klart snabbast i flicklagkappen med 57.80 på startsträckan. På 50 m följdes Louise av Victoria Naess, Eskilstuna, och Anna Lohmann, Oskarshamn. De båda skånskorna Cecilia Kentell, MKK och Ulrika Raue, Ran, var närmadt på 200 m fritt.
Klassens meste vinnare blev Magdalena Schultz när hon tog sin tredje seger. Denna gång på 800 m fritt. Hon var strax före Therese Ekstrand, Ystad och Viktoria Gadd, Ronneby.
Väsbys duktiga tjejer försvarade sin titel i medleylagkappen och hemmaklubben Umeå tog ett bejublat silver före överraskningen Malmö Simsällskap, som satte sina mer namnkunniga kompisar från MKK på plats.
Lia Lundberg, Malin Holmberg, Carina Andersson och Åsa Nordell är namnen på Upsalas vinnarlag i frisimslagkappen. Järfälla, som var i ledningen länge tog silvermedlajerna före Ystad.
De etablerade namnen håller hög internationell klass och det är öppet för överraskningar både bland 14- och 13-års tjejerna till 1991 års internationella begivenheter.

I flickorna 13-årsklass var det ingen som nådde upp till "76-omas" resultat från 1989 års Sum-Sim, men det är sju månader till Junior-EM och det hinner hända mycket.
KSLS Angela Fox dubbelsegrade i den något ovanliga kombinationen 200 m bröst och 800 m fritt. I bröstsimfinalen blev det silver till Caroline Larsson, Eskilstuna och brons till Marianne Pettersson, Lysekil. På 800 m blev Camilla Pettersson, SKK, silvermedaljös knappt före Neptuns Charlotte Seidevall.
De båda unga Petterssondamerna fick kliva överst på prispallen efter finalerna på 200 m rygg, seger till Camilla och 200 m medley där det blev seger till Marianne. Camilla hade en jämn uppgörelse med Helsingborgs Linda Strandberg och Järfällas Therese Alshammar tog bronset. I medleyloppet var det framförallt Camilla som gav Marianne en match och Annika Bjärenstam, Ängelholm, var hack i häl på tredje plats.
SS Stimmets Jennie Johansson tog också dubbla Sum-Simguld med segrar på 100 m fjärilföre Anette Hällqvist, Karlskrona och Linda Strandberg, Helsingborg och på 200 m fritt där hon följdes av Angela Fox och Carina Nilsson, Ängelholm.



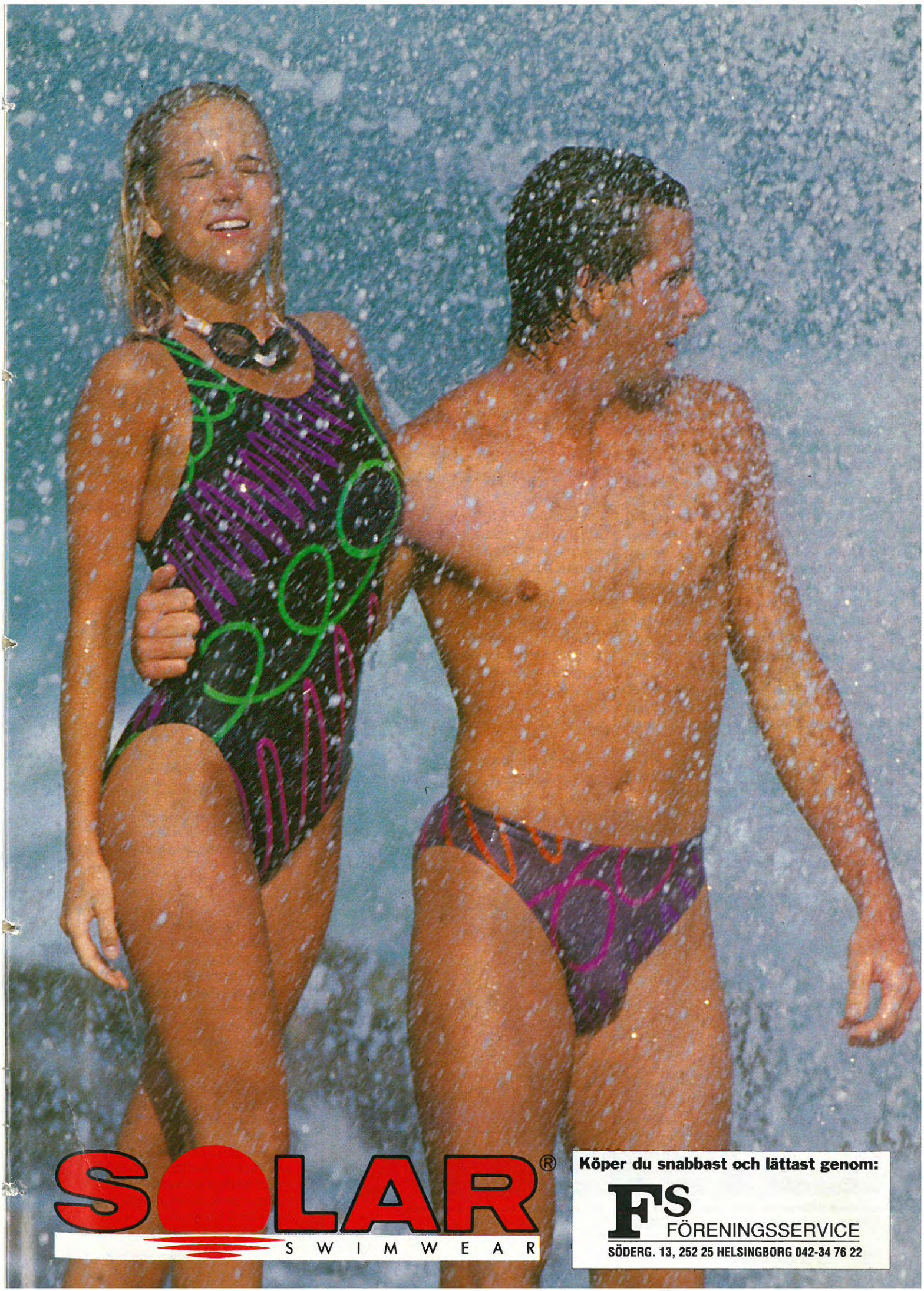
Ystadsbanderollen "Baddare till badare" stämde väl in i Umeå. Ystad blev bästa klubb med 352.5 poäng, 11 före Upsala S. Dessa fyra medaljörer får representera klubbens framgångar. Alexander Svensson, 1 guld, Maria Persson, 4 guld och 1 silver, Malin Strömberg, 2 guld, 4 silver och 1 brons, Therese Holmqvist, 1 silver.

Cherie Ullström från Karlstad visade sprintertalang när hon vann 50 m på utmärkt 27.73. KSLS Lena Nilsson tog silver och Åsa Pettersson, Väsby, brons.
I pojkarnas 14-årsklass gjorde Växjös Robert Wigert "tävlingarnas lyft" när han pressade sin regionsfinaltid från 2.36.28 till seger med mycket lovande 2.28.42 på 200 m bröst. Lysekils Jimmy Svanberg, som hade en klar ledning efter regionsfinalerna, blev överrumplad av Robverts framfart och kunde inte svara utan blev tvåa med 2.34.17. Bronset gick till Mikael Axelsson, Hellas.
Micke Lundholm från Väsby var ofin nog att varva alla konkurrenter på 1500 m fritt när han vann på fina 16.28.06. Tobias Eldh, Limhamn, tog silvermedaljen och Bengt-Arne Bengtsson, MS, bronset.
Tobias gav sedan svar på tal nä rhan vann 200 m rygg med 2.20.47 före Daniel Carlsson, Botkyrka-Rönningen och Jesper Fagerberg, Laxen.
Växjös Olla Johansson sprintade framgångsrikt med segertiden 25.16 på 50 m fritt. Han knep sedan också silvret på 200 m medley och bronset på 100 m fjäril.
Fjärilsloppet vanns av Johan Setterberg, Mölndal, som länge såg ut att gå under minuten men hamnade på 1.00.13. Daniel Carlsson tog här sitt andra silver och avslutade med att ta bronsmedaljen på 200 m medley.
Klassens enda dubbelsegrare blev Malmö Simsällskaps Karl-Johan Lentonsson, som vann 200 m fritt på 2.00.92 och 200 m medley på 2.18.24. Micke Lundholm tog silvermedaljen på 200 m fritt och Tobias Eldh såg till att få en medalj av varje valör.
Pojkarnas 13-årsklass visade upp hög kvalité såväl på toppen som på bredden. I sju av åtta grenar förbättrades segerresultaten i jämförelse med Sum-Sim året innan.
Limhamns Fredrik Engdahl vann båda frisimsgrenarna. På 100 m blev tiden 57.11 och på 400 m fritt 4.22.11. Anders Forsberg från Lödde, tog silver på 100 m och brons på 400 m medan Tritons Johan Mattsson blev silvermedaljör på 400 m och Värnamos Mattias Andersson bronsmedaljör på 100 m.

Tritons Johan Mattsson tog en säker seger på 200 m medley med lovande 2.24.09 och det var en logisk seger då Johan var den ende simmaren i klassen som kvalat in i samtliga finaler. Fredrik Engdahl tog silver och Mattias Andersson sin andra bronsmedalj.
Poseidons Joakim Lundqvist slog till med en fin tid när han vann 100 m bröst på 1.11.48 och här fick Mattias Andersson kliva upp ett pinnhål och Joakim Danielsson, Oxelösund, blev bronsmedaljör.
Ystads Alexander Svensson vann 100 m fjäril med utmärkta 1.03.01 före Johan Mattsson som tog sitt andra silver och Fredrik Engdahl som med sin bronspeng tog sin fjärde medalj.
Mölndals Magnus Johansson, som tidigare blivit "diskad" från silvret i medleyn, fick revansch på 100 mrygg som han vann på 1.06.27. Segerglädjen delades med pappa Sten, ordförande i Mölndals ASS, som kunde glädja sig åt sonens framgång på sin 40-årsdag. Ingen dum present.
Löddes Anders Forsberg tog sin andra silvermedalj och Johan Mattsson fick också ihop fyra individuella medaljer med sitt brons.
Johan var sedan ankare i Tritons båda vinnande lagkappslag. Efter att Johan simmat ryggsim och Lars Ilsöe bröstsim var medleylagkappen i stort sett avgjord. Patrik Andersson höll den stora ledningen på fjäril och Magnus Lindström simmade hem segern. I frisimslagkappen simmade Daniel Wramfors i stället för Patrik.
I medleylagkappen tog Värnamo silver och Ystad brons och i frisimslagkappen blev det silver till Helsingborg och brons till Ran.
I flickorna 12-årsklass var SS Kanalens Marie Ulfves mycket framgångsrik med en medlajskörd av 3 guld, 1 silver och 1 brons. Hennes segertid på 100 m fjäril med 1.09.60 och 100 m fritt med 1.01.09 tillsammans med Helsingborgs Anna Kideborns tid på 100 m börst, 1.17.10, var de bästa i denna åldersklass.
På 100 m fjäril följde de båda skåneflickorna Johanna Sjöberg, Bromölla och Alexandra Ockedahl, Ängelholm och på 100 m fritt tog Kungälvs Anna Ericsson silver och Laxens Fia Karlsson brons.
I bröstsimsloppet pressade Marie Ulfves hela tiden Anna och tog silvret med 1.17.34. Bronsmedaljen tog Vellinges Sara Andersson.



Första segern i Sum-Simfinalen och första SM-tecknen i femårsjubilerande Vellinge-Näsets SK tog fr v Maria Romberg, Caroline Veraeus, Sara Andersson och Therése Holmqvist. Det skedde på 4x100 m medley 12 år o yngre. Andra medaljen kom på 4x100 mfritt där flickorna från Skåne tog silver. Foto: Urban Bengtsson, Umeå.



Köper du snabbast och lättast genom:

FS
FÖRENINGSSERVICE
SÖDERG. 13, 252 25 HELSINGBORG 042-34 76 22

Maries tredje guld togs på 100 m rygg med 1.13.88, tiondelen före Camilla Johansson, Elfsborg och Linda Svensson, Borlänge blev trea.

På 200 m medley rådde inte Marie på de hårt guldstridande tjejerna Alexandra Ockedahl och Johanna Sjöberg som fick tiderna 2.35.73 respektive 2.35.80 mot Maries 2.36.26.
På 400 m fritt stod medaljstriden mellan tre flickor. Linköpings Cecilia Ström drog det längsta stråt med 4.43.63 före Vellinges Therese Holmqvist och Sydsims Emma Olsson.
I frisimslagkappen skrev Vellinge-Näset simhistoria genom att bärga klubbens första SM-tecken. De historiska damerna var Therese Holmkvist, Caroline Veraeus, Sara Andersson och Maria Romberg.
Medleylagkappen vann Borlänges Linda Svensson, Emma Hovlind, Kristine Persson och Mari aGustavssonm just före Vellinge. Triton blev här trea precis som i frisimslagkappen där man också fick släppa Upsala S före sig.
I yngsta pojkklassen var det mycket Skåne med bland annat fyra rena skåneprispallar och fem grensegrar av sex.
Det var Växjös Andreas Michael som spräckte sviten med sin bröstsimsseger före skånegrabben Erik Isberg, Klippan och Andreas Wigh, Harnäs-Skutskär.
Trelleborgs Mattias Ohlin tog dubbla guld på 200 m medley och 100 m rygg. På medleyn gick silvret till Håkan Djurberg, Östersund och bronset till Fredrik Kjerström, Skäret.
Sedan var det bara Skåne. Mattias Thuresson, Artemis, var tvåa på rygg och Joakim Mårtensson, Ystad, trea.
Mattias Thuressons segertider på 100 m fritt med 59.97 och 400 m fritt, 4.31.39, lovar gott. På 100 m fritt tog ranarna Patrik Malmunger silver och Niklas Svensson brons. På 400 m var Niklas mycket nära Mattias med 4.31.54 och Joakim Mårtensson tog där bronset.
Patrik Malmunger kom tillbaka och visade framfötterna på 100 m fjäril med med utmärkta segertiden 1.08.98. Även Niklas Nilsson, KSLS, var under 1.10 med sina 1.09.64 och Mathias Ohlin fick 1.10.09 på bronsplatsen.
I de yngsta flickornas klass, 11 år och yngre, var Skånes facit nästan identiskt med pojkarnas.
Ystadtösen Maria Persson tog 4 guld och 1 silver, Ann-Louise Assarsson, Ängelholm, tog segern på 100 m fjäril före Maria och Upsalas Sara Björk. Borlänges Emma Hovlind vann bröstsimmet före en anna ystadtös, Maria Gruvstedt och Västerås Emelie Andersosn.

I övrigt var det Maria Persson show. På 400 m fritt blev segertiden 4.55.81 och tvåan, Artemis Sofie Schön, simmade också under fem minuter med 4.58.70. Trea strax över fem minuter kom Rans Åsa Lange. På 100 m fritt och 200 m medley var ordningen i toppen densamma medan Elin Krantz, KSLS, tog bronset på frisimmet och Monica Gruvstedt på medleyn.
Marias fjärde guldsimning kom på 100 m rygg med 1.18.68 och här hände det att silvermedaljen delades mellan Sjöbos Sandra Eriksson, som simmade i första heatet och Sara Björk, Upsala S.

Sven-Bertil Mattson, text
Johan Gunséus, Urban Bengtsson, foto



Arrangerande Umeå SS fick en silvermedalj på 4x100 m fritt i äldsta flicklassen 14-15 år. Fr v Veronica Olofsson, Lisa Wiklund, Lisa Lundqvist och Sofia Stark. Foto: Johan Gunséus, VK Umeå.

SUMSIM-
KOMMENTARER

* Cirka 350 simmare från Skåne transporterades via flyg och järnväg till Umeå. Detta till en kostnad av **drygt en halv miljon.**

* Dessa pengar skulle kanske kunna användas i den direkta simverksamheten i stället.

* **Okej.** 1991 simmas riksfinalen i Lund.

* **Paleski Sports prestationspriser** till bästa pojke och flicka respektive tävlingsdag gick till:
Lördag: Marie Ulfves, 12 år, SS Kanalen, för hennes fjärilsseger på 1.09.60 samt till Alexander Svensson, 13 år, Ystad SS, för fjärilssegern med 1.03.01.
Söndag: Louise Jöhncke, 14 år, Järfälla S, för en utmärkt simning på 200 m fritt i äldsta flicklassen där segertiden blev 2.04.30 samt till Peter Hjers, 16 år, Kristineberg, för hans svenska juniorrekord, 29.68 på 50 m bröst i äldsta pojkklassen.

* **ATG:s pris** till tävlingens bästa pojke och flicka tillföll:
Maria Persson, 11 år, Ystad SS, för hennes fyra guld- och en silvermedalj i yngsta flicklassen. Hennes segertider överträffade 1989 års Sum-Sim i samtliga grenar.
Lars Frölander, 16 år, Borlänge SS, för hans fyra Sum-Sim segrar på utmärkta tider.

* **En eloge** till tävlingsledarna Roger Taflin och Lars Edstedt för beslutet att visa vändningsskyltar även på 400 m fritt.

* **Många tyckte att** det var "för snålt" att bara dela ut priser till de tre främsta. I riksfinalens försök och regionsfinalerna görs ju trots allt cirka 10.000 starter.

* **Det nya Sum-Sim programmet** visar att vi är på rätt väg med en rejäl resultatförbättring i framför allt de yngre klasserna redan detta andra år.

* Som ansvarig för svensk ungdomssimnings matchning är min förhoppning att det "nya" Simiaden- och Sum-Sim programmet inne och ute skall lyfta fram hela den svenska simningen på sikt. Det skall sporra övriga Sverige att **satsa "skånskt".**

Sven-Bertil Mattsson

Sum-Sim statistik sid 21

Debattinlägg 1.

Kan det det vara rimligt att skånesimmarna reser till Norrland för Sum-Sim till en kostnad av över 1 miljon bara för att vi skall sprida mästerskapen geografiskt, ej simgeografiskt?

Till årets riksfinal i Sum-Sim i Umeå var 43% av alla startande från Skåne. Det fanns grenar där Skåne hade 11 av 16 deltagare. Det kunde kanske blivit fler om inte regionsfinalerna varit begränsade till 14 starter per gren. Totalt cirka 350 simmare och ledare. Lägg därtill föräldrar.
Varför inte permanenta mästerskapen i Skåne, på samma sätt som vi gjorde en gång till Gävle på 60- och 70-talet, framförallt så länge som Skåne står för mer än en tredjedel av deltagarna.
För det kan väl inte vara så illa att nästan 50% av vår verksamhet sker i Skåne? MKK, HS och KSLS är på SM de poängdominerande klubbarna. Svensk simning skulle tjäna minst 350.000 på att permanenta Sum-Sim riksfinal till Skåne.

Paul Alfons

Funderingar vid poolside.

Det är mycket man ifrågasätter när man som garvad simmarförälder sitter så här kväll efter kväll. Ger det verkligen mer utdelning för en 12-åring att simma 6000 än 5000 meter, 6500 än 6200? "De' e' en skam att int' slit ont", gäller det även i simning?

Men en sak ifrågasätter jag inte och det är en tävling som Landskrona Simsällskaps chefstränare Pär Lindell, ("Pärhaps" kallad av sina simmare), infört i klubben. Pär har klart sagt ifrån att idén kommer "uppifrån landet", (norr om Osby?), men äran av att ha infört den i LS tillfaller i alla fall helt och fullt honom.
Tävlingen kallas Morgondagare. Ett välfunnet namn med poetisk klang. "De som kommer".
Det sympatiska med Morgondagare är att alla får medalj som, klarar av att simma först 25 och sedan 50 meter på eller under en viss stipulerad tid.
Så pedagogiskt och psykologiskt.
Min "stora" flicka som är född 1978 tävlar här med alla andra i klubben och alla kan



få medalj. Ingen behöver känna hotet att bli förbisimmad, för man får medlaj tillsammans.
"Grattis Gabriella - jag klarade mig också!" Så glad jag blev när jag hörde de orden. Flickorna hejade fram varandra och hoppade av förtjusning nä randra också lyckades. Kamratanda i stället för besvikelse och avund.
Jag minns också en annan, traditionell tävling där min flicka simmat bra och en av LS-flickorna kom och frågade efter hennes tid. När hon hörde att Gabriella simmat en aning snabbare än hon själv gjort flög det ur henne en ilsken svordom. Det är ju en helt förstående reaktion, men det dämpade effektivt min flickas glädje. I den åldern är det naturligtvis roligt att vinna, men inte på kompisarnas bekostnad! Föreningsbanken i Landskrona lär ha ställt upp och sponsrat medaljerna till våra morgondagare. Även Storfinansen anser alltså at tden här sortens tävlingar är något att satsa på.
Jag tror på morgondagarna. Utan morgondag och Morgondagare har simklubbarna ingen framtid och ingen annan heller väl?

Sigrid Stiernströmer

Debatt-inlägg 2.

Vad gör distrikten för att öka simverksamheten ute i klubbarna?

Att det kan vara svårt att starta verksamhet på en ort, som inte haft simtradition tidigare, kan jag förstå, men i etablerade klubbar borde det finnas en tradition nog att jobba vidare med.
Det borde finnas simverksamhet i alla svenska bad. Framför allt skall inte distrikten "gå med på" att simverksamheten avstannar eller läggs ner. Det måste finnas simning på klubbnivå i alla svenska bassänger och detta med ett arbete som inte bör ske centralt utan regionalt på distriktsplanet.
Jag tänker inte bara på teknik-skoleverksamheten utan även elitmässigt, från Sum-Sim över junior till elitverksamhet. Det finns många tomma simbassänger i landet där ingen verksamhet sker. Ja nästan hela distrikt är tomma.
Vad har hänt i exempelvis Värmland, ett fint simdistrikt med tradition, som idag inte är med och slåss i toppen. Det finns fler distrikt som saknar simning. Klubbar som S 02, GKKN, ÖSA, Västerås och Linköping, som under många år varit framgångsrika på både ungdoms- och elitsidan, var finns de idag?
Alla kan komma in i kortare downperioder, men inte skall det ta 4-5 år eller mer för att få fram några nya simmare. Här rör det sig om städer med fler än 100.000 invånare. Visserligen har vi fått konkurrens från andra idrotter, men ALLA barn måste lära sig att simma senast i årsklurs 3. Klubbar, kommuner och skolor lär varje år cirka 90.000-95.000 barn att simma. Hur många av dessa kommer vidare in i teknikskolor mer mera?
Här måste klubbarna och distrikten vara mer aktiva. Skall vi i framtiden ha ett brett landslag måste vi som förr kunna rekrytera från hela landet inte bara från några delar av det. Lägg därtill att våra främsta simmare kommer från små orter.

Paul Alfons

Ornitolog i sandlådan

Svenska Simförbundet har skaffat sig en ornitolog till förbundsdirektör. Vem är han? Vi aktiva tränare och ledare som lever med den levande idrotten i simhallar med träning och tävling har endast upplevt denna ornitolog via en artikel i Simsport.

Att vår förbundsdirektör skulle ta klivet ner till vår? "ankdammsnivå" är väl för mycket begärt. Vi menar att när han ändå är ute på tävlingar, SM i Norrköping, Sum-Sim i Umeå och då passa på att bekanta sig med oss i dammen och kanske utbyta lite "kvack-kvack" så han kunde få lite mer inblick i hur det verkligen fungerar på klubbnivån.

Inbillar sig vår förbundsdirektör att föreningar med mellan 2500 - 5500 medlemmar och omsättningar nästan lika stora som Svenska Simförbundet, endast är initiativrika när det gäller att "mygla" bort ogenomtänkta fattade beslut av SSF:s årsmöten, ja då visar det bara att vi fått rätt man i rätt sandlåda.

Vill påpeka att NKK och LASS vid Simmartinget i Borås var föreningar som stöttade förslag till finansiering från klubbarna till Simkommittén för att säkertställa en bredare satsning på de olika landslagen och som då inte enbart seniorsatsning.

Vi var bereddda att gå ännu längre med vår stöttning, dvs att varje förening skulle kunna stå för sina kostnader för resp landslagssimmare.

Vi är alltså inte emot att hjälpa vårt förbund till den finansiering de själva inte mäktar med, men vi tycker sättet att göra det på är felaktigt.

Varför skall föreningar som satsar brett med stor verksamhet av den sk icke tävlingsverksamheten, bestraffas med stora kostnader för något som inte går tillbaka till den typen av verksamhet. Dvs varför skall en babysimförälder betala för Anders Holmertz VM-tävlande? Nej, rimligt är väl att finansieringen skall ske på beräkning av den tävlingsverksamhet varje klubb har. Exempelvis i form av licenser och andra startavgifter som går till förbundets finansiering av landslagssimning.

Detta är inga nya revolutionerande idéer, de har redan debatterats, men av någon anledning försvunnit och sedan ersatts av de ogenomtänkta förslag som årsmötet fattade beslut om.

Men Svenska Simförbundet är kanske rädda för att visa de verkliga relationerna inom simsporten, där antalet tävlingssimmare är en bråkdel av det antal medlemmar som man redovisar till RF. Skulle fler föreningar använda sig av möjligheten att ansluta sin breddverksamhet till Korpen eller Simfrämjandet så skulle det få oönskade effekter är förståeligt. Men då gäller det också att inte fatta beslut som skadar föreningar som satsar hårt på denna verksamhet.

Förbundets del i denna finansiering var enligt förslaget att en ny Resurskommitté skulle ta fram lika mycket nya pengar dvs ca 1 miljon kronor.

FRÅGA - vad händer om den nya kommittén inte lyckas ta fram sin del i avtalet. Betalar då förbundet tillbaka mellanskillnaden?

Svaret är väl troligtvis NEJ. Det går ju bra att utdebitera klubbarna genom att fatta beslut bakåt i tiden och sedan låta klubbarna få besked om fattade beslut i mitten av december, att om en månad ökar vi utdebiteringen från (för NKK) 500 kr till 35.000 kr och för LASS från 500 kr till 55.000 kr.

Om Svenska Simförbundet lägger sin budget 15 december 1990 för 1991 så förstår vi att ni antar att vi i ankdammen gör samma sak, men så är inte fallet, vi bedriver en mer planerad verksamhet än så.

Det finns säkert en hel del lämpliga uttryck för sådana fattade beslut. Vi avstår dock från att försöka hitta ord.

Vi i ankdammen
PA Blomqvist
Norrköpings Kappsimningsklubb
Björn Pettersson
Linköpings ASS

Rekordet höll!

Anders Holmertz världsrekord på 400 m fritt, kort bana, klarade sig med ett nödrop, eller riktigare 8 hundradelar, när Georgio Lamberti simmade i Viareggio, Italien, 1 december förra året. Simmare från flera nationer ställde upp vid rekordgalan. Lamberti simmade 400 m fritt på 3.40.89. Jämför med Anders världsrekord.

	Anders Holmertz	Georgio Lamberti
100 m	53.53	53.22
200 m	1.49.76 (56.23)	1.50.23 (57.01)
300 m	2.45.85 (56.19)	2.46.20 (55.97)
400 m	3.40.81 (54.96)	3.40.89 (54.69)

Övriga resultat:

Herrar

50 m fritt
Halsall, SUI, 22.60
Jacobs, USA, 23.01

100 m fritt
Caron, FRA, 49.35
Jacobs, USA, 49.84

50 m bröst
Minervini, ITA, 28.17

100 m bröst
Minervini, ITA, 1.01.63

100 m fjäril
Lamberti, ITA, 55.22

Damer

50 m fritt
Persi, ITA, 26.11

100 m fritt
Persi, ITA, 56.70

50 m bröst
Dalla Valle, ITA, 32.88

100 m bröst
Dalla Valle, ITA, 1.10.12

400 m fritt
Melchiorri, ITA, 4.11.78

100 m rygg
Vigarani, ITA, 1.03.60
Ureche, ROM, 1.03.78

200 m medley
Tocchini, ITA, 2.16.15

Ett tuffare landslag med Speedo



SVENSKA SIMFÖRBUNDETS NYA SPONSOR

SPEEDO®

EJM-LÄGER 1

11-13 januari 1991

22 simmare hade samlats på Rikspappersskolan i Markaryd för årets första EJM-läger. De bodde i Morkullebyns stugby och ordnade själva frukost. Lunch och middag åts i skolans matsal. Träningen genomfördes i 25 m bassäng med fem banor. Det hann bli fem simpass på drygt 6.000 m i genomsnitt. Simmarna var uppdelade i tre grupper, distans, sprint och special. De genomförde träning på ett utmärkt sätt, konkurrensen var god och stämningen på topp. EJM-lägret blev ett mycket bra läger med bra logi och träning.

Vi passade samtidigt på att vara med påtävlingen Rikspappersskolans Trofé, en tävling som verkligen uppskattades. Det var ett bra arrangemang där ett lokalt rockband svarade för underhållningen bredvid bassängen.

Kvalitén på startfältet var god med i huvudsak Smålands bästa simmare bl a tre landslagssimmare och EJM-kandidaterna fick bra farttträning.

Allt i Markaryd var verkligen toppen, bra logi, utmärkt mat, fina träningsmöjligheter, tillgång till samlingssalar, gymnastiksal etc, så ett stort tack till Rikspappersskolan och Bengt Eklöf.

Många bra resultat presterades på tävlingen. Malin Strömberg vann sin specialgren 100 m fjäril på nytt personbästa, 1.02.55 och 100 m bröst, också det på nytt personbästa, 1.14.55 och hennes tredje seger kom på 200 m medley, 2.23.14. Louise Jöhncke, Järtälla, vann 100 m fritt på 59.68.

Marcus Lundstedt, Södertälje, vann en jämn 100 m fritt fight på 53.22. Zsolt Hegmegi, Jönköping, vann 100 m rygg på 1.00.50, vilket var tre hundradelar bättre än Anders Kroon, Uppsala. Anders kom igen och vann 200 m medley på 2.12.47.

Detta "kick-off" läger fick en mycket fin start med god stämning och en härlig framåtanda. Årets upplaga av juniorlandslaget ser mycket spännande ut och de som var med på detta lyckade läger kommer säkert att göra allt för att även i fortsättningen få tillhöra truppen.

Jag hoppas att detta skall sporra alla andra duktiga ungdomar att ta upp kampen om landslagsplatserna så att vi får ett riktigt slagkraftigt lag vid 8-nationers, J-landskampen mot Danmark och EJM.

Sven-Bertil Mattsson

PS. Det finns verligt fina möjligheter på Rikspappersskolan och Folkhögskolan till utmärkt utbildning kombinerad med simning i en härlig miljö. Verkligen att rekommendera.

Planering mot EJM -91

Följande aktiviteter är planerade för EJM-laget.

* 30-31 mars simmas 8-nationers i Rom med fullt lag, dvs två simmare i varje gren enligt EJM-programmet. Före tävlingen samlas deltagarna på ett förberedande läger i Burlöv med start helgen 23-24 mars. Uttagning sker på JSM i Sundsvall.

* 8-12 maj läger och landskamp mot Danmark i Burlöv. Cirka 30 simmare blir uttagna i huvudsak efter resultat gjord vid JSM.

* 5-7 juli simmas Sum-Sim och EJM-kval i Linköping. Ett cirka fem dagar långt EJM-läger följer direkt efter kvalet, från måndagen den 8 juli och framåt.

Uttagning:

Ettan i varje gren är inkvalad till EJM. Tvåan kan också bli aktuell om denne uppnår en tid bättre än rikttiden, som är förra årets 12:e försökstid till EJM. Målsättningen är att vi skall ha fullt lag till EJM i Antwerpen, Belgien. Det kan också bli aktuellt med fri uttagning.

* Lycka till önskar Sven-Bertil Mattsson

Rikttider för EJM

	Pojkar	Flickor
Frisim		
100 m	53.29	1.00.00
200 m	1.55.82	2.08.99
400 m	4.07.60	4.31.10
1500 m/800 m	16.21.59	9.18.67
4x100 m	3.37.43	4.07.14
4x200 m	8.01.46	8.54.42
Ryggsim		
100 m	1.00.69	1.07.46
200 m	2.09.38	2.24.47
Bröstsim		
100 m	1.06.69	1.15.52
200 m	2.25.98	2.43.06
Fjärilsim		
100 m	58.01	1.05.45
200 m	2.08.31	2.22.86
Medley		
200 m	2.12.56	2.26.38
400 m	4.41.30	5.04.30
4x100 m	4.06.29	4.31.19

Pelle Holmertz
Ny simbas

Efter VM i Perth presenterar simningen ett nytt ansikte utåt. Pelle Holmertz, 31, tar över den tunga posten som ordförande i förbundets simkommitté. I bagaget har han erfarenheter från tiden som elitsimmare - OS-silver på 100 m fritt 1980 - och från sitt arbete som valutahandlare på först SE-banken och numera, Asea Brown Boveri.



Pelle Holmertz på tiden det begav sig.

Från och med nu är det meningen att Simkommittén, SK, skall bli ett mer kompakt och mer handlingskraftig organ än tidigare. Pelle är full av idéer om vad som behöver göras för att svensk simning skall kunna återta en plats närmast under världstoppen.

Det har hänt en hel del på de tio år som gått sedan han själv fanns med i bassängerna. VM i Perth i januari samlade 1400 deltagare från 72 länder. Simsporten växer ute i världen samtidigt som det är osäkert var det nya Tyskland kommer att stå i framtiden. Säkert är däremot att Kina blir att räkna med.

Pelles recept för att Sverige på sikt skall kunna hävda sig bättre är enkelt. **Svensk simning skall söka sina rötter.** "Back to basic" är mottot.

Det handlar om en bas av idealitet och föräldraengagemang och en topp som styr verksamheten med smidighet och handlingskraft.

Han får själv berätta.

Om SK:s nya organisation

- SK har bantats och har färre medlemmar än tidigare. Nytt är också att det räcker med att jag och förbundskaptenen Hans Chrunak är överens för att vi skall vara beslutsmässiga. Förmågan att delegera uppgifter är viktig, liksom förmågan att fatta snabba beslut. Förra SK hade många medlemmar, tog på sig för mycket arbete och blev till sist något av en "stat i staten". Nu är det jag som har sista ordet i ekonomiska frågor, lägger upp strategin, ser till att ha koll på löpande kostnader och håller kontakten med politikerna i Simförbundets styrelse. Förbundskaptenen sköter det dagliga arbetet och kontakterna med de aktiva.

Om sponsoring

- Pengarna börjar komma in i sporten samtidigt som våra egna resurser är knappa. Några av mina uppgifter som SK:s ordförande är att hitta billiga resealternativ för landslaget och att ta beslut om uttagningsprinciperna. Klubbarna vill att vi ska ha stora trupper. Andra tycker att det är just där vi kan spara pengar.
- Tyvärr tror jag att sponsoraktiviteterna kommer att gå ner i framtiden. Jag vet hur informationschefen här på ABB resonerar. Han vill ha garantier för att företagets namn skall synas. Det företag som satsar pengar på sponsoring vill ha något tillbaka. Det är blåögt att tro att någon lägger upp en halv miljon "för att få vara med i kalendern".
- Det gör att vi måste ha en genomtänkt strategi för att komma åt de pengar vi behöver. Vi säljer och kunden har i princip alltid rätt, om det så betyder att vi skall simma i orange badbyxor. Innan vi säljer måste vi självklart veta vad som är vår produkt.

* *Är det 25 man med Colgatetuber framför en kamera?*
* *Ska vi profilera oss som sporten med fräscha, kortklippta ungdomar?*
* *Eller ska Anders Holmertz (enda internationella stjärnan just nu tillsammans med Tommy Werner, men inte släkt med Pelle) vara ansiktet utåt?*

- Smidigast vore det naturligtvis med en sponsor som passar vår profil och som samtidigt är rikstäckande. Arla, ICA, Posten eller Bilspedition är några exempel. Vi lägger ett förbundsläger på en ort där sponsorn har en stor anläggning. Sponsorn står för bassängkostnader. Vi bjuder tillbaka genom att under en av dagarna ha aktiviteter för de anställda och deras familjer. Man kan också tänka sig att barnen får biljetter för att komma och titta på träningarna övriga dagar.
- En sådan lösning skulle passa oss. Samtidigt är jag medveten om att en sponsor idag tänker sig väldigt noga för innan han binder sig till en sport som kan råka ut för dopingskandaler. De avtal vi har idag är reglerade med stora bötesbelopp, som drabbar oss ifall något sådant skulle inträffa.

Forts. från sid 17

Om föräldrar och idealitet

- Svensk tennis och golf har nått sina framgångar på senare år därför att föräldrarna har engagerat sig ideellt i klubbarna. Jag tycker att simningen har tappat där samtidigt som konkurrensen om talangerna har ökat mellan olika sporter. Vi har under det senaste decenniet glömt bort att ta vara på svensk simnings bästa och samtidigt sämst utnyttjade resurs: föräldrar och ideellt arbetande klubbledare. Utan den basen för verksamheten är det svårt att åstadkomma något.

Om vägen från simskola till elit

- Norge har satsat på en smal trupp med 8-10 simmare. Den vägen har man fått fram två bra namn. Men det har kostat lika mycket som hela vår breddverksamhet.
- Finland har, å andra sidan, gått framåt genom att låta de bästa simmarna i Helsingfors träna tillsammans. De tränar ihop men tillhör fortfarande sina gamla klubbar.
- Den finska modellen påminner mycket om de förutsättningar som fanns när jag själv tävlade. Just då fanns en stor grupp duktiga simmare i Östergötland; Pär Arvidsson, Bengt Baron, Gary Andersson, Tina Gustavsson, Lena de Wahl och jag själv. Miljön och klimatet var det rätta. Vi tränade med och tävlade mot varandra.
- Mycket är vunnet om vi på det sättet kan få fram en bredd där de bästa successivt lyfts fram och får förbättrade träningsmöjligheter.

Om besatthet

- Jag har alltid varit väldigt envis och målinriktad, vare sig det nu gällt simning, studier eller arbetet. Idag är jag chef för 13 valutahandlare, de flesta äldre än jag själv och ansvarig för tradingverksamheten inom ABB Treasury Center. En viss grad av självsäkerhet behövs i den här miljön, annars blir man slagpåse.
- Jag är medveten om att det är livsfarligt att överföra sina egna drömmar och ambitioner på andra. Men vi kan ändå utgå från att simmare vill förbättra sig. Den ambitionen måste hållas levande genom att simmaren följs upp kontinuerligt. Det räcker inte att tala om för någon att "om två-tre år kommer du att vara bäst". Mäter man för sällan kan det mycket väl bli så att man springer åt fel håll. Man måste ha folk som bryr sig under de där två-tre viktigaste åren. Och då är vi tillbaka vid det ideella engagemanget.

Om "den gamla goda tiden"

- Det är lätt att tänka tillbaka tio år och tro att allting var bättre då. Det är helt riktigt att toppen på svensk simning då var bredare än någonsin. Men det hängde ihop med att svenska simmare i slutet av 1970-talet tog sig över till USA i allt större utsträckning. Vi som åkte dit utvecklades inte lika mycket som innan, men; vi kunde kombinera träningen med studier och på det sättet förlänga våra karriärer. Det gjorde att vi hade flera generationer simmare igång samtidigt. Vi hade Pär Arvidsson, Bengt Baron, Per Johansson, Thomas Lejdström, Gary Andersson, Peter Berggren, Michael Söderlund, Ann-Sofie Roos, Agneta Mårtensson, jag själv och en bredd som i sin tur gav framgångar i lagkapper.

TRÄNINGSLÄGER

SS Ale
Alingsås SLS
Angered SS
Askim-Frölunda SK
Eksjö SLS
SK Elfsborg
Falköpings SS
Gnosjö SS
Gävle SS
Hellas SoIK
Karlskoga SF
Kungälvs SS
Köping SS
Kanaan SS
Lidköping GoSS
Ludvika SS
Lycksele SS
Lysekils SS
SK Lödde
Lönsboda SS
Malmö SS
Mariestads SS
SS Mora
Mälarhöjden SS
GKK Najaden
S 02
S 77
Sjöbo SS
Smålands Simförbund
Stockholmspolisen
Strömstad SF
Svenska juniorlandslaget
Säffle SS
Söderhamn SS
Tidaholm SS
SK Triton
Uddevalla SF
Vetehiset (Finland)
Örebro Simallians

Samtliga ovannämnda simklubbar reste eller reser med oss på simläger 1989-1990.
Varför inte göra som dem? Res med OLKARESOR på träningsläger till
Danmark, Holland, Jugoslavien m.fl. länder.

OLKA resor

Ring och beställ vår idrottsresekatalog!

Telefon 031-80 55 60
Fax 031-15 66 10

TRÄNINGSLÄGER I SOMMAR!

VAR: RAN- Segervångsbadet i Malmö
50m, 8 banor, minst 26° i vattnet

HOTEL: **SCANDIC HOTEL**
50m från bassängen

PRIS: 362:-/person, helpension inkl. moms

RESA: Flyg med SAS till rabatterat pris
Bangolf, golfbana,
1/2 timme från TIVOLI, BAKKEN, ZOO

BOKA: Tel. 040-23 72 83

SAS SCANDIC HOTEL MALMÖ SOLAR swimwear



SIMKLUBBAR!

Varför inte lägga ett träningsläger i Timrå?
Nära till skidbacke och utmärkta längdspår.

Ring för ytterligare upplysningar.

Vi gör allt för att ert läger skall bli så lyckat som möjligt.

Timrå Fritid
Tel 060-16 31 83

Bornholm

Gudhjem Vandrarhem erbjuder
TRÄNINGSLÄGER.

- Inkvartering i Gudhjems kulturella och konstnärliga centrum.
- Tillgång till fin simhall (bastu, solarium).
- Välsmakande och näringsriktig mat från vår kökschef.
- Det perfekta samt vackra landskapet för löpträning m.m.
- Vi arrangerar utflykter efter önskemål.
- Pris per person med helpension: 165:- kr/dygn.
- Rekvirera brochyrer eller ring till oss och vi pratas vid.

Gudhjem Vandrarhem
3760 Gudhjem
Tel. 009 45 53 98 50 35
Fax 009 45 53 98 56 35

SIMLÄGER

I VILDBJERG FRITIDSCENTER
Tel. 97132533



På centret finns:
Simhall med höj- och sänkbar botten, idrottshall, styrketräningscenter, tennisbanor, friidrottsanläggning, 14 fotbollsplaner, biljard, bordtennis, ridhus, konferensrum, TV-rum, solarier, bastu, 70 bäddar m.m.

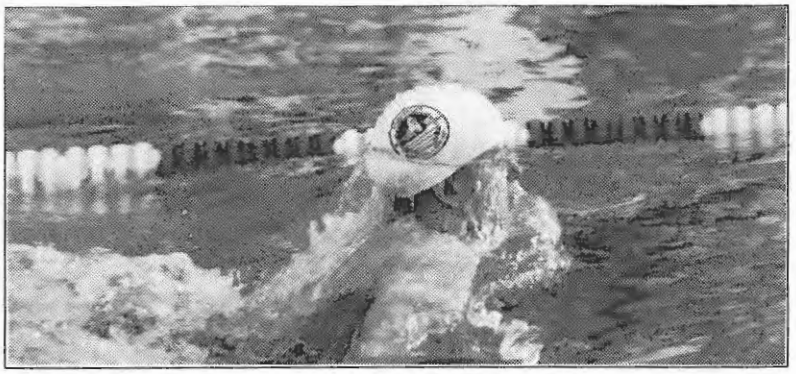
Ni kan också bo på Hotell Vildbjerg, som ligger 150 m från Vildbjerg fritidscenter.
Vi kan erbjuda en vistelse till förmånliga priser och med träningstider som passar Er.

Kontakta:
Janne Touring, Box 54, 380 62 Mörbylånga,
Tel. 0485/41050, som arrangerar ett träningsläger helt efter Era önskemål.

BUSS · TAXI · RESEBYRÅ
JANNE TOURING

HOTEL VILDBJERG
Bredgade 1 · 7480 Vildbjerg
Tlf. 97 13 11 00 · Fax 97 13 34 04

Träna med Anna-Karin



Hej simmarvänner!

Jag skulle ljuga om jag sa att jag var nöjd med Team-SM och VM-kvalet som gick i Göteborg i slutet av november. Alla förberedelser med träning och uppladdning gick åt pipan. Jag missade att komma med till VM i Australien, det stora målet för säsongen.
Frågan om varför det gick som det gick har stötts och blötts fram och tillbaka av alldeles för många dagarna efter Team-SM. Det fanns många olika orsaker, onödiga att dra upp här. Det viktigaste för mig när detta skrivs i januari är att komma tillbaka så snabbt som möjligt igen.
Efter Team-SM var jag ledig ett par veckor, deppade ett tag men sedan fick det vara bra. För en gångs skull fick jag en chans att visa vad jag kunde i skolan och det var bra för de senaste åren har jag haft en frånvaro, på grund av all simning, som inte varit riktigt bra. Jag tog alltså chansen att läsa ikapp en del och det fungerade.
Att missa VM var min första riktiga motgång. Jag vet nu hur det känns och hur jag skall bära mig åt för att undvika att göra om samma misstag. Att försöka ta en motgång på rätt sätt och ta lärdom av de misstag man gjort är något som du också kan tänka på även om du inte simmar SM. Ännu.
Team-SM är nu historia för min del och jag har bestämt mig för att komma tillbaka, men runt årsskiftet ville det sig inte riktigt. Mina simkompisar och jag har haft svårt att få riktig tränarhjälp från kanten och det är något som behövs när man skall komma igång igen. Detta är dock sådant som inte jag tänker engagera mig för mycket i. Det är klubbens sak som ledare och andra vuxna får ta hand om och försöka lösa de problem som uppstår. Det är bara att försöka göra det bästa av situationen och träna så gott det går. Tröttsamt är det i alla fall och det är lätt att tappa motivationen. Därför har det varit tur att jag haft annat skickligt folk omkring mig som stöttat till hundra procent. Hade jag inte haft det vet jag inte hur det hade gått.
Nu blev det till att fira jul hemma i stället, vilket i och för sig var skönt även om jag hellre hade varit i ett varmt och soligt Perth.
VM fick jag se på TV och jag tycker det gick mycket bra för landslaget. När jag såg bilderna från Australien och hörde tider och resultat blev jag givetvis sugen på att få vara med. Så märkvärdiga tider var det inte i damernas bröstsim men det är klart att det är en sak att sitta framför TV:n och vara duktig och en annan sak att vara på plats där det verkligen gäller.
Jag har varit med förut och jag skall tillbaka igen. Det är bara att ge järnet och träna så mycket som möjligt. Gör det du också så hörs vi.

Annakarin

Efter simskolan

När barnen lärt sig simma bröstsim vill de oftast fortsätta med simträningen. Det vi då skall erbjuda är en fortsatt allsidig vattenvane- och kunskapsträning som jag vill kalla "simidrottsskola". Tanken är här att alla våra tusentals småsimmare ska få en varierad, rolig och lockande möjlighet till fortsatt motivation för simidrott, på den nivå som individen själv vill och är lämpad för i framtiden.

Den väg elitsimmaren, (-hopparen, -polospelaren, -konstsimmerskan), måste gå är både lång och krävande. Många börjar, men mycket få fullföljer. Jag tror att fler skulle fortsätta längre på vägen om variationen vore större. Här tror jag att simidrotten har ett eget medel i "konkurrensen" om barn och ungdomar i Sverige.
I början av simningens teknikskola kan de andra simidrotterna komma in "på lek". Senare tror jag att de kan bedrivas "på allvar" med både egenvärde och som komplement till simträningen. Resultatet blir förbättrad uthållighet, styrka, vattenkänsla, koordination, reaktion m m.
Den viktigaste anledningen till att vi fortsätter med en fritidssysselsättning är nog att det är roligt. Jag tror att simidrottsskolning gör verksamheten roligare.
Vi har provat med några grupper i Södertälje och Värnamo under en tid. I Södertälje kommer vi att bygga in simidrottsskolan i hela teknikskoleverksamheten för våra cirka 25 grupper, 300 ungdomar.
- Men, invänder säkert många, vi har inte plats.
Jo, det tror jag. Bara viljan finns. Prova så tror jag ni märker att simmarna kan göra mycket på litet utrymme.
- Men, invänder också andra, då kanske simtalangerna väljer att satsa på polo, hopp och konstsim! Bra, säger jag. I annat fall hade de förmodligen börjat med basket, gymnastik eller någon annan idrott. Nu kanske chansen är större att vi har dem kvar i simklubben.
Tänk vilka positiva problem vi kanske ställs inför med flera hundra ungdomar som vill "bada med oss".

Slutsats: Till våra egna simskolor kommer massor med barn som vill lära sig simma. När vi lärt dem det, vill de fortsätta och lära sig mer. Det får de i våra simidrottsskolor.
Simidrottsskolorna bildar då basen där vi ska hitta våra framtida landslagsdeltagare till alla våra idrotters landslag.

Kan simsporten bli lika stor som fotbollen?

Lasse Torége

OS-Kandidater

I slutet av förra året föreslog Simförbundet Sveriges Olympiska Kommitté, SOK, ett antal aktiva som OS-kandidater 1991.

Dessa var i simhopp Ann-Sofie Rylander och Joakim Andersson, i konstsim Virpi Joki-Hollanti och Nina Holpers i solo och Anna Claesson/Karin Lobenius samt Pernilla Oldentoft/Heidi Kolehmainen i par.
Simningens nye förbundskapten fick redan några månader före tillträdandet i uppdrag att föreslå följande: Louise Karlsson, Helena Åberg, Anna-Karin Persson, Malin Gustavsson, Therese Lundin, Anders Holmertz, Tommy Werner och Lars-Ove Jansson. Dessutom lag på 4x100 m fritt damer och herrar samt 4x200 m fritt herrar.

SOK nominerade följande:

Simhopp: Joakim Andersson
Simning: Anders Holmertz, Tommy Werner samt de tre lagkappslagen.
Av de totalt sju miljoner kronor som SOK beslutat fördela till de olympiska sommaridrotternas förberedelser för 1991 fick simning och simhopp 400.000 kronor.

VÄRLDSCUPEN STARTAR

Hans Chrunaks första uppdrag som förbundskapten blir att lotsa simlandslaget genom världscupen som startar 13 mars. Inte mindre än 46 simmare är nominerade att ingå i landslagstruppen. Alla skall dock inte simma på alla deltävlingar.

Världscupen inleds i Milano 13-14 mars för att sedan simmas i Bonn, 16-17, Malmö 19-20, Rostock 23-24, Leningrad 26-27, Sheffield 29-30 och den avslutas i Victoria, Kanada, den 9-10 april. De simmare som var med på VM i Perth, Australien, kommer endast att simma i Malmö. Till Rostock skickas utmanarna och "USA-simmarna" tävlar i Victoria. Åtta simmare skall skickas till Milano, Bonn, Leningrad och Sheffield medan cirka 25 simmare ställer upp i landslagsmundering i Malmö.

Följande simmare har nominerats: Malin Gustavsson, KSLS, Maria Hellberg, Åkersberga SS, Charlotte Humling, Sandvikens SoHK, Annelie Johansson, Västerås SS, Louise Karlsson, Skäret SS, Helena Kälvehed, SK Korrugal, Anna Lindberg, KSLS, Therese Lundin, S 02, Charlotte Magnusson, Helsingborgs S, Annika Nilsson, KSLS, Malin Nilsson, Malmö KK, Eva Nyberg, Mariestads SS, Camilla Olsson, Malmö KK, Linda Olsson, SK Korrugal, Maria Olsson, SS Mora, Anna-Karin Persson, Kungälvs SS, Veronika Svensson, Ystads SS, Helena Åberg, Helsingborgs S, Andreas Dencker, Jönköpings SS, Rudi Dolimayer, SK Ran, Peter Guldbrand, Skäret SS, Pär Gustavsson, Ängelholms SS, Per Helgesson, Borlänge SS, Anders Holmertz, Spårvägens GoIF, Joakim Holmqvist, Jönköpings SS, Nicklas Håkansson, SPIF, Lars-Ove Jansson, Upsala S, Per Johansson, Borlänge SS, Håkan Karlsson, Karlskrona SS, Jan Karlsson, Malmö KK, Magnus Karlsson, Norrköpings KK, Peter Karlsson, Västerås SS, Magnus Leth SK Poseidon, Fredrik Letzler, Järfälla S, Jonas Lögdberg, Täby Sim, Björn Möller, Malmö KK, Hans-Olov Nilsson, Malmö KK, Stefan Pärlklo, SPIF, Anders Rasmusson, Helsingborgs S, Mats Rasmusson, Helsingborgs S, Göran Sköld, Södertörns SS, Anders Stensson, Upsala S, Jan Stensson, Upsala S, Göran Titus, Karlskrona SS, Christer Wallin, Mölndals ASS, Tommy Werner, Karlskrona SS.

Lite Sum-Sim statistik

Väsbys duktige Sum-Simtränare, Christer Magnusson, har låtit Simsport ta del av en mycket intressant statistik över riksfinalen.

Fig. 1
Procent av poängen. En jämförelse mellan de tre största Sum-Sim distrikten och övriga landet. Skåne är bäst i samtliga åldersklasser, med en klar förskjutning mot de yngre klasserna.

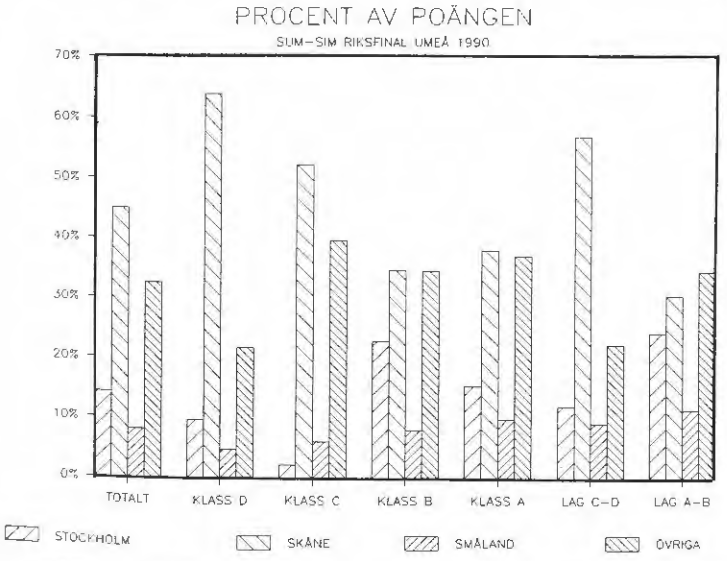


Fig 2.
Landskapens procent av poängen.

PROCENT AV POÄNGEN TOTALT OCH RESP KLASS
SUM-SIM RIKSFINAL I UMEÅ 1990

	TOTALT	KLASS D	KLASS C	KLASS B	KLASS A	LAG C-D	LAG A-B
BLEKINGE	1,1%	0,0%	0,8%	2,1%	1,4%	0,0%	0,0%
BOHUSLÄN	2,6%	5,2%	1,4%	6,1%	0,9%	0,0%	0,9%
DALARNA	3,7%	1,5%	4,5%	0,4%	5,0%	7,2%	5,3%
GOTLAND	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
GÄSTRIKLA	1,1%	2,8%	1,9%	0,4%	1,2%	0,0%	0,0%
GÖTEBORG	2,9%	1,2%	6,8%	5,9%	1,1%	2,2%	0,0%
HALLAND	2,1%	0,0%	3,0%	6,7%	0,3%	2,8%	0,0%
HÄLSINGLA	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
JÄMT/HÄR	1,4%	2,9%	0,2%	2,2%	0,9%	1,9%	0,3%
MEDELPAD	0,3%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
NORRBOTTE	0,3%	0,0%	1,4%	0,0%	0,3%	0,0%	0,0%
NÄRKE	0,3%	0,0%	0,3%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%
SKÅNE	45,1%	63,9%	52,2%	34,6%	37,9%	56,9%	30,3%
SMÅLAND	8,1%	4,8%	6,0%	8,0%	9,8%	9,1%	11,3%
STOCKHOLM	14,2%	9,7%	2,2%	22,8%	15,3%	11,9%	24,1%
SÖDERMANL	2,3%	0,7%	1,0%	1,0%	6,4%	1,3%	0,0%
UPPLAND	6,1%	5,5%	0,1%	1,4%	9,3%	6,9%	15,9%
VÄRMLAND	1,1%	0,0%	0,0%	3,5%	1,8%	0,0%	0,0%
VÄSTERBOT	0,7%	0,0%	0,0%	0,0%	0,6%	0,0%	5,3%
VÄSTERGÖT	1,3%	0,0%	4,0%	0,2%	2,2%	0,0%	0,0%
VÄSTMANLA	2,3%	1,3%	6,6%	0,2%	2,3%	0,0%	3,8%
ÅNGERMANL	0,6%	0,0%	0,0%	3,1%	0,1%	0,0%	0,0%
ÖSTERGÖTL	2,2%	0,6%	6,1%	0,5%	2,6%	0,0%	2,8%

Träningsläger i KUNGSBACKA

2,5 mil söder om Göteborg

Vi kan erbjuda 2 simhallar

Kungsbacka Simhall:
25 m 8 banor
Vattenrutschbanor, bubbelpool och bastu.

Fjärås Simhall:
25 m 6 banor, bastu,
3 km elljusspår, idrottshall samt teorilokaler.

Ring Bengt Edenlind, tel 0300-346 45
för ytterligare upplysningar

FRITID
KUNGSBACKA

Gör som
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
anlita
INTER TOURS
För era resor

Specialist på idrottsresor.
Träningsläger Grekland, Jugoslavien.

INTERTOURS
Döbelnsgatan 56, 113 52 Stockholm
Tel.08-15 95 90, Fax 08-15 95 40

SKARA 1000-ÅRSSTADEN
Välj SKARA
för Ert träningsläger 1991

Vi erbjuder:
- Tempererad 50 metersbassäng
- 16 fyrbäddsstugor utrustade för självhushåll
- Campingplats
- Möjlighet till hårdförläggning

Dessutom:
Gångavstånd till centrum mrd många sevärdheter och nöjen.
8 km till Skara Sommarland och Köpstaden.

Ytterligare upplysningar kan du få genom fritidskontoret i Skara, 532 88 Skara.
Tel.0511-321 93 eller 322 00

VÄLKOMMEN Fritidsnämden

FAGERSTAHALLEN

SIMLÄGER ÅRET RUNT
- Sommartid i utebadet med 50 m bassäng.
- Övrig tid i vår nybyggda simhall med 25 m bassäng.

NYHET
- Båda anläggningarna öppna under sommaren.

VÄLJ BLAND FÖLJANDE ALTERNATIV:
Priserna inkluderar övernattning, frukost, lunch och middag samt 4 timmar träning/dag.

MASSLOGI 155:-/person och dygn
HOTELL från 260:-/ person och dygn

INFORMATION OCH BOKNING:
FAGERSTAHALLEN,
Box 600, 773 01 Fagersta
Tel. 0223/ 442 30

Regeländringar i simning

Internationella simförbundet, FINA, fastställde en rad regeländringar vid sin kongress 3 januari 1991 i Perth. Vad avser simning skall dessa gälla internationellt från och med 3 mars 1991. Helt kort bör följande nämnas vad avser simning:

1. Starten

Endast två startförsök får göras mot tre idag. Dvs efter en "tjuvstart" uppmanas simmarna att inte starta före signalen. Sker detta diskvalificeras simmaren. Om startsignalen inte har getts, utan simmaren startar ändå, plockas denna simmare bort och övriga får starta om. Har startskottet gått, får loppet fortsätta och den som startat för tidigt diskvalificeras.
Den enda ändring som är gjord är alltså att man minskat antalet startförsök med ett.
Vid internationella tävlingar ges inga varningar för felaktig (för tidig) start eller för att man fördröjer starten. Antingen så gör simmarna rätt eller så plockar man bort dem från startlinjen.
Vidare har en tolkning getts av vad det innebär att "stå på bakre delen av startpallen". Detta innebär inte att man ska stå längst bak på pallen. I engelska språket används ordet "the front" som innebär framkant på pallen. Allt där bakom betecknas som bakre delen av pallen.
Denna tolkning kunde lätt iakttas under VM. De flesta simmare flyttade fötterna endast någon centimeter framåt på pallen.

2. Ryggsim

Den stora förändringen avser vändningen. Man behöver ej vidröra väggen med handen eller någon främre del av kroppen. I stället gäller samma regler som vid frisim. Det innebär att man kan volta i god tid före väggen och sedan bara skjuta ifrån med fötterna.
Därvid får man vända över i magläge för att göra vändningen för att åter gå över i rygläge före man skjuter från väggen. Man får inte gå över i magläge och fortsätta simma, utan i och med att man vänder över på mage ska vändningen påbörjas. Volten kan utföras på valfritt sätt t ex med användandet av båda armarna samtidigt (lika vissa frisimmares vändning).
Vid ryggsim skall någon del av simmaren bryta ytan under hela simningen. Dvs man får ej simma under vattnet annat än vid starten och vändningarna. Då ska man ha brutit vattenytan före man passerar 15 m gränsen (från kanten). Detta ska göras med huvudet och inte som tidigare med någon del av kroppen (fötterna!)
För att funktionärer och simmare skall kunna avgöra detta bör tydliga markeringar göras i bassängen. T ex genom att på båda sidorna sätta ut tydliga markeringar, röda koner vilket användes under VM, och/eller att på linorna markera detta.
Vid start och "tjuvstart" i ryggsim finns inget angivet avstånd som man får simma ut till. I stället gäller att man ej ska fördröja starten och det kan ju göras trots att man bara simmar ut en meter. Detta avgörs av tävlingsledaren och startern.

3. Övrigt

Under 1991 kommer en officiell rekordlista för världsrekord i 25 m basäng att upprättas av FINA.
Omega använde sig av en ny modell av startplatta i Perth. Denna angav med full säkerhet alla tjuvstarter och härigenom skedde registrering direkt i resultatlistan. Tidtagningssystemet bestod av sedvanlig helautomatisk Omegaanläggning, för övrigt samma teknik som i Jönköping 1977, med målplattor. Som "backup-system" användes videokameror som i bilden hade integrerad tidangivelse. Detta innebar att funktionärerna inte anlitades vid tidtagningen med klockor eller backup-handtag.
Till sist kan nämnas att FINA inte har egna "age-group"-regler utan SSF får själv bestämma sina regler för ungdomssimningar.

Lars Edstedt

STAY SOFT

en helt ny hudvårdsprodukt för hud som slits eller utsätts för uttorkning.

Stay Soft är en våtduk av bomull större, mjukare och mer hållbar än en vanlig våtservett.
Stay Soft duken är fuktad med en väldokumenterad vätska som återger t ex klor- och solarieuttorkad hud sin naturliga spänst och mjukhet.
Stay Soft dukarna mjukar upp torrsprickor på händer och fötter så att de läker lättare, narig hud på händer och i ansikte behandlas också effektfullt med **Stay Softs** unika vätska.
Stay Soft är en produkt framtagen och perfekt lämpad för simmare, badhusgäster, gymbesökare och solariedyrkare.
Derma-sport har slutit ett avtal med Svenska Simförbundet som ger bonus på försäljning till både klubbar och förbund.
Stay Soft dukarna är förpackade i en återförslutningsbar förpackning ej större än att den ryms i fickan.
Tjäna extra pengar till klubben, sälj **Stay Soft** på badhuset och till simmarna, hjälp Er själva att tjäna en slant enligt nedanstående bonussystem.

Stay Soft levereras i kartong med 4x16 förpackningar i kartong.

1 kartong pris inkl. moms 21:90 per paket
5 -" - 20:30
10 -" - 18:75
20 -" - 17:20
100 -" - 15:60

Rekommenderat pris är **25:-** inkl. moms

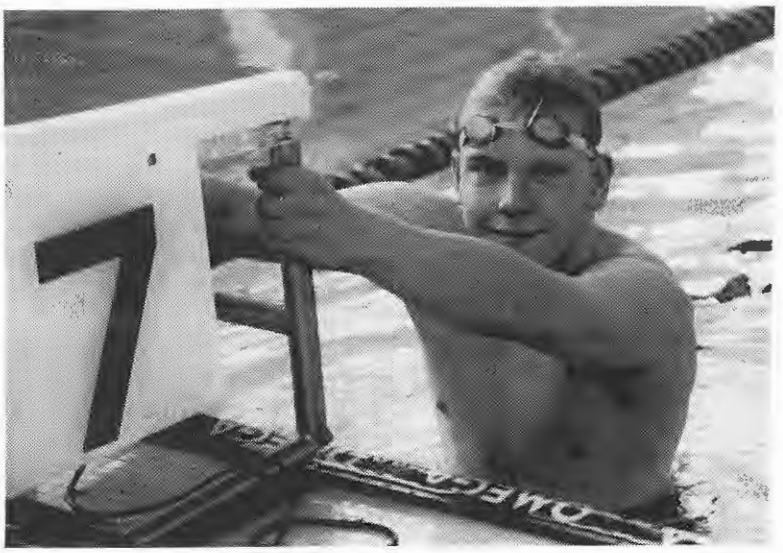
Derma-Sport Helsingborg AB
Box 4020
250 04

Tel. 042-24 43 50

OBS!
Derma Sport meddelar att deras ordertelefon varit ur funktion under större delen av januari varför de som beställt via telefonsvarare bör ringa in sin order igen.

UTMANARNA 1991-1992

Det har nu gått ett och ett halvt år sedan utmanarsatsningen började och resultatet hittills har varit mycket positivt. Två nya stjärnor har fötts i svensk simning, Louise Karlsson och Fredrik Letzler. Båda har fått ett avstamp mot den internationella eliten genom utmanarsatsningen.



Frågorna har varit många och informationen dålig angående utmanarna under hösten, detta på grund av en ansträngd SK-budget samt förbundskaptensbytet. Med hjälp av de nya pengar som kommer SK till del genom föreningarna har nu en lösning och fortsättning för utmanarna spikats. Den nya utmanargruppen kommer att bestå av tio simmare som har potential att kvalificera sig till OS i Barcelona 1992. Med hård internationell matchning, utbildning och träning, vill SK stötta denna exklusiva grupp att bli nya stjärnor i svensk och internationell konkurrens.

Målsättning:

- Att få utmanarsimmare kvalificerade till OS i Barcelona 1991.
- Att matcha utmanarna internationellt.
- Att utbilda utmanarna i träningslära, kost och mental träning.
- Att testa utmanarna regelbundet så att hemmatränaren kan lägga upp träningen på det mest effektiva sättet.
- Att motivera utmanarna till hård träning på hemmaplan.
- Att skapa en teamkänsla.

Det finns givetvis en hel del krav ställda på simmarna i utmanarsatsningen där framförallt träningsviljan och träningsmoralen sätts främst. Om dessa krav uppfylls och simmaren samtidigt visar en stadig förbättring mot internationell seniorstandard kommer simmaren att få vara kvar i satsningen.

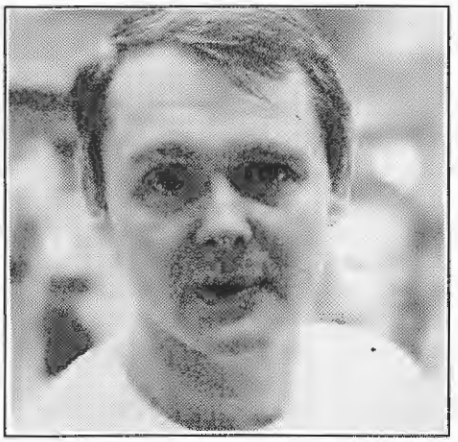
Programmet för utmanargruppen inleddes med ett helgläger 8-10 februari med tester och utbildning.

Sedan ser programmet ut så här:

19-20 mars,	World Cup i Malmö,
23-24 mars,	World Cup i Rostock,
27-29 april,	helgläger med tester och utbildning,
22-30 maj,	träningsläger i Antibes, Frankrike,
31 maj-2 juni,	Internationell tävling, Monaco,
7-9 juni,	7-kullars i Rom men edast med fem utmanare,
ev. 17 juni,	laktattest i Falun,
6-8 september,	helgläger,
25-27 oktober,	helgläger med utbildning och tester,
julen -91,	träningsläger utomlands.

För de EJM-simmare som ingår i utmanarna är programmet något annorlunda.

Ledarstaben för utmanarna består av:
Leif Ericsson, ansvarig, Lennar Gullstrand, tester och utbildning, Anders Norling och Ulf Kaustinen, båda tränare.



I utmanargruppen ingår:
Andrea Bohlin, Växjö SS, Louise Jöhncke, Järfälla S, Magdalena Schulz, Malmö KK, Malin Strömberg, Ystads SS, Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, Lars Frölander, Borlänge SS, Gustav Johansson, SK Neptun, Anders Kroon, Upsala S, Martin Svensson, Jönköpings SS och Conny Wennberg, Väsby SS.

Leif Ericsson

Simkalendern beställer du på tel.08-605 60 00

Nu slutar han - *igen*

Sällan har en man betytt så mycket för så många som velat förstå så lite



Ungefär så kan de fyra senaste åren för simmarnas avgående förbundskapten beskrivas. Lars-Eric Paulsson lämnar landslagssimningen efter VM. Det har varit en period med många förändringar. Simningen har fått en ny struktur. Många ser nu chansen att gå tillbaka till det gamla men ett fåtal har förstått vad "Pålle" menat och höjt målet till något mer än att en svensk skall vinna SM.

Simintresset grundlades i Lisebergsbadet på 40-talet i Göteborg. Snart hamnade du i GKKN och med tiden blev det till och med finalplatser på SM. Redan som tonåring, även om begreppet inte var uppfunnet då, ville du förändra världen. Den ambitionen har inte avtagit med åren.

Från Majornas Högre Allmänna Läroverk kom du till Slöjdföreningen. Du ville bli konstnär. Några tavlor har det väl blivit sedan dess, men då kanske inte sådana att hänga på väggen. I stället blev du utbildad designer, Art Director, och började arbeta med reklam. Det förde dig till Malmö där du på fritiden jobbade som simtränare. Då hade du med dig i bagaget livserfarenhet från sjömanslivet, vattenpolospel i södra Afrika och mycket annat som redan då gett dig en ökad aptit på livet. I Malmö hittade du en ung och äregirig skåning, Gunnar Larsson som tillsammans med dig och en av dina supporters, Birger Buhre, förde svensk simning till nya höjder. Ditt intresse för simträning gjorde att du tog dig till USA för att se och lära. Där träffade du den tidens främste simtränare, Peter Daland. Han delade med sig av sina kunskaper och samtidigt grundlades en vänskap som stått sig väl genom åren. Det visade om inte annat VM i Perth.

Du var en av männen bakom att Malmö blev bästa klubb vid SM 1969 samtidigt som klubben fyllde 100 år. Gunnar Larsson är den störste talang som funnits i ditt stall och med hjälp av din matchning, i USA och med det första simgymnasiet i Klippan som du ledde i ett år, blev det två OS-, ett VM- och tre EM-guld under perioden 1970-1973. Då blev du en världskändis. Det var också då, 1972 när Gunnar tagit sitt första OS-guld, som Birger Buhre lovade göra dig till idrottsminister i Sverige. Undrar hur idrottssverige sett ut idag om du tagit den posten.

Hur din kompetens inte accepterades här hemma och hur du fick jobb som tränare i Sabadell utanför Barcelona och hur du sedan kom tillbaka till Sverige, tränarjobb och eget reklamföretag i Borlänge är egentligen nutidssimhistoria. Där fick du hand om Susanne Ackum, Pelle Wickström inte minst Per "Senan" Johansson.

Så blev det nya OS-, VM- och EM-medaljer. Dina många gånger obekväma åsikter om hur träningen skall skötas gjorde att du blev mer populär utomlands än här hemma. Föreläsningarna blev många ute i världen och det kom bara som en bekräftelse på din kunskap när Rumäniens ansvarige tränare svarade på frågan varför deras damer lyckats så väl i sprintsammanhang:

- Vi har läst din bok.

När din företrädare Claes-Göran Widén lämnade båten efter halva tiden samlade sig dock simmarsverige och erbjöd dig jobbet. Du accepterade och de från början två åren blev fyra.

Det har hänt mycket under dessa år.

Snabbt såg du till att ordförandeposten i simkommittén och landslagschefsjobbet blev ett. Sedan började du förändra svensk simning. Du skapade en lista med tio punkter som så småningom blev elva. Säsongen gjordes om och din vision om två säsonger med splittrade mästerskap har börjat fungera. Ditt träningsrecept bygger på perioder om 6-8 veckors träning följt av större tävlingar. Så fick vi ett kortbane-SM på senhösten. Nu har också den internationella simningen börjat med två säsonger. Ett sprintmästerskap i december på kort bana och ett stort internationellt mästerskap som vanligt i juli/augusti.

Du fick aldrig uppleva den där stora triumfen under dina senaste fyra år som chef för landslaget. Hundradelar skilde dit sprintlag från guld vid EM 1989 och din vilda satsning vid VM på laget pekade bara på att det var guld du var ute efter. Möjligheten fanns men det gick inte riktigt som du tänkt dig. Du har ändå fått vara med om Anders Holmertz internationella genombrott och återigen placerat Sverige på simningens världskarta.

Det är först när simmarvärlden samlas som vi riktigt förstår hur stor du är i simmarkretsar. Du har byggt en plattform för andra att gå vidare från. Även om en del bakåtsträvare nu ser sin chans att gå tillbaka till det gamla där SM är målet så finns det några som vill ta tag i arvet och föra det vidare på sitt sätt. Du har aldrig förnekat att SM i sig skall vara målet för många men du anser samtidigt att det är landslaget i internationella sammanhang som gör det möjligt för svenks simning att leva vidare.

Ditt testamente får vi återkomma till. Du har lovat att spöka för svensk simning i framtiden. Gör det. Du är välkommen. Tack "Pålle" för den här tiden och lycka till som tränare, en kväll i veckan, för Falu SS B-grupp.

Lars-Åke Lindqvist


TOP BRONZE
När det gäller
hudvårdsartiklar
Ring mig när det
gäller simdräkter,
kläder eller hud-
vårdsartiklar.
Tala med mig
eller Matti.
PALESKI SPORT AB
Tegnérsgatan 8
412 52 Göteborg
Tel. 031-16 88 15
031-16 02 74

VM i Perth, Australien,
3-13 januari 1991

VM-Reportage
Foto: Arne Forsell, Bildbyrån
Text: Lars-Åke Lindqvist

Tommy Werners silvermedalj på 100 m fritt innebar att Sverige gjorde sitt bästa VM, placeringsmässigt, sedan starten 1973. Då blev det guld genom Gunnar Larsson och Ulrika Knape. Nu blev det förutom Tommys silver, fem fjärdeplatser, en femteplats och en sjätteplats, allt genom herrsimmarnas försorg. De svenska damerna simmade final i båda frisimslagkapperna. Dessutom blev det flera B-finaler. Joakim Anderssom klarade sig till final på 1 m men tvingades avstå på grund av skada. Några fler finalplatser blev det inte för varken hoppare eller konstsimmare.

Bara negativt

Ingen av de 128 deltagarna vid sim-VM hade intagit förbjudna preparat. Det uppgav arrangörerna som låtit testa 128 deltagare, 88 simmare, 12 hoppare och 28 polospelare. 50 medaljörer fanns bland de testade hos Australian Sports Drug Agency.



Tommy efter loppet på 100 fritt

För svensk del var Tommy Werners silvermedalj på 100 m fritt den ojämförligt bästa prestationen. För Anders Holmertz gick det "snett" redan från början med tanke på hans egna och andras förväntningar. Att bli fyra i världen är dock inte dåligt. Och så många gånger sedan. Först på 200 m fritt, sedan med laget på 4x200 m fritt, på 400 m fritt och till sist med laget på 4x100 m fritt. Dessutom blev han femma på 100 m fritt. Anders är nog världens jämnaste frisimmare. Krutpaketet från Uppsala, Lars-Ove Jansson, kom från ingenstans och slog en hel värld med häpnad genom att bli, just det, fyra på 50 m fritt. Jan Bidrman gjorde sitt sista? stora intenationella mästerskap. På 400 m medley tog han sig till B-final, där han strök sig, efter svenskt rekord, 4.23.04. På 200 m medley var han fyra hundradelar från sitt svenska rekord när han blev sexa i finalen med 2.03.09. Jan simmade också i laget på 4x200 m fritt som blev fyra.

De svenska damerna simmade final i båda frisimslagkapperna. På 4x100 m blev laget sjua, 3.50.97, nästan en halv sekund sämre än i försöken och på dubbla distansen blev det sexa, 8.18.10. Dessutom blev det flera B-finaler, där Malin Nilsson förbättrade sina personliga rekord vid ett par tillfällen och Louise Karlsson gjorde samma sak på 50 m fritt med två hundradelar.

Första dagen

För simmarnas del inleddes VM med damernas 100 m fritt. Eva Nyberg hade några dagar före start klagat på magont och därför lagts in på Perth Memorial Hospital. Hon skrevs ut när VM började men kunde inte simma.

Annika Nilsson fick därför ensam representera Sverige på 100 m fritt. Hon greps av stundens allvar och simmade nästan en sekund över personbästa med 59.17 och 26:e plats.

Catherine Plewinski hade i försöken simmat på 55.61, enda under 56 sekunder. I finalen blev det en jämn fight. Fransyskan var snabbast iväg igen och vände vid 50 på 26.22. Den hårda farten tog ut sin rätt och hon orkade inte riktigt de sista metema. USA:s Nicole Haislett vann, 55.17, före Plewinski, 55.31 med Kinas Yong Zhuang på tredje plats.

På herrarnas 100 m bröst fick världen se en ny stjärna. Ungerns Norbert Rozsa kom från 109 plats på världsrankingen till finalen med ett tangerat världsrekord, 1.01.49. Det förbättrade han i finalen till 1.01.45. Storbritanniens Adrian Moorhouse försökte men var en tiondel efter i hela loppet och fick 1.01.58. Italiens Gianni Minervini var tvåa efter halva loppet och slutade trea, 1.01.74.

Efteråt förklarade Rozsa utvecklingen med att hans tränare Tamas Szechy, infört nya metoder i träningen. Nu är det bara simning som gäller, mycket simning, upp till 25.000 meter vissa dagar.

VM var hans första internationella mästerskap och Rozsas bästa notering före VM var en femteplats på öppna brittiska mästerskapen.

Dåligt skämt

När Tommy Werner kom tillbaka till hotellet efter triumfen på 100 m fritt väntade uppvaktning av olika slag. Gratulanterna var många. Samtalen från Sverige, tidningar, radiostationer, anhöriga och vänner, stod på kö och i hotellreceptionen låg ett meddelande från Sveriges statsminister: "Call immediately, Ingvar Karlsson, Prime Minister, Sweden", och ett telefonnummer. Det tyckte vi alla var kul och inte särskilt konstigt då statsministern är idrottsintresserad fastän han håller på Elfsborg i fotboll. Tommy ringde upp och fick så småningom veta från regeringskansliet i Stockholm att det måste vara ett skämt. Ett dåligt sådant tycker vi andra.

I 399 meter jublade hemmapubliken när damerna simmade 400 m medley. Australiens 16-åriga Hayley Lewis ledde vid 100 m, var sekunden efter USA:s Summer Sanders vid 200 m och låg trea vid 300 m då Kinas Lin Li också simmat förbi. Janet Evans, USA, hade egentligen aldrig med täten att göra. Inför sista frisimslängden låg de tre främsta på linje och när Lewis gjorde en tempoväxling växte publikjublet. Sanders fick ge sig och Lewis och Li satte handen i målplattan samtidigt. Nästan. Jublet dog först ut när scoreboarden visade att Lin Li vunnit med en hundradel, 4.41.45. Sedan växte det i styrka igen när Australien fick sin första medalj.

Christer Wallin var 23 hundradelar från B-finalen när han simmade 200 m fritt på 1.51.92. Danmarks Franz Mortensen tog sista finalplatsen. Norges Jarl Inge Melberg var 18 hundradelar bakom Christer.

Anders Holmertz hade näst bästa tid efter försöken, 1.49.39, men var allt annat än nöjd. Han klagade på att det kändes stelt och trögt att simma och var allmänt irriterad. Doug Gjertsen var snabbast på förmiddagen med sina 1.48.58.

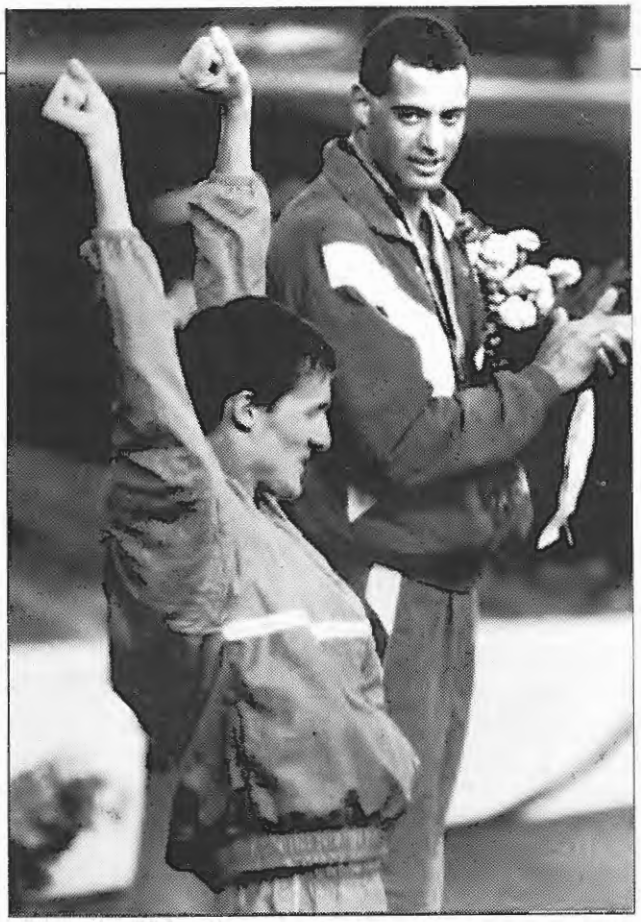
I finalen öppnade Anders på 25.11, två hundradelar snabbare än Lamberti, Italien. Vid 100 meter hade Anders ökat ledningen något 52.28 mot 52.42. Sedan tog simningen slut och Anders började slugga. Han missade vändningen vid 150 m och när sedan Lamberti växlade fart kunde Anders inte svara. En kämpande Holmertz tappade fart. Artur Wojdat, Polen, som var en sekund bakom Anders vid 150 m tog sig förbi på sista längden tillsammans med Tysklands Steffen Zesner och Anders blev fyra. Tidema blev för Lamberti, 1.47.27, Zesner, 1.48.28, Wojdat, 1.48.70, Anders Holmertz, 1.49.05, nästan två sekunder över personbästa.

Georgio Lamberti berättade efteråt:

- Jag hade inte väntat mig det resultatet men hoppades vinna inför alla dessa människor. Detta är den största tävlingen så att vinna VM känns bättre än att sätta världsrekord. Det här är det bästa som hänt mig i min simkarriär.

USA:s Nicole Haislett fick snabbt känna av hur kort avståndet är mellan hjälte och "skurk". Efter guldet på 100 m fritt simmade hon andrasträckan i laget på 4x200 m fritt. Whitney Hedgepeth hade tagit ledningen, 2.00.37 men Nicole hade för brått i vattnet och växlade över med sju hundradelar. Laget diskades. Tyskland vann, 8.02.56.

I försöken hade Malin Gustavsson, 2.04.80, Helena Kälvehed, 2.04.92, Malin Nilsson, 2.05.40 och Annika Nilsson, 2.07.77, blivit sjua före Norge, Mexico och Indonesien med 8.22.89. I finalen klättrade de upp ett steg efter diskningen. Då simmade de också fortare med ordningen Malin Nilsson, 2.03.74, Malin Gustavsson, 2.04.08, Annika Nilsson, 2.05.67 och Helena Kälvehed, 2.04.61. Det blev 8.18.10 och Norge besegrades igen. Danmark tog en bronsmedlaj genom Gitta Jensen, Berit Puggard, Annette Poulsen och Mette Jacobsen som var snabbast av alla med sina 1.59.66.



Tommy Werner sträcker armarna i luften efter silver på 100 fritt. Matt Biondi, segraren, applåderar

Andra dagen

Tysklands Michael Gross gjorde comeback på 100 m fjäril. Både han och Matt Biondi, USA, fanns i startfältet. Där fanns också Surinams Anthony Nesty, guldmedaljör från OS. Gross öppnade i ett rasande tempo och vände vid 50 m på 24.74. Han behöll ledningen ända fram till målgång där Nesty lyckades bättre med isättningen och vann, 53.29 före Gross, 53.31. Biodi slutade sexa, 53.97.

Malin Nilsson tog sig till B-final på 200 m fritt med 2.03.88, nio tiondelar över personbästa. Malin Gustavsson var inte alls i form och slutade på 21:a plats med 2.05.76. I B-finalen gick det inte lika bra för Nilssons Malin. Hon blev sexa med 2.04.53.

Danmark tog sin andra bronsmedalj genom Mette Jacobsen, 2.00.93. Australien fick sin första världsmästare då Hayley Lewis tog sin andra medalj när hon vann 200 m fritt på 2.00.48. Janet Evans tog silvret med 2.00.67.

Jan Bidrman fick en perfekt start i tredje försöksheatet. Han tog chansen på sitt sista stora mästerskap och gick säkert till final på 400 m medley. 4.23.04 var också svenskt rekord och Jan var mycket nöjd. Vid 100 m hade han 59.30, vid 200 m 2.06.66 och vid 300 m 3.21.01.

Eftersom Fredrik Letzler insjuknat inför 4x200 m fritt behövdes Jan i laget och strök sig därför till finalen på 400 m medley.

VM:s första världsrekord kom på 400 medley genom Tamas Darnyi, Ungern och 4.12.36. Han hade själv det gamla men berättade efteråt att han var förvånad att han hade kunnat kapa så mycket, 2.39 sekunder.

Damernas 200 m bröst orsakade inte någon större upphetsning. Sovjets Elena Volkova vann, 2.29.53. Två tyskor fanns med i finalen men till skillnad från tidigare internationella mästerskap blev de inte etta och tvåa. Australien tog en ny medalj då Linley Frame blev tvåa på 2.30.02. Jana Doerries, Tyskland tog bronset, 2.30.14.

I försöken på 4x200 m fritt hade Christer Wallin satt nytt personligt rekord med 1.50.92. Sverige tog sig som fjärde lag till final med 7.25.63. De övriga i laget simmade

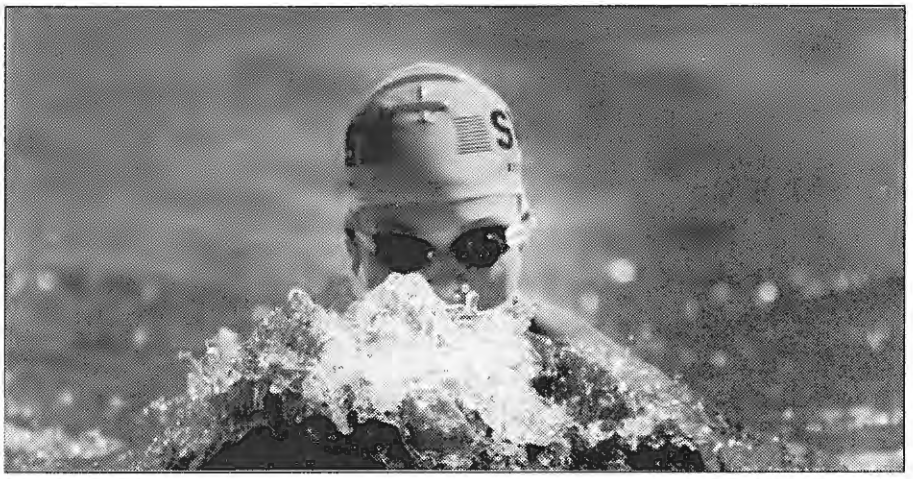
VM till Rom

Det blir Rom som får arrangera de sjunde världsmästerskapen i simning, simhopp, konstsim och vatenpolo 1994. Det meddelade FINA:s president Mustapha Larfaoui den 5 januari i Perth. Övriga kandidater var Aten och Bonn.

på: Hans-Olov Nilsson, 1.54.17, Jan Bidrman, 1.52.63, Anders Holmertz, 1.47.91. Tommy Werner stod över och några fler fanns inte att tillgå.
I finalen gjorde Christer Wallin en ännu bättre simning och blev tredje svensk under 1.50. När han lämnade över till Tommy Werner efter 1.49.79 låg Sverige fyra. Tommy gjorde sin bästa simning på mycket länge på 200 m och växlade efter 1.48.22 då han fört upp Sverige till tredje plats bakom Tyskland och USA. Jan Bidrman tog över, simmade utmärkt i drygt 150 meter men orkade inte tempt riktigt utan fick på sträckan 1.52.63, samma som i försöken och Sverige var fyra igen, 32 hundradelar bakom Italien. Anders Holmertz dök i och fick jaga. Han var ute på 50.74, klart snabbast av alla. Den hårda öppningen kostade. Anders noterades för 1.47.46, tredje snabbaste tiden av alla men det räckte inte. Sverige blev fyra med svenskt rekord, 7.18.10. Tyskland vann, 7.13.50, före USA, 7.14.87 och Italien, 7.17.18.
Michael Gross i tyska laget var mer än nöjd efteråt:
- Det är fantastiskt att bli världsmästare på 4x200 m fritt. Jag har siktat mot det sedan 1984. Då förlorade vi med 4 hundradelar och 1986 med 5 hundradelar. Nu vann vi.

Tredje dagen

Malin Nilsson blev fyra i första heatet på 400 m fritt med personligt rekord, 4.20.48. Det räckte till B-final, där hon blev fyra och förbättrade sin tid ytterligare, 4.18.02. Janet Evans tog sitt första guld när hon vann på 4.08.63. Norges Irene Dalby blev fyra med 4.12.32.
Både Tommy Werner och Anders Holmertz tog sig till final på 100 m fritt. Tommy som trea med 50.35 och Anders som fyra med 50.37. I finalen blev det tuffare.
Store Matt Biondi var bäst iväg men Tommy följde som en skugga. Redan i starten tog han chansen och dök i något snett för att kunna surfa med på Biondis stora våg. Vid 50 m vände Biondi på 23.36 med Tommy som tvåa, 24.10. Anders var sjua med sina 24.29.
Efter vändningen närmade sig Tommy Matt Biondi. Biondi hade på sista femtio 25.42 mot Tommys 25.13. I mål skilde 45 hundradelar. Biondi fick 49.18 och Tommy tog silvret, Sveriges bästa placering sedan VM-starten 1973, med 49.63. Giorgio Lamberti blev bronsmedaljör med 50.22. Även om 49.63 är tre hundradelar över Tommys svenska rekord så är han mer



Luise Karlsson

nöjd med VM-tiden än den handknäppta tiden från Landskrona den 2 augusti 1990.
- Det här kändes skönt. Jag tittade nog på tavlan tio-elva gånger för att vara säker. Detta är den största triumfen i mitt liv och jag kan bara säga att allt stämt under uppladdningen. Efter min insats i laget visste jag att jag var i form. Det har snackats så mycket sedan SM i somras så det har varit jobbigt. Jag har alltid haft full förståelse för "Pålles" agerande även om vi inte alltid varit överens men jag tog avstängningen från Europacupen som en anledning till att jobba ännu hårdare inför VM. Det känns skönt att få det här beskedet.
Ryggsimmarna gick i vattnet utan svenskt deltagande. Ungerns damer tog dubbelt på 100 m genom Krisztina Egerszegi, 1.01.78 och Tunde Szabo, 1.01.98. Herrarnas 200 m rygg gav Spanien dess första medlaj genom Martin Lopez Zubero, 1.59.52.
De svenska damernas andra finalplats kom på 4x100 m fritt. I försöken simmadeHelena Kälvehed, 58.18, personligt rekord, Louise Karlsson, 56.73, Malin Gustavsson, 57.98 och Eva Nyberg, 57.64. 3.50.53 var femte bästa tid till final. I finalen tog USA revansch för diskningen och vann, 3.43.26. Svenskorna slutade på sjunde plats med 3.50.97, något sämre än i försöken. Laguppställningen var densamma och de simmade på 58.15, personbästa igen, 56.92, 57.77 och 58.13.

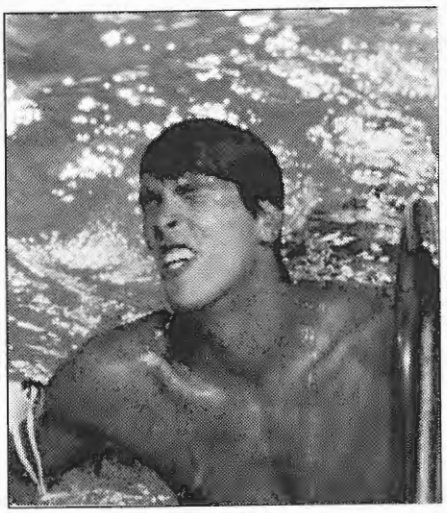
Fjärde dagen

Hans-Olov Nilsson kände sig inte riktigt frisk och simmade inte 400 m fritt. Anders Holmertz tog sig till final som åttonde och siste man med 3.53.17.
I finalen gjorde han en stark insats. Simmade första hundra på 56.27 och vände som etta. Vid 200 m var han nio



Malin Nilsson forsar fram.

hundradelar bakom tysken Joerg Hoffman med 1.54.42. Anders svårighet att växla tempo gjorde att han tappade mot de andra i fältet och vid 300 m var han passerad också av Artur Wojdat, 2.52.27. Anders vände på 2.52.52.
Hoffman låg först efter 2.51.57. Inför sista längden skilde bara några meter mellan de fyra främsta. Ren viljesimning gjorde att Anders var med i täten men resultattavlan visade att Anders Holmertz nått en ny fjärdeplats, 3.49.72, fem hundradelar från bronset.
Joerg Hoffmann vann, 3.48.04, före Stefan Pfeiffer, 3.48.86 och Artur Wojdat, 3.49.67.
Therese Lundin blev 18:e flicka på 100 m fjäril med 1.03.47. Kina tog dubbelt i finalen genom Hong Qian, 59.68 och Ziaohong Wang, 59.81. Catherine Plewinski tog sin andra medalj, ett brons, med 59.88.
Herrarnas 200 m bröst blev en giganternas kamp. Mike Barrowman, USA, var snabbast iväg och vände vid 100 m på 1.03.19, tätt följd av Norbert Rozsa, 1.03.87 och Nick Gillingham, Storbritannien, 1.04.12. Tempot var mycket högt och pekade mot världrekord. Barrowman hade en fantastisk slutspurt och vann på 2.11.23, världsrekord med tre tiondelar. Rozsa tog silvret med 2.12.03 och Gillingham blev trea med 2.13.12. Efteråt var Mike Barrowman mest förvånad.
- Jag har aldrig känt mig så dålig inför ett lopp. Min tränare tjatade efter försöken om att det gäller att vilja och det var vilja det handlade om. Jag hade ont i hela kroppen innan start och fick simma på vilja. Det enda jag ville var att vinna och det hade inte gjort något om det gått på 2.35. Det viktigaste för mig var att vinna. Så blev det världsrekord.
En härligt satsande Louise Karlsson debuterade individuellt i stora sammanhang med 1.11.98 på 100 m bröst och en plats i B-finalen. Där förbättrade hon sig med en tiondel och slutade fyra. Bäst i försöken var Australiens Linley Frame, 1.09.29 och hon lovade direkt efter målgång att simma ännu fortare i finalen. Det gjorde hon också. Hon bjöd på en härlig uppvisning inför en jublande hemmapublik när hon vann på 1.08.81.
Fredrik Letzler hade frisknat till lagom till 4x100 m fritt och simmade i laget som blev sexa i försöken. Håkan Karlsson inledde, 50.64, Per Johansson simmade på 49.97, Fredrik Letzler fick 51.49 och Lars-Ove Jansson avsutade med 50.00. Diskussionen blev sedan livlig i landslagsledningen om hur finallaget skulle se ut. Till skillnad från laget på 4x200 m fritt så fanns det nu för många simmare att välja mellan. Så småningom blev det klart vilka fyra som skulle simma och själva startordningen kvarstod. Nya diskussioner med simmarna och när det var dags för start var siktet inställt på guld. USA var inte omöjligt att ta om allt stämde. Nu gjorde det inte det. Förbundskapten Lars-Eric Paulsson tog en chans men orutinen hos startmannen Lars-Ove Jansson gjorde att de andra tre i laget aldrig fick sina chanser. Med Lars-Oves 51.61 kom laget redan från början utanför händelsernas centrum och var chanslösa. Den där riktiga kontakten med täten uteblev och från bana sju fick de svenske göra sitt eget lopp. Per Johansson simmade något sämre än i försöken, 50.14, Anders Holmertz försökte med 49.58 och fastän Tommy Werner gjorde 49.10 blev Sverige fyra igen, 3.20.43.
USA vann, 3.17.15, Matt Biondi simmade sista på 48.27, före Tyskland, 3.18.88 och Sovjetunionen, 3.18.97.
Malin Nilsson var också i vattnet denna dag då hon simmade försök på 800 m fritt där hon blev 18:e flicka och sist med 9.10.37. Finalen vanns av Janet Evans, USA, 8.24.05 och Irene Dalby, Norge, blev fyra, 8.32.55



En besviken Anders efter 4:e platserna



Lars-Ove Jansson

Arrangörsmiss

VM i Perth blev en fullträff som arrangemang. En perfekt anläggning, glada, vänliga och effektiva funktionärer, härligt klimat som inbjöd till fest, fullsatta läktare varje simpass och den speciella känslan "down under", gjorde att missen med priset till bäste deltagare får skyllas på internationella förbundet, FINA. De delade ut priset den fantastiska avslutningskvällen till Ausraliens Hayley Lewis under publikens jubel. Dagen efter visade det sig att det var Ungerns Tamas Darnyi, som skulle haft det. Han fick det också så småningom.

Femte dagen

Jan Bidrman ville satsa allt på 200 m medley och strök sig därför på 200 m fjäril. Christer Wallin blev 24:a i försöken med 2.05.80.
I finalen gjorde Michael Gross en bejublad uppvisning i sina gamla badbyxor från 1986. Han ledde klart vid 100 m, 54.86, före USA:s Melvin Stewart, 55.60. Gross hårda öppningsfart pekade mot världsrekord och det fanns nog ingen i publiken som inte önskade honom det. Det fanns mycket hjärta med under hela VM och Michael Gross uppträdande runt bassängen gav honom de flestas sympati. Vid 150 m var han fortfarande i ledningen men nu mycket trött. Stewart närmade sig och var efter vändningen bara några tiondelar bakom. När tio meter var kvar att simma låg de båda lika. Stewart hämtade extra krafter någonstans ifrån samtidigt som Gross såg ut att stå still i vattnet. Det blev mycket riktigt världsrekord då Melvin Stewart vann på 1.55.69, före Gross, 1.56.78. Michael Gross tog sin elfte VM-medalj, de flesta någonsin av någon.
På damernas 200 m medley hamnade Helena Kälvehed precis utanför B-final då hon blev 17:e med 2.22.55. Malin Gustavsson blev 19:e med 2.23.52. Kinesiskan Lin Li tog sin andra guldmedalj

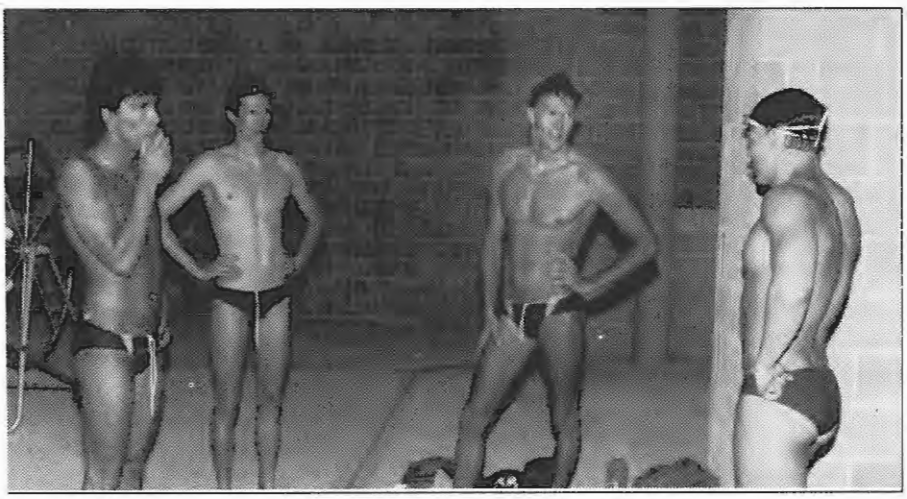
genom att vinna på 2.13.40.
Lars-Ove Jansson kom snabbt över "missen" i laget på 4x100 m fritt. Han hade tagit sig till final på 50 m fritt som sjunde man med 22.99 i sitt första stora mästerskap. Bredvid sig hade han i finalen Gennadiy Prigoda, Sovjet. Lars-Ove tog chansen när starten gick och hängde på. Han borrade ner huvudet i vattnet och gav allt. När han tittade upp efter målgång såg han till sin egen och många andras förvåning att han blivit fyra på 22.75. USA:s Tom Jager vann på 22.16 före Biondi som fick 22.26. Trea blev just Prigoda med 22.62. Göran Titus var elva efter försöken med 23.20 och blev tvåa i B-finalen med 23.06.
Herrarnas 100 m rygg simmades utan svenskt deltagande och Jeff Rouse såg till att USA fick ännu en medalj när han vann på 55.23.
Damernas 4x100 m medley har dominerats av Östtyskland men ett enat Tyskland nådde "bara" en bronsplats. Australiens lag bjöd länge publiken på hopp och fest, särskilt efter två sträckor då de ledde. Forhoppningen om guld stod sig över tredje sträckan då marginalen till USA var en knapp sekund. Då dök Nicole Haislett i för USA och avgjorde med smått fantastiska 54.76. Sluttiden blev för USA 4.06.51 mot Australiens 4.08.04 och Tyskland fick 4.10.50.

Sjätte dagen

Therese Lundin nådde 17:e plats med 2.17.91 på 200 m fjäril, precis utanför B-final. När hon kom till finalerna för att titta på som åskådare fick landslagsledningen veta att en strykning gjorde att hon kunde starta. Det ville Therese gärna göra men eftersom hon var oförberedd tyckte Lars-Eric Paulsson att hon skulle låta bli. Arrangörerna hade missat att meddela svenskarna i tid om strykningen och Therese gjorde sitt sista lopp, detta VM, i försöken. Finalen vanns av Summer Sanders på 2.09.24 och Mette Jacobsen, som var tvåa i 150 meter slutade femma, 2.11.88.
Jan Bidrman hade tagit sig till final på 200 m medley med säkra 2.03.43. I finalen fick han och alla andra se en uppvisning av Ungerns Tamas Darnyi när han blev förste man under två minuter. Darnyis sträcktider blev 26.84, 56.80, 1.31.65, 1.59.36. Jan slutade sexa efter 26.61, 57.73, 1.33.63 och 2.03.09, bara fyra hundradelar från det egna svenska rekordet.
Louise Karlsson förbättrade sitt personliga rekord på 50 m fritt med två hundradelar när hon i försöken klarade en plats i B-finalen på 50 m fritt, 26.62. I B-finalen gick det någon långsammare när Louise blev sexa med 26.83. Kinas Yong Zhuang vann sprintfinalen på 25.47.
Ännu en gång blev 1500 m fritt en stor final på ett stort mästerskap. Redan efter ett par hundra meter fanns en trio i täten. Tyskarna Joerg Hoffmann och Stefan Pfeiffer kämpade med Australiens Kieren Perkins om ledningen. Ganska snart stod det också klart att det inte bara handlade om en segertid under 15 minuter utan om alla tre skulle klara det. Efter 600 meter var Hoffmann och Perkins sida vid sida med Pfeiffer några meter bakom. Den ställningen höll i sig till 50 meter före mål. Då satte Hoffmann in ett ryck och Perkins orkade inte svara. Alla tre medaljörerna kom också i mål under femton minuter. Joerg Hoffmann vann, 14.50.36, världsrekord, Kieren Perkins blev tvåa, 14.50.58 också det under Salnikovs gamla världsrekord och Stefan Pfeffer blev trea med 14.59.34.
Krisztina Egerszegi tog ännu en guldmedalj. Nu på 200 m rygg och i skuggan av det fantastiska 1500 metersloppet. Hon vann på 2.09.15.
Sin vana trogen hade det tyska medleylaget klätt ut sig inför start. Nu marcherade de in till publikens jubel utklädda till Australiens djurrike. Bakom koalabjörn, känguru, emu och wombat gömde sig Frank Hoffmeister, Christian Poswiat, Michael Gross och Dirk Richter. Det hjälpte inte. Mot USA fanns inte mycket att sätta emot. De vann på 3.39.66 före Sovjet, där Volkov simmade bröstsimmet på 1.00.74 vilket ledde till 3.40.41 och Tyskarna tog bronset med 3.42.13. Men de bjöd publiken på fest.
Det blev ett bra VM. Även för svensk del. Någon sa efteråt att USA tog flest förstaplatser, Tyskland flest andra, Sovjet flest tredje och Sverige flest fjärde. Vi har inte sammanställt någon statistik men nationspoängen placerade de svenska damerna på 13:e plats och herrarna på 8:e. Sammanlagt blev Sverige nionde nation med 207.5 poäng. En journalist från Kina frågade på väg från Perths Superdrome när VM var slut hur många människor det bor i Sverige. När han efter många förtydliganden fått klart för sig att det handlade om drygt åtta miljoner frågade han:
- Hur kan ni få fram så många bra simmare, bordtennis och tennisspelare med så lite folk?
Jag hade inget svar.



Jan Bidrman



Lagkapp 4x100 fritt. Besvikna svenskar efter loppet, fr.v. Anders Holmertz, Tommy Werner, Per Johansson och Lars-Ove Jansson.

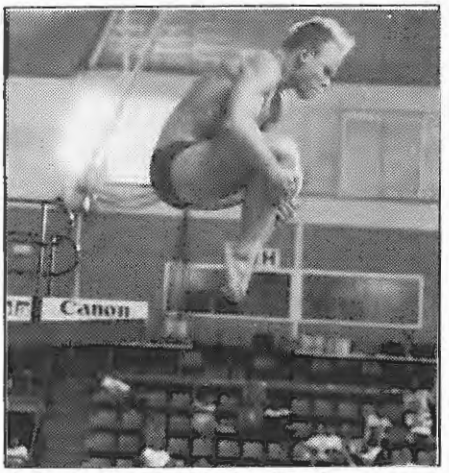
Mer om VM i nästa nummer med Långdistans, analyser, kringreportage och fler bilder.

VM, simhopp

... så nära, men ändå så långt borta.

Ann-Sofie Rylander, Joakim Andersson samt undertecknad hade förmånen att representera Sverige vid simhoppsdelen av detta stora VM-arrangemang. VM är kanske det allra största man kan uppleva inom simidrotten, men skall samtidigt ses som en del av en långsiktig inriktning för de svenska seniorlandslagshopparna, där Fiffis och Jockes erfarenheter väl kan tas tillvara bl a inför - 91 års stora mål, EM i Aten under augusti månad, där jag hoppas på en trupp på 4-6 aktiva. Fiffi blev nominerad till VM genom tidigare goda insatser - och kanske särskilt efter den senaste sommaren, med bl a en tredje plats vid Swedish Cup och finalplaceringar vid int. tävlingar i Bolzano. Jockes nominering är också ett resultat från sommarens int. framgångar, som han dessutom fortsatte med under hösten.

Organisatoriskt, gissar jag, att detta VM-arrangemang måste vara ett av de bäst genomförda någonsin. Mycket professionellt. Simhoppsdelen var inomhus. Konstigt tycker kanske en del. Om jag då säger att ca 45 min sol per dag i Perthvädret var tillräckligt samt att det varje eftermiddag svepte in en lätt bris över staden, som får sommarvindar i Skövde och Jönköping att hamna i lä, förstår man varför.
Många hoppare från många länder deltog. Nordkorea och Indonesien var för mig nya nationer.
Tävlingarna var mycket varierande. Ibland toppenhoppning och i nästa stund "ofattbart" många missar. Nästan en karaktär av vad som händer på nationella ungdomstävlingar. På ett sätt intressant. På damsidan deltog Fiffi på samtliga höjder. 10 m var hennes "kvalificeringshöjd", men att därutöver hoppa både 1 och 3 m



Joakom Andersson **Foto:** *Arne Forsell*

svikthopp innebär ju ännu mer tävlingsrutin - när man ändå är på plats.
Jämfört med i somras höll Fiffi en lägre nivå i sin hoppning - totalt. Hennes obligatoriska hopp höll bra kvalité - och på 10 m speciellt - fanns det förbättringar, framförallt i nedslag. Däremot var den valfria avdelningen genomgående ojämn, vilket direkt framkom under tävlingarna. Fiffis "bästa" gren blev 1 m svikthopp - där hon hade en del hopp med 7-7• och även enstaka 8:or. Oavsett hennes slutresultat vet jag att hon gjort sitt bästa.
Kinas flickor var, som vanligt, i toppen, men inte med riktigt samma precision som tidigare. Kanske en tillfällighet. Därutöver var det många hoppare som fanns med i toppen. Nordkorea överraskade med en 10-metersflicka, som var lite ojämn under tävling, men hade en hoppning som i många fall överträffade Kinas flickor, även i nedslag. Ryskor, tyskor, en tjeckiska här, en amerikanska där hoppade upp sig och ville vara med att slåss om medaljer. De amerikanska flickorna höll en ovanligt låg profil, utöver medaljörerna Wendy Williams och Wendy Lucero, som båda också har "utstrålning".
De australiska flickorna, hopparna i allmänhet, lyckades genomgående mycket bra och blir säkert än mer starka inför OS-92.
Jocke hoppade på herrsidan 1 och 3 m svikthopp. Den nyinförda VM-grenen 1 m var man lite nyfiken på. Efter endast några få 1 m-tävlingar på int. seniornivå de senaste tre åren trodde vi i bästa fall på en finalplats som 8-12:a. Denna första gren på herrsidan bjöd på en mycket fin försökstävling från Jockes sida. Bra hoppning, koncentration, positivt tänkande - vilket inte är så lätt i en tävling där man gör ett hopp i halvtimman, totalt 11 hopp och till detta lägger tid för inhoppning och andra förberedelser. En mycket överraskande 5:e plats med 544 p och endast en europé, en amerikan och två kineser framför. En härlig och "märklig" upplevelse.
Inför finaltävlingen startade vi inhoppningen ca 2 tim före finalstart. På ett "sista-steg" för en 5132 d fick Jocke en "knäck" i ryggen som efter ytterligare några hopp övergick till en sorts muskelkramp.
Trots mycket god hjälp från australisk och än mer, svenska fysioterapeuten Susanne Brokop och läkaren Bengt Eriksson, fick vi besluta om att avstå finalen, endast 15 min före start. Jocke tog det på "rätt" sätt - såg framåt.
Dock kan väl sägas att det var milt sagt frustrerande att se 1 m-tävlingen för oss båda. Så nära, men ändå!
Även om Joakim kunde hoppa 3 m ett par dagar senare, fanns det som hänt kvar i huvudet, vilket innebar en återhållsam, försiktig hoppning. En 13:e plats med en poängnotering som är under normal kapacitet blev slutfacit. Herrarnas tävlingar bjöd på en del överraskningar. "Endast" 10 m-segern gick till Kinas "kindergarten". Svikthoppningen vanns av två härliga profiler, Kent Ferguson/USA på 3 m och Edwin Jongejeans/HOL på 1 m. Albin Killat/GER på 3 m och Mark Lenzi/USA på 1 m var ytterligare ett par som visade lite extra.
Mark Lenzi, en f d brottare, hade de i särklass snabbaste rotationshoppen på 1 m. Överraskande var också att t ex några medaljfavoriter på 10 m - i finalen, totalt hoppade bort sig. Timoshinin/URS kom ej över 500 p, USA:s Scoggin och Evans kom ej över 520-gränsen. Tre hoppare som har en "normalhoppning på 10 m på ca 580 p. Även Hempel /GER hade sina missar. Ingen logik här inte.
Hoppmässigt, på internationell seniornivå, gäller en massa saker. Några av dem vilka jag tror vi direkt måste följa med på och följa upp är:
- Tävlingsserier på alla höjder med hög svårighetsgrad.

Damer

1 m: 9.5 + de valfria hoppen i pik (ev 105 c)
3 m: 9.5 + genomgående 2•-hopp
10 m: 7.6 + 2.5 - 2.6 som "minimisnitt" på

Forts. på sidan 49

TÄVLING-TRÄNING I ÅBY

BO HOS OSS!

KronoCamping
Göteborg/Åby

Vi kan erbjuda:
4-5 bäddsstugor med
dusch&toalett
Självhushåll

ÖPPET ÅRET RUNT!
Bokning& förfrågningar
tel. 031-87 88 84
Idrottsvägen, 431 62 Mölndal

KATRINEHOLMS SPORTCENTRUM

SIMLÄGER I KATRINEHOLM

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

- Helpension på sporthotellet **"Tre Bollar"** och Ekbacken
- Banhyra
- Teorilokaler med AV-utrustning och video i Duveholmshallen och på Ekbacken

Allt till "IDROTTSPRISER"!
För ytterligare information
ring 0150-570 05

FALUN Lugnet

Du ringer....

Vi "skräddarsyr" Ditt träningsläger

LUGNET

Unika möjligheter till aktiviteter mellan träningspassen
Tempererat friluftsbad med 50m bassäng.

VI ERBJUDER PAKETPRIS:

* Bassängtid
* Tre mål mat /dag
* Logi (Vandrarhem, hotel, campingstugor, massförläggning)
* Konferenslokal
* Tips om föreläsare och fritidsaktiviteter

VÄLKOMNA TILL JUBILEUMSSTADEN FALUN, 350 ÅR 1991!

Sporthallen 023-835 00

FRITID FALUN



TRÄNINGSLÄGER

Vaggeryds sim- och sporthall

innehåller en simhall	25x8,5 m,
djup	1-3,10 m,
1 m svikt.	
Undervisningsbassäng	10x5 m.

Sporthall 42x21m, lokaler för bordtennis (8 bord), motion och styrketräning, judo och bågskytte.

Vi kan erbjuda

Förläggning på sängar i träningslokaler.
Självhushåll av frukost inom anläggningen.
Lunch och middagsservering på närbelägen restaurang.
Ring gärna så ordnar vi alla detaljer för ett trivsamt besök.
Tel. 0393- 110 00 Karl-Erik Henriksson.

VM, Konstsim

Trots en lång och dyr resa till kontinenten "Down under" var 21 nationer på plats i Perth. Sverige var representerat i två grenar. Virpi Joki-Hollanti tävlade i soloklassen och duon Anna Claesson och Karin Lobenius var våra representanter i partävlingen.



Virpi Joki-Hollanti ***Foto:*** *Arne Forsell*

Strax före 08.00 Annandag jul startade det här gänget tillsammans med mig och hopparna för ett drygt dygns resa till Perth i Australien.

Våra tävlingar skulle starta den 3 januari så vi hade sex dagar på oss att simma in i bassängen och klara dygnsomställningen.. Träningsmöjligheterna var bra, både på tävlingsarenan och i träningspoolen i Beatty Park. Tack vare vår tolk/guide/allmänne hjälpreda, Alex, klarades även transporterna utan problem.

Däremot klarade vi dygnsomställningen väldigt olika. Anna och Carin behövde 3-4 dagar för att få ordning på nattsömnen. Detta visar klart hur viktigt det är att resa med ordentlig tidsmarginal när tidsskillnaden är så stor som i detta fall, sju timmar.

Först ut i hetluften var Virpi. Soloförsöken startade 10.00 på förmiddagen. Efter lottningen gick hon ut med startnummer 10. Värmen var tryckande och spänningen olidlig. Hon simmade helt suveränt och slog bland andra en gammal stornaiton som Storbritannien. Det har aldrig hänt tidigare under de år jag varit mer.

För att ytterligare understryka hur bra resultatet var kan jag säga att det var cirka en poäng upp till sjundeplatsen och hon var tre tiondelar sämre än den unga dam från Venezuela som i sluträkningen placerade sig på sjätte plats.Det såg verkligen jättefint ut och lovorden var många från våra duktiga vänner i väst, USA och Kanada.

Morgonen efter var det parets tur. Svenskorna tillhörde de absolut yngsta i partävlingen. De simmade friskt och väl men några små synkmissar gjorde att siffrorna stannade lite under nio.

Deb femte och sjätte simmades figurtävlingen. Tre paneler med fem domare i varje och tre figurer per dag. Vi simmade i grupp sex. Värmen hade stigit till över 36 grader i skuggan och tävlingen tog över fem timmar båda dagarna. Att tävla under liknande förhållanden kräver en rutin som man endast kan få genom deltagande i stora internaitonella tävlingar.

Virpi och Karin hamnade i slutsummeringen på drygt 80 poäng vilket är klart godkänt. Anna Claesson, yngst i gänget, nöjde sig inte med godkänt utan simmade rakt förbi sina äldre lagkamrater och fick ihop mer än 83 poäng. Mycket bra av en så ung och ännu så länge orutinerad tjej. Verkligen något att hoppas på för framtiden. I slutsummeringen blev det två 17:e platser. Detta ser kanske inte så imponerande ut men ser man siffrorna och tätheten bakom finns det trots allt ingen anledning till missnöje. Det är bara att åka hem och träna ännu effektivare utifrån de erfarenheter vi gjort under dessa VM-veckor.

Lagfinalen var en härlig upplevelse. Tre lag, USA, Kanada och Japan fick alla flera tior av domarna. Koreografi, linjer, tempo, höjd, synkronisering och en enorm glädje var vad som karakteriserade dessa tre lag.

Man behöver inte på något vis vara "invigd" för att njuta av dessa uppvisningar, både ur skönhets- och stor idrottssynpunkt. Det är något vi måste sträva efter här hemma. Alla skall kunna se att det är bra och vackert.

Vi har nu tre, bitvis jobbiga, men mycket roliga veckor att se tillbaka på. Ett stort tack till övriga i simtruppen. När man reser som ett litet gäng blir omgivningen mycket betydelsefull. Vi trivdes jättebra med er.

För ren resultatredovisning hänvisar jag till VM:s resultatsidor. Siffror är siffror och behöver ingen uppsats.

Eva Svensson

Simma lugnt i

Grönland,

men du behöver inte åka så långt, för Grönland ligger i

Malung.

Simma på förmiddagen och åk slalom eller längdskidor på eftermiddagen.
Välj boende efter plånboken.

Vandrarhem?
Campingstuga?
Lägenheter?
Hotell?

Ring 0280-123 00 så ordnar vi resten.
Välkomna till snösäkra Malung (nära Sälen)

Bullsjöns Camping
MALUNG

Fritid Ljungby — LJUNGBY CAMPING

Lagan
- Bassäng ute 50m
- Massförläggning i närheten av badet
- Måltider i Lagan (500 m från badet)

Ljungby
- Bassäng ute 50m
- Camping i anslutning till badet
- Stugor 6-4-2 bäddars
- Massförläggning i anslutning till badet
- Måltider på campingplatsens servering

Fritid Ljungby/Lagan

Långgolf, bangolf, tennis, elljusspår, fotbollsplaner, sporthall, styrketräning, moped- cykel- kanot-uthyrning m.m.

Intresserad?
Ring eller skriv till
Fritid-Ljungby
Sunnerbohallen
341 83 Ljungby
Tel 0372- 892 40
eller 0372- 892 41

Lindängsbadet 1991

LIMHAMNS SIMSÄLLSKAP arrangerar träningsläger på LINDÄNGSBADET för 9:e året i följd.



Mat och logi kan vi arrangera enligt Era önskemål.

TRÄNING
* Tillgång till 50x25m bassäng.
* Träning 2ggr/dag, även på 25m hållet om det skulle behövas. (Garanterat 3 banor).

LOGI
* Sovsäcksförläggning på fritidsgård i närheten eller centrum.
* Vandrarhem
* Hotell i olika prisklasser.

MAT
* I matväg kan vi erbjuda allt från Självhushållning till lyxrestaurang.

ÖVRIGT
* Möjlighet finns att hyra video.

Ring vårt kansli och berätta om Era önskemål.
Tel. 040-12 23 86.

LSS

SOMMARENS SIMLÄGER i Mariestad

VÄNERNS PÄRLA
Självklart!!!

- träna i bra bassäng
- bo billigt
- ha trevligt på lediga stunder
- nära till Parken Sommarland i Skara

Kort sagt:
Ha det bra i Mariesta"

OBS!
HELA PAKET

Mariestad
Vänerns pärla

Kontakta:
turistbyrån
0501-100 01

BOXHOLMS KOMMUN

SIMLÄGER I BOXHOLM

Boxholm ligger i södra Östergötland vid länsgränsen till Småland

Vi erbjuder Er förening

* 25 meters simbassäng med 4 banor. Ni disponerar hela simhallen för Er själva.
* Logi på hotell eller klassrum
* Gångavstånd till aktiviteterna.

Närhet till märkta motionsstigar, styrketräningshall, bordtennis och sporthall.

Vi offererar ett paketpris på:
Frukost, lunch, middag, logi på hotell eller i klassrum, simhall, styrketräningshall och sporthall.

Välkommen med förfrågningar och bokningar till Lars Ståhlberg tel. 0142- 510 80.

Träna i

Det Blomstrande Älmhult

Älmhult

En komplett Idrottsanläggning

Förlägg ert nästa träningsläger till Haganäsbadet och Älmhult! Otroliga priser!

Sim- och sporthallsföreståndaren vet mer..... Ring honom på tel. 0476-552 54, 552 50
Fritidsnämden

Lägerplats MJÖLBY



TRÄNINGSLÄGER

Mjölby Fritidsförvaltning erbjuder simklubbar ett mycket billigt alternativ för träningsläger i internatform med gångavstånd till goda träningsmöjligheter i tempererad 50 m- bassäng.

Helpension med logi i 2- bäddsrum, frukost, lunch och middag samt kvällsmål, inklusive lokal- och anläggningskostnader från 200:- exkl. moms/per person och dygn.

För bokning och förfrågningar skriv eller ring till

MJÖLBY KOMMUN
Fritidskontoret
Box 500
595 00 Mjölby
Tel. 0142- 85 234

Simhallen
Tel. 191 81

HÄLLÅSEN
SÖDERHAMN

Huvudbassäng	L-formad	25x25 m,
	djup	1,60-3,80 m
Undervisningsbassäng		7,5x12,5 m
Barnbassäng		4x3 m
Solarium		
Cafeteria		



SIMLÄGER
För information och bokning kontakta:

FRITID
SÖDERHAMN
Besöksadress: Förvaltningshuset
Adress: Box 520 826 01 SÖDERHAMN Tel.: 0270-750 00

VM i simning, simhopp, konstsim, vattenpolo, Perth 3-13 januari 1991.

Simning

Herrar

50 m fritt

1. Tom Jager, USA, 22.16
2. Matt Biondi, USA, 22.26
3. Gennadiy Prigoda, URS, 22.62
4. Lars-Ove Jansson, SWE, 22.75
4. Vladimir Tkachenko, URS, 22.75
6. Dano Halsall, SUI, 22.83
7. Andrew Baildon, AUS, 22.87
8. Darren Lange, AUS, 22.88
10 Göran Titus, SWE, 23.06

100 m fritt

1. Matt Biondi, USA, 49.18
2. Tommy Werner, SWE, 49.63 ★
3. Giorgio Lamberti, ITA, 49.82
4. Iuriy Bashkatov, URS, 50.04
5. Anders Holmertz, SWE, 50.22
6. Stephan Caron, FRA, 50.26
7. Peter Sitt, GER, 50.58
8. Shaun Jordan, USA, 51.10

200 m fritt

1. Giorgio Lamberti, ITA, 1.47.27
2. Steffen Zesner, GER, 1.48.28
3. Artur Wojdat, POL. 1.48.70
4. Anders Holmertz, SWE, 1.49.05
5. Veniamin, Troianovitch, URS, 1.49.37
6. Troy Dalbey, USA, 1.49.50
7. Turlough O'Hare, CAN, 1.49.71
8. Dough Gjertsen, USA, 1.50.54
17 Christer Wallin, SWE, 1.51.92

400 m fritt

1. Joerg Hoffman, GER, 3.48.04
2. Stefan Pfeiffer, GER, 3.48.86
3. Artur Wojdat, POL, 3.49.67
4. Anders Holmertz, SWE, 3.49.72
5. Evgeniy Logvinov, URS, 3.50.89
6. Zoltan Szilagyi, HUN, 3.51.55
7. Ian Brown, AUS, 3.51.75
8. Daniel Jorgensen, USA, 3.54.29

1500 m fritt

1. Joerg Hoffman, GER, 14.50.36, VR
2. Kieren Perkins, AUS, 14.50.58
3. Stefan Pfeiffer, GER, 14.59.34
4. Ian Wilson, GBR, 15.11.17
5. Glen Housman, AUS, 15.12.42
6. Igor Majcen, YUG, 15.18.22
7. Lawrence Frostad, USA, 15.22.33
8. Evgeniy Logvinov, URS, 15.29.34

4x100 m fritt

1. USA, 3.17.15, Tom Jager, 50.60, Brent Lang, Doug Gjertsen, Matt Biondi
2. Tyskland, GER, 3.18.88, Peter Sitt, 50.68, Dirk Richter, Steffen Zesner, Bengt Zikarsky
3. Sovjetunionen, URS, 3.18.97, Gennadiy Prigoda, 50.74, Iuriy Bashkatov, Veniamin Troianovitch, Vladimir Tkachenko
4. Sverige, SWE, 3.20.43, Lars-Ove Jansson, 51.61, Per Johansson, Anders Holmertz, Tommy Werner
5. Australien, AUS, 3.20.96, Chris Fydler, 51.08, Matthew Renshaw, Darren Lange, Andrew Baildon
6. Kanada, CAN, 3.22.42, Steven Vandermeulen, 51.75, Marcel Gery, Stephane Herbert, Sandy Goss
7. Holland, HOL, 3.26.97, Richard Granneman, 51.57, Martin van der Spoel, Ronald Sloeserwij, Ron Dekker
8. Frankrike, FRA, diskv. Stephan Caron, 50.63, Christophe Kalfayan, Laurent Neuville, Bruno Gutzeit

4x200 m fritt

1. Tyskland, GER, 7.13.50, Peter Sitt, 1.49.41, Steffen Zesner, Stefan Pfeiffer, Michael Gross
2. USA, 7.14.87, Troy Dalbey, 1.48.69, Melvin Stewart, Daniel Jorgensen, Doug Gjertsen
3. Italien, ITA, 7.17.18, Emanuele Idini, 1.50.40, Roberto Gleria, Stefano Battistelli, Giorgio Lamberti
4. Sverige, SWE, 7.18.10, SR, Christer Walin, 1.49.79, Tommy Werner, Jan Bidrman, Anders Holmertz
5. Sovjetunionen, URS, 7.20.64, Veniamin Troianovitch, 1.49.12, Iuriy Bashkatov, Dmitry Lepikov, Alexey Kuznetsov
6. Australien, AUS, 7.21.86, Thomas Stachewicz, 1.51.07, Martin Roberts, Ian Brown, Deane Pieters
7. Kanada, CAN, 7.22.74, Eddie Parenti, 1.50.75, Paul Szekula, Darren Ward, Turlough O'Hare
8. Polen, POL, 7.27.18, Maciej Soszynski, 1.53.48, Artur Wojdat, Boleslaw Szuter, Mariusz Podkoscielny

100 m rygg

1.Jeff Rouse, USA, 55.23
2. Mark Tewksbury, CAN, 55.29
3. Martin Lopez Zubero, ESP, 55.61
4. Frank Hoffmeister, GER, 56.45
4. Vladimir Shemetov, URS, 56.45
6. Scot Johnson, USA, 56.92
7. Thomas Stachewicz, AUS, 57.00
8. Stefano Battistelli, ITA, 57.03

200 m rygg

1. Martin Lopez Zubero, ESP, 1.59.52
2. Stefano Battistelli, ITA, 1.59.98
3. Vladimir Selkov, URS, 2.00.33
4. Dirk Richter, GER, 2.00.95
5. Tamas Deutsch, HUN, 2.01.25
6. Kevin Draxinger, CAN, 2.01.49
7. Vladimir Shemetov, URS, 2.01.98
8. Jeff Rouse, USA, 2.02.25

100 m bröst

1. Norbert Rozsa, HUN, 1.01.45, VR
2. Adrian Moorhouse, GBR, 1.01.58
3. Gianni Minervini, ITA, 1.01.74
4. Dmitriy Volkov, URS, 1.01.79
5. Eric Wunderlich, USA, 1.02.05
5. Karoly Guttler, HUN, 1.02.05
7. Christian Poswiat, GER, 1.02.54
8. Ron Dekker, HOL, 1.02.75

200 m bröst

1. Mike Barrowman, USA, 2.11.23, VR
2. Norbert Rozsa, HUN, 2.12.03
3. Nick Gillingham, GBR, 2.13.12
4. Joaquin Fernandez, ESP, 2.13.42
5. Jozsef Szabo, HUN, 2.13.93
6. Sergio Lopez, ESP, 2.14.24
7. Philip Rogers, AUS, 2.15.00
8. Hiroshi Fujieda, JPN, 2.15.28

100 m fjäril

1. Anthony Nesty, SUR, 53.29
2. Michael Gross, GER, 53.31
3. Viacheslav Kulikov, URS, 53.74
4. Mark Henderson, USA, 53.88
5. Marcel Gery, CAN, 53.93
6. Matt Biondi, USA, 53.97
7. Robert Bruce, AUS, 54.45
8. Bruno Gutzeit, FRA, 55.49

200 m fjäril

1. Melvin Stewart, USA, 1.55.69, VR
2. Michael Gross, GER, 1.56.78
3. Tamas Darnyi, HUN, 1.58.25
4. Franck Esposito, FRA, 1.59.94
5. Bart Pippenger, USA, 2.00.15
6. Kunio Sugimoto, JPN, 2.00.22
7. Simon McKillop Davies, AUS, 2.00.88
8. Martin Roberts, AUS, 2.03.08
24 Christer Wallin, SWE, 2.05.80

200 m medley

1. Tamas Darnyi, HUN, 1.59.36, VR
2. Eric Namesnik, USA, 2.01.87
3. Christian Gessner, GER, 2.02.36
4. Gary Anderson, CAN, 2.02.64
5. Lars Sorensen, DEN, 2.02.93
6. Jan Bidrman, SWE, 2.03.09
7. Darren Ward, CAN, 2.03.23
8. Peter Bermel, GER, 2.03.71

400 m medley

1. Tamas Darnyi, HUN, 4.12.36, VR
2. Eric Namesnik, USA, 4.15.21
3. Stefano Battistelli, ITA, 4.16.50
4. Jozsef Szabo, HUN, 4.17.52
5. Luca Sacchi, ITA, 4.19.88
6. David Wharton, USA, 4.20.19
6. Christian Gessner, GER, 4.20.19
8. Sergey Mariniuk, URS, 4.20.52
10 Jan Bidrman, SWE, 4.23.04, SR (i försök, struken till B-final)

4x100 m medley

1. USA, 3.39.66, Jeff Rouse, 55.28, Eric Wunderlich, Mark Henderson, Matt Biondi
2. Sovjetunionen, URS, 3.40.41, Vladimir Shemetov, 56.53, Dmitriy Volkov, Viachelav Kulikov, Veniamin Troianovitch
3. Tyskland, GER, 3.42.13, Frank Hoffmeister, 56.94, Christina Poswiat, Michael Gross, Dirk Richter
4. Kanada, CAN, 3.42.14, Mark Tewksbury, 55.92, Jon Cleveland, Marcel Gery, Sandy Goss
5. Italien, ITA, 3.42.29, Stefano Battistelli, 57.01, Gianni Minervini, Leonardo Michelotti, Giorgio Lamberti
6. Australien, AUS, 3.42.84, Thomas Stachewicz, 56.99, Philip Rogers, Robert Bruce, Andrew Baildon
7. Spanien, ESP, 3.45.19, Martin Lopez Zubero, 55.96, Sergio Lopez, Jose Ballester, Adolfo Coll
8. Holland, HOL, 3.47.60, Ronald Sloeserwij, 59.47, Ron Dekker, Casper van Dam, Richard Granneman

Damer

50 m fritt

1. Yong Zhuang, CHN, 25.47
2. Leigh Fetter, USA, 25.50
3. Catherine Plewinski, FRA, 25.50
4. Wenyi Yang, CHN, 25.87
4. Jenny Thompson, USA, 25.87
6. Simone Osygus, GER, 25.95
7. Evgenia Ermakova, URS, 26.00
8. Daniela Hunger, GER, 26.01
14 Louise Karlsson, SWE, 26.83

100 m fritt

1. Nicole Haislett, USA, 55.17
2. Catherine Plewinski, FRA, 55.31
3. Yong Zhuang, CHN, 55.65
4. Karin Brienesse, HOL, 56.34
5. Manuela Stellmach, GER, 56.45
6. Simone Osygus, GER, 56.55
7. Evgenia Ermakova, URS, 56.56
8. Julie Cooper, USA, 56.66
26 Annika Nilsson, SWE, 59.17

200 m fritt

1. Hayley Lewis, AUS, 2.00.48
2. Janet Evans, USA, 2.00.67
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.00.93
4. Nicole Haislett, USA, 2.01.13
5. Karin Brienesse, HOL, 2.01.15
6. Yong Zhuang, CHN, 2.01.32
7. Stephanie Ortwig, GER, 2.02.03
8. Luminita Dobrescu, ROM, 2.02.08
14 Malin Nilsson, SWE, 2.04.53
21 Malin Gustavsson, SWE, 2.05.76

400 m fritt

1. Janet Evans, USA, 4.08.63
2. Hayley Lewis, AUS, 4.09.40
3. Suzu Chiba, JPN, 4.11.44
4. Irene Dalby, NOR, 4.12.32
5. Manuela Melchiorri, ITA, 4.13.27
6. Stephanie Ortwig, GER, 4.15.23
7. Grit Mueller, GER, 4.15.25
8. Sandra Cam, BEL, 4.16.67
12 Malin Nilsson, SWE, 4.18.02

800 m fritt

1. Janet Evans, USA, 8.24.05
2. Grit Mueller, GER, 8.30.20
3. Jana Henke, GER, 8.30.31
4. Irene Dalby, NOR, 8.32.55
5. Donna Procter, AUS, 8.36.38
6. Manuela Melchiorri, ITA, 8.38.16
7. Julie McDonald, AUS, 8.40.72
8. Phillippa Langrell, NZL, 8.42.82
18 Malin Nilsson, SWE, 9.19.37

4x100 m fritt

1. USA, 3.43.26, Nicole Haislett, 55.74, Julie Cooper, Whitney Hedgepeth, Jenny Thompson
2. Tyskland, GER, 3.44.37, Simone Osygus, 56.58, Kerstin Kielgass, Karin Seick, Manuela Stellmach
3. Holland, HOL, 3.45.05, Marianne Muis, 56.64, Inge de Bruijn, Mildred Muis, Karin Brienesse
4. Australien, AUS, 3.48.24, Sarah Thorpe, 58.18, Karen van Wirdum, Teressa Pyke, Susan O'Neill
5. Danmark, DEN, 3.48.33, Gitta Jensen, 57.46, Berit Puggard, Annette Poulsen, Mette Jacobsen
6. Kanada, CAN, 3.49.22, Andrea Nugent, 57.43, Patricia Levesque, Allison Higson, Patricia Noall
7. Sverige, SWE, 3.50.97, Helena Kälvehed, 58.15, Louise Karlsson, Malin Gustavsson, Eva Nyberg
8. Storbritannien, GBR, 3.52.24, Zara Long, 58.34, Madeleine Campbell, Sharron Page, Karen Pickering



4x200 m fritt
1. Tyskland, GER, 8.02.56, Kerstin Kielgass, 2.00.85, Manuela Stellmach, Dagmar Hase, Stephanie Ortwig
2. Holland, HOL, 8.05.97, Marianne Muis, 2.01.70, Manon Masseurs, Mildred Muis, Karin Brienesse
3. Danmark, DEN, 8.07.20, Gitta Jensen, 2.02.29, Berit Puggard, Annette Poulsen, Mette Jacobsen
4. Australien, AUS, 8.09.16, Jennifer McMahon, 2.02.83, Nicole Redford, Nicole Dornbusch, Hayley Lewis
5. Kanada, CAN, 8.15.35, Allison Higson, 2.04.28, Kathy Bald, Julie Barbeau, Patricia Noall
6. Sverige, SWE, 8.18.10, Malin Nilsson, 2.03.74, Malin Gustavsson, Annika Nilsson, Helena Kälvehed
7. Norge, NOR, 8.21.52, Irene Dalby, 2.02.63, Linn Christin Madsen, Trude Aaasbo, Maren Johannesen
8. USA, diskv. Whitney Hedgepeth, 2.00.37, Nicole Haislett, Trina Radke, Janet Evans

100 m rygg
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 1.01.78
2. Tunde Szabo, HUN, 1.01.98
3. Janie Wagstaff, USA, 1.02.17
4. Svenja Schlicht, GER, 1.02.81
5. Jodi Wilson, USA, 1.02.92
6. Nicole Livingstone, AUS, 1.03.19
7. Sylvia Poll, CRC, 1.03.23
8. Dagmar Hase, GER, 1.03.24

200 m rygg
1. Krisztina Egerszegi, HUN, 2.09.15
2. Dagmar Hase, GER, 2.12.01
3. Janie Wagstaff, USA, 2.13.14
4. Anna Simcic, NZL, 2.13.64
5. Nicole Livingstone, AUS, 2.14.08
6. Beth Barr, USA, 2.14.33
7. Svenja Schlicht, GER, 2.15.07
8. Lorenza Vigarani, ITA, 2.16.04

100 m bröst
1. Linley Frame, AUS, 1.08.81
2. Jana Doerries, GER, 1.09.35
3. Elena Volkova, URS, 1.09.66
4. Manuela Dalla Valle, ITA, 1.09.97
5. Keltie Duggan, CAN, 1.10.01
6. Tracey McFarlane, USA, 1.10.78
7. Tania Dangalakova, URS, 1.10.82
8. Samantha Riley, AUS, 1.10.82
12 Louise Karlsson, SWE, 1.11.88

200 m bröst
1. Elena Volkova, URS, 2.29.53
2. Linley Frame, AUS, 2.30.02
3. Jana Doerries, GER, 2.30.14
4. Guylaine Cloutier, CAN, 2.31.14
5. Alexandra Haenel, GER, 2.31.36
6. Manuela Dalla Valle, ITA, 2.31.40
7. Kyoko Kasuya, JPN, 2.31.52
8. Svetlana Kuzmina, URS, 2.32.72

100 m fjäril
1. Hong Qian, CHN, 59.68
2. Xiaohong Wang, CHN, 59.81
3. Catherine Plewinski, FRA, 59.88
4. Cris Ahmann Leighton, USA, 59.96
5. Julia Gorman, USA, 1.00.54
5. Susan O'Neill, AUS, 1.00.54
7. Yoko Kando, JPN, 1.01.14
8. Inge de Bruijn, HOL, 1.01.64
18 Therese Lundin, SWE, 1.03.47
25 Annika Nilsson, SWE, 1.05.35

200 m fjäril
1. Summer Sanders, USA, 2.09.24
2. Rie Shito, JPN, 2.11.06
3. Hayley Lewis, AUS, 2.11.09
4. Helen Morris, AUS, 2.11.71
5. Mette Jacobsen, DEN, 2.11.88
6. Yoko Kando, JPN, 2.12.12
7. Susanne Mueller, GER, 2.14.69
8. Ilaria Tocchini, ITA, 2.14.81
17 Therese Lundin, SWE, 2.17.91

200 m medley
1. Li Lin, CHN, 2.13.40
2. Summer Sanders, USA, 2.14.06
3. Daniela Hunger, GER, 2.16.16
4. Ellinora Everton, AUS, 2.16.23
5. Mary Blanchard, USA, 2.16.69
6. Marianne Muis, HOL, 2.16.80
7. Svenja Schlicht, GER, 2.17.58
8. Mildred Muis, HOL, 2.18.27
17 Helena Kälvehed, SWE, 2.22.55
19 Malin Gustavsson, SWE, 2.23.52

400 m medley
1. Li Lin, CHN, 4.41.45
2. Hayley Lewis, AUS, 4.41.46
3. Summer Sanders, USA, 4.43.41
4. Janet Evans, USA, 4.46.05
5. Petra Haussmann, GER, 4.46.93
6. Nancy Sweetnam, CAN, 4.47.62
7. Grit Mueller, GER, 4.49.81
8. Beatrice Coada, ROM, 4.52.34

4x100 m medley
1. USA, 4.06.51, Janie Wagstaff, 1.01.82, Tracey McFarlane, Cris Ahmann Leighton, Nicole Haislett
2. Australien, AUS, 4.08.04, Nicole Livingstone, 1.02.79, Linley Frame, Susan O'Neill, Karen van Wirdum
3. Tyskland, GER, 4.10.50, Svenja Schlicht, 1.02.67, Jana Dorries, Susanne Mueller, Manuela Stellmach
4. Holland, HOL, 4.13.32, Ellen Elzerman, 1.04.13, Kira Bulten, Inge de Bruijn, Karin Brienesse
5. Storbritannien, GBR, 4.13.90, Sharron Page, 1.04.21, Lorraine Coombes, Madeleine Campbell, Karen Pickering
6. Kanada, CAN, 4.14.88, Nikki Dryden, 1.04.99, Keltie Duggan, Sarah Evanetz, Andrea Nugent
7. Mexico, MEX, 4.26.07, Laura Sanchez, 1.09.11, Lorenza Munoz, Gabriela Gaja, Ma Soledad Rivera
8. Indonesien, INA, kom inte till start.

Simhopp

Herrar
1 m
1. Edwin Jongejans, HOL, 588.51
2. Mark Lenzi, USA, 578.22
3. Yijie Wang, CHN, 577.86
4. Peter Boehler, GER, 547.98
5. Mark Bradshaw, USA, 544.56
6. Jorge Mondragon, MEX, 543.09
7. Sergey Lomanovskiy, URS, 528.18
8. Simon McCormack, AUS, 519.21
9. Liangde Tan, CHN, 508.77
10 Valeriy Statsenko, URS, 501.66
11 Russell Butler, AUS, 492.39
12 Davide Lorenzini, ITA, 478.35
Joakim Andersson, SWE, femma efter försök men avstod finalen på grund av skada.

3 m
1. Kent Ferguson, USA, 650.25
2. Liangde Tan, CHN, 643.95
3. Albin Killat, GER, 619.77
4. Deliang Li, CHN, 614.73
5. Mark Bradshaw, USA, 610.14
6. Sergey Lomanovskiy, URS, 598.83
7. Valeriy Statsenko, URS, 577.98
8. Edwin Jongejans, HOL, 569.52
9. Fernando Platas, MEX, 565.83
10 Simon McCormack, AUS, 565.14
11 Jorge Mondragon, MEX, 563.10
12 Mark Rourke, CAN, 549.54
13 Joakim Andersson, SWE, 528.84

10 m
1. Shuwei Sun, CHN, 626.79
2. Ni Xiong, CHN, 603.81
3. Gueorgi Tchogovadze, URS, 580.68
4. Jan Hempel, GER, 569.37
5. Fernando Platas, MEX, 546.12
6. Robert Morgan, GBR, 544.92
7. Mathew Scoggin, USA, 513.00
8. Patrick Evans, USA, 508.89
9. Michael Kuehne, GER, 502.86
10 Bruno Fournier, CAN, 499.86
11 Craig Rogerson, AUS, 484.80
12 Vladimir Timoshinin, URS, 482.10

Damer
1 m
1. Min Gao, CHN, 478.26
2. Wendy Lucero, USA, 467.82
3. Heidemarie Bartova, TCH, 449.76
4. Irina Lashko, URS, 446.82
5. Mary Depiero, CAN, 421.89
6. Jodie Rogers, AUS, 421.38
7. Xiaoling Yu, CHN, 418.23
8. Julie Farrell Ovenh. USA, 415.74
9. Doerte Lindner, GER, 412.59
10 Yuki Motobuchi, JPN, 407.37
11 Daphne Jongejans, HOL, 402.78
12 Barb Bush, CAN, 393.87
20 Ann-Sofie Rylander, SWE, 342.87

3 m
1. Min Gao, CHN, 539.01
2. Irina Lashko, URS, 524.70
3. Brita Baldus, GER, 503.73
4. Haisong Lu, CHN, 499.71
5. Daphne Jongejans, HOL, 492.99
6. Heidemarie Bartova, TCH, 467.52
7. Julie Farrell Ovenh., USA, 461.67
8. Katrin Bensing, GER, 455.43
9. Tracy Cox Smyth, ZIM, 454.23
10 Krista Wilson, USA, 453.69
11 Mary Depiero, CAN, 444.51
12 Evelyne Boisvert, CAN, 440.61
26 Ann-Sofie Rylander, SWE, 362.64

10 m
1. Mingxia Fu, CHN, 426.51
2. Elena Miroshina, URS, 402.87
3. Wendy Williams, USA, 400.23
4. Yanmei Xu, CHN, 399.12
5. Chun-Ok Kim, PRK, 377.76
6. Inga Afonina, URS, 376.74
7. Doris Pecher, GER, 376.47
8. Monika Kuehn, GER, 376.17
9. April Adams, AUS, 369.51
10 Vyninka Arlow, AUS, 347.85
11 Colleen Smith, USA, 340.65
12 Camilla Gamme, NOR, 329.55
13 Anna Dacyshyn, CAN, 326.10
24 Ann-Sofie Rylander, SWE, 296.13

Konstsim

Solo
1. Sylvie Frechette, CAN, 201.013
2. Kristen Babb, USA, 196.314
3. Mikako Kotani, JPN, 195.110
4. Olga Sedakova, URS, 192.520
5. Karine Schuler, FRA, 188.243
6. Maria-Elena Giusti, VEN, 182.094
7. Marjolijn Both, HOL, 181.443
8. Paola Celli, ITA, 179.163
17 Virpi Joki-Hollanti, SWE, 168.354

Par
1. Sarah Josephson/Karen Josephson, USA, 199.762
2. Mikako Kotani/Aki Takayama, JPN, 194.307
3. Kathy Glen/Lisa Alexander, CAN, 192.649
4. Gana Maximova/Olga Sedakova, URS, 192.269
5. Anne Capron/Karine Schuler, FRA, 188.367
6. Xiaojie Wang/Zewen Guan, CHN, 179.100
7. Paola Celli/Giovanna Burlando, ITA, 178.740
8. Lourdes Olivera/Sonia Cardenas, MEX, 178.718
17 Anna Claesson/Karin Lobenius, SWE, 166.715

Lag
1. USA, 196.144
2. Kanada, CAN, 193.259
3. Japan, JPN, 189.753
4. Sovjetunionen, URS, 188.204
5. Frankrike, FRA, 182.885
6. Kina, CHN, 179.835
7. Italien, ITA, 178.649
8. Storbritannien, GBR, 176.773

Vattenpolo

Herrar
1. Jugoslavien, YUG
2. Spanien, ESP
3. Ungern, HUN
4. USA
5. Tyskland, GER
6. Italien, ITA
7. Sovjetunionen, URS
8. Australien, AUS
9. Rumänien, ROM
10 Grekland, GRE
11 Kuba, CUB
12 Frankrike, FRA
13 Kanada, CAN
14 Kina, CHN
15 Egypten, EGY
16 Nya Zeeland, NZL

Damer
1. Holland, HOL
2. Kanada, CAN
3. Australien, AUS
4. Tyskland, GER
5. USA
6. Ungern, HUN
7. Nya Zeeland, NZL
8. Frankrike, FRA
9. Brasilien, BRA

FRÄSCH HY – UTAN AKNE!

Stioxyl kan hjälpa Dig att bli av med finnar, pormaskar och oren hy! Stioxyl finns i två styrkor, 5% till ansiktet och 10% till t ex ryggen — börja alltid med 5%. Stioxyl är ett receptfritt läkemedel och säljs endast på Apoteket.

STIOXYL

bensoylperoxid

Orion Läkemedel, Sollentuna

Avesta

Simläger i Horndals simhall

I södra Dalarna, ca 190 km från Stockholm, finner du en utmärkt simhall för läger.

-4 st 25 meters banor
-sporthall i samma byggnad
-logi i Rossgårdens vandrarhem
-fördelaktiga tider och priser

Upplysningar genom badhusföreståndare Anders Nilsson, tel. 0226/851 50

Avesta Fritidsnämd, Box 54, 774 01 Avesta

FÖRLÄGG ERT TRÄNINGSLÄGER I SJÖBO

VI KAN ERBJUDA ER

– 50 m BASSÄNG, 7 BANOR
– LÄGERHUS, 20 BÄDDAR
– 4 CAMPINGSTUGOR 4–BÄDDS

I DIREKT ANSLUTNING:
– SERVERING, KIOSK
– CAMPING
– MINIGOLFBANA
– TENNISBANA
– MOTIONSSPÅR O STRÖVOMRÅDEN

För vidare information:
Fritidsnämnden, Sjöbo kommun
Tel: 0416/ 27 201, 27 202, 27 203

SJÖBO KOMMUN

SIMLÄGER I RÖSTÅNGA

Mitt i vackraste Skåne

Tempererat friluftsbad med 50m bassäng, åtta banor och bubbelpool.

Badet är strategiskt beläget vid Röstånga sommarland och campingplats. Andra bra logimöjligheter finns också inom gång-avstånd.

Låt oss skräddarsy ett lägerpaket för er simklubb!!

SVALÖVS KOMMUN

Fritidskontoret
Box 43
268 00 SVALÖV
0418 / 550 15

LANDSKRONA SIMSÄLLSKAP

Landskrona Simsällskap är en förening med många lovande och duktiga ungdomssimmare, och tillhör den absoluta toppen i Skåne.
Med en genomtänkt, fungerande organisation och en god ekonomi, är Landskrona Simsällskap en förening med positiva framtidsutsikter.

Söker

Simtränare

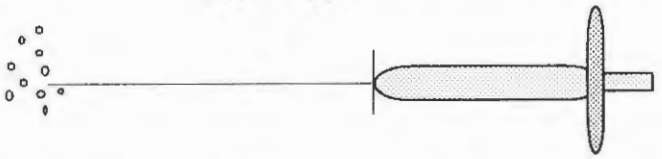
(vår nuvarande slutar på grund av studier)

Som tränare för vår andra och fjärde träningsgrupp, samt vara ansvarig för vår crawlskola.

Till din hjälp får du våra andra anställda:
- Kanslist
- Chefstränare
- Allt-i-allo
- Simlärare

Hör av dig till vår chefstränare Pär Lindell
Telefon 0418-196 15 på förmiddagar
042-22 01 16 på kvällar
Ordförande Christer Olsson
eft. 16.00, 0418-313 21

DOPING-



ETT STÄNDIGT AKTUELLT PROBLEM INOM IDROTTEN,

del 2

I tidigare nummer av Simsport redogjorde jag för hur olika dopingregler har skapats och Riksidrottsförbundets regelverk i detta avseende. Jag lovade att komma åter med "listan" med kommentarer. IOC har delat in Dopinglistan i tre grupper. Grupp I omfattar förbjudna preparat, och är indelad i 6 undergrupper, A t o m F, Grupp II tar upp dopingmetoder och Grupp III tar upp f n fyra läkemedelsgrupper där det föreligger vissa restriktioner (Tabell 1)

Grupp I omfattar den ursprungliga dopinglistan med tillägg. Grupp I A omfattar stimulerande medel, medel framförallt som gör att idrottsmannen inte känner av trötthetssymtomen. Det mest kända av dessa uppräknade substanser (Tabell 2) är amfetamin, som om man vill vara mycket kritisk är det enda bevisade medlet med bevisad dopingeffekt. Amfetamin har främst använts i proffesionella långlopp på cykel för att möjliggöra att cyklisten kan mobilisera allt inför den avgörande spurtuppgörelsen. Amfetamin används fortfarande. Vi hade till exempel ett positivt dopingtest i Postgirot på cykel för 2 år sedan.

Amfetamin

finns inte längre som läkemedel. Det kan endast förskrivas på licens och då till personer med sömnsjuka respektive till mycket oroliga barn, så kallade MBD-barn. Däremot förekommer amfetamin i den illegala knarkhanteringen med stora mängder insmugglat till Sverige varje år. Om amfetamin har bevisad dopingeffekt så har säkert KOKAIN det också,även om inget vetenskapligt stöd finns för detta. Det har inte gjorts några kontrollerade studier. Kokain framställs från kokabusken, som både växer vilt och odlas i Sydamerika av fattiga bönder i Colombia, Peru med fleral änder. Kokainet är USA:s ojämförligt största problem. Sammanlagt 400 ton! beräknas framställas under 1990. Den ojämförligt största delen går till USA men då marknaden där förefaller mättad har knarkkartellerna kastat sina lystna ögon på Europa och vi ser idag framför oss ett jätteproblem med kokain i Sverige.

Kokain

är ju "det vackra folkets" narkotika. Kokain sniffas upp i näsan via ett sugrör eller ännu hellre en hoprullad 100$-sedel (1$ eller 2$-sedlar duger inte). Kokainmissbruk förekommer inom teater- och musikvärlden, popartister, mannekänger etc. Det är "operabarklientelet" som nyttjar kokain. Kokain ger ännu bättre effekt på trötthetskänslan och får idrottsmannen att prestera bättre - tror vi.
Jag skulle inte bli förvånad om vi får positiva dopingtester på kokain i Sverige. Det finns alltid någon, som är beredd till vilka risker som helst, för att nå framskjutna placeringar eller goda resultat. Men på samma sätt som amfetamin är knark är kokain det också.

Effedrin

är ett mycket gammalt läkemedel. Det började användas i Kina redan 4000 år före Kristus födelse. Effedrin vidgar luftrören och har därför använts i astmabehandlingen i många år. Det finns också i många hostmediciner, till exempel Lepheton resp Mollipect. Effedrin vidgar också blodkärlen och ökar pulsen. I större doser har det också amfetaminliknande effekt. Det är framförallt det senare som gjort att Effedrin hamnat på dopinglistan. Det är också känt att många cyklister använt det, till exempel i Engelska mjökloppet. Vid de tester mot doping som görs ute i Europa är det mest funna förbjudna just Effedrin. Det var också Effedrin som amerikanen Rick DeMonte blev diskvalificerad för vid OS i München 1972. DeMonte fick ett astmaanfall natten före 400 m frisimsfinalen och tog sin astmamedicin med positiv test som följd. I hans fall var diskningen verkligen fel. Det är ju barockt att inte få medicinera mot påtagliga sjukdomssymtom. DeMonte hade ingen favör av Effedrin. Det var inte därtör han vann utan på grund av att han var världens då bäste simmare.
I flera därpå följande OS var frågan om hur astmatiker skulle behandlas ett stort problem. Vid såväl OS 1976 och 1980 fick man ansöka om dispens för att använda astmamediciner och då framförallt de beta-2-stimulerande medicinerna som Ventolin och Bricanyl och från och med Los Angeles 1984 finns ett generellt tillstånd för dessa vanliga läkemedel.

När det gäller Ventolin och Bricanyl

så finns det nu tillåtelse att använda dessa i inhalationsform, dvs man "drar ned" medicinen i luftvägarna. Däremot är det förbjudet att ta dem i tablettform, som injektion eller som flytande medicin, dvs mixtur. Denna sista bestämmelse är dock ett slag i luften. Det syns inte i urinprovet hur medicinen har intagits.

Till Grupp I A finns också tillägget - "samt närbesläktade ämnen".
Här har vi i Sverige varit försiktiga och

förbjudit näsdroppar, som Nezeril, Otrivin med flera. Det är nu helt klart att dessa är tillåtna.
I listan på Grupp I A finns många preparat (Tabell 2) som helt är ointressanta, såsom Stryknin och Nicetamin och andra. De har ingen dopingeffekt men är klart giftiga och bör med kraft motarbetas.
Det finns en annan **Effedrinsläkting,** nämligen **Fenylpropanolamin** (Tabell 2). Detta ingår i de så kallade "avsvällande" medicinerna **Rinexin** och **Rinomar**. Undvik därför dessa helt. De har ju ingen säker effekt heller.
Sedan finns slutligen **Koffein** med på listan. Koffein finns i kaffe, té och kakao och nyttjas av en stor del av mänskligheten. IOC har därför beslutat om en konc.gräns på 12 mikrogram/ml urin. Är koncentrationen över 12 bedöms det som doping, medan om det är lägre, leder det inte till någon påföljd. Koffein finns i många läskedrycker, till exempel Coca-Cola och minst 27 st andra läskedrycker. En kopp amerikanskt kaffe ger efter 1-2 timmar en koncentration på 1.5 mikrog/ml urin, dvs det behövs Åtta koppar kaffe på raken för att nå upp till gränsen 12 mikrogram/ml. Risken till fällande dopingdom är alltså liten men den finns dock där!

I Grupp I B

finns smärtstillande mediciner dvs analgetika. Grundsubstansen här är **Morfin** och dess släktingar, men svagare smärtstillande medel som Magnecyl, Alvedon med flera är tillåtna. Jag har full förståelse för att morfin med flera är betraktade som doping.

Knark och idrott hör inte ihop.

Däremot har de ingen prestationsförhöjande effekt. Den som använder morfin eller heroin försjunker ju in i sig själv och tappar allt intresse för omgivningen.

Det finns två **slamkrypare** i denna grupp. Den ena är **Kodein**, som finns i hostmediciner och som förstärkning i många smärtstillande medel som Magnecyl med kodein, Bamycod etc. Kodein omsätts i kroppen så att 15% omvandlas till morfin. Därför är det förbjudet. Vi hade vid SM i Gävle 1981 en simmare som visade positivt utfall i testen på Kodein. På den tiden fnade dopingkommsionen Kodein, men sedan Riksidrottsmötet 1987, som de trodde liberaliserade dopingstraffreglerna, så fälls man numera upp till 3 månader för Kodein i urinen. **Undvik därför Kodein** och fråga alltid läkare innan du använder medicin om det är ett tillåtet eller förbjudet preparat.

Den andra slamkryparen är Etylmorfin,

som ingår i många hostmedicIner. Etylmorfln är en morfinsläkting och därför är det förbjudet. Någon effekt i form av bättre idrottsresultat ger det inte.

Sveriges egentligen enda bidrag till IOK:s dopinglista är **Dextropropoxyfen.** Det är ett smärtstillande, musklelavslappnande medel med omdiskuterad effekt. Dextropropoxyfen har en extremt långsam omsättning i kroppen. En enda tablett kan påvisas en vecka senare. Det var dextropropoxyfen som Håkan Södergren respektive Anna-Karin Eriksson fälldes för. I bägge fallen var det oavsiktlig doping, de visste inte att Paraflex Comp. var förbjudet. Dessutom är **Dextropropoxyfen** ett relativt dåligt läkemedel med tveksam effekt och borde egentligen inte användas.

Det torde idag vara helt oomtvistat att **ANABOLA STEROIDER** är doping. Om de har någon dopingeffekt tvistas det kanske inte längre. Otvetydiga vetenskapliga studier som påvisar dopingeffekt finns inte, men många med mycket klara indicier för ganska påtaglig effekt. De **anabola steroiderna** (Tabell 4) härrör alla från det manliga könshormonet **Testosteron**, som för övrigt också bildas hos kvinnor i liten mängd. Testosteron har en vävnadsuppbyggande effekt = Anabol effekt. Det man kallar anabola steroider är substanser där man manipulerat med Testosteronmolekylen för att få bort så mycket av Testosteronets "förmanligande" effekt. Det lyckas aldrig helt. Samtidigt blir den vävnadsuppbyggande effekten sämre.
Den bästa Anabola steroiden är alltså Testosteron. Av de mer än 140 dopingdiskade idrottsutövarna i Sverige har mer än 90% fällts för endera Anabola steroider eller "smitning".



COOP SAM SIM

i Visby
4-5 maj 1991

1991

IDROTTENS Ö

Plats: Solbergabadet, Visby.
5 banor. Eltidtagning med display.

Vi garanterar minst tre starter per deltagare, om så önskas lagkapperna oräknade.

Coop Sam Sim betyder återigen en tävling med prisbord av hög klass, med vandringspris, prestationspris och minnesdiplom.

Upplysningar: Leif Söderdahl 0498-182 02
Kjell Guy 0498-185 84

Resepaket: Vi erbjuder paketresor som inkluderar resa, kost och logi.
Bokning och upplysningar: Gotlandsresor AB-Idrott **0498-799 68.**

Välkommen till Gotland på simmarfest!

WISBY SIMSÄLLSKAP

TRE SÄKRA VINNARE... NÄR TUREN FALLER... PÅ DIN LOTT! PENNING BELLMAN TRISS PLUS ENERGY GOTLAND IDROTTENS Ö

Gotlands Resor AB
IDROTT TEL. 0498-79968, 47050

STENUNGSUND MER ÄN INTRESSANT

SUNDA HALLEN

Tränings-läger på bästkusten.

Förlägg sommarens träningsläger till västkustkommunen Stenungsund och Sundahallen! (vid Tjörnbroarna).

ANLÄGGNING MED:

* **Idrottshall** med parkettgolv av internationella mått för bl a handboll, basketboll, volleyboll och badminton.
* **Specialhallar** för bordtennis, brottning, styrketräning, korthållsskytte samt teorisalar.
* **Simhall** med 25-metersbassäng om 8 banor inklusive redskapsrum.
* **Bowlinghall** med 8 banor samt cafeteria.

SAMT:

* **Tennisbanor:** 3 nylagda banor.
* **Friidrottsanläggning** Sprintan allvädersbanor.
* **Gräsplan.** Ett flertal gräsplaner.
* **Motionsslinga,** grusplan m m.
* **Ishall**

Förläggning i olika prisklasser kan ordnas.

Ring eller skriv till Sundahallen
444 00 Stenungsund
Tel 0303-683 72

TRÄNINGS RESOR

Varför åka på träningsläger med oss?

Vi har många års erfarenhet av träningsläger för fotboll, simning och friidrott. Vi arrangerar även träningsläger för sporter som kanot, vattenpolo, karate osv.

Resorna går till länder med behagligt klimat och sportanläggningar i toppklass. Förläggning i allt från vandrarhem till lyxhotell.

Tack vare ett av marknadens bredaste urval kan vi kombinera **hög kvalité med låga priser.** Vill Du få ut någonting extra av träningen?

Satsa på träningsläger med oss! Välj bland dessa länder:

Marocko • Spanien • Tunisien
Holland • Jersey • Danmark
Grekland • Cypern • Jugoslavien

Airex NIKE TOURS

Box 7244, 103 89 Stockholm

Beställ broschyr idag! Tel 08-24 96 40, 040-30 15 00

Anabola steroider har ingen egentlig medicinsk funktion med undantag för Testosteron själv. Det finns 1990 bara två preparat kvar på Apoteken; **Halotestin och Mestoranum**. Vad jag vet kommer de att försvinna under 1991. De Anabola steroider som används smugglas således in till Sverige. Under första hälften av 1990 beslagtog tullen 200 kg! Anabola steroider. Om man utgår ifrån att tullen hittar max. 5% av det som smugglas, (tullens egna uppgifter), skulle det innebära att 8000 kg Anabola steroider smugglas in varje år, dvs mer än 300 000 tabletter per år!
Regeringen har velat ändra läkemedelsförordningen och tullbestämmelserna så att Anabola steroider jämställs med narkotika vad gäller straff mm. Då skulle Tull och Polis få större möjlighet att ingripa. Tyvärr har förslaget stoppats upp någonstans och när riksdagen får det på sitt bord vet vi inte idag. Tills dess straffas en smugglare bara för "olaga läkemedelshantering. En idrottsman som blir fast i tullen får med sig så mycket av preparatet som motsvarar hans vanliga behov under en viss tid. Är idrottsmannen utlänning och på inresa till Sverige, så får han tillbaka de beslagtagna tabletterna/ampullerna när han lämnar Sverige!

Av de olika anabola steroiderna är STANOZOLOL värt några rader.
Just Stanozolol har dopinglaboratorierna tidigare inte kunnat avslöja. De som varit insatta har därför använt Stanozolol. Till OS i Söul 1988 hade dock en testmetod tagits fram. Det var Stanozolol, som Ben Jonsson åkte fast på. Jag behöver inte säga mer.

Att Anabola steroider inte behövs och bör vara förbjudna är helt klart. Beträffande grundsubstansen själv, **TESTOSTERON,** har det varit svårare. Detta ämne eller hormon var således inte förbjudet vid OS i Moskva 1980. Olympiska spelen i Moskva särskiljer sig från många andra OS genom att inget positivt dopingfall hittades. Sannolikt hade de idrottsmän som ville använda anabola steroider gått över på Testosteron. Men både män och kvinnor bildar Testosteron.
Hur skall man då påvisa testosterondoping? Ja IOC har bestämt att om kvoten mellan Testosteron och Epitestosteron överskrider 6 så har idrottsmannen använt Testosteron. Det kan starkt ifrågasättas om detta med kvoten >6 verkligen håller juridiskt. Kvoten kan ju bli hög därför att mängden epitestosteron är mycket låg. Det hade vi en simmare vid SM i Mönda1 1986 som hade. Han skulle alltså ha blivit diskad om detta med enbart kvoten gällt. Som tur är kräver vi mer i Sverige, till exempel att mängden LH i urinen är mycket låg mm. Men IOC tillämpar kvoten benhårt, än så länge. Vår simmare skulle alltså bli fälld av IOC!

Det är kring Anabola steroider som ryktena har florerat. Starka misstankar har ju genom åren riktats främst mot DDR-flickorna i friidrott och simning, rykten som nu verkar bli sanna. Det har funnits många indicier på missbruk hos DDR-flickorna men ingen har blivit fälld vid dopingtest. Å andra sidan har deras eget laboratorium i Kreichau gjort flest analyser i hela världen och ingen DDR-simmare har fått åka utomlands utan negativ dopingtest. Man kan spekulera över sena, plötsliga återbud från DDR-idrottsmän och flickor. Var de inte "rena" ännu?

Det är på grund av det anabola steroidmissbruket som systemet med tester under träning har införts i Sverige. De som använder anabola steroider gör det ju under uppbyggnadsträningen på hösten/vintern. Därför är det viktigt att testa under dessa perioder. På samma sätt har RF skickat testpatruller till USA, så att ingen idrottsman skall få "orättvisa fördelar" genom att gömma sig i USA. RF skickar därför testpatruller till USA då och då.
Det skall bli intressant nu när DDR upphört och Västtyskland tagit över om de forna östtyska tjejerna blir lika dominerande som tidigare. Rent teoretiskt ger just behandling av tjejer/kvinnor bättre effekt än för män.
Man kan med anabola steroider få kvinnorna att närma sig män vad beträffar muskelmassa, muskelstyrka och därmed också simprestanda. Vid EM i Rom 1983 tog ju DDR dubbelt på alla kvinnliga simdistanser, samt vann alla 3 lagkapperna. Det var, som en svensk simtränare sa, omöjligt att ett land kunde dominera så. Det brukar alltid finnas någon superstjärna i något annat land. Eller föds alla talanger på damsidan bara i DDR?

Grupp I D utgörs av **Betablockerare** (Tabell 5). Detta är läkemedel som blockerar effekterna av binjurhormonen adrenalin och noradrenalin samt närstående ämnen. Dessa behövs för att kunna göra maximala tävlingsprestationer t.ex i simning. Användandet av beta-blockare har således helt motsatt effekt, de försämrar resultaten. Varför är de då förbjudna. Jo i precisionsidrotter, t.ex. skytte, slipper man skakningarna och nervositetsfenomenen och skjuter då bättre, sägs det.
Beta-blockare har alltså sitt värde bara i vissa idrotter, t.ex. simhopp. IOC tror också att en konstsimmerska skulle ha nytta av beta-blockare, men jag tvivlar. Under alla förhållanden så testas det vid OS i bara ett visst antal idrotter, bland annat simhopp och konstsim.

Dopingstämpeln på **Beta-blockarna** skapar många problem. De är bland de mest använda läkemedlen och används vid högt blodtryck, hjärtrytmrubbningar, angina pectoris, efter hjärtinfarkt, mot migrän och menstruationsproblem mm. Genom dopingstämplen omöjliggör IOC det för vissa idrottsmän att idrotta, vilket är verkligen synd.

Grupp 1 E utgörs av **Urindrivande medel = Diuretika** (Tabell 6). Dessa medel är förbjudna av två skäl. Dels kan idrottsmannen genom att använda dem snabbt minska i vikt så att han/hon väger in i en lägre viktklass. Det andra skälet är att med diuretika kan man späda ut koncentrationen av t.ex. anabola steroider så mycket att det inte går att till 100% bevisa förekomsten i urinen. Men diuretika är också mycket vanliga läkemedel mot hjärtsvikt, hypertoni, mensproblem mm. Man får inte bära på någon sjukdom om man vill idrotta utan risk för att åka fast för doping.

Den sista gruppen, **Grupp 1 F**, utgörs av peptidhormoner och analoger (Tabell 6).

Tabell 6
Peptidhormoner och analoger

HCG (=Humant Choriongonadotropin)
ACTH (Binjurebarkstimulerande hormon)
HGH (=Mänskligt tillväxthormon)

Som framgår av Tabell 6 är detta olika hormon. **HCG** tillverkas från moderkakor och har den effekten att den förmår testiklarna att producera mer Testosteron. Användandet av **HCG** kan alltså jämställas med bruk av **Testosteron eller Anabola steroider.** Förbudet mot **HCG** är alltså logiskt.

ACTH verkar genom att öka binjurebarkens produktion av Cortison, som ju också är förbjudet (Grupp III D). Därför är **ACTH-förbudet** logiskt. Hur man skall kunna skilja tillfört **ACTH** från egenproducerat **ACTH** vet vi inte ännu.

Tillväxthormon =
HGH eller Somatotropin frisätts från undre hjärnbihanget = hypofysen. Det är ett mycket aktivt hormon med stora effekter på ämnesomsättningen framförallt socker-

och fettomsättningen. Det styr också barns tillväxt. Vid brist på HGH så blir barnen "Symetriska dvärgar". HCG:s medicinska användningsområde är alltså främst för att motverka kortvuxenhet på grund av brist på tillväxthormon. HGH har länge varit en utpräglad bristvara. Tidigare framställdes det genom extraktion från hypofyser från avlidna. Det gick åt ca 15 personers hypofyser för en sats HGH. Detta innebar att man inte kunde behandla alla barn som behövde HGH pga brist på hypofyser. Numera kan dock HGH framställes med så kallad DNA-hybrid teknik och hur mycket som helst. Därigenom har HGH blivit ett dopingproblem.

Det finns idag flera undersökningar som visar att **HGH** har samma eller t.o.m. bättre effekt än **Anabola steroider.** I själva verket medieras sannolikt effekten av anabola steroider via **HGH**. Det är alltså en omväg att använda Anabola steroider. Den amerikanska kvinnan Florence Joyner-Griffith, som var så dominerande i Söul beskylls för att ha använt **HGH**. Hennes osannolika resultatförbättring indikerar ju för övrigt någon manipulation. Men så länge det inte är bevisat kan man inte fälla eller påstå att hon var dopad. Beträffande **tillväxthormon** har man ännu analytiska problem. Man kan ännu inte i test avslöja missbruk av HGH. Däremot är det ingen konst att påvisa **Tillväxthormon.**

Jag återkommer i kommande nummer av **Simsport** om **Grupp II** och **Grupp III.** Hur skall nu en idrottsman,som är sjuk göra? Kan han ta vilken medicin som helst? Finns det risk att bli fälld för doping av misstag? Vilka mediciner är tillåtna och vilka mediciner är förbjudna? Ja detta är stora viktiga frågor. I en separat artikel tar jag upp detta närmare.

Bengt O Eriksson

Landslagsläkare Bengt Eriksson är en internatinell storhet i idrottsvärlden.

Följande citat är ur den inbjudan till konferenser som VM-arrangörerna tillsammans med FINA skickade ut till koferensedelegaterna.

"Bengt O. Eriksson, M.D., Ph.D is Associate Professor, Dept. Pediatrics, Gothenburg University, Sweden. He is considered to be the "Father of European Swimming" and is well known for his excellent work in longitudinal studies of Swedish female swimmers."

Tabell 1.

IOK:s lista över dopinggrupper och metoder.

I. Dopinggrupper
- A. Stimulantia
- B. Narkotiska analgetika
- C. Anabola steroider
- D. Betablockerare
- E. Urindrivande medel
- F. Peptihormoner och analoger

II. Dopingmetoder
- A. Bloddoping
- B. Farmakologisk, kemisk och fysisk manipulation

III. Läkemedelsgrupper underkastade vissa restriktioner
- A. Alkohol
- B. Marijuana
- C. Lokalbedövningsmedel
- D. Kortikosteroider

Tabell 2.

I. Dopinggrupper

A. Stimulantia, t ex

amfrepamon, amfetaminilm, benzfetamin, efedrin, etamivan, fendimetrazin, fenkamfamin, fenproporex, fenylpropanolamin, klobenzorex, klorprenalin, katin, klorfentermin, kokain, krotetamid, (beståndsdel i "micoren"), metamfetamin, metylefedrin, morazon, pemolin, pipradol, propylhexidrin, stryknin, amfetamin, amifenazol, dimetamfetamin, etafedrin, N-etylamfetamin, fenetyllin, fenmetrazin, fentermin, furfenorex, katin, klorfentermin, koffein, klobenzorex, klorprenalin, kropropamid, (beståndsdel i "micoren"), mefenorex, metoxyfenamin, metylfenidat, niketamid, pentetrazol, prolintan, pyrovaleron,* samt närbesläktade ämnen.

* beträffande **koffein** definieras ett positivt prov enligt följande: -om koncentrationen i urin överstiger 12 mikrogram/ml.

Tabell 3.

B. Narkotiska analgetika t ex

alfaprodin, buprenorfin, dextropropoxifen, dipipanon, etylmorfin, heroin(diacetylmorfin), levorfanol, morfin, pentazocin, trimeperidin, anileridin, dextromoramid, dihydrokodein, etoheptazin, fenazocin, kodein, metadon, nalbufin, petidin, samt *närbesläktade ämnen.*

Tabell 4.

C. Anabola steroider t ex

*bolasteron, dehydroklormetyltestosteron, fluoximesteron, mesterolon, metenolon, nandrolon, oxandrolon, oximetolon, testosteron**, boldenon, klostebol, metandieno, metyltestosteron, noretandrolon, oximesteron, stanozolol,* samt *närbesläktade ämnen.*

** beträffande testosteron definieras ett positivt prov enligt följande: användning av testosteron eller annan hantering som resulterar i att testosteron/epitestosteronkvoten i urin överstiger 6.

Tabell 5.

D. Betablockerare t ex

acebutolol, atenolol, metoprolol, oxprenolol, sotalol, alprenolol, labetalol, nadolol, propranolol, samt *närbesläktade ämnen.*

Tabell 6.

E. Urindrivande medel t ex

acetazolamid, bendroflumetiazid, bumetanid, furosemid, kanrenon, klortalidon, spironolakton, amilorid, benztiazid, etakrynsyra, hydroklorotiazid, klormerodrin, mersalyl, trimteren, samt *närbesläktade ämnen.*



ÄR NORMAL MEDICINERING EN RISK FÖR POSITIVT DOPINGTEST?



Av
Bengt O. Eriksson

Idrotten arbetar hårt mot doping. Mycket strikta regler har stiftats. Straff utmäts mot den som bryter mot dessa regler. I Sverige ger t.ex.misbruk av anabola steroider idrottens strängaste straff - avstängning från all idrottslig verksamhet upp till 2 år.

Vad som är doping framgår av tidigare artiklar i Simsport. Riksidrottsmötet har i RF:s regler stadgat vad som är doping och hänvisar därvidlag till Internationella Olympiska kommitténs regler. IOC har gjort upp en lista på vilka medel och metoder mm som är att betrakta som doping. Många av de listade ämnenena är också läkemedel och kan inhandlas med eller utan recept i Sverige och utomlands. Väldigt få läkare vet om vilka läkemedel som är dopinglistade. Om läkare inte vet det hur skall den enskilde idrottsmannen veta det då?
RF har insett att detta är ett väsentligt och stort problem. I akt och mening att hjälpa Idrottssverige ger därför RF i samarbete med Apoteksbolaget ut **IDROTTENS RÖDA LISTA.** I den finns alla dopingförbjudna läkemedel som var registrerade av Socialstyrelsen per den 1/7 1990 uppförda och i bokstavsordning. Dessutom är listan, som har plånboksformat försedd med en hel del förklarande text. Listan trycks i 50.000 ex per år och förnyas per den 1/7 varje år. Den finns tillgänglig **GRATIS** på alla apotek i Sverige men kan också rekvireras direkt från Apoteksbolaget i Stockholm eller från RF på te1.08-605 60 00.

För dig som ledare, tränare, sjukgymnast eller läkare inom simningen borde det vara en självklarhet att alltid ha på dig RÖDA LISTAN. Du kan förse dina aktiva simmare med den. Ha med dig den vid tävlingar,på utlandsresor mm. Simförbundet borde ha som rutin att till alla landslagsuttagna distribuera RÖDA LISTAN med varJe rese-PM. Eftersom listan är gratis och tillgänglig i i stort sett obegränsad mängd finns det ingen ursäkt att man inte införskaffat den.

Men IDROTTENS RÖDA LISTA innehåller bara det som är förbjudet. Hur gör man om det läkemedel man fått utskrivet inte står på listan. Är det tillåtet eller har det tillkommit sedan listan trycktes. Om medicinen är inköpt utomlands så står den inte på listan. Vågar jag ta medicinen då?

Ja det finns många, viktiga, väsentliga frågor som idrottsmannen ställer sig. De är desto väsentligare som Riksidrottsnämnden, idrottens Högsta Domstol, i en förklaring till diskningen av Håkan Södergren gjorde ett förtydligande. Varje idrottsman eller kvinna är skyldig att hålla reda på om den medicin han/hon använder är tillåten eller inte. Det går inte att skylla på att man inte visste eller att man trodde att medicinen var tillåten eftersom läkaren ordinerade den!
Så här sitter idrottsmannen i knipa. För att vara helt säker så borde man inte äta någon medicin överhuvudtaget. Men om man nu måste. Hur gör man då? Hur kan man undvika "ofrivillig doping", som Anna-Karin Eriksson råkade ut för.
RF:s Dopingkommision har därför vidtagit ytterliggare åtgärder. Sålunda innehåller såväl FASS som Patient-FASS ett kapitel om Doping. Men det räcker inte.

Det har länge funnits ett starkt önskemål om en grön lista - **IDROTTENS GRÖNA LISTA.** En lista som direkt talar om vad som är tillåtet. En lista där du som enskild idrottstjej eller kille kan se efter om den medicin du ordinerats är tillåten eller ej. Om den inte står i tillåtna listan bör man betrakta den som förbjuden. Önskemål om denna lista har funnits länge. RF:s Dopingkommision har dock funnit det jobbigare och mer omfattande att ge ut en GRÖN LISTA tills för någon månad sedan. Men nu finns den - IDROTTENS GRÖNA LISTA. Det lyckades inte RF att få Apoteksbolaget att vara sponsor för denna lista. Därför har RF gett ut den i offsettryck direkt från min ordbehandlare, tryckt av RF själv och försedd med ett GRÖNT OMSLAG.
Denna IDROTTENS GRÖNA LISTA är egentligen en bok i A4 format och på 60 sidor. RF har i första omgången tryckt upp den i 1000 ex och säljer den till självkostnadspris, kr. 20:-. Förhoppningsvis röner den så stort intresse att det går att finna en sponsor så att den kan tryckas och i A5 format. Meningen är att den skall på samma sätt som RÖDA LISTAN uppdateras varje år, lämpligen per den 1/7.
Den GRÖNA LISTAN har ställts upp annorlunda än den röda. I den GRÖNA LISTAN har läkemedlen satts upp efter användningsområde, t.ex. hostmediciner så står det vilka som är tillåtna. På detta sätt är medicinerna listade efter sjukdomarna/symptomen och hur framgår dels av innehållsförteckningen i början, men också i ett alfabetiskt register på slutet. I detta finns f.ö. inte bara GRÖNA mediciner, dvs tillåtna utan även förbjudna, dvs RÖDA. Dessa senare är skrivna med kursiverad stil och dessutom utmärkta med asterisk före och efter namnet.

För att göra **IDROTTENS GRÖNA LISTA** komplett som information har också den **RÖDA LISTAN** medtagits liksom RF:s dispensregler och vad som gäller nationellt.
Det har varit och är RF:S Dopingkommisions inställning att framförallt hjälpa idrotten att inte komma i delo med de strikta dopingreglerna. Med både den RÖDA LISTAN och nu den GRÖNA LISTAN borde ingen ofrivvlig doping behöva uppkomma.
Du som aktiv idrottsman eller kvinna, du som ledare eller tränare, du som läkare, sjuksköterska eller sjukgymnast och inte minst du som förälder. **DU MASTE SKAFFA DIG IDROTTENS GRÖNA LISTA OCH DET SNARAST.** Ring RF 08-605 60 00 och beställ ditt ex. redan idag. De 1000 ex som finns är redan hårt åtgågna. SKAFFA DEN SNARAST.
Är det sedan så att du tycker den är bra så tala gärna om det för de du träffar. Vi i RF:s Dopingkommision skulle uppskatta det mycket. Har du synpunkter på innehåll, uppställning och layout så hör av dig. Alla synpunkter emottages med tacksamhet. Kan vi/jag göra den ännu bättre så är ingen gladare än jag. För det föll faktiskt på mig att i RF:s Dopingkommisions namn jobba fram den.
Med Idrottens gröna lista borde inga problem beträffande vanlig medicinering längre förekomma.

SHAMPO

I ENGÅNGS FÖRPACKNING

Även priset är rätt.



Där behovet av portionsförpackningar finns kommer Blue Rose hygienprodukter in. Genom noggrann kvalitetskontroll framställs endast miljövänliga och allergifria produkter, vilket är ett nutidskrav.

Genom bredden i sortimentet tillfredställs Dina och andras önskemål. Vi har: Shampon från olika slags örtväxter, fruktshampon, shampo för torra hår, strukturstärkande proteinshampo, hårbalsam, antimjällshampo, duschcremer och mycket annat.

AB LA FAYETTE

Brunkebergsgatan 3, S–416 62 Göteborg, Sweden
031 – 19 44 11

TURISM & FRITID KRISTIANSTAD

SIMMA LUGNT! VI FIXAR ALLT!

Vi kan ordna hela paket med logi, mat, träning mm i Degeberga eller Åhus-området.

Träning i forskarbassängen, 50 m i underbar natur med skyddat läge i bokskogsklädd ravin eller i Kantarellbadet strax intill havet med fantastisk, milslång sandstrand.
Ring Kristianstads Turistbyrå och tala med Inga-Britt Bengtsson tel. 044-13 53 35 eller 12 19 88.

Adressen är
Kristianstads Turistbyrå , Stora Torg
291 32 Kristianstad

VÄLKOMMEN TILL NORDÖSTRA SKÅNE



STF Vandrarhem är toppen!

Träningsläger? Bortamatch? Grupper?
Bo på vandrarhem från **56:-** per bädd!



Ring och beställ gratisbroschyr 08-790 31 00, eller skicka in kupongen till STF Vandrarhem, Box 25, 101 20 STOCKHOLM

Beställningskupong, skicka broschyr.

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Tel nr: _____

SVENSKA TURISTFÖRENINGEN

Extra årsmöte 1990-10-13

Lördagen den 13 oktober befann jag mig som representant för Dalarnas Simförbund vid det extra årsmötet. Vid ett förmöte med distriktsombuden gick diskussionerna höga, men något egentligt resultat kom vi inte fram till. Men det var väl inte att förvänta sig med den korta tid vi hade till vårt förfogande.

Vid själva årsmötet stöttes och blöttes det mesta. Efter ett kraftigt JA till att stödja svensk simning med ca 1,2 miljoner kronor från medlemmar och klubbar skulle självavägen till inhämtande av medlen tas fram. Så småningom utkristalliserades något användbart.

A) Det tvådelade förslag som styrelsen lagt och dels andra förslag från distrikten.

B) Skånes förslag om att "uttaxera" 15:- per enskild medlem. Detta skulle innebära en intäkt i storleksordningen 1,5 miljoner på ett bräde med liten administration.

C) Simregion Mitt med Dalarna, Gästrikland, Hälsingland och Uppland förordade en variant av styrelsens förslag. Modifieringen gällde en uttaxering med 5:- per medlem. Via Göran Humling lämnades förslaget uträknat och klart till årsmötesledningen.

Från Bengt Nilsson, S 02, framlades ett förslag om att de klubbar som har SM-representation i alla 4 simdisciplinena skulle ha ett tak på 12.000:-.

Omröstning vidtog och efter 3 omröstningar stod två alternativ emot varandra. Styrelsens B-förslag, innebärande 10:- per enskild medlem samt startavgifter på SM-, JSM-, SUM-SIM/EJM kval samt SUM-SIM region, samt det förslag som Simregion Mitt framfört.

Vid den följande öppna röstlämningen blev det tyvärr så att ett fel uppstod vid sammanräkningen och voteringen fick därfö göras om. Som sedvanligt är, blev resultatet annorlunda och utfallet blev att styrelsens förslag vann. Allt i demokratisk ordning, eller ...

Kontentan av denna omröstning blev att årsmötet röstade fram ett beslut som medför att föreningsmedlemmar och svenska simföreningar skall förstärka Simförbundet med, inte 1,2 miljoner som vi röstade igenom först utan med ca 1.5-1,7 miljoner kr.

Kanhända gjordę detta att den styrelseledamot som tidigare uppbragt väst till Simregion Mitt att "nu får ni verkligen se till att pengarna kommer in" istället kunde le i mjugg och tänka att svensken är lättstyrd.

Nu kan ju föreningarna se över sina medlemsmatriklar och räkna bort de medlemmar som ändå inte är aktiva och därmed kanske vi bara kommer upp till dessa 1,2 miljoner i slutet ändå.

Själv blir jag riktigt uppbragt över mig själv för min oförmåga att bryta in och protestera när det kanske skulle behövas. Mötesordningen säger ju ifrån att man skall hålla sig någorlunda till spelets regler. Så ingen tycker till eller reagerar spontant och så blir det som det blir.

Ingen kom sig heller för att ställa kravet på styrelsen att de medel som inflyter till simförbundet den här vägen, skall vara spärrade tills styrelsen kan visa att man dragit in lika mycket pengar genom sin resursgrupp.

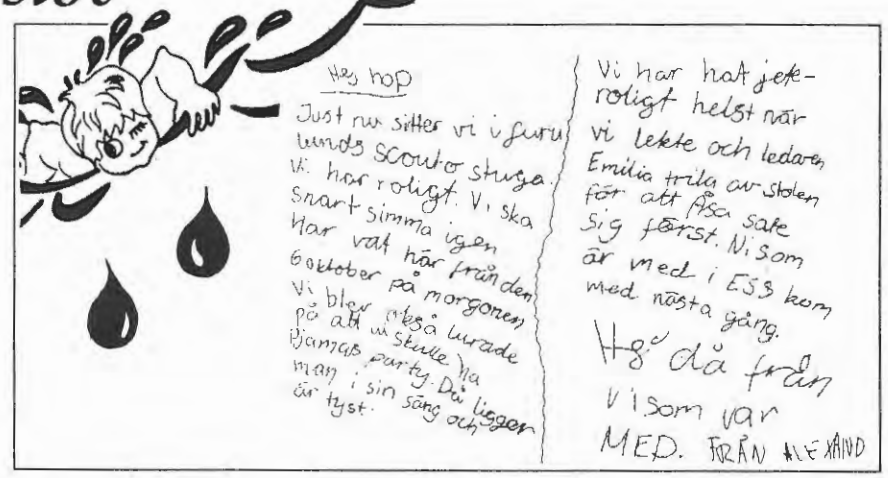
Det tog liksom slut när sista voteringen var genomförd det gick upp för mig och flera att de distrikt som INTE alls ville vara med och finansiera från början stämde in i kören och röstade för det dyraste förslaget. Vad menar man egentligen? Prata om velighet. Till årsmötet 1991 kan man förhoppningsvis ha utvärderat detta beslut och dragit vettiga slutsatser av det första försöket att förstärka simförbundets finanser ur medlemsleden.

Man säger ju att "man lär så länge man lever och lever så länge som man lär". En visdom som inte är att förakta. Det blir i vilket fall som helst inte lätt att redovisa för klubbarna att vi hänger ännu fler tunga kvarnstenar om deras halsar. Visserligen skall "uttaxeringen", vilket oläckert ord egentligen, tas från de enskilda medlemmarna men startavgifterna ligger på klubbarna. Det är tur för svensk simning att många svenska simföreningar består av "de galningar som Lars-Erik Paulsson efterlyste". Fast det kanske inte var riktigt så vår avträdande simkapten tänkte.

Med vänlig hälsning
Carola Ericsson

Lägerrapport Eslöv

Många av landets simklubbar har egna klubbtidningar. I Eslöv heter den Vattenblaskan. Vi fick ögonen på en lägerrapport från simningens första förberedande som vi inte vill undanhålla våra läsare. Visst är det härligt när det böjs i tid. Håll till godo.



Svenska simtränare!

Nu ger vi järnet!



Ni har säkert läst i pressen att jag hade synpunkter på hur tränarna bedriver sin träningsverksamhet nu, jämfört med "förr i tiden".
Mitt uttalande kom efter frågan: "Vad är det för fel på de svenska simmarna?"
Jag dristade mig då att säga: "Vi skall kanske inte leta fel bland simmarna, utan felen kanske finns i tränarkåren."
Vad som sedan stod att läsa i olika tidningar kan sammfattas så här: En del sa jag inte, en del blev omformulerat en del sa jag. Nåväl. Detta är vad jag menar.
Jag har varit tränare i drygt 20 år. Under dessa år har den svenska tränarkåren genomgått stora förändringar. Den mest markanta förändringen är övergången från ideella "galningar" till heltidsanställda, fackanslutna, kompliciga, semestermedvetna "tjänstemän".
En annan stor förändring bland tränarkåren är "avprofileringen". Jag hävdar att slutet av 80-talet hade färre profiler, någon har mindre aktningsvärt använt uttrycket "elefanter", än svensk tränarkår någonsin haft.
Förmodligen har tjänstemanna-utvecklingen bidragit till detta. Jag erkänner att jag själv har utvecklats från "galen tjänsteman" till "tjänsteman". Jag har nämligen varit heltidsanställd sedan 1971. Min lust för veckoslut i Tyringe, Broby, Osby och andra världsmetropoler har med åren avtagit. Trots detta har jag haft turen att ha duktiga simmare i mitt gäng.
Men, hur bra hade de inte varit, om de fått samma veckoslutsdos som mina 70-talssimmare fick?
Jag noterar också att mina kollegor i simdistrikt Skåne också tappat lusten för grovjobbet. Det är fler skidresor, grillkvällar och annan trevlig samkvämsverksamhet än resultatinriktad simträning. På 70-talet for vi runt och jagade helgträning i ett stort och mycket simgalet, högmotiverat tränargäng. Vem kan glömma Tommy Malmsten, Jerry Liljegren, Olle Kylborn, Roland Lundin med flera.
Jag påstår mig också veta att trenden inte ser speciellt annorlunda ut i övriga Sverige.
I denna min negativa bild finns det givetvis också lysande undantag, entusiaster med den "galna simblicken", tränare som verkligen har mer GO i bagaget än laktatkurvor och frekvensstatistik.
Jag menar inte att på något sätt negligera kunskap, vetenskap eller någon annan form av "skap" som påverkar idrottens utveckling, men det handlar till sist ändå om motivation, glädje, bassängkondition, höga mål och "galna" metoder.
Vad vill jag då att vi skall göra?
Jo, utan någon speciell rangordning följande:
- Arbeta tillsammans, skapa partnership med närliggande klubbar så att simmarna kan få full träning och tränarna sin fritid.
- Stimulera varandra genom att få tillbaka en konstruktiv simdebatt i Sverige. Sluta leta fel på grannens träning.
- Fler stockholmssatsningar som kan mynna ut i en gemensam sverigesatsning.
- Få liv i tränarföreningen. Ja, jag vet att det börjar bli viktigt för mig som förbundskapten att ha en "direktlinje" till tränarna.
- Fler tränarträffar i kompisanda där de "galna" idéerna kan få fritt spelfält.
- Utnyttja de "gamla fina årgångarna" av simmare, lyssna på deras erfarenhet, ta del av deras tips.
- Få igång de pensionerade "galningarna". Inte nödvändigtvis som tränare, men deras ledaregenskaper bör inte förspillas ut i intet, (välkommen tillbaka Tomas Jansson).
- Dela med oss av glädje och entusiasm. Glada och goa coacher serverar tuff träning i lustförpackning.
Ja, listan kan bli längre.
Sitt nu inte hemma i stugan och sura för att jag haft en del synpunkter på hur jag upplever tränarutvecklingen. Även om jag började den här krönikan i moll, så hoppas jag att mitt budskap gått fram.
Låt oss tillsammans göra svensk simning bättre genom att hjälpas åt och servera simmarna mycket och bra träning.
Våra svenska ungdomar har lika mycket talang som övriga simmare i världen.

Ge järnet
Hans Chrunak

Forts. från sidan 32

de valfria hoppen

Herrar

1 m: 9.5 + genomgående 2•-hopp
3 m: 9.5 + genomgående, alla rot. hopp i pik
10 m: 7.6 + genomgående 3•-hopp

- Alltid hålla en kontinuitet i basträningen, såväl på land som vattenträning.
Detta även i samband med tävlingar. Ej enbart "serieträning".
- Nedslagsträning
Det ägnas på denna nivå tid för nedslagsträning mycket mer än vad man kan tro. Inte bara genom vanliga fall från 1 - 10 m, utan även genom andra övningar.
Ex. 3• framåt på studs från 3 m - innan samma hopp från 10 m 1• baklänges volt (c) från 3 m - innan 3• bakåt från 10 m
Det hela gäller inte "bara" nedslag - utan att kunna fullfölja varje enskilt hopp och placera detta med ett "försvinnande bra nedslag".
- Lär in att jobba på mjuk svikt.
Ytterst få av hopparna använder en "hård sviktinställning". Mer än 90% har sviktrullen inställd på läge längst bak än näst intill. Man utnyttjar sviktens kapacitet så mycket som möjligt. Dessutom kan minst lika många studsa på svikten ordentligt. Detta vet jag betraktas på olika sätt i Sverige, men jag kan bara konstatera att så är det och rnan använder det dagligen i träningen.
Det finns ytterligare delar, men detta får räcka t v.
Om jag skulle få ge en rekommendation till våra junior- och ungdomshoppare vill jag nämna tre delar:
- Alltid hålla igång grundhoppningen, (dvs allt från fall, fothopp till

Forts. på sidan 57



Varför inte lägga nästa träningsläger i solen söderut?
Kontakta vår gruppreseavdelning!

atlas

R E S O R

Stockholm: 08-669 00 40, Göteborg: 031-17 65 05,
Malmö: 040- 10 39 75.

STF Vandrarhem är toppen!

Träningsläger? Bortamatch? Grupper?
Bo på vandrarhem från **56:-** per bädd!



Ring och beställ gratisbroschyr 08-790 31 00, eller skicka in kupongen till STF Vandrarhem, Box 25, 101 20 STOCKHOLM

Beställningskupong, skicka broschyr.

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Tel nr: _____

SVENSKA TURISTFÖRENINGEN

Dagbok

Februari

Simning

2-3 Hindersmässodoppet, Örebro
3 KSLS-Knatte, 10-12, Kristianstad
3 Sollefteå-Sim, S, J, U, Sollefteå
3 Sikstimmet, U, Holmsund
8-10 JDM, 25 m, (alt. 15-17/2)
8-10 Norrländska Mästerskapen, Kalix
9 USF-Cupen, Fl 11 o y, Po 12 o y, Uddevalla (USF)
10 Domusdoppet, Ludvika
16-17 Kramfors Sprint Open, Kramfors
23-24 Masdoppet, Borlänge
23 Magplasket, Fl 16 o ä, 11 o y, Po 17 o ä, 12 o y Lysekil
24 Järnia Cup, Ulricehamn (Åsunden)

Hopp

1-3 Läger, morgondagare (C+D)
10 Rikstävling II

Konstsim

1-3 Ludvika Synchro, Ludvika

Masters

5-10 New Zealand Masters Games, 25 m, NZL
23-24 Southern Country LC Open, 50 m, ENG

Mars

Simning

2-3 Korrugal Cup, Finspång
2-3 Coca-Cola Sprint, S, J, U, Eskilstuna (ESS)
2-3 Solar Formo Freestyle, 14 o y Malmö (Ran)
2 Stenungsdoppet, neg. kvaltider, alla klasser, Stenungsund
8-10 JSM, 25 m, Sundsvall
9-10 Nordiska Ungdomssimspelen, 25 m, Fl 13 o y, Po 14 o y, Västerås
9-10 Sponsor-Cupen, 16 o ä, 15 o y, Hässleholm
9 Trandoppet, Falköping
10 Cellbes Cup, 12 o y, Sandared (Kristineberg)
10 Sparbankens Miniålasim, 13 o y, Kristianstad (Åhus)
10 Nya Sparbanksdoppet, Kumla
10 Winner Cup, Karlshamn
10 Vårplasket, Fl 13 o y, Po 14 o y, Uddevalla (USF)
13-14 World Cup, 25 m, Milano, ITA
15-17 DM, 25 m, (alt. 22-24/3)
15-17 Nordiska Ungdomssimspelen, 25 m, Fl 14-16, Po 15-17, Linköping
16-17 World Cup, 25 m, Bonn, GER
16-17 Sollentuna Simfestival, Fl 18 o ä, 17 o y, Po 19 o ä, 18 o y, Tureberg
17 Lilla Grumscupen, (alt. 24/3), 13 o y, Grums
17 Öjebyspelen, S, J, 16 o y, Öjebyn
19-20 World Cup, 25 m, Malmö
23-24 World Cup, 25 m, Rostock, GER
23-24 Lergökasimmet, Fl 12 o y, Po 13 o y, Ängelgelholm
23-24 Jobsson Cup, Varberg
24 Osby Simmet, Fl 12 o y, Po 13 o y, Osby
24 Burträsk lagtävling, Burträsk
26-27 World Cup, 25 m, Leningrad, URS
29-30 World Cup, 25 m, Sheffield, GBR
29-30 8-Nationers, (EJM-Gruppen), 50 m, Milano, ITA
31 Hagasimmet, Fl 15 o y, Po 16 o y, Örebro Karlslund)

Hopp

15-17 SM, Uppsala
16-17 Int. tävlingar, Strasbourg, FRA
21-24 Europacupen, Sheffield, GBR
29-31 VaU Diving Comp, Vantaa, FIN
31 Rikstävling III

Konstsim

1-3 Sovjet Women, Moskva, URS
8-10 Junior-SM, Ludvika
22-24 Nordisk Juniorlandskamp, FIN
27-28 H.C. Andersen Cup, Odense, DEN

Polo

14-15 PSM A-final

Masters

10 Basingstoke Open Masters, Hampshire, ENG
22-24 Svenska Öppna Masters, 25 m, Linköping
29-31 2:e Int. Open Masters Challenge, 50 m, Coventry, ENG

Svenska Mastersrekord satta vid Åbne Kobenhavnske Masters den 17 november 1990 i Kastrup Svömmehal. (25 m)

50 m ryggsim damer
I 65-69 46.34 Kristina Vadem

50 m frisim damer
I 65-69 41.38 Kristina Vadem

50 m ryggsim herrar
L 80-84 1.02.69 Sigge Engren

50 m frisim herrar
J 70-74 34.30 Arne Jutner
L 80-84 47.32 Sigge Engren

50 m bröstsim herrar
D 40-44 33.61 Tommy Arneving
H 60-64 38.68 Johnny Lysell

100 m frisim herrar
J 70-74 1.20.84 Arne Jutner

100 m bröstsim herrar
D 40-44 1.15.94 Tommy Arneving
F 50-54 1.24.05 Lennart Frőstad
H 60-64 1.31.35 Johnny Lysell

100 m medley herrar
F 50-54 1.11.25 Peter Bergengren
J 70-74 1.44.31 Arne Jutner

100 m fjärilsim herrar
F 50-54 1.12.98 Peter Bergengren
G 55-59 1.33.60 Leif Gellberg

Upptäck Landskrona!

- Simma snabbt på Citadellbadet

•

Idrottsläger och lägerskolor
i unik miljö vid kusten

Lägergård med 37 bäddar
Semesterby med 74 stugor

•

Närhet till fina anläggningar

•

Attraktiva prisnivåer

•

Förbindelser med Köpenhamn och Ven
Även planer, hallar mm.

FRITID
LANDSKRONA

Information: Fritid Landskrona Tel 0418-791 21
Turistbyrån Tel 0418- 169 80

SIMHALLARNA
GÄLLIVARE

Simträning i Gällivare simhall innebär skidåkning på Dundret. Det som gör ett träningsläger i Gällivare till ett läger utöver det vanliga. Till ett läger som man minns länge. Det är inte bara de fina träningsmöjligheterna för simning.
Tre simhallar, tempererad bassäng, sporthall, bowlinghall, ridhus, fotbollsplan med konstgräs, golf,-minigolf och fritidsgård.
70 m hoppbacke samt skytteanläggning.

Bokningar och förfrågningar:
Gällivare Fritidskontor
0970-186 65
Simhallsföreståndare
Krister Karlsson
0970-186 61

Friska GÄLLIVARE

90-talets skraplott TRIO
bruttoförtjänst 3.750:-



Ja tack, jag vill ha mer information om TRIO-lotten
Förening _____
Kontaktperson _____
Adress _____
Postadress _____ Telefon _____

Skicka kupongen till:
KÄVLINGE LOTTERISERVICE, Box 22, 244 21 Kävlinge

KÄVLINGE LOTTERISERVICE
046-73 09 12, 73 24 02. Telefax 046-73 48 92

LINDESBERGS KOMMUN

MED UTMÄRKTA RESURSER FÖR SIMLÄGER MM.

50 M TEMPERERAD BASSÄNG I FELLINGSBRO
LOGI I OLIKA ALTERNATIV,
KONKURRENSKRAFTIGA PRISER,
KOMLETTERANDE AKTIVITETER
PÅ SAMMA OMRÅDE,
TENNIS-ELLJUSSPÅR-BOLLPLANER MM.

NU ÄVEN 25 M TEMPERERAD BASSÄNG
I LINDESBERG.
MED ÄVENTYRSBAD OCH RELAXAVDELNING.

KONTAKTA FRITIDSKONTORET
TEL. 0581-811 60-62

Sum-Sim riksfinal

15-16 december 1990, Umeå, 25 m

1. 4x100 m fritt, fl 12 år o yngre
1. Vellinge Näset SK, 4.27.96, Maria Romberg, 1.09.29, Caroline Veraeus, Sara Andersson, Therese Holmqvist
2. Upsala S, 4.28.69, Katarina Enskär, 1.06.87, Linda Holmberg, Sara Björk, Katharina Häll
3. SK Triton, 4.29.85, Christina Alehem, 1.07.03, Sara Andersson, Caroline Jarbo, Helena Westlund
4. Borlänge SS, 4.32.31, Kristine Persson, 1.05.94, Maria Gustavsson, Emma Hovlind, Linda Svensson
5. Ängelholms SS, 4.33.62, Madeleine Assarsson, 1.08.56, Alexandra Ockedahl, Ida Persson, Ann-Louise Assarsson
6. Kungälvs SS, 4.36.92, Jenny Karlsson, 1.08.56, Sofia Mattsson, Carita Carlsson, Anna Ericson
7. Klippans SS, 4.37.33, Carina Hellman, 1.08.50, Maria Carlsson, Linda Olsson, Elisabeth Andersson
8. SK Laxen, 4.37.70, Linda Waide, 1.07.55, Johanna Smith, Åsa Börjesson, Fia Karlsson
9. Kristianstads SLS, 4.38.31, Sandra Persson, 1.11.51, Elin Krantz, Karin Mauritzon, Frida Hessung
10. Växjö SS, 4.39.33, Hanna Börjesson, 1.06.78, Frida Johansson, Anna Jansson, Kajsa Andersson
11. Ystads SS, 4.41.09, Maria Gruvstedt, 1.09.83, Maria Persson, Annika Nilsson, Miriam Genetay
12. Katrineholms SS, 4.41.76, Frida Eriksson, 1.08.91, Åsa Erlandsson, Anna Lindblom, Caroline Jonsson
13. Östersunds SF, 4.42.99, Johanna Gällman, 1.04.77, Karin Andnor, Malin Bystedt, Lina Rehnstedt
14. SS Artemis, 4.43.17, Sofie Schön, 1.08.82, Anneli Mårtensson, Linda Nilsson, Marie Johansson
15. Helsingborgs S, 4.51.23, Anna Kideborn, 1.07.80, Anette Jönsson, Carolina Wennerberg, Malin Engström
SK Ran, diskv.

2. 400 m fritt po 12 år o yngre
1. Mattias Thuresson, SS Artemis, 4.31.39
2. Niklas Svensson, SK Ran, 4.31.54
3. Joakim Mårtensson, Ystads SS, 4.44.60
4. Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 4.46.47
5. Patrik Malmunger, SK Ran, 4.47.35
6. Tom Lennartsson, Vellinge Näset SK, 4.51.93
7. David Nordgren, SPIF, 4.53.95
8. Håkan Djusberg, Östersunds SF, 4.54.15
9. Kent Bennvid, SK Ran, 4.54.21
10 Jonas Enberg, Turebergs IF, 4.55.44
11 Matthias Ohlin, Trelleborgs SS, 4.57.28
12 Fredrik Kjerrström, Skärets SS, 4.59.16
13 Thomas Francke, Ystads SS, 5.00.54
14 Andreas Gustavsson, S 02, 5.01.94
15 Daniel Ivansson, SK Laxen, 5.03.87
16 Mattias Hansson, Ystads SS, 5.08.01

3. 200 m bröst, fl 13 år
1. Angela Fox, Kristianstads SLS, 2.45.37
2. Caroline Larsson, Eskilstuna SS, 2.47.51
3. Marianne Pettersson, Lysekils SS, 2.49.14
4. Linda Olofsson, Trelleborgs SS, 2.50.23
5. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 2.51.11
6. Annika Bjärenstam, Ängelholms SS, 2.51.2
7. Carina Tenngart, Vellinge Näste SK, 2.52.55
8. Hanna Junthe, SKK, 2.53.84
9. Ann Nilsson, SK Neptun, 2.54.17
10 Ulrika Henriksson, Ängelholms SS, 2.55.87
11 Carol Mauritzon, Tyringe SS, 2.56.36
12 Karin Hamnberg, Härnösands SS, 2.56.44
13 Cecilia Jännebring, Oxelösunds SS, 2.56.64
14 Pauline Lindgren, Ystads SS, 2.57.59
15 Johanna Andersson, Botkyrka-Rönninge SS, 2.57.61
16 Anna Olsson, SK Ena, 2.58.87

4. 100 m fritt po 13 år
1. Fredrik Engdahl, Limhamns S, 57.11
2. Anders Forsberg, SK Lödde, 57.65
3. Mattias Andersson, Värnamo S, 58.47
4. Alexander Svensson, Ystads SS, 58.51
5. Johan Mattsson, SK Triton, 58.57
6. Jon Olofsson, Kalix SS, 59.20
7. Ted Molin, Helsingborgs S, 59.44
8. Thobias Peterson, Kristinebergs SK, 59.84
9. Niklas Larsson, Linköpings ASS, 1.00.37
10 Krister Hörding, Väsby SS, 1.00.46
11 Johan Deimert, Motala SS, 1.00.58
12 Johan Wallberg, Karlsborgs SK, 1.00.71
13 Magnus Berglund, Åhus SS, 1.00.85
14 Magnus Lindström, SK Triton, 1.01.40
15 Oscar Åkesson, Österlen Sim, 1.01.54
16 Gottfrid Keller, SPIF, 1.02.57

5. 100 m bröst fl 11 år o yngre
1. Emma Hovlind, Borlänge SS, 1.23.40
2. Maria Gruvstedt, Ystads SS, 1.23.92
3. Emelie Andersson, Västerås SS, 1.24.93
4. Yamina Enedahl-Mekki, 1.25.11
5. Lena Remaeus, Turebergs IF, 1.26.46
6. Maria Persson, Ystads SS, 1.26.76
7. Kristin Hellberg, Norrköpings KK, 1.27.84
8. Pernilla Andersson, Åmåls SS, 1.27.95
9. Sandra Pettersson, SK Sydsim, 1.28.04
10 Kajsa Fransson, Limhamns S, 1.28.05
11 Therese Åkesson, Västerås SS, 1.28.45
12 Emma Karlsson, Tranås SS, 1.28.64
13 Sofie Schön, SS Artemis, 1.29.34
14 Nina Glifberg, Ystads SS, 1.29.8
15 Nina Karlsson, Åtvidabergs SS, 1.29.92
16 Emma Igelström, Karlshamns SK, 1.30.01

6. 200 m fritt po 14 år
1. Karl-Johan Lentonsson, Malmö S, 2.00.92
2. Micke Lundholm, Väsby SS, 2.01.96
3. Tobias Eldh, Limhamns S, 2.04.14
4. Bengt-Arne Bengtsson, Malmö S, 2.04.39
5. David Holmdahl, Askim-Frölunda SK, 2.04.90
6. Henrik Dellång, Södertörns SS, 2.05.43
7. Johan Setterberg, Mölndals ASS, 2.05.94
8. Pär Sundin, Östersunds SF, 2.06.19
9. Robert Svanborg, Sollefteå ASS, 2.06.49
10 Mikael Hyltén, Värnamo SS, 2.07.69
11 fredrik Abbetoft, Västerås SS, 2.08.82
12 Robert Wigert, Växjö SS, 2.09.44
13 Anders Tengsell, SoIK Hellas, 2.10.71
14 David Larsson, Spårvägens GoIF, 2.12.13
15 Andreas Håkansson, Limhamns S, 2.12.20

7. 200 m fjäril fl 14-15 år
1. Malin Strömberg, Ystads SS, 2.19.51
2. Linda Engström, Bromöllaortens SS, 2.19.71
3. Malin Skaresson, Väsby SS, 2.20.30
4. Tine Bengtsson, Växjö SS, 2.25.78
5. Therese Ekstrand, Ystads SS, 2.27.37
6. Viktoria Ekberg, Norrköpings KK, 2.27.7
7. Lisa Wiklund, Umeå SS, 2.28.78
8. Åsa Lindhe, Sjöbo SS, 2.28.79
9. Anna Görtz, SK Poseidon, 2.29.21
10 Anna-Karin Rantzow, Södertälje SS, 2.30.98
11 Ulrika Raue, SK Ran, 2.31.09
12 Annika Lundmark, Gävle SS, 2.31.24
13 Tina Holmgren, SK Ran, 2.32.03
14 Anneli Olsson, Skelleftesim, 2.32.33
15 Camilla Hansson, Ystads SS, 2.32.61
16 Sofia Lindström, Turebergs IF, 2.32.63

8. 50 m rygg, po 15-16 år
1. Anders Kroon, Upsala S, 27.55
2. Zsolt Hegmegi, Jönköpings SS, 28.10
3. Lars Frölander, Borlänge SS, 28.19
4. Marcus Lundstedt, Södertälje SS, 28.45
5. Johan Andersson, Ängelholms SS, 28.82
6. Klas Lindfors, Södertörns SS, 29.02
7. Adrian Jayewardene, Örebro SA, 29.15
8. Johan Lundh, Södertörns SS, 29.19
9. Niclas Öhman, Fagersta SK, 29.23
10 Urban Lindh, Deje SS, 29.29
11 Henrik Larsson, Tyringe SS, 29.40
12 Fredrik Andersson, Kalmar SS, 29.88
13 Tor Wildenstam, Solna SS, 29.94

14 Andreas Marklund, Västerås SS, 30.30
15 Magnus Ohlsson, Kristianstads SLS, 30.51
Patrik Rydberg, Norrköpings KK, brutit

9. 50 m fritt, fl 13 år
1. Cherie Ullström, Karlstads SS, 27.73
2. Lena Nilsson, Kristianstads SLS, 28.05
3. Åsa Pettersson, Väsby SS, 28.09
4. Anette Hällkvist, Karlskrona SS, 28.24
5. Marianne Pettersson, Lysekils SS, 28.77
6. Susanne Thörn, Ystads SS, 28.81
6. Carina Nilsson, Ängelholms SS, 28.81
8. Sanna Leufstedt, Ystads SS, 28.85
9. Linda Strandberg, Helsingborgs S, 28.86
10 Jennie Johansson, SS Stimmet, 28.90
11 Lina Blomqvist, Botkyrka-rönninge SS, 29.03
12 Camilla Pettersson, SKK, 29.27
13 Karin Tidbäck, Trollhättans SS, 29.28
14 Jenny Andersson, Skara SS, 29.33
15 Sara Meuller, SS Stimmet, 29.39
16 Caroline Lundell, SPIF, 29.41

10. 200 m medley po 13 år
1. Johan Mattsson, SK Triton, 2.21.09
2. Fredrik Engdahl, Limhamns S, 2.24.98
3. Mattias Andersson, Värnamo SS, 2.26.08
4. Joakim Lundquist, SK Poseidon, 2.26.24
5. Alexander Svensson, Ystads SS, 2.26.35
6. Anders Forsberg, SK Lödde, 2.26.93
7. Alexander Berardi, Sandvikens SoHK, 2.32.14
8. Marcus Wernström, Motala SS, 2.33.40
9. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 2.33.49
10 Andreas Borgenstam, Lysekils SS, 2.33.52
11 Gottfrid Keller, SPIF, 2.33.76
12 Elvar Danielsson, Helsingborgs S, 2.36.09
13 David Karlsson, SS Stimmet, 2.39.90
14 Jon Olofsson, Kalix SS, 2.43.15
Kristina Lundegård, Ludvika SS, diskv.
Magnus Johansson, Mölndals ASS, diskv.

11. 100 m rygg fl 11 år o yngre
1. Maria Persson, Ystads SS, 1.18.68
2. Sandra Eriksson, Sjöbo SS, 1.19.85
2. Sara Björk, Upsala S, 1.19.85
4. Jennie Rollof, Åmåls SS, 1.20.07
5. Katarin aHallden, Skärets SS, 1.20.68
6. Annica Wallin-Gyökere, Väsby SS, 1.21.25
7. Charlotte Lundkvist, Örbyhus SK, 1.21.91
8. Frida Bengtsson, SK Neptun, 1.22.76
9. Elin Krantz, Kristianstads SLS, 1.22.84
10 Sara Pettersson, SKK, 1.22.88
11 Sandra Lilja, Värnamo SS, 1.23.21
12 Kajsa Andersson, Växjö SS, 1.23.65
13 Sofie Schön, SS Artemis, 1.23.8
14 Josefine Dignert, Landskrona S, 1.24.34
15 Maria Gruvstedt, Ystads SS, 1.25.86
16 Anna Rang, Landskrona S, 1.26.50

12. 200 m bröst po 15-16 år
1. Simon Malmberg, Växjö SS, 2.22.17
2. Peter Hjers, Kristinebergs SK, 2.22.28
3. Tor Bengtsson, Nyköpings SS, 2.27.11
4. Fredrik Rosenholm, Spårvägens GoIF, 2.28.25
5. Gunnar Klintberg, Upsala S, 2.30.16
6. Stefan Davidsson, Västerås SS, 2.30.74
7. Arvid Bruhn, Järfälla S, 2.32.47
8. Tor Möller, Växjö SS, 2.32.75
9. Peter Johansson, Skärets SS, 2.32.87
10 Nilas Egmar, Spårvägens GoIF, 2.33.33
11 Mattias Pettersson, SK Triton, 2.33.34
12 Lars Lindvall, SK LÖdde, 2.33.69
13 Magnus Bondesson, S 77, 2.34.29
14 Tony Andersson, SS Artemis, 2.34.88
15 Mikael Olsson, SS Artemis, 2.35.45
16 Patrik Andersson, Växjö SS, 2.35.79

13. 50 m fritt fl 14-15 år
1. Louise Jöhncke, Järfälla S, 26.68
2. Victoria Naess, Eskilstuna SS, 26.84
3. Anna Lohmann, Oskarshamns SS, 27.37
4. Lia Lundberg, Upsala S, 27.61
5. Ulrika Bramer, Tyringe SS, 27.67
6. Erika Sohlén, Tunafors SK, 27.68
7. Malin Strömberg, Ystads SS, 27.70
8. Cecilia Kentell, Malmö KK, 27.72
9. Magdalena Schultz, Malmö KK, 27.75
10 Jenny Engkvist, Spårvägens GoIF, 27.9
11 Eva Nossborn, Södertälje SS, 27.98
12 Malin Holmberg, Upsala S, 28.02
13 Charlotta Grunditz, Malmö KK, 28.14
14 Sofia Lindström, Turebergs IF, 28.46
15 Tanja Persson, Ängelholms SS, 28.72
16 Johanna Roos, Karlshamn SK, 28.76

14. 200 m rygg po 14 år
1. Tobias Eldh, Limhamns S, 2.20.47
2. Daniel Carlsson, Botkyrka-Rönninge SS, 2.21.01
3. Jesper Fagerberg, SK Laxen, 2.22.92
4. Dan Magnusson, SK Poseidon, 2.24.95
5. Joel Lindfors, Södertörns SS, 2.26.32
6. Toni Karadakovski, Eslövs SS, 2.27.10
7. Jens Magnusson, SS Artemis, 2.29.27
8. Viktor Lidström, Ronneby SS, 2.29.45
9. Jon Brandell, Falu SS, 2.29.75
10 Henrik Delläng, Södertörns SS, 2.30.83
11 Pär Sundin, Östersunds SF, 2.31.01
12 Stefan Möller, SK Ran, 2.31.50
13 Andreas Lundh, Limhamns S, 2.31.64
14 Håkan Leijon, Borlänge SS, 2.33.54
15 Jimmy Svanberg, Lysekils SS, 2.37.63
16 Bengt-Arne Bengtsson, Malmö S, 2.40.92

15. 100 m fjäril fl 12 år
1. Mari aUlfves, SS Kanalen, 1.09.60
2. Johanna Sjöberg, Bromöllaortens SS, 1.11.46
3. Alexandra Ockedahl, Ängelholms SS, 1.12.31
4. Linda Svensson, Borlänge SS, 1.13.79
5. Helena Westlund, SK Triton, 1.13.9
6. Pernilla Kullman, SK Ran, 1.13.99
7. Therese Holmkvist, Vellinge Näset SK, 1.14.00
8. Kristine Persson, Borlänge SS, 1.14.25
9. Malin Engström, Bromöllaortens SS, 1.14.77
10 Fia Karlsson, SK Laxen, 1.14.80
11 Emma Vretblad, SolK Hellas, 1.14.81
12 Anna Sjölin, KK Karpen, 1.15.35
13 Anna Ericson, Kungälvs SS, 1.15.80
14 Marie Johansson, SS Artemis, 1.15.89
15 Madeleine Assarsson, Ängelholms SS, 1.15.9
16 Lina Rehnstedt, Östersunds SF, 1.17.49

16. 1500 m fritt, po 15-16 år
1. Anders Kroon, Upsala S, 15.50.05
2. Magnus Ohlsson, Kristianstads SLS, 15.57.46
3. Jonas Lundström, Östersunds SF, 16.01.88
4. Jonas Brodin, Väsby SS, 16.08.47
5. Vristoffer Eliasson, Malmö KK, 16.10.11
6. Fredrik Lundin, Ystads SS, 16.24.87
7. Stefan Selander, Tyringe SS, 16.25.09
8. Henrik Svensson, Falköpings SS, 16.29.01
9. Marcus Ahlström, SPIF, 16.30.08
10 Henrik Larsson, Tyringe SS, 16.33.1
11 Mikael E Rosén, Fagersta SK, 16.43.73
12 Johan Bevinder, SK Neptun, 16.43.97
13 Conny Mattsen, SK Neptun, 16.51.52
14 Andreas Lidholm, Ystads SS, 17.07.42
15 Björn Hansson, SK Poseidon, 17.13.32
16 Patrik Andersson, Växjö SS, 17.25.15

17. 4x100 m medley, fl 13-15 år
1. Väsby SS, 4.32.01, Lisa Alm, 1.08.15, Linda Althin, Malin Skaresson, Åsa Pettersson
2. Umeå SS, 4.35.71, Lisa Lundkvist, 1.10.45, Veronica Olofsson, Lisa Wiklund, Sofia Stark
3. Malmö S, 4.38.19, Charlotta Sjöberg, 1.11.50, Monika Gryndzieluk, Cecilia Rasmusson, Charlotte Närvall
4. Upsala S, 4.38.82, Laila Bucht, 1.14.12, Anna-Lena Forsberg, Lia Lundberg, Åsa Norell
5. Malmö KK, 4.39.44, Magdalena Schultz, 1.07.05, Jennie Jönsson, Charlotta Grunditz, Cecilia Kentell
6. SK Ran, 4.39.91, Tina Holmgren, 1.13.42, Carina Nilsson, Ulrika Raue, Åsa Nilsson
7. Ystads SS, 4.39.99, Therese Ekstrand, 1.11.54, Malin Strömberg, Camilla Hansson,

Susanne Thörn
8. Norrköpings KK, 4.42.81, Noemi Persich, 1.13.22, Linda Karlström, Viktoria Ekberg, Jenny Fredriksson
9. SK Triton, 4.43.02, Camilla Månsson, 1.09.37, Gisela Brunmar, Lina Andersson, Pernilla Hansson
10 Kristianstads SLS, 4.44.75, Petra Mauritzon, 1.10.33, Angela Fox, Jessica Engdahl, Lena Nilsson
11 SK Neptun, 4.46.57, Lena Dagerlund, 1.11.04, Ann Nilsson, Pernilla Börman, Charlotte Seidevall
12 Spårvägens GoIF, 4.48.38,
13 Ängelholms SS, 4.51.32, Annika Bjärenstam, 1.16.13, Angelica Ockedahl, Ulrika Henriksson, Tanja Persson
14 SPIF, 4.55.41, Ingela Asplund, 1.15.32, Nina Hjärpne, Emelie Kierkegaard, Johanna Delacroix
Järfälla S, diskv.
Södertälje SS, startade ej

18. 4x100 m fritt, po 13 år o yngre
1. SK Triton, 4.06.50, Magnu sLindström, 1.02.33, Daniel Wramfors, Lars Ilsöe, Johan Mattsson
2. Helsingborgs S, 4.09.84, Ted Molin, 1.00.14, Elvar Danielsson, Christer Spegel, Peter Spegel
3. SK Ran, 4.10.15, Patrik Malmunger, 1.00.99, Niklas Svensson, Daniel Zinner, Kent Bennvid
4. Värnamo SS, 4.11.31, Henrik Stensson, 1.01.93, Mattias Andersson, Fredrik Hjalmarsson, Fredrik Ohlson
5. Väsby SS, 4.12.16, Krister Hörding, 1.00.09, Johnny Engman, Kristian Jönsson, Micke Hermansen
6. Ystads SS, 4.15.06, Joakim Mårtensson, 1.04.62, Alexander Svensson, Olof Reiman, Thomas Francke
7. SPIF, 4.16.49, Petter Ivmark, 1.04.61, Gottfrid Keller, David Nordgren, Henrik Pihlström
8. Södertörns SS, 4.17.44, Patrik Gillberg, 1.06.07, Martin Viklund, Joakim Ohlsson, Alexander Kovacs
9. Österlen Sim, 4.17.56, Patrik Nilsson, 1.04.41, Oskar Åkesson, Mattias Persson, Carl Johan Schedvin
10. Upsala S, 4.17.59, Johan Haag, 1.04.73, Knut Lindqvist, Tobias Larsson, David Elfvik
11. Trelleborgs SS, 4.18.11, Mathias Ohlin, 1.03.15, Johan Jönsson, Marcus Toft, Peter Mörking
12. SK Sydsim, 4.18.20, Ola Fagerstrand, 1.03.11, Matthias Ohlsson, Johan Olsson, Mattias Olshed
13. Växjö SS, 4.23.5, Andreas Michel, 1.05.80, Henrik Ingesson, Patrik Carlsson, David Flinkfelt
14. Askim-Frölunda SK, 4.23.98, Peter Carstedt, 1.04.17, Andreas Olsson, Nicklas Petersson, Oscar Hedenström
15. Turebergs IF, 4.25.35, Rickard Grafström, 1.05.76, Jonas Enberg, Stefan Torstensson, Mårten Svensson
16. Kristianstads SLS, 4.30.99, Niklas Nilsson, 1.05.09, Valter Magnusson, Daniel Wendel, Jacob Minnhagen

19. 400 m fritt fl 11 år o yngre
1. Maria Persson, Ystads SS, 4.55.81
2. Sofie Schön, SS Artemis, 4.58.30
3. Åsa Lange, SK Ran, 5.01.68
4. Annica Wallin-Gyökere, Väsby SS, 5.08.55
5. Sara Björk, Upsala S, 5.12.57
6. Sara Pettersson, SKK, 5.14.14
7. Sandra Lilja, Värnamo SS, 5.14.25
8. Anette Jönsson, Helsingborg S, 5.15.55
9. Kajsa Andersson, Växjö SS, 5.16.15
10 Maria Gruvstedt, Ystads SS, 5.16.83
11 Miriam Genetay, Ystads SS, 5.17.35
12 Annika Nilsson, Ystads SS, 5.19.6
13 Anna Rang, Landskrona S, 5.19.97
14 Malin Persson, Sjöbo SS, 5.20.32
15 Åsa Sandlund, Linköpings ASS, 5.23.83
16 Kajsa Fransson, Limhamns S, 5.26.50

20. 200 m bröst po 14 år
1. Robert Wigert, Växjö SS, 2.28.42
2. Jimmy Svanberg, Lysekils SS, 2.34.17
3. Mikael Axelsson, SoIK Hellas, 2.39.11
4. Pär sundin, Östersunds SF, 2.38.34
5. Lars-Olof Lindberg, SK Ena, 2.38.82
6. Adam Bergman, Trelleborgs SS, 2.38.89
7. Karl-Johan Lentonsson, Malmö S, 2.38.95
8. Jens Magnusson, SS Artemis, 2.41.70
9. Nico Axelsson, Varbergs Sim, 2.43.37
10 James Hedin, Lysekils SS, 2.43.46
11 Magnus Tollqvist, SKK, 2.44.04
11 Erik Andersson, SPIF, 2.44.04
13 Reine Johansson, Södertörns SS, 2.46.14
14 Oskar Skogström, Mora SS, 2.46.67
15 Fredrik Fröjdh, Åhus SS, 2.47.88
16 Robert Henriksson, Karlshamn SK, 2.48.92

21. 100 m fritt fl 12 år
1. Marie Ulfves, SS Kanalen, 1.01.09
2. Anna Ericson, Kungälvs SS, 1.01.85
3. Fia Karlsson, SK Laxen, 1.03.41
4. Emma Olsson, SK Sydsim, 1.04.46
5. Therese Holmkvist, Vellinge Näset SK, 1.04.55
6. Karin Holmstedt, Ale SK, 1.04.75
7. Britt-Louise Fahlberg, Timrå SK, 1.04.78
8. Cecilia Ström, Linköpings ASS, 1.04.81
9. Linda Svensson, Borlänge SS, 1.05.11
10 Nina Ahlsbom, SK Ran, 1.05.18
11 Johanna Sällman, Östersunds SF, 1.05.28
12 Julia Backlund, Sandviks IK, 1.05.68
13 Marie Johansson, SS Artemis, 1.06.15
14 Linda Olsson, Klippans SS, 1.06.69
15 Caroline Veraeus, Vellinge Näset SK, 1.06.79
16 Carina Hellman, Klippans SS, 1.07.52

22. 100 m bröst po 12 år o yngre
1. Andreas Michael, Växjö SS, 1.18.82
2. Erik Isberg, Klippans SS, 1.19.48
3. Andreas Wigh, Hamäs-Skutskär SS, 1.19.59
4. Carl-Johan Schedvin, Österlen Sim, 1.20.01
5. Thomas Francke, Ystads SS, 1.20.73
6. Mikael Jacobsson, Växjö SS, 1.20.75
7. Tomas Lagus, SK Poseidon, 1.20.94
8. Magnus Johansson, Österby SS, 1.21.32
9. Oscar Hedenström, Askim-Frölunda SK, 1.22.75
10 Håkan Djusberg, Östersunds SF, 1.22.90
11 Jakob Minnhagen, Kristianstads SLS, 1.23.04
12 Joakim Mårtensson, Ystads SS, 1.23.07
13 Tom Lennartsson, Vellinge Näset SK, 1.23.17
14 Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 1.23.49
15 Conny Andersen, Upsala S, 1.24.10
16 Henrik Ingerhed, Södertörns SS, 1.24.59

23. 200 m fritt, fl 13 år
1. Jennie Johansson, SS Stimmet, 2.11.65
2. Angela Fox, Kristianstads SLS, 2.12.51
3. Carina Nilsson, Ängelholms SS, 2.13.8
4. Cherie Ullström, Karlstads SS, 2.13.82
5. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 2.13.83
6. Marianne Pettersson, Lysekils SS, 2.14.36
7. Åsa Pettersson, Väsby SS, 2.14.84
8. Maria Eklöf, Markaryds SS, 2.15.88
9. Sanna Leufstedt, Ystads SS, 2.16.30
10 Camilla Pettersson, SKK, 2.16.39
11 Annica Svensson, Limhamns S, 2.16.87
12 Annika Bjärenstam, Ängelholms SS, 2.17.28
13 Anna Bergkvist, Värnamo SS, 2.18.24
14 Susanne Thörn, Ystads SS, 2.19.90
15 Pauline Lindgren, Ystads SS, 2.21.80
16 Cecilia Rasmusson, Malmö S, 2.23.24

24. 200 m fjäril po 15-16 år
1. Lars Frölander, Borlänge SS, 2.06.18
2. Anders Engdahl, Växjö SS, 2.09.01
3. Johan Lundh, Södertörns SS, 2.09.10
4. Mikael Granström, Yurebergs IF, 2.10.83
5. Patrik Rydberg, Norrköpings KK, 2.12.86
6. Johan Andersson, Ängelholms SS, 2.13.21
7. Conny Mattsen, SK Neptun, 2.14.22
8. Fredrik Lundin, Ystads SS, 2.14.62
9. Björn Olsson, Ystads SS, 2.15.12
10 Conny Torstensson, Turebergs IF, 2.16.16
11 Stefan Selander, Tyringe SS, 2.16.21
12 Christoffer Eliasson, Malmö KK, 2.16.44
13 Robert Dolama, Växjö SS, 2.16.47
14 Oscar La Fleur, SK Poseidon, 2.17.11
15 Henrik Svensson, Falköpings SS, 2.17.82
16 Daniel Karlsson, Täby Sim, 2.17.91

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

25. 50 m rygg, fl 14-15 år
1. Malin Strömberg, Ystads SS, 31.68
2. Magdalena Schultz, Malmö KK, 31.69
3. Camilla Månsson, SK Triton, 31.9
4. Lisa Alm, Väsby SS, 32.2
5. Eva Nossborn, Södertälje SS, 32.64
6. Petra Mauritzon, Kristianstads SLS, 32.82
7. Ulrika Bramer, Tyringe SS, 32.89
8. Malin Holmberg, Upsala S, 32.96
9. Viktoria Agtom, Västerås SS, 32.99
10 Charlotta Sjöberg, Malmö S, 33.03
11 Noemi Porsich, Norrköpings KK, 33.13
12 Johanna Roos, Kalmar SS, 33.42
13 Malin Skaresson, Väsby SS, 33.62
14 Laila Bucht, Upsala S, 33.75
15 Anna Brink, S 71, 33.85

26. 50 m fritt, po 14 år
1. Ola Johansson, Växjö SS, 25.16
2. Johan Setterberg, Mölndals ASS, 25.64
3. Karl-Johan Lentonsson, Malmö S, 25.79
4. David Holmdahl, Askim-Frölunda SK, 26.01
5. Robert Svanborg, Sollefteå ASS, 26.12
6. Henrik Delläng, Södertörns SS, 26.17
7. Johan Öjing, SK Sydsim, 26.27
8. Johan Jespersen, Turebergs IF, 26.36
9. Viktor Lidström, Ronneby SS, 26.47
10 Joel Lindfors, Södertörns SS, 26.48
11 Jens Magnusson, SS Artemis, 26.54
12 Ola Dahlström, Askim-Frölunda SK, 26.56
13 Peter Pontikis, SKK, 26.67
14 Robert Wigert, Växjö SS, 26.71
15 Ambjörn Larsson, Landskrona S, 26.78
16 Daniel Carlsson, Botkyrka-Rönninge SS, 26.84

27. 200 m medley fl 12 år
1. Alexandra Ockedahl, Ängelholms SS, 2.35.73
2. Johanna Sjöberg, Bromöllaortens SS, 2.35.80
3. Marie Ulfves, SS Kanalen, 2.36.26
4. Cecilia Ström, Linköpings ASS, 2.38.53
5. Elin Ellertsson, Eslövs SS, 2.40.43
6. Linda Svensson, Borlänge SS, 2.41.51
7. Anna Sjölin, KK Karpen, 2.41.62
8. Anna Kideborn, Helsingborgs S, 2.42.6
9. Britt-Louise Fahlberg, Timrå SK, 2.42.60
10 Hanna Börjesson, Växjö SS, 2.42.95
11 Helena Westlund, SK Triton, 2.44.6
12 Christina Aleheim, SK Triton, 2.44.90
13 Fia Karlsson, SK Laxen, 2.44.95
14 Anna Ericsson, Kungälvs SS, 2.45.53
15 Sara Andersson, Vellinge Näset SK, 2.46.44
16 Therese Holmkvist, Vellinge Näset SK, 2.48.86

28. 100 m rygg, po 12 år o yngre
1. Mathias Ohlin, Trelleborgs SS, 1.11.32
2. Mattias Thuresson, SS Artemis, 1.13.62
3. Joakim Mårtensson, Ystads SS, 1.14.10
4. Mattias Andersson, Sjöbo SS, 1.14.26
5. Fredrik Kjerrström, Skäret SS, 1.14.57
6. Mikael Andersson, Harnäs-Skutskärs SS, 1.14.59
7. Håkan Djusberg, Östersunds SF, 1.15.11
8. Kent Bennvid, SK Ran, 1.15.61
9. Kim Johannesson, Landskrona S, 1.16.40
10 Olof Reiman, Ystads SS, 1.16.93
11 Roger Karlsson, KK Karpen, 1.17.50
12 Christer Jonsson, Sjöbo SS, 1.17.97
13 Thomas Francke, Ystads SS, 1.18.10
14 Patrik Malmunger, SK Ran, 1.18.50
15 Claes Lindgren, Tyresö SS, 1.18.51
16 Anders Friberg, SPIF, 1.19.88

29. 200 m bröst, fl 14-15 år
1. Gisela Brunmar, SK Triton, 2.38.77
2. Malin Strömberg, Ystads SS, 2.42.01
3. Elin Carlsson, Ösmo Sim, 2.42.59
4. Linda Karlström, Norrköpings KK, 2.44.1
5. Charlotta Grunditz, Malmö KK, 2.44.83
6. Hanna Jaltner, Växjö SS, 2.45.36
7. Monika Gryndzieluk, Malmö S, 2.45.69
8. Jenny Larsson, Åmåls SS, 2.46.89
9. Åsa Johansson, S 02, 2.46.98
10 Ann-Christine Träff, Karlstads SS, 2.47.54
11 Carina Nilsson, SK Ran, 2.47.70
12 Nina Hjärpne, SPIF, 2.47.78
13 Linda Kylborn, SK Sydsim, 2.47.81
14 Frida Berg, Örebro SA, 2.48.0
15 Anna Görtz, SK Poseidon, 2.49.41
16 Anna Svensson, Västerviks SS, 2.53.04

30. 50 m fritt, po 15-16 år
1. Lars Frölander, Borlänge SS, 24.06
2. Klas Lindfors, Södertörns SS, 24.17
3. Jacob Werner, Upsala S, 24.38
4. Zsolt Hegmegi, Jönköpings SS, 24.39
5. Marcus Lundstedt, Södertälje SS, 24.42
6. Urban Lindh, Deje SS, 24.44
6. Fredrik Andersson, Kalmar SS, 24.44
8. Anders Kroon, Upsala S, 24.50
9. Niclas Öhman, Fagersta SK, 24.54
10 Dan Lindström, Kalmar SS, 24.83
11 Jan Helgesson, Borlänge SS, 24.84
12 Anders Engdahl, Växjö SS, 24.91
13 Martin Andersson, Ängelholms SS, 25.29
14 Christian Lindström, Turebergs IF, 25.32
15 Peter Berntsen, S 02, 25.61
16 Csaba Kapos, Upsala S, 25.83

31. 200 m rygg, fl 13 år
1. Camilla Pettersson, SKK, 2.28.32
2. Linda Strandberg, Helsingborgs S, 2.28.82
3. Therese Alshammar, Järfälla S, 2.33.98
4. Louise Christeen, SK Ran, 2.37.35
5. Åsa Johansson, Oskarshamns S, 2.37.77
6. Marianne Pettersson, Lysekils SS, 2.38.49
7. Jennie Johansson, SS Stimmet, 2.39.25
8. Karolina Österlund, Upsala S, 2.39.90
9. Cecilia Cederloo, Gävle SS, 2.40.32
10 Linda Johansson, Åmåls SS, 2.42.0
11 Carina Nilsson, Ängelholms SS, 2.42.02
12 Annika Bjärenstam, Ängelholms SS, 2.42.64
13 Sofia Linder, SK Neptun, 2.44.94
14 Caroline Larsson, Eskilstuna SS, 2.46.34
15 Åsa Lindsjö, Malmö S, 2.47.89
16 Maria Eklöf, Markaryds SS, 2.50.97

32. 100 m fjäril, po 13 år
1. Alexander Svensson, Ystads SS, 1.03.01
2. Johan Mattsson, SK Triton, 1.04.58
3. Fredrik Engdahl, Limhamns S, 1.05.30
4. Anders Forsberg, SK Lödde, 1.06.59
5. Per Widströmer, Karlskrona SS, 1.07.60
6. Mattias Andersson, Värnamo SS, 1.09.11
7. Patrik Andersson, SK Triton, 1.09.37
8. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 1.09.74
9. Henrik Stensson, Värnamo SS, 1.09.80
10 Magnus Johansson, Mölndals ASS, 1.09.95
11 Kristina Lundegård, Ludvika SS, 1.10.27
12 Martin Åsberg, Sundsvalls SS, 1.10.6
12 Sven Harbom, Norrköpings KK, 1.10.6
14. Ted Molin, Helsingborgs S, 1.10.87
15. Gottfrid Keller, SPIF, 1.13.17
16. Jon Olofsson, Kalix SS, 1.13.66

33. 800 m fritt, fl 14-15 år
1. Magdalena Schultz, Malmö KK, 9.04.22
2. Therese Ekstrand, Ystads SS, 9.06.20
3. Viktoria Gadd, Ronneby SS, 9.13.59
4. Victoria Augustsson, KK Karpen, 9.14.17
5. Cecilia Kentell, Malmö KK, 9.17.7
6. Sofia Lindström, Turebergs IF, 9.18.06
7. Petra Maurtizon, Kristianstads SLS, 9.18.11
8. Åsa Nilsson, SK Ran, 9.21.74
9. Elin Carlsson, Ösmo Sim, 9.23.13
10 Carolin Magnusson, SK Ran, 9.24.07
11 Karolina Yngvesson, Limhamns S, 9.27.92
12 Annelie Olsson, Skelleftesim, 9.29.49
13 Maria Rang, Landskrona S, 9.38.09
14 Karin Haraldsson, Linköpings ASS, 9.46.27
15 Petra Nyqvist, SK Sydsim, 9.50.16

34. 4x100 m medley, po 14-16 år
1. Upsala S, 3.59.90, Anders Kroon, 58.11, Gunnar Klintberg, Jacob Werner, Csaba Kapas
2. Växjö SS, 4.00.99, Robert Dolama, 1.03.57, Simon Malmberg, Anders Engdahl, Ola

Johansson
3. Södertörns SS, lag 1, 4.10.45, Joel Lindfors, 1.06.01, Christian Ingerhed, Johan Lundh, Klas Lindfors
4. Kalmar SS, 4.11.58, Fredrik Andersson, 1.05.14, Jonas Bergzén, Henrik Ingemansson, Dan Lindström
5. Turebergs IF, 4.11.61, Jens Ryd, 1.05.40, Pelle Eriksson, Christian Lindström, Micke Granström
6. Ängelholms SS, 4.11.77, Johan Andersson, 1.00.90, Daniel Svensson, Martin Andersson, Måns Andersson
7. Borlänge SS, 4.12.29, Lars Frölander, 1.00.51, Stefan Lindblom, Håkan Leijon, Jan Helgesson
8. SK Poseidon, 4.12.8, Björn Hansson, 1.05.47, Joakim Lundqvist, Oscar La Fleur, Olof Pettersson
9. YstadsSS, 4.14.48, Fredrik Lundin, 1.02.83, Andreas Lidholm, Björn Olsson, Martin Kristensson
10 Skäret SS, 4.17.01, Peter Johansson, 1.04.37, Tony Carlsson, Andreas Gustafsson, Peter Andersson
11 Fagersta SK, 4.17.33, Niclas Öhman, 1.03.51, Mattias Jannald, Mikael E Rosén, Jesper Pietsch
12 Spårvägens GoIF, 4.19.37, Henrik Forsberg, 1.04.00, Fredrik Rosenholm, Niclas Egmar, Erik Sundström
13 GKKN, 4.20.33, Daniel Olausson, 1.08.21, Johan Gattemig, Rasmus Olsson, Jonas Bäckman
14 Västerås SS, 4.20.49, Anders Marklund, 1.04.92, Stefan Davidsson, Robert Isaksson, Per-Anders Tidstål
15 Limhamns S, 4.20.89, Tobias Eldh, 1.07.96, Niclas Larsson, Henrik Andersson, Johan Olsson
16 SK Lödde, 4.22.44, Anders Forsberg, 1.08.79, Lars Lindvall, Markus Mandl, Oscar Mårtensson

På grund av platsbrist kommer resterande resultat att presenteras i nästa nummer.
Red.

Hopp VM

Forts. från sidan 49

1• bakåt, 1• "Mollis", 2• framåt och på alla höjder).
- Man kan alltid jobba med nedslag under träning, men likaväl innan som efter träning.
- "Lek" mycket med grundhoppningen för att lära er att se efter varje volt, testa stilarter, prova annorlunda hopp som "mollis" med 1 eller 2 skruvar, 1• volt framåt med • skruv och skruven först, baklänges handstående med volt, olika saker som gör det lättare att förstå vad ni egentligen håller på med under träningarna.

Jag nämnde EM som seniorernas säsongsmål för 1991. Våra Juniorer har ett lika stort säsongsmål, nämligen UVM, som dessutom går i Örebro under aug 1991, där den svenska truppen också blir stor och bra.
Efter stora arrangemang som EM, VM, OS finns ju alltid ett visst "eftersnack". Förbundet och dess styrelse ger vissa riktlinjer för verksamheten i stort där kanske policy- och ekonomifrågor är tongivande. Jag förutsätter dock att man låter specialkommittéerna svara för idrotten och dess detaljer som bl a laguttagningar m.m. Jag vägrar, personligen, att jämföra t ex simhopp med simning eller konstsim som idrott. För att nå "ända fram" måste man oavsett idrott på elitnivå satsa så mycket tid, kraft, pengar att man inte "har råd" att "slå" på en disciplin gentemot en annan. Och varför ska man över huvudtaget göra detta? Ska man inte se våra tävlingsdiscipliner som något bra, värdefullt, värda att stötta, oavsett om man simmar, hoppar, konstsimmar eller spelar vattenpolo?

Bosse Sjögren

Simläger i Motala under sommaren 1991.

- 50 m bassäng.
- Träning två gånger om dagen.
- Pensionat/vandrarhem/stugby.
- Frukost lunch och middag.
- Paketpris cirka 235:-per person/dygn.
- Spännande fritidsaktiviter; vattenrutschbana, windsurfing, trampbåt, minigolf, monizoo, grillplats m.m.
- Allt detta beläget inom gångavstånd i Motalas sommarparadis Varamon.

För information och bokning kontakta:

Motala Turistbyrå
Storatorget
591 86 Motala
Tel. 0141-254 50, 252 54

Danmark

LØKKEN HALLEN

Lökken-Idrottscenter....
stället du väljer om och om igen!

•Simhall•Sporthall•Rum•

Danmarks bästa service.
VÄLKOMMEN!!!

Lökken-Idrottscenter, Tel. 9899 1424.

Ankan.

I ankdammen simmade många olika sorters ankor. En del av dem roade sig med att simma på kapp. Med tiden utvecklade de så stor skicklighet att de kunde tävla mot ankor från andra dammar. Mästerskap anordnades och man reste runt till alla möjliga ankdammar och simmade i kapp. Ända långt bort till Kina reste man och tävlade mot de stora Pekingankorna.

Intresset blev nu så stort bland Dammens invånare att det utsågs särskilda rapportörer som följde de tävlande.

En av dem hade redan som lindebarn visat tecken på att veta allt. Dessutom var han så förtjust i sin egen röst att han inte kunde låta bli att prata i tid och otid. Barn är ju en gång sådana att dom säger en massa saker även om dom inte kan uttala orden. En av de duktigaste simankorna kom därför att heta Andes.

Lindebarn tyckte att allt som inte var som han tyckte det skulle vara fel. Han visste bäst och var duktigast i allt. Det brydde inte Andes och de andra simankorna sig om. Då vändes Lindebarns vrede mot ankornas ledare Las-Elak. Lindebarn var särskilt arg på Las-Elak för att denne inte hade bett om ursäkt för att Lindebarn hade förolämpat en pressanka.

Det var vanligt att rapportörer hade en bianka. Det var en anka som förklarade det som rapportankan just sagt så att alla skulle begripa det. Lindebarn valde den största och stiligaste ankan i dammen. Den ankan hade själv varit duktig att simma. Särskilt duktig hade han varit i att simma baklänges. På grund av sin ståtlighet och förnämhet kallades han Greven. Greven smittades av Lindebarn och fick behov av att framstå som särskilt intelligent. Därför föll han in i Lindebarns negativa attityd. Många ankor trodde nämligen att det var mer intelligent att vara negativ än positiv. Det blev ett gnäll och ett kväkande. Inget var bra eftersom ingen simmade baklänges lika duktigt som Greven en gång hade gjort. Men snart märkte ankorna i dammen att Greven inte heller var så välinformerad om anksim. Han hade ju simmat baklänges och då får man inte så bra blick för det som skall hända utan ser bara det som redan hänt.

Kammen växte på Lindebarn. Han ansåg sig nu så duktig att han kunde tala om för de andra ankorna hur dom skulle göra när dom simmade och tävlade. Allt dom hittills hade gjort var fel. Lindebarn kunde t o m simma fortare än de bästa ankorna. Det bevisade han genom att utmana en anka som var gammal och orkeslös och ruggig. Lindebarn vann så klart och förklarade att han numera var bäst på allt.

Det var nu som Lindebarn gjorde en fatal missbedömning. Han trodde att han kunde gå på vattnet. Det hade ingen kunnat förut utom en. Men det var för så länge sedan så det fanns ingen som med säkerhet kunde veta om det var sant. Lindebarn tog sats, nu skulle han gå på vatten. Rakt ut på det djupaste stället i hela dammen tog han språnget och sjönk naturligtvis bums. Greven såg detta och kastade sig modigt i dammen för att rädda sin kumpan.

Men efersom han simmade baklänges missade han Lindebarn och fortsatte allt längre ut på dammen för att till sist försvinna och aldrig mer höras av igen. Lindebarn sjönk. Han tog sig vatten över huvudet och gick till botten med mikrofon och allt.

Grågåsen.

Ps. All likhet med nu levande ankor är en ren tillfällighet. Ds



American Pan Pizza!

Gillar du pizza kommer du att älska den här.



Den liknar ingen annan pizza.
Du känner det direkt när du sätter tänderna i den.
En pan pizza är mycket "matigare"
än en vanlig pizza.
Botten är fluffig, porös, frasig, jättegod!
Tomatsåsen är mustigt läcker.
Ytan är täckt med Mozzarellaost.



Och som pricken över i – rökt skinka
med champinjoner, eller "spicy beef"
som är kryddat nötkött.
Det är bara att välja.
Precis så ska en äkta amerikansk pan pizza vara.
"The Real American Pan Pizza Felix style"!
Du måste helt enkelt smaka.



FELIX

Gör det goda godare.

Felix Konsumentkontakt. Tel: 0413-650 00

ARENA


70 VM medaljer
till Arenasimmare
worldwide.
ARENA – the performance brand
adidas sarragan svenska ab
Box 6081, 126 06 Hägersten, Tel 08-709 37 00, Fax 08-08 88 84 40
Sarragan-Danmark, Vejlegade 4, 2100 København Ø, Denmark, Tel 35 43 18 88, Fax 35 43 19 18
arena
91