Sim sport 11

OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET ÅRG. 46 1991 PRIS 24:-

Rankad högst

Mot Sprint-EM





SWIM SHOP

NU MED NY KATALOG!

Tel. 0560-100 18
Fax 0560-105 15

Speedo Leisure

Artist dräkt m/high tech, Artist två-delad



Artist high tech	**Block Buster shorts**		**Artist två-delad**		
Färg enligt bild	Art.nr. 0008		Art.nr. 0009		
Art.nr. 0006	stl. S/M/L	**kr. 160,-**	stl. 32"–38"	**kr. 400,-**	
dräkt: stl. 28"–40"	**T-shirt «Just Swimming»**				
kr. 420,-	Art.nr. 2350-F - stl. M/L/XL	**kr. 108,-**			

Artist Topp och Tajts



Artist topp	
Art.nr. 0011	
stl. 32"–38"	**kr. 218,-**
Artist Tajts	
Art.nr. 0010	
stl. Small/Medium/Large	**kr. 400,-**

RING ELLER SKRIV EFTER VÅR NYA KATALOG

Simmarnas supermarknad

Nu också allt till baby och småbarnssimning.

Ring efter vår nya baby och småbarnssimnings-katalog
Tel. 0560-100 18

NYHET!
Vi trycker din badmössa med ditt eget namn!

☐ Ja tack, skicka mig 3 badmössor i färgerna

1) ..... 2) ..... 3) .....

med namnet .....

Pris kr. 120:- + postförskottsavg. Fraktfritt vid förskottsbetalning. Lev.tid ca. 5 veckor.

☐ Skicka mig Swim Shop katalogen
☐ Skicka mig Baby og Småbarnssimnings-katalogen

Namn: .....

Adress: .....

Postnr.: ..... Postadress: .....

Tel.: .....

PORTO

SWIM SHOP

Lasarettsväg 7
685 00 Torsby

Sim sport

INNEHÅLL
Nr. 11-91

Officiellt	4
Konferensextra	8
Masters	16
Så gör Europa	18
Mot OS	24
Chrunaks krönika	25
Simnyheter	26
EJM i simhopp	30
Kinesiskt ryck	33
Mer från EM	36
Sprint EM	45
Klubbsidor	46
Dagbok	49
En sida Selling	50

Omslaget:
Anders Holmertz och Louise Karlsson.
Foto: Thommy Nyhlén, Bildbyrån.

Samling vid pampen

Rubriken skall inte tolkas så illa som ni tror. Den satt bara så bra på tangentbordet. Vad jag menar är att nu gäller det att samlas runt och för ett gemensamt mål. Att föra svensk simning tillbaka till höjderna igen. Joakim Andersson visade vägen vid EM med sitt silver. Tre meter är kanske ingen jättehöjd men i alla fall en bra bit på väg. Och framför allt en mycket bra prestation. Oavsett vad som skrivs på den här sidan finns det alltid de som läser texten som Hornnisse läser bibeln.

Det är nu det är viktigare än någonsin att samlas för gemensamma mål. I landets alla föreningar finns ideella krafter som snart inte har råd eller lust att hålla på längre. De motarbetas på många sätt, från många håll. När svångremmen dragits åt tillräckligt hårt finns det varken kraft eller lust att fortsätta. När de sedan får hugg och slag för det de gör är det enklare att sitta framför TV:n eller börja samla frimärken.

Detta gäller över hela linjen oavsett avlönad, arvoderad eller ideell. Det är inte bara årstiden som är grå, rå, ruggig och kall. Omvärlden och levnadssituationen för alldeles för många är likadana. Då måste vi tillåta några simarbetare att försöka gå egna vägar för att hitta lösningar. Men målet skall vara detsamma för alla.

I kristider, och det är det på många sätt, tjänar alla på att ha ett gemensamt mål. Vägen dit kan dock nås på olika sätt. Men det är viktigt att vi nu ...

Samlas runt ett förbund, (det är det enda vi har.)
en styrelse med dess ordförande
dess högste tjänsteman
dess anställda
dess förbundskaptener
dess demokratiskt valda representanter,
för det är demokrati det handlar om.

Tillsammans kan vi; men det är samtidigt nackdelen med svensk simning att kompetensen oftast stannar vid den egna bassängkanten. Och den egna klubben. Så ger vi oss ut i Europa och världen och upptäcker att andra kan bättre.

Vi tillåter inte heller gärna att de som varit med förut får fortsätta dela med sig av sina sina erfarenheter. Men detta är inget nytt. För 100 år sedan hölls historiens första idrotts-SM. Det var i simning. Sedan dess, via Arne och Björn Borg, Göran Larsson, Per-Ola Lindberg, Ulrika Knape, Gunnar Larsson, Pär Arvidsson, Bengt Baron och andra som borde vara med, har vi varit duktiga på att inte ta vara på tillgångarna. Och detta var bara några simmare.

Jag tror det finns en enorm kompetens bland före detta aktiva, tränare och ledare. Jag tror också att många av dessa velat hjälpa till. Om de fått frågan.

Men sedan finns det ju de som aldrig ger sig. Dock kan säkert deras intresse kanaliseras på ett sådant sätt att det gör nytta.

Kan du inte din historia har du ingen framtid.

Glad vinter - trots allt

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: Ylva Gullman 08-86 46 45, Berth Johansson, SSF 08-605 60 00, Lars-Åke Li ndqvist 031-23 33 50

PRENUMERATION Helår 180:- (9 utgåvor 1991) 2 år 340:-, 3 år 490:- Utanför Sverige,360:-/år. 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: Lagerblads Tryckeri AB
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.

Ledare i Simsport ...

... är det kanske inte alltid så lätt att vara. Oavsett vilken av simsporterna vi valt att arbeta inom finns det svårigheter att kämpa sig igenom. Och som om det inte räcker med externa "motarbetare", så lyckas vi många gånger bygga egna hinder för vår utveckling. Olika åsikter om sporternas utveckling mot framtida segrar ställs mot krassa ekonomiska realiteter, lokala intressen mot riksintressen o s v.

Mitt i allt detta skall simsporten sälja sig på marknaden till hugade sponsorer. Vad har vi då för koncept att erbjuda? Vad kan få en företagsledare att 1991, mitt i en relativt allvarlig konjunktursvacka, satsa ett antal kronor på stöd till simsporterna? Vet vi egentligen i vilken bransch vi är? Genom mitt arbete får jag telefonsamtal och brev från föreningar av de mest skiftande slag som vill att mitt företag skall sponsra olika aktiviteter. Även på koncernnivå träffas avtal med sponsorer på rikstäckande basis. Och det är långt ifrån alltid som det handlar om idrott.
Kultursponsring och sponsring av ideella organisationer som Röda Korset och liknande ger kanske bättre good will? För det är good will och prestige det handlar om för sponsorerna. Intern eller extern. Sällan någonting annat.

Det var länge sedan en sponsor gav. Idag vill sponsorn ha någonting i utbyte som är värt pengarna. Kanske är det så att det vi hittills trott är intressant för sponsorerna är fel?
Få idrottsförbund har en bredare profil än Simförbundet. Här finns allt från motionssimning till snabbsimning, polo, hopp och konstsim. Här borde det finnas möjligheter att med intressanta kombinationer locka nya sponsorer.

Om vi samarbetar över gränserna mellan idrotterna tror jag vår slagkraft ökar väsentligt. Vi måste lägga av oss våra simglasögon och titta på simsporterna ur kundens perspektiv. Vad blir då attraktivt? Kanske är det motion, nybörjarkurser, friskvård för företagens personal i olika former som är vår nisch i sponsringsdjungeln?

Med all respekt för det arbete som lagts ned på att marknadsföra svensk simidrott under alla år och på alla nivåer tror jag det är hög tid att vi får hjälp "utifrån" med att analysera vår marknad och definiera målgrupper. De försök som gjorts i den vägen har alltför ofta varit inriktade på att sälja toppen och kanske i för lite utsträckning sett till vad hela verksamheten har att erbjuda. Samtidigt får vi naturligtvis inte bortse från den marknadsföring som kan ske av våra affischnamn. Men det är en del - inte hela vårt möjliga utbud.

Till sist: respekt för varandras insatser som arvoderade eller ideellt arbetande ledare, tränare och administratörer och för våra aktiva som alla förmedlar en positiv inställning inför den framtida utvecklingen underlättar våra gemensamma ansträngningar för simsporterna. Om inte vi gemensamt tror på framtiden och arbetar aktivt för en positiv förändring, varför skulle då en sponsor vilja göra det?

Inger Lindholm
ledamot i Simförbundets styrelse

Mer klirr i klubbkassan?

Nya regler för LOK-stödet!

Från och med 1 juli 1991 gäller nya regler för det statliga lokala aktivitetsstödet till föreningar.

De nya bidrags-reglerna innebär:

- 10 kronor per bidragsberättigad sammankomst-plus ca 2 kronor per deltagare (bidragets storlek beror på totala antalet ansökningar)
- En bidragsberättigad sammankomst skall ha minst TRE (3) deltagare i åldern 7-25 år. Ledare i åldern 7-25 år får räknas som deltagare. Denne skall dock minst fylla 13 år det kalenderår aktiviteten pågår. För handikappade gäller inga åldersgränser.
- Bidraget utgår endast en gång per dag och grupp.
- En sammankomst måste vara minst 60 minuter för att ge bidrag. Omklädning får inkluderas i denna tid.
- Sammankomsten måste innehålla en gemensam samling med någon form av instruktion. Träning kan därefter ske individuellt eller i grupper. En gemensam avslutning skall göras.
- Vid varje sammankomst skall närvarokort föras. Gruppledaren eller biträdande gruppledare skall vara närvarande under sammankomsten och får inte ur bidragssynpunkt vara ledare för flera grupper under samma timma.
- Senast den 1 december och den 1 juni ska föreningar redovisa antalet genomförda sammankomster och deltagaraktiviteter till sitt Distriktsförbund. I redovisningen får medtagas aktiviteter som genomförts de sista 45 dagarna av föregående redovisningsperiod, om dessa inte redovisats tidigare.
- Blanketter för LOK-stödet kan fås hos ditt Distriktsförbund.

Vill du veta mer om LOK-stödet - ring Ditt Distriktförbund!

SVERIGES RIKSIDROTTSFÖRBUND

Sim-info

Budget 1992

Simförbundets styrelse har efter långa diskussioner tagit budgeten för 1992. Årets diskussioner var svårare än någonsin då intäktsidan är mycket svår att förutse. Kommittéernas önskemål kunde, som vanligt måste man tillgå, inte tillgodoses. Styrelsen kommer inför 1993-års budgetförhandlingar ta fram en utvärderingsmodell som förenklar budgetarbetet samt ger kommittéerna möjlighet att se vad som påverkar det belopp som man kan förväntas erhålla.

Forts. på sidan 11

Kvaltider SM 1992

6-9 Augusti i Borås

	Damer			Herrar		
Frisim	Yards	25 m	50 m	Yards	25 m	50 m
50 m	24.52	27.62	28.11	20.95	23.94	24.55
100 m	53.34	59.34	1.00.58	46.65	52.05	53.71
200 m	1.53.61	2.08.61	2.12.01	1.41.98	1.54.08	1.58.88
400 m	5.11.87 1)	4.31.77	4.38.53	4.32.39 1)	4.07.79	4.14.98
800/1500 m	10.38.44 2)	9.25.61	9.36.44	16.26.67 3)	16.41.97	17.03.82
4x100 m	-	4.03.88	4.09.25	-	3.31.56	3.39.69
4x200 m	-	8.47.01	9.06.09	-	7.56.49	8.06.05
Ryggsim						
100 m	1.02.32	1.09.02	1.10.71	54.91	1.01.61	1.02.85
200 m	2.14.50	2.31.00	2.32.23	1.57.97	2.11.57	2.16.16
Bröstsim						
100 m	1.08.90	1.17.21	1.19.83	58.65	1.06.15	1.09.71
200 m	2.25.36	2.44.76	2.51.70	2.10.06	2.27.06	2.33.66
Fjärilsim						
100 m	1.00.54	1.06.04	1.07.87	52.18	57.88	59.12
200 m	2.13.83	2.27.87	2.30.18	1.55.84	2.08.94	2.14.44
Medley						
200 m	2.14.16	2.29.48	2.31.73	1.58.00	2.11.80	2.15.29
400 m	4.44.23	5.15.93	5.24.91	4.15.63	4.45.14	4.53.81
4x100 m	-	4.39.68	4.43.03	-	3.53.67	4.07.75

1) 500 yards
2) 1000 yards
3) 1650 yards
Kvalperiod: 1991-07-25 - 1992-07-22

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävlingsklar
Dennis Fredriksson	KSLS	Uddevalla SF	910809
Stefan Selander	Tyringe SS	Ängelholms SS	911002
Henrik Larsson	Tyringe SS	Ängelholms SS	911002
Lisa Lönn	SS Mora	Upsala S	911002
Johanna Larsson	Mariestads SS	Upsala S	911002
Camilla Sandström	Spårvägens GOIF	SKK	911005
Mikaela Sterner	SPIF	SK Neptun	911010
Ellenor Svensson	LASS	NKK	911012
Helena Kälvehed	SK Korrugal	NKK	911012
Linda Olsson	SK Korrugal	NKK	911012
Anna-Karin Persson	Kungälvs SS	MASS	911012
Jenny Wettergren	Hellas	Neptun	911013
Tomas Pargelius	Ronneby SS	LASS	911013
Joakim Råneby	Ronneby SS	LASS	911013
Dennis Bjerkhög	Eslövs SS	SK Poseidon	911013
Camilla Andersson	Eksjö SLS	LASS	911013
Susanne Ahl	Järfälla S	Spårvägen	911018
Stefan Scherling	Sundbybergs IK	Spårvägen	911018
Andreas Wickbom	Sundbybergs IK	Spårvägen	911018
George Papp	Sollefteå ASS	Sundsvalls SS	911023
Martin Nilsson	Sjöbo SS	Jönköpings SS	911024
Jonas Lundström	Östersunds SF	Södertälje SS	911026
Noa Fridmark	Hellas SK	Neptun	911026
Maria Olsén	Sundsvalls SS	Östersunds SF	911030
Eugene Stolin	Solna SS	S02	911102

ÅRSMÖTET 1992

Den 4-5 april i Gävle

Tider:

Lördag 3 april kl. 13.00
Söndag 4 april kl. 12.00

OBS!
Tid finns avsatt på lördag kl. 08.00-13.00 för regionsmöten, SES och grupper som vill sammanträda. Boka lokal via kansliet snarast!!

MASTERS

Svenska Simförbundet söker medarrangör till svenska öppna Masters i simning 1993.

Kostnadsersättning till SSF enligt separat avtal: 15.000 kr

	år1990	år 1991
Antal deltagare	c:a 290	c:a 200
Antal starter ind/lag	c:a 1000/130	c:a780/80

Blanketter med information, arbets- och kostnadsfördelning går att beställa från SSF kansli Marianne Sköld tel. 08-605 63 87

SPONSOR-SIM -92

I samarbete med Barncancerfonden kommer Svenska Simförbundet att arrangera Sponsorsim -92. Reservera helgen 24-25 oktober 1992.

Hjälp där hjälp behövs. Oavsett ras, religion eller politiska åsikter.

Röda korset Giro 900 800 - 4

INBJUDAN
SWIMMING WORLD CUP
I MALMÖ 21-22 JANUARI 1992

Malmö Simallians och Svenska Simförbundet inbjuder härmed till Swimming World Cup, som är en av 7 deltävlingar i världscupen, den 21-22 januari 1992 i Vattenpalatset, Aq-va-kul, 25m.

Anmälan:
Anmälan görs på Svenska Simförbundets startkort och skall vara Malmö Simallians tillhanda senast fredagen den 3 januari 1992. Anmälningstiderna skall vara uppnådda under 1991. Anmälda tider skall vara noterade i 25m bana. Tider noterade i 50m bana omräknas **ej.** Inga kvaltider gäller, arrangören förbehåller sig dock rätten att begränsa antalet heat. Inbjudna utländska deltagare har förtur oavsett anmälningstid.
INGA EFTERANMÄLNINGAR MOTTAGES!
OBS! De klubbar som använder My-Delta Sportdatas simprogram kan anmäla via diskett (3,5" alt. 5,25").

Startavgift:
Startavgiften är 70:- per start och inbetalas till Malmö Simallians postgiro 94 35 90-0 efter det att startlistan erhållits.
Tävlingstider:
Försök 09.00 och finaler 18.30 båda dagarna.
Insimningstider: 7.00-8.45, 16.30-18.15.
Upplysningar:
Jane Billnor, tel: 040 - 122386, fax 040 - 236575
Inkvartering:
Beställning av inkvartering sker per telefon eller skriftligen till Maria Kling, SK Ran, Box 171 31, 200 10 Malmö, tel: 040-231987,fax: 040-237287.
Entrébiljetter:
Entrébiljetter till försök och final en dag 75:-. Båda dagarna, 4 pass, 125:-. Beställning av biljetter görs genom insättning på Malmö Simallians postgiro 94 35 90-0 senast fredagen den 10 januari. Biljetterna avhämtas i World Cup byrån.
Välkomna till Swimming World Cup i Malmö 21-22 januari 1992.

TÄVLINGSPROGRAM

FÖRSÖK: 09.00
FINALER: 18.30

21 januari

GREN:			
1.	200 m	fjärilsim	herrar
2.	200 m	frisim	damer
3.	200 m	bröstsim	herrar
4.	200 m	ryggsim	damer
5.	100 m	frisim	herrar
6.	100 m	bröstsim	damer
7.	100 m	ryggsim	herrar
8.	100 m	fjärilsim	damer
9.	100 m	medley	herrar
10.	200 m	medley	damer
11.	400 m	frisim	herrar
12.	50 m	frisim	damer
13.	50 m	bröstsim	herrar
14.	50 m	ryggsim	damer
15.	50 m	fjärilsim	herrar
16.	800 m	frisim	damer
17.	400 m	medley	herrar

OBS! Gren 16, 800 m frisim damer, samt gren 17, 400 m medley herrar, avverkas med direktfinal. Heat över 1 avverkas i försökspasset och då simmas gren 17 före gren 16.

22 januari

GREN:			
18.	200 m	fjärilsim	damer
19.	200 m	frisim	herrar
20.	200 m	bröstsim	damer
21.	200 m	ryggsim	herrar
22.	100 m	frisim	damer
23.	100 m	bröstsim	herrar
24.	100 m	ryggsim	damer
25.	100 m	fjärilsim	herrar
26.	100 m	medley	damer
27.	200 m	medley	herrar
28.	400 m	frisim	damer
29.	50 m	frisim	herrar
30.	50 m	bröstsim	damer
31.	50 m	ryggsim	herrar
32.	50 m	fjärilsim	damer
33.	1500 m	frisim	herrar
34.	400 m	medley	damer

OBS! Gren 33, 1500m frisim herrar, samt gren 34, 400m medley damer, avverkas med direktfinal. Heat över 1 avverkas i försökspasset och då simmas gren 34 före gren 33.

MASTERS VM 1992

I Indianapolis i simning, långdistans, hopp, polo och konstsim, enligt FINAS.s regler.

Registreringsavgift per disciplin
US dollar 25.
Sista anmälningsdag 22 maj 1992.

Simning: IUPIU campus (Indiana University-Purdue University of Indianapolis). 50 bassäng med 8 banor.

Grenar: Frisim 50, 100, 200, 400, 800 m - Bröst 50, 100, 200 m rygg 50, 100, 200 m - Fjäril 50, 100, 200 m Medley 200, 400 m - samt div lagkapper.

Anmälningsavgift: 4:a grenar US dollar 5 per gren
5:e-6:e gren US dollar 10 per gren
Lagkapp US dollar 20/lag.
Anmälan före 22 mars garanteras deltagande i alla grenar vilka då också skall vara betalda.

Medaljer: delas ut till de 8 bästa i varje åldersklass individuellt
delas ut till de 3 bästa i varje åldersklass i lagkapper

Långdistanssimning: 5 km i öppet vatten i Eagel Creek Park.
Banan är en rundbana på 2,5 km, vattentemperatur c:a 26 grader.
Längsta tillåtna simtid 150 minuter.

Anmälningsavgift: US dollar 20, vilket inkluderar transporter.

Medaljer: delas ut till de bästa i varje åldersklass.

Resultatlista: Resultatlista från hela VM går att beställa mot en avgift av US dollar 14, distribueras efter den 1 augusti 1992.

Inbjudan till Masters VM med anmälningsblanketten finns att beställa från Simförbundets kansli Marianne Sköld tel. 08-605 63 87

ATT SNACKA SIMNING

Vi alla som arbetar med svensk simidrott har en stor utmaning framför oss. I alla våra framtidsplaner "SIMIDROTT 2000" och "KLIV MOT 2000" har vi bestämt oss för att försöka vara med i den internationella toppen. Detta skall vi göra samtidigt som vi vet att svårigheterna att skaffa ekonomiska resurser ökar och gamla och nya nationer satsar allt hårdare.
Det finns många och viktiga åtgärder för att vi skall lyckas. Ett av medlen är "kommunikationen" dvs att vi "snackar med varandra". Det kan vi göra på många olika sätt; årsmöte, rikssimmarting, utbildnings- och tränarkonferenser osv. Men en viktig kanal är SIMSPORT.
Varje årsmöte i Svenska Simförbundet fattas beslut om vilket som skall vara det "officiella organet". Det har sedan länge varit och är alltjämt SIMSPORT. Men det är inte den officiella sidan jag främst tänker på utan att det är väldigt viktigt för oss att få ut information ofta och kontinuerligt och tillbaka synpunkter från ledare och tränare samt att förmedla tips och råd. För detta är SIMSPORT en viktig kanal.
SIMSPORT är i och för sig en fristående kommersiell affär som har att svara för sin egen maknadsföring (och även gör det). Självklart är det då tidningens kvalitet och läsvärde som i allt väsentligt avgör hur den når ut. Men som SSF:s officiella organ är det också i vårt eget intresse att tidningen är spridd och läst. En intressetidning av SIMSPORTs typ är naturligtvis också på ett helt annat sätt beroende av svensk simning än en "vanlig" vecko- eller månadstidning. Man kan ju knappast börja skriva om sk "kändisar", matrecept eller stickbeskrivningar.
Simmarsverige behöver kommunikation. Genom SIMSPORT har vi en kanal och den kan vi alla hjälpa till att hålla öppen. Bl a genom att se till att ledare, tränare och aktiva får vetskap om att SIMSPORT existerar och genom att skriva artiklar, ge tips till redaktionen osv.
Det är bra om vi "snackar simning" med varandra och bl a genom SIMSPORT.

Svenska Simförbundets ordförande
Per-Axel Eriksson

Tränare konfererar

förändringar kommer

Tränare från simning, konstsim och polo hade samlats i Jönköping 13-15 september för att tillsammans och var för sig konferera. Hopparna var i Karlskoga. Om dessa tränarkonferenser kan du läsa på de närmaste sidorna.



SIMNING

Nästan 50 simtränare fanns på plats för att höra de olika EM-rapporterna som inledde simtränarnas konferens. Förbundsläkare Bengt Ericsson hade tidigare hållit ett symposium om dopingfrågor.

Som alltid blir det förskjutningar i programmet. Så också i Jönköping.

Lars Klingén, Varberg, hade för utbildningskommitténs och simkommitténs räkning besökt ASCA Clinicen i Chicago 3-7 september och berättade om den. (Reportage i nästa nummer av Simsport).

Intresset var stort för nästa programpunkt: "Vad har Europa gjort fram till EM 1991". Magnus Kjellberg, Tureberg, presenterade en unik undersökning med massor av fakta. Den europeiska simningens förberedelser fram till EM i Aten, visades med alla detaljer. Något liknande har aldrig tidigare redovisats. (Se längre fram i Simsport).

Magnus kunde också berätta om och visa hur de olika nationerna planerar sin tid fram till OS i Barcelona nästa år. Förbundskapten Hans Chrunak informerade om hur han tänkt sig landslagssäongen fram till OS. (Se annan plats i Simsport).

Sven-Bertil Mattsson, förbundskapten för junior- och ungdomslandslag, redogjorde för hur EJM-laget skall förbereda sig till EJM 1992. Platsen för mästerskapen är dock inte klar då det som en gång var Jugoslavien dragit sig ur.

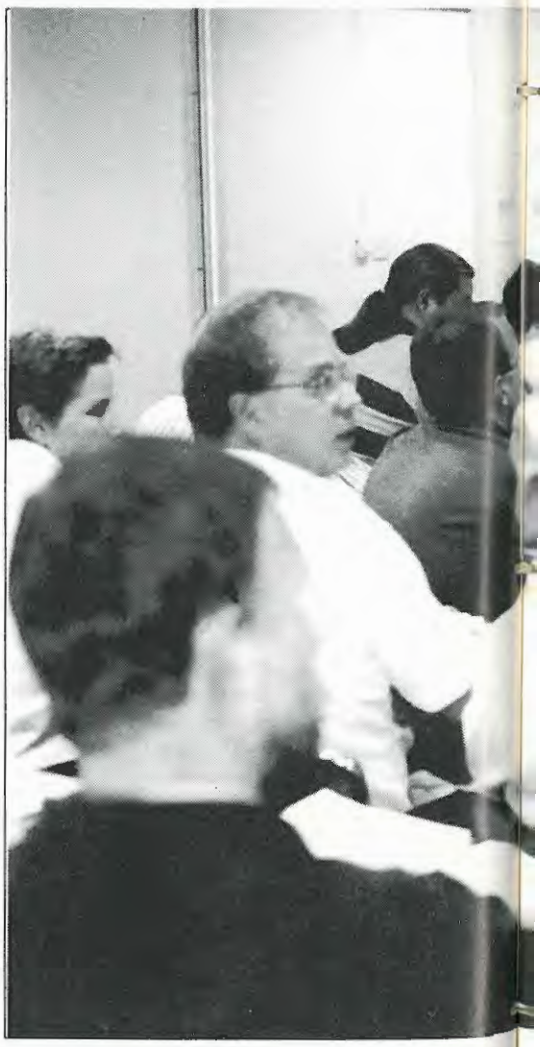
Det blev ett avbrott i konfererandet när Simförbundets ordförande Per-Axel Ericsson, berättade om simförbundets planer, ekonomi och allmänna tillstånd. Då var också konstsim och polo på plats tillsammans med simningen.

När sedan var och en gick till sitt fortsatte simtränarna med "århundradets följetong". Säsongsplanering. De knorranden och protester som började märkas på en del håll tystnade snabbt när det gick upp för menigheten att SK presenterade arbetet på ett nytt sätt. En positiv anda spred sig i salen och flera konstruktiva synpunkter presenterades.

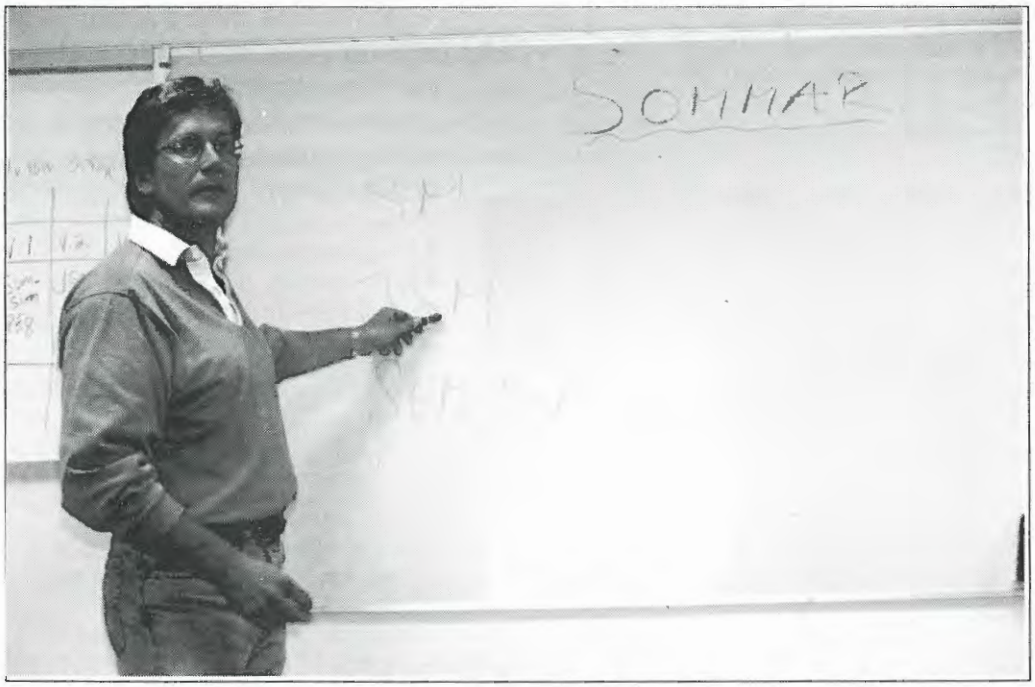
Så lades ett embryo till årsplanering från 1993 till och med OS 1996 och tränarna fick i uppdrag att till söndagen komma med ytterligare synpunkter.

Polons Lars Fjärrstad bröt in och presenterade idéer om ökat samarbete mellan simning och polo, något som togs väl upp av simtränarna.

En gemensam badkväll på nya Rosenlundsbadet lät även diskussionens vågor gå höga. Årsplaneringen gjordes så klar på söndagen och skridskons gentleman, Thomas Gustavsson höll ett intressant föredrag om sin syn på livet som idrottsman. Så avslutades den tränarkonferensen.



Så blir simsäsongen



Simkommittén har tillsammans med ett 50-tal elittränare arbetat fram ett förslag till ny säsongs-planering för svensk simning. Förslaget som omfattar åren 1993-1996, presenterades därefter på Rikssimmartinget i Helsingborg.



Förslaget arbetades fram i positiv anda under två dagars intensivt arbete på tränarkonferensen i Jönköping.

Simmaråret ska enligt förslaget omfatta två perioder, som avslutas med mästerskap för seniorer, juniorer och ungdomar.

Dels blir det mästerskap på lång bana, 50 m, i början av juli och ett inne-SM på kort bana, 25 m, i december. Senior- och junior-SM föreslås ligga första helgen i juli. Sum-Sim skall avgöras helgen därpå.

I december blir det mästerskap tre helger i följd. Sum-Sim inleder och sedan följer JSM. Som kronan på verket avgörs senior-SM.

Detta kommer enligt tränarna att skapa bra möjligheter för klubbarna till rejäla träningsperioder som kan varvas med tävlingar av hög klass. Dessutom får både simmare och tränare, med undantag av landslagssimmare, möjlighet till en kort vila under jul- och nyårshelgen samt en sammanhängande semesterperiod i slutet av juli.

Genom att SM med eventuella landslagsuttagningar avgörs redan i början av juli blir det bättre tid för landslagssimmarna att ladda om inför internationella mästerskap, som i allmänhet avgörs i mitten och slutet av augusti.

Rolf Johansson , Pressansvarig SK

Tränarkonferens i konstsim





Tillsammans med tränare i simning och polo samlades konstsimstränarna i Jönköping för att informera sig om nyheter och utbyta erfarenheter.

Konstsimskommitténs nya ordförande, Eva Svensson från Växjö, informerade om landslagets resultat under den gångna säsongen och konstaterade att resultaten från årets tävlingar visar att svenskt konstsim fortfarande går starkt framåt även om EM i Aten inte innebar någon finalplats.
Medalj- och finalplatser på andra tävlingar indikerar att tränarnas arbete ger resultat. Eva passade också på att informera om den nya arbetsfördelningen inom kommittén och planeringen för det kommande året.
En stor del av tiden avsattes för diskussion om de många förändringar som skett inom sporten. FINA:s kongress i samband med VM i Perth innebar stora förändringar i reglerna.

Inger Lindholm inledde informationen om de nya reglerna och med benäget bistånd från Eva Svensson och S02:s Monica Kristensson, gick hon igenom beskrivningarna för de nya figurerna i den obligatoriska avdelningen. De två tränarna lämnade träningstips för inlärnning av figurerna medan Inger gav synpunkter på utförandet ur domarperspektiv. Många tips hade inhämtats vid årets internationella tävlingar.
Inger rapporterade även från den domarkonferens som hölls i samband med JVM i Italien i somras. Den nya bedömningen av musiksimning beskrevs av Inger, som gick igenom de olika delarna och gav ut en del material för tränarna att tänka på i samband med skapandet av programmen.

Utöver detta deltog tränarna i de gemensamma föreläsningarna om doping och lyssnade på Thomas Gustavsson innan det var tid att lämna Jönköping och resa hem för att prova på nya figurer och program.

Officiellt

Forts SIM INFO från sid 4.

Rikssimmartinget 1991

Årets Rikssimmarting genomfördes i Helsingborg med över 100 deltagare från distrikt, föreningar, kommittéer, styrelse och kansli, Under två dagar diskuterades olika frågor på temat ungdom.

World Cup 1992

Nästa års World Cup-tävling i Sverige kommer att arrangeras av Malmö Simallians. Detta blev klart i början av oktober efter långa förhandlingar. Malmö har därmed tagit ett stort ansvar för att behålla tävlingen i Sverige. Malmö har också tagit det fulla ansvaret för intäkts-och kostnadssidan. Årets tävling gick med ett stort underskott vilket belastade Simförbundet helt och fullt.

Inne-SM 1992 (Team-SM)

Styrelsen har på Simkommittéens förslag flyttat 1992-års inne-SM till den 11-13 december.

Pool 2 Tusen

Styrelsen har beslutat undersöka möjligheterna för Simförbundet att ansluta sig till Pool 2 Tusen.

Glöm inte!

Sponsorsimmet 1992 under oktober månad.
Mer information kommer.
Simmärkesförsäljningen. Ett bra sätt för föreningen att tjäna pengar.

"PÅLLE"I WSCA

Förre förbundskaptenen för simlandslaget, Lars-Eric Paulsson, Falun, har valts in i styrelsen för världstränarföreningen, World Swimming Coaches Association. Detta berättar ett fax som kom till redaktionen alldeles före pressläggning. Avsändare är Jennifer Fisher, WSCA som också berättar att valet skedde i samband med ett första möte den 6 september i Chicago, Illinois.
Lars-Eric Paulsson har accepterat utnämningen.

Simsport gratulerar.

SVENSKA TRÄNARE MINDRE

Speakern vid SM i Uppsala i somras, Bo Hultén, hade en god uppsikt över åskådarleden. Där såg han åtskilliga välmående simtränare. Då fick han en idé.
Den sammanlagda volymen hos tränarna måste minskas. Att simtränare är viktiga för svensk simning är självklart men för många är för viktiga. Överviktiga.

Bo Hultén kallade till invägning för dem som var intresserade. 24 tränare tog sig i tur och ordning upp på vågen. Sammanlagda vikten blev drygt 2,3 ton!
Denna vikt skall minskas med 10 procent fram till nästa ute-SM, Borås i augusti 1992. De 24 erlade en symbolisk startavgift och vågmästare Hultén har full kontroll över minskningen.
230 kilo skall bort och redan kan konstateras att flera är på rätt våg, f'låt väg. Nästa kontrollvägning sker vid Team-SM i Södertälje. Kontroll 2 blir vid World Cup i Malmö. Mottot är: Bättre smal, ren och rik än fet, skitig och fattig.
En första information har skickats till de invägda, f'låt invigda, med tips för enkel viktminskning. Totalt skall de 24 minska med 2,36 personer vilket motsvarar 576 paket Lätt och lagom, (ett exempel), modell mindre, drypande feta. 576 paket fyller också ett normalstort badkar. Tänk dig. Ett badkar fyllt med fett.
Bakom hela idén med Projekt 10 procent finns givetvis en seriös tanke. Det finns en önskan att vi skall bli mindre per capita men inte mindre till antalet.

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

EM-POLON

Jugoslavien kvar på tronen

Med fem kroater kvar hemma i Jugoslavien, trodde många att Jugoslavien skulle få svårt att försvara sin långa rad av mästerskapstitlar, när EM-finalen skulle spelas mot Spanien i Aten de 24 augusti.



Reprisen av VM-finalen mellan dessa båda länder blev precis lika spännande och välspelad som finalen i Perth.
Mot spanjorernas tekniska, rörliga och improvisionsrika spel stod "juggarnas" metodiska speluppbyggnad runt världens bästa polospelare, nr 5 Milanovic på 2-meters.
Jugoslavien spelar, för den oinvigde, ett kanske tråkigare spel där säkerheten i passningar och skott är hundraprocentig och zonförsvaret nästan ogenomträngligt med Sostar i målet som en säker sista utpost.
När sedan Milanovic alltid gör 5-6 mål, skapar ett lika stort antal utvisningar och passar till minst lika många målgivande skott är utgången given.
I EM-finalen gick Spanien upp i en tvåmålsledning i mitten av matchen, när Milanovic satt på bänken, men åter i vattnet återställdes ordningen och Jugoslavien kunde vinna med 12-11.
Frågan är vad Spanien kan åstadkomma på hemmaplan under OS i Barcelona. Med obegränsade resurser och ett enormt publiktryck i ryggen tillhör Spanien mina guldfavoriter.
Med ett decimerat Jugoslavien, p g a inbördeskriget, blir säkert USA och varför inte Kuba, de största hoten. Även hårt satsande Italien med Ratko Rudic på bänken har guldambitioner.
EM i Aten visade på nytt att allt fler nationer börjar närma sig det riktiga elitskiktet. Den stora överraskningen var Grekland, som i hemmabassäng, bland andra besegrade titelförsvarande Tyskland. Även Rumänien gjorde många bra matcher, men har inte som Grekland, Tjeckoslovakien med flera länder den mentala styrkan att klara en hel turnering. Polen som Sverige förlorade mot med 12-11 i Stockholm efter "sudden death", klarade en 12:e plats, men spelade 11-11 mot Holland, som kom nia.
Sammanfattningsvis, ett bra EM med många jämna matcher och ett par pigga uppstickare i Grekland och Rumänien.
Det känns också bra att kunna konstruera, mot bakgrund av matcherna på bland annat nedre halvan, att Sverige med all säkerhet tillhör de 16 lag som får delta vid EM i Sheffield 1993.

Lars Fjärrstad

Simtränarna positiva

Av Lars Fjärrstad

till samarbete med polon

I Simsports juninummer berättade jag om våra tankar att etablera ett samarbete mellan vattenpolo och simning för att på sikt bredda rekryteringsunderlaget till våra olika landslag och få fler ungdomslag i serieverksamheten.

De konkreta förslag som tränarna framförde till PK kan sammanfattas i följande punkter:

1. Utarbeta lämpliga program och metoder och integrera dessa i simidrottens grundutbildning.
2. Planera nuvarande seriesystem för ungdom i samarbete med simningen för att möjliggöra för simmarna att delta i träning och matcher.
3. Inbjud till poloturneringar och cuper för enbart simmarlag, som står på samma nivå i polohänseende.

Dessa förslag skall tillsammans med PK:s övriga initiativ med fadderverksamhet, ledarrekrytering, trycksaksframställning etc leda fram till PK:s övergripande målsättning: att 1995 ha minst 16 lag i våra ungdomsserier, (JSM, PSM A och B samt PK Cup).

Vid elittränarkonferensen i Jönköping den 14-15 september togs denna fråga upp i närvaro av ett 50-tal elittränare. Eftersom jag redogjorde för planerna i Simsport nr 6/7-91 behöver jag här bara konstatera att samtliga simtränare inte bara var positiva till ett kommande samarbete utan även till stor del redan lagt in vissa polomoment i simträningen.



KORT OM POLO

Över 30 tränare och domare deltog i PK Steg I och II kurser den 5-6 och 12-13 oktober i Stockholm. Att man alsdrig blir för gammal för att lära sig något nytt bevisade Arne Jutner. Han fyllde 70 år i våras och är "still swimming strong".

- SKK arrangerar den 8-10 november Europacupen för mästarlag i Eriksdalsbadet. För motståndet svarar gamla europacupmästarna Spartau Berlin, Polar Bears, Holland och Tiroler Wassersport Verein, Österrike.

- Västerås åker till Bukarest och möter Dynamo Bukarest, Partizan Belgrad och KZK Warter Polo, Belgien.

- Från Stockholmsturneringen sänder holländsk TV från matcherna mot SKK och Spandau.

- PK:s ungdomssatsning fortsätter. I början av november reste 15 spelare födda 1975-76 till Århus för spel mot danska ungdomslandslaget och den 23-24 november arrangerar PK och S 02 ett inofficiellt nordiskt ungdomsmästerskap i Valhallabadet, Göteborg. Fyra nordiska länder ställer upp med två lag vardera i två åldersklasser.

- SKK vann för fjärde gången i rad Svenska cupen efter finalseger mot Västerås med hela 16-5. I SKK gjorde landslagsmålvakten Anders Flodqvist en glänsande come back och frågan är om inte landslagstränare Gunnar Johansson kan få en oväntad förstärkning till landslaget när landslagssäsongen börjar i vår.

- Något överraskande besegrade Hellas Polisen med 17-14 i matchen om tredje pris. Hellas rörliga och aggressiva spelstil passade dåligt för Hasse Lundéns lag, som för närvarande genomgår en kraftig föryngring.

Lars Fjärrstad

Tränarkonferensen - Simhopp

Intressant blandning av information och föredrag

Årets sammankomst för landets simhoppstränare hade förlagts till trevliga hotell Alfred Nobel i Karlskoga den 13-15 september. Konferensen samlade cirka tjugotalet deltagare förutom hoppkommittén och hoppkommitténs undergrupper. Tyvärr saknades deltagare från en del av landets simhoppsklubbar.

Vi samlades på fredagskvällen och efter incheckning började arbetet direkt med att hoppkommitténs ordförande Mathz Lindberg gick igenom nästa års budget.

1992 års tävlingsprogram

Lördagsförmiddagen började med det som de flesta är mest intresserade av, genomgången av nästa års tävlingsprogram. Årets höjdpunkt blir förstås OS i Barcelona. Seniorernas stora tävlingar är annars Europa-cupen i Milano i april och hoppcirkusen under sommaren, med Swedish Cup i Ronneby samt de internationella tävlingarna i Wien och Bolzano.

För juniorerna är EJM det stora målet. De kommer också att åka på internationella tävlingar i Frankrike och Tyskland. Sverige skall dessutom arrangera NJM. För de yngsta ungdomarna blir höjdpunkterna NJM och tävlingar i Finland eller Danmark under våren.

Efter genomgången av tävlingsprogrammet redogjorde de tränare som varit ansvariga för de olika landslagsgrupperna under året för hur de såg på årets arbete. Därefter presenterade den nye förbundskaptenen Jan-Erik Nilson 1992 års landslagsgrupper och tränarna som skall ansvara för de olika grupperna. Det kommer att finnas en senior-, en junior- och en ungdomslandslagsgrupp.

Föredrag om anorexia

Efter lunch fick vi höra ett mycket intressant föredrag om anorexia av Lillemor Pålsson som är läkare och ansvarig för juniorlandslaget i orientering. Vi fick lära oss en del om sjukdomen och hur vi som tränare kan agera om vi misstänker att en aktiv är på väg att drabbas av den. Det är inte minst viktigt i en idrott som simhopp där det estetiska spelar stor roll och alla vill vara slanka och snygga i baddräkt när de står på svikten.

När vi sedan fått vårt eftermiddagskaffe var det dags för oss att röra på oss. Vi traskade iväg till en gymnastiksal en bit från hotellet och där körde en gympingledare från Karlskoga ett program, som var en blandning mellan gymping och work-out, med oss. Det var skönt och åtminstone herrarna längst bak hade mycket roligt när koordinationsövningarna blev för svåra för vissa.

Söndagen började med att Ulrika Knape-Lindberg rapporterade från den dopingkurs för landslagsansvariga i Jönköping hon deltagit i på fredagen. Det var nyttigt för oss.

Vi insåg att vi har varit ganska okunniga om de regler som gäller och att man måste tänka på vad man tar för mediciner och vad de innehåller.

Undergruppernas arbete

Efter det berättade utbildningsgruppen om de projekt som startats inom förbundet när det gäller utbildning. Det gäller bland annat en helt ny grundutbildning för tränare som skall vara gemensam för alla simidrotterna. Vi tittade också på en bit av en instruktionsvideo som en amerikansk tränare, Ron O'Brien, har gjort.

När utbildningsgruppen var färdig tog sponsorgruppen över och berättade lite om vilka planer den har för hur vi skall få in pengar till simhoppningen. Konferensen avslutades med en allmän diskussion om olika frågor som kommit upp. Efter lunch skildes vi åt och åkte hem lite kunnigare om anorexia och doping, två ständigt aktuella ämnen inom idrotten.

Tyri Öhman

STOCKHOLMSLÄGER PÅ BARNENS Ö

Av Ulrika Jardfelt

Den 31 augusti åkte 108 av Stockholms bästa seniorer, juniorer och miniorer med en SL-buss till Barnens Ö. Alla fick inte plats i bussen men det gick bra ändå. Den första glada upptäckten för oss asfaltsbarn var att det fanns gräs, gungor och grodor som vi fritt fick leka med.

Vi installerade oss i de olika husen och samlades för att invänta den första aktiviteten. Alla delades in i tre olika grupper. En grupp började med fyrkamp med tipspromenad. Frågorna var så att stora och små behövdes för att besvara dem. Andra grenen var att kasta en skumboll i minibasketkorg - omöjligt, pilkastning mot en nästan obefintlig tavla, samt det traditionella - att kasta ringar.

Nästa grupp började med bollspel där man fick välja mellan vålds-boccia, brännboll i högt gräs och fotboll. Brännbollen innebar vissa oväntade problem. Bollen försvann, slagträt försvann och spelarna snubblade på diverse stenar och gropar.

Den sista aktiviteten var vår enda vattenträning under dessa två dagar. Det kallades vattensport men var mest lek. Vi paddlade och rodde till en början men efter en stund gick det mesta ut på att så många som möjligt skulle bada. Det var våldsamt roligt, man paddlade som en galning. Nästa steg var antingen att skrika och sedan bli blöt eller dyka i och välta närmaste båt. Aktiviteterna cirkulerade mellan grupperna.

Maten lagade vi själva. Till den första middagen kämpade sex personer med att laga stroganoff och ris till de övriga i sin åldersgrupp (30-40 st).

På kvällen var det dags att gå ner till stranden och sätta sig vid lägereldarna. Där grillade vi grillspett (de som inte hade tålamod åt dem råa) och "bakade" potatis. När eldarna började slockna kom ledarna på en mycket "pedagogisk och ofarlig" lek: Vilken åldersgrupp kan få högst lågor i sin eld. Detta resulterade i att allt brännbart snart brunnit upp. Seniorerna/juniorerna vann förstås, de äldre Sum-Simmarna var inte långt efter men de yngsta fick knappt någon glöd.

När sedan juniorerna gick in till sig för att sova hade de ca 100 hoppande gäster "ej öron och svansar hade de".

Klockan sju nästa morgon studsade sex tjejer upp och gjorde i ordning frukost. Solen fortsatte även denna dag att stråla. Vi hade aktiviteter, åt, städade och återvände till civilisationen med samma buss och alla var lättade att återse en saknad kiosk.



3 frågor till

Anders Holmertz,

Spårvägens Simförening.



I samband med Sun Cup i Solna 4-5 oktober fick Anders Holmertz bryta tävlingen på grund av skada. Larmet gick.

1.
- Hur känns det nu?
- Tack bra. Det var ingen större fara men det gjorde ont och jag tyckte då att det var dumt att riskera något. Nu tränar jag för fullt, två pass om dagen cirka 14.000 meter. Det känns lagom.

2.
- Har du ändrat träningen jämfört med förra hösten?
- Jag kör inte någon styrketräning nu. Bara simbänk och massor av simning.

3.
- Hur ser du på säsongens tävlingar?
- OS är givetvis viktigast. I Barcelona räknar jag med att simma både 200 m och 400 m. Det är som vanligt. 200 m går först och stämmer det så är det ju bra. Missar jag där har jag en chans till på 400 m. Jag tänker inte bli sexa för att följa trenden från guldet -87, som många tror. Placeringarna sedan EM 1987 har varit en slump. Det har ibland handlat om hundradelar. Det är inget som man styr, ens omedvetet. På SM i Södertälje nu närmast kommer jag att prova något nytt och sedan väntar världscupen. I år är det större pengapriser så jag tänker simma så fort som möjligt för att vara med i toppen.

VATTENGYMNASTIK -

är en aktivitet i fortsättning inom den nybildade föreningen GÖTEBORG SIM - en konstellation sedan 1 juli av de båda simklubbarna ASKIM-FRÖLUNDA och GÖTEBORGS KAPPSIMNINGSKLUBB NAJADEN.



Till denna del av verksamheten inom klubben, på Valhallabadet i Göteborg, är både damer och herrar välkomna. Ännu har ingen man vågat blanda sig i leken men ännu finns det chans att försöka. Tänker kanske kvinnan mer på sin hälsa? Positivt är att temperaturen i bassängen håller cirka 30 grader och att deltagarna tycker att det är skönt att stressa av med de av Svenska Simförbundet tillsammans med Korpen utarbetade programmen. Mest blir det mjukgympa. Det är tyvärr lite för grunt i bassängen men alla gör sitt bästa för att komma ner med axlarna under vattnet när övningarna så kräver. Gympan försiggår efter det att badet har stängt för allmänheten. Detta uppskattas också. Musikanläggning har kunnat ordnas och personalen har varit förstående. Bassängen har också rustats upp med fina räcken att greppa om. De intilliggande 25- och 50 metersbassängerna är för djupa. Ett önskemål är, att när en gång Valhallabadet kommer att byggas ut, det också planeras för vattengymnastik. Vattengympan inom simklubben startade höstterminen -88. De första deltagarna kom ifrån Simsällskapet Doppingen, som bedriver sin verksamhet parallellt med vår simträning på tisdagar. Det händer därför att gympapasset föregåtts av ett långt tränings- och uppmjukningspass, fast då i något kallare vatten. Simsällskapet Doppingen bedriver sedan 1954 sin motions- och märkestagning. Deltagarna är i åldrarna 16 (minimiålder) till 75 år! Flera har lärt sig simma som vuxna. Nu tar de magistern år efter år. Några är uppe i 27 omtagningar efter elitmagistern. Vem slår det rekordet? Att några av dessa damer kom att bilda stomme i vår vattengympa var mycket glädjande och att de också fortsätter. Det har utvecklats så att de nytillkomna i gympan också har börjat träna simning ordentligt.

Vattengymnastik förekommer på flera bad i Göteborg och i olika regier. Det finns flera pensionärsgrupper (här har herrarna vågat komma ?), på arbetsplatser såsom SKF, Skanska och Volvo med flera. De senare med tillgång till egna anläggningar. Volvo har haft vattengymnastik på programmet sedan 20 år tillbaka.
På Valhallabadet finns nu också möjlighet att under dagtid delta vid engångstillfällen, 30 minuter, till en kostnad av kr 10:-. Ett fint initiativ som tagits och som sköts av personal på badet.

Då intresset nu är ordentligt väckt för denna form av rörlighet och avspänning är det att hoppas på att fler ledare kommer att utbildas och att dessa sedan har möjlighet i kraft av kunskap och erfarenhet att propagera för god motion - och friskvårdsanda. Det är inspirerande att göra en insats för ett friskare liv. Tänk att några har sagt att stelhet har försvunnit i axlar sedan de följt programmen. Somliga har under många år ej haft tillfälle att motionera, som de önskat. Det behövs insatser!

Göteborg i september 1991
Stina Håkansson
Ledare för vattengymnastiken inom föreningen GÖTEBORG SIM

Svenska Simförbundet

INFO OM MASTERSIMNING

Masterstävlingar är simtävlingar för alla från 25 år och så länge, man har lust. Det finns masterssimmare som är 85-90 år.

INFORMATION MASTERS

För att bli masterssimmare behöver man ej ha varit "gammal" simmare i sin ungdom, utan det går att träna upp sin simteknik och kondition även på "äldre", låt oss säga mognare dagar, genom att börja lära sig de 4 simsätten i en vuxencrawlskola. Masterstävlingar är en morot för simmare att kunna mäta sig mot andra inom åldersgruppen och kanske ännu viktigare att mäta sig prestationsmässigt mot sig själva.
För många har träningen blivit ett måste, och det har medfört det goda, att de lagt om sin livsstil till det bättre. De flesta masterssimmare tycker, att det inte finns någon bättre friskvård än masterssimning, vilken verkar för både kropp och själ.

• ÅLDERS-KLASSER/GRUPPER
Som masterssimmare tävlar man individuellt i olika åldersklasser i 5-års intervaller från 25-29, 30-34 år och upp till 90 år och äldre. I lagkapper tävlar man med en sammanlagd ålder på hela laget. Åldersgrupperna är 100, 120, 160, 200, 240 och 280 år.

• DISTANSER
De vanligaste tävlingsdistanserna är 50 m och 100 m i alla de fyra simsätten fritt, bröst, rygg och fjäril. För de som önskar simma längre distanser finns 400, 800 och ibland även 1500 m fritt att välja. Tycker man om att simma alla simsätten, kan man simma medleysträckorna, som i de flesta fall är på 100 eller 200 m.

• TÄVLINGAR
Masterstävlingar arrangeras i Sverige och runt om i världen. Det tävlas om VM, EM, öppna nationella mästerskap samt i Sverige DM-tävlingar och en SM-tävling om året. Masterstävlingar simmas både i 25 och 50 m bassänger.

• TÄVLINGSKALENDER
Tävlingskalender för masters finns införd i Simförbundets Simkalender samt finns i aktuell reviderad upplaga på Simförbundets kansli.

• KAMRATSKAP
Den sociala bitens betydelse är nog så viktig, när det gäller masterssimning. Man träffar kamrater både vid träning och tävling, och många trevliga resor kan göras.

• HUR BLIR MAN MASTERSSIMMARE?
Om någon vill bli masterssimmare, måste denne vara medlem i en förening, som är ansluten till Svenska Simförbundet.

• REGISTRERING
För att få delta i masterstävlingar krävs en registrering hos Svenska Simförbundet till en engångskostnad av 200 kr, vilken gäller för all framtid. Simmaren får då ett Masters-ID-kort, som innehåller uppgifter om registreringsnummer, namn, ålder och klubbtillhörighet. Simmare, som endast tänkt sig deltaga i en enstaka tävling hemma i klubben eller i distriktet, kan göra en tillfällig registrering och betala 30 kr till klubbarrangören, som i sin tur redovisar detta till Simförbundet. Denna registrering gäller endast vid tävlingstillfälle i Sverige och inte internationellt.

• INFORMATIONSKANALER
Sverige är uppdelat i 23 simdistrikt, där det finns en mastersansvarig som i sin tur ansvarar för informationen till klubbarna. Simförbundet håller regelbunden kontakt med dessa ansvariga och skickar tävlingskalendrar, inbjudningar till tävlingar och div annan information, som kommer Simförbundet tillhanda genom de internationella förbunden.

• T-SHIRT
Masterssimmarnas egen T-shirt finns att köpa. Den är vit med blå-gult tryck.
Storlekar:M-L-XL
Pris:75 kr
Enkelt att beställa från Svenska Simförbundet. Sätt in 75 kr på Pg 5 24 94 - 2 Ange storlek och vart den skall skickas.

• SIMSPORT
Ytterligare information publiceras i Simsport, som kommer ut 9 gånger om året. Där publiceras bl a artiklar från olika tävlingar runt om i världen med svenskt deltagande samt även alla svenska mastersrekord, som sätts vid tävlingar under året. Prenumerera på tidningen och den levereras direkt hem i brevlådan.

• VART VÄNDER DU DIG OM DU VILL BLI MASTERSSIMMARE?
I första hand bör Du kontakta simklubben på orten och fråga, om den har någon masterssektion, eller om den är intresserad av att starta en träningsgrupp för masterssimmare. Är klubben inte intresserad, kontaktar Du distriktets Simförbund, som kan upplysa om vilka simklubbar inom det egna distriktet, som har masterverksamhet.

För information kan Du dessutom alltid skriva eller ringa till: Marianne Sköld, Svenska Simförbundet, Idrottens Hus, 12387 Farsta, tel 08-605 63 87.

MASTER-EM 1

9 guld, 17 silver och 12 brons

blev Sveriges skörd vid EM i Mastersim i Coventry, England, där nära 3000 simmare från hela Europa varav årskilliga från nya och gamla östländer gjorde omkring 15000 starter under fyra dagar. Dessutom slogs två europarekord av svenskar, Kristina Wadem och Hans Andersson.
Kristina Wadem, 65-69, Stockholm och Hellas, tog tre guld, ett silver och ett brons och slog E-rekord på 100 rygg. Ann-Mari Gernandt, 60-64, Stockholm-Hellas, tog guld på 400 fritt, silver på 800 och brons på 200 m. Ett brons blev det för Margareta Rainer, Gävle, 45-49, Maj-Britt Nordin, 65-69, Ran i Malmö, två brons, Kerstin Gjöres, 60-64, Stockholm-Hellas, klarade tre silver och ett brons.
Hans Andersson, 55-59, Eskilstuna-Hellas, slog europarekord på 200 rygg. Hans vann också 100 rygg och blev tvåa på 50 rygg. Peter Bergengren, 50-54, Strömstad, var som vanligt framgångsrik med två guld och tre silver och har nu sju EM förutom tre VM. Guld blev det också för Nils Kling, 65-69, Norrköping-Hellas, som försvarade titeln på 50 fritt sedan Åbo samt kom tvåa på 100 fritt.

Så gjorde och gör Europa

• Simförbundets utbildnings- och simkommitté beslöt förra året att göra en Mästerskaps-analys med början vid EM i Aten 1991. För att göra denna analys behövdes först en undersökning för att se hur olika nationer förberett sig inför EM. Sedan följde en liknande undersökning över hur samma nationer planerar tiden fram till OS. Magnus Kjellberg fick uppdraget. Syftet med undersökningarna har varit att se hur svensk simning kan dra nytta av hur andra gör. De flesta tillfrågade nationer var mycket beredvilliga att hjälpa till. Resultatet av arbetet redovisade Magnus Kjellberg i samband med tränarkonferensen i Jönköping i mitten av september.

Simsport visar här i sammandrag det unika materialet.
I nästa nummer följer en fortsättning.

Unik undersökning inför EM



Magnus Kjellberg

• HOLLAND

Hollands uppgifter lämnades av **Tom Van Klooster,** Head coach och anställd sedan 1989 för perioden till och med OS i Barcelona 1992.

Det holländska EM-laget, åtta män och åtta kvinnor, togs ut vid holländska mästerskapen i månadsskiftet juni-juli. Ingen var förhandsnominerad till EM. Uttagningsnorm var tionde europatid räknat på två per nation. Holland har policyn att juniorer skall simma EJM och seniorer EM. Således fanns inga EJM-simmare med i Aten.

Ansvarig tränare tar själv ut ledarstab efter resultat och teamarbetsförmåga. Vid EM fanns två tränare med utöver huvudtränaren. Dessutom en läkare och en fysioterapeut. Tränarna fick cirka 320 kr per dag och simmarna cirka 17 kr per dag i fickpengar. Dessutom fanns en "Team leader" med.

Ett veckoslut var fjärde vecka samlas landslagssimmarna för tester, "lagbygge", medicinsk kontroll, utbildning och andra aktiviteter. Till dessa läger är hemmatränare inbjudna. Resten av tiden tränar simmarna i sina respektive klubbar.

Holländska förbundet finansierar alla landslagsaktiviteter. Holländska Olympiska Kommittén ställer upp med kraftiga bonuspengar, samt "månadspengar" för de simmare som har chans till medalj. Damlaget har cirka 3.200 kr per månad och ett antal tusenlappar i bonus om det blir medalj.

Efter VM var det fem veckors vila. Så följde holländska mästerskapen i mars. Därefter träning och nya mästerskap med EM-uttagning i juni-juli. Sedan en veckas träning med hemmaklubben och två veckors träningsläger i Holland. Efter avresa till Grekland blev det 12 dagars läger på den grekiska ön Ios. Till detta kom deltagande vid ett flertal internationella tävlingar under perioden.

Holländarna ansåg det viktigt att vara tidigt på plats för att underlätta värmeanpassningen och anlände efter lägret på Ios till Aten den 10 augusti.

Fysioterapeuten fanns på plats vid veckoslutslägren och på träningslägren efter uttagningen. Läkaren var ansvarig för den medicinska uppföljningen under träningshelger och läger. Den medicinska uppföljningen inkluderade blodanalys, hormonell uppföljning och kroppssammansättning.

Testningen vid lägren handlar om laktattester, kroppsmåtts-bestämningar och i begränsad omfattning biomekanisk analys. Dietister har funnits med för utbildning av simmarna.

Simmarna arbetar vidare i landslaget med de program och huvudmoment de etablerat i sina egna klubbar. Styrketräning på land körs efter individuellt mönster. Styrka i vattnet är mycket vanlig i holländsk simning.

Säsongsplanen läggs fram av Head coach vid möten i juni och september. Där poängteras de centrala aktiviteterna och när simmarna skall vara i form. Någon hårt styrd centralplan för träningen finns inte. Landslagssimmarna tränar mellan 10 och 17 timmar per vecka. Till detta kommer två timmar styrketräning.

Holland har problem med bassängutrymme för att kunna träna mer. Träningssystemet bygger på två toppar per år.

Holland har världens längsta kvinnor vilket anses vara en förklaring till att damlandslaget innehåller så storvuxna kvinnor. En slump, enligt Ton Van Klooster.

• SPANIEN

Fernando Navarro är Spaniens heltidsanställde Head coach till och med OS 1992. Han berättar att EM-laget togs ut i slutet av juni vid Mediterranean Games. Kvaltid var en standardtid som innebar A- eller B-final vid senaste internationella mästerskapet. Denna tid presenterades i september 1990. Simmare som var i närheten av kvaltid kunde tas ut. 8-9 simmare var redan klara för EM efter VM i Perth.

EM-laget bestod av 12 damer och 13 herrar. Inga juniorer fanns med då man inte vill accelerera utvecklingen. De tre högst rankade simmarna, Martin Lopez Zubero, Sergio Lopez och Joaquin Fernandez hade sina personliga tränare med. Sammanlagt sju tränare nominerades i juni. Förutom de tre individuella tränarna och Head coach fanns två tränare från de nationella träningscentra samt en klubbtränare från Sabadell. Tränarna ersattes med cirka 200 kr per dag. Utöver tränarna fanns i staben läkare, fysioterapeut och Team leader.

Under säsongen genomförs ett antal samlingar med testning och uppföljning. Simmarna tränar mestadels med sina klubbar. Aktiviteterna finansieras av förbundet.

De spanska simmarna tävlade inför EM vid World Cup i Bonn och Milano. Mediterranean Games är en stor tävling för Spanien under våren/försommaren. Därefter blev det spanska mästerskap 22-23 juni. Efter mästerskapen hade de träningsläger till den 14 juli. Damerna i Katalonien och herrarna på Kanarieöarna. Den 14 augusti kom de till Aten.

Var tredje vecka tillkom kortläger med tester samt uppföljning vid de fyra nationella träningscentra som finns; Seniorer i Madrid och Barcelona och juniorer i Madrid och Malaga. Det finns cirka 15+15 seniorer och 30 juniorer och ungdomar på centra. Läkare och fysioterapeut finns tillgängliga för att arbeta med simmarna under träning och tävling. Landträning och styrka körs av alla i landslaget utom en.

Bland de medicinska testerna märks blodanalyser, laktatmätningar, urea- och kreatinkinasbestämningar. Biomekanisk testning med videofilmning och rörelseanalys a la Rein Haljand görs två gånger per år.

Det centrala programmet presenteras vid den nationella tränarkongressen i september varje år. I Spanien finns en tränarförening med 400 medlemmar. Spanska simmare skall vara toppade två gången per år. Bristen på sprintsimmare förklarar Fernando Navarro med antropologiska fakta. Spanjorerna är helt enkelt för små.

• ITALIEN

Marco Bonifazi är heltidsanställd av förbundet som läkare och fysiologiskt ansvarig. Han berättar att det italienska EM-laget togs ut vid de italienska mästerskapen.

Ett kvaltidssystem med två tidsklasser finns:

Tid A: Cirka tionde bästa tid i världen. Denna tid kan göras när som helst under året efter de rankinglistor som finns. Femma eller bättre vid VM var klar för EM direkt. Dessa var: Battistelli, Lamberti, Dalla Valle, Melchiorri, Sacchi och Minervini samt herrlaget på 4x200 m fritt.

Tid B: Kan bara göras på de egna mästerskapen och gäller 10-12 tid i Europa.

EM-laget bestod av 12 damer och 16 herrar. Sex simmare debuterade i landslaget som seniorer och två simmare från EJM var med. Head coach var Castagnetti, Giorgio Lambertis tränare. Ytterligare fem tränare fanns med. I huvudsak tränare till de högst rankade simmarna. För sitt arbete med landslaget ersätts tränarna med cirka 65.000 kronor per år. Två läkare, två fysioterapeuter samt en teamledning ingick också i truppen.

Landslagssimmarna tränar till största delen med sin klubb och förbundet backar upp simmarna ordentligt ekonomiskt. Simmarna är indelade i tre klasser; A, B och C. Simmare i klass A får cirka 100.000 kr per år, klass B cirka 50.000 kr och klass C cirka 25.000 kr per år. Dessutom är det vanligt att förbundet och sponsorer har bonussystem för rekord och medaljer. Alla landslagsaktiviteter finansieras av förbundet.

Inför EM hölls två veckoslutsläger under våren i samband med tävlingar då tester och medicinsk uppföljning gjordes. Den 8-11 juli simmades italienska mästerskapen och gjordes en sista uttagning. 13-30 juli hölls ett träningsläger på hög höjd i Cervinia 2000 meter över havet. Efter en dag hemma började EM med läger i Verona från 1 augusti med ankomst till Aten 16 augusti. Dessutom tävlade simmarna på Mediteranean Games och i World Cup.

Testerna är omfattande. Förutom i klubbarna förekommer tester vid samlingar och läger. Detsamma gäller den medicinska uppföljningen. De tester som görs är laktattester, blodanalyser för Hb, järn, glukos, CPK, urea, K och hormoner. Hormontest görs 2-3 gånger per år och järn mäts två gånger per månad. Antropometri görs tre gånger om året. Var tredje vecka görs laktattester och de biomekaniska mätningarna görs i en "simränna".

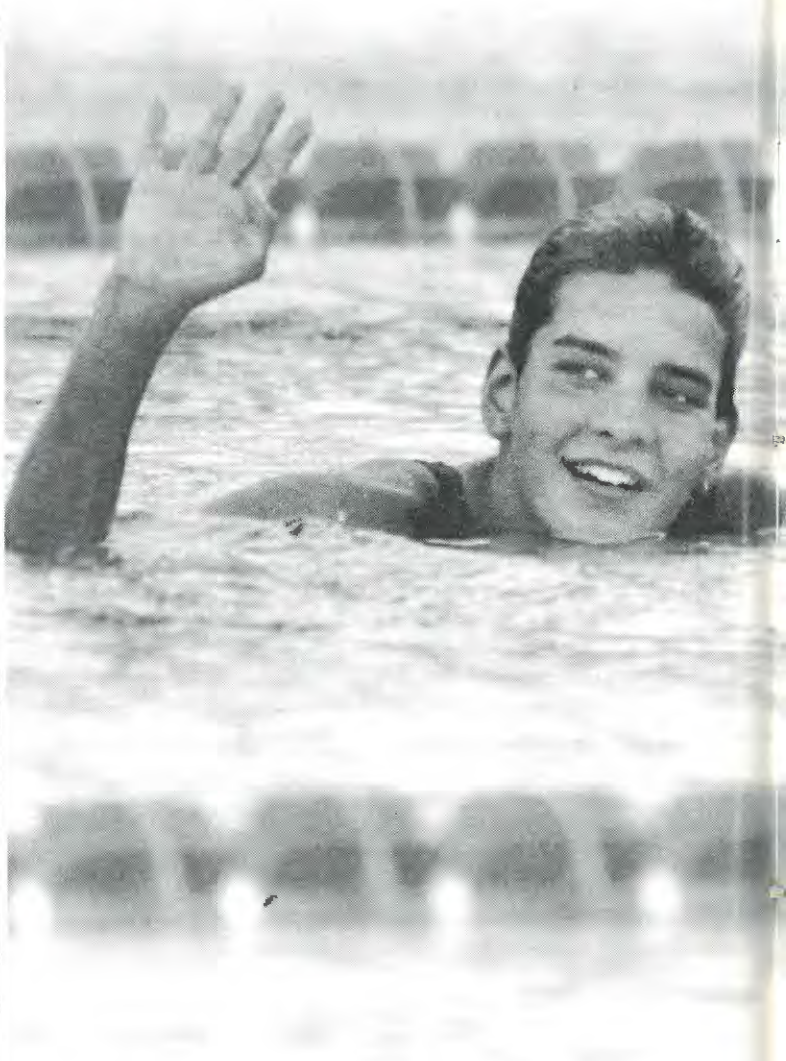
Säsongsplaneringen läggs i september. Två toppar per år är planlagda. I landslaget bedrivs ingen mental träning. Landträningen är individuell och en hel del isokinetisk träning bedrivs. Vitamin-, mineral- respektive järntillskott tillämpas.



Georgio Lamberti, Italien Foto: Arne Forsell

• DANMARK

Flemming Poulsen är landslagstränare och ansvarig. Han säger att uttagningen till EM gjordes efter att simmare klarat uppsatta kvaltider. Kvaltider var 14:e tid från EM i Bonn. Denna princip gäller för samtliga mästerskap och är accepterad av Danmarks Olympiska Kommitté. Kvaltiden kan klaras från danska mästerskap 1990 till danska mästerskapen 1991. Klara simmare måste redovisa sin satsning genom att skicka in träningsdagböcker. De måste träna bra för att få stanna kvar.
EM-laget bestod av sju damer och två herrar. Två tränare och en så kallad simordförande betalades av Team Danmark. Inga fickpengar betalades ut till simmarna. Dessutom var privata tränare ackrediterade.
Inför EM fanns en träningshelg om tre dagar och en förlängd påskträning om fem dagar. Efter danska mästerskapen fick simmarna tre dagar hemma. Därpå följde ett läger i Aalborg på tio dagar. Så två dagar hemma innan läger i Barcelona i 15 dagar för bland annat acklimatisering till värme samt också som en förberedelse inför OS 1992. Efter en dag hemma kom laget till Aten den 15 augusti. Danmark simmade också en landskamp mellan Schweiz, Österrike och Holland i april.
Landträningen är inte utbredd bland danska simmare. I de fall den används körs den efter egna program. Simmarna får information om näring från Team Denmark och en oorganiserad forskning bedrivs. Träningsplanen läggs fast av Team Denmarks tränare i stort men ej i detalj. Simmarna tränar i genomsnitt 10-18 timmar per vecka med 4-5 veckors vila per år. I Danmark gäller tre toppar per år, två stora och en liten.



Kristina Egerszegy, Ungern Foto: Arne Forsell

• STORBRITANNIEN

Head coach **Terry Dennison**, som är heltidsengagerad men ej heltidsbetald förbundskapten, berättar att uttagning till EM gjordes vid de brittiska mästerskapen 1-4 augusti. 16:e tid i Europa, räknat på två per nation, gällde som kvaltid. Förhandsnominerade var simmare rankade 1-3 i världen. Dessa var Adrian Moorhouse och Nick Gillingham. EM-laget bestod av 11 herrar och 12 damer. En pojke som segrade vid EJM avstod start.
Tränarstaben, fyra utöver förbundskaptenen, utsågs av förbundet efter rekommendation av FK. Tränarna ersattes med cirka 300 kr per dag till tränarens klubb. Simmarna får marginellt stöd av Sports Aid med cirka 11.000 kr per år till bra kvalificerade. Utöver tränarna fanns en läkare, två fysioterapeuter, en team manager och en assisterande team manager i EM-truppen.
Inga stora resurser finns för samlingar eller andra aktiviteter. Förbundet finansierar lägren i egen regi. Under träningssäsongen bedriver klubbarna aktiviteterna.
Från 24 maj och två veckor framåt var landslaget på läger i Canet i södra Frankrike. Sedan fortsatte träningsverksamheten hemma. Efter uttagningarna i augusti fanns ett läger på Cypern i åtta dagar med ankomst 16 augusti till Aten. Testning och andra utbildningsaktiviteter förekommer ytterst sparsamt och då i klubbregi.
Säsongsplaneringen bestäms av förbundskaptenen som måste sälja in den till sina kollegor. Två toppar på vintern och en på sommaren är vad som gäller. Storbritannien var den enda nation som hade en idrottspsykolog med.



• SOVJETUNIONEN

Head coach är **Boris Petrov.** Han berättar att EM-laget togs ut vid de sovjetiska mästerskapen 16-18 juni. Kvaltider för EM var tionde tid i världen räknat två per nation. Lagkappsmedlemmar kvalade mot 16:e tid räknat fyra per nation. Ingen var förhandsnominerad. EM-laget bestod av 16 damer och 18 herrar. Simmare från EJM fanns med i truppen. Förutom Head coach fanns sex tränare med. Dessa hade tagits ut efter hur många simmare de hade i laget samt om de hade de bästa simmarna i laget. Förbundet finansierade allt och i Sovjet finns bonuspengar för prestation såväl till simmare som till tränare. Utöver tränarna ingick en läkare, en fysioterapeut samt teamledning i truppen.

Simmarna förbereder sig hos respektive klubb fram till kvaltillfället. Det förekommer dock läger och samlingar med tester under säsongen. Även höghöjdsläger ordnas under denna period.

Styrketräning bedrivs efter individuella önskemål. Efter uttagningen tog landslaget över med läger. Ankomst till Aten den 15 augusti.

Tester genomförs som aeroba och anaeroba fyra gånger per år. Ett brett testbatteri finns för alla kvalitéer för att optimera träningen och belastningarna. En rad styrketester används liksom biomekaniska test. Näringsintaget är ett problem på grund av matbrist i Sovjet. Läkarcheck görs kontinuerligt.

Hela det sovjetiska träningsprogrammet bygger på ett cykliskt träningssystem och alla verkar vara överens. Styrketräningen har skurits ned och i stället satsas mycket på flödes- och biomekanik.

• UNGERN

Head of delegation för Ungern var vid EM **Gyorgy Zemplenyi** som berättar att den ungerska EM-truppen togs ut vid det ungerska mästerskapet sex veckor före EM. Tionde tid på europalistan gällde som kvalltid men bara den bäste simmaren fick starta.

Truppen bestad av fyra damer och sju herrar. Simmare från EJM fanns med i turppen. Sju tränare fanns med till denna trupp och de hade tagits ut efter systemet högst rankade simmare. Hean coach Tamas Sechy var ansvarig för uttagningen. Förutom tränarna ingick en läkare en fysioterapeut ach två ledare i truppen.

Efter VM hade simmarna tre lediga veckor. Sedan började träningen igen. En trupp på 25 simmare var på sex veckors träningsläger i San Diego, USA. Tre veckoläger genamfördes under våren och ungerska simmare tävlade i bland annat Padua och Paris. Efter uttagningarna vid de nationella mästerskapen följde ett tre veckor långt löger. EM-truppen kom till Aten 15 augusti.

Den ungerska säsongen är indelad i tre makrocykler med tre mezzocykler i varje. Varje mezzocykel omfattar fyra veckor, med stegring 1-2 och därefter en HÅRD tredje vecko för att sedon ha tävlingor den fjärde.

Hos den ungerske Head of delegation fanns stor ovillighet att redogöra för test- och träningsprogram. I princip genomförs en medicinsk kontroll varje vecka och en fysiologisk test varje månad.

• POLEN

Uppgiftslämnare var Head coach **Marian Tomanik.** Han berättade att EM-laget togs ut efter följande kriterier: 1. A-final vid OS.

2. A- eller B-final vid VM i Perth.

3. Inomhustider till mars som motsvarade 12:e tid vid EM i Bonn 1989.

Tider enligt 3 kunde göras sista gången vid två tävlingar runt 1 juni. Lagkappslag kompletterades i början av augusti vid polska mästerskapen.

EM-laget bestod av fyra damer och 11 herrar. Fyra simmare debuterade och en pojke kom från EJM.

Förbundet utsåg tre tränare. Dessutom deltog sex tränare som betalade själva. Artur Wojdats universitetstränare från USA, var engagerad för att coacha honom. Utöver dessa ingick en ledare, en fysioterapeut och en läkare i truppen, som alla tagits ut av förbundet. Fickpengar utgick med cirka 30 kronor per dag.

Sedan VM i januari har fyra korta läger med testning och undersökningar genomförts. Efter de nationella mästerskapen tog det centrala programmet vid. Truppen kom till Aten 16 augusti.

Polen samarbetar mycket med Terry Stoddard i Mission Viejo och skickar simmare dit för träning under säsongen.

Testning görs som laktattester för träningsanalys och uthållighetsmätning, samt vid tävling för topplaktat.

Atropometri körs två gånger per år. Krafttester görs på land.

Träningsvolymen är hög. I sportskolorna tränas fyra timmar i vattnet sex dagar i veckan. Långdistansare simmar cirka 2.2 - 2.4 miljoner meter per år.

• NORGE

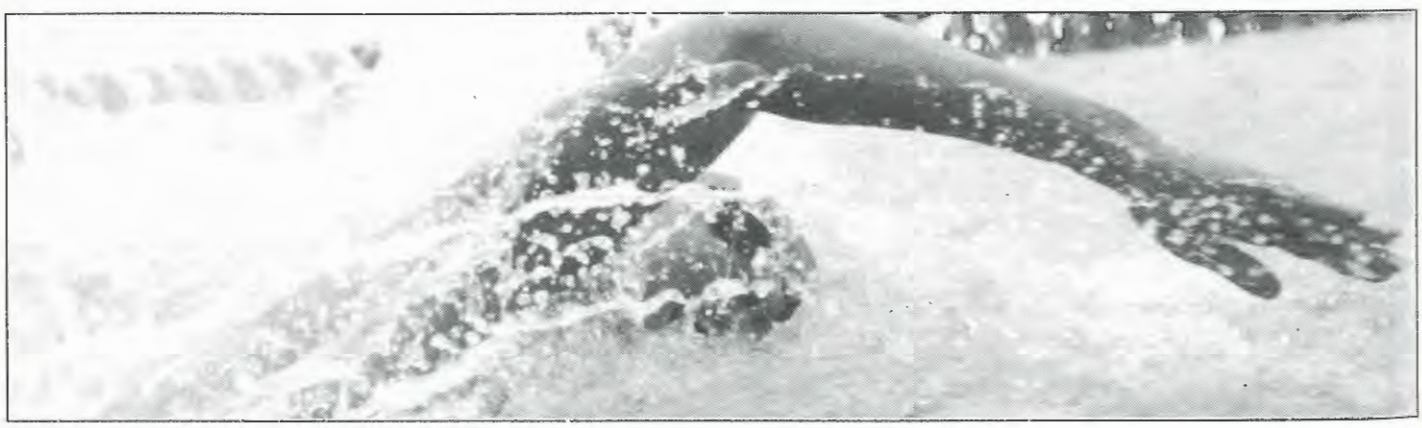
1988 enades Norges tränare om att starta ett projekt för att få ett elitlandslag med bland annat en heltidsanställd förbundskapten. Detta blev **Frank Pedersen,** som anställdes för att matcha landslaget. Han berättade att EM-laget togs ut genom uppnådda kvaltider där standarden var B-final på EM, d v s 16:e tid. Sista kvalmöjligheten var vid norska mästerskapen 21-23 juli. Elitlandslaget var förhandsnominerat för internationella tävlingar under våren. Fyra damer och fem herrar utgjorde EM-laget. Tränarna var två och dessutom fanns en tränare som fungerade som presskontakt, ledare och observatör med. Ytterligare en tränare var med på egen bekostnad. Ingen läkare fanns i truppen. Däremot en fysioterapeut. Ingen ersättning gavs till tränare eller simmare.
I mars genomfördes ett träningsläger i Malmö med 23 simmare under 10-12 dagar. I denna grupp ingick rekryteringslandslaget med tio simmare. Simmarna deltog i två world cuptävlingar som klubbarna finansierade. Därefter var det veckolånga samlingar var fjärde vecka. En längre samling gjordes i Norge från 4 till 20 juni. Därefter ett tre veckors läger i Canet.
Norska mästerskapen 21-23 juli var sista kvalchans. Därefter blev det tio dagar i Hamar och tio dagar i Köpenhamn. Truppen kom till Aten 15 augusti.
Laktattester genomförs 5-6 gånger per år. Såväl aeroba som anaeroba. Kostinformation sker i klubbarna.
Norsk simning har tre toppar under säsongen. Det krävs full uppställning på hela programmet för att få vara kvar i elitgruppen.

• TYSKLAND

Mannfred Thiesmann är Head coach för herrarna och heltidsanställd av förbundet. Han berättade att EM-laget togs ut vid tyska mästerskapen 21-23 juni. För EM-start gällde placeringarna 1-2 och en tid motsvarande 10:e bästa i Europa. Ingen var förhandsnominerad. En del simmare som klarat kvalet valde bort EM. Ingen EJM-simmare fanns med i laget.
EM-truppen bestod av 18 herrar samt 17 damer. Två head coaches fanns; En för damerna och en för herrarna. Sedan togs den tränare ut som hade den högst rankade herren respektive den med den högst rankade damen. Därefter de tränare som hade flest simmare i truppen till sammanlagt fem tränare. Tränarna avlönades med cirka 365 kronor per dag och simmarna fick inget.
Utöver tränare fanns en läkare, två fysioterapeuter samt två ledare med i truppen. Fyra av tränarna var skolade i Östtyskland.
Fram till tyska mästerskapen sköttes träningen från VM av respektive klubb men med tävlingar som World Cup som avbrott. Inga centrala läger arrangerades. Efter de nationella mästerskapen åkte truppen på ett tre veckor långt träningsläger. Simmare och tränare valde mellan Flaggstaff i Arizona, USA, höghöjdsläger, Font Romeau i Frankrike och Israel. Den 5:e augusti var de åter i Tyskland och den 15:e anlände truppen till Aten.
Tester av typen T30 eller annan uthållighetstest körs varje månad. Testcentrum KLD. Komplexe Leistungsdiagnostik i Leipzig kommer att tas i bruk. Det är ett testprogram för att analysera hela simmarens eller idrottarens kapacitet. Testbatteriet innehåller biomekanik, metabola undersökningar, psykologiska test o s v. Dessutom genomförs omfattande tester i klubbar och Olympiacentra. Sport Hilfe ger ekonomiskt stöd till dem som är 1-3 på mästerskap i storleken 55.000 kr per år.

• BULGARIEN

EM-truppen togs ut med åttonde tid i Europa som mål. Denna tid var satt som ett mål och ej absolut kval, berättade Head coach **Lazar Kamenov.** Under tävlingar i träningsperioderna fanns ett önskemål om att simmarna låg en procent från kvaltiden. Den sista kvaltävlingen låg sex veckor från mästerskapen.
EM-laget utgjordes av fyra damer och tre herrar. I tränarstaben ingick utöver Kamenov två tränare. Dessutom var tränaren till den bäste simmaren med tillsammans med Tanya Dangalakovas tränare. En läkare ingick också i truppen.
Efter VM gjordes ett 20 dagar långt höghöjdsläger. Den 16-17 mars simmades vintermästerskapen. Hemmaklubbarna svarade för den mesta träningen. 11-14 juli simmades de bulgariska mästerskapen. Därefter var det tre dagars vila. Den 17:e juli arrangerades ett värmeläger och den 18 augusti ankom truppen till Aten.
Testning av laktat och HR görs när pengar finns. Ingen biomekanisk testning görs. Däremot isokinetiska tester. Slang i vattnet är en utbredd träningsmetod.
I Bulgarien finns två toppar per år under ett OS-år. Träningstiden är i genomsnitt 800-900 timmar per år vilket ger cirka 2 miljoner meter.



• BELGIEN

Jacques Henrard är olympisk coach för Belgien. Han berättar att kvaltiden till EM var åttonde tid från förra EM plus 2 procent. Tiden kunde uppnås under perioden augusti 1990 till och med 30 maj 1991. Förbundet har dock en viss möjlighet att påverka vilka som till sist verkligen får åka. EM-laget bestod av fyra herrar och sex damer. Ingen EJM-simmare fanns med.
Två så kallade olympiska tränare var uttagna. De kompletterades med tränare som åkte med på egen eller klubbens bekostnad. Simmare kunde välja att förbereda sig individuellt i stället för att träna för OS-tränarna. Högskoleutbildade tränare ersattes med cirka 200 kr per dag.
Landslaget svarade bara för de sista två veckorna före EM. Många simmare valde bort detta läger och förberedde sig själva i stället.
Belgarna kom till Aten den 15 augusti.
En del simmare laktattestas var sjätte vecka. Två gånger per år testas vo2max på cykel. Laktatmätningar görs även på tävling. Vissa simmare för biomekanisk analys. Även antropometri görs.
Olika landsdelar i Beligen har olika förutsättningar. Flandern, i norr, har det idag bättre än Valloniet i söder. Trots olika språk, flamländska och franska, fungerar landslaget som en helhet. Belgien har gott om bassänger men dessa prioriteras för allmänheten.

• FINLAND

Finland har ingen Head coach. **Eero Elovaara** är ledamot av tekniska kommittén och berättar att truppen togs ut efter kvaltider. Dessa kvaltider var satta som 16:e tid vid föregående mästerskap. Dessutom fanns möjlighet för de simmare som var i närheten av kvaltiden att bli föreslagna för styrelsen av tekniska kommittén. Kvaltiden skall uppnås i en internationell tävling och kan göras från slutet av föregående mästerskap fram till slutet av april och 8-nationers.
EM-truppen bestod av två damer och sex herrar. Jani Sievinen avstod EJM för att i stället satsa mot EM för att se och lära. Tre tränare var nominerade. En fysioterapeut följde också med. Dessutom hjälpte förbundet till med ackreditering för personliga tränare. Ingen större ersättning utgår till tränarna.
I oktober 1990 bestämde sig Finland för att vara med vid VM. Arbetet fram till sommaren följde utarbetade individuella planer. Dessa planer samordnades sedan av tekniske direktören. (liknande förbundskapten). Under hösten 1990 ordnades ett weekendläger.
Två läger, 8-10 dagar långa, gjordes under våren 1991, varav ett direkt efter VM. Under hela denna period tränade Petri Suominen i USA. Den 18 augusti kom de till Aten.
Testning sker i form av KINEX två gånger om året. Laktattestning sker för topplaktat och uthållighet 5-6 gånger per år. Kroppssammansättning och rörlighetsmätningar görs också. Individuellt utnyttjas idrottspsykologer och landträningen drivs helt individuellt.
Teamet tränare/simmare är mycket viktigt i Finland och vårdas speciellt. Under perioder tränar de som kör mest cirka 2 miljoner meter per år eller toppar om 100.000 meter per vecka.

• FRANKRIKE

Team manager och Head coach är **Patrice Prokop** som berättar att EM-laget togs ut på tre grunder. A-finalisterna från VM i Perth var klara direkt. En kvaltid, som satts upp, skulle klaras fram till franska mästerskapen i april. Dessa mästerskap var sista chans.
Kvaltiden baseras på att simmare skall kunna nå 12:e tid vid det aktuella mästerskapet. Denna kvaltid räknades fram efter 16:e tid med två per nation, kvaltiden från förra EM och den verkliga tiden för B-final i Bonn 1989.
EM-laget utgjordes av nio damer och 16 herrar. EJM-simmare fanns med i truppen.
Åtta tränare förutom Patrice Prokop var uttagna. En läkare, en fysioterapeut och en teknisk direktör följde också med. I Frankrike sker uttagning av tränare som en del i utbildningen. Därav det stora antalet. Kostnader tas till viss del från utbildningsdelen och dessutom erbjuds tränare att närvara vid träningsläger och tävlingar men då på egen bekostnad.
I Perth hade Frankrike 16 simmare. För några av dessa följde tre veckors ledighet efter VM. Träning och tävling sköts till största delen av hemmaklubbarna. De simmare som var intresserade av EM skulle upp till bevis vid vintermästerskapen i april.
Därefter tävlade landslaget i Mediteranean Games, Universiaden samt vid franska mästerskapen i augusti.
23 simmare var sedan med på träningsläger i Castre och två simmare var på läger i Font Romeu. Truppen kom till Aten 15 augusti.
Verksamheten finansieras av franska staten. Testning sker vid 3-4 olika ställen, klubbar eller simcentra. Laktattestning görs vid träning, för träning och vid tävling. Viss kostrådgivning förekommer. Den mesta testningen sker dock i klubbarnas regi.
Samarbetet mellan klubbtränarna och landslaget är mycket gott tack vare den utbildningssatsning för tränare som görs i Frankrike.
Tre toppar är Frankrikes modell. Fransmännens tränarutbildning och skolning är mycket intressant.

MEDALJER OCH FINALER

	G	S	B	Tot	A-finaler
1. URS	9	3	1	13	27
2. GER	4	10	9	23	42
3. HUN	4	3	1	8	17
4. DEN	4	-	2	6	10
5. FRA	3	3	2	8	20
6. ESP	2	1	1	4	12
7. NOR	2	-	-	2	9
8. ITA	1	2	7	10	27
9. NED	1	2	3	6	13
10. POL	1	2	1	4	12
11. GBR	1	2	-	3	17
12. ROM	-	4	1	5	11
13. SWE	-	-	2	2	12
13. BUL	-	-	2	2	3
15. BEL	-	-	-	-	10
16. FIN	-	-	-	-	5
17. TCH	-	-	-	-	3
18. YUG	-	-	-	-	2
19. AUT	-	-	-	-	1
19. GRE	-	-	-	-	1
19. ISL	-	-	-	-	1
19. SUI	-	-	-	-	1

Med landslaget till OS, Barcelona 1992



Tommy Werner Foto: Thommy Nyhlén

De olympiska spelen i Barcelona närmar sig snabbt. Bara drygt åtta månader är kvar till första start. Efter EM i Aten tog förbundskapten Hans Chrunak ut en trupp på tolv simmare som kan bli aktuella för OS-start. Truppen är stommen i ett tänkt OS-landslag och består av: Anders Holmertz, Tommy Werner, Lars-Ove Jansson, Göran Titus, Christer Wallin, Lars Frölander, Louise Karlsson, Eva Nyberg, Helena Kälvehed, Malin Strömberg, Ellenor Svensson, Anna-Karin Englund samt Therese Lundin, som tränar vidare i Arizona, USA.

Truppen kan under resten av säsongen utökas eller minskas, beroende på hur många som simmar riktigt fort och då tar en plats i truppen eller om någon på något sätt lämnar den idag befintliga truppen.

Hans Chrunak har lagt ett preliminärt program för tiden fram till OS och hoppas att detta program kan utökas med fler aktiviteter. Som alltid är det en budget och ekonomiska realiteter som bromsar.

Därför är det i stor grad upp till den som vill ta en plats i OS-laget att själv göra något, exempelvis bra resultat vid ett flertal tävlingar.

Landslagets aktiviteter mot OS inleddes med ett läger i danska Aalborg under Allhelgonahelgen tillsammans med Danmark och Norge. Samarbetet mellan tre av de nordiska länderna fortsätter sedan med ett gemensamt läger i Sverige 19 mars till och med 22 mars.

Sveriger åker sedan ensamt på läger till Ft Lauderdale, Florida, USA, 11 till och med 26 april. Under fyra dagar från 14 april blir det nytt gemensamt läger med Danmark och Norge, då i Oslo. Direkt efter OS-kvalet i Landskrona 26-28 juni reser landslaget till Vouliagmeni, Grekland. Då skall OS-truppen vara klar och OS-äventyret börjar med ett läger i spanska Reus 13-22 juli. Den 23:e flyttar OS-landslaget in till OS-byn i Barcelona. Förhoppningsvis är truppen då större än de 13 som finns med från start.

Landslaget kommer att tävla en hel del inför OS. Både för att simmarna skall visa att de är värdiga en plats i truppen samtidigt som andra, utanför, får en chans att slå sig in.

Den 30 november och 1 december simmas en landskamp i Köpenhamn mellan Danmark, Norge och Sverige. Samma helg går världscupen igång med tävlingar i Kanada och simmas US-Open i USA. Världscupen fortsätter sedan i januari för bland andra landslaget i St Petersburg 13-14, Sheffield 17-18, Malmö 21-22, Bonn 25-26, Milano 28-29 och Paris 1-2 februari. Den nya superfinalen simmas i Barcelona 29 februari - 1 mars. Fast Water Meet i Amsterdam avgörs 11-12 april och sedan är det lugnt på landslagsfronten. Efter OS-kvalet i Landskrona blir nästa tävling OS.

Förbundskapten Hans Chrunak pekar på flera aktuella tävlingar med internationellt deltagande där det går bra för dem som är intresserade att testa sin förmåga. 31 januari - 2 februari simmas Själland Open i Greve utanför Köpenhamn. I maj finns två lämpliga tävlingar, Multi Nation i Leeds, 22-24 och Meeting Natation 66 i Canet, Frankrike 29-31. TRaditionella Meeting Monte Carlo i Monaco, 5-7 juni och 7-kullars i Rom 12-14 juni är två utmärkta tillfällen att kvalificera sig för OS-start, anser Hans Chrunak.

Sveriges Olympiska Kommitté, SOK, tar hänsyn till alla resultat som gjorts i internationell konkurrens. Även resultat i 25 m bassäng. Hans Chrunak vill dock peka på att kortbaneresultat kommer att granskas mycket tufft och tror att bara extremt bra tider från exempelvis världscupen kan ligga som underlag för nominering. Förmodligen handlar det om topptider och topplacering i superfinalen. USA-simmarna har också en möjlighet att kvalificera sig vid NCAA under förutsättning att tävlingarna simmas i 50 m bassäng, vilket enligt uppgift skall vara aktuellt.

Vägen till Barcelona!

Barcelona. Det mest laddade namnet på en plats, 1992. I vart fall för oss som sysslar med sommarolympisk idrott. Kan ni tänka er invigningen?

Vilken blir den stora grejen vid 1992 års OS-invigning? Kommer man att köra jättehiten "Barcelona", så att nackhåren reser sig på fullt skaft?
Kommer invigningen att bli häftigare än någonsin?
Kommer maratonlöparna att klara den fruktansvärda backen upp till stadion?

Hur många guld tar Sverige?

Nåväl allt detta går ju att följa i TV.
Men hur kommer man i tävlingsbassängen och får HEDERSAMT DELTAGA i sommarspelen i Barcelona 1992?
Är av INTENSIVA FÖRBEREDELSER är en grundförutsättning, nu gäller det att tävla bra och avsluta dessa år i tävlingsbassängen med högsta kvalité.

Vad kommer att krävas?

Ja, enligt SOK, (Sveriges Olympiska Kommitté), gäller chans till final som en förutsättning för nomiering. I simspråk är det lätt att översätta:
För individuell start, krävs i DE ALLRA FLESTA grenar ett svenskt rekord.
Har vi detta som utgångsläge, så är det bara att gå in i rekordtabellerna och läsa innantill. Dessutom skall dessa resultat göras i så kallad internationell konkurrens.



Var då, då?

Jo, det finns ett antal internationella stortävlingar från början av december, US-Open, fram till början av juni.
Tyvärr är Sverige ett U-land när det gäller arrangörsskap av internaitonella tävlingar. Det är bara Simspelen som dalmasarna länge kämpat för att få övriga Sverige intresserat av. Internationella inslag har de alltid fixat, men det nationella intresset har länge varit svalt. Tyvärr.

Därför får vi 1992 söka oss utomlands för att finna tävlingar i 50 m bassäng där vi kan tillgodoräkna oss resultat för OS-nominering. Visst, det finns "sista chansen" tävlingen i Sverige, OS-kvalet i Landskrona helgen efter midsommar.

Men, jag rekommenderar alla OS-aspiranter att visa upp sig i internationellt sammanhang, med bra resultat och bra placering. Jag vill se hög kvalité vid mer än ett tillfälle, innan jag föreslår SOK en nominering.

Chrunaks krönika

Tänk också på

En annan sak, som är viktig att komma ihåg, är följande:
För att bli nominerad utifrån 25 m resultat krävs det extremt bra tider. Jag fick förfrågan om vad det skulle innebära på t ex 50 m fritt, damer.
Mellan tummen och pekfingret känns det som strax under 25.00. Därmed kan jag kanske ha lagt nivån för kvaltider på 25 m bana. Detta gör inte 25 m säsongen oviktig i förberedelserna inför OS-kvalificeringen. Det är också mycket bra farttträning att släppa loss i en 25:a. Se på USA som "fartar" i yardsbassäng.
Ta Italien som exempel. De kör mycket 25:a i sin slutträning inför de stora mästerskapen.

Hur som helst

Vi ses i Landskrona på OS-kvalet. Där kommer truppen slutligen att nomineras. Jag hoppas också få tillfälle att träffa ALLA berörda tränare i samband med SM i Södertälje och där diskutera vägen till Barcelona.
Under tiden, LYCKA TILL!

Hans Chrunak

HAR DU BESTÄLLT SIMKALENDERN FÖR NÄSTA ÅR?

TEL 08-605 60 00.

VÄRLDSREKORD SEDAN SIST

• 800 m fritt, herrar
7.47.85, Kieren Perkins, Australien, i Edmonton, Kanada 25 augusti. Förbättrade Vladimir Salnikovs, Sovjetunionen, 7.50.64 från 1986.

• 100 m rygg, herrar
53.93, Jeff Rouse, USA, i Edmonton, Kanada 25 augusti. David Berkoff, USA, hade det gamla från 1988, 54.51.

• 200 m rygg, herrar
1.57.30, Martin Lopez-Zubero, Spanien, i Ft Lauderdale, USA, 13 augusti. Igor Poliansi, Sovjet, hade det gamla, 1.58.14.

• 100 m bröst, herrar
1.01.29, Norbert Rozsa, Ungern, i Aten 20 augusti. Förbättrade sitt gamla, 1.01.45, från januari 1991 som tangerats av Vasili Ivanov, Sovjet i juni 1991.

• 200 m bröst, herrar
2.10.60, Mike Barrowman, USA, i Ft Lauderdale, USA, 13 augusti. Förbättrade sitt gamla från 2.11.23.

• 100 m rygg, damer
1.00.31, Krisztina Egerszegi, Ungern, i Aten 22 augusti, Ina Kleber, Östtyskland, hade det gamla med 1.00.59 från 1984.

• 200 m rygg, damer
2.06.62, Krisztina Egerszegi, Ungern, i Aten 25 augusti, Förbättrade Betsy Mitchells, USA, 2.08.60 från 1986.

Rekordutveckling, 100 m rygg, herrar

59.6	Thompson Mann, USA,	16/10	1964
59.5	Doug Russell, USA,	28/8	1967
59.3	Charles Hickcox, USA,	28/8	1967
59.1	Charlse Hickcox, USA,	31/8	1967
58.4	Roland Matthes, GDR,	21/9	1967
58.0	Roland Matthes, GDR,	26/10	1968
57.8	Roland Matthes, GDR,	23/8	1969
56.9	Roland Matthes, GDR,	8/9	1970
56.7	Roland Matthes, GDR,	4/9	1971
56.3	Roland Matthes, GDR,	4/4	1972
56.30	Roland Matthes, GDR,	4/9	1972
56.19	John Naber, USA,	18/7	1976
55.49	John Naber, USA,	19/7	1976
55.44	Rick Carey, USA,	6/8	1983
55.38	Rick Carey, USA,	6/8	1983
55.19	Rick Carey, USA,	21/8	1983
55.17	Igor Polianski, URS,	15/3	1988
55.16	Igor Polianski, URS,	16/3	1988
55.00	Igor Polianski, URS,	17/7	1988
54.95	David Berkoff, USA,	12/8	1988
54.91	David Berkoff, USA,	12/8	1988
54.51	David Berkoff, USA,	24/9	1988
53.93	Jeff Rouse, USA,	25/8	1991

VÄRLDSRANKINGEN 1991

När rankinglistorna ramlade in på redaktionens bord bjöd de på intressant läsning. Årets mästerskap på lång bana är avklarade, VM, EM, Pan Pacific med flera och alla nationer har hållit sina egna mästerskap på lång bana. Listorna omfattar de 75 bästa i världen och flera svenskar finns med. Dock ingen i topp som förra året.

Damer

På damsidan är Louise Karlsson högst rankad av svenskorna med 23:e plats på 50 m fritt, 26.31 från EM. Bäst är Yong Zhuang, Kina, med 25.47 från VM. Helena Åberg är 64:a med 26.70. Sista tid är 26.79.
100 m fritt toppas av Angel Martino, USA, 55.14. Louise är där 40:a med 57.13 från EM. Eva Nyberg är 43:a med 57.20 och sista tid är 57.77.
Danmarks Mette Jacobsen toppar 200 m fritt med 2.00.29 från EM. Eva Nyberg finns på 47:e plats med 2.03.21, Malin Gustavsson är 67:a, 2.03.74 och Malin Nilsson 71:a med 2.03.88. 75:e tid är 2.04.08.
Janet Evans tid från VM, 4.08.63 är bäst på 400 m fritt. Irene Dalby, Norge, är fyra med 4.11.63 från EM. Malin Nilsson ligger på 51:a plats med 4.18.02 från VM och Christine Otto, USA, tar sista platsen med 4.20.43
På 800 m fritt är Andrea Bolin 66:a med 8.54.32 från SM. Janet Evans toppar med 8.24.05. Irene Dalby tar även där 4:e platsen, 8.32.08.
1500 m fritt simmas för sällan i Sverige av damerna så ingen svenska finns med. Bäst är också där Janet Evans med 16.11.22. Sista tid är 17.19.35.
Ingen svenska finns med på varken 100 m eller 200 m rygg. Bäst på båda distanserna är ungerskan Krisztina Egerszegi, 1.00.31 och 2.06.62. Sista tider är 1.05.02 respektive 2.17.99.

Louise Karlsson finns med också på 100 m bröst. 1.11.88 från VM ger henne 35:e plats. Bäst är Linley Frame, Australien, med 1.08.81. 75:e tid är 1.13.17. På dubbla distansen finns ingen svenska med. Anita Nall är bäst med 2.27.08 och sämst är Virginie Bojaryn, Frankrike med 2.36.72.
Therese Lundins bronstid från EM på 100m fjäril räcker till 25:e plats, 1.01.80. Kinas Hong Qian ligger etta med 59.68. Malin Strömberg är 33:a med 1.02.17 från EJM-segern. Sista tid är 1.03.11.
På 200 m finns Malin med. Hon är 74:a med 2.17.21 från EJM. Det är fyra hundradelar bättre än Beth Hollihan, Kanada. Summer Sanders, USA, ligger i topp med 2.09.24 och Mette Jacobsen är åtta med 2.11.88 från VM.
Malin Gustavsson är 52:a på 200 m medley, 2.20.38. Grenen toppas av Li Lin, Kina, med 2.13.40. Sista tid är 2.21.16. På 400 m medley är Krisztina Egerszegi bäst med 4.39.78. Ingen svenska finns med bland de 75 bästa. Sista tid är 4.56.67.

Herrar

50 m fritt toppas av Matt Biondi, USA, 22.14. Lars-Ove Janssons fjärdeplats från VM, 22.75 betyder 11:e plats. Göran Titus är 21:a med 22.97 och Pär Lindström är 26:a med 23.06. Joakim Holmqvist är 4:e svensk på listan med 23.45 och 70:e plats. 75:e tid är 23.47.
Tommy Werners silvertid från VM, 49.63, räcker "bara" till nionde plats. Listan toppas av tre man på 49.18. De tre, Stephan Caron, Frankrike, Alexander Popov, Sovjet och Matt Biondi, USA, kan bjuda upp till en härlig föreställning vid OS. Anders Holmertz är 20:e, 50.22, och Håkan Karlsson är 32:a med 50.64. Göran Titus har 51:a plats, 50.90 och sista tid är 51.26 och Norges Jarl Inge Melberg har den tillsammans med Artur Wojdat och Nikolai Evseev.
Bästa svenska placeringen av alla på rankinglistorna är Anders Holmertz fjärdeplats på 200 m fritt, 1.48.53 från SM. Giorgio Lamberti är bäst med 1.47.27 från VM. Christer Wallin är 18:e med 1.49.79 från VM. Sista tid är 1.51.95.
På 400 m fritt finns Anders på femte plats, 3.49.72, VM och Jörg Hoffmann, Tyskland, toppar med 3.48.04 ochså det från VM. 3.58.57 är sista tid.
Ingen svensk finns med på varken 800 m eller 1500 m. Kieren Perkins 7.47.85 är bäst på 800 m och Jörg Hoffman är bäst på 1500 m med 14.50.36. Sistatider är 8.20.43 och 15.50.00. 100 m rygg toppas av Jeff Rouse, USA, 53.93 och 200 m rygg av Martin Lopez Zubero, Spanien, 1.57.30. Sistatider är 57.73 och 2.04.67. På 100 m har Rudi Dollmayer 71:a plats, 57.70 och på 200 m ligger Anders Kroon 73:a med 2.04.57.
Det finns ingen svensk med på bröstsimmet. 100 m toppas av Norbert Rozsa, Ungern, 1.01.29. Sista tid är 1.04.43. På 200 m är Mike Barrowman, USA, bäst med 2.10.60. 75:e tid är 2.19.95.
Anthony Nesty, Surinam, är bäst på 100 m fjäril, 53.29 och Rudi Dollmayer har där 74:e plats, 55.61. En hundradel bakom ligger Ty Nelson, USA. På 200 m är Melvin Stewart, USA, bäst med 1.55.69. Gustav Johansson är 71:a, 2.03.18 och sista tid är 2.03.29. Jan Bidrman är med sina VM-tider svensk representant på medleyn. Han har 13:e plats på både 200 m och 400 m. 2.03.09 respektive 4.23.04. 200 m toppas av Tamas Darnyi, Ungern, 1.59.36. Han är bäst också på 400 m, 4.12.36. Sistatider är 2.06.62 och 4.29.46. Anders Peterson är 55:a på 200 m med sina 2.06.01 från SM.

FINA WERNER

Den 5:e oktober fick Sverige en toppman i internationell simning. Då valdes Gunnar Werner till vice ordförande i FINA, Internationella Simförbundet. Gunnar Werner har länge varit medlem av FINAbyrån och är sedan tidigare generalsekreterare i LEN, Europeiska Simförbundet.

REKORD PÅ RYGG

Anna-Karin Englund, Kalix SS och Sveriges bästa ryggsimmare i år, satte svenskt rekord vid Norrlands och Västerbottens mästerskap första helgen i oktober. På 50 m rygg simmade hon i mål på 30.09, kort bana. Det knappt ett år gamla rekordet, 30.27, hade hon själv. Anna-Karin, 24 år, hette förut Eriksson, vann SM i somras på 100 m och var med vid EM. Hon är också med i den trupp som förbundskapten Hans Chrunak hoppas på inför OS.

BALTER I FINA

FINA, Internationella Simförbundet, blev först med att ge fullt medlemsskap till de baltiska staterna. Estland och Lettland valdes in i mitten av september. Litauen får vänta tills FINA-kongressen i Lausanne i februari nästa år. FINA har nu 130 medlemsländer.

LÅNGSIKTIG TÄVLINGSPLANERING

När i tiden olika tävlingar skall äga rum är en stor och viktig fråga för simidrotten. Detta belyses bl a av att tävlingsplaneringen är en av punkterna på de årliga tränarkonferanserna, på rikssimmarting och speciella kalenderkonferenser. I föregående nummer av Simsport finns det två artiklar/insändare som bl a behandlar tävlingsplaneringen.

För 1992 är de stora nationella arrangemangen som vanligt SM och JSM inplanerade och kända sedan lång tid, arrangörer utsedda osv.
Styrelsen för SSF fick i mitten av september ett förslag från Stockholms simförbund att flytta SM 1992 (som skall gå i Borås) från början av augusti till veckan efter midsommar. Skälen enligt förslagsställarna var bl a att SM-92 skulle komma att genomföras efter OS och därmed ej kunna tjäna som uttagningstävling. På grund av sin tidsmässiga placering skulle SM dessutom bli en "avslagen" tillställning:
Efter att ha hört tränarkonferensens uppfattning har simkommittén rekommenderat styrelsen att fatta beslut om att inte flytta SM, även om man tyckte att förslaget i princip var tänkvärt. Styrelsen har heller inte ändrat datum för ute-SM 1992. Motiven för detta är bl a att SM - oberoende av när det ligger i tiden - inte får tjäna som OS-kval enligt SOK. OS-kvalifikationerna måste ske i internationell konkurrens. Styrelsen bedömer läget dessutom så att OS (tyvärr) kommer att beröra ett mindre antal simmare under det att SM bör vara en tävling för många. Vidare ansåg styrelsen att det var rimligt att mot den utsedde arrangören stå fast vid avtalat datum.
Påstötningen från Stockholms simförbund har emellertid påverkat simkommittén och styrelsen vad gäller tiden långsiktigt från 1993 och framåt.
Förslaget till långsiktig tävlingsplanering för de närmaste mästerskapen ser därför ut på följande sätt:

SOMMARSÄSONG

	SM	Sum-Sim	EM/VM/OS
1993	1-jul	10-jul	17-22/8
1994	30-jun	9-jul	per. 15/8-4/9
1995	29-jun	8-jul	ca 20/8
1996	4-jul	13-jul	ca 25/8

VINTERSÄSONG

	Sum-sim reg	Sum-Sim riks	JSM	SM
1993	20-nov	4-dec	10-dec	17-dec
1994	10-nov	3-dec	9-dec	16-dec
1995	18-nov	2-dec	8-dec	15-dec
1996	23-nov	7-dec	13-dec	20-dec

Deltagarna vid Rikssimmartinget hade uppfattningen att förslaget var "rätt tänkt" men att det borde finnas ett tillfälle att komma med synpunkter från fler. Chansen att "tycka till" är nu genom att sända synpunkter till simkommittén eller kansliet.
Simkommitténs förslag innebär förhoppningsvis en anpassning till det sociala liv som blir allt viktigare att koppla till träning och yrkesliv. Dessutom är uppläggningen förhoppningsvis sådan att det går att planera träning, toppning och internationellt tävlande.
Under diskussionen om förslaget att flytta SM-92 har förts fram att många simmare skulle utebli om SM ligger i augusti. Styrelsen hoppas naturligtvis att så inte skall bli fallet utan att simmarsverige ställer upp och ser till att SM-92 blir en fest för såväl arrangören Elfsborg som för deltagarna.
Det är också styrelsens förhoppning att de som varit OS-deltagare kan få visa upp sig på hemmaplan efter internationella framgångar!!? och att de simmare som inte varit på OS visar styrka genom att utmana OS-deltagarna.

Per-Axel Eriksson

VAD ÄR SIMHOPPNING?

Som åskådare på en simhoppstävling uppskattar man sporten mer om man vet vad man skall titta efter - vad det är som gör ett hopp bra.

Hopptyper

Det finns fem olika grupper av svikthopp och sex grupper av trampolinhopp (höga hopp). De första fyra grupperna innefattar rotation i olika riktningar i förhållande till svikten/trampolinen och utgångsställningen. Den femte gruppen består av alla skruvhopp. Den sjätte gruppen i höga hopp är handståendehoppen, då hopparen utför hoppet från stående på händer på trampolinkanten.

1. Framåtgruppen:

Hopparen står vänd framåt på svikten/trampolinen och roterar framåt mot vattnet. Hoppen i denna grupp varierar från det relativt enkla huvudhopp framåt till det svåra tre (och t o m fyra) och en halv volt framåt.

2. Bakåtgruppen:

Alla hopp i denna grupp börjar med att hopparen står på svikt- eller trampolinkanten med ryggen mot vattnet. Hopparen snurrar bakåt från svikten/trampolinen.

3. Mollbergska gruppen:

Hopparen står vänd framåt mot vattnet och snurrar bakåt mot svikten/trampolinen.

4. Tyska gruppen:

Hopparen står på svikt- eller trampolinkanten med ryggen mot vattnet och roterar framåt/inåt mot svikten/trampolinen

5.Skruvgruppen:

Alla hopp som skruvas ingår i denna grupp. Det finns fyra typer av skruvade hopp; framåt, bakåt, mollbergska och tyska. Denna grupp innehåller fler hopp än övriga grupper p g a de många kombinationsmöjligheterna.

6. Handståendegruppen:

Utgångsställningen är stående på händer på trampolinkanten med ryggen mot vattnet.

Stilarter

Hopparen använder sig av en eller flera av fyra olika kroppsställningar i varje hopp.

1. Gruppering:

Kroppen böjs i höftled och knäled, låren dras mot bröstet och hälarna hålls nära baken.

2. Pikering:

Benen är raka och kroppen böjs i höftleden. Armarnas ställning beror på vilket hopp som utförs eller hopparens eget val.

3. Rak stil:

Det får inte förekomma någon böj i höft- eller knäled. Liksom i pikering bestäms armarnas placering av vilket hopp som utförs eller hopparens eget val.

4. Valfri stil:

Detta är egentligen ingen bestämd kroppsställning, utan hopparen kan välja att använda sig av vilken som helst av de övriga tre stilarterna, eller en kombination av dessa, när han utför ett hopp som innehåller både hopp och skruvar. Dock används gruppering sällan i denna typ av hopp, medan en kombination av de andra två stilarterna är mycket vanlig.

Bedömning

Ju mer man ser simhoppning, särskilt elithoppning, desto mer märker man att fastän många hoppare utför samma hopp så ser det aldrig exakt likadant ut. Det beror på att varje individ har en egen utstrålning, rörelsesätt, styrka och känsla för "timing" - företeelser som alla tillsammans bygger upp det abstrakta med observerbara fenomen som kallas "stil".

Det är svårt att fastställa stil på annat sätt än att antingen tycker man om en hoppares stil eller så tycker man inte om den. Detta är den främsta anledningen till att det är så svårt att döma en simhoppningstävling. Även om det finns särskilda kriterier för utförandet, som alla hoppare måste uppnå, så är utvärderingen av ett hopp ändå en subjektiv process. Hur väl ett hopp än utförs, så spelar domarpanelens subjektiva syn på hur bra simhoppning ska se ut en stor roll för tävlingens slutresultat. Därför skiljer sig också otta tränarnas, de tävlandes, domarnas och åskådarnas meningar åt beträffande resultatlistans riktighet.

Varje domare bedömer varje hopp med mellan noll och tio poäng.

Poängtabell och hur poängen fördelas	
0	fullständigt misslyckat hopp
1/2 - 2	dåligt utfört hopp
2 1/2 - 4 1/2	icke godkänt hopp
5 - 6	godkänt hopp
6 1/2 - 8	bra utfört hopp
8 1/2 - 10	mycket bra utfört hopp

Vid bedömning och placering av ett hopp i någon av dessa kategorier analyseras och utvärderas vissa delar av hoppet.



Delarna är

1. Anlopp-ska vara lugnt men kraftfullt och visa bra form.

2. Upphopp-ska visa kontroll och balans och dessutom ha rätt vinkel för just det hopp som ska presteras.

3. Höjd-den höjd som hopparen lyckas uppnå i upphoppet från svikten eller trampolinen påverkar i hög grad den totala bilden av hoppet. eftersom större höjd betyder mer tid, har ett högre hopp normalt större precision och jämnhet.

4. Utförande-mycket väsentlig, detta är själva hoppet. Domaren tittar efter korrekt teknik, mekanik, form och grace.

5. Nedslag-nedslaget i vattnet är av stor betydelse eftersom det är det sista domaren ser av hoppet och den del som man lättast kommer ihåg. De två kriterier som utvärderas är nedslagsvinkeln, som ska vara lodrät,, och hur mycket det stänker; ju mindre desto bättre.

Poängberäkning

Tävlingen bedöms av fem eller sju domare. När domarna har gett sina siffror dras den högsta och lägsta siffran bort och de återstående adderas. Summan multipliceras med hoppets svårighetsgrad, som är bestämd i förväg. Svårighetstabellen sträcker sig från 1,2 till 3,5 i tiondelssteg.

I sjudomarsystemet omräknas poängen för att bli jämförbara med femdomarresultaten.

Tävlingsserier

Det ställs vissa seriekrav både i svikthoppstävling och höga-hoppstävling.

Svikthopp damer:
Varje hoppare utför fem hopp med sammanlagd svårighetsgrad på högst 9,5 (ett hopp ur varje grupp) och fem hopp med obegränsad svårighetsgrad (ett hopp ur varje grupp).

Svikthopp herrar:
Som damtävlingen, utom att herrarna utför sex hopp med obegränsad svårighetsgrad (minst ett hopp ur varje grupp).

Höga hopp damer:
Varje hoppare utför fyra hopp med sammanlagd svårighetsgrad på högst 7,6 (ur fyra av de sex hoppgrupperna) och fyra hopp med obegränsad svårighetsgrad.

Höga hopp herrar:
Varje hoppare utför fyra hopp med sammanlagd svårighetsgrad på högst 7,6 (ur fyra av de sex hoppgrupperna) och sex hopp med obegränsad svårighetsgrad (ett hopp ur varje grupp).

Beräkningsexempel:

	Femdomarsystem	Sjudomarsystem
Domarsiffror:	6-5-5-5-4	6-5-5-5-5-5-4
Totalt:	15	25
Svårighetsgrad:	2,0	2,0
Totalt:	15 x 2,0	25 x 2,0 x 3/5
	= 30 poäng	= 30 poäng

EJM i Braschaat

Godkända insatser trots skador

EJM i simhopp var ännu en tävling av sommarens många för våra ihärdigt tävlande juniorer. Endast A-juniorerna deltog i denna tävling.



Astrid Mellbom

Ulrika Knape-Lindberg, som varit ansvarig för B-juniorerna under säsongen, tog det vettiga beslutet att dra tillbaka våra yngre från EJM. Tävlingssäsongen hade blivit alltför tuff för dem, särskilt med tanke på att vi helgen efter skulle ha ungdoms-VM på hemmaplan i Örebro.

Blandade känslor

Eftersom jag själv var med i början av 70-talet, när de första inofficiella UVM-tävlingarna började ta form i belgiska Braschaat, var det med blandade känslor jag träffade de andra på Kastrup för avfärd. Med på resan var Malin Dahlberg från Skövde, Astrid "Asta" Mellblom från Lund och John Johansson från Jönköping. Att känslorna var blandade får tillskrivas dels den nostalgi som drabbar en när man återser en plats som man har så många minnen från, dels en bävan inför hur belgarna skulle klara av ett sådant här stort arrangemang! Båda känslorna visade sig motiverade.

Badet var redan på 70-talet en imponerande anläggning. Nu var det renoverat och utbyggt till ett mycket lyxigt och kontinentalt rekreationscenter. Där finns sporthall och en underbar park för promenader och allehanda idrottsaktiviteter.

Restaurangen på badet serverade varje dag en trerätters lunch och middag. Frukost intogs på hotellet som låg tio minuters promenad från badet, genom den vackra parken.

Läger till Braschaat?

Ni som varit i Braschaat tidigare skulle inte känna igen den förut så smutsiga lilla industrihålan. Staden har blivit riktigt pittoresk med flera mysiga uteserveringar, fina hotell och restauranger och ett närmast tyrolskt gemyt. Ni som varit där skrattar väl åt mig när jag säger att Braschaat är ett bra alternativ för ett träningsläger! Men faktum är att badet är i utomordentligt bra skick och priserna på allt är hälften av våra. Badet kan dessutom erbjuda helpension med förläggning i turk-avdelningen.

Besannade farhågor

Så var det det här med organisationen. Alla farhågor besannades! Bland annat hade man exakt samma datasystem vid tävlingarna som senare användes vid UVM i Örebro. I Örebro var snittiden per hopp 32 sekunder, i Braschaat över minuten. Transfern från och till flygplatsen fungerade uruselt (vi fick till och med betala en ordinarie buss vid hemresan). Incheckningen på flygplatsen tog 25 minuter - utan kö! Detta föranledde mig att fråga den hispiga tjejen vid dataterminalen:

- Are you playing Nintendo?

Godkända svenskar

Det som får godkännas vid tävlingarna var de svenska insatserna och det underbara vädret. Redan tidigt på sommaren såg vi att vi har en stor "liten" hoppare på gång i John Johansson. Trots en svårläkt handskada visade han vilken känsla och kapacitet han har redan som 17-åring.

Den grabben kommer svensk simhoppning att få mycket glädje av i framtiden, inte minst med tanke på den "pacing" han får på hemmaplan genom träningskompisarna Joakim Andersson och Ann-Sofie Rylander.

Astrid Mellblom fortsatte sin stabila tävlingssäsong och gjorde helt godkända insatser både på svikt och höga. Malin Dahlberg har det sista året haft stora problem med sin rygg. Hon fick nu bryta 3-meterstävlingen och dagen efter stryka sig från högatävlingen. Detta innebar också att hennes start i UVM blev omöjlig. Med specialisthjälp - Leif Svärd från Göteborg - hoppas vi att Malin skall komma tillbaka under hösten. Malin blir förstaårs-senior i år och på den fronten är det verkligen tunt.

Återkommer gärna

Trots en massa "strul" med olika saker är det bestående intrycket av Braschaat-resan att vi gärna kommer tillbaka igen! Det trodde ni inte, Janne Nilson och Lennart "Stålis" Lindén! Ni som var med på det glada 70-talet, när Toivo Öhman hotade alla hopptränare som gjorde bort sig med en enkel biljett till Braschaat ...

- Vädret då?, frågar ni.

Jo, det var så fint att till och med John Johansson fick en liten svag brun nyans på näsa och axlar. De' ni!

Göran Lundkvist

SENDA DOPAD

Senda Gharbi från Tunisien är ute på tunn is igen. Hon var den mest framgångsrika tävlanden vid afrikanska spelen i september med fem simguld.

Hennes dopingtest var positivt och hon riskerar nu att bli av med sina medaljer. Arrangörerna vägrar att offentliggöra vilket preparat de funnit spår av.

Vid senaste VM i Australien var 24-åriga Senda ett fall för arrangörerna då de läst anmälan så illa att hon var anmäld för Tanzania. Lagom till hennes start på 100 m fritt, personbästa 57.20, kom rätt flagga på plats.

GODA GRANNAR

Från danska Svömmesport saxar vi följande lilla notis från deras anslagstavla. Se det som en läsövning och tändvätska inför kommande gemensamma aktiviteter ...

"SVENSK FIASKO

Svenskerne stillede med ikke faerre end 29 svömmere till EM. De leverede skuffelse på skuffelse, fiasko på fiasko.
Ikke mindst synes den tidligere så staerke Anders Holmertz at vaere kommet ud på et skråplan. Ved EM i Strasbourg 1987 imponerede han med en sejr i 200 meter fri. Året efter blev det en 2. plads i OL-sammenhang. I 1989 indtog han 3. pladsen ved EM. Ved VM i Perth var han nede på 4. pladsen, og i Athen på 5. pladsen. Unaegligen en stabil udvikling, men naeppe af en karakter, han umiddelbart er tilfreds med.
I Sverige var pressen skånselslös over for de svenske svömmere, der måtte finde sig i ydmygende og syrlige bemaerkninger om den begraensede hensigtsmaessighed i at bruge penge på at sende svömmere og traenere till USA, når de bare kunne tage et smut til Danmark eller Norge, hvis de vil vide, hvordan topsvömning skal gribes an."
(Och inte någonstans står att läsa att Anders Holmertz var rankad etta i världen förra året. Övers. anm.)



Anders Holmertz.
Foto: Thommy Nyhlén, Bildbyrån

HOPP

Vådan

av uppdelade mästerskap

Som bekant var tävlingarna delade under EJM. Simtävlingarna gick i Antwerpen och hopptävlingarna cirka tre mil därifrån i Braschaat. EJM har ju tidigare oftast gått på samma plats, vilket gjort den till en av de få tävlingar där man kunnat umgås: simmare, hoppare, konstsimmare, ledare och tränare. Tyvärr är organisationen runt dessa tävlingar så enorm att man förstår att det är praktiskt att dela på dem. Men hur viktig är gemenskapen och förståelsen för våra olika idrotters problem? Skall vi fortsätta att skärma av oss från varandra så som det alltmer sker internationellt?
En nackdel är att man har svårt att samordna servicen för de olika lagen. Detta innebär att hopparna vid så här pass stora tävlingar måste ha med sig en överledare, även om det bara är en enda hoppare med. Annars blir det,som i Belgien, att man får stå på bassängkanten och byta om till kostym var och varannan dag för att gå på allehanda möten och mottagningar, medan hopparna lämnas åt sitt öde.
Tack förresten, Astrid, för hjälpen med slipsen! Tur i oturen var att Malins ryggskada medförde att hon vid ett flertal tillfällen kunde ikläda sig tränarrollen.

Göran Lundkvist

Snyggt jobbat, Malin!

Malin Dahlberg, vår duktiga A-juniorflicka, brottades om småbilar med Ricky Bruch i ett akvarium i TV-sändningen från Skövde under Cancerfondens gala den 5 oktober.

Det var hon som var Janne Carlssons "lilla Malin".

Saxat ur Times

Pan American Games

Droppande glassar och hamburgare drar slöjor över artisteriet

Det är en stillhet över simhoppningen. Sporten påminner nästan om ett konstmuseiföremål; så kontemplativ momentet före varje hopp, såväl för åskådaren som för hopparen, och så ett ögonblicks artisteri. Det är lite grann som att befinna sig på ett galleri med mobila skulpturer.

Baragua-poolen

bjöd emellertid mindre stillhet. Kampen fram till sittplatsen genom den myllrande kubanska hopen var lika stressande som tunnelbanan i rusningstrafik. Väl på plats, på den så kallade pressläktaren, störtes utsikten hela tiden av fram- och tillbakapasserande icke-ackrediterade personer som hämtade droppande glassar, hamburgare eller kaffe, samtidigt som de högljutt konverserade med sina kamrater.

Om en del av det roliga

med det kubanska samhället är att alla jämlika så kan det medföra vissa nackdelar för de som söker lugn och ro. Hotellets swimmingpool, till exempel, öppen för alla och envar, kör envetet rytmisk musik på så hög volym att isen i drinken vibrerar så den hoppar ur glaset.

Kakafonin,

som utbröt när åskådarna trummade på tomma kakburkar vid varje kubanskt framträdande på tremeterssvikten i damernas final, skulle inte ha varit malplacerad i en karneval. Inget av detta tycktes störa Karen LaFaces koncentration. Karen LaFace från Fort Lauderdale tog guldmedaljen med 15 poängs försprång till sina kanadensiska och kubanska motståndare.

Jag är ingen kännare av simhoppsteknik. Ändå stod det fullständigt klart att den 25-åriga LaFace, som inte lyckades ta sig med i det amerikanska laget till Olympiaden 1988, hade en luftfärd lika ren som en svalas och att hennes nedslag knappt åstadkom en bubbla. Kubanerna, Gabey som vann bronset och Lapera som slutade på sjätte plats, fick större ovationer ju mer det stänkte. Detta må vara en av den socialistiska världens mest framstående idrottsnationer, men dess idrottspublik har mycket kvar att lära.

/.../

David Miller på Kuba

Resutat
1. Karen LaFace, 3 m svikthopp 473.97 poäng

AKTIV SEMESTER PÅ LANZAROTE

Anläggningar i världsklass i mer än 20 idrottsgrenar...

Simning

- Olympisk standard, 50 meters pool med 8 banor 185 cm djup. Startpallar. Skvalpdämpande bassängkant
- Vattenpoloutrustning. Grupper skall själva taga med boll samt " lagfärger"
- Vattentemperaturen är normalt 23°
- Träningstider: Max. 2 x 2 timmar dagligen på 4 banor



Club La Santa

Utöver det är möjligheterna många...

- Friidrott
- Badminton
- Basketboll
- Cykling
- Gym
- Fotboll
- Gymnastik
- Handboll
- Sportdykning
- Squash
- Tennis
- Volleyball
- Styrketräning
- Windsurfing
- mm...

Rådhusstræde7 · DK-1466 Köpenhamn K· Tel. 00945-33 32 00 33 · Fax 00945-33 11 18 65

Kinesisk framryckning i simning

Under VM i Perth simmade det kinesiska laget ihop fyra guldmedaljer. Sedan 1988 har kineser funnits med på FINA:s listor över de tio bästa i flera olika simgrenar.

Kinesiske chefstränaren Chen Yunpeng förklarar vad som ligger bakom den kinesiska framryckningen, framför allt på damsidan, under senare år.

- En viktig faktor i Kinas tekniska framsteg i simning är att vi har tagit lärdom av det som är andra länders styrka och stakat ut en väg som passar våra speciella förhållanden, säger Chen Yunpeng.

I början av åttiotalet öppnade Kina sina portar mot omvärlden och sedan dess har regeringen givit starkt stöd till idrotten. Många simmare och tränare har givits möjlighet att resa utomlands för träning och utbildning. Samtidigt har man bjudit in utlänningar som tränare. Som exempel tillbringade den östtyske tränaren Klaus Rudolf tio månader tillsammans med kinesiska simlandslaget 1986.

- Sådant utbyte har fördjupat vår förståelse för de avancerade teorierna och träningsmetoderna utomlands, säger Chen.

Moralisk utveckling

Chen Yunpeng vill också peka på den sociala och moraliska träningens betydelse. Simning är en sport där man uppnår internationella framgångar först efter många års träning. Simträningen måste starta i tidig ålder och många av utövarna går miste om de sociala erfarenheter som "vanliga" ungdomar kan skaffa sig.

Chen Yunpeng menar att ledarna är ansvariga inte bara för simmarens fysiska träning utan också för hans moraliska utveckling.

- I detta avseende lägger vi största vikt vid att utveckla fosterlandskärleken (en duktig idrottsman ska i första hand vara en god medborgare), att skapa respekt för föräldrar och andra vuxna, att uppmuntra omtanke om lagkamraterna och att stärka viljan att träna och tävla. Från första dagen i landslaget får våra lagmedlemmar lära sig att forma en sund livssyn som fungerar som motiverande kraft i deras idrottsliga ansträngningar.

Framstå som gott exempel

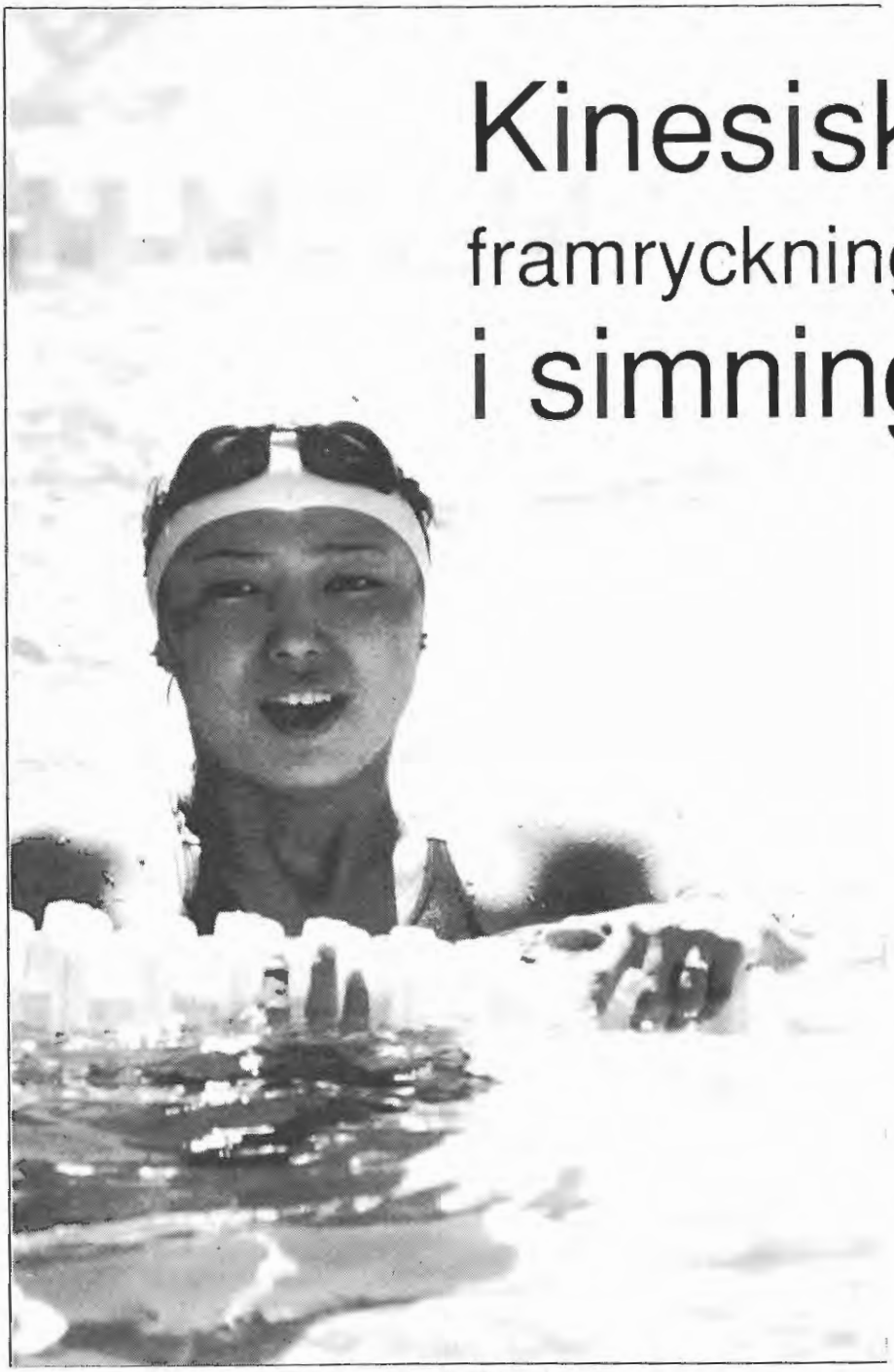
Enligt Chen är de flesta ledarna och tränarna i det kinesiska simlandslaget inne på linjen att själva framstå som goda exempel, d v s "hur du än vill att simmaren ska uppträda - uppträd så själv", eller "gör ingenting själv som du inte vill att simmaren ska göra".

I den kinesiska ledningen råder ett strikt schema året runt: Upp klockan sex för morgongymnastik tillsammans med simmarna varje dag, träning sex timmar om dagen och drygt efterarbete på kvällen med att föra anteckningar och göra förberedelser.

Alla kinesiska simlandslagstränare är högskoleutbildade och flera av dem kan så pass mycket engelska att de kan förkovra sig genom att läsa tekniska handledningar på engelska och utbyta erfarenheter med utländska tränare. Alla är fast beslutna att höja nivån på kinesisk simning.

- Vi måste ändå erkänna att vi på hela taget håller en ganska låg standard, särskilt på herrsidan och på medel- och långdistanserna, säger Chen Yunpeng. Ett annat problem vi har att brottas med är hur vi ska kunna bygga upp laget med starka reserver inför det kommande Barcelona-OS.

Ylva Gullman



Xiaohong Wang, Kina. Foto: Arne Forsell, Bildbyrån

FÖRSTA SM - 1891 I SIMNING

Som antyddes i ingressen till SM-reportaget i Simsport 8/9 91 är det i år exakt 100 år sedan ett SM svenskt mästerskap i idrott anordnades för allra första gången. Det var i simning 1.000 m den 9 aug. 1891 i Stockholm i regi av Stockholms allmänna simförening (bildad 19 aug.1885).

SM 1891 gick i Djurgårdsbrunnsviken, från bryggan vid Stockholms roddförenings båthus till Källhagen och tillbaka. (I Djurgårdsbrunnsviken gick även de Olympiska Spelen 1912)

I Tidning för idrott 1891 finns en underbar, mycket tidstypisk skildring av tävlingarna:

"Morgonen till denna märkliga dag i svenska simsportens historia var kall och disig, men solen bröt sig småningom fram ur de täta molnen och några timmar före täflingamas början strålade hon varm och lifgifvande; en ytterst lätt N.O bris krusade Djurgårds-brunnsvikens yta och allt bidrog till den angenämaste stämning vid platsen för täflingen.

Nere vid roddföreningens båthus, som välvilligt ställts till täflingsanordnarnes förfogande, hade de åskådare som försett sig med inträdeskort tagit plats. Långt talrikare voro emellertid de åskådarskaror som föredragit att åse täflingen från de skogsbevuxna strandsluttningarna eller från den flottilj av rodd- och segelbåtar som i täta led garnerade hela täflings-banan."

Sju av åtta anmälda simmare kom till start:

"Samtliga lågo på en linie strax nedanför båthusbryggan; starten förhörde sig om att allt var klart och lät så höra sitt kommando: 'Klart!Gå!' och

Sveriges första mästerskapstäflan

- ej blott i simning - hade begynt."

Den förste svenske mästaren

blev Axel Hultman från arrangörsklubben. Axel Fredrik Vilhelm Hultman, född 26 sept. 1869 i Stocholm, blev senare skådespelare. Han gick Dramatens elevskola 1892-93, var engagerad vid Svenska teatern i Helsingfors 1893-94, hos August Lindberg 1894.96, hos Albert Rantf från 1896, o.s.v. Han gjorde flera ledande Ibsen-roller på scenen, bl.a. Kannstöparen i **Peer Gynt.** Engstrand i Gengångare och Fogden i **Brand**, vidare Frits i **Livet på landet**. I idrottssammanhang var Hultman 1913 en av stiftarna av Kronprinsens Curlingklubb. Han dog 1935.

Tidning för idrott ger ett detaljerat referat av loppet:

"Med sex korta, hastiga men kraftiga simtag startade Hultman och tog så ledningen, hvilken han dock ej länge fick behålla, ty Jansson var inom några sekunder förbi, tätt följd af Nilsson som ehuru ung tycktes vara en kraftig simmare; äfven han går om Hultman som förgäfves spurtade för att komma jemsides; Lüsch, från Upsala



sällskap, ligger nu n:r 4 något bakefter, men kommer banan fram med långa sugande simtag. Omedelbart i hans bakvatten ligger Schücker med något "fjeskiga" tag, hvilken simning och hvilket läge han behöll under öfriga delen av banan. Ehlert och Hansson blefvo redan från början efter,Hansson simmade på samma sätt som Hultman, olikt alla de andra, d.v.s. på sidan , än på den högra än på den venstra, med långa simtag; tillföljd av Jansson hastiga start måste äfven Hultman öka takten och höll denna uppe hela tiden, kanske högre än lämpligt: (...)

Omkring 100 m från vändpunkten ses Hultman under en väldig ansats gå förbi Nilsson och Jansson, men dessa svara kraftigt och återtaga sina ledande lägen; nu kastar sig Hultman på andra sidan, spurtar och går förbi båda å nyo. Nilsson tog denna sakernas vändning lugnt, under det att Jansson besvarade ansatsen, utan att lyckas återvinna sin plats. Hultman behöll sin vunna plats under de 500 meterna hem till målet, började vid 75 m.-märket öka och presterade under sista 30 meterna en takt af cirka 68 simtag. Lüsch som hade haft en takt af omkring 30, ryckte upp till n:r 2, och Jansson passerades slutligen äfven af Schücker och Nilsson (...)

Med stort jubel helsades Hultman när han som segrare inkom till målet."

Resultatlistan i första SM:

1) Axel Hultman 20.57.8 2) F.Lüsch 21.12.6 3) B.Schücker 21.13.8 4) O.Nilsson 21.45.2 5) V.Jansson21.49 F.Ehlert och A.HAnsson bröt, ***"den senare borde säkert aldrig hafva startat på den långa distansen, för hvilken hans krafter och uthållighet som simmare ingalunda äro tillräckliga".***

Även 150 och 300 m stod på programmet, dock utan SMstatus. Hultman vann också 150 m (2.59.6 min):

"Omedelbart efter simningens slut förrättades prisutdelningen af föreningens ordförande, ingeniör G. von Segebaden. (...)

Hr Hultman, som således eröfrade två första pris, erhöll dessutom föreningens mästerskapsmedalj, hvilken nu för första gången utdelades. De ordinarie prisen utgjordes af pokaler och bägare af silfver samt de extra prisenaf väckarur."

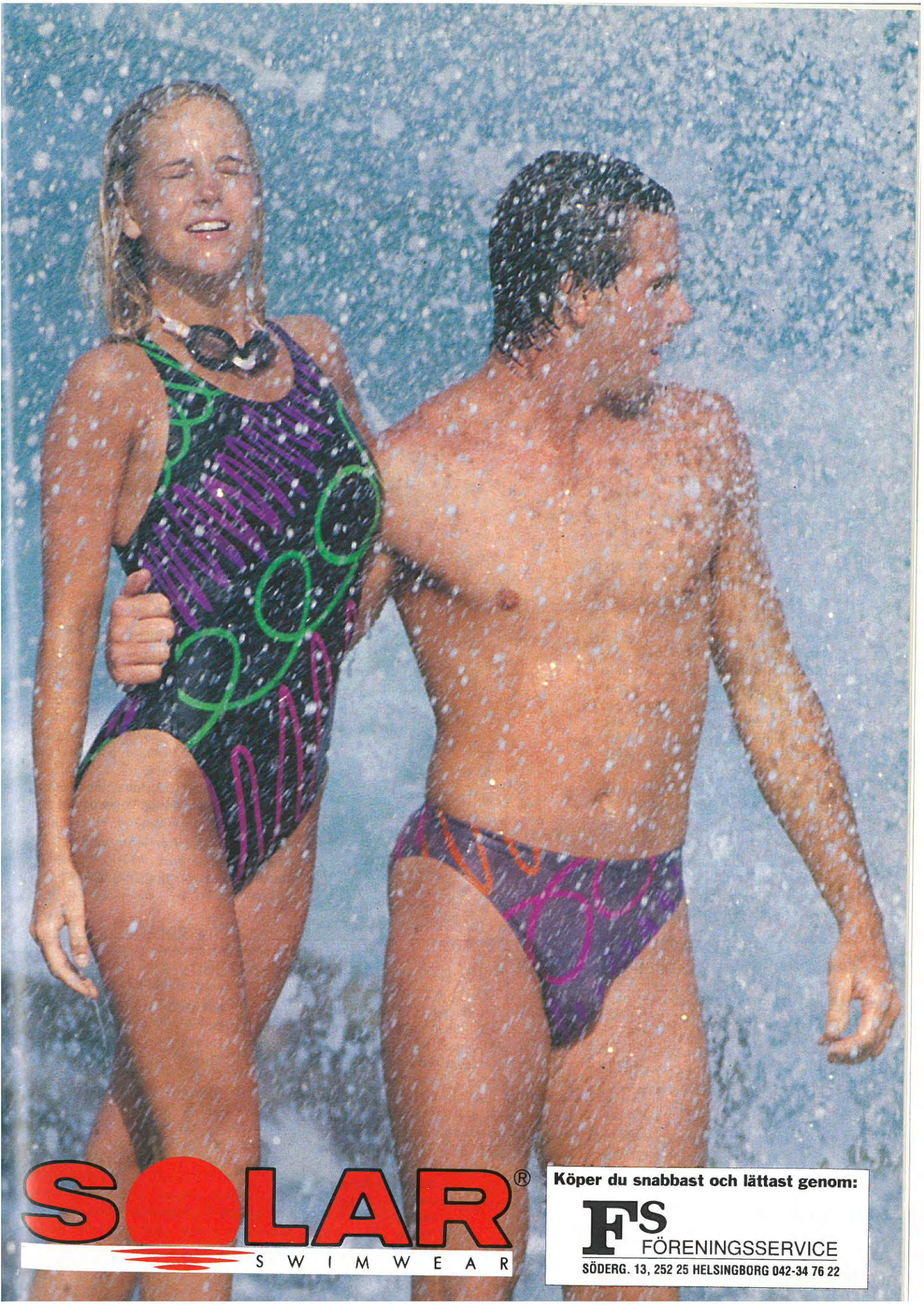
Hultman hade tidigare simmat 1.500 m samma bana på 19.49.8. Grenen stod på SM-programmet också 1898-1913, och bästa tid då var 15.04.5 av Charles Norelius, SKK, 1904. (Denne Charles Norelius flyttade 1909 till USA och hans dotter Märta, eller Martha, blev första simmerska som framgångsrikt försvarade en individuell OS-titel (400 m fritt 1924 och 1928.)

År 1891 innehöll några andra viktiga händelser i svensk idrottshistoria: den första riktiga idrottsplatsen i vårt land invigdes (i Lund), den första internationella idrottsfesten anordnades i Stockholm, Svenska gymnastikförbundet, AIK och Djurgårdens IF bildades, och golf introducerades i Sverige (av Göteborgs golfklubb).

Svenska gymnastikförbundet, som senare ombildades, var det andra specialförbundet; först - 1888 -var Hjulförbundet för cykel. År 1895 bildades Svenska idrottsförbundet, idag svenska friidrottsförbundet och äldst av 62 SF som är anslutna till Riksidrottsförbundet.

Söndagen den 10 febr. 1895 avgjordes SM nummer 2 och 3, i hastighetsåkning och konståkning på skridskor, och 1896 arrangerade Svenska idrottsförbundet mästerskap i brottning, fotboll, friidrott, gång, tennis och tyngdlyftning. Ytterligare en sport hade SM-premiär på 1800-talet, dragkamp (1898).

Ove Karlsson 1991-09-08


SOLAR®
SWIMWEAR
Köper du snabbast och lättast genom:
FS
FÖRENINGSSERVICE
SÖDERG. 13, 252 25 HELSINGBORG 042-34 76 22

GRATTIS NORDEN - BRA EM!

EM kunde följas av intresserade från stora delar av världen. I Japan finns Ann och Glen Christiansen som med särskilt intresse följde sina stipendiater. Det var bara Anna-Karin Persson som inte var med i landslaget vid EM av dem som sedan 1987 mottagit stipendie ur Ann och Glen Christiansens fond. Från Oahu Club och Mainichi Sports i Tokyo, där Ann och Glen är verksamma har vi fått dessa rader.



Danmark, Norge och Sverige vann tillsammans elva medaljer på Europa-mästerskapen i simning. Därav 6 guld, 1 silver och 4 brons. Visst tycker vi svenskar att det kunde gått lite bättre för oss. Men efter den första direkta besvikelsen så gläds jag istället åt lilla Danmarks stora framgångar. Norges duktiga Dalby och framförallt Thereses internationella genombrott och Joakim. Grattis.

Det ligger nära till hands att gnälla och säga att för "17" de simmar ju långsammare än vad Ann och jag gjorde för 9-10 år sedan. Men vad vinner man på det?

Inget, förutom ovänner bland simmare och tränare som trots motgångarna kämpar hårt för att lyckas. Låt oss se det positiva. Att Therese äntligen lyckades visa vad hon går för efter misslyckande på Bonn-EM och Perth-VM. Det visar att hon är tuff.

Det visar att man inte skall förlora hoppet på en simmare bara för att hon/han simmar mindre bra på en eller ett par internationella tävlingar.

Holmertz är en som det inte stämt för riktigt på de två senaste stora mästerskapen. Men räkna inte bort honom för det. Han har vunnit EM-guld, OS-silver och slagit världsrekord. Han kan göra det igen. Han har gett oss så mycket. Nu är det vår tur att ge igen när han behöver stöd.

Att lilla Danmark och Norge lyckas är enbart positivt. För tio, femton år sedan var det lekstuga för Sverige vid Nordiska Mästerskapen. Så är det inte längre. Vad har Danmark, Norge, ja och Finland gjort för att vända den trenden? Vad kan vi lära av det? Hur kan vi dra nytta av deras ertarenheter?

Vi kan vända trenden. Jag tror inte vi kan bli så dominanta över de övriga nordiska länderna igen men nog kan vi matcha dem bättre, till exempel på damsidan och i vissa herrgrenar.

Jag tror på Sverige. Där finns talangfulla simmare, duktiga tränare och erfarna ledare.

Utmana de nordiska länderna så är steget inte långt till den yttersta världseliten!

Lyckönskningar från Ann och Glen Christiansen
General manager the Oahu Club, Tokyo

Svenska finalplatser vid EM i simning sedan 1962.

EM 1962, Leipzig
Herrar 6
Damer 8
Totalt 14

EM 1966, Utrecht
Herrar 4
Damer 7
Totalt 11

EM 1970, Barcelona
Herrar 9
Damer 8
Totalt 17

EM 1974, Wien
Herrar 10
Damer 11
Totalt 21

EM 1977, Jönköping
Herrar 14
Damer 11
Totalt 25

EM 1981, Split
Herrar 12
Damer 7
Totalt 19

EM 1983, Rom
Herrar 13
Damer 7
Totalt 20

EM 1985, Sofia
Herrar 9
Damer 5
Totalt 14

EM 1987, Strasbourg
Herrar 5
Damer 5
Totalt 10

EM 1989, Bonn
Herrar 7
Damer 1
Totalt 8

EM 1991, Aten
Herrar 4
Damer 8
Totalt 12

Första svenska herrmedaljen sedan 1966

EM-silver till Jocke

Jag hade förmånen att följa de aktiva under en dryg vecka i Aten, som tränare för det svenska EM-laget i simhopp. Den trupp som hopp-kommittén hade tagit ut var enligt min mening riktig. Fyra seniorer - Joakim Andersson, Ann-Sofie Rylander, Therese Sjöström och Helena Zachrisson - som alla har en bra inställning till sin idrott.



Kvalificeringen till EM hade främst skett genom goda tävlingsresultat, såväl nationellt som internationellt. Vår ende manlige deltagare svarade för den bästa insatsen totalt. Han var såväl bäste hoppare vid EM som den mest framgångsrike inom hela den svenska truppen. För första gången höll Joakim Andersson måttet vid en internationell mästerskapsfinal - och med den äran! Tvåa och en silvermedalj på 3 meter svikthopp och en mycket fin fjärdeplats på 1 meter svikthopp.

Besvärlig försökstävling

Försökstävlingen på 3 meter svikthopp hade man helst velat slippa se. Den var seg, trög och lite tjurig. Orsaken var bland annat vindförhållandena i Aten, som vid flera tillfällen gav tävlingarna en alltför spekulativ karaktär. Under de förutsättningarna var Jockes niondeplats i försöken positiv.

Jocke blev lätt överraskad när det 20 minuter före start i finaltävlingen gick upp för honom att 17.15 var starttid. Han hade trott att det började 18.00. Trots - eller tack vare?? - detta gick Jocke in i finalen med en mycket bra inställning, god koncentration och fokusering inför varje nytt tävlingshopp.

Tätt i toppen

När nio omgångar var genomförda i finalen började det bli tätt i toppen. Tysklands Albin Killat och Sovjets Sergei Lomanovsky hade 10 poängs försprång. Efter dem kom ett koppel av hoppare. Jocke var en av dem.

Inför den sista omgången var det ännu mera tävling. Killat hade dragit ifrån med 25 poäng. Fyra hoppare, varav Jocke var en, låg efter inom tre poängs marginal. Däreffer kom ytterligare två hoppare, åtta respektive elva poäng efter. Totalt sex hoppare med chans till medalj när ett hopp återstod.

Jocke drog det längsta strået, blev silvermedaljör, endast 0,75 poäng före David Lorenzini från Italien, minst lika överraskande bronsmedaljör. Sveriges förste manlige simhoppsmedaljör vid ett EM sedan 1966. Ganska bra!

Tuff 1-meterstävling

1-meterstävlingen artade sig också bra. Det blåste fortfarande rejält med viss antydan till medvind. Jocke vann klart försökstävlingen och var därmed direktkvalificerad till semifinal.

Edwin Jongejans, Holland, Jan Hempel, Tyskland och Sergei Lomanovsky kvalade in till samma grupp. Något tufft!

Jocke startade lite trögt i semifinalen, men jobbade sedan upp sig i de tre sista omgångarna och vann sin grupp i sista hoppet. Mycket bra! Det var en rejäl urladdning som satt kvar till en del inför finalen en och en halv timme senare.

Alla fyra finalisterna bjöd på fin hoppning. Andrei Semeniuk, Sovjet, Peter Böhler, Tyskland, Edwin Jongejans, Holland, och Joakim Andersson, Sverige, i nämnd ordning, blev slutställningen.

Vid EM i Bonn 1989 var Joakim nia på tremeterssvikten och tolva på enmeters-svikten. Det var hans tidigare bästa placeringar på respektive EM-höjd. Framgångarna i Aten kan jämföras med dessa - en viss utveckling har skett!

Fiffi till final

Ann-Sofie "Fiffi" Rylander svarade för damernas finalplacering som tia i höga hopp. En stabil försökstävling, bra hoppning inför finalen och en kanske lite spänd final, där Fiffi borde ha legat högre upp poängmässigt. Men bara att ta sig till final i sin första EM-start är inte så lätt, så Fiffi får helt godkänt. Fiffi hoppade även 1 meter och blev - irriterande nog - 13:e flicka och utslagen med endast sex hundradelars marginal. Lite för nära en finalplats för att man skall känna sig belåten.

Bra erfarenhet

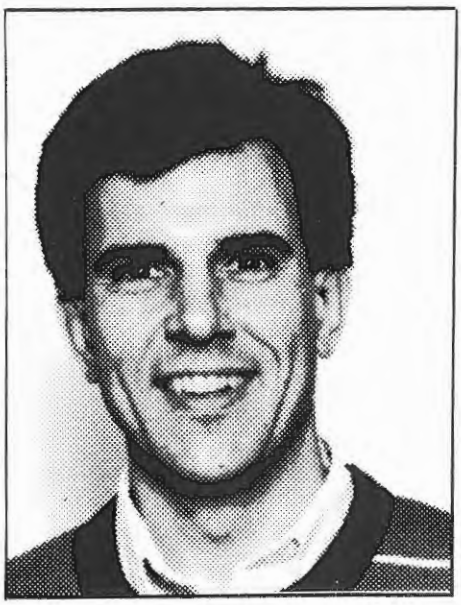
Therese Sjöström och Helena Zachrisson nådde inte finalplaceringar, vilket inte var överraskande. Den påfallande skillnaden mellan Fiffi och dessa två är erfarenheten av internationella tävlingar, som Fiffi har mer av än både Therese och Helena. Situationen under ett EM är speciell och det krävs en särskild förmåga att hantera den. För en simhoppare skapas den förmågan av internationell skolning med många möjligheter att tävla, att få lyckas och misslyckas på denna nivå under en lång tid. Våra hopparflickor har i Aten fått en bra erfarenhet att ta med sig inför EM 1993, då de bör kunna sikta lite högre.

Bosse Sjögren

EM I ATEN

(några upplevelser kring organisationen)

Åkte för andra gången med till EM som chef de mission, en befattning som jag ärligt talat inte vet vad den innebär. Den har för min del i alla fall gått ut på att ta hand om sån't som ingen annan fixar eller kan (vill?) fixa.

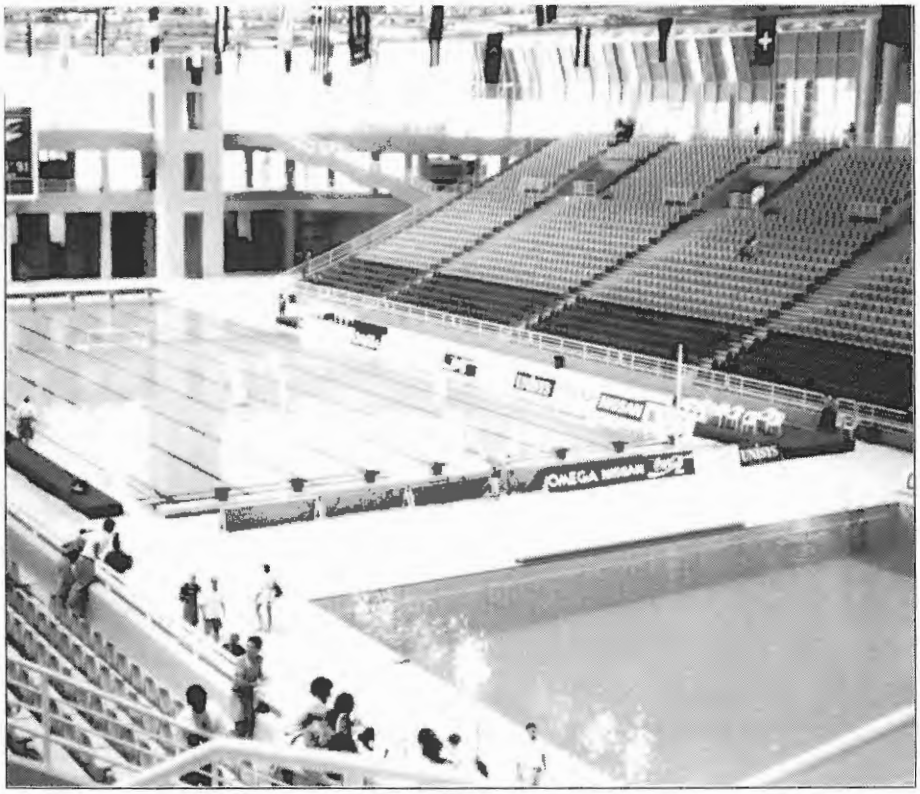


Lennart Hjärpne, SSF



Jan Stensson och Louise Karlsson

I förhandsdiskussionerna kring detta EM hördes tongångar som "i Aten kommer ingenting att fungera", "där är det ingen ordning", "de kommer aldrig att ha anläggningarna klara i tid" etc.
Inför EM i Bonn 1989 var det tvärtom. Där förväntade man sig att den tyska ordningen och planeringen skulle fungera in i minsta detalj.
Det är underligt vilka fördomar det finns om olika länder och dess folk. Varför skulle grekerna vara sämre än tyskarna i planering och ordning. Kanske drar man alla länder i medelhavsområdet över en kam. I detta fall var det nästan tvärt om. Organisationen i Aten var klart överraskade. När vi anlände till flyplatsen togs vi emot inne i bagagehallen av folk i organisationen som prickade av oss. De såg sedan till att vi kom ut till rätt buss. I vårt fall fick vi visserligen vänta en bra stund innan vi kom iväg men det berodde på våra norska vänner, som var med i samma plan, förväntat sig att en hyrbil skulle stå redo på flygplatsen vilket ej var fallet.
Vi eskorterades sedan direkt till Olympiastadion för ackreditering. Denna procedur fungerade också mycket snabbt. Blanketter var förberedda och foto togs av varje deltagare. Vid alla mästerskap indelas de olika deltagarna och annat folk i olika kategorier. Man får därvidlag också olika färg på sina "plastkort". I vårt fall fick alla blå färg utom vår pressansvarige som fick ett kort med orange färg.
Därefter lämnade vi Olympiastadion (vilken imponerande byggnad!) med våra inplastade kort och transporterades till våra respektive hotell. Bussen framfördes under poliseskort. Det visade sig senare att alla busstransporter med aktiva och ledare hade poliseskort av säkerhetsskäl.
Under EM i Bonn tilldelades varje land två värdinnor som skulle vara till hands och informera om aktuella saker. I Aten tilldelades varje land en värdinna för varje disciplin! Dessutom talade två av våra tre värdinnor svenska! På vårt hotell fanns dessutom värdinnor som tog hand om saker som dök upp under tiden som våra "disciplinvärdinnor" ej var på plats eller var med truppen. Dessa hotellvärdinnor kunde man få hjälp av med lite av varje.
Varje trupp tilldelades transportmedel för varje disciplin. Det innebar för vår del att vi efter varje pass, träning eller tävling, bestämde direkt med chauffören när vi ville bli hämtade nästa gång. På detta sätt slapp vi besväret att gå genom en tranportcentral av den typ som fanns under EM i Bonn.
Inför transporten till öppningsceremonin inträffade det som fick oss att inse att problem skulle kunna ske i fortsättningen. Av olika skäl missade några i truppen den tid som var satt som avgångstid från hotellet. Det innebar att den poliseskort som skulle följa vår buss åkte innan alla i truppen fanns på plats. Vår chaufför vägrade sedan att åka utan eskort (vilket han naturligtvis gjorde rätt i, han hade ju



sina instruktioner). Det löste sig trots allt och vi kom iväg tjugo minuter försenade. Våra farhågor om ett upprepande senare var dock onödiga.

I Olympiastadion fanns en informationsdisk där all information till de deltagande länderna sorterades upp i boxar, en för varje disciplin samt en för överledaren. Detta fungerade bra. Endast vid ett tillfälle var informationen dålig. En inbjudan till överledaren gällande en träff med middag meddelades endast fem timmar innan.

Varje deltagare fick en handbok vid ankomsten till Aten. I den kunde de läsa om allt som gällde för de olika disciplinerna samt övergripande händelser såsom öppningsceremoni och farwellparty. En mycket bra handling som vi alla hade stor nytta av.

Organisationen kring själva tränings- och tävlingstillfällena fungerade bra (jag hörde i alla fall inga större klagomål). En rolig incident inträffade när jag skulle hämta ut en del pengar som vi av olika skäl hade att avhämta hos LEN's kassör.

Vi hade vid det inledande mötet, "General Meeting", blivit informerade att LEN's kassör hade för avsikt att betala ut en del ersättningar för kommittéledarmöter. Dessa pengar skulle avhämtas hos honom. Några dagar senare promenerar jag glad i hågen över till kassören för att hämta pengar. I dörren markerad med endast röd passering står en vakt med bister uppsyn. Jag försöker att förklara mitt ärende men blir naturligtvis avspisad(jag har ju fel färg på kortet). Vad göra? Upptäcker en av ledarmöterna i LEN's simkommitté, Rein Haljand, som har en röd plastbricka. Jag förklarar för honom problemet och han lovar att fixa in mig.

Vi stegar över till vår bistre vän i dörren och lägger än en gång fram min önskan att få en pratstund med LEN's kassör. Nobben! Han förklarar att Rein kan gå in men inte jag! Rein blir arg(milt uttryck) och går in själv till Harm Beyer(LEN's kassör) som kommer ut för att hämta mig. Skönt tänkte jag, nu fixar det sig äntligen. Men vad sker, vakten börjar återigen hävda att jag under inga omständigheter får komma in. Det slutar ändå väl, Harm Beyer tar fram hela sin övertalningsförmåga och lovar att ta ansvar för mig om jag släpps in vilket till slut sker.

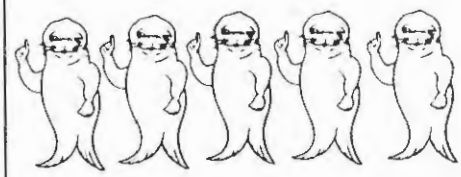
I dessa sammanghang saknade vi det röda VIP-kortet som någon i truppen borde haft men som vi inte fick denna gång. I Bonn fick överledaren rött kort vilket rätteligen skulle varit fallet även i Aten(ej att förväxlas med motsvarande kort i fotboll). I övrigt fungerade det hela fantastiskt bra, våra värdinnor fanns alltid till hands om vi hade frågor eller problem. I Bonn såg vi värdinnan första dagen när vi kom och sedan dagen innan vi skulle åka hem. Resten av tiden var hon försvunnen.

Slutbetyget till Aten måste alltså bli klart godkänt. En enorm organisation som fungerade mycket bra. TACK ATEN för en fin insats och för ett bra organiserat mästerskap.

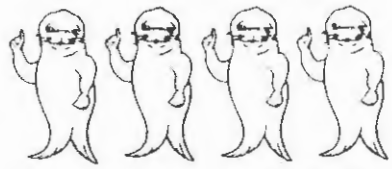
Lennart Hjärpne

EM-betyg

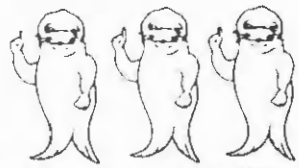
Liksom efter VM tidigare i år har Simsports EM-redaktion betygsatt de svenska insatserna. Betyget bygger på respektive simmares prestation i förhållande till förutsättningarna.



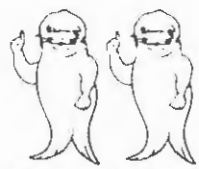
–



Therese Lundin, Louise Karlsson, Malin Strömberg, Eva Nyberg.



Ellenor Svensson, Helena Kälvehed, Anders Kroon



Anna-Karin Englund, Anders Holmertz, Tommy Werner, Lars Frölander, Göran Titus, Magnus Leth, Jan Stensson



Malin Nilsson, Andrea Bolin, Camilla Olsson, Malin Gustavsson, Annika Nilsson, Charlotte Humling, Fredrik Letzler, Rudi Dollmayer, Christer Wallin, Fredrik Lundin, Lars-Ove Jansson, Anders Peterson, Gustaf Johansson.

5 sälar = Världsklass
4 sälar = Utmärkt
3 sälar = Bra
2 sälar = Godkänt
1 säl = Underkänt

Simsport besöker

Tre Ess - Södertälje Simsällskap

Besökarna vid Team-SM i Södertälje kommer att få uppleva en simanläggning som på många sätt är unik - Äventyrsbadet Sydpoolen. I anläggningen finns äventyrsbad, motionsbassäng 25 m, tränings- och tävlingsbassäng 25 m med 8 banor, relaxavdelning och rehabiliteringsbassäng i en och samma byggnad.

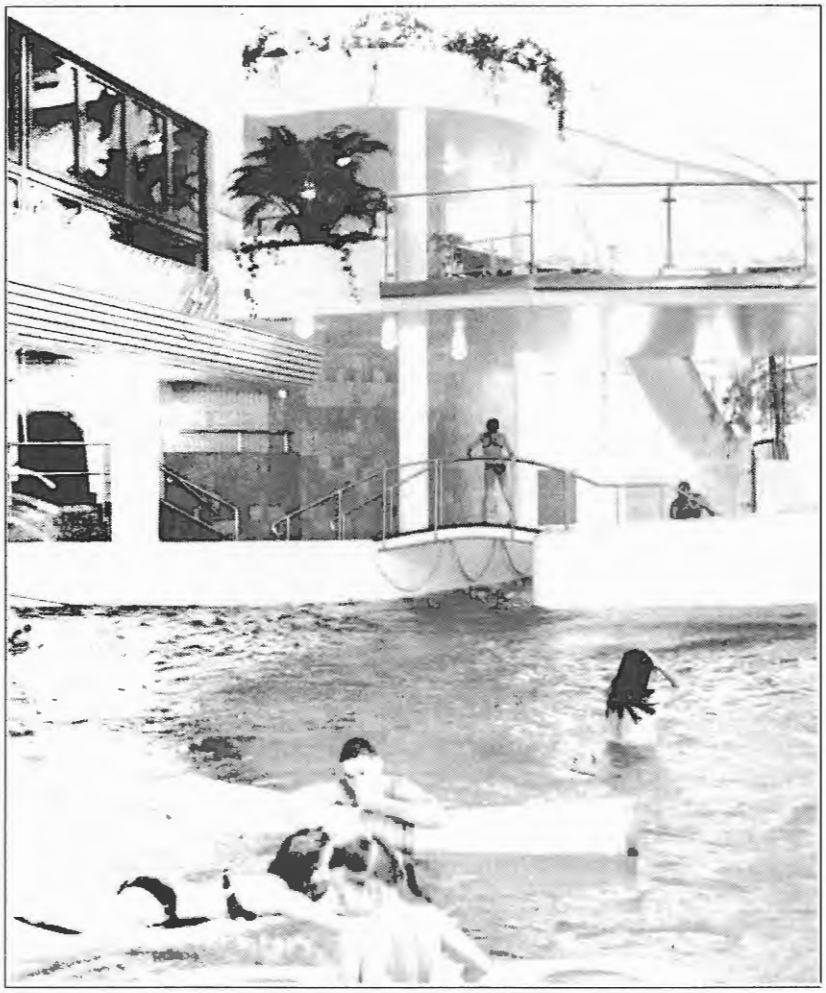


Foto. Bill Collin

Grunden för detta bygge var det gamla familjebadet som byggdes 1960 och bestod av en 25 m bassäng och en mindre undervisningsbassäng. Man hade som krav och önskemål när man 1982 började planera för det som blev Sydpoolen att det skulle bli ett öventyrsbad. Planering, tekniska detaljer och bearbetningen av politikerna i Södertälje blev ett långt och många gånger tungt arbete för de som jobbade med att komma igång.

1987 var man äntligen klar och satte igång. De ursprungliga planerna hade då utökats med en 25 meters tävlingsbassäng med 8 banor något som Södertälje SS länge hade kämpat för.

Bygget började. Man rev det gamla badet då man fann att det inte var något att spara på. Byte av reningsverk, pumpar och ledningar var ett måste. Detta gjorde att kostnaderna ökade från budgeterade 85 till 145 miljoner.

Så kom den stora dagen. I augusti 1989 kunde de första besökarna släppas in. Reaktionerna var positiva från lokalbefolkningen. I snitt badar Södertäljebon kommunalt fem gånger per år och detta räcker för att verksamheten skall gå runt. För att få fler besökare satsar man mycket på marknadsföring vilket gett bra utdelning. Sydpoolen har 25 anställda badvakter och två personer sköter den administrativa hanteringen. Bert Walterssoon, före detta fritidschef i Södertälje, är en av dem. Man räknar med att i början av 1992 få den miljonte besökaren.

1954 bildade Eisten Carnegård Södertälje Simsällskap, som då hade sin verksamhet förlagd till Rosenborgsskolans 8-metersbassäng, som egentligen byggts som tvättinrättning för skolans elever.

Naturligtvis kunde man då inte göra några speciella resultat utan började med tävlingssimning först 1964 då Täljebadet också byggdes.

Under slutet av 70-talet lades grunden till



dagens SSS. Södertälje Simsällskap är idag en klubb med många järn i elden. Elitsimning, juniorbredd, ungdomsverksamhet, medley- och teknikskolor, barnverksamhet och handikappsim finns på programmet. Södertälje driver också ett fritidshem tillsammans med Södertälje kommun.

När det nya badet blev klart fanns det plats för en utökad verksamhet. Södertälje SS är därför en av landets få klubbar med samtliga av Simförbundets discipliner i verksamheten. Konstsim, simhopp opch vattenpolo kom till under 1989-90.
SSS fick arrangera Sum-Sim och andra riksarrangemang. Man klarade också stora tävlingar med kort varsel. Rutinen kom snabbt och klubben hade många duktiga medhjälpare.
Det stora genombrottet i tävlingssammanhang kom när Simförbundet valde Södertälje som plats för den TV-sända landskampen mot Sovjet.
Rolf Andersson som minns hur det var i början av 70-talet, då SSS med 300 medlemmar, arbetade för att få organisationen att fungera, ser nu att utvecklingen inom Södertälje har galopperat iväg och blivit vad man då önskade sig men inte lyckades förverkliga.
Klubben har under dessa år utvecklats till att bli en mösterförening, både när det gäller den sociala verksamheten och den idrottsliga prestationen.
Södertälje SS har vuxit på bredden sedan det nya badet blev klart. Man har fått bättre plats och bättre möjlighet att fånga upp nya medlemmar. Idag är medlemsantalet drygt 1200.
Tre heltidsanställda tränare finns på elit- och ungdomsverksamhetsnivå. En ledare arbetar med allt från babysim till det är dags för ungdomsverksamheten att ta över. Kanslit har två halvtidsanställda.
Södertälje Simsällskap som elitklubb jobbar för att stanna på toppen med hjälp av att försöka hålla bredd i ungdomsverksamheten. Skynda långsamt var något som Ole Torstensson, som har hand om elitsimmarna, tyckte var viktigt när det gällde att få fram nya förmågor.
Vad dessa kan uträtta idag får vi se vid Team-SM. Nu är det namn som Patric Robertsson, silver på JSM i Sydpoolen, Susanne Lööw, Peter Haraldsson, Sofi Nygren och Marcus Lundstedt för att nämna några, som fightas i toppen. Bakom dessa står flera juniorer och ungdomar och väntar på att ta plats i SM-truppen.
Samtidigt som mästerskapen avgörs i den nya bassängen, övervakad av en samtrimmad organisation, finns alla möjligheter till olika äventyrligheter inom anläggningen. Södertälje SS släpper inte chansen att göra ännu ett snyggt arrangemang.

Eva-Lotta Andersson

Gren nr 1 100 m Frisim Långbana

1	TOMMY WERNER	66	0873	KARLSKRONA SS	49.63
2	ANDERS HOLMERTZ	68	0458	SPÅRVÄGEN GoIF	50.22
3	HÅKAN KARLSSON	70	3230	KARLSKRONA SS	50.64
4	GÖRAN TITUS	67	0880	KARLSKRONA SS	51.09
5	JOAKIM HOLMQVIST	69	0131	JÖNKÖPING SS	51.41
6	PÄR LINDSTRÖM	70	0909	KATRINEHOLMS SS	51.56
7	LARS-OVE JANSSON	69	0278	UPSALA S	51.61
8	LARS FRÖLANDER	74	0362	BORLÄNGE SS	51.65
9	CHRISTER WALLIN	69	0918	MÖLNDAL ASS	52.05
10	FREDRIK LETZLER	72	0554	JÄRFÄLLA SS	52.15
11	JAN KARLSSON	68	0371	BORLÄNGE SS	52.20
12	MAGNUS RÖNNEVALL	70	0592	UPSALA S	52.57
13	MARCUS LUNDSTEDT	74	0197	SÖDERTÄLJE SS	52.60
14	THOMAS AXELSSON	70	0072	KSLS	52.76
15	ULF ERIKSSON	67	0274	UPSALA S	52.91
16	PATRIC ROBERTSSON	72	0585	SÖDERTÄLJE SS	52.98
17	RENE VINASCO	71	2595	SK NEPTUN	53.21
18	PER HELGESSON	72	2484	BORLÄNGE SS	53.22
19	DAN LINDSTRÖM	74	2934	KALMAR SS	53.53
19	ZSOLT HEGMEGI	74	2890	JÖNKÖPINGS SS	53.53
21	CLAES ERIKSSON	71	0500	STOCKHOLM POLISEN IF	53.54
21	RICHARD MILTON	65	0267	UPSALA S	53.54
23	MARTIN NYBERG	71	0650	NORRKÖPING KK	53.77
24	DANIEL LÖNNBERG	72	2795	VÄXJÖ SS	53.78
25	MAGNUS FRÖLANDER	72	0710	SUNDSVALL SS	54.17
26	MARTIN ANDERSSON	74	1581	ÄNGELHOLMS SS	54.42
27	HANS-OLOF NILSSON	69	2346	MALMÖ KK	54.51
27	KLAS LINDSFORS	74	2220	SK NEPTUN	54.51
29	PÄR GUSTAVSSON	72	1529	ÄNGELHOLMS SS	54.77
30	NICLAS ÖHMAN	74	1370	FAGERSTA SS	54.84
31	THOMAS LUNDBERG	72	2976	SK SYDSIM	54.86
32	FREDRIK SJÖSTEDT	71	3040	SK POSEIDON	54.89
33	BJÖRN G ERIKSSON	72	1575	GÄVLE SS	55.28
34	ANDREAS HÄGGLUND	72	3952	UPSALA S	55.29
35	ANDERS DUNKARS	70	0741	FALU SS	55.30
35	JARNO SALONEN	70	2140	OXELÖSUND SS	55.30
35	TONY LENARTSSON	65	2769	HELSINGBORG S	55.30
38	PETTER LINDH	72	2545	JÖNKÖPING SS	55.32
39	JACOB WERNER	75	0284	UPSALA S	55.39
40	MAGNUS LENNARTSSON	69	2328	SK POSEIDON	55.42
41	RICHARD JOHANSSON	67	3054	YSTAD SS	55.46
42	NIKLAS HANSSON	72	2228	SKÄRET SS	55.52
43	JAN HELGESSON	74	0361	BORLÄNGE SS	55.57
44	PER JOHANSSON	63	0363	BORLÄNGE SS	55.59
45	BENGT LIND	68	0766	SK NEPTUN	55.65
46	JONAS LUNDSTRÖM	75	1107	ÖSTERSUND SF	55.69
47	LARS AXELSSON	66	0693	KARLSTAD SS	55.72
48	BILL STRÖMBERG	67	0019	MALMÖ KK	55.76
48	BJÖRN MÖLLER	72	0003	MALMÖ KK	55.76
50	URBAN LINDH	74	2600	DEJE SS	55.91

Gren nr 2 100 m Bröstsim Långbana

1	JAN STENSSON	66	2495	UPSALA S	1.05.25
2	ULF GLADHER	69	0878	KARLSKRONA SS	1.05.37
3	PETER KARLSSON	71	2287	VÄSTERÅS SS	1.05.77
4	ANDERS STENSSON	66	2494	UPSALA S	1.06.38
5	ANDERS BENGTSSON	68	0847	SK TRITON	1.06.43
5	PETER HARALDSSON	71	0205	SÖDERTÄLJE SS	1.06.43
7	PETER GULDBRAND	69	2227	SKÄRET SS	1.06.68
8	PÄR KRISTOFFERSSON	69	0128	JÖNKÖPING SS	1.06.84
9	PETER HJERS	74	1976	KRISTINEBERG SS	1.07.06
10	MIKAEL MANN	70	1231	VÄRNAMO SS	1.07.21
11	CONNY WENNBERG	73	1692	SPÅRVÄGEN GoIF	1.07.41
12	JAN BJÖRK	73	0769	SK NEPTUN	1.07.45
13	ANDREAS HELLGREN	72	1810	STRÄNGNÄS SS	1.07.56
14	MARCUS OLSSON	73	2270	SUNDSVALL SS	1.07.65
15	JONAS KLANG	68	1094	TÄBY SIM	1.07.66
16	FREDRIK ROSENHOLM	75	0463	SPÅRVÄGEN GoIF	1.07.67
17	MICHAEL ALPFORS	72	0012	MALMÖ KK	1.07.70
18	MAGNUS CLASSÉN	68	0644	NORRKÖPING KK	1.07.75
19	FREDRIK ISAKSSON	73	2300	VÄSTERÅS SS	1.07.96
20	SIMON MALMBERG	74	0398	VÄXJÖ SS	1.07.97
21	PETER GULLANDER	68	2389	STOCKHOLM POLISEN IF	1.07.98
22	MAGNUS LETH	68	0106	SK POSEIDON	1.08.15
23	NIKLAS ELISON	71	0763	SK NEPTUN	1.08.30
24	TOR MÖLLER	75	0396	VÄXJÖ SS	1.08.51
25	ARVID BRUHN	74	3335	JÄRFÄLLA SS	1.08.55
26	OVE CALLHEIM	67	0171	LINKÖPING ASS	1.08.65
27	LARS-OVE JANSSON	69	0278	UPSALA SS	1.08.68
28	TOR BENGTSSON	75	1455	NYKÖPING SS	1.08.72
29	WILLY AHLSTRÖM	71	2591	SK NEPTUN	1.08.75
30	BJÖRN ERIKSSON	72	2517	SÖDERTÄLJE SS	1.09.12
31	DAVID SALOMON	70	1827	SOLNA SS	1.09.21
32	NICLAS EGMAR	75	0457	SPÅRVÄGEN GoIF	1.09.37
33	ROBERT ESKILSSON	69	0620	SKÄRET SS	1.09.53
34	JONAS LARSSON	72	1654	SJÖBO SS	1.09.98
35	JOAKIM ADOLFSSON	72	0646	NORRKÖPING KK	1.10.15
36	NIKLAS BOHMAN	73	2511	SÖDERTÄLJE SS	1.10.48
37	NIKLAS GÖRANSSON	71	2975	SK SYDSIM	1.11.26
38	OLA FREJD	72	2586	SK NEPTUN	1.11.28
39	JIMMY SVANBERG	76	1248	LYSEKIL SS	1.11.33
40	SVERKER PERSSON	75	3577	RONNEBY SS	1.11.47
41	JERKER NYMAN	70	0210	SÖDERTÄLJE SS	1.11.5
41	GUNNAR KLINTBERG	74	3953	UPSALA S	1.11.52
43	BJÖRN MÖLLER	72	0003	MALMÖ KK	1.11.70
44	ROBERT WIGERT	76	2460	VÄXJÖ SS	1.11.81
45	JACOB GULLANDER	70	0525	STOCKHOLM POLISEN IF	1.11.97
46	ERIK LUNDQVIST	72	1611	SANDVIKEN SoHK	1.11.99
47	KLAS EDIN	72	2921	GÄVLE SS	1.12.16
48	MAGNUS BONDESSON	75	1939	S77 STENUNGSUND	1.12.17
49	JOAKIM LUNDQVIST	77	3049	SK POSEIDON	1.12.33
50	MATTIAS WENNSTRÖM	72	3958	UPSALA S	1.12.37

Gren nr 3 100 m Ryggsim Långbana

1	RUDI DOLLMAYER	66	0433	SK RAN	57.70
2	NICLAS HÅKANSSON	70	0523	STOCKHOLM POLISEN IF	58.01
3	ANDERS KROON	74	3945	UPSALA S	58.57
4	DANIEL LÖNNBERG	72	2795	VÄXJÖ SS	58.74
5	ANDERS PETERSON	65	0266	UPSALA S	58.79
6	HÅKAN KARLSSON	70	3230	KARLSKRONA SS	58.92
7	ZSOLT HEGMEGI	74	2890	JÖNKÖPING SS	59.06
8	PÄR GUSTAVSSON	72	1529	ÄNGELHOLMS SS	59.28
9	ANDREAS DENCKER	71	0136	JÖNKÖPING SS	59.48
10	GÖRAN SKÖLD	67	0250	SÖDERTÖRN SS	59.60
11	PETER PÄRLKLO	71	0498	STOCKHOLM POLISEN IF	59.76
12	ANDERS JOHANSSON	69	0002	MALMÖ KK	59.86
13	HANS JONSSON	71	0177	LINKÖPING ASS	59.92
14	MARTIN SVENSSON	73	2542	JÖNKÖPING SS	1.00.02
15	JONAS SÖDERBERG	69	0798	SH ELFSBORG	1.00.34
16	EMIL ALM	73	2948	VÄSBY SIM	1.00.49
17	JOHAN ANDERSSON	74	1526	ÄNGELHOLMS SS	1.00.55
18	NIKLAS ÅHLIN	70	0709	SUNDSVALL SS	1.00.97
19	MARCUS LUNDSTEDT	74	0197	SÖDERTÄLJE SS	1.01.05
20	MARTIN ROGERSSON	69	0571	TÄBY SIM	1.01.55
21	DANIEL CARLSSON	76	1557	BOTKYRKA-RÖNNINGE SS	1.01.81
22	HENRIK LARSSON	74	2056	TYRINGE SS	1.01.87
23	KURT BIROL	67	0411	STOCKHOLM POLISEN IF	1.01.89
24	DENNIS WIKSTRÖM	71	0713	SUNDSVALL SS	1.02.18
25	HANS GYLLNER	70	0740	FALU SS	1.02.20
26	GLEN FRÖBERG	70	0268	UPSALA S	1.02.46
27	MAGNUS RÖNNEVALL	70	0592	UPSALA S	1.02.48
28	KENNETH WIKSTRÖM	68	0271	UPSALA S	1.02.58
29	BERT-OLA ERIKSSON	72	0779	KALIX SS	1.02.61
30	THOMAS HOLMQVIST	64	0126	JÖNKÖPING SS	1.02.66
31	FREDRIK LUNDIN	75	1168	YSTAD SS	1.02.67
32	KLAS LINDSFORS	74	2220	SK NEPTUN	1.02.79
33	JOHAN LUNDH	74	0255	SÖDERTÖRN SS	1.02.86
34	THOMAS LANDIN	73	2770	HELSINGBORG S	1.03.11
35	TORBJÖRN KARLSSON	71	2366	GÖTEBORG SIM	1.03.31
36	PETER HARALDSSON	71	0205	SÖDERTÄLJE SS	1.03.41
37	NICLAS ÖHMAN	74	1370	FAGERSTA SS	1.03.51
38	MAGNUS RAMSTRÖM	69	1385	SS KANALEN	1.03.53
39	NICLAS FAGRELL	66	1091	TÄBY SIM	1.03.70
40	BJÖRN MÖLLER	72	0003	MALMÖ KK	1.03.75
41	PETER JOHANSSON	74	2885	SKÄRET SS	1.03.80
42	ROBERT DOLAMA	75	0395	VÄXJÖ SS	1.03.81
43	TOBIAS MARKLUND	75	0980	PITESIM	1.04.12
44	TORKEL ÅRMAN	70	0211	SÖDERTÄLJE SS	1.04.2
44	MATS NORLIN	65	3073	STOCKHOLM KK	1.04.27
46	JOHAN FERRARO	73	0173	LINKÖPING ASS	1.04.38
47	PELLE KARLSSON	74	1684	SK LAXEN	1.04.56
48	DANIEL LARSSON	72	2209	ÖREBRO SA	1.04.74
49	DAN LINDSTRÖM	74	2934	KALMAR SS	1.04.99
50	HENRIK ANDERBERG	73	1314	ESLÖVS SS	1.05.04

Gren nr 4 100 m Fjärilsim Långbana

1	RUDI DOLLMAYER	66	0433	SK RAN	55.61
2	STEFAN PÄRLKLO	68	0427	STOCKHOLM POLISEN IF	55.97
3	MATS RASMUSSON	70	0342	HELSINGBORG S	56.23
4	GUSTAF JOHANSSON	73	2589	SK NEPTUN	56.26
5	JONAS LÖGDBERG	68	1087	TÄBY SIM	56.27
6	LARS FRÖLANDER	74	0362	BORLÄNGE SS	56.30
7	ANDERS DUNKARS	70	0741	FALU SS	56.46
8	STEFAN GULLBERG	67	0424	STOCKHOLM POLISEN IF	56.59
9	MAGNUS LARSSON	68	2881	SKÄRET SS	57.28
10	CHRISTER WALLIN	69	0918	MÖLNDAL ASS	57.45
11	JOAKIM NYHOLM	71	2211	SK NEPTUN	57.49
12	PATRIC ROBERTSSON	72	0585	SÖDERTÄLJE SS	57.74
13	THOMAS AXELSSON	70	0072	KSLS	57.89
14	JONAS ÅKESSON	71	2518	SÖDERTÄLJE SS	57.99
15	OLA SÖDERHOLM	73	0655	NORRKÖPING KK	58.08
16	DANIEL LARSSON	72	2209	ÖREBRO SA	58.09
17	DANIEL LINDÉN	73	0220	SO2	58.24
18	JOHAN LUNDH	74	0255	SÖDERTÖRN SS	58.28
19	KENNETH NYMAN	71	0273	UPSALA S	58.31
20	ULF ARELBLAD	72	2320	UMEÅ SS	58.52
21	FREDRIK LETZLER	72	0554	JÄRFÄLLA SS	58.56
22	TORKEL ÅRMAN	70	0211	SÖDERTÄLJE SS	58.66
23	MARTIN NYBERG	71	0650	NORRKÖPING SS	58.95
24	ANDERS LINDGREN	73	0702	SUNDSVALL SS	59.01
25	STEFAN ANDERSSON	70	2321	UMEÅ SS	59.05
26	ROBERT DOLAMA	75	0395	VÄXJÖ SS	59.19
27	EMIL ALM	73	2948	VÄSBY SIM	59.39
28	BILL STRÖMBERG	67	0019	MALMÖ KK	59.4
29	FREDRIK ISAKSSON	73	2300	VÄSTERÅS SS	59.60
30	ROGER WIIAND	66	0588	UPSALA S	59.64
31	PETTER LINDH	72	2545	JÖNKÖPING SS	59.68
32	JACOB WERNER	75	0284	UPSALA S	59.83
33	JOHAN SETTERBERG	76	2898	MÖLNDAL ASS	1.00.04
34	ANDERS ENGDAHL	74	2778	VÄXJÖ SS	1.00.06
35	ERIK RUNDFELT	72	1836	STOCKHOLM KK	1.00.16
36	HANS-OLOF NILSSON	69	2346	MALMÖ KK	1.00.51
37	ANDERS RASMUSSON	67	0337	HELSINGBORG S	1.00.54
38	JOAKIM PETERSSON	72	0708	SUNDSVALL SS	1.00.60
39	NIKLAS BORG	69	2648	KUNGÄLV SS	1.00.62
40	OSCAR LA FLEUR	75	3047	SK POSEIDON	1.00.71
41	PER HASSELBERG	71	2232	JÖNKÖPING S	1.00.87
42	JOAKIM HOLMQVIST	69	0131	JÖNKÖPING SS	1.00.91
43	NICLAS EKELUND	70	1327	GÖTEBORG SIM	1.01.06
44	JOHAN ÖJING	76	2966	SK SYDSIM	1.01.66
45	KLAS EDIN	72	2921	GÄVLE SS	1.01.74
46	HANS JONSSON	71	0177	LINKÖPING SS	1.01.79
47	JONAS SÖDERBERG	69	0798	SK ELFSBORG	1.01.94
48	BJÖRN OLSSON	75	1175	YSTAD SS	1.02.22
49	KENNETH SÄÄF	73	2333	SOLNA SS	1.02.26
50	KLAS ANDERSSON	73	2785	LINKÖPING ASS	1.02.38

Statistiken har sammanställts av MyDelta Sportdata. Den bygger på insända resultatlistor. Dessa listor, som kommit Simförbundet tillhanda, har bearbetats bland annat med hjälp av simmarnas respektive kodnummer. Det är ett **ABSOLUT MÅSTE** att aktuellt kodnummer finns med.

Utan kodnummer kan inte statistiken bearbetas. Det är också önskvärt att respektive klubb rensar bland kodnumren. Många kodnummer är lediga för simmare som sedan länge slutat. Meddela dessa lediga kodnummer till Simförbundet.

Gren nr 5 100 m Frisim Långbana

1	LOUISE KARLSSON	74	7119	SKÄRET SS	57.13
2	EVA NYBERG	69	5551	MARIESTAD SS	57.20
3	HELENA KÄLVEHED	68	5167	KORRUGAL SS	58.07
4	ANNIKA NILSSON	70	5299	HELSINGBORG S	58.12
5	ELLENOR SVENSSON	71	7967	LINKÖPING ASS	58.32
6	LOUISE JÖNCKE	76	7958	JÄRFÄLLA SS	58.69
7	LINDA OLOFSSON	72	5637	SUNDSVALL SS	58.83
8	HELENA ÅBERG	71	5303	HELSINGBORG S	58.93
9	SUSANNE LÖÖW	70	5187	SÖDERTÄLJE SS	59.02
10	HELENA DAGERLIND	75	7063	SK NEPTUN	59.07
11	MARIA ANDERSSON	70	5011	MALMÖ KK	59.09
12	MALIN GUSTAVSSON	70	5300	HELSINGBORG S	59.12
13	MALIN NILSSON	73	5010	MALMÖ KK	59.64
14	PETRA MEULLER	73	5946	VARBERG SIM	59.71
14	THERESE LUNDIN	70	7053	MÖLNDAL ASS	59.71
16	ANNIKA RASMUSSON	73	5009	MALMÖ KK	59.74
17	ANNA-LENA NILSSON	70	7155	MALMÖ KK	59.98
18	ULRIKA JARDFELT	74	6850	TUREBERG IF	1.00.04
19	MALIN ULVEKLINT	74	7460	VÄXJÖ SS	1.00.06
20	ANNIKA KRYLÉN	71	5297	HELSINGBORG S	1.00.19
21	JENNY ENGQVIST	76	5426	SPÅRVÄGEN GoIF	1.00.41
22	SOFIA LINDSTRÖM	76	6073	TUREBERG IF	1.00.46
23	CECILIA KENTELL	75	5015	MALMÖ KK	1.00.48
24	JEANETTE THÖRNER	75	5214	SÖDERTÖRN SS	1.00.52
25	CECILIA HOLM	72	5004	MALMÖ KK	1.00.58
26	KARINA RIDDERSTOLPE	74	7096	STOCKHOLM POLISEN IF	1.00.64
27	ANNA ÅHLUND	73	5501	VÄSTERÅS SS	1.00.72
27	CHRISTINA HOLM	74	7127	JÖNKÖPING SS	1.00.72
29	LISA LÖNN	72	6327	MORA SS	1.00.73
30	ANNA HANSEN	68	5291	HELSINGBORG S	1.00.79
31	LIA LUNDBERG	75	5246	UPSALA S	1.00.83
31	REBECKA STÅHL	74	5180	KORRUGAL SS	1.00.83
33	MARIKA PETTERSSON	66	5922	KUMLA SS	1.01.03
34	JOHANNA FELDTMAN	70	7143	MALMÖ KK	1.01.07
35	VIKTORIA GADD	75	8010	RONNEBY SS	1.01.08
36	CARINA HELGESSON	71	7187	MALMÖ KK	1.01.17
37	ANNA ERICSON	78	7241	KUNGÄLV SS	1.01.21
38	CAMILLA ROSENGREN	72	7100	STOCKHOLM POLISEN IF	1.01.23
39	MALIN SANDORF	70	5275	JÄRFÄLLA SS	1.01.28
40	VIKTORIA NAESS	76	5760	ESKILSTUNA SS	1.01.37
41	MARIE ULFVES	78	5492	SS KANALEN	1.01.49
42	PETRA ARINDER	73	7810	SK SYDSIM	1.01.6
42	ANNELIE BORVANDER	74	5198	S02	1.01.60
42	EVA-MARIE ERIKSSON	70	5197	S02	1.01.60
45	CECILIA GADD	71	5658	RONNEBY SS	1.01.62
46	LINDA ALTHIN	76	7930	VÄSBY SS	1.01.65
47	ANNA SÖDERSTRÖM	74	7369	UPSALA S	1.01.72
48	CECILIA LANDIN	72	6537	SK LÖDDE	1.01.80
49	ANNA LOHMANN	75	7830	OSKARSHAMN SS	1.01.91
50	ULRIKA LUNDAHL	74	5945	VARBERG SIM	1.02.0

Gren nr 6 100 m Bröstsim Långbana

1	LOUISE KARLSSON	74	7119	SKÄRET SS	1.11.88
2	CHARLOTTE HUMLING	72	6516	SANDVIKEN SoHK	1.13.74
3	ANNA-KARIN PERSSON	73	7231	KUNGÄLV SS	1.14.11
4	GISELA BRUNMAR	75	8070	SK TRITON	1.14.58
5	ANNA ROSENGREN	67	5661	FALU SS	1.15.23
6	ANNA JENSEN	74	7308	VÄXJÖ SS	1.16.04
7	HANNA JALTNER	76	5362	VÄXJÖ SS	1.16.51
8	MARIA ANDERSSON	70	5011	MALMÖ KK	1.16.73
9	ANN-CHRISTINE TRÄFF	75	5621	KARLSTAD SS	1.16.85
10	ANNA-KARIN DAHLSTRÖM	74	7483	SS STIMMET	1.17.0
10	ANNIKA REMAEUS	74	6983	TUREBERG IF	1.17.01
12	LENA ERIKSSON	72	7946	JÄRFÄLLA SS	1.17.07
13	ANGELICA OCKERDAHL	76	6415	ÄNGELHOLMS SS	1.17.33
14	GUNILLA SELMQVIST	74	8530	JÖNKÖPING SS	1.17.90
15	CHARLOTTA GRUNDITZ	75	5012	MALMÖ KK	1.17.92
16	ANN-CHARLOTTE JABELIN	71	5510	HELSINGBORG S	1.18.16
17	ANNA-LENA NILSSON	70	7155	MALMÖ KK	1.18.26
18	ANNA KIDEBORN	78	5296	HELSINGBORG S	1.18.28
19	CARINA NILSSON	76	5412	SK RAN	1.18.38
20	SUSANNE AHL	73	7953	JÄRFÄLLA SS	1.18.43
21	SABINA DAHLSTRÖM	74	5192	S02	1.18.59
22	ÅSA JOHANSSON	75	5210	S02	1.18.78
23	CATARINA MATTSSON	73	7949	JÄRFÄLLA SS	1.18.80
24	ANNA LUNDIN-NYGREN	74	8881	SÖDERTÄLJE SS	1.18.94
25	LINDA KARLSTRÖM	75	5582	NORRKÖPING SS	1.18.99
26	LINDA LARSSON	78	5037	LIMHAMN SS	1.19.12
27	ANNA-BELLA HAKALA	74	6597	VÄSBY SS	1.19.24
27	LINDA KYLBORN	76	7820	SK SYDSIM	1.19.24
29	ANGELA FOX	77	5055	KSLS	1.19.28
30	ANNE HECTOR	73	5894	SUNDSVALL SS	1.19.45
31	ELIN CARLSSON	75	6419	ÖSMO SS	1.19.54
32	ANNA THELANDERSSON	73	6051	OSBY SS	1.19.64
33	CARINA NILSSON	77	6407	ÄNGELHOLMS SS	1.19.72
34	ÅSA KARLSSON	74	6206	ESLÖV SS	1.19.88
35	KERSTIN HOLGERSSON	77	5523	LINKÖPING ASS	1.19.91
36	ANN NILSSON	77	7385	SK NEPTUN	1.20.02
37	JENNY ERIKSSON	74	6999	SÖDERTÄLJE SS	1.20.28
38	JENNY NYBERG	76	7833	OSKARSHAMN SS	1.20.69
39	FRIDA BERG	75	8430	ÖREBRO SA	1.20.75
40	CAROLINE LARSSON	77	8471	ESKILSTUNA SS	1.20.81
41	JOHANNA KARLSSON	74	7484	SS STIMMET	1.20.92
42	ERIKA SOHLEN	75	5572	TUNAFORS SK	1.20.93
43	JESSIKA KRISTOFFERSSON	75	7811	SK SYDSIM	1.21.05
44	LINDA OLSSON	76	7093	LANDSKRONA S	1.21.27
45	MARIE ULFVES	78	5492	SS KANALEN	1.21.57
46	MARIANNE PETTERSSON	77	6151	LYSEKIL SS	1.21.60
47	SANDRA MÅRTENSSON	75	5942	VARBERG SIM	1.21.61
48	HELENA HANSSON	77	5156	LINKÖPING ASS	1.21.83
49	MARIA GRUVSTEDT	79	6148	YSTAD SS	1.21.87
50	CARINA TENGGART	77	6939	VELLINGE-NÄSET SK	1.21.91

Gren nr 7 100 m Ryggsim Långbana

1	ANNA-KARIN ENGLUND	67	5702	KALIX SS	1.05.27
2	ANNIKA RASMUSSON	73	5009	MALMÖ KK	1.06.14
3	CAMILLA OLSSON	70	5003	MALMÖ KK	1.06.72
4	MAGDALENA SCHULTZ	76	5017	MALMÖ KK	1.06.77
5	ULRIKA JARDFELT	74	6850	TUREBERG IF	1.07.03
6	MARIA OLSSON	72	6325	SS MORA	1.07.43
7	LINDA STRANDBERG	77	5294	HELSINGBORG S	1.08.23
8	CAMILLA JOHANSSON	74	7307	VÄXJÖ SS	1.08.27
9	JETTA HOOLM	73	5185	SÖDERTÄLJE SS	1.08.31
10	THERESE ALSHAMMAR	77	7955	JÄRFÄLLA SS	1.08.46
11	JOHANNA LARSSON	72	5556	MARIESTAD SS	1.08.52
12	VERONIKA SVENSSON	74	6086	YSTAD SS	1.08.58
13	CAMILLA MÅNSSON	76	8071	SK TRITON	1.08.77
14	PETRA ARINDER	73	7810	SK SYDSIM	1.08.86
15	LINDA OLSSON	72	5175	KORRUGAL SS	1.08.97
16	MALIN HÅKANSSON	73	5787	SK TRITON	1.09.03
17	CAMILLA PETTERSSON	77	6720	STOCKHOLM KK	1.09.11
18	MARIE LINDMAN	73	7256	SK NEPTUN	1.09.32
19	MALIN STRÖMBERG	76	6088	YSTAD SS	1.09.37
20	MALIN OLSSON	74	5396	SK RAN	1.09.40
21	MARTINA ARONSSON	73	7751	SPÅRVÄGEN GoIF	1.09.54
22	ANNIKA REMAEUS	74	6983	TUREBERG IF	1.09.71
23	ANNA EKLÖF	74	6317	MARKARYD SS	1.09.72
24	KARIN WIGERT	73	7305	VÄXJÖ SS	1.09.84
25	MONICA FORSAEUS	69	5612	SAFFLE SS	1.09.98
26	KRISTINA ENGDAHL	74	5007	MALMÖ KK	1.10.03
27	LINDA BARTHELSSON	73	7250	SÖDERTÖRN SS	1.10.13
28	PERNILLA BJÖRNSSON	73	5788	SK TRITON	1.10.16
29	ANNIKA BJÄRENSTAM	77	6406	ÄNGELHOLMS SS	1.10.57
30	CHARLOTTE SAHLQVIST	75	5196	S02	1.10.64
31	ANNIKA LUNDMARK	76	6474	GÄVLE SS	1.10.74
32	LINDA GRANHOLM	74	7234	KUNGÄLV SS	1.10.78
33	ANNELIE JOHANSSON	72	5500	VÄSTERÅS SS	1.10.92
34	JENNIE JOHANSSON	77	7485	SS STIMMET	1.11.01
35	SYLVIA STIFANIC	75	6111	LJUNGBY SS	1.11.22
36	ANNA-KARIN PERSSON	73	7231	KUNGÄLV SS	1.11.26
37	CATARINA KARLSSON	71	7236	KUNGÄLV SS	1.11.36
38	CATRINE AHL	76	7747	SPÅRVÄGEN GoIF	1.11.46
39	PETRA HEDENSTRÖM	75	7882	SANDVIKEN SoHK	1.11.53
40	ANNIKA MORIN	71	6587	SK LAXEN	1.11.6
40	LOUISE CHRISTEEN	77	5414	SK RAN	1.11.63
42	LISA LUNDQVIST	75	7291	UMEÅ SS	1.11.64
43	ANN LINDBOM	74	7356	MARIESTAD SS	1.11.67
44	THERESE OLSEN	75	5943	VARBERG SIM	1.11.9
44	TINA HOLMGREN	76	5020	MALMÖ KK	1.11.96
46	LENA DAGERLIND	75	7063	SK NEPTUN	1.12.11
47	HELENA KÄLVEHED	68	5167	KORRUGAL SS	1.12.15
48	ULRIKA BRAMER	75	6952	TYRINGE SS	1.12.20
49	PETRA MAURITZON	75	5043	KSLS	1.12.46
50	ANNA BRINK	75	8030	S 71	1.12.52

Gren nr 8 100 m Fjärilsim Långbana

1	THERESE LUNDIN	70	7053	MÖLNDAL ASS	1.01.08
2	MALIN STRÖMBERG	76	6088	YSTAD SS	1.02.17
3	ANNA LINDBERG	73	5508	HELSINGBORG S	1.03.54
4	ANNIKA NILSSON	70	5299	HELSINGBORG S	1.04.16
5	ELLENOR SVENSSON	71	7967	LINKÖPING ASS	1.04.23
6	MALIN PERSSON	72	8513	FALU SS	1.04.29
7	CHRISTINA ÖHLUND	74	6061	UMEÅ SS	1.04.61
8	LOUISE KARLSSON	74	7119	SKÄRET SS	1.04.76
9	CHARLOTTE MAGNUSSON	72	5516	HELSINGBORG S	1.04.82
10	MARIA ANDERSSON	70	5011	MALMÖ KK	1.05.45
11	LIA LUNDBERG	75	5246	UPSALA S	1.05.56
12	LENA ERIKSSON	72	7946	JÄRFÄLLA SS	1.05.58
13	ULRIKA WIKSTRÖM	70	5268	JÄRFÄLLA SS	1.05.67
14	MIKAELA LAUREN	76	5374	STOCKHOLM POLISEN IF	1.05.96
15	PETRA MEULLER	73	5946	VARBERG SIM	1.06.15
16	ANNA-LENA NILSSON	70	7155	MALMÖ KK	1.06.35
17	CECILIA LANDIN	72	6537	SK LÖDDE	1.06.85
18	CARINA HELGESSON	71	7187	MALMÖ KK	1.07.16
18	MALIN SKARESSON	75	6596	VÄSBY SS	1.07.16
20	ANNIKA KORSEMAN	73	8883	SÖDERTÄLJE SS	1.07.18
21	TINE BENGTSSON	75	5360	VÄXJÖ SS	1.07.22
22	PERNILLA LUNDSTRÖM	74	7651	SUNDSVALL SS	1.07.29
23	LINDA ENGSTRÖM	75	6610	BROMÖLLAORTEN SS	1.07.39
24	HELENA KÄLVEHED	68	5167	KORRUGAL SS	1.07.47
25	VIKTORIA EKBERG	76	5585	NORRKÖPING SS	1.07.54
26	MARIE SÖDERLUND	68	7653	SUNDSVALL SS	1.07.56
27	SUSANNE LÖÖW	70	5187	SÖDERTÄLJE SS	1.07.65
28	ANN-SOFIE JÖNSSON	74	5580	TUNAFORS SK	1.07.66
29	JOHANNA FELDTMAN	70	7143	MALMÖ KK	1.07.67
30	THERESE OLSEN	75	5943	VARBERG SIM	1.07.8
31	ÅSA LINDHE	75	6570	SJÖBO SS	1.08.06
32	ANNIKA LUNDMARK	76	6474	GÄVLE SS	1.08.12
33	CATARINA MATTSSON	73	7949	JÄRFÄLLA SS	1.08.15
34	CECILIA GADD	71	5658	RONNEBY SS	1.08.39
34	JEANETTE RICHTER	74	7789	HELSINGBORG S	1.08.39
36	TINA HOLMGREN	76	5020	MALMÖ KK	1.08.47
37	LOUISE JÖNCKE	76	7958	JÄRFÄLLA SS	1.08.50
38	LISA LÖNN	72	6327	MORA SS	1.08.81
39	CAMILLA ROSENGREN	72	7100	STOCKHOLM POLISEN IF	1.08.90
40	ANNA HANSEN	68	5291	HELSINGBORG S	1.08.91
41	EVA-MARIE ERIKSSON	70	5197	S02	1.09.06
42	ANNA GÖRTZ	76	5091	SK POSEIDON	1.09.14
43	CHRISTINA HOLM	74	7127	JÖNKÖPING SS	1.09.27
44	PETRA ARINDER	73	7810	SK SYDSIM	1.09.38
45	JENNIE JOHANSSON	77	7485	SS STIMMET	1.09.49
46	SOFIE NYGREN	71	5188	SÖDERTÄLJE SS	1.09.5
47	CHARLOTTA SJÖBERG	75	5019	MALMÖ KK	1.09.62
48	KAROLINA YNGVESSON	76	5018	MALMÖ KK	1.09.64
49	CHARLOTTE NÄRVALL	76	7136	MALMÖ KK	1.09.68
50	JOHANNA SJÖBERG	78	6618	BROMÖLLAORTEN SS	1.09.76

Sedan statistiken blev klar har bland annat följande resultat kommit till att placeras på lämplig plats:
100 m fritt herrar:
Göran Titus, Karlskorna SS, 50.90
Per Johansson, Borlänge SS, 51.89
Fredrik Letzler, Järfälla S, 51.94
Rickard Milton, Upsala S, 52.02
100 m rygg herrar:
Håkan Karlsson, Karlskrona SS, 58.45

100 m fritt damer:
Ellenor Svensson, LASS, 58.05
Anna-Karin Persson, Kungäls SS, 58.38
Liselotte Pettersson, Södertöns SS, 59.27
100 m rygg:
Lisa Lundqvist, 1.08.68
Rättelse: 100 m fjäril damer:
Therese Lundin, S 02, 1.01.80

Simsport nästa nummer!

Stort SM-Reportage

Simsport besöker Klubben med Go - Sim á Go

OS - Europa förbereder

Polostart...och mycket annat

Obs! Du har väl inte missat kampanjen som pågår över hela landet

Kommer i mitten av december

Julklappen som räcker hela nästa år!

Ge Simsport till någon du tycker om, eller kanske till dig själv.
En Julklapp som kommer nio gånger under nästa år. Fyll bara i namn och adress på talongen.
Presentkortet kan du lämna över på julafton.

God Jul önskar vi er alla från Simsport

Jag vill ge bort Simsport under hela 1992, (9nr), i julklapp till :

Namn: ----------

Adress: ----------

Postadress: ----------

Sänd inbetalningskortet på 180:- till:

Namn: ----------

Adress: ----------

Postadress: ----------

*** Vill Du bara ha tidningen själv, fyller du i de nedersta raderna.

Sänd in talongen till: Simsport, Box 8346, 402 79 Göteborg, så ordnar vi resten.

God Jul

och ett års trevlig läsning med Simsport

önskas _____

av _____

Premiär
för Sprint-EM

Historiens första EM för sprinters blir av som planerat i tyska Gelsenkirchen 6-8 december.

Turerna kring Sprint-EM har varit många. När Europeiska simförbundet, LEN, beslöt att arrangera ett EM för sprinters utsågs Split i Jugoslavien som tävlingsplats. Så kom inbördeskriget och Gateshead i England blev ny spelplats. Då de inte kunde garantera bra TV-sändningar gick arrangörsskapet till Tyskland. Efter vägar runt Berlin, Bonn och Rostock hamnade Sprint-EM till sist i Gelsenkirchen i norra kanten av Ruhrområdet i västra Tyskland.

Louises chans

Årets världscup visade att 50 m distanser på kort bana är mycket populära. Både bland simmare, publik, press och TV. Att samla Europas bästa sprinters till ett europamästerskap bör därför vara rätt tänkt. För svensk del ser det mycket bra ut. Louise Karlsson var i vintras i närheten av världsrekord vid ett flertal tillfällen och de svenska lagkappslagen på 4x50 m har gjort världstider.

Simmaråret 1991 blir ändå ett tufft år för många. VM simmades i januari och EM i augusti. I slutet av juli 1992 väntar OS. Men tanken bakom Sprint-EM är också att en annan typ av simmare skall få en chans till ett eget EM.

Snyggt slut

Några nationer har redan deklarerat att de inte kommer att sända simmare till Gelsenkirchen. Andra nationer skickar några få otoppade simmare. Sverige kommer enligt förbundskapten Hans Chrunak att skicka de svenska mästarna på 50 m distanser från Team-SM till Sprint-EM. Om EM blir av.

Enligt vad Simsport fått veta i mitten av oktober från arrangörerna kommer Sprint-EM att arrangeras som planerat. De flesta av Europas nationer har anmält intresse och det är de simmare som är på plats som gör upp om mästerskapstitlar och medaljer. Precis som alltid.

De svenska simmarna har stora möjligheter att kröna 1991 med stora framgångar vid Sprint-EM. Året kan på många sätt bli historiskt och ett bra avstamp inför kommande världscup och OS.



Louise Karlsson. Foto: Tommy Nyhlén

Så går det till

Bassängen i Gelsenkirchen har sex banor. Den är 20 år gammal men fullt modern. Lagkapper simmas i försök och final precis som vid tidigare mästerskap.

I de individuella loppen går ettan och tvåan från varje heat vidare till nästa omgång. Om inte antalet heat blir tillräckliga simmas också ett uppsamlingsheat för att få fyra heat till kvartsfinalerna.

Från dessa finaler går också ettan och tvåan vidare till semifinal tillsammans med följande bästa tider för att få två semifinalheat. Ettan och tvåan från semifinalerna går tillsammans med de två bästa tiderna till finalen.

Programmet

Försökspass

100m	medley	herrar	försök
50m	frisim	damer	försök
50m	ryggsim	herrar	försök
50m	bröstsim	damer	försök
50m	fjärilsim	herrar	försök
100m	medley	herrar	kvartsfinal
50m	frisim	damer	kvartsfinal
50m	ryggsim	herrar	kvartsfinal
50m	bröstsim	damer	kvartsfinal
50m	fjärilsim	herrar	kvartsfinal
4x50m	medley	damer	försök
4x50m	frisim	herrar	försök

Finalpass

100m	medley	herrar	semifinal
50m	frisim	damer	semifinal
50m	ryggsim	herrar	semifinal
50m	bröstsim	damer	semifinal
50m	fjärilsim	herrar	semifinal
100m	medley	herrar	final
50m	frisim	damer	final
50m	ryggsim	herrar	final
50m	bröstsim	damer	final
50m	fjärilsim	herrar	final
4x50m	medley	damer	final
4x50m	frisim	herrar	final

Försökspass

100m	medley	damer	försök
50m	frisim	herrar	försök
50m	ryggsim	damer	försök
50m	bröstsim	herrar	försök
50m	fjärilsim	damer	försök
100m	medley	damer	kvartsfinal
50m	frisim	herrar	kvartsfinal
50m	ryggsim	damer	kvartsfinal
50m	bröstsim	herrar	kvartsfinal
50m	fjärilsim	damer	kvartsfinal
4x50m	medley	herrar	försök
4x50m	frism	damer	försök

Finalpass

100m	medley	damer	semifinal
50m	frisim	herrar	semifinal
50m	ryggsim	damer	semifinal
50m	bröstsim	herrar	semifinal
50m	fjärilsim	damer	semifinal
100m	medley	damer	final
50m	frisim	herrar	final
50m	ryggsim	damer	final
50m	bröstsim	herrar	final
50m	fjärilsim	damer	final
4x50m	medley	herrar	final
4x50m	frisim	damer	final

Simkalendern beställer du på 08-605 60 00.

Från Stockholm igen ...

BARN PÅ Ö
Stockholms Simförbunds satsning "Bäst 93" har haft avstamp inför säsongen. Helgen 31 augusti - 1 september samlades 103 simmare på Barnens Ö för att lära känna varandra. De ägnade sig också åt andra fritidsaktiviteter än simning.

TJEJSATSNING
Simkommittén i Stockholms Simförbund har utsett Anne Forsell, Täby Sim och Ulrika Sandmark, Järfälla S som ansvariga för projektet Tjejsatsning. Tjejsatsningen löper parallellt med "Bäst 93". 39 tjejer och åtta ledare åker 9-12 januari till Sälen för att hitta idéer för att bli fler och bättre på toppnivå. Tjejsatsningen omfattar såväl simmare som tränare.

SWF
Eller uttytt Stockholm Water Festival, blev som tidigare meddelats, en jättesuccé. Nästa år arrangeras festivalen 9-16 augusti och ansvarig från Stockholms Simförbund är Jan Nordlund.

NY SPÅRVÄG
Den 22 maj 1991 bildades Spårvägens Simförening. När det gäller simning är därmed namnet Stockholms Spårvägars GoIF slopat.

USA NÄSTA
Svenska Simförbundet har fått en officiell inbjudan från International Swimming Hall of Fame i Florida, USA, om ett simkulturellt utbyte för juniorsimmare på landslagsnivå. I samråd med förbundskapten Hans Chrunak har Stockholms Simförbundet tackat ja att tillsammans med Utmanarna, 10 simmare, delta i utbytet.

Totalt kommer truppen att bestå av 28 aktiva, en ledare, två tränare och en simmedicinsk ledare. Dessa åker till Florida 26 december - 8 januari och skall bo i amerikanska simmarfamiljer och avsikten är att amerikanska simmare skall komma på svarsbesök, preliminärt i augusti 1992.

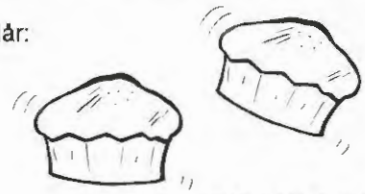
ROSOR
Gustaf Johansson, SK Neptun, har fått månadens ros av Stockholm Simförbund för sitt distriktsrekord på 100 m medley, 1.00.93.
En ros, (att dela på), fick också Järfälla S medleydamer för distriktsrekordet på 4x50 m medley, 2.02.41.

MER STATISTIK
Vi har i tidigare nummer statistiskt berättat om medalj- och finalfördelning mellan "trätodistrikten" Stockholm och Skåne. Nu är det dags igen. Stockholm räknar och räknar och så här ser fördelningen ut vad gäller medaljer och finalplatser från JSM, kort bana.

		1988	1989	1990	1991
Guld	Stockholm	5	9	3	10
	Skåne	15	8	13	6
Silver	Stockholm	9	7	3	10
	Skåne	12	12	7	8
Brons	Stockholm	7	9	8	7
	Skåne	13	8	7	3
Totalt	Stockholm	21	25	14	27
	Skåne	40	28	27	17
Finalplatser	Stockholm	52	55	51	61
	Skåne	90	60	56	45

Ur Poseidons mycket fina klubbtidning, Plasket, kan vi inte låta bli annat än att saxa följande godsaker:

Poseidons provkök föreslår:



KLADDMUFFINS

12-15 st
175-200 grader
ca 15 minuter

100 g smör
3 dl socker
2 ägg
1.5 dl vetemjöl
4 msk kakao
1 tsk vaniljsocker
1 krm salt
Smält smöret i en kastrull. Rör ut mesta hettan och tillsätt övriga ingredienser. Häll ut i muffinsformar.
Grädda i ugnen.

CORNFLAKESGODIS

150 gr smör/margarin
2 dl socker
2 dl sirap
Kokas i 2 minuter, tag kastrullen från spisen.
Rör i
1 msk kakao (eller mera)
3 dl kokos
5-7 dl cornflakes
Lägg i muffinsformar el. likn. och ställ i kylskåpet.

SKÄRET BÄST

Louise Karlsson inledde årets Nya Trollsimmet i Trollhättan genom att vinna 50 m fritt, 26.49. Tre flickor följde sedan på 28.52.

Louises klubbkompis, Niklas Hansson, vann herrarnas korta frisim, 24.76, men där var det tätare i toppen. Dan Lindström, Kalmar S var bara 5 hundradelar bakom.
16 klubbar deltog, från Lysekil i väst till Kalmar i öst. Skäret, Uddevalla, vann överlägset klubbmatchen på 523 poäng, före SK Elfsborg, Borås, 249.5 och Lysekils SS på tredje med 179 poäng.

SK Tritons Gisela Brunmar var en av 18 ungdomar som i somras representerade Sverige vid "Junior-OS" i närheten av Valladolid utanför Madrid i Spanien. SK triton har också en trevlig klubbtidning, TRITONEN, ur vilken vi saxar Giselas berättelse från OS-äventyret. 1996 går senior-OS i USA för Gisela.



Delar av den svenska truppen vid "junior-OS" i Spanien. Foto: Birgit Götenstedt.

Ordentligt övervakad förläggning

Vi var nio killar och nio tjejer, som torsdagen den 12 juli satt på planet på väg till Madrid i Spanien. Anledningen till denna resa var att junior-OS gick av stapeln där nere. Inte precis i Madrid utan några mil utanför den spanska huvudstaden i en liten by som heter Avila. Dessa arton personer, som egentligen skulle ha varit tjugo (två lämnade återbud) var ett urval av de "bästa" 74-75-tjejerna och 73-74-killarna i Sverige.

Flygresan tog drygt tre timmar och sen var det en tvåtimmars bussresa till Avila. Sent på eftermiddagen kom vi fram till vårt "hotel". Man kan inte kalla det för ett hotel! Det var en polisacademi, där poliser utbildar sig. På denna anläggning fanns det ett stort antal sovbyggnader med tvåbäddsrum och en matsalsbyggnad.
Vidare fanns det en inomhusfemtia, en friidrottsarena, volleyboll-. tennis och fotbollsplaner. Det enda som var i gott skick var simhallen. Det andra var bara till för polisernas träning.
Allt detta var inhängnat med dubbla stängsel och det var bevakning av poliser överallt. Man kände sig minst sagt ordentligt övervakad.

Frukost för bantare

Morgonen efter ankomsten gick vi vrålhungriga ner till matsalen för att smörja kråset. Men gissa om vår besvikelse var stor, när det enda som serverades var två ljusa brödskivor med marmelad. Maten resten av vistelsen blev inte mycket bättre och hör och häpna - det var en specialdietist för idrottare, som framställt menyn.
Efter den "bastanta" frukosten åkte vi in till Avila för att titta på staden. Det fanns gott om gamla byggnader och även en och annan affär var instängd bland de antika kvarteren. Vi hoppades på att hitta en mataffär någonstans, men tji! Efter många om och men hittade vi dock en pytteliten mataffär. Där köpte vi till den häpne affärsinnehavarens glädje upp halva lagret och gick lättade därifrån. Nu skulle vi i alla fall inte svälta ihjäl.

Inga pangtider

Efter ännu en tävlingsfri dag i det stekheta Spanien började så det vi kommit dit för att göra. Alltså tävla!
För min del var det bröstsim som gällde. På 100 gick jag till första B-finalplats (alltså nia i försöken) med en tid drygt sekunder över pers. Ingen pangtid precis och i finalen blev det ytterligare några tiondelar sämre.
På 200 gick det ungefär likadant. Kom till A-final som sjua med två sekunder över pers och i finalen blev det samma tid. Inga resultat som jag hoppar upp i taket för, men min form var inte toppad, så helt missnöjd behöver jag inte vara.
Veckan där nere rann snabbt iväg och snart var det dags att åka hem. Trots min medelmåttiga insats hade vi jätteball där nere och jag fick massor av nya kompisar.

GISSE

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

Simning
SERIESIM 1991/1992 - RESULTAT EFTER OMGÅNG 1 (4)

DIV 1

KSLS 1, Kristianstad	548,5
SK RAN 1, Malmö	514,5
YSTADS SS	494,0
ÄNGELHOLMS SS	408,0
SK TRITON 1, Staffanstorp	404,5
LANDSKRONA S	393,5
HELSINGBORGS S	392,0

DIV II

VELLINGE-NÄSETS SS	435,0
LIMHAMNS SS	432,0
MALMÖ S	417,0
SK POSEIDON, Lund	407,0
SJÖBO SS	329,0
OSBY SS	307,0

DIV III VÄSTRA

SK LAXEN, Halmstad	292,0
SYDSIM 1, Arlöv/Lomma	280,0
TRELLEBORGS SS	273,0
ESLÖVS SS	240,0

DIV III ÖSTRA

BROMÖLLAORTENS SS	280,0
ÖSTERLEN-SIM, Simrishamn	276,0
ÅHUS SS	274,0
TYRINGE SS	270,0

DIV IV NORRA

KLIPPANS SS	289,0
KSLS 2, Kristianstad	279,0
SS DELFIN, Knislinge	270,0
KK KARPEN, Perstorp	196,0

DIV IV SÖDRA

SK LÖDDE, Löddeköping	272,0
SK ARTEMIS, Tommelilla	271,0
SK SPIGGARNA, Bjuv	246,5
SK TRITON 2, Staffanstorp	210,5

DIV V NORRA

S 71, Hässleholm	228,0
SÖSDALA SS	100,0
LÖNSBODA SS	89,0

DIV V SÖDRA

SK RAN 2, Malmö	295,0
LIMHAMNS SS 2	286,0
YSTADS SS	2 271,0
SYDSIM 2, Arlöv/Lomma	204,0

DIV V VÄSTRA

HÖGANÄS SS	188,0
SS STIMMET, Laholm	177,0
SK IDEN, Furulund	123,0

TOPPEN I SKÅNSK UNGDOMSSIMNING
SERIESIM 1991/92 - OMGÅNG 1 (4)
De totalt 3 främsta i varje gren

50 m frisim - 11 år
1. Karin Mauritzson, KSLS 30.31
2. Jenny Lundström, Ängelholm 30.32
3. Maria Eriksson, Helsingborgs S 31.04

1. Martin Latz, Triton 31.15
2. Andreas Lentonsson, Malmö S 31.5
3. Adam Feldt, KSLS 31.78
   Gustavo Kertzscher, Ystad 31.78

100 m frisim - 13 år
1. Fia Karlsson, Laxen 1.02.4
2. Nina Ahlsborn, Ran 1.03.22
3. Elin Krantz, KSLS 1.04.73
   Maria Persson, Ystad 1.04.73

1. Patrik Malmunger, Ran 58.08
2. Mattias Olshed, Sydsim 1.00.6
3. Daniel Wramfors, Triton 1.00.86

100 m frisim - 15 år
1. Åsa Nilsson, Ran 1.01.01
2. Tanja Persson, Ängelholm 1.01.03
3. Therese Ekstrand, Ystad 1.01.08

1. K-J Lentonsson, Malmö 55.8
2. Ted Molin, Helsingborg 56.20
3. Johan Mattsson, Triton 56.65

50 m bröstsim - 11 år
1. My Rohwedder, Österlen-Sim 41.1
2. Jenny Lundström, Ängelholm 41.78
3. Susanna Freider, Limhamn 42.0

1. Gustaf Minnhagen, KSLS 38.15
2. Jonas Bengtsson, Triton 41.83
3. Andreas Rihm, KSLS 42.11

100 m bröstsim - 13 år
1. Maria Gruvstedt, Ystad 1.19.93
2. Anna Kideborn, Helsingborg 1.20.07
3. Johanna Sjöberg, Bromölla 1.20.5

1. Peter Mossberg, KSLS 1.17.39
2. Tomas Lagus, Poseidon 1.18.0
3. Johan Jönsson, Trelleborg 1.18.3

100 m bröstsim - 15 år
1. Angelica Ockerdahl, Ängelholm 1.16.73
2. Carina Nilsson, Ran 1.20.02
3. Linda Olsson, Landskrona 1.20.32

1. Adam Bergman, Trelleborg 1.10.8
2. Joakim Lundqvist, Poseidon 1.11.8
3. K-J Lentonsson, Malmö S 1.12.9

50 m ryggsim - 11 år
1. Karin Mauritzon, KSLS 34.79
2. Susanne Hagen, Poseidon 35.9
3. Nelly Jörgensen, Helsingborg 36.01

1. Adam Feldt, KSLS 36.40
2. Nils Romberg, Vellinge-Näset 37.9
3. Jonas Bengtsson, Triton 38.67

50 m ryggsim - 13 år
1. Nina Ahlsborn, Ran 33.42
2. Maria Persson, Ystad 34.60
3. Caroline Veraeus, Vellinge-Näset 34.9

1. Mattias Ohlin, Trelleborg 31.5
2. Kim Andersson, Landskrona 33.21
3. Joakim Mårtensson, Ystad 33.24

100 m ryggsim - 15 år
1. Malin Strömberg, Ystad 1.05.95
2. Linda Strandberg, Helsingborg 1.07.84
3. Louise Christeen, Ran 1.09.28

1. Ted Molin, Helsingborg 1.04.17
2. Johan Mattson, Triton 1.04.71
3. Stefan Möller, Ran 1.05.09

25 fjärilsim - 11 år
1. Anne Atkins, Ängelholm 16.17
2. Elisabeth Persson, Sjöbo 16.2
3. Jenny Redlund, Vellinge-Näset 16.21

1. Gustaf Minnhagen, KSLS 16.04
2. Andreas Lentonsson, Malmö S 16.2
3. Adam Boethius, Vellinge-Näset 16.21

50 m fjärilsim - 13 år
1. Johanna Sjöberg, Bromölla 31.7
2. Pernilla Kullman, Ran 32.43
3. Alexandra Ockerdahl, Ängelholm 32.54

1. Niklas Nilsson, KSLS 29.44
2. Patrik Malmunger, Ran 29.72
3. Mattias Ohlin, Trlleborg 30.0

50 m flärilsim - 15 år
1. Malin Strömberg, Ystad 28.34
2. Camilla Olofsson, Eslöv 31.7
3. Ulrika Henriksson, Ängelholm 31.80

1. Joakim Dahl, Landskrona 27.98
2. Johan Öjing, Sydsim 28.4
3. Fredrik Engdahl, Limhamn 28.6

Gå med nu!

För bara 75:- blir du medlem i Röda korset.

Röda korset Giro 900 805 - 3

DAGBOK

November

Simning

1-3 Fantomen Cup, U, Stockholm (SPIF)
2 Allhelgonasimmet, 16 o ä, 15 o y, Åmål
2-3 Kalmar Cup, Kalmar
2-3 Novembersim, 16 o ä, 15 o y, Eslöv
2-3 Vågspelen, Skellefteå
9-10 Kurirspelen, 17 o y, Luleå
9-10 Hoppe Cup, 13 o y, Eskilstuna (ESS)
10 Höstplasket, neg. kvaltider, 13 o ä, 12 o y, Uddevalla (Skäret)
15 20-Manna, Stockholm (Hellas)
16-17 Sum-Sim, regionsfinaler, 25 m
17 Kanal Cup, Töreboda
22-24 Team-SM, 25 m, Södertälje
23-24 Cloettasimmet, Linköping
24 Läkerol Cup, S, J, U, Gävle
24 Sandaredsdoppet, Sandared (SK 70)
24 Billingesimmet, Skövde
29-30 Winter Midnight Swim, Lycksele
30-1 Sum-Sim, riksfinal, 25 m, Lund
30 Karpsimmet, Fl 11 o y, Po 12 o y, Perstorp
30-1 Lilla Sälsimmet, 13 o y, Njurunda

Hopp

1-3 Speedo Cup, Lund
8-10 Post Cup, Köln, GER
22-24 Fantomen Cup, Stockholm

Konstsim

2-4 Trygg Hansa Synchro, Göteborg
15-17 USM-Final, Täby

December

Simning

6-8 Sprint-EM, 25 m, Gelsenkirchen, GER
7-8 NJM, 25 m, SWE
7 Björn Borg Trophy, S, J, Norrköping
7-8 Kvantum-Cup, S, J, U, Luleå
7-8 Julklappsdoppet, S, U, Stockholm (Spårv.)
7 Juldoppet, Strömstad
8 Simtävling, Varberg
14-15 Luciasim, Halland
14-15 Stockholms Öppna Sprint-DM, Järfälla
15 Domus-Cup, Hofors

Hopp

7-8 Synchro Diving Cup, Karlsruhe, GER

Triumph Sportswear INTERNATIONAL

Resultat

Konstsim SVEA CUP 8/9 1991 STOCKHOLM

FIGURER

Seniorer
Serie I: grupp 5
117 Catalarc open 180 2.6
253 Omvänd delfin med spinn upp 180 och 1/2 skruv 2.5
342c Häger med virvel 2.5
435 Nova 2.4

Serie II: grupp 6
150 Knekt 2.6
257 Omvänd defin med böjt knä och hel skruv 2.3
331 Aurora open 360 3.4
420 Överslag bakåt 1.9

Juniorer
Serie I: grupp 4
128 Eiffelwalk 2.4
207 Delfin med böjt knä och hel skruv 2.2
355d Tumlare med 180 spinn 1.7
405 swordalina 2.1

Serie II: grupp 1
140 Flamingo med böjt knä 1.9
252 Omvänd Delfin med hel skruv 2.4
335 Gaviata 2.3
401 Svärdfisk 1.9

DOMARE
1. Anna Bandberg
2. Marianne Wili-Blomé
3. Ingela Johansson
4. Eva Larsson
5. Karin Lobenius
6. Camilla Rosenkvist
7. Monica Åhlström

DELTAGANDE KLUBBAR
Fagersta SK FSK
Järfälla S JS
Ludvika SS LSS
Täby Sim TS
Sk Neptun SKN

SENIOR
1. Pernilla Gillberg SKN 115.47

JUNIOR
1. Nadja Odenhage FSK 115.03
2. Anna Thörnberg LSS 112.34
3. Linda Ärlig LSS 108.08
4. Anna Palm-Tjusth LSS 106.26
5. Renée Andersson SKN 105.23
6. Linda Svensson LSS 100.67
7. Annica Lindfors JS 97.85
8. Annelie Sjölund JS 97.06
9. Catrin Olsson JS 91.72
10. Sofie Persson TS 90.16
11. Helena Hellman TS 83.96

Anna-Karin Alvén
Tävlingsledare

Svenska Mastersrekord satta vid masters-EM i Coventry, England den 5-8 september 1991.

50 m frisim herrar
J 70-74 Arne Jutner 34.98

100 m frisim herrar
J 70-74 Arne Jutner 1.22.14

200 m frisim herrar
H 60-64 Karl-Otto Modin 2.52.15
J 70-74 Arne Jutner 3.14.76

400 m frisim herrar
C 35-39 Kent Hamberg 4.51.45
H 60-64 Karl-Otto Modin 5.56.64

800 m frisim herrar
C 35-39 Kent Hamberg 4.51.45
H 60-64 Karl-Otto Modin 12.22.22

50 m bröstsim herrar
H 60-64 Johnny Lysell 39.79

200 m frisim damer
D 40-44 Margaret Reiner 2.37.75
H 60-64 Kerstin Gjöres 3.38.77

400 m frisim damer
H 60-64 Ann-Marie Gernandt 7.29.74

800 m frisim damer
H 60-64 Ann-Marie Gernandt 15.35.62

200 m ryggsim herrar
G 55-59 hans Andersson 2.55.65
H 60-64 Karl-Otto Modin 3.22.20

200 m bröstsim herrar
B 30-34 Magnus Fältman 2.49.40
E 45-49 Mattias Kroner 3.05.91
J 70-74 Per Fjeastad 4.33.57

100 m ryggsim damer
I 65-69 Kristina Vadem 1.45.99

200 m ryggsim damer
I 65-69 Kristina Vadem 3.51.00

En sida av Selling

Det har blivit några meter simning genom åren. Enligt Svenska Dagbladet har t ex Anders Holmertz simmat sträckan Stockholm - Perth, Australien från 1977 fram till VM-starten 1991. 25.500.000 m enligt uppgift och än är det inte färdigsimmat. Hur orkar han och måste man träna så mycket för att "hamna" i världstoppen. Ja, mycket talar för det- åtminstone om man vill vara etablerad bland de allra främsta...men ibland räcker inte ens det!

I den förra upplagan av Simsport kunde man läsa världsrankingen 1991 men det var väl inte direkt någon upplyftande läsning. Borde vi inte vara bättre? Vi har ju varit det förr!

-Sverige är ett litet land och så har vi inte något säkert sommarklimat då de flesta skall göra sin långbaneträning för året. Sen måste de flesta simmare/klubbar trängas med allmänheten under träningspassen. Det är tänkbara förklaringar eller om man så vill undanflykter.

JAG TYCKER VI BORDE VARA BÄTTRE!

Vad är då anledningen eller skälen till att vi inte kan hänga med i utvecklingen? Personligen har jag några teorier som jag nu skall saluföra! Genom åren har jag fuskat lite som sportskribent, främst simning, men också som simreporter i lokalradion. Nu gör jag bara lite sporadiska inhopp som frilansare. Men är nu, om jag får säga det själv, en hejare på "frilan(d)sgurka". För över tjugo år sedan skrev jag en artikel i Karlskoga Tidning. Den handlade om elitidrottens/simningens framtid och hur jag såg på den. Redan då varnade jag för att välfärden skulle kunna ta död på elitidrotten på amatörnivå. Jag tyckte mig då ha märkt tendenser att ungdomen inte ville satsa järnet riktigt för att komma framåt. En av drivfjädrarna på den tiden var att om man blev riktigt bra så fick man komma ut och resa runt i världen. Turistresorna hade då i slutet av 60-talet skjutit fart ordentligt så resandet började bli vardagsmat. Resandet var bara en del- en annan var att "prylstandarden" bara ökade och ökade. Man fick så mycket utan att behöva göra något speciellt. Känns det igen? Visst och det blir bara värre och värre!

VAD ÄR MÅLET NÄR DU BLIVIT BÄST I SVERIGE?!

Välfärd och bortskämdhet menar jag alltså är en av anledningarna till vår tillbakagång. En annan är att vi inte tar hand om ungdomarna lika långt ner i åldrarna som tidigare: Med andra ord var det fel att höja åldrarna i SUM-SIM och ta bort de långa distanserna. Nu tappar vi massor av ungdomar till bla lagidrotterna och när vi väl får tag i dom är det svårt att få dom att lära sig träna på ett riktigt sätt. För det kanske man inte måste om man skall vinna 50 m i ungdomsklasserna. För sprinting kanske det inte gör så där jättemycket men det finns längre lopp också.

Det finns säkert lika många talanger i Sverige nu som förr men det räcker inte längre med bara talang eller bara hårt arbete. Nu måste båda finnas med i bagaget för att man skall ta sig till världstoppen och träningsrutin måste man simma sig till. Tidigt enligt mitt förmenande både för att ha nytta av det framdeles men också för att man har lättare att "lära sig läxan" innan allt för mycket muskler sätter sig på tvären. Samtidigt med att man höjde åldrarna på SUM-SIM dök det upp ett annat fenomen:

DET VAR FULT ATT VINNA!

Barnen kunde bli skadade för livet om man fick uppleva besvikelsen att inte vinna. Sanningen är väl egentligen den att man som tränare -eller förälder- inte får ge dom den pressen. Den har dom inte själva. Barn älskar att tävla och kan också se och acceptera att det finns andra som är bättre. Alla utvecklas olika, därför är det viktigast att se till den egna utvecklingen och ha sina egna "pers" som riktmärke.

Att sedan ett nederlag kan vara nog så viktigt och bra för den egna utvecklingen det vet de flesta som håller på med idrott. Men man måste vara förberedd. Ingen är oslagbar! Till sist måste jag kommentera skriverierna i samband med tränarkonferensen. Jag var själv där på lördagen och läste då Pålles öppna brev till oss. Inte tyckte jag att det innehöll något att ens lyfta på ögonbrynen för. Än mindre att gå till massmedia med. Jag hörde själv inte ens en kommentar. Därifrån till att en enig elittränarkår (högst 50% var där) skulle sablat ned honom är mycket långt.

DÅLIGT SAMVETE eller RENT MJÖL I PÅSEN är väl frågeställningar på sin plats?!

Morsning Sven-Arne

Ett tuffare landslag med Speedo



SVENSKA SIMFÖRBUNDETS NYA SPONSOR

SPEEDO®

SPEEDO MARKNADSFÖRS AV HELLY HANSEN AB

ESSENUOTO®

POSTTIDNING B, Simsport,
Box 8346, 402 79 Göteborg



KLUBBSAMHÖRIGHET

Essenuoto erbjuder med sitt kompletta program er som klubb att klä er i era egna klubbfärger.
Från första leverans garanterar vi att ni kan återköpa Essenuoto-programmet i 5 år.
Allt till attraktiva klubbpriser.
Ring för närmare information.

Essenuotos sortiment:
Baddräkter, bikini, badbyxor, badrockar, WCT-, jogging och vindoveraller.
Vattenpolo: Dräkter byxor och mössor.
Dessutom väskor mm.



MIWEX FRITID AB - BOX 6063 - 550 06 JÖNKÖPING
TEL. 036-14 21 55