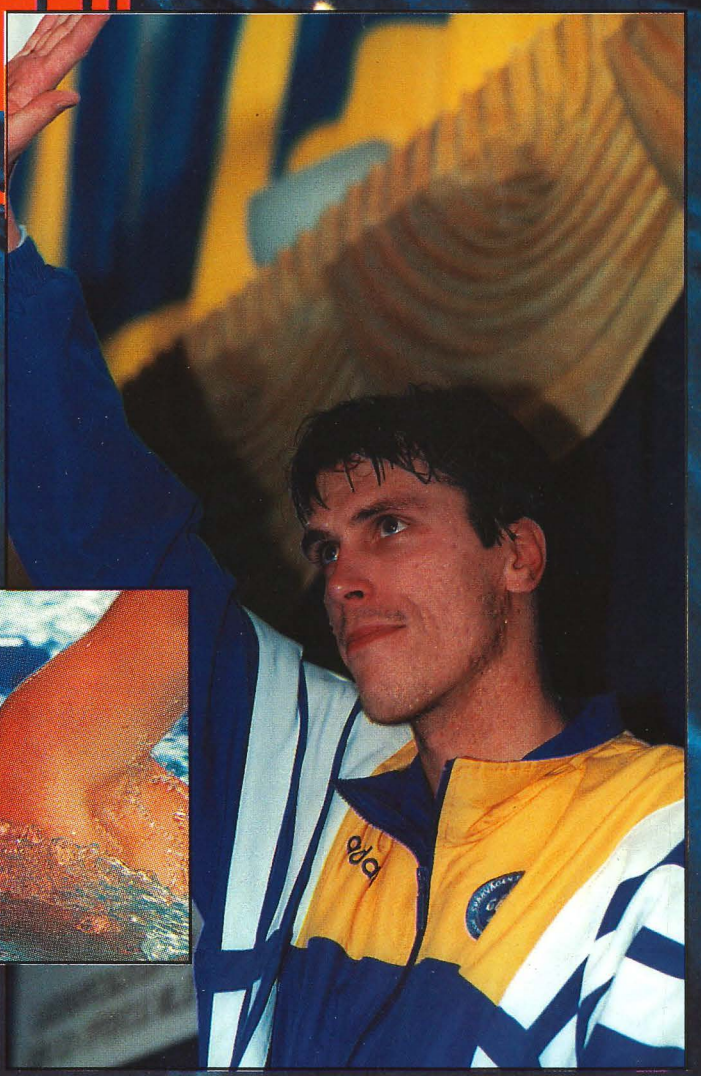
Sim sport

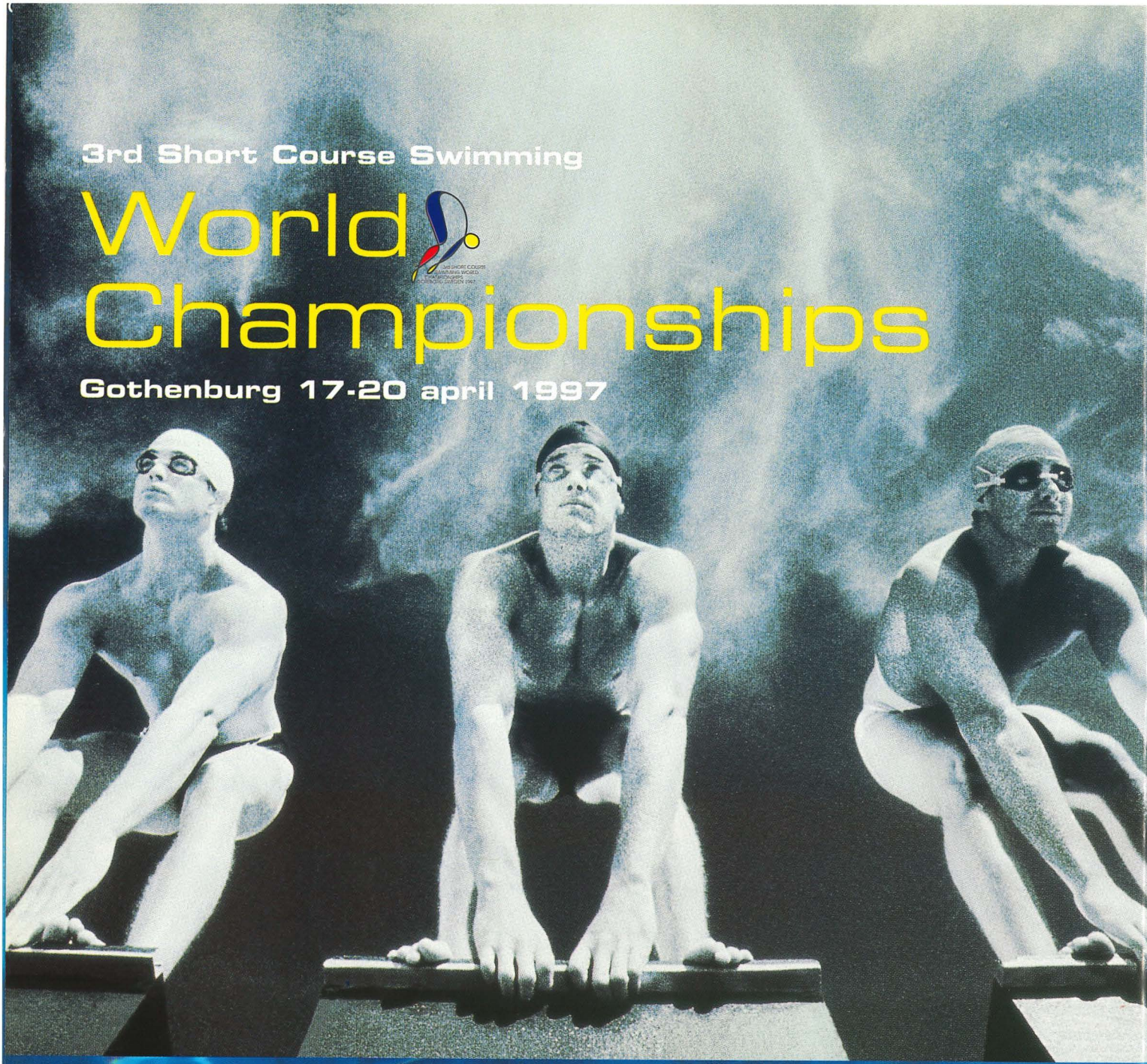
SVENSKA SIMFÖRBUNDETS
OFFICIELLA TIDNING
Nr 4 -97
PRIS 37kr

Sim-VM 1997

SCANDINAVIU







Head sponsor and official supplier

arena®

Competition, Beachwear, Triathlon, Biking, Aerobics, Streetwear, Underwear, Accessories

Välkommen

... till våren och en för svensk simning mycket intressant period. SM och VM inom loppet av en månad. Under påskhelgen gick SM i simning i Västerås. Hela den svenska eliten var där, och det simmades mycket bra. Allra bäst simmade de svenskar som står på startpallen under VM.

Det här numret skiljer sig lite grann från andra nummer. Då Sverige arrangerar VM i simning vill naturligtvis även Simsport vara med och bidra med någonting. Det gör vi genom att dela ut 2 000 gratisex. under VM. De övriga ordinarie exemplaren hålls kvar på tryckeriet fram till på måndag för att kompletteras med reportage och bilder från VM.

Den 16 mars simmades "från pol till pol" - ett sponsorsim Svenska Simförbundet arrangerar i samarbete med Barncancerfonden. De pengar som simmas in fördelas mellan Barncancerfonden och svensk ungdomssimning. Det här är ett utmärkt samarbete som gör att näringslivet får upp ögonen alltmer för hur bra svensk simidrott är.

På sidorna 5 och 6 berättar en trött VM-general om de sista förberedelserna inför det största evenemanget svensk simidrott någonsin arrangerat - VM i simning i Göteborg. Välkommen!

Håkan Allvar
Redaktör

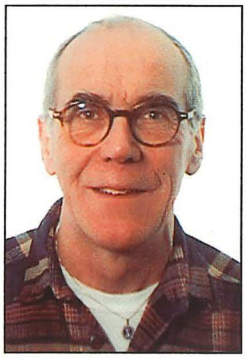
Innehåll 4:97

Sid 4 ledare
5-7 sim SM
8-9 VM
10-11 internationellt
14-15 polo
16-17 konstsim
21-28 badmode
30 masters SM
40-41 resultat
42-43 officiellt
46 bad news

Omlaget: Anders Lyrbring och Anders Holmertz. Foto: L-E Leonthin, Svömmesport

SIMSPORT. ÅRGÅNG 52. OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET, IDROTTENS HUS, 123 87 FARSTA. ANSVARIG UTGIVARE: OLLE AXLING 08-605 60 00, REDAKTÖR: HÅKAN ALLVAR. ANNONSER, PRODUKTION, PRENUMERATIONER: SIMSPORT, VINGALANDSGATAN 8, 417 63 GÖTEBORG, TEL 031-23 33 50, FAX 031-22 32 34, E-MAIL: forlag@forlagspoolen.se. TEKNISK PRODUKTION: PIR87 AB, TEL 031-22 56 20. FÖRLAGSREDAKTÖR: ANDERS WERNESTEN. GRAFISK FORM: BIRGITTA LINDGREN. PRENUMERATIONER: HELÅR 260:-, (10 UTGÅVOR 1997), NORDEN 375:-, UTANFÖR NORDEN 550:-/ÅR SÄTTES IN PÅ POSTGIROTNUMMER 27332-6. TRYCK: VÄRMLANDSTRYCK, 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. DET GÅR BRA ATT CITERA SIMSPORT EFTER TILLSTÅND AV REDAKTIONEN.

Sverige borde söka fler internationella arrangemang



Lars Edstedt

Ett av de finaste uppdragen man får som styrelseledamot är att skriva ledaren i Simsport.

Idag skriver jag min sista ledare och vid årsmötet lämnar jag styrelsen efter 24 år som ledamot. Uppdragen har varit många under dessa år, inte bara inom styrelsen utan även som ordförande i Simkommittén och Utbildningskommittén. Dessutom har jag haft förmånen att få närvara på ett stort antal tävlingar. Bland annat fem olympiska spel, tre VM och åtta EM har gett perspektiv på tävlingsidrotten. Dock har styrelsearbetet hela tiden varit viktigt och jag tror även utvecklande för mig som människa. Under fem olika ordföranden, Gunnar Werner, Rune Ångström, Svante Lundkvist, Thorbjörn Falk och Per-Axel Eriksson har arbetssättet varierat och tyngdpunkten lagts på olika perspektiv.

Många olika åsikter har under dessa år funnits om simningens problem och hur man ska lösa dem. Vare sig det gäller att träna eller inte träna unga barn/ungdomar, styrketräning eller inte, distrikt eller regioner. På alla plan har det funnits kontroversiella frågor och olika förslag till lösningar. Vi har alla med tiden lärt oss att det inte finns en enda väg till en bra lösning på problemet, men det har ibland varit svårt att enas om vilken lösning vi skulle välja. Ändå blir man betänksam över alla de dagar av arbete man kan få lägga ner på en fråga utan att en lösning kommit till stånd. Ett sådant exempel är just frågan om simregioner istället för SDF. Den står på samma plats som 1970. Jag har själv deltagit i tre stora utredningsgrupper som med enkäter, seminarier och intervjuer försökt kartlägga och komma med förslag till beslut. Under flera årsmöten, simmarting och SDF-möten har frågan diskuterats. Vi har idag inte kommit längre än när Birger Buhre och jag hade till uppgift att lösa denna fråga i början på 70-talet. Det har dock funnits övervägande "ljusglimtar" under åren. De positiva minnena överväger - tack ock lov för det!

Några av de roligaste minnena från svenska tävlingar är **EM 1997** i Jönköping, första gången Sverige arrangerade ett stort internationellt mästerskap i modern tid och dessutom i alla fyra tävlingsdisciplinerna. **Svenska simspelen** i Borlänge, med massor av internationella storstjärnor, fina sociala kringarrangemang och USAs ambassadör på läktaren, **EJM** i simning i Skövde, där det fanns både roliga och mindre roliga inslag (åska, blixt och regn). Tre tävlingar där vi verkligen visade vilka bra arrangemang vi kan genomföra i Sverige och fortfarande kan - tänk bara på World Cup i Malmö som är en verklig höjdare. Sverige borde verkligen söka fler internationella arrangemang.

Till dessa tävlingar kommer de senaste årens SM i öppet vatten, där Lindessimmet i Lindesberg och Åsimmet i Nyköping var rena skönhetsupplevelserna. Vackra stränder, massor med folk och gott om plats i vattnet. Annars är också Vansbrosimningen en upplevelse men mer för åskådarna än deltagarna. Man är mest rädd att komma bort i folkhopen och särskilt starten har varit en ångestladdad sak för mig. Lågvattenmärken finns dock i alla sporter. De negativa minnena är få - tack och lov! Ett sådant är "Riksförbundsbingo" och dess konkurs. SSF var delägare i företaget och som styrelseledamot i SSF hade jag och mina kamrater ett personligt ansvar i denna konkurs. Nu lyckades vi få ett bra avslut på konkursen, men annars såg jag hus och hem flyga sin kos. På den negativa sidan vill jag nog också notera den mycket "svajiga" debatten i många ämnen. Det som jag inledde min beskrivning med. Åsikterna har växlat från ett år till ett annat i samma fråga. Ett exempel på detta är nyttan av styrketräning eller inte. Vad jag saknar i svensk simning idag är de regelrätta landskamperna som fanns tidigare. En av de sista var Sverige-Canada-Tyskland i Helsingborg. Där fanns tävlingens nerv verkligen uppenbarad för både aktiva och publik. Vad jag även hoppas på är en stark ökning av motionssimningen i föreningsregi. Klubbarna måste höja blicken och ta in nya aktiviteter i sina program! Årets Masters-SM visar att flera klubbar nu verkligen satsar på den aktiviteten, men det finns många fler att ta tag i. Lycka till Simmar-Sverige!

Lars Edstedt

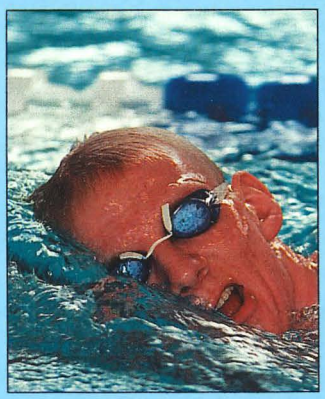
Bilder: J-E Leonthin, Svömmesport

Bästa SM genom tiderna?

Årets SM i kort bana gick i Västerås. Tävlingarna fungerade också som kval för VM i Göteborg och höll således en mycket hög klass. I de allra flesta grenar presterades bättre resultat än föregående år. Västerås SS står alltså som arrangörer och den uppgiften gick de i land med på ett föredömligt sätt. Mycket duktiga speakers och bra flyt mellan grenarna tyder på en noggrann planering och detta betalar sig genom publikens kraftiga bifall.



Sundsvalls SS herrlag efter guld och nytt SR på 4x200 m fritt



Anders Lyrbring 200 m fritt

Kungen är död. Länge leve kungen

Årets tävlingar bjöd på en del överraskningar. Jag tänker då främst på herrarnas 200 m frisim där Anders Lyrbring från S 02 sensationellt slog veteranen Anders Holmertz med 87 hundradelar. Holmertz såg fram till 150 m ut att ha säkrat segern, men på sista 50 metrarna kom Lyrbring mycket starkt och lyckades vinna på 1.47,35 och en förbättring av hans personliga rekord med nästan två sekunder. Ett fint tronskifte då Holmertz vunnit alla SM på 200 m frisim sedan 1984. Nu får vi inte glömma att för Anders Lyrbring stod VM-biljetter på spel, medan Holmertz är förhandsnominerad samtidigt som han efter VM lägger av med simningen.

Rekord i lagkapper

Årets SM förväntades ge flera nya svenska rekord och första dagen kom de i lagkapperna; herrarnas 4 x 200 m fritt och damernas 4 x 100 m fritt. I herrarnas lagkapp vann Sundsvalls SS med Tobias Marklund i spetsen. Laget har en jämn hög standard och detta gjorde att man knep den ädlaste av medaljer. Sundsvall



Johanna Sjöberg gratulerar Anna Lindberg efter sista sträckan på 4x100 m fritt där Helsingborgs S tog guld och satte nytt SR.



Anders Holmertz mottar publikens jubel efter 400 m fritt.



Camilla Johansson på väg mot guld och nytt SR på 200m rygg.

putsade det gamla rekordet från 1986 med 4,04 sekunder. Ett rekord Anders Holmertz var med att sätta då han simmade för Motala SS. På damsidan hittar vi inte helt oväntat Helsingborgs SS på första plats. Här visar Helena Åberg att hon fortfarande är att räkna med. Helena gjorde mycket bra resultat i början av 90-talet, men har varit ganska anonym på senare år. Här visar hon att hon kan simma fort och avverkar 100 m frisim på 55,35 (26,13).

Näst bästa tiden någonsin

Individuellt visar sig Sundsvall också ha något att komma med. På 100 m bröst tog den svenska juniorrekordhållaren Jens Johansson guld med den näst bästa svenska tiden någonsin; 1.01,49, något som bör glädja landslagstränaren Hans Bergqvist. Peter Aronsson tog silver och Patrik Isaksson fick nöja sig med brons. Patrik Isaksson befinner sig inte i absolut toppform just under SM, men är ändå förhandsnominerad till VM i kraft av sitt EM-guld från Rostock i december i fjol.

Det ville aldrig ta slut

Det slogs som sagt flera svenska rekord i Västerås erkänt snabba bassäng. Ett sådant var damernas 200 m rygg där Camilla Johansson från Växjö SS hejades fram av den smått fanatiska publiken till 2.10,76, en förbättring med 1,73 sekunder mot det gamla rekordet. Publikens engagemang upphörde inte med detta. Anders Holmertz, som fick stryk av Anders Lyrbring på 200 m fritt, såg nu sin chans att få revansch på den dubbla distanssen. Holmertz lämnade inget åt slumpen utan gick som vanligt ut hårt och ökade. Konkurrenterna hade aldrig en suck. Han höll i stort samma hastighet genom hela racet. Framåt 350 m reste sig publiken och jublet var öronbedövande. En hyllning värdig den mästare han är.

Starka juniorer

Även en del juniorer som ställde upp i år skrällde till. Micke Jacobsson vann 200 m medley och slog nytt svenskt juniorrekord med tiden 2.02,24. Han kom före bland annat Peter Aronson och Anders Holmertz. Holmertz som ibland gästspelar i medley-sammanhang. På damsidan i samma gren kunde vi se Malin Svahnström ånga på mot ännu ett juniorrekord. Det såg ut att gå vägen fram till de sista 50 metrarna då hon tappade och fick nöja sig med 2.17,13, 84 hundradelar för långsam.

Är bra och kan bli ännu bättre

Johanna Sjöberg som är ett av svensk simnings stora framtidshopp var, fastän hon är förhandsnominerad till VM, mycket alert. Hon var så nära man kan komma ett nytt svenskt rekord på 50 m fjäril. Hon tangerade det men slog det inte. Hon gav inte upp för detta utan gick med liv och lust in för den dubbla distansen; 100 m fjäril. I försöken såg det mycket bra ut och man började hoppas på nytt europarekord. Finalen kom, Johanna gick ut hårt och länge såg det ut att finnas chans till nytt rekord, men när 25 m återstod tröt orken och hon slutade på 59,27, 18 hundradelar ifrån.

- Johanna hade säkert klarat det om inte ställt upp i så många grenar, förklarar förbundskapten Hans Chrunak som är övertygad om att hon kommer att nå stora framgångar i framtiden.

- Det är vid de olympiska spelen i Sydney år 2000 hon ska vara som bäst, och fram till dess är det ju tre år. Att hon sedan förbättrade sitt person-

bästa på 200 m frisim är ju enbart positivt inför VM, avslutar Chrunak.

Outsider

Simsport lyckades under SM nosa upp en intressant simmare från de allra nordligaste delarna av Sverige. Han heter Tero Wälimaa och är 19 år. Det spektakulära är att han började simma så sent som vid 15! års ålder. Mycket raskt marscherat mot SM. Wälimaas favoritgren är 200 m fjäril och där kom han trea med tiden 2.02,62, vilket också är hans personbästa på distansen. Han är ursprungligen från Göteborg men simmar för Haparanda SKT. Eftersom båda simhallarna i Haparanda stängts, tvingas Tero åka över gränsen och träna i finska Tornio. Då han bara simmat i fyra år finns det en del kvar i tekniken att förbättra. Tränaren Arne Alatalo förklarar:

- Ja, han borde kunna förbättra starterna och vändningarna. Han har ju väldigt starka benmuskler och målsättningen är främst att komma under två minuter vid nästa kortbane-SM.

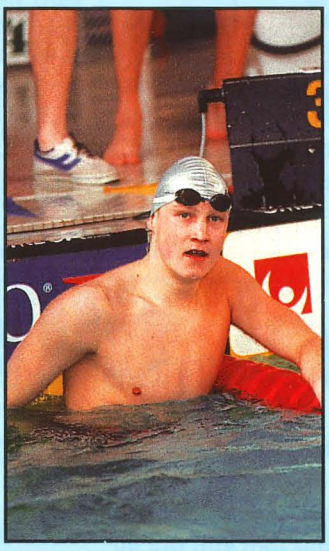
Siktar på guld

Slutligen kan konstateras att det, trots genomgående bättre tider än vid förra SM och att VM-biljetter låg i potten, slogs färre antal rekord än förväntat. Om detta beror på fegsim för att behålla positionerna istället för att ge järnet eller något annat kan vi bara spekulera i. Inställningen inför VM är att vi ska ta minst ett guld - i 4 x 200 m frisim, där vi ställer upp med tre fjärdedelar av OS-laget med Holmertz, Frölander och Lyrbring i spetsen . I de andra grenarna är det svårt att sia om utgången då vi vid denna tidnings pressläggning inte vet hur de övriga nationernas laguppställningar ser ut.

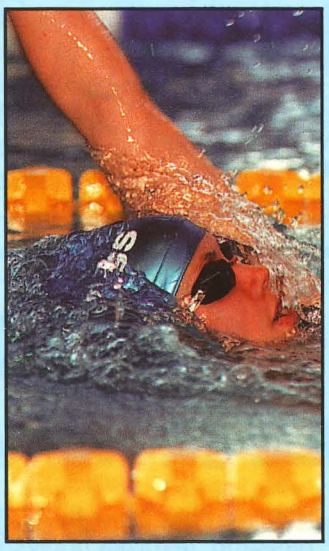
Håkan Allvar



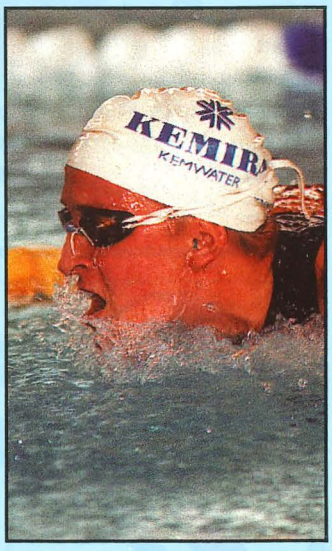
Micke Jacobsson sätter nytt JSR på 200 m medley.



Tero Wälimaa, Haparanda SKT.



Malin Svahnström, Väsby SS.



Johanna Sjöberg tangerar det svenska rekordet på 50 m fjäril.

Ett unikt VM i en unik bassäng

Nu gäller det. Vilka simmare är bäst i världen? Över 600 simmare från fem världsdelar ska göra upp om de 32 guldmedaljerna. Den 21 april vet vi svaret. Då vet vi också om planeringen och förberedelserna inför detta, i flera stycken, unika sim-VM, varit rätt.

Det är många som varit med och arbetat med förberedelserna av detta, det största simevenemanget i Sverige sedan EM i Jönköping 1977. Generalsekreteraren för evenemanget, Anders Wernesten, har arbetat med sim-VM sedan 1995. Man kan undra om det verkligen behövs så lång tid för att förbereda ett sim-VM?

-Ja det gör det definitivt. Själv har jag i och för sig inte arbetat heltid med arrangemanget hela tiden, säger Anders Wernesten.

-Våren 1995 satte vi ihop organisationen som skulle förbereda evenemanget. Sedan dess har fler än 30 personer, de flesta på sin lediga tid och helt ideellt arbetat med förberedelserna. Vi ska också komma ihåg att vi ändrat förutsättningarna under tiden. Sverige och Göteborg sökte och fick VM till Valhallabadet. Under hösten 1995 diskuterades om det skulle gå att flytta evenemanget till Scandinavium. I februari 1996, ett drygt år före tävlingarna, fattades det formella beslutet att vi skulle genomföra tävlingarna i Scandinavium.

Hur kan någon komma på en så tokig idé som att arrangera ett sim-VM i en hockeyarena?

-Om idén var så tokig vet vi inte förrän efteråt, säger Anders Wernesten med ett leende. Tankarna var inte helt nya. Redan i slutet av 80-talet funderade Göteborg och Svenska Simförbundet på att söka VM i 50-meters bassäng. Den gången föll det men inte på grund av Scandinavium. Det var helt andra saker som fick Svenska Simförbundet att avstå den gången.

-Vad vi gjorde våren 1995 var att damma av de gamla planerna. Tack vare att vi kände ett helhjärtat stöd av både personalen på Scandinavium, Fritid Göteborg och stadens politiker beslutade vi att flytta hela arrangemanget från planerade Valhallabadet till Scandinavium.

Tävlingspoolen

Tävlingspoolen i Scandinavium väger över 1000 ton och innehåller nära en miljon liter vatten. Poolen har monterats på tre dagar och ska demonteras ännu snabbare. Många har varit skeptiska till att det ska gå.

-Tävlingspoolen är i sig en utmaning vid detta VM. I och för sig är det inget nytt att använda den här typen av demonterbara pooler vid stora simtävlingar. Vid det senaste VM på 25-meters bassäng, i Rio de Janeiro, Brasilien, monterades två pooler upp på stranden Copacabana, säger Anders Wernesten.

-Tidigare har det bara funnits en leverantör av denna typ av tävlingspooler. Ett företag från Italien. Därför var de roligt när ett svenskt företag, Invarmex Steel, ville vara med och göra ett försök. Invarmex Steel gick segrande ur förhandlingarna och fick kontraktet på att leverera VM-poolen till Göteborg.

-Förutom priset har flera andra faktorer påverkat beslutet. Närhet, kvalitet och säkerhet är några. Poolen som har måtten 20,2 x 25 x 1,8 meter är tillverkad av rostfritt stål. Sidorna till poolen levereras i delar om cirka 5 x 1.8 meter och sedan skruvas dessa ihop på plats. Botten på bassängen är av plast för snabb montering och demontering.

Publik

En av anledningarna att flytta till Scandinavium var publikkapaciteten. Valhallas 1000 fasta platser plus 500 på en tillfällig läktare hade inte räckt långt?

-Nej, idag är jag glad att vi fattade beslutet. Det har visat sig på fler än ett sätt

VM-pool till salu!

Efter tävlingarna i Scandinavium kommer VM-poolen att säljas.

Poolen, 25x20,5x1,8 m är tillverkad i rostfritt stål. Ytterligare upplysningar om bassäng, tekniska upplysningar mm kan fås av:
Anders Wernesten, VM-kansliet, Valhallagatan 3, 412 51 Göteborg
Tel. 031-18 25 57, Fax 031-778 10 54

att det var ett riktigt beslut, säger Anders Wernesten.
-Valhallas platser hade inte räckt till mer än de aktiva, ledare och medias representanter. I Scandinavium har vi plats för totalt cirka 6000 besökare per tävlingspass. Valhalla saknar också de kringutrymmen som man har behov av vid en sådan här tävling.

Funktionärer

Fler än 400 personer ställer upp helt ideellt under VM-dagarna. Har det varit svårt att få hjälp?
-Nej det har det inte, säger Anders Wernesten och fortsätter.
- Vi har faktiskt fått lov att tacka nej till många som velat vara med. Det har varit fantastiskt att möta det stora intresset och viljan från alla dessa frivilliga. De har gjort och gör ett jättearbete.

Lärdom

1995 arrangerades friidrotts-VM i Göteborg. Har ni kunnat ta till er någon lärdom från det arrangemanget?
-Det är klart att vi i organisationen och Göteborgs stad lärt oss mycket från friidrotts-VM även om det var en helt annan typ av arrangemang både i sin struktur och storlek, menar Anders Wernesten.
-Det är inte heller helt enkelt att komma efter ett sådant jättearrangemang som friidrotts-VM. Förväntningarna skruvas upp samtidigt som negativa omdömen har en förmåga att smitta av sig på sim-VM. Stockholms OS-ansökan har inte heller gjort det lättare i arbetet att söka sponsorer till sim-VM. Flera företag har tyckt det viktigare att stödja en svensk OS-ansökan. Vi måste komma ihåg att Sverige är ett litet land. Ibland känns det som vi bara klarar av en sak i sänder, säger Anders Wernesten lite uppgivet.

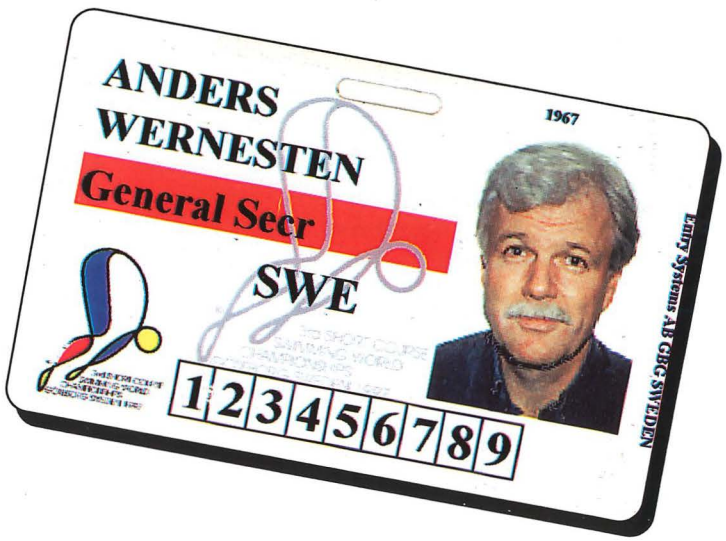
Rätt kunskap

Under förberedelsetiden har det tagits en hel massa beslut. Är det idag några beslut du ångrar Anders?
-Jag tycker faktiskt inte att det är någon större ide att ge sig in på den typen av analyser nu. Beslut fattas alltid med den information och kunskap som finns vid beslutstillfället. Dagen efter kan det vara helt fel för att ännu en dag senare vara rätt igen.
-Vad vi måste bli bättre på är att ta till vara all den samlade erfarenhet som ett stort internationellt idrottsevenemang ger, säger Anders Wernesten med eftertryck.
-Umgänget och samarbetet med företrädare för internationella sportorganisationer är annorlunda och i många stycken inte helt lätt. Med det menar jag inte att vi har rätt och de fel. Vi har bara olika sätt att tänka och värdera olika saker.

Framtiden

Den 21 april är VM över och det finns tid för eftertanke för de som deltagit i förberedelserna. För ledare i simklubbarna runt Sverige börjar arbetet med att skörda det intresse som sim-VM skapat i landet.
-Jag har hela tiden poängterat att vi inte får se VM som en isolerad företeelse, säger Anders Wernesten.
-VM har hela tiden varit en mållinje för dem som arbetat med genomförandet. För simmarsverige måste samma mållinje ses som en startlinje. Det är nu deras arbete börjar med att ta hand om det intresse som ett stort idrottsevenemang alltid skapar. Det ska bli intressant att om ett par år få följa upp effekterna och hur vi lyckats ta vara på den möjlighet som VM gett svensk simning, avslutar Anders Wernesten.

Håkan Allvar



9 av 10 simmare vid EM i Wien bar simglasögon från MALMSTENS

Vill Du också "se bra ut", beställ vår katalog och prislista.

"Supplier of OFFICIAL SPORTS MATERIAL"
Barcelona '92

ORDERTELEFON
044-24 71 50

MALMSTEN AB
TRAINING EQUIPMENT
BOX 73 S-296 21 ÅHUS SWEDEN
TELEFAX 044 - 24 74 35
TEL. 044 - 24 71 50

Internationellt

Rekordstort deltagarantal vid de amerikanska mästerskapen

I årets upplaga av Phillips 66 National Swimming Championships i USA ställde nästan 800 simmare upp. Däribland sex olympiska guldmedaljörer från Atlanta-OS. De sex var Brooke Bennet, Beth Botsford, Brad Bridgewater, Jenny Thompson, Amanda Beard och Tom Dolan. Tävlingarna fungerar också som VM-kval för Göteborgs-VM.



Världsrekord av Renaud

Chris Renaud vid University of Calgary, slog Jeff Rouses världsrekord på 50 m rygg, kort bana. Detta vid de kanadensiska universitetsmästerskapen som gick i början av mars. Det nya rekordet lyder på 24,25 - en förbättring med 12 hundradelar mot det gamla rekordet som Rouse satte 1995.

Perkins gifter sig - missar Pan Pacifics

1992 och 1996 års olympiska guldmedaljör Kieren Perkins, ska ingå äktenskapets förbund med sin fästmö Symantha i april. Perkins kommer att stå över Pan Pacifics, som går i Australien och riktar istället in sig på VM i Perth i januari 1998.

Hyllad hjälte tillbaka på den gröna ön

För första gången sedan i somras simmar nu Michelle Smith på Irland. Smith blev näst intill helgonförklarad efter att ha vunnit tre olympiska guld. Tyvärr uppstod också en del rykten om doping, rykten som visat sig helt sakna grund. I början av mars simmade om en tävling i Galway där hon satte nytt irländskt rekord på 200 m fritt, kort bana. Den nya tiden lyder på 2.01,38. Ett mått på hennes popularitet är de stående ovationer hon fick vid rekordet och alla de som blev utan entrébiljett till tävlingarna.

Linn slår 14 år gammalt rekord

Jeremy Linn, en juniorsimmare vid University of Tennessee, USA, slog Steve Lundquists gamla NCAA- och US Openrekord på 100 yard bröst. Han slog det gamla rekordet med tiden 51,86 - en tid de flesta frisimmare inte klarar.

Inte en suck

Misty Hyman visar sina motståndare vem som står vid spakarna. Vid Arizona-mästerskapen i mitten av mars deltog hon i tio grenar och vann samtliga! Hon krossade allt motstånd på frisimdistanserna, tog två guld på 100 och 200 yard rygg samt guld på 200 yard fjäril och 400 yard medley. Dessa fantastiska prestationer kvalificerar henne till de amerikanska seniormästerskapen (motsvarande senior-SM).

Pajkastning vid bassängkanten

Från vår USA-korrespondent får vi höra att det råder verbalt krig mellan Gary Hall Jr. Och Alexander Popov. Ordkriget trappades upp då Hall kallade Popov för "osportsligheten personifierad", och fortsatte med:

- Alexander ger begreppet "grundstötning" en ny innebörd.

Alltihop började i Paris i början av mars då Popov avlossade en salva riktad mot Gary Hall Sr. I synnerhet och amerikanska simmare i allmänhet.

- Han kommer från en familj enbart bestående av förlorare.

Hall Jr. var inte sen att svara:

- Alexander borde sluta med det här skitsnacket, annars kommer den här konflikten att bli mycket långdragen. För övrigt tycker jag att han ska lära sig texten till den amerikanska nationalhymnen, för det är den han kommer att få höra vid de närmsta olympiaderna. Hursomhelst, det som verkligen retar mig är att han drar in min familj i det hela. Jag verkligen skäms över hans simpla påhopp. Jag kan inte tala för resten av mina lag kamrater, men de håller troligen med mig. Alexander är bara rädd att jag simmar fortare än han.

Vi får se när de två möts vid VM i Perth i januari 1998.

Popov tävlar igen

Alexander är tillbaka och vann nyligen 50 m fritt, vid Australian Sport Meet i Canberra, på 23,24. Tiden räckte för att slå Australiens Michael Klim, som tidigare gjort bra resultat i bland annat World Cup.

Frölander snabbast



Från de amerikanska skolmästerskapen, NCAA, kommer uppgiften att Lars Frölander vunnit 100 yards fjäril på 46,28, elva hundradelar från att slå sitt eget rekord i NCAA och US Open. Frölander är en av fem förhandsnominerade till VM i simning i april. I USA simmar Lars för SMU, Southern Methodist University, men kommer ursprungligen från Borlänge SS. För att få en motsvarande tid på 100 meter fjärilsim lägger man på 11% och detta blir cirka 52 sekunder, vilket är en mycket bra tid. Frölander nöjde sig emellertid inte med detta. Han vann också 100 yards fritt på 42,89 (motsvarar ungefär 48 sekunder vid 100 meter). Det svenska rekordet på 100 m fritt lyder på 48,33 och innehas av Tommy Werner, som haft det sedan 1989. Detta är tredje skolmästerskapet för Frölander som 1995 vann 100 yards fjäril på 46,18 och därmed har världsrekord på distansen.

Popov till altaret

Simmare gifter sig på löpande band. Senast i raden är Alexander Popov som knutit äktenskapets band med Daria Shmeloyova i slutet av mars. Shmeloyova simmade medley vid OS i Atlanta.

SS Mora är en klubb med ca 250 medlemmar och ca 30 tävlingssimmare som ständigt är på frammarsch. Simsällskapet har haft många framgångar genom åren på både SM, JSM och USM och siktar nu mot nya utmaningar.

Simsällskapet Mora söker en Chefstränare

Tillsammans med styrelsen och övriga tränare kommer Du att ansvara för klubbens all träning- och simskoleverksamhet.

Detta innebär bl a att med ett helhetsperspektiv ansvara för planering och samordning av träningsinriktning på samtliga nivåer, tävlingsverksamhet, uppföljning samt övriga administrativa uppgifter.

Du skall ha ansvaret/ledningen för vår Elitgrupp med möjlighet för ytterligare någon grupp.

Du har rejäl erfarenhet av eget ansvar för träningsgrupper.
Steg-2 utbildning är inget krav men ses som ett plus i kanten.
Det viktigaste är några års praktik.

Dina personliga egenskaper är mycket viktiga. Vi tycker att det är viktigt att du har särskild förmåga att skapa goda relationer, ledarförmåga och humor. Du är också initativrik, drivande och har lätt för att samarbeta och skapa en god stämning i klubben samt att Du har ett stort engagemang i ditt arbete.

Skicka in Din ansökan och berätta om vem Du är och vilka krav Du ställer. Sista ansökningsdag är den 16 Maj 1997.

Vill Du veta mer, kontakta tränare Marie Elofsson 0250-16621 eller ordf. Charlie Sjömark 0250-17855 arb, 0250-17795 bost.

Simsällskapet Mora
Box 229
792 24 MORA

Märk kuvertet med
"Tränare"

Welcome
to Göteborg
the 17-20 of April 1997

Västerås Simsällskap söker huvudtränare med tillträde från hösten 1997

Västerås Simsällskap är en av Sveriges framgångsrikaste föreningar och tar nu sats mot 2000-talet med att söka en huvudtränare som är hungrig på att vara drivande i Sällskapets tävlings- och träningsverksamhet. Föreningen har ca 100 ungdomar i åldern 11-15 år som står inför sitt stora lyft och under dom finns ca 500 ungdomar i breddverksamheten som drivs enligt Svensk simlinje. All träning bedrivs i Lögarängsbadet (50x25m), där vi har mycket goda träningsmöjligheter.

Arbetsuppgifter

Ansvara för träningen av SM/JSM simmarna
Tillsammans med styrelsen utarbeta verksamhetsplan.
Ansvara för genomförandet av verksamhetsplan.
Ansvara för kompetensutvecklingen av övriga tränare i föreningen.
Administration av tränings- och tävlingsverksamheten.

Kvalifikationer

SSF steg 3 eller motsvarande, gärna med kompletterande pedagogisk utbildning.
Dokumenterad ledarerfarenhet.
Förmåga att vara drivande.
Samarbetsförmåga, positiv attityd.

Intresseanmälan/ansökan med meritförteckning, referenser och löneanspråk sändes senast 15/5 till:

Västerås SS
Lögarängsbadet
721 32 Västerås
Märk kuvertet: **Huvudtränare**

Kontaktpersoner för mer information om tjänsten.
Rolf Alm ordförande 021- 322000 dag 021- 138208 kväll
Lars Ekdahl klubbmästare 021-322000 dag, 021-123218 kväll
Marcus Löving tränare 021-410240 dag, 021-413242 kväll



En försäkring är silver

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

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

En försäkring är silver. Simkunskap är guld.

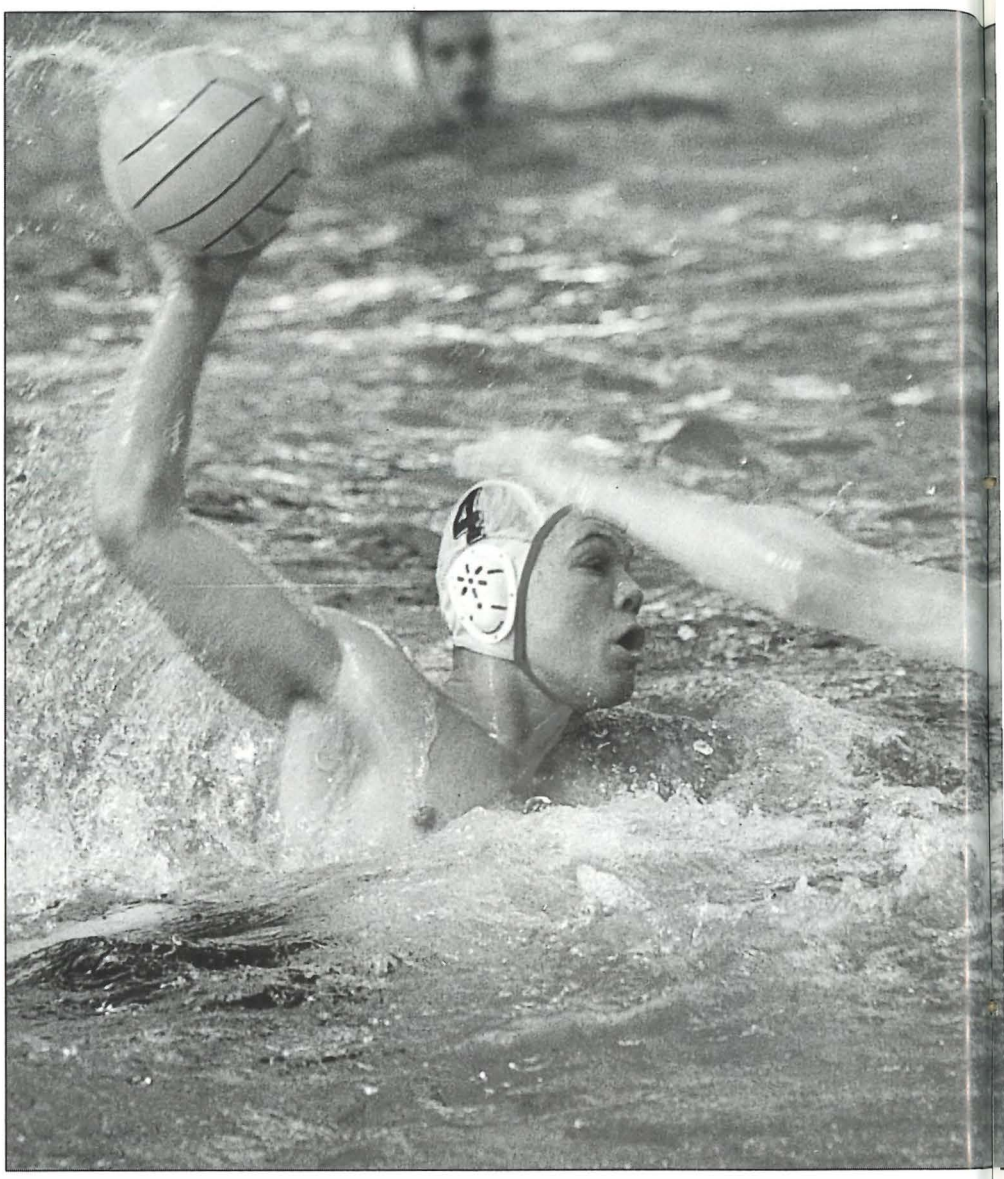
Holmia

Huvudsponsor för Svenska Simförbundets simskoleverksamhet.

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

Alla slog alla

i jämn elitserie



I Simsport nummer 3 -97 försökte undertecknad analysera och tippa utgången av vårens elitserieomgång. Enda missen blev att Ronneby gick förbi SKK och i kraft av sitt starka spel på hemmaplan tog en meriterande tredjeplats.

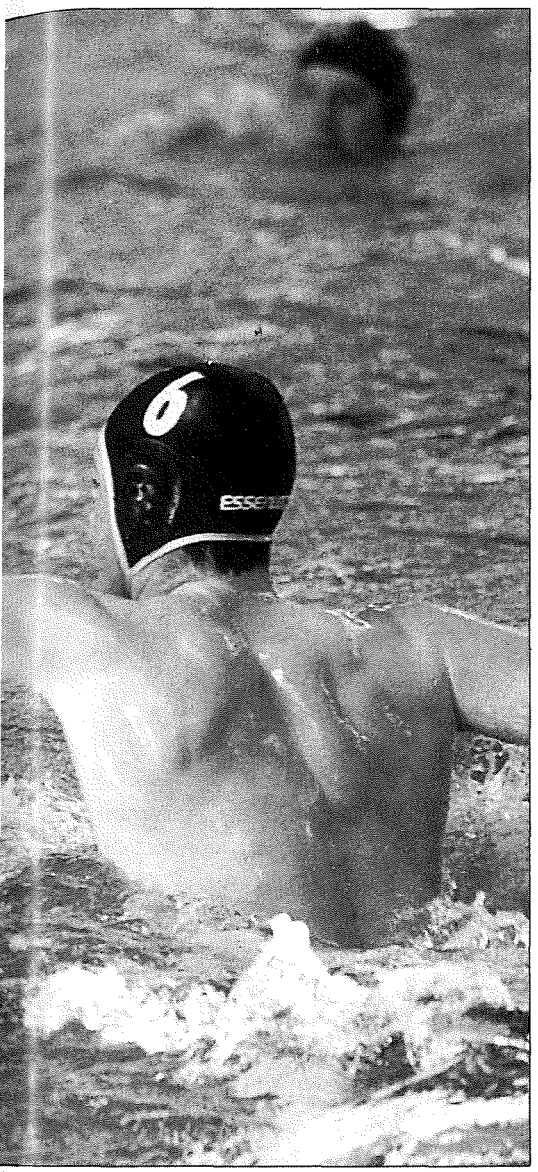
Ran, Malmö och Stockholmsklubben Hellas gick som väntat till kval i Malmö den 11-13 april och får lika väntade motståndare i Järfälla och SK 70, Sandared. Ran bör gå till semifinal tillsammans med Hellas, men en liten varning bör utfärdas för Järfälla, som vässat formen i Puerto de La Cruz på Teneriffa. Håller Daniel Witschards knä samtidigt som laget får en hög procent i en-man-merspelet kan Järfälla överraska mot Hellas, som genomsnittligt har ett fysiskt svagare lag. SK 70 består av "gamla" S 02-spelare, vars intresse att satsa hårt på vattenpolon måste bedömas som högst osäkert. Laget spelar en fysisk hård polo, som tyvärr oftast belönas med utvisningar och laget får svårt att undvika fjärdeplatsen.

Om jag får återgå till elitseriens slutskede blev detta mycket dramatiskt. Den 1 mars fick Ronnebyspelarna lära sig den svåra läxan att ingen match är given på förhand. Efter 17 - 0 på Hellas i Ronneby trodde nog de flesta att det skulle räcka med att lägga badbyxorna i vattnet för seger. Hellas unga polospelare ville dock tvätta av sig skammen från storförlusten och kämpade ursinnigt till sig en rättvis 7 - 6-seger.

Dagen därpå hade Ronneby lärt sig läxan och samlade berömvärt ihop sig mot svenska mästarna Polisen, som fick nöja sig med 9 - 9 efter kraftig ledning i matchöppningen.

Jag hade tippat att Västerås skulle ta minst två poäng mot Polisen och vinna elitserien. Jag hade dock räknat med att poängen skulle vinnas på hemmaplan, men det blev tvärtom. I "långa" Eriksdalsbadet, vann Västerås med 9 - 6 sedan Fredrik Österlund i lugn och ro tillåtits pricka krysset från åtta meter ett par gånger. Västeråsarnas konditionsnivå låg på ett betydligt högre plan och Polisenspelarna orkade aldrig kämpa sig tillbaka in i matchen. Till Västerås kom Polisen med bästa lag och oerhört "taggade". I andra perioden ledde Polisen med 8 - 1 och matchen var över. Slutsiffrorna skrevs till 13 - 6 och Polisenspelarna kunde inta korven på Hummelsta med stärkt självförtroende.

I seriens sista match ville även SKK ha revansch för förlusten i Ronneby, även om resultatet var betydelselöst för slutställningen. Kenneth Eriksson var på bästa spelhumör och kryddade ett snabbt och rörligt spel med instruktionsbokens alla skottvarianter från lobb till stolpe-stolpe-in. Marjan Spernjak tog bort Ronnebystjärnan Peter Harmat ur matchen, men betyget drogs ner av alltför många missade frilägen. SKK-tränaren Lars



Fjärrstad var dock nöjd med 12 - 8 och utdelade överbetyg till sitt nya lag. Som tippat gick Västerås och Polisen vidare som arrangör av var sin semifinalgrupp. Även om SKK hamnade i Västeråsgruppen finns det ingen anledning att i dagsläget ändra på favoriterna till SM-final - Västerås och Polisen. Visserligen kan både SKK och Ronneby överraska, men då blir det alltför många "om" i kalkylerna. Vad vi dock kan vara överens om är att både semifinaler och finalserien, bäst av fem matcher, blir mycket dramatiska och personer med svaga nerver bör stanna hemma.

Av Lars Fjärrstad

Svensk polo har valt väg!

Vår rubrik syftar på den diskussion och det beslut Polo-Sverige och Polokommittén (PK) fattat inför satsningen under perioden 1997-2000. Skulle vi fortsätta att med krympande resurser och med allt färre utövare spela på polons bakgård eller våga satsa framåt mot en A-EM-plats och bygga vidare på de starka traditioner svensk polo har?

Bakgrunden till våra frågeställningar är 1996 års landslagsresultat. Landslaget gick visserligen vidare i B-EM (8:a av 12 lag), men fick stryk av Malta, Israel och Frankrike, nationer som vi tidigare utan större besvär besegrat. Juniorerna konstaterade i EJM-kvalet att i kamp mot öststatsjuniorer ligger vi långt efter när det gäller simstyrka, kondition, kraft och bollbehandling. Damerna missade med liten marginal en plats i A-EM i Sevilla genom att vara ovana med hårda matcher av mästerskapskaraktär. Detta är fakta i målet. Om vi hoppar över alla bortförklaringar i form av knappa ekonomiska resurser (A-landslaget förfogade över 350.000:- ett EM-år!), skador och sjukdomar etc. har ansvariga för svensk vattenpolo konstaterat att följande krävs:

* Föryngring av landslaget
* Tonvikt på fysisk uppbyggnad och simträning
* Förlängd landslagssäsong (mars-juli)
* Träning varje dag i veckan
* Uppföljning vid tester
* Utökat samarbete med klubbtränarna
* Individuellt anpassade träningsprogram
* Slut på olika nödlösningar med äldre, rutinerade spelare, som kortsiktigt är bättre än juniorer på gång

Hand i hand med denna satsning på elitskiktet, skall PKs inledda en satsning på bredd och utveckling fortsätta. Nybörjarturneringar, utbildning, poloskolor, internationellt utbyte skall bidra till att förbereda våra ungdomar för en kommande elitsatsning.

PKs långtidsplanering tar hänsyn till simmarnas kalender och skall möjliggöra för simmarna att kombinera sim- och poloträning vissa perioder och kunna övergå till polosporten, när simkarriären tar slut. Stockholms "Simmarnas Polocup" i höststarten utgör ett tydligt bevis på att simning och vattenpolo kan samarbeta och dra nytta av varandras erfarenheter.
I år läggs grunden för detta långsiktiga arbete. Våra landslagskandidater har till exempel fått besvara en enkät och därmed förklarat sig villiga att satsa 400 timmar på landslagsverksamheten. Kortsiktigt har denna hårdsatsning medfört att flera etablerade spelare tvingats tacka nej till landslaget, men vi hoppas att vi istället skall få fram ett nytt, ungt landslag, som om ett par år kan ta upp kampen om en plats till A-gruppen i EM.

PKs målsättning är att både A- och damlandslaget skall spela i A-EM år 2001. Det är också vår förhoppning att detta steg kan tas genom att arrangera B-EM i det nya Eriksdalsbadet år 2000. Cirka 50 ungdomar, födda 1979 och senare, har besvarat enkäten och deltagit i en stor inventering den 25-26 januari. När vi sett med vilken ambition och målinriktad vilja dessa spelare gått in för uppgiften, är ovanstående målsättningar inga orealistiska önskedrömmar. För denna långsiktiga satsning har PK begärt styrelsens stöd och också fått en uppräkning av 1997 års anslag. Det är dock viktigt att stryka under ordet långsiktighet i alla sammanhang. Framgångar kan inte köpas för pengar, men pengar är en nödvändig förutsättning för att i internationell konkurrens skapa hårdhet och erfarenhet. Det finns tyvärr inget idrottens "snabbköp", utan det tar många år att bygga upp ett starkt och konkurrenskraftigt landslag. Det är PKs förhoppning att styrelsen består av ledamöter som inser detta och inte ger vika för en "marknad" som vill göra "snabba klipp" och blir nervös om kursen på polokronorna faller i början. Undertecknad kommer att hålla Simsports läsare fortlöpande underrättade om polokursen, som redan den 28-30 mars kommer att utsättas för hårt tryck i Esbjerg av det engelska pundet, den belgiska francen och den danska kronan. Jag tror, att polokronan går stärkt ur dessa påtryckningar och lugnar "bolagsstämman" på Hasselbacken den 26-27 april.

Lars Fjärrstad

German Open



Fr v: Christine Porsander, Helen Svensson, Åsa Gidsäter, Eva Ahlm, Sara Lindholm, Cilla Hellberg, Emma Ivarsson, Helene Bromander och Annelie Sjölund.
Saknas på bilden gör Karolina Gustavsson.

Europas konstsimmare hade under helgen den 14-16 mars sin största tävling före EM i Sevilla. German Open som avgjordes i Bonn var en viktig värdemätare inför EM och också den tävling som utsetts till kvalificeringstävling inför Världscupen i Kina i juli.

Vilka de tolv solon och par är som får simma i Kina avgjordes i Skottland i höstas och nu var det dags för lagen. Förutom de åtta nationer som deltog på OS finns plats för fyra nationer till. En av dessa platser är Europas och German Open den tävling som skulle vara avgörande. Tävlingen samlade ett stort antal deltagare från 18 nationer. Sverige hade sitt seniorlandslag på plats och ställde förutom laget också upp med två solon. Svensk domare på plats var Annika Ahlin.
Sverige är ett land på väg upp och kan i dagsläget inte förväntas kunna lägga sig i toppstriden i Europa. Efter en mycket bra simning, bättre än någonsin på träning, både i det tekniska och det fria programmet låg Sverige på 8:e plats. På platserna 6 och 7 fanns Vitryssland och Tyskland, inte helt utom räckhåll. Det svenska laget, som simmar till musik från filmen Ronja Rövardotter, hade knutit nävarna inför finalen och gjorde allt för att ge dessa två nationer en rejäl omgång. Trots ytterligare en av de bästa prestationerna någonsin räckte inte siffrorna för att ta sig förbi - den här gången. Erfarenheterna från en tävling så här tidigt inför EM är värdefulla. Nu finns tid att justera det som behövs och lägga upp en strategi för ett framgångsrikt EM.

Segrare i lagtävlingen blev Schweiz. Före tävlingen skulle nog de flesta ha tippat på Spanien som etta men redan i det tekniska programmet råkade de ut för ett poängavdrag p g a att ett av de obligatoriska momenten inte utfördes riktigt. Det gäller för tränare och ledare att läsa reglerna ordentligt, det kan kosta mycket att missa något. Schweiz hade dessutom satsat rejält på lag. De ställde varken upp i solo



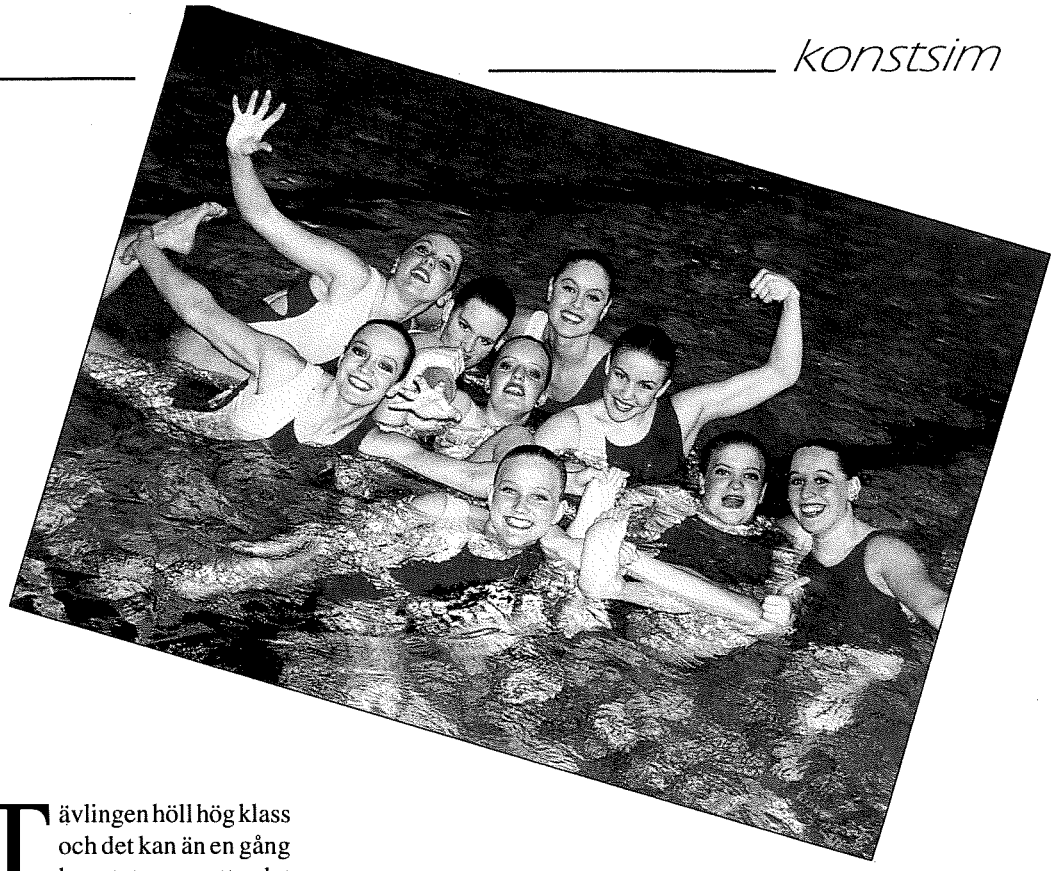
Sara Lindholm

eller par och överraskade med ett program med koreografi av ryskan Olga Sedakova.
Schweiz höll undan för Spanien även i finalen och fick med det den eftertraktade biljetten till Världscupen i sommar.

Partävlingen med 22 deltagare vanns av det överlägsna paret från Ryssland, Brusnikina/Kisseleva. Spanien och Holland tog övriga medaljer men är en bra bit efter när det gäller både koreografi och teknik.
Av de 32 solon som deltog var två svenska, Sara Lindholm från Ludvika och Karolina Gustavsson från Växjö. Efter att ha simmat det tekniska programmet och det fria solot i försöken låg Sara på delad 9:e plats och Karolina på 23:e.
Det är jämnt mellan många av Europas solister. Det gäller att göra en topprestation och att ha tiondelarna på sin sida för att ta en plats i den övre delen av resultatlistan. Sara lyckades bra och med en bättre uppladdning före tävlingen, d v s utan förkylning, hade resultatet säkert blivit ännu bättre.

Karolina, som genomförde en av sina första internationella tävlingar som solist, fick höga siffror, speciellt för sitt fria program. Hon blir en farlig konkurrent i framtiden.

I toppen försökte Olga Brusnikina peta ner sin landsmaninna Olga Sedakova från tronen. Hon lyckades inte heller den här gången och eftersom varje nation endast får ha en simmare i finalen kunde Sedakova säkra segern med upp till 10,0 för det artisktiska. Sara slutade på 8:e plats vilket innebar att hon höll några av sina värsta konkurrenter bakom sig medan några blev för svåra den här gången. Erfarenheterna från den här tävlingen kommer att hjälpa henne mycket i träningen framåt och inför EM.



Tävlingen höll hög klass och det kan än en gång konstateras att det krävs mycket för att kunna konkurrera i toppen. De obligatoriska momenten i de tekniska programmen är viktiga att träna på. Utförandet av dessa säger mycket om simmarens/simmarnas nivå. I de bästa paren och lagen hittar vi sällan taktfel eller olikheter i utförandet simmarna emellan. Det sitter perfekt. När det gäller koreografi så väljer alla de bästa att hålla sig till ett tema. Vill man se till att få höga siffror på koreografi bör man lägga ner arbete på att försöka hitta så mycket variation som möjligt. I ett program på några minuter ska det inte behöva finnas något som återkommer, om det inte är för att ge en extra effekt förstås, och då ska det tydligt framgå. Kreativitet och nyskapande utan att krångla till det och utan att tappa flyt i programmen belönas. I övrigt utstrålar de som kommer att vinna att de är bäst redan när de går in. Även om domarna inte får döma den delen så betyder det mycket att ge ett positivt intryck från början. Det är bättre att sikta högt och kanske tappa lite än att försöka arbeta upp en mindre bra inledning.

Det tar tid att etablera sig som ett av Europas bästa landslag i konstsim. Det gäller att ha tålamod, vara envis och inte ge upp när det tar emot eller gör ont. Det ska väl vårt svenska "rövargäng" klara? Vi arbetar vidare med sikte på Sevilla!

Av Eva Johnsson



Karolina Gustavsson

LJUNGBY

En komplett anläggning för alla idrotter både för elit och motion.

KULTUR & FRITID
LJUNGBY KOMMUN

E4:an ★★★
Ljungby Camping

Träningsläger!

Sporthallar, bollplaner, ishall, bowling.
Simhall, 50m-utebad, gym.
Camping, stugor, hotell inom gångavstånd.
God mat, bra priser!!
Centralt beläget i Ljungby.
Vi offererar paketpris.

Intresserad?

Skriv till:
Kultur/Fritid, Sunnerbohallen, 341 83 Ljungby
eller ring 0372-892 41, fax 0372-817 40.

TRÄNA SIMMA SOLA

MÖLNDAL - ÅBY
SIMHALL

Träningsläger
nära Göteborg
50 meters bassäng

4 banor, 25 m + 6 banor, 50 m.
Styrketräning, Gräsytor, Gympasal,
Stugby, Lågprishotell, Restaurang.
Allt inom 150 meter.

Prisex. Bo 4 i en stuga.
Halvpension inkl. 2 träningspass.
Pris från 280:-

Bo i gympasal på egen madrass.
Helpension inkl. 2 träningspass.
Pris från 230:-

Vi skräddarsyr efter Era önskemål och behov.

Mölndal/Åby Simhall
Bokningar och förfrågningar 031-85 97 04,
0102 85 97 04

Älvdalen

en bra bit Dalarna

Billigt boende
60:-per bädd

Vi har:
- **50 meter simbassäng**
- **60 meter vattenrusch**
- **Solarium • Gym • Ishall**

Allt nytt och fräscht
samlat på ett ställe!

SIMHALLEN
ÄLVDALEN

SIMLÄGER:
från 15:-
pass/deltagare

Boka ditt läger på
telefon 0251-802 83, fax 0251-413 06

FRITID ÄLVDALEN

Videbaek Idrotts- och Fritidscenter

Simhall, idrottshall, gymnastiksal, tennisbana, 10 fotbollsplaner med träningsläger och kurser, 100 säsongsplatser.

Videbaek Idrotts- och Fritidscenter ligger ca 1 1/2 timmes körväg från bland annat Legoland, Lejonparken, Sommarland Vest och Nordsjön med vacker badstrand nära Söndervig.

Pris/dygn och helpension:
(Inkluderar tillgång till alla idrottsanläggningar)
290:-

För ytterligare information ring:

Videbaek Idrotts- och Fritidscenter
DK-6920 Videbaek
Danmark
Tel +45 97 17 13 22
Fax +45 97 17 20 12

Är det osportsligt beteende att inte jämt simma på personbästa?

Söndagen den 9 mars vid DM-tävlingarna i Stockholm valde vi två simmare från SK Neptun, Fredrik Lundin och Stefano Prestinoni, att simma 1 500 m ryggsim i finalheatet. Efter sista frisimmaren kommit i mål med tiden 16.43 hade Fredrik 50 m och Stefano 75 m kvar.

Då valde tävlingsledaren, Carl Johan Hellman från Täby Sim, att stoppa oss genom att fälla tjuvstartslinan på oss. Vi blev under loppets gång diskade på grund av **osportsligt beteende**, något nytt i simhistorien, eller har det hänt förr?

Vi vill nämna att Fredrik har simmat 1 500 m rygg på 16.43 på en tävling i Ystad -92 och dels vid DM-tävlingarna i Skåne -96 och hade då 16.57. Vi vill också poängtera att vid dessa tävlingar tog Fredrik medalj och inget klagomål framfördes på något sätt.
Vi undrar om det gäller annorlunda regler för varje distrikt vid DM-tävlingar och i så fall, vilka är skillnaderna. Det måste nämnas att vi ej var anmälda på ryggsimstider, då vi bestämde oss efter anmälan. Blev vi diskvalificerade för att vi simmade för långsamt?

Är osportsligt beteende att inte jämt simma på personbästa? Domen har nu överklagats och bearbetas i Stockholms Simförbund.

Stefano Prestinoni och Fredrik Lundin



Fredrik Lundin. Foto: J-E Leonthin, Svömmesport

Svar på insändare

Vid finalen (bästa heatet) på 1500 m fritt, herrar, simmade Fredrik Lundin och Stefano Prestinoni, bägge SK Neptun, ryggsim under hela loppet (start från pall). Som tävlingsledare diskvalificerade jag dem för osportslig simning. Diskvalifikationen meddelades direkt per hög-talare efter att övriga simmare haft målgång. Samtidigt lades stopplinan i vattnet av bandomaren Nils Forslund, på min order. Härvid försökte simmare ur SK Neptun fysiskt hindra bandomarens agerande.

Sakförhållande

Lundin och Prestinoni var anmälda på frisimstid med 2. (16.15,93) resp. 4. (16.15,96) bästa tid och seedades därför in i finalheatet på banorna bredvid varandra. Då segraren gick i mål var de 5-6 längder efter och när 4. man (arenan har 6 banor) nådde målet hade de 3-4 längder kvar. Ingen anmälan gjordes att simningen skulle ge-nomföras på detta sätt eller att omseedning skulle ske (ny tid anmäldes).

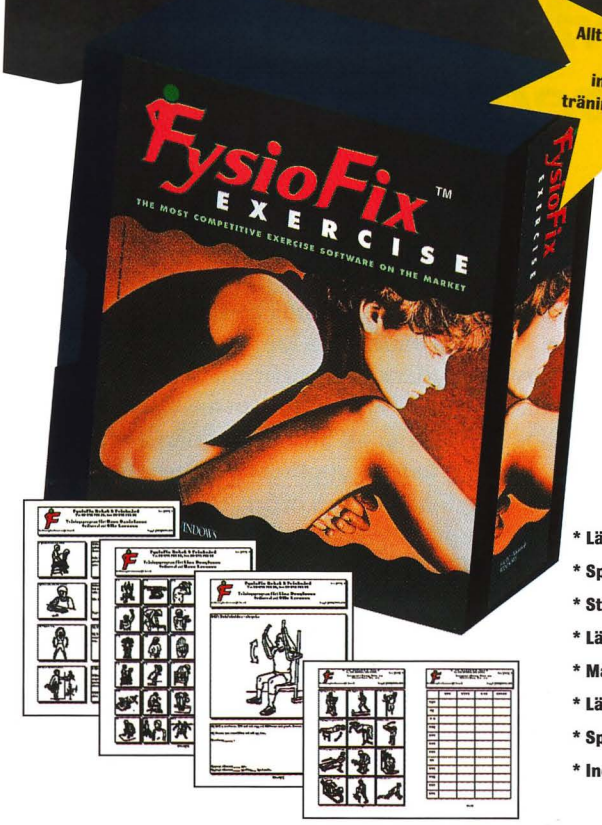
Tävlingsledarens skäl för diskvalifikationen

Då loppet pågått cirka 400 m var det uppenbart att Lundin och Prestinoni inte avsåg att göra sitt bästa. Därmed hade de hindrat två andra, seriösa, simmare att få möjligheten att simma i bästa heatet. Dessutom skapade deras uppträdande löje över simidrotten då de inte gjorde sitt bästa i en mästerskapstävling.
Beslutet diskuterades under loppet med Willy Pettersson (bandomare och Stockholmsdistriktets f n mest erfarna tävlingsledare) och Stockholms Simförbunds representant, Börje Jacobsson. Dessa hade inga invändningar mot min beslutsavsikt.

Övrigt

Lundin och Prestinoni simmade på bana 4 resp. 5. I den samlade anmälan som SK Neptun tidigt lämnade in före tävlingen anges anmälningstider och när och var dessa uppnåtts på ett föredömligt sätt. Någon dag före anmäl-ningstidens utgång ändrades deras anmälningstider per telefon, oklart av vem. Tiden blev avsevärt bättre för Prestinoni och avsevärt sämre för Lundin. Dessutom gränslade de, märkligt nog, Michael Rosendahls (även han tillhörig SK Neptun) tid med vardera 1/100 sek. Om dessa nya anmälningstider var korrekta kunde inte be-dömas av arrangören! Innebörden av ändringen blev att de simmade bredvid varandra (2. Och 4. Bästa tid).

Carl Johan Hellman
ordf. Täby Sim



Allt som behövs för ett individuellt träningsprogram!

Effektivt och kvalitetshöjande hjälpmedel inom träning, rehab och friskvård.

* Lätt att använda
* Spar tid
* Stor bildbank
* Lägg till egna bilder
* Många utskriftsmöjligheter
* Lägg in din egen logo
* Spara dina träningsserier
* Individuella träningsprogram

FysioFix Exercise

FysioFix Exercise är en programvara för dig som arbetar med träning och rehabilitering för att komponera och skriva ut individuella träningsprogram.

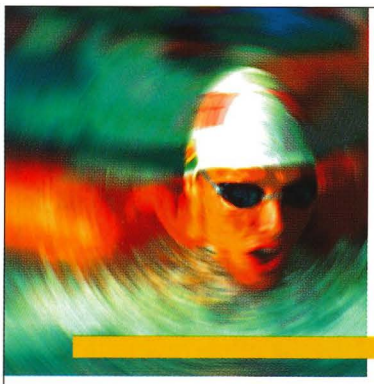
Med enkla kommandon kombineras övningar ihop med en tillhörande (eller egen skriven) text. Denna skräddarsyr ni allt efter det aktuella behovet.

Programmet är mycket lättanvänt och flexibelt och innehåller många funktioner som både utvecklar och underlättar ditt arbete med att instruera och motivera någon till att träna rätt. Allt som behövs för ett individuellt träningsprogram.

Kontakta oss för information och diskett.

FysioFix AB 'Box 5010, 194 05 Upplands Väsby. Tel: 08-590 755 25 Fax: 08-590 753 55 E-mail: Info@fysiofix.se

FysioFix™



FÅ MERA TID TILL TRÄNING

SPORTS NETVÆRK DANMARK

Sports Netværk Danmark har upprättat ett nätverk mellan simhallar, övernattningsställen, turistbyråer och turistattraktioner i Vejle Amt.

TID TILL SPORT

Vi tar fram ett träningspaket där vi har tänkt på allt: idrottsanläggningar, övernattning, träningstider, måltider, transporter, aktiviteter och utflykter.

Vi kan erbjuda 14 olika destinationer med anläggningar av högsta kvalitet.

Vi kan erbjuda vistelser i alla prislägen.

☐ **SKICKA MIG SNABBT MER INFORMATION**

Namn: _____

Adress: _____

Förening: _____

Postadress: _____

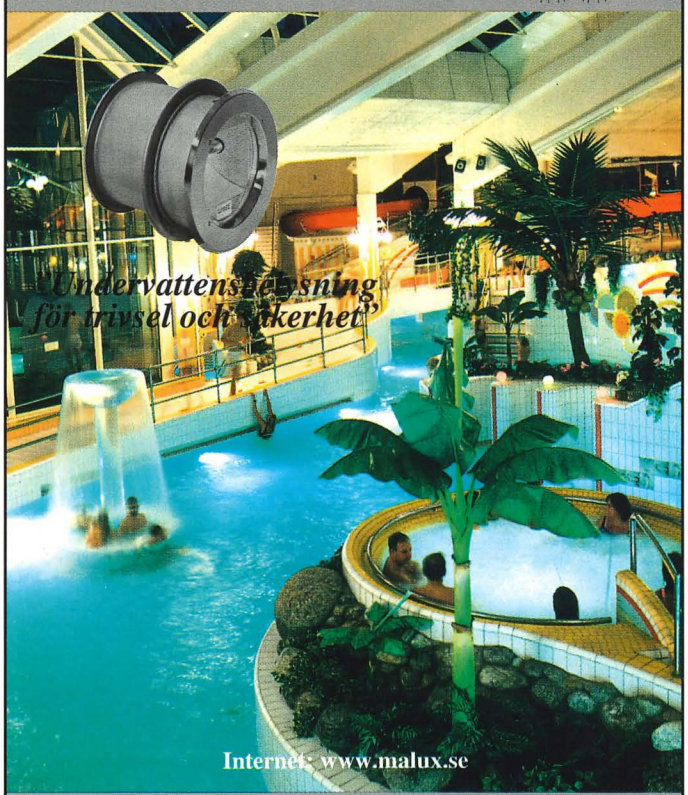
Telefon: _____

Skicka eller faxa kupongen till:
Sports Netværk Danmark
Boulevarden 23A · DK 7100 Vejle
Tlf: +45 7572 6599 · Fax: +45 7582 9510
email: simning@sej.dk

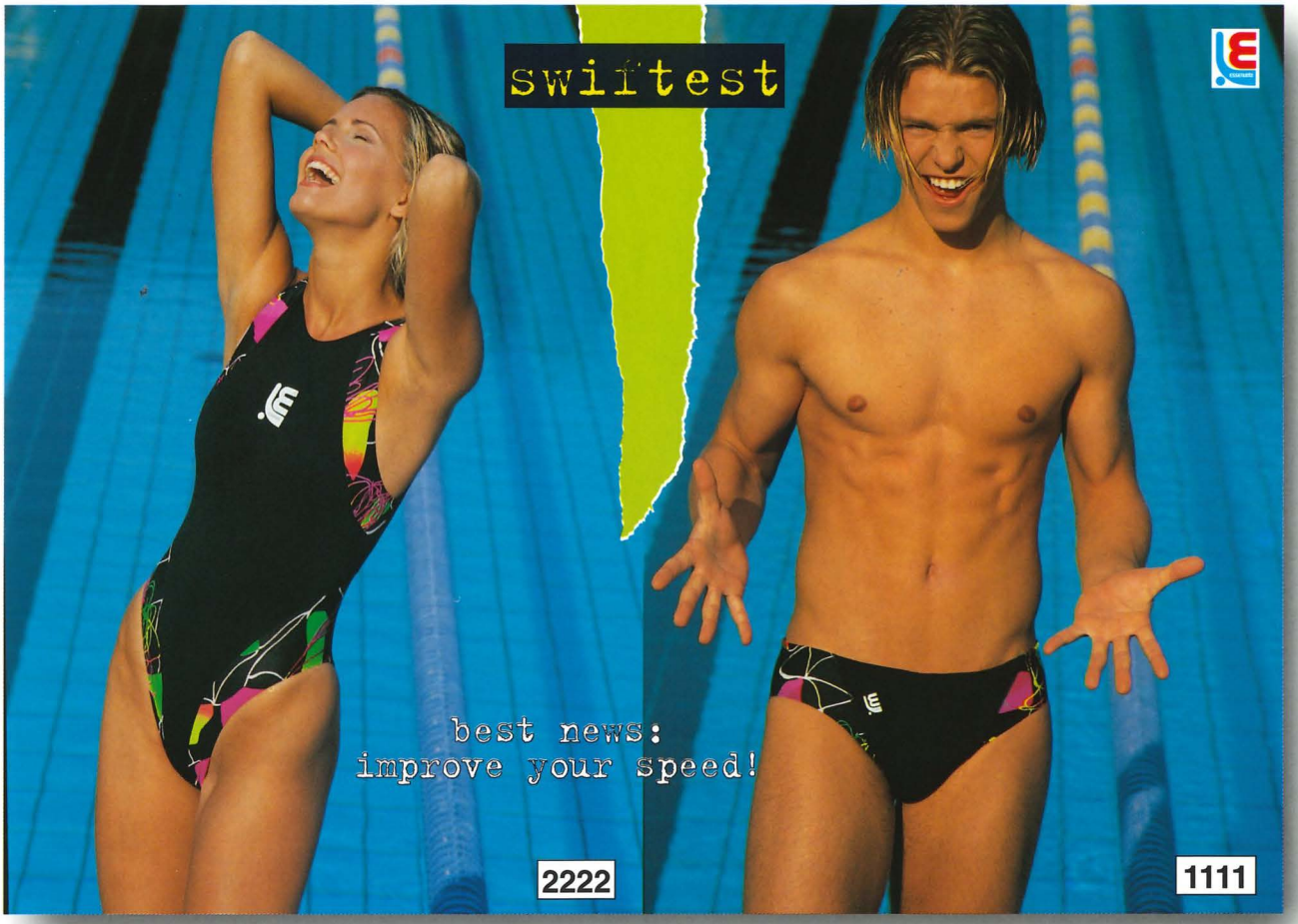
SPORTS NETVÆRK DANMARK amba

Simsv febr 97

Malux ELEKTRO AB



Box 221, 891 25 ÖRNSKÖLDSVIK
Tel. 0660-559 00 Fax. 0660-850 85


swiftest
best news:
improve your speed!
2222
1111


grafic swimsuits
221
221
297
grafic
printed

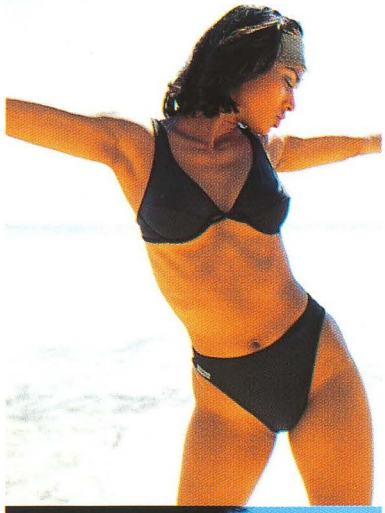


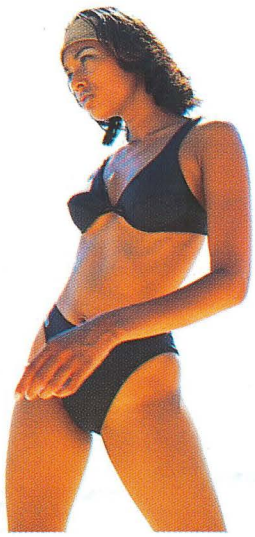
Lane 4 Fashion, Nybrog. 9B, 503 31 Borås, Tel. 033-41 55 30 Fax 033-14 01 04

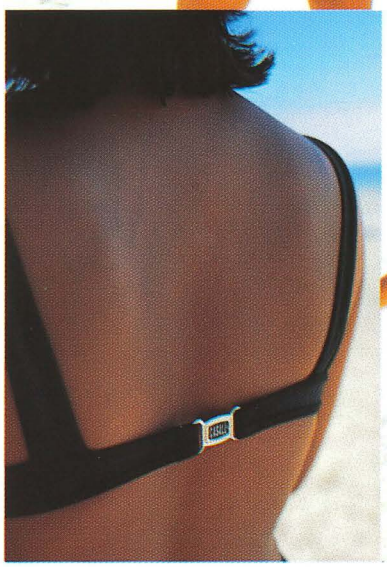


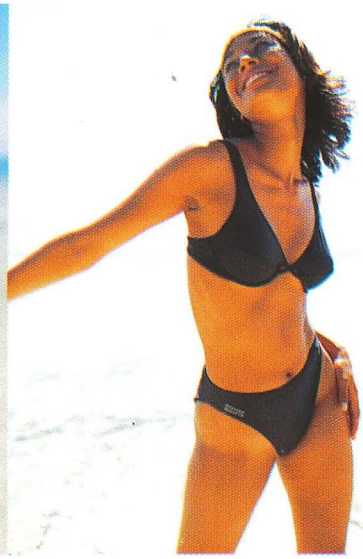
Lane 4 Fashion, Nybrog. 9B, 503 31 Borås, Tel. 033-41 55 30 Fax 033-14 01 04
International Phone +46 33-41 55 30 Fax +46 33-14 01 04

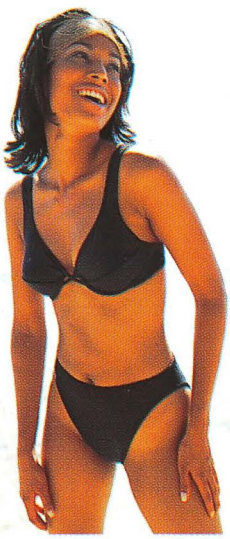

CASALL









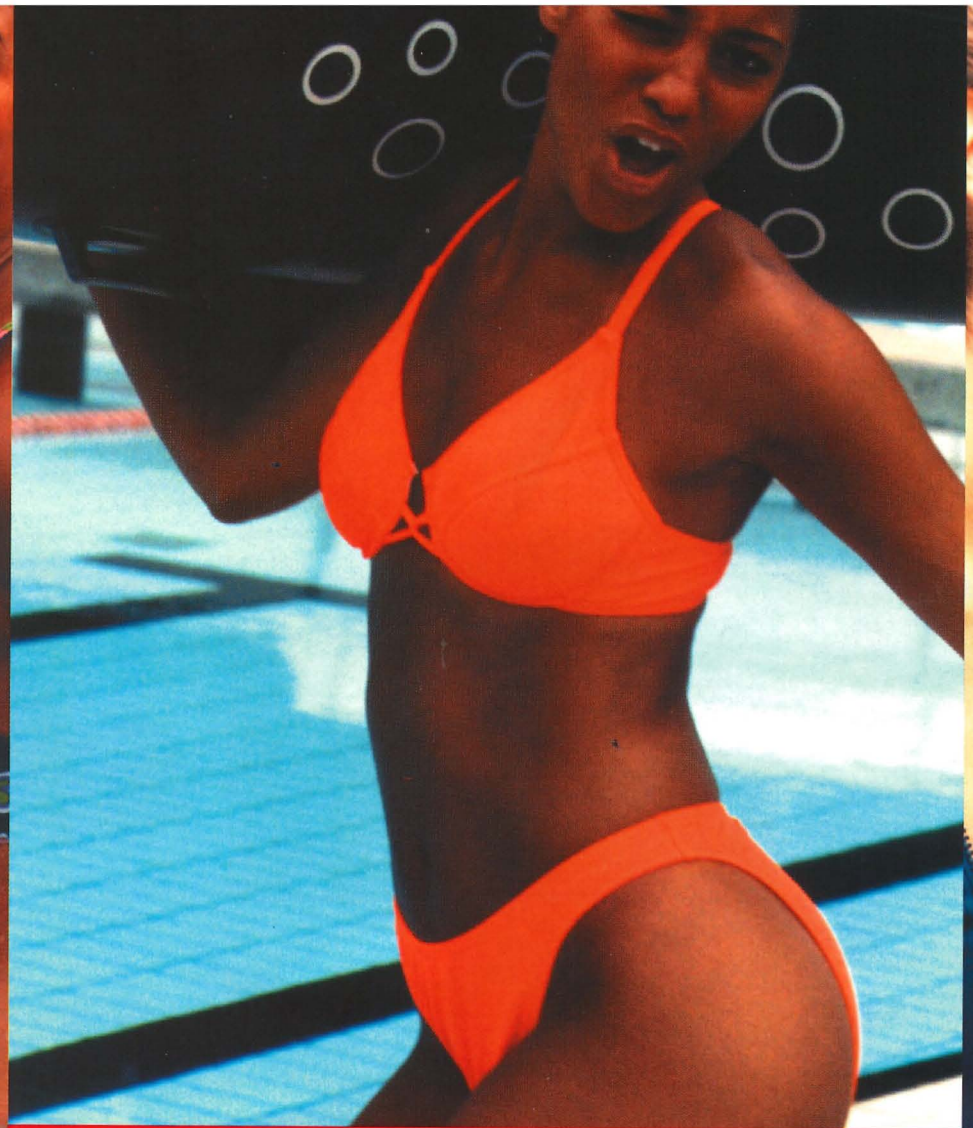


Opposite page:
Swimsuit 811-91901

This page:
Bikini-Top 802-919011
Bikini-Pants 802-919012

Following pages:
Swimsuit 816-91315
Swimsuit 816-91901



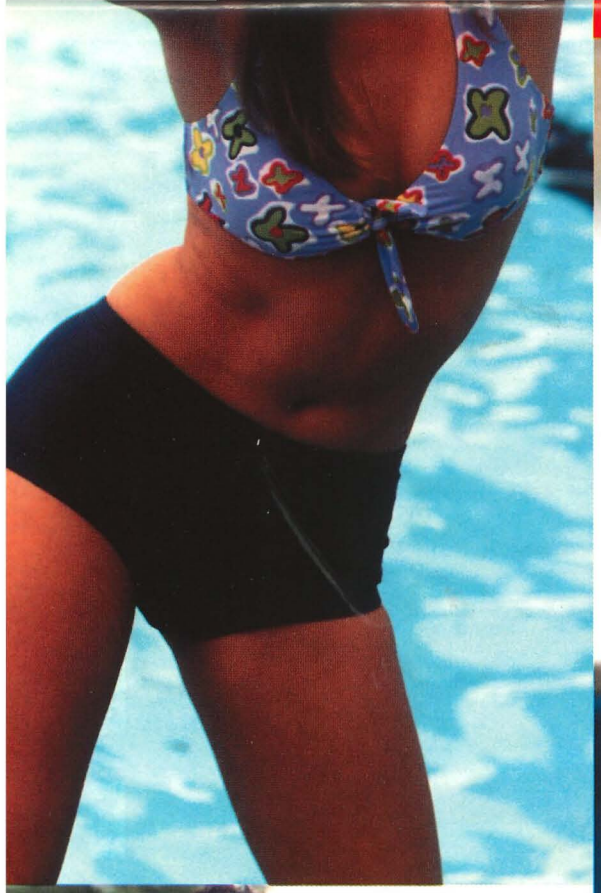


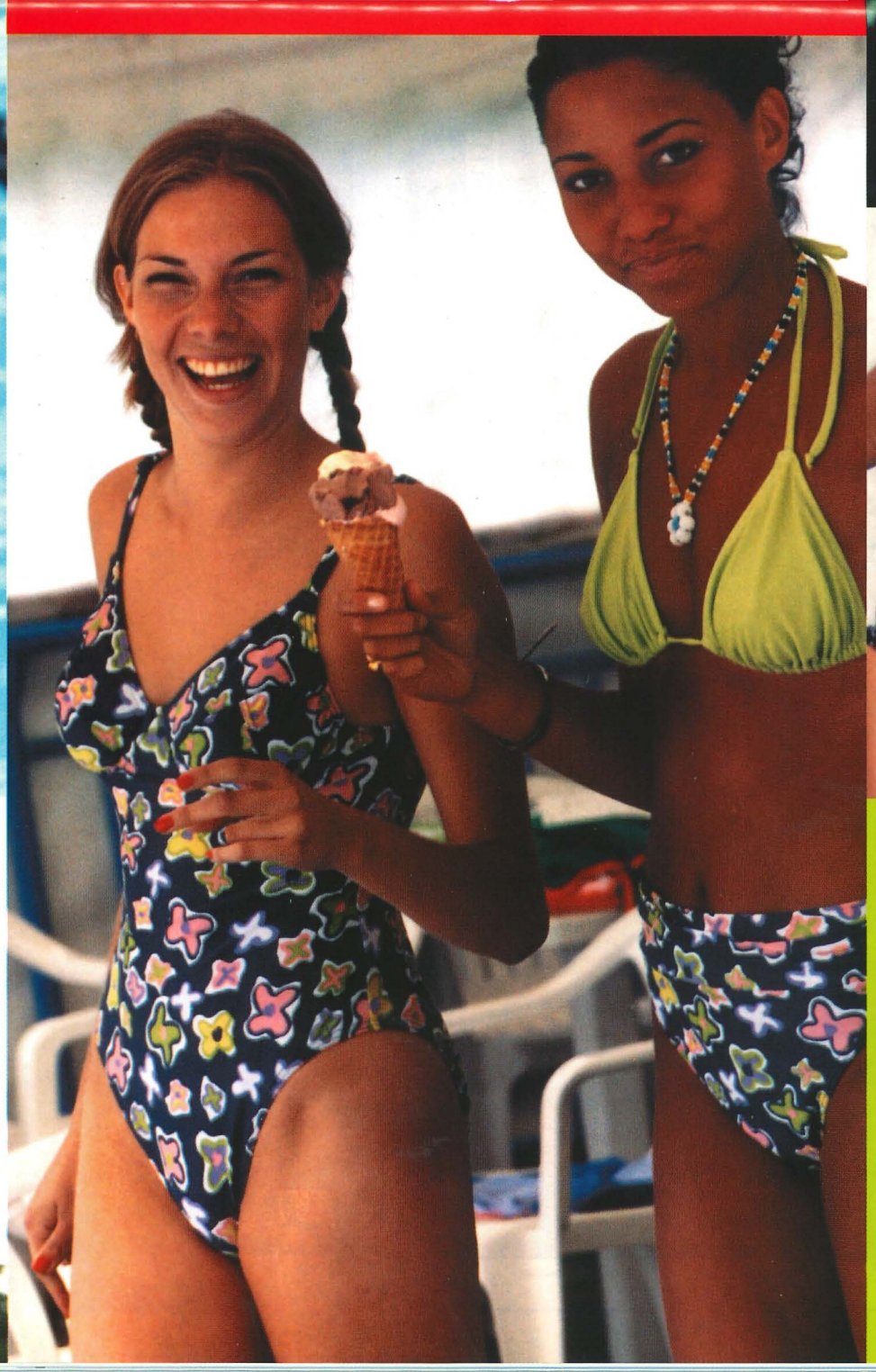




ზაფხული







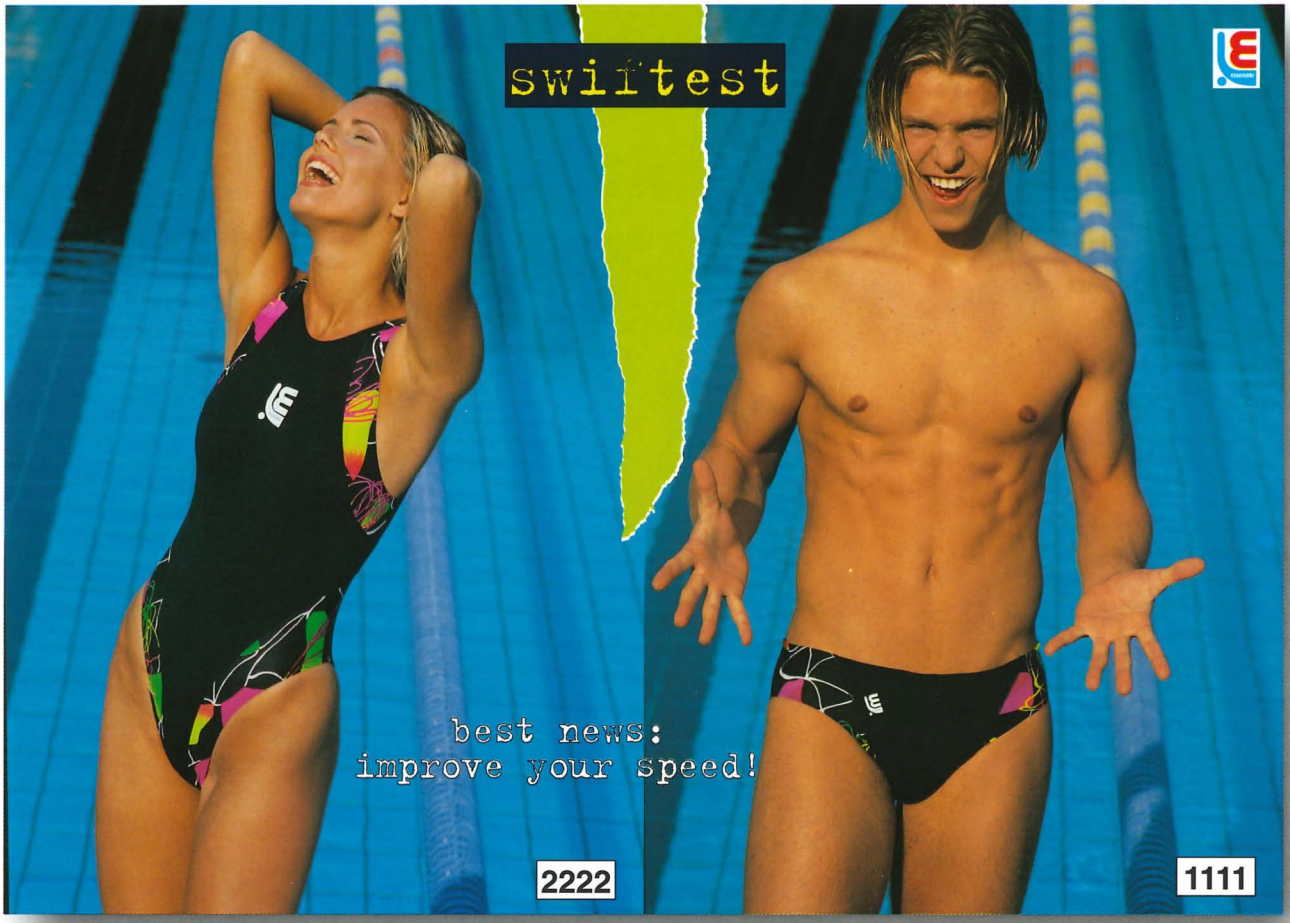




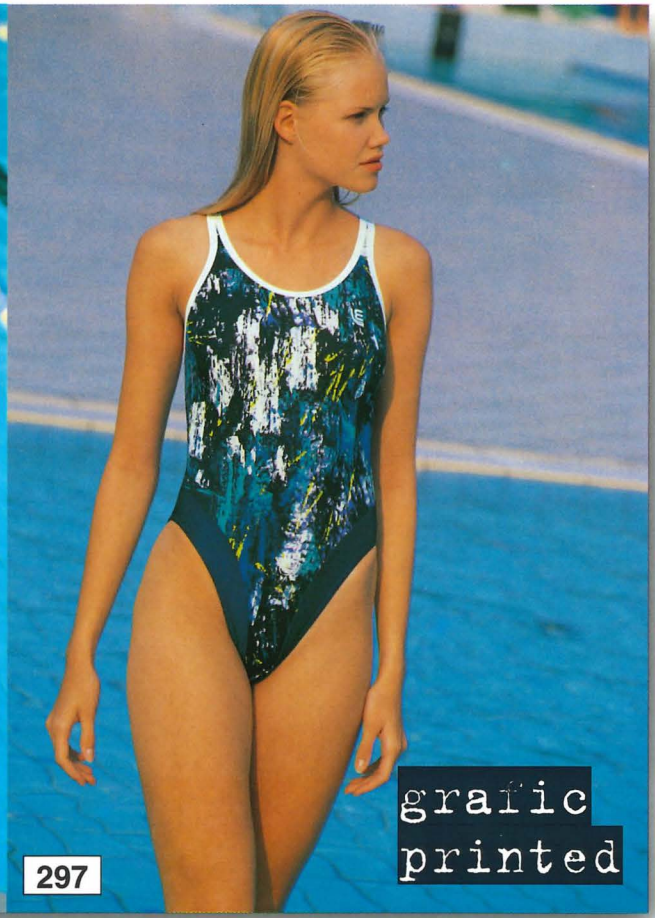




INFO: 08 665 20 35


swiftest
best news:
improve your speed!
2222
1111


grafic swimsuits
221
221


297
grafic
printed

BADHUSET
NORRTÄLJE

Norrtälje

Roslagens Pärla

Vi kan erbjuda träningstider inomhus under tiden 23.6-10.6 1997.

Det finns inkvarterings möjligheter på Vigelsjö Gård, vackert belägen i badets närhet.

För ytterligare upplysningar ring 0176-120 80.

Norrtälje Badhus

Bo och träna i Norrköping för 75 kr /dygn

Kan ni bo och träna billigare på ert sommarläger än hos oss på Centralbadet i Norrköping?

Vi tror inte det. För 75 kr per dygn och person får ni logi i egen hytt på romerka badet samt två simpass per dag.

Badets restaurang kan stå till tjänst med frukost och lunch.

Centralbadet i Norrköping ligger på gångavstånd till centrum.

Detta kan vi erbjuda:

Inomhus
- 25 m bassäng (sju banor med hopptorn)
- Undervisningsbassäng
- Lekbassäng
- Vattenrutchbana

Utomhus
- 50 m bassäng (åtta banor)
- Hoppbassäng med hopptorn (1-10m)
- Barnbassäng
- Varma källor
- Stort grönområde

Centralbadet NORRKÖPING

Cenrtalbadet ingår i NSE Norrköpings stadsenteprenad Kultur&Fritidsnämnden

För bokningar och upplysningar:
Centralbadet
Albrektsvägen 19
603 50 Norrköping
Tel 011-15 29 90, fax 011-15 29 97

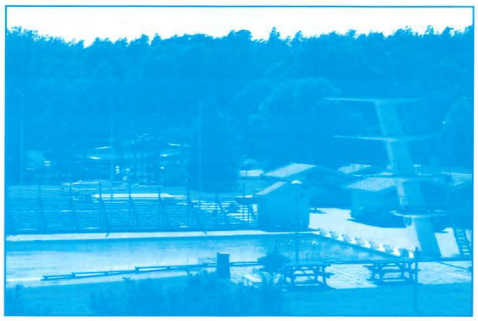
Du som tänker ...

RONNEBY KOMMUN

träna simning

För att få ut maximalt av ett träningsläger krävs

- bra träningsmöjligheter
- vila och återhämtning
- en rätt sammansatt kost
- trivsel och välbefinnande



Vi erbjuder följande: Träna i Brunnsbadets 50 m-bassäng
Bo i Karöns Stugby med sjötomt

Pris på detta
Äta/Sova/Båt-paket för träningsläger

300:-/pers
(Träningshyra ingår ej)

Ring Ronneby Turistbyrå
Tel: 0457-176 50

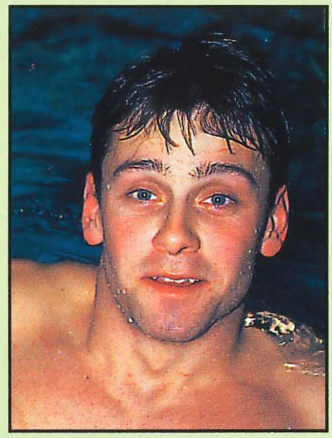
Välkommen till RONNEBY
tel: 0457-180 00

Masters-SM slår alla rekord

Årets Masters-SM blev rekordens SM i alla avseenden.Sex världsrekord, 17 europarekord och 84 svenska rekord slogs i Södertäljes bassäng. Hel-las blev som vanligt bästa klubb men hotas starkt av Södertälje, Västerås och Lidingö.

Antalet klubbar som startar ökar för varje år och dessutom blir antalet startande i klasserna bara fler och bättre. Särskilt de yngre klasserna har förbättrats starkt och nu slogs till exempel världsrekorden i yngsta klas-sen av Jonas Åkesson på 50 m fjäril (22,50) och Patrik Robertsson på 100 m bröst (1.04,40), båda Södertälje samt klassen 35-39 år av Magnus Fältman, Lidingö på 50 m bröst (29,86). Övriga världsrekord slogs i lagkapp 4 x 50 m av Södertälje i såväl herrar som mix-lag.

I varje åldersklass finns det någon dominant simmare och detta märks särskilt i de äldsta klasserna. Kerstin Gjöres dominerar liksom Nils Ferm och Bror-Ebbe Andersson, alla Hellas. Peter Bergengren, Hellas, är annars den meste vinnaren (55-59 år). Peter inte bara vinner allt utan verkar även skrämma bort alla konkurrenter från tävlingarna. Bra att han flyttar upp en klass nästa år. Där väntar nykomlingen Lennart Holmgren, Piteå, Erik Forslund, Hellas (men tidigare Piteå) och Tore Persson, Ran.



Jonas Åkesson, Södertälje slog världsrekord på 50 m fjäril



liksom Patrik Robertsson på 100 m bröst



Södertäljes lag fr.v. Jonas Åkesson, Patric Robertsson, Torkel Åhman, Jörgen Uusimäki.

I yngsta gruppen har Södertälje ett verkligt vasst lag i Patrik Robertsson, Jonas Åkesson, Jörgen Uusimäki och Torkel Åhman. Dessutom flera snabba damer med Lisa Lönn och Sofi Nygren i spetsen.

Totalt genomfördes 1 228 starter under fyra pass varav 632 herrar, 429 damer och 167 lagstarter. Antalet föreningar bara ökar för varje år och nu träffades 317 simmare för att göra tävlingen till en verklig fest. Prisbordet var det bästa som förekommit i Masters-historien med idel kristallglas som pris till de tre bästa i varje klass. Peter Bergengren borde ha haft en hel servis med sig hem till Strömstad. Arrangörerna har rutinerade funktionärer och ett bra datasystem till sitt förfogande, vilket är en förutsättning för att klara ett så här stort arrangemang. En eloge till Södertälje SS för snabba tävlingar.

Tävlingarna följer tätt under denna period och redan fyra dagar efter SM åkte en trupp från Hellas till Finska mästerskapen. I höst hålls EM i Prag (4-7/9) och Nordiska mästerskapen i Motala den 27-28/9.

Lars Edstedt

Träningsläger på
MALTA
året runt!

Simning/vattenpolo
Konkurrenskraftiga priser på logi, transport och träning.
50 m alt. 33,3 m uppvärmda bassänger.

Inbjudan
till Öppen Internationell ungdomstävling den 25-26 oktober -97.

För ytterligare information ring
Dr Michael Gialanze
Tel/fax 009356 333 428





Idrottslänet **BLEKINGE**

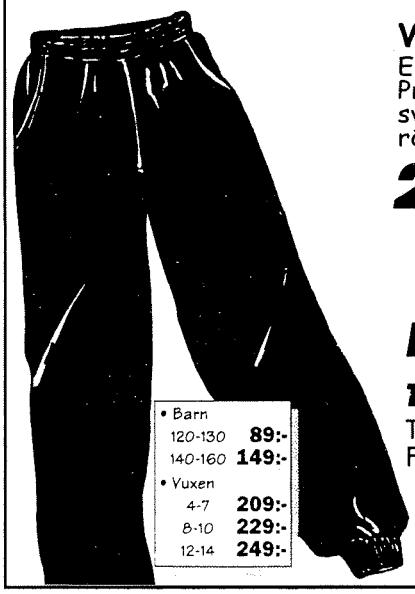
– Sveriges Trädgård –

erbjuder utmärkta träningsmöjligheter
för ute-inneidrott året runt.

Priser för alla klubbresor!

För ytterligare information kontakta
Blekinge Turism
Tel. 0454-346 22. Fax 0454-346 11

FABRIKS FRITIDS
försäljning kläder



WCT-byxor
Enfärgade.
Prisex storl 4-7
svart, marin, vinröd,
röd, blå, vit
209:-

Beställ nu!
TekoLine AB
Tel. 0321-311 36
Fax 0321-314 46

Simtränare sökes!!

Nyköpings Simsällskap söker ny simtränare att ansvara för sina simgrupper, med många simmare på elitnivå.

Det kan även bli tal om andra arbetsuppgifter.
Du bör ha minst steg-2 utbildning och erfarenhet ifrån en träningsgrupp på denna nivå.

Nyköpings Simsällskap är en simklubb med cirka 500 medlemmar och har många lovande simmare. Tillträde omgående.

Om du är intresserad så hör av dig till:
ordf. Bror-Erik Karlsson 0155-28 37 94, kvällstid, så kan vi diskutera typ av anställning.

Vill du skicka in din ansökan med meritförteckning och löneanspråk så går det bra att göra det till:

Nyköpings Simsällskap
Ortvägen 7
611 65 Nyköping

Simklubben Ran söker heltidsanställd Ungdomstränare

Simklubben Ran är inne i ett expansivt skede och söker härmed en ungdomstränare som i nära samarbete med vår chefstränare ska forma vår tränings och tävlingsverksamhet.

Vi söker en person med :
- Lägst steg 2 utbildning
- Lämplig erfarenhet
- God samarbetsförmåga
- Brinnande intresse för simning

Vi erbjuder :
- En tufft satsande förening
- Goda träningsförhållanden
- Egen utomhus 50 meters bassäng
- Tillträde i augusti

Din ansökan vill vi ha senast den 23 maj 1997.
Simklubben Ran, Carl Gustafsväg 19 a, 217 42 Malmö.

Om du har frågor kring tjänsten - kontakta :

Chefstränare Tommy Lindell 040 - 23 19 87
Verksamhetsansvarig Per Kersmark 040 - 23 19 87

Fel inställning

Simförbundet tycker det är bra, en del klubbar tycker det är bra, Simsport tycker det är bra och flesta andra tycker också att det är bra. Vad är det som är så bra då? Jo, att det finns möjligheter för våra simklubbar att dryga ut kassan genom olika aktiviteter.

Vad krävs, vad vill klubbarna?

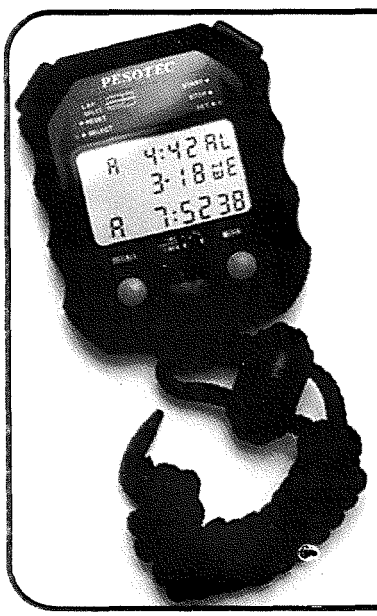
I höstas arrangerade Simsport en prenumerationstävling där man förutom kontanta pengar, också tävlade om träningsläger av ett värde motsvarande 80.000 kronor.
Vad blev resultatet? Hela 65! nya prenumeranter. I februari startade Simsport återigen en kampanj. Denna gång går det ut på att klubbarna får köpa årsprenumerationer lådvis till en bråkdel av ordinarie pris. Tror ni klubbarna skrek av förtjusning? Den 16 mars arrangerades årets sponsorsim, "från pol till pol" - ett samarbete mellan Simförbundet och Barncancerfonden, där varje simmad meter inbringar pengar till Barncancerfonden och svensk ungdomssimning. Även här ett minst sagt svalt intresse. Man kan fråga sig vad som krävs för att klubbarna skall nappa på alla de erbjudanden att tjäna pengar som dyker upp. Har de så bra ekonomi att de konsekvent kan ignorera dem, eller är det så att de bara ser svårigheter och extra arbete istället för möjligheter?

Liten insats - stort utfall

Ett lysande undantag är Södertälje SS, som i år lyckades bäst, och SK Sydsim där Marianne Dahlgren är ordförande. SK Sydsim har de senaste åren varit ett föredöme då det gäller att ragga sponsorer till "från pol till pol". Hon säger att det krävs en ganska blygsam insats i förhållande till vad klubben får tillbaka i form av PR och reda pengar.
- Våra ungdomar mottas positivt hos företagen. Visst håller de hårdare i plånboken än under 80-talet, men när vi presenterar idén tycker de flesta att det låter lockande. Vi försöker trycka på konceptet; "friska barn hjälper sjuka barn" - ett argument som de flesta tar till sig. I år simmades det in över 3 miljoner kronor.

Vikande deltagarantal

"Från pol till pol har ju simmats några år nu. Har antalet deltagande klubbar ökat?
- Nej, tvärtom. Avståndet mellan polerna är ungefär 20 miljoner meter och förra året simmades knappt två tredjedelar av den sträckan. I år var det ännu sämre uppslutning. 50 klubbar ställde upp (60 var anmälda) och endast 7,5 miljoner meter simmades.

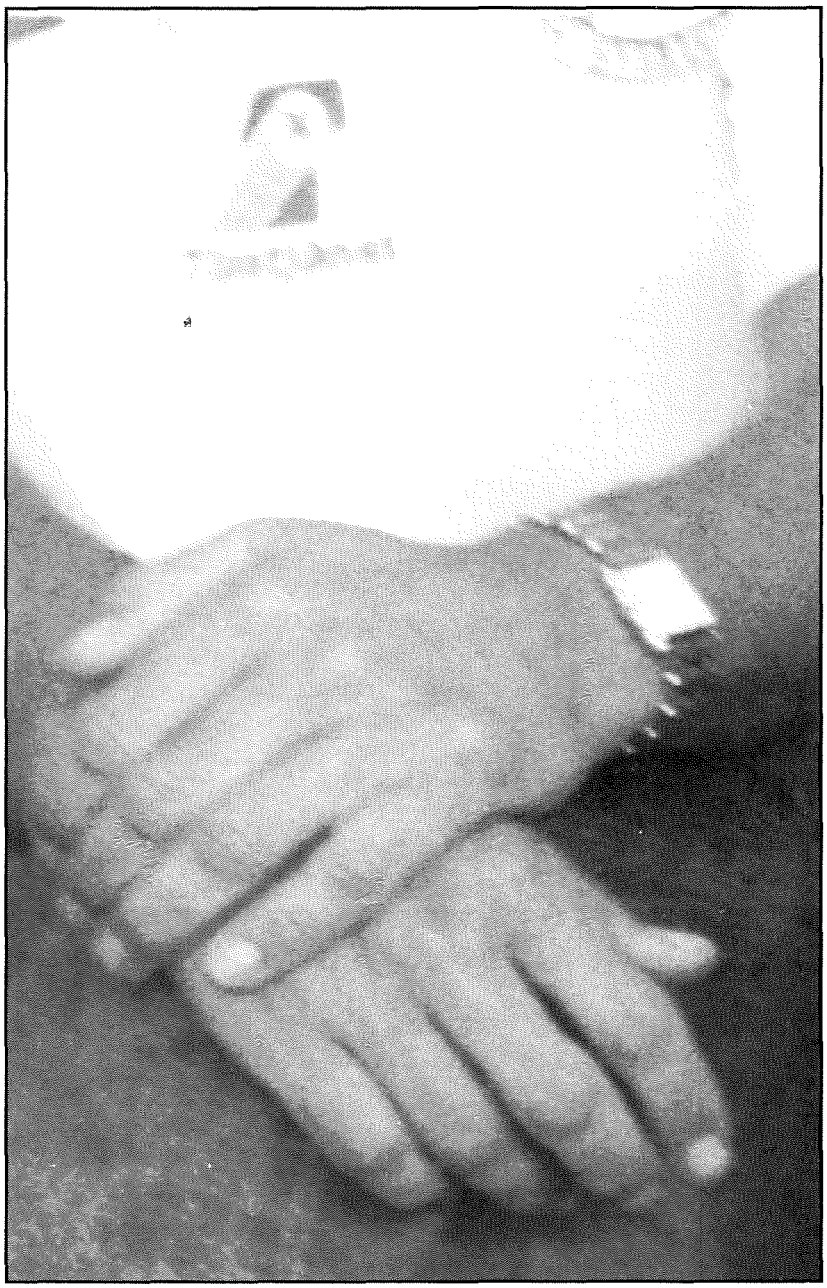


PESOTEC

PESOTEC -80
Direktavtryckning, alltså ingen extra tryckning. Samtidig mellan-, varv-, slut- resp. löpande tid. Klocka med väckning. Nedräkning, 8-minne.
PROFFSKLOCKA
375:- inkl.moms

PESOTEC -70
Mellantid, sluttid, varvtid, varvräknare till 99, 8-minne. Tidsområde 9.59. 59.99. Nedräkning.
FUNKTIONÄR-/ INSTRUKTÖRSKLOCKA
150:- inkl.moms

Ring eller skriv till
Sport Development AB
Storgatan 19
211 41 Malmö
Tel 040-12 34 16
Fax 040-12 23 08
RABATTER vid större köp!



I år är det drygt 5 000 företag runt om i landet som hakat på "från pol till pol". Varför gör de det?
- Jag tror företagen förstår vilket värde det ligger i att barn kan simma, samtidigt som en del av de insimmade pengarna går till Barncancerfonden. Företagen avsätter varje år en viss summa pengar som skall gå till sponsring, och det gör de för att visa att de tar ett socialt ansvar också. Vidare vill man profilera sig med simidrott av olika orsaker. Det säger ju en hel del om hur stor svensk simning verkligen är då man tillsammans kan simma från pol till pol på två! timmar.

Varför går det så trögt då?

- Det finns ett kompakt motstånd ute i klubbarna mot att få tummen ur samtidigt som vi kanske haft lite svårt att marknadsföra "från pol till pol". Jag vet att en del klubbar har egna sponsorsim, de kanske inte vill dela med sig. Vad de glömmer är att de då får betala alla kringkostnader själva. Det behöver de inte i "från pol till pol", det gör Simförbundet.

Slutligen med adress till alla föräldrar; det duger inte att sitta och gnälla över att det är för hög medlemsavgift till klubben. Simskolan och andra verksamheter är ingen fritidsgård. Det krävs att även ni engagerar er lite mer och hjälper till vid olika aktiviteter. Till de simklubbar som tycker att ni inte har tid att tjäna pengar säger jag: det finns en arbetslöshet ute i samhället...
Från dem som känner en tilltagande öronhetta välkomnar jag förslag och synpunkter.

Håkan Allvar

Träningsläger på Kristinelundsbadet

i KÖPINGS KOMMUN

Kristinelundsbadet öppnar för säsongen lördagen den 17 Maj Kl 10.00

Lördagen den 17 maj kl 10.00 hälsar vi alla hjärtligt välkomna till stärkande och stimulerande bad i avstressande miljö.

50-metersbassäng-undervisningsbassäng samt särskild plaskpool för de minsta-alla med tempererat, rent vatten. Bastu och solbad. Stora gräsytor inbjuder till lek och vila. Kiosk och kafeteria.

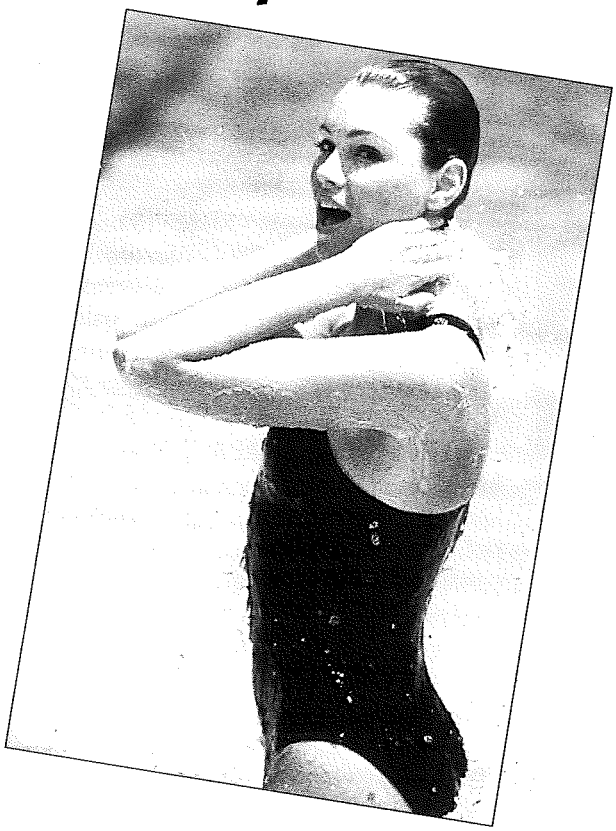
ÖPPETTIDER: månd-fred 10-20
lörd-sönd 10-18
Kassan stänger 1 tim före badtidens slut
Badet stänger 17/8 kl 18

Övriga upplysningar om sommarens badverksamhet lämnas på tel 0221-13313.

Karlsbergsbadet har stängt för säsongen

Anns och Glens fond

-Sök stipendiet nu



Du har väl inte glömt att skicka in förslag på lämplig kandidat till årets stipendie ur Anns och Glens fond. Fonden, som nu är inne på tionde året är de båda simmarnas sätt att ge tillbaka lite av allt de fått ut av simningen.

Ann har fortfarande svenska rekord medan Glen förlorade sitt i och med Patrik Isaksson vid EM i Rostock i fjol.

Efter flera lyckosamma år i Japan, där de arbetat med simning på de flesta nivåer, gett ut böcker och haft TV-program, arbetar Ann på en praktik i Hamburg med människors skadade leder och muskler. Hon har även hjälpt till i landslaget. Glen arbetar i Hamburg som simtränare vid Olympiastützpunkt. Glen är också duktig masterssimmare med flera världsrekord.

I samband med deras bröllop instiftades en fond och idag är det en del av avkastningen som delas ut som stipendie. För att komma ifråga för stipendiet gäller att den som föreslås i år skall vara pojke, junior eller yngre, och befinna sig på gränsen till seniorlandslaget för att med hjälp av stipendiet kunna ta det sista avgörande steget. Christer Wallin var 1987 den förste stipendiaten. 1988 utsågs Anna-Karin Persson, 1989 Anders Kroon, 1990 Louise Karlsson, 1991 Lars Frölander, 1992 Therese Alshammar och 1993 fick Jonas Lundström ta emot stipendiet. 1994 utsågs simhopperskan Anna Lindberg, 1995 Anders Forsberg vid SM i Landskrona och förra året fick Malin Svahnström ta emot utmärkelsen. I år är det alltså en pojke som skall få stipendiet.
Förslag på stipendiat skickas till:
Lars Linder
Gibraltargatan 12
411 32 GÖTEBORG

Träningsläger

Italien *Adriakusten*

* *Rimini* *25 m inomhus- 50 m utomhusbassäng*
* *Club S:ta Cristiana* *50 m utomhusbassäng*
* *San Benedetto* *50 m utomhusbassäng*

Spanien *Ostkusten*

* *Barcelona* *50 m utomhusbassäng*

Danmark *Nordjylland*

* *Nörresundby* *50 m inomhusbassäng*
* *Lökken* *25 m inomhusbassäng*
* *Skagen* *25 m inomhusbassäng*

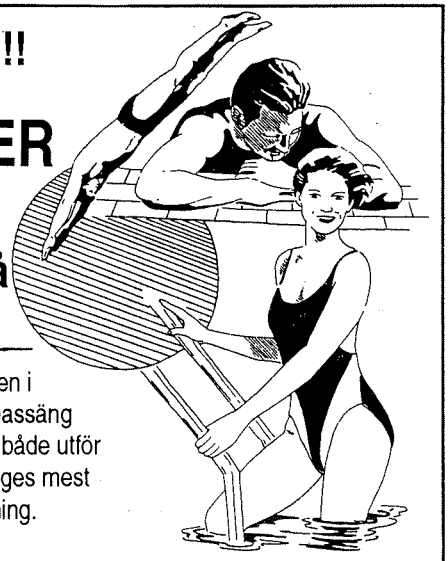
* *Buss eller flyg*
* *Boende nära stranden (Italien och Spanien)*
* *Svenska värdinnor (Italien och Spanien)*
* *Utflykter*

Begär offert och referenser !!!

AGIRE TOUR
Enbärsvägen 1 B, 904 35 Umeå
Tel: 090-13 26 12, Fax: 090-13 26 17

BOKA NU!!!

SIMLÄGER
1997
i Sollefteå



VINTER
Kombinera simträningen i Sollefteås 25 meters bassäng med härlig skidåkning både utför och på längden i Sveriges mest kompletta skidanläggning.

SOMMAR
Träning i varm 50-meters bassäng. Bo i stugor på samma område. Vi ordnar de sidoaktiviteter ni önskar.

PRISEXEMPEL
Boende i stuga, träning 2 pass/dag, lunch, middag, exkl. frukost **204:-**

Sollefteå kommun Fritid turism



Din Lägerkontakt i Sollefteå
PETER FÄLLSTRÖM
0620-682545, fax 0620-682544

SOLLEFTEÅ BADHUS

Öppet brev till Simsport.

Skaran av steg III-utbildade simtränare i Sverige har utökats med 27 st simtränare. Under 8 dagar, uppdelat på två perioder (del 1: 7/10-10/10-96 och del 2: 27/1-30/1-97) har Bosön varit centrum för oss kunskapstörstande simtränare. Lennart Gullstrand, Hans Chrunak, Johan Plate, Calle Daggfeldt, Leif Larsson, Chatarina Bergström-Jonsson, Lennart Bernström, Lars-Erik Sandler och Magnus Kjellberg var föreläsarna vi träffade på under kursens gång.

Samtliga föreläsare träffade vi på under steg III:s första del. Ni kan förstå att det på fyra dagar blir mycket information som ska plockas in och lagras. Föreläsningarna under del 1 upplevdes på ett mycket positivt sätt och alla fick sina förväntningar på steg III-kursens första del väl uppfyllda. Detta trots att en del ämnen fick avslutas abrupt då tiden inte räckte till.
Biomekaniken med Calle Daggfeldt blev dock en, för många utav oss, svår föreläsning då nivån på lektionen var för hög, ska man börja lära sig att läsa så är det "mor är rar och far ror" som gäller, det går inte att hoppa in i Nationalencyclopedien direkt och bara börja läsa. Tilläggas ska att det man snappade upp var mycket intressant och lärorikt.
Fyra späckade och informativa dagar var slut och när vi fått välja hemuppgifter (återkommer till dessa) så gjordes det en muntlig och en skriftlig utvärdering av Steg III, del 1 samt en liten önskelista över vad vi önskade få in på del 2.
Hemuppgifterna att sätta tänderna i under vår tid hemma i föreningarna innan del 2 var fyra stycken till antalet. Vi fick själva välja vilken uppgift vi skulle göra. Frågan om hur detta skulle redovisas när vi kom till del 2 diskuterades och då ingen visste något så kom vi alla överens om att redovisningen skulle vara skriftlig.
Del 2 kom sedan igång den 27 januari som planerat. Kaos utbröt direkt då det framkom att det var muntlig redovisning av hemuppgifterna som skulle göras, och varken föreläsarna eller kursledaren (Dan Andersson) hade någon aning om vilka som hade vad i hemuppgift. Vi hade samtliga förberett oss för en skriftlig redovisning, i stället blev det 45 minuter avsatt tid för att gruppvis förbereda en muntlig redovisning.
Innehållet i övrigt på del 2 var mestadels en upprepning av vad som hände på del 1. Var det ingen på SSF som läste utvärderingarna vi skrev efter del 1?
Del 2 kunde vi nästan varit utan då det egentligen inte gav någonting, det var nästan som att gå del 1 en gång till.
Vi hoppas nu att SSF denna gång läser våra utvärderingar efter del 2 och tar till sig kritiken på ett positivt sätt. Är detta den högsta och bästa utbildningen som kan erbjudas våra svenska elitsimtränare så kommer svensk simning inte att utvecklas mer efter det att "de gamla" lägger coachmössa och klocka på hatthyllan.

Samtliga deltagare på Steg III-utbildningen
på Bosön 7/10 - 10/10-96 & 27/1 - 30/1-97

gm: Mats Sjöstrand, Norrköpings Kappsimningsklubb

SVAR
på MatsSjöstrands "Öppna brev"

Inledningsvis finns det bättre sätt att föra en utvecklande dialog på, när det gäller den här steg 3-kursen. Många fler frågeställningar behöver ställas än de som syns i Mats Sjöstrands öppna brev. Dialogen mellan kursdeltagarna och arrangören kan inte gå via Simsport då vi inte får tillräckligt utrymme för detta men främst för att dialogen blir alldeles för lång - sam och riskerar att missa en del väsentliga slutsatser.
Varje kursdeltagare får därför ett mycket mera fullständigt svar via brev med en önskan om att föra en dialog runt en del frågor.
Utvärderingarna är i en hel del fall inte speciellt tydliga, framförallt saknas till stor del förslag på förändringar. Det är svårt att utvärdera framförallt då den muntliga utvärderingen trots arrangörens önskan placerades före den skriftliga. Gruppen färgar och feldimensionerar/eliminerar individens synpunkter vilken är väl känt via forskningen. Alla deltagares synpunkter och önskemål speglas inte korrekt.

Några frågor ska vi svara på och/eller diskutera men vi begränsar oss till det som Simsports läsare har förmåga att uppfatta då de inte deltagit i kursen.

Apropå utvärderingarna från del 1.
Utvärderingarna, totalt 7 stycken, lades tillsammans och lästes tendensiöst i samband med den planering som SSF hade med föreläsarna efter del 1 var avslutad. De synpunkter som var genomgående hos de allra flesta bildade grunden för kursprogrammet. Föreläsarnas synpunkter stödde också denna programuppläggning.
Principen för ett steg 3-program är att den ska bygga vidare från de kunskaper som erhållits på steg 2 och ca 2-3 års tränarerfarenhet.

Deltagarna på steg 3 (96/97) skulle kunna delas in i 2-3 olika grupper beroende på när de gick gick steg 2, antal år med tränarerfarenhet och det egna kunskapssökandet. Våra tränarkonferenser där en stor del av steg 3-deltagarna återfinns har serverats kunskaper i samma ämnen som förmedlats på steg 3. Senaste steg 3 gick våren 1993 vilket under 3,5-4 års frånvaro av steg 3, har gett den kunskapstörstige möjlighet att söka motsvarande kunskaper på annat sätt.
Föreläsarna observerade detta redan under del 1. Gruppen var då inte homogen när det gäller förkunskaper, vilket delvis också syns i en del utvärderingar.
Det är ingen lätt uppgift att försöka göra sig till tolk för alla kursdeltagare då förkunskaperna m m skiftar så pass mycket.
Till nästa steg 3 kommer det att finnas en

kursbeskrivning så att alla som anmäler sig vet vad de anmäler sig till. Utvärderingarna kan då bättre mätas mot kursbeskrivningen.
Det finns högre utbildningar än steg 3. Emellanåt har SSF inbjudit till Högre Tränar Utbildning. I samband med SK:s tränarkurs, hösten 1997, kommer tränarna att inbjudas till en temautbildning.

Målsättningen med steg 3 vilket föreläsarna och SSF diskuterade var att ge användbar kunskap. Processen för kunskapsinlagring hos deltagaren kan förenklat uttryckas så här: 1) "Har hört det förut", 2) "Har hört det förut och förstår det teoretiskt, och 3) "har både hört det, förstått det teoretiskt och kan använda det praktiskt" Föreläsarna och SSF ägnade mycken tid åt att diskutera vilken nivå vi skulle "hämta" deltagarna från och att kunskaperna skulle gå att använda praktiskt.

Det viktigaste är att det stora flertalet har eller får användbar kunskap. SSF måste få en bekräftelse på att dessa kunskaper fanns och användes redan innan steg 3-kursen eller kommer att användas efter steg 3-kursen.
En utvärdering skulle helst göras ca 1 år efter avslutad kurs för att effekterna av utbildningen skulle kunna mätas.

Del 1 skulle vara ett ganska brett smörgåsbord och del 2 skulle ge möjlighet till fördjupning främst av de ämnen från del 1 som behövde mer tid . Den tidigare steg 3-kursen, 1993, som genomfördes nästan på samma sätt, visade också behov av fördjupning inför del 2. Detta hörsammade vi inte lika väl den gången utan fortsatte även under del 2 med smörgåsbordsprincipen. En försiktig slutsats kan bli att dessa kunskaper till viss del aldrig blev riktigt användbara?!

Uppfattningen att det var "kaos" inför redovisningen av hemuppgiften delas inte av undertecknad som deltog under den förberedande delen av redovisningen av hemuppgiften. Av kallelsens program framgick det att "deltagarna svarar för redovisningen". En av deltagarna som undertecknad pratade med efter kursen tyckte att beskrivningen med "kaos" är underlig. Tvärtom ansåg han det rimligt att de som arbetar dagligen med att ge instruktion ska kunna klara en sådan uppgift efter de ca 45 minuter som gavs för att förbereda och dela upp redovisningsuppgiften mellan de olika gruppdeltagarna. Det hemarbete som gjorts under de 3 månader som var mellan kurstillfällena ska vara tillräcklig grund för att genomföra uppgiften, tyckte åtminstone denne kursdeltagare.

I brevet till deltagarna utvecklar vi mera omkring kursinnehåll och genomförande. På tränarkonferensen kommer bl a en kursbeskrivning av steg 3 att presenteras.

Naturligt blir då att vissa kan uppleva det tråkigt att lyssna till det man redan hört och/eller kan.

Nivån på de kunskaper som en f d simmare skulle kunna bidra med är svåra att värdera.

Lars Modin
Svenska Simförbundet

SIMKLUBBEN KVIK SÖKER CHEFSTRÄNARE

Tillträde 1 augusti 1997
KVIK, Köpenhamn, söker en ambitiös tränare som kan säkerställa den fortsatta utvecklingen i klubben.

KVIK har vunnit "Danske Hold"-mästerskapen för damer de senaste 8 åren, samt haft simmare vi OS, VM, EM och EJM - denna utveckling avser klubben fortsätta. Därför ställs det stora krav på Dig såsom chefstränare.

Chefstränaren får det idrottsliga ansvaret för tävlingssektionen, ansvar för elitgruppen som idag tränar 6 pass på eftermiddagen och minst 2 pass på morgonen. Vidare styrketränas det 3 gånger dagligen, med hjälp av en specialtränare.

Till elitgruppen ställs en hjälptränare till förfogande, samt en person med ansvar för testning av laktat, kost, styrkenivå etc.

Av chefstränaren förväntas att han i kraft av sitt ämbete som ansvarig för utvecklingen av tävlingssektionen, ansvarar över sektionens övriga tränare och tillser att träningen sköts på rätt sätt.

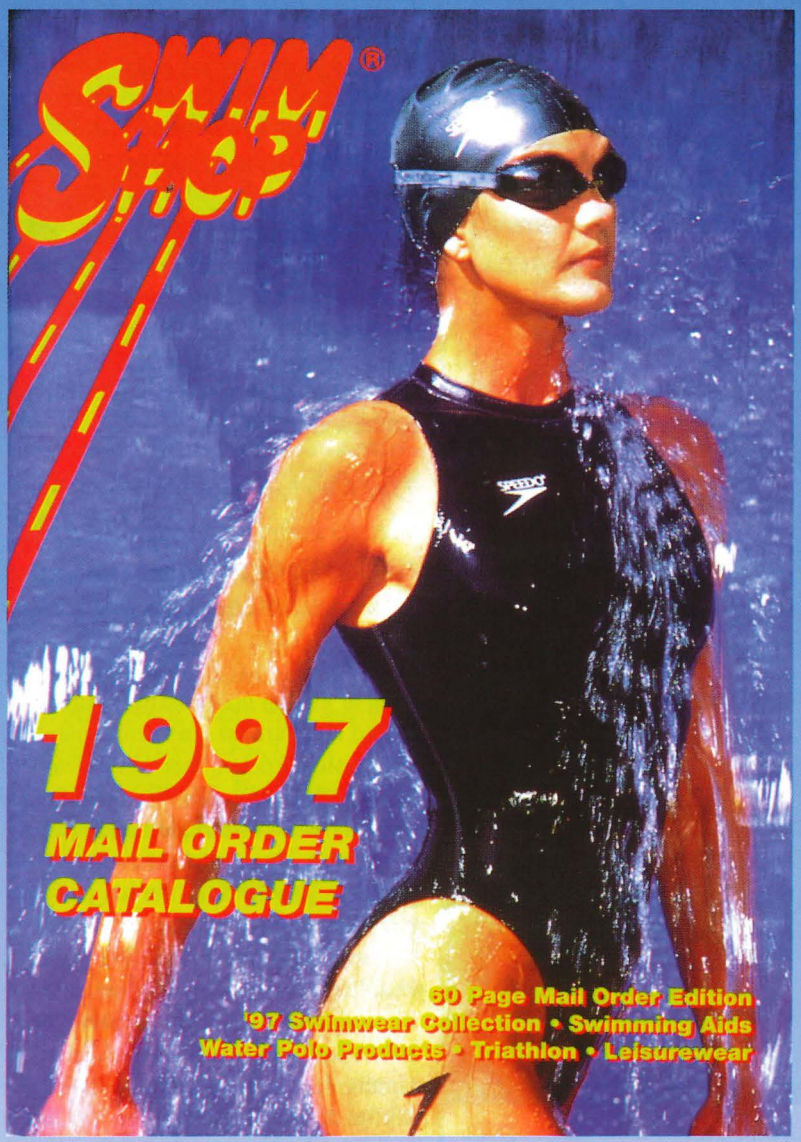
KVIK erbjuder samarbete med en engagerad styrelse samt lön efter kvalifikationer.

För närmare information, kontakta:

Svömmeklubben **KVIK**
v/ Gert Johansen
Nordmansvej 66 st. th.
DK 2770 KASTRUP
Danmark

Ansökan skall vara oss tillhanda senast 1 maj 1997.

Har du vår nya katalog? Swim Shop 1997



Den kompletta utrustningskatalogen för simmare, simklubbar och simhallar.
Allt inom badkläder, glasögon, mössor, tekniska hjälpmedel, pulsklockor, flythjälpmedel, dykning, vattenpolo, undervattenssporter, triathlon, undervisnings- och studiematerial, hallutrustningar, livräddningsmaterial, tidtagningssystem, badleksaker, babysim...
Vi designar klubbdräkter och mössor.
Swim Shop har också Wet Vest.
Be om specialbroschyr.

Ring oss på tlf. 0560-148 08 eller fax 0560-105 15

Ja tack, sänd mig ett exemplar av:

☐ SWIM SHOP KATALOGEN
☐ WET VEST BROSCHYR

Namn _____
Adress _____
Postnr och ort _____
Tel _____

☐ Skicka mig även introduktionserbjudandet
5 st. latex 30 gr. badmössor med namn kr. 199:-

Porto
Bet.

Swim Shop / SPORT KLUBBEN

Svarspost
650232300

Box 25
680 60 Sysslebäck

Herrarnas Spjutspets?

Vi har en mängd unga lovande simmare runt om i Sverige. Under flera år har det främst handlat om Linda Olofsson, Louise Karlsson och nu på senare tid också om Johanna Sjöberg. Simsport har dragit på sig simglasögonen och varit ute och letat efter en simmare som skulle kunna bli svensk herr-simnings framtida affischnamn. Vi fann honom i en av Sveriges allra sydligaste städer. Hans tränare heter Per Holmqvist och har tidigare varit verksam i USA.

Per, vem talar vi om?

- Det är en nittonårig kille som heter Mattias Ohlin och simmar för Trelleborgs SS.
Vi har valt att uppmärksamma Mattias därför att det är en kille som gjort bra ifrån sig vid flera tillfällen under 1996. Vid ute-SM i somras tog han guld på 50 m rygg. För övrigt det första SM-guld klubben tagit sedan 1949 då Gisela Tidholm vann 400 m fritt. Han har slagit de svenska juniorrekorden på 100 m medley och 100 m rygg, och han tog guld på 100 m fritt vid JSM i höstas.

Det verkar som han är en allroundsimmare, men vad har han då att visa upp på bröstdistanserna?

- Dessvärre ingenting. Bröstsim är inte Mattias starka sida. Däremot är han mycket stark i de övriga simsätten, jag tror mycket på Mattias. Det är en kille som kommer att gå mycket långt. Det är dock för tidigt att säga vilket eller vilka simsätt han ska satsa på - kanske om ett par år då han utvecklat sig och själv känner vad han vill satsa på.
Det är säkert många som undrar hur han kan vara så duktig i såväl frisim som fjärilsim och dessutom ryggsim. Detta tillhör ju inte vanligheterna. Ofta är man ju väldigt duktig i endast ett, eller i bästa fall två simsätt.

Tränar Mattias på något speciellt sätt?

- Jag tycker det är mycket viktigt med allsidighet i träningen - inte bara simning. I början av säsongen varierar vi mycket mellan löpning, landträning såsom aerobics, gymnastik och styrketräning. Detta kombineras naturligtvis med simning, fast i mindre utsträckning. Det är framåt mitten-slutet av säsongen då det börjar dra ihop sig till de stora tävlingarna går som vi lägger en större tyngd på ren simträning. Vi tycker det är viktigt att hålla en hög kvalitet på träningen så att simmarna är motiverade att träna på exempelvis lördagar då man kanske skulle vilja vara ledig istället. Vi är absolut inte "meterfixerade" som många andra är, utan håller som sagt mycket på variation i träningen.



Mattias Ohlin

Per, du har ju varit i USA sex år. Har du några erfarenheter som du kan dra nytta av här hemma i Sverige?

- Ja, i USA har man ofta flera tränare och större elitgrupper. Detta tycker vi i Trelleborg fungerar mycket bra. Simmarna får en jämnare och hårdare konkurrens, eftersom fler simmare tränar samtidigt. Fler tränare gör att man kan varva de olika träningsmomenten så att träningen blir roligare och mer omväxlande.

Det förekommer ju en debatt i idrottssverige huruvida kosttillskott bör användas eller ej. Hur ställer du dig i den frågan?

- Jag är av den uppfattningen att det ibland kan vara ett bra komplement till den vanliga kosten, men långt ifrån alltid nödvändigt. Äter man riktigt med delar ur hela kostcirkeln räcker detta i regel, utan några tillskott av andra preparat. Tyvärr finns det idag ungdomar, främst på damsidan, som är för "kräsna" med vad de äter. För dem kan kosttillskott vara okej. Jag ser inga faror i att stoppa i sig sådana preparat. Det allra viktigaste är dock att utbilda simmarna, redan i låg ålder, om hur viktigt det är att äta rätt.

Mattias var med och simmade JSM men inte EM i Rostock. En del läsare undrar säkert hur man kan prioritera ett junior-SM framför ett europamästerskap. Kommentar?

- Det var flera faktorer som spelade in. Det här var med största säkerhet Mattias sista JSM. Detta i kombination med att konkurrensen i Rostock var ganska dålig. Hade JSM och EM inte legat så nära varandra tidsmässigt hade han kanske ställt upp i Rostock också. Sedan gick det inte ut någon officiell uttagning från SSFs sida.

Nu senast i World Cup ställde Mattias upp i Malmö, dock utan att prestera några uppseendeväckande resultat. Hur är formen inför SM i Västerås egentligen?

- Nu skall man komma ihåg att Mattias var med på A-landslagets träningsläger i Sydafrika i januari. Vad jag kan förstå, körde man skiten ur honom där - det tar ett tag att komma tillbaka efter en sådan genomkörare. Jag är emellertid övertygad om att han kommer att göra bra resultat på SM. Utvecklingskurvan pekar stadigt uppåt sedan en tid tillbaka. Han siktar på att simma långbane-EM i Sevilla i sommar. Lyckas han kvala till VM i Göteborg ser vi det som en bonus. På lite längre sikt är Mattias inställd på att ta sig till en finalplats vid OS i Sydney år 2000. Vad gäller dagsformen kan jag tala om att han förbättrade sitt personbästa på 200 m rygg så sent som igår. (9/3)

Det sägs att bakom varje framgångsrik man står en kvinna. Finns det någon kvinna i Mattias liv?

- Jajamensan. Han har sällskap med Linda Björklund, som också hon simmar i Trelleborgs elitgrupp. Sedan ska man komma ihåg att det är inte bara Linda som ligger bakom Mattias framgångar. Mattias hade aldrig varit så bra om inte hans klubbkamrater hade varit så duktiga och kamratliga. Det är en bra konkurrens i klubben och alla ställer upp för varandra, så även mattias som är en ödmjuk och psykiskt stabil kille.

Hur är det med fritidsintressen? Han är ju nitton år och pluggar väl fortfarande på gymnasiet?

- Ja, han läser sista året på det samhällsvetenskapliga programmet, så fritid blir det inte så mycket med när läxorna är avklarade. Jag vet i alla fall att han är intresserad av fiske.
En rogivande sysselsättning för alla utom för fisken. Simsport önskar Mattias lycka till i framtiden.

Håkan Allvar



T-Shirt, svart,
Pris:
3.475 - 15.000

Finns med många spännande ortsnamn på ryggen. I år med kraftigt sänkta priser på ett flertal av våra populära resmål.
Ex.10-dgrs (jun-aug) bussresa till Kufstein med helpension och simträning. Pris fr. 3.475.- p.p.

Kapfenberg och **Kufstein** i Österrike
Club La Santa på Lanzarote
Olumuc och **Brno** i Tjeckien
Limassol på Cypern
Aten i Grekland
Frankrike med ett 10-tal resmål
Florida och **Hawaii** i USA
Adelaide i Australien
Barbados, **Mauritius** och **Puerto Rico**
mm mm
I priset ingår även ett komplett simläger.
Ring så berättar vi mer:

SPEEDY RESOR

Tel 040-79501 - Fax 040-79500

Träningsläger/Konferens

Förlägg er nästa konferens/träningsläger till vår friskvårdsanläggning med 25 m bassäng, styrketräningsrum, konferensrum m m som ligger vid Kungshamn/Smögen i mellersta Bohuslän.
Vi hjälper gärna till och ordnar logi för Er.
Tumlaren är en liten trivsam anläggning med de stora möjligheterna!
För prisförslag kontakta, Roland Joelsson 0523-711 50.

Välkommen till

Tumlaren
bad & rehabilitering

Dinglevägen 57•Väjern•456 44 Kungshamn•Tel. 0523-711 50•Fax 0523-711 87

arena arena arena arena

Simning
SM i Västerås 28-31 mars 1997 (25m)

Damer

50 m frisim
1. Therese Alshammar SK Neptun 25.84
2. Malin Svahnström Väsby SS 26.06
3. Nelly Jörgensen Helsingborgs SS 26.09
4. Helena Åberg Helsingborgs SS 26.30
5. Petra Meuller NKK 26.52
6. Louise Jöhncke Spårvägens SF 26.58
7. Susanne Lööw Södertälje SS 26.82

100 m frisim
1. Therese Alshammar SK Neptun 55.64
2. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 55.82
3. Louise Jöhncke Spårvägens SF 56.12
4. Helena Åberg Helsingborgs SS 56.76
5. Nelly Jörgensen Helsingborgs SS 56.85
6. Josefin Lillhage S 02 57.28
7. Linnea Tossavainen Södertälje SS 58.87

200 m frisim
1. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 1:59.68
2. Malin Svahnström Väsby SS 2:00.46
3. Josefin Lillhage S 02 2:01.64
4. Malin Nilsson S 02 2:02.26
5. Louise Jöhncke Spårvägens SF 2:02.38
6. Åsa Sandlund Linköpings ASS 2:02.56
Nelly Jörgensen Helsingborgs SS 2:05.11

400 m frisim
1. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 4:12.87
2. Malin Nilsson S 02 4:14.84
3. Åsa Sandlund Linköpings ASS 4:17.52
4. Ann-Sofie Jönsson Tunafors SK 4:19.05
5. Josefin Lillhage S 02 4:20.46
6. Helen Svensson MKK 4:21.72
Louise Jöhncke Spårvägens SF 4:22.31

800 m frisim
1. Åsa Sandlund Linköpings ASS 8:41.40
2. Ann-Sofie Jönsson Tunafors SK 8:43.20
3. Malin Nilsson Simavdelningen 1902 8:49.75
4. Camilla Helgesson Malmö Kappsimningsklubb 8:51.65
5. Charlotta Svensson Simklubben Lödde 8:57.29
6. Lovisa Gustafsson Simavdelningen 1902 8:58.65
Elin Carlsson Södertörns Simsällskap 9:00.62

4 x 50 m frisim
1. Helsingborgs S 1:44.10
Helena Åberg 26.17
Johanna Sjöberg 25.36
Anna Lindberg 27.11
Nelly Jörgensen 25.46
2. Norrköpings KK 1:44.99
Ellenor Svensson 26.84
Petra Meuller 25.49
Viktoria Ekberg 26.85
Malin Olsson 25.81
3. Spårvägens SF Lag 1 1:45.03
Anna Gustafsson 26.66
Jenny Engkvist 26.20
Louise Jöhncke 25.56
Dimitra Markopoulou 26.61
4. Södertälje SS 1:45.65
5. SK Neptun Lag 1 1:46.36
6. S 02, Lag 1 1:47.49
7. Väsby SS Lag 1 1:47.79

4 x 100 m frisim
1. Helsingborgs SS 3:47.42 SVENSKT SR REKORD
Johanna Sjöberg 55.84
Helena Åberg 55.35
Anna Lindberg 59.33
Nelly Jörgensen 56.90
2. Norrköpings KK 3:51.04
Viktoria Ekberg 59.35
Petra Meuller 56.98
Ellenor Svensson 57.94
Malin Olsson 56.77
3. SK Neptun Lag 1 3:51.28
Kia Kilpinen 58.98
Jessica Lidström 59.06
Destiny Laurén 58.29
Therese Alshammar 54.95
4. Väsby SS Lag 1 3:51.51
5. Södertälje SS 3:52.96
6. Malmö KK Lag 1 3:57.12
7. Trelleborgs SS 3:59.06

4 x 200 m frisim
1. Helsingborgs S 8:14.40
Johanna Sjöberg 1:58.93
Nelly Jörgensen 2:01.35
Helena Åberg 2:05.43
Anna Lindberg 2:08.69
2. S 02, Lag 1 8:14.74
Josefin Lillhage 2:00.54
Claire Hedenskog 2:08.17
Malin Nilsson 2:02.55
Anna Ericson 2:03.48
3. Malmö KK Lag 1 8:19.34
Lotta Wänberg 2:05.43
Helen Svensson 2:03.55
Emma Olsson 2:05.17
Camilla Helgesson 2:05.19
4. SK Neptun Lag 1 8:28.32
5. Lass Lag 1 8:33.17
6. Södertörns SS 8:33.47
7. Tunafors SK 8:34.71

50 m rygg
1. Therese Alshammar SK Neptun 29.66
2. Camilla Johansson Växjö SS 30.12
3. Lisa Nilsson Södertälje SS 30.20
4. Petra Meuller NKK 30.37
5. Karin Lärka Täby Sim 30.47
6. Lisa Lundqvist Jönköpings SS 30.63
7. Cecilia Blom S 71 30.86

100 m rygg
1. Therese Alshammar SK Neptun 1:02.14
2. Camilla Johansson Växjö SS 1:02.75
3. Nelly Jörgensen Helsingborgs SS 1:03.17
4. Lisa Nilsson Södertälje SS 1:04.61
5. Helena Åberg Helsingborgs SS 1:04.68
6. Emely Zackrisson SK Neptun 1:04.84
7. Karin Lärka Täby Sim 1:05.16

200 m rygg
1. Camilla Johansson Växjö SS 2:10.76 SVENSKT SR REKORD
2. Therese Alshammar SK Neptun 2:15.11
3. Emely Zackrisson SK Neptun 2:16.28
4. Cecilia Blom S 71 2:16.32
5. Camilla Petersson SKK 2:16.90
6. Lisa Lundqvist Jönköpings SS 2:20.55
7. Linda Klingén Varbergs Sim 2:21.71

50 m bröst
1. Louise Karlsson Skäret SS 32.12
2. Hanna Jaltner Växjö SS 32.52
3. Maria Östling SS Mora 32.73
4. Lena Eriksson Spårvägens SF 33.45
5. Marie Lindeborg Väsby SS 33.53
6. Stina Lindman SK Triton 33.73
7. Samra Jukic Skövde SS 33.87

100 m bröst
1. Hanna Jaltner Växjö SS 1:09.15
2. Maria Östling SS Mora 1:10.58
3. Lena Eriksson Spårvägens SF 1:11.01
4. Marie Lindeborg Väsby SS 1:12.58
5. Michaela Rosenholm Spårvägens SF 1:12.65
6. Nermina Jukic Skövde SS 1:14.04
7. Samra Jukic Skövde SS 1:14.09

200 m bröst
1. Lena Eriksson Spårvägens SF 2:28.71
2. Maria Östling SS Mora 2:29.86
3. Linnea Tossavainen Södertälje SS 2:34.93
4. Jessica Holm-Dahl SK Neptun 2:36.28
5. Helena Tsiparis MKK 2:36.59
Lisa Jännebring Östra Sörmlands Bad & SK 2:37.88

50 m fjäril
1. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 27.15
2. Anna-Karin Kammerling Söderhamns SS 28.11
3. Therese Alshammar SK Neptun 28.30
4. Anna-Karin Rantzow Södertälje SS 28.75
5. Karin Forsberg Borlänge SS 28.80
6. Karin Lärka Täby Sim 29.02
7. Jenny Svedberg Östra Sörmlands Bad & SK 29.36

100 m fjäril
1. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 59.27
2. Louise Karlsson Skäret SS 1:00.59
3. Malin Svahnström Väsby SS 1:02.02
4. Karin Lärka Täby Sim 1:02.17
5. Destiny Laurén SK Neptun 1:04.18
6. Sofia Svensson Eslövs SS 1:04.78
7. Anna-Karin Rantzow Södertälje SS 1:05.26

200 m fjäril
1. Johanna Sjöberg Helsingborgs SS 2:11.57
2. Destiny Laurén SK Neptun 2:14.66
3. Lovisa Gustafsson S 02 2:17.56
4. Veronika Svensson Ystads SS 2:18.38
5. Sofia Svensson Eslövs SS 2:21.02
6. Erika Nilsson Södertörns SS 2:22.38
7. Pernilla Marcus SK Neptun 2:23.57

100 m medley
1. Louise Karlsson Skäret SS 1:02.56
2. Lena Eriksson Spårvägens SF 1:05.18
3. Nermina Jukic Skövde SS 1:05.85
4. Veronica Andersson Skäret SS 1:06.05
5. Helena Kälvehed NKK 1:06.19
6. Linnea Tossavainen Södertälje SS 1:06.25
7. Cecilia Kentell MKK 1:07.28

200 m medley
1. Malin Svahnström Väsby SS 2:17.13
2. Josefin Lindgren Ystads SS 2:19.35
3. Destiny Laurén SK Neptun 2:19.68
4. Emely Zackrisson SK Neptun 2:21.16
5. Josefin Lillhage S 02 2:21.96
6. Sofia Svensson Eslövs SS 2:24.25

400 m medley
1. Destiny Laurén SK Neptun 4:49.32
2. Malin Svahnström Väsby SS 4:51.24
3. Emely Zackrisson SK Neptun 4:55.84
4. Josefin Lindgren Ystads SS 4:57.19
5. Lotta Wänberg MKK 5:00.72
6. Veronika Svensson Ystads SS 5:01.50
7. Lovisa Gustafsson S 02 5:02.25

4 x 50 m medley
1. Helsingborgs S 1:56.48
Nelly Jörgensen 29.87
Anna Kideborn 34.84
Johanna Sjöberg 26.48
Helena Åberg 25.29
2. Södertälje SS Lag 1 1:57.74
Lisa Nilsson 30.30
Lisa Lönn 33.50
Anna-Karin Rantzow 28.08
Susanne Lööw 25.86
3. Skäret SS 1:58.09
Kristina Sherman 30.82
Veronica Andersson 33.24
Louise Karlsson 26.74
Helen Öster 27.29
4. Spårvägens SF Lag 1 1:58.70
5. Norrköpings KK 2:00.06
6. Upsala S Lag 1 2:01.35
7. SK Neptun Lag 1 2:03.03

4 x 100 m medley
1. Helsingborgs S 4:12.36
Nelly Jörgensen 1:02.82
Anna Kideborn 1:14.68
Johanna Sjöberg 58.84
Helena Åberg 56.02
2. Växjö SS Lag 1 4:13.41
Camilla Johansson 1:02.66
Hanna Jaltner 1:09.17
Frida Johansson 1:03.84
Annica Winblad 57.74
3. SK Neptun Lag 1 4:16.37
Emely Zackrisson 1:04.63
Jessica Holm-Dahl 1:13.50
Destiny Laurén 1:02.71
Therese Alshammar 55.53
4. Spårvägens SF Lag 1 4:18.83
5. Väsby SS Lag 1 4:21.49
6. Södertälje SS 4:23.07
7. S 02, Lag 1 4:25.82

Herrar

50 m frisim
1. Jonas Åkesson Spårvägens SF22.88
2. Fredrik Letzler Spårvägens SF22.97
3. Ola Fagerstrand MKK 23.06
4. Martin Nyberg NKK 23.17
5. Patric Robertsson Södertälje SS 23.30
6. Johan Wallberg SK Neptun 23.32
7. Joakim Holmquist Jönköpings SS 23.49

100 m frisim
1. Anders Holmertz SF 49.60
2. Fredrik Letzler SF 49.69
3. Martin Nyberg NKK 49.84
4. Ola Fagerstrand MKK 49.89
5. Johan Nyström Sundsvalls SS 50.19
6. Anders Forsberg SK Neptun 50.41
7. Johan Wallberg SK Neptun 50.53

200 m frisim
1. Anders Lyrbring S 02 1:47.35
2. Anders Holmertz Spårvägens SF 1:48.22
3. Petter Lindh Jönköpings SS 1:49.17
4. Anders Forsberg SK Neptun 1:49.34
5. Fredrik Engdahl MKK 1:49.65
6. Johan Wallberg SK Neptun 1:49.73
7. Tobias Marklund Sundsvalls SS 1:50.46

400 m frisim
1. Anders Holmertz Spårvägens SF 3:48.34
2. Jonas Lundström Sundsvalls SS 3:50.42
3. Anders Lyrbring S 02 3:52.47
4. Mattias Olshed SK Sydsim Burlöv-Lomma 3:55.67
5. Petter Lindh Jönköpings SS 3:56.73
6. Fredrik Engdahl Malmö KK 3:56.80
7. Marcus Ahlström SK Neptun 3:57.79

1500 m frisim
1. Jonas Lundström Sundsvalls SS 15:12.05
2. Mattias Olshed SK Sydsim

Burlöv-Lomma 15:18.03
3. Mikael E Rosén Sundsvalls SS 15:22.31
4. Marcus Ahlström SK Neptun 15:52.46
5. Niklas Larsson Linköpings ASS 16:01.04
6. Magnus Fredriksson NKK 16:05.47
7. Mikael Larsson Södertörns SS 16:12.88

4 x 50 m frisim
1. Upsala S Lag 1 1:32.10
Magnus Rönnewall 23.44
Pär Lindström 22.74
David Kollstedt 22.70
Ulf Eriksson 23.22
2. Jönköpings SS Lag 1 1:32.35
Petter Lindh 23.35
Joakim Holmquist 22.66
Ville Ilola 23.41
Ola Lagerqwist 22.93
3. Sundsvalls SS 1:32.36
Johan Nyström 23.64
Tobias Marklund 22.76
Jens Johansson 23.24
Niklas Öhman 22.72
4. SK Neptun Lag 1 1:32.60
5. Malmö KK Lag 1 1:32.91
6. Stockholms KK 1:33.30 TLB
7. Södertälje SS 1:33.65

4 x 100 m frisim
1. Spårvägens SF Lag 1 3:19.28
Fredrik Letzler 49.89
Anders Holmertz 48.65
Jonas Åkesson 49.67
Peter Aronsson 51.07
2. Sundsvalls SS 3:20.19
Johan Nyström 50.19
Tobias Marklund 49.87
Niklas Öhman 49.37
Jonas Lundström 50.76
3. Malmö KK Lag 1 3:23.00
Ola Fagerstrand 50.23
Maximilian von Bodungen 49.97
Fredrik Engdahl 50.40
Arvid Bruhn 52.40
4. Jönköpings SS Lag 1 3:23.14
5. SK Neptun Lag 1 3:23.89
6. Upsala S Lag 1 3:24.78
7. Södertälje SS Lag 1 3:26.27

4 x 200 m frisim
1. Sundsvalls SS 7:17.06
SVENSKT SR REKORD
Jonas Lundström 1:50.41
Mikael E Rosén 1:48.56
Niklas Öhman 1:49.77
Tobias Marklund 1:48.32
2. Spårvägens SF Lag 1 7:24.54
Anders Holmertz 1:46.80
Fredrik Letzler 1:49.23
Peter Aronsson 1:55.32
Robert Löfström 1:53.19
3. SK Neptun Lag 1 7:25.10
Marcus Ahlström 1:53.21
Anders Forsberg 1:49.08
Johan Wallberg 1:49.20
Stefano Prestinoni 1:53.61
4. Malmö KK Lag 1 7:27.59
5. S 02, Lag 1 7:37.31
6. Trelleborgs SS 7:42.49
7. Ystads SS 7:43.41

50 m rygg
1. Daniel Carlsson Väsby SS 25.43
2. Daniel Lönnberg Växjö SS 25.58
3. Joakim Ohlsson Södertörns SS 26.30
4. Johan Mattsson SK Triton 26.34
5. Karl Sunrydh Mölndals ASS 26.60
6. Eric la Fleur SK Poseidon 26.79
7. Joel Lindfors Södertörns SS 26.80

100 m rygg
1. Daniel Lönnberg Växjö SS 55.10
Daniel Carlsson Väsby SS 55.10
3. Mattias Ohlin Trelleborgs SS 55.22
4. Joel Lindfors Södertörns SS 56.80
5. Joakim Ohlsson Södertörns SS 56.87
6. Henrik Norén Karlstads SS 57.17
7. Karl Sunrydh Mölndals ASS 57.31

200 m rygg
1. Tobias Marklund Sundsvalls SS 1:59.03
2. Mattias Ohlin Trelleborgs SS 1:59.63
3. Joakim Ohlsson Södertörns SS 2:02.11
4. Andreas Gustavsson S 02 2:03.24
5. Stefano Prestinoni SK Neptun 2:03.32
6. Joel Lindfors Södertörns SS 2:04.72
7. Rikard Melander Örebro SA 2:05.89

50 m bröst
1. Patric Robertsson Södertälje SS 28.53
2. Jens Johansson Sundsvalls SS 28.67
3. Patrik Isaksson Västerås SS 28.73
4. Peter Aronsson Spårvägens SF 29.04
5. Ilia Mikhailov SK Neptun 29.11
6. Johnny Engman Väsby SS 29.28
7. Marcus Olsson Sundsvalls SS 29.86

100 m bröst
1. Jens Johansson Sundsvalls SS 1:01.49
2. Peter Aronsson Spårvägens SF 1:02.06
3. Patrik Isaksson Västerås SS 1:02.46
4. Oscar Hederström S 02 1:02.98
5. Fredrik Rosenholm Spårvägens SF 1:03.45
6. Christian Clausen Trelleborgs SS 1:04.25
7. Johnny Engman Väsby SS 1:04.29

200 m bröst
1. Peter Aronsson Spårvägens SF 2:14.19
2. Fredrik Rosenholm Spårvägens SF 2:15.80
3. Oscar Hederström S 02 2:15.91
4. Christian Clausen Trelleborgs SS 2:18.14
5. Patrik Isaksson Västerås SS 2:20.13
6. Ilia Mikhailov SK Neptun 2:20.32
7. Anders Wallin Katrineholms SS 2:20.44

50 m fjäril
1. Ola Fagerstrand MKK 24.33
2. Martin Nyberg NKK 24.37
3. Jonas Åkesson Spårvägens SF 24.56
4. Daniel Carlsson Väsby SS 24.62
5. Valter Magnusson KSLS 25.01
6. Henrik Ingesson Örebro SA 25.04
Fredrik Letzler Spårvägens SF 25.05

100 m fjäril
1. Ola Fagerstrand MKK 53.72
2. Martin Nyberg NKK 54.12
3. Daniel Carlsson Väsby SS 54.13
4. Henrik Ingesson Örebro SA 55.00
5. Valter Magnusson KSLS 55.28
6. Mattias Ohlin Trelleborgs SS 55.78
7. Fredrik Lundin SK Neptun 56.87

200 m fjäril
1. Fredrik Lundin SK Neptun 1:59.90
2. Johan Mattsson SK Triton 2:02.22
3. Tero Wälimaa Haparanda SK Taktik 2:02.62
4. Henrik Ingesson Örebro SA 2:03.33
5. Jonas Lögdberg Täby Sim 2:04.86
6. Marcus Ahlström SK Neptun 2:05.93
7. Stefan Pinter Södertälje SS 2:08.43

100 m medley
1. Johan Nyström Sundsvalls SS57.39
2. Micke Jacobsson Täby Sim 57.41
3. Oscar Hederström S 02 57.97
4. Arvid Bruhn MKK 58.90
5. Jon Lundqvist SK Poseidon 59.09
6. Peter Hjers SK Elfsborg 59.77
7. Joakim Lundqvist SK Poseidon 59.79

200 m medley
1. Micke Jacobsson Täby Sim 2:02.24 SVENSKT JR REKORD
2. Peter Aronsson Spårvägens SF 2:03.66
3. Anders Holmertz Spårvägens SF 2:04.01
4. Jon Lundqvist SK Poseidon 2:05.16
5. Oscar Hederström S 02 2:05.28
6. Fredrik Lundin SK Neptun 2:05.95
7. Joacim Andersson S 02 2:07.25

400 m medley
1. Micke Jacobsson Täby Sim 4:18.71
2. Fredrik Lundin SK Neptun 4:22.24
3. Jon Lundqvist SK Poseidon 4:25.91
4. Joacim Andersson S 02 4:27.84
5. Andreas Gustavsson S 02 4:30.94
6. Claes Lindgren Tyresö SS 4:31.04

4 x 50 m medley
1. Spårvägens SF Lag 1 1:41.83
Mattias Egmar 27.82
Peter Aronsson 27.88
Jonas Åkesson 23.88
Fredrik Letzler 22.25
2. Väsby SS Lag 1 1:43.09
Daniel Carlsson 25.46
Johnny Engman 28.85
Krister Hörding 25.36
Anders Jönsson 23.42
3. Södertälje SS Lag 1 1:43.19
Joakim Skrabb 27.51
Patric Robertsson 27.58
Stefan Pinter 25.23
Jörgen Uusimäki 22.87
Upsala S Lag 1 1:43.55
Jönköpings SS Lag 1 1:44.15
SK Neptun Lag 1 1:45.27
7. SK Triton 1:45.33

4 x 100 m medley
1. Sundsvalls SS 3:42.54
Tobias Marklund 55.56
Jens Johansson 1:01.95
Johan Nyström 55.74
Niklas Öhman 49.29
2. SK Neptun Lag 1 3:44.32
Stefano Prestinoni 57.83
Ilia Mikhailov 1:02.84
Fredrik Lundin 54.82
Anders Forsberg 48.83
3. Väsby SS Lag 1 3:45.77
Daniel Carlsson 54.90
Johnny Engman 1:02.82
Per Bergkvist 56.72
Anders Jönsson 51.33
4. Spårvägens SF Lag 1 3:46.41
5. Södertälje SS Lag 1 3:48.88
6. KSLS Herrar 3:51.91
7. Trelleborgs SS 3:55.29

POLO
Elitserien 1997
Resultat och slutställning.

VSS - SPIF	6-13
SKK - Ran	8-4
VSS - RSS	8-6
SKK - RSS	12-8
VSS - Ran	7-2

Tabell

1. Västerås SS	10	8	0	2	89-68	16
2. SPIF	10	6	2	2	98-81	14
3. Ronneby SS	10	5	2	3	99-79	12
4. SKK	10	5	0	5	94-83	10
5. SK Ran	10	1	3	6	65-85	5
6. SoIK Hellas	10	1	1	8	53-102	3

Skytteligan

1.Peter Harmat RSS	33
2. Marjan Spernjak SKK	32
3. Fredrik Österlund VSS	31
4. Claes Jutner Hellas	26
Roger Lundqvist Ran	26
6. Erik Axelsson RSS	25
7. Mikael Axelsson SKK	20
8. Henrik Sjöberg SPIF	19
9. Thomas Mandorf Ran	17
Patrik Morsten SPIF	17
11. Fredrik Weinö SPIF	16
12. Richard Roslan VSS	13
13. Henrik Holm RSS	12
Niklas Carlsson VSS	12
14. Oskar Thiel SPIF	11

KONSTSIM

Solo final

1.	Olga Sedakova	Ryssland	98,667
2	Christina Thalassinidou	Grekland	94,467
3.	Gemma Mengual	Spanien	93,467
8.	Sara Lindholm	Sverige	86,533

Par final

1.	O Brusnikina/M Kisseleva	Ryssland	97,800
2.	I Rodriguez/G Moron	Spanien	93,867
3.	I Sentrop/S Donker	Holland	91,533

Lag final

1.	Schweiz	95,000
2.	Spanien	93,867
3.	Holland	91,867
8.	Sverige	82,933

INBJUDAN TILL USM, yngre
i simning i Åhus (Kantarellen) 5-6/7 1997

MEDARRANGÖR:
KSLS och Åhus SS, tävlingen arrangeras Kantarallen (50m)

ÅLDERSKLASSER:
IND. 13 år (1984) LAG: 13 år o.y. (1984-)
12 år (1985)
11 år o.y. (1986-)

TÄVLINGSTIDER:
Tävlingen avgörs i direktfinaler i 4 pass enligt följande:
Lördag 5/7 Pass 1: 09.00 Pass 2: 16.00
Söndag 6/7 Pass 3: 09.00 Pass 4: 16.00

ANMÄLAN:
Anmälan skall vara KSLS, Box 131, 291 22 Kristianstad tillhanda **senast 20 juni, (poststämpel 19 juni), eller via fax nr: 044-21 75 02, samt även via diskett (Grodan).**

ANMÄLNINGSAVGIFT:
25:-/ind. start och 30:-/lagstart skall inbetalas samtidigt med anmälan till KSLS postgiro nr: 430 62 74-4 eller bankgiro: 5164-9069
VIKTIGT!! *Anmälningsavgiften skall vara betald innan tävlingens början, i annat fall tillåts ej start.*

EFTERANMÄLAN: Efteranmälningstiden utgår torsdagen den 3 juli kl. 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN. Efteranmälningsavgiften är för ind start 300:- och för lagstart 400:-

Ang. betalningen, se ovan!

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

KVALNORMER:
KVALTIDER: se nedan
SEEDNING: Alla tider seedas i tidsordning **oavsett** bassänglängd, 25- el. 50 m
KVALPERIOD: 1996-06-27—1997-06-19

Viktigt vid klubbyte!. *Vid anmälan till mästerskap måste anmälande klubb uppge om en simmare* **ej skall ha SM-poäng på det speciella anmälningsformuläret som skickas ut från arrangören.**
Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng.
OBS! DM/JDM räknas som mästerskapstävlingar!, se SSF:s stadgar § 206.

INFORMATION om logi, kost mm har utsänts till klubbarna från KSLS Övrig info om tävlingarna kan fås via KSLS kansli, tel: 044-21 75 02, 10 23 22, el Åhus kansli, 044-24 70 10.

KVALTIDER OCH GRENORDNING
SUM-SIM, yngre, Åhus (KSLS) 5-6/7 1997, 50m bana

Pass 1	25m	50m
1. 50 m fjäril P13	32,20	33,00
2. 50 m bröst F13	38,50	39,30
3. 50 m rygg P12	36,40	37,20
4. 50 m frisim F12	30,40	31,20
5. 400 m frisim P11-	5.39,90	5.47,90
6. 50 m bröst F11-	41,70	42,50
7. 100 m rygg P13	1.14,50	1.16,00
8. 100 m frisim F13	1.04,20	1.05,70
9. 100 m fjäril P12	1.20,30	1.21,80
10. 100 m bröst F12	1.27,50	1.29,00
11. 100 m rygg P11-	1.24,50	1.26,00
12. 100 m frisim F11-	1.12,30	1.13,80
13. 400 m frisim P13	4.53,10	5.01,10
14. 200 m medl F12	2.46,60	2.49,60
15. 50 m fjäril P11-	37,50	38,30
16. 4x50 m rygg F13-	2.29,30	2.32,30
17. 4x50m frisim P13-	2.01,90	2.04,90

Pass 2		
18. 50 m fjäril F13	32,70	33,50
19. 50 m bröst P13	37,20	38,00
20. 50 m rygg F12	36,20	37,00
21. 50 m frisim P12	30,70	31,50
22. 400 m frisim F11-	5.39,90	5.47,90
23. 50 m bröst P11-	43,40	44,90
24. 100 m rygg F13	1.15,70	1.17,20
25. 100 m frisim P13	1.03,60	1.05,10
26. 100 m fjäril F12	1.17,60	1.19,10
27. 100 m bröst P12	1.27,40	1.28,90
28. 100 m rygg F11-	1.24,50	1.26,00
29. 100 m frisim P11-	1.12,00	1.13,50
30. 400 m frisim F13	4.51,90	4.59,90
31. 200 m medl P12	2.49,80	2.52,80
32. 50 m fjäril F11-	37,30	38,10
33. 4x50 m rygg P13-	2.28,10	2.31,10
34. 4x50m frisim F13-	2.03,00	2.06,00

Pass 3	25m	50m
35. 100 m fjäril P13	1.13,40	1.14,90
36. 100 m bröst F13	1.24,20	1.25,70
37. 100 m rygg P12	1.19,20	1.20,70
38. 100 m frisim F12	1.07,10	1.08,60
39. 100 m fjäril P11-	1.27,70	1.29,20
40. 100 m bröst F11-	1.32,10	1.33,60
41. 50 m rygg P13	34,20	35,00
42. 50 m frisim F13	29,60	30,40
43. 400 m frisim P12	5.13,20	5.21,20
44. 50 m bröst F12	40,10	40,90
45. 50 m rygg P11-	39,10	39,90
46. 50 m frisim F11-	32,50	33,30
47. 200 m medl F13	2.40,10	2.43,10
48. 50 m fjäril P12	34,60	35,40
49. 200 m medl F11-	3.00,40	3.03,40
50. 4x50 m bröst P13-	2.41,60	2.44,60
51. 4x50 m fjäril F13-	2.21,30	2.24,30

Pass 4		
52. 100 m fjäril F13	1.13,50	1.15,00
53. 100 m bröst P13	1.22,20	1.23,70
54. 100 m rygg F12	1.19,20	1.20,70
55. 100 m frisim P12	1.07,80	1.09,30
56. 100 m fjäril F11-	1.27,50	1.29,00
57. 100 m bröst P11-	1.34,60	1.36,10
58. 50 m rygg F13	34,70	35,50
59. 50 m frisim P13	28,50	29,30
60. 400 m frisim F12	5.06,40	5.14,40
61. 50 m bröst P12	39,90	40,70
62. 50 m rygg F11-	38,50	39,30
63. 50 m frisim P11-	32,70	33,50
64. 200 m medl P13	2.38,90	2.41,90
65. 50 m fjäril F12	34,60	35,40
66. 200 m medl P11-	3.03,40	3.06,40
67. 4x50 m bröst F13-	2.40,70	2.43,70
68. 4x50 m fjäril P13-	2.18,60	2.21,60

INBJUDAN TILL USM,äldre i simning i Halmstad 5-6/7 1997

MEDARRANGÖR:
SK Laxen, tävlingen arrangeras i Simstadion (50m, utomhus)

ÅLDERSKLASSER:
IND. 16-15 år (1981-82) LAG: 16 år o.y. (1981-)
14 år o.y. (1993-)

TÄVLINGSTIDER:
Tävlingen avgörs i direktfinaler i 4 pass enligt följande:

Lördag 5/7	Pass 1:	09.00	Pass 2:	16.00
Söndag 6/7	Pass 3:	09.00	Pass 4:	16.00

ANMÄLAN:
Anmälan skall vara SK Laxen, Simhallen, 302 32 Halmstad tillhanda **senast 20 juni, (poststämpel 19 juni), eller via fax nr: 035-10 35 50 samt även via diskett (Grodan).**

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

EFTERANMÄLAN: Efteranmälningstiden utgår torsdagen den 3 juli kl. 12.00. KVALIFICERING MELLAN ORDINARIE ANMÄLNINGSTID OCH EFTERANMÄLNINGSTIDENS UTGÅNG ÄR EJ TILLÅTEN. Efteranmälningsavgiften är för ind start 300:- och för lagstart 400:- Ang. betalningen, se ovan!

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

KVALNORMER:
KVALTIDER: se nedan
SEEDNING: Alla tider seedas i tidsordning **oavsett** bassänglängd, 25- el. 50 m
KVALPERIOD: 1996-06-27—1997-06-19

Viktigt vid klubbyte!. *Vid anmälan till mästerskap måste anmälande klubb uppge om en simmare* **ej skall ha SM-poäng på det speciella anmälningsformuläret som skickas ut från arrangören.**
Detta skall anges i rutan: Ej SM-poäng.
OBS! DM/JDM räknas som mästerskapstävlingar!, se SSF:s stadgar § 206.

INFORMATION om logi, kost mm har utsänts till klubbarna från SK Laxen. Övrig info om tävlingarna kan fås via Laxens kansli, tel: 035-10 35 50.

KVALTIDER OCH GRENORDNING
SUM-SIM, äldre, Halmstad 5-6/7 1997, 50m bana

Pass 1

	25m	50m
1. 400 m frisim P15/16	4.22,20	4.30,20
2. 50 m fjäril F15/16	30,80	31,60
3. 200 m frisim P14-	2.10,10	2.13,10
4. 100 m rygg F14-	1.13,70	1.15,20
5. 50 m bröst P15/16	32,70	33,50
6. 400 m medl F15/16	5.26,00	5.34,00
7. 100 m bröst P14-	1.16,30	1.17,80
8. 200 m medl F14-	2.37,50	2.40,50
9. 100 m fjäril P15/16	1.02,70	1.03,50
10.200 m bröst F15/16	2.53,10	2.56,10
11. 50 m rygg P14-	32,30	33,10
12. 50 m frisim F14-	29,10	29,90
13.200 m rygg P15/16	2.20,40	2.23,40
14. 100 m frisim F15/16	1.01,50	1.03,00
15. 200 m fjäril P14-	2.31,60	2.34,60
16. 800 m frisim F14-	10.00,10	10.16,10
17. 4x100 m frisim P16-	3.49,40	3.55,40
18. 4x50 m medl F16-	2.09,90	2.12,90

Pass 2

19. 400 m frisim F15/16	4.41,00	4.49,00
20. 50 m fjäril P15/16	28,00	28,80
21. 200 m frisim F14-	2.16,30	2.19,30
22. 100 m rygg P14-	1.09,60	1.11,10
23. 50 m bröst F15/16	36,30	37,10
24. 400 m medl P15/16	4.59,80	5.07,80
25. 100 m bröst F14-	1.20,50	1.22,00
26. 200 m medl P14-	2.27,60	2.30,60
27. 100 m fjäril F15/16	1.09,00	1.10,50
28. 200 m bröst P15/16	2.34,30	2.37,30
29. 50 m rygg F14-	34,00	34,80
30. 50 m frisim P14-	27,10	27,90
31. 200 m rygg F15/16	2.33,50	2.36,50
32. 100 m frisim P15/16	56,00	57,50
33. 200 m fjäril F14-	2.38,00	2.41,00
34. 1500 m frisim P14-	18.22,00	18.52,00
35. 4x100 m frisim F16-	4.10,80	4.16,80

Pass 3

37. 200 m frisim P15/16	2.02,60	2.05,60
38. 100 m rygg F15/16	1.11,30	1.12,80
39. 400 m frisim P14-	4.34,30	4.42,30
40. 50 m fjäril F14-	31,90	32,70
41. 100 m bröst P15/16	1.11,10	1.12,60
42. 200 m medl F15/16	2.32,20	2.35,20
43. 50 m bröst P14-	35,00	35,80
44. 400 m medl F14-	5.32,50	5.40,50
45. 50 m rygg P15/16	30,20	31,00
46. 50 m frisim F15/16	28,30	29,10
47. 100 m fjäril P14-	1.07,50	1.09,00
48. 200 m bröst F14-	2.55,80	2.58,80
49. 200 m fjäril P15/16	2.21.50	2.24,50
50. 800 m frisim F15/16	9.42,00	9.58,00
51. 200 m rygg P14-	2.29,00	2.32,00
52. 100 m frisim F14-	1.02,40	1.03,90
53. 4x50 m frisim P16-	1.43,90	1.46,90
54. 4x100 m medl F16-	4.46,30	4.52,30

Pass 4

55. 200 m frisim F15/16	2.12,30	2.15,30
56. 100 m rygg P15/16	1.04,40	1.05,90
57. 400 m frisim F14-	4.45,40	4.53,40
58. 50 m fjäril P14-	30,20	31,00
59. 100 m bröst F15/16	1.18,90	1.20,40
60. 200 m medl P15/16	2.18,90	2.21,90
61. 50 m bröst F14-	37,20	38,00
62. 400 m medl P14-	5.16,50	5.24,50
63. 50 m rygg F15/16	33,00	33,80
64. 50 m frisim P15/16	25,70	26,50
65. 100 m fjäril F14-	1.11,00	1.12,50
66. 200 m bröst P14-	2.46,00	2.49,00
67. 200 m fjäril F15/16	2.33,90	2.36,90
68.1500 m frisim P15/16	17.24,50	17.54,50
69. 200 m rygg F14-	2.35,30	2.38,30
70. 100 m frisim P14-	59,10	1.00,60
71. 4x50 m frisim F16-	1.55,30	1.58,30



konstsim

Loano Synchro Cup

29-31 mars 1997

För fjortonde året i rad arrangerades Loano Synchro Cup, en internationell tävling för juniorer. Sexton länder var representerade av landslag eller klubblag från framförallt Europa, men även från Kanada och Colombia. Tävlingen inleddes med de obligatoriska figurerna på lördagen. Av 113 startande vann Vale Hould Marchand från Kanada med poängen 77,624, tätt följd av Charlotte Fabre och Miriam Glez från Frankrike med poängen 77,570 respektive 76,290. Bäst bland svenskorna var Lisa Lindberg med poängen 67,624. I parförsöken samma dag där 24 par ställde upp lyckades Lisa Lindberg och Anna Sneen ta den sista finalplatsen genom att besegra det österrikiska paret med 0,234 poäng. Vinnare i parfinalen blev Frankrike med 85,764, följt av Italien med 84,905 och Kanada med 83,948 på andra respektive tredje plats. Slutresultatet för Lisa och Anna blev en 12:e plats med poängen 70,126.

Solotävlingen vanns av Vale Hould Marchand med poängen 86,760 före Charlotte Fabre, Frankrike och Lorena Zaffalon, Italien. Sverige representerades av Anna Sneen och Maria Wennström som dock inte lyckades ta sig till final. I lagtävlingen, där nio lag ställde upp, låg det svenska laget efter figurerna på en åttonde plats, med chans att slå Österrike. Några missar i försöken gjorde att det svenska laget låg kvar på åttonde plats inför finalen, men efter en bra simning i finalen tog sig det svenska laget upp en placering och slutade på en sjunde plats. Vinnare i lagtävlingen blev Italien. Frankrike tog andra platsen och Kanada tredje platsen.

I den internationella sammanställningen hamnade Sverige på en godkänd sjunde plats bland de 16 startande länderna. Den största överraskningen stod Grekland för som hamnade på fjärde plats totalt efter de etablerade länderna Italien, Frankrike och Kanada.

Heidi Ekelund

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävl. klar
Susanne Ysing	Katrineholms SS	Eskilstuna SS	1997-03-08
Anette Janz	SK RAN	SK Neptun	1997-03-08
Annika Möller	"	"	"
Jon Sjögren	Orsa IF Simklubb	SS Mora	1997-03-09
Joakim Andersson	Kungsbacka SS	S 02	1997-03-22
Elina Fors	Klippans SS	Anderstorps SS	1997-03-22
Emma Olsson	SK Sydsim	Malmö KK	1997-03-26
Andreas Blomstrand	SK RAN	Malmö KK	1997-03-28
Carl-Johan Kaudern	Markaryds SS	Göteborg Sim	1997-04-05
Johan Backlund	Sandviks IK	Umeå SS	1997-04-05
Rosana Garcia	Kanaans SS	Spårvägen SF	1997-04-11
Helena Lidén	"	"	"
Lotta Johansson	Skövde SS	SK Götene	1997-04-12
Kristina Grimfors	Skuru IK	Saltsjöbadens IF	1997-04-13

Träningsläger utomlands

Årligen reser drygt 60 simgruppper med oss på simläger till ett flertal resmål i Danmark samt till Malta och Spanien (Club La Santa, Lanzarote).

Ring och beställ vår specialbroschyr om simläger!

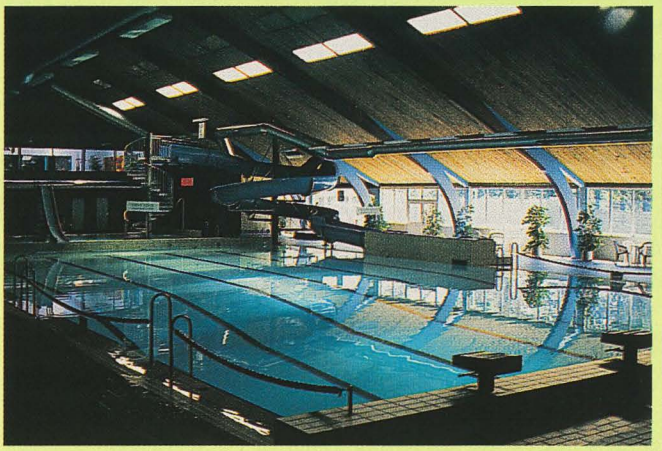
Nörresundby Idrottscenter



Danmarks mest kompletta idrottscenter! 50-metersbassäng, styrketräningslokaler, 2 idrottshallar, fotbollsplaner, tennishall, squashbanor, boulebanor m.m.

Prisexempel 1997: 4 dagar **1.295:-**
6 dagar **1.985:-**

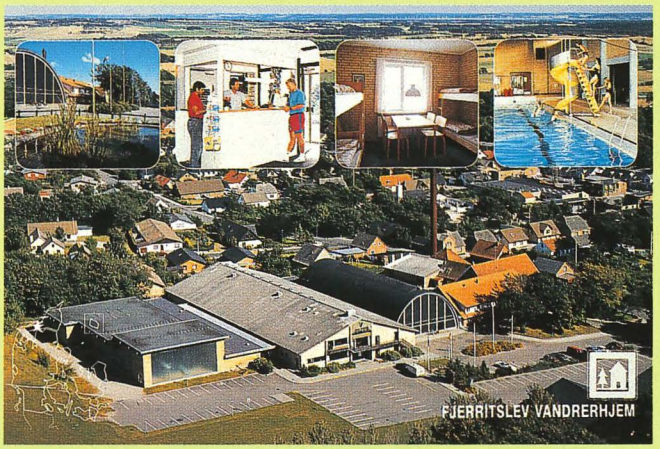
Lökken Idrottscenter



Vårt mest populära resmål sommartid! 25-metersbassäng, stor idrottshall, beachvolley, biljard, boule m.m. Endast 500 meter till en underbar sandstrand.

Prisexempel 1997: 4 dagar **1.245:-**
6 dagar **1.875:-**

Han Herred Fritidscenter



Ett av våra mest populära simresmål!!! 25-metersbassäng, två idrottshallar, gymnastiksal, biljard, pingis, fotbollsplaner m.m.

Prisexempel 1997: 4 dagar **1.295:-**
6 dagar **1.985:-**

Vi har rest med OLKA många år i rad till ett flertal resmål i Danmark och även till Spanien. Lökken är dock vår speciella "25-metersfavorit".
Eleonor Fekete, Skövde SS.

Ett komplett idrottscenter. Jag har varit på Nörresundby Idrottscenter med Svenska Juniorlandslaget och med Skäret SS och varit mycket nöjd med hela arrangemanget. ***Leif Karlsson.***

Idrottens Resebyrå

OLKA resor

OLKA Sportresor AB
Erik Dahlbergsgatan 1
411 26 Göteborg
✆ **031-13 74 00**
Fax 031-13 50 90

Bad News...

De finns där alltid. Glidaren, delegeraren, optimisten och alla de andra. I varje organisation dyker de upp. Det spelar ingen roll om det är en klubbtävling eller ett mästerskap som ska organiseras. De finns där alltid.

Såsom utanförstående har jag ju ingen inblick i den organisation som förberett och genomfört VM-tävlingarna i Göteborg. Men de fanns säkert där också. Utifrån min tidigare erfarenhet kan man dela upp de som ingår i en organisation i grupper. Ibland förekommer de olika typerna i kombination. För att inte på något sätt rangordna dem föredrar jag att presentera dem i bokstavsordning.

Alltid redo

Är alltid beredd att ta på sig arbetsuppgifter men utför dem sällan. Livsfarliga då favorituttrycket är "Allt är under kontroll" när det i själva verket är tvärtom.

Arbetaren

Nyttig, arbetsam, har ibland lite svårt att förstå. Förirrar sig gärna ner i detaljer och kan stanna där i evinnerliga tider. Saknar fullständigt förmågan att se helheten. Bra som arbetare. Bör förbjudas på möten då han kan få ett normalt tvåtimmars möte att hålla på i fem timmar utan problem.

Baktalaren/Smickraren

Farlig typ. Talar gärna om hur duktig han är. Ofta rätt smart. Talar aldrig direkt illa om någon annan. Gör det istället genom att framställa sig själv som den stora problemlösaren. Gör små problem oerhört stora, löser dem och hoppas på så sätt att bli berömd. Anpassar arbetstiden till chefens. Kommer lite innan och går lite efter.

Delegeraren

Utför aldrig en arbetsuppgift själv. Till och med själva delegeringen lyckas han alltid delegera. Har hög självuppfattning. Tar gärna till sig beröm för av någon annan utförd arbetsuppgift. Har alltid någon/något att skylla på om det inte blivit klart. Är oerhört verbal och duktig på att dupera omgivningen. Genomskådas dock snart av de flesta. Brukar



göra sig oanträffbar/försvinna när det hettar till. Oanvändbar till annat än utfyllnad i ett organisationsschema. Lever efter måttot "Gör inte idag vad någon annan kan göra för dig i morgon".

Glader

Alltid glad. Sover gott om nätterna. Tar aldrig på sig ett uppdrag. Berättar gärna roliga historier på möten. Oförarglig, kan med fördel användas som historieberättare i alla organisationer. Inkallas lämpligen då budgetöverdrag ska presenteras.

Glidaren

Ofta i kombination med typen Delegeraren. För sig på ett representativt sätt bland människor. Kommer sent och går tidigt. Användbar som toastmaster vid bjudningar. Oduglig till övrigt. Dyr i drift och bör undvikas.

Nostalgikern

Har ofta varit med länge, alldeles för länge. Har som största och enda merit att ha varit med just länge. Känns lätt igen på favorituttrycket "Det har vi provat förut och det fungerade inte". Har ingen/dålig förståelse för att omgivningen har förändrats de senaste 20 åren. Använder gärna skrivmaskin av märket Facit.

Optimisten

Överskattar sin egen förmåga. Lever i tron att dygnet har 48 timmar. Kan i sin uppenbarelse vara lika farlig som pessimisten då guld och gröna skogar utlovas. Resultatet blir i bästa fall lite skrot och en avlövad skogsdunge.

Pessimisten

Reserverar sig alltid mot beslut, i efterskott. Favorituttrycken "Det går aldrig" och "Vad var det jag sa" används flitigt. Upprepar med viss frekvens "Ni gör som ni vill" på möten. Har kompletterat hängslen och livrem i byxorna med resår.

Prater

Har oftast massor av kontakter, kompisar. Dessa presenteras som nära vänner som gärna ställer upp och hjälper till. Fungerar sällan eller aldrig. Är med och har åsikter om allt och alla. Talar om för alla som vill/inte vill höra på hur de ska göra. Allt i bästa välmening. Splittrar och söndrar. Placeras lämpligen i egen organisationsruta men utan ansvar och budget.

Uppskjutaren

Tar gärna beslut senare. Lever efter ordspråket "Gör inte idag vad du kan göra en annan dag". Bra att ha när man inte önskar fatta beslut.

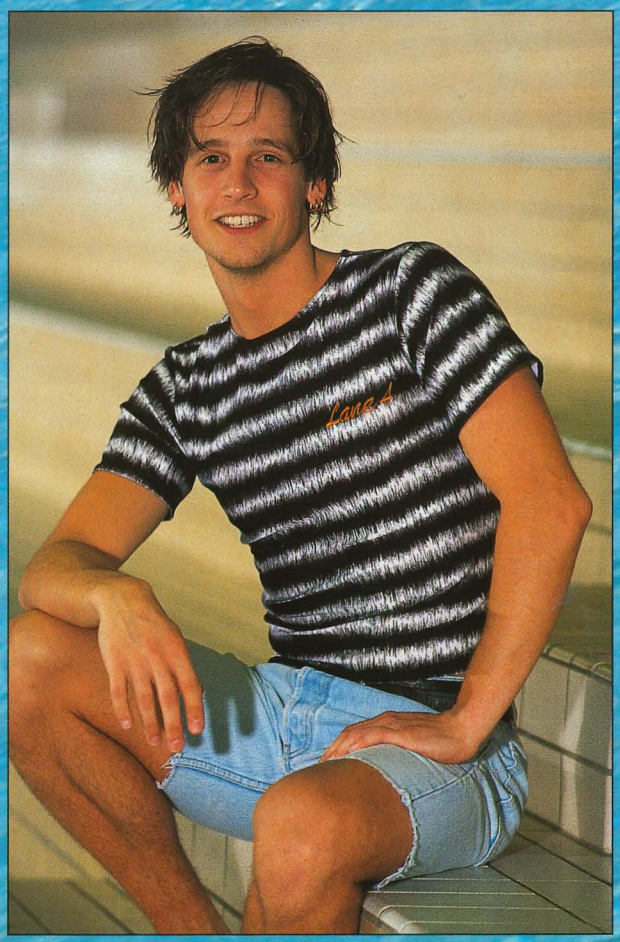
Det var en liten skumning på ytan när det gäller olika karaktärer. Det är viktigt att klarlägga, för att ingen ska känna sig utpekad, att varje likhet med nu levande eller döda personer är en ren tillfällighet.

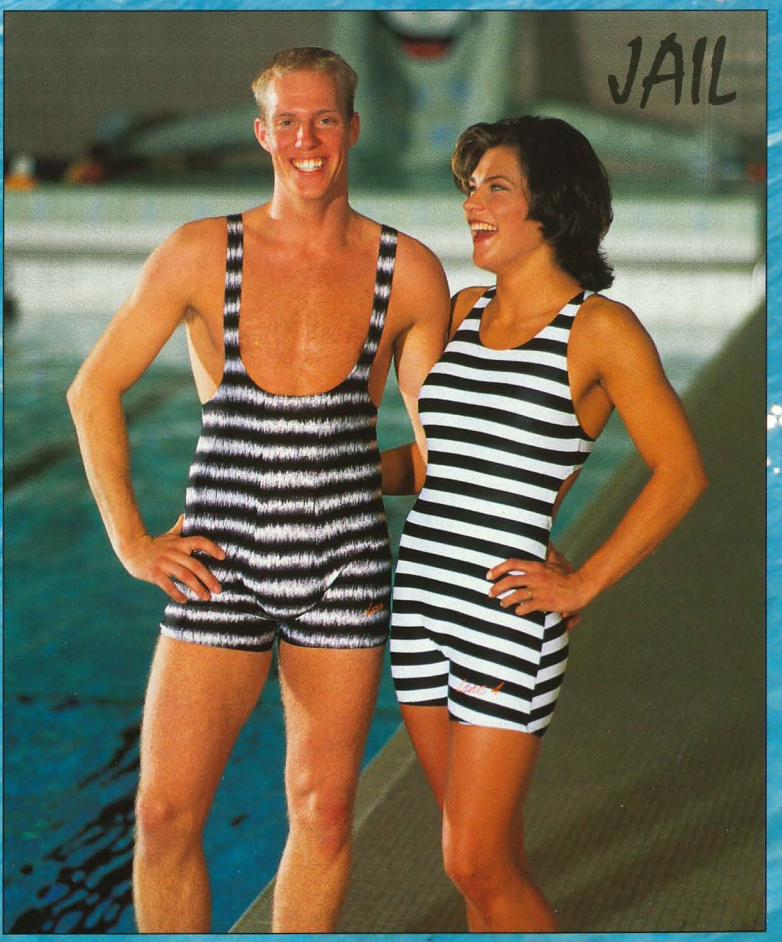
Er tillgivne P.R.O. Literus

Lane 4®



NYHET NEWS NYHET NEWS NYHET NEWS NYHET NEWS





Lane 4 Fashion, Nybrog. 9B, 503 31 Borås, Tel. 033-41 55 30 Fax 033-14 01 04
International Phone +46 33-41 55 30 Fax +46 33-14 01 04

http://www.World-of-SPEEDO.com

the LINE OF LEAST RESISTANCE



aquablade

Speedo har lyckats utveckla en snabbare simdräkt genom ett nykonstruerat material med extremt lågt motstånd och perfekta skärningar. Denna högteknologiska dräkt har i mätningar visat sig vara upp till 8% snabbare än närmaste konkurrent.



Aquablades ribbade yta ökar hastigheten på vattenflödet och håller dräkten nära kroppen längre. Resultatet blir en perfekt skärning genom vattnet med ökade möjligheter till nya rekord.

När oberoende tester har utförts på Institutet för Hydrodynamik vid Ruhr Universitetet, har det visat sig att Aquablade förbättrar glidegenskaperna vid start och vändning med 19%. Världsrekordet är hotat.

SPEEDO®

BORN IN THE WATER

Marknadsförs av SEGER UNITED AB Tel. 0321-702 00