SVENSKA SIMFÖRBUNDETS TIDNING 12-95 PRIS 35:-

Sim sport



God Jul
och Gott Nytt År
med

VM i Rio, JSM och 4 nya OS-stjärnor

Simläger?
Orebadet i Sjöbo!

Billiga priser på bassäng och logi!

50m bassäng
7 banor

För info och bokning ring 0416-272 02

Fritidsnämnden
Sjöbo Kommun

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



Röstånga
Söderåsen i Skåne

Träningsläger i bra miljö med rika möjligheter till kringaktiviteter
- fiske, äventyrsland, tennis, bollplan, djurparker, veteranjärnväg, vandringsleder...

Bra priser på logi.
Grupplogi med självhushåll från 25 kr/pers.

Omtyckt och naturskönt friluftsbad
50 meters bassäng, 8 banor och separat vattenrutschbana.

Bokning och information 0418-550 30
Kultur- och utbildningsförvaltningnen

SVALÖVS KOMMUN
-ETT STRÅ VASSARE

Sunnerbohallen Ljungby

KULTUR & FRITID
LJUNGBY KOMMUN

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

Träningsläger

Sporthallar, bollplaner, ishall, bowling
Simhall, 50-m 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.

INNEHÅLL: Sid 3 På kanten • 5 VM-reportage • 11 Simnyheter • 12 Grand Prix • 13 OS-stjärnor • 15 JSM • 18 Hopp • Månadens överraskning 20 • 21 Officiellt • 26 Med Malin.. • 30 Polo • 33 Simsport i Europa • 35 Resultat • 42 Chrunaks krönika.

På kanten

... till ett nytt år vill jag lugna alla som hört av sig med anledning av Chrunaks Chrönika i förra numret. Simsport kommer även nästa år att vara öppen för debatt och diskussion om sådant som rör Simförbundets verksamhet. Men tack för alla glada tillrop de senaste veckorna. De värmde i novembermörkret. Ett särskilt tack till "Stina" som avslutar sitt brev med: "Simningen behöver inte en klick "liktänkare" eller "ja-sägare", men låt oss visa respekt och hänsyn för varandra och genom samarbete, debatter och raka diskussioner föra vår idrott framåt."

Både ljus och mörker fanns i Brasilien för svensk del under kortbane-VM i simning. VM-reportage med härliga bilder fyller flera sidor. Mest ljus var det vid simmarnas junior-SM i Göteborg. Massor av bra resultat och en härlig stämning. Så blev det en hel del röster och bilder i Simsport Underbar stämning var det också både i Kristianstad och Söderhamn men de reportagen får vänta till nästa Simsport. Hopparna är också i full fart med sin säsong och det ser mycket bra ut.

En rörelsepedagog vid namn Barbro Hultman, satt i TVs Rapport den 9 december och förfasade sig över att idrotten inte längre har någon själ. Nu framgick det inte om hon var pedagog för rörelsen, ex vis folk- eller om det var själva rörelsen, som i dans. Inte heller om rörelsen behövde pedagogiseras. Nej. Hon sa att idrotten inte längre hade någon själ och refererade till de senaste händelserna i fotboll och ishockey. Synd att hon aldrig varit på en simtävling eller ett simträningspass.

Då hade hon fått uppleva idrottens själ. Inte bara i simning förresten. Men att se knattar och knattor, en söndagsmorgon i exempelvis Walkersborgsbadet i Uddevalla, tävla med varandra och inte så mycket mot varandra ger hopp för framtiden. Alla ideella ledare, engagerade föräldrar som ännu inte med hjälp av mutor köpt barnens intresse, släktingar som tycker det är fantastiskt att så små barn kan simma så fort och massor av barn som med hjälp av simningen får en härlig inkörsport till övrig idrott. Det mest fantastiska är att den där känslan finns även när det blir dags för sådant som U-, J- och Senior-SM. Jag tror inte heller simningen är unik med just den känslan.

Men att klaga över att idrotten har förlorat sin själ och referera till Råsunda och Ullevi är att vara väl slarvig. Där förekommer inte så mycket idrott. Mer underhållningsvåld. Och så hycklande ledare och spelare som på måndagen beklagar huliganernas framfart för att på Söndag stå där i kurvan, framför fansen, och bocka och tacka för stödet. Så att samma fans en stund senare kan gå ut och sparka ner folk. Det är inte idrott. Och det som inte finns kan inte förlora ens en själ.

Nej njut av den idrott vi håller på med. Det väntar mycket roligt detta OS-år. Tack för detta och Gott Nytt önskar

Lars-Åke Lindqvist
Redaktör

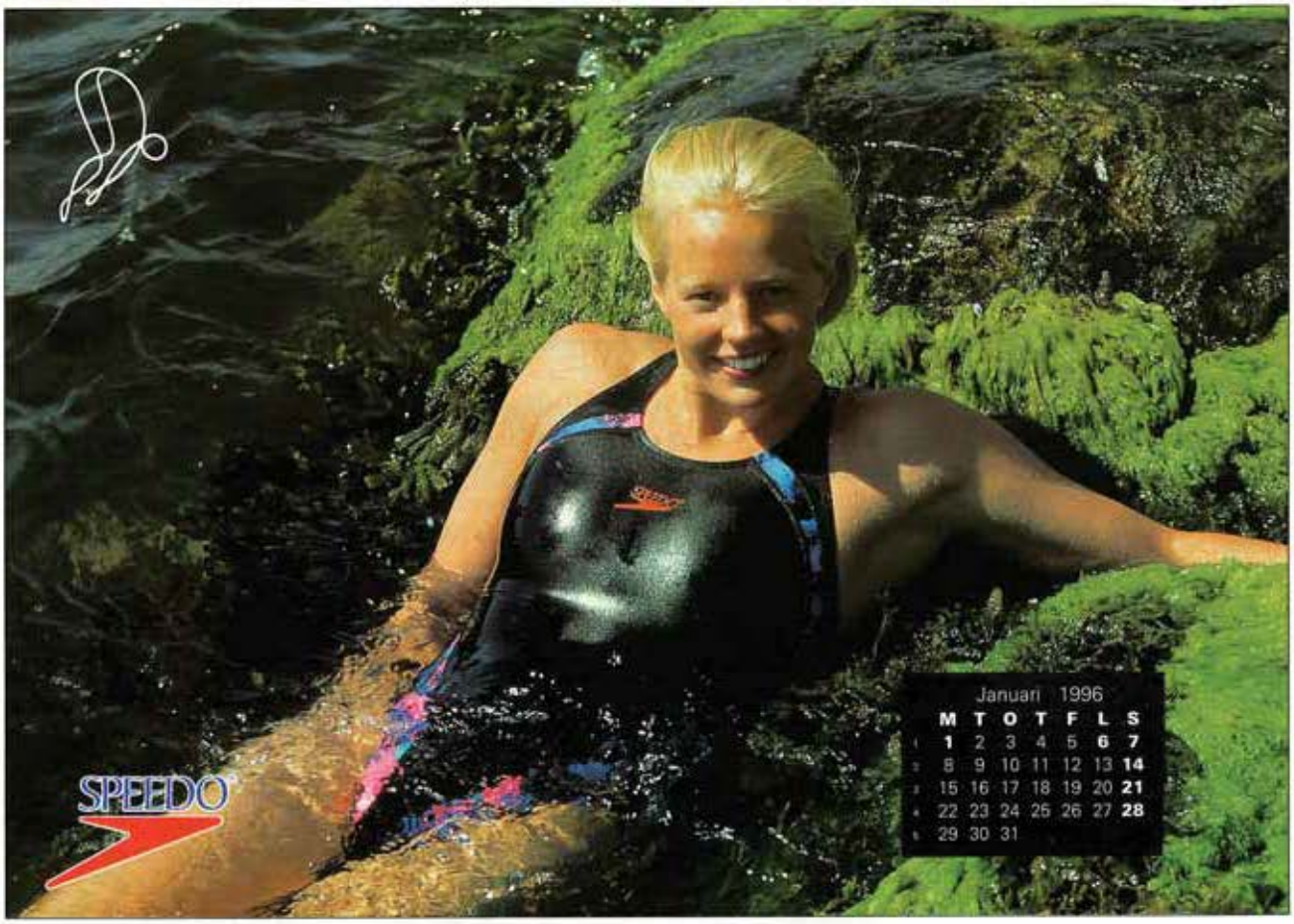
OMSLAGET: Kortbane-VM avgjordes i monterbar bassäng på världens mest berömda badstrand, Copacaban i Rio de Janeiro.
Louise Karlsson efter bronset på 200 m medley. Foto: Denny Calvo, Bildbyrån

SIMSPORT. ÅRGÅNG 50. OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET, IDROTTENS HUS, 123 87 FARSTA. s.f..ANSVARIG UTGIVARE: ANDERS WERNESTEN 031-22 56 20, REDAKTÖR: LARS-ÅKE LINDQVIST. REDAKTIONENS ADRESS: SIMSPORT, BOX 111, 440 45 NÖDINGE, TEL 0303-22 98 98, FAX 0303-22 92 62, E-MAIL lars-ake.lindqvist@mailbox.swipnet.se. ANNONSER, PRODUKTION, PRENUMERATIONER: SIMSPORT, VINGALANDSGATAN 8, 417 63 GÖTEBORG, TEL 031-23 33 50, FAX 031-22 32 34, E-MAIL: forlag@forlagspoolen.se. GRAFISK FORM: BIRGITTA LINDGREN, TEKNISK PRODUKTION: FÖRLAGSPOOLEN AB, TEL 031-22 56 20. FÖRLAGSREDAKTÖR: ANDERS WERNESTEN. PRENUMERATIONER: HELÅR 250:-, (10 UTGÅVOR 1995), NORDEN 360:-, UTANFÖR NORDEN 530:-/ÅR SÄTTES IN PÅ POSTGIROTNUMMER 27332-6. TRYCK: VÄRM-LANDSTRYCK, ISSN: 0346-1084. FÖR EJ BESTÄLLT MATERIAL, TEXT OCH BILDER ANSVARAS EJ. VID EVENTUELL BESKATTNING AV VINSTER I TIDNINGENS PRIS-TÄVLINGAR SVARAR PRISTAGAREN FÖR DENNA KOSTNAD. DENNA TIDNINGS UTLÅNING I FÖRVÄRVSSYFTE FÖRBJUDES. DET GÅR BRA ATT CITERA SIMSPORT EFTER TILLSTÅND AV REDAKTIONEN.

Årets hulklapp!!

Svenska Simförbundet

VM kalender 96-97



Erbjudandet gäller så länge lagret räcker.

Svenska Simförbundets **VM-KALENDER** med läckra bilder på landslagssimmare. De bästa du sett på länge. 16 uppslag, ett för varje månad ända fram till kortbane-VM i Göteborg, april 1997. Måttet är 328x455 mm.

Den är verkligen en prydnad för varje hem/kontor eller kansli. Pris endast 120 kr.

Är du prenumerant på Simsport köper du den för 96 kr. Värva en prenumerant och du får kalendern **GRATIS!** Och då bjuder vi på portot också!!

JA tack. Jag vill ha VM-kalendern.

- ☐ Jag är prenumerant på Simsport. 96: + porto och exp. avg 25:-
- ☐ Jag är inte prenumerant på Simsport. 120 :- + porto och exp.avg. 25:-
- ☐ Jag har värvat en prenumerant och får kalendern **GRATIS** när den nya prenumerationen har betalats. Vi bjuder på portot också.

Mitt Namn _____

Adress _____

Postadress _____ Tel _____

NY Pren. Namn _____

Adress _____

Postadress _____ Tel _____

Porto

eller faxa 031-22 32 34

Sim sport

Vingalandsgatan 8
417 63 Göteborg

Sjukt med flera rekord

VM-95

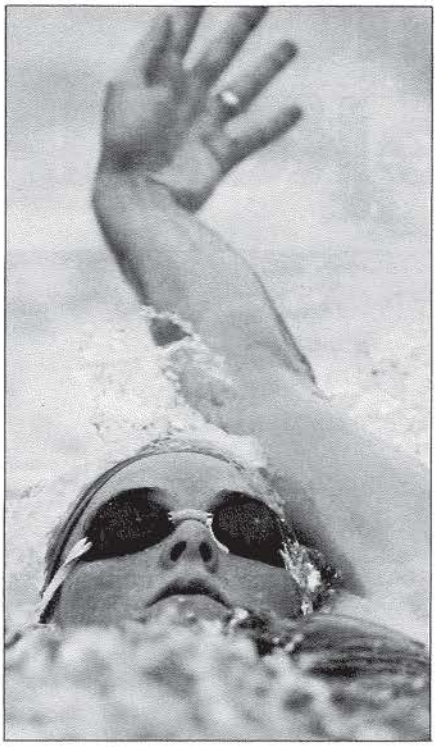


Louise Karlsson efter bronset på 200 m medley.

Sverige blev sjätte bästa nation vid kortbane-VM i Rio de Janeiro i månadsskiftet november-december. Två sjuka stjärnor, Anders Holmertz och Lars Frölander, gjorde att herrarna inte kunde försvara sin tittel från VM-93 på 4x200 m fritt. Samtidigt försvann ett par guldchanser, 100 m fjäril, 200 m och 400 m fritt samt korta frisimslagkappen. De herrar som var friska simmade alla final. Damerna fick i stället försvara de svenska färgerna. Och det gjorde de med besked. Sju svenska seniorrekord, ett juniorrekord och två brons fick de med sig hem. Johanna Sjöberg, Louise Karlsson, Linda Olofsson och Louise Jöhncke tog brons på 4x100 m fritt och Louise Karlsson fick sin andra medalj när hon tog brons på 200 m medley med svenskt rekord, 2.12.38. De andra rekorden kom på 4x200 m fritt genom Johanna Sjöberg, Malin Nilsson, Josefin Lillhage och Louise Jöhncke, 8.03.70, Lena Eriksson två gånger på 200 m bröst, 2.27.77 i försök och 2.26.86 i final, Johanna Sjöberg på 100 m fjäril, 59.89 samt genom laget på 4x100 m medley med Therese Alshammar, Maria Östling, Johanna Sjöberg och Linda Olofsson, 4.05.83. Dessutom blev det svenskt rekord på 100 m fritt då Johanna Sjöberg simmade startsträckan på 55.14. Maria Östling simmade på juniorrekord med 2.28.52 på 200 m bröst. Så blev de svenska damerna trea i nationsstriden med 226,5 poäng bakom Australien, 373 och Kanada, 306 men före USA, 183,5, Kina, 181 och Tyskland, 171. Herrarna blev av förklarliga skäl elfte bästa nation. 69 nationer fanns på plats på Copacabana i Rio de Janeiro för de andra kortbanemästerskapen.

VM-95





Louise Karlsson



Maria Östling, svenskt juniorrekord.

FÖRSTA DAGEN

VM började mardrömslikt för de svenska simmarna. Förhoppningarna om gyllene medaljer försvann med sjukdomar hos Lars Frölander och Anders Holmertz. På planet från USA till Rio insjuknade Lars Frölander och klagade på illamående. Anders kände sig krasslig efter några dagar i Rio. Det blev värre och när det blev dags för första tävlingsdagen var han så yr att han inte kunde ta sig ur sängen. Yrseln ökade under de följande dagarna och ingen av de två kunde tävla. I stället klev Mikaela Laurén fram och tog sig till final på 200 m fjäril. Där blev hon sjua, 2.13.05, bara 53 hundradelar över sitt eget svenska rekord. Danmarks Mette Jacobsen tog brons, 2.11.07 bakom Australiens Susan O´Neil, 2.06.18 och Kinas Limin Liu, 2.06.51. Det var bättre resultat än för två år sedan i Palma.

Daniel Carlsson, som vid VM-kvalet i Helsingborg simmade under 1.50 på 200 m fritt för första gången, fortsatte att övertyga i Rio. Med 1.51.53 i försöken tog han sig till B-final som 13:e. I finalen, som vanns av Brasiliens Gustavo Borges på 1.45.55, simmade Daniel upp sig till tionde plats med 1.50.59, bara 18 hundradelar från seger i B-finalen. Starkt gjort i en VM-debut.

Frisimsdamerna Louise Jöhncke och Ellenor Svensson var en bit från sina personbästa i försöken på 100 m fritt, 55.90 och 56.54 men nådde 10:e och 14:e plats och B-final. Louise slogs ut med 4 hundradelar av Franziska van Almsick, som sin vana trogen på VM sölade i försöken. B-finalen vanns av Louise, 55.91 medan Ellenor blev 15:e med 56.70. I finalen tog van Almsick en chans och stack iväg långt före startsignalen. Hon diskades, såg förvånad ut och försvann för att inte mer ta VM på allvar. Den emotsedda finalen mellan henne och Kinas Yingyi Le blev inte av. Kinesiskan vann enkelt på 53.23 och såg förvånansvärt fräsch ut efter att tre veckor tidigare hoppat från 14:e våningen.

Bakgrunden är det rykte som kom ut i samband med det svenska VM-kvalet att Le påträffats dopad vid en tävling och därför hoppat från 14:e våningen. Ett rykte alltså och alltid lika tråkigt när sådant kommer ut. När Simsport kollade ryktet fick vi kommentaren från kontakter i Hong Kong: "Jaså. Är det dags för det ryktet igen. Det var en månad sedan sist". Trist.

Det svenska medaljhoppet första dagen sattes till den avslutande lagkappen, 4x200 m fritt för damer. Med bara åtta lag anmälda blev det direktfinal med svenskorna på bana sex. Johanna Sjöberg, 2.00.59, Malin Nilsson, 1.59.40, debutanten Josefin Lillhage, 2.04.20 och Louise Jöhncke, 1.59.51, gjorde ett bra jobb. Laget slutade fyra med svenskt rekord, 8.03.70. Det var nästan sex sekunder bättre än i Köpenhamn för fyra år sedan. Kanada vann före Tyskland och Australien. Svenskorna hade 18 sekunders marginal till närmaste konkurrent bakom, Brasilien.

ANDRA DAGEN

Anders Holmertz fick tillbringa även den andra dagen i sängen Inget vidare födelsedagsfirande då han fyllde 27 år. Men fortsättningen på kortbane-VM för de andra blev klart bättre.

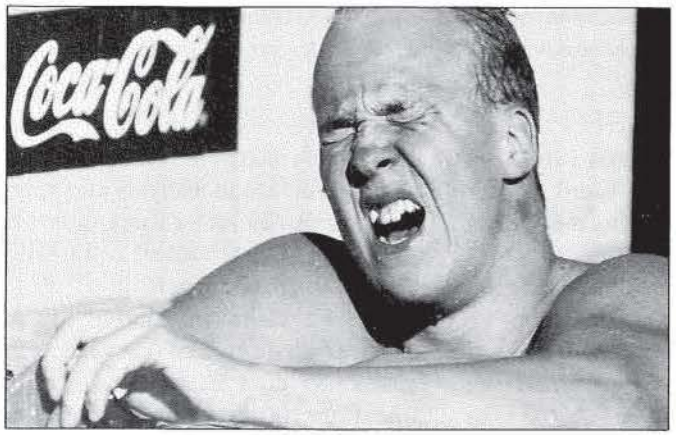
Två svenska rekord på 200 m bröst av Lena Eriksson med 2.27.77 i försöken och 2.26.86 i finalen. Även Maria Östling var i final och gjorde sitt snabbaste lopp hittills med 2.28.52, svenskt juniorrekord.

Dagen började med försök på 50 m fritt. Både Linda Olofsson och Louise Karlsson tog sig till final, 25.55 respektive 25.44. Två år tidigare tog hon brons på distansen i Palma. I somras blev det guld på EM i lång bassäng. Efter 25,40 sekunder i bassängen på Copacabana i Rio blev hon fyra. Louise Karlsson, som fick glasögonen på glid vid starten, missade vägen vid utgången i vändningen och slutade åtta med 25.70. Kinas Yingyi Le vann ohotad, fastän kort distans, med 24.62, årets snabbaste tid men 39 hundradelar över hennes eget världsrekord.

- Jag borde väl vara nöjd med att bli fyra



Fredrik Letzler svalkar sig innan start.



Patrik Isaksson, nästan helt slut efter försöket att förbättra det svenska rekordet på 100 m bröst.

i världen men det känns lite snopet. Visst hade jag hoppats på mer, särskilt som min värsta konkurrent, Franziska van Almsick inte var med. Kinas tjejer är grymma, holländskan slog jag i somras i lång bassäng och jag visste att Sandra Völker från Hamburg var snabb. Men jag hade hoppats på medalj. Nu skall jag ladda om till lagkappen men först skall jag borsta bort all sanden ur baddräkten, sade Linda efteråt.

Patrik Isaksson simmade snabbt i försöken, åtta med 1.01.81 och var Sveriges förste finalist på bröstsim i ett internationellt mästerskap på mer än tio år. Med 1.01.72 i finalen var han bara 12 hundradelar från Glen Christiansens 14 år gamla svenska rekord. Patrik slutade åtta.

I finalen på damernas 200 m bröst kom VMs första världsrekord. Så hon Sam ... antha Riley från Australien. Vid 100 m vände hon på 1.07.73, en dryg sekund över världsrekordet på den distansen. I mål fick hon 2.20.85, världsrekord med 1, 14 sekunder. Lena Eriksson var bara 21 hundradelar från bronset med sin fjärdeplats.

Det var svenskt även i finalen på 200 m fritt. Louise Jöhncke var sjätte bästa dam med 2.00.14, Malin Nilsson, tia med 2.01.40, var besviken och ströks till B-final.

Ännu ett världsrekord kom i finalen. Costa Ricas Claudia Poll, lillasyster till Silvia som tog OS-silver 1988, var mer än sekunden före tvåan i mål med 1.55.42, (27.74-56.95-1.26.33). Louise Jöhncke slutade sjua med 2.00.38.

Therese Alshammar var också i final. Efter 1.02.12 i försöken, sjunde bästa tid, blev hon åtta med 1.02.31. Mette Jacobsen tog Danmarks andra medalj, silver med 1.00.25 bakom 16-åriga USA-fyndet Misty Hyman, 1.00.21.

Det var frustrerande att se Australiens herrar vinna 4x200 m fritt på 7.07.97, två sekunder över det svenska rekordet med Anders Holmertz och Lars Frölander sjuka. Daniel Carlsson och Niclas Öhman, som skulle komplettera laget, tyckte det var trist.

- Det känns jobbigt att inte kunna ställa upp men det var ändå lärorikt att vara med. Jag är nöjd med mitt individuella lopp. Det var kul att få tävla och det gör det lättare att satsa mot OS nästa år, sade Daniel.

TREDJE DAGEN

De svenska damerna fortsatte att imponera. Med tre hundradelars marginal tog sig Johanna Sjöberg till final på 100 m fjäril, 1.01.09 och Mikaela Laurén tog sig till B-final som sista flicka, 1.02.76. Malin Nilsson var fjärde dam efter försöken på 400 m fritt, 4.11.90 och Fredrik Letzler tog sig till final på 100 m fritt, 49.69. Lena Eriksson simmade 100 m bröst på 1.09.82, sjunde tid till final och Maria Östling var precis utanför med 1.10.69. Samma öde drabbade Patrik Isaksson på 200 m där han blev elva med 2.15.79.

Damlaget med Louise Jöhncke, 56.17, Linda Olofsson, 55.35, Ellenor Svensson, 56.05 och Johanna Sjöberg, 55.17 nådde bästa tid till final, 3.42.74.

Under finalpasset kom den första svenska medaljen. Brons på 4x100 m fritt genom Johanna Sjöberg, 55.14, svenskt rekord, Louise Karlsson, 54.77, Linda Olofsson, 54.99 och Louise Jöhncke, 55.16 och 3.40.06.

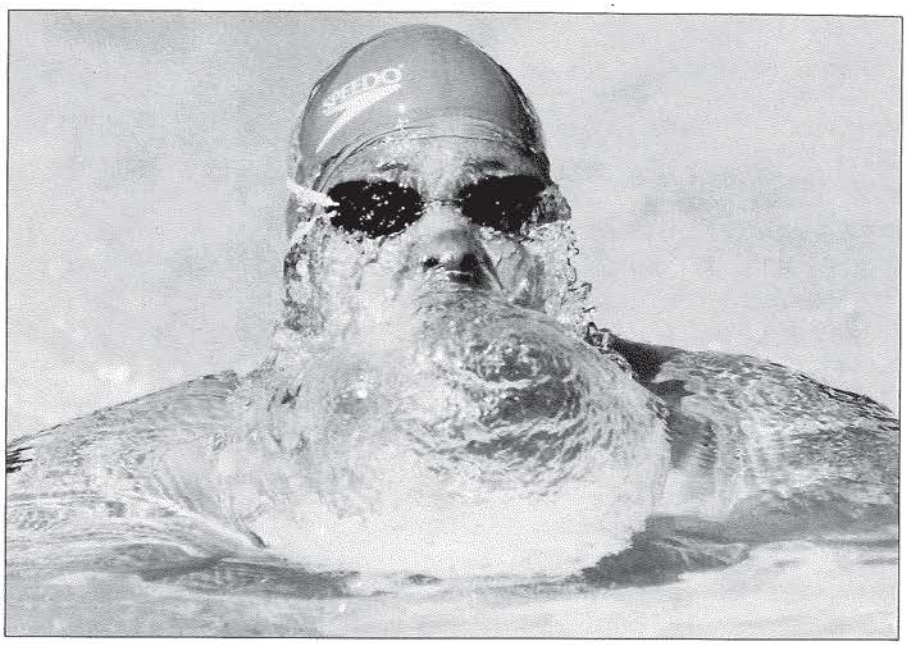
- Skönt, särskilt med tanke på att vi fallit bort på herrsidan på grund av sjukdomar, Vi slår tyskorna som har sitt bästa lag och fightas med de australiska flickorna om silvret. Kina var i en klass för sig, summerade Hans Chrunak efteråt.

Men det var Johanna Sjöberg som svarade för prestationerna tredje VM-dagen. På 100 m fjäril blev hon första svenska under minuten med 59.89 och sjunde plats. Det gick fort i finalen. Kinas Limin Liu vann på 58.68, världsrekord. Sedan följde sex flickor inom en dryg sekund så det var tätt. Mikaela simmade upp sig en placering i B-finalen med 1.01.77.

Malin Nilsson simmade in som femma i finalen på 400 m fritt. Samma placering som för två år sedan då hon satte svenskt rekord. Nu nådde hon 4.09.53. Claudia

VM-95





Det är kraft i Patrik Isakssons simning. Likt en supertanker bygger han upp bogvågen.

Poll vann med 4.05.18.
- Hade Malin varit i samma form som på världscupen i vintras hade det blivit medalj, kommenterade den svenske förbundskaptenen Hans Chrunak insatsen.

Det var sambakarnevalstämning på läktarna under finalen på herrarnas 100 m fritt. Så blev det också dubbelt brasilianskt. Fernando Scherer vann, 47.97 före Gustavo Borges, 48.00. Fredrik Letzler blev sjua med 49.99.

Så var det dags igen. Med smått otroliga 1.05.70, (31.23) simmade Australiens Samantha Riley i mål på 100 m bröst. Världsrekord igen. Vilken uppvisning och en rejäl sänkning av Dai Guohongs gamla rekord från VM -93 med 88 hundradelar. Svetlana Bondarenko, Ukraina, var två sekunder efter. Lena Eriksson slutade åtta med 1.09.83 och Maria Östling vann B-finalen på 1.09.02. Patrik Isaksson blev trea i B-finalen på 200 m bröst med 2.15.19. Och sedan kom det förlösande bronset i damernas lagkapp 4x100 m fritt. Kina vann med 3.37.00, där simmade Yingji sista sträckan på 53.00, Australien blev tvåa med 3.38.72 och svenskorna trea, 3.40.06. Johanna Sjöberg satte inte bara svenskt rekord på förstasträckan med 55.14 utan passade också på att slå Franziska van Almsick, 55.27.

FJÄRDE DAGEN

Joakim Holmqvist blev sjua i försöken på 50 m fritt med 22.55. Fredrik Letzler gjorde 22.81 och blev tolva men ströks till B-final.

Louise Karlsson hade på lördagen visat i lagkappen att hon var i bra form. På 200 m medley motsvarade hon förväntningarna och tog sig enkelt till final som tredje flicka med 2.13.96. Det svenska damlaget på 4x100 m medley med Therese Alshammar, 1.02.92, Emma Igelström, 1.09.77, Mikaela Laurén, 1.01.39 och Louise Jöhncke, 56.54 gjorde sitt och blev andra lag till final med 4.10.42. Det svenska herrlaget med Niclas Öhman, 50.65, Daniel Carlsson, 49.90, Joakim Holmqvist, 48.91 och Fredrik Letzler, 50.04 fick bästa tid i försöken med 3.19.50.

Joakim Holmqvist lyckades hålla undan för Jamaicas Sion Brinn på 50 m fritt och blev sjua med 22.52. Venezuelas Francisco Sanchez vann, 21.80 och det tog arrangörerna med överraskning. De hade inte Venezuelas nationahymn utan några i laget samlades runt en mikrofon och sjöng den i stället. Vackert och trevligt med den improvisationen.

Louise Karlsson var snabbt ute på medleyns första sträcka och vände som tvåa, 28.81 efter Brasiliens Gabrielle Rose. Efter 100 meter vände Louise som trea, 1.02.62 men så vid 150 meter var hon tvåa med 1.40.74, åtta tiondelar efter Australiens Ellie Overton. Det blev tuffa sista 50 meter. Mot mål kom fem flickor nästan på linje. Louise var knapp tvåa några meter före mål. Så vände sig flickorna nästan samtidigt mot resultattavlan för att se hur det gick. Etta. Ellie Overton, Australien, 2.11.67, tvåa Martina Moravcova, Slovakien, 2.11.91, (hon var mer än sekunden efter Louise inför sista femtio), trea Louise Karlsson, Sverige, 2.12.38, svenskt rekord.

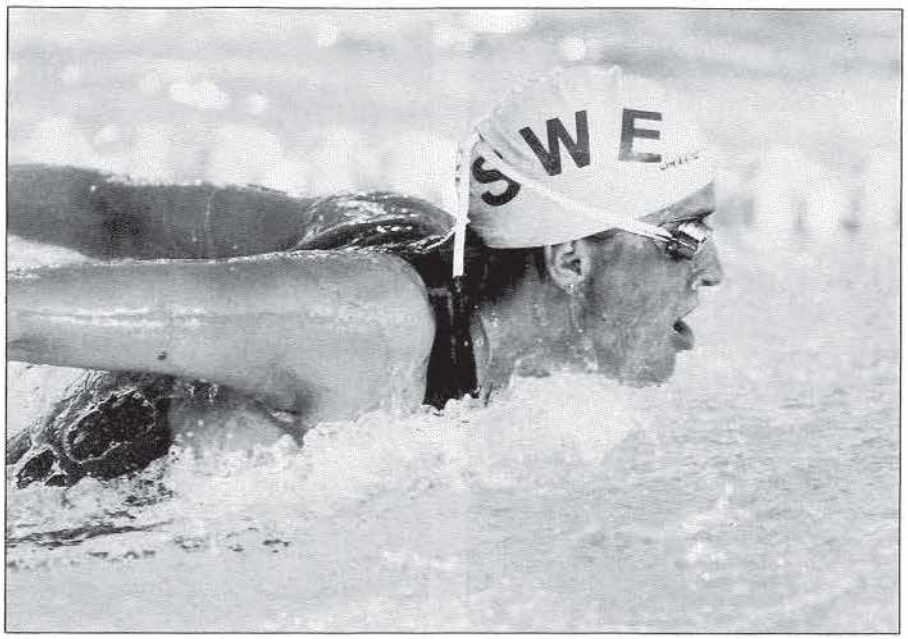
9 av 10 simmare vid EM i Wien bar simglasögon från MALMSTENS

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



Johanna Sjöberg första dam i Sverige under minuten på 100 m fjäril.

- Jag är jättelycklig. Nu vågar jag sikta på nya stora segrar. Jag kan bara bli bättre i alla simsätt. I den här VM-finalen slog jag ett par tjejer som jag fick stryk av i EM i Wien i somras, sa Louise med bronsmedaljen om halsen.

Till finalen hade det svenska damlaget toppats ytterligare. Men Therese Alshammar inledde och lämnade över till Maria Östling efter 1.02.11. Maria simmade sin sträcka på 1.08.23. Sedan höll Johanna Sjöberg farten uppe med 1.00.30 och Linda Olofsson avslutade med 55.19. Svenskorna blev fyra, 4.05.83 bakom Australien, Kanada och USA.

Så kom då den stora finalen. De svenska herrarna gjorde det bästa möjliga med två av världens bästa däckade av virus. Frölander var på väg till USA med sitt och Anders Holmertz, den tänkta guldfisken, påminde mest om en lutfisk med sitt virus på balansnerven.

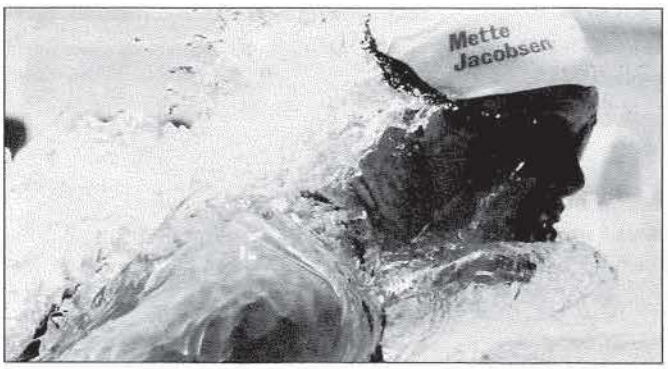
I finalen på 4x100 m fritt var det svenska laget omkastat jämfört med försökslaget. Fredrik Letzler inledde med 49.94 och lämnade över till Joakim Holmqvist som fyra bakom Brasilien, 47.63, Nya Zeeland, 49.86 och Rumänien, 49.70. Joakim simmade sin sträcka på 48.45 och svenskarna var tvåa bakom Brasilien. Så dök Daniel Carlsson i, simmade sitt näst bästa lopp på 49.93 och lämnade till Niclas Öhman med Sverige på fjärde plats, bara tio hundradelar efter Australien som var trea efter ledande Brasilien och tvåan Rumänien. Niclas gjorde sin snabbaste simning sedan han lärde sig simma, 49.41 men det räckte inte.



Bronslaget på 4x100 m fritt, fr v: Linda Olofsson, Johanna Sjöberg, Louise Karlsson och Louise Jöhncke.

Svenskarna behöll fjärdeplatsen med 3.17.73. Brasilien vann inför jublande läktare, 3.12.42 före Australien, 3.17.27 med Rumänien på tredje plats, 3.17.40, 33 hundradelar före Sverige.

- Detta VM blev klart sämre än jag hoppats på men det beror på sådant som vi inte kunnat påverka. Att våra två främsta medaljhopp blir sjuka strax före start gjorde att fem medaljer försvann. Därför är det trots allt glädjande att det blev två brons, sade Hans Chrunak i en sammanfattning av VM

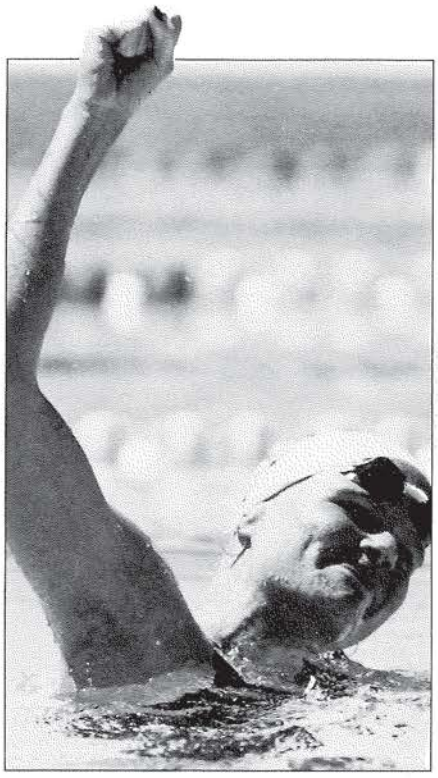


Mette Jacobsen, Danmark.

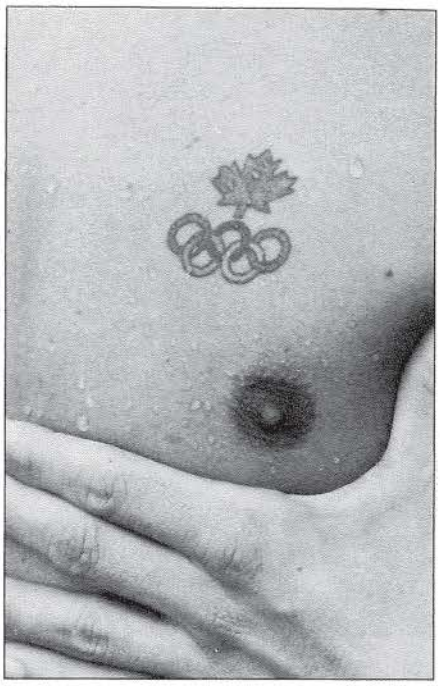
VM-95

TILL SIST

Kortbane-VM, som nästa gång simmas i Göteborg i april 1997, blev en stor framgång för arrangerande Brasilien på hemmastranden Copacabana. Australien imponerade stort, med världsrekord på damsidan och stor bredd i toppen på herrsidan. De båda nationerna vann också nationsstriden med 768,5 poäng för Australien, mer än 320 poäng bättre än Brasilien som blev tvåa med 441.5. Inte så konstigt då båda länderna håller till på södra halvklotet och är mitt uppe i sin säsong.
Kanada, på tredje plats med 395, har hämtat sig väl efter vad de själva kallar missen i Rom, VM -94 och Kina följde sedan på fjärde plats med 325 poäng.
Det intressanta var att flera kinesiska herrar var i final. Den tyska truppen var en stor besvikelse. När Franziska van Almsick diskades på 100 m fritt verkade luften gå ur. Egentligen var det bara Sandra Völker och Chris-Carol Bremer som verkade ta VM på allvar. Med 25,5 poäng tillgodo tog tyskarna femteplatsen före Sverige.
Danmarks tvåkvinnolandslag tog guld, silver och brons genom Mette Jacobsen och Costa Ricas Claudia Poll tog ensam två guld. Det var trots tre världsrekord på damsidan ett tunt VM. Resultatmässigt totalt något sämre än i Palma på Mallorca för två år sedan. De främsta i varje final tillhör världseliten men bakom var resultaten inte värda ett VM.
Det blir säkert bättre om 16 månader i Göteborg i Scandinavium. Inte för att det är Göteborg utan för att det är i april. 1997 då det inte är OS ett drygt halvår senare och då US Open inte simmas ens i Atlantas OS-bassäng på lång bana som nu skedde samtidigt med kortbane-VM.
I resultatlistorna från VM kommer det inte att stå att Lars Frölander och Anders Holmertz var sjuka under VM. Däremot står det att Sveriges herrar fick stryk av Rumäniens på 4x100 m fritt. Det gör ont.



Claudia Poll, Costa Rica, världsrekord på 200 m fritt.



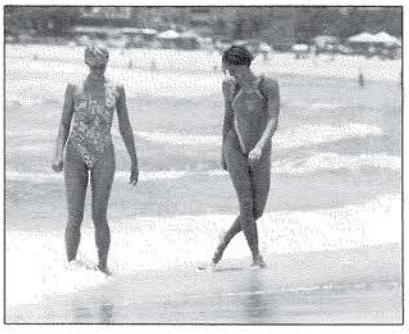
Det finns många sätt att visa sin nationstillhörgihet. Här är ett kanadensiskrt.



Gustavo Borges, Brasilien.



Dagarna före start tog simmarna chansen att prova det normala badet på Copacabana. Här Anders Holmertz, Linda Olofssson och Louise Karlsson.



Världen mest berömda badstrand fick besök också av Johanna Sjöberg och Therese Alshammar.

SWIM SHOP

Adr. Box 25
680 60 Sysslebäck

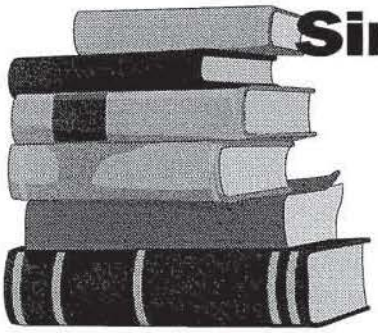
Swim Shop vill nu ge sina kunder en bra start i julklappshandeln och presenterar därför detta erbjudande.

Köp valfri baddräkt/badbyxa och få utan kostnad 1st Latex badmössa, 1st Silicon badmössa samt 1 par monterbara simglasögon.

Erbjudandet gäller fram till den 24/12 -95
Obs! kom ihåg att referera till annonsen vid beställlning.

Swim Shop Telnr. 0560/14808

Fax nr. 0560/10515



Simuniversitetet i Lund

Hösten 1996 försöker vi på ett ännu bättre sätt än tidigare med högskoleutbildning och simträning vid Simuniversitetet i Lund. Tidigare uppstod problem med transporter, boende och utbildning. Nu finns möjlighet att bo, träna och studera i en och samma stad. Lunds Universitet är Skandinaviens största universitet. Alla tänkbara fakulteter finns under dess vingar med tandläkarhögskola och lärarhögskola i Malmö. Beroende på år och inriktning förläggs delar av andra utbildningar till Malmö. Detta gör att oavsett vad man är intresserad av att utbilda sig till finns det möjlighet att göra detta i Malmö-Lund regionen samtidigt som det finns möjlighet att förkovra de idrottsliga färdigheterna. Det internationella kontaktnät som Lunds Universitet har byggt upp sträcker sig över hela världen.

Simträningen kan lösas på den plats där studierna sker. Den som studerar i Lund tränar i Lund varför det då är lämpligt att bo i Lund. Samma sak gäller för dem som kommer in på utbildningar i Malmö. Träningen bedrivs tillsammans med SK Poseidon i Lund och Malmö KK i Malmö.
Där bedrivs elitmässig träning 9-11 gånger i veckan under ledning av Robert Johnsson i Lund och Torsten Buhre i Malmö. Torsten Buhre är ansvarig tränare för Simuniversitetet. Detta betyder att träningen i stort är likartad oavsett var den sker.
Stig Olsson har tillsammans med övriga i styrelsen för Simföreningen Simuni-versitetet, Anders Johansson, f d svenskt mästare i ryggsim och universitetssimmare, Robert Johnsson och Torsten Buhre, sett det som viktigt att ha en gemensam tränings- och tävlingsplanering för studenterna vid Simuniversitetet. Dessa ska inte falla in i klubbarnas planeringar som ibland kan ha en annan inriktning, utan uteslutet riktas mot SM inomhus och utomhus.

Det kommer inte att ske någon rekrytering av simmare från universitetet från varken Malmö KK eller SK Poseidon. Det viktiga är att de individer som vill vidareutbilda sig samtidigt som de vill satsa på sin elitsimning kan göra det utan att hemmaföreningarna ska känna oro för att bli av med sina bästa simmare. Simmarna förväntas dock bli medlemmar och betala träningsavgift på de ställen där de tränar.

Vi kommer att ge ut ytterligare information i samband med SM i Sundsvall om studievägar, träningsplanering och möjligheter till studievägledning.

Stig Olsson, Anders Johansson, Robert Johnsson, Torsten Buhre

DIANA NYTT

Sensitive heter baddräktstillverkaren Dianas nya tyg som idtroduceras med vinterns kollektion.
Sensitive är inte bara mjukt och behagligt mot kroppen utan är också mycket slitstarkt med hög motståndskraftmot klor.
Trots detta har man lyckats producera ett tyg som är tunt och i kombination med högt lycratal sitter byxan eller dräkten bra på kroppen. Sensitive finns i många klara färger och mönster meddelar Fs Föreningsservice, 042-34 76 22 i Helsingborg.

DOPAD

En 15-årig skolflicka vad dopad med anabola steroider vid de amerikanska simmästerskapen i augusti. Den unga simmerskan väntas bli avstängd ett år och missar chansen att kvala in till OS i Atlanta nästa sommar. Dopingfallet var genant för den amerikanska simningen, som drivit en hård kampanj mot kineserna och fick dem utestända från Pan Pacific Games.

EM FLYTTAS

Det planerade kortbane-EM med sprint flyttas till 13-15 december. Beslutet togs av Europeiska Simförbundet, LEN, i början av november. Någon säger det beror på för få anmälningar, andra att bassängen in Rostock inte var helt klar.

Oavsett vilket blir det inget kortbane-EM i februari. I stället simmas EM med sprintgrenar i Rostock 13-15 december 1996 i tyska Rostock. Det är vad som gäller. Än så länge.

GRAND PRIX 1

Ett bra VM-kval

Den första deltävlingen i ett svenskt Grand Prix i Helsingborg 11-12 november var även VM-kval för kortbane-VM. Det blev en bra säsongstart för den svenska simeliten, uppblandad med simmare från Tyskland och Finland. Resultaten var genomgående bättre jämfört med för ett år sedan. Flera toppar fanns och det gjordes några ordentliga rekordförsök av bla Louise Karlsson, Skäret, Lena Eriksson, Spårvägen och Patrik Isaksson, Västerås. Roligast var kanske ändå att riktigt unga simmare var med och tog för sig som "småflickorna" Josefin Lillhage, S 02 och Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, på 200 m fritt. Så bra att Josefin fick åka med till kortbane-VM. Det ser bra ut inför framtiden. På en del håll. Ett resultat var under svenskt rekord. På 200 m rygg vann Hamburgs Antje Buschschulte på 2.12.34, 46 hundradelar under Johanna Larssons åtta år gamla rekord.



Patrik Isaksson



Josefin Lillhage

Louise Karlsson, nyss hemkommen från Kanada där hon tränat under strejken, var i storform. På 200 m medley vann hon med 2.12.99, bara 38 hundradelar över det egna rekordet. På halva distansen gjorde hon ett allvarligt försök att förbättra sitt eget världsrekord. Hon lyckades nästan. Med 1.01.27 var hon 24 hundradelar ifrån. Det är världens näst bästa tid. Bara hon själv har simmat fortare. Men det blev klubbrekord för Skäret i alla fall. (När Louise satte världsrekord tävlade hon för Helsingborg).

Lena Eriksson är en i den svenska bröstsimkvartetten som dominerar toppen i alla resultatlistor. Lena vann 200 m på 2.28.55, bara 29 hundradelar från svenska rekordet. Dessutom var två flickor, Maria Östling, SS Mora och Emma Igelström, Karlshamns SK, under 1.10 på 100 m. Det var drygt sekunden bättre än för ett år sedan.

Ännu närmare rekordet var Patrik Isaksson, Västerås, på 100 m bröst. Med ynka 14 hundradelar klarade sig Glen Christiansens rekord, 1.01.6, från 1981. Patrik tog sig dock vidare till kortbane-VM och Rio de Janeiro och framstår allt mer som den bäste svenske bröstsimmaren idag. På 200 m gjorde han också en stark simning, 2.14.33, bättre än för ett år sedan. Han vann också 50 m, 28.66. Patrik Isaksson var tillsammans med Anders Holmertz, Spårvägen, de enda som vann tre grenar de två dagarna. Anders, som alltid gör fina simningar, vann 100 m, 200 m och 400 m fritt på bra tider.

Johanna Sjöberg, Helsingborg, var också en glad händelse. Hon vann 50 m och 100 m fjäril på tider i närheten av rekorden, 28.10 och 1.01.86. Klart bättre än förra årets premiär. Det ser bra ut för resten av säsongen med OS i Atlanta som målet.

Fastän de etablerade namnen dominerade så fanns utöver "småflickorna" en del andra glädjeämnen. Joakim Dahl, Landskrona S, vann 100 m fjäril och Daniel Carlsson, Väsby SS gjorde sitt bästa 200 m fritt hittills. Under 1.50 och en VM-biljett. Tillsammans med Niclas Öhman, 1.50.52, skulle han förstärka det titelförsvarande laget på 4x200 m fritt. Fredrik Lundin, Ystad, gjorde en attack mot rekordet på 200 m fjäril och lyckades nästan med 1.59.03, drygt två sekunder över Pär Arvidssons mer än 14 år gamla rekord.

- Jag försökte verkligen men disponerade loppet fel i finalen. Atlanta-OS är det stora målet och jag åker till USA i mars för att träna och för att försöka klara OS-kvalen, berättade Fredrik

Själva Grand Prixet kom en aning i skymundan för VM-kvalet. Men Patrik Isaksson och Anders Holmertz toppar sina respektive grenar med tre segrar var. Nästa Grand Prix blir SM i Sundsvall i slutet av januari.

Text o foto: Lars-Åke Lindqvist

LOUISE KARLSSON

Bor: Uddevalla
Född: 26/4 1974
Klubb: Skärets SS
Tränare: Leif Carlsson
Simmar på OS: 200 m medley, lagkapper
Personbästa: 2.17.53
Familj: Sambo med Patrik
Äter helst: Tycker om alla slags mat
Lyssnar helst på: Spelar mycket själv på keyboard men lyssnar också mycket på annat
Intressen: Att sköta om husdjuren och prata om antidoping i skolorna
Meriter: Världsrekord på 100 m medley, EM-mästare fyra år i rad på sprint-EM, totalt 22 SM-guld, 5 EM-silver, 1 EM-brons, ytterligare ett världsrekord, 9 svenska rekord, VM-brons på 200 m medley i Rio de Janeiro och brons med laget på 4x100 m fritt.



LOUISE JÖHNCKE

Bor: Värmdö
Född: 31/7 1976
Klubb: Spårvägen SF
Tränare: Mikael Holmertz
Simmar på OS: 100 m fritt, 200 m fritt, lagkapper
Personbästa: 56.61, 2.01.17
Familj: Bor hemma med mor, far och lillasyster ute i Stockholms skärgård där skaldjur ofta serveras.
Äter helst: Det mesta är gott men skaldjur godast.
Lyssnar helst på: Speakern i Globen när Djurgården gjort mål.
Intressen: Djurgårdens ishockeylag och bio med kompisar.
Meriter: VM-silver -93 4x100 m fritt, VM-brons -95 4x100 m fritt, två EM-silver lag, Em-finalist individuellt -95, svenska rekord 100 m fritt, 200 m fritt.





FREDRIK LETZLER

Bor: Järfälla
Född: 17/2 1972
Klubb: Spårvägens SF
Tränare: Mikael Holmertz
Simmar på OS. 50 m fritt, 100 m fritt, lagkapper
Personbästa: 22.91, 50.26
Familj: Bor hemma med mamma och pappa, två syskon, hund och har flickvän sedan ett många år.
Äter helst: Kinamat.
Lyssnar helst på: Det mesta
Intressen: Dykning. Tog dykcertifikat våren 1995. Om tid finns TV-tittande och då naturfilmer om undervattensliv, hajar och delfiner. Läser gärna böcker av Jan Guillou.
Meriter: 5:a 4x100 m fritt OS-92, silver 4x100 m fritt EM-93, EM-95, 5:a 4x100 m fritt VM-94, EM-finalist individuellt EM-95 och VM-95.



DANIEL CARLSSON

Bor: Rönninge
Född: 14/11 1976
Klubb: Väsby SS
Tränare: Pär Gabrielsson, Ulrika Sandmark
Simmar på OS, 200 m fritt, lagkapper
Personbästa: 1.57.22 (från Sum-Sim 1993)
Familj: Två systra, en bror och mor och far.
Äter helst: Allt utom lever.
Lyssnar helst på: NOFX eller smashing pumpkins
Intressen: Tycker om att ta det lugnt på fritider. Titta på TV och lyssna på musik. Gillar komedier.
Meriter: 1:a EJM-93 på 100 m fjäril, tre svenska juniorrekord individuellt ett i lag. Simmat EJM även -92, 8-Nationers -92 och -93. Deltagit i världscupen 1993-1995

JSM -95

Ett fyrverkeri med bra resultat!

Återväxten i svensk simning är tryggad. Det visade juniorerna vid sitt mästerskap i Göteborg 23-26 november. Bara sju grenar, av 34 individuella, visade sämre resultat jämfört med JSM i Umeå ett år tidigare. Det blev fem svenska juniorrekord, där SK Sydsims pojkar satte tre i frisimslagkapperna, Mattias Ohlin på 100 m medley och Ola Fagerstrand i försöken på 50 m fritt. Sydsim vann alla pojklagkapperna och Väsby på flicksidan vann tre av fem. Malin Svahnström, Väsby SS och Ola Fagerstrand, SK Sydsim, fick pris för bästa prestation. Bakom dessa finns flera simmare som knackar på dörren till seniorlandslaget. Några ännu yngre simmare, som Emely Zackrisson, Väsby SS och Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, tog väl för sig samtidigt som flera gränser sprängdes; Anders Lyrbring, S 02, på 200 m fritt under 1.50 med sina 1.49.13, Ola Fagerstrand med 49.83 på 100 m fritt. Malin Svahnströms 2.03.07 på 200 m fritt och 1.01.95 på 100 m fjäril gav också bevis för att det finns en återväxt. Kristina Bulin, Falun, fortsatte den stolta dalatraditionen i bröstsim, (Anna Rosengren och Maria Östling är de senaste), genom att vinna samtliga bröstgrenar. Det var ett bra JSM i ett Valhallabad med plats och läcker ljus- och musikpresentation av de tävlande. Samtidigt var några av de bästa juniorerna i Brasilien för att simma kortbane-VM



Malin Svahnström, Väsby SS och Ola Fagerstrand, SK Sydsim, fick JSMs prestationspriser. Helt utan diskussion.



JSM-RÖSTER

Pär Gabrielsson, ansvarig Team Sweden:

- Detta var ett av de bättre mästerskapen för juniorer. Tiderna var mycket bra, särskilt 100 m fritt herrar och 200 m fritt damer. Ändå saknas många som Johanna Sjöberg, Josefin Lillhage och Emma Igelström. Fredrik Engdahl och Malin Svahnström är stora överraskningar även om prestationspriserna fick rätt mottagare. 1.10.75 av Kristina Bulin är också roligt och hon var en stor överraskning. Nu kommer ett helt koppel simmare och jag tror detta är ett resultat av några års satsning. Dessutom finns fler yngre simmare på gång som Emely Zackrisson och Cecilia Blom. Det här ser bra ut inför framtiden.



Fredrik Engdahl, Malmö KK, vann 400 m fritt och tog silver på halva distansen med bra tid, 1.50.88.

Mikael Holmertz, tränare Spårvägen SF:

- JSM innebar ett stort lyft. Ett av de bättre mästerskapen med många deltagare och mycket bra i vissa grenar men samtidigt tunt i andra. Tråkigt med ojämn kvalité på funktionärerna. Det fanns ingen konsekvens i bedömningen

Olle Kylborn, tränare SK Sydsim:

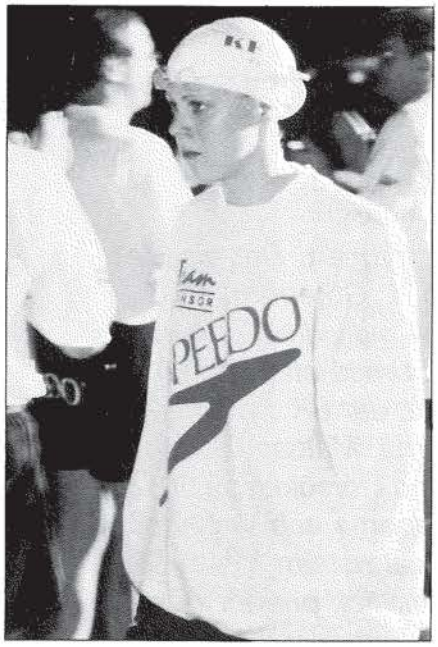
- Ett mycket bra JSM för oss. Totalt sett ser det mycket lovande ut för svensk simning, både för tjejer och killar. Vår framgång kan förklaras av att vi tränare jobbar i ett team och så har simcentra betytt oerhört mycket. Det jobb som Bosse Westergren och Ingemar Söderhult lagt ner i Hallsberg och Klippan är en av hemligheterna bakom Sydsims framgångar. Vi har ett bra gäng som trivs ihop och det är simmare som sökt sig till oss. Johan Wallberg kom när Skara stängde sin simhall. Nu har vi också ett gäng tjejer på gång.

Malin Svahnström, Väsby SS:

- Jo, det här var kul. Särskilt segern och tiden på 100 m fjäril. Jag är faktiskt förvånad för det var ett pers med nästan två sekunder. 200 m fritt var också roligt och förvånande. Det skall bli trevligt att få träna ihop med Team Sweden.
Malin har gjort två EJM är 15 år och går i nian. Hon bor i Väsby utanför Stockholm och har valt samhällslinjen på gymnasiet.

Ola Fagerstrand, SK Sydsim:

- Det har varit mycket träning nu. Vi klarade oss från strejken. Jag bor i Bjärred men tränar i Klippan på simcentrat där. Det har betytt mycket. Jag var på väg att lägga av men så kom Klippan in i bilden



Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, tog fyra segrar, 50 m och 100 m fritt, 50 m och 100 m rygg. Dessutom på mycket bra tider.



Marie Ulfves, Västerås SS, med guldet efter 100 m medley.



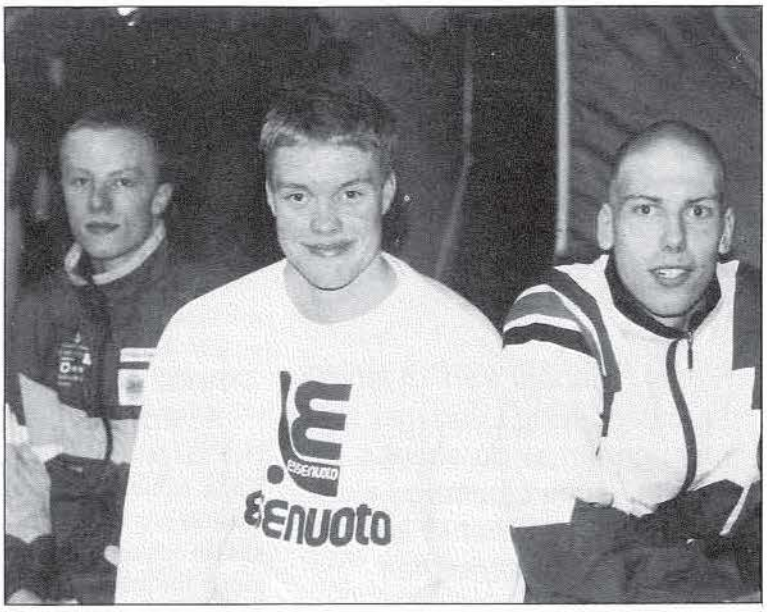
Helen Svensson, Malmö KK, har tagit vid Malmös långdistanserska Malin Nilsson och vann 800 m fritt på JSM.



Johnny Engman, Väsby SS, brons, Ilia Mikhailov, SK Neptun, guld och Peter Aronsson, Spårvägen SF, silver på 100 m bröst. Ilia vann också 50 m och var trea på 200 m bröst.



Anders Lyrbring ägnade sig åt allt annat än motionssimning när han vann 200 m fritt på 1.49.13, första gången under 1.50.



Ola Fagerstrand, i mitten, var mest nöjd med sitt 100 m fjäril på JSM. Totalt blev det nio guld och ett silver. Här flankeras han av Valter Magnusson, Kristianstads SLS silver t v och Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, brons.



Cecilia Blom, S 71 Hässleholm och Emely Zackrisson, Väsby SS, får representera de riktigt unga på JSM. De höll sig väl framme bland de äldre i finalerna på JSM.

och ja, det har gått bra här i Göteborg. Mest nöjd är jag med 100 m fjäril. Den segern var också roligast. Närmast blir det nu World Cup i Hong Kong och så hoppas jag komma med i Team Sweden och så siktar jag på OS förstås.

Marie Ulfves, Västerås SS:

- Jag har simmat sedan jag var nio år. Började i simskolan, tog alla märken som fanns och simmade mest frisim. Nu är det medley som gäller. Jag har tidigare vunnit alla simsätt i Sum-Sim. Idolen och förebilden heter Louise Karlsson och jag siktar på att nå hennes tider. Jag har mycket kvar att ge och vet att jag kan kapa en sekund bara på ryggsimmet. Träningen fungerar bra men jag bor i Hallstahammar, två mil från Västerås och utan pappa och hans körningar hade det aldrig gått. Nästa år siktar jag på att simma i Monte Carlo som är OS-kval. Det gäller att försöka. Att försöka ta en plats i laget. Men vi är många nu som krigar om platserna. Min styrka är att jag är explosiv i start och vändning. Jag har starka ben. Och så är jag mycket tjurig.

Text o foto: Lars-Åke Lindqvist

Diving Lund 1995 -

en gigantisk tävling av hög internationell klass.



Med 41 klubbar från 15 länder framstår Diving Lund mer och mer som en av de absolut största. Anna Lindberg hoppar från klarhet till klarhet och var i sina starter helt ohotad. I damernas höga hopp gick fem tjejer till finalen med Josefine Askagården som bäst på andraplatsen, och i svikthopptävlingen gick det aningen sämre med en bronspeng av Kristina Andersson från Växjö och tre finalplatser. Herrarnas tävlingar toppades av Jimmy Sjödins silver i svikthopp och med Jimmy som ende svenske finaldeltagare. Höga hopp gav en liten överraskning, Martin Jeppsson gjorde come-back och blev sexa och bäste svensk av två finaldeltagare.

Av Thomas Jeppsson

Anna, du kan väl stanna...

Den sången passar väl in. Anna Lindberg nu 14 år gammal går från klarhet till klarhet och en större ambassadris för svensk simhoppning går inte att hitta idag. Alla andra får finna sig i detta faktum. Anna ställde upp i sin åldersklass i två grenar, B-flickornas 3 m svikthopp och höga hopp. Hon vann båda grenarna överlägset. I svikthoppstävlingen hade hon nästan 70 p till godo på tvåan Krisztina Falkay från BVSC i Budapest och lite mer till trean Franciska Barg från den tyska storklubben SCE Rostock. Anna nådde på sina åtta hopp 342,15 p mot Falkays 274,00 och Bargs 273,10. Närmsta svenska flicka bakkom Anna blev Matilda Andersson, SK Neptun med 200,40 p. Så enormt överlägsen sina svenska jämnåriga är Anna.

I höga hopp nådde Anna bara en marginal till tvåan på drygt 54 p, men då rörde det sig ju om sex hopp och inte åtta. Hennes överlägsenhet är på så sätt kanske ännu större i jämförelse med övriga europeiska simhopperskor i B-klassen. Olivia Maresch, SV Halle, Tyskland blev tvåa, på 232,10 p mot Annas 286,80. Trean från Etobicoke Diving Clud, Canada nådde 193,05 p. Annas överlägsenhet är med andra ord förkrossande.

Jimmy och Josefine

Jimmy Sjödin, herrarnas svitkhopp och Josefine Askagården, damernas höga hopp blev båda tvåa i sina grenar. Jimmy gick till final som ende svensk och hoppade stundtals glimrande. Josefine fick sällskap av inte mindre än fyra tjejer, Maria Lund, SPIF, Emma Hjalmarsson, Karlskoga SHK samt Lotta Liljedahl och Kerstin Sigbo, båda SK Poseidon i Lund.

I herrtävlingen framstod tysken Andreas Wels (juniorvärldsmästare härom året) som i en klass för sig. Han hoppade suveränt bra och hade dessutom flera mycket svåra hopp, svårare än Jimmy Sjödin. Andreas gick till final som ledande hoppare och kunde tämligen enkelt hålla avståndet till de övriga konkurrenterna. Jimmy hoppad i finalen stundtals glimrande och lyckades med ett par underbara sluthopp ta hem silvermedaljen före finnen Jukka Piekkanen, Vantaan U. Jimmy nådde 524,35 p vilket får betecknas som godkänt när det gäller hans hoppning. Jag har dock sett honom hoppa bättre i en del av hoppen och jag tror att han snart sniffar upp emot 600-poängsgränsen.

I damernas höga hopp blev det mycket svenskt. Josefine Askagården gick till final som andra flicka och den placeringen behöll hon utan större besvär. Värste konkurrenten den här gången, Anja Ewersbach slutade på 343,50 p mot Josefines 360,65. Josefine har fortfarande besvär av sin rygg och måste tävla med förnuft så att hennes besvär inte förvärras.

Till finalen gick även en blandad kvartett av duktiga svenska simhopperskor. Maria Lund som fyra, Emma Hjalmarsson som femma och de båda lundatjejerna Lotta Liljedahl, (sjua) och Kerstin Sigbo (åtta). Lotta hoppade starkast av de fyra och gick om både Maria och

Emma. Slutade på femteplasen med 309,20 p före Maria Lunds 302,15. Lotta avslutade sina tre sista hopp med 104,40 p mot Marias 81,20 p och gjorde därmed en mycket stark avslutning.

Kristina trea

Kristina Andersson gjorde åter en stark tävling i damernas svikthopp. Gick till final som trea efter finskan Satu Pirhonen och tyskan Sandra Kloss. Fick med sig Maria Lund på sjätteplatsen och Astrid Mellblom på åttonde och sista finalplats. I söndagens näst sista tävling hoppade så både Kristina och Maria mycket starkt. Kristina höll sitt avstånd till de båda övriga. Sandra Kloss hoppade bäst och gick i de sista tre hoppen om Satu Pirhonen och tog med detta hem segern. Kloss nådde sammanlagt 405,60 p vilket får ses som ett mycket bra resultat med tanke på årstiden. Kristina fick 360,70 och hade med all säkerhet kunnat göra bättre ifrån sig om inte strejken kommit emellan. Satu Pirhonen slutade på 381,15 p och var därmed inte så långt ifrån att bli slagen av Kristina. Avgörandet dem emellan kom redan i de fem första obligatoriska hoppen. Bäst av de tävlande i finalen hoppade Maria Lund. Hon gick från sin sjätteplats på 240,90 p till en fjärdeplats på 357,35, endast slagen av Kristina med 3,35 p. Av samtliga finaldeltagare hoppade Maria näst bäst.

Lyckad come-back

En lyckad come-back gjorde SK Poseidons Martin Jeppsson. Martin gick till final som femma i försöken och fick i finalen sällskap av Anders Höglund, Jönköpings SS.

Vann den mycket fina tävlingen gjorde Andrei Kvotchinski från Vitryssland på 508,00 p. Andrei fick dock oväntat starkt motstånd från Andreas Pfeiffer, Berliner TSC, Tyskland som nådde 496,80. Väl att märka, Andrej Kvotchinski gjorde nästan samtliga sina hopp från femmetersavsatsen medan Andreas Pfeiffer gjorde sina från 10 meter. Bronset gick till Radu Udvescu, CSM Sibiu, Rumänien på 471,80 p.

Hur gick det då för Martin. Han hoppade bra och blev slutligen sexa på 397,30 p, inte långt ifrån hans personliga rekord. Det är bra gjort. Anders Höglund gick upp en placering, blev sjua och var tämligen nöjd efteråt. Tävlingen var av hög klass och resultatet får anses godkänt.

Övriga svenska placeringar

I B-pojkarnas höga hopp ställde i år endast tre svenska hoppare upp. Samtliga tre från SK Poseidon i Lund. Om det beror på strejken eller inte låter jag vara osagt, men nog ser det ganska tunnt ut. Bäst gick det för Staffan Lundholm, som blev åttonde man, men han var långt ifrån en medaljplacering. Bröderna Magnus och Anders Swartz blev 12:a på 199,20 resp 16:e med 181,70 p i slutresultat. Här finns mycket att hämta hos alla tre hopparna, men också mycket träning och en seriös inställning.

I B-pojkarnas svikthopp ser det inte bättre ut. Kanske har konkurrensen hårdnat på senare år. Min uppfattning är att det nog blivit på det sättet. Anders Swartz tiondeplats på 266,20 är mycket bättre än vad den ser ut att vara. Ytterligare tio poäng och Anders hade varit femma. Staffan lundholm blev 15:e man efter att ha missat en del och Andreas Helgegren från Växjö 22:a, men Andreas har inte hoppat lika länge som de båda lundakillarna.

I flickorna C-tävlingar - de största tävlingarna som vanligt - blev det inte några riktigta framgångar för de svenska flickorna. Motståndet i tävlingen på 1-meterssvikten bestod i 28 utländska tjejer mot nio svenska, med andra ord 37 startande. I tävlingen på Trean deltog 28 tjejer varav 23 utländska. På enmeterssvikten gick det bäst för Madelene Pettersson, Jönköping som blev 16:e flicka med 139,85 p. Vann gjorde tyskan Heike Fischer från den gamla storklubben SC DHFK Leipzig med 222,75 p. I den andra tävlingen nådde Gunnel Edström, SK Poseidon 157,95 p men blev distanserad av tvåan i tremeterstävlingen, Shannon Dempsey, Etobicoke Diving Clud, Canada som nådde 220,90 p.

I C-pojkarnas tävling hade jag nöjet att härbärgera en dubbel guldmedaljör. Andras Hajnal från BVSC Budapest gjorde ett djupt intryck på mig. En ganska liten och smal 13-årig kille som pratade utmärkt enegelska och som tolkade mellan mig och tränaren/fadern Attila samt Laszlo Sauer, en av de unegrska ledarna, när vi inte kunde kommunicera. Hoppade mycket bra och stilrent, har en ödmjuk inställning till idrotten - och annat - och som i mångt och mycket liknar Anna Lindberg till sättet. Den killen kan bli hur bra som helst. Andras var nästan lika överlägsen i sina båda tävlingar som Anna var i sina. Nådde på Ettan hela 242,70 p och på Trean 234,50.

De svenska killarnas insats i C-klassen var betydligt bättre än flickornas. Frej Thulin, SK Neptun blev på enmeterssvikten femma med 186,55 p och hade bara behövt 7,5 på mer för att bli trea. Mats Wiktorsson, Jönköpings SS blev elfte man med 158,15 p. På tremeterssvikten gick det lite sämre för Frej, Men han var även i den tävlingen bäste svensk med sina 172,80 p. Mats Wiktorsson här 13:e man med 165,20 p.

Sammanfattning

Sammanfattningsvis kan man se en trend. Damsidan ser ut att ha några år med ökande framgångar och god sparring mellan damerna i det svenska landslaget och de som står precis utanför. Låt oss hoppas att detta ger dem en kick att verkligen tävla mot varandra och ge allt för att ta en plats i det svenska landslaget. Josefine Askagården håller än så länge mycket hög klass men får kanske till slut ge sig för de besvär med ryggen som hela tiden spökar. Anna Lindberg ser jag som det för närvarande största hoppet i svensk simhoppning sedan Ulrika Knape-Lindbergs dagar, men jag hoppas att mina ögon bedrar mig. Det skulle vara mycket roligt om Maria Lund, Astrid Mellblom, Emma Hjalmarsson samt Lotta Liljedahl och Kerstin Sigbo kunde slå igenom ordentligt. Kristina Andersson är på väg men därefter ser det ganska tunnt ut. Det skulle dessutom kunna ge svensk simhoppning ytterligare dragplåster för förnyat intag av intresserade ungdomar och barn.

På herrsidan var det lite avslaget när Joakim Andersson från Jönköping inte kom till start - av känd anledning. John Johansson - även han från Jönköping hade varit trevligt att se igen i herrarnas höga hopp och Joakim Andersson i svikthoppet. Jag skulle dessutom velat se Jimmy hoppa höga hopp, vlket hade ökat kvaliteten på den tävlingen en del. Vad gäller Martin så kan bara han själv svara på hur han kommer att satsa på framöver.

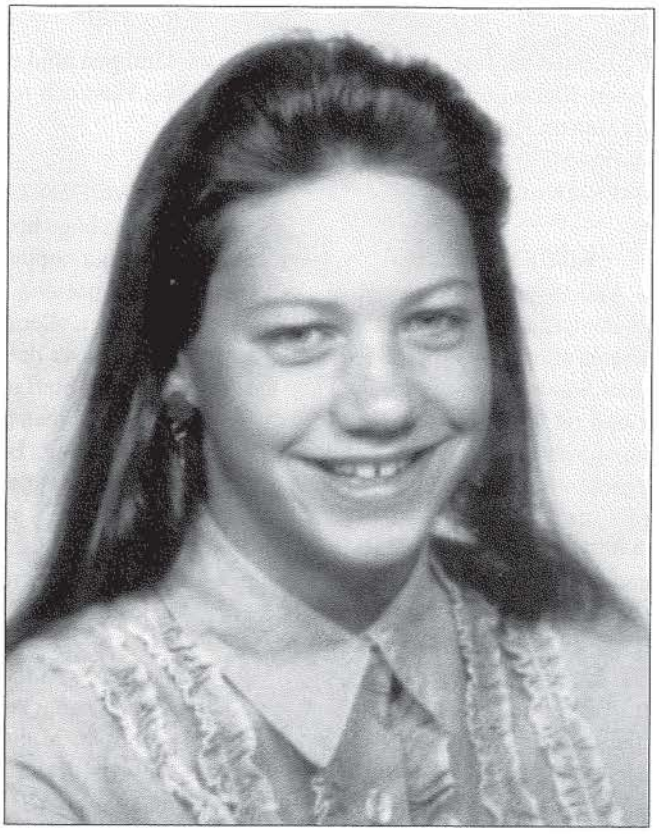
Månadens överraskning

Höstens ungdoms- och juniortävlingar har sett många överraskningar. En, som trots sin ringa ålder, varit med ett tag fortsätter att överraska. Hon håller sig väl framme bland de några år äldre. Samtidigt överraskar hon med att städnigt försöka förbättra sig. Därför utser vi

till Månadens överraskning

Cecilia Blom

i detta nummer.



Cecilia är född 1983 och tränar och tävlar för S 71 i Hässleholm. För ett år sedan tog hon fem gulst och två silver på Sum-Sim i Södertälje. Hon var också bäst i alla sex grenarna i Simiaden i våras.
Cecilia representerade Sverige vid Ungdoms-OS i Bath i England i somras. Där tog hon tre medaljer, silver på 200 m rygg, 2.23.49 och brons på 100 m rygg med 1.06.77. Hon var även med i laget på 4x100 m fritt, som tog brons.

Hon segrade på 200 m rygg vid JDM i Skåne och vid USMs regionsfinaler i Skåne vann hon alla de tio individuella grenarna.

Cecilia tränar sju pass i veckan och är mycket målmedveten. Hon är lyhörd och vill hela tiden förbättra sin teknik, sina starter och vändningar.

Vid JSM i Göteborg höll hon sig väl framme bland de äldre. Hon simmade alla ryggdistanser, 200 m medley och lag.

Som ett bevis på utmärkelsen Månadens överraskning får Martina en sportväska med baddräkt från Solar, badhandduk, paddlar och en specialdesignad overall, ritad av Therese Lundin, samt en hel del annat smått och gott. Allt skänkt av Fs Föreningsservice i Helsingborg, initiativtagare till Månadens överraskning.
När året är slut kommer ur serien Månadens överraskning att utses en Årets överraskning, som utöver sedvanlig uppvaktning också belönas med ett stipendium från Fs Föreningesservice.

Du kan också skicka in förslag till Månadens överraskning.
Vem tycker du har överraskat mest? Kanske inte precis under en speciell kalendermånad utan helt enkelt överraskat med något under den senaste tiden.

Skicka oss ett foto och berätta varför hon eller han skall bli Månadens överraskning i Simsport.

Skicka ditt förslag till:

Simsport, Box 111, 440 45 Nödinge.

SOLAR SWIM SPORT

DIANA sport

FS FÖRENINGSSERVICE

... och allt annat för klubben, tränaren, simmaren.

SÖDERGATAN 13, 252 25 HELSINGBORG
tel. 042-34 76 22, fax 042-34 77 80

Debattera mera ...?

"Nu är det din tur att skriva och det skall gärna vara något som leder till debatt". Så löd instruktionen inför min debut som skribent i Simsport. Debatt. Debatter tycks inte vara något som vi saknar i svensk simning. Vi debatterar tävlingsplanering, träningsplanering ... Förstå mig rätt, men det är min uppfattning att debatter är bra inte minst för att vaska fram nya spännande tankar och kreativa förslag.
Vad jag däremot tycker är att vi har för mycket av vi och dom.
Sällan förs förslag på hur vi tillsammans skall nå högre höjder.

Framför allt har jag fastnat för hur begreppet Svenska Simförbundet används. Allt för många gånger står det som ett gemensamt begrepp för den centrala styrelsen och kansliet, gärna med en liten negativ underton som visar ett avståndstagande. Men Svenska Simförbundet är vi alla. Begreppet har t o m definierats som "den samlade benämningen på de olika lokala, regionala och centrala enheter som arbetar med simidrott", (Simidrott 2000).

Det är vi alla som tillsammans måste försöka utveckla och förbättra svensk simidrott. Och istället för att titta tillbaka måste vi rikta våra blickar framåt och föra in ett framtidsperspektiv i debatten.

Hur ser då den framtid ut som vi är på väg mot? Hur kommer idrotten att förändras? Vilka spelregler har vi att rätta oss efter? Visserligen är det bara spekulationer men svenska framtidsforskare är eniga om att inte mycket kommer att vara sig likt. Och förändringen är redan här.

För första gången i idrottens historia minskar andelen ungdomar inom svensk idrott. Vidare har orsaken till att man idrottar förändrats. Den övervägande anledningen till att dagens ungdomar idrottar är att man söker egenskaper som:

* Ha kul
* Träffa kompisar
* Träna sin kropp

Viljan att bli bäst, vinna eller vara med i bästa laget är egenskaper som attraherar endast ett fåtal.

Ännu mer markant blir detta om flickor och pojkar skiljs år i statistiken. Det visar sig då att flickor ännu mindre än pojkarna idrottar för att bli bäst. Nu tycker inte jag att forskningsresultaten skall tolkas som att det inte är någon idé att fortsätta med att driva idrottsföreningar.

Nej istället skall resultaten tolkas så att genom att tillfredsställa de andra behoven, (att ha kul t ex), kommer vi att få behålla idrottande ungdomar där vissa även i framtiden kommer att ha som mål att segra.

Svenska Simförbundets styrelse har tagit framtiden på allvar bl a genom att inrätta "Spanarna" som presenterades i förra numret av Simsport. Genom projektgruppen hoppas vi få tidig information om nya rön, vad andra idrotter och länder gör eller hur dom löst olika problem.

För det är endast om man får informationen tidigt som man som idrottsförbund kan reagera snabbt. Men det är viktigt att framtiden tas på allvar över allt i vår organisation. Hos distrikten för att sin tur mobilisera "sina" föreningar att möta framtiden. Hos föreningarna så att man står väl rustade att möta dagens och morgondagens ungdomar.

Låt oss föra in framtiden i debatten!

Barbro Olsson
ledamot Simförbundets styrelse

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
IDROTTENS HUS 123 87 FARSTA TEL. 08-605 60 00 FAX 08-724 68 61
ORDFÖRANDE PER-AXEL ERIKSSON VD LENNART HJÄRPNE

INBJUDAN

Grand Prix 4

23-24 mars 1996 i Göteborg

TÄVLINGSPLATS:
Valhallabadet i Göteborg, **50m**, 8 banor

TÄVLINGSTIDER:

	Försök	Finaler
Lördag 23/3	10.00	17.00
Söndag 24/3	10.00	17.00

ANMÄLAN:
Anmälan skall vara Göteborgs Sim tillhanda **senast 8 mars** under adress: Göteborgs Sim, Valhallabadet, 412 51 Göteborg,eller via fax: 031-81 43 56
INGA KVALTIDER GÄLLER, arrangören förbehåller sig rätten att begränsa antalet heat vid för många anmälningar. Därvid återbetalas anmälningsavgiften, se nedan.
Anmälda tider skall vara uppnådda under tiden 95-01-26—96-03-07

ANMÄLN. AVGIFT:
70:-/anmälan inbetalas på Göteborgs Sim´s postgiro nr: 243 173-2 samtidigt med anmälan.

SIMSÄTTSKATEGORIER:
* *Frisim sprint 50/100 och 200m*
* *Frisim distans 400/800m*
* *Ryggsim 50/100/200m*
* *Bröstsim 50/100/200m*
* *Fjärilsim 50/100/200m*
* *Medley 200/400m*

POÄNGBERÄKNING:
Poäng erhålles i **två** av tre grenar (den sämsta grenen tas bortautomatiskt) vid resp. deltävling. För frisim distans och medley räknas dock poängen i båda löppen. Poängfördelningen är följande:

1:a plats: 10 poäng	*4:e plats: 3 poäng*
2:a plats: 7	*5:e plats: 2*
3:e plats: 5	*6:e plats: 1*

Om en simmare noterar svenskt rekord erhålles 3 poäng i bonus. Vid ev. delad plats ex. 2:a plats, så slås poängen ihop för 2:a och 3:e plats och divideras, resp. simmare erhåller då 6 poäng. Om en simmare stryker sig till final erhålles inga poäng. Resp. simmare får tillgodoräkna sig poäng från 4 deltävlingar.Vidare så är det **inget** krav att simmaren måste deltaga på sista deltävlingen (4-5 maj)

PRISPENGAR:
De **tre** sammanlagt bästa simmarna i resp. kategori erhåller prispengar efter det att **alla** deltävlingarna är genomförda enligt följande:
1:an 5.000:-
2:an 4.000:-
3:an 3.000:-
Om en simmare slår **svenskt rekord** utgår en **bonus** på 1.000:-,motsvarande för europarekord är 2.000:- och för världsrekord 3.000:-

GRENORDNING:

Lördag 23/3 (försök och final)			Söndag 24/3		
1.	100 m frisim	herrar	17.	100 m frisim	damer
2.	200 m frisim	damer	18.	200 m frisim	herrar
3.	50 m bröstsim	herrar	19.	50 m bröstsim	damer
4.	100 m bröstsim	damer	20.	100 m bröstsim	herrar
5.	*400 m medley	herrar	21.	*400 m medley	damer
6.	100 m fjärilsim	damer	22.	100 m fjärilsim	herrar
7.	100 m ryggsim	herrar	23.	100 m ryggsim	damer
8.	50 m ryggsim	damer	24.	50 m ryggsim	herrar
9.	200 m fjärilsim	herrar	25.	200 m fjärilsim	damer
10.	200 m medley	damer	26.	200 m medley	herrar
11.	400 m frisim	herrar	27.	400 m frisim	damer
12.	50 m frisim	damer	28.	50 m frisim	herrar
13.	200 m bröstsim	herrar	29.	200 m bröstsim	damer
14.	*800 m frisim	damer	30.	*1500 m frisim	herrar
15.	50 m fjärilsim	herrar	31.	50 m fjärilsim	damer
16.	200 m ryggsim	damer	32.	200 m ryggsim	herrar

** direktfinal, "finalheatet" (de 8 bästa anmälda simmarna) simmas i finalpasset.*

ÖVRIG INFO:
Information om hotell, biluthyrning, entrébiljetter m.m. skickas utav Göteborgs Sim till klubbarna.
Upplysningar:Göteborgs Sim's kansli tel: 031-81 43 53

KOMMANDE GRAND PRIX:
- Deltävling 5: 20-21 april i Uppsala, *50 m bana*
- Deltävling 6: 4-5 maj i Jönköping, *50 m bana*

KVALTIDER GP4

SK har beslutat införa kvaltider fr o m denna GP-tävling, se nedan. Kvaltiderna skall vara uppnådda under perioden 95.01.26-96.03.07.
OBS! I de grenar som går i direktfinal, (400 m medley, 800 m fritt), omräknas alla 25m banetider till 50 m tider.
För övriga grenar gäller att 50 m banetider seedas in först, därekter 25 m och sedan yardstider.

KVALTIDER GRAND PRIX 4
Göteborg 23-24 mars 1996

	Damer			Herrar		
Frisim	**Yards**	**25 m**	**50 m**	**Yards**	**25 m**	**50 m**
50 m	24.76	27.86	28.28	22.22	24.82	25.43
100 m	54.74	1.00.74	1.01.98	48.91	54.31	56.06
200 m	1.57.99	2.10.99	2.14.54	1.46.34	1.58.44	2.02.42
400 m	5.18.08	4.37.98	4.44.65	4.46.97	4.12.37	4.19.66
800 m	10.47.74	9.35.44	9.43.64	10.02.74	8.50.44	8.58.64
Ryggsim						
50 m	29.58	32.68	33.54	26.39	29.01	29.76
100 m	1.03.08	1.09.77	1.12.15	55.13	1.02.28	1.03.78
200 m	2.14.51	2.30.09	2.32.99	1.59.25	2.13.79	2.17.27
Bröstsim						
50 m	32.41	35.51	36.38	29.02	31.62	32.39
100 m	1.08.26	1.16.75	1.19.41	1.00.95	1.08.55	1.11.33
200 m	2.27.94	2.47.34	2.54.22	2.13.11	2.30.61	2.38.76
Fjärilsim						
50 m	27.58	30.68	31.44	24.36	26.96	27.64
100 m	1.01.58	1.08.01	1.09.12	54.59	59.99	1.00.98
200 m	2.15.59	2.30.59	2.34.07	2.01.61	2.14.99	2.18.77
Medley						
200 m	2.15.28	2.30.33	2.34.02	2.01.87	2.15.99	2.18.47
400 m	4.44.84	5.16.64	5.26.61	4.22.22	4.52.03	5.03.24

INTRESSERAD AV BABYSIM?

Nu finns det en ny utbildning för blivande babysiminstruktörer i Sverige.

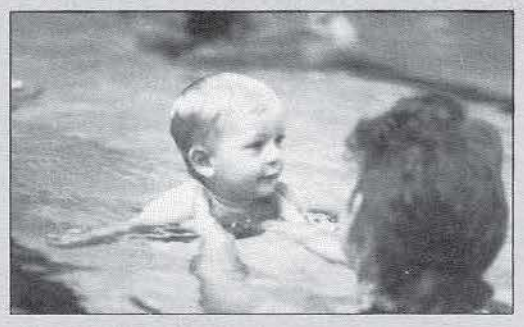
Målet med utbildningen som tagits fram genom ett samarbete mellan Svenska Livräddningssällskapet och Svenska Simförbundet är att ge heltäckande kunskap i de ämnen som en ledare inom babysim förväntas behärska.

Följande ämnen ingår i utbildningen:

- Babysim, grepp och övningar
- Barns utveckling
- Medicinska och fysiologiska aspekter
- Ledarskap
- HLR med HLR på baby
- Livräddning
- Första hjälpen
- Vatten och hygien
- Historik
- Organisationskunskap

Utbildningen är på totalt 72 timmar och uppdelad i två teorihelger med 30 timmar praktik mellan.

Efter genomgången kurs är du diplomerad babysiminstruktör av SLS och SSF och kan svara upp mot de krav som kommer att ställas på ansvariga anordnare av babysim i framtiden:



Har du väldigt lång erfarenhet av babysim?
Då har du möjlighet att gå en komprimerad kurs under -96, sedan tas den bort.

KURSDATUM FÖR BABYSIMINSTRUKTÖRSKURS, 1996

22-24 mars, Grundkurs del 2
12-14 april, Grundkurs del 1
6-8 september, Kompirmerad kurs
18-20 oktober, Kursledarutbildning
28-30 november, Grundkurs del 2
Kurserna kommer att hållas på olika platser i landet.

För mer information kontakta

Lars Modin, Sv Simförbundet, tel 08-605 63 86
eller ansvariga kursledare:
Lena Andersson Stenquist, SK Ran, tel bost 040-54 64 17
Eva Andersson Berglind, Badkompaniet och Sv Livräddningssällskapet, tel bost 08-746 72 96

Simförbundet

och dess styrelse, kommittéer och medarbetare på förbundskansliet

tackar Er alla

- ledare, tränare, föräldrar och övriga simmarvänner - som genom ett förtjänstfullt och ansvarskännade arbete bidragit till ännu ett framgångsrikt år för svensk simidrott.
Vi tackar också myndigheter, organisationer, enskilda och massmedia vilka på olika sätt hjälpt oss att bedriva vår omfattande verksamhet.

Ett speciellt tack vill vi framföra till våra sponsorer och övriga samarbetspartners vilkas medverkan och stöd varit direkt avgörande för såväl våra internationella framgångar som för förbundets fortsatta expansion.
Vi önskar

God Jul och Gott Nytt År!

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Klubb	Ny klubb	Tävl. klar
Josefin Marklund	Byske IF	Skellefte SS 34	951126
Per Johansson	LASS	SKK	951203
Pål Skoglund	Kristinebergs SK	SK Elfsborg	951206
Staffan Westerberg	Mariestads SS	SKK	951207
Öystein Jürgen Andresen	S 02	Mölndals ASS	951209
Martin Eriksson	SK Poseidon	Örebro SA	951213
Sara Andersson	SK Poseidon	Örebro SA	951213
Katarina Bergö	Deje SS	Karlstads SS	951220

Stängt

Svenska Simförbundets kansli har stängt för inventering **torsdagen den 21 december och fredagen den 22 december 1995.**

GLÖMD GREN

I utskicket från Sundsvalls SS för SM saknades gren 25, 100 m fritt herrar, i tävlingsprogrammets grenordning. Arrangören beklagar och meddelar att även 100 m fritt för herrar skall vara med på SM.

Årsmöten

Svenska Simförbundets årsmöte äger rum den 27-28 /4 1996 i Uppsala.

Göteborgs Simförbund håller årsmöte onsd.6/3 -96 kl.19.00 i GDIF:s konf. center.

RIKS MASTER MEET 1996

Välkomna till en ny tävling. Den simmas på tre orter; Umeå - Västerås - Ängelholm, den 3 februari 1996.

Master Meet är en öpen tävling för alla klubbanslutna simmare som är 25 år eller äldre den 31/12 1996 och som har Masterslicens. tillfällig licens kan lösas mot en avgirt på 30:- hos respektive arrangör.

Masterklasserna är uppdelade i 5-årsintervall enl klas A 25-29 år, klass B 30-34 o s vtill klass m 85 o äldre. Internationellt finns även klass N, d v s 90 år o äldre.

Lagkappsklasserna är summan av deltagarnas ålder den 31/12 med intervallen; klass A 100-119 år, klass B 120-159, klass C 160-199 o s v till klass F 280 o äldre. Internationella lagkappsklasserna sträcker sig upp t o m G 320 år o äldre.

Respektive tävlingsort skickar sina resultat till Västerås för sammanställning till en ny resultatlista som kommer att presenteras som Riks Master Meet.

Riks Master Meet är en klubbtävling där poäng delas ut i de grenar som har fler än 4 resulta och där det finns representation från minst 3 föreningar. Poängen delas ut per åldersklass. Följande poängskal tillämpas: 1:a 10 p, 2:a 8 p, 3:a 7 p o s v till 9:e som ger 1 p. Dubbla poäng i lagkapperna.

Grenar:

400 m fritt D/H, 4x50 m medley Mix (2H/2D), 50 m fjäril H/D, 50 m rygg H/D, 50 m bröst H/D, 50 m fritt H/D, 100 m medley H/D, 4x50 m fritt H/D. Pris till de tre bästa klubbarna delas ut i samband med Masters-SM i Uddevalla 22-24/3.

Kontaktpersoner på respektive ort:

Umeå, Lars Edstedt, 090-77 94 85 bost
Västerås, Lars Ekdahl, 021-408 07 bost
Angelholm, Kent Hamberg, 0431-102 64 bost

Lars Ekdahl
Västerås SS

LANDSLAG

JUNIOR o UNGDOM

Tävling och läger 11-16 maj i Lissabon för Juniorer, kärntrupp.
Tävling 16-19 maj i Espoo för Ungdom, kärntrupp

Anne Forsell

NY ADRESS:

Utbildningskommitténs ordförande Niclas Stensson har ny adress:

Niclas Stensson
Sveavägen 37
331 50 VÄRNAMO
tel 0370-466 69 tel/fax
mobil 010-685 97 57

Ny adress 2

Stockholmspolisens IF (SPIF) och simsektionen flyttar och samlas under samma tak på CORNER.

Den 1 december gick flyttbilen och allt var på plats den 4 december.

Den nya adressen är:

Stockholmspolisens IF
Simsektionen
Långholmsgatan 38
117 33 STOCKHOLM
Tel 08-84 61 50, fax 08-658 48 01

TAG CHANSEN!

Det gäller rekrytering och utbildning av ledare i din förening!

Svenska Simförbundet inbjuder till ett par konstruktiva dagar i Stockholm, 27-28 januari 1996 på temat "Hur samarbetar vi i föreningsstyrelsen och föreningen? Förstår vi varandra i styrelse- och föreningsarbete? Inbjuder vi tillräckligt bra till samarbete? Killar-killar, tjejer-killar och tjejer-tjejer? Hur umgås vi?
Detta och mycket annat skall vi lyfta fram och diskutera.

Simförbundets projekt: Rekrytering och utbildning av ledare i din förening, väcker många frågor och lär bli fler när du som föreningskille och/eller föreningsstyrelsetjej medverkar i projektet.
Forskaren Gertrud Åström, som är samhällsvetare som bl a arbetat med maktutredningen kommer att både beröra och röra om i diskussionen under konferensen. En annan intressant deltagare är forskaren Ulf Blomdahl, Stockholm Fritid, som arbetat mycket med Barns och ungdomars fritidsvanor. Han har inte alltid samma uppfattning som Gertrud. Debatten dem emellan bör bli intressant.

Så tag chansen. **Lördag 27 och Söndag 28 januari** med start 10.00 och avslutning 15.00 i Medborgarhuset, Stockholm. Hotell Malmen är vårt hotell. Målgrupp för projektet är föreningsstyrelsekillar och -tjejer i din förening. Vi ser gärna att ett "par" finns med från samma förening.
Simförbundet bjuder på kost och logi i dubbelrum under konferensdagarna. Deltagaravgiften begränsar sig därför till reskostnader till och från konferensplatsen.
Det är bråttom med anmälan. Kontakta Lasse Modin Simförbundets kansli 08-605 63 86, (09.45-11.15, 12.30-14.30 eller Birgitta Lindström, Simförbundets styrelse, tel 0383-124 14 bost.
Konferensen är maximerad till 100 deltagare så först till kvarn gäller.

Välkommen med föreningens anmälan!

Officiellt

NY
utbildningsledarkonferens
2-4 februari 1996

För alla utbildningsansvariga och utbildningsintresserade i föreningar och distrikt kommer utbildningsledarkonferensen, som fick ställas in pga snöovädret i november, att genom-föras den 2-4 februari 1996. Platsen är fortfarande Växjö.

Ta chansen att flytta fram positionerna och häng med.
Här är några godbitar ut programmet:

- Simidrotten och den nya teknologin, (RF-data)
- Arbetsformer som skapar resultat, (Thore Carlsson och Niclas Stensson)
- Marknadsföring - hur rätt budskap når rätt person, (Thore Carlsson)
- Information och presentation av Simförbundets utbildningar och projekt
- Vad innebär SSF:s nya instruktörsutbildning, Simidrott Grund för föreningar och förbund

Tag chansen att knyta kontakter, byta erfarenheter och öka din och föreningens/förbundets kompetens. Har du frågor går det bra att höra av dig till undertecknad.

Vi syns i Växjö!
Niclas Stensson, Utbildningskommitténs ordförande

JUL MED TRADITION



Stöd forskningen!
Köp Hjärt-Lungfondens helgmärken på posten.
Årets konstnär är Lennart Jirlow.

HJÄRT LUNGFONDEN
– För ett friskare Sverige –

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

Träningsläger i Kristanstad

TURISM & FRITID KRISTIANSTAD

har den totala lösningen för din klubb

8 banors, 25:a i nybyggda TIVOLIBADET i Kristianstad

8 banors, 50:a utomhus i Åhus

6 banors, 50:a utomhus i Degerberga

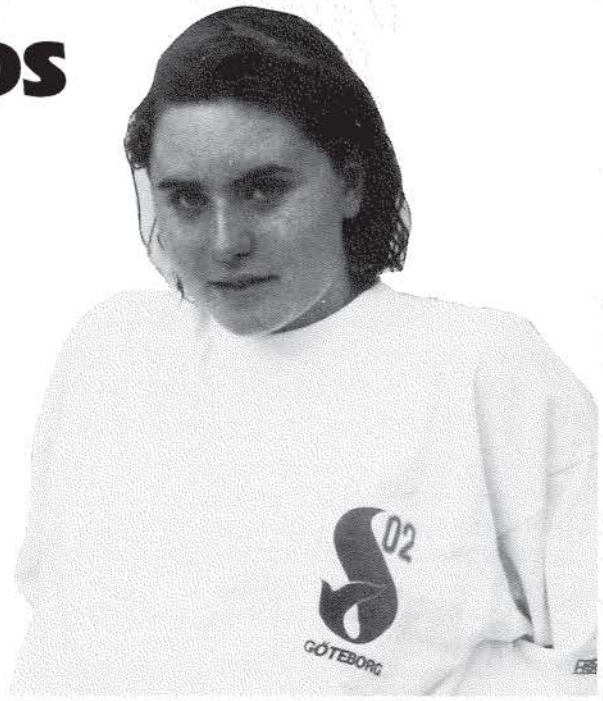
Förläggning finns i omedelbar anslutning till baden.



Bokningar
Tivolibadet Kristianstad,
Per-Olof Cartbo 044-13 53 21
Degerberga-badet, KSLS 044-21 75 02
Kantarellbadet Åhus, Åhus SS 044-24 70 10

MED MALIN MOT OS

Simhallen är till brädden fylld med små uppspelta, nervösa simskolebarn och deras föräldrar, syskon, släktingar och vänner. Simtränarna försöker lugna sina adepter och förklarar för dem hur de ska bete sig. De flesta av dem har aldrig varit med om något liknande förut.



Längst upp på ena läktarhalvan, lite avskiljt från alla de andra, sitter en åttaårig flicka tillsammans med sin mamma. Åttaåringen är väldigt blyg och osäker och känner inte riktigt de andra barnen. Detta är hennes livs första simtävling och hon vill bara att kvällen ska ta slut så att hon kan åka hem igen.När hennes tränare berättade om tävlingen ville hon inte vara med, men eftersom hennes klasskompis, som simmar i samma grupp, ville tävla så anmälde de sig tillsammans. På 25 meter ryggsim. Men ikväll är klasskompisen sjuk och kan inte tävla.

TÄVLINGEN BESTÅR AV

två delar: 25 meter bröstsim för alla som anmält sig på det och därefter går man över till 25 meter ryggsim.
Det är bara en intern klubbtävling men det är många simmare så det tar ändå ganska lång tid.
Till slut är det dock dags för flickan att simma sitt lopp. In i det sista har hon dröjt sig kvar uppe på läktaren hos mamma och tryggheten men nu måste hon gå ner. Hon står på bassängkanten och väntar på order att hoppa i vattnet.
Väl i vattnet vet hon precis hur hon ska göra. Hon ska simmar ryggsim så fort hon någonsin kan tills hon slår handen i väggen på andra sidan.
Det är snabbt över och det går bra. Endast tre flickor simmar snabbare än hon själv. Hon slutar på fjärde plats och får ingen medalj. Men det spelar ingen roll för alla deltagare får komma fram till prispallen och ta emot diplom. Hennes namn hörs lika tydligt som segrarens när det ropas upp av speakern i högtalaren.
Hon är stolt. Hennes mamma är ännu stoltare men hennes pappa, som inte kunde vara med, blir nog stoltast av alla när han får veta hur det gått. Flickan längtar till nästa tävling.

MITT DIPLOM

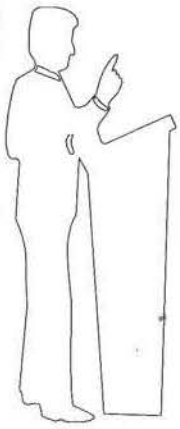
ramades in och hängdes upp på väggen i mitt rum. Där hängde det tills solens skarpa strålar blekt den svarta skriften så mycket att det inte längre gick att urskilja vad som stod på det.
Nu har jag blivit 22 år och en massa metrar har simmats under de 14 år som passerat sedan min första tävling.
En pratstund med Trollhättans sumsimmare för ett par veckor sedan gav mig anledning att tänka tillbaka på dessa minnen. Hur jag inledde min "karriär" som medelmåttig ryggsimmare och min utveckling därifrån till landslaget.
Ibland undrar jag varför just jag av alla dessa simskolebarn från den där kvällen, för 14 år sedan, hr lyckats så bra.
En stor roll i det hela har mina föräldrar spelat. Jag hade deras stöd då - när jag inte vågade går ner till de andra barnen - och jag har deras stöd nu, om jag behöver det. Även om de på intet sätt vill ta åt sig någon ära har de ändå all rätt att känna sig stolta över mina framgångar. Det är ju de som lagt grunden till allt jag fått uppleva genom simningen och det är jag väldigt tacksam för.

NÄR DU LÄSER DETTA

har vi klarat av ännu ett äventyr, kortbane-VM i Rio de Janeiro. Då jag skriver detta några veckor innan kan jag säga att jag er fram emot VM. Dels som en viktig tävling där jag ska prestera så bra resultat som jag någonsin kan med den träning jag kunnat lägga ner de senaste månaderna och dels som en bra träning inför OS.
Jag får i Rio möta motstånd av hög klass och det kan man nog inte få för mycket av.
Nu har jag faktiskt kunnat träna enligt planerna i en månad, efter strejk och förkylningar och det går bara bättre och bättre, (som väl är). Säsongens första tävling har jag också klarat av. Det var VM-kvalet i Helsingborg och förutom att jag är nöjd med de flesta av mina resultat var det jätteskoj att få träffa alla andra simmare i Sverige igen.
Att jag kunnat träna enligt planerna var en lögn. Det var ju faktiskt något pass som snöade inne i samband med "det värsta snöovädret i Göteborg på 40 år". Med stillastående kollektivtrafik och personbilar begravda i snömassorna var det inte många som lyckades förflytta sig från sina hem. Själv började jag inventera mina matförråd här hemma och räknade ut att jag skulle klara mig ett bra tag i isolering om det skulle behövas.
Eftersom jag bor centralt och inte har allt för lång väg till badet, kunde jag dock, efter att det värsta snöandet upphört, pulsa genom snön bort mot badet. Utan trafik var det underbart lugnt och tyst. Folk gick eller skidade mitt i gatorna. Varenda människa jag mötte log mot mig och jag undrade hur det kom sig att en situation som denna gjorde människor så vänliga och hjälpsamma mot varandra.
På hotellet där jag jobbar letades kvarglömda böcker och kortlekar fram. Några spelade spel med tändsticksaskar som lånats i receptionen. Fyra japanska gäster sprang ut och in med sina kameror för att fotografera varandra i snön. Vi tände ljus och hade det allmänt mysigt även om en del gäster, förståeligt nog, var ängsliga för hur de skulle kunna komma hem.

Det är spännande med sådana "överraskningar" ibland men jag är tacksam att detta oväder inte inträffade en vecka senare. Då hade jag kanske missat Rio.

God Jul önskar Malin



Fria Åsikter i Simsport

Det har kommit en hel del insändare till redaktionen. Alla uttrycker en oro för att debatten skall strypas i Simsport. Så är inte fallet. Men vi ser helst att debatten handlar om simidrott och Simförbundets totala verksamhet. Inte bara en diskussion mellan personer. En följetong mellan ett fåtal är ingen betjänt av. Däremot ställer vi gärna upp på följande rader av Voltaire:

"Jag kanske inte delar din åsikt,
men jag är beredd att dö
för din rätt att uttrycka den."

Redaktionen

SE HIT!

Fonderar du på var du skall göra av årets ekonomiska överskott? Tänk då på den fond som inrättades för snart två år sedan. När jag fyllde halvsekel och började bli vuxen fick jag grundplåten till en fond för simjournalistik. I februari i år delades det första stipendiet ut. Uppsalajournalisten Anna Hellberg Lann fick hjälp att göra ett reportage om Upsala S och ungdomssimning i Uppsala. Det reportaget kommer i Simsport under våren med anledning av klubbens 200-årsjubileum.

Nu behöver fonden påfyllning. Sätt in ditt bidrag på postgiro 985505-7. Där finns pengarna under överinseende av fondstyrelsen Anders Bergfeldt, Svenska Dagbladet, Weine Samuelsson, Nordbanken och mig själv.

I februari är det så dags för ett nytt stipendium att delas ut från "Lars-Åke Lindqvists stipendiefond för simjournalistik". Stipendiesumman är på 2 500 kronor. Du som söker skall vara verksam journalist/fotograf eller på väg att bli genom journalist-/fotografutbildning. Tala om vad du vill göra för artikel/(bild)reportage och skicka din idé tillsammans med namn, adress och telefonnummer senast 15 januari till:

Lars-Åke Lindqvist
Box 111
440 45 NÖDINGE

Fondstyrelsen utser sedan stipendiat. Och du.
Glöm inte bidraget till pg 98 55 05 -7
Tack.

SIMRISHAMN
Österlens pärla

MÅLET FÖR ERT TRÄNINGSLÄGER

Vi kan erbjuda simhall, utomhusbad, sporthallar, allvädersanläggning för friidrott, tidiga gräsplaner mm.

Vi lämnar förslag till övernattning.

Ring fritidskontoret för information.

Fritid SIMRISHAMN
Tel 0414-190 00

Träningsläger

Förlägg Ert nästa träningsläger till vår friskvårdsanläggning med 25m bassäng, styrketräningsrum mm. som ligger vid Kungshamn/ Smögen i mellersta Bohuslän.

Vi hjälper gärna till och ordnar login för Er.

För prisförslag kontakta Roland Joelsson 0523-711 590.

Välkommen till

Tumlaren
bad & rehabilitering

Dinglevägen 57, 456 44 Kungshamn
Tel 05223-711 50, Fax 0523-711 87.

KVALTIDER OCH GRENORDNING USM, äldre, Sjöbo 6-7/7 1996, 50 m bana

				25 m	50 m
Pass 1					
1.	400 m	fritt	p15/16	4.20.50	4.28.50
2.	50 m	fjäril	f 15/16	30.90	31.70
3.	200 m	fritt	p 14-	2.10.20	2.13.20
4.	100 m	rygg	f 14-	1.14.80	1.16.30
5.	50 m	bröst	p 15/16	33.00	33.80
6.	400 m	medley	f 15/16	5.25.00	5.33.00
7.	100 m	bröst	p 14-	1.17.40	1.18.90
8.	200 m	medley	f 14-	2.40.50	2.43.50
9.	100 m	fjäril	p 15/16	1.03.00	1.04.50
10	200 m	bröst	f 15/16	2.54.20	2.57.20
11	50 m	rygg	p 14-	32.80	33.60
12	50 m	fritt	f 14-	29.30	30.10
13	200 m	rygg	p 15/16	2.21.10	2.24.10
14	100 m	fritt	f 15/16	1.01.70	1.03.20
15	200 m	fjäril	p 14-	2.28.30	2.31.30
16	800 m	fritt	f 14-	9.56.50	10.12.50
17	4x100 m	fritt	p 16-	3.47.00	3.53.00
18	4x50 m	medley	f 16-	2.10.40	2.13.40
Pass 2					
19	400 m	fritt	f 15/16	4.42.00	4.50.00
20	50 m	fjäril	p 15/16	28.10	28.90
21	200 m	fritt	f 14-	2.17.20	2.20.20
22	100 m	rygg	p 14-	1.10.40	1.11.90
23	50 m	bröst	f 15/16	36.60	37.40
24	400 m	medley	p 15/16	4.59.50	5.07.50
25	100 m	bröst	f 14-	1.20.80	1.22.30
26	200 m	medley	p 14-	2.28.00	2.31.00
27	100 m	fjäril	f 15/16	1.09.30	1.10.80
28	200 m	bröst	p 15/16	2.35.70	2.38.70
29	50 m	rygg	f 14-	34.50	35.30
30	50 m	fritt	p 14-	27.30	28.10
31	200 m	rygg	f 15/16	2.33.50	2.36.50
32	100 m	fritt	p 15/16	56.00	57.50
33	200 m	fjäril	f 14-	2.38.00	2.41.00
34	1500 m	fritt	p 14-	18.14.00	18.44.00
35	4x100 m	fritt	f 16-	4.08.00	4.14.00
36	4x50 m	medley	p 16-	1.58.00	2.01.00
Pass 3					
37	200 m	fritt	p 15/16	2.02.30	2.05.30
38	100 m	rygg	f 15/16	1.12.00	1.13.50
39	400 m	fritt	p 14-	4.31.00	4.39.00
40	50 m	fjäril	f 14-	32.30	33.10
41	100 m	bröst	p 15/16	1.11.30	1.12.80
42	200 m	medley	f 15/16	2.32.20	2.35.20
43	50 m	bröst	p 14-	35.50	36.30
44	400 m	medley	f 14-	5.29.50	5.37.50
45	50 m	rygg	p 15/16	30.30	31.10
46	50 m	fritt	f 15/16	28.40	29.20
47	100 m	fjäril	p 14-	1.07.80	1.09.30
48	200 m	bröst	f 14-	2.53.80	2.56.80
49	200 m	fjäril	p 15/16	2.20.30	2.23.30
50	800 m	fritt	f 15/16	9.37.50	9.53.50
51	200 m	rygg	p 14-	2.29.20	2.32.20
52	100 m	fritt	f 14-	1.02.80	1.04.30
53	4x50 m	fritt	p 16-	1.43.00	1.46.00
54	4x100 m	medley	f 16-	4.45.00	4.51.00
Pass 4					
55	200 m	fritt	f 15/16	2.12.60	2.15.60
56	100 m	rygg	p 15/16	1.05.20	1.06.70
57	400 m	fritt	f 14-	4.44.50	4.52.50
58	50 m	fjäril	p 14-	30.50	31.30
59	100 m	bröst	f 15/16	1.19.50	1.21.00
60	200 m	medley	p 15/16	2.18.40	2.21.40
61	50 m	bröst	f 14-	37.50	38.30
62	400 m	medley	p 14-	5.10.00	5.18.00
63	50 m	rygg	f 15/16	33.30	34.10
64	50 m	fritt	p 15/16	25.70	26.50
65	100 m	fjäril	f 14-	1.11.70	1.13.20
66	200 m	bröst	p 14-	2.45.50	2.48.50
67	200 m	fjäril	f 15/16	2.33.00	2.36.00
68	1500 m	fritt	p 15/16	17.21.00	17.51.00
69	200 m	rygg	f 14-	2.36.00	2.39.00
71	4x50 m	fritt	f 16-	1.55.00	1.58.00
72	4x100 m	medley	p 16-	4.14.00	4.20.00

Alla grenar kommer att kompletteras så att respektive gren avverkas i två heat, med tre reserver, även om kvaltiden inte uppnåtts.
Inbjudan kommer i Simsport 4/96.

OBS! De kvaltider för USM-äldre, som delades ut i samband med USM i december är felaktiga. Ovanstående är de korrekta.

Falkenbergs simsällskap söker

TRÄNARE

Vi söker dig som kan ta huvudansvaret för träningen för klubbens omkring hundra simmare. Vi vill att du ska ha erfarenhet av träning på minst A-gruppsnivå eller genomgått steg II-utbildning.
Tjänsten är på deltid.
Vill du veta mer så hör av dig till Johnte Carlsson antingen hem 0346/ 913 62 eller Klitterbadet.

FALKENBERGS SIMSÄLLSKAP

Falkenbergs
Simsällskap
Klitterbadet
311 00 Falkenberg

☎Tel/fax 0364/ 841 21

Turistbyrå

Träna i Ronneby och segra i Sverige!

För att få ut maximalt av ett träningsläger krävs

- bra möjligheter till träning
- vila och återhämtning
- en rätt sammansatt kost
- trivsel och välbefinnande

Därför har vi komponerat detta **-Äta-Sova-Paket**

Vi erbjuder följande:

* Träna i Brunnsbadets bassäng *

* Bo i Karöns stugby med sjötomt! *

Detta förmånliga paket kostar endast **300:-/person** och dag.
(Träningshyra ingår ej).

Kontakta Ronneby Turistbyrå 0457/176 50 och säg att ni vill boka
Äta-Sova-Båt-Paketet för träningsläger

Vi ses i Ronneby- "Hjärtat i Sveriges Trädgård"!
VÄLKOMMEN

FAGERSTAHALLEN

"Training Camp"

• Simhall • Solarium • Trendstudio • Styrkehall • Brottningshall • Bowling • World Class Gym • Klubbrum • Café • Massage/ Idrottsskadeklinik • Friluftsbad • Pingishall • Bastu • Sporthall • Skyttehall • Judohall •

En av Sveriges modernaste idrottsanläggningar för träningsläger.

Välj ditt alternativ!

Priserna inkluderar övernattning, frukost, lunch och middag samt 4 timmars träning/dag

Pris 1995

TOTALPRISER FRÅN **315:-**



Förläggningsbyggnad vid Fagerstahallen, 64 bäddar.

SIMLÄGER Året Runt!

Sommartid: utebad med 50 m bassäng
Övrig tid: inomhus med 25 m bassäng
OBS! Vattentemp 27°.

Kom loss hos oss! Allt under samma tak!

För ytterligare information RING 0223-442 30

En pool full med polo

Av Lars Fjärrstad

SKK-seger i Svenska Cupen

Åtta lag deltog i årets upplaga av Svenska Cupen i vattenpolo i Eriksdalsbadet , Stockholm. Tyvärr stoppades Linköping av vinterns första snökaos och Karlstad hade genom flyttningen av Cupen på grund av strejken bundit upp sig för andra arrangemang denna helg. Cupen spelas först i gruppspel, varefter gruppettorna spelar om platserna 1-3, tvåorna om 4-6 och treorna om platserna 7-8-





Som väntat vann SKK, Polisen och Västerås sina grupper efter siffermässigt klara segrar. I finalomgångens första match möttes regerande cupmästarna SKK och Västerås, som bl a återfått Per Andersson efter elva år i "Kappis".
Trots denna förstärkning gick SKK mot en oväntat lätt seger. SKK:s unga, snabba och konditionsstarka lag utmanövrerade lätt västeråslaget efter fyra hårda vänsterkrokar i första perioden, (4-0).
I den andra matchen, mellan Polisen och Västerås, sparade Polisen på krafterna till den kommande finalen medan Västerås förbrukat sina mot SKK. Lagen följdes åt i målprotokollet, men i sista perioden kontrade SPIF bäst och mest och kunde vinna med 11-9.
I en långsam match med många missar bör dock Fredrik Weinös snabba kontringar och avslut uppmärksammas.

MÅLVAKTSMATCH

Finalen mellan SKK och Polisen bjöd på sedvanlig god polounderhållning och spänning. I tre perioder utsatte Polisen SKK-försvaret och målvakterna Razvan Dragan och Mats Gustavsson för stora påfrestningar. Fem minuter före slutet ledde Polisen med 12-10.
Då toppade SKK:s tränare Lars Fjärrstad laget och beordrade en ytterligare tempohöjning. Fyra snabba kontringar med snygga kombinationer, precisa lobbar och hårda distansskott ändrade på några minuter slutställningen till 14-12 i SKK:s favör.

Även om SKK:s tunga garde med "Kentha" Eriksson, Chen Cohen, Marjan Spenjak och Oliver Djordjevic tillsammans med målvakterna spelade huvudrollerna gladde nog de nya, unga spelarna Lars Fjärrstad mest. Egna produkter från simmarleden, Erik Rundfedlt, Mikael Axelsson, Dennis Lundqvist och Fredrik Koncsik visade med rätt inställning, speed och god speluppfattning att SKK:s återväxt är tryggad för lång tid framåt.

TVÅ ALLSVENSKOR

På den undre halvan vann Hellas två uddamålssegrar över Ran och det svenska juniorlandslaget, som tog detta tillfälle att få matchträning inför kommande NM.
Hellas lever högt på landslagsspelarna Georghe Bencsik, Claes Jutner och Johan Wallenberg, men har alldeles för ojämnt lag för att hota topplagen. Ran har många nya spelare men verkar dåligt tränade och Stefan Juric, (tränare), måste diskutera lagspelets betydelse med Roger Lundqvist.
Falun är fortfarande utvecklingsbart men måste söka fler tillfällen till matchträning för att komma vidare.
PK:s åtgärd att dela upp Allsvenskan i två grupper bör råda bot på denna brist.
Järfälla har mycket folk men står stilla. Mer utbildning av tränare och spelare krävs. Spelarna saknar tyngd och spelar ett för "enkelt" spel. Man tappar bollinnehavet i närkamperna och öppnar sig för kontring.
Även här gäller mer träning, mycket boll och fler matcher.

GULD I NJM

Nu har svensk juniorpolo gått förbi sina nordiska grannar. För första gången vann Sverige NJM i vattenpolo, som avgjordes i Stockholm den 25-26 november. Efter fyra raka matchvinster mot Danmark, 16-8, 19-5 och regerande mästarna Finland, 13-9, 13-7 kunde det svenska laget för första gången sedan 1991, då Nordiska Juniormästerskap i polo infördes, kliva upp överst på prispallen.

Det var inte bara segern som gladde ledarduon Bert Svensson och Gunnar Cornelius från Ronneby. Spelmässigt har laget höjt sig flera klasser sedan förra året och allt fler spelare växer in i den internationella kostymen.

FINNAR MALDES SÖNDER

Grunden har lagts genom en långsiktig uppbyggnad av simkunnigheten. Träning fem dagar i veckan med minst 3000 meter simning som komplement till övrig poloträning har varit Bert Svenssons stränga recept.
Detta har kanske inte varit något "lyckopiller" för alla, men det har gett resultat. En tung press, snabba kontringar och den här gången disciplinerat centerspel av Otto Pukk, malde sönder de fysiskt starka finnarna.
Lagets motor är dock Ronnebys Peter Harmat, som fortfarande har två år kvar som junior. Utomordentlig spelförståelse, kraft, teknik och en obänig segervilja är Peters kännetecken.
Oskar Ihicl från Polisen är fortfarande för vek men är mycket intelligent och skapar något extra i varje anfall.
Denna trojka kompletteras av i första-sjuan av Joel Wiener, Jesper Konstantinov från SPIF, Magnus Halvarsson, Falun och Ola Håkansson, Ronneby.

EJM-KVAL VÄNTAR

Istvan Straka blandar fortfarande bra och mindre bra prestationer men har utvecklats i samma takt som överflödiga kilon avvecklats. Ett par riktigt kraftfulla skott i trängda lägen ger honom ett högt betyg denna gång.
Målvakterna Peter Eriksson och Henrik Möller är reaktionssnabba och läser spelet bra men behöver bättre rörlighet i sidled.
Nu blir nästa uppgift EJM-kval i maj efter en 6-nationersturnering i Prag under Påsken. Det skall bli mycket intressant att följa lagets utveckling under våren.

MOT ETT MÅL

I yngsta klassen, födda 1978, representerades Sverige av ett helt nytt lag från Stockholm eftersom PK:s resurser inte räcker till för att samla spelare från övriga Sverige.
Efter endast fem träningstillfällen överraskade stockholmslaget genom att besegra Danmark i första matchen med 8-5. En timma med vila senare krossades ungdomarna av den finska ångvälten med 20-2. Detta var kanske olyckligt eftersom allt självförtroende tog lika slut som krafterna och det blev spel mot ett mål.
Glädjande var dock att vi på kort tid kunde samla ett 20-tal lovande spelare och ta turneringen som en ny start mot nästa år. Magnus Stangenberg, Hannes Reneby, Fredrik Koncsik, Daniel Tyrving, Peter Heimer och Daniel Verbowszki spelade så bra polo så länge krafterna fanns att det finns gott hopp för svensk polos framtid.



Simläger i Danmark
NÖRRESUNDBY IDROTTSCENTER

- 50-metersbassäng (nyrenoverad 1994)
- Vattenland med bl a vattenrutschbana
- Rekreationsområde med sol och massage
- Styrketräningsrum
- 2 idrottshallar för alla idrotter
- Inkvartering 25 meter från simhallen
- Teorilokaler med AV-utrustning
- Tennishall och squashbanor m.m. m.m.
- Gångavstånd till Ålborg, bl a zoo & tivoli
- 20 km till Fårup Sommerland

Nörresundby Idrottscenter är det perfekta resmålet om man vill vara säker på ett lyckat simläger.
Flemming Poulsen, landslagstränare Danmark.

Ett komplett idrottscenter. Kan det bli bättre?
Leif Karlsson, Skäret SS.

Skövde SS, Klippans SS, SK Triton, SS Poseidon, Ronneby SS, Svenska Juniorlandslaget, Sandviken SSHK och Varabygdens SS är några simgrupper som gästade Nörresundby 1995.

5 dagar inkl färjeresa t/r, logi fyra nätter, helpension och simträning 2 x 2 timmar/dag för endast 1.695:-/person.

För ytterligare information, priser och bokning, kontakta:

Idrottens Resebyrå
OLKA resor

☎ 031-13 74 00, Fax 031-13 50 90

Poängjakten fortsätter 1996...

Australien

Font Romeu

Mauritius

Barbados

Club La Santa - Lanzarote

Hawaii

Tränings-läger!

Tjeckien

Florida

Canet en Roussillon

Cypern

Hagetmau

Mulhouse

Bombannes

Aix les Bains

Kufstein

Ring för prospekt!

SPEEDY RESOR

Telefon: 040 - 795 01 Telefax: 040 - 795 00



att försöka etablera sig..

Först en rättelse. I min förra rapport om hur vi tränat fanns en del förkortningar. Redaktionen hade översatt W med träningsfart. W skall vara tävlingsfart. Med tanke på min handstil är det fantastiskt att det inte blir fler fel.

Det är alltid HÄRLIGT att komma hem till Sverige och träffa gamla simmarkompisar.. Nu senast var det Grand Prix och VM-kval i Helsingborg som stod på programmet. Jag passade då på att ta med mig några av Hamburgs simmare för att kolla formen mot de svenska essen. Visserligen var många svenskar formtoppade med förhoppningen att få resa till Rio och mina simmare mitt i hård träning. Men det spelar ingen roll. Det är alltid bra med tuffa tävlingar och lite miljöombyte. Hamburg ligger inte mer än fem timmars bilfärd från Helsingborg. Men ändå är skillnaderna många.

SÄGER VAD JAG VILL

För Ann och mig är det positivt att kunna köpa svenska tidningar, käka lax billigt och som sagt snacka "goja" med simmarvänner man nu känt i tjugotalet år. Det gäller bara att passa sig ibland för i Sverige förstår alla Anns och mitt privata språk. Det är inte som i Japan eller Tyskland dör vi kunde och kan säga vad och när vi vill. Fast det gör ju jag oftast ändå.
För simmarna är det positivt att få uppleva välorganiserade tävlingar, hård konkurrens på herrarnas frisim och färre deltagare vilket ger kortare tävlingspass. Att tiden ändå blir knapp för sight-seeing löser man ändå. Väckning 06.00 för kombinerad jogging-stretching-sight-seeing innan frukost två dagar i rad då har man sett det mesta Helsingborg. Nja. Nöjeslivet missade de men jag berättade att rådfråga det svenska tränargänget. De har bra koll på den fronten efter ett antal tävlingar och sammankomster i turandets stad.

RÄTT BILLIGT

Det är nyttigt för mina simmare att se att 51 på 100 m fritt inte räcker långt men det är tyvärr beklämmande att knappt tre-fyra simmerskor vågar sig på den härliga utmaningen 400 m medley. 800 m fritt var inte mycket bättre det. Frau Christiansend lilla uppvisning i all ära, med tanke på att det är elva år sedan hon la av, men 9.18 för en sjundeplats är rätt billigt. Här behöver göras något och jag menar det är viktigt att stödja och uppmuntra de simmare som har talang för och vill satsa på längre och tyngre distanser. När jag växte upp fanns det något som hette 1500 meterspokalen, en tävling där alla simmare i hela Sverige simmade 1500 m fritt. En gång i december, en gång i januari och en gång i februari, för att sedan med snittiden av dessa tre resultat få en ranking i Simsport. Det var i samband med den tävlingen jag fick nöjet att läsa mitt eget danska namn för första gången i den här eminenta tidningen. Att min tid var runt 21.40, vilket inte var så lysande för en 15-åring, bekymrade mig föga. Jag var ju med i Simsport!
I vilket fall som helst var det säkert en bra test i grundträningsperioden och för många ganska nyttigt att stifta bekantskap med den längsta av simningens tävlingssträckor.
Numera finns det längre lopp, 5 km och 25 km på EM och VM men Sverige har ännu inte haft någon kvalificerad representant. Kanske för att vi inte tar långdistanssimningen på allvar. Men just nu i början när långdistans är nytt bör det vara lämpligt att försöka etablera sig och kanske ta en medalj medan konkurrensen ännu inte hårdnat så som på 50-100 m fritt. En medalj vunnen av en svensk simmare är en medalj till Sverige. Och Sverige behöver alla medaljer vi kan få.
Så om du är en simmare som inte har talanger att simma en bassänglängd utan att andas och då också riktigt fort, varför inte ta utmaningen som långdistans erbjuder.

TAPPAT MER ÄN HÅRET

Stefan Pfeiffer är en långtradare som vågar anta utmaningar. Efter tre års totalt uppehåll började Stefan i höstas





att träna med vårt gäng i ett försök att kvalificera sig till sitt fjärde OS. Han tog 1984 brons på 1500 m fritt, 1988 silver och 1992 blev han fyra på samma distans. Stefan har alltså hållit på lika länge som Anders Holmertz men är t o m äldre. Nästa år fyller han 31, men efter tävlingarna i Helsingborg tror jag att han har en chans trots att han var chanslös mot Anders.
Stefan har tappat mycket under de här tre åren, inte bara en del av håret, men han är mycket sugen på att få uppleva den "Olympiska känslan" igen. Under sin frånvaro från simningen utbildade han sig till pilot och det är det han till vardags jobbar med. Trots sin hårdsatsning med morgonträning 4-5 gånger i veckan och varje kväll simning och styrketräning med sina tio år yngre lagkamrater, jobbar han heltid med sin flygning på Senator Aviation. Självklart är han en stor inspirationskälla för hela gänget inklusive mig själv. En kille som vågar satsa så, men ändå så mycket att förlora som ära, rykte och image då han är mycket känd i Tyskland, kan inte förlora i mina ögon. Han har redan vunnit oavsett hur det går på uttagningarna i maj. För han vågar satsa, vågar chansa, vågar hoppas på att än en gång få se den olympiska elden och känna hur det pirrar i kroppen när man promenerar omkring i den olympiska byn och hejar på de bästa idrottstjejerna och -killarna i världen.

INGEN ANN - TA EN ANN´

En som däremot inte skall göra någon come-back trots all smickrande uppmuntran är min fru. Det är roligt att så många etablerade tränare tror att Ann har en chans att ta sig in i tjejernas 4x200 m lag.
Själv är jag partisk men ändå övertygad om att hon kan komma i närheten av sitt personbästa, 2.02, med regelbunden träning. Och hur kul skulle det inte vara att ha Ann med i OS-laget. Med sin livserfarenhet och entusiasm skulle hon bidra med mycket positivt. Men det är inte det det skall handla om nästa år.

"vi behöver nya, unga, hungriga, fräscha tjejer"

som vill simma final i Atlanta. Att slänga i Ann skulle bara vara en kortfristig lösning. För svensk simnings framtid hoppas jag att fler unga tjejer, ingen nämnd ingen glömd, kommer med för att simma lag och individuellt, för att se och lära inför framtiden, för att kanske i Atlanta riktigt blomma ut och vara den stomme som Sverige bygger sin framtid på. Sin framtid mot Sydney. Sydney och OS år 2000.
Det blir inte heller ett dåligt OS att åka på. Men först skall vi klara av Atlanta.

Glen

SIMNING

VM, 30/11-3/12, Rio de Janeiro, BRA, (25 m)

Final (Försök)
Damer
50 m fritt
1. Jingji Le, CHN, 24.62 (25.09)
2. Angela Postma, NED, 25.10 (25.84)
3. Sandra Völker, GER, 25.21 (25.39)
4. Linda Olofsson, SWE, 25.40 (25.55)
5. Leah Martindale, 25.42 (25.61)
6. Ying Shan, CHN, 25.43 (25.51)
7. Shannon Shakespeare, CAN, 25.44 (25.67)
8. Louise Karlsson, SWE, 25.70 (25.44)

100 m fritt
1. Jingyi Le, CHN, 53.23 (54.40)
2. Na Chao, CHN, 54.52 (55.14)
3. Sandra Völker, GER, 54.69 (55.11)
4. Shannon Shakespeare, CAN, 54.82 (55.47)
5. Leah Martindale, BAR, 55.21 (55.19)
6. Martina Moravcova, SVK, 55.27 (55.16)
7. Karen Pickering, GBR, 55.52 (55.20)
Franziska van Almsick, GER diskv. (55.86)
9. Louise Jöhncke, SWE, 55.91 (55.90)
14 Ellenor Svensson, SWE, 56.70 (56.54)

200 m fritt
1. Claudia Poll, CRC, 1.55.42 VR (1.59.62)
2. Susan O´Neill, AUS, 1.56.47 (1.59.70)
3. Martina Moravcova, SVK, 1.56.61 (1.58.73)
4. Kerstin Kielgass, GER, 1.58.87 (
5. Shannon Shakespeare, CAN, (1.58.89)
6. Marianne Limpert, CAN, (2.00.34)
7. Louise Jöhncke, SWE, 2.00.38 (2.00.14)
8. NA Chao, CHN, 2.01.25 (2.00.32)
Malin Nilsson, SWE, (2.01.40) 10:a i försök, struken till B-final

400 m fritt
1. Claudia Poll, CRC, 4.05.18 (4.09.26)
2. Carla Geurts, NED, 4.06.20 (4.12.68)
3. Sarah Hardcastle, GBR, 4.07.20 (4.11.55)
4. Kerstin Kielgass, GER, 4.09.42 (4.12.55)
5. Malin Nilsson, SWE, 4.09.53 (4.11.90)
6. Joanne Malar, CAN, 4.11.89 (4.11.54)
7. Hana Cerna, CZE, 4.12.29 (4.14.19)
8. Ping Luo, CHN, 4.15.02 (4.12.39)

800 m fritt
1. Sarah Hardcastle, GBR, 8.26.46
2. Carla Geurts, NED, 8.27.03
3. Ping Luo, CHN, 8.29.95
4. Dagmar Hase, GER, 8.34.12
5. Sandra Cam, BEL, 8.35.13
6. Rachel Harris, AUS, 8.35.54
7. Julia Jung, GER, 8.37.96
8. Itziar Esparza, ESP, 8.38.92

4x100 m fritt
1. Kina, CHN, 3.37.00 (3.50.26)
2. Australien, AUS, 3.38.72 (3.43.18)
3. Sverige, SWE, 3.40.06, Johanna Sjöberg, Louise Karlsson, Linda Olofsson, Louise Jöhncke (3.42.74) Louise Jöhncke, 56.17, Linda Olofsson, 55.35, Ellenor Svensson, 56.05, Johanna Sjöberg, 55.17)
4. Kanada, CAN, 3.40.24 (3.46.34)
5. Tyskland, GER, 3.44.24 (3.53.44)
6. Brasilien, BRA, 3.45.87 (3.56.22)
7. USA, 3.49.41 (3.50.85)
8. Taiwan, TPE, 4.00.74 (4.03.92)

4x200 m fritt
1. Kanada, CAN, 7.58.25
2. Tyskland, GER, 8.01.11
3. Australien, 8.01.86
4. Sverige, SWE, 8.03.70 SR, Johanna Sjöberg, 2.00.59, Malin Nilsson, 1.59.40, Josefin Lillhage, 2.04.20, Louise Jöhncke, 1.59.51
5. Brasilien, BRA, 8.21.94
6. USA, 8.26.18
7. Taiwan, TPE, 8.37.50
8. Peru, PER, 8.52.65

100 m rygg
1. Misty Hyman, USA, 1.00.21 (1.01.43)
2. Mette Jacobsen, DEN, 1.00.25 (1.01.00)
3. Barbara Bedford, USA, 1.00.63 (1.01.28)
4. Sandra Völker, GER, 1.00.83 (1.01.05)
5. Julie Howard, CAN, 1.01.43 (1.01.56)
6. Marianne Kriel, RSA, 1.01.52 (1.01.91)
7. Ellie Overton, AUS, 1.01.99 (1.02.28)
8. Therese Alshammar, SWE, 1.02.31 (1.02.12)

200 m rygg
1. Mette Jacobsen, DEN, 2.08.18 (2.11.50)
2. Dagmar Hase, GER, 2.09.00 (2.14.17)
3. Leigh Habler, AUS, 2.09.33 (2.11.90)
4. Barbara Bedford, USA, 2.09.62 (2.11.32)
5. Roxanna Maracineanu, FRA, 2.12.47 (2.14.14)
6. Joanne Deakins, GBR, 2.12.74 (2.12.51)
7. Nicole Stevenson, AUS, 2.12.84 (2.13.33)
8. Julie Howard, CAN, 2.13.92 (2.13.22)

100 m bröst
1. Samantha Riley, AUS, 1.05.70 VR (1.08.63)
2. Svetlana Bondarenko, UKR, 1.07.78 (1.08.57)
3. Linley Frame, AUS, 1.08.61 (1.09.53)
4. Lisa Flood, CAN, 1.08.89 (
5. Alicja Peczak, POL, 1.08.96 (
6. Guyliane Cloutier, CAN, 1.09.29 (
7. Elena Makarova, RUS, 1.09.34 (
8. Lena Eriksson, SWE, 1.09.83 (1.09.82)
9. Maria Östling, SWE, 1.09.02 (1.10.69)

200 m bröst
1. Samantha Riley, AUS, 2.20.85 VR (2.26.39)
2. Svetlana Bondarenko, UKR, 2.24.78 (2.27.60)
3. Alicja Peczak, POL, 2.26.65 (2.28.16)
4. Lena Eriksson, SWE, 2.26.86 SR (2.27.77 SR)
5. Lisa Flood, CAN, 2.27.43 (2.29.07)
6. Lenka Manhalova, CZE, 2.27.54 (2.28.88)
7. Elena Makarova, RUS, 2.27.56 (2.28.28)
8. Maria Östling, SWE, 2.28.52 (2.29.13)

100 m fjäril
1. Limin Liu, CHN, 58.68 VR (1.00.71)
2. Susan O´Neill, AUS, 58.69 (1.00.70)
3. Angela Kennedy, AUS, 58.74 (1.00.60)
4. Mette Jacobsen, DEN, 59.48 (1.00.66)
5. Misty Hyman, USA, 59.71 (59.41)
6. Martina Moravcova, SVK, 59.71 (1.00.72)
7. Johanna Sjöberg, SWE, 59.89 SR (1.01.09)
8. Gabrielle Rose, BRA, 1.00.34 (1.00.81)

200 m fjäril
1. Susan O´Neil, AUS, 2.06.18 (2.09.75)
2. Limin Liu, CHN, 2.06.51 (2.13.14)
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.11.07 (2.13.90
4. Angela Kennedy, AUS, 2.11.44 (2.14.38
5. Sarah Evanetz, CAN, 2.12.49 (2.13.37)
6. Misty Hyman, USA, 2.12.85 (2.12.63)
7. Mikaela Laurén, SWE, 2.13.05 (2.14.27)
8. Ana Francisco, POR, 2.13.63 (2.14.33)

200 m medley
1. Elli Overton, AUS, 2.11.67 (2.13.45)
2. Martina Moravcova, SLO, 2.11.91 82.14.09)
3. Louise Karlsson, SWE, 2.12.38 SR (2.13.96)
4. Gabrielle Rose, BRA, 2.12.64 (2.15.12)
5. Marianne Limpert, CAN, 2.13.94 (2.14.81)
6. Britta Vestergaard, DEN, 2.13.03 (2.13.62)
7. Alicja Peczak, POL, 2.14.55 (2.15.03)
8. Lenka Manhalova, CZH, 2.15.82 (2.16.14)

400 m medley
1. Joanne Malar, CAN, 4.36.40 (4.41.01)
2. Nancy Sweetnam, CAN, 4.37.04 (4.40.08)
3. Britta Vestergaard, DEN, 4.37.10 (4.40.33)
4. Hana Cerna, CZE, 4.39.01 (4.43.35)
5. Ellie Overton, AUS, 4.39.33 (4.40.24)
6. Rachel Harris, AUS, 4.45.91 (4.48.08)
7. Silvia Parera, ESP, 4.46.67 (4.44.81)
8. Fabioloa Molina BRA, 4.49.48 (4.50.42)

4x100 m medley
1. Australien, AUS, 4.00.46 (4.07.81)
2. Kanada, CAN, 4.03.89 (4.10.96)
3. USA, 4.04.34 (4.14.22)
4. Sverige, SWE, 4.05.83 SR, Therese Alshammar, 1.02.11, Maria Östlind, 1.08.23, Johanna Sjöberg, 1.00.30, Linda Olofsson, 55.19 (4.10.42, Therese Alshammar, 1.02.72, Emma Igelström, 1.09.77, Mikaela Laurén, 1.01.39, Louise Jöhncke, 56.54)
5. Spanien, ESP, 4.11.60 (4.14.91)
6. Brasilien, BRA, 4.12.09 (4.15.21)
7. Portugal, POR, 4.12.76 (4.16.18)
Ryssland, RUS, diskv (4.11.31)

Herrar
50 m fritt
1. Francisco Sanchez, VEN, 21.80 (22.11)
2. Fernando Scherer, BRA, 22.08 (22.19)
3. Jiang Chiangji, CHN, 22.17 (22.15)
4. Gustavo Borges, BRA, 22.23 (22.40)
4. Brett Hawke, AUS, 22.23 (22.48)
6. Jose Martin Meolans, ARG, 22.35 (22.38)
7. Joakim Holmqvist, SWE, 22.52 (22.55)
8. Sion Brinn, JAM, 22.53 (22.57)
Fredrik Letzler, SWE, (22.81) 12:a i försök, struken till B-final.

100 m fritt
1. Fernando Scherer, BRA, 47.97 (47.74)
2. Gustavo Borges, BRA, 48.00 (49.05)
3. Francisco Sanchez, VEN, 48.46 48.05)
4. Trent Bray, NZL, 48.84 (49.54)
5. Rostislav Svanidze, UKR, 49.25 (49.54)
6. Nicolaei Ivan, ROM, 49.34 (49.26)
7. Fredrik Letzler, SWE, 49.99 (49.69)
8. Jieming Qiu, CHN, 50.11 (49.67)

Fortsättn sid 39

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

Resultat

SIMNING

Junior-SM,

23-26/11 -5,

Göteborg, (25 m)

Flickor

50 m fritt

1. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 26.55
2. Åsa Pettersson, Väsby SS, 26.90
3. Karin Forsberg, Borlänge SS, 26.93
4. Linda Holmberg, Upsala S, 26.99
5. Karin Holmstedt, S 02, 27.01
6. Claire Hedenskog, S 02, 27.05
7. Anna Ericson, S 02, 27.10
8. Annica Löfstedt, Örebro SA, 27.15

100 m fritt

1. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 57.04
2. Anna Ericson, S 02, 57.31
3. Linda Holmberg, Upsala S, 57.84
4. Claire Hedenskog, S 02, 58.09
5. Karin Holmstedt, S 02, 58.11
6. Lisa Wänberg, Malmö KK, 58.50
7. Karin Forsberg, Borlänge SS, 58.52
8. Therese Engberg, Helsingborgs S, 59.51

200 m fritt

1. Malin Svahnström, Väsby SS, 2.03.07
2. Åsa Sandlund, LASS, 2.03.54
3. Lotta Wänberg, Malmö KK, 2.04.01
4. Anna Ericson, S 02, 2.04.18
5. Emma Olsson, SK Sydsim, 2.05.57
6. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 2.05.66
7. Maria Öberg, Sjöbo SS, 2.06.54
8. Christina Arling, Älvsby SS, 2.08.27

400 m fritt

1. Åsa Sandlund, LASS, 4.20.32
2. Camilla Helgesson, Malmö KK, 4.20.66
3. Helen Svensson, Malmö KK, 4.20.86
4. Maria Öberg, Sjöbo SS, 4.22.85
5. Emma Olsson, SK Sydsim, 4.23.40
6. Sandra Brus, Södertälje SS, 4.25.60
7. Cecilia Ström, LASS, 4.28.85
8. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 4.32.75

800 m fritt

1. Helen Svensson, Malmö KK, 8.53.59
2. Åsa Sandlund, LASS, 8.53.65
3. Camilla Helgesson, Malmö KK, 8.54.58
4. Emma Olsson, SK Sydsim, 8.56.99
5. Maria Öberg, Sjöbo SS, 9.01.38
6 Charlotte Seidevall, SK Neptun, 9.13.18
7. Cecilia Ström, LASS, 9.17.19
8. Betty Hedman, Väsby SS, 9.18.38

4x50 m fritt

1. Väsby SS, 1.46.76, Åsa Pettersson, 26.86, Malin Svahnström, Ulrika Larsson, Linda Boström
2. S 02, 1.46.56, Claire Hedenskog, 27.15, Anna Ericson, Marianne Pettersson, Karin Holmstedt
3. Västerås SS, 1.49.36, Theres Åkesson, 27.84, Linda Jonsson, Anna-Karin Holm, Marie Ulfves
4. Karlskrona SS, 1.49.81, Anna Persberg, 28.20, Anette Hällkvist, Anna hällkvist, Kajsa Karlsson
5. SK Neptun, 1.50.09, Kia Kilpinen, 27.86, Charlotte Seidevall, Emelie Kierkegaard, Jessica Lidström
6. Helsingborgs S, 1.50.21, Therese Engberg, 27.85, Nelly Jörgensen, Anna Kideborn, Stina Kjellberg
7. Trelleborgs SS, 1.50.67, Emma Pålsson, 27.32, Linda Almgren, Linda Olofsson, Linda Björklund
8. Örebro SA, 1.50.73, Anna-Carin Bergqvist, 28.13, Sue Ling Foo, Annica Löfstedt, Hanna Dahl

4x100 m fritt

1. S 02, 3.54.52, Anna Ericson, 57.88, Karin Holmstedt, Marianne Pettersson, Claire Hedenskog
2. Väsby SS, 3.56.47, Åsa Pettersson, 1.00.55, Malin Svahnström, Katarina Ehn, Ulrika Larsson
3. Helsingborgs S, 3.57.56, Therese Engberg, 58.69, Nelly Jörgensen, Anna Kideborn, Stina Kjellberg
4. Malmö KK, 4.00.17, Lotta Wänberg, 59.99, Helen Svensson, Camilla Helgesson, Lisa Wänberg
5. Gävle SS, 4.00.68, Sofia Canderyd, 1.00.05, Anna Lundberg, Sara Carlbaum, Ingrid Ziehn
6. SK Neptun, 4.01.88, Kia Kilpinen, 1.00.38, Charlotte Seidevall, emelie Kierkegaard, Pernilla Marcus
7. SK Poseidon, 4.02.28, Linn Burman, 1.01.52, Ilka Csöregi, M Andersson, Susanne Hagen
8. Linköpings ASS, 4.02.36, Kerstin Holgersson, 1.01.03, Linda Frygell, Cecilia Ström, Åsa Sandlund

4x200 m fritt

1. Malmö KK, 8.25.42, Lisa Wänberg, 2.06.79, Helen Svensson, Lotta Wänberg, Camilla Helgesson
2. Väsby SS, 8.27.95, Malin Svahnström, 2.03.74, Katarina Ehn, Linda boström, Ulrika Larsson
3. S 02, 8.38.11, Marianne Pettersson, 2.12.25, Anna Ericson, Karin Holmstedt, Maria Jacobsson
4. Linköpings ASS, 8.40.92, Åsa Sandlund, 2.04.31, Cecilia Ström, Pernilla Rosell, Linda Frygell
5. Helsingborgs S, 8.44.57, Nelly Jörgensen, 2.07.11, Therese Engberg, Stina Kjellberg, Sofia Jörgensen
6. Gävle SS, 8.46.50, Sofia Canderyd, 2.10.26, Anna Lundberg, Karin Holmgren, Jessica Rosén
7. SK Neptun, 8.47.67, Kia Kilpinen, 2.12.30, Charlotte Seidevall, Pernilla Marcus, Mia Hjelmstedt
8. Katrineholms SS, 8.48.37, Johanna Wallin, 2.12.74, Caroline Jonsson, Frida Eriksson, Anna Lindblom

50 m rygg

1. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 29.87
2. Karin Lärka, Täby Sim, 30.45
3. Emely Zackrisson, Väsby SS, 30.58
4. Lisa Nilsson, Södertälje SS, 30.66
5. Nina Jonsson, Mölndals ASS, 30.76
5. Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 30.76
7. Stina Mårthans, Falu SS, 31.23
8. Anna-Karin Holm, Västerås SS, 31.44

100 m rygg

1. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 1.03.91
2. Karin Lärka, Täby Sim, 1.04.81
3. Nina Jonsson, Mölndals ASS, 1.05.73
4. Lisa Nilsson, Södertälje SS, 1.06.07
5. Stina Mårthans, Falu SS, 1.06.09
6. Mirja Knappstein, Södertälje SS, 1.06.81
7. Sabina Hansson, Trelleborgs SS, 1.07.91
8. Camilla Petersson, Stockholms KK, 1.08.17

200 m rygg

1. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.19.24
2. Emely Zackrisson, Väsby SS, 2.19.76
3. Stina Mårthans, Falu SS, 2.20.78
4. Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 2.21.27
5. Camilla Petersson, Stockholms KK, 2.21.94
6. Kristina Sherman, Skäret SS, 2.23.54
7. Martina Svensson, Göteborg Sim, 2.23.70
8. Hanna Casserblad, Spårvägen SF, 2.24.11

50 m bröst

1. Kristina Bulin, Falu SS, 33.38
2. Angela Fox, KSLS, 33.63
3. Sophie Karlsson, Örebro SA, 33.66
4. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 33.74
5. Helena Tsiparis, SK Triton, 33.75
6. Michaela Rosenholm, Spårvägen SF, 33.82
7. Nermina Jukic, Skövde SS, 34.06
8. Lisa Jännebring, Östra Sörmland, 34.44

100 m bröst

1. Kristina Bulin, Falu SS, 1.10.65
2. Michaela Rosenholm, Spårvägen SF, 1.11.22
3. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 1.12.19
4. Angela Fox, KSLS, 1.12.22
5. Helena Tsiparis, SK Triton, 1.12.74
6. Veronica Andersson, Skäret SS, 1.12.79
7. Sophie Karlsson, Örebro SA, 1.12.88
8. Lisa Jännebrin, Östra Sörmland, 1.13.07

200 m bröst

1. Kristina Bulin, Falu SS, 2.33.44
2. Lisa Jännebring, Östra Sörmland, 2.36.25
3. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 2.36.26
4. Helena Tsiparis, SK Triton, 2.37.36
5. Angela Fox, KSLS, 2.37.72
6. Mikaela Rosenholm, Spårvägen SF, 2.38.64
7. Sophie Karlsson, Örebro SA, 2.38.97

Veronica Andersson, Skäret SS, diskv.

50 m fjäril

1. Karin Forsberg, Borlänge SS, 28.62
2. Malin Svahnström, Väsby SS, 28.75
3. Karin Lärka, Täby Sim, 29.02
4. Pernilla Marcus, SK Neptun, 29.12
5. Lisa Wänberg, Malmö KK, 29.21
6. Susanne Hagen, SK Poseidon, 29.46
7. Anette Hällkvist, Karlskrona SS, 29.64
8. Anna Björk, SK 70 Sandared, 29.74

100 m fjäril

1. Malin Svahnström, Väsby SS, 1.01.95 SJR
2. Frida Johansson, Växjö SS, 1.03.26
3. Pernilla Marcus, SK Neptun, 1.03.96
4. Ulrika Larsson, Väsby SS, 1.04.65
5. Karin Forsberg, Borlänge SS, 1.05.22
6. Cecilia Rasmusson, Malmö KK, 1.05.79
7. Lotta Wänberg, Malmö KK, 1.05.82
8. Ann-Sofie Ragnarsson, Gävle SS, 1.06.57

200 m fjäril

1. Malin Svahnström, Väsby SS, 2.17.60
2. Frida Johansson, Växjö SS, 2.18.05
3. Lotta Wänberg, Malmö KK, 2.19.46
4. Pernilla Marcus, SK Neptun, 2.21.10
5. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.21.79
6. Ann-Sofie Ragnarsson, Gävle SS, 2.23.02
7. Emma Lind, Landskrona S, 2.27.53
8. Susanne Ysing, Katrineholms SS, 2.29.36

100 m medley

1. Marie Ulfves, Västerås SS, 1.05.41
2. Veronica Andersson, Skäret SS, 1.05.60
3. Karin Lärka, Täby Sim, 1.06.98
4. Therese Engberg, Helsingborgs S, 1.07.67
5. Anna-Carin Bergqvist, Örebro SA, 1.07.80
6. Frida Windisch, Norrköpings KK, 1.08.39
7. Anette Olsson, Landskrona S, 1.08.57
8. Caroline Lundell, Stockholms KK, 1.08.64

200 m medley

1. Malin Svahnström, Väsby SS, 2.18.85
2. Frida Johansson, Växjö SS, 2.19.22
3. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.22.02
3. Marie Ulfves, Västerås SS, 2.22.02
5. Kristina Sherman, Skäret SS, 2.24.72
6. Maria Öberg, Sjöbo SS, 2.26.06
7. Veronica Andersson, Skäret SS, 2.26.80

Malin Pierre, Östersunds SF, diskv.

400 m medley

1. Frida Johansson, Växjö SS, 4.52.58
2. Malin Svahnström, Väsby SS, 4.52.62
3. Lotta Wänberg, Malmö KK, 4.58.58
4. Maria Öberg, Sjöbo SS, 5.04.45
5. Sofia Svensson, Sjöbo SS, 5.04.74
6. Anna Adolfsson, Härnösands SS, 5.05.73
7. Malin Pierre, Östersunds SF, 5.06.67
8. Betty Hedman, Väsby SS, 5.14.54

4x50 m medley

1. Väsby SS, 2.00.99, Ulrika Larsson, 32.12, Hanna Sölvberg, Malin Svahnström, Åsa Pettersson
2. Trelleborgs SS, 2.01.66, Malin Melander, 32.08, Linda Björklund, Emma Pålsson, Linda Olofsson
3. Västerås SS, 2.01.72, Anna-Karin Holm, 31.61, Theres Åkesson, Marie Ulfves, Linda Jonsson
4. Örebro SA, 2.01.84, Hanna Dahl, 32.18, Sophie Karlsson, Anna-Carin Bergqvist, Annica Löfstedt
5. SK Neptun, 2.02.16, emelie Kierkegaard, 31.36, Ann Nilsson, Pernilla Marcus, Charlotte Seidevall
6. Helsingborgs S, 2.02.54, Nelly Jörgensen, 30.35, Anna Kideborn, Therese Engberg, Stina Kjellberg
7. Malmö KK, 2.03.00, Pauline Persson, 31.33, Nuray Güner, Lisa Wänberg, Lotta Wänberg
8. Spåvägen SF, 2.03.41, Hanna Casserblad, 32.26, Mikaela Rosenholm, Linn Bessner, Beatrice Eriksson

4x100 m medley

1. Väsby SS, 4.22.51, Emely Zackrisson, 1.05.48, Hanna Sölvberg, Malin Svahnström, Katarina Ehn
2. Trelleborgs SS, 4.26.05, Sabina Hansson, 1.07.63, Linda Björklund, Emma Pålsson, Linda Olofsson
3. Helsingborgs S, 4.26.12, Nelly Jörgensen, 1.04.96, Anna Kideborn, Therese Engberg, Stina Kjellberg
4. Spårvägen SF, 4.26.97, Hanna Casserblad, 1.07.40, Mikaela Rosenholm, Linn Bessner, Beatrice Eriksson
5. Örebro SA, 4.27.00, Hanna Dahl, 1.09.16, Sophie Karlsson, Annica Löfstedt, Anna-Carin Bergqvist

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

6. Malmö KK, 4.28.96, Pauline Persson, 1.09.09, Nuray Güner, Cecilia Rasmusson, Lisa Wänberg
7. S 02, 4.29.27, Claire Hedenskog, 1.08.53, Marianne Pettersson, Karin Holmstedt, Anna Ericson
8. Väsby SS lag 2, 4.31.54, Linda Boström, 1.09.07, Betty Hedman, Ulrika Larsson, Åsa Pettersson

Pojkar

50 m fritt

1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 22.99
2. Anders Forsberg, SK Sydsim, 23.45
3. Valter Magnusson, KSLS, 23.59
4. Stefan Lindgren, Eskilstuna SS, 23.70
5. Ola Lagerqwist, Jönköpings SS, 23.72
6. Johan Wallberg, SK Sydsim, 23.75
7. Krister Hörding, Väsby SS, 24.08
8. David Nordgren, SK Neptun, 24.27

100 m fritt

1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 49.83
2. Valter Magnusson, KSLS, 51.01
3. Anders Forsberg, SK Sydsim, 51.17
4. Anders Lyrbring, S 02, 51.22
4. Johan Wallberg, SK Sydsim, 51.22
6. Niklas Larsson, LASS, 51.51
7. Ted Molin, Helsingborgs S, 51.92
8. Patrik Lindelöf, Södertälje SS, 52.56

200 m fritt

1. Anders Lyrbring, S 02, 1.49.13
2. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 1.50.88
3. Niklas Larsson, LASS, 1.51.96
4. Anders Forsberg, SK Sydsim, 1.52.96
5. Johan Wallberg, SK Sydsim, 1.53.01
6. Mattias Thuresson, Ystads SS, 1.53.65
7. Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 1.53.95
8. Mats Forslund, Täby Sim, 1.55.05

400 m fritt

1.Fredrik Engdahl, Malmö KK, 3.51.32
2. Anders Lyrbring, S 02, 3.53.87
3. Niklas Larsson, LASS, 3.57.25
4. Mattias Olshed, SK Sydsim, 3.58.68
5. Maximilian von Bodungen, Malmö KK, 3.58.74
6. Magnus Berglund, KSLS, 4.01.87
7. Lenny Persson, SK Ran, 4.06.83
8. Marcus Wernström, LASS, 4.09.27

1500 m fritt

1. Mattias Olshed, SK Sydsim, 15.33.35
2. Micke Jacobsson, Täby Sim, 15.50.11
3. Niklas Larsson, LASS, 15.57.27
4. Magnus Fredriksson, Norrköpings KK, 16.05.11
5. Magnus Berglund, KSLS, 16.16.96
6. Martin Enkurs, LASS, 16.17.23
7. Henrik Almström, Örebro SA, 16.25.31
8. Nicklas Svensson, SK Sydsim, 16.31.59

4x50 m fritt

1. SK Sydsim, 1.33.07 SJR, Ola Fagerstrand, 23.34, Johan Wallberg, Anders Forsberg, Nicklas Svensson
2. Södertälje SS, 1.36.04, Patrik Lindelöf, 23.93, Joakim Skrabb, Stefan Pinter, Johan Åberg
3. Jönköpings SS, 1.36.14, Ola Lagerqwist, 23.55, Torbjörn Larsson, Mats Gustavsson, Ville Ilola
4. Trelleborgs SS, 1.36.49, Marcus Borg, 24.83, Mattias Ohlin, Marcus Toft, Jesper Mörking
5. SK Neptun, 1.37.09, Ilia Mikhailov, 24.37, David Nordgren, Stefano Prestinoni, Petter Ivmark
6. S 02, 1.37.61, Andreas Gustavsson, 24.48, Oscar Hederström, Mathias Volmefjord, Anders Lyrbring
7. SK Poseidon, 1.37.68, Tomas Lagus, 25.12, Eric La Fleur, Per-Daniel Olsson, Joakim Lundqvist
8. Kristianstads SLS, 1.37.88, Magnus Berglund, 24.81, Valter Magnusson, Daniel Wendel, Hans Brunnström

4x100 m fritt

1. SK Sydsim, 3.24.99, SJR, Ola Fagerstrand, 50.92, Johan Wallberg, Nicklas Svensson, Anders Forsberg
2. Trelleborgs SS, 3.31.51, Mattias Ohlin, 51.60, Marcus Toft, Marcus Borg, Anders Hansson
3. S 02, 3.32.15, Andreas Gustavsson, 53.00, Oscar Hederström, Mathias Volmefjord, Anders Lyrbring
4. SK Neptun, 3.32.25, Ilia Mikhailov, 54.26, David Nordgren, Kalle Pettersson, Stefano Prestinoni
5. Kristianstads SLS, 3.33.87, Magnus Berglund, 53.01, Daniel Wendel, Valter Magnusson, Hans Brunnström
6. Linköpings ASS, 3.34.14, Martin Enkurs, 56.25, Niklas Larsson, Marcus Wernström, Magnus Johansson
7. Malmö KK, 3.34.51, Fredrik Engdahl, 52.01, Maximilian von Bodungen, Johannes Schults, Andreas Lentonsson
8. Södertälje SS, 3.34.54, Joakim Skrabb, 54.57, Patrik Lindelöf, Stefan Pinter, Johan Åberg

4x200 m fritt

1. SK Sydsim, 7.28.66 SJR, Anders Forsberg, 1.51.55, Johan Wallberg, Ola Fagerstrand, Mattias Olshed
2. Linköpings ASS, 7.42.73, Niklas Larsson, 1.51.40, Marcus Wernström, Martin Enkurs, Magnus Johansson
3. Trelleborgs SS, 7.43.89, Marcus Toft, 1.55.70, Mattias Ohlin, Marcus Borg, Johan Jönsson
4. Malmö KK, 7.44.82, Maximilian von Bodungen, 1.53.97, Andreas Lentonsson, Johannes Schults, Fredrik Engdahl
5. SK Neptun, 7.50.15, Patrik Engblom, 1.59.04, Kalle Pettersson, Stefano Prestinoni, David Nordgren
6. S 02, 7.50.22, Andreas Gustavsson, 1.57.96, Oscar Hederström, Mathias Volmefjord, Anders Lyrbring
7. Helsingborgs S, 7.50.34, Björn Göransson, 1.57.79, Ted Molin, Johan Jönsson, Ted Kideborn
8. Kristianstads SLS, 7.52.22, Magnus Berglund, 1.55.45, Daniel Wendel, Valter Magnusson, Hans Brunnström

50 m rygg

1. Johan Mattsson, SK Triton, 26.35
2. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 26.51
3. Magnus Borg, Järfälla S, 27.01
3. Andreas Gustavsson, S 02, 27.01
5. Ted Molin, Helsingborgs S, 27.34
6. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 27.42
7. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 27.86
8. Karl Sunrydh, Mölndals ASS, 27.89

100 m rygg

1. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 56.70
2. Andreas Gustavsson, S 02, 57.99
3. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 58.23
4. Magnus Borg, Järfälla S, 58.76
5. Rikard Grafström, Tureberg IF, 58.82
6. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 58.83
7. Henrik Norén, Karlstads SS, 1.00.34
8. Eric La Fleur, SK Poseidon, 1.01.22

200 m rygg

1. Andreas Gustavsson, S 02, 2.03.74
2. Rikard Grafström, Turebergs IF, 2.04.02
3. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 2.04.85
4. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 2.06.75
5. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 2.06.99
6. Rikard Melander, Örebro SA, 2.07.40
7. Joakim Mårtensson, Ystad SS, 2.08.46
8. Ulf Bengtsson, Östra Sörmland, 2.08.94

50 m bröst

1. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 29.23
2. Johnny Engman, Väsby SS, 29.29
3. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 29.30
4. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 29.54
5. Leo Sandberg, Västerås SS, 29.93
6. Fredrik Axegård, Solna SS, 29.98
7. Mats Liden, Ängelholms SS, 30.07
8. Andreas Nyhrén, Södertälje SS, 30.17

100 m bröst

1. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 1.03.01
2. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 1.03.14
3. Johnny Engman, Väsby SS, 1.03.16
4. Oscar Hederström, S 02, 1.04.83
5. Mats Liden, Ängelholms SS, 1.05.67
6. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 1.05.79
7. Leo Sandberg, Västerås SS, 1.06.09

Andreas Michael, Växjö SS, diskv.

200 m bröst

1. Johnny Engman, Väsby SS, 2.18.39
2. Oscar Hederström, S 02, 2.19.69
3. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 2.21.44
4. Andreas Michael, Växjö SS, 2.22.34
5. Anders Wallin, Katrineholms SS, 2.23.00
6. Marcus Uprus, Borlänge SS, 2.23.58
7. Jimmy Hellman, Norrköpings KK, 2.23.78

Peter Aronsson, Spårvägen SF, diskv.

50 m fjäril

1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 24.65
2. Valter Magnusson, KSLS, 24.97
3. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 25.21
4. Henrik Ingesson, Örebro SA, 25.46
5. Stefan Pinter, Södertälje SS, 26.14
6. Magnus Linder, Karlstads SS, 26.19
7. Thobias Peterson, Kristinebergs SK, 26.27
8. Ville Ilola, Jönköpings SS, 26.55

100 m fjäril

1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 54.62
2. Valter Magnusson, KSLS, 55.10
3. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 55.22
4. Henrik Ingesson, Örebro SA, 55.39
5. Tero Välimaa, Haparanda Skt, 57.97
6. Stefan Pinter, Södertälje SS, 58.64
7. Magnus Linder, Karlstads SS, 59.05
8. Christer Jonsson, Ystads SS, 59.26

200 m fjäril

1. Johan Mattsson, SK Triton, 2.02.76
2. Henrik Ingesson, Örebro SA, 2.04.13
3. Tero Välimaa, Haparanda Skt, 2.08.20
4. Christer Jonsson, Ystads SS, 2.10.48
5. Tom Lennartsson, Vellinge Näset SK, 2.10.91
6. Stefan Pinter, Södertälje SS, 2.11.09
7 Per Westberg, SK Neptun, 2.11.45
8. Micke Jacobsson, Täby Sim, 2.13.60

100 m medley

1. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 57.51 SJR
2. Johan Mattsson, SK Triton, 57.56
3. Johnny Engman, Väsby SS, 59.22
4. Oscar Hederström, S 02, 59.62
5. Lars Ilsöe, SK Triton, 1.00.22
6. Joakim Andersson, Kungsbacka SS, 1.00.31
7. Marcus Uprus, Borlänge SS, 1.00.38
8. Marcus Toft, Trelleborgs SS, 1.00.69

200 m medley

1. Micke Jacobsson, Täby Sim, 2.04.75
2. Johan Mattsson, SK Triton, 2.04.79
3. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 2.05.39
4. Anders Forsberg, SK Sydsim, 2.07.21
5. Andreas Gustavsson, S 02, 2.08.17
6. Joakim Andersson, Kungsbacka SS, 2.10.23
7. Johnny Engman, Väsby SS, 2.10.51
8. Marcus Toft, Trelleborgs SS, 2.11.09

400 m medley

1. Micke Jacobsson, Täby Sim, 4.24.33
2. Johan Mattsson, SK Triton, 4.26.74
3. Andreas Gustavsson, S 02, 4.28.18
4. Mattias Olshed, SK Sydsim, 4.29.41
5. Johnny Engman, Väsby SS, 4.36.86
6. Claes Lindgren, Tyresö SS, 4.39.02
7. Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 4.39.74
8. David Lindberg, Karlskoga SF, 4.21.27

4x50 m medley

1. SK Sydsim, 1.46.20, Ola Fagerstrand, 26.84, Oscar Olsson, Anders Forsberg, Johan Wallberg
2. SK Neptun, 1.46.49, Stefano Prestinoni, 28.03, Ilia Mikahilov, Petter Ivmark, David Nordgren
3. Södertälje SS, 1.46.75, Joakim Skrabb, 28.05, Andreas Nyhrén, Stefan Pinter, Patrik Lindelöf
4. S 02, 1.47.32, Andreas Gustavsson, 27.16, Oscar Hederström, Mathias Volmefjord, Anders Lyrbring
5. Spårvägen SF, 1.47.75, Mattias Egmar, 28.36, Peter Aronsson, Jim Westman, Olle Öström
6. Örebro SA, 1.48.17, Rikard Melander, 28.93, Henrik Almström, Henrik Ingesson, Nikola Kördel
7. Väsby SS, 1.48.26, Anders Jönsson, 28.76, Johnny Engman, Krister Hörding, Erik Brannestål
8. SK Poseidon, 1.48.44, Eric La Fleur, 28.35, Joakim Lundqvist, Per-Daniel Olsson, Tomas Lagus

4x100 m medley

1. SK Sydsim, 3.52.34, Anders Forsberg, 59.32, Oscar Olsson, Ola Fagerstrand, Johan Wallberg
2. SK Neptun, 3.52.80, Stefano Prestinoni, 59.01, Ilia Mikhailov, Per Westberg, David Nordgren
3. Trelleborgs SS, 3.56.20, Mattias Ohlin, 57.03, Johan Jönsson, Marcus Toft, Marcus Borg
4. Örebro SA, 3.58.07, Rikard Melander, 59.99, Henrik Almström, Henrik Ingesson, Nikola Kördel
5. SK Poseidon, 3.58.42, Erik La Fleur, 59.85, Jocke Lundqvist, Per-Daniel Olsson, tomas Lagus
6. Södertälje SS, 3.58.80, Joakim Skrabb, 1.02.61, Andreas Nyhrén, Stefan Pinter, Patrik Lindelöf
7. Helsingborgs S, 3.59.96, Ted Molin, 1.00.17, Jon Bergqvist, Björn Göransson, Johan Jönsson
8. Linköpings ASS, 4.00.29, Magnus Johansson, 1.01.27, Marcus Wernström, Martin Enkurs, Nilas Larsson

Resultat

SIMNING

Grand Prix 1, VM-kval 11-12/11 -95, Helsingborg (25 m)

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

Damer

50 m fritt
1. Linda Olofsson, Södertälje SS, 25.80
2. Helena Åberg, Helsingborgs S, 26.12
3. Ellenor Svensson, Norrköpings KK, 26.43
4. Linda Holmberg, Upsala S, 27.03
5. Therese Alshammar, Helsiingborgs S, 27.04
6. Malin Nilsson, S 02, 27.21
7. Anna Lindberg, Helsingborgs S, 27.79

100 m fritt
1. Louise Jöhncke, Spårvägen SF, 56.56
2. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 56.57
3. Helena Åberg, Helsingborgs S, 57.04
4. Ellenor Svensson, Norrköpings KK, 57.11
5. Josefin Lillhage, S 02, 57.43
6. Linda Olofsson, Södertälje SS, 57.52
7. Anna Ericsson, S 02, 58.43

200 m fritt
1. Antje Buschschulte, GER, 2.00.36
2. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 2.01.22
3. Louise Jöhncke, Spårvägen SF, 2.02.44
4. Malin Nilsson, S 02, 2.02.91
5. Josefin Lillhage, S 02, 2.03.27
6. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 2.03.87
7. Emma Olsson, SK Sydsim, 2.05.12

400 m fritt
1. Malin Nilsson, S 02, 4.15.09
2. Louise Jöhncke, Spårvägens SF, 4.18.19
3. Emma Olsson, SK Sydsim, 4.21.55
4. Åsa Sandlund, LASS, 4.24.45
5. Cecilia Ström, LASS, 4.26.10
6. Helen Svensson, Malmö KK, 4.26.41
7. Sandra Brus, Södertälje SS, 4.28.03

800 m fritt
1. Malin Nilsson, S 02, 8.55.26
2. Åsa Sandlund, LASS, 8.57.50
3. Helen Svensson, Malmö KK, 8.59.58
4. Cecilia Ström, LASS, 9.02.42
5. Anna Pettersson, LASS, 9.17.87
6. Päivi Nousiainen, FIN, 9.18.40
7. Ann Christiansen, GER, 9.19.07

50 m rygg
1. Therese Alshammar, Helsingborgs S, 30.30
2. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 30.68
3. Malin Holmberg, Upsala S, 30.90
4. Lisa Lundqvist, Jönköpings SS, 30.95
5. Karin Lärka, Täby Sim, 31.02
6. Marena Aimonen, FIN, 31.10
7. Anna-Karin Holm, Västerås SS, 31.91

100 m rygg
1. Therse Alshammar, Helsinborgs S, 1.03.02
2. Marena Aimonen, FIN, 1.05.72
3. Lisa Lundqvist, Jönköpings SS, 1.06.23
4. Karin Lärka, Täby Sim, 1.06.38
5. Marie Lindman, SK Neptun, 1.06.43
6. Sylvia Stefanic, Växjö SS, 1.07.16
7. Camilla Petersson, Stockholms KK, 1.07.34

200 m rygg
1. Antje Buschschulte, GER, 2.12.34
2. Marena Aimonen, FIN, 2.18.98
3. Sylvia Stifanic, Växjö SS, 2.19.64
4. Sofia Svensson. Eslövs SS, 2.20.40
5. Lisa Lundqvist, Jönköpings SS, 2.20.48
6. Camilla Petersson, Stockholms KK, 2.23.99
7. Marie Lindman, SK Neptun, 2.25.04

50 m bröst
1. Emma Igelström, Karlshamns SK, 32.51
2. Maria Östling, SS Mora, 32.90
3. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 33.72
4. Nermina Jukic, Skövde SS, 34.27
5. Veronica Andersson, Skärets SS, 34.35
6. Maria Jägare, Upsala S, 34.66
7. Helena Tsiparis, SK Triton, 34.67

100 m bröst
1. Maria Östling, SS Mora, 1.09.62
2. Emma Igelström, Karlshamns SK, 1.09.91
3. Lena Eriksson, Spårvägen SF, 1.10.38
4. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 1.12.99
5. Helena Tsiparis, SK Triton, 1.13.91
6. Angela Fox, KSLS, 1.14.61
7. Veronica Andersson, Skärets SS, 1.14.89

200 m bröst
1. Lena Eriksson, Spårvägen SF, 2.28.55
2. Maria Östling, SS Mora, 2.31.15
3. Emma Igelström, Karlshamns SK, 2.31.42
4. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 2.38.26
5. Angela Fox, KSLS, 2.38.60
6. Veronica Andersson, Skärets SS, 2.38.65
7. Frida Windisch, Norrköpings KK, 2.39.51

50 m fjäril
1. Johanna Sjöberg. Helsingborgs S, 28.10
2. Malin Strömberg, Ystads SS, 28.52
3. Therese Alshammar, Helsingborgs S, 29.08
4. Anna Lindberg, Helsingborgs S, 29.26
5. Karin Lärka, Täby Sim, 29.60
6. Sara Björklund, KSLS, 29.77
7. Anna Björk, SK 1970, 30.08

100 m fjäril
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 1.01.86
2. Malin Strömberg, Ystads SS, 1.03.40
3. Frida Johansson, Växjö SS, 1.03.82
4. Linda Karlström, Norrköpings KK, 1.04.71
5. Pernilla Marcus, SK Neptun, 1.05.00
6. Anna Görtz, SK Poseidon, 1.05.28
7. Anna Lindberg, Helsingborg S, 1.05.81

200 m fjäril
1. Frida Johansson, Växjö SS, 2.18.33
2. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.20.18
3. Linda Karlström, Norrköpings KK, 2.20.34
4. Pernilla Marcus, SK Neptun, 2.21.28
5. Annelie Olsson, Södertälje SS, 2.21.62
6. Anna Görtz, SK Poseidon, 2.24.20
7. Hanna Adolfsson, Härnösands SS, 2.25.06

100 m medley
1. Louise Karlsson, Skärets SS, 1.01.27
2. Lisa Lönn, Södertälje SS, 1.05.26
3. Marie Ulfves, Västerås SS, 1.06.27
4. Frida Johansson, Växjö SS, 1.07.68
5. Cecilia Kentell, Malmö KK, 1.09.63
6. Lourette Håkansson, SK Elfsborg, 1.09.85
7. Anna Lindberg, Helsingborgs S, 1.12.72

200 m medley
1. Louise Karlsson, Skärets SS, 2.12.99
2. Frida Johansson, Växjö SS, 2.19.83
3. Lena Eriksson, Spårvägen SF, 2.20.31
4. Lisa Lönn, Södertälje SS, 2.22.09
5. Marie Ulfves, Västerås SS, 2.23.24
6. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.23.33
7. Cecilia Kentell, Malmö KK, 2.25.40

400 m medley
1. Antje Buschschulte, GER, 4.51.23
2. Cecilia Kentell, Malmö KK, 5.05.61
3. Anna Edvall, Sandviks IK, 5.08.12
4. Lourette Håkansson, SK Elfsborg, 5.15.48

Herrar

50 m fritt
1. Joakim Holmqvist, Jönköpings SS, 22.80
2. Fredrik Letzler, Spårvägen SF, 23.02
3. Pär Lindström, Upsala S, 23.08
4. Christer Wallin, Mölndals ASS, 23.11
5. Patric Robertsson, Södertälje SS, 23.26
6. Joakim Dahl, Landskrona S, 23.27
7. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 23.65

100 m fritt
1. Anders Holmertz, Spårvägen SF, 49.70
2. Joakim Holmqvist, Jönköpings SS, 50.03
3. Fredrik Letzler, Spårvägen SF, 50.17
4. Patric Robertsson, Södertälje SS, 50.56
5. Niclas Öhman, Fagersta SK, 50.59
6. Daniel Carlsson, Väsby SS, 50.69
7. Christer Wallin, Mölndals ASS, 50.80

200 m fritt
1. Anders Holmertz, Spårvägen SF, 1.46.95
2. Daniel Carlsson, Väsby SS, 1.49.39
3. Niclas Öhman, Fagersta SK, 1.50.52
4. Jonas Lundström, Södertälje SS, 1.50.60
5. Christer Wallin, Mölndals ASS, 1.50.65
6. Stefan Pfeiffer, GER, 1.50.94
7. Tobias Marklund, Sundsvalls SS, 1.51.21

400 m fritt
1. Anders Holmertz, Spårvägen SF, 3.47.73
2. Stefan Pfeiffer, GER, 3.51.92
3. Jonas Lundström, Södertälje SS, 3.54.17
4. Mikael E Rosén, Sundsvalls SS, 3.54.80
5. Anders Lyrbring, S 02, 3.57.85
6. Tony Lennartsson, Ängelholms SS, 3.57.99
7. Christoffer Eliasson, S 02, 3.59.32

1500 m fritt
1. Jonas Lundström, Södertälje SS, 15.20.88
2. Mikael E Rosén, Sundsvalls SS, 15.32.55
3. Michael Geurtz, GER, 15.39.87
4. Mattias Olshed, SK Sydsim, 15.43.65
5. Niklas Larsson, LASS, 15.56.32
6. Bernt Feldvoss, GER, 16.05.51
7. Tom Stoltz, GER, 16.07.59

50 m rygg
1. Joel Lindfors, Södertörns SS, 26.61
2. Andreas Dencker, Jönköpings SS, 27.76
3. Ted Molin, Helsingborgs S, 27.91
4. Anders Kroon, Upsala S, 28.08
5. Nikola Kördel, Örebro SA, 29.22
6. Joakim Skrabb, Södertälje SS, 29.55
7. Leo Sandberg, Västerås SS, 29.60

100 m rygg
1. Daniel Carlsson, Väsby SS, 56.23
2. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 56.93
3. Tobias Marklund, Sundsvalls SS, 57.27
4. Joel Lindfors, Södertörns SS, 57.95
5. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 58.10
6. Martin Svensson, Jönköpings SS, 58.70
7. Anders Kroon, Upsala S, 59.95

200 m rygg
1. Tobias Marklund, Sundsvalls SS, 2.00.60
2. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.01.76
3. Joel Lindfors, Södertörns SS, 2.04.29
4. Martin Svensson, Jönköpings SS, 2.05.73
5. Andreas Gustavsson, S 02, 2.09.64
6. Daniel Karlsson, Täby Sim, 2.10.61
7. Bernt Feldvoss, GER, 2.14.51

50 m bröst
1. Patrik Isaksson, Västerås SS, 28.66
2. Stefan Scherling, Spårvägen SF, 29.35
3. Jens Johansson, Sundsvalls SS, 29.59
4. Ilka Mikhailov, SK Neptun, 29.67
5. Jan Björk, SK Neptun, 30.19
6. Patric Robertsson, Södertälje SS, 30.52
7. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 30.61

100 m bröst
1. Patrik Isaksson, Västerås SS, 1.01.74
2. Fredrik Rosenholm, Spårvägen SF, 1.03.07
3. Patric Robertsson, Södertälje SS, 1.03.15
4. Willy Ahlström, SK Neptun, 1.03.37
5. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 1.03.73
6. Stefan Scherling, Spårvägen SF, 1.03.79
7. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 1.03.99

200 m bröst
1. Patrik Isaksson, Västerås SS, 2.14.33
2. Willy Ahlström, SK Neptun, 2.14.70
3. Fredrik Rosenholm, Spårvägen SF, 2.15.44
4. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 2.16.59
5. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 2.22.32
6. Jan Björk, SK Neptun, 2.22.65
7. Magnus Classén, Norrköpings KK, 2.24.16

50 m fjäril
1. Jonas Åkesson, Södertälje SS, 24.70
2. Daniel Carlsson, Väsby SS, 24.97
3. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 25.15
4. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 25.19
4. Joakim Dahl, Landskrona S, 25.19
6. Fredrik Letzler, Spårvägen SF, 25.47
7. Christer Wallin, Mölndals ASS, 25.56

100 m fjäril
1. Joakim Dahl, Landskrona S, 54.71
2. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 54.77
3. Jonas Åkesson, Södertälje SS, 55.32
4. Fredrik Lundin, Ystads SS, 55.50
5. Fredrik Letzler, Spårvägen SF, 56.02
6. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 56.51
7. Oscar La Fleur, SK Poseidon, 57.42

200 m fjäril
1. Fredrik Lundin, Ystads SS, 1.59.03
2. Tero Välimaa, Haparanda SK Taktik, 2.08.66
3. Oscar La Fleur, SK Poseidon, 2.11.12
4. Krister Johnsson, Ystads SS, 2.12.62
5. Stefan Pinter, Södertälje SS, 2.12.69
6. Erik Rundfelt, Stockholms KK, 2.13.05
7. Mathias Svedlund, Upsala S, 2.14.91

100 m medley
1. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 57.27
2. Joakim Dahl, Landskrona SS, 57.98
3. Johan Mattsson, SK Triton, 59.00
4. Earl McCarthy, GER, 59.19
5. Johan Nyström, Sundsvalls SS, 59.42
6. Martin Svensson, Jönköpings SS, 1.00.66
7. Anders Kroon, Upsala S, 1.02.75

200 m medley
1. Fredrik Lundin, Ystads SS, 2.03.59
2. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.05.32
3. Peter Aronsson, Spårvägen SF, 2.06.94
4. Fredrik Rosenholm, Spårvägen SF, 2.08.69
5. Daniel Karlsson, Täby Sim, 2.08.93
6. Johan Mattsson, SK Triton, 2.09.38
7. Jon Lundqvist, SK Poseidon, 2.10.07

400 m medley
1. Johan Mattsson, SK Triton, 4.29.94
2. Daniel Karlsson, Täby Sim, 4.30.46
3. Andreas Gustavsson, S 02, 4.33.48
4. Mattias Olshed, SK Sydsim, 4.33.50
5. Jon Lundqvist, SK Poseidon, 4.33.91
6. Michael Geurtz, GER, 4.36.45
7. Per Bergkvist, Väsby SS, 4.40.68


Stöd forskningen!
Köp Hjärt-Lungfondens helgmärken på posten. Årets konstnär är Lennart Jirlow.
HJÄRT LUNGFONDEN
– För ett friskare Sverige –

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

Fortsättn från sid 35

200 m fritt
1. Gustavo Borges, BRA, 1.45.55 (1.48.07)
2. Trent Bray, NZL, 1.46.18 (1.47.71)
3. Michael Klim, AUS, 1.46.44 (1.47.99)
4. Juri Mukhin, RUS, 1.48.33 1.48.23)
5. Rostislaw Swanidze, UKR, 1.48.72 (1.50.01)
6. Daniel Kowalski, AUS, 1.48.94 (1.48.71)
7. Cassiano Leal, BRA, 1.49.19 (1.49.81)
8. Mark Jollands, RSA, 1.50.18 (1.49.36)
10 Daniel Carlsson, SWE, 1.50.59 (1.51.53)

400 m fritt
1. Daniel Kowalski, AUS, 3.45.14 (3.49.29)
2. Jörg Hoffman, GER, 3.45.65 (3.51.34)
3. Malcolm Allen, AUS, 3.47.00 (3.48.97)
4. Steffen Zesner, GER, 3.48.31 (3.50.88)
5. Luiz Lima, BRA, 3.48.90 (3.50.96)
6. Alejandro Bermudez, COL, 3.52.13 (3.53.14)
7. Fernando Saez, BRA, 3.53.70 (3.54.02)
8. Piotr Albinski, POL, 3.53.82 (3.53.85)

1500 m fritt
1. Daniel Kowalski, AUS, 14.48.51
2. Ian Wilson, GBR, 14.49.72
3. Jörg Hoffmann, GER, 15.05.36
4. Luiz Lima, BRA, 15.08.08
5. Malcolm Allen, AUS, 15.08.11
6. Ricardo Monasterio, VEN, 15.13.18
7. Piotr Albinski, POL, 15.18.75
8. Alexandre Angelotti, BRA, 15.19.03

4x100 m fritt
1. Brasilien, BRA, 3.12.42, F Scherer, A Massura, A Cordeiro, G Borges (3.21.13)
2. Australien, AUS, 3.17.27, B Hawke, M Klim, R Upton, M Dunn (3,20,95)
3. Rumänien, ROM, 3.17.40, N Ivan, B Petcu, A Ionavici, N Butacu (3.20.23)
4. Sverige, SWE, 3.17.73, Fredrik Letzler, 49.95, Joakim Holmqvist, 48.45, Daniel Carlsson, 49.93, Niclas Öhman, 49.41 (3.19.50, Niclas Öhman, 50.65, Daniel Carlsson, 49.90, Joakim Holmqvist, 48.91, Fredrik Letzler, 50.04)
5. Nya Zeeland, NZL, 3.20.21 (3.23.86)
6. USA, 3.20.99 (3.24.07)
7. Venezuela, VEN, 3.21.33 (3.23.14)
8. Kroatien, CRO, 3.23.72 (3.23.21)

4x200 m fritt
1. Australien, AUS, 7.07.97 (7.22.15)
2. Tyskland, GER, 7.13.42 (7.31.49)
3. Brasilien, BRA, 7.13.64 (7.46.98)
4. Nya Zeeland, NZL, 7.16.54 (7.51.98)
5. Venezuela, VEN, 7.24.75 (7.29.60)
6. Kroatien, CRO, 7.29.22 (7.51.06)
7. Sydafrika, RSA, 7.45.97 (7.53.21)
8. Chile, CHL, 7.48.17 (7.55.76)

100 m rygg
1. Rodolfo Falcon, CUB, 53.12 (53.74)
2. Neil Willey, GBR, 53.23 (53.47)
3. Jirka Letzin, GER, 53.65 (53.88)
4. Neisser Bent Velazquez, CUB, 53.75 (54.00)
5. Jonathan Winter, NZL, 53.95 (54.01)
6. Mariusz Siembida, POL, 54.42 (54.04)
7. Rogerio Romero, BRA, 54.61 (54.42)
8. Chris Renaud, CAN, 54.66 (54.33)

200 m rygg
1. Rodolfo Falcon, CUB, 1.55.16 (1.56.99)
2. Chris Renaud, CAN, 1.55.27 (1.55.83)
3. Tamas Deutsch, HUN, 1.56.18 (1.57.61)
4. Neisser Bent Valsquez, CUB, 1.56.42 (1.57.10)
5. Rogerio Romero, BRA, 1.56.48 (1.57.73)
6. Wei Wang, CHN, 1.57.00 (1.56.99)
7. Bartosz Sikora, POL, 1.57.08 (1.57.80)
8. Nicolae Butacu, ROM, 1.58.60 (1.56.91)

100 m bröst
1. Mark Warnecke, GER, 59.89 (1.00.70)
2. Paul Kent, NZL, 1.00.14 (59.94)
3. Stanislav Lopukhov, RUS, 1.00.33 (1.00.92)
4. Todd Torres, PUR, 1.00.64 (1.01.12)
5. Yun Yu Shang, CHN, 1.00.85 (1.01.69)
6. Alexander Tkachev, RUS, 1.01.25 (1.00.95)
7. Yiwu Wang, CHN, 1.01.38 (1.01.77)
8. Patrik Isaksson, SWE, 1.01.72 (1.01.81)

200 m bröst
1. Yiwu Wang, CHN, 2.11.11 (2.12.54)
2. Ryan Mitchell, AUS, 2.11.46 (2.13.22)
3. Jean Lionel Rey, FRA, 2.11.92 (2.12.81)
4. Alexander Tkachev, RUS, 2.12.08 (2.13.16)
4. Yun Yu Shang, CHN, 2.12.08 (2.13.53)
6. Stanislav Lopukhov, RUS, 2.12.13 (2.13.22)
7. Junya Suzuki, JPN, 2.13.47 (2.14.25)
8. Leif Engstrom-Heg, USA, 2.13.59 (2.14.97)
11 Patrik Isaksson, SWE, 2.15.19 (2.15.79)

100 m fjäril
1. Scott Miller, AUS, 52.38 (53.14)
2. Denis Pimankow, RUS, 52.64 (52.67)
3. Michael Klim, AUS, 52.80 (53.53)
4. Changji Jiang, CHN, 52.81 (53.84)
5. Rafal Szukala, POL, 53.55 (53.65)
6. Denislav Kalchev, BUL, 53.86 (54.41)
7. Jose Martin Meolans, ARG, 54.12 (54.45)
8. Diego Perdomo, COL, 54.58 (54.44)

200 m fjäril
1. Scott Goodman, AUS, 1.54.79 (1.58.06)
2. Scott Miller, AUS, 1.56.36 (1.59.52)
3. Chris Carol Bremer, GER, 1.57.30 (1.59.28)
4. Konrad Galka, POL, 1.57.70 (1.59.38)
5. David Abrard, FRA, 1.58.70 (1.59.47)
6. Aleksandar Malenko, MKD, 1.59.51 (2.00.13)
7. Vladan Markovic, YUG, 2.01.35 (2.00.03)
Denislav Kalchev, BUL, diskv. (1.59.89)

200 m medley
1. Matthew Dunn, AUS, 1.56.86 (2.00.53)
2. Curtis Myden, CAN, 1.58.56 (2.00.33)
3. Marcin Malinski, POL, 1.58.61 (2.00.69)
4. Robert van der Zant, AUS, 2.00.18 (2.01.66)
5. Mark Versfeld, CAN, 2.00.37 (2.01.18)
6. Sergei Mariniuk, MOL, 2.00.74 (2.01.82)
7. Tatsuya Kinugasa, JPN, 2.00.92 (2.02.24)
8. Grigoria Matuzkov, RUS, 2.02.53 2.02.16

400 m medley
1. Mathew Dunn, AUS, 4.08.02 (4.15.49)
2. Curtis Myden, CAN, 4.09.39 (4.16.78)
3. Marcin Malinski, POL, 4.10.37 (4.15.59)
4. Sergej Mariniuk, MOL, 4.13.65 (4.17.98)
5. Tatsuya Kinugasa, JPN, 4.16.52 (4.17.89)
6. Robert van der Zant, AUS, 4.18.02 (4.17.16)
7. Alejandro Bermudez, COL, 4.19.61 (4.18.27)
8. Valerj Kalmikow, LAT, 4.20.26 (4.20.92)

4x100 m medley
1. Nya Zeeland, NZL, 3.36.69 (3.39.38)
2. Australien, AUS, 3.36.35 (3.40.89)
3. Ryssland, RUS, 3.36.88 (3.40.12)
4. Kina, CHN, 3.37.43 (3.40.42)
5. Tyskland, GER, 3.38.02 (3.40.76)
6. Brasilien, BRA, 3.42.10 (3.42.40)
7. Kroatien, CRO, 3.45.01 (3.44.43)
8. USA, diskv. (3.41.88)

VATTENPOLO

Nordiska Mästerskap, jun/ ungd.
Stockholm, 25-26/11 -95

Ungdom födda-78

Danmark-Sverige	5-8
Finland-Sverige	20-2
Finland-Danmark	12-4
Finland-Sverige	14-1
Danmark-Sverige	16-5
Danmark-Finland	7-16

Tabell

Finland	4	4	0	0	62-14	8
Danmark	4	1	0	3	32-41	2
Sverige	4	1	0	3	16-55	2

Junior födda-76

Sverige-Danmark	16-8
Finland-Danmark	16-8
Finland-Sverige	9-13
Danmark-Finland	4-17
Sverige-Finland	13-4
Sverige-Danmark	19-5

Tabell

Sverige	4	4	0	0	61-26	8
Finland	4	2	0	2	46-38	4
Danmark	4	0	0	4	25-68	0

DAGBOK

Januari

Simning

5-7 DM (25 m) (Rekommenderad datum)
6-7 World Cup 1, (25 m), Hong Kong, HKG
7 Sparbanken sprint, S, U, (25 m), Kristianstad, (Åhus)
10-11 World Cup 2, (25 m), Asien
18-21 SM, Grand Prix 2, (25 m), Sundsvall
20 Lilla Grums Cupen, U, (25 m), Grums
20-21 NUSS, yngre, (13 o y), (25 m), Linköping
20-21 Sparbankscupen, (Ej SM-kvalade) (25 m), Tyringe
20-21 Älvsbysimmet, S, J, U, (25 m), Älvsbyn
21 Hellas til 1000, (25 M), Stockholm
21 Kinnekulledoppet, (25 m), Götene
23-24 World Cup 3, (25 m), Sheffield, GBR
26-28 NUSS, äldre, (18-16, 14), (25 m), Västerås
27-28 World Cup 4, (25 m), Espoo, FIN
27-28 Silverdoppet, (25 m), Arjeplog
28 Hylte Simcup, (25 m), Hyltebruk
28 Nyckelsim, S, J, U, (25 m), Nyköping
28 Daloc Cup, (25 m), Töreboda
28 Sparbanken Cup, S, J, U, (25 m), Nässjö
28 Bessemersimmet, S, J, U, (25 m), Sandviken
28 Arena Sum Meet, (25 m), Stenungsund
30-31 World Cup 5, Grand Prix 3, (25 m), Malmö

Simhopp

2-6 Landslagsläger, Jönköping
3-4 Pepsi Diving Cup, Las Palmas, ESP
5-8 New Zealand Int. Diving Meet, Wilmington, NZL
11-14 Nathan Meade Memorial Meet, Sydney, AUS

Konstsim

20 USM-kval 1, reg 6, U, Herrljunga
21 USM-kval 1, reg 2+5, U, Borlänge
21 USM-kval 1, reg 7+8, U, Växjö

Masters

27-28 Spanish Winter champ, (50 m), ESP

Utbildning

20-21 Hopp, Instruktör steg 1 B, Malmö
20-21 Konstsim, Domarkurs steg 1, Täby
20-21 Konstsim, Domarkurs steg 2, Täby

Februari

Simning

3-4 World Cup 6, (25 M), Paris, FRA
3-4 Väsby Cup, (25 m), Upplands-Väsby
3-4 Korsvirkesim, S, J, U, (25 m), Ystad
3 Olandspokalen, S, J, U, (25 m), Gimo
4 Brio Cup, S, J, U, (25 m), Osby
4 Öjebyspelen, S, J, U, (25 m), Öjebyn
4 Sollefteåsim, J, U, (25 m), Sollefteå
6-7 World Cup 7, (25 m), Genua, ITA
10-11 World Cup, (25 m), Gelsenkrichen, GER
10-11 Botkyrka Cupen, (25 m), Botkyrka-Rönninge
10-11 Intersport Swim Meet, J, U, (25 m), Höganäs
10-11 Guldsprint, S, J, U, (25 m), Skelleftehamn
11 USF-Cupen, (25 m), Uddevalla
11 Februaridoppet, J, U, (25 m), Ludvika
16-18 Kortbane-EM, (25 m), Rostock, GER
17-18 Kramfors Sprint, S, J, U, (25 m), Kramfors
18 Peters Sim Cup, S, J, U, (25 m), Hallstahammar
18 Burträsk Cup, S, J, U, (25 m), Burträsk
24 Magplasket, (25 m), Lysekil
24-25 Lappdoppet, S, J, U, (25 m), Lycksele
25 Balton Swim, U, (25 m), Anderstorp
25 Ferro Sim Cup, (25 m), Ulricehamn, (Åsunden)

Simhopp

2-4 Delfin Cup, S, A+B, Bärum, NOR
15-18 Int. hopptävlingar, A+B+C, Pardubice, CZE
25-27 Swedish Cup Grand Prix, Jönköping

Konstsim

2-4 Ludvika Synchro Open, J, S, Ludvika
11 USM-kval, reg 3+4, U, Täby
24 USM-kval 2, reg 6, U, Göteborg

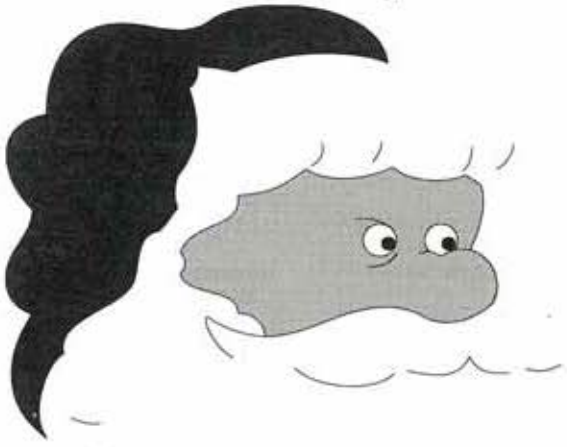
Masters

3 Västerås Master Meet, (25 m), Västerås
3 Umeå Master Meet, (25 m), Umeå
3 Finnish Super Masters, (25 m), Espoo, FIN

Utbildning

2-4 Utbildningsledarkonferens, förening-SDF, Växjö
3-4 Simning, Simlärar/simlärarassistentkurs, Rimbo
23-25 Konstsim, Tränarutveckling, Lidingö

God Jul och Gott Nytt År



önskar redaktionen.

Nästa nummer av Simsport beräknas vara ute v.5.

Ps. ett sistaminutentips! Beställ VM-kalendern på sidan 4.

Simkalendern -96

med allt du behöver veta om svensk simsport

finns nu för beställning hos Svenska Simförbundet.

Tel 08-605 60 00

SPEEDO



SPEEDO MARKNADSFÖRS AV SEGER UNITED AB
520 10 GÄLLSTAD 0321-702 00

Chrunaks chrönika



Snart är det dax!

Ja, snart är det dax att tänka till, utvärdera, förbättra, se framåt.
Vad är det då det gäller?
Jo, nästa olympiad. Alltså perioden mellan två Olympiska Spel.
Den svenska säsongsplaneringen.
Från Simiaden till SM.
Utvärderingsarbetet skall påbörjas under våren 1996 och förhoppningsvis leda till ett resultat som ger oss ännu bättre simning i framtiden.

Vilka är då fråge-ställningarna?

- Åldersklasser. SUM-SIM eller USM.
- Distanser på SM/JSM, skall vi fortsätta med 50 m distanserna? Skall vi ha både ute och inne USM resp JSM?
- Skall USM (SUM-SIM) vara delat på två platser?
- Grand Prix, är det något att ha även i fortsättningen. Skall vi utveckla tävlingen?
- Träningshelgerna, genomförs dom? Är dom givande?

Ja, frågorna är många och spontanåsikterna lika många som metrarna i ett distanspass. Det viktiga, som jag tycker, är att alla åsikter måste komma fram.
Det viktiga, som jag tycker, är att åsikterna är genomtänkta och inte bara gagnar det tillfälliga läget i den egna klubben.
Det viktiga, som jag tycker, är att "hemma hos mig" åsikter, i efterhand, inte är värda att ödsla energi på. Fram i ljuset, låt oss få en öppen och givande debatt.

Självklart har jag en egen uppfattning i många av frågorna. Jag tycker inte allt har varit bra under den här perioden, utan kan göras bättre.
Lika självklart tycker jag inte heller, att allt har varit skit.

Min uppfattning om alla fråge-ställningar, kommer jag att deklarera vid de tillfällen som kommer att ges.
Vår och höst tränarkonferensen.
Årsmötet. SES-årsmöte osv.
Jag kommer att ha en uppfattning som jag kan deklarera när det finns åhörare.
Förhoppningsvis är vi många som tycker till, men först skall utvärderings-gruppen komma med sin framställan, därefter hoppas jag, att vi alla, till-sammans jobbar för svensk simnings bästa.

En viktig del av "svensk simnings bästa", är att väcka nytt liv i insomnade landsdelar. Enligt min uppfattning är det bara Stockholm som gått klart framåt under 90-talet. Då inkluderar jag alla nivåer i tävlingssimningen.
Av naturliga skäl, tycker jag det är trist, att skåningarna blir allt sällsyntare i A-landslaget. Förhoppningsvis kan en något förändrar syn på ungdomsverk-samheten i distriktet ändra detta faktum redan innan vi byter 1900-talet till 2000-talet.

Stockholm gör en fin OS-satsning, något för andra distrikt att ta efter inför framtiden. Det kommer ju EM, VM, inte minst Göteborg VM 1997, mellan Atlanta och Sydney.

Planera en simkarriär till vuxen ålder, framgångar i idrott är som ett fint vin. Njutningen blir behagligare och mer balanserad med åren.

Hans Chrunak

Bo och träna i Norrköping för 60 kr dygnet

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

Vi tror inte det. För 60 kr per dygn och person får Ni logi i egen hytt på romerska 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 (1-10 m)
- Barnbassäng
- Varma källor
- Stort grönområde

Centralbadet NORRKÖPING

Centralbadet ingår i NFA, Norrköpings Fastigheter och Fritidsanläggningar

För bokningar och upplysningar:
Centralbadet
Albreksvägen 19,
602 31 Norrköping
tel. 011-15 29 91
fax 011 15 29 97

7

Boxholm Kommun

Simläger i BOXHOLM

Boxholm ligger i västra Östergötland vid länsgränsen till Småland.

Vi erbjuder Er förening:

- 25 metersbassäng med 4 banor.
- Ni disponerar den nyrenoverade simhallen för Er själva.
- Närhet till övriga aktiviteter: Märkta motionsstigar, sporthall, styrketräningshall och bordtennis.

Vi offererar ett paketpris på:
Frukost, lunch, middag med logi på hotell eller i klassrum.

VÄLKOMMEN!
med förfrågningar och bokningar till Simhallen, Eva Wik på tel 0142-895 64 eller faxa på 0142-895 65.

UGGLEBADET

Förlägg träningslägret till underbara UGGLEBADET i Perstorp.





INOMHUS:
Veckoslutsläger fr-sö.
4x2 tim. trän 350:-/bana
Bassäng:
25 m och 6 banor

UTOMHUS:
Veckoläger
7x4 tim. trän. 695:-/bana
Bassäng:
50 m och 8 banor

LOGI:
Vi hjälper till med att ordna utmärkt logi med möjlighet till självhushåll
Tel: 0435-392 03, 392 04, 392 07

Reservation för prisändringar -96

RING OCH BOKA SÅ SNART DU KAN.

VÄLKOMNA!!

Missa inte detta tillfälle.
SIMLÄGER I MARIESTAD

Mariestad
Vänerns pärla



Vi garanterar min. 24 grader i bassängen.

Hela Paket!

Pris från 310:-/pers. o dag
Helpension i campingstugor
2 pass om 2 tim per dag

Boka nu!!! Begränsat antal klubbar.....
Mariestads Turistbyrå,
Hamnplan, 542 30 Mariestad
Tel. 0501-100 01, 162 64. Fax 0501-708 19.

A the RWORLD of NA


MANX BADDRÄKT
nu i två färger
Finns nu i lager igen...
arena®
Corinne
Carinina
Manx

Sportverket AB
Tel: 08-603 10 90
Fax: 08-603 11 90

FALL & WINTER 95/96

Kontakta oss för katalog!