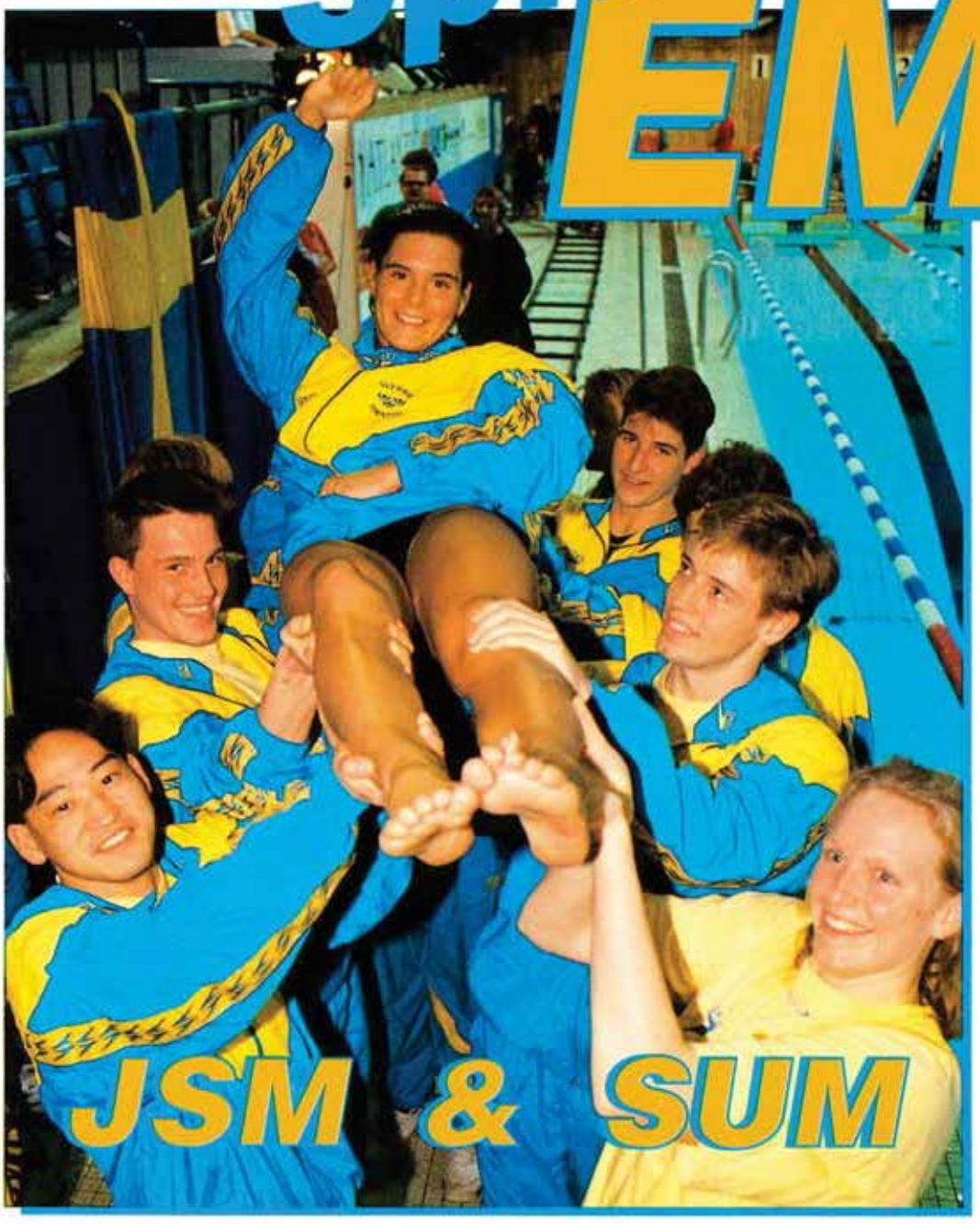
Sim sport

1/2

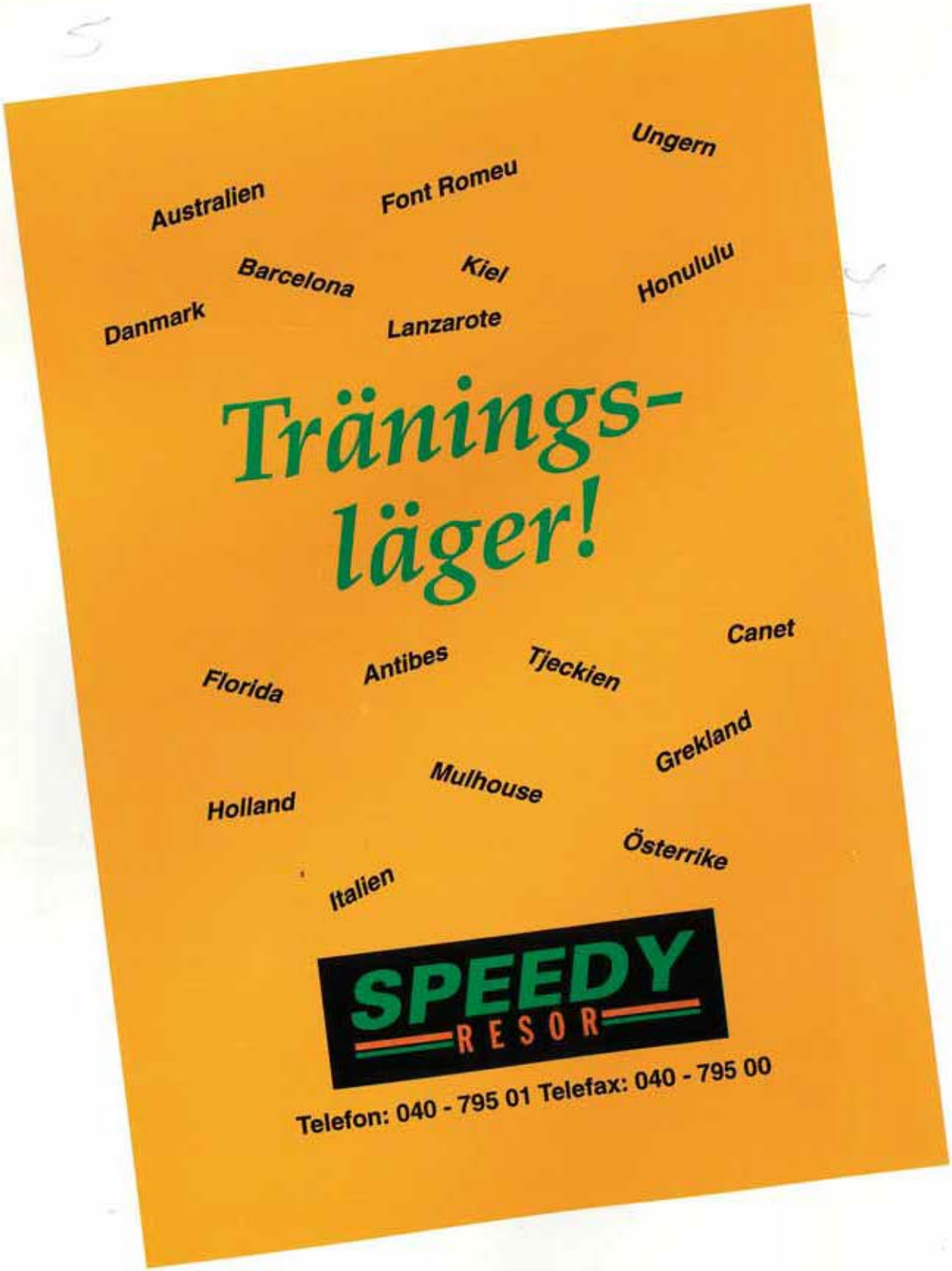
OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET ÅRG. 50 1995 PRIS 35:-

Sprint-EM



JSM & SUM

SIMNING - SIMHOPP - KONSTSIM - POLO - MASTERS


Australien
Font Romeu
Ungern
Barcelona
Kiel
Honululu
Danmark
Lanzarote
Tränings-
läger!
Canet
Florida
Antibes
Tjeckien
Grekland
Mulhouse
Holland
Österrike
Italien
SPEEDY
RESOR
Telefon: 040 - 795 01 Telefax: 040 - 795 00

Innehåll SIMSPORT 1/2 -95: På kanten 4, Sprint EM 5, Årets simmare 8, Simnyheter 9, JSM-Umeå 10, Insändare 14, Sum-Sim 15, Månadens överraskning 20, Officiellt 21, Medicin 26, Simsport i Europa 28, Morgondagare 31, Resultat 34, Dagbok 40, Chrunaks Chrönika 42.

Omslaget: Louise Karlssons hissas av glada lagkamrater efter att Sverige gjort ett nytt framgångsrikt Sprint-EM. Foto: Tommy Nyhlén, Bildbyrån.

Välkommen

... till årets första Simsport. 1995 rivstartar med SM i januari men först skall 1994 avslutas. Det gör vi med simmarnas Sprint-EM, Junior-SM och Sum-Sim, som från och med nu skall heta Svenska Ungdoms Mästerskap i simning. Det blir Sum-Sim det med.

Årets simmare 1994 är utsedd och hopparna har varit i gång med OS-läger och Fantomen Cup. De senaste månadernas doping-avslöjanden har satt sina spår i form av insändare samt en ny initierad artikel av Simförbundets läkare, Bengt Eriksson.

Fs Föreningsservice ställer upp även i år med att tillsammans med Simsport i varje nummer utse en "Månadens överraskning". Detta gäller Simförbundets totala verksamhet och inte bara snabbsim-mare. Det märker du i detta nummer.

Simförbundets officiella sidor finns i mitten som vanligt. I detta nummer med officiell ledare, inbjudningar, övergångar och annat som är viktigt att känna till.

Efter Bengt Erikssons artikel om nya kinesiska dopingfall tar Simsport med hjälp av Glen Christiansen ett kliv ut i Europa. Simsports artikelserie har även uppmärksammats i vårt södra grannland Polen, som hört av sig.

Simförbundet arrangerar tillsammans med reseföretaget Always resor till lämpliga platser. Mer information får du i denna Simsport. En svensk simlinje presenteras med ett exempel från Västerås innan konstsimmarna berättar om sitt. Sex sidor resultat från när och fjärran tar så mycket plats att resultaten från Sum-Sim får vänta till nästa nummer. Dagboken finns med som vanligt strax innan Hans Chrunak avslutar denna Simsport med sin chrönika.

Välkommen till nummer ett av Simsport 1995. Det kommer mera.

Red.

SIMSPORT. ÅRGÅNG 50. OFFICIELLT ORGAN FÖR SVENSKA SIMFÖRBUNDET, IDROTTENS HUS, 123 87 FARSTA, TEL. 08-605 60 00. SIMSPORTS ADRESS: BOX 8346, 402 79 GÖTEBORG. BESÖKSADRESS: SÖRHALLEN, ERIKSBERGSOMRÅDET, FAX 031-22 32 34, TEL 031-23 33 50. ANSVARIG UTGIVARE: LENNART HJÄRPNE, SSF, 08-605 60 00. REDAKTION: LARS-ÅKE LINDQVIST 031-23 33 50. GRAFISK FORM: BIRGITTA LINDGREN. ANNONSER: JAN-OLA SPONTON 031-87 83 10. PRENUMERATION HELÅR 250:- (10 UTGÅVOR 1995), NORDEN 360:-, UTANFÖR NORDEN 530:-/ÅR. SÄTTES IN PÅ POSTGIRONUMMER 27332-6. **PRENUMERATIONSÄRENDEN 031-23 33 50 MELLAN KL. 10-12.** PRODUKTION: PIR 87 AB, BOX 8346, 402 79 GÖTEBORG, 031-22 56 20. FÖRLAGSREDAKTÖR: ANDERS WERNESTEN. TRYCK: VÄRMLANDSTRYCK. ISSN: 0346-1084. FÖR EJ BESTÄLLT MATERIAL, TEXT OCH BILDER ANSVARAS EJ. VID EVENTUELL BESKATTNING AV VINSTER I TIDNINGENS PRISTÄVLINGAR SVARAR PRISTAGAREN FÖR DENNA KOSTNAD. DENNA TIDNINGS UTLÅNING I FÖRVÄRVSSYFTE FÖRBJUDES. DET GÅR BRA ATT CITERA SIMSPORT EFTER TILLSTÅND AV REDAKTIONEN.

På kanten

... till EM-bassängen i Stavanger hördes en hel del olika diskussioner om Sprint-EMs framtid. Vid den presskonferens som hölls på fredagskvällen fanns både FINA och LEN representerade tillsammans med några av världens bästa simmare, Louise Karlsson och Joakim Holmqvist, Simmarna var överens om att Sprint-EM som tävlingsform är perfekt medan männen från FINA och LEN, för det är bara män, likt politiker inte gav svar på någon fråga.

Jag tycker det är konstigt att LEN går och sätter sig i knät på FINA när det gäller att profilera sig, eller kanske riktigare, när det gäller att inte profilera sig. LEN, som skapat Sprint-EM, har här en alldeles egen idé på tävling men i stället för att matcha den hårdare finns nu planer på att låta den försvinna i glömska. I år kolliderar den med FINAs kortbane-VM och flyttas därför till våren 1996. Är det tänkt. Då väntar OS några månader senare och även om det är helt olika tävlingsformer så finns det ännu för få simmare som prioriterar Sprint-EM före OS.

Sprint-EM är en tävlingsform som innehåller allt. Den är snabb, kort, publikvänlig och TV-mässig. Allt det som simningen behöver för att sno åt sig marknadsandelar i en allt tuffare konkurrens. Då vacklar LEN och gör sig ännu mer beroende av FINA. I stället borde LEN se till så att FINA inför ett Sprint-VM och låta dessa två tävlingar simmas vart annat år. I December. Då fick vi ett traditionellt långbanemästerskap på sensommaren och ett snabbt kortbanemästerskap på vintern. Simmarna skulle få en chans att välja med två internationella höjdpunkter varje år. För två slags simmare där de som satsar på sprint kan hålla på långt upp i medelåldern.

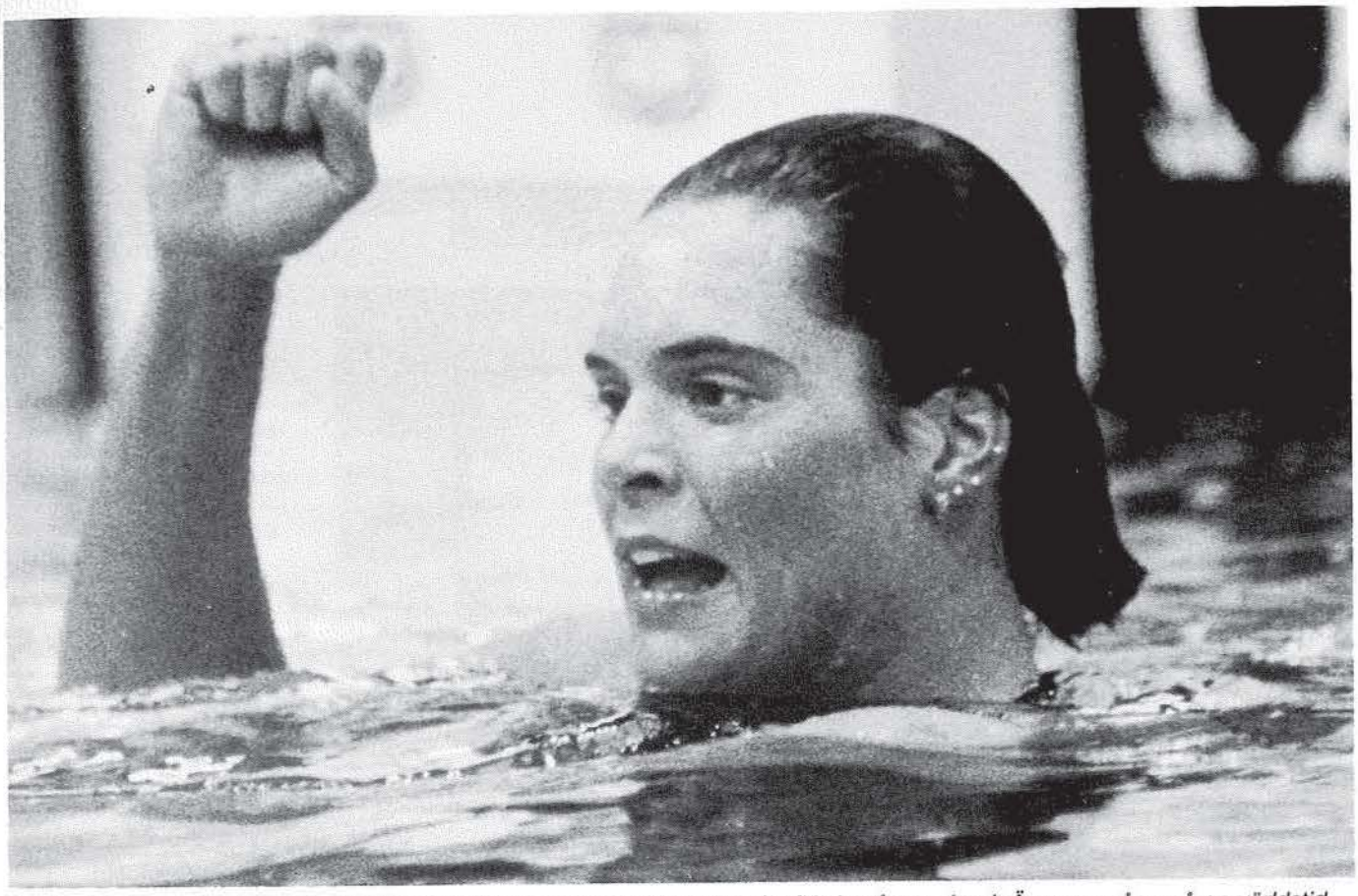
Ett annat ämne som lockade drygt 50 massmediamänniskor med ett par TV-bolag i spetsen var den senaste tidens dopingavslöjade kineser. FINAs generalsekreterare Gunnar Werner, fick flera tuffa frågor och antydningar. Även om han som privatmänniska har en åsikt var han på plats i Stavanger som FINAs representant. Då går det inte, utan bevis, att säga ja till att utesluta ett helt förbund. Det gjorde han inte heller. Visst borde han varit bättre påläst om vilka som fällts för doping och visst kunde den församlade pressen fått rakare svar. Men att sitta i toppen för ett internationellt specialförbund är som att vara politiker. Det gäller att vara kompis med så många som möjligt fram till nästa val. Men det gäller också att ha något på fötterna. Att ha bevis.

I ett rättssamhälle, och dit måste FINA räknas, är den oskyldig som inte är bevisad om motsatsen. Att Kinas simmare satt världsrekord i att åka dit för doping är inte samma sak som att Kinas Simförbund satt det hela i system. Att tro är en sak men att bevisa det hela är något annat. Det skulle bli total anarki om bara tron fick avgöra. Det har historien visat i snart 2000 år.

Jag är övertygad om att Kina satt dopingen i system och att de blev överraskade att testerna blivit så effektiva. Men jag är inte lika övertygad om att Kina skall uteslutas från den internationella gemenskapen. Jag är också övertygad om att även andra nationers simmare använder otillåtna metoder. Kanske är de bara bättre på att dölja dem. FINA måste intensifiera jakten på fuskare och utmäta straff så att ingen längre vågar. Flera förslag, bl a av Simförbundets läkare Bengt Ericsson, är genomförbara för att delvis hejda dopingen. Att stoppa den helt går inte. Fuskare kommer tyvärr alltid att finnas.

Lars-Åke Lindqvist

SPRINT-EM
NY GULDFEST



Louise Karlsson. Lycklig efter segern på 100 m medley där hon vann för fjärde gången i rad. Ännu en gång på en världstid. Hennes världsrekord från 1992 har ingen annan varit i närheten av.

Ett världsrekord, fyra guld, fyra silver och ett brons blev utdelningen för de svenska simmarna vid Sprint-EM i Stavanger 3-4 december. Det är fortfarande så att Sverige och Tyskland dominerar Sprint-EM. Av 14 grenar vann svenska eller tyska simmare alla utom en damgren, 50 m fjäril och två herrgrenar, 50 m fritt och 100 m medley. Det svenska herrlaget på 4x50 m fritt svarade för tävlingarnas enda världsrekord. Sprint-EM går en oviss framtid till mötes. Synd på en sådan härlig tävlingsform. (Se också På kanten).

Tre guld, ett silver och ett brons blev skörden efter första dagens finaler vid Sprint-EM i Stavanger. Dessutom ett världsrekord. Zsolt Hegmegi, Lars-Ove Jansson, Joakim Holmqvist och Pär Lindström är snabbast i världen på 4x50 m fritt. Nya rekordet 1.27.62 är en förbättring av det gamla med 32 hundradelar. Även det hade Sverige.

Sverige hade hundradelarna på sin sida. Emma Igelström, 14 år från Karlshamn, vann 50 m bröst, 32.13, en hundradel för Norges Elin Austevoll. Världsrekordhållarna i lagkapp växlade 2 hundradelar för snabbt i sista växlingen men reglerna tillåter en felmarginal hos utrustningen på tre hundradelar.

Jonas Åkesson, Södertälje tog det tredje guldet när han vann 50 m fjäril, 24.25. Zsolt Hegmegi, Jönköping förbättrade sig en palcering från förra året och blev nu tvåa på 50 m rygg, 25.72 och damernas medleylag tog brons, 1.54.51 genom Ulrika Jardfelt, Emma Igelström, Malin strömberg och Linda Olofsson.

- Jag är överraskad över att det gick så fort. Det har snackats en del om dålig konkurrens men när vi vinner på världsrekord behöver vi inte bevisa mer. Ingen har simmat fortare. Det var mitt tredje snabbaste lopp hittills och med tanke på att vi varit lite småkrassliga innan så är det här en överraskning. Vi var lite osäkra på formen alla fyra, berättade Joakim Holmqvist, världens snabbaste simmare, efteråt.

Det blev lite panik i den svenska



Europas gladaste mästare. Jonas Åkesson nådde sin största framgång hittills i karriären när han vann 50 m fjäril i Stavanger. F öre Carlos Sanchez, Spanien t v och Dirk Vandenhirz, Tyskland.

50 m bröst blev en nordisk uppgörelse. Emma Igeslström svarade upp mot förväntningarna, hade hundradelen på sin sida och delar av Norge brast ut i ett glädjerus när Elin Austevoll t v och Terrie Miller blev tvåa och trea.

En hundradel på 50 m bröst motsvarar 30-40 mm. Det räknade snabbt Helsingborgs Dagblads utsände Jan Andersson ut när frågvisa på pressläktaren började diskutera hur mycket en hundradel är. Egentligen. Så här ser det ut från start till mål. Och så finns det de som kräver datorer.

truppen ett dygn före start då Lars-Ove Jansson fick ont i halsen och feber. Tävlingsdagen var han feberfri men osäker på om han kunde simma. Läkaren gav klartecken och resultatet blev guld och världrekord.

- Jag hade siktat på en finalplats så det är klart jag är överraskad över guldet och att vara europamästare. Emma Igelström var fortfarande lite förvånad över uppståndelsen hon väckt några timmar efter guldet på 50 m bröst.

- Jag trodde ryskorna skulle vara bättre för de har gjort tider neråt Louise Karlssons världsrekord. Så när jag kom i mål och hörde jublet trodde jag någpn av norskorna vunnit och förstod inte först att det var jag.

Emma Igelström är bara 14 år. Hon har simmat sedann hon var fem och tävlade första gången när hon var sex. Farmor Anna-Lisa, gammal bröstsimmare från Dalarna lärde henne tidigt att simma. När hon trivdes i vattnet tog pappa Björn med henne till simklubben. Idrottstraditionen är stor i familjen Igelström Pappa värvades från Dalarna till Karlshamns Hockey som målvakt i mitten av 1970-talet.

Sveriges tredje guldmedaljör kom genom "doldisen" Jonas Åkerström, från Södertälje. Han har de senaste två sprintmästerskapen varit fyra på 50 m fjäril men nu blev det guld.

- Jag är nog den som är mest förvånad. För två veckor sedan vid kvalet i Helsingborg var jag överraskad att bli uttagen i truppen och så här i Stavanger var det bara att simma. Tre andetag räcker på 50 meter och när jag såg på resultattavlan att jag vunnit trodde jag det var fel. Spanjoren Gonzales, som blev tvåa, gratulerade direkt och sa att det var min tur i år. Han vann förra året. Visst är jag en utpräglad sprinter och det är roligt att den här typen av tävling vuxit. Jag passar inte på andra tävlingar och det är klart att det känns som en revansch när jag varit fyra två år i rad. Nu siktar jag mot VM i kort bassäng om ett år i Rio de Janeiro. Då hoppas jag min distans är med på programmet.

Jonas Åkesson är ursprungligen från Sjöbo i Skåne. Han började simma tidigt men la av helt 1986. Då var simningen inte rolig längre. Så flyt-



Världsrekord innebär att ingen annan simmar snabbare i världen. Kvartetten som lämnar alla andra bakom sig är fr v Lars-Ove Jansson, Pär Lindström, Zsolt Hegmegi och joakim Holmqvist efter 4x50 m fritt.



Även de svenska damerna simmar snabbt i lagkapp. I Stavanger blev det silver och brons. Silver på 4x50 m fritt genom fr v Louise Karlsson, Helena Åberg, Linda Olofsson och Johanna Sjöberg.

tade familjen till Södertälje och Jonas började simma lite igen. Kamratskapet i simningen lockade. Nu är han europamästare.

Europamästarna i lagkapp 4x50 m fritt kommer från Jönköping, Zsolt Hegmegi och Joakim Holmqvist och Uppsala, Lars-Ove Jansson och Pär Lindström.

- Det här var min roligaste seger. Även om jag simmat fortare tidigare så fick jag besked om att jag är på väg tillbaka efter skadan.
Louise Karlsson var mycket glad efter segern på 100 m medley. Hon gled lugnt i mål i försöksloppet på morgonen. Lika lugn var hon i semifinalen. Så när det blev dags gjorde hon sin fjärde bästa tid någonsin, 1.01.89.

- Jag var nervös inför finalen. Att jag gled i mål och tog det lugnt i försök och semifinal handlar om rutin. Det här var mitt fjärde sprint-EM och det viktigaste före finalen är att ta sig vidare. Inte sätta rekord. Men det gjorde ont att vinna. Mellan semi och final kändes axeln men nu är min smärttröskel hög. Jag vet att det gör ont att vinna. Då glömmer jag att känna efter. Nu känns inget.

För ett år sedan opererades Louise Karlsson för sina trasiga axlar. Det har tagit tid att komma igen. Det var först i höstas som hon kunde börja träna på allvar. Hon är också mycket angelägen om att tävlingen sprint-EM fortsätter.

- Det hoppas jag verkligen. Jag vill veta hur snabbt jag kan simma 100 m medley, om mitt världsrekord på 1.01.03 från 1992 går att slå. Ingen har lyckats på två år även om kinesiskor och amerikanskor försökt och varit i närheten. Ingen annan har varit under 1.01.90

Det blev utöver Louises guld tre silver andra dagen av Sprint-EM. Joakim Holmqvist blev tvåa på 50 m fritt, 22.50 och kom efter redan från start. Polens Krzysztof Cwalin vann på 22.01.
De båda lagkappslagen tog också var sitt silver. Först herrarnas medleylag Zsolt Hegmegi, Patric Robertsson, Jonas Åkesson och Joakim Holmqvist, 1.39.38, 1.14 sekunder efter Tyskland som simmade på världsrekord, 1.38.01.
Damlaget på 4x50 m fritt avslutade året med silver. Johanna Sjöberg, Linda Olofsson, Helena Åberg och Louise Karlsson kom i mål efter 1.42.32, 1.12 sekunder bakom tyskorna.

- Det här var en fantastisk avslutning på ett mycket bra simmarår, sammanfattade förbundskapten Hans Chrunak efteråt.
- Det är främst Louises internationella comeback som finns kvar på näthinnan. Hon gör ett otroligt lopp för hon visste inte heller hur bra de andra var. Ingen har gjort bort sig eller varit dålig. Alla tog sig vidare minst ett steg från försöken och flera debuterade.

Fyra guld, fyra silver och ett brons och ett världsrekord blev svenskt facit efter detta den fjärde upplagan av sprint-EM som Sverige och Tyskland dominerat sedan starten 1991. Nu hoppas alla på en fortsättning.

Sprint-EM reportage
Foto: Tommy Nyhlén, Bildbyrån
Text: Lars-Åke Lindqvist

FRÖLLE ÅRETS SIMMARE

Lars Frölander, Borlänge SS, har av Simsport utsetts till "Årets simmare 1994". Det är främst hans insatser vid VM i Rom i september som motiverar utnämningen.

Tisdagen den 6 september tog sig Lars Frölander med sjunde bästa tid efter försöken på 100 m fjäril till final med personligt rekord. I finalen startade han på bana ett och var vid 50 meter trea, 25 hundradelar snabbare än i försöken. I mål var Lars bara 14 hundradelar bakom Polens Rafal Szukala. 53.65 blev svenskt rekord då Pär Arvidssons 14 år gamla rekord på distansen fick ge sig. VM-silver till Lars Frölander.

En timma senare var det så dags för lagkapp, 4x200 m fritt. När Lars Frö-lander dök i på tredje sträckan, efter Christer Wallin och Tommy Werner, låg laget fyra. Lars simmade sin distans på 1.49.72 och inför sista sträc-kan låg fem lag på linje. Anders Holmertz tog upp laget i ledningen sista längden och Sverige tog guld och blev världsmästare.

Inom en timma tog Lars Frölander silver på 100 m fjäril och guld med laget på 4x200 m fritt. Detta i ett världsmäs-terskap med fler än 100 nationer. Han utses därför till "Årets simmare 1994".



Simsport har delat ut utmärkelsen sedan 1991 enligt följande:

1991 *Tommy Werner*
1992 *Anders Holmertz*
1993 *Linda Olofsson*
1994 *Lars Frölander*

Landskrona SM-värd

Efter flera turer blir det troligen Landskrona som ännu en gång får arrangera SM i lång bassäng i sommar. Dess-utom blir det kval till EJM och troligen den traditionella rekordgalan samt vidhängande träningsläger inför EM i Wien.

Simförbundets styrelse tar beslutet vid styrelsemötet i samband med SM i Växjö i slutet av januari sedan två SM-arrangörer tvingats hoppa av.
Först skulle SK Neptun arrangera SM i månadsskiftet juni-juli. Men så kom beskedet att Eriksdalsbadet skall byggas om och Örebro anmälde intresse. Samtidigt kom önskemål från simkommittén att senarelägga SM för att inte få så lång tid mellan SM och EM.
Men Örebro fick problem. Örebro kommun vill ha 320 000 kronor i hyra för Gustavsviksbadet och i slutet av förra året kom beskedet att ÖSA backar ur.

Landskrona SS ordförande Lennart Halldin säger att klubben är intresserad av att arrangera SM och räknar med att det ekonomiska mellanhavandet med Sim-för-bundet skall lösa sig på bästa sätt samt att Landskrona även blir plats för träningsläger och rekordgala.

4 av 5 simmare vid VM i Rom 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

OLYMPIC CAMP

Några hoppare hade förmånen att få delta i Olympic Camp 1-4 december på Bosön. Det var cirka 30 landslag som sökt och 16 fick vara med. Åtta aktiva simhoppare och två ledare ingick i gruppen från Simförbundet.

Campgeneral Janne Carlstedt och hans stab som jobbat fram programmet gjorde ett strålande arbete. Det fanns möjligheter till egen träning, pröva andra idrotter, styrketräning, smidighet, koordination och mycket annat.
Ett pass ute på Bosön testade vi studsmatta med gummilons. Gummilonsen gör att hopparen dras uppåt och på så sätt får hjälp att hoppa högre. Man hinner göra många volter och skruvar och har stor möjlighet att orientera sig i luften.
Lonsen bromsar även hopparen på väg ner, vilket ju är bra. Framför allt för lonsarens armar.
Det var ganska skönt att pröva den nya flyttanken med saltvatten. Denna används numera då man skall försöka uppnå total avslappning vid någon form av mentalt arbete. Saltvattnet gör att man flyter och därför får en slags "svävafritt-känsla".
Kortkurser i bugg, bolljonglering och väggbestigning på kvällarna var uppskattade inslag.
En hel del kontakter knöts och funderingar finns att under 1995 göra en liknande träff med några landslag i individuella idrotter.

Tack CPU för ett bra initiativ.
Vi simhoppare är väldigt nöjda.

Jan-Erik Nilsson
Förbundskapten

Fantomen Cup i simhopp

Utökat tävlingsprogram, rekorddeltagande, spännande herrhögatävling, kanonpoäng av Anna Lindberg och reportage i Lilla Sportspegeln var några ingredienser när Fantomen Cup avgjordes i Eriksdalsbadets hopptält.

Thorbjörn Carlsson har fått bra fart på föräldragruppen i SPIF. Tävlingarna löpte friktionsfritt. Vi servades hela dagarna och alla andra bredvidarrangemang fungerade bra.
Både dam- och herrtävlingen i höga hopp bjöd på en hel del fina saker. Mest spännande blev herrarnas uppgörelse. Plötsligt var inte placeringarna närmast Jimmy Sjödin, som vann, helt solklara.
Det blev en tät strid mellan Matts Martinsson, Simon Chrisander från Malmö, Anders Höglund, Jönköping och de båda SPIF:arna Martin Kylberg och Erik Nilsson.
Erik drog till sist det längsta stråt genom en mycket bra tre och en halv volt framåt i sista omgången. Detta hopp gav honom silvret före Anders Höglund som var två poäng före Martin Kylberg.
Damtävlingen vanns av Anna Lindberg, Karlskoga, före Maria Lund, SPIF och Maria Mechback, Neptun.
Anna vann också svikten och detta på en poäng som är ovanligt bra, 430.50. Vi är ju dessutom inte kända i Sverige för att döma högt på våra egna hoppare. Tvärtom får man ofta höra att vi är snåla.
Vi hade även en del duktiga hoppare i de mindre klasserna, även om våra finska grannar tog många av de medaljerna.
Det är mycket snack i Stockholm om det nya Eriksdalsbadet som skall byggas. Detta var antagligen inde den sista Fantomen Cup i tältet. Kanske den näst sista?



PESOTEC

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

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

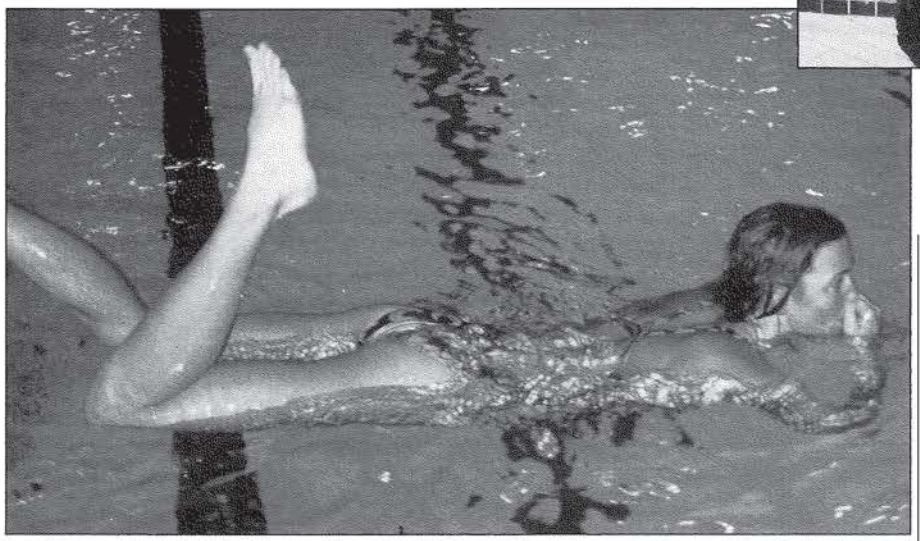
Ring eller skriv till
Sport Development AB
Föreningsgatan 10 B
211 44 Malmö.
Tel 040-12 34 16
Fax 040-12 34 08
RABATTER VID STÖRRE KÖP!

JSM -94 i Umeå

Detta JSM på kort bana var den mest omfattande JSM-tävlingen hittills med 44 grenar på fyra dagar och med inledning av två lagkappet på tors-dagskvällen, som nytt inslag. Efter visst datastrul första kvällen flöt allt som vanligt för den rutinerade umeå-klubben, som nu arrangerade sitt tredje JSM. Tidigare har man haft två stora SM, två Sum-Simfinaler och två handikapp.SM samt ett Masters, vilket gör USS till en av landets flitigaste mästerskapsarrangörer på riksnivå.



Tommy Lindell tillsammans med längst upp fr v Pernilla Marcus och Therese Alshammar, båda fyra lagguld. Därnäst fr v Frida Bengtsson och Jessica Holm Holt, var sitt lag-SM samt nederst fr v Charlotte Seidewall, fyra lagguld och Ann Nilsson två.



Therese Alshammar, bäst på rygg, kan också ta sig fram på mage.

Enda problemen med så här stora arrangemang på fyra dagar, är att det numera bara är ett fåtal som vill och kan klara av dessa samt att det kan vara svårt att få något större ekonomiskt utbyte för arrangören om man inte lyckas bra med sponsorpengar eller reklamförsäljning. Det konstaterade Lasse Edstedt, tillika ordförande i JSM-kommittén efter avslutade tävlingar. Dessa bjöd på svenska juniorrekord, mästerskapsrekord, distriktsrekord samt ett otal "pers".

Svenska Simförbundets konsulent, Berth Johansson, var också mycket nöjd med arrangemanget och noterade många intressanta resultat, fler bland pojkarna än bland flickorna. Dock bör noteras att simmartjejernas segerresultat var i Umeå, jämfört med JSM 1993 i Härnösand, bättre i tolv av 14 grenar mot åtta-sju för grabbarna.

För sina prestationer fick de tre bästa medaljer i vanlig ordning. Dessutom fick alla deltagare var sin liten saltkåsa i tenn med JSM-logon på, gjord av Andreas Billström, fd USS-are och duktig bröstsimmare, nu i Göteborg. Så några ord från undertecknad med simförflutet från 60-talet, tränare och ledare därefter samt mest simmarförälder numera. Jag vill bara instämma i simhallspersonalens i Umeå avslutande tack till simmarna för att de skött sig så fint under alla dagar. Det gav en spontan applåd, som värmde i decembervintern, vilken sista dagen bjöd på sol och några minusgrader, efter de första dagarnas regn och blåst. Umeåsnön hoppas vi att gästerna får se vid annat besök här.

TOMMYS OCH NEPTUNS GULDFLICKOR

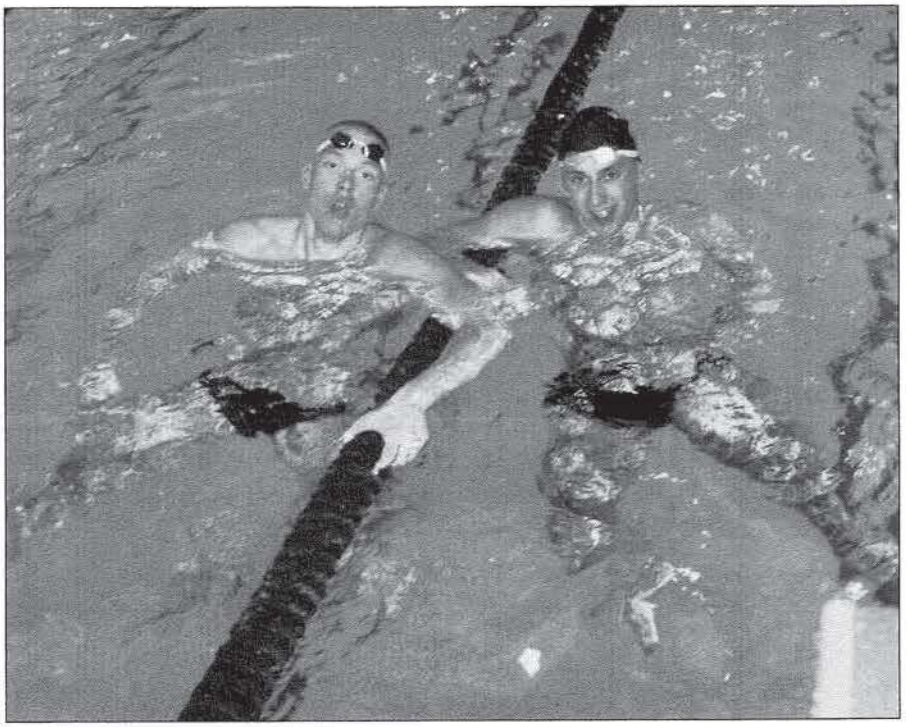
Jublande glad var simklubben Neptun efter segern på damsidan i junior-SM i Umeå. Fyra lagkappsguld, 4x50 m och 4x100 m medley samt 4x100 m och 4x200 m fritt, (4x50 m fritt vann S 02 Göteborg knappt), och tre individuella JSM genom Therese Alshammar på 50 m och 100 m rygg och Pernilla Marcus på 200 m fjäril blev guldfacit. Så tränaren Tommy Lindell hade all anledning att sträcka händerna i skyn liksom hans sex guldflickor.

Totalt sett kom Neptun tvåa med 684 poäng efter ett annat stockholmslag, Väsby SS, som fick ihop 842 poäng. Frågan är dock om inte neptunarna, både män och kvinnor tog "guld" i att slå "pers". 79 nya rekord hade Tommy och hans tränargäng räknat ihop. Kan någon klubb ha varit bättre i detta JSM?

På bilden ovan syns förre stockholmspolisaren, (SPIF fick 0 poäng i detta JSM), Tommy Lindell tillsammans med längst upp fr v Pernilla Marcus och Therese Alshammar, båda fyra lagguld. Därnäst fr v Frida Bengtsson och Jessica Holm Holt, var sitt lag-SM samt nederst fr v Charlotte Seidewall, fyra lagguld och Ann Nilsson två.

JSMs KUNGAR - OLA OCH DANIEL

JSM hade tre simkungar med lika utdelning medaljmässigt, individuellt sett. Dessa var Johan Matsson, SK Triton, Staffanstorp, Ola Fagerstrand, Sydsim, Burlöv-Lomma och Daniel Carlsson, Väsby SS, Stockholm. Alla vann tre guld och ett silver. Räknar man in lagkapperna blev Daniel främst med tre mästerskap till, medan Ola vann ett.
Här pustar de båda, Ola t v, ut efter 50 m rygg, som Daniel vann på 26.29. Ännu snabbare var Daniel på startsträckan i 50-medleylagkappen, där han satte svenskt juniorrekord med 25.82. Dessutom vann han 100 m och 200 m rygg. Ola "vann" sedan en plats i Atlanta-96-gänget inför OS i USA om drygt två år tack vare sina guldprestationer på 50 m och 100 m fritt samt 50 m fjäril. Johan Mattsson, ej på bild, blev medleykung, 100 m, 200 m och 400 m.
Daniel Carlsson hann inte bara vara flitig och framgångsrik i tävlingsbassängen. Mellan loppen kopplade han av med att ta hand om systersonen Jimmie, som fick bada med sin morbror. Här försäker Jimmie hålla tungar rätt i mun, när Daniel lär honom, ja vad annars, simma på rygg.



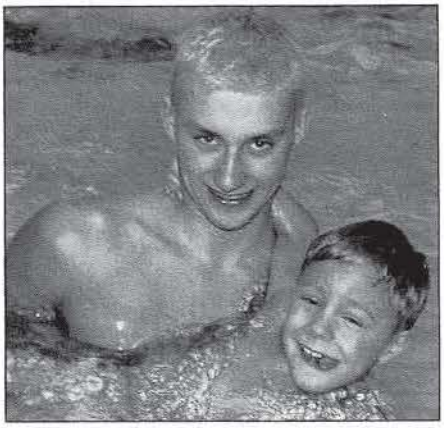
Ola Fagerstrand, Sydsim och Daniel Carlsson, Väsby



Johanna Sjöberg, Helsingborg med Speed(o) både i sig och på sig.

Upplevelser på JSM

Årets stjärnskott på JSM var utan tvekan Ola Fagerstrand, 17-årig sprinttalang från Sydsim, Lomma-Burlöv. Till vardags sköter han sin träning vid Klippans simcentra.
Ola är en stor påg, på många sätt. Han har de fysiska företräden som sätter sig i respekt i sprinterkretsar. Dessutom visade det sig att han är samma goa-glada skåning som tidigare även efter sina stora framgångar med tillhörande uppmärksamhet.
Andra toppsimmare på tillväxt, som visade att de är på rätt väg, var andra Atlanta-96 simmare på pojksidan.
Daniel Carlsson, Väsby SS, tränar i Älvsbyn. Han var EJM-mästare på 100 m fjäril 1993 och simmade nu mycket kraftfullt, framför allt på rygg med två juniorrekord som följd.
Mölndals Johan Setterberg, som haft en mycket strulig sjukdomshöst var nu mycket stark och taktisk. Särskilt i sitt segerlopp på 200 m fjäril.
En annan Atlantasimmare är Löddes 17-åring, Anders Forsberg, som tränar vid Hallsbergs simcentra, precis som Johan. Anders var något frustrerad efter de första dagarnas tre silvermedaljer, med bra resultat. Han gav sedan svar på tal med en klar seger på 200 m fritt i det sista finalpasset.
Andra killar som närmar sig den internationella hetluften var Tritons Johan



Daniel Carlsson med systersonen Jimmie som får rätt lärarhjälp till sitt ryggsim

Mattson som tog alla tre medley-titlarna. Malmös Fredrik Engdahl, också han 17 år, var den klart bäste långsimmaren, med klara segrar både på 400 m fritt och 1500 m fritt.
På flicksidan blev redan A-landslagsmeriterade Johanna Sjöberg, numera tränande i Klippan men tävlande för Helsingborg, JSM-prinsessa med sex individuella titlar. På 50 m fritt blev det mästerskapsrekord och på 100 m medley fick hon dela såväl rekordet som segern med Västerås Marie Ulfves.
En annan skåneflicka på väg fram är Eslövs 16-åriga Sofia Svensson, som länge visat sig mycket stark i de tuffare grenarna.
De båda Atlanta-96 bröstsimmarna Emma Igelström och Maria Östling dominerade sitt simsätt. En tredje Atlantatjej, Åsa Sandlund, 15 år från Linköping, visade som vanligt upp ett starkt frisimsregister. Hon är numera säker på tider under nio minuter på 800 m fritt och ser ut att vara den som på allvar kan ta upp fighten med Malmös Malin Nilsson på seniorsidan.
Uppstickare på flicksidan var Malmös Helen Svensson, 16 år, som överraskande vann 400 m fritt.
Bland flickorna var det några av de etablerade namnen som lyste medan det på pojksidan fanns en bredd på resultaten i flera frisimsgrenar. Och på 100 m fjäril var sju pojkar under 57 sekunder.



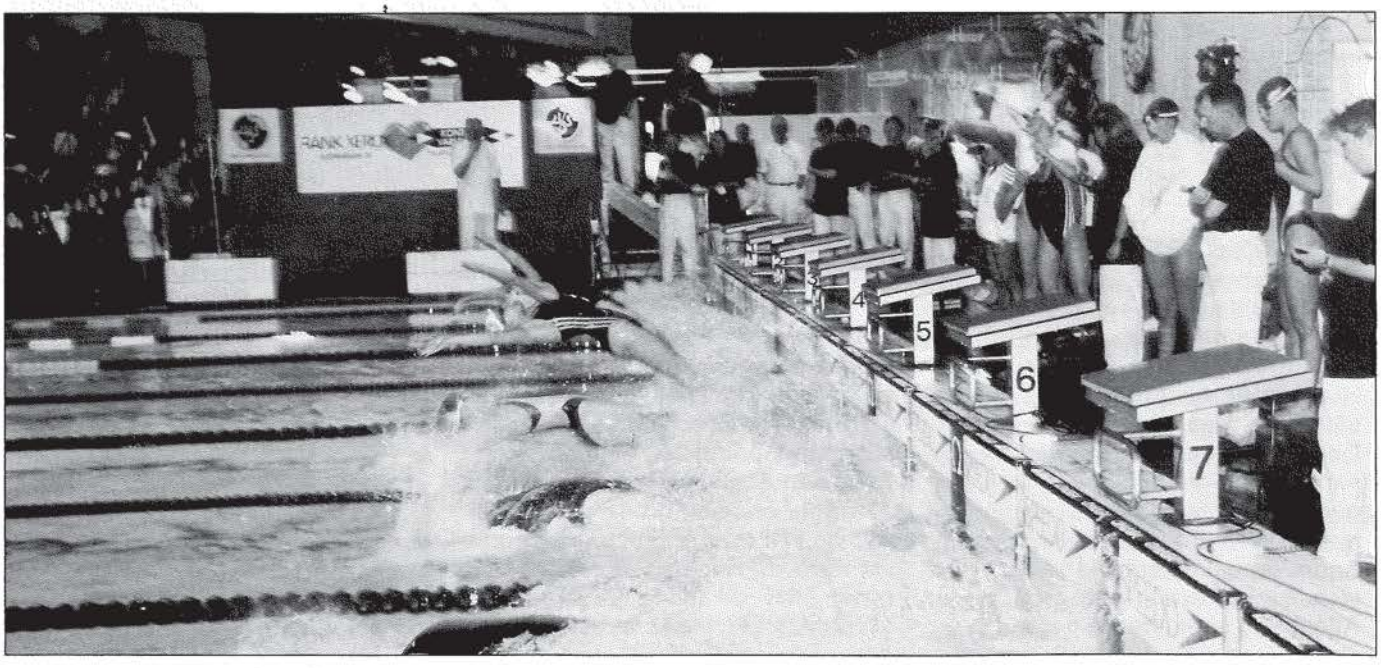
Johanna Sjöberg t v och Julia Backlund. Sandviks IK

Simförbundets simcentratränare är värda var sin extra julros. De hade alla gjort ett fint examensarbete, JSM. Från söder till norr visade de upp följande fina facit:
Klippan, Ingemar Söderhult, 25 finalpl, 10 guld, 3 silver, 3 brons.
Nyköping, Anne Forsell, 18, 2, 2, 3
Hallsberg, B. Westergren, 17, 3, 6, 1
Älvsbyn, Åke Hansson, 31, 3, 4, 5
ger totalt 90 finalplatser, 18 guld, 15 silver och 9 brons.
Detta är mer än hälften av de individuella gulden och en tredjedel av finalplatserna. 18 av medaljörerna vid JSM tränar dagligen vid de olik simcentra.

Efter en intensiv JSM-helg har några intryck etsat sig fast på näthinnan och jag tänker på två riktiga höjdare:

- Charlotte Seidevalls avslutning i flicklagkappen över 4x100 m medley. Hon dyker i med någon meters ledning före Helsingborg där 14-åriga Nelly Jörgensen avslutar. Helsingborgsflickan jagar ifatt och är förbi vid 75 meter. Hennes sträcktid blir fantastiska 57.40. Men Charlotte gör det omöjliga, (9,9 simmare av tio skulle förlorat), svarar på de sista meterna och klarar lagkappsguldet till Neptun.

- Sydsims enorma glädje efter den överraskande lagkappssegern på 4x100 m fritt.



"Detta är idrott när den är som bäst"

Bebbe



Umeå bjöd på en härlig inramning till årets JSM



INSÄNDARE

DOPING

Tidningen Expressens artikelserie vid årsskiftet om doping, sätter fingret på den svenska idrottsrörelsens stora problem: Bristen på policy och en genomarbetad filosofi om dessa frågor. Nu varierar uppfattningarna godtyckligt från person till person inom idrotten. Det är som jag ser det oerhört viktigt att hela idrottsrörelsen enar sig om en uppfattning som kan omfattas av ledare, tränare och aktiva. Om inte detta görs kan idrottsrörelsen aldrig bekämpa doping eller annat fusk på bred front.

Frågeställningen kan sorteras under vissa huvudrubriker:
A. Breddidrottens missbruk av hormoner. Detta är ett socialt problem som måste lösas av samhället.
B. Elitidrottens strävan att förbättra resultaten.
Låt oss koncentrera resonemanget till denna fråga.

Först måste man göra klart för sig varför man dopar sig inom elitidrotten. Svaret är att det i Sverige och övriga västvärlden huvudsakligen är en ekonomisk fråga. Man dopar sig för att genom bättre resultat kunna tillskansa sig bättre ekonomiska fördelar från sponsorer och arrangörer m fl.
Det är enormt stora penningsummor som det rör sig om. Man kan se ett klart samband mellan förekomsten av doping och de pengar som finns i potten inom de olika idrotterna. Det är alltså ingen tillfällighet att doping är långt vanligare inom friidrott än t ex inom orientering.
Av denna anledning måste juridiskt hållbara kontrakt upprättas så att den som dopar sig blir skyldig att betala tillbaka vart enda öre som denne fått från sponsorer eller förbund. Hela påföljdsfrågan måste förresten definieras och fastställas så att de effektivt avskräcker.

"idrottspampar är så fega"

DOPING ÄR OCKSÅ en spegling av politiska system. De totalitära staterna har alltid använt idrotten som ett propagandavapen för sitt statsskick. Därför har dopingen i länder som det gamla DDR eller som nu Kina, satts i system och administreras från statsapparaten för att tjäna den politiska ideologin.
I västvärlden har dopingen däremot oftast varit en individuellt iscensatt verksamhet styrd helt av egna egoistiska motiv.
Doping i Sverige kan dessutom indelas i en medicinsk och en etisk grupp. Följderna av den medicinska dopingen är väl kartlagd och här finns en relativt samstämmig uppfattning.
Men sedan kommer vi in i det som Expressen kallar gråzonen. Det finns något som vi kan kalla för etisk doping. D v s man använder preparat eller metoder som i och för sig inte är förbjudna men vars förväntade effekt är ren resultatförbättring.
Detta kan liknas vid viss skatteplanering. Man använder alltså metoder som inte är olagliga men moraliskt förkastliga. Under åren har vi sett direktörer fällas för sin skatteplanering, pampar avskedas för lagliga men moraliskt tvivelaktiga handlingar.
Men inom idrotten godtar vi etiskt förkastliga metoder bara därför att de inte är förbjudna. Detta är idrottens stora uppvisning i dubbelmoral.
Jag kan alltså inte förstå Arne Ljungqvists fördömande av höghöjdshus samtidigt som han tycker att Kreatin är OK. Här finns ingen konsekvent policy. Dessutom står dessa åsikter helt som Ljungqvists egna och behöver därmed inte representera idrottsrörelsens.

LÅT OSS TITTA PÅ Kreatin som ett exempel på etisk doping. Oavsett det har någon egentlig effekt eller inte är avsikten med att inta det att förbättra sin prestationsförmåga. Tanken är alltså exakt densamma som när man intar anabola steroider.
Jämförelsen med vitaminer haltar eftersom vitaminer inte är direkt prestationshöjande utan bidrar till ett bättre hälsoläge. Kreatin må vara helt harmlöst men idén är att med ett preparat nå bättre resultat.
Detta leder lätt till att man avtrubbas när det gäller andra preparat vars skadliga effekter man inte känner till. Det är godkännandet av tanken på att med preparat förbättra sig som idrottare som är farlig. Det leder till ett allmänt accepterande av manipulation. Då är idrotten slut som instrument för fair play.
Dubbelmoralen illustreras bra av Torgny Mogrens inställning. Han är emot doping och är tveksam till preparat utom dem som han själv använder. Dessutom orkar en av landets främsta utövare av idrott, (Torgny Mogren), inte bry sig.
Det säger allt om angelägenhetsgraden.

IDROTTSRÖRELSEN I SVERIGE måste samla sig till en gemensam uppfattning efter vilken man sedan lever. Vidare måste man använda sitt inflytande i internationella kretsar att verka för en idrott som uppfyller de krav vi har på rörelsen.
En misstanke kan jag inte frigöra mig från, nämligen den att anledningen till att våra idrottspampar är så fega, när det gäller att ha en klar uppfattning, sammanfaller med värnandet om sin ställning och de röster som är nödvändiga för upprätthållande av positionen.

När jag läser olika idrotters programförklaringar saknar jag ofta en formulering som skulle kunna vara gemensam för hela idrottsrörelsen. Förslagsvis skulle den kunna lyda sålunda:

> *"Vår verksamhet skall baseras på träning enligt moderna metoder i förening med sunda levnadsvanor och vi tar avstånd från alla hjälpmedel, medicinska eller mekaniska som är det minsta tveksamma ur moraliska eller hälsomässiga synpunkter."*

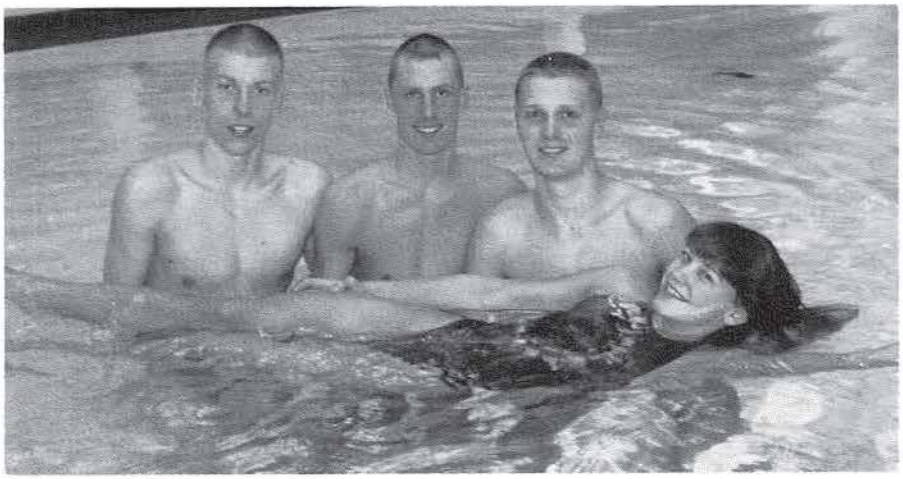
Lars-Eric Paulsson

Sum-Sim -94, Södertälje

Sum-Sim håller greppet om simmarsverige. Riksfinalen i Södertälje 3-4 december lockade simmare från 114 föreningar. Men även om det var tätt med klubbar från de södra delarna, främst då Skåne och Stockholm, så var spridningen av deltagarna fördelade från Kalix i norr till Trelleborg i söder. Drygt dussinet klubbar, som inte visar sig på senior- eller juniormästerskap, tog mästerskapsmedaljer i Sum-Sim.

Njurunda SS fick en mästare i Mathias Öhman, (82), på 100 m bröst, Katrineholms Markus Andersson, (81), tog dubbla guld, Henrik Norén, (79), från Karlstad, vann äldsta pojkarnas 50 m rygg, S 71 Hässleholm hade guldflickor i Malin Nilsson, (82) och Cecilia Blom, (83) och S 77 Stenungsunds Jessica Granlund, (82) fick två titlar med sig hem i bagaget. Dessa tycker jag är glädjande exempel på ambitiöst arbete ute i klubbarna.

I YNGSTA FLICKLASSEN visade S 71:s 11-åriga Cecilia Blom stor talang när hon tog fem klara segrar med mästerskapsrekord på 100 m fritt, 1.03.97, 100 m rygg, 1.12.03 och 200 m medley, 2.36.61.
Anmärkningsvärt var att trots mycket lovande segerresultat i samtliga grenar låg hon en bit över sina gällande personbästa.
Faluns Mia Brodén krigade också i toppen i flertalet lopp och placerade Cecilia som tvåa på 100 m fjäril, när hon förbättrade mästerskapsrekordet till 1.11.50.
En annan ung dam som presenterade sig på flera sätt, var Tritons 9-åriga Ida Mattsson. I fem grenar höll hon sig framme i 11-årsklassen. Hennes spänningsnivå höjdes flera snäpp av att TV:s Lilla Sportspegeln gjorde ett fint reportage kring henne under lördagen. (Det sändes den 5 december).
Resultatnivån i flickornas 12-årsklass var hög och Södertörns Emely Zackrisson underströk detta med att slå mästerskapsrekorden på 100 m rygg, 1.09.25 och 200 m medley, 2.30.42.
I äldsta flicklassen var det mycket skiftande resultat i toppen. Åsa Sandlund, (79), från LASS, som i somras tillhörde topparna på EJM tog två lovande segrar med nytt mästerskapsrekord på 800 m fritt med 8.51.15.



3xMattias, Olin, Olshed, Thuresson med Cecilia Blom.
Foto: Urban Bengtsson

I ÄLDSTA POJKKLASSEN var det tre gånger Mattias från Skåne, som var de största utropstecknen.
Ystads 16-årige Mattias Thuressons mästerskapsrekord, 1.52.78 på 200 m fritt och jämngamla Mattias Ohlsons, Trelleborg, mästerskaps-rekord 25.47 på 50 m fjäril, var några av de största guldkornen. Mathias Olsheds, Sydsim, taktiska, tekniska och överlägsna seger på 1500 m fritt med 15.51.96, fick många att höja på ögonbrynen.
Neptuns David Nordgren, (78), var en riktig outsider, när han vann 50 m fritt från bana ett och Turebergs Jonas Enberg, (78), genomförde ett mycket bra lopp på 200 m fjäril med 2.05.60.
Rans elvaårige Mujo Mujanovic tog fyra guld och ett silver i pojkarnas yngsta klass, 12 år och yngre. Utvecklar han sina resultat ytterligare under kommande år blir han svår att slå för de andra.
Det var framför allt tre grabbar som



Åsa Sandlund, Foto: Urban Bengtsson

Tränings-läger?

VAR:
RAN-Segervångsbadet i Malmö 50m,
8 banor, minst 26 grader
i bassängen.

HOTELL:
SCANDIC HOTEL
50 m från bassängen.

RESA:
Flyg med SAS
till rabatterat pris.

KUL:
Bangolf, golfbana, 1 1/2 timme
från TIVOLI, BAKKEN, ZOO

BOKA:
Tel. 040-23 72 83
Fax 040-23 72 87

RAN

SAS SCANDIC HOTEL MALMÖ

INSÄNDARE

Svar på, kommentar till Insändare i Simsport

Ett stort tack till dig Kaj Persson för de föräldrafunderingar om framtiden för sporten som du så väl sammanfattat i Simsport nr 11. Genom din insändare har jag fått inspiration så jag kan sammanfatta mina funderingar angående friidrottens, orienteringssportens och inte minst simsportens målsättning med sin ungdomsverksamhet satt i relation till det sätt som det praktiseras i verkligheten.

Jag föreställer mig att några av huvudmålsättningarna för ungdomsporten är:
- Fostran av barn och ungdomar till demokratiska och samhällsmedvetna människor.
- Att ge barn och ungdomar en fysisk och psykisk styrka som ska hjälpa dem senare i livet.
- Att uppmuntra barn och ungdomar att representera sig själva, sin skola, sin klubb och sitt land.

I min kontakt med idrotten har jag inte alltid hittat dessa idéer, (mina föreställningar), bland ledare, tränare eller bland styrelser. Mitt intryck är att de vuxna, (för det är ju ledare, tränare och styrelse), har glömt eller snarare förlorat sitt barnasinne och likt tidsstudiemannen endast har resultatet som mål.

Ett exempel på de vuxnas glömska är indelningsgrunderna av barn och ungdomar i klasser. I alla idrotter delas barn och ungdomar upp i åldersklasser för att på något sätt etablera ett rent spel sinsemellan.
Tanken är god så länge som man glömmer att året har 365/366 dagar och att barn föds på samtliga årets dagar. Glömt är även att utvecklingen kroppsligt och själsligt hos barnen i allra högsta grad är individuell. En helt rättvis indelning är därför inte möjlig och inte heller önskvärd. Indelningen kunde då bli ett skoningslöst utslagningssystem som inte skulle gynna idrotten.
Jag dristar mig ändå att föreslå ett nytt sätt, (tror jag), att indela ungdomar i åldersgrupper. förslaget är tidigare, 1992, presenterat Svenska Simförbundet som reflexmässigt avvisat det med en klapp på huvudet.

För idrottsgrenen simning är inte året indelat i en träningssäsong och en tävlingssäsong. De aktiva kan således möta varandra i tävlingar under alla årets månader. Märkligt är då att indelningen i åldersgrupper baseras på kalenderårsskiftet och inte på verklig ålder. Det kan således skilja upp till 364/365 dagar mellan den yngste och äldste deltagaren i samma åldersklass. Det kan med andra ord vara obetydlig åldersskillnad mellan tävlande födda i december/januari som dock alltid tävlar i skilda åldersklasser. Åldersindelningen efter kalenderåret kommer således att gynna tidigt födda och missgynna sent födda barn och ungdomar.
Vilken konsekvens detta har för simsporten kan sannolikt inte mätas. Min spekulation är att utövare som är sent födda i högre grad byter idrott eller, vilket är det sämsta, helt slutar med idrott.
För att komma till rätta med detta kan ett rullande

"årsskifte" införas. Genom detta ingrepp i reglerna kommer samtliga någon gång under året vara yngst och någon gång vara äldst i sin åldersgrupp.
Sannolikt bryter detta mot gamla invanda indelningsmönster, internationella regler och den allra viktigaste av alla regler, "så har vi aldrig gjort"-regeln.

Införandet av en klassindelning efter den faktiska åldern bör inte betyda några svårigheter vid tävlingar. Den som fyller år den månad tävlingen sker eller slutfinalen äger rum förs till den äldre åldersklassen. Deltagare som fyller år nästkommande månad förs till den yngre klassen.

Ett av syftena med barn- och ungdomsidrotten är att bygga upp en bred och stark bas för framtiden. För att kunna nå dit bör inte utslagning ske i barn- och ungdomsgrupperna på grund av t ex åldersindelning. Att vara född vid fel tidpunkt ska inte och får inte vara ett "skäl" för att sluta med sitt idrottande.
Genom en rullande åldersklassindelning kommer i det närmaste alla under sin uppväxt få tävla på samma villkor. Ingreppet kommer sannolikt att göra basen som kan representera nationen Sverige bredare och starkare. Satsningen är långsiktig och liknar inte den "klipp"satsning som präglat och fortfarande präglar dagens ledare, tränare och styrelser.

Rune Berglind
förälder till idrottande barn i Nordmaling

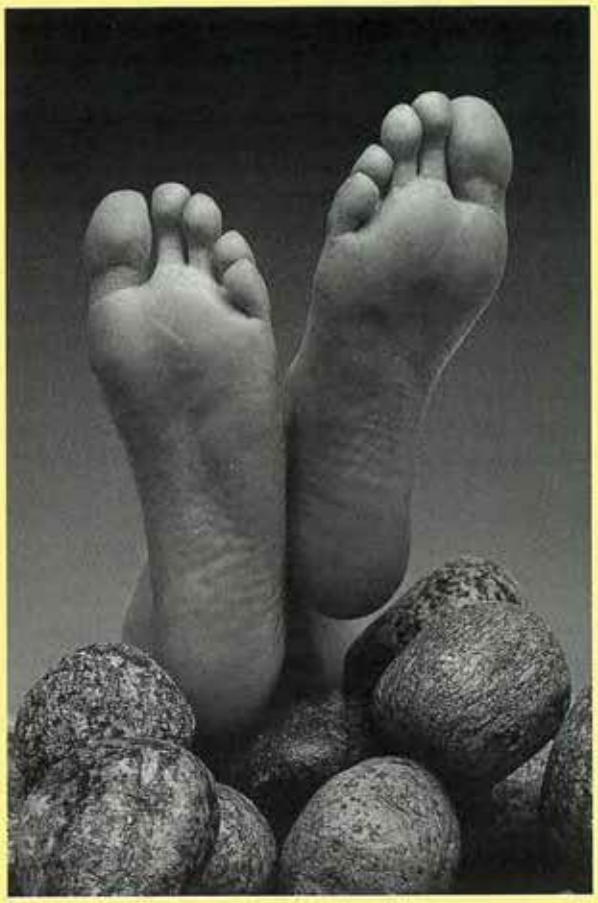
FINNKAMP

Finland Junior Team var på läger vid simcentrat i Nyköping i mitten av november förra året. Gruppen är ett mellanting mellan Atlanta-96 och juniorlandslaget i Sverige. Förutom en del trivselaktiviter arrangerades en simtävling. Finland vann visserligen men inte så klart. Flera av simmarna fick simma många lopp ganska tätt så i syfte av ett verkligt kvalitetspass syra, fick alla ut mycket.

Vid "Finnkampen" i innebandy körde de svenska killarna över de finska och vann med minst 8-2. Domaren tappade räkningen. Nyköpingstjejerna fick däremot stryk då finskorna gjorde det avgörande målet i slutminuten.
Hjortensbergsbadet i Nyköping hjälpte till att sponsra den avslutande prisutdelningen med därmed efterföljande kalas. Tyvärr blev konversationen något hämmad av språkförbistringen.
Simcentrat i Nyköping hoppas detta utbyte blir årligen återkommande för att kunna ta tillbaka det instiftade vandringspriset, en mjölkkanna och två mjölkglas, skänkta av Hjortensbergsbadet.

Anne Forsell

NU RECEPTFRITT



Fotsvamp?



Kliar det mellan tårna? Är det rött och irriterat? Då kan du ha fotsvamp. Lamisil kräm 15 g är ett receptfritt läkemedel mot fotsvamp.

En veckas behandling är vanligtvis tillräcklig vid svamp mellan tårna. Lamisil kräm finns att köpa på ditt apotek.

SANDOZ
Box 1150, 183 11 Täby.

Lamisil® kräm
(terbinafin)
En veckas behandling vid svamp mellan tårna.

På Simförbundets träd växer flera grenar även om roten till alla är simkunnighet. En av grenarna är konstsim, en gren som vuxit sig allt starkare de senaste åren. Nu börjar också överraskningarna komma, nerifrån och utmanar den etablerade toppen. En av dessa överraskningar som nu utses till Simsports

Månadens överraskning!

är

Ida Östlin, Jönköpings Simsällskap.



Ida är 13 år. Hon har tränat konstsim i sju år och de senaste fem har hon också tävlat. Först i C-klassen med stora framgångar och under förra året i B-klassen där hon i solo vid Sum-94 blev sjua och tillsammans med Lisa Andersson i par tog silver.

Ida tränar fem dagar i veckan, ett simpass och fyra konstsimpass. Hon har varit diabetiker sedan hon var fyra år och sköter själv sitt insulinintag.
För tre år sedan fick hon lilla BM-stipendiet på 5 000 kronor. Det delades ut av läkemedelsföretaget Boehringer Mannheim till lovande idrottsutövare med diabetes.
Ida visade hur väl hon använde pengarna genom att i C-klassen det året tillsammans med Lisa Andersson vinna parsimningen vid Sum. En del av stipendiet användes också till träningsläger.

Ida Östlin skall nu fortsätta sin satsning mot toppen. Bara 13 år har hon alla möjligheter, trots sin sjukdom, att träna och tävla vidare. Hon visar genom sin ambition och sitt sätt att vara att inte ens en sjukdom som dibetes är anledning till att lägga av.

Som ett bevis på utmärkelsen får Ida en sportväska med tre par baddräkter från Solar, badhandduk, bensparkplatta, paddlar och en specialdesignad overall, ritad av Therese Lundin. Allt skänkt av Fs Föreningsservice i Helsingborg, en av initiativtagarna till "Månadens överraskning".

När året är slut kommer ur serien "Månadens överraskning" att utses en "Årets överraskning", som utöver sedvanlig uppvaktning också belönas med en stipendium från Fs Föreningsservice.

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" till:

Simsport, Vingalandsgatan 8, 417 63 Göteborg.

SOLAR SWIM SPORT

DIANA sport

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

FÖRENINGSSERVICE

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

ÄR DET BARA RESULTATEN SOM RÄKNAS?

När du läser detta har vi precis lämnat ett relativt framgångsrikt 1994 bakom oss och 1995 ligger nästan orört framför oss. Vad finns det då för förväntningar på det nya året? Kommer vi att få se några revolutionerande nyheter i simsporten eller skall vi köra enligt James teori - "same procedure as last year, Ms Sophie?"?

Det enda som idag är säkert är att morgondagen ser annorlunda ut. Vi lever ju inte i någon isolerad miljö utan är beroende av flera indirekta faktorer - vår omgivning - och denna förändras ständigt och i allt raskare takt. Omgivningen har till och med blivit något större sedan årsskiftet.

Samtidigt ställer vi fortsatt höga krav på oss själva. Vi skall rekrytera fler medlemmar till vår idrott, öka simkunnigheten, sälja fler simmärken, ta fler och ädlare medaljer och inte minst få mer uppmärksamhet i media. Detta i ständig konkurrens inte bara med redan etablerad idrotter utan också med en till synes aldrig sinande ström av nya.

Denna ständigt omtalade mediabevakning nämns ofta som vår räddare i nöden. Genom ökad publicitet i media skall vårt marknadsvärde förbättras och därmed våra resurser öka. Rekryteringen skall bli bättre vilket ger fler talanger som kämpar för de ädla medaljerna och påkallar än mer mediabevakning o s v.

Det finns idag ett drygt hundratal föreningar som årligen deltager med aktiva i våra nationella mästerskap. Av dessa är det endast ett fåtal som genom sina tävlingsresultat har en möjlighet att öka medias intresse för simsporten. Den 2 april 1995 ges så ett utmärkt tillfälle för alla våra medlemmar, såväl stjärnor som mindre bekanta ansikten att gemensamt göra en insats som både ger ökad publicitet och förstärker simidrottens resurser. Att vi samtidigt hjälper Barncancerfonden med välbehövliga resurser förtar ju inte precis värdet av insatsen.

Hittills har endast ett femtiotal föreningar anmält att de ställer upp den 2 april. Var är ni andra? Missa inte chansen - än är det inte försent ...

Johan Lindberg
ledamot SSF:s 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

SIMTROFÉN 1994

Att simma långlopp har blivit populärt. Inte bara på kontinenten med mängder av långlopp i olika länder utan även i Sverige. De riktigt ivriga simmarna har sommaren 1994 simmat tre eller fyra lopp och därmed klarat av Simtrofén 1994.

Nedanstående lista visar både att många klubbar har varit representerade liksom att 33 herrar och 14 damer klarat av detta. 1995 fortsätter långloppen och då kan än fler delta.

Följande simmare har klarat Simtrofén 1994:

Arnö IF,	Babben Böninger
Elektrosystem,	Håkan Kjellström
Falu SS,	Sussanne Holst
	Sven von Holst
HAIF,	Lars Holm
Hellas,	Göran Lindberg
Hofors AIF,	Helena Peltomäki
Härnösand,	Ann-Louise Aldeberg
Kanaans SS,	Arne Hellman
Kristineh. SS,	Stefan Mörk
Kumla SS,	Börje Gahlin
	Rosita Strömberg
	Tommy Karlsson
LASS,	Bengt Kronberg
	Cecilia Ström
Lima IF/VAIK,	Stig Eriksson
Lindesberg,	Jenny Sörman
Mariestads SS,	Tommy Eriksson
Motala SS,	Tommy Eriksson
Mälarhöjdens SS,	Anders Lindblom
Neptun SK,	Cl-Johan Svensson
	Clas Munter
	P-O Hvitfeldt
Norrköpings KK,	Andreas Wiberg
	Björn Pettersson
Nyköpings SS,	Ove Karlsson
Polis Triathlon,	Matts Hägglund
Pripps IF,	Pertti Tomminen
SS Stimmet,	Margareta Jonsson
Sundbyberg,	Holger Bjarnehag
Sv Bostäder,	Alf Andersson
Sydsim SK,	Emma Olsson
Säffle SS,	Elisabet Bruce
	Marlen Norling
	Per Norling
Södertörn SS,	Ulrika Fjällklint
Tunafors,	Ingvar Johansson
Täby Sim,	Rolf Hörner
	Stefan Eriksson
VAIK,	Leif Götesson
	Stig Ottosson
Vansbro AIK,	Anders Gyhlenius
Vell.-Näset SK,	Ulf Nordin
Vingåker,	Mats Pettersson
Ystads SS,	Fredrik Guldstrand
Ålberga GIF,	Kristina Hagfalk

Simkommittén, SK, meddelar

EM-

KVALIFICERING 1995

Förhandsnominerade:

Anders Holmertz,	200 m	fritt
Lars Frölander,	100 m	fjäril
Fredrik Letzler,	4x100 m	fritt

KVALTIDER

Distans	Herrar	Damer
50 m fritt	22.90	26.20
100 m fritt	50.40	56.10
200 m fritt	1.50.10	2.01.60
400 m fritt	3.52.60	4.14.90
1500/800 m fritt	15.28.50	8.46.30
100 m rygg	56.60	1.03.20
200 m rygg	2.01.40	2.15.10
100 m bröst	1.02.70	1.10.90
200 m bröst	2.15.50	2.32.30
100 m fjäril	54.40	1.01.60
200 m fjäril	2.00.60	2.14.30
200 m medley	2.03.70	2.17.90
400 m medley	4.22.10	4.49.70

Uttagningsnormer för 1995

Seniorer

EM 22-27/8, Slutlig uttagning av truppen sker i samband med SM. Om uppsatta kvaltider (se ovan) uppnås under vårens internationella tävlingar eller på SM är simmaren klar för EM. Truppen kommer att kompletteras såväl ind. som i lag efter SM:s sista finalpass. Inga ytterligare förhandsnomineringar kommer att göras.

Årsmöten/ Mästerskap

BOHUSLÄN-DALs
Simförbund håller årsmöte den 6 mars kl 19.00 i USF-Gården, Uddevalla.

GÖTEBORG SIM
håller sitt årsmöte onsdagen den 22 februari 1995 kl 19.00 i klubblokalen i Gårda, Göteborg.

GÖTEBORGs
Simförbund håller årsmöte onsdagen 1 mars 1995 kl. 19.00 i Ullevi Konferenscenter i Göteborg

STOCKHOLMs
Simförbund håller sitt årsmöte onsdagen den 8 mars 1995 kl 19.30 på Forsgrenska Medborgarhuset i Stockholm. Stadgeenliga ärenden. Separat kallelse till berörda.

SÖDERMANLANDs
Simförbund håller årsmöte den 6 mars kl 19.00 i Plevnagården, Malmköping.

Senior-DM 14-15 januari,
plats; se Östergötlands SDF:s meddelande.
Senior/Junior-DM 7-9 juli, plats; Norrköping
Junior-DM 28-29 oktober, plats; Katrineholm

Påminnelse inför årsmöten!

Medaljnämnden vill påminna samtliga föreningar och distriktsförbund att komma med ansökningar för utmärkelser till sina ledare/tränare inför stundande årsmöten runt om i landet.
Vid frågor kontakta gärna någon i Medaljnämnden! *Eva Nilsson*

FÖRENINGSBYTEN

Namn	*Klubb*	*Ny klubb*	*Tävlingsklar*
Janne Spacic	S 02	Göteborg Sim	941211
David Solomon	Solna SS	Sundbybergs IK	941211
Ola Strömberg	Malmö KK	Upsala S	941214
Tobias Marklund	Piteå Sim	Sundsvalls SS	941217
Dennis Bjerkhög	SK Poseidon	Eslövs SS	941217
Jeanette Jansson	Hörnefors IF	Nordmalings SS	941229
Johanna Petersson	Hörnefors IF	Nordmaling SS	941229
1995			
Anna Ericson	Göteborg Sim	S 02	950101
Nina Ericson	Göteborg Sim	S 02	950101
Daniel Erneholm	Spårvägens SS	SKK	950101
Linda Olofsson	Sundsvalls SS	Södertälje SS	950113
Karin Evlinger	Märsta SS	Väsby SS	950114
Therese Liljegren	Märsta SS	Väsby SS	950114
Sofie Tengmark	Märsta SS	Väsby SS	950114
Erik Simonsson	Märsta SS	Väsby SS	950114
Hannah Borg	Uddevalla SS	Njurunda SS	950114
Josefin Edlund	Södertörns SS	Njurunda SS	950115
Mikael Nilsson	Södertälje SS	Ö:a Sörmlands BoSK	950118

INBJUDAN till

Svenska Simspelen och Grand Prix deltävling 4, 22-23 april 1995

Svenska Simförbundet, Borlänge SS och Falu SS inbjuder härmed till Svenska Simspelen och Svenskt Grand Prix, deltävling 4

TÄVLINGSPLATS:
Maserhallen, Borlänge, 25 m, 7 banor

TÄVLINGSTIDER:

Lördag 22/4	försök	10.00
	finaler	17.00
Söndag 23/4	försök	10.00
	finaler	17.00

ANMÄLAN:
Anmälan görs på speciell anmälningslista, utskickas och skall vara arrangören tillhanda senast måndagen 3 april (OBS) under adress: Svenska Simspelen, Box 158, 784 22 Borlänge eller via fax: 0243-874 40
Inga kvaltider gäller. Arrangören förbehåller sig rätten att begränsa antalet heat vid för många anmälningar. Anmälda tider skall vara uppnådda under tiden 94.03.03-95.04.02. Inga efteranmälningar mottages
OBS! Inga tider noterade i 50 m bana omräknas till 25 m banetider!

ANMÄLNINGSAVGIFT:
10:-/anmälan inbetalas på postgiro nr 472 85 70-5 samtidigt med anmälan.
Startavgirt: 60:-/start betalas till ovanstående postgiro efter det att startlistan erhållits.

ÖVRIG INFO:
information om logi, biluthyrning, entrébiljetter samt annat skickas ut av Svenska Simspelsarrangören till tävlingsföreningarna.

UPPLYSNINGAR:
Svenska Simspelens kansli tel: 0243-146 00, 023-291 85, vardagar 11.00-16.00.

GRAND PRIX

SIMSÄTTSKATEGORIER:
Frisim sprint: 50/100 och 200 m
Frisim distans: 400/800 m (1500 m på SM)
Ryggsim: 50/100/200 m
Bröstsim: 50/100/200 m
Fjärilsim: 50/100/200 m
Medley: 100/200/400 m

POÄNGBERÄKNING:
Poäng erhålls i två av tre grenar, (den sämsta grenen tas bort automatiskt), vid respektive deltävling. För frisim distans räknas dock poängen i både 400 m och 800 m. Poängfördelningen är följande:
1:a plats: 10 poäng
2:a plats: 7
3:e plats: 5
4:e plats: 3
5:e plats: 2
6:e plats: 1
Om en simmare noterar svenskt rekord erhålls 3 poäng i bonus. Vid eventuell delad plats, ex 2:a, så slås poängen ihop för 2:a och 3:e plats och divideras. Respektive simmare erhåller då 6 poäng. Om en simmare stryker sig till final erhålls inga poäng.

PRISPENGAR:
De tre sammanlagt bästa simmarna i respektive kategori erhåller prispengar efter det att alla deltävlingarna är genomförda enligt följande:
1:an 5.000:-
2:an 4.000:-
3:an 3.000:-
Dessa prispengar är en fördubbling sedan förra året.
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 22/4 (försök och final)

1.	100 m	fritt	herrar
2.	200 m	fritt	damer
3.	50 m	bröst	herrar
4.	100 m	bröst	damer
5.	400 m	medley*	herrar
6.	100 m	fjäril	damer
7.	100 m	rygg	herrar
8.	50 m	rygg	damer
9.	200 m	fjäril	herrar
10	200 m	medley	damer
11	400 m	fritt	herrar
12	50 m	fritt	damer
13	200 m	bröst	herrar
14	800 m	fritt*	damer
15	100 m	medley	herrar
16	200 m	rygg	damer
17	50 m	fjäril	herrar

Söndag 23/4

18	100 m	fritt	damer
19	200 m	fritt	herrar
20	50 m	bröst	damer
21	100 m	bröst	herrar
22	400 m	medley*	damer
23	100 m	fjäril	herrar
24	100 m	rygg	damer
25	50 m	rygg	herrar
26	200 m	fjäril	damer
27	200 m	medley	herrar
28	400 m	fritt	damer
29	50 m	fritt	herrar
30	200 m	bröst	damer
31	800 m	fritt*	herrar
32	100 m	medley	damer
33	200 m	rygg	herrar
34	50 m	fjäril	damer

* direktfinal, "finalheatet" (de 7 bästa anmälda simmarna) simmas i finalpasset.

Nu kan du köpa
Simkalendern -95
Ring 08-605 60 00

SIMIADEN 1995

SIMIADEN, den populära ungdomstävlingen kommer i likhet med 1994 att genomföras både på våren och hösten.

- **VÅR-SIMIADEN** kommer i likhet med tidigare att genomföras med både individuella- och lagkappsgrenar. Distriktsfinalerna arrangeras 22-23/4 och Regionsfinalerna 6-7/5.

- **HÖST-SIMIADEN** är en enkel lagkappstävling, som avgörs i ett pass med Distriktsfinaler 18 el. 19/11 och Regionsfinaler 9 el 10/12. Höstsimiaden kan även arrangeras enbart som Distriktsfinal eller enbart som Regionsfinal.
BESLUT OM HUR TÄVLINGEN SKALL VARA UPPLAGD AVGÖRS AV RESPEKTIVE REGION/DISTRIKT.
Inbjudan till Höst-Simiaden kommer att presenteras i Simsport senare under 1995.

1995-års VÅR-SIMIAD kommer att genomföras i nya åldrar jämfört med 1994, vidare så kommer det att finnas två olika tävlingsprogram att välja mellan:
1. Ett enklare tävlingsprogram, som avverkas i två pass för de äldre, 11 och 12 år, och i ett pass för de yngre, 9 och 10 år.
2. Ett svårare program, som arrangeras som en tvådagarstävling på 4 pass, 2 per dag.

Anledningen till att två olika tävlingsprogram erbjuds är den att det skiljer mycket mellan regionerna hur man ser på Simiaden som tävling. Vissa ser tävlingen som en ren propagandatävling, andra som en förberedande tävling inför Ungdoms-SM.

Inbjudan skickas också ut till SDF:en, som tillsammans inom respektive region beslutar om vilket av tävlingsprogrammen som passar bäst för just den regionen. Sedan framgår det av inbjudan som utsänds till klubbarna i vilken form tävlingen skall genomföras.

Inga medaljer eller diplom framtas centralt från SSF. Varje SDF/arrangör får själva ta beslut om medaljer/diplom skall utdelas vid DISTRIKTS- resp. REGIONSFINALERNA.
En startavgift, som SSF rekommenderar till max. 30:-/ind. start och 50:- för lag, får tas ut för att täcka kostnaderna för ovanstående samt kostnaderna för att arrangera tävlingen.

DISTRIKTSFINALERNA 22-23/4
Distriktsfinalerna avgörs i respektive distrikt och arrangör utses av SDF:et, inbjudan utsänds av respektive arrangörsklubb.
SSF önskar snarast besked om vilken klubb som är arrangör av distriktsfinalen.

RESULTATRAPPORTERING för regionsfinalen
Efter genomförd tävling skickar arrangören omgående resultaten, helst per fax, till av regionen utsedd regionsarrangör, så att sammanställningen av vilka simmare som kvalat in till regionsfinalen kan ske snabbt. Därefter utsänder respektive arrangör startlista till berörda klubbar senast 1 vecka före regionsfinalerna.

REGIONSFINALERNA 6-7/5
Regionsfinalerna avgörs enligt nedan och berörda SDF utser arrangör, som sedan utsänder inbjudan till berörda föreningar.
SSF önskar också här besked om arrangör!

REGION 1: Västerbotten, Norrbotten
REGION 2: Ångemanland, Jämtland/Härjedalen, Medelpad
REGION 3: Dalarna, Gästrikland, Uppland, Hälsingland
REGION 4: Stockholm, Gotland
REGION 5: Södermanland, Öster götland
REGION 6: Värmland, Västmanland, Närke
REGION 7: Göteborg, Halland, Västergötland, Bohuslän-Dal
REGION 8: Småland, Blekinge
REGION 9: Skåne

GRENORDNING:
De grenordningar, den enklare eller svårare, som har fastställts av SSF skall följas. Grenordningen gäller för både distrikts- och regionsfinal.

ANTAL HEAT
DISTRIKT: Respektive SDF/arrangör äger rätt att begränsa antalet heat, SSF rekommenderar max 4 heat/gren individuellt och max 2 heat i lagkapperna.
REGION: Antalet heat/gren är maximerat till 2, vilket innebär att de 12, 14 eller 16 bästa i varje gren, (beroende på antalet banor i resp. region) är kvalificerade till regionsfi-nalen. Detta gäller både individuellt och i lag, vid lika tider för sista finaltid sker lottning.

GRENORDNING SIMIADEN 1995

Det enklare programmet

Två tävlingsdagar
Dag 1: ett pass, (yngre simmare)
Dag 2: två pass, (äldre simmare)

1. 4x25 m fritt fl 10 o y
2. 4x25 m medley po 11 o y
3. 25 m fritt fl 9 o y
4. 25 m fjäril po 10 o y
5. 50 m fritt fl 10
6. 25 m fjäril po 11
7. 25 m bröst fl 9 o y
8. 25 m rygg po 10
9. 50 m bröst fl 10
10 25 m rygg po 11
PAUS
11 25 m rygg fl 9 o y
12 25 m bröst po 10 o y
13 25 m rygg fl 10
14 50 m bröst po 11
15 25 m fjäril fl 9 o y
16 25 m fritt po 10 o y
17 25 m fjäril fl 10
18 50 m fritt po 11
19 4x25 m medley fl 10 o y
20 4x25 m fritt po 11 o y

Dag 2 f.m. (äldre)
1. 50 m fjäril fl 12
2. 100 m medley po 13
3. 50 m bröst fl 11
4. 50 m rygg po 12
5. 100 m rygg fl 12
6. 50 m rygg po 13
7. 100 m fritt fl 11
8. 100 m bröst po 12
PAUS
9. 50 m bröst fl 12
10 100 m bröst po 13
11 50 m fjäril fl 11
12 50 m fritt po 12
13 100 m fritt fl 12
14 50 m fritt po 13
15 4x50 m fritt fl 11-12
16 4x50 m medley po 12-13

Forts.

Dag 2 e.m. (äldre)
17 100 m medley fl 12
18 50 m fjäril po 13
19 50 m rygg fl 11
20 50 m bröst po 12
21 50 m rygg fl 12
22 100 m rygg po 13
23 100 m bröst fl 11
24 100 m fritt po 12
PAUS
25 100 m bröst fl 12
26 50 m bröst po 13
27 50 m fritt fl 11
28 50 m fjäril po 12
29 50 m fritt fl 12
30 100 m fritt po 13
31 4x50 m medley fl 11-12
32 4x50 m fritt po 12-13

GRENORDNING SIMIADEN 1995

Det svårare programmet

Två tävlingsdagar
4 pass (2 per dag)

Dag 1 Pass 1
1. 200 m medley fl 12 år
2. 200 m medley po 12
3. 200 m medley fl 11
4. 200 m medley po 11
5. 100 m bröst fl 12
6. 100 m bröst po 12
PAUS
7. 100 m bröst fl 11
8. 100 m bröst po 11
9. 100 m fritt fl 12
10 100 m fritt po 12
11 100 m fritt fl 11
12 100 m fritt po 11
13 4x100 m medley fl 11-12
14 4x100 m medley po 11-12

Dag 1 Pass 2
15 400 m fritt fl 12
16 400 m fritt po 12
17 400 m fritt fl 11
18 400 m fritt po 11
19 100 m fjäril fl 12
20 100 m fjäril po 12
PAUS
21 100 m fjäril fl 11
22 100 m fjäril po 11
23 100 m rygg fl 12
24 100 m rygg po 12
25 100 m rygg fl 11
26 100 m rygg po 11
27 4x100 m fritt fl 11-12
28 4x100 m fritt po 11-12

Dag 2 Pass 3
29 100 m medley fl 10
30 100 m medley po 10
31 50 m bröst fl 9 o y
32 50 m bröst po 9 o y
33 100 m bröst fl 10
34 100 m bröst po 10
PAUS
35 50 m fritt fl 9 o y
36 50 m fritt po 9 o y
37 100 m fritt fl 10
38 100 m fritt po 10
39 4x50 m medley fl 10 o y
40 4x50 m medley po 10 o y

Dag 2 Pass 4
41 25 m fjäril fl 9 o y
42 25 m fjäril po 9 o y
43 50 m fjäril fl 10
44 50 m fjäril po 10
PAUS
45 50 m rygg fl 9 o y
46 50 m rygg po 9 o y
47 100 m rygg fl 10
48 100 m rygg po 10
49 4x50 m fritt fl 10 o y
50 4x50 m fritt po 10 o y

NU

finns Simkalendern -95 i lager.

Beställ på tel. 08-605 60 00.

Se till att...

din förening blir rätt försäkrad

Två inbrott om dagen. Så ofta slår tjuvar till mot landets idrottsklubbar. En utveckling som inte har gått att bromsa och som nu får till följd att varje enskild förening i fortsättningen får stå för sina egna försäkringar vad gäller inbrott, brand eller vattenskada.

Idrotten drabbas av inbrott och bränder för miljontals kronor varje år. Tidigare har Riksidrottsförbundets Grundförsäkring automatiskt skyddat föreningarna mot detta med ersättning upp till fem basbelopp, men det skyddet försvann vid nyår.
Orsaken är att antalet inbrott mot landets idrottsföreningar har ökat stadigt.
- I takt med att idrottsföreningarna fått allt dyrbarare utrustning i sina klubbkanslier har intresset bland tjuvarna ökat, säger Lars-Inge Svensson på Folksams Idrottsenhet. Datorer, kopieringsmaskiner och faxar är stöldbegärliga ting som tillkommit i många föreningslokaler på senare år.

För Folksam, som för många är idrottens försäkringsbolag, har de så kallade egendomsförsäkringen som ingår i Grundförsäkringen varit en förlustaffär under många år. Trots försök att kompensera förlusterna genom att höja försäkringspremierna och samtidigt öka kraven på föreningarna att bättre låsa om sig.
Nu anser RF:s försäkringskommitté att RF inte längre kan motivera att öka premien i den omfattning som krävs för att behålla nuvarande försäkringsskydd. Därför försvann egendomsskyddet ur Grundförsäkringen från och med den 1 januari 1995.
- Det är inte rimligt att ta ökade andelar av statsanslaget för att kollektivt försäkra föreningarnas alltmer avancerade egendom, säger RF-juristen Christer Pallin. Föreningarna måste ta ökat ansvar för sin egendom. Att själv stå för premien kan vara ett sätt att bli mer medveten om vikten av skadeförebyggande åtgärder. Grundförsäkringen kostar RF cirka 14 miljoner kronor per år. Nästan hälften av den summan går till att täcka premierna för inbrott, brand och vattenskada. Bara inbrotten kostar 6,3 miljoner årligen.

Efter nyår får varje förening teckna ett försäkringsskydd som matchar den utrustning de förfogar över. Det kan göras i valfritt bolag. Folksam avser att erbjuda föreningarna att teckna kompletterande försäkringspaket, skräddarsydda efter behoven.
- För de flesta föreningar kommer den kompletterande försäkringen att kosta mellan 700 och 1 000 kronor, bedömer Pia Roos, marknadsansvarig för idrottens egendomsförsäkring på Folksam.
En merkostnad för föreningarna, men som kanske får den psykologiska effekten att de bättre skyddar sin egendom.

FAKTA

Viktigaste delarna kvar.
Samtidigt som egendomsskyddet försvinnet ur RF:s Grundförsäkring förstärks försäkringsskyddet på områden som berör föreningens verksamhet.

Fortsättning sid 33

Nya kinesiska

Sju kinesiska simmare har nu fällts för positiva dopingtester i samband med Asian Games i Hiroshima. Tidigare hade fyra blivit fällda. Det gör sammanlagt elva kineser inom drygt ett och ett halvt år, nämligen

1. *9-10 januari 1993, FINA World Cup, Beijing, kvinna, Metandienon, (Ryssfemman), två år.*
2. *4-6 januari 1994, FINA World Cup, Beijing, kvinna, Metandienon och Metyltestosteron, två år.*
3. *14-15 mars 1994, FINA World Cup, Malmö, kvinna, Effedrin, en månad.*
4. *Juli 1994, Goodwill Games, St Petersburg, kvinna, Testosteron, två år.*
5. *September/oktober 1994, out of competition testing, Hiroshima, kvinna, Testosteron, två år*

6-11. *Oktober 1994, Asian Games, Hiroshima, fyra män och två kvinnor, Dihydrotestosteron, två år.*

Av dessa elva fällda, fälldes en för Effedrin, Malmö, medan två fälldes för Testosteron, två för Anabola Steroider och sex för Dihydrotestosteron. Både Testosteron och Dihydrotestosteron kan räknas in bland de Anabola Steroiderna. Detta innebär tio fall av hormondoping inom drygt ett och ett halvt år, vara nio var kvinnor.

HUR KOM DET SIG att så många som sju åkte fast vid Asian Games i Hiroshima men ingen vid VM i Rom? Förklaringen är enkel. Vid de analyser som gjordes på Mitsubishi-Yuka laboratoriet i Tokyo tillämpades för första gången en ny analysmetod, beskriven av Dr David Cowan, chef för det engelska dopinglaboratoriet i London. Denna metod är speciellt framtagen för att påvisa just Dihydrotestosteron. (DHT).

Men vad är då DHT?

För att förklara detta måste jag först gå in på en del komplicerade processer i kroppen. DHT är en nedbrytningsprodukt, Metabolit, av Testosteron, T. DHT har en mycket god anabol effekt t o m bättre än T.

Testosteron är ett manligt könshormon som bildas i testiklarnas Leydigceller. Bildningen styrs av Hypofysen, (undre hjärnbihanget), genom hormonet LH. När LH insöndras av Hypofysen till blodet stimulerar det testiklarna att producera Testosteron.

Blir halten för hög känner en del av hjärnan av det, Hypothalamus, som då signalerar till Hypofysen att dra ner eller upphöra helt med LH-frisättning och därigenom dra ner eller stänga av testosteronbildningen.

På detta sätt balanseras testosteronmängden på lämplig nivå. Samtidigt med att testiklarna producerar Testosteron så produceras Epitestosteron, (E).

Vilken biologisk effekt E har vet man inte riktigt. Det produceras normalt lika mycket T som E. Även kvinnor gör Testosteron och då framför allt i binjurarna. Mängden är dock mycket mindre än för män. Hos kvinnor verkar Testosteronet som brunshormon, d v s det gör kvinnor intresserade av män.

TESTOSTERON HAR TVÅ effekter kallade androgen respektive anabol effekt. Den androguyna effekten är den förmanligande. Den ger mannen adamsäpple, längre stämband som ger djupare röst, manlig behåring runt könsdelarna, ansiktet, armar och ben samt bål. Dessutom ger den ökad mängd Acne och ett mer aggressivt humör.

Motsvarigheten hos kvinnor är Östrogen, som ge de kvinnliga attributen.

Den andra effekten av Testosteron är den anabola effekten. Anabol betyder vävnadsuppbyggande och när det gäller Testosteron så är det framför allt muskeluppbyggandet. Det är detta hormon som gör att män har cirka 15-20 kilo mer muskler än kvinnor och därmed också är starkare än kvinnor. Därför oftast också bättre i idrott, d v s där muskelstyrkan är viktig.

Testosteron är alltså både ett androgent och anabolt hormon. Man kallar det därför nu en AAS, Androgent-anabol-steroid.

Testosteron omsätts i kroppen på två vägar. Detta sker genom reduktion av A-ringen i Testosteron till endera 5-alfa eller 5-betaföreningar. Denna omvandling är irreversibel, d v s den går inte tillbaka. Vid den fortsatta omsättningen av 5-betaföreningar bildas 5-beta-Diol och senare Aeticholanolon, medan nedbrytningen av 5-alfaföreningarna ger Dihydrotestosteron och senare 3-alfa-Diol respektive 3-beta-Diol och senare Androtestosteron.

DIHYDROTESTOSTERON HAR BÄTTRE anabol effekt jämfört med Testosteron. Normalt finns i blodet tio gånger mer Testosteron än Dihydrotestosteron. Både ökad testosteronhalt som ökad dihydrotestosteronhalt hämmar Hypofysens frisättning av LH.

Eftra tillförsel av Testosteron ger ökad blodkoncentraiton av T och därmed hämning av LH, vilket resulterar i att testiklarna drar ner sin testosteronproduktion men också produktionen av Epitestosteron, (E).

"hur många har klarat sig trots att de varit dopade?"

dopingfall -

Kvoten mellan Testosteron och Epitestosteron, T/E-kvoten, ökar då genom att E minskar och T ökar. Detta är grunden för att fastställa missbruk av Testosteron. Är T/E-kvoten högre än sex anses testosterondoping mycket sannolik. Man kan sedan genom LH-bestämning med mera fastställa att så är fallet och en fällande dopingdom kan avkunnas.
Tillförs i stället Dihydrotestosteron, (DHT), så leder det till minskad eller upphävd LH-frisättning på samma sätt som för Testosteron. Den egna testosteronproduktionen minskar och lika mycket den egna epitestosteronproduktionen. Kvoten T/E blir oförändrat normal, samtidigt som DHT kan utöva sin starka anabola effekt. Således ett mycket bra sätt att både effektivt dopa sig som att undgå upptäckt. Tills nu. Dr David Cowan i London, se min artikel från Atlanta i föregående Simsport, har dock visat hur man skall komma åt missbruk av DHT. Han visade att tillförsel av DHT leder till ökad mängd av 3-alfa-Diol och 3-beta-Diol i urin, något som testosterontillförsel inte gav.
Det var David Cowans analysmetod som användes för första gången vid testerna från Asian Games, med ovanstående resultat. Äran för detta genombrott bör alltså ges David Cowan. I massmedia har däremot Kölnlaboratoriets chef, professor Donicke, tillskivits äran. Äras den som äras bör, tycker jag.

ATT ANVÄNDA DHT för att lura dopinglabben finns beskrivet i Underground Steroid Handbook II från 1989. Där anges att användandet av ett DHT-derivat, Pesomax, var populärt bl a bland idrottsmän som deltog vid OS i Söul 1988.
Det skrivs i boken att de som använde DHT undgick upptäckt vid dopingtesterna. Väl förklarligt enligt ovan. Detta innebär att smarta idrottsmän eller snarare medhjälpare till dem, hade lyckats hitta ett sätt att lura dopinglabben. Man får onekligen vissa tankar.

Det har gått sex år sedan Söul-OS. Hur många idrottsmän/kvinnor har lyckats klara sig igenom dopingtesterna trots att de varit dopade med DHT?
Hur många segrar, medaljörer, världsrekord har denna bakgrund? Ja, nog finns det anledning att fundera.
Just nu håller IOC på med att se om de kan spåra missbruk av DHT i tidigare dopingtest. Sannolikheten för att det skall lyckas är dock liten. Vad jag vet har inget dopinglabb kört analyser på 3-alfa-Diol respektive 3-beta-Diol.

Eftersom också såväl FINAs som IOCs liksom de svenska dopingreglerna föreskriver att om A-provet är negativt så skall B-flaskan förstöras. Sålunda är alla B-flaskor från Sim-VM i Rom slängda och någon möjlighet att köra nya analyser finns alltså inte.
Sannolikheten för att FINA skall kunna fälla retroaktiva domar är således liten.

ETT FÖRSLAG ÄR ATT vid stora internationella mästerskap som OS, VM och EM man inför bestämmelsen att B-flaskan sparas även om A-flaskan är negativ, tills ett eventuellt dopingbrott är preskriberat, d v s i Sverige i två år.
Om så hade gjorts vid Sim-VM i september så hade vi kunnat få svar på frågan om någon av de testade hade använt DHT.
Det är intressant att se hur smarta de personer, idrottsmän, läkare, ledare, tränare är som försöker manipulera dopingtesterna. De metoder som använts är så smarta att det är svårt att tro att idrottsmännen eller kvinnorna själva har kommit på dem.
Sålunda vet vi att OS i Moskva skilde sig från alla andra sommar-OS genom att inget positivt dopingprov noterades. Hur kunde detta inträffa? Var dopinglabbet i Moskva dåligt att avslöja positiva prov?
Det kanske några tror men sanningen är säkert en annan.

När anabola steroider förbjöds 1975 ledde detta till flera positiva prov vid OS i Montreal 1976, bl a några svenskar. Detta lärde idrottsmännen att inte använda de syntetiska anabola steroiderna utan Testosteron som då varken var förbjudet eller möjligt att upptäcka.
Man har genom att senare göra analys på B-flaskorna, okänt vems prover, kunnat visa att det fanns en hel del som tagit Testosteron. Detta ledde dels till att Testosteron kom upp på listan över förbjudna substanser men dels också till att bestämning av T/E-kvoten infördes.

NÄR BEN JOHNSON ÅKTE fast vid OS i Söul 1988 visade det sig att han använt Stanozolol, en anabol steroid som vi inte hade någon analysmetod för innan Söul. Vem hade tipsat Ben Johnson om att det var just det preparatet han skulle ta?
Kunskapen om att det inte fanns någon testmetod för Stanozolol var förbehållen en liten krets av dopinginsatta.

Och nu är det samma sak med Dihydrotestosteron. De sex kineser som åkte fast för detta måste ha haft sakkunnig hjälp. Frågan är bara av vem eller vilka. FINA har officiellt deklarerat att den anser att Kina inte officiellt hjälpt simmarna utan att detta har skötts utan Kinesiska Simför-bundets kännedom. Man får hoppas att Kina kan hitta de verkligt skyldiga. Att det inte kan vara simmarna själva är nog säkert.

DDR VALDE EN ANNAN väg. De använde ett syntetiskt preparat, en anabol steroid med namnet Turinabol. Denna steroid har den egenskapen att den omsätts snabbt i kroppen och kan inte spåras efter tre dagar efter det man slutat med preparatet.
Genom att inte låta någon simmare åka ut från DDR förrän de testat negativt lyckades DDR under minst 15 år dölja sin systematiska doping av hela sin simmartrupp.
Exemplen kan göras fler. Det som oroar mig är vad som kommer härnäst. Vilka smygvägar kommer att hittas på. De som är ute för att nå dopingeffekt på ett smart sätt ligger hela tiden före oss som försöker stävja missbruket.
Men det gäller att inte ge upp. Det gäller att göra det så svårt att intresset för att manipulera med dopingmedel svalnar. Det är min förhoppning att vi kan hålla simningen ren. Jag hoppas jag får rätt.

Bengt Eriksson

En rak linje gäller

Borde gälla även för FINA

Det är synd om Thorsten. I år fick han inte följa med på Tyska Mästerskapen. Trots att han gör 1.04.8 på 100 m bröst och är född 1976. Trots att han är en charmig och go' kille. Taskigt av tränaren, kan man tycka. Thorsten har ju klarat av kvaltiden med god marginal. Det räcker inte, säger jag. Bara för att man klarat kvaltiden till mästerskapet är det inte självklart att man får åka med i mitt, (vårt), gäng. Är detta orättvist?



Vid presskonferensen inför Sprint-EM i Stavanger svarade Gunnar Werner, FINA och Sven-Egil Folvik, LEN, på det mesta utan att ge några raka besked om dopingproblemet i simningen. Foto: Tommy Nyhlén, Bildbyrån.

Det tycker inte varken de som fick åka med eller de som fick stanna hemma sedan jag förklarat min inställning för dem.

Det är naturligtvis viktigt att ha en logik i sitt resonemang när man talar med simmarna, (och då även låta dem komma till tals), så att man kan jobba vidare mot andra mål i framtiden. Men det är också viktigt att simmarna förstår att ta ansvar för sitt eget uppträdande och sina egna prestationer vid träning och tävling.

Jag ser min tränarroll som vägledare, stigfinnare åt mina simmare. Det gäller för mig att lära dem allt jag vet och förbereda dem på bästa möjliga sätt på vad som komma skall.

TRE AV DE FEM som inte fick följa med på mästerskapen i år är rätt så duktiga. Förutom Thorsten så är det Steve, som simmar 100 m fritt på 50.0 och Melanie, som gör 2.20 på 200 m fjäril.

Men de har av olika anledningar inte klarat av att sköta sin träning den här hösten. De har inte levt upp till den träningsmoral och disciplin som gänget förväntar sig.

Jag försöker forma ett tight-högtmotiverat-sammansvetsat gäng som jobbar efter långsiktiga mål och som ställer upp på och för varandra.

Att åka på ett mästerskap är alltid roligt men även pressande och stressigt. En del simmare orkar inte leva upp till sina förväntningar. En del vill inte riktigt.

Har man ett homogent gäng kan de starka lyfta upp en del av de "svaga". Men det finns en gräns för vad ledartyperna, "vinnarna", kan göra. Har de inte majoritet kan skutan lätt tippa över.

Som tränare och ledare får man alltid räkna med några mindre lyckade resultat vid ett mästerskap. Det gäller bara att se till att de negativa inte vinner över de positiva. Man får inte offra de duktiga för demokratins skull. I alla fall inte inom idrotten.

Den här gången lyckades vi göra ett bra mästerskap tack vare att simmarna ställde upp på den raka linje som jag försöker hålla.

EN RAK LINJE menar jag att även FINA, (Internationella Simförbundet), måste hålla mot dopingen. Varje gång "Dopingen" sticker upp måste man agera så starkt att resultatet av agerandet får en riktig effekt.
Därför tycker jag att FINAs agerande mot de dopade kinesiska simmarna är allt för svagt. Svagt eftersom straffen drabbar den lilla människan och inte etablissemanget.
Simmarna i Kina har inte så stora chanser eller valmöjligheter i ett land med ett så auktoritärt system. De har inte samma chanser som vi att säga Nej Tack, till droger. Ändå straffar vi dem och låter ledarna gå fria så att de kan arbeta vidare.
Av de miljarder människor, (kom ihåg att det är medmänniskor vi talar om och inte monster som dopar sig), som lever i Kina finns säkerligen miljoner som drömmer om att få en chans att resa, tävla och se världen. Att de måste ta till otillåtna medel för att nå dit är säkert det sista de tänker på när de hoppar på chansen att bli uttagna i de grupper som anses ha en möjlighet att nå världstoppen.
Efter att ha talat med initierade människor som har erfarenhet av både Kina och doping i ett totalitärt system är slutsatsen klar: Livstids avstängning av ansvariga ledare och tränare till den dopade simmaren.
Först då kan man nå en önskad reaktion och återhållsamhet i framtiden.
Ett rätt diplomatiskt men effektivt beslut vore att stänga av det förbund idrottsmannen/kvinnan representerar. För när det gäller så många företeelser som i de här senaste fallen är det ingen tvekan om att det rör sig om en verksamhet som är styrd från högre nivå. Och då bör man främst straffa dem och inte bara de drabbade simmarna.

EN FÖREGÅNGARE AV kritiken mot Kinas simmare var, (är), Sveriges förbundskapten Hans Chrunak. Han skall ha en stor eloge för sitt agerande som uppmärksammats mycket i internationell press. Ändå anser jag personligen att här måste Svenska Simförbundet ta sitt ansvar. För det är på förbundsnivå kritiken och agerandet måste ske och inte på bassängkanten.

Glen

SMÅNYTT

* Månaderna i Florida efter VM måste ha gjort **Franziska van Almsick** gott. I Rostock på Tyska Mästerskapen 9-11 december, simmade hon först 100 m fritt på 53.5 och klarade av Sandra Völkers arga attack, (Sandras tid 54.35).
200 m fritt hoppade Franzi över och lät Julia Jung, född 1979, vinna på 2.00.01. I stället vann Franziska van Almsick 400 m fritt på 4.06.05. Inte illa av en sprinter.

* Debutant på Tyska Mästerskapen i Hamburggänget var **Chris Carol Bremer**, VM-trea på 200 m fjäril. Tävlar numera för Glen Christiansens SG Hamburg.

* Nya potentiella storsimmare som visade resultat i Rostock:
Janina Götz, född 1981, 200 m fritt på 2.03.12, 400 m fritt på 4.17.
Stev Theloke, född 1978, 200 m rygg på 1.57.9.
Jens Kruppa, född 1976, 100 m bröst på 1.01.05, 200 m bröst på 2.14.0.
Martin Lindemann, född 1977, SG Hamburg, 100 m bröst på 1.02.90.

* Vid masterstävlingar i Kiel i början av december simmade Hamburgs tränare, **Glen Christiansen** 36, 1500 m fritt på tyskt rekord, 18.18.1. (Red).

Simsport i Europa

POLEN - Granne med resurser

Av Stefan Tuszynski och Cezary Koprowicz, Gazeta Wyborcza för Simsport

Sprinttävlingen "Akwawit Cup" finns redan i FINAs internationella kalender. Det är första gången en tävling av den rangen hålls i Polen, men det borde inte förvåna någon. Firman Akwawit sköter om en av de finaste 25 meters bassängerna i Europa och lägger ner mycken möda för att tävlingen ska äga rum i Leszno och ha en exklusiv inramning.

Huvudsponsor för tävlingen är "Uncle Ben's" som också är offentlig sponsor för Polska Simförbundet. De har tidigare sponsrat två tävlingar tillsammans, Polen-England-Ukraina och Polen-Ukraina-Tjeckien, som båda vanns av Polen.
Sponsorerna kommer ofta och gärna till polska simklubbar. Simning är en av de ledande idrotterna i landet.
Alltsedan OS i Söul 1988 har Polen tagit medaljer och slagit nationella rekord i alla större tävlingar inom simningen.

Framgångarna började i mitten av 1980-talet när Alexander Kuryllo presenterade sig för det Polska Simförbundet. Som förtroenman för polska emigranter i USA erbjöd han stipendium åt de bästa polska simmarna för att träna på idrottscentrum, "Mission", i Florida.
De fina resultaten lät inte vänta på sig. I februari 1988 slogs världen med häpnad när Artur Wojdat satte nytt världsrekord på 400 m fritt. Framgångarna fortsatte vid OS i Söul och Barcelona, EM i Bonn och VM i Rom, där polackerna erövrade medaljer.

Fortsättn på nästa sida

Bland simmarna var Rafal Szukala, Alicja Peczak, Krzysztof Cwalin, Piotr Albinski, Marcin Malinski, Ewa Synoska och Dariusz Jarzyna.
Dagens främste simmare i polska simtruppen är Rafal Szukala. Han är guldmedaljör från EM i Sheffield 1993 och VM i Rom 1994 på 100 m fjäril.

Polska Simförbundet söker nu tillstånd för att arrangera fler sprinttävlingar i de nya 25 m bassängerna i Leszno och Spala, som skall finnas med i FINAs kalender. Den redan klara Akwawit Cup hålls i februari 1995.
Där tänker man offentligt avtacka Artur Wojdat, som skall avsluta sin karriär med ett sista 400 meterslopp. Till den tävlingen skall man bjuda in hans rivaler från 1988-1993, Anders Holmertz och Jewgienij Sadowy.

(översättning
Malgorzata Westerblom)

EM -97

Finland och Turkiet söker EM i simning och simhopp 1997. Frankrike har tidigare sökt konstsim och vattenpolo. Europeiska Simförbundets, LEN, ambition att dela upp de fyra disciplinerna simning, simhopp, konstsim och vattenpolo på två mästerskap från och med 1997 ser ut att bli verklighet.

Finland har inte nämnt någon plats i sin korrespondens med LEN medan Turkiet har för avsikt att arrangera EM i Istanbul enligt de planer som fanns när landet sökte OS 2000. Får Finland mästerskapet bör dock Helsingfors vara trolig arrangörsstad.

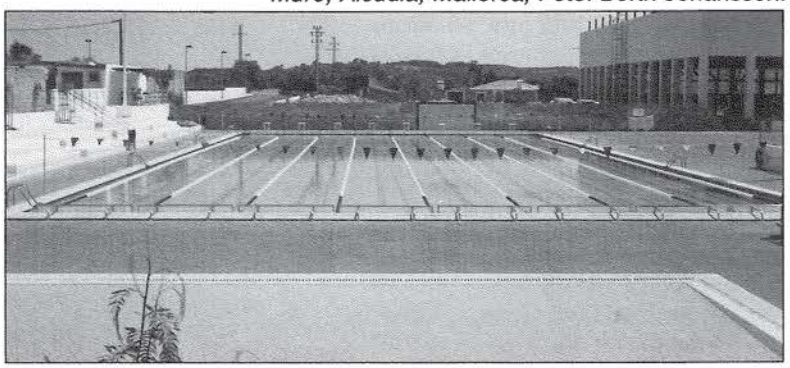
SPEEDO®

ALWAYS SPORT SIMNING

i samarbete med Simförbundet

Som vi tidigare meddelat i Simsport samarbetar reseföretaget Always och Svenska Simförbundet när det gäller resor för träningsläger. Always kompetens på resor och logi tillsammans med Simförbundets kompetens på träningsförhållanden bör ge en bra förutsättning för ett lyckat träningsläger.

Muro, Alcudia, Mallorca, Foto: Berth Johansson.



I det material som Always presenterar finns två platser, Teneriffa och Mallorca.
På Teneriffa, Kanarieöarna ligger anläggningen på norra sidan, Puerto del la Cruz. Always erbjuder lägenheter på hotel Marina. I Puerto de la Cruz hittar du charmig småstadsstämning, med teevliga restauranger. Vid havet ligger världens största badanläggningar, Lago Martianez, med sina stora havsvattenbassänger.

För simträningen gäller: Piscina Municipal Puerto de la Cruz, 50 m utomhus med åtta banor. Alla banor har linor, startpallar och håller min 24 grader.
Semestervåningarna är enrumslägenheter för två personer plus en extrabädd. Våningarna ligger centralt vid Plaza Charco och fiskhamnen. Pentry bad/dusch och wc i varje lägenhet. Aktuellt från oktober till april.

På Mallorca kan Always erbjuda fem olika anläggningar. 50 m utomhus under perioden maj-september och 25 m inomhus året runt.
Anläggningarna med 50 m heter Piscina Colegio San José, orten Palma och hotellen Rex och Pinar.
Sex kilometer från Alcudia, Muro, ligger Polideportive Municipal Muro där Always har hotellet Always Bahia Garden. Båda anläggningarna har åtta banor med linor, startpallar och håller min 24 grader.
De tre 25 m bassängerna är Polideportive Germans Escalas, Palma, med hoteller Rex och Pinar. Samma hotell ingår i paketet med anläggningen Saigua Blava i Palma.
I Calvia, 20 kilometer från Palma Nova, ligger den treje anläggningen, Polideportive Municipal Calvia med hotellen Rosa del Mar och Ponent Mar. De tre 25 m bassängerna har vardera sex banor med all utrustning.

Direkt vid havet utanför Alcudia ligger Always Bahia Garden med en- till trerumslägenheter. Alla lägenheter har pentry, bad/dusch och wc.
Semestervåningarna i Rosa del Mar ligger centralt i Palma Nova. Där finns enrums- och två rumslägenheter plus extrabäddar. Detsamma gäller semestervåningarna i Ponent Mar, enligt Always deras bästa hotell i Palma Nova. Våningarna har pentry, bad/dusch samt wc.
I Palma stad ligger Hotel Rex med enkel- och dubbelrum med bad och wc. Hostal Pinar är Always lågprishotell i Palma stad med enkel- och dubbelrum, dusch och wc.

För mer information och bokning kontakta Always Grupp & Konferens, tel 031-80 03 50, 08-10 36 17 eller din resebyrå.

MORGONDAGARE

En tävlingsform med många vinnare.

Nybörjartävlingen är en viktig aktivitet för en bra breddverksamhet. Idag sker den regelmässigt i många föreningar, med olika upplägg, inriktning och mål. I "En svensk simlinje", finns nybörjartävlingen Morgondagare att hämta, en kul tävlingsform som ger många vinnare, både bland nybörjarna och i föreningen. Med detta reportage inleder Simsport en serie reportage från landets olika föreningar med målet att ge en inblick i hur En svensk simlinje-förening arbetar och vilka erfarenheter andra kan dra nytta av.

I första reportaget besöker vi Västerås och medverkar i en nybörjartävling - Morgondagare. Inom Västerås Simsällskap, VSS, har man under de senaste tre åren arrangerat Morgondagare och dagens tävling har nummer 11 sedan starten. Erfarenheterna och resultaten är många över denna tidsperiod. Här är några axplock:

* Antalet deltagare och intresset ökar kontinuerligt. Inför dagens tävling är 149 anmälda, vilket är nytt deltagarrekord.
* Antalet "utsimmade" Morgondagare, som klarat alla tider för Plakett och Pokal, ligger mellan 5-10 deltagare per tävlingsomgång.
* Nyrekryteringen till "vanliga" träningsgrupper ökar markant. Under de sista två åren har nya grupper bildats med i snitt 30 nya deltagare per år.

Tillbaka till själva tävlingen. Allt är förberett, startordning är fastlagd, heatlistor är distribuerade till alla instruktörer, köbildningen har börjat utanför simhallen. Som första station blir alla deltagare avprickade och kontroll utförs att anmälda distanser stämmer. Eventuella korrigeringar och efteran-målningar skrivs in för hand på tomma banor i heatlistan. Tiden närmar sig halv fem, utsatt tid för första grenen - 25 m ryggsim. På en fylld läktare väntar föräldrar, mor- och farföräldrar och syskon inför starten. En och annan videokamera syns. Innan första start, sker dock plakett- och pokalutdelning till alla dem som klarade stipulationstiderna i föregående tävling, nr 10.
Nu ropas ett 40-tal simmare fram som får sina priser under rytmfasta applåder.



Morgondagare fr v Hanna Stenbach, Maria Stenbach och Johannes Pedro med sina priser.

Inom VSS har man bestämt att alla starter i Morgondagare sker med mixade heat, d v s flickor och pojkar i olika åldrar simmar tillsammans. En viss gruppering sker dock i heatlistan där förstagångssimmarna grupperas för sig och simmare som klarat vissa tider simmar i sina heat.

Inom VSS har föreningen satt upp ett antal verksamhetsmål. Dessa mål innebär bl a att tävlingen skall ha tempo. Inga långa tävlingar. Här är målet att alla sju grenar skall avklaras under två timmar. Inom samma tidsram skall även allt administrativt arbete klaras av såsom diplomskrivande, utdelning av tidsklistermärke, registrering av resultaten. Detta innebär att deltagaren kan hämta sitt diplom och eventuella tidsklistermärken när han eller hon simmat färdigt och skall bege sig hem.

Som tidigare nämnts ser nu VSS frukten av tre års Morgondagare. Rekryteringen till träningsgrupperna ökar markant. De senaste tre terminerna har lika många grupper bildats. Man ser ingen negativ trend i denna utveckling.

Vad tycker då simmaren eller deltagaren?. Vi frågar Cecilia 8 år.

- Jättekul. Idag ska jag simma 50 m distanser för första gången. Jag har redan vunnit både brons, silver och guldplakett.

Vad blev då resultatet av morgondagaretävling nr 11?
Jo, 54 deltagare erövrade priser i form av plaketter eller pokaler. Mer än en tredjedel av alla startande!

Fördelningen mellan valörer blev:
Plakett: 18 guld, 23 silver, 20 brons
Pokal: 11 gulf, 9 silver, 10 brons.

Ett resultat med många vinnare.

Jörgen Svensson
Foto: Alf Pergeman

KATRINEHOLMS SPORTCENTRUM

Simläger i KATRINEHOLM

DUVEHOLMSHALLEN

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

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

Allt till "IDROTTSPRISER".
För ytterligare information
ring 0150-572 48.

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:

Skriv till Centralbadet,
Albrektsvägen 19,
602 31 Norrköping.
Eller ring 011-15 29 91.

LYCRA®

ONLY BY DUPONT

Den elastiska fibern, som får baddräkten att kännas som en andra hud. För baddräkter, underkläder, aktivplagg, strumpor m.m. Har mycket hög resistens mot klor.

LYCRA är Du Ponts reg. varumärke.
Du Pont tillverkar fibrer, ej slutprodukter.

Du Pont Scandinavia AB
c/o Fashion House
Göteborgsvägen 89
S-431 30 Mölndal, Sweden
Tel: 031-87 00 80 Fax: 031-706 05 85

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

Riksidrottsförbundets Grundförsäkring, som är upprättad genom avtal mellan Riksidrottsförbundet och Folksam, ger ett grundskydd för alla organisationer anslutna till RF föreningar, distriktsförbund, specialdistriktsförbund, specialidrottsförbund, Sisu och dess distrikt samt Sveriges Olympiska Kommitté. Grundförsäkringen är en försäkring som RF bedömt vara så viktig att ingen förening kan vara utan den och som RF bjuder på.

Grundförsäkringen innehåller fyra delar

* Olycksfallsförsäkring för ledare och funktionärer.
* Ansvarsförsäkring.
* Förmögenhetsbrottsförsäkring.
* Rättskyddsförsäkring.

Olycksfallsförsäkringen för ledare och funktionärer gäller ideella ledare, tränare och domare som är olycksfallsförsäkrade på samma sätt som tidigare.
Försäkringen omfattar även andra som ideellt utför uppdrag är föreningen, alltså även dem som inte är medlemmar i föreningen.

Ansvarsförsäkringen gäller föreningens idrottsliga verksamhet och sådan verksamhet som är ett direkt led i det ideella arbetet. Till exempel arrangörsansvaret vid tävling och träning. Låt säga att föreningen driver en skidbacke, där det uppstår en olycka. Försäkringen omfattar då den skadeståndsskyldighet som kan uppstå och gäller för både person- och sakskada.

Förmögenhetsbrottsförsäkringen omfattar förskingring eller bedrägeri som arbetstagare eller förtroendevald begår mot föreningen. Ersättning betalas tidigast efter polisanmälan gjorts och en dom föreligger.

Rättsskyddsförsäkringen är en nytillkommen del av Grundförsäkringen. Om föreningen blir indragen i en tvist eller liknande, ger den ett rättskydd och täcker rättegångskostnaderna.

RF:s Grundförsäkring gäller inte för aktiva idrottsutövare som deltar i match, träning, tävling eller resor till och från träning. Aktiva idrottsutövare är oftast försäkrade genom sina specialidrottsförbunds licenser eller medlemsförsäkringar.
Det är således upp till varje förbund att teckna ett sådant, kollektivt skydd.

SUM-finalen i konstsim

Wisby SS, det nyaste tillskottet på konstsimskartan, stod som arrangör för Svenska Ungdomsmästerskapen i konstsim 19-20 november 1994. Tack vare ett gediget arbete av Wisby SS med Kerstin Hopkins-Peterssson i spetsen och under tävlingsledarens, Inger Lindholm, säkra hand, flöt tävlingen perfekt i den något trånga Solbergahallen.

Rekordmånga konstsimmare, närmare 90, hade kvalificerat sig i de fyra olika klasserna A-D och fördelningen mellan klasserna var relativt jämn, vilket kan tolkas som att svenskt konstsim börjar nå den stabilitet som eftersträvats.
Täby och Ludvika stod för de största trupperna bland de elva klubbar som var representerade.
Borlänge, som haft lite magert några år, visade att man åter är att räkna med, genom att vinna både par och lag i den öppna D-klassen.
Ett stort tack till Wisby SS som trots avsaknad av rutin av konstsims-tävlingsarrangemang, vågade satsa på en tävling av denna kaliber. Satsningen gick hem till hundra procent. Friskt vågat.

Eva Larsson

På grund av ett litet fel i förra uppställningen av juniorfigurerna kommer här den rätta tabellen.

JUNIORFIGURER 1994-1998

Grupp 1
125 Eiffeltorn 2,7
240 Albatross 2,2
406 Svärdfisk med sträckt ben 2,0
301c Barracuda med virvel 2,5
9,4

Grupp 2
115e Catalina med spinn 360 2,4
402 Swordasub 2,3
346 Sidfiskstjärt split 2,0
330a Aurora med halv skruv 2,9
9,6

Grupp 3
112d Ibis med spinn 180 2,4
312 Kip split 2,4
342 Häger 2,1
348 Dalecarlia 2,4
9,3

Grupp 4
103 Ubåt med enkelt balettben 2,1
435 Nova 2,6
322 Subalina 2,5
423 Ariana 2,4
9,6

Grupp 5
150 Knekt 3,1
345 Omvänd Catalina 2,3
140b Flamingo m böjt knä, hel skruv 3,1
355f Tumlare m fortsatt spinn 2,0
10,5

KONSTSIM RESULTAT

Ungdoms-SM, 19-20 november 1994, Visby

Klass A
Musiksimning,Solo
1. Anneli Sjölund, Järfälla S, 149.568
2. Karolina Gustavsson, Växjö SS, 144.586
3. Helen Porsander, Örebro SA, 142.555
4. Karin Letzler, Järfälla S, 141.568
5. Helen Bromander, Växjö SS, 137.314
6. Emma Lundberg, Ludvika SS, 133.088
7. Madeleine Hulander, Jönköpings SS, 128.208
8. Cecilia Johansson, Jönköpings SS, 126.339

Par
1. Karin Letzler/Annelie Sjölund, Järfälla S, 147.288
2. Eva Ahlm/Åsa Gidsäter, S 02, 132.937
3. Linda Sandström/Emma Lundberg, Ludvika SS, 132.018
4. Cecilia Johansson/Lina Hammarlund, Jönköpings SS, 124.839
5. Lina Svensson/Sara Melander, Täby Sim, 121.458
6. Sofia Bastrup/Emma Ivarsson, Växjö SS, 121.101
7. Elinor Lindgren/Lena Lundgren, Täby Sim, 115.776

Klass B
Musiksimning, Solo
1. Melissa Shelley, Täby Sim, 105.160
2. Lisa Lindberg, Ludvika SS, 104.337
3. Maria Wennström, Ludvika SS, 103.080
4. Anna Sneen, Ludvika SS, 101.146
5. Lisa Andersson, Jönköpings SS, 100.933
6. Kristina Lindgren, Ludvika SS, 100.113
7. Ida Östlind, Jönköpings SS, 99.173
8. Therese von Ahn, Täbu Sim, 98.460

Par
1. Anna Sneen/Lisa Lindberg, Ludvika SS, 106.142
2. Lisa Andersson/Ida Östlin, Jönköpings SS, 105.233
3. Therese von Ahn/Melissa Shelley, Täby Sim, 104.630
4. Kristina Lindgren/Maria Wennström, Ludvika SS, 104.057
5. Linda Lundell/Johanna Nilsson, SK Neptun, 94.038
6. Jenny-Ann Holmlin/Josefin Baltzakis, SK Neptun, 90.177
7. Sandra Danielsson/Hanna Östlund, Jönköpings SS, 89.390

Lag
1. Ludvika SS, 101.179
2. SK Neptun, 90.431
3. Jönköpings SS, 88.772

Klass C
Musiksimning, Solo
1. Jessica Shelley, Täby Sim, 133.192
2. Sara Larsson, Ludvika SS, 132.066
3. Sofia Andersson, Ludvika SS, 131.240
4. Ida Björkestam, Täby Sim, 129.752
5. Shanti Agoes, Täby Sim, 128.126
6. Jenny Brunnberg, Örebro SA, 127.826
7. Emma Graaf, Ludvika SS, 125.568
8. Helena Zachariasson, Täby Sim, 123.706

Par
1. Sara Larsson/Sofia Andersson, Ludvika SS,130.773
2. Ida Björkestam/Shanti Agoes, Täby Sim, 128.959
3. Jessica Shelley/Malin Kleve, Täby Sim, 126.649
4. Emma Graaf/Angelica Wetterstrand, Ludvika SS, 125.649
5. Catrin Johansson/Ann-Sofie Lundell, Järfälla S, 121.593

Lag
1. Täby Sim, 123.596
2. Ludvika SS, 123.310

Klass D
Musiksimning, Solo
1. Victoria Paulsson, Ludvika SS, 94.863
2. Karin Cederlund, Ludvika SS, 91.210
3. Madlén Gustafsson, Åkersberga SS, 90.997
4. Maria Mattsson, Ludvika SS, 90.510
5. Therese Andersson, Åkersberga SS, 89.950
6. Jennie Wennström, Ludvika SS, 87.830
7. Lotta Gerkman, Täby Sim, 86.907
8. Kristin Stamyr, Täby Sim, 86.787

Par
1. Stina Hellström/Susanna Limell, Borrlänge SS, 96.463
2. Sara Nilsson/Anna Thorsgården, Borlänge SS, 95.937
3. Karin Schön/Josefine Anhammer, Örebro SA, 95.890
4. Julia Helin/Sofia Helin, Örebro SA, 94.040
5. Maria Mattsson/Victoria Paulsson, Ludvika SS, 91.387
6. Madléen Gustafsson/Charlotte Sylvan, Åkersberga SS, 89.200
7. Kristin Stamyr/Jenny Lagerlöf, Täby Sim, 87.592

Lag
1. Borlänge SS, 94.119
2. Ludvika SS, 90.985
3. SK Neptun, 87.213

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

SIMNING

Sprint-EM, 3-4 december 1994, Stavanger, NOR, 25 m

Damer

50 m fritt
1. Sandra Völker, GER, 25.29
2. Angela Postma, NED, 25.52
3. Susan Rolph, GBR, 25.55
4. Marianne Muis, NED, 25.64
5. Daniela Hunger, GER, 25.73
6. Katrin Meissner, GER, 25.77

4x50 m fritt
1. Tyskland, GER, 1.41.20
2. Sverige, SWE, 1.42.32
3. Holland, NED, 1.42.45
4. Slovakien SLV, 1.46.46
5. Norge, NOR, 1.46.56
6. Ryssland, RUS, 1.47.50

50 m rygg
1. Sandra Völker, GER, 27.96
2. Dagmara Komorovitsch, POL, 28.85
3. Martina Moravcova, SLV, 28.86
4. Nina Schivanevskaia, RUS, 29.17
5. Kathy Osher, GBR, 29.65
6. Isabella Surczyk, POL, 30.01

50 m bröst
1. Emma Igelström, SWE, 32.13
2. Elin Austevoll, NOR, 32.14
3. Terrie Miller, NOR, 32.43
4. Svetlana Bondarenko, UKR, 32.51
5. Manuela Nackel, GER, 32.64
6. Elena Rudkovskaia, BLR, 32.76

50 m fjäril
1. Angela Postma, NED, 27.48
2. Martina Moravcova, SLV, 27.64
3. Julia Voitowitsch, GER, 27.92
4. Eva Galazka, POL, 27.98
5. Marja Parsinen, FIN, 28.00
6. Malin Strömberg, SWE, 28.46

100 m medley
1. Louise Karlsson, SWE, 1.01.89
2. Susan Rolph, GBR, 1.02.21
3. Daniela Hunger, GER, 1.02.48
4. Ulrika Jardfelt, SWE, 1.03.04
5. Julia Landik, RUS, 1.03.97
6. Maria Santos, POR, 1.05.12

4x50 m medley
1. Tyskland, GER, 1.53.58
2. Ryssland, RUS, 1.54.21
3. Sverige, SWE, 1.54.51
4. Norge, NOR, 1.58.18
5. Slovakien, SLV, 1.58.26
6. Kroatien, CRO, 2.02.21

Herrar

50 m fritt
1. Krysztof Cwalin, POL, 22.01
2. Joakim Holmqvist, SWE, 22.50
3. Silko Günzel, GER, 22.53
4. Zsolt Hegmegi, SWE, 22.68
5. Pär Lindström, SWE, 22.70
6. Marijan Kanjer, CRO, 22.90

4x50 m fritt
1. Sverige, SWE, 1.27.62 WR, Zsolt Hegmegi, Lars-Ove Jansson, Joakim Holmqvist, Pär Lindström
2. Tyskland, GER, 1.29.09
3. Kroatien, CRO, 1.30.71
4. Norge, NOR, 1.33.21
5. Ryssland, RUS, 1.34.12

50 m rygg
1. Jirka Letzin, GER, 25.47
2. Zsolt Hegmegi, SWE, 25.72
3. Miroslav Dolnik, SLV, 25.93
4. Mariusz Siembida, POL, 26.13
5. Przemyslaw Wilant, POL, 26.38
6. Tom Eilert Karlsen, NOR, 26.42

50 m bröst
1. Mark Warnecke, GER, 27.58
2. Ron Dekker, NED, 27.61
3. Dimitri Volkov, RUS, 27.95
4. Vasilij Ivanov, RUS, 28.14
5. Patric Robertsson, SWE, 28.69
6. Raiko Pachel, EST, 29.02

50 m fjäril
1. Jonas Åkesson, SWE, 24.25
2. Carlos Sanchez, ESP, 24.34
3. Dirk Vandenhirz, GER, 24.55
4. Pavlo Khnykin, UKR, 24.69
5. Oleg Buchlevitsch, BLR, 24.78
6. Erik Clasen, NOR, 25.04

100 m medley
1. Denislav Kalchev, BUL, 55.51
2. Christian Keller, GER, 55.88
3. Grigory Matschkov, RUS, 57.31
4. Kresimir Cac, CRO, 57.49
5. Peter Haraldsson, SWE, 57.66
Ron Dekker, NED, diskv

4x50 m medley
1. Tyskland, GER, 1.38.01
2. Sverige, SWE, 1.39.38
3. Kroatien, CRO, 1.41.19
4. Ryssland, RUS, 1.42.23
5. Norge, NOR, 1.43.13

SIMNING

Junior-SM, 8-11 december 1994, Umeå, 25 m

Flickor

50 m fritt
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 26.32
2. Claire Hedenskog, Simavdelningen 1902, 26.97
3. Kajsa Karlsson, Karlskrona SS, 27.07
4. Britt-Louise Fahlberg, Sundsvalls SS, 27.09
5. Karin Holmstedt, Simavdelningen 1902, 27.15
6. Anna Ericson, Göteborg Sim, 27.31
7. Linda Holmberg, Upsala S, 27.37
8. Karin Hamberg, Härnösands SS, 27.57

100 m fritt
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 56.37
2. Julia Backlund, Sandviks IK, 57.65
3. Anna Ericson, Göteborg Sim, 58.44
4. Britt-Louise Fahlberg, Sundsvalls SS, 58.55
5. Claire Hedenskog, Simavdelningen 1902, 58.75
6. Caroline Jonsson, Katrineholms SS, 58.99
7. Åsa Pettersson, Väsby SS, 59.43
8. Linda Holmberg, Upsala S, 1.01.23

200 m fritt
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 2.03.16
2. Helen Svensson, Malmö KK, 2.05.28
3. Åsa Sandlund, Linköpings ASS, 2.05.71
4. Julia Backlund, Sandviks IK, 2.06.35
5. Marie Ulfves, Västerås SS, 2.07.22
6. Anna Ericson, Göteborg Sim, 2.07.44
7. Maria Eklöf, Växjö SS, 2.07.51
8. Britt-Louise Fahlberg, Sundsvalls SS, 2.07.87

400 m fritt
1. Helen Svensson, Malmö KK, 4.20.63
2. Åsa Sandlund, Linköpings ASS, 4.21.18
3. Julia Backlund, Sandviks IK, 4.21.23
4. Sofia Svensson, Eslövs SS, 4.21.41
5. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 4.23.86
6. Maria Öberg, Sjöbo SS, 4.26.31
7. Maria Eklöf, Växjö SS, 4.29.3
8. Cecilia Ström, Linköpings ASS, 4.37.80

800 m fritt
1. Åsa Sandlund, Linköpings ASS, 8.56.05
2. Helen Svensson, Malmö KK, 9.01.57
3. Cecilia Ström, Linköpings ASS, 9.01.80
4. Maria Öberg, Sjöbo SS, 9.06.26
5. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 9.06.45
6. Annica Wallin-Gyökeres, Väsby SS, 9.11.66
7. Camilla Helgesson, Malmö KK, 9.12.33
8. Betty Hedman, Väsby SS, 9.14.1

4x50 m fritt
1. Simavdelningen 1902, 1.48.53, Claire Hedenskog, 27.48, Karin Holmstedt, Marianne Pettersson, Josefin Lillhage
2. SK Neptun, 1.48.57, Therese Alshammar, 27.25, Frida Bengtsson, Lina Mattsen, Charlotte Seidevall
3. Västerås SS, Theres Åkesson, 27.70, Linda Jonsson, Anna-Karin Holm, Marie Ulfves
4. Väsby SS, 1.48.76, Åsa Pettersson, 27.45, Ulrika Larsson, Katarina Ehn, Malin Svahnström
5. Helsingborgs S, 1.49.42, Johanna Sjöberg, 25.85, Nelly Jörgensen, Anna Kideborn, Anette Jönsson
6. SK Poseidon, 1.51.29, Ilka Csöregi, 27.88, Linn Burman, Susanne Hagen, Lina Olsson
7. Linköpings ASS, 1.51.53, Kerstin Holgersson, 27.69, Åsa Sandlund, Helena Hansson, Cecilia Arana
8. Karlskrona SS, 1.51.62, Kajsa Karlsson, 27.20, Helene Larsson, Anna Hällkvist, Anna Persberg

4x100 m fritt
1. SK Neptun, 3.57.31, Frida Bengtsson, 1.01.30, Therese Alshammar, Charlotte Seidevall, Pernilla Marcus
2. Simavdelningen 1902, 3.58.96, Claire Hedenskog, 59.53, Karin Holmstedt, Marianne Pettersson, Josefin Lillhage
3. Väsby SS, 3.58.97, Åsa Pettersson, 59.61, Katarina Ehn, Malin Svahnström, Ulrika Larsson
4. Helsingborgs S, 3.59.45, Johanna Sjöberg, 56.59, Anna Kideborn, Nelly Jörgensen, Anette Jönsson
5. Västerås SS, 4.01.16, Therese Åkesson, 1.01.15, Linda Jonsson, Anna-Karin Holm, Marie Ulfves
6. Malmö KK, 4.02.26, Åsa Lindsjö, 1.01.72, Helen Svensson, Cecilia Rasmusson, Nuray Guner
7. Gävle SS, 4.03.67, Jessica Rosén, 1.01.96, Sofia Canderyd, Anna Lundberg, Sara Carlbaum
8. Sk Neptun lag 2, 4.04.12, Lina Mattsen, 1.00.30, Mia Hjelmstedt, Ann Nilsson, Alma Pettersson

4x200 m fritt
1. SK Neptun, 8.34.39, Ann Nilsson, 2.11.81, Therese Alshammar, Charlotte Seidevall, Pernilla Marcus
2. Väsby SS, 8.37.44, Annica Wallin-Gyökeres, 2.10.60, Malin Svanström, Betty Hedman, Ulrika Larsson
3. Linköpings ASS, 8.38.50, Cecilia Ström, 2.08.70, Lie Danielsson, Cecilia Arana, Åsa Sandlund
4. Helsingborgs S, 8.39.85, Anette Jönsson, 2.13.84, Johanna Sjöberg, Anna Kideborn, Nelly Jörgensen
5. Malmö KK, 8.40.82, Camilla Helgesson, 2.11.35, Helen Svensson, Cecilia Rasmusson, Åsa Lindsjö
6. Gävle SS, 8.43.97, Jessica Rosén, 2.10.58, Sodia Canderyd, Karin Holmgren, Ingrid Ziehn
7. SK Neptun lag 2, 8.47.40, Mia Hjelmstedt, 2.13.93, Alma PEttersson, Lina Mattsen, Sofia Linder
8. Väsby SS lag 2, 8.51.6, Katarina Ehn, 2.10.40, Hanna Sölvberg, Åsa Pettersson, Linda Boström

50 m rygg
1. Therese Alshammar, SK Neptun, 30.33 SJR
2. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 30.52
3. Karin Lärka, Täby Sim, 30.87
4. Nina Jonsson, Mölndals ASS, 31.22
5. Karin Forsberg, Borlänge SS, 31.42
6. Linda Strandberg, Helsingborgs S, 31.70
7. Mirja Knappstein, Södertälje SS, 34.84
8. Anna Lundberg, Gävle SS, 32.31

100 m rygg
1. Therese Alshammar, SK Neptun, 1.04.22
2. Karin Lärka, Täby Sim, 1.05.61
3. Mirja Knappstein, Södertälje SS, 1.07.30
4. Camilla Pettersson, Stockholms KK, 1.07.58
5. Linda Strandberg, Helsingborgs S, 1.08.35
6. Nelly Jörgensen, Helsingborgs S, 1.09.12
7. Hanna Dahl, Örebro SA, 1.09.30
8. Anastasia Thorén, Turebergs IF, 1.09.8

200 m rygg
1. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.17.76
2. Camilla Pettersson, Stockholms KK, 2.21.51
3. Mirja Knappstein, Södertälje SS, 2.23.78
4. Nina Jonsson, Mölndals ASS, 2.24.76
5. Linda Klingén, Varbergs Sim, 2.26.76
6. Sofia Linder, SK Neptun, 2.27.05
7. Karin Lärka, Täby Sim, 2.28.05
8. Sandra Brus, Södetrtälje SS, 2.30.59

50 m bröst
1. Emma Igelström, Kalrshamns SK, 32.64 SJR
2. Maria Östling, SS Mora, 33.20
3. Kristina Buhlin, Falu SS, 33.72
4. Angela Fox, Kristianstads SLS, 33.85
5. Michaela Rosenholm, Spårvägens SF, 34.05
6. Frida Windisch, Norrköpings KK, 34.33
7. Karin Hamberg, Härnösands SS, 34.38
8. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 34.41

100 m bröst
1. Maria Östling, SS Mora, 1.10.91
2. Emma Igelström, Karlshamns SS, 1.11.06
3. Angela Fox, Kristianstads SLS, 1.12.28
4. Michaela Rosenholm, Spårvägens SF, 1.13.29
5. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 1.13.75
6. Anna-Carin Bergqvist, Örebro SA, 1.14.97
7. Frida Windisch, Norrköpings KK, 1.15.26
8. Lisa Jännebring, Östra Sörmlands BoSK, 1.15.30

200 m bröst
1. Maria Östling, SS Mora, 2.32.63
2. Emma Igelström, Karlshamns SS, 2.32.88
3. Angela fox, Kristianstads SLS, 2.37.60
4. Linda Björklund, Trelleborgs SS, 2.39.14
5. Lisa Jännebrin, Östra Sörmlands BoSK, 2.39.21
6. Michaela Rosenholm, Spårvägens SS, 2.39.35
7. Jessica Holm-Dahl, SK Neptun, 2.40.47
8. My Rohwedder, Ystads SS, 2.41.56

50 m fjäril
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 28.15
2. Anna-Karin Kammerling, Söderhamns SS, 29.08
3. Malin Svahnström, Väsby SS, 29.17
4. Pernilla Marcus, SK Neptun, 29.61
5. Julia Backlund, Sandviks IK, 29.86
6. Anna Björk, SK 70 Sandared, 30.12
7. Frida Johansson, Växjö SS, 30.24
8. Susanne Hagen, SK Poseidon, 30.26

100 m fjäril
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 1.03.47
2. Frida Johansson, Växjö SS, 1.03.91
3. Pernilla Marcus, SK Neptun, 1.04.18
4. Malin Svahnström, Väsby SS, 1.05.17
5. Ann Nilsson, SK Neptun, 1.05.57
6. Karin Forsberg, Borlänge SS, 1.05.92
7. Cecilia Rasmusson, Malmö KK, 1.07.03
8. Karin Holmgren, Gävle SS, 1.07.42

200 m fjäril
1. Pernilla Marcus, SK Neptun, 2.18.28
2. Frida Johansson, Växjö SS, 2.18.44
3. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.21.50
4. Malin Svahnström, Väsby SS, 2.23.25
5. Anna Adolfsson, Härnösands SS, 2.24.44
6. Lie Danielsson, Linköpings ASS, 2.25.14
7. Emma Lind, Landskrona SS, 2.29.15
8. Ann-Sofie Ragnarsson, Gävle SS, 2.29.89

100 m medley
1. Johanna Sjöberg, Helsingborgs S, 1.05.18 SJR
1. Marie Ulfves, Västerås SS, 1.05.18 SJR
3. Therese Alshammar, SK Neptun, 1.06.47
4. Anette Olsson, Landskrona SS, 1.07.18
5. Marianne Pettersson, Simavdelningen 1902, 1.07.94
6. Veronica Andersson, Skäret SS, 1.08.48
7. Kerstin Holgersson, Linköpings ASS, 1.08.73
8. Anna-Carin Bergqvist, Örebro SA, 1.09.14

200 m medley
1. Sofia Svensson, Eslövs SS, 2.21.11
2. Frida Johansson, Växjö SS, 2.22.59
3. Malin Svahnström, Väsby SS, 2.23.12
4. Marie Ulfves, Västerås SS, 2.23.23
5. Anette Olsson, Landskrona SS, 2.25.24
6. Sofia Linder, SK Neptun, 2.27.46
7. Frida Windisch, Norrköpings KK, 2.27.62
8. Anna Ohlson, SK Ena, 2.29.17

400 m medley
1. Sofia Svensson, Eslövs SS, 4.58.45
2. Frida Johansson, Växjö SS, 4.59.05
3. Malin Svahnström, Väsby SS, 5.02.11
4. Charlotte Seidevall, SK Neptun, 5.02.37
5. Camilla Pettersson, Stockholms KK, 5.05.03
6. Betty Hedman, Väsby SS, 5.10.13
7. Emma Lind, Landskrona SS, 5.10.22
8. Anna Adolfsson, Härnösands SS, 5.11.4

4x50 m medley
1. SK Neptun, 2.01.67, Therese Alshammar, 31.66, Ann Nilsson, Pernilla Marcus, Charlotte Seidevall
2. Helsingborgs S, 2.01.71, Linda Strandberg, 32.00, Anna Kideborn, Johanna Sjöberg, Nelly Jörgensen
3. Simavdelningen 1902, 2.02.1, Marianne Pettersson, 32.10, Josefin Lillhage, Claire Hedenskog, Karin Holmstedt
4. Trelleborgs SS, 2.02.54, Malin Melander, 32.65, Linda Björklund, Maria Eiman, Linda Olofsson
5. Västerås SS, 2.03.41, Anna-Karin Holm, 32.45, Theres Åkesson, Marie Ulfves, Linda Jonsson
6. Borlänge SS, 2.04.05, Linda Svensson, 33.04, Emma Hovlind, Karin forsberg, Marie Boberg
7. Väsby SS, 2.04.54, Hanna Sölvberg, 32.42, Ida Bark, Malin Svahnström, Åsa Pettersson
8. SK Poseidon, 2.04.92, Sussanne Hagen, 32.97, Stina Lindman, Lina Olsson, Ilka Csöregi

4x100 m medley
1. SK Neptun, 4.21.65, Therese Alshammar, 1.05.20, Jessica Holm-Dahl, Pernilla Marcus, Charlotte Seidevall
2. Helsingborgs S, 4.21.86, Linda Strandberg, 1.08.04, Anna Kideborn, Johanna Sjöberg, Nelly Jörgensen
3. Linköpings ASS, 4.29.46, Cecilia Arana, 1.09.03, Kerstin Holgersson, Lie Danielsson, Åsa Sandlund
4. Väsby SS, 4.30.12, Hanna Sölvberg, 1.08.99, Ida Bark, Malin Svahnström, Åsa Pettersson
5. Malmö KK, 4.30.78, Åsa Lidsjö, 1.10.23, Nuray Guner, Cecilia Rasmusson, Helen Svensson
6. Trelleborgs SS, 4.31.57, Malin Melander, 1.09.98, Linda Björklund, Maria Eiman, Linda Olofsson
7. Simavdelningen 1902, 4.31.77, Lotta Pettersson, 1.10.44, Josefin Lillhage, Marianne Pettersson, Claire Hedenskog
8. SK Neptun lag 2, 4.32.40, Sofia Linder, 1.09.30, Ann Nilsson, Alma Pettersson, Lina Mattsen

Pojkar
50 m fritt
1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 26.32
2. Joakim Dahl, Landskrona SS, 23.66
3. Dennis Lundkvist, Stockholms KK, 23.92
4. Johan Wallberg, Skara SS, 23.98
5. Stefan Lindgren, Eskilstuna SS, 24.03
6. Anders Forsberg, SK Lödde, 24.05
7. Jesper Pietsch, Fagersta SK, 24.17
8. Krister Hörding, Väsby SS, 24.22

100 m fritt
1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 50.15
2. Anders Forsberg, SK Lödde, 51.64
3. Jesper Pietsch, Fagersta SK, 51.76
4. Johan Wallberg, Skara SS, 51.96
5. Anders Lyrbring, Simavdelningen 1902, 51.98
6. Niklas Larsson, Linköpings ASS, 52.39
7. Valter Magnusson, Kristianstads SLS, 52.50
8. Mattias Thuresson, Ystads SS, 52.53

200 m fritt
1. Anders Forsberg, SK Lödde, 1.51.39
2. Niklas LArsson, Linköpings ASS, 1.52.23
3. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 1.52.56
4. Johan Wallberg, Skara SS, 1.53.66
4. Mattias Thuresson, Ystads SS, 1.53.66
6. Anders Lyrbring, Simavdelningen 1902, 1.54.21
7. Jesper Pietsch, Fagersta SK, 1.55.22
8. Daniel Carlsson, Väsby SS, 1.55.49

400 m fritt
1. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 3.54.50
2. Anders Forsberg, SK Lödde, 3.56.93
3. Niklas Larsson, Linköpings ASS, 3.58.01
4. Mattias Thuresson, Ystads SS, 4.00.65
5. Anders Lyrbring, Simavdelningen 1902, 4.03.11
6. Johan Wallberg, Skara SS, 4.03.87
7. Mattias Olshed, SK Sydsim, 4.04.5
8. Jesper Pietsch, Fagersta SK, 4.06.07

1500 m fritt
1. Fredrik Engdahl, Malmö KK, 15.53.91
2. Niklas Larsson, Linköpings ASS, 15.57.52
3. Micke Jacobsson, Täby Sim, 16.11.04
4. Magnus Berglund, Kristianstads SLS, 16.24.95
5. Rikard Grafström, Turebergs IF, 16.27.50
6. Michael Rosendahl, SK Neptun, 16.30.81
7. Bengt-Arne Bengtsson, Malmö KK, 16.33.41
8. Martin Enkurs, Linköpings ASS, 16.34.29

4x50 m fritt
1. Stockholms KK, 1.34.46 SJR, Dennis Lundkvist, 23.99, Alexander Flores, Carl-Johan Lentonsson, Mikael Axelsson
2. SK Sydsim, 1.35.54, Ola Fagerstrand, 23.03, Nicklas Svensson, Johan Öjing, Mattias Olshed
3. Väsby SS, 1.36.55, Krister Hörding, 24.04, Johnny Engman, Daniel Carlsson, Mikael Lundholm
4. Helsingborgs S, 1.36.97, Joel Olausson, 24.27, Ted Molin, Jin Nilsson, Johan Jönsson
5. Södertörns SS, 1.37.00, Jockim Ohlsson, 24.52, Henrik Delläng, Joel Lindfors, Reine Johansson
6. SK Ran, 1.37.70, Stefan Möller, 24.41,

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

Patrik Malmunger, Torbjörn Holmberg, Lenny Persson
7. SK Neptun, 1.38.56, Ilia Mikhailov, 24.80, David Nordgren, Kalle Pettersson, Stefano Prestinoni
8. Simavdelningen 1902, 1.38.78, Anders Lyrbring, 24.49, Johan Andersson, Jimmy Svanberg, Oscar Hederström

4x100 m fritt
1. SK Sydsim, 3.29.39, Ola Fagerstrand, 50.53, Nicklas Svensson, Johan Öjing, Mattias Olshed
2. Väsby SS, 3.29.74, Krister Hörding, 52.92, Mikael Lundholm, Daniel Carlsson, Johnny Engman
3. Stockholms KK, 3.32.01, Dennis Lundkvist, 54.22, Alexander Flores, Carl-Johan Lentonsson, Mikael Axelsson
4. Skellefteå SK, 3.34.68, Robert Svanborg, 54.19, André Kristensson, Jonas Erixson, Kenny Ståhl
5. Simavdelningen 1902, 3.35.13, Anders Lyrbring, 53.30, Jimmy Svanberg, Johan Andersson, Andreas Gustavsson
6. SK Ran, 3.35.62, Patrik Malmunger, 54.22, Stefan Möller, Lenny Persson, Torbjörn Holmberg
7. Helsingborgs S, 3.35.63, Ted Molin, 53.00, Johan Jönsson, Jin Nilsson, Björn Göransson
8. Södertörns SS, 3.36.05, Joakim Ohlsson, 53.88, Henrik Delläng, Joel Lindfors, Daniel Kreibom

4x200 m fritt
1. Väsby SS, 7.45.79, Johnny Engman, 1.58.06, Mikael Lundholm, Daniel Carlsson, Krister Hörding
2. SK Sydsim, 7.47.79, Ola Fagerstrand, 1.53.28, Nicklas Svensson, Oscar Olsson, Mattias Olshed
3. Linköpings ASS, 7.52.21, Nilkas Larsson, 1.51.85, Magnus Johansson, Henrik Edlund, Martin Enkurs
4. Malmö KK, 7.54.43, Maximilian von Bodungen, 2.00.76, Fredrik Engdahl, Bengt-Arne Bengtsson, Andreas Håkansson
5. Södertörns SS, 7.55.65, Henrik Delläng, 1.57.89, Joel Lindfors, Joakim Ohlsson, Daniel Kreibom
6. Kristianstads SLS, 7.56.37, Magnus Berglund, 1.56.31, Daniel Wendel, Valter Magnusson, Hans Brunnström
7. Trelleborgs SS, 7.56.69, Marcus Toft, 1.57.91, Mattias Ohlin, Marcus Borg, Sverre Valgeirsson
8. Turebergs IF, 7.57.48, Rikard Grafström, 1.57.48, Magnus Borg, Tobias Wallin, Jonas Eneberg

50 m rygg
1. Daniel Carlsson, Väsby SS, 26.29
2. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 26.80
3. Joel Lindfors, Södertörns SS, 27.02
4. Joakim Ohlsson, Södertörns SS, 27.55
5. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 28.0
6. Henrik Norén, Karlstads SS, 28.09
7. Ted Molin, Helsingborgs S, 28.23
8. Joakim Dahl, Landskrona SS, 28.27

100 m rygg
1. Daniel Carlsson, Väsby SS, 55.27 SJR
2. Joel Lindfors, Södertörns SS, 57.31
3. Henrik Edlund, Linköpings ASS, 59.25
4. Henrik Norén, Karlstads SS, 59.28
5. Magnus Borg, Turebergs IF, 1.00.09
6. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 1.00.21
7. Andreas Gustavsson, Simavdelningen 1902, 1.00.29
8. Joakim Ohlsson, Södertörns SS, 1.00.62

200 m rygg
1. Daniel Carlsson, Väsby SS, 2.02.01
2. Joel Lindfors, Södertörns SS, 2.04.27
3. Stefano Prestinoni, SK Neptun, 2.06.25
4. Rikard Melander, Örebro SA, 2.08.64
5. Gottfrid Keller, SK Neptun, 2.09.37
6. Henrik Edlund, Linköpings ASS, 2.09.44
7. Henrik Norén, Karlstads SS, 2.10.29
8. Kenny Ståhl, Skellefteå SK, 2.10.80

50 m bröst
1. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 29.78
2. Jimmy Svanberg, Simavdelningen 1902, 29.86
3. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 29.97
4. Jonny Engman, Väsby SS, 30.01
5. Peter Aronsson, Spårvägens SF, 30.12
6. Andreas Michael, Växjö SS, 30.20
7. Mats Liden, Ängelholms SS, 30.40
8. Henrik Wahlberg, Katrineholms SS, 31.06

100 m bröst
1. Jimmy Svanberg, Simavdelningen 1902, 1.04.21
2. Peter Aronsson, Spårvägens SF, 1.04.32
3. Jonny Engman, Väsby SS, 1.04.45
4. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 1.04.76
5. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 1.05.14
6. Henrik Wahlberg, Katrineholms SS, 1.05.57
7. Mikael Axelsson, Stockholms KK, 1.06.41
8. Tino Custance, Stockholms KK, 1.07.47

200 m bröst
1. Peter Aronsson, Spårvägens SF, 2.16.36
2. Jimmy Svanberg, Simavdelningen 1902, 2.16.90
3. Henrik Wahlberg, Katrineholms SS, 2.18.33
4. Jonny Engman, Väsby SS, 2.22.07
5. Ilia Mikhailov, SK Neptun, 2.23.84
6. Oskar Hederström, Simavdelningen 1902, 2.23.91
7. Tino Custance, Stockholms KK, 2.25.01
8. Joakim Lundqvist, SK Poseidon, 2.26.10

50 m fjäril
1. Ola Fagerstrand, SK Sydsim, 24.91
2. Johan Setterberg, Mölndals ASS, 25.13
3. Joel Olausson, Helsingborgs S, 25.14
4. Dennis Lundkvist, Stockholms KK, 25.37
5. Matthias Ohlin, Trelleborgs SS, 25.64
6. Joakim Dahl, Landskrona SS, 25.68
7. Valter Magnusson, Kristianstads SLS, 25.82
8. Joel Lindfors, Södertörns SS, 25.86

100 m fjäril
1. Johan Setterberg, Mölndals ASS, 54.98
2. Daniel Carlsson, Väsby SS, 55.47
3. Mikael Axelsson, Stockholms KK, 56.21
4. Joakim Dahl, Landskrona SS, 56.61
5. Dennis Lundkvist, Stockholms KK, 56.67
6. Valter Magnusson, Kristianstads SLS, 56.83
7. Henrik Ingesson, Växjö SS, 56.86
8. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 57.49

200 m fjäril
1. Johan Setterberg, Mölndals ASS, 2.02.50
2. Johan Mattsson, SK Triton, 2.03.53
3. Robert Svanborg, Skllefteå SK, 2.07.11
4. Jona Enberg, Turebergs IF, 2.08.36
5. Henrik Ingesson, Växjö SS, 2.10.09
6. Tom Lennartsson, Vellinge-Näset SK, 2.12.57
7. Christer Johansson, Sjöbo SS, 2.13.35
8. Claes Lindgren, Tyresö SS, 2.16.44

1. Johan Mattsson, SK Triton, 58.11 SJR
2. Carl-Johan Lentonsson, Stockholms KK, 58.58
3. Joakim Dahl, Landskrona SS, 59.00
4. Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 59.04
5. Mikael Axelsson, Stockholms KK, 1.00.08
6. Stefan Möller, SK Ran, 1.00.28
7. Henrik Wahlberg, Katrineholms SS, 1.00.32
8. Marcus Wernström, Motala SS, 1.03.56

200 m medley
1. Johan Mattsson, SK Triton, 2.06.00
2. Carl-Johan Lentonsson, Stockholms KK, 2.07.30
3. Mikael Axelsson, Stockholms KK, 2.08.10
4. Micke Jacobsson, Täby Sim, 2.10.27
5. Peter Aronsson, Spårvägens SF, 2.10.71
6. Joakim Dahl, Landskrona SS, 2.10.77
7. Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 2.11.49
8. Kristian Lundegård, Ludvika SS, 2.16.28

400 m medley
1. Johan Mattsson, SK Triton, 4.30.89
2. Henrik Wahlberg, Katrineholms SS, 4.35.24
3. Micke Jacobsson, Täby Sim, 4.36.21
4. Jonny Engman, Väsby SS, 4.36.40
5. Johan Jönsson, Trelleborgs SS, 4.39.50
6. Gottfrid Keller, SK Neptun, 4.42.50
7. Claes Lindgren, Tyresö SS, 4.45.4
8. Patrik Jonsson, Gävle SS, 4.48.21

4x50 m medley
1. Väsby SS, 1.45.26, Daniel Carlsson, 25.82 SJR, Johnny Engman, Mikael Lundholm, Krister Hörding
2. Stockholms KK, 1.46.52, Carl-Johan Lentonsson, 28.57, Tino Custance, Dennis Lundkvist, Mikael Axelsson
3. Helsingborgs S, 1.47.41, Ted Molin, 27.70, Alfred Persson, Joel Olausson, Jin Nilsson
4. Södertörns SS, 1.48.19, Joacim Olsson, 27.81, Reine Johansson, Joel Lindfors, Henrik Velling
5. Simavdelningen 1902, 1.48.4, Andreas Gustavsson, 28.50, Jimmy Svanberg, Oscar Hederström, Anders Lyrbring
6. SK Neptun, 1.48.37, Stefano Prestinoni, 28.84, Ilia Mikhailov, Anders Rehn, David Nordgren
7. SK Sydsim, 1.49.32, Ola Fagerstrand, 26.98, Matthias Ohlsson, Johan Öjing, Nicklas Svensson
8. SK Poseidon, 1.49.54, Dan Magnusson, 28.28, Joakim Lundqvist, Per-Daniel Olsson, Eric La Fleur

4x100 m medley
1. Väsby SS, 3.51.46, Daniel Carlsson, 55.37, Johnny Engman, Mikael Lundholm, Krister Hörding
2. Stockholms KK, 3.54.58, Carl-Johan Lentonsson, 1.00.62, Tino Custance, Dennis Lundkvist, Mikael Axelsson
3. SK Neptun, 3.55.49, Stefano Prestinoni, 59.65, Ilia mikhailov, Anders Rehn, David Nordgren
4. Södertörns SS, 3.55.89, Jockim Olsson, 58.95, Reine Johansson, Joel Lindfors, Henrik Delläng
5. Simavdelningen 1902, 3.55.90, Andreas Gustavsson, 1.00.21, Jimmy Svanberg, Oscar Hederström, Anders Lyrbring
6. Helsingborgs S, 4.00.42, Ted Molin, 1.00.29, Alfred Persson, Joel Olausson, Jin Nilsson
7. Trelleborgs SS, 4.00.70, Mattias Ohlin, 58.50, Johan Jönsson, Marcus Toft, Marcus Borg
8. SK Sydsim, 4.01.36, Ola Fagerstrand, 57.71, Matthias Olsson, Johan Öjing, Nicklas Svensson

PÅ GRUND AV PLATS-BRIST KOMMER SAMTLIGA RESULTAT FRÅN SUM-SIM I NÄSTA NR.

SIMNING

Nordiska Juniormästerskap, 17-18 december 1994, Oslo, NOR, 25 m

Flickor

50 m fritt
1. Anna-Karin Kammerling, SWE, 27.29
2. Anna Jukarainen, FIN, 27.51
3. Josefine Lillhage, SWE, 27.61
4. Louise Degner, DEN, 28.05
5. Dorthe Nielsen, DEN, 28.15
6. Veera Uotinen, FIN, 28.21
7. Marthe Straedet, NOR, 28.69
8. Lara Bjargardottir, ISL, 28.84
9. Gerd Inger Holmen, NOR, 28.90

100 m fritt
1. Ditte Jensen, DEN, 58.68
2. Josefine Lillhage, SWE, 58.96
3. Anu Koivisto, FIN, 58.96
4. Anna-Karin Kammerling, SWE, 59.12
5. Anna Jukarainen, FIN, 1.00.28
6. Dorthe Nielsen, DEN, 1.00.60
7. Kari Flottorp, NOR, 1.02.22
8. Charlotte Kristiansen, NOR, 1.02.35

200 m fritt
1. Ditte Jensen, DEN, 2.05.68
2. Dorthe Nielsen, DEN, 2.08.94
3. Josefine Lillhage, SWE, 2.09.64
4. Anna-Karin Kammerling, SWE, 2.11.24
5. Helena Majuri, FIN, 2.11.53
6. Veera Outinen, FIN, 2.12.13
7. Charlotte Kristiansen, NOR, 2.12.54
8. Gerd Inger Holmen, NOR, 2.16.86

400 m fritt
1. Ditte Jensen, DEN, 4.25.98
2. Dorthe Nielsen, DEN, 4.32.29
3. Ulrika Larsson, SWE, 4.33.99
4. Lie Danielsson, SWE, 4.35.71
5. Charlotte Kristiansen, NOR, 4.38.78
6. Paivi Nousiainen, FIN, 4.40.28
7. Mari Rinne, FIN, 4.40.59
8. Ann C Bergene, NOR, 4.46.96

800 m fritt
1. Linda Klingén, SWE, 9.16.42
2. Ulrika Larsson, SWE, 9.23.80
3. Paivi Nousiainen, FIN, 9.23.63
4. Kristina Fabricius, DEN, 9.31.89
5. Charlotte Kristiansen, NOR, 9.38.89
6. Marianne Andreasen, NOR, 9.45.89

4x100 m fritt
1. Sverige, SWE, 3.59.95
2. Finland, FIN, 4.01.34
3. Danmark, DEN, 4.01.74
4. Norge, NOR, 4.11.10

4x200 m fritt
1. Sverige, SWE, 8.41.10
2. Danmark, DEN, 8.42.01
3. Finland, FIN, 8.54.82
4. Norge, NOR, 9.08.80

100 m rygg
1. Anu Koivisto, FIN, 1.02.95
2. Linda Klingén, SWE, 1.09.09
3. Maria Baasch-Jensen, DEN, 1.09.50
4. Hanna Dahl, SWE, 1.09.67
5. Noora Putkonen, FIN, 1.10.03
6. Marthe Straedet, NOR, 1.10.86

200 m rygg
1. Anu Koivisto, FIN, 2.15.58
2. Linda Klingén, SWE, 2.25.75
3. Hanna Dahl, SWE, 2.27.48
4. Noora Putkonen, FIN, 2.31.20
5. Maria Baasch-Jensen, DEN, 2.31.40
6. Gerd inge Holmen, NOR, 2.33.74

100 m bröst
1. Emma Igelström, SWE, 1.12.28
2. Halldora Thorgeirsdottir, ISL, 1.16.74
3. Helena Majuri, FIN, 1.17.65
4. Line Brunjulfsen, NOR, 1.18.46
5. Tina Fisker, DEN, 1.18.81
6. Riina Lahde Milla, FIN, 1.22.05

200 m bröst
1. Lara H Bjargardottir, ISL, 2.43.44
2. Ann C Bergene, NOR, 2.46.45
3. Halldora Thorgeirsdottir, ISL, 2.47.64
4. Line Brynjulfsen, NOR, 2.47.69
5. Tina Fisker, DEN, 2.49.16
6. Helena Majuri, FIN, 2.49.22
7. Veera Uotinen, FIN, 2.56.01
8. Rannva Dahl, FÄR, 3.06.29

100 m fjäril
1. Ditte Jensen, DEN, 1.02.25
2. Anu Koivisto, FIN, 1.03.53
3. Malin Svahnström, SWE, 1.05.74
4. Lie Danielsson, SWE, 1.06.06
5. Mari Rinne, FIN, 1.08.13
6. Jorunn Tjoflaat, NOR, 1.10.25
7. Marianne Andreassen, NOR, 1.11.41
8. Dorthe Nielsen, DEN, 1.16.13
9. Rannva Dahl, FÄR, 1.21.22

200 m fjäril
1. Lie Danielsson, SWE, 2.22.73
2. Malin Svahnström, SWE, 2.23.39
3. Dorthe Nielsen, DEN, 2.27.12
4. Kari Flottorp, NOR, 2.39.86
5. Marianne Andreassen, NOR, 2.48.37

200 m medley
1. Anu Koivisto, FIN, 2.20.07
2. Ditte Jensen, DEN, 2.24.95
3. Emma Igelström, SWE, 2.26.58
4. Veera Uotinen, FIN, 2.30.07
5. Lara Bjargadottir, ISL, 2.30.14
6. Kristina Fabricius, DEN, 2.31.30
7. Anne C Begene, NOR, 2.33.11
8. Merete Salvesen, NOR, 2.33.70
9. Rannva Dahl, FÄR, 2.50.20

400 m medley
1. Malin Svahnström, SWE, 5.06.10
2. Lara Bjargadottir, ISL, 5.09.69
3. Ulrika Larsson, SWE, 5.10.77
4. Kristina Fabricius, DEN, 5.11.65
5. Ann C Bergene, NOR, 5.15.68
6. Merete Salvesen, NOR, 5.19.54
7. Milla-Riina Lahde, FIN, 5.21.62

4x100 m medley
1. Sverige, SWE, 4.28.75
2. Finland, FIN, 4.29.61
3. Danmark, DEN, 4.37.35
4. Norge, NOR, 4.44.68

Pojkar

50 m fritt
1. Erland Skar, NOR, 24.27
2. Jere Hård, FIN, 24.30
3. Anders Lyrbring, SWE, 24.40
4. David Nordgren, SWE, 24.45
5. Mikael Bjerrum, DEN, 24.50
6. Dennis Jensen, DEN, 24.81
7. Kimmo Kuusela, FIN, 24.83
8. Fjodor Nikolajev, EST, 25.95
9. Benedikt Sigmundson, ISL, 28.56
10 Hjalti Gudmundsson, ISL, 26.59

100 m fritt
1. Valter Magnusson, SWE, 52.07
2. Anders Lyrbring, SWE, 52.81
3. Jacob Carstensen, DEN, 53.04
4. Mikko Pouidilaineen, FIN, 53.55
5. Jere Hård, FIN, 53.58
6. Dennis Jensen, DEN, 53.67
7. Erland Skar, NOR, 53.83
8. Fjodor Nikolajev, EST, 56.43
9. Jakup Zachariasen, FÄR, 56.69
10 Marko Keskula, EST, 57.17

200 m fritt
1. Jacob Carstensen, DEN, 1.54.01
2. Mattias Thuresson, SWE, 1.54.09
3. Anders Lyrbring, SWE, 1.54.12
4. Mikko Poudilainen, FIN, 1.56.08
5. Juha Lindfors, FIN, 1.57.32
6. Torben Holm, DEN, 1.57.74
7. Hallur Stakksund, FÄR, 2.10.82

400 m fritt
1. Jacob Carstensen, DEN, 3.59.58
2. Mattias Olshed, SWE, 4.01.09
3. Mattias Thuresson, SWE, 4.02.79
4. Torben Holm, DEN, 4.07.11
5. Jukka Rintala, FIN, 4.10.56
6. Juha Lindfors, FIN, 4.10.69
7. Kristian Möllerud, NOR, 4.11.82

1500 m fritt
1. Jacob Carstensen, DEN, 15.45.55
2. Mattias Olshed, SWE, 15.46.77
3. Torben Holm, DEN, 15.56.79
4. Juha Lindfors, FIN, 16.20.13
5. Jukka Rintala, FIN, 16.23.57
6. Kristian Möllerud, NOR, 16.24.84

4x100 m fritt
1. Sverige, SWE, 3.30.33
2. Danmark, DEN, 3.30.72
3. Finland, FIN, 3.32.36
4. Norge, NOR, 3.41.56
5. Estland, EST, 3.56.75

4x200 m fritt
1. Sverige, SWE, 7.38.41
2. Danmakr, DEN, 7.47.94
3. Finland, FIN, 7.56.35
4. Norge, NOR, 8.10.66

100 m rygg
1. Mattias Ohlin, SWE, 57.71
2. Bo West, DEN, 58.89
3. Andreas Gustavsson, SWE, 59.33
4. Tero Raty, FIN, 59.53
5. Örjan Bekken, NOR, 1.01.36
6. Kim Henriksen, NOR, 1.02.23
7. Ott Ringo, EST, 1.03.30
8. Kristian Martin Joensen, FÄR, 1.08.43

200 m rygg
1. Mattias Ohlin, SWE, 2.05.68
2. Bo West, DEN, 2.07.19
3. Andreas gustavsson, SWE, 2.08.37
4. Tero Raty, FIN, 2.11.31
5. Kim Henriksen, NOR, 2.11.40
6. Örjan Bekken, NOR, 2.14.93
7. Ott Ringo, EST, 2.17.07
8. Jouni Leimukoski, FIN, 2.21.38

100 m bröst
1. Andreas Michael, SWE, 1.05.52
2. Oscar Hederström, SWE, 1.07.13
3. Benedikt Sigmundson, ISL, 1.07.21
4. Hjalti Gudmundson, ISL, 1.08.01
5. Frode Bergene, NOR, 1.08.29
6. Pekka Koskinen, FIN, 1.08.37
7. Jarno Pihlava, FIN, 1.08.53
8. Martin Bach, DEN, 1.08.91
9. Dvavar Svavarson, ISL, 1.09.31
10 Ole Fjörtoft, NOR, 1.09.34
11 Dimitri Tshernjatin, EST, 1.11.81

200 m bröst
1. Martin Bach, DEN, 2.23.22
2. Andreas Michael, SWE, 2.24.33
3. Hjalti Gudmundson, ISL, 2.26.82
4. Oscar Hederström, SWE, 2.27.07
5. Jarno Pihlava, FIN, 2.28.14
6. Frode Bergene, NOR, 2.28.90
7. Pekka Koskinen, FIN, 2.29.58
8. Ole Fjörtoft, NOR, 2.31.60
9. Benedikt Sigmundson, ISL, 2.32.15

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

10 Svavar Svavarson, ISL, 2.33.37
Dimitri Tshernjatin, EST, diskv

100 m fjäril
1. Mattias Ohlin, SWE, 57.15
2. Valter Magnusson, SWE, 57.40
3. Jouni LEimukoski, FIN, 57.89
4. Bjarne Jakobsen, DEN, 58.70
5. Jarri Saloma, FIN, 1.00.38
6. David Thorunnarson, ISL, 1.00.75
7. Marko Keskula, EST, 1.02.60
8. Fjodor Nikolajev, EST, 1.05.55
9. Jakup Zachariasen, FÄR, 1.05.59
10 Hallur Stakksund, FÄR, 1.08.80

200 m fjäril
1. Jonas Enberg, SWE, 2.08.00
2. Mattias Ohlin, SWE, 2.08.45
3. Bjarne Jakobsen, DEN, 2.10.22
4. Jouni Leimukoski, FIN, 2.11.16
5. Mikael Bjerrum, DEN, 2.12.19
6. Kristian Möllerud, NOR, 2.15.35
7. David Thorunnarson, ISL, 2.16.50
8. Marko Albert, EST, 2.17.25
9. Jari Salomaa, FIN, 2.18.22

200 m medley
1. Jacob Carstensen, DEN, 2.08.02
2. Mickael Jacobsen, SWE, 2.09.48
3. Mattias Olshed, SWE, 2.10.92
4. Mikko Foudilainen, FIN, 2.11.76
5. Jere Hård, FIN, 2.12.50
6. Martin Bach, DEN, 2.13.43
7. Kim Henriksen, NOR, 2.13.60
8. David Thorunnarson, ISL, 2.17.97
9. Marko Albert, EST, 2.20.52
10 Marko Keskula, EST, 2.20.89
11 Kristian Joansen, FÄR, 2.24.74

400 m medley
1. Mickael Jacobsson, SWE, 4.29.78
2. Mattias Olshed, SWE, 4.35.86
3. Kim Henriksen, NOR, 4.39.31
4. Kristian Möllerud, NOR, 4.43.78
5. Jarno Pihlava, FIN, 4.45.06
6. Martin Bach, DEN, 4.45.57
7. Pekka Koskinen, FIN, 4.52.24
8. Marko Albert, EST, 4.53.97
9. Benedikt Sigmundson, ISL, 5.05.03

4x100 m medley
1. Sverige, SWE, 3.54.61
2. Danmark, DEN, 3.56.12
3. Finland, FIN, 3.58.06
4. Norge, NOR, 4.04.53
5. Estland, EST, 4.17.31

SIMNING

Seriesim, Småland/ Blekinge
Slutställniing -94

Div 1
1. Oskarshamns SS, 1.446
2. Karlskrona SS, 1.399.5
3. Växjö SS, 1.323.5
4. Värnamo SS, 1.156
5. Ronneby SS, 718

Div 2 södra
1. Karlshamn SK, 1.197.5
2. Markaryd SS, 1.148
3. Ljungby SS, 894.5
4. Alvesta SS, 364

Div 2 norra
1. Jönköping SS, 1.160
2. Kalmar S, 875
3. Eksjö SLS, 792
4. Nässjö SS, 774

Div 3
1. Västervik, 827
2. Vetlanda, 805
3. Tranås, 325
4. Emmaboda, 312

SIMNING

Finnkamp, 10 november 1994,
Nyköping, 25 m

Flickor
100 m fritt
1. Eeva Vuorio, FIN, 58.9
2. Anna Ericson, NYK, 59.5
3. Réeto Honkanen, FIN, 1.00.6
4. Cecilia Ström, NYK, 1.04.0

400 m fritt
1. Cecilia Ström, NYK, 4.28.2
2. Saara Koskela, FIN, 4.28.7
3. Tiinamari Kinninen, FIN, 4.38.2
4. Susanne Ysing, NYK, 4.42.9

4x50 m fritt
1. Finland, FIN, 1.50.1, Anu Koivisto, Eeva Vuorio, Johanna Ojamo, Reeta Honkanen
2. Nyköping, NYK, 1.55.5, Anna Malmesjö, 30.0, Susanne Ysing, Cecilia Ström, Anna Ericson

100 m rygg
1. Anu Koivisto, FIN, 1.05.6
2. Anna Malmesjö, NYK, 1.09.2
3. Sara Koskela, FIN, 1.11.5
4. Cecilia Ström, NYK, 1.14.6

100 m bröst
1. Maria Östling, NYK, 1.10.3
2. Mia Hagman, FIN, 1.13.7
3. Helena Majuri, FIN, 1.19.6
4. Nina Ericson, NYK, 1.24.0

100 m fjäril
1. Johanna Ojamo, FIN, 1.04.9
2. Anu Koivisto, FIN, 1.07.5
3. Susanne Ysing, NYK, 1.09.7
4. Nina Ericson, NYK, 1.13.4

4x100 m medley
1. Finland, FIN, 4.26.5, Anu Koivisto, 1.06.5, Eeva Vuorio, Mia Hagman, Johanna Ojamo
2. Nyköping, NYK, 4.33.8, Anna Malmesjö, 1.09.6, Maria Östling, Susanne Ysing, Anna Ericson

Pojkar
100 m fritt
1. Henrik Wahlberg, NYK, 55.5
1. Juha Lindfors, FIN, 55.5
3. Jari Saloma, FIN, 56.1
4. Thobias Peterson, NYK, 56.3

4x50 m fritt
1. Finalnd, FIN, 1.39.9, John Lindholm, Juha Lindfors, Mikko Foudilainen, Jussi Hanski
2. Nyköping, NYK, 1.41.3, Leo Sandberg, 25.5, Henrik Wahlberg, Joakim Ohlsson, Thobias Peterson

400 m fritt
1. Juha Lindfors, FIN, 4.14.0
2. Jukka Rintala, FIN, 4.17.1
3. Gottfrid Keller, NYK, 4.18.6
4. Thobias Peterson, NYK, 4.44.1

100 m rygg
1. Joakim Ohlsson, NYK, 59.7
2. Ulf Bengtsson, NYK, 1.04.3
3. John Lindholm, FIN, 1.05.0
4. Juha Lindfors, FIN, 1.07.6

100 m bröst
1. Henrik Wahlberg, NYK, 1.07.3
2. Mikko Foudilainen, FIN, 1.10.1
3. Leo Sandberg, NYK, 1.11.4
4. Juha Lindfors, FIN, 1.15.0

100 m fjäril
1. Jussi Hanski, FIN, 59.6
2. Martin Åsberg, NYK, 1.02.3
3. John Lindholm, FIN, 1.04.2
4. Gottfrid Keller, NYK, 1.04.8

4x100 m medley
1. Nyköping, NYK, 4.06.5, Joakim Ohlsson, 59.1, Henrik Wahlberg, Martin Åsberg, Thobias Peterson
2. Finland, FIN, Jussi Hanski, 1.03.3, Mikko Foudilainen, Jari Salomaa, John Lindholm

Slutställning:
Finland, FIN, 96 poäng
Nyköping, NYK, 76

SIMNING

World Cup 1, Hong Kong, HKG
3-4 jnuari 1995, 25 m

Damer
50 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 25.11
2. Toni Jeffs, NZL, 26.47
3. Marja Parsinnen, FIN, 26.54

100 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 55.21
2. Toni Jeffs, NZL, 56.90
3. Julia Jung, GER, 57.82

200 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 1.57.02
2. Julia Jung, GER, 2.01.97
3. Robin Lamsam, HKG, 2.03.56
5. Elin Carlsson, SWE, 2.05.87

400 m fritt
1. Franziska van Almsick, GER, 4.11.65
2. Julia Jung, GER, 4.17.03
3. Francesca Salvalajo, ITA, 4.19.88
4. Elin Carlsson, SWE, 4.21.33

800 m fritt
1. Julia Jung, GER, 8.44.17
2. Elin Carlsson, SWE, 9.07.86
3. Cosmo Saunders, HKG, 9.09.45

50 m rygg
1. Sandra Völker, GER, 27.87 WR
2. Mette Jacobsen, DEN, 29.25
3. Kathy Osher, GBR, 29.84

100 m rygg
1. Sandra Völker, gER, 1.00.28
2. Kathy Osher, GBR, 1.02.90
3. Francesca Salvalajo, ITA, 1.03.73

200 m rygg
1. Mette Jacobsen, DEN, 2.12.03
2. Francesca Salvalajo, ITA, 2.12.43
3. Joanne Deakins, GBR, 2.12.87

50 m bröst
1. Manuela Nackel, GER, 32.39
2. Dagmara Ajnenkiel, POL, 32.72
3. Silvia Pulfrich, GER, 33.12

100 m bröst
1. Brigitte Becue, BEL, 1.08.99
2. Manuela Nackel, GER, 1.09.71
3. Silvia Pulfrich, GER, 1.10.14
7. Liselotte Pettersson, SWE, 1.12.94

200 m bröst
1. Brigitte Becue, BEL, 2.26.25
2. Lenka Manhalova, CZE, 2.31.22
3. Silvia Pulfrich, GER, 2.34.20

50 m fjäril
1. Julia Voitowitsch, GER, 27.67
2. Marja Parsinnen, FIN, 27.89
3. Mette Jacobsen, DEN, 27.94

100 m fjäril
1. Micehlle Smith, IRL, 59.99
2. Cecile Jeanson, FRA, 1.00.59
3. Mette Jacobsen, DEN, 1.00.69

200 m fjäril
1. Michelle Smith, IRL, 2.08.55
2. Mette Jacobsen, DEN, 2.10.25
3. Cecile Jeanson, FRA, 2.11.32

100 m medley
1. Daniela Hunger, GER, 1.02.25
2. Michelle Smith, IRL, 1.02.70
3. Britta Vestergaard, DEN, 1.04.10
5. Liselotte Pettersson, SWE, 1.06.16
7. Jeanette Thörner, SWE, 1.09.40

200 m medley
1. Micehlle Smith, IRL, 2.13.46
2. Daniela Hunger, GER, 2.13.76
3. Brigitte Becue, BEL, 2.13.81

400 m medley
1. Birtta Vestergaard,

SOLAR SWIM SPORT Wherever you are!

DEN, 4.42.43
2. Daniel Hunger, GER, 4.49.77
3. Helen Slatter, GBR, 4.55.56
4. Jeanette Thörner, SWE, 5.09.22

Herrar
50 m fritt
1. Mark Foster, GBR, 22.46
2. Silko Gunzel, GER, 22.47
3. Mark Fibbens, GBR, 22.95
4. Zsolt Hegmegi, SWE, 23.08

100 m fritt
1. Silko Gunzel, GER, 49.88
2. Mike Fibbens, GBR, 50.17
3. Mark Foster, GBR, 50.27

200 m fritt
1. Pier Maria Siciliano, ITA, 1.48.74
2. Jörg Hoffmann, GER, 1.49.73
3. Paul Bavister, GBR, 1.52.87

400 m fritt
1. Steffen Zesner, GER, 3.48.08
2. Jörg Hoffman, GER, 3.48.51
3. Pier Maria Siciliano, ITA, 3.48.71

800 m fritt
1. Steffen Zesner, GER, 7.48.90
2. Jörg Hoffmann, GER, 7.50.47
3. Pier Maria Siciliano, ITA, 8.00.92

50 m rygg
1. Jirka Letzin, GER, 25.50
2. Zsolt Hegmegi, SWE, 26.02
3. Emanuele Merisi, ITA, 26.06
4. Andreas Dencker, SWE, 26.59
5. Joel Lindfors, SWE, 26.83
6. Martin Svensson, SWE, 27.27

100 m rygg
1. Jirka Letzin, GER, 55.11
2. Emanuele Merisi, ITA, 55.53
3. Zsolt Hegmegi, SWE, 56.15
5. Andreas Dencker, SWE, 56.99
6. Martin Svensson, SWE, 57.08
7. Joel Lindfors, SWE, 57.52

200 m rygg
1. Jirka Letzin, GER, 1.56.83
2. Emanuele Merisi, ITA, 1.57.42
3. Stefano Battistelli, ITA, 2.00.33
4. Martin Svensson, SWE, 2.02.04
5. Joel Lindfors, SWE, 2.04.42
7. Zsolt Hegmegi, SWE, 2.08.80

50 m bröst
1. Mark Warnecke, GER, 27.65
2. Alex Wong, HKG, 30.28
3. Tam Chi-Kin, HKG, 30.97

100 m bröst
1. Petteri Lehtinen, FIN, 1.01.79
2. Luca Sacchi, ITA, 1.04.50
3. Tam Chi-Kin, HKG, 1.05.42

200 m bröst
1. Luca Sacchi, ITA, 2.17.92
2. Tam Chi-Kin, HKG, 2.22.87
3. Michale Scott, HKG, 2.27.68

50 m fjäril
1. Mark Foster, GBR, 24.69
2. Chris-Carol Bremer, GER, 25.16
3. Vesa Hanski, FIN, 25.21

100 m fjäril
1. Chris-Carol Bremer, GER, 54.42
2. Vesa Hanski, FIN, 54.94
3. Mike Fibbens, GBR, 55.26

200 m fjäril
1. Chris-Carol Bremer, GER, 1.57.28
2. Vesa Hanski, FIN, 1.59.42
3. Brendan Leung, HKG, 2.09.08

100 m medley
1. Christian Keller, GER, 55.58
2. Xavier Marchand, FRA, 56.24
3. Robert Seibt, GER, 56.74

200 m medley
1. Christian Keller, GER, 1.58.29
2. Robert Seibt, GER, 1.59.90
3. Xavier Marchand, FRA, 1.59.98

400 m medley
1. Robert Seibt, GER, 4.11.37
2. Marcin Melinski, POL, 4.12.40
3. Luca Sacchi, ITA, 4.14.12

ÅLDERSKLASSREKORD 1994
(Sum-Sim, räknat från 1989)

Sammanställda av Sven-Bertil Mattsson

Pojkar 12 år o yngre

Frisim	100 m Valter Magnusson, KSLS, 59.07, (91)
	400 m Mattias Thuresson, SS Artemis, 4.31.39, (90)
Bröst	100 m Torbjörn Jacobsson, Växjö SS, 1.13.23, (93)
Rygg	100 m Henrik Norén, Grums SS, 1.08.26, (91)
Fjäril	100 m Per Westberg, SK Neptun, 1.07.35, (91)
Medley	200 m Gustavo Kertzscher, Ystads SS, 2.26.09, (93)

Pojkar 13 år

Frisim	100 m Valter Magnusson, KSLS, 55.35, (92)
	400 m Markus Andersson, Katrineholms SS, 4.20.63, (94)
Bröst	100 m Mats Lidén, Ängelholms SS, 1.10.19, (92)
Rygg	100 m Henrik Norén, Grums SS, 1.03.77, (92)
Fjäri	100 m Alexander Svensson, Ystads SS, 1.03.01, (90)
Medley	200 m Erik Kroon, Upsala S, 2.20.81, (94)

Pojkar 14 år

Frisim	50 m Valter Magnusson, KSLS, 24.97, (93)
	200 m Fredrik Engdahl, Limhamns S, 1.57.34, (91)
	1500 m Mikael Lundholm, Väsby SS, 16.28.06, (90)
Rygg	200 m Mikael Jacobsson, Täby Sim, 2.11.63, (93)
Bröst	200 m Mikael Jacobsson, Täby Sim, 2.27.32, (93)
Fjäril	100 m Valter Magnusson, KSLS, 1.00.06, (93)
Medley	200 m Mikael Jacobsson, Täby Sim, 2.12.71, (93)

Pojkar 15-16 år

Frisim	50 m Pierre Johansson, Kristineberg SK, 23.93, (89)
	200 m Mattias Thuresson, Ystads SS, 1.52.78, (94)
	1500 m Anders Kroon, Upsala S, 15.42.20, (89)
Rygg	50 m Joel Lindfors, Södertörns SS, 26.89, (92)
	200 m Daniel Carlsson, Väsby SS, 2.03.65, (92)
Bröst	50 m Peter Hjers, Kristineberg SK, 29.68, (90)
	200 m Fredrik Rosenholm, Spårvägens GoIF, 2.19.33, (91)
Fjäril	50 m Mattias Ohlin, Trelleborgs SS, 25.47, (94)
	200 m Johan Mattsson, SK Triton, 2w.04.86, (93)
Medley	400 m Fredrik Lundin, Ystads SS, 4.28.16, (91)

Flickor 11 år o yngre

Frisim	100 m Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 1.03.97, (94)
	400 m Kajsa Andersson, Växjö SS, 4.51.84, (91)
Rygg	100 m Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 1.12.03, (94)
Bröst	100 m Anna Kideborn, Helsingborgs S, 1.20.77, (89)
Fjäril	100 m Mia Brodén, Falu SS, 1.11.50, (94)
Medley	200 m Cecilia Blom, S 71 Hässleholm, 2.36.61, (94)

Flickor 12 år

Frisim	100 m Marie Ulfves, SS Kanalen, 1.01.09, (90)
	400 m Maria Persson, Ystads SS, 4.39.86, (91)
Rygg	100 m Emely Zakrisson, Södertörns SS, 1.09.25, (94)
Bröst	100 m Emma Igelström, Karlshamns SK, 1.17.06, (92)
Fjäril	100 m Cajsa Malmström, Landskrona S, 1.08.99, (92)
Medley	200 m Emely Zakrisson, Södertörns SS, 2.30.42, (94)

Flickor 13 år

Frisim	50 m Marie Ulfves, SS Kanalen, 26.76, (91)
	200 m Marie Ulfves, SS Kanalen, 2.08.20, (91)
	800 m Therese Ekstrand, Ystads SS, 9.15.10, (89)
Rygg	200 m Linda Svensson, Borlänge SS, 2.27.40, (91)
Bröst	200 m Emma Igelström, Karlshamns SK, 2.39.36, (93)
Fjäril	100 m Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.03.41, (89)
Medley	200 m Johanna Sjöberg, Bromöllaortens SS, 2.24.69 (91)

Flickor 14-15 år

Frisim	50 m Louise Jöhncke, Järfälla S, 26.68, (90)
	200 m Magdalena Schultz, Malmö KK, 2.03.63, (91)
	800 m Åsa Sandlund, Linköpings ASS, 8.51.15, (94)
Rygg	50 m Karin Lärka, Täby Sim, 30.52, (93)
	200 m Magdalena Schultz, Malmö KK, 2.15.67, (91)
Bröst	50 m Louise Karlsson, Skärets SS, 33.03, (89)
	200 m Helena Tsiparis, SK Triton, 2.36.85, (93)
Fjäril	50 m Lia Lundberg, Upsala S, 28.78, (90)
	200 m Malin Strömberg, Ystads SS, 2.19.51, (90)
Medley	400 m Magdalena Schultz, Malmö KK, 4.53.48, (91)

SOLAR
SWIM SPORT

DAGBOK

Februari

Simning

3-4 World Cup, 25 m, Hong Kong, HKG
6 Solstadoppet, S, J, 25 m, Karlstad
7 Ölandspokalen, J, U, 25 m, Gimo
7-8 Älvsbysimmet, 25 m, Älvsbyn
8 Duvedoppet, S, J, U, 25 m, Katrineholm
8 US Open, S, 25 m, Uppsala
8 Sparbanken Sprint, S, J, U, 25 m, Hässleholm/Åhus
13-15 Inne-DM, 25 m, hela landet
21-22 Bessemersimmet, S, J, U, 25 m, Sandviken
21-22 Silverdoppet, 25 m, Arjeplog
22 Klnnekulledoppet, 25 m, Götene
22 Lilla Grumscupen, U, 25 m, Grums
22 Sparbanken Alfa Cup, S, J, U, 25 m, Nässjö
22 Hellas till 1000, 25 m, Stockholm, (Hellas)
26-29 Inne-SM samt Grand Prix 2, 25 m, Växjö
27-29 Själland Open, S, J, U, 50 m, Greve, DEN
28-29 NUSS, yngre, (12, 12, 11 o y) s5 m, Örebro
28-29 Guldsprint, 25 m, Skelleftehamn
29 Nyckelsim, S, J, U, 25 m, Nyköping
29 Hylte Simcup, 25 m, Hyltebruk
29 Daloc Cup, 25 m, Töreboda
29 Skandialoppet, 25 m, Uddevalla, (Skäret)
31-1 World Cup, 25 m, Espoo, FIN

Simhopp

2-6 Landslagsläger, S,J o U, Jönköping
3-4 Pepsi Meet, Las Palmas, ESP
7-9 Internat tävl, Oakland NZL
14-15 Internat tävl, Sydney AUS

Konstsim

22 Sum-Kval 1, reg 7+8, U, Växjö
22 Sum-Kval 1, reg 2+5, U, Borlänge
28 Sum-Kval 1, reg 6, U, Herrljunga

Vattenpolo

28-29 Sammandragning (A)

Masters

28-28 Spanish Winter Ch, (ESP), 25 m

Utbildning

21-22 Juniorträning (fd steg 2)
21-22 Datakurs: RF medlem, Sthlm
28-29 Domarkurs konstsim steg 2, Norrköping

Beställ
SIM-KALENDERN 1995
med "allt" om svensk simidrott, 08-605 60 00

Mars

Simning

3-5 Träningshelg. SSF arrangerar läger för Sen/Jun/Ungd, lag, flera platser
5 Sparbanken Miniåla, U, 25 m, Kristianstad (Åhus)
11 Burträsk Cup, (alt 12/3) U, 25 m, Burträsk
11-12 Coa Cola Sprint, S, J, U, 25 m, Eskilstuna (ESS)
11-12 Lions Cup, U, 25 m, Knislinge
11-12 Finspång Simcup, S, J, U, 25 m, Finspång
11-12 Formo Freestyle, U, 25 m, Malmö (Ran)
11-12 Korsvirkes Sim, S, J, U, 25 m, Ystad
12 Vallon Cup, J, U, 25 m, Österbybruk
12 Shell Flytet, 25 m, Laholm
12 Trandoppet, 25 m, Falköping
12 Skomakardoppet, S, J, U, 25 m, Kumla
12 Säfflecupen, S, J, U, 25 m, (alt 26/3), Säffle
12 Stenungdoppet, 25 m, Stenungsund, (S77)
18 Mälarcupen, delt 1, 25 m,
18 Stora Sprint, S, J, 25 m, Falun
18 Sjörövarsimmet, 25 m, Göteborg (S 02)
18 Björn Borg Trophy, S, J, U, 25 m, Norrköping
18-19 S71 Cup, S, J, U, 25 m, Hässleholm
18-19 Öjebyspelen, (alt 25-26/3), 25 m, Piteå
18-19 Sundsvall Sim, 25 m, Sundsvall
19 Hemglass Cup, S, J, U, 25 m, Strängnäs
19 Sandaredsimmet, 25 m, Sandared (SK70)
19 Lergökasim, U, 25 m, Ängelholm
19 Kycklingdoppet, 25 m, Skövde
19 Jubileumscupen, S, J, 25 m, Oskarshamn
25 Bromma Nat. samt Pojk-10-manna, 25 m, Bromma (Sthlm)
25-26 Sollentuna Simfestival, 25 m, Sollentuna (TIF)
25-26 Hindersmässodoppet, S, J, U, 25 m, Örebro
25-26 Limhamnstrofén, S, J, U, 25 m, Malmö
25-26 Värnamo Simspel, S, J, U, 25 m, Värnamo
25-26 Östersunds Nationella, S, J, 25 m, Östersund (Brunflo)
26 Åmålsdoppet, 25 m, Åmål
26 Minism, U, 25 m, Kalmar
31-2 Träningshelg. SSF arrangera läger för Sen/Jun/Ungd, lag, flera platser

Simhopp

3-5 Int Springertag, Rostock GER
9-12 Spring Swallows, Moskva RUS
25-26 SM, 3 m/höga, ev Göteborg

Konstsim

11 Sum-Kval 2, reg 3+4, U, Järfälla
12 Sum-Kval 2, reg 7+8, U, Jönköping
12 Ev Smålandsserien 1, Ö, Jönköping
12 Sum-Kval 2, reg 2+5, U, Örebro
17 19 Catalina Trofé, Borlänge
31 Sum-Kval 3, reg 6, U, Herrljunga
31-2 German Open, S, Bonn GER

Vattenpolo

4-5 Elitserien börjar
12 Dam-SM slut
18-19 Kvartsfinal, damer
24-26 SWE-DEN, Stockholm

Masters

11-12 Int. Masters Meeting, Tyskland, 25m
25-26 Int. Masters Meet (TCE), 25m
31-2/4 Swedish Open Masters, Hudiksvall, 25m

Utbildning

17-19 Tränarkurs Simning,Helsingborg
18-19 Regelsymposium, Helsingborg

Boxholm Kommun

Simläger i BOXHOLM

Boxholm ligger i västra Östergötland vid länsgränsen till Småland.

Vi erbjuder Er förening:

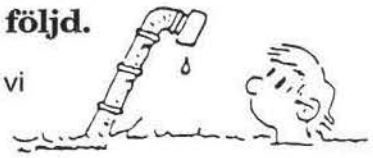
- 25 metersbassäng med 4 banor.
- Ni disponerar den nyrenoverade simhallen för Er själva.
- Närhet till övriga aktiviteter: Märkta motionsstigar, sporthall, styrketräningshall och bordtennis.

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.

Lindängsbadet 1995

LIMHAMNS SIMSÄLLSKAP arrangerar träningsläger på LINDÄNGSBADET för 13:e året i följd.



Mat och logi kan vi arrangera enligt Era önskemål.

Träning: Tillgång till 50x25m bassäng. Träning 2ggr/dag, även på 25m hållet om det skulle behövas. Garnterat 3 banor.

Logi: Sovsäcksförläggning på fritidsgård i närheten av centrum, vandrarhem, hotell i olika prisklasser.

Mat: I matväg kan vi erbjuda allt från självhushållning till lyxrestaurang.

Övrigt: Möjlighet att hyra video.

Ring och boka!
tel 040-12 23 86
fax 040-23 65 75

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

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.

Chrunaks chrönika



Hans Chrunak

PLATSANNONS

Sökes: Bröstsimmare till herrlagkapp vid OS i Atlanta 1996

Finnes: Lovande ryggsim, (EM-silver 50 m rygg, juniorrek 100 m rygg 1994), fjärilsim och frisim i yttersta världs klass.

Krav: 100 m bröstsim på ca 1.03.00 i 50 m bassäng.

Intresserade visar upp sitt kunnande senast vid SM den 19-23 juli 1995.
Provanställning erhålls under EM den 22-27 augusti 1995.
Lön utgår i form av personlig tillfredsställelse, samt ära och berömmelse och trolig OS-final, (avhängigt ryggsim).

Sökes: Frisimmare till damlagkapp vid OS i Atlanta 1996.

Finnes: Tung merit i form av silver vid EM 1993. Halva laget fortfarande i aktiv tjänst och under utveckling.

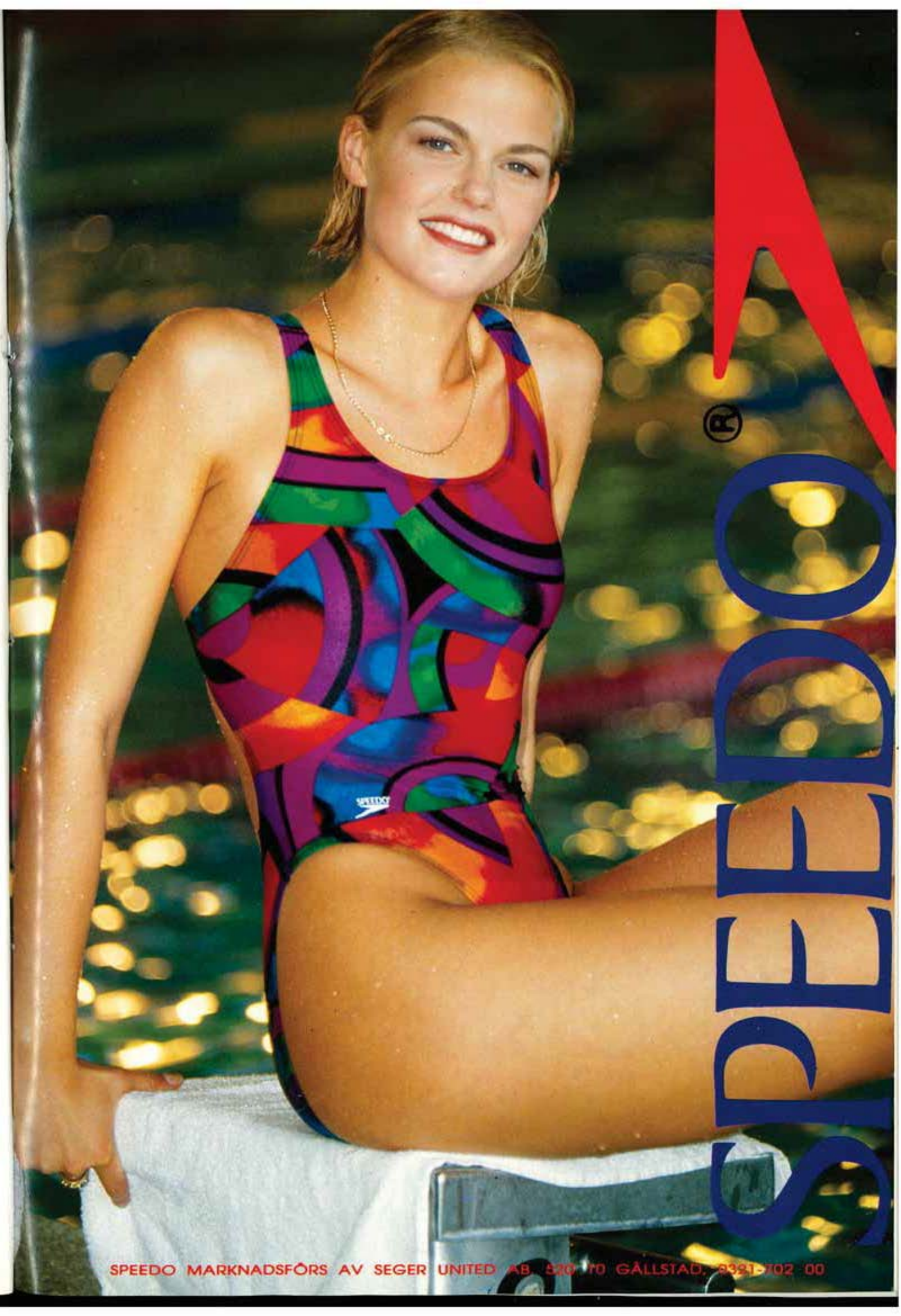
Krav: 200 m frisim på ca 2.03.00 i 50 m bassäng.

Intresserade visar upp sitt kunnande senast vid SM den 19-23 juli 1995.
Provanställning erhålls under EM 22-27 augusti 1995.
Lön utgår i form av personlig tillfredsställelse, samt ära och berömmelse och garanterad OS-final.

Av utrymmesskäl begränsas platsannonsen i detta nummer. Det skall dock påpekas att det behövs tillskott i samtliga lagkappslag, inte minst damernas 4x100 m medley. Där behövs ett helt nytt lag med tanke på 1994 års simning. Det behöver inte nödvändigtvis vara nya namn. Gärna "gamla" namn, men med nya meriter.

Information och frågor lämnas av undertecknad dygnet runt, (i varje fall är det många som tycks ha den uppfattningen).

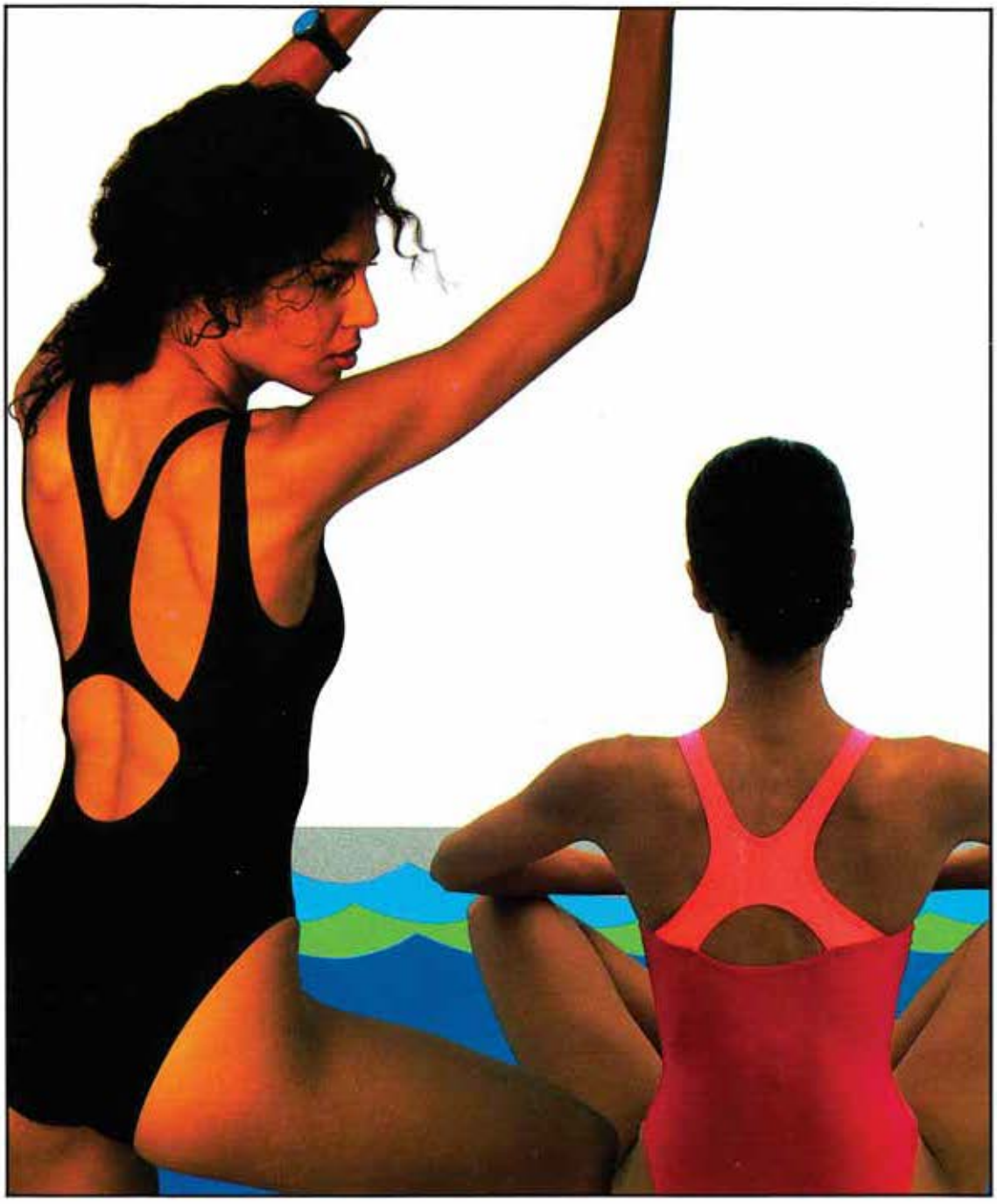
Hans Chrunak


SPEEDO
SPEEDO MARKNADSFÖRS AV SEGER UNITED AB 520 70 GÄLLSTAD, 0321-702 00

BAD & FITNESS

ARENA

HÖSTEN/VINTERN 94/95



MADELEINE

ANABEL UNI

De fyra årstiderna växlar,
men etiketten är densamma – arena