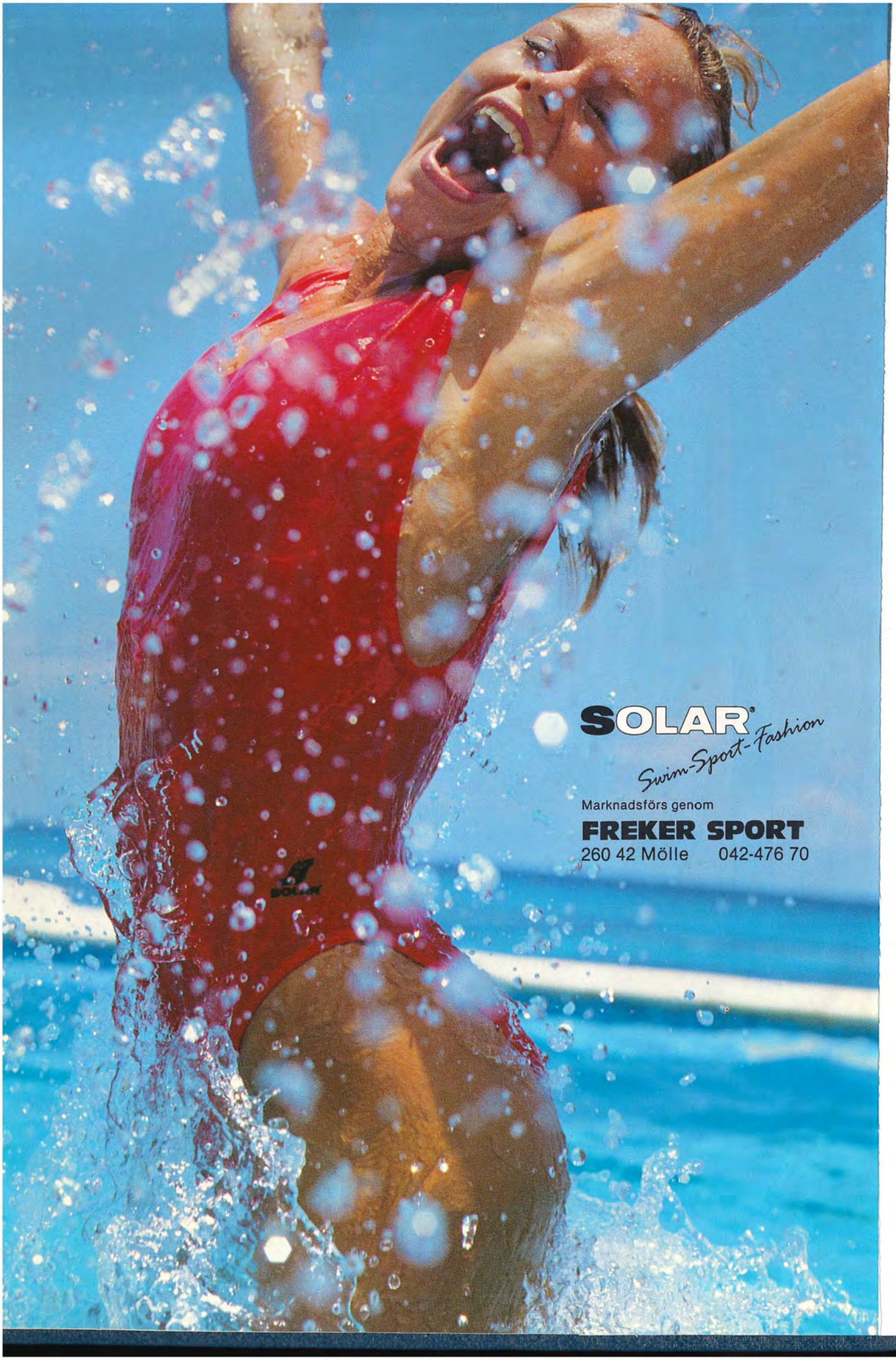
Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Nr. 1/2 Februari 1990
Årg. 45 Pris: 22:-

Sim sport




SOLAR®
Swim-Sport-Fashion
Marknadsförs genom
FREKER SPORT
260 42 Mölle 042-476 70

90-TALETS UTMANINGAR

För oss alla, och inte minst för oss som arbetar för och i svensk simning innebär 90-talet en mängd utmaningar. En del av dem vet vi idag, andra är okända.

Målen för svensk simning är utsatta. De finns beskrivna i "SIMIDROTT 2000". Ett av målen är att vi skall delta med framgång i den internationella simningens "elitserie". Det är naturligtvis den största utmaningen för det decennium som vi nu har inlett.

I "SIMIDROTT 2000" har vi också sagt att vi vill markera vår plats som en av toppnationerna i simidrotten genom att arrangera ett stort mästerskap under 90-talet. Styrelse och kansli arbetar sedan något år för att finna en framkomlig väg. Ett VM eller EM är inte enbart en utmaning för simmar-Sverige utan också för kommunal- och rikspolitiker. För tyvärr är det ju så att Sverige halkat efter omvärlden när det gäller simanläggningar på ett oroväckande sätt. Inte ens i våra tre största städer finns grundförutsättningar för att söka VM eller EM och inte heller byggnadsplaner. Vi har i brist på fasta anläggningar gjort en del sonderingar om flyttbara bassänger. Det är säkert tekniskt möjligt men troligen ett ekonomiskt risktagande över Simförbundets kapacitet. Tala om utmaningar! Eftersom det verkar som om vi inte kommer att ha fasta anläggningar måste vi också få FINA att acceptera att tävlingarna går i tillfälligt uppbyggda bassänger. Har vi medsökande som har fasta anläggningar kan svårigheterna för oss bli större. Dubbla utmaningar!

I början av 1991 skall vi inom simningen ha en bra lösning på uppgiften som förbundskapten. Formellt är det naturligtvis en angelägenhet för styrelsen men det är önskvärt med en "bred" uppslutning kring det viktiga uppdraget. Styrelsen har underhand tagit kontakt med några av de sammanslutningar som finns inom simningen. Inte för att i första hand få förslag på namn utan viktigast nu är att få underlag för att beskriva de krav och önskemål vi vill ha på den blivande innehavaren/innehavarinnan. Det är naturligtvis fritt fram att kontakta styrelsen om man nu inte blir direkt tillfrågad. Det var utmaning nummer tre.

Den fjärde utmaningen är att arbeta efter de regler, riktlinjer och intentioner som finns i "SIMIDROTT 2000". Handlingsprogrammet innehåller inte bara mål mm på det rent idrottsliga området utan också värderingar och ställningstaganden i ledarfrågor mm. Tillsammans är vi många inom simningen som lagt ner mycket kreativitet och tid (och även pengar) på att ha ett långsiktigt program. Det är en stor utmaning för Dig och alla andra inom simidrotten att hålla "SIMIDROTT 2000" levande.

Stockholm i december 1989
Per-Axel Eriksson

INNEHÅLL

Simsport 1/2 1990

*Officiellt 6 * Simnyheter med Team-RM, Europacup, Världscup, För-VM m.m. 11 * Tränarporträtt 24 * Tekniskt magasin 29 * Vattenpolo 33 * Dagbok 34 * Statistik 36 * Resultat 44 * Anders Holmertz krönika 58 **

Omslaget: Simning på 90-talet. Ill. från CAW-Image, Kingsfarm

DIANA sport

Ny generalagent:

SPORTSMAN MARKETING AB

BOX 658 • 131 22 NACKA • TEL 08-718 14 74 • FAX 08-718 29 70

RUE ROYALE DIANA
ERATE COMO ITALY
TEL. 039/598551/2/3
TX 326129 DIANA I
FAX 039/593761



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

atlasresor

Sveavägen 20, Stockholm, 08- 613 28 80. Östra Hamngatan 39, 031- 17 65 05,
Gustav Adolfs Torg 8, Malmö, 040- 10 39 75.

Sim sport

Postadress:	Box 8346, 402 79 Göteborg
Gatuadress:	Sörhallen, Eriksbergsområdet
Telefax:	031-22 32 34
Telefon:	031-23 33 50
Ansvarig utgivare:	Lennart Hjärpne
Chefredaktör:	Lars-Åke Lindqvist
Annonser:	Jaar Reklam AB, 031- 44 91 30, 44 86 15

ALLT OM PRENUMERATION

Att prenumerera är ett bekvämt sätt att köpa sin tidning.
Att prenumerera är att försäkra sig om att regelbundet få läsa sin favorittidning.

PRENUMERATIONSPRISER

Helår 160:- (9 utgåvor 1990)
2 år 290:-, 3 år 435:-
Sättes in på postgironummer 98 55 05- 7

PRENUMERATIONSÄRENDEN:
031-23 33 50, mellan kl. 10-12.

Teknisk produktion:	Förlagspoolen, Box 8346, 402 79 Göteborg , Tel. 031-23 33 50.
Förlagsredaktör:	Anders Wernesten.
Grafisk form:	Birgitta Lindgren.
Tryck:	Smp TRYCK, Växjö ISSN: 0346- 1084

För ej beställt material, text och bilder, ansvaras ej. Vid eventuell beskattning av vinster i tidningens pristävlingar svarar pristagaren för denna kostnad. Denna tidnings utlåning i förvärvssyfte förbjudes.



Värt att veta ...

1. **"STADGAR OCH TÄVLINGSBESTÄMMELSER 1989-1991"**
Svenska Simförbundets nya "Stadgar..." ligger klar för leverans till er.
Föreningens styrelse- och kommittéledamöter,andra "nyckelpersoner" som t ex tränare och vissa funktionärer bör självfallet ha ett eget exemplar av stadgarna.
Beställ därför omgående föreningens behov. **Pris: 50 kr/st.**

2. **"Vi har börjat simma"**
Denna populära broschyr att delas ut till nyrekryterade simmare/föräldrar är fortfarande lika aktuell.
Kan rekvireras utan kostnad.

3. **Simkatalogen 1990, Simborgarmaterial etc 1990**
Nya förlagskatalogen för 1990 byter namn till "Simkatalogen 1990" och är klar. Vid årsskiftet var också allt kampanjmaterial för Simborgeriet och våra simmärken klart att skickas ut. 1990 års Simborgarmärke är blått med silverkrans.
Beställ från kansliet.

4. **Rikstäckande "Sponsorsim" 30 september 1990 - i kombination med "Simborgardagen".**
Boka redan nu rubricerade datum för en riksomfattande sponsorsimning till förmån för Barncancerfonden. 50% till Barncancerfonden - 50% till simningen.
Våra visioner: att kommunen håller badet öppet utan kostnad för klubb/allmänhet att sponsorsimmet genomförs t ex kl 09.00-11.00
att badet därefter har "öppet hus" (Simningens dag) med simborgarprov etc att våra simlandslag "sponsorsimmar" på kvällen
att TV genomför en TV-gala på kvällen då bl a pengar överlämnas till Barncancerfonden.

Vill Du veta mer redan nu - kontakta undertecknad eller Marianne Dahlgren 040-46 54 69.
Fortlöpande information kommer.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Åke Elmsäter
Generalsekreterare

ÅRSMÖTEN

BOHUSLÄN DALS SF
håller årsmöte i Uddevalla, Bohusgården, den 5 mars 1990.

DALARNAS SF
håller årsmöte 1990-02-17, kl. 11.00 i Falun. Separat kallelse till berörda föreningar.

GÄSTRIKLANDS SF
har årsmöte 8 mars, 19.00 i Murénrummet, Strömbadet, Gävle.

GÖTEBORGS SF
avhåller ordinarie årsmöte onsdagen 7 mars. Separat kallelse utgår till berörda klubbar.

HALLANDS SF
håller årsmöte 5 mars i Vita Hästen i Falkenberg. Separat kallelse till berörda klubbar.

HÄLSINGLANDS SF
har årsmöte sönd. 11/3 kl. 17.00 på Jakob-Larsgården i Söderhamn.

NORRBOTTENS SF
har årsmöte 27 februari 1990 kl 19.00 i Pontusbadet i Luleå. Dagordning enligt stadgar.

STOCKHOLMS SF
har årsmöte 14 mars 1990 kl 19.30 i Medborgarhuset sal 403. Separat kallelse till berörda föreningar.

SÖDERMANLANDS SF
har årsmöte 5 mars kl 19.00, Plevnagården, Malmköping.

UPPLANDS SF
avhåller sitt årsmöte onsdagen den 7 mars 1990 kl 19.00 på Scandic Hotel, Uppsala.

VÄRMLANDS SF
håller årsmöte den 8 mars 1990 kl 19.00 på Hotell Gustaf Fröding, Karlstad. Separat kallelse till berörda klubbar.

VÄSTERGÖTLANDS SF
håller årsmöte i Skara 10 mars kl. 12.00. Separat kallelse till berörda föreningar.

DM

SÖDERMANLANDS SF
DM kort bana tillsammans med Östergötlands SF 30 mars - 1 april, Duveholmshallen, Katrineholm.

3:e WORLD MASTERS

6 - 14 augusti 1990 i
Rio de Janeiro, Brasilien

Simning:	grenar
fritt	50 - 100 - 200 - 400 - 800
rygg	50 - 100 - 200
bröst	50 - 100 - 200
fjäril	50 - 100 - 200
medley	200 - 400

Lag: 4x50 fritt + mixed
4x50 medley + mixed
Långbana: 6 km - Copacabana strand

Anmälan max 5 ind. grenar och max 2 grenar/dag förutom stafett och Långsimning

Reg avgift US Dollar 20, per anmäld start US Dollar 5.

Konstsim:	solo, duet, trio, team
Simhopp:	1, 3m och 5, 7.5 och 10m
Vattenpolo:	damer och herrar samt mixed teams.

För ytterligare upplysningar ring Marianne Sköld, 08-713 63 14

STEG 3 KURS-SIMNING I MARS RESP. APRIL 1990

Steg 3 kursen är framflyttad till hösten 1990.
Nytt datum meddelas längre fram i vår.

SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Sofia Larsson
Utbildningsassistent

Fortbildning Steg 2 KLÄRK-are

Kurs för Steg 2 KLÄRK-are som skulle ha ägt rum 27-28 januari är framflyttad.
Vi återkommer senare med tidpunkt och plats.
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
Sofia Larsson
Utbildningsassistent

DM

lång bana tillsammans med Östergötlands SF 29 juni - 1 juli, Linköping.
1990 års Norrländska Mästerskap arrangeras i Umeå den 27 - 29 april av Umeå Simsällskap.
Separat inbjudan till berörda klubbar.

MÄSTERSKAPSPOÄNG 1989

	Klubb	Simning	Hopp	Konstsim	Polo	Totalt
1.	Malmö KK	3.756,5				3.756,5
2.	SPIF	1.732	588		288	2.608
3.	KSLS	2.141,5				2.141,5
4.	Järfälla S	1.646		150	180	1.976
5.	Upsala S	1.891,5				1.891,5
6.	Helsingborgs S	1.813,5				1.813,5
7.	Jönköpings SS	815,5	877	53		1.745,5
8.	SK Poseidon	1.142	484			1.626
9.	Malmö S	120	1.395			1.515
10.	SK Neptun	967	106	42	96	1.211
11.	S 02	432	213	173	252	1.070
12.	Borlänge SS	912,5		156		1.068,5
13.	Västerås SS	605	50		348	1.003
14.	Södertörns SS	980				980
15.	Karlskoga SF		963			963
16.	Mariestads SS	951,5				951,5
17.	SS Mora	867				867
18.	LASS	751			56	807
19.	Skäret SS	758				758
20.	Södertälje SS	748				748
21.	Turebergs IF	728				728
22.	Norrköpings KK	653				653
23.	Växjö SS	488	164			652
24.	Täby Sim	642				642
25.	Karlskrona SS	587				587
26.	Ystads SS	566				566
27.	Motala SS	498				498
28.	SK Triton	489				489
29.	Örebro SA	265	172	42		479
30.	SK Korrugal	431,5				431,5
31.	Väsby SS	400				400
32.	SK Ran	289			108	397
33.	Umeå SS	392,5				392,5
34.	Ludvika SS			392		392
35.	SoIK Hellas	46	89		256	391
36.	Kungälvs SS	372				372
37.	Fagersta SK			363		363
38.	SKK	67			292	359
39.	Mölndals ASS	355,5				355,5
40.	Falu SS	341				341
41.	Skövde SS		315			315
42.	Sundsvalls SS	281				281
43.	Älvsby SS	245,5				245,5
44.	LUGI				240	240
45.	Limhamns SS	236				236
45.	SS Stimmet	236				236
47.	SK Elfsborg	235,5				235,5
48.	Hagfors SS	210				210
49.	Ängelholms SS	209				209
50.	Tunafors SK	112			84	196
51.	Spårvägens GoIF	178				178
52.	Kalix SS	176				176
53.	SS Artemis	163				163
54.	Gävle SS	149				149
55.	Eslövs SS	139				139
56.	SK Lödde	137				137
57.	Östersunds SF	130				130
58.	Sandvikens SoHK	110	12			122
59.	SK Laxen	116				116
59.	Solna SS	32			84	116
61.	Kristinebergs SK	111,5				111,5
62.	Österlen Sim	104,5				104,5
63.	SS Kanalen	36		64		100
64.	Sandviks IK	94				94
65.	Luleå SS	93				93
66.	Varbergs Sim	91				91
67.	Oxelösunds SS	85				85
68.	Säffle SS	84				84
69.	Piteå Sim	83				83
70.	Åkersberga SS	75				75
70.	Kumla SS	75				75
72.	Ronneby SS				72	72
73.	Botkyrka-Rönn. SS	71				71
74.	Askim-Frölunda SK	69				69
75.	Karlstads SS	21	45			66
76.	Lysekils SS	65				65
77.	GKKN	4	60			64
78.	Vellinge-Näset SK	63				63
79.	SK Ägir	60				60
80.	Värnamo SS	56				56
81.	Sydsim	55				55
82.	Ljungby SS	53				53
83.	Sjöbo SS	48				48
84.	Karlsborgs SK	45				45
85.	Ale SK	43				43
86.	Sim 77 Stenungs.	40				40
87.	Strängnäs SS	38				38
88.	Sala SS				36	36
89.	KK Karpen	34,5				34,5
90.	Eskilstuna SS	33,5				33,5
91.	Katrineholms SS	33				33
92.	Skellefteå SK	31				31
93.	Landskrona S	29				29
94.	Markaryds SS	28				28
95.	Trelleborgs SS	27				27
96.	Kalmar S	25				25
97.	Sollefteå ASS	23,5				23,5
98.	Hudiksvalls SS	22				22
99.	Skara SS	21				21
99.	Grums SS	21				21
101.	Älmhults SS	20				20
102.	Bolidens SK	19				19
103.	Filipstads IF	18				18
104.	Åmåls SS	15				15
105.	Nyköpings SS	14				14
106.	Tyringe SS	12				12
107.	Deje SS	10				10
108.	SK Götene	9				9
108.	S 71 Hässleholm	9				9
108.	Karlshamns SS			9		9
111.	Hylte SS	8				8
111.	SK ENA	8				8
113.	Osby SS	7				7
113.	SS Delfin	7				7
113.	Iggesunds SS	7				7
116.	Hallsbergs SK	6				6
117.	Vetlanda SS	5				5
117.	Bromöllaortens SS	5				5
119.	Danderyds SK	3				3
120.	Åhus SS	2,5				2,5
121.	Trollhättans SS	2				2
122.	Ösmo SS	1				1
122.	Falkenbergs SS	1				1
122.	IFK Lidingö SK	1				1

FÖRENINGSBYTEN

Namn	Moderklubb	Ny klubb	Tävlingskl.
Conny Wennberg	Spårbägens GoIF	Väsby SS	891123
Elisabeth Sjöstrand	Vetlanda SS	Jönköpings SS	891215
Katarina Strömberg	Mariestads SS	Trollhättans SS	891215
Sophie Caddéo	SPIF	Södertörns SS	891228
Fredrik Lundin	SS Artemis	Ystads SS	891229
Mats Norlin	Spårvägens GoIF	SKK	900105
Carina Gerhardsson	Spårvägens GoIF	SKK	900105
Kristina Engdahl	Limhamns SS	Malmö KK	900106
Charlotta Grunditz	Malmö S	Malmö KK	900106
Cecilia Kentell	Malmö S	Malmö KK	900106
Christoffer Eliasson	Malmö S	Malmö KK	900106
Sanna Håkansson	Limhamns SS	Malmö KK	900106
Jennie Jönsson	Limhamns SS	Malmö KK	900106
Magdalena Schutz	Limhamns SS	Malmö KK	900106
Henrik Thuresson	Iggesunds SS	Hudiksvalls SS	900107
Jeanette Risch	Iggesunds SS	Hudiksvalls SS	900107
Lina Wennerstrand	Borlänge SS	SS Mora	900114
Jonas Sundewall	Sandviks IK	Umeå SS	900114

Skrämmande flathet eller För syns och trovärdighets skull

När den traditionella familjebilden slogs sönder för 20 år sedan fick idrotten en allt större roll som en aktiv del av samhället. Idrotten har sedan dess tagit på sig en stor del av socialvårdande verksamhet. Idag är nästan all idrott organiserad, från babysim till pensionärsgympa i friskvårdande syfte. Att idrotten gör övriga samhället en stor och avgörande tjänst är ställt utom allt tvivel. Det är bara regeringen som tycker annorlunda.

Det går inte att tolka skatteomläggningen och budgetpropositionen på annat sätt. Eftersom bara en ytterst liten del av idrotten är affärsdrivande kommer all ideell verksamhet, att drabbas ekonomiskt.

När Stina får ett badlakan i pris för förstaplatsen i klubbmästerskapen skall klubben skriva inkomstuppgift eftersom ett badlakan kostar mer än 100 kronor. Den ideellt arbetande kraften i klubben skall belastas med ännu mer administration och ännu mindre idrott/ungdomsvård.

Med utökad moms på mat och hotell i samband med tävlingar och träningsläger stiger kostnaderna ytterligare. Det kommer att bli dyrare att bedriva idrott. Ett snabbt överslag säger att idrotten kommer att förlora 500 miljoner under 1990. Det är en halv miljard. Ofattbart med pengar för de tränare och ledare som en vintermorgon kör runt och samlar upp ungar för söndagens första tävlingspass.

Att idrott/friskvård/ungdomsverksamhet bestraffas med samhället i övrigt är dock förståeligt. Den bedrivna politiken har ju gått ut på att: "Kan inte alla få det bättre skall ingen ha det bättre".

Nu är det idrottens (o)tur. Kan inte alla vinna ekonomiskt skall ingen få göra det, blir slutsatsen. Ändå finns det en idrottsminister. Jo, det är säkert. Han heter Ulf Lönnqvist. Han slår sig för bröstet och menar att han sett till att inte idrotten gått lottlös i budgeten. Dessutom har han sett till att RF fått extra anslag för forskning och dopingfrågor. För övrigt har idrottsministern varit lika anonym FÖR idrotten som hans kollega Roine Carlsson varit för sitt område. Det andra de har gemensamt är att om den ene är JAsägare så är den andre JASägare.



Det är skrämmande att få kalla sig idrottsminister och acceptera att ansvarsområdet åderlåts så kraftigt som kommer att ske 1990.

Det är lika skrämmande att idrottens högsta organiserade organ, RF, inte säger ett knyst, frånsett några "njae", "jodå" och "det är klart vi skulle haft mer". Nyvalde Arne Ljungqvist är glad att han fått pengar till forskning och dopingfrågor. Självklart skall han vara det men att sedan bara acceptera att en halv miljard försvinner i något som mest liknar en skattehöjning är inte bra. Det är en skrämmande flathet som visas från ansvarigt håll.

Idrottsledare går inte ansvarslöst ut i en strejk eftersom det är ungdomarna som då drabbas. Förmodligen räknar finans- och idrottsminister att idrottsfolket har samma oändliga tålamod som bilisterna. Men nog kunde väl den ansvarige för idrotten, RF, i alla fall ryta till lite. För syns och trovärdighetens skull.

Trots alla extra pålagor kommer det alltid att finnas människor som vill veta hur fort, högt och långt det går att simma, hoppa och kasta. Det vet säkert småjoggande Feldt också. Problemet för idrottens bredd är bara att han tar in betydligt mer på gungorna än vad han "förlorar" på karusellen. Frågan är vad idrotten och samhället förlorar på längre sikt än fram till nästa val.

Lars-Åke Lindqvist

Intermarco, Helsingborg

FÖRST IN. SNABBAST UT.



Aldrig förr har så många svenskar konsumerat så mycket Ramlösa som nu, och sällan har en förpackning så snabbt fått så många trogna anhängare som vår egen 1,5 litersflaska.

Vad kan då vara mera naturligt än att satsa rikligt med hyllplats på en vinnare och upprepa 1989 års framgångsrecept även under 1990:

Först in, snabbast ut.

DET NATURLIGA MINERALVATTNET.

Ramlösa Hälsobrunn AB.

Pengar till klubben!

**Hur är det med din förenings ekonomi?
Kärvt?
Här kommer en jättechans att tjäna pengar – både för din klubb och ditt förbund.**

Var med i "OLYMPIALIGAN I V65 1990" – ett samarbete mellan ATG, SOK, Aftonbladet och samtliga 32 olympiska idrottsförbund.

"Olympialigan i V65" är en tipstävling som pågår 17 mars–5 maj mellan alla föreningar anslutna till ett olympiskt förbund.

För varje klubb som deltar får ditt idrottsförbund 750 kronor varav 250 kronor direkt avsätts till prispengar i Olympialigan inom ditt förbund.

Dessutom deltar din klubb automatiskt i kampen om ett förstapris på 100 000 kronor bland alla deltagande olympiska föreningar i en "Superliga."

Om samtliga drygt 18 000 klubbar i våra olympiska förbund anmäler sig betyder det hela 14 miljoner kronor på ett bräde – rakt ner i förbundens och föreningarnas kassor.

Lägg därtill alla sköna kronor som kan ticka in om din klubb deltar med kupongen i själva V65-spelet... Vad krävs det av klubben? Egentligen inte mer än att ni utser en kontaktman, som tippar och levererar tävlingskupongen i tid till förbundet.



Olympiatravet 1990.

Ett samarbete mellan SOK, ditt förbund och ATG.

Senast 15 februari vill ditt förbund ha din anmälan.

Mc Donald's TEAM-RM
Första utmanarprovet

Norrköping(SimSp)Intresset från simmarsverige på Mc Donald's Team-RM var stort. Så stort att fler än 2000 anmälningar hade gjorts av 69 klubbar. I tio grenar var det svårare att komma med än det blir till 1990 års SM. Simkkommitténs önskan om uppslutning kring nya säsongen hörsammades mer än väl. Norrköping ställde snabbt upp och gjorde ett bra arrangemang. Att sex av landets bästa simmare saknades gjorde inte så mycket. Det fanns nya som var beredda att ta över. Böand dem flera av årets andra nyhet - Utamanarna.



Borlänges segrande lag på 4x50 m fritt. Foto: Rolf Johansson.

Första dagen, 1 december

Mc Donald's Team RM:s första gren såg en ny sprinterstjärna födas. Upsalas Lars-Ove Jansson vann 100 m fritt på för årstiden utmärkta 50.66. 25 hundradelar bakom kom alltid lika stabile Mikael Söderlund, Karlskrona SS. Magnus Eriksson, Borlänge, är också säker och tog bronset med 51.24. Sedan kom utmana Pär Helgesson, Borlänge och Fredrik Letzler, Järfälla med bara en hundradels mellanrum, 51.42 mot 51.43.

Helena Åberg, Helsingborg, kom laddad till Mc Donald's Team RM. På 100 m fritt slog hon till direkt och vann, 56.05, nästan sekunden före Eva Nyberg, Mariestad. Ulrika Jardfelt, utmanare och Turebergs IF, kan snart simma vad som helst. Hon blev trea med duktiga 57.25. Ännu en utmanare fanns med i finalen. Karlskronas Malin Ulveklint blev sjua.

Nicklas Håkansson, SPIF, har sedan en tid tagit över ryggsimmet. I Norrköping fortsatte han. 200 m vann han på 2.04.36, efter 1.00.57 vid 100 m. Utmanaren Henrik Cleverdahl, Norrköping, motsvarade mer än väl "hemmatrycket" och blev tvåa med 2.05.07. Clas Jonsson, Gävle, var en halv sekund senare i mål.

Johanna Larsson, Mariestad, var tillbaka igen och vann damernas långa ryggsim på 2.17.92. Maria Olsson, Mora, blev tvåa med 2.18.53 och Nina Hansen, Helsingborg, trea med 2.20.31. De tre simmade i en klass för sig.

Jan Stensson, Hagfors, har länge varit i topp på bröstsimmet. På 100 m fick han konkurrens från utmanaren Peter Karlsson från Västerås. Jan vann dock med 1.02.98 mot 1.03.40. Anders Stensson tog tredjeplatsen med 1.04.26.

Anna-Karin Persson, Kungälv, har varit lika säker i toppen på damernas bröstsim. Nu fick hon tuff konkurrens, främst från Skärets Louise Karlsson också hon

utmanare. Anna-Karin lyckades hålla undan och vinna på 1.10.65, 31 hundradelar före Louise. Åsa Hedlund, LASS, blev trea med 1.12.26.

Fredrik Letzler var i farten igen på 400 m fritt där han blev trea, 3.58.48. Neptuns René Vinasco är säker och höll mer än väl undan när han blev tvåa med 3.55.96. Henrik Jangvall, numera Sundsvall, behövde aldrig vara orolig. Han ledde från start till mål och vann 3.51.67.

Damernas 400 m fritt har inte varit riktigt lika roligt. I Norrköping tändes dock en del ljus. Växjös Andrea Bolin, född 1973, var länge på väg mot en tid under 4.20. Hon orkade inte riktigt utan vann på 4.22.62. Linda Olofsson, Älvsby SS, kan simma långt också och blev tvåa på 4.24.27. Annette Lindbom, Mariestad, också hon född 1973 fightade sig in på tredje plats med 4.25.86.

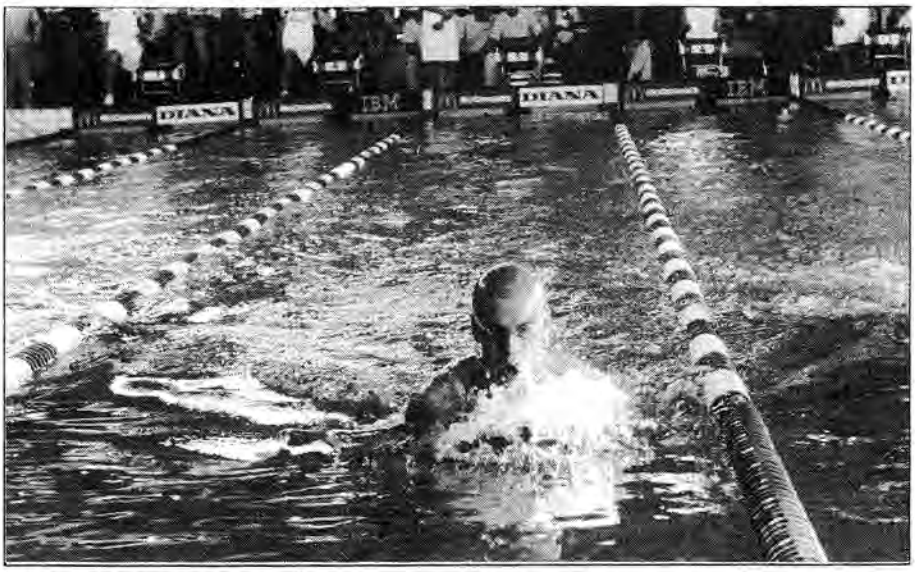
Det var premiär för 50 m fjäril på Mc Donald's Team RM. Jan Karlsson, Borlänge, vann herrarnas på 24.75 och Louise Karlsson, Skäret SS, damernas på 28.61. Alla sju finalflickorna simmade i mål inom samma sekund.

Ola Frejd, utmanare från SK Neptun, vann överraskande för många 200 m medley på 2.05.31. Efter 100 m var han en sekund och 23 hundradelar bakom Mariestads Anders Peterson. 44 hundradelar plockade han på bröstsimmet och Ola hade också krafter kvar för det avslutande frisimmet. Segermarginalen blev 17 hundradelar. Helsingborgs Per-Ola Lundbladh tog tredjeplatsen med sina 2.05.94. Ännu en utmanare fanns med i finalfältet. Kalix Bert-Ola Eriksson blev femma med 2.07.63.

På damernas 200 m medley kom första utmanarsegern. Det var Ulrika Jardfelt som länge simmade på Anette Philipssons gamla rekord. Klockan stannade på 2.16.54 för Ulrika. Vid 150 m, efter bröstsimmet, var Korrugals Helena Kälvehed uppe nästan jämsides, men Ulrika var starkare på frisimmet. Helena Kälvehed blev tvåa med 2.17.08 och som trea kom ännu en utmanare, Järfällas Catharina Mattsson med 2.19.94.

Borlängekvartetten Jan Karlsson, Pär Helgesson, Anders Käck och Magnus Eriksson blev historiska när de vann 4x50 m fritt på 1.32.74. De fyra höll undan loppet igenom för i första hand Helsingborg, (Anders Rasmusson, Mats Rasmusson, Jacob Andersson och Ola Lundbladh), som blev tvåa, 1.33.57 och Skäret, (Dennis Foxér, Nils Liedberg, Peter Guldbrand och Roland Larsén), 1.34.07. Skärets Nils Liedberg var snabbast av alla med sina 22.67. En simmare till lyckades simma fortare än 23 sekunder, Magnus Eriksson i segrande laget, 22.48.

Helsingborgs damer, Helena Åberg, Lotta Magnusson, Nina Hansen och Jeanette Richter blev lika historiska när de vann sin sprinterlagkapp. 1.46.80 blev segertiden och en enda flicka simmade under 26 sekunder. Det var Helena Åberg som simmade förstasträckan på 25.97. Som mest ledde helsingborgsflickorna med nästan tre sekunder men i mål var tvåan LASS, (Ellenor Svensson, Anette Philipsson, Åsa Hedlund och Annika Lindholm), 1.28 bakom. Trea blev Järfälla, (Malin Sandorf, Catharina Mattsson, Karin Mårde och Cecilia Wangel), 1.48.85. En överraskning var Kungälv på fjärde plats med 1.49.02.



Ola Frejd vann 200 m medley.

Andra dagen 2 december

Henrik Jangvall tog sin andra seger när han vann 1500 m fritt. En jämn och lugn simning gav honom 15.39.29. Hans Rosmark, Neptun, blev tvåa, 15.45.59 och Magnus Karlsson trea med 15.49.32.

Eva Nyberg kom tillbaka starkt på 200 m fritt när hon vann på 2.01.90. Helena Kälvehed var en dryg sekund efter, 2.02.95 och Nina Hansen blev trea med 2.03.58.

En utmanare, Joakim Nyholm Neptun, fanns på plats i finalen på 100 m fjäril, men hans 56.20 räckte inte riktigt när Anders Rasmusson, Helsingborg, vann med 55.17. Anders var snabbt ute och vände vid 50 m på 25.56. Jonas Lögdberg, Täby Sim, blev tvåa på 55.98.

Malin Håkansson, SK Triton, tog klubbens första mästerskapsguldmedalj när hon vann 50 m rygg på 31.10. Maria Olsson, Mora, var bara två hundradelar bakom och Åkersbergas Maria Hellberg ytterligare elva hundradelar senare.

Nicklas Håkansson fortsatte sitt starka ryggsim också på 100 m när han vann på 57.89. Göran Sköld, Södertörn, tog silvret med sina 58.03 och Clas Jonsson tog ännu en medalj när han blev trea med 58.25. Också i denna final fanns utmanare med. Daniel Lönnberg, Växjö, blev fyra med 59.34.

Ännu en utmanarseger blev det på damernas 200 m fjäril när Järfällas Catharina Mattsson vann, 2.16.61. Så blev hon också jätteglad för ett präktigt personligt rekord. Hon hade länge en


Agneta Eriksson gjorde come-back på 100 m fjäril.



Helena Kälvehed, Anna Hansen och Ellenor Svensson diskuterade Team-RM:s för- och nackdelar.

hård match med Helsingborgs Lotta Magnusson men Lotta lyckades aldrig komma ifatt utan blev tvåa med 2.17.44. Malin Persson vände som tvåa vid 100 m men fick ge sig för Lottas starka slutspurt och blev trea på 2.17.66. SPIFs unga Mikaéla Laurén, en utmanare född 1976, var också i final men slutade sist, 2.25.75.

Lars-Ove Jansson var snabbast också på 50 m fritt och ensam om att simma under 23 sekunder. Hans 22.94 var 12 hundradelar bättre än Jan Karlsson, Borlänge och 27 bättre än trean Magnus Eriksson.

Anna-Karin Persson höll undan också på 200 m bröst men hade det jobbigt. Överraskningen, Sandvikens Charlotte Humling, hängde med mycket bra. Hon hade också mycket krafter kvar på sista längden då Anna-Karin var trött. Kungälvstjejen kunde dock hålla undan och vann knappt på 2.33.12 före Charlottes 2.33.41. Åsa Hedlund, LASS blev trea med 2.34.59. En av utmanartjejerna fanns med här också. Louise Karlsson blev femma med 2.35.38.

Herrarnas 50 m bröst blev till en rolig och spännande tillställning. Vid 25 m vände Anders Stensson som ledare, hundradelen före brodern Jan. Så kom alla sju på linje mot mål. Istättningen stämde bäst för Jan Stensson som vann, 29.39, en hundradel före Karlskronas Ulf Glader och fem hundradelar före Anders. Peter Karlsson blev fyra med 29.47.

Unga utmanartjejen från Tureberg, Ulrika Jardfelt tog sin andra seger när hon vann 400 m medley, 4.54.30. För utmanaransvarige Leif "Chappe" Ericsson, blev det ännu roligare när Catharina Mättsson blev tvåa, 4.57.27. Moras Lisa Lönn behärskar det mesta inom simningen och blev trea på 5.01.47.

Stockholmspolisens herrar, Nicklas Håkansson, Peter Gullander, Stefan Gullberg och Claes Eriksson ledde medleylagkappen från start till mål och vann, 3.49.04. Helsingborgs Thomas Landin, Per-Ola Lundblad, Anders och Mats Rasmusson var nära men aldrig ikapp, 3.51.48. Skäret, 3.53.11, hade en tuff match mot fyran Neptun men Nils Liedberg, Peter Gullbrand, Magnus Larsson och Dennis Foxér höll undan med fyra hundradelar.

Helsingborg fick i stället ta hjälp av damerna. Anna Hansen, Helena Åberg, (56.00), Nina Hansen och Lotta Magnusson vann 4x100 m fritt på 3.50.03, före Kristianstads Annika Nilsson, Anna Lindberg, Eva Granlund och Kicki Myhrbro, 3.52.76. Västerås kom på tredje plats genom Agneta Eriksson, Anna Åhlund, Tina Carlsson och Katarina Blom.



Nicklas Håkansson laddade rejält före ryggsimmet.

Tredje dagen 3 december

800 m fritt gick inte till samlingarna som någon "höjdare". Enda flicka under nio minuter var Helsingborgs Nina Hansen som vann på 8.56.58. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors, blev överraskande tvåa, 9.00.85 före Mariestads Annette Lindbom, 9.06.20.

Sundsvalls Henrik Jangvall fick en flygande start på 200 m fritt och tog sin tredje guldmedalj. Han vann på 1.49.77 före utmanaren Fredrik Letzler, 1.50.27. Alltid pålitlige Ulf Eriksson, Upsala, tog bronset med 1.51.09.

Västerås Agneta Eriksson var tillbaks i bassängen igen på 100 m fjäril och visade att hon har en hel del att ge ännu. Anna Lindberg var dock snabbast vid 50 m, 29.40. På sista längden kroknade Anna något och slutade trea, 1.02.84. Agneta låg jämsides med Malin Persson och fick ge sig för moraflickan. Malin vann, 1.02.59 och Agneta noterades för 1.02.81.

På 50 m rygg försökte Göran Sköld ta revansch för 100 m. Det gick nästan. Han delade förstaplatsen med Nicklas Håkansson. Båda fick 27.11. Lars-Ove Jansson visade att han också kan simma baklänges då han blev trea med 27.48.

Ulrika Jardfelts samling av medaljer utökades med segern på 100 m rygg. 1.05.09 var nästan halvsekunden bättre än tvåan Maria Olssons, Mora, 1.05.55. Maria Hellberg var ännu en gång med i toppen och slutade trea med 1.06.32.

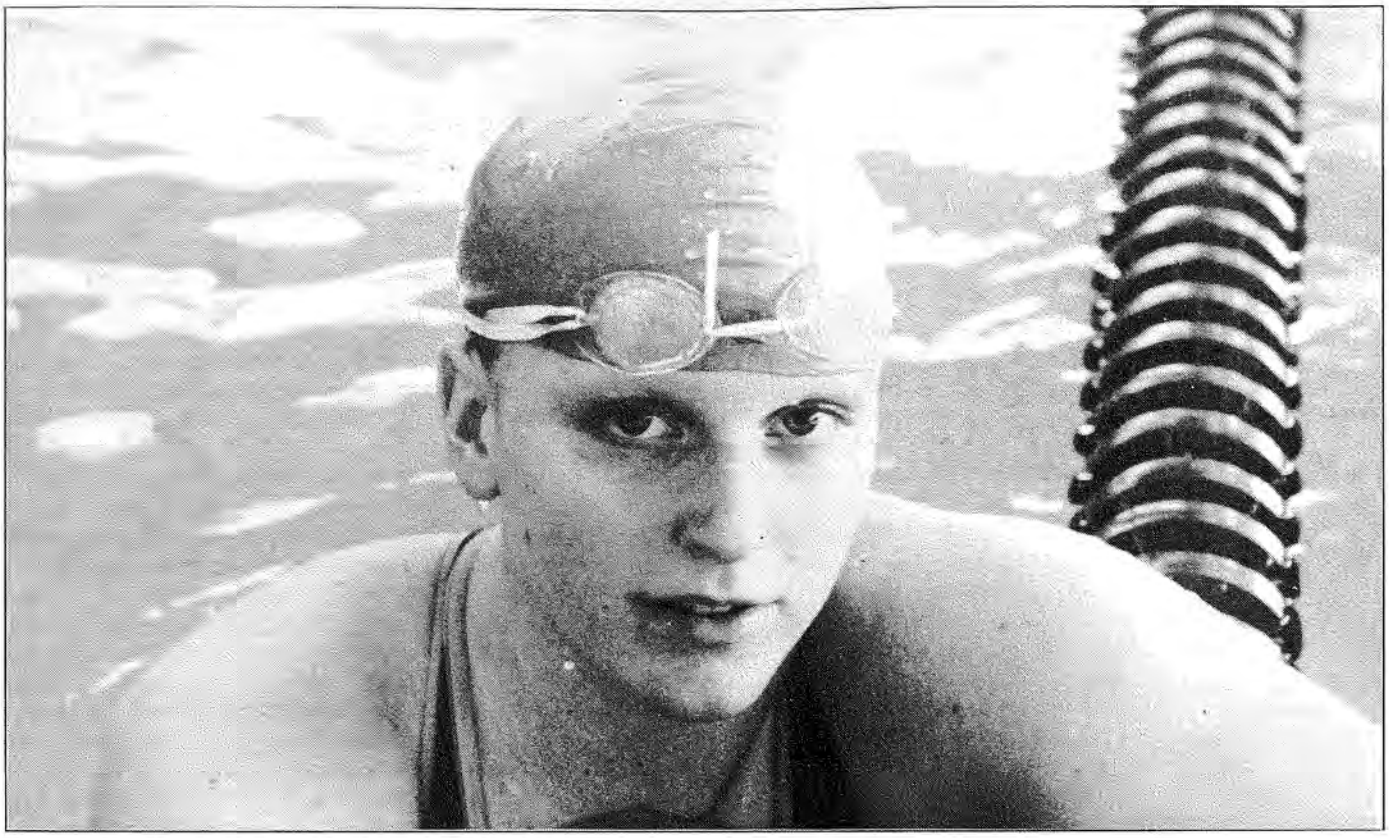
På herrarnas 200 m fjäril tog utmanare Joakim Nyholm en "rövare" och satsade allt från början. Redan vid 50 m var han mer än sekunden före de andra. Vid 100 m vände han på 56.84, fortfarande nästan en sekund bättre än blivande segraren. Satsningen häll inte riktigt utan han fick ge sig för Skärets Magnus Larsson, som gjorde ett imponerande lopp och vann, 2.02.56, före SPIFs Stefan Gullberg, 2.02.91. Fightern Nyholm blev trea, 2.03.40.

Helena Åberg var i storform i Norrköping. Hon hade redan visat hur snabb hon var men fortsatte också på 50 m fritt som hon vann på 26.16. Linda Olofsson kom starkt på slutet och blev tvåa, 26.30. Kumlas Marika Pettersson gjorde också ett stabilt intryck när hon blev trea på 26.33. Utmanaren från Uddevalla, Louise Karlsson

Forts. sid 52

Europacupen 1989

Europacupen för landslag i spanska Sabadell utanför Barcelona blev en medelmåttig tillställning. Även för svensk del med några undantag. Kanske var detta den sista Europacup, i traditionell mening, som simmades. I år blir det en öppen Europacup på lång bana i Rom i augusti och vad som skall hända i december 1991 är ingen riktigt säker på.



Ulrika Jardfelt, en utmanare som utmanar alla.

Nio svenska simmare fanns på plats. Ulrika Jardfelt, Anna-Karin Persson, Malin Pehrsson, Helena Åberg, Magnus Eriksson, Henrik Jangwall, Lars-Ove Jansson, Jan Karlsson och Jan Stensson fick göra så gott de kunde mot de större nationerna.

På herrsidan lyckades Lars-Ove Jansson bäst. 50.30 räckte till sjätte plats i finalen på 100 m fritt. I laget på 4x100 m simmade han sista sträckan på imponerande 48.99 i det lag som blev femma. Övriga i laget var Magnus Eriksson, 50.64, Jan Karlsson, 50.81 och Henrik Jangwall, 50.12.

Det svenska herrlaget i medley diskvalificerades.

Av de andra svenska herrarna var Henrik Janwall i final på 400 m fritt där han blev sexa med 3.53.43. Bassängen i Sabadell hade bara sex banor.

På 100 m bröst blev Jan Stensson åtta, 1.03.67. Mark Warnecke, Västtyskland, vann på 1.01.78. Dubbla distansen vanns av engelsmannen Nick Gillingham på 2.10.09, som blev nytt Europacuprekord. Jan Stensson blev nia på 2.20.83.

De svenska damerna var jämnare med Ulrika Jardfelt och Helena Åberg på topp. Ulrika Jardfelt motsvarade förtroendet på bästa sätt. På 200 m medley blev hon fyra med 2.16.89, bara 6 tiondelar bakom Anette Philipssons sju år gamla svenska rekord.

Helena Åberg gjorde ett par mycket jämna simningar. På 100 m fritt slutade hon fyra med fina 56.45, en förbättring från försöken med ett par tiondelar. Efter halva loppet låg hon trea men fick ge sig för östtyskan Sabina Schulze de sista meterna.

I damernas frisimslag som blev åtta, simmade Helena sistasträckan på 55.98. Samma placering fick laget i medleyn där Ulrika Jardfelt inledde med 1.06.23, Anna-Karin Persson simmade bröst på 1.11.51, Malin Pehrsson fjäril på 1.03.21. Helena Åberg avslutade med 56.74. I försöken hade Helena 56.64 på sin sträcka.

Malin Pehrsson blev åtta på 100 m fjäril med 1.03.67 och tia på dubbla distansen med 2.18.60. Anna-Karin Persson nådde sista finalplatsen på 100 m bröst, 1.11.04 och blev nia på 200 m med 2.35.05.

Det var ganska glest mellan prestationerna även från andra nationer. Men några undantag fanns. Italiens simmare blixtrar till ibland och i Sabadell var det Giorgio Lamberti som provade formen på 200 m fritt. Han vann med 1.45.61.

(Europacupsparentes)

Händelseutvecklingen i Östeuropa under slutet av förra året påverkade också idrotten. Vid Europacupen i spanska Sabadell i december visade bland andra östtyskarna "sitt rätta jag" för första gången. Lars-Eric Paulsson berättar här om ...

Förvandlingen

Plötsligt kommer den östtyske tränaren mot mig med ett leende och en utsträckt hand. Förvånad tar jag handen och besvarar hans "Guten morgen". Förvånad därför att detta var första gången på 25 år som detta hände. Ändå har vi två känt varandra hela denna tid. Vi har varit på sex olympiska spel tillsammans. Vi har sett en hel drös med VM, EM och andra tävlingar från samma deltagarläktare.

Alltid har jag mötts av samma stenansikten och bortvända blickar från dessa DDR-ledare. De aktiva har hållit sig för sig själva och med skrämda och längtansfulla blickar smygtittat på den gemenskap vi andra i den internationella simmarfamiljen känt.

Det bestående minnet av Europacupen 1989 i Spanien är inte resultat och segrare. Nej, den här tävlingen går till historien som ögonblicket då DDR:s simmare och ledare kunde roa sig på banketten därför att det inte längre fanns någon att bevaka eller något att rymma från.

Där syntes DDR-ledare ta en pilsner med sina västtyska kollegor. Före detta världsrekordhållare från DDR samspråkade avspänt och hjärtligt med kamrater från väst. Planer på samarbete smiddes, inbjudningar utbyttes. Det var alltså som det skulle vara. Äntligen. Det kändes som en befrielse, som en seger för idrotten.

En del experter menar att nu är det slut på DDR-dominansen i bassängerna. Nu finns inte längre samma morot till träning. Nu saknas möjligheten till hemlighetsmakeri och toppstyrning. So what?

Nu finns i stället möjlighet till idrott på samma villkor. Nu finns anledning för DDR-simmare och tränare att glädjas över segrar och medaljer precis som vi andra.

Nu är det slut på inflation i medaljer i Östtyskland.

Grattis DDR.

"Pålle"



EJM-KVAL

Europamästerskapen för juniorer simmas i år i franska Dunkerque 26-29 juli. Uttagning till EJM kommer att ske på de resultat som uppnås vid Sum-Sim i Mölndal 15-17 juni.
EJM-åldern är i år flickor 14-15 år, födda 1975-1976 och pojkar 16-17 år, födda 1973-1974, vilket är det sammma som äldsta klassen på Sum-Sim.

Ettan i varje gren är inkvalad till EJM. Tvåan är inkvalad om denne uppnår en tid som är lika med eller bättre än förra årets 12:e försökstid. Se nedan. Lagkapperna kommer i huvudsak att tas ut inom truppen men kompletteringar kan ske.
Som förberedelse görs ett läger för cirka 15 simmare den 9-11 mars och ett påskläger med tävling i Luxenburg 21-22 april för cirka 10 simmare. Uttagning till dessa läger sker vid JSM i Södertälje och världscupen i Göteborg.

Lycka till
Sven-Bertil Mattsson

Svenska tjejer bäst

Flickorna Anna Lindberg, Malin Pehrsson, Charlotte Humling, Linda Olofsson och Annika Nilsson blev bästa nationslag bland damerna vid Internationella spanska mästerskapen i Madrid 13-14 januari. De blev det i kamp med nationer som Holland, Östtyskland, USA, Australien, Kina, Japan, Posrtugal och Schweiz.

Charlotte Humling vann alla tre bröstsimgrenarna och passade samtidigt på att sätta mästerskapsrekord på 200 m bröst med tiden 2.35.33.
Tävlingarna höll hög kvalité med tanke på att Nils Rudolph, Östtyskland, vann 50 m fritt på 22.42 före Tom Jaeger, USA, 22.58.



Anna Lindberg och Malin Pehrsson.

EJM 1989

Flickor

Frisim	1:a	3:a	6:a	8:a fi	8:a fö	12:a fi	12:a fö
100 m	57.65	58.46	59.51	59.80	59.56	59.84	1.00.18
200 m	2.02.65	2.04.55	2.06.50	2.08.84	2.07.95	2.07.48	2.08.43
400 m	4.15.52	4.18.13	4.24.33	4.25.75	4.24.48	4.28.87	4.27.58
800 m	8.46.63	8.49.47	8.51.31	9.01.98	9.03.00		9.11.38
4x100 m	3.51.13	3.56.26	3.59.39	4.01.21	4.00.11		4.08.73
4x200 m	8.19.38	8.29.41	8.34.46	8.38.93	8.39.45		8.57.68
Ryggsim							
100 m	1.02.24	1.03.18	1.05.39	1.07.23	1.06.49	1.08.01	1.07.22
200 m	2.10.69	2.15.87	2.21.39	2.23.30	2.23.26	2.25.91	2.25.62
Bröstsim							
100 m	1.10.88	1.11.52	1.13.42	1.14.51	1.14.19	1.14.81	1.15.31
200 m	2.32.69	2.34.19	2.36.91	2.41.74	2.39.80	2.41.97	2.41.14
Fjärilsim							
100 m	1.02.89	1.03.77	1.04.21	1.05.75	1.05.62	1.05.38	1.05.66
200 m	2.12.19	2.15.80	2.18.67	2.19.06	2.19.23	2.21.32	2.21.90
Medley							
200 m	2.16.03	2.20.51	2.23.63	2.25.54	2.24.71	2.24.01	2.25.01
400 m	4.45.52	4.54.76	4.59.77	5.10.76	5.03.11	5.07.84	5.10.12
4x100 m	4.16.36	4.18.30	4.28.97	4.30.53	4.31.18		4.39.03

Pojkar

Frisim	1:a	3:a	6:a	8:a fi	8:a fö	12:a fi	12:a fö
100 m	50.41	52.43	53.20	53.60	53.68	54.03	54.06
200 m	1.51.48	1.52.67	1.54.29	1.55.06	1.55.45	1.56.73	1.56.54
400 m	3.56.78	3.57.90	4.03.34	4.05.67	4.05.58	4.06.47	4.07.46
1500 m	15.29.13	15.38.61	16.03.02	16.11.27	16.05.61		16.18.61
4x100 m	3.25.42	3.29.34	3.34.96	3.38.25	3.35.46		3.38.19
4x200 m	7.33.91	7.39.82	7.51.65	7.56.22	7.53.27		7.57.63
Ryggsim							
100 m	59.05	59.41	59.88	1.00.23	1.00.10	1.00.61	1.00.45
200 m	2.04.78	2.06.18	2.07.56	2.10.27	2.09.04	2.09.35	2.09.46
Bröstsim							
100 m	1.05.03	1.05.61	1.06.19	1.07.13	1.06.90	1.07.69	1.07.74
200 m	2.21.97	2.23.05	2.25.01	2.27.39	2.26.43	2.25.65	2.27.14
Fjärilsim							
100 m	56.08	56.63	57.52	58.02	57.99	58.49	58.43
200 m	2.03.19	2.04.55	2.06.41	2.07.79	2.08.12	2.08.54	2.08.49
Medley							
200 m	2.07.05	2.09.13	2.10.42	2.11.43	2.11.18	2.11.82	2.12.65
400 m	4.33.02	4.33.47	4.36.90	4.41.91	4.40.25	4.40.72	4.44.44

Sim-VM 1991 och "Det stora äventyret"

I januari 1991 simmas VM i Perth, västra Australien. Intresserade åskådare har möjlighet att följa med på den resa som planeras av Simspecialisten Paleski sport AB och Traveller AB.

Resan har två syften. Dels en resa för dem som vill se VM och då reser Norden - Perth och sedan återvänder hem efter VM och dels en resa som fortsätter efter VM med rubriken "Det stora äventyret".

"Det stora äventyret" handlar om en resa mot Australiens djungler och Stora Barriärrevet med mera i Queensland.

Efter några dagar i Perth efter VM fortsätter resan till Melbourne med besök på bl a Philip Island för att se pingvinerna "komma hem" för att mata sina ungar. Besök i Sydney planeras och sedan fortsätter resan norrut mot värmen.

Resan går mellan berg och hav, förläggningen blir i tält eller under bar himmel och besök i byar med urinvånarna, Aboriginer, ingår. Via Surfers Paradise går resan till Brisbane och Sabine Piper för ett besök på Frazer Island, världens största sandö. Staden Cairns väntar och det blir segling med katamaran till någon av öarna Daydream Island, Magnetic Island eller Hook Island och till Stora Barriärrevet.

Programmet är givetvis inte fastlagt men arrangörerna lovar att skapa en händelserik äventyrsresa i Queensland.

Resan från Sverige - Finland - Norge - Danmark - Island till Perth och hem igen kommer att kosta cirka 12.000 kronor inklusive inkvartering på prisvärt hotell. Äventyrsresan är under planering. Intresserade bör redan nu anmäla sitt intresse till: Simspecialisten Paleski Sport AB, 031-160274, 166128. För researrangemanget svarar Traveller AB.

Idrottspluton flyttas

Kungliga Bohusläns Regemente, I 17 i Uddevalla, skall läggas ner. Då försvinner också den idrottspluton som finns på regementet. Simförbundet var ett av de första specialförbund som inrättade möjligheten för elitidrottsmän att kombinera militärtjänsten med fortsatt träning.

I Uddevalla har det fungerat bra under alla år, främst tack vare Skärets tränare Leif Carlsson som också tränat idrottsplutonen. Sedan hösten 1989 har världens snabbaste soldater funnits i Uddevalla, bland andra Håkan Karlsson, Joakim Holmqvist och Christer Wallin. Assisterande tränare har varit Mikael Holmertz.

Nu flyttas idrottsplutonen, tillfälligt, till Halmstad från hösten 1990. Ny tränare blir Peter Pettersson, tränare i SK Laxen. Flyttningen av idrottspluton till Halmstad är inte definitiv. Alternativ som Skövde och Falun diskuteras också. Men för 1990-1991 gäller Halmstad.

De som är aktuella för Halmstad utbildningsåret 1990-1991 är:

Nicklas Håkansson, SPIF, Stefan Pärlklo, SPIF, Ola Frejd, SK Neptun, Peter Karlsson, Västerås SS, Jonas Lögdberg, Täby Sim, Torkel Årman, Södertälje SS, Pär Kristoffersson, Jönköpings SS, Ola Strömberg, Upsala S, Jonas Prellner, SK Poseidon, Fredrik Sjöstedt, SK Poseidon, Anders Käck, Borlänge SS och Magnus Johansson, Kumla SS.

Reserver är: Martin Nyberg, Norrköpings KK, Hans Gyllner, Falu SS, Jonas Andersson, SK Poseidon, Martin Rogersson, Täby Sim, Jon Lundqvist, SK Poseidon, Pär Sahlin, Jönköpings SS och Thomas Dahlgren, Järfälla S.

NYA REKORD

Det blev tre nya juniorrekord under förra decenniets sista skälvande dagar.

Den 11 december vann SK Neptun 4x200 m fritt på 7.34.68 i Stockholm och den 16 vann Järfälla S 4x100 m fritt på 3.27.14 i Västerås. Peter Karlsson, Västerås, vann en dag senare 200 m bröst på rekordtiden 2.17.35.

NY FÖRBUNDSKAPTEN

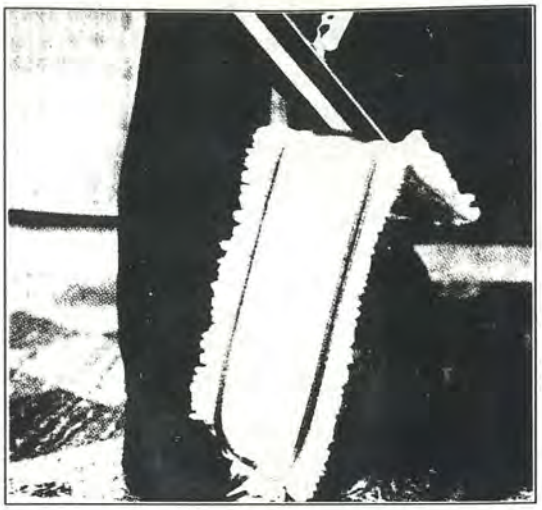
Lars-Eric Paulsson slutar sin tjänst som förbundskapten för simlandslaget i och med VM i Australien i januari 1991. Därefter skall någon ta över. Frågan är vem. Vad tycker du? För att göra en helt oseriös undersökning om vem eller vilka som kan vara aktuella för jobbet har vi gjort det enkelt. Fyll i och skicka talongen till Simförbundets ordförande Thorbjörn Falk.

Thorbjörn Falk Rödrävsgatan 3 722 43 Västerås

Jag tycker att _____
skall bli ny förbundskapten för simlandslaget.

Namn: _____
Adress: _____

Mopping på arbetsplatsen



Från företaget GIPECO i Jönköping kommer ett städprogram som underlättar rengöringen i exempelvis simhallar. Ett nytt moppstativ och moppgarn för fukt- och våtmopping gör att svabbar och tunga moppar blir överflödiga.

Moppgarnet fästs på stativet med öljett och kardborrevelour. Vid sköljning eller urpressning kan garnet lossas helt eller delvis för att pressar ur i en vagn. Då det går lätt och snabbt behöver man aldrig ta i garnet med händerna.

De korta öglorna i moppen minskar friktionen mot golvet och tar effektivt upp smutsen och behåller den i moppen. Moppgarnet är ett av marknadens lättaste och gör således arbetet lättare.

För information: Gipeco, tel 036-18 80 30.

Gunnar Lundström AB sålt

GUNNAR LUNDSTRÖM AB
SPORTARTIKLAR EN GROS
arena

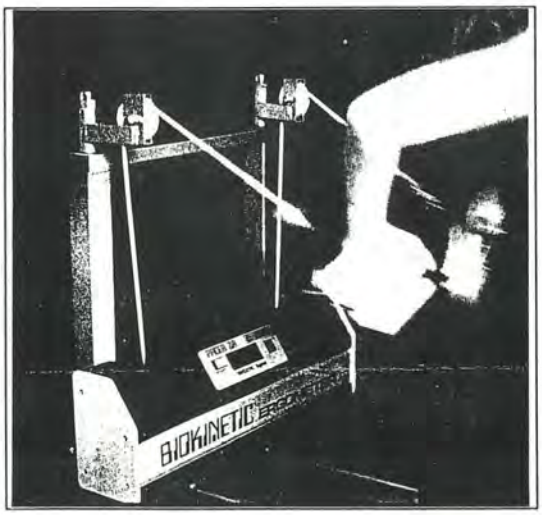
Efter att i 36 år ha drivit upp sitt bolag till Sveriges största grossist i sportvaror har Gunnar Lundström sålt sitt livsverk till adidas, det varumärke Gunnar har representerat i 25 år.

Den 1 januari 1990 blev GLAB adidas - Sarragan Svenska AB. VD, ledningsgrupp och personal kvarstår och företaget blir ett självständigt dotterbolag till adidas. Till ansvarig för Skandinavien har Wulf Landreh utsetts.

Arena, som ingått i sortimentet sedan mars 1988, finns kvar oförändrat i det nya företaget. Varumärkeschef är som tidigare Agneta Wiklander-Peterzon.

Tillsammans med de nya sortimenten från amerikanska Pony, skor och textilier och franska Le Coq Sportif, skor, textil och väskor för individualister och ett mer modeinriktat sortiment, bildar Arena Sarragan som också finns med i det nya bolagsnamnet.

För bänknötare



Västtyska Sport Fahnemann visade i samband med elittränarkonferensen i borås i höstas information om sin simbänk. Intresset var stort och under vintern har bänken haft ett speciellt pris, 4.740 DM.

Fahnemanns Biokinetic simbänk är inte bara en träningsbänk utan också en testbänk. En display visar exakt den kraft som används i kpm och ger tränare och simmare möjlighet att kontrollera teknik, hastighet, dragkraft, träningsmål och allt går sedan att analysera med hjälp av en skrivare.

Intresserade kan kontakta Sport Fahnemann GmbH, Postfach 127, 3205 Bockenem 1, Västtyskland, tel 00949-50 67 10 61.

ESSENUOTO®



ESSENUOTO i Sverige

nu hos

MIWEX FRITID AB

Nya fräscha modeller för 1990!
Rekvirera vår katalog.
Vill Du bli vår kontaktperson i Din egen klubb?
Ring för information.

MIWEX FRITID AB - BOX 6063 - 550 06 JÖNKÖPING

TEL 036 14 21 55

VM 1994 eller ...?

Tanken på ett stort mästerskap i Sverige har funnits länge. Denna tanke fick nytt bränsle i och med Bengt Johanssons artikel i Simsport hösten 1987. Sedan artikeln skrevs har vi fått många positiva reaktioner på att vi borde undersöka möjligheterna till att arrangera ett stort mästerskap. Det började diskuteras alternativ och debatten kom igång.

Svenska Simförbundets styrelse tyckte att möjligheterna måste utredas och tillsatte våren 1989 en arbetsgrupp med uppdrag att undersöka förutsättningarna för ett VM- eller EM-arrangemang. Styrelsen beslöt också att skjuta fram avgörandet om plats för arrangemanget tills en ordentlig inventering gjorts och ett program kunde presenteras.

Ett arrangemang av VM:s kaliber ställer stora krav på både anläggningar och planeringsarbete. I Sverige finns idag ingen stad eller kommun som ensam har möjligheter att arrangera ett VM då fasta anläggningar i tillräckligt antal saknas. Tidigt föddes därför tanken på att använda monteringsbara bassänger som ett komplement till de anläggningar som redan finns.

Sveriges koncept för ett VM bygger på att använda 2-3 monteringsbara bassänger. Kontakter togs därför med den italienska firma som tillverkar portabla pooler och som vid EM i Strasbourg 1987 ställde upp en sådan som uppvärmningsbassäng.

Efter en första inventering på tänkbara städer eller kommuner som kan tänkas arrangera ett VM föll till slut valet på Stockholm och Göteborg. Kontakter togs med Globen och Scandinavium och diskussioner inleddes.

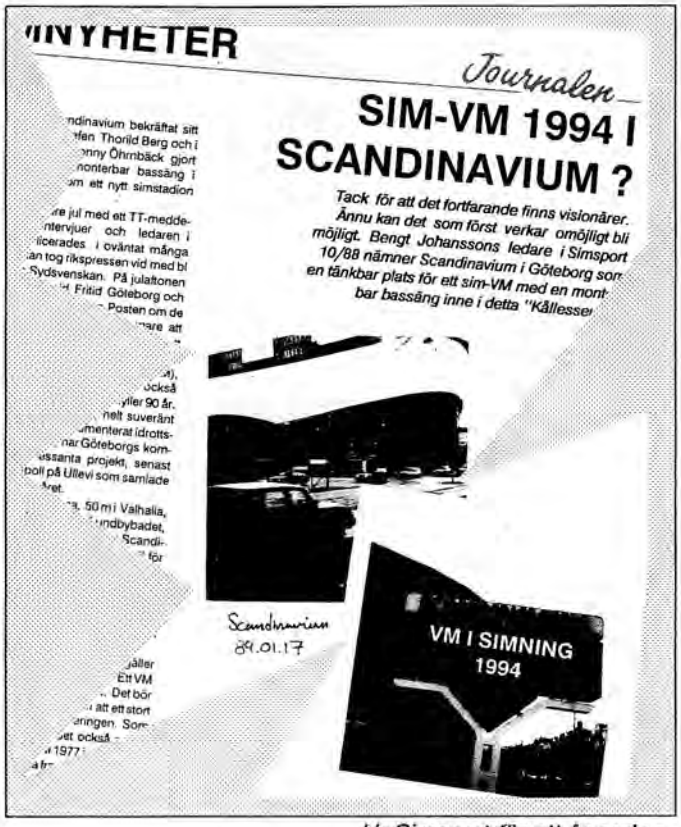
I Stockholm har sedan flera år tillbaka planer funnits på en utbyggnad av Eriksdalsbadet. Fritid Stockholm har sedan länge haft ritningar på en om- och tillbyggnad för hela badet. Tyvärr har problemet hittills varit det vanliga, nämligen finansieringen. Den plan som nu presenteras och som antagits i Fritidsnämnden är bra men tyvärr inte tillräcklig för att ensam klara av ett VM. Detta hade vi inte heller förväntat oss då ett stort mästerskap kräver 6-8 bassänger av hög internationell standard. Beslutet är dock ett steg i rätt riktning.

I Göteborg finns det idag fler fasta anläggningar än i Stockholm. Dessutom finns dessa inom ett relativt begränsat område. Tyvärr är inte antalet tillräckligt.

I de båda städerna måste alltså monteringsbara bassänger användas. I Stockholm är tanken att placera dessa i Globen och Hovet och i Göteborg i Scandinavium. De grundundersökningar som gjorts visar att det är tekniskt genomförbart på alla dessa ställen.

För att vi skall ansöka om ett VM måste vi ha garantier från den aktuella kommunen. Omsättningen på ett VM kan uppskattas till 30-40 mkr.

Vi har tillskrivit FINA för att få garantier på att en ansökan från Sverige baserad på monteringsbara pooler kommer att behandlas på samma sätt som en ansökan baserad på fasta anläggningar. Vi sände även med konstruktionsritningar och en videofilm från Strasbourg som visar uppsättandet av bassängen vid EM 1987. Det finns idag inget direkt godkännande av monteringsbara


INYHETER

Journalen

SIM-VM 1994 I SCANDINAVIUM ?

Tack för att det fortfarande finns visionärer. Ännu kan det som först verkar omöjligt bli möjligt. Bengt Johanssons ledare i Simsport 10/88 nämner Scandinavium i Göteborg som en tänkbar plats för ett sim-VM med en monterbar bassäng inne i detta "Kållesse

Scandinavium 89.01.17

VM I SIMNING 1994

Ur Simsport för ett år sedan

bassänger trots att de nu aktuella uppfyller alla de krav som FINA ställer i sina regler. Vi väntar inom kort en ny handling från FINA där alla krav framgår för en ansökan.

Vi har även haft skriftväxling med det italienska företaget angående kostnader och tider för uppsättande av bassängerna. I dagsläget torde kostnaden för köp av 3 monteringsbara bassänger ligga på cirka 10 mkr. Själva uppsättandet och demonteringen tar 30-40 dagar, vilket innebär att vi måste hyra arenorna i cirka 50 dagar. Frågan är vad detta kostar och framförallt om det är möjligt.

Vi står nu snart inför ett avgörande beslut i denna fråga. Allt eftersom fler uppgifter kommer fram angående kostnader för hela projektet visar det sig att totalkostnaden kan vara övermäktig. Som framgår finns det fortfarande många frågetecken att räta ut samtidigt som tidpunkten för beslut närmar sig.

Lennart Hjärpne

ARENA CAMP 90
Satsning i söder

Fyra svenska landslagstränare har gått samman och arrangerar i sommar träningsläger i Grekland. Det är Hans Chrunak, Claes-Göran Widén, Susanne Brokop och Ulrika Krämer som satt ihop en vecka i Vouliagmeni, några mil söder om Athen.

ARENA CAMP 90

Under lägret, med två träningspass varje dag, satsas mycket på utbildning. Teknikträning och teknikanalys får stort utrymme och varje simmare kommer att videofilmas och följas upp i en egen träningsdagbok.

Hans Chrunak har varit landslagstränare sedan 1978 med meriter från EM, VM och OS. Claes-Göran Widén är utbildad gymnastikdirektör och gjorde sin landslagsdebut som tränare 1971. Dessutom har han varit förbundskapten för svenska och norska simlandslagen. Susanne Brokop är legitimerad sjukgymnast och har också meriter från EM, VM och OS sedan 1978. Ulrika Krämer är ansvarig för ungdomsverksamheten i Helsingborgs S och har också varit tränare för ungdomslandslaget. Hon är utbildad gymnastikdirektör.

För drygt 4.500 kronor får lägerdeltagarna flygresa, inkvartering med halvpension, träningsplanering, skadeförebyggande träning, tips om olika former av styrketräning, utbildning i fysiologi, konditionsträning och personlig videokassett och träningsdagbok.

De fyra tränarna satsar också på en offensiv utbildning under sommaren. Tränare som är intresserade av att lära mer om: Teknik - grunden till framgång, Idrottsfysiologi - träning för barn och ungdom, Idrottsskador - bakgrund och förebyggande faktorer, Ät rätt - bli bäst och Kunskap om helheten - vägen till en framgångsrik simkarriär, kan höra av sig till Hans Chrunak, tel 010-43 43 07 eller Claes-Göran Widén, tel 042-25 25 67 eller 042-29 21 70.

PESOTEC



PESOTEC -70
Mellantid, sluttid,
varvtid,
varvräknare till 99.
8- minne.
Tidsområde 9.59.59.99.
Nedräkning.



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

FUNKTIONÄR- / INSTRUKTÖRSKLOCKA
225:- inkl. moms

PROFFSKLOCKA
475:- inkl. moms

Rabatt vid större köp!

Ring eller skriv till: PAUL ALFONS
Marknadstorget 5. 233 00 Svedala.
Tel. 040-40 42 08 även kvällstid

För-VM Starka insatser



Anders Holmertz vann överlägset 400 m fritt första dagen. Med sina 3.52.90 var han mer än fyra sekunder före tvåan Christophe Bordeau, Frankrike. Det med stort intresse väntade mötet mellan Anders och Italiens Giorgio Lamberti blev aldrig av då Lamberti inte kom till start.

Italienaren satsade i stället på 100 m fjäril som han vann, 55.39. Christer Wallin blev där femma med 55.99, bara 41 hundradelar från personbästa.

Göran Titus gjorde ett mycket bra lopp på 50 m fritt och vann, 23.46, före dansken Peter Rodhe, 23.52. Joakim Holmqvist blev femma med 23.83. Både Håkan Karlsson och Tommy Werner missade finalen med försökstiderna 24.21 respektive 24.27.

Lika bra gick de för de svenska simmarna i fortsättningen. Anders Holmertz gav aldrig de andra någon riktig chans när han vann 200 m fritt på 1.49.28, en av de bästa tider han gjort vid den här tiden på året. Att det inte gick ännu fortare skyllde han på motivationen.

- Det är svårt att simma fortare när man inte är jagad. Jag hade sett fram emot mötet med Lamberti men han simmade inte 200 m heller. Tvåan i loppet var nu tre sekunder bakom och ändå slog jag av lite på farten strax före mål för att spara mig till lagkappen, berättade Anders efter målgång.

Tommy Werner fightade sig in på fjärde plats med 1.53.37. Christer Wallin simmade också 200 m och blev totalt 13:e med 1.54.65.

De svenska simmarna fick bara vila några minuter innan lagkappsstarten. Då fanns Lamberti på plats i Italiens lag. Utvilad satsade han allt på förstasträckan och ledde vid växlingen, 50.56 mot Anders Holmertz 51.30. Sedan tog dock Sverige över och Tommy Werner, Joakim Holmqvist och Göran Titus såg till att Sverige vann ännu en lagkappsseger på 4x100 m fritt i tuff internationell konkurrens. Sluttiden blev 3.25.18, en dryg

Sex simmare, Anders Holmertz, Göran Titus, Tommy Werner, Joakim Holmqvist, Håkan Karlsson och Christer Wallin med Lars Eric Paulsson som tränare fanns på plats i Perth, Australien för att simma För-VM i början av januari. Om knappt ett år är det dags för "riktiga" VM och kan svenskarna upprepa sina prestationer då ser det ljust ut. Perth tog emot med ordentlig värme, drygt 30 grader. Tävlingarna simmades inomhus i Super Drome. VM-bassängen var inte riktigt klar.

De svenska simmarna testade VM-anläggningen ett år före VM med bra resultat. Här är fr. v: Anders Holmertz, Tommy Werner, Göran Titus, Håkan Karlsson, Christer Wallin och Joakim Holmqvist framför entrén till Perth's Superdrome.
Foto: Hans Linné.

sekund bättre än tvåan Holland. Italien slutade inte bättre än femma bakom Frankrike och USA.

På 100 m fritt, sista dagen, var Anders en enda hundradel från personbästa på 100 m fritt. Tre svenskar var i final. Målet för Tommy Werner, Göran Titus och Anders Holmertz var att ta hela prispallen. Det höll inte riktigt.

Anders vann med 50.74. Så snabb har han aldrig varit så tidigt på säsongen, bara en hundradel från segertiden i världscupen förra året. Tommy Werner tog andraplatsen med 51.15 och danske Peter Rodhe smög sig in före Göran Titus med 51.34 respektive 51.47.

- Med tanke på att jag hade problem med luften, här är för varmt drygt 30 grader, så är jag nöjd med mina resultat, sammanfattade Anders efteråt.

På 200 m fjäril blev Christer Wallin sexa med 2.05.88. Bart Pippenger, USA, vann på 2.01.59.

Skara Simsällskap

SOMMARLAND SIMCUP

I SKARA den 30 juni-1 juli -90

Simtävling



Tävlingen äger rum i 50 m bassäng utomhus med elektrisk tidtagning.

Vi ombesörjer:

Mat, logi, entré

samt resor till och från Sommarland.

Tävlingen gäller följande åldersindelning:

Lördag	Flickor	Pojkar
	77	76
	76	75
	75	74
	74 o äldre	73 o äldre
Söndag	80 o yngre	79 o yngre
	79	78
	78	77

Information:

Skara SS kansli 0511- 169 49

TUREBERG SATSAR

- Simmaren behöver inte kliva av tåget för att det gör uppehåll ett tag på en station, säger Magnus Kjellberg, Turebergs nya chefstränare. Resan behöver inte vara slut. Simmarens utveckling måste ses i ett mycket längre tidsperspektiv över en hel karriär eller kanske över hela livet. Om en simmare pressas till toppresultat redan i förpuberteten får han eller hon inte chansen att utnyttja hela sin tillväxtpotential. Det viktigaste är att våga se sin satsning på lång sikt. Jobbet skall upprepas och upprepas under en mycket lång tid för att det skall ge utdelning. En landslagsplats är inte en julklapp utan ett kvitto på en medveten satsning.



Magnus anser att framförallt tjejerna i simningen ser alltför ängsligt på sin idrott. De har svårt att ha tryggheten bakåt och se att de faktiskt har gjort 320 pass under ett år och att det inte är katastrof med ett par missade dagar. Efter 320 dagars hårt arbete har alla rätt till några dagars semester utan löneavdrag.

- En av nycklarna till att just svenska tjejer sällan tar sista klivet är att de tyngs av alla förväntningar på dem som samtidigt skall uppfyllas. Tjejer tenderar mer än killar att känslomässigt koppla värdering av prestation till värdering av deras egen personlighet.

Magnus tycker också det är viktigt för framförallt tjejer i tonåren att få kunskap om hur deras kropp fungerar under träning. Med kunskap förändras motivationen. De blir tryggare och kan ta det lite lugnare och behöver inte få panik om de inte alltid känner sig pigga. Man måste hålla huvudet kallt och lägga bitarna rätt. Allt man har gjort har man med sig.

Vattenskräck

Själv var Magnus livrädd för vatten till han blev tio år. Han vägrade att lära sig simma i skolans simskola och hatade att bada i sjön. En släkting lärde honom simma när han var elva och som tolvåring började han tävlingssimma.

- Jag blev en högst medelmåttig tävlingssimmare. 1.06 tror jag var mitt bästa ryggresultat och bröstsim 1.12. Men jag tränade med en oerhörd uthållighet. Resultatmässigt borde min hårda träning givit mer utdelning tyckte jag. I efterhand tror jag faktiskt att den dåliga utdelningen på all träning berodde på min kost. Jag är nämligen född vegetarian - faktiskt född och jag tål varken kött eller fisk. Eftersom min kost bestod mest av råa grönsaker tränade jag antagligen för hårt utan tillräckligt med kolhydrater.

Idrott var Magnus huvudintresse och hans kostproblem fick honom intresserad av idrottsfysiologi och idrottsmedicin.

- Efter lumpen gick jag på GIH. Vi var ett gäng som intresserade oss speciellt för hur kroppen svarar på på olika typer av träning och för alternativa träningsmetoder. En oerhörd mängd timmar av mitt liv har jag lagt ner som tränare. Redan 1973 började jag så smått att träna några grupper och från 1978 har jag tränat elitsimmare.

Magnus har tre terminer av läkarutbildningen bakom sig men har haft studieuppehåll några år. I och med jobbet i Tureberg har han också återupptagit studierna.

- 1978 kom jag till Stockholm. Första året tränade jag i Danderyd men från 1980 har jag varit i Spårvägen. När jag slutade där tänkte jag först ägna mig på heltid åt studier. Men eftersom jag alltid har varit tränare förstod jag att det skulle vara svårt att avstå. Därför blev det Tureberg.

Han tycker att turebersgruppen fungerar fantastiskt bra tillsammans. Simmarna är samkörda och stöttar varandra och har visat en enorm förmåga att genomföra sin träning oberoende av Turebergs något turbulenta tränarsituation.

Den egna kraften

- En simmare måste kunna fungera av egen kraft och övertygelse. Normerna skall finnas inom dem och inte sättas av andra. Jag kommer att arbeta på att simningen kopplas till dem själva, något som framför allt deras föräldrar måste lära sig att förstå. Föräldraengagemanget börjar när simmarna är små med skjutsningar. När tävlingsresultaten sedan droppar in stegras föräldrarnas intresse, vilket i och för sig är bra. Men sedan hänger föräldrarna kvar i drömmen om ständig utveckling när simmaren kommer in i det oundvikliga uppbromsningsskedet.

med perspektiv på framtiden





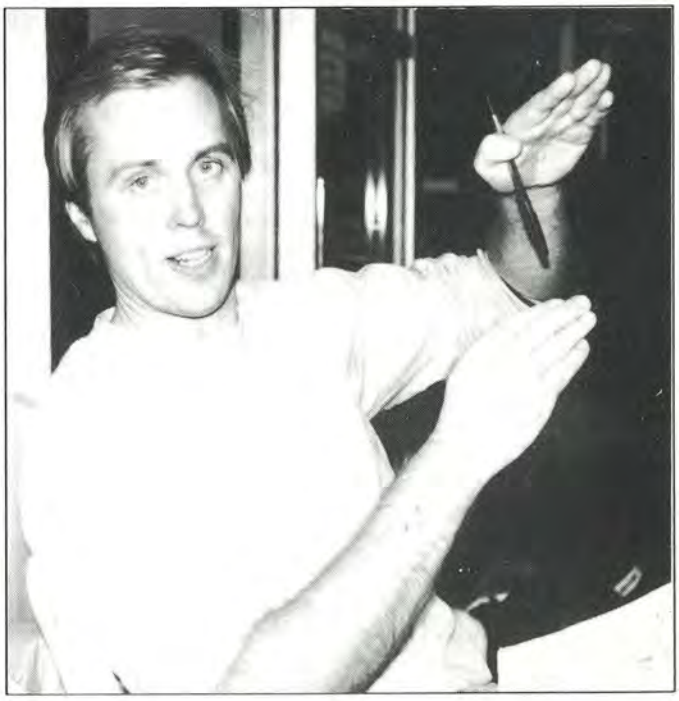
Svårigheten är att reglera sitt föräldraengagemang och se vad ungen själv skall göra och vad man som förälder kan hjälpa till med. Det är en utbildningsfråga för både simmare och föräldrar som klubbarna bör hjälpa till med. Turebergarna har en bra attityd till hårt arbete. Deras satsning är hög. Jag behöver inte ägna tid åt disciplinfrågor för känsla för disciplin har dom själva. Detta ger mig utrymme att utveckla annat t.ex en bättre strukturering av träningen.

Livet i bassängen betyder satsning och genomförande, något som ungdomar annars ute i samhället tenderar att glömma bort.

Ska man nå riktigt långt måste man utmana sig själv till sin yttersta gräns utan förutbestämda spärrar. Man måste ständigt sträcka sig en bit längre. Här kommer de fysiologiska testerna in och simmarna kan själva se sin utvecklingspotential.

Att arbeta med ungdomar är som att hantera dynamit och man kan aldrig som tränare vara bergsäker på att man gör rätt. Man måste vara lyhörd och lyssna och ständigt våga ompröva sitt kunnande, säger Magnus.

- Min stil är kanske krävande på ett annat sätt än piskan. I stället för att befalla begär jag och det kräver simmarens eget engagemang, inte bara hans eller hennes motorik. Jag tänker och omprövar under tiden jag gör saker och därför kräver det också tankearbete av simmarna. Det är inte bara fråga om att lära något till nästa tävling. Simmarna som valt att satsa och genomföra har gjort något oerhört positivt som de bär med sig hela livet.



Margita Jardfelt

Werner i topp



Foto: Tommy Nyhlén, Bildbyrån.

Anders Holmertz simmade fort i premiären men det är Tommy Werner som är i ledningen efter två deltävlingar.

I frisimmets distansgrupp är Anders Holmertz trea med 19 poäng. Tayanovich leder, 27 poäng och Italiens Michalena Christiano är tvåa med 22 poäng. Tommy Werner ligger på femte plats med 13 poäng.

Ryggsimmet leds av Sergei Zabolotnov, Sovjet, med 30 och det är sovjetiskt i toppen också på bröstsimmet. Dimitri Volkov leder med 27 poäng.

Kanadas Marcel Gery leder fjärilen på 18 poäng och Christer Wallin är fyra, fyra poäng efter. USA-tränade Jan Bidrman, Nebraska, ligger på andra plats i medleyn med 16 poäng, två poäng bakom ledande engelsmannen Grant Robins.

Världscupen fortsatte 1 februari i Paris. Sedan är det dags för Bonn 9 februari innan årets största simtävling i Sverige, Swedish Open, tar över 13 februari i Göteborgs Valhallabad.

MONTREAL

Anders Holmertz slog till direkt. Han vann 400 m i utklassningsstil med 3.41.92, bara 18 hundradelar från Lambertis världsbästa. Det är den näst bästa tiden någonsin på distansen sedan vi började med tidtagning.

På 50 m fritt lyckades både Joakim Holmqvist och Göran Titus ta sig till final där de blev fyra respektive femma med 22.84 och 22.93. Dano Halsall, Schweiz, vann på 22.42. Christer Wallin lyckades bra på 100 m fjäril när han blev femma med 54.86. Samma placering nådde han på dubbla distansen, 2.02.70. 50 m fjäril var hans bästa distans då han blev trea, 24.95.

På 100 m fritt hade Anders näst bästa försökstiden, 49.33, men strök sig för att kunna satsa fullt ut på 400 m. Mike Fibbens, Storbritannien, vann finalen, 49.14 före Tommy Werner, 49.51. Göran Titus slog sig in på fjärdeplatsen, 49.82 och Joakim Holmqvist slutade sexa med 50.20.

Anders gjorde också ett jättelopp på 200 m i försöken, trea med 1.49.37 och hade stora föhoppningar inför finalen. Då slog magsjukan till och efter en öppning på 52.14, klart snabbast av alla, tog krafterna slut och Anders slutade åtta med 1.53.16. I stället tog Tommy Werner kommandot och vann, 1.47.74, i en jättefight de sista meterna med Brasiliens Christiano Michalena, 1.47.79.

ORLANDO

Efter en dags transportsträcka flyttade världscupen vidare till Orlando, USA och lång bana. Förhoppningarna på Anders holmertz var högt ställda, inte minst från honom själv. Magsjukan från Montreal gjorde dock att hans inledning blev svag. 400 m fritt fick klara sig utan svenskt deltagande i USA. Sovjets Tayanovitch höll sig i täten igen och vann, 3.56.65. På 200 m, däremot, kände han sig Anders fräsch igen och vann, 1.49.43, före Troy Dalbey, USA, 1.49.63. Tommy Werner slutade femma med 1.51.91.

Göran Titus var i final på 50 m fritt igen och slutade åtta, 23.43. Adam Schmitt, USA, vann, 22.79. 100 m fritt blev en rysare. Anders och Troy Dalbey låg

Efter de två första deltävlingarna i säsongens världscup finns Tommy Werner i topp. I frisimmarnas sprintgrupp delar han förstaplatsen med Sovjets Vladimir Tkachenko, båda på 20 poäng. Anders Holmertz ligger trea på 17, en poäng före Veniamin Tayanovich, Sovjet. Göran Titus är sexa med 11 och Joakim Holmqvist, åtta med 8 poäng.



Nu satsar han på fortsättningen vid Swedish Open.

sida vid sida under hela loppet och Anders fick välförtjänta applåder när han simmade i mål. Speakern var också snabb med att gratulera och ett förvånat sus spred sig över läktaren när Troy Dalbey kom upp som etta på resultattavlan, 50.82 och Anders Holmertz, Sweden, lyste som tvåa, 50.84. Kanontider av båda första veckan i december.

Jan Bidrman kom från Nebraska och simmade in på tionde plats på 200 m rygg, 2.08.65. Den placeringen förbättrade han ordentligt på 200 m medley då han blev tvåa, 2.04.25, sju tiondelar bakom Ron Karnaugh, USA. På 400 m medley vann han överlägset, 4.24.60.

Jan simmade också 200 m fjäril där han blev trea, 2.02.67, bakom Anthony Mosse, Nya Zeeland, 2.00.20 och Bart Pippenger, USA, 2.00.94. Stefan Pärlklo gjorde ett mycket starkt lopp när han blev sexa med 2.04.79. Christer Wallin, var inte i form och slutade 15:e på 2.12.11.

På halva distansen simmade Stefan Pälklo in på 11:e plats, 56.75 och Christer Wallin slutade 14:e, 57.57. Bart Pippenger vann, 55.02.

Enda svenska dam som simmade världscup var Therese Lundin, som tränar i Arizona. Hon simmade fjäril och blev på 100 m tia med godkända 1.03.85. På 200 m gick det sämre. Therese blev 15:e med 2.26.18.

Fritid Ljungby

SIMLÄGER SOMMAREN 1990

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

LJUNGBY
- Bassäng ute 50 m, inne 25 m
- Camping i anslutning till badet
- Stugor två eller fyra bäddar
- Massförläggning i anslutning till badet
- Måltider på campingplatsens servering

FRITIDEN I LJUNGBY/LAGAN
Långgolf, bangolf, tennis, elljusspår, fotbollsplaner, sporthall, styrketräning, moped- cykel- kanotuthyrning m.m.

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

GOTLAND IDROTTENS Ö

COOP SAM SIM i Visby
12-13 maj 1990

Vi garanterar minst tre starter per deltagare, om så önskas lagkapperna oräknade.
COOP SAM SIM betyder återigen en tävling med prisbord av hög klass, med vandringspris, prestations-pris och minnesdiplom.

PLATS: Solbergabadet i Visby. 5 banor. eltidtagning med minnesdisplay.
UPPLYSNINGAR: Leif Söderdahl 0498- 182 08
Kjell Guy 0498- 185 84
RESEPAKET: Gotlandsresor AB- IDROTT
Tel: 0498- 799 68

VÄLKOMMEN TILL GOTLAND PÅ SIMMARFEST!

WISBY SIMSÄLLSKAP

Tre säkra vinnare! PENNING LOTTERIET TRISS
pluss ENERGY
RES-TILL Gotland UTOMLANDS I SVERIGE Gotlands Resor AB

Gotlands Resor AB
IDROTT TEL. 0498-799 68, 47050

ÅRETS SIMMARE OCH TRÄNARE

I slutet av förra året utsåg simkommittén 1989 års simmare och tränare. Många kandidater fanns, särskilt på tränarsidan, men på simmarsidan var valet snart självklart.



Årets simmare: Håkan Karlsson

Håkan Karlsson, Kristianstads SLS, får utmärkelsen för sina fantastiska insatser under året som varit, främst för uppvisningen vid EM. Håkan utvecklades under 1989 från en bra sprinter till en av de bästa i Europa och världen.

Greg Conell, Malmö KK, visade än en gång att hans syn på simträning kan bära frukt. Jan Bidrman, Henrik Jangvall och Hans-Olof Nilsson var bara några av alla hans simmare som tog ett kliv uppåt i listorna under 1989. Gregs tränarfilosofi, bland annat att endast hårt arbete ger resultat, ger honom utmärkelsen och ett stipendium på 10.000 kronor från IBM.

De båda kommer att premieras i samband med Swedish Open i Göteborg i mitten av februari.

Sun-Cup i Solna

23 klubbar varav 4 utländska kom till Solnas Sun-Cup. Galatasaray från Turkiet vann klubbstriden med 11 poäng före Järfälla och Solna.

Tävlingarnas bästa resultat svarade Maciej Konecki från Poznan för. På 400 m medley noterades han för 4.25.98. Han simmade 200 m medley på 2.05.79. Fredrik Letzler simmade fort på 100 m och 200 m fritt med 52.07 respektive 1.53.10.

De mest färgstarka simmarna kom dock från Galatasaray. De har två pojkar födda 1976 som antagligen är de bästa i världen i sin ålderklass.

Derya Buykuncu simmade 100 m rygg på 1.00.05

Vadim Turkuglu simmade 100 m bröst på 1.11.12.

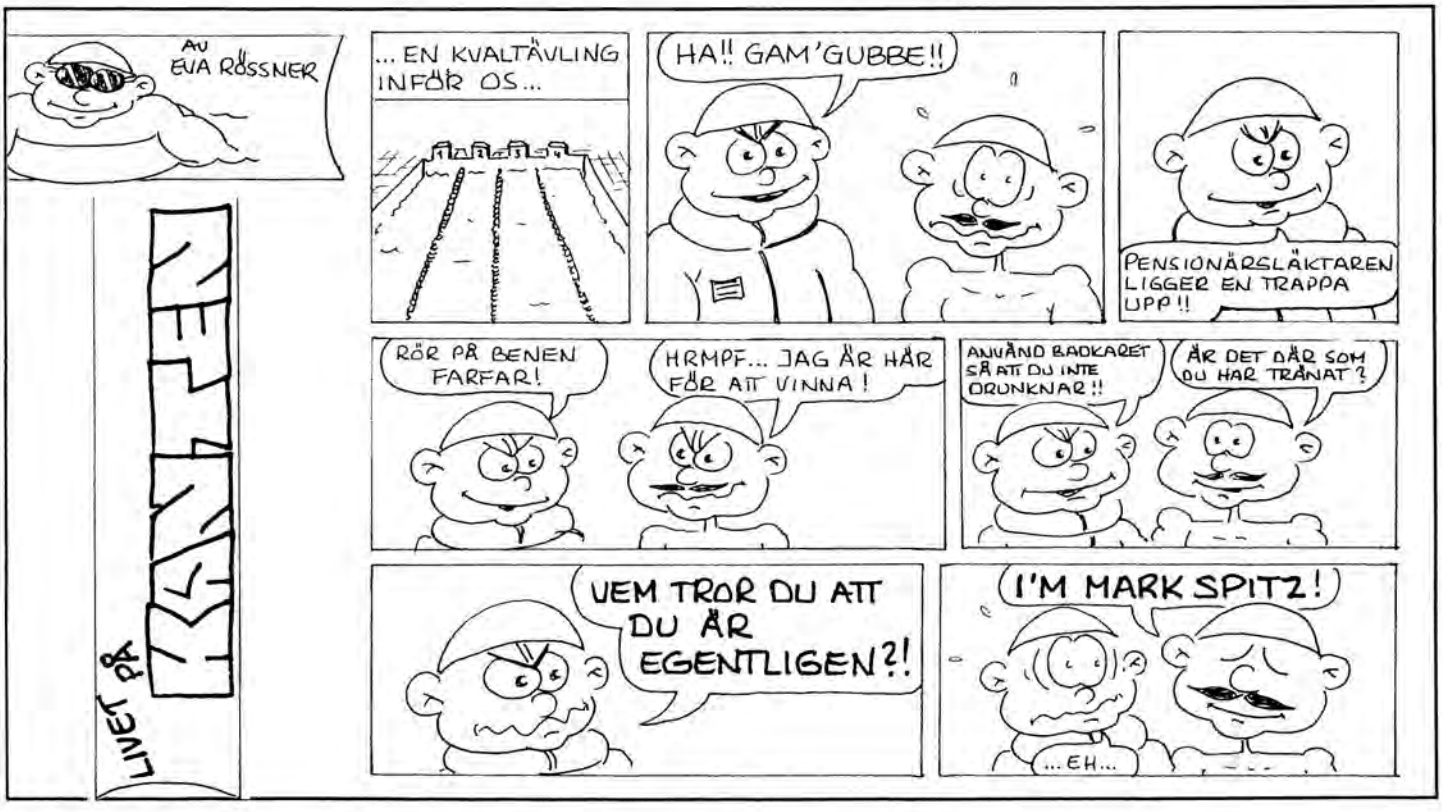
Stockholm satsar

Nu gör Stockholms Simförbund århundradets satsning på sina simmare. Satsningen som är unik för svensk simsport innebär att Stockholm satsar 500.000 kronor under en treårsperiod och klubbarna lika mycket för att, som det heter: "Ur den vassaste planeringen få de vassaste resultaten."

Utmaningen och satsningen inleddes med uppropet: "Våra simmare kan bli bäst i Sverige. Vi kan ta flest medaljer på SM! Ska Stockholm fortsätta att vara en förort till Skåne på simmarsveriges karta, eller ska vi göra något åt det?"

Stockholm tänker göra något åt kartbilden. Första året, 1990, kommer eliten att stå i fokus. Därefter kommer hela skaran från ungdom till seniorer. Även en utveckling av tränarna finns med i satsningen.

Samlingsnamnet för första året är "Bättre tider" och i detta uttryck finns många värderingar. Anders Norling, SPIF, är en av pådrivarna bakom satsningen men alla de tretton tränarna i Stockholms simkommitté är med och hjälper till. Den som vill veta mer om satsningen är välkommen att höra av sig till någon av dem. Simsport kommer att följa projektet med intresse.



SIMRÄNNAN I USA

I samband med min resa till Colorado Springs, USA för deltagande i Interna-tionella Olympiska kommittens 1:a "World Congress on Sports Sciences" under sista veckan i oktober och den första veckan i november blev jag inbjuden att "studie-besöka" US Swimming's hjärtpunkt när det gäller den amerikanska simningens satsning på simmedicin och simvetenskap, the International Center for Aquatic Research. Detta Center har sitt ursprung i den satsning som Amerikanska Sim-förbundet (US Swimming) påbörjade redan under 1970-talet med läkar- och sjukgymnastservice till landslagssimmarna under tävling. Denna praktiska service utvecklades under början av 1980-talet till en intensivare satsning på forskning, testservice och undersökningar med tränarnas frågeställningar som utgångspunkt. I starten anställdes Dr John Troup ensam för denna hjälp av studenter uppgift.

I dag är detta sk U.S. Swimming's Sports Medicine and Science program utbyggt till att omfatta tre heltids-anställda, varav Dr John Troup är ytterst ansvarig, Dr Leo D'Aquisto samordnar undersökningsprojekt och ytterligare en anställd ansvarar för test-verksamheten.

Målen

med programmet för the International Center for Aquatic research är i huvudsak:

1. Utveckla kunskapen från forskning och vetenskap och göra den till gänglig för tränare och andra i deras arbete med att omsätta vetenskapen i det dagliga arbetet vid bassängkanten.
2. Ge service till simmarna och tränarna som hjälper dem att kunna arbeta med nya träningsmetoder och ger dem möjlighet att använda testmetoder för att bättre kunna utvärdera effekterna av den genomförda träningen och simmarnas kapacitet.

Detta ger tränarna möjlighet att utforma effektivare och riktigare träningsprogramoch slutresult-atet blir snabbare simmare.

Den information man får genom forskning och testning försöker man sprida till tränare och aktiva genom artiklar i facktidningar och genom presentationer vid olika konferenser och möten arrangerade av US Swimming.

Servicen programmet ger de aktiva är bl a ett testbatteri som är upplagt för att tittapå flera olika faktorer som på verkar prestationsförmågan. Man anser att det är betydelsefullt att studera flera variabler samtidigt för att kunna ställa en mer exakt diagnos av simmarens förmåga och prestationstillstånd. Testerna skall hjälpa tränare och simmare att utläsa simmarnas starka och svaga sidor.

Man har vid centret utrustning för att kunna testa, analysera och utvärdera de flesta faktorer som inverkar på prestationsförmågan i simning. Tack vare den sofistikerade utrust-ningen och stora resurser för databearbetning, kan man SNABBT presentera resultaten av olika tester för testpersonerna.

Hela centret är inrymt i en ca 700 kvm stor byggnad enbart avsedd för simforskning.



Den praktiska verksamheten vid centret är inriktad på tre områden:

1. Forskning kring mänsklig prestationsförmåga.
2. Testservice för att mäta och utvärdera simmare.
3. Utbildning av tränare, ledare och annat idrottsfolk i hur man använder medicinsk kunskap och vetenskap i för att nå bättre resultat.

För att klara av dessa uppgifter har man byggt upp flera laboratorier inom lokalerna. Den "STORA STOLTHETEN" och hjärtat i verksamheten är den magnifika simrännan. En helt unik anläggning i världen.

Hela den sk rännan är byggd av massivt stål och har en vikt av nästan 500 ton. Den är 25 meter lång och ca 12 m hög och innehåller ca 200000 l vatten. För att få vattnet att cirkulera i rännan använder man en pump med 265 hästkrafters effekt. Pumpen klarar att producera vattenhastigheter mellan 0 och 3.0 meter/s. Dvs den högsta hastigheten motsvarar ca 33 s på 100 m frisim, vilket ger "rännan" en intressant livlängd med tanke på dagens världsrekord.

Själva "rännan" man simmar i omsluts av en tryckkammare, med vilken man kan variera omgivningstrycket och simulera aktivitet från havsnivå upp till ca 2400 meters höjd över havet. I kammaren kan man också variera temperaturen mellan 15° och 42°.

De tester och försök man just nu arbetade med i simrännan var bland annat vidofilmning för teknik- och biomekanikanalys

av amerikanska ungdomssimmare. Man samlar årligen de 20 bästa simmarna i landet i varje åldersklass vid det Olympiska träningscentret tillt räningsläger under vilka man samtidigt genomför de tester och mätningar man önskar. Andra mätningar som gjordes i rännan var mätning av simekonomi vid olika simhastigheter. Dvs man mäter syreupptagningen för olika hastigheter för att kunna beräkna energikostnaden. I samband med detta mättes även laktatvärdena i blod. Simmarnas maximala styrka och maximala effektutveckling registrerades på CYBEX och BIOKINETICS SWIM BENCH. På simbänken mätte man även hur simmaren klarade av att upprätthålla sin effekt under en längre tids arbete. Dessutom registrerades simmarnas kroppsdimensioner och kroppssammansättning. Rörligheten testades över alla för simning viktiga leder. Jag fick intrycket av att det var en MYCKET omfattande datainsamling man gjorde för att skapa en "profil" för varje simmare. Med tanke på att man i Colorado genomför centrala träningsläger för simmare åldersgruppvis från ungdomar upp till seniorer, blir det en enorm mängd data insamlade som beskriver simning och simmare. En siffra på ca 2000 simmare som varje år deltar i träningsläger arrangerade av US SWIMMING (vilka också har sitt högkvarter i COLORADO SPRINGS) nämndes i något sammanhang.

För att kunna behandla de stora mängder prover av olika slag man önskar analysera har man byggt ett av landets mest framstående laboratorier för arbetsfysiologianalyser. Olika företag har till stora delar donerat analysutrustning till ett värde av ca 3 miljoner USD. Man har möjlighet att analysera för de flesta substanser i blod eller muskel som är intressanta ur fysiologisk synvinkel. Den mesta apparaturen är hel- eller halvautomatisk, vilket ger en stor snabbhet i provsvaren.

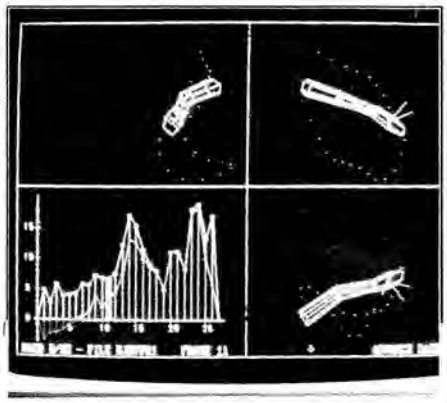
Ett par exempel

på forskningsprojekt man arbetar med i Colorado just nu är:

-En studie av blodmjölk-syra svaret och för-ändringar i simekeonomi vid träning med olika intensiteter och olika vilotid.

-Variationer i koncent-rationerna av olika sannolika markörer för överträning. Man studerar hur dessa varierar med olika belastningar.

-Man presenterade i september resultat från en undersökning där effekten av sim-





träning på höghöjd COLORADO S (2000 m öh) jämfördes med effekten av träning vid havsnivå. Tränings-perioden var 30 dagar och inga skillnader syntes i fysiologiska variabler utom i sim-ekonomi (Höghöjds-gruppen bättre än havs), men höghöjdsgruppen presterade bättre i tävling efter träningsperioden (tävlingen vid havsnivå).

Biomekaniska studier och studier av teknik genomförs genom film-ning i simrännan. Filmen kan sedan analyseras med hjälp av dator-program och digital-isering av bilder. Dessa digitaliserade bilder utgör sedan grunden för program som kalkylerar fram kraftförloppen och de olikakraftkomponent-erna i simtaget. (Se bilden.)

Vid centret har man ett lokalt datornätverk med ett 15-tal olika persondatorer anslutna. I datorsystemet har man byggt upp en databas med alla simmare och deras data från olika mätningar. Dessa data kan sedan lätt och snabbt behandlas med hjälp av avancerade statistiska program och ge informationer om olika gruppers aktuella träningsstatus eller utvecklingstendenser.

Det hela var ur utrustningssynpunkt mycket imponerande och det rådde en febril aktivitet. Simrännan gick i det närmaste dygnet runt.

Nutrition

är ett område man även försöker att täcka och utbilda inom. Det finns en avdelning som kallas "Institute for Sports Nutrition", vid vilken man utbildar och informerar och lämpligt och olämpligt vad gäller kost vid träning och tävling.

Till centret finns det slutligen knutet datorkunnigt folk och ingenjörer som arbetar med viss utveckling av testutrustning, träningshjälpmedel samt datorprogram för att göra träningsanalys och designa träningsprogram. (Se bilden.)

Finansieringen

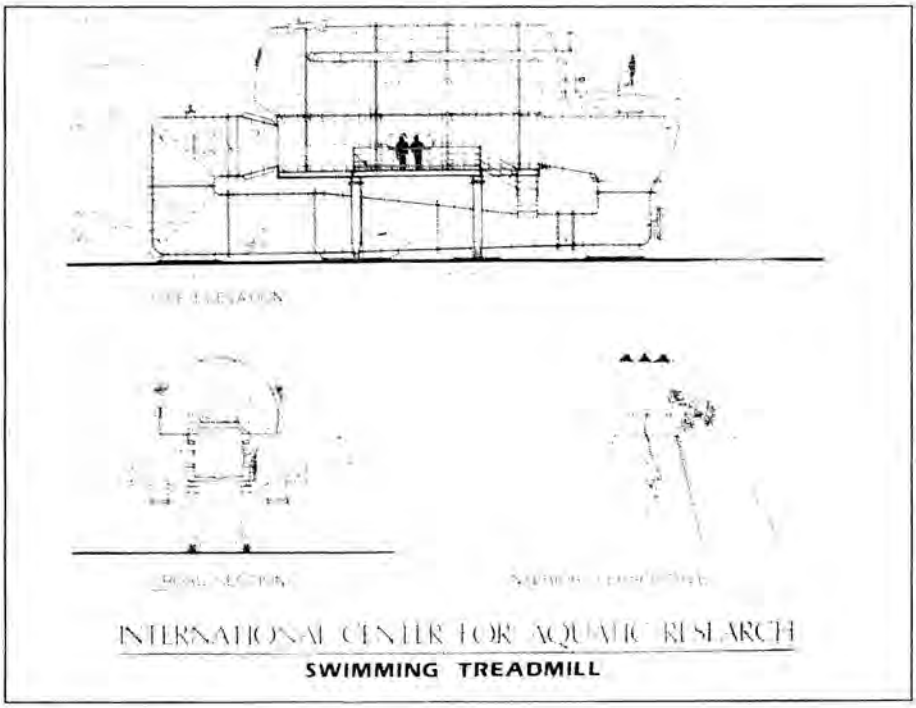
av hela verksamheten vid the International Center for Aquatic Research står när det gäller lokaler USOC, Amerikanska Olympiska kommitten, för. Lokalerna för såväl Amerikanska Simförbundet som för testcentret finns inom US Olympic Committees Training Center, vilket ursprungligen var en flygbas som skänktes till Staden Colorado Springs som i sin tur donerade marken och byggnaderna till USOC. Utrustningen inklusive "the Swimming Flume" är till ca 85% donerad av tillverkare eller andra sponsorer.

Kostnader

som löner för de fast anställda och en del driftskostnader täcker US SWIMMING. Senaste året budgeterade USS 600 000 DOLLAR för Centret, vilket är nära en sjättedel av SIMNINGENS budget.

En ansenlig satsning, vilket visar att de menar allvar med sina ambitioner att utveckla simningen rejält. Man vill verkligen

ta "grepp" på simforskningen i världen, och jag tror att de har en god möjlighet att göra det. Ytterligare pengar kommer in i form av forskningsanslag till särskilda projekt.
Det var imponerande att se den enormt fina anläggning amerikansk simning har lyckan att tillgå. Med hjälp av det idoga arbete de verkade lägga ned måste de kunna prestera en mängd värdefulla forskningsrön under de kommande åren. Det är beklagligt att Svensk Simning med så goda traditioner som en vetenskapligt hungrig" idrott inte satsar på en aktiv forskningsverksamhet med målsättning att återta, eller åtminstone komma i närheten av, en ledande roll inom världens Simforskning.
Deansvariga vid det amerikanska forskningscentrat refererar ofta tillde"tunga" namn som varit aktiva inom den svenska simforskningen.
Det finns goda möjligheter för svensk simforskning att få möjlighet till samarbete



RONNEBY Turistbyrå

Träna i Ronneby och segra i Sverige !

För att få ut maximalt av ett träningsläger krävs:
- bra möjligheter till träning
- en rätt sammansatt kost
- vila och återhämtning
- trivsel och välbefinnande

Därför har vi komponerat detta **Bo-Äta-Sova- Paket**
Vi erbjuder följande:

*** Träna i Brunnsbadets bassänger** *** Ät på restaurang Karö**

*** Bo i Karöns stugby med sjötomt !**

Detta förmånliga paket kostar 190:-/ person och dag
Kontakta Ronneby Turistbyrå 0457/ 176 50 och säg att Ni vill boka
Bo- Äta- Sova- Båt- Paketet för träningsläger

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

VÄLKOMMEN !!

med den amerikanska gruppen. US Swimming delar ut stipendier till gästforskare som vill driva intressanta projekt. De amerikanska simforskarna uttrycker förvåning över att Sverige inte satsar på en omfattande forskning kring simning. Amerikanska Simförbundet har fattat besluten att ekonomiskt satsa rejält på att den amerikanska simforskningen skall kunna få möjligheten att bli världsledande och därigenom kunna ge de amerikanska simtränarna tillgång till den aktuellaste informationen och de modernaste hjälpmedlen i sin träning. Man anser i Simförbundet att den egna simforskningen och arbetet med att utveckla simidrotten är en nödvändig och livsviktig satsning för att kunna möta konkurrensen från övriga världsnationer i simning. Ett sådant land som Italien har sedan flera år tillbaka haft en omfattande simforskning och testservice riktad mot sin elitsimning, vilket säkerligen starkt bidragit till italiensk simnings starka avancemang de senaste åren.

Svensk simning behöver en offensiv "produktutveckling" av såväl simmare som tränare för att åter kliva fram i det flödande rampljuset, där många enastående prestationer av simmare tränare och ledare låtit oss hållas under -60, -70, och -80-talet.

Jag hoppas och tror på en kraftfull satsning på forskning och utveckling av testmetoder ledd av Svenska Simförbundet. Vid GIH i Stockholm finns en av de först anlagda "simrännorna" i världen, i vilken åtskilliga av de grundforskningsresultat vi i dag praktiserar i vår dagliga simträning skapats. Simrännan har "legat i malpåse" under ett flertal år då inga centrala forskningsprojekt bedrivits, men en restaurering och igångsättning av rännan är i sikte under 1990. Gemensamma krafter inom Svenska Simförbundet, GIH, Stockholm, Fysiologiska Institutionen vid GIH och GIH-badets ansvariga arbetar för detta mål.

Det är min fasta övertygelse att Svensk simning BEHÖVER såväl en intensiv grundforskning som en aktiv test- och undersökningsverksamhet för TILLÄMPNINGAR av resultaten. Utbildningen av tränare, ledare och aktiva kan höjas flera nivåer genom att en aktiv forskning ger svensk simning tillgång till aktuella informationer från såväl svensk som utländsk medicinsk, fysiologisk och pedagogisk/psykologisk forskning.

Tänk till

Jag hoppas att ALLA beslutsfattare i Svensk Simning tänker till kring denna NYCKELFRÅGA och skapar sig en egen bild av hur Vi står internationellt och var Vi vill hamna.

En satsning på en offensiv SIMFORSKNING och UTVECKLINGSVERKSAMHET är en INVESTERING i framtida UTVECKLING av VÅR idrott.

För den som är intresserad av mera detaljerad information om the US Olympic Center och the International Center for Aquatic Research och Colorado Springs står jag gärna till tjänst. Det är fullt möjligt att förlägga träningsläger i Colorado Springs med enorma möjligheter till aktiviteter för rekreation.

Magnus Kjellberg

Bad är hälsa – hälsa ofta!!!

ÅKERBOBADET

LÖTTORP tel 204 41

Tempererad inne- och utebassäng. bastu. solarium.

Sommarsäsong: 12/6 - 20/8

Måndag–Lördag kl 10–18
Söndagar stängt
Midsommarafton och -dag stängt
Kassan stänger kl 17.30

Vintersäsong:

Helgfria torsd och fred kl 17–20
Lördagar kl 13-16

Torsdagar – Varmbad

Simskola:

2-veckors kurser med start den 26 juni.
Anmälan göres till Åkerbobadet, tel 204 41.

Välkomna!



Fritidsnämnden



Scandic Hotel polo cup 1990

För andra året i rad arrangerades Scandic Hotel vattenpolo Cup i Malmö. Turneringen spelades 12-14 januari i Aq-va kuls 25 m bassäng, vilket gjorde att matcherna blev täta och fartfyllda. Matcherna spelades i 7-minuters perioder mot 10-minuters som i den svenska elitserien. Den korta speltiden höjde både kvalitén och tempot i spelet till skillnad från elitseriematcherna som har tenderat bli tempolösa och hafsiga.

Turneringen inleddes med matchen mellan holländska Nereus mot försvarande svenska mästarna Stockholmspolisens IF. Holländarna började bäst och ledde efter första perioden med 3-2, alla tre målen gjorda av Stan van Belkum. Dock lyckades SPIF:s grabbar markera van Belkum resten av matchen och genom detta utjämnades spelet och 7-7 var ställningen efter tredje perioden. I sista perioden vid ställningen 11-10 till Nereus blev SPIF:s Andreas Hartzell oturligt uppvisad. Nereus utnyttjade snabbt det numerära övertaget och punkterade matchen som slutade 12-10.

I den andra matchen mötte arrangerande SK Ran de danska mästarna FREM från Odense. Danskarna chocköppnade och ledde med 4-1 efter första perioden. Trots ett idogt spel kom ranarna aldrig ifatt utan matchen slutade 13-11 till danskarna.

Fredagens tredje och sista match gick mellan SKK och danska HERMES. SKK kunde utan några problem vinna med 23-11. HERMES fick hoppa in i turneringen i sista sekunden eftersom det västtyska topplaget Poseidon från Hamburg hade tvingats att lämna återbud då influensan tvingat laget i säng.

Intressanta matcher på lördagen var bland andra SKK mot Ran. SKK saknade centern Stefan Lundqvist och den armgipsade Kenneth Eriksson medan Ran saknade skyttekungen Mats Nilsson som har brutit två fingrar. Efter första perioden hade Ran ledningen med 2-1. Men SKK, som för närvarande leder elitserien, kunde komma tillbaka och tog i början av tredje perioden ledningen med 5-3 efter mål av Chon Cohen. I slutet av denna period kom Ran tillbaka.

Efter att SKK:s Peter Andersson orsakat straff kunde Rans Jan Albien kvittera till 5-5 vilket var ställningen efter 3:e perioden. 45 sekunder in i fjärde tog SKK ledningen med 6-5 och ranarna tvingades jag efter en kvittering igen. Lars Qvick kunde kvittera till 6-6 när endast två minuter var kvar. SKK lyckades inte utnyttja ett sista "en man mer läge" utan matchen slutade 6-6. Det var bra försvars- och målvaktsspel från båda lagen.

SPIF tog sig an FREM i matchen efter. SPIF var illa ute i början och ett tag såg det ut som om danskarna skulle bli en för svår uppgift. Efter ett 5-3 underläge kunde SPIF gå ifatt och förbi och slutligen vinna med 16-14. SPIF har tappat en del äldre spelare och har nu ett mycket ungt och lovande lag. I spelarmaterialet finns dock fortfarande kvar några som håller internationell klass, nämligen Hans Öberg, Andreas Hartzell och Hans Lundén.

I matchen SPIF-SKK följdes lagen åt till slutet av tredje perioden då Hans Öberg kunde stänka in två bollar och SPIF drog ifrån till 11-9. SKK orkade aldrig ifatt utan SPIF vann till slut med 21-13.

Inför sista matchen mellan Nereus och SKK kunde SKK ta en andra plats genom att vinna och en tredje plats om man bara fick stryk med 8 mål. SKK hängde bra med i de två första perioderna då Jarri Pentinnen gjorde 8-7 till SKK. Sedan gick luften ur SKK och turneringens bäste spelare, Stan van Belkum, kunde avsluta de två sista perioderna med att göra fem mål. Det sista målet gjorde han när endast en sekund återstod vilket innebar att Ran slutade som trea och SKK blev fyra.



Landslagsmålvakten Per-Ola Andersson, Ran, i matchen mot danska FREM.

Inför de tre avgörande matcherna på söndagen var det redan klart att holländska Nereus stod som vinnare men det var ovisst om andra och tredje platsen. Det var de tre svenska lagen som skulle göra upp om de platserna. Sista passet inleddes med SPIF mot Ran.

Stockholmarna förde matchen från början och hade en så stor ledning som 9-5 i mitten av tredje perioden. Men då visade Rans målvakt Per-Ola Andersson sin landslagsklass. Per-Ola höll målet fritt från bollar i sista perioden medan ranspelarna gick ikapp och förbi. Det var Ulf Nilsson som sköt in vinstmålet 10-9 för Ran.

Ulf Nilsson, som tillsammans med sin bror Martin spelar vattenpolo på college i Little Rock i USA, gjorde bra ifrån sig i hela turneringen. Han åker tillbaka till USA igen men kommer förhoppningsvis för Rans del hem till slutspelet.

Turneringens bäste utespelare blev Nereus Stan van Belkum. Till bäste målvakt utsågs Rans Per-Ola Andersson. Fair Play priset som mest justa lag fick danska mästarna FREM från Odense.

Det var en nyttig turnering för svensk vattenpolo som visade att om de som är kvalificerade för landslagsspel kan och vill ställa upp, så kan man också säkert få fram ett internationellt gångbart landslag.

Slutställning:
1. Nereus, 2. SPIF, 3. SK Ran, 4. SKK, 5. FREM, 6. HERMES.

Text: Jan Albien
Foto: Thomas Nilsson

DAGBOK

Februari

Simning

2-4 World Cup, 25 m, Paris, FRA
3-4 Vinterplasket, 16 o y, Lycksele
4 Harnäs 100, sen, jun, ungd. Gävle
4 Sollefteå Sim, sen, jun, ungd, Sollefteå
4 Järnia Cup, F 16 o ä - 15 o y, P 17 o ä - 16 o y, Ulricehamn (Åsunden)
9-11 World Cup, 25 m, Bonn, FRG
9-11 JSM, 25 m, Södertälje
10 USF-Cupen, Uddevalla (USF)
10-11 Nordiska Ungdomssimspelen, F 11-13, P 12-14, Västerås
11 Jubileumscupen, 15 o ä - 14 o y, Vara
13-14 World Cup, 50 m, Göteborg
16-18 World Cup, 25 m, Dezensano, ITA
16-18 Nordiska Ungdomssimspelen, F 14-16, P 15-17, Örebro
17-18 Poznan Meet, 25 m, Poznan, POL
17 Grumscupen, Grums
17 Speedo fast water meet, seniorer, final, Västerås
18 Kramfors sprint open, 50 m distanser, Kramfors
18 Säfflecupen, 18 o ä - 15 o y, Säffle
24-25 Lappdoppet/Umestänket, Lycksele/Umeå
24-25 Sik-Stimmet, Ungd, Holmsund
24 Magplasket, Lysekil

Simhopp

2-4 Delfin Cup, Oslo
9 Rikstävling II

Konstsim

2-4 Ludvika Synchro Open, Ludvika

Polo

10-11 Semifinal 1, damer

Komplett tävlingskalender i Simkalendern

Mars

Simning

3 Stenungsdoppet, Stenungsund
3-4 Korrugal Cup, Finspång
4 Butler Cup, sen, jun, ungd, Laholm
9-11 Läger utmanarna
9-11 Läger EJM-gruppen
10-11 Solar Formo freestyle, 15-12. Malmö (Ran)
10-11 Bilexa-loppet, Mölndal
10-11 Coca-Cola sprint, Eskilstuna (ESS)
11 Cellbes Cup, 14 o y, Sandared
11 Nya Sparbanksdoppet, jun, P 15/16 o y, F 14/15 o y, Kumla
11 Trandoppet, 15 o ä - 14 o y, Falköping
11 Vårplasket, Uddevalla (USF)
16-18 Läger A-landslag
17-18 Sundsvall sim, sen, jun, ungd, Sundsvall
17 OLW-Cupen, F 18 o ä - 13 o y, P 19 o ä - 14 o y, Filipstad
18 Lergökasimmet, ungd, Ängelholm
18 Burträsk Cup, Burträsk
18 Aranäs Cup, sen, jun, ungd, Kungsbacka
18 Celbes Cup, 14 o ä - 13 o y, Sandared (Kr.berg)
18 Zugol Cup, Falun
23-25 DM-Tävlingar
23-25 Västsvenska Mästerskapen, 50 m, Göteborg (ASK)
24-25 Lions Cup, (Delfin), 15 o ä, 14 o y, Knislinge
24-25 Artemis Cup, 16 o ä, 15 o y, Tomelilla
24 Kycklingdoppet, F 9 o y, P 12 o y, Skövde
25 Öjebyspelen, sen, jun, 16 o y, Öjebyn
25 Lilla Grumscupen, 12-13, 11 o y, Grums
28-04 Höghöjdsläger, A-landslag
31-1 Iggesundstrofén, sen, jun, ungd, Iggesund
31-1 Mora Cup, Mora

Hopp

1-4 Leipzig, GDR
8-11 Miskva, URS
10-11 Tränarutbildning, steg 1a
17-18 JSM, Stockholm
17-18 Warsawa, POL
23-25 Denmark Diving Open, Ringsted, DEN
30 Rikstävling III
30-1 SM, Göteborg
31-1 Open Finn Masters, Pori, FIN

Konstsim

9-11 JSM, Täby

Masters

23 Hellas Super Sprint Cup, 25 m, Hasseludden, Stockholm
24-25 Svenska Öppna Masters, 25 m, Stockholm

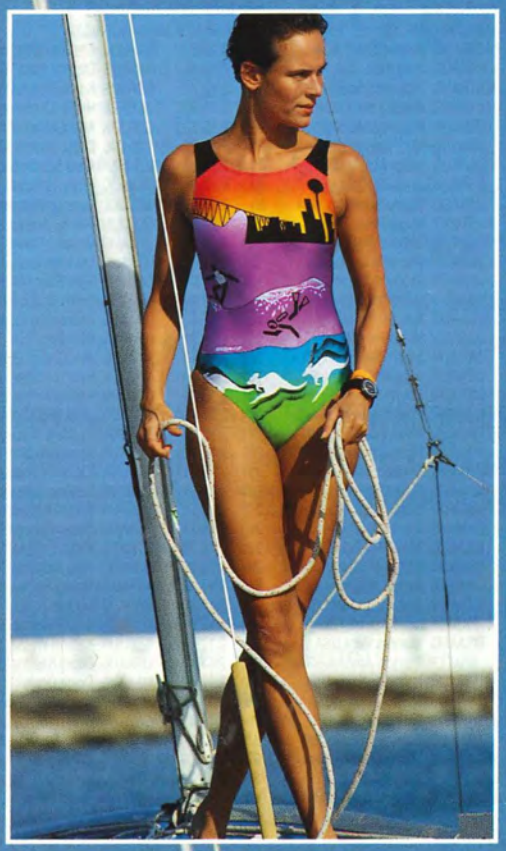
Polo

10-11 Semifinal 2, damer
31-1 Semifinal 1, herrar
31-1 Kval till kval till elitserien 1, herrar

GOLDEN-CUP

SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Golden Cup badplagg finns i välsorterade sportaffärer och varuhus
TRUMPH INTERNATIONAL AB Box 23007, 104 35 Stockholm, tel 08-24 63 30



Världsranking, simning, per 1989.11.30
Damer

50 METRES FREESTYLE
Rec: 24.98 W.Yang,CHN,88

1)	25.51	GDRJUN	Daniela Hunger,GDR
2)	25.55	USAAUG	Leigh Ann Feller,USA
3)	25.63	EUR89AUG	Catherine Plewinski,FRA
4)	25.70	FRAAPR14	Livia Copariu,ROM
5)	25.85	HOLJUN	Marianne Muis,HOL
6)	25.85	PAC89AUG	Jenny Thompson,USA
7)	25.87	EUR89AUG	Katrin Meissner,GDR
8)	25.94	EUR89AUG	Gitta Jensen,DEN
9)	25.95	PAC89AUG	Wenyi Yang,CHN
10)	25.99	EUR89AUG	Marion Alzpors,FRG
11)	26.01	EUR89AUG	Caroline Woodcock,GBR
12)	26.03	SHANGMAY	Chunli Sun,CHN
13)	26.05	PAC89AUG	Yong Zhuan,CHN
14)	26.11	BUCHRJUN	Tamara Costache,ROM
15)	26.12	USAAUG	Allison Bock,USA
16)	26.13	USAAUG	Nicole Haislett,USA
17)	26.13	USAAUG	Julie Cooper,USA
18)	26.23	USAAUG	Jill Sterkel,USA
19)	26.24	BRAFEB	Adriana Pereira,BRA
20)	26.25	USAAUG	Courtney Madsen,USA
21)	26.26	CANAUG	Kristin Topham,CAN
22)	26.29	HOLJUN	Mildred Muis,HOL
23)	26.30	USAAUG	Jeanne Doolan,USA
24)	26.32	USAAUG	Lisa Dorman,USA
25)	26.32	USAAUG	Debbie Kinsley,USA
26)	26.32	PAC89AUG	Karen van Wirdum,AUS
27)	26.35	ULZENMAY	Marieke Mastebroek,HOL
28)	26.35	CATALMAY	Virginia Sachero,ARG
29)	26.35	PAC89AUG	Ayako Nakano,JPN
30)	26.36	USAAUG	Jenna Johnson,USA
31)	26.36	PAC89AUG	Lisa Curry-Kenr;y,AUS
32)	26.38	NZLMAR	Angela Mullens,AUS
33)	26.39	PAC89AUG	Carrie Steinseiler,USA
34)	26.44	EUR89AUG	Kalja Ziliox,FRG
35)	26.46	SWEJUL	Helena Aberg,SWE
36)	26.46	USAAUG	Dana Dutcher,USA
37)	26.48	USAAUG	Grace Cornelius,USA
38)	26.49	HOLJUN	Diana Vander Plaats,HOL
39)	26.51	GDRJUN	Heike Friedrich,GDR
40)	26.53	CCCANJUL	Claudia Poll,CRC

200 METRES FREESTYLE
Rec: 1:57.55 H.Friedrich,GDR,86

1)	1:58.66	GDRJUN	Manuela Stellmach,GDR
2)	1:58.95	EUR89AUG	Anke Mohring,GDR
3)	1:59.96	EUR89AUG	Marianne Muis,HOL
4)	2:00.07	GDR-URS	Heike Friedrich,GDR
5)	2:00.35	EUR89AUG	Mette Jacobsen,DEN
6)	2:00.47	USA-URS	Mitzi Kremer,USA
7)	2:00.48	GDRJUN	Dagmar Hase,GDR
8)	2:00.55	EUR89AUG	Catherine Plewinski,FRA
9)	2:00.87	PAC89AUG	Patricia Noall,CAN
10)	2:00.91	EUR89AUG	Diana Vander Plaals,HOL
11)	2:00.95	USAAUG	Julie Kole,USA
12)	2:01.08	GDRJUN	Astrid Strauss,GDR
13)	2:01.44	GDRJUN	Katrin Meissner,GDR
14)	2:01.44	PAC89AUG	Yong Zhuan,CHN
15)	2:01.46	EUR89AUG	Mildred Muis,HOL
16)	2:01.48	USAAUG	Francie O'Leary,USA
17)	2:01.63	USAAUG	Jenny Thompson,USA
18)	2:01.66	FRGJUN	Stephanie Ortwig,FRG
19)	2:01.72	PAC89AUG	Stacy Cassiday,USA
20)	2:01.85	OSLJAN	Hayley Lewis,AUS
21)	2:01.93	USAAUG	Barbara Metz,USA
22)	2:01.96	URSJUN	Natalia Trefilova,URS
23)	2:02.00	PAC89AUG	Janel Evans,USA
24)	2:02.04	GDRJUN	Sabina Schulze,GDR
25)	2:02.05	USAAUG	Jane Skillman,USA
26)	2:02.12	CCCANJUL	Claudia Poll,CRC
27)	2:02.23	FRGJUN	Heike Holler,FRG
28)	2:02.25	FRAJUL	Cecile Prunier,FRA
29)	2:02.29	ROMJUN	Luminita Dobrescu,ROM
30)	2:02.32	TALLNJUN	Pamela Minthorn,USA
31)	2:02.35	EUR89AUG	Irene Dalby,NOR
32)	2:02.37	USAAUG	Whitney Hedgepeth,USA
33)	2:02.42	GDRJUN	Simone Hellmer,GDR
34)	2:02.47	EUR89AUG	Beril Puggaard,DEN
35)	2:02.54	USAAUG	Jenna Johnson,USA
36)	2:02.59	PAC89AUG	Chikako Nakamori,JPN
37)	2:02.65	EUJRJUL	Sandra Gutsche,GDR
38)	2:02.73	LAINVJUL	Francie Oleary,USA
39)	2:02.82	URSJUN	Ina Shamarova,URS
40)	2:02.83	FRGJUN	Heike Lunenschloss,FRG

800 METRES FREESTYLE
Rec: 8:16.22 J.Evans,USA,89

1)	8:16.22	PAC89AUG	Janel Evans,USA
2)	8:23.99	EUR89AUG	Anke Mohring,GDR
3)	8:28.24	EUR89AUG	Astrid Strauss,GDR
4)	8:28.59	EUR89AUG	Irene Dalby,NOR
5)	8:28.92	EUR89AUG	Cristina Sossi,ITA
6)	8:31.16	PAC89AUG	Janelle Elford,AUS
7)	8:31.76	GDRJUN	Grit Muller,GDR
8)	8:32.39	OSLJAN	Hayley Lewis,AUS
9)	8:32.56	PAC89AUG	Julie Kole,USA
10)	8:35.30	AUSFEB	Julie McDonald,AUS
11)	8:35.84	ROMEJUN	Manuela Melchiorri,ITA
12)	8:36.58	PAC89AUG	Barbara Metz,USA
13)	8:36.74	NOKFEB	Kalja Hartmann,GDR
14)	8:39.61	USAAUG	Stacy Cassiday,USA
15)	8:39.68	CDSCMAY	Karyn Faure,FRA
16)	8:40.72	NOKFEB	Jana Henke,GDR
17)	8:41.39	USAAUG	Jane Skillman,USA
18)	8:42.09	GENOVJUL	Orietta Patron,ITA
19)	8:42.69	FRGJUN	Sonja Nimtz,FRG
20)	8:42.88	USAAUG	Molly Magill,USA
21)	8:44.73	GDRJUN	Carola Kynast,GDR
22)	8:45.02	PAC89AUG	Debbie Wurzburger,CAN
23)	8:45.07	FRGJUN	Stephanie Ortwig,FRG
24)	8:45.29	USAAUG	Cheryl Simmons,USA
25)	8:45.36	FRAJUL	Cecile Prunier,FRA
26)	8:45.82	URSJUN	Natalia Trefilova,URS
27)	8:45.91	NOKFEB	Heide Grein,GDR
28)	8:45.98	EUR89AUG	Heike Lunenschloss,FRG
29)	8:47.38	PAC89AUG	Phillippa Langrell,NZL
30)	8:47.52	EUR89AUG	Isabelle Arnould,BEL
31)	8:47.66	GENOVJUL	Francesca Cambrini,ITA
32)	8:47.79	GDRJUN	Victoria Funk,GDR
33)	8:48.26	PERTHAPR	Toni Greaves,AUS
34)	8:48.43	NZLMAR	Donna Procter,AUS
35)	8:48.51	EUJRJUL	Olga Splichalova,TCH
36)	8:48.87	USAAUG	Mitzi Braswell,USA
37)	8:48.98	USOLYJUL	Missy Connolly,USA
38)	8:49.29	LEEDSMAY	Karen Mellor,GBR
39)	8:49.42	USA-URS	Ina Shamarova,URS
40)	8:49.47	EUJRJUL	Eva Berzianovits,HUN

100 METRES BACKSTROKE
Rec: 1:00.59 I.Kleber,GDR,84

1)	1:01.77	GDRJUN	Kristin Otto,GDR
2)	1:02.24	EUJRJUL	Kristina Egerszegi,HUN
3)	1:02.37	USAAUG	Betsy Mitchell,USA
4)	1:02.47	GDRJUN	Anja Eichhorst,GDR
5)	1:02.69	PAC89AUG	Lea Loveless,USA
6)	1:02.81	EUJRJUL	Tunde Szabo,HUN
7)	1:03.10	GDRJUN	Marion Sperka,GDR
8)	1:03.17	NZLMAR	Anna Simcic,NZL
9)	1:03.18	EUJRJUL	Sandra Henke,GDR
10)	1:03.20	PAC89AUG	Wenyi Yang,CHN
11)	1:03.32	USAAUG	Anne Mahoney,USA
12)	1:03.32	USAAUG	Janie Wagstaff,USA
13)	1:03.35	EUR89AUG	Ellen Elzerman,HOL
14)	1:03.39	AUSFEB	Nicole Livingslone,AUS
15)	1:03.42	GDRJUN	Dagmar Hase,GDR
16)	1:03.46	EUJRJUL	Sandra Volker,FRG
17)	1:03.59	USAAUG	Kristen Linehan,USA
18)	1:03.62	GDRJUN	Kathlin Romhild,GDR
19)	1:03.64	EUR89AUG	Marion Alzpors,FRG
20)	1:03.66	USAAUG	Barbara Bedford,USA
21)	1:03.70	USAAUG	Diane Trimble,USA
22)	1:03.72	EUR89AUG	Natalia Shibaeva,URS
23)	1:03.78	TALLNJUN	Sheri While,USA
24)	1:03.88	USAAUG	Susannah Miller,USA
25)	1:03.90	EUR89AUG	Lorenza Vigarani,ITA
26)	1:03.91	USAAUG	Kristina Stinson,USA
27)	1:03.98	JPNAUG	Chikako Takase,JPN
28)	1:04.00	PLOVDMAR	Maria Kocheva,BUL
29)	1:04.09	PAC89AUG	Anne Barnes,CAN
30)	1:04.13	LAINVJUL	Silvia Poll,CRC
31)	1:04.18	EUJRJUL	Susanne Krause,GDR
32)	1:04.23	ROMJUN	Anca Patrascoiu,ROM
33)	1:04.25	CANAUG	Anne-M. Andersen,CAN
34)	1:04.28	PAC89AUG	Ll Lin,CHN
35)	1:04.29	USAAUG	K.C. Cline,USA
36)	1:04.32	AUSFEB	Sharon Musson,NZL
37)	1:04.36	EUR89AUG	Katharine Read,GBR
38)	1:04.37	TALLNJUN	Jodi Wilson,USA
39)	1:04.39	ITAMAR	Manuela Carosi,ITA
40)	1:04.43	CANAUG	Lori Melien,CAN

100 METRES FREESTYLE
Rec: 54.73 K.Otto,GDR,86

1)	55.11	EUR89AUG	Catherine Plewinski,FRA
2)	55.38	EUR89AUG	Katrin Meissner,GDR
3)	55.38	PAC89AUG	Yong Zhuan,CHN
4)	55.40	EUR89AUG	Manuela Stellmach,GDR
5)	55.61	EUR89AUG	Marianne Muis,HOL
6)	55.84	PAC89AUG	Jenny Thompson,USA
7)	55.99	PAC89AUG	Nicole Haislett,USA
8)	56.05	GDRJUN	Daniela Hunger,GDR
9)	56.19	GREVEJUL	Gitta Jensen,DEN
10)	56.24	EUR89AUG	Mildred Muis,HOL
11)	56.42	SHANGMAY	Chunli Sun,CHN
12)	56.42	SHANGMAY	Yong Zhung,CHN
13)	56.44	GDRJUN	Heike Friedrich,GDR
14)	56.44	USAAUG	Leigh Ann Feller,USA
15)	56.48	USAAUG	Julie Cooper,USA
16)	56.50	USAAUG	Jenna Johnson,USA
17)	56.59	USAAUG	Carrie Steinseiler,USA
18)	56.60	EUR89AUG	Diana Vander Plaats,HOL
19)	56.63	ROMEJUN	Conny van Bentum,HOL
20)	56.70	PAC89AUG	Patricia Noall,CAN
21)	56.71	GDRJUN	Sabina Schulze,GDR
22)	56.71	USAAUG	Janel Jorgensen,USA
23)	56.73	GDRJUN	Kornelia Gressler,GDR
24)	56.79	OSLJAN	Karen van Wirdum,AUS
25)	56.79	FRAAPR14	Livia Copariu,ROM
26)	56.80	BUCHRJUN	Luminita Dobrescu,ROM
27)	56.82	EUR89AUG	Karen Pickering,GBR
28)	56.84	EUR89AUG	Marion Alzpors,FRG
29)	56.91	BUCHRJUN	Tamara Costache,ROM
30)	56.94	USAAUG	Ashley Tappin,USA
31)	56.97	EUR89AUG	Silvia Persi,ITA
32)	56.97	PAC89AUG	Mitzi Kremer,USA
33)	56.98	FRGJUN	Heike Holler,FRG
34)	57.04	GDRJUN	Simone Hellmer,GDR
35)	57.05	FRGJUN	Birgit Lohberg,FRG
36)	57.10	FRGJUN	Stephanie Bolinger,FRG
37)	57.15	AUSFEB	Julie Pugh,AUS
38)	57.19	EUR89AUG	Kalja Ziliox,FRG
39)	57.21	URSJUN	Natalia Trefilova,URS
40)	57.21	GREVEJUL	Mette Jacobsen,DEN

400 METRES FREESTYLE
Rec: 4:03.85 J.Evans,USA,88

1)	4:04.53	PAC89AUG	Janel Evans,USA
2)	4:05.84	EUR89AUG	Anke Mohring,GDR
3)	4:10.14	EUR89AUG	Heike Friedrich,GDR
4)	4:10.41	GDRJUN	Astrid Strauss,GDR
5)	4:10.73	AUSFEB	Hayley Lewis,AUS
6)	4:10.89	EUR89AUG	Manuela Melchiorri,ITA
7)	4:11.46	PAC89AUG	Jane Skillman,USA
8)	4:11.48	USAAUG	Andrea Hayes,USA
9)	4:11.51	EUR89AUG	Irene Dalby,NOR
10)	4:11.71	USAAUG	Julie Kole,USA
11)	4:12.55	NOKFEB	Grit Muller,GDR
12)	4:12.57	PAC89AUG	Janelle Elford,AUS
13)	4:12.89	PAC89AUG	Mitzi Kremer,USA
14)	4:13.09	EUR89AUG	Orietta Patron,ITA
15)	4:13.27	GDRJUN	Jana Henke,GDR
16)	4:13.37	PAC89AUG	Donna Procter,AUS
17)	4:13.74	PAC89AUG	Barbara Metz,USA
18)	4:13.92	NOKFEB	Kalja Hartmann,GDR
19)	4:14.01	EUR89AUG	Isabelle Arnould,BEL
20)	4:14.19	FRGJUN	Stephanie Ortwig,FRG
21)	4:14.55	PAC89AUG	Stacy Cassiday,USA
22)	4:14.65	URSJUN	Natalia Trefilova,URS
23)	4:15.09	USAAUG	Molly Magill,USA
24)	4:15.51	ROMJUN	Luminita Dobrescu,ROM
25)	4:15.52	EUJRJUL	Sandra Gutsche,GDR
26)	4:15.54	GENOVJUL	Cristina Sossi,ITA
27)	4:15.55	GENOVJUL	Francesca Cambrini,ITA
28)	4:15.81	GDRJUN	Carola Kynast,GDR
29)	4:15.86	EUR89AUG	Heike Lunenschloss,FRG
30)	4:16.02	LATINAPR	Cecile Prunier,FRA
31)	4:16.22	NOKFEB	Heide Grein,GDR
32)	4:16.49	EUR89AUG	Sandra Cam,BEL
33)	4:16.81	FRGJUN	Sonja Nimtz,FRG
34)	4:17.09	FRAJUL	Karyn Faure,FRA
35)	4:17.32	ROMJUN	Bealrice Coada,ROM
36)	4:17.36	LAINVJUL	Sarah Anderson,USA
37)	4:17.39	EUR89AUG	Noemi Lung,ROM
38)	4:17.51	GREVEJUL	Mette Jacobsen,DEN
39)	4:17.57	USAAUG	Amy Shaw,USA
40)	4:17.63	AUSFEB	Julie McDonald,AUS

1500 METRES FREESTYLE
Rec: 15:52.10 J.Evans,USA,88

1)	16:10.58	PAC89AUG	Janelle Elford,AUS
2)	16:14.12	USAAUG	Julie Kole,USA
3)	16:15.37	PERTHAUG	Julie McDonald,AUS
4)	16:27.44	PAC89AUG	Barbara Metz,USA
5)	16:30.21	TERNJUN	Manuela Melchiorri,ITA
6)	16:32.05	USAAUG	Mitzi Braswell,USA
7)	16:32.22	USAAUG	Molly Magill,USA
8)	16:35.46	USAAUG	Jane Skillman,USA
9)	16:36.04	USAAUG	Cheryl Simmons,USA
10)	16:36.28	AUSTMAY	Karyn Faure,FRA
11)	16:42.60	PAC89AUG	Debbie Wurzburger,CAN
12)	16:43.05	AUSFEB	Michelle Gallen,AUS
13)	16:43.09	AUSFEB	Bronwyn Burns,AUS
14)	16:46.35	USAAUG	Michelle Butcher,USA
15)	16:46.91	USAAUG	Kim Martin,USA
16)	16:47.97	USAAUG	Missy Hoy,USA
17)	16:49.64	CANAUG	Steph. Shewchuk,CAN
18)	16:49.89	USAAUG	Joan Wojtowicz,USA
19)	16:50.12	USAAUG	Cherri Merryman,USA
20)	16:51.08	NZLMAR	Phillippa Langrell,NZL
21)	16:52.67	PAC89AUG	Naho Sasamura,JPN
22)	16:54.34	FRGFEB	Heike Lunenschloss,FRG
23)	16:54.62	PAC89AUG	Michelle Saltee,CAN
24)	16:54.91	USAAUG	Shelia Conway,USA
25)	16:55.64	USAAUG	Susan Gottlieb,USA
26)	16:55.79	CANAUG	Erin Holland,CAN
27)	16:56.64	USAAUG	Tobie Smith,USA
28)	16:56.97	USAAUG	Kathie Murbach,USA
29)	16:57.35	AUSFEB	Jacqui Robinson,AUS
30)	16:57.80	USAAUG	Joyce Lightfool,USA
31)	16:57.81	FRGFEB	Maja Krause,FRG
32)	16:59.65	USAAUG	Marilyn Peck,USA
33)	16:59.85	BRAFEB	Patricia Amorim,BRA
34)	17:01.83	USAAUG	Kathy Hoffman,USA
35)	17:03.08	USJRWAUG	Karin Crowley,USA
36)	17:03.22	USJRWAUG	Lisa Jacob,USA
37)	17:04.62	CANAUG	Joanne Currah,CAN
38)	17:04.80	USJREAUG	Mimosa McNerney,USA
39)	17:05.71	USAAUG	Lori Walker,USA
40)	17:05.82	USJREAUG	Heather Gravlin,USA

200 METRES BACKSTROKE
Rec: 2:08.60 B.Mitchell,USA,86

1)	2:10.69	EUJRJUL	Kristina Egerszegi,HUN
2)	2:12.46	EUR89AUG	Dagmar Hase,GDR
3)	2:12.74	GDRJUN	Kristin Otto,GDR
4)	2:13.60	AUSFEB	Nicole Livingstone,AUS
5)	2:13.62	GDRJUN	Anja Eichhorst,GDR
6)	2:13.76	PAC89AUG	Diane Trimble,USA
7)	2:13.82	NZLMAR	Anna Simcic,NZL
8)	2:14.01	USAAUG	Kristen Linehan,USA
9)	2:14.11	BRESCJUL	Lorenza Vigarani,ITA
10)	2:14.22	GDRJUN	Marion Sperka,GDR
11)	2:14.37	JPNAUG	Chikako Takase,JPN
12)	2:14.56	USAAUG	Lea Loveless,USA
13)	2:14.94	EUR89AUG	Ellen Elzerman,HOL
14)	2:14.99	EUJRJUL	Tunde Szabo,HUN
15)	2:15.09	USAAUG	Andrea Hayes,USA
16)	2:15.38	USAAUG	Beth Barr,USA
17)	2:15.43	LAINVJUL	Janel Evans,USA
18)	2:15.50	URSJUN	Natalia Shibaeva,URS
19)	2:15.76	GDRJUN	Kathlin Romhild,GDR
20)	2:15.79	USAAUG	Janie Wagstaff,USA
21)	2:15.87	EUJRJUL	Susanne Krause,GDR
22)	2:16.02	USAAUG	Susannah Miller,USA
23)	2:16.11	GBRJUL	Katharine Read,GBR
24)	2:16.18	USAAUG	Kristina Stinson,USA
25)	2:16.58	URSJUN	Natalia Krupskaya,URS
26)	2:16.71	USAAUG	Susan Polrepka,USA
27)	2:16.78	PERTHAUG	Karen Lord,AUS
28)	2:16.85	PAC89AUG	Yuka Akiyama,JPN
29)	2:17.00	MAASTMAR	Mandy Bude,GDR
30)	2:17.00	EUR89AUG	Marion Zoller,FRG
31)	2:17.01	ROMJUN	Anca Patrascoiu,ROM
32)	2:17.10	GDRJUN	Kathrin Wessel,GDR
33)	2:17.40	USAAUG	Becky Shelton,USA
34)	2:17.49	USAAUG	Diane Graner,USA
35)	2:17.59	ORBROAPR	Helen Staller,GBR
36)	2:17.61	PAC89AUG	Junko Torikai,JPN
37)	2:17.64	PAC89AUG	Anne Barnes,CAN
38)	2:17.69	JPNAUG	Tomoko Onogi,JPN
39)	2:17.74	PERTHAUG	Johanna Griggs,AUS
40)	2:17.78	LAINVJUL	Silvia Poll,CRC

SIMRISHAMNS KOMMUN
VID SKÅNES SYDOSTKUST,
I CENTRUM AV
ÖSTERLEN
ÄR MÅLET FÖR
ETT GIVANDE
TRÄNINGSLÄGER



HÄR FINNS:

* Flera tempererade utomhusbassänger, både 50- och 25 meter.

* Simhall.

* Goda förläggningsmöjligheter av varierande art, bl a med tillgång till självhushåll.

* Inom- och utomhusanläggningar även för andra aktiviteter än simsport.

* Och dessutom humana priser!

Vi hjälper gärna till att organisera ett givande läger!

Ring gärna för närmare information:

FRITIDSKONTORET, SIMRISHAMN,
TEL. 0414/118 70 vx.



SIMMA LUGNT!

VI LIGGER BRA TILL FÖR TRÄNINGSLÄGER

Det är lätt att komma till Nässjö. Här finns gott om spännande idrottsanläggningar som utnyttjas flitigt.

Du kan t ex utnyttja simhallens 25 m bassäng och bo med truppen på åretrunt-öppna vandrarhem.

Fritid Nässjö ger Dig de upplysningar Du behöver.
Ring 0380/781 86

NÄSSJÖ



I HJÄRTAT AV GÖTALAND

SIMLÄGER

I

RÖSTÅNGA

Mitt i vackraste Skåne

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

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

Låt oss skräddarsy ett lägerpaket för er simklubb!!

SVALÖVS KOMMUN

Fritidskontoret
Box 43
268 00 SVALÖV
0418 / 550 15

Gör som

SVENSKA SIMFÖRBUNDET

anlita

INTER TOURS

För era resor
Specialist på idrottsresor
Komletta arrangemang,
Suveräna priser!

INTERTOURS
St. Eriksgatan 76 113 20 Stockholm
Tel. 08-34 41 30 Fax. 08-34 27 90

Statistik

Världsranking, simning, per 1989.11.30

100 METRES BREASTSTROKE

Rec: 1:07.91 S.Horner,GDR,87

1)	1:08.33	GDRJUN	Silke Horner,GDR
2)	1:09.47	GDRJUN	Susanne Bornike,GDR
3)	1:09.65	EUR89AUG	Tania Bogomilova,BUL
4)	1:09.79	PAC89AUG	Kellie Duggan,CAN
5)	1:09.81	PAC89AUG	Tracey McFarlane,USA
6)	1:10.07	USA-URS	Elena Volkova,URS
7)	1:10.39	EUR89AUG	Manuela Dalla Valle,ITA
8)	1:10.49	GDRJUN	Daniela Brendel,GDR
9)	1:10.51	USAAUG	Mary-E. Blanchard,USA
10)	1:10.60	EUR89AUG	Brigitte Becue,BEL
11)	1:10.67	GDRJUN	Annett Rex,GDR
12)	1:10.88	EUJRJUL	Julia Landik,URS
13)	1:10.98	FRGJUN	Alexandra Hanel,FRG
14)	1:11.00	FLAJUL	Tori De Silvia,USA
15)	1:11.06	USAAUG	Lori Helsick,USA
16)	1:11.15	NOKFEB	Guylaine Cloutier,CAN
17)	1:11.15	PAC89AUG	Lara Hooiveld,AUS
18)	1:11.24	EUR89AUG	Lorraine Coombes,GBR
19)	1:11.32	EUR89AUG	Svetlana Kuzmina,URS
20)	1:11.36	EUJRJUL	Jana Dornes,GDR
21)	1:11.48	URSJRJUL	Elena Rudovskaya,URS
22)	1:11.55	GBRJUL	Suki Brownsdon,GBR
23)	1:11.60	URSFEB	Elena Bardicheva,URS
24)	1:11.60	SHANGMAY	Xiaomin Huang,CHN
25)	1:11.65	PAC89AUG	Chifumi Yamaga,JPN
26)	1:11.85	GDRJUN	Sylvia Gerasch,GDR
27)	1:11.86	HAMBGFEB	Peggy Jahnichen,GDR
28)	1:11.86	KAPFJUN	Magda Splichalova,TCH
29)	1:11.93	SWEFEB	Allison Higson,CAN
30)	1:11.99	EUJRJUL	Nancy Goossens,BEL
31)	1:12.00	EUR89AUG	Kira Bullen,HOL
32)	1:12.01	USAAUG	Kelly Purcell,USA
33)	1:12.02	BUCHRJUN	Alicja Peczak,POL
34)	1:12.02	HAMBAPR	Margarel Hohmann,GBR
35)	1:12.03	GBRJUL	Lorraine Coombes,GBR
36)	1:12.07	GDR-URS	Julia Bogacheva,URS
37)	1:12.10	ESPJUL	Rocio Ruiz,ESP
38)	1:12.17	FRGJUN	Manuela Nackel,FRG
39)	1:12.18	NOKFEB	Nathalie Giguere,CAN
40)	1:12.33	PAC89AUG	Asako Natsume,JPN

200 METRES BREASTSTROKE

Rec: 2:26.71 S.Horner,GDR,88

1)	2:27.77	EUR89AUG	Susanne Bornike,GDR
2)	2:28.74	GDRJUN	Silke Horner,GDR
3)	2:29.94	EUR89AUG	Brigitte Becue,BEL
4)	2:29.95	EUR89AUG	Elena Volkova,URS
5)	2:30.11	EUR89AUG	Manuela Dalla Valle,ITA
6)	2:30.93	URSJUN	Svetlana Kuzmina,URS
7)	2:31.05	USA-URS	Julia Bogacheva,URS
8)	2:31.59	USAAUG	Mary-E. Blanchard,USA
9)	2:31.90	GDRJUN	Daniela Brendel,GDR
10)	2:32.10	EUJRJUL	Marina Tarasova,URS
11)	2:32.12	PAC89AUG	Nathalie Giguere,CAN
12)	2:32.13	PAC89AUG	Tracey McFarlane,USA
13)	2:32.15	PAC89AUG	Xiaomin Huang,CHN
14)	2:32.17	SOFIAJUN	Tania Bogomilova,BUL
15)	2:32.19	ITAMAR	Annalisa Nisito,ITA
16)	2:32.56	URSJUN	Svetlana Bevz,URS
17)	2:32.83	USAAUG	Kelly Purcell,USA
18)	2:32.89	URSJRJUL	Elena Rudovskaya,URS
19)	2:32.90	FRGJUN	Alexandra Hanel,FRG
20)	2:33.20	EUJRJUL	Nancy Goossens,BEL
21)	2:33.37	EUR89AUG	Virginie Bojaryn,FRA
22)	2:33.65	USAAUG	Jill Johnson,USA
23)	2:33.67	URSJRJUL	Elena Bardicheva,URS
24)	2:33.68	PAC89AUG	Asako Natsume,JPN
25)	2:33.90	EUR89AUG	Beata Kaszubi,POL
26)	2:34.00	GDRJUN	Kathleen Nord,GDR
27)	2:34.07	OSWIMJUN	Alicja Peczak,POL
28)	2:34.20	GENOVJUL	Cristiana Giordano,ITA
29)	2:34.33	HOLJUN	Linda Moes,HOL
30)	2:34.38	LEEDSMAY	Suki Brownsdon,GBR
31)	2:34.44	PAC89AUG	Lori Helsick,USA
32)	2:34.71	CANAUG	Kellie Duggan,CAN
33)	2:34.82	CANAUG	Nancy Sweetnam,CAN
34)	2:34.90	KAUNSMAR	Julia Landik,URS
35)	2:34.94	URSJUN	Elena Kuznetsova,URS
36)	2:34.98	EUR89AUG	Magda Splichalova,TCH
37)	2:35.05	URSJUN	Svetlana Bujanova,URS
38)	2:35.18	PAC89AUG	Chifumi Yamaga,JPN
39)	2:35.34	PAC89AUG	Lara Hooiveld,AUS
40)	2:35.44	PAC89AUG	Catherine Moore,AUS

100 METRES BUTTERFLY

Rec: 57.93 M.T.Meagher,USA,81

1)	59.08	EUR89AUG	Catherine Plewinski,FRA
2)	59.65	SHANGMAY	Hong Qian,CHN
3)	1:00.42	EUR89AUG	Jacqueline Jacob,GDR
4)	1:00.58	PAC89AUG	Jenna Johnson,USA
5)	1:00.81	EUR89AUG	Kathleen Nord,GDR
6)	1:00.81	PAC89AUG	Xiaohong Wang,CHN
7)	1:00.97	PAC89AUG	Julie Gorman,USA
8)	1:01.12	USAAUG	Pamela Minthorn,USA
9)	1:01.14	USAAUG	Lori Holmes,USA
10)	1:01.15	ULZENMAY	Karin Brienesse,HOL
11)	1:01.16	USAAUG	Jenny Thompson,USA
12)	1:01.16	PAC89AUG	Summer Sanders,USA
13)	1:01.31	EUR89AUG	Jacqueline Delord,FRA
14)	1:01.36	PAC89AUG	Fiona Alessandri,AUS
15)	1:01.37	USAAUG	Janel Jorgensen,USA
16)	1:01.45	USAAUG	Suzy Buckovich,USA
17)	1:01.48	EUR89AUG	Judith Anema,HOL
18)	1:01.54	NOKFEB	Birte Weigang,GDR
19)	1:01.57	PAC89AUG	Susan O'Neill,AUS
20)	1:01.68	FRAJUL	Terri O'Loughlin,USA
21)	1:01.71	JPNAUG	Rie Shilo,JPN
22)	1:01.80	ROMEJUN	Conny van Bentum,HOL
23)	1:01.85	EUR89AUG	Manuela Carosi,ITA
24)	1:01.94	EUR89AUG	Madie. Scarborough,GBR
25)	1:02.01	JPNAUG	Yoko Kando,JPN
26)	1:02.03	USAAUG	Jill Sterkel,USA
27)	1:02.04	NOKFEB	Christiane Sievert,GDR
28)	1:02.14	EUR89AUG	Melle Jacobsen,DEN
29)	1:02.17	NZLMAR	Anna Simcic,NZL
30)	1:02.18	USAAUG	Grace Cornelius,USA
31)	1:02.18	PAC89AUG	Debbie Gaudin,CAN
32)	1:02.20	PAC89AUG	Michelle Griglione,USA
33)	1:02.21	CANAUG	Nancy Sweetnam,CAN
34)	1:02.22	GDRURS B	Katrin Meissner,GDR
35)	1:02.24	FRGJUN	Susanne Bosserhoff,FRG
36)	1:02.25	7NATMAR	Anna Lindberg,SWE
37)	1:02.27	USAAUG	Barb Pranger,USA
38)	1:02.50	USOLYJUL	Paige Wilson,USA
39)	1:02.50	HOLJUN	Natasja Robert,HOL
40)	1:02.53	EUR89AUG	Gabi Reha,FRG

200 METRES BUTTERFLY

Rec: 2:05.96 M.T.Meagher,USA,81

1)	2:09.33	EUR89AUG	Kathleen Nord,GDR
2)	2:10.94	EUR89AUG	Jacqueline Jacob,GDR
3)	2:10.99	PAC89AUG	Summer Sanders,USA
4)	2:11.29	PAC89AUG	Rie Shilo,JPN
5)	2:11.45	PAC89AUG	Julie Gorman,USA
6)	2:11.55	PAC89AUG	Xiaohong Wang,CHN
7)	2:11.84	PAC89AUG	Pamela Minthorn,USA
8)	2:12.19	EUJRJUL	Peggy Conrad,GDR
9)	2:12.28	SHANGMAY	Hong Qian,CHN
10)	2:12.43	USAAUG	Michelle Griglione,USA
11)	2:12.63	EUR89AUG	Melle Jacobsen,DEN
12)	2:12.98	PAC89AUG	Takayo Kitano,JPN
13)	2:13.24	EUJRJUL	Kristina Egerszegi,HUN
14)	2:13.26	AUSFEB	Hayley Lewis,AUS
15)	2:13.97	FRGJUN	Gabi Reha,FRG
16)	2:14.01	CHARLJUN	Mojca Caler,CAN
17)	2:14.07	USAAUG	Sheri Smith,USA
18)	2:14.14	USAAUG	Susan Gottlieb,USA
19)	2:14.23	ROMJUN	Stela Pura,ROM
20)	2:14.23	EUR89AUG	Beril Puggaard,DEN
21)	2:14.39	UELZNMAY	Karin Brienesse,HOL
22)	2:14.52	GDRJUN	Heide Grein,GDR
23)	2:14.58	PERTHAUG	Megan Johnston,AUS
24)	2:14.70	NOKFEB	Birte Weigang,GDR
25)	2:14.70	FRAMAR	Cecile Jeanson,FRA
26)	2:14.81	ROMEJUN	Conny van Bentum,HOL
27)	2:14.96	FRAJUL	Terri O'Loughlin,USA
28)	2:14.99	ROMJUN	Juliana Panlelimon,ROM
29)	2:15.19	USAAUG	Trina Radke,USA
30)	2:15.21	ORBROAPR	Tracey Atkin,GBR
31)	2:15.22	AUSFEB	Nicole Redford,AUS
32)	2:15.23	JPNAUG	Yoko Kando,JPN
33)	2:15.24	GBRJUL	Samantha Purvis,GBR
34)	2:15.24	GBRJUL	Madie.Scarborough,GBR
35)	2:15.27	USAAUG	Betsy Hugh,USA
36)	2:15.27	PAC89AUG	Soo-Jin Kim,KOR
37)	2:15.39	SHANGMAY	Xin Wang,CHN
38)	2:15.50	USAAUG	Darlene Warla,USA
39)	2:15.60	USAAUG	Janel Jorgensen,USA
40)	2:15.62	USAAUG	Kristi Kiggans,USA

200 METRES IND.MEDLEY

Rec: 2:11.73 U.Geweniger,GDR,81

1)	2:13.26	EUR89AUG	Daniela Hunger,GDR
2)	2:14.69	PAC89AUG	Li Lin,CHN
3)	2:15.15	USAAUG	Janet Evans,USA
4)	2:15.85	EUR89AUG	Marianne Muis,HOL
5)	2:15.88	GDRJUN	Susanne Bornike,GDR
6)	2:16.03	EUJRJUL	Kristina Egerszegi,HUN
7)	2:16.09	PAC89AUG	Summer Sanders,USA
8)	2:16.55	USAAUG	Mary-E. Blanchard,USA
9)	2:16.77	PAC89AUG	Michelle Griglione,USA
10)	2:16.90	AUSFEB	Jodie Clatworthy,AUS
11)	2:17.21	GDRJUN	Sabine Herbst,GDR
12)	2:17.23	EUR89AUG	Mildred Muis,HOL
13)	2:17.50	USAAUG	Amy Shaw,USA
14)	2:17.62	AUSFEB	Hayley Lewis,AUS
15)	2:17.79	PAC89AUG	Julie Gorman,USA
16)	2:17.87	EUR89AUG	Julia Bogacheva,URS
17)	2:17.93	EUR89AUG	Birgit Lohberg,FRG
18)	2:18.00	USA-URS	Ina Shamarova,URS
19)	2:18.05	EUR89AUG	Sharron Davies,GBR
20)	2:18.22	USAAUG	Sheila Conway,USA
21)	2:18.35	SWEFEB	Allison Higson,CAN
22)	2:18.45	EUR89AUG	Noemi Lung,ROM
23)	2:18.48	HAMBAPR	Laurence Bensimon,FRA
24)	2:18.56	USAAUG	Katy Arris,USA
25)	2:18.62	GDRJUN	Corinna Meier,GDR
26)	2:18.66	CANAUG	Nancy Sweetnam,CAN
27)	2:18.92	USAAUG	Janel Jorgensen,USA
28)	2:18.92	EUR89AUG	Brigitte Becue,BEL
29)	2:18.94	USAAUG	Jill Johnson,USA
30)	2:19.00	USAAUG	Karen Kraemer,USA
31)	2:19.01	EUR89AUG	Annamar. Petricevic,YUG
32)	2:19.02	FRGJUN	Alexandra Hanel,FRG
33)	2:19.02	USAAUG	Andrea Hayes,USA
34)	2:19.02	PAC89AUG	Eri Kimura,JPN
35)	2:19.10	PERTHAUG	Leah Broderick,AUS
36)	2:19.20	USAAUG	Tanya Williams,USA
37)	2:19.22	HAMBGFEB	Elena Dendeberova,URS
38)	2:19.31	USAAUG	Dorsey Tierney,USA
39)	2:19.51	GDR-URS	Kathleen Nord,GDR
40)	2:19.51	ROMJUN	Anca Patrascoiu,ROM

400 METRES IND.MEDLEY

Rec: 4:35.10 P.Schneider,GDR,82

1)	4:39.36	USAAUG	Janet Evans,USA
2)	4:41.82	EUR89AUG	Daniela Hunger,GDR
3)	4:42.42	GDRJUN	Gril Muller,GDR
4)	4:44.75	EUR89AUG	Kristina Egerszegi,HUN
5)	4:44.88	PERTHAUG	Donna Procter,AUS
6)	4:45.69	PAC89AUG	Li Lin,CHN
7)	4:46.75	AUSFEB	Hayley Lewis,AUS
8)	4:46.75	EUR89AUG	Noemi Lung,ROM
9)	4:46.89	PAC89AUG	Michelle Griglione,USA
10)	4:47.89	USAAUG	Andrea Hayes,USA
11)	4:47.90	USAAUG	Summer Sanders,USA
12)	4:49.62	PERTHAUG	Jodie Clatworthy,AUS
13)	4:49.77	USAAUG	Amy Shaw,USA
14)	4:50.05	GDRJUN	Diana Block,GDR
15)	4:50.66	USAAUG	Karen Kraemer,USA
16)	4:50.90	USAAUG	Katy Arris,USA
17)	4:51.03	PAC89AUG	Patricia Noall,CAN
18)	4:51.28	PAC89AUG	Eri Kimura,JPN
19)	4:51.32	USAAUG	Katie Welch,USA
20)	4:51.34	EUR89AUG	Annamar. Petricevic,YUG
21)	4:51.45	EUR89AUG	Suki Brownsdon,GBR
22)	4:51.66	USAAUG	Garland O'Keefe,USA
23)	4:51.76	PAC89AUG	Ming Yan,CHN
24)	4:52.17	USAAUG	Sheila Conway,USA
25)	4:52.33	GDR-URS	Julia Bogacheva,URS
26)	4:52.70	SWEFEB	Corinna Meier,GDR
27)	4:52.81	PERTHAUG	Jacqui McKenzie,AUS
28)	4:53.07	TOMACJUN	Li Lin,CHN
29)	4:53.11	GENOVJUL	Roberta Felotti,ITA
30)	4:53.16	GDRJUN	Felicitas Leipnitz,GDR
31)	4:53.20	ROMJUN	Beatrice Coada,ROM
32)	4:53.79	PAC89AUG	Yuka Akiyama,JPN
33)	4:53.85	EUJRJUL	Sabine Herbst,GDR
34)	4:54.03	USAAUG	Stephanie Brinser,USA
35)	4:54.03	EUR89AUG	Sandra Cam,BEL
36)	4:54.31	ORBROAPR	Tracey Atkin,GBR
37)	4:54.54	PERTHAPR	Suzanne Collinson,AUS
38)	4:54.76	EUJRJUL	Jana Rodehau,GDR
39)	4:54.77	EUR89AUG	Petra Haussmann,FRG
40)	4:54.78	AUSFEB	Linda Robinson,NZL

4X100 MEDLEY RELAY

Rec: 4:03.69 German Dem.Rep,GDR,84

1)	4:07.40	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
2)	4:09.54	GDRJUN	DHfK Leipzig,GDR
3)	4:09.78	USA-URS	United States,USA
4)	4:10.78	EUR89AUG	Italy,ITA
5)	4:11.18	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
6)	4:11.53	EUR89AUG	Holland,HOL
7)	4:11.54	PAC89AUG	Australia,AUS
8)	4:11.54	PAC89AUG	China,CHN
9)	4:12.26	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
10)	4:13.45	EUR89AUG	Great Britain,GBR
11)	4:13.73	USAAUG	Longhorn A,USA
12)	4:13.93	USA-URS	Soviet Union,URS
13)	4:13.97	PAC89AUG	Japan,JPN
14)	4:14.15	USAAUG	Tampure A,USA
15)	4:16.55	URSJUN	Russia,URS
16)	4:17.11	EUR89AUG	Denmark,DEN
17)	4:17.27	EUR89AUG	Bulgaria,BUL
18)	4:18.06	USAAUG	Mission Bay A,USA
19)	4:18.11	CANAUG	Elobicoke Pepsi,CAN
20)	4:18.30	EUJRJUL	Hungary,HUN
21)	4:18.73	URSJUN	Ukraine,URS
22)	4:19.70	USAAUG	Click Tucson,USA
23)	4:19.99	CANAUG	Edmonton Keyano ,CAN
24)	4:20.00	USAAUG	Mission Viejo A,USA
25)	4:20.63	LATINAPR	France,FRA
26)	4:21.06	EUR89AUG	Spain,ESP
27)	4:21.23	GENOVJUL	Libertas SA-FA,ITA
28)	4:21.23	USAAUG	Dynamo SC,USA
29)	4:21.30	ORBROAPR	Sweden,SWE
30)	4:21.44	GDRJUN	ASK Potsdam,GDR
31)	4:21.87	USAAUG	Longhorn B,USA
32)	4:22.38	FRGJUN	EOSC Offenbach,FRG

4X100 FREE RELAY

Rec: 3:40.57 German Dem.Rep,GDR,86

1)	3:42.46	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
2)	3:43.24	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
3)	3:43.63	PAC89AUG	United States,USA
4)	3:43.66	EUR89AUG	Holland,HOL
5)	3:45.92	USAAUG	Longhorn A,USA
6)	3:46.15	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
7)	3:46.94	EUR89AUG	Denmark,DEN
8)	3:47.04	EUR89AUG	France,FRA
9)	3:47.80	PAC89AUG	Canada,CAN
10)	3:47.97	PAC89AUG	China,CHN
11)	3:48.56	PAC89AUG	Australia,AUS
12)	3:48.87	EUR89AUG	Great Britain,GBR
13)	3:49.70	USAAUG	Longhorn B,USA
14)	3:49.87	USAAUG	Tampure A,USA
15)	3:49.95	PAC89AUG	Japan,JPN
16)	3:51.59	URSJUN	Russia,URS
17)	3:51.67	CANAUG	Elobicoke Pepsi,CAN
18)	3:52.00	TALLNJUN	Soviet Union,URS
19)	3:52.12	USAAUG	Mission Viejo A,USA
20)	3:52.20	EUR89AUG	Sweden,SWE
21)	3:53.02	FRAAPR14	Baja Mare,ROM
22)	3:53.75	USAAUG	Santa Barbara,USA
23)	3:53.78	USAAUG	Santa Clara SC,USA
24)	3:54.23	CANAUG	North York AC,CAN
25)	3:54.31	FRGJUN	EOSC Offenbach,FRG
26)	3:54.59	LATINAPR	Italy,ITA
27)	3:55.31	URSJUN	Ukraine,URS
28)	3:55.53	USAAUG	Swim Atlanta,USA
29)	3:55.54	FRGJUN	SG Remscheid,FRG
30)	3:55.62	EUR89AUG	Belgium,BEL
31)	3:55.68	USAAUG	Dynamo SC,USA
32)	3:56.04	FRGJUN	SGS Hannover,FRG

4X200 FREE RELAY

Rec: 7:55.47 German Dem.Rep,GDR,87

1)	7:58.54	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
2)	8:03.33	PAC89AUG	United States,USA
3)	8:06.00	EUR89AUG	Holland,HOL
4)	8:10.49	EUR89AUG	Italy,ITA
5)	8:11.53	EUR89AUG	Denmark,DEN
6)	8:11.54	USAAUG	Longhorn A,USA
7)	8:12.49	USAAUG	Tampure A,USA
8)	8:14.83	PAC89AUG	Japan,JPN
9)	8:15.08	EUR89AUG	Soviet Union,URS
10)	8:15.54	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
11)	8:16.29	PAC89AUG	Canada,CAN
12)	8:16.61	PAC89AUG	Australia,AUS
13)	8:17.08	URSJUN	Russia,URS
14)	8:18.10	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
15)	8:18.43	GDRJUN	ASK Potsdam,GDR
16)	8:20.64	LATINAPR	France,FRA
17)	8:20.87	USAAUG	Mission Viejo A,USA
18)	8:21.45	CANAUG	North York AC,CAN
19)	8:21.59	USAAUG	Fullerton AST,USA
20)	8:22.70	EUJRJUL	Hungary,HUN
21)	8:23.07	USAAUG	UT Galorade,USA
22)	8:23.37	GDRJUN	Empor Rostock,GDR
23)	8:23.70	USAAUG	Longhorn B,USA
24)	8:23.74	USAAUG	Foxcatcher SC,USA
25)	8:23.96	USAAUG	Mission Bay A,USA
26)	8:24.39	USAAUG	Mission Viejo B,USA
27)	8:25.19	ORBROAPR	Great Britain,GBR
28)	8:25.91	FRGJUN	EOSC Offenbach,FRG
29)	8:26.21	ORBROAPR	Sweden,SWE
30)	8:26.91	USAAUG	Badger SC,USA
31)	8:27.60	AUSFEB	Queensland,AUS
32)	8:27.73	USAAUG	Industry Hills,USA

STENUNGSUND MER ÄN INTRESSANT

SUNDA HALLEN

Träningsläger på bästkusten.

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

* **Idrottshall** med parkettgolv av internationella mått för bl a handboll, basketboll, volleyboll och badminton.
* **Specialhallar** för bordtennis, brottning, korthållsskytte och bowling samt teorisalar.
* **Simhall** med 25-metersbassäng om 8 banor inklusive redskapsrum.
* **Tennisbanor:** Sveriges enda av konstgrästyp.
* **Friidrottsanläggning** av allväderstyp.
* **Gräsplan** 105x65 m.
* **Motionsslinga,** grusplan m.m.

Förläggning i olika prisklasser kan ordnas.

Ring eller skriv till Sundahallen,
444 00 Stenungsund.
Tel. 0303/830 00
ank 265 och 266

SOMMARENS SIMLÄGER i Mariestad

VÄNERNS PÄRLA
Självklart!!!

- träna i bra bassäng
- bo billigt
- ha trevligt på lediga stunder

Kort sagt:
Ha det bra i Mariesta"

OBS! HELA PAKET

Mariestad
Vänerns pärla

Kontakta:
Turistbyrån
0501-100 01

DU SOM PLANERAR TRÄNINGSLÄGER



FAGERSTAHALLEN ERBJUDER SIMLÄGER ÅRET RUNT

-Sommartid i utebadet med 50 m bassäng.
-Övrig tid i vår nybyggda simhall med 25 m bassäng.
NYHET
-Båda anläggningarna öppna under sommaren.

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

MASSLOGI		130:- / person och dygn
PENSIONAT	från	195:- / person och dygn
HOTELL	från	235:- / person och dygn

INFORMATION OCH BOKNING:
FAGERSTAHALLEN,
Box 600, 773 01 Fagersta
Tel. 0223 / 442 30
TURISTBYRÅN,
Tel 0223 / 131 00

FAGERSTA TURISM

Världsranking, simning, per 1989.11.30

Herrar

50 METRES FREESTYLE

Rec: 22.12 T.Jager,USA,89

1)	22.12	PAC89AUG	Tom Jager,USA
2)	22.36	USAAUG	Matt Biondi,USA
3)	22.47	USAAUG	Steve Crocker,USA
4)	22.54	PAC89AUG	Andrew Baildon,AUS
5)	22.55	SUIAUG	Dano Halsall,SUI
6)	22.64	EUR89AUG	Vladimir Tkacenko,URS
7)	22.67	EUR89AUG	Evgeni Kotriaga,URS
8)	22.71	GDRJUN	Nils Rudolph,GDR
9)	22.72	PAC89AUG	Brent Lang,USA
10)	22.76	USAAUG	Todd Pace,USA
11)	22.80	SHANGMAY	Jiangiang Shen,CHN
12)	22.90	ORBROAPR	Joakim Holmqvist,SWE
13)	22.92	PAC89AUG	Doug Boyd,USA
14)	22.96	URSFEB	Vladimir Predkin,URS
15)	22.97	BRNOJUN	Petr Kladiva,TCH
16)	23.05	INDAPR2	Peter Williams,SAF
17)	23.05	URSJUN	Raymondas Majolis,URS
18)	23.05	URSJUN	Andrei Bashmakov,URS
19)	23.06	EUR89AUG	Ron Dekker,HOL
20)	23.07	URSFEB	Gennadi Prigoda,URS
21)	23.08	SWEJUL	Goran Tilus,SWE
22)	23.10	SWEJUL	Per Johansson,SWE
23)	23.12	EUR89AUG	Stefan Volery,SUI
24)	23.13	FRAJUL	Christophe Kalfayan,FRA
25)	23.15	USAAUG	Keith Anderson,USA
26)	23.15	PAC89AUG	Angus Waddell,AUS
27)	23.16	GDRJUN	Dirk Richter,GDR
28)	23.16	USAAUG	Jim Harvey,USA
29)	23.17	USAAUG	Tod Schroeder,USA
30)	23.18	FRAMAR	Stephan Caron,FRA
31)	23.20	ROMJUN	Ionut Musat,ROM
32)	23.20	SWEJUL	Lars-Ove Jansson,SWE
33)	23.22	URSFEB	Pavel Khnikin,URS
34)	23.22	GDRJUN	Olaf Ahlers,GDR
35)	23.22	EUR89AUG	Bernd Hoffmeister,FRG
36)	23.26	USAAUG	Byron Davis,USA
37)	23.27	GREVEJUL	Peter Rohde,DEN
38)	23.28	URSJUN	Yuri Vlasov,URS
39)	23.28	EUR89AUG	Michael Fibbens,GBR
40)	23.31	7NATMAR	Jan Karlsson,SWE

200 METRES FREESTYLE

Rec: 1:46.69 G.Lamberti,ITA,88

1)	1:46.69	EUR89AUG	Giorgio Lamberti,ITA
2)	1:47.61	EUR89AUG	Anders Holmertz,SWE
3)	1:47.96	EUR89AUG	Artur Wojdat,POL
4)	1:47.97	PAC89AUG	Doug Gjertsen,USA
5)	1:48.37	EUR89AUG	Roberto Gleria,ITA
6)	1:48.69	EUR89AUG	Peter Sitt,FRG
7)	1:49.00	EUR89AUG	Steffen Zesner,GDR
8)	1:49.41	EUR89AUG	Ven'min Tayanovich,URS
9)	1:49.45	USAAUG	Melvin Stewart,USA
10)	1:49.47	PAC89AUG	Jon Olsen,USA
11)	1:49.49	EUR89AUG	Uwe Dassler,GDR
12)	1:49.60	USAAUG	Adam Werth,USA
13)	1:49.66	BRESCJUL	Massimo Trevisan,ITA
14)	1:49.78	PERTHAUG	Thomas Stachewicz,AUS
15)	1:49.80	USAAUG	John Witchel,USA
16)	1:49.91	USAAUG	Dan Jorgensen,USA
17)	1:50.23	PAC89AUG	Turlough O'Hare,CAN
18)	1:50.38	SWEFEB	Tommy Werner,SWE
19)	1:50.48	URSJUN	Yuri Bashkatov,URS
20)	1:50.48	EUR89AUG	Martin Herrmann,FRG
21)	1:50.53	EUR89AUG	Mar. Podkoscielny,POL
22)	1:50.57	URSJUN	Alexei Kuznetsov,URS
23)	1:50.61	EUR89AUG	Norbert Agh,HUN
24)	1:50.63	GDRJUN	Andre Matzk,GDR
25)	1:50.71	USAAUG	Paul Robinson,USA
26)	1:50.75	EUR89AUG	Jan Inge Melberg,NOR
27)	1:50.78	USAAUG	Sean Killion,USA
28)	1:50.81	FRGJUN	Stefan Pfeiffer,FRG
29)	1:50.84	GDRJUN	Lars Hinneburg,GDR
30)	1:50.91	USAAUG	Jeff Olsen,USA
31)	1:50.92	USAAUG	Bob Utley,USA
32)	1:51.07	EUR89AUG	Zoltan Szilagyi,HUN
33)	1:51.12	GDRJUN	Jorg Hoffmann,GDR
34)	1:51.13	GDRJUN	Christian Gessner,GDR
35)	1:51.22	USAAUG	Erik Maurer,USA
36)	1:51.25	USAAUG	Scott Jaffe,USA
37)	1:51.26	USAAUG	Dave Wharton,USA
38)	1:51.30	USAAUG	Erik Bacon,USA
39)	1:51.35	USAAUG	Lunn Leslina,USA
40)	1:51.37	USAAUG	Paul Howe,GBR

800 METRES FREESTYLE

Rec: 7:50.64 V.Salnikov,URS,86

1)	7:56.61	USAAUG	Dan Jorgensen,USA
2)	7:56.41	PERTHAUG	Glen Housman,AUS
3)	7:58.99	PAC89AUG	Michael McKenzie,AUS
4)	7:59.50	EUR89AUG	Stefan Pfeiffer,FRG
5)	7:59.57	EUR89AUG	Jorg Hoffmann,GDR
6)	8:01.93	USAAUG	Lars Jorgensen,USA
7)	8:02.18	PAC89AUG	Chris Bowie,CAN
8)	8:03.71	USAAUG	Alex Koslich,USA
9)	8:03.85	BRESCJUL	Giorgio Lamberti,ITA
10)	8:04.98	PAC89AUG	Harry Taylor,CAN
11)	8:05.56	EUR89AUG	Mar. Podkoscielny,POL
12)	8:06.28	USAAUG	Steve Herron,USA
13)	8:07.40	MONACJUN	Zoltan Szilagyi,HUN
14)	8:08.50	GENOVJUL	Massi Bensi,ITA
15)	8:08.54	USAAUG	Andre DuPlessis,USA
16)	8:08.62	MISSVJUN	Artur Wojdat,POL
17)	8:09.03	USAAUG	Ethan Saulnier,USA
18)	8:10.27	USAAUG	Chad Hundeby,USA
19)	8:10.43	MONACJUN	Gary VanderMeulen,CAN
20)	8:11.17	USAAUG	John Mykkanen,USA
21)	8:11.27	EUR89AUG	Alex Gaydukevich,URS
22)	8:11.34	USAAUG	Mark Colwill,USA
23)	8:11.35	EUR89AUG	Stefan Persson,SWE
24)	8:11.77	USAAUG	Lunn Leslina,USA
25)	8:11.94	EUR89AUG	Kevin Boyd,GBR
26)	8:12.13	PAC89AUG	Masashi Kato,JPN
27)	8:12.71	USAAUG	Sean Killion,USA
28)	8:12.72	USAAUG	Bill Smyth,USA
29)	8:13.07	EUJRJUL	Sebastian Wiese,GDR
30)	8:13.12	USAAUG	Matt Buckley,USA
31)	8:13.31	EUR89AUG	Christ. Marchand,FRA
32)	8:13.46	USAAUG	David McCarty,USA
33)	8:13.98	SWEFEB	Alex Gatzov,URS
34)	8:14.38	PAC89AUG	Tomohiro Noguchi,JPN
35)	8:14.46	USAAUG	Richard Shinnick,USA
36)	8:14.64	USAAUG	Marc Ferguson,USA
37)	8:14.78	USAAUG	Jeff Olsen,USA
38)	8:15.10	CANAUG	Chris Chalmers,CAN
39)	8:15.42	EUR89AUG	Evgeni Logvinov,URS
40)	8:15.71	FRGFEB	Thomas Muller,FRG

100 METRES BACKSTROKE

Rec: 54.51 D.Berkoff,USA,88

1)	55.65	PAC89AUG	Jeff Rouse,USA
2)	56.08	USA-URS	Sergei Zabolotnov,URS
3)	56.14	USAAUG	Geoffrey Cronin,USA
4)	56.29	EUR89AUG	Dirk Richter,GDR
5)	56.32	FRAJUL	Franck Scholl,FRA
5)	56.39	FLAJUL	M. Lopez-Zubero,ESP
7)	56.49	EUR89AUG	Frank Hoffmeister,FRG
8)	56.52	PAC89AUG	Scot Johnson,USA
9)	56.52	PAC89AUG	Mark Tewksbury,CAN
10)	56.61	TALLNJUN	Vladimir Shemelov,URS
11)	56.62	GDRJUN	Tino Weber,GDR
12)	56.92	GDRJUN	Steffen Grohst,GDR
13)	56.97	USAAUG	Andy Gill,USA
14)	56.97	EUR89AUG	Igor Polianski,URS
15)	56.98	GDRJUN	Torsten Kaiser,GDR
16)	57.01	URSJUN	Vladimir Selkov,URS
17)	57.02	7NATMAR	Stefano Battistelli,ITA
18)	57.06	GREVEJUL	Lars Sorensen,DEN
19)	57.12	USAAUG	Brad Askins,USA
20)	57.12	PAC89AUG	Dan Vealch,USA
21)	57.16	SOFIAMAR	Georgui Mihalev,BUL
22)	57.24	USAAUG	Derek Weatherford,USA
23)	57.24	PAC89AUG	Paul Kingsman,NZL
24)	57.29	USAAUG	William Schwenk,USA
25)	57.30	GDRJUN	M. Marcinkowski,GDR
26)	57.30	PAC89AUG	Gary Anderson,CAN
27)	57.42	URSJRJUL	Dimitri Selkov,URS
28)	57.45	PERTHAUG	Thomas Stachewicz,AUS
29)	57.46	USAAUG	Mark Thompson,USA
30)	57.46	CANAUG	Deke Bolsford,CAN
31)	57.54	USAAUG	Doug Gjertsen,USA
32)	57.56	EUR89AUG	Tamas Deutsch,HUN
33)	57.60	PAC89AUG	Shigem. Maruyama,JPN
34)	57.61	FLAJUL	Michael Ross,USA
35)	57.73	SHANGMAY	Laijiu Lin,CHN
36)	57.73	EUR89AUG	Gary Binfield,GBR
37)	57.77	FRAJUL	Renaud Boucher,FRA
38)	57.79	USAAUG	Rick Gould,USA
39)	57.86	USOLYJUL	Trip Zedlitz,USA
40)	57.87	USAAUG	Brian Retherer,USA

100 METRES FREESTYLE

Rec: 48.42 M.Biondi,USA,88

1)	49.24	EUR89AUG	Giorgio Lamberti,ITA
2)	49.48	PAC89AUG	Brent Lang,USA
3)	49.85	PAC89AUG	Tom Jager,USA
4)	49.98	USAAUG	Doug Gjertsen,USA
5)	50.03	PAC89AUG	Andrew Baildon,AUS
6)	50.08	EUR89AUG	Stephan Caron,FRA
7)	50.13	EUR89AUG	Yuri Bashkatov,URS
8)	50.15	EUR89AUG	Raymondas Majolis,URS
9)	50.23	ORBROAPR	Tommy Werner,SWE
10)	50.32	USAAUG	John Miranda,USA
11)	50.35	GDRJUN	Dirk Richter,GDR
12)	50.35	EUR89AUG	Bjorn Zikarsky,FRG
13)	50.45	CANAUG	Sandy Goss,CAN
14)	50.46	USAAUG	Jon Olsen,USA
15)	50.46	EUR89AUG	Roberto Gleria,ITA
16)	50.51	SHANGMAY	Jiangiang Shen,CHN
17)	50.61	GDRJUN	Nils Rudolph,GDR
18)	50.61	EUR89AUG	Peter Sill,FRG
19)	50.62	URSFEB	Vladimir Predkin,URS
20)	50.63	FRAJUL	Bruno Gutzeit,FRA
21)	50.73	NOKFEB	Anders Holmertz,SWE
22)	50.73	SWEJUL	Hakan Karlsson,SWE
23)	50.76	EUR89AUG	Franz Mortensen,DEN
24)	50.77	FRGJUN	Andre Schadt,FRG
25)	50.79	CANETJUN	Gennadi Prigoda,URS
26)	50.79	URSJUN	Alexei Borislavski,URS
27)	50.81	URSJUN	Ven'min Tayanovich,URS
28)	50.81	USAAUG	Doug Boyd,USA
29)	50.84	GDRJUN	Steffen Zesner,GDR
30)	50.85	URSJUN	Evgeni Kotriaga,URS
31)	50.87	SWEJUL	Per Johansson,SWE
32)	50.87	USAAUG	Erik Maurer,USA
33)	50.88	EUR89AUG	Christophe Kalfayan,FRA
34)	50.95	SWEJAN	Joakim Holmqvist,SWE
35)	50.91	MONACJUN	Michael Fibbens,GBR
36)	50.91	USAAUG	Brian Kurza,USA
37)	50.91	EUR89AUG	Erik Ran,HOL
38)	50.92	URSFEB	Pavel Khnikin,URS
39)	50.97	EUR89AUG	Jan Inge Melberg,NOR
40)	50.99	CANETJUN	Nikolai Evseev,URS

400 METRES FREESTYLE

Rec: 3:46.95 U.Dassler,GDR,88

1)	3:47.78	EUR89AUG	Artur Wojdat,POL
2)	3:48.68	EUR89AUG	Stefan Pfeiffer,FRG
3)	3:49.29	EUR89AUG	Mar. Podkoscielny,POL
4)	3:49.58	EUR89AUG	Anders Holmertz,SWE
5)	3:49.78	EUR89AUG	Uwe Dassler,GDR
6)	3:50.52	EUR89AUG	Jorg Hoffmann,GDR
7)	3:50.88	USAAUG	Dan Jorgensen,USA
8)	3:51.12	ROMEJUN	Giorgio Lamberti,ITA
9)	3:52.67	USAAUG	John Witchel,USA
10)	3:52.68	EUR89AUG	Zoltan Szilagyi,HUN
11)	3:52.89	PAC89AUG	Turlough O'Hare,CAN
12)	3:53.06	ROMEJUN	Roberto Gleria,ITA
13)	3:53.08	BRESCJUL	Massimo Trevisan,ITA
14)	3:53.14	EUR89AUG	Jure Bucar,YUG
15)	3:53.39	FRGJUN	Thomas Muller,FRG
16)	3:53.86	USAAUG	Jeff Olsen,USA
17)	3:54.01	CANETJUN	Ven'min Tayanovich,URS
18)	3:54.36	URSJUN	Evgeni Logvinov,URS
19)	3:54.48	USA-URS	Doug Gjertsen,USA
20)	3:54.57	GDRJUN	Steffen Zesner,GDR
21)	3:54.58	PERTHAUG	Glen Housman,AUS
22)	3:54.74	GDRJUN	Christian Gessner,GDR
23)	3:54.98	ESPJUL	Juan Vallejo,ESP
24)	3:55.04	PAC89AUG	Paul Robinson,USA
25)	3:55.05	POCUPJUL	Sean Killion,USA
26)	3:55.12	FRAJUL	Laurent Journel,FRA
27)	3:55.21	USAAUG	Erik Bacon,USA
28)	3:55.32	USAAUG	Lunn Leslina,USA
29)	3:55.42	EUR89AUG	Alex Gaydukevich,URS
30)	3:55.58	USAAUG	Ethan Saulnier,USA
31)	3:55.64	ISRJUL	Rick Aronberg,USA
32)	3:55.72	EUR89AUG	Henrik Jangwall,SWE
33)	3:55.73	CANAUG	Chris Bowie,CAN
34)	3:55.76	USAAUG	Lars Jorgensen,USA
35)	3:55.81	CANETJUN	Norbert Agh,HUN
36)	3:55.95	EUR89AUG	Daniel Serra,ESP
37)	3:56.02	MONACJUN	Gary VanderMeulen,CAN
38)	3:56.06	GDRJUN	Andre Matzk,GDR
39)	3:56.21	USAAUG	Adam Werth,USA
40)	3:56.29	EUR89AUG	Campbell McNeil,GBR

1500 METRES FREESTYLE

Rec: 14:54.76 V.Salnikov,URS,83

1)	15:01.52	EUR89AUG	Jorg Hoffmann,GDR
2)	15:01.93	EUR89AUG	Stefan Pfeiffer,FRG
3)	15:06.00	PAC89AUG	Glen Housman,AUS
4)	15:14.45	PAC89AUG	Lars Jorgensen,USA
5)	15:17.60	GDRJUN	Uwe Dassler,GDR
6)	15:19.29	EUR89AUG	Mar. Podkoscielny,POL
7)	15:19.92	BRESCJUL	Massi Bensi,ITA
8)	15:21.52	PAC89AUG	Michael McKenzie,AUS
9)	15:22.41	PAC89AUG	Chris Bowie,CAN
10)	15:22.47	FRGJUN	Thomas Muller,FRG
11)	15:23.00	USA-URS	Alex Gaydukevich,URS
12)	15:23.73	EUR89AUG	Stefan Persson,SWE
13)	15:23.78	EUJRJUL	Torsten Wilhelm,GDR
14)	15:25.15	EUR89AUG	Kevin Boyd,GBR
15)	15:28.45	ROMEJUN	Igor Majcen,YUG
16)	15:28.50	EUR89AUG	Evgeni Logvinov,URS
17)	15:28.65	LATINAPR	Christ. Marchand,FRA
18)	15:28.66	PAC89AUG	Harry Taylor,CAN
19)	15:28.96	USAAUG	Dan Jorgensen,USA
20)	15:29.03	PAC89AUG	Alex Koslich,USA
21)	15:29.13	EUJRJUL	Sebastian Wiese,GDR
22)	15:29.92	POCUPJUL	Sean Killion,USA
23)	15:30.86	FRGJUN	Rainer Henkel,FRG
24)	15:31.62	URSJUN	Alex Gatzov,URS
25)	15:33.55	PAC89AUG	Masashi Kato,JPN
26)	15:34.23	GDR-URS	Carst. Kuhlmorgen,GDR
27)	15:36.23	USAAUG	Mark Colwill,USA
28)	15:36.54	BRESCJUL	Massimo Trevisan,ITA
29)	15:37.23	USA-URS	Eric Namesnik,USA
30)	15:37.66	ISRJUL	Rick Aronberg,USA
31)	15:37.72	ROMEJUN	Giorgio Lamberti,ITA
32)	15:38.03	URSJUN	Vlacheslav Tsarkov,URS
33)	15:38.50	SOFIAJUL	Piotr Albinski,POL
34)	15:38.61	EUJRJUL	Alexei Kudriavzev,URS
35)	15:38.93	GENOVJUL	Francesco Damiani,ITA
36)	15:39.17	PERTHAPR	Kieren Perkins,AUS
37)	15:39.66	USAAUG	Steve Herron,USA
38)	15:40.98	FALUNJUN	Henrik Jangwall,SWE
39)	15:41.78	FRGJUN	Markus Golze,FRG
40)	15:41.91	EUJRJUL	Ross Noble,GBR

200 METRES BACKSTROKE

Rec: 1:58.14 I.Polianski,URS,85

1)	1:59.96	EUR89AUG	Stefano Battistelli,ITA
2)	2:00.02	EUR89AUG	Vladimir Selkov,URS
3)	2:00.54	EUR89AUG	Tino Weber,GDR
4)	2:01.27	PAC89AUG	Dan Vealch,USA
5)	2:01.44	EUR89AUG	Frank Hoffmeister,FRG
6)	2:01.86	URSJUN	Sergei Zabolotnov,URS
7)	2:02.09	URSJUN	Vladimir Shemelov,URS
8)	2:02.31	EUR89AUG	M. Lopez-Zubero,ESP
9)	2:02.34	PAC89AUG	Gary Anderson,CAN
10)	2:02.35	USAAUG	Scot Johnson,USA
11)	2:02.39	USAAUG	Royce Sharp,USA
12)	2:02.47	USAAUG	Brad Askins,USA
13)	2:02.49	GDRJUN	M. Marcinkowski,GDR
14)	2:02.62	USAAUG	Derek Weatherford,USA
15)	2:02.62	EUR89AUG	David Holderbach,FRA
16)	2:02.75	GREVEJUL	Lars Sorensen,DEN
17)	2:03.00	PAC89AUG	Raymond Brown,CAN
18)	2:03.14	PAC89AUG	Paul Kingsman,NZL
19)	2:03.17	LATINAPR	Rogerio Romero,BRA
20)	2:03.20	PAC89AUG	Kevin Draxinger,CAN
21)	2:03.31	GDRJUN	Torsten Kaiser,GDR
22)	2:03.38	ROMEJUN	Marek Ranis,TCH
23)	2:03.53	BELMAY	Tamas Deutsch,HUN
24)	2:03.56	EUR89AUG	Gary Binfield,GBR
25)	2:03.57	CANETJUN	Tamas Darnyi,HUN
26)	2:03.67	USAAUG	Jack Young,USA
27)	2:03.83	GDRJUN	Steffen Grohst,GDR
28)	2:03.90	BELMAY	Georgui Mihalev,BUL
29)	2:03.93	FRGJUN	Lars Kalenka,FRG
30)	2:04.02	EUR89AUG	Patrick Kuhl,GDR
31)	2:04.10	EUR89AUG	Grant Robins,GBR
32)	2:04.14	URSJRJUL	Dimitri Selkov,URS
33)	2:04.21	URSFEB	Oleg Gavrilenko,URS
34)	2:04.24	PAC89AUG	Eric Namesnik,USA
35)	2:04.37	USAAUG	Steve Bigelow,USA
36)	2:04.47	FRGJUN	Sven Hackmann,FRG
37)	2:04.49	AUSFEB	Simon Upton,AUS
38)	2:04.50	BRESCJUL	Emanuele Merisi,ITA
39)	2:04.50	USAAUG	Fran Gray,USA
40)	2:04.50	USAAUG	Geoffrey Cronin,USA



GÄLLIVARE

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

Bokningar och förfrågningar:
Gällivare Fritidskontor
0970-186 65
Simhallsföreståndare
Krister Karlsson
0970- 186 71

Friska GÄLLIVARE

SIMNING



JUGOSLAVIEN

Välplanerade träningsresor med buss eller flyg

För många idrottslag får ett träningsläger utomlands avgörande betydelse. En lyckad resa stärker motivationen och ökar sammanhållningen. För dig som åtagit dig att ordna resan gäller det att få alla detaljer att klaffa. Låt oss på Paddans avlasta dig med de praktiska arrangemangen. Att ordna resor är vår specialgren! Vi har haft många idrottslag till Jugoslavien - här finns många lämpliga orter att välja bland, bra klimat, fin inkvartering och träning inom bekvämt avstånd. Dessutom är det billigt!
Kontakta oss på Paddans för ett lyckat träningsläger!



paddan

Genvägen till när och fjärran.

101 24 STOCKHOLM Vasagatan 8, tel 08-14 53 60



TRÄNINGSLÄGER

Vaggeryds sim- och sporthall

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

Styrkehall 42x21 m, lokaler för bordtennis (8 bord), motion och styrketräning, judo och bågskytte

Vi kan erbjuda
Förläggning på sängar i träningslokaler.
Självhushåll av frukost inom anläggningen.
Lunch och middagsservering på närbelägen restaurang.

Ring gärna så ordnar vi alla detaljer för ett trivsamt besök.
Tel. 0393- 110 00 Karl-Erik Henriksson.

Simma lugnt i

Grönland,

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

Malung.

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

Vandrarhem?
Campingstuga?
Lägenheter?
Hotell?

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

Bullsjöns Camping
MALUNG

Världsranking, simning, per 1989.11.30

100 METRES BREASTSTROKE

Rec: 1:01.49 A.Moorhouse,GBR,89

1)	1:01.49	EUR89AUG	Adrian Moorhouse,GBR
2)	1:01.86	EUR89AUG	Dimitri Volkov,URS
3)	1:02.11	URSJUN	Vadim Alekseev,URS
4)	1:02.12	EUR89AUG	Nick Gillingham,GBR
5)	1:02.33	EUR89AUG	Gianni Minervini,ITA
6)	1:02.46	USAAUG	Richard Schroeder,USA
7)	1:02.56	USAAUG	Richard Korhammer,USA
8)	1:02.56	EUR89AUG	Ron Dekker,HOL
9)	1:02.68	PAC89AUG	Nelson Diebel,USA
10)	1:02.76	GDRJUN	Rolf Farber,FRG
11)	1:02.77	CANAUG	Jon Cleveland,CAN
12)	1:02.86	FRGJUN	Mark Warnecke,FRG
13)	1:02.88	HAMBGFEB	Christian Poswiat,GDR
14)	1:02.93	URSFEB	Valeri Lozik,URS
15)	1:02.94	SHANGMAY	Jianhong Chen,CHN
16)	1:02.99	URSFEB	Alexel Malveev,URS
17)	1:02.99	USAAUG	Kirk Stackle,USA
18)	1:03.02	USAAUG	Jeff Kubiak,USA
19)	1:03.05	EUR89AUG	Tamas Debnar,HUN
20)	1:03.09	LAINVJUL	Andrea Cecchi,ITA
21)	1:03.19	USAAUG	Hans Dersch,USA
22)	1:03.25	URSJUN	Eduard Klimentiev,URS
23)	1:03.36	USAAUG	Eric Wunderlich,USA
24)	1:03.39	SOFIAJUL	Andrei Bruliakov,URS
25)	1:03.46	EUR89AUG	Cedric Penicaud,FRA
26)	1:03.49	USAAUG	Brian Pajer,USA
27)	1:03.50	GDRJUN	Ralk Hannemann,GDR
28)	1:03.67	GDRURS B	Ralph Farber,GDR
29)	1:03.75	TCHMAR	Alexander Marcek,TCH
30)	1:03.75	EUR89AUG	Massi Cagelli,ITA
31)	1:03.75	EUR89AUG	Karoly Gutller,HUN
32)	1:03.76	EUR89AUG	Thomas Bohm,AUT
33)	1:03.77	NOKFEB	Pedro Hernandez,CUB
34)	1:03.77	EUR89AUG	Ramon Camallonga,ESP
35)	1:03.83	USAAUG	Scott Jaffe,USA
36)	1:03.84	EUR89AUG	Petri Suominen,FIN
37)	1:03.85	URSFEB	Sergei Sokolovski,URS
38)	1:03.91	USAAUG	Daniel Walters,USA
39)	1:03,92	USAAUG	Tyler Mayfield,USA
40)	1:03.93	FRGJUN	Karl-Heinz Klenz,FRG

200 METRES BREASTSTROKE

Rec: 2:12.89 M.Barrowman,USA,89

1)	2:12.89	PAC89AUG	Mike Barrowman,USA
2)	2:12.90	EUR89AUG	Nick Gillingham,GBR
3)	2:14.94	PAC89AUG	Nelson Diebel,USA
4)	2:15.73	EUR89AUG	Gary O'Toole,IRL
5)	2:15.76	PAC89AUG	Jon Cleveland,CAN
6)	2:16.05	EUR89AUG	Josef Szabo,HUN
7)	2:16.15	USAAUG	Eric Wunderlich,USA
8)	2:16.30	USAAUG	Kirk Stackle,USA
9)	2:16.37	EUR89AUG	Radek Beinhauer,TCH
10)	2:16.60	EUR89AUG	Cedric Penicaud,FRA
11)	2:16.66	EUR89AUG	Sergio Lopez,ESP
12)	2:16.71	CANETJUN	Dimitri Volkov,URS
13)	2:16.83	PAC89AUG	Rodney Lawson,AUS
14)	2:16.90	EUR89AUG	Tamas Debnar,HUN
15)	2:17.05	URSJUN	Valeri Lozik,URS
16)	2:17.26	URSFEB	Alexei Malveev,URS
17)	2:17.38	TCHMAR	Alexander Marcek,TCH
18)	2:17.41	FRAJUL	David Leblanc,FRA
19)	2:17.48	USAAUG	Jeff Kubiak,USA
20)	2:17.57	PAC89AUG	Kenji Watanabe,JPN
21)	2:17.67	USAAUG	Roque Santos,USA
22)	2:17.68	URSFEB	Sergei Sokolovski,URS
23)	2:17.81	EUR89AUG	Thomas Muller,GDR
24)	2:17.84	URSJUN	Alexander Savitski,URS
25)	2:17.84	USAAUG	J.J. Freitag,USA
26)	2:17.96	ROMEJUN	Massi Cagelli,ITA
27)	2:17.96	EUR89AUG	Alexandre Yokochi,POR
28)	2:17.97	FRAJUL	Jean-L. Rey,FRA
29)	2:18.06	EUR89AUG	Joaquin Fernandez,ESP
30)	2:18.15	PAC89AUG	Philip Rogers,AUS
31)	2:18.32	USAAUG	Brian Pajer,USA
32)	2:18.39	ITAMAR	Franco Postiglione,ITA
33)	2:18.56	URSJUN	Dimitri Zyfev,URS
34)	2:18.59	URSJUN	Dimitri Chernin,URS
35)	2:18.60	USAAUG	Ron Karnaugh,USA
36)	2:18.70	FRGJUN	Jens Beck,FRG
37)	2:18.81	USAAUG	Brent Mitchell,USA
38)	2:18.88	USAAUG	Leif Engstrom-Heg,USA
39)	2:19.09	URSJUN	Vladislav Bragin,URS
40)	2:19.10	EUR89AUG	Sidney Appeltboom,BEL

100 METRES BUTTERFLY

Rec: 52.84 P.Morales,USA,86

1)	53.67	PAC89AUG	Anthony Nesty,SUR
2)	53.71	USA-URS	Wade King,USA
3)	53.87	SHANGMAY	Jianqiang Shen,CHN
4)	54.13	PAC89AUG	Mark Henderson,USA
5)	54.29	PAC89AUG	Anthony Mosse,NZL
6)	54.36	CANETJUN	Marcel Gery,CAN
7)	54.47	EUR89AUG	Rafal Szukala,POL
8)	54.50	SWEFEB	Tom Ponting,CAN
9)	54.50	EUR89AUG	Bruno Gutzell,FRA
10)	54.52	FRGJUN	Martin Herrmann,FRG
11)	54.55	EUR89AUG	Nils Rudolph,GDR
12)	54.56	USAAUG	Jim Harvey,USA
13)	54.56	PAC89AUG	Andrew Baildon,AUS
14)	54.59	EUR89AUG	Vadim Yaroshuk,URS
15)	54.65	EUR89AUG	Hrovje Baric,YUG
16)	54.80	USAAUG	Sean Quackenbush,USA
17)	54.84	USAAUG	Keith Hayes,USA
18)	54.85	EUR89AUG	Vladimir Kovalski,URS
19)	54.89	USAAUG	Bart Pippinger,USA
20)	54.90	URSFEB	Viaceslav Novikov,URS
21)	54.97	PERTHAUG	Jason Cooper,AUS
22)	54.97	USAAUG	Melvin Stewart,USA
23)	54.97	USAAUG	Dave Cademalori,USA
24)	54.99	USAAUG	William Keever,USA
25)	54.99	CANAUG	Darren Ward,CAN
26)	55.03	USAAUG	Eric Topp,USA
27)	55.08	EUR89AUG	Jose Luis Ballester,ESP
28)	55.13	USAAUG	Doug Lillydahl,USA
29)	55.13	USAAUG	Keith Dennison,USA
30)	55.15	USAAUG	Jack Jackson,USA
31)	55.15	CANAUG	Sandy Goss,CAN
32)	55.19	CANETJUN	Nikolai Evseev,URS
33)	55.24	EUR89AUG	Erik Ran,HOL
34)	55.25	USOLYJUL	Dan Kutler,USA
35)	55.27	URSFEB	Sergei Proshkin,URS
36)	55.33	GBRJUL	David Parker,GBR
37)	55.35	SHANGMAY	Jiang Zhan,CHN
38)	55.37	LATINAPR	Leonardo Michelotti,ITA
39)	55.41	USAAUG	Mike Bottom,USA
40)	55.43	USAAUG	Geoffrey Cronin,USA

200 METRES BUTTERFLY

Rec: 1:56.24 M.Gross,FRG,86

1)	1:57.94	USAAUG	Melvin Stewart,USA
2)	1:58.48	USAAUG	Anthony Mosse,NZL
3)	1:58.53	USAAUG	Dave Wharton,USA
4)	1:58.87	EUR89AUG	Tamas Darnyi,HUN
5)	1:59.34	USAAUG	Bart Pippinger,USA
6)	1:59.66	USAAUG	Mark Dean,USA
7)	1:59.68	PERTHAUG	Martin Roberts,AUS
8)	2:00.11	PAC89AUG	Jon Kelly,CAN
9)	2:00.25	USAAUG	Ray Carey,USA
10)	2:00.61	URSJUN	Vadim Yaroshuk,URS
11)	2:00.62	EUR89AUG	Rafal Szukala,POL
12)	2:00.73	EUR89AUG	Matias Kozelj,YUG
13)	2:00.82	PAC89AUG	Kunio Sugimoto,JPN
14)	2:00.86	USAAUG	Eric Topp,USA
15)	2:00.87	EUR89AUG	Wojciech Wyzga,POL
16)	2:01.05	EUR89AUG	Christophe Bordeau,FRA
17)	2:01.08	EUR89AUG	Christer Wallin,SWE
18)	2:01.12	EUR89AUG	Tim Jones,GBR
19)	2:01.19	CANAUG	Tom Ponting,CAN
20)	2:01.21	USAAUG	Eric Namesnik,USA
21)	2:01.22	PERTHAUG	David Wilson,AUS
22)	2:01.32	USAAUG	Brian Gunn,USA
23)	2:01.36	EUR89AUG	Marco Braida,ITA
24)	2:01.39	ROMEJUN	Ondrej Bures,TCH
25)	2:01.43	URSJUN	Alex Savchenko,URS
26)	2:01.46	PAC89AUG	Gary VanderMeulen,CAN
27)	2:01.49	FRGJUN	Martin Herrmann,FRG
28)	2:01.75	GDRJUN	Ralk Hannemann,GDR
29)	2:01.87	URSJUN	Oleg Mirkin,URS
30)	2:01.89	JAPANJUN	Tomohiro Miyoshi,JPN
31)	2:01.89	EUR89AUG	Christian Gessner,GDR
32)	2:02.02	PAC89AUG	Anthony Nesty,SUR
33)	2:02.05	USAAUG	Sean Quackenbush,USA
34)	2:02.23	URSJUN	Dimitri Pankov,URS
35)	2:02.25	GDR-URS	Igor Polivannuy,URS
36)	2:02.25	EUR89AUG	Jose Luis Ballester,ESP
37)	2:02.29	USAAUG	Jeff Prior,USA
38)	2:02.32	SOREGJUL	Ricardo Jimenez,VEN
39)	2:02.33	URSFEB	Viacheslav Valdaev,URS
40)	2:02.34	JPNAUG	Saloru Takeda,JPN

200 METRES IND.MEDLEY

Rec: 2:00.11 D.Wharton,USA,89

1)	2:00.11	PAC89AUG	Dave Wharton,USA
2)	2:01.03	EUR89AUG	Tamas Darnyi,HUN
3)	2:02.75	GDRJUN	Ralk Hannemann,GDR
4)	2:02.78	USAAUG	Ron Karnaugh,USA
5)	2:02.87	ITAMAR	Stefano Battistelli,ITA
6)	2:03.14	GDRJUN	Patrick Kuhl,GDR
7)	2:03.19	PAC89AUG	Gary Anderson,CAN
8)	2:03.21	EUR89AUG	Josef Hladky,FRG
9)	2:03.23	GDRJUN	Christian Gessner,GDR
10)	2:03.23	EUR89AUG	Vadim Yaroshuk,URS
11)	2:03.66	PAC89AUG	Darren Ward,CAN
12)	2:03.77	USAAUG	William Stapleton,USA
13)	2:03.80	USAAUG	Eric Namesnik,USA
14)	2:03.97	USAAUG	Jeff Prior,USA
15)	2:04.14	ORBROAPR	Jan Bidrman,SWE
16)	2:04.14	EUR89AUG	Frederic Lefevre,FRA
17)	2:04.25	USAAUG	Mark Dean,USA
18)	2:04.43	USAAUG	Greg Burgess,USA
19)	2:04.46	USAAUG	Ray Looze,USA
20)	2:04.47	FRGJUN	Peter Bermel,FRG
21)	2:04.58	GREVEJUL	Lars Sorensen,DEN
22)	2:04.64	FRAJUL	Benjamin Sanson,FRA
23)	2:04.69	ROMEJUN	Luca Sacchi,ITA
24)	2:04.72	FRAMAR	Chrislophe Bordeau,FRA
25)	2:04.89	URSJUN	Mikhail Zubkov,URS
26)	2:05.16	PERTHAUG	Martin Roberts,AUS
27)	2:05.27	SHANGMAY	Jun Xie,CHN
28)	2:05.34	FLAJUL	M. Lopez-Zubero,ESP
29)	2:05.46	EUR89AUG	Gary O'Toole,IRL
30)	2:05.60	USAAUG	Matt Stahlman,USA
31)	2:05.65	GDRJUN	Jirka Letzin,GDR
32)	2:05.68	URSFEB	Viacheslav Valdaev,URS
33)	2:05.82	USAAUG	Greg Schaffer,USA
34)	2:05.93	URSJUN	Vitali Kirinchuk,URS
35)	2:05.98	USAAUG	Derek Weatherford,USA
36)	2:06.05	GBRJUL	Grant Robins,GBR
37)	2:06.10	URSJUN	Sergei Mariniuk,URS
38)	2:06.12	ORBROAPR	Anders Pelerson,SWE
39)	2:06.14	GBRJUL	Peter O'Sullivan,GBR
40)	2:06.19	URSFEB	Konstantin Kovin,URS

400 METRES IND.MEDLEY

Rec: 4:14.75 T.Darnyi,HUN,88

1)	4:15.25	EUR89AUG	Tamas Darnyi,HUN
2)	4:15.93	USAAUG	Dave Wharton,USA
3)	4:16.08	EUR89AUG	Patrick Kuhl,GDR
4)	4:17.02	PAC89AUG	Eric Namesnik,USA
5)	4:19.13	EUR89AUG	Stefano Battistelli,ITA
6)	4:19.71	EUR89AUG	Christian Gessner,GDR
7)	4:21.69	EUR89AUG	Josef Szabo,HUN
8)	4:21.80	ROMEJUN	Luca Sacchi,ITA
9)	4:22.02	USAAUG	Ray Looze,USA
10)	4:23.44	GREVEJUL	Lars Sorensen,DEN
11)	4:23.50	SWEJUL	Jan Bidrman,SWE
12)	4:23.61	PAC89AUG	Raymond Brown,CAN
13)	4:23.96	EUR89AUG	Frederic Lefevre,FRA
14)	4:24.41	USAAUG	Mark Dean,USA
15)	4:24.85	USAAUG	Alex Kosfich,USA
16)	4:24.91	EUR89AUG	Sergei Mariniuk,URS
17)	4:25.25	USAAUG	Chas Morton,USA
18)	4:25.28	USAAUG	William Stapleton,USA
19)	4:25.83	USAAUG	Greg Burgess,USA
20)	4:25.92	EUR89AUG	Charala Papanikolau,GRE
21)	4:26.38	FRAMAR	Christophe Bordeau,FRA
22)	4:26.38	EUR89AUG	Peter O'Sullivan,GBR
23)	4:26.45	GBRJUL	Paul Brew,GBR
24)	4:26.61	PERTHAUG	Brent Harding,AUS
25)	4:26.90	USAAUG	Steve Herron,USA
26)	4:26.99	URSJUN	Vitali Kirinchuk,URS
27)	4:27.12	EUR89AUG	Peter Bermel,FRG
28)	4:27.14	USAAUG	Matt Stahlman,USA
29)	4:27.20	URSJUN	Mikhail Zubkov,URS
30)	4:27.30	GDRJUN	Jirka Letzin,GDR
31)	4:27.31	USAAUG	Jody Braden,USA
32)	4:27.46	ROMEJUN	Mike Meldrum,CAN
33)	4:27.51	JAPANJUN	Takahiro Fujimolo,JPN
34)	4:27.88	PAC89AUG	Jon Kelly,CAN
35)	4:28.06	CANETJUN	Ondrej Bures,TCH
36)	4:28.08	ROMEJUN	Jean-P. Cole,CAN
37)	4:28.10	ITAMAR	Roberto Cassio,ITA
38)	4:28.21	PERTHAUG	Mark Ikin,AUS
39)	4:28.50	USAAUG	Steven Leissner,USA
40)	4:28.54	USAAUG	Eric Wunderlich,USA

4X100 MEDLEY RELAY

Rec: 3:36.93 United States,USA,88

1)	3:39.27	PAC89AUG	United States,USA
2)	3:41.44	EUR89AUG	Soviet Union,URS
3)	3:43.09	EUR89AUG	France,FRA
4)	3:43.14	EUR89AUG	Italy,ITA
5)	3:43.42	PAC89AUG	Canada,CAN
6)	3:43.58	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
7)	3:44.11	EUR89AUG	Great Britain,GBR
8)	3:44.14	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
9)	3:44.80	CANAUG	Univ.Calgary,CAN
10)	3:45.26	USAAUG	FLLauderdale A,USA
11)	3:46.51	USAAUG	Longhorn B,USA
12)	3:46.75	PAC89AUG	Australia,AUS
13)	3:47.29	EUR89AUG	Spain,ESP
14)	3:47.34	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
15)	3:47.47	FRAJUL	Toulouse OEC,FRA
16)	3:47.60	USAAUG	Longhorn A,USA
17)	3:47.65	URSJUN	Ukraine,URS
18)	3:47.66	EUR89AUG	Holland,HOL
19)	3:47.72	USAAUG	Santa Clara SC,USA
20)	3:47.81	PAC89AUG	China,CHN
21)	3:48.20	URSFEB	Leningrad,URS
22)	3:48.90	URSFEB	Russia,URS
23)	3:49.27	GBRJUL	Leeds,GBR
24)	3:49.33	GDRJUN	DHfK Leipzig,GDR
25)	3:49.58	CANAUG	Etobicoke Pepsi,CAN
26)	3:49.60	BRNOJUN	RH Brno,TCH
27)	3:49.73	USAAUG	Curl-Burke A,USA
28)	3:49.89	USAAUG	Tampure A,USA
29)	3:50.05	EUR89AUG	Hungary,HUN
30)	3:50.21	USAAUG	Santa Barbara,USA
31)	3:50.29	KAPFJUN	Czechoslovakia,TCH
32)	3:50.58	ORBROAPR	Sweden,SWE

4X100 FREE RELAY

Rec: 3.16.53 United States,USA,88

1)	3:17.75	PAC89AUG	United States,USA
2)	3:19.68	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
3)	3:19.73	EUR89AUG	France,FRA
4)	3:19.76	EUR89AUG	Sweden,SWE
5)	3:19.77	EUR89AUG	Soviet Union,URS
6)	3:21.36	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
7)	3:21.37	EUR89AUG	Italy,ITA
8)	3:22.00	USAAUG	Longhorn A,USA
9)	3:22.15	URSJUN	Ukraine,URS
10)	3:22.39	PAC89AUG	Australia,AUS
11)	3:22.74	USAAUG	FLLauderdale A,USA
12)	3:23.05	URSJUN	Leningrad,URS
13)	3:23.81	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
14)	3:23.98	EUR89AUG	Holland,HOL
15)	3:24.23	PAC89AUG	Canada,CAN
16)	3:24.84	USAAUG	Little Rock,USA
17)	3:24.96	FRGJUN	SV Rhenania Koln,FRG
18)	3:24.97	FRGJUN	EOSC Offenbach,FRG
19)	3:25.24	USAAUG	Santa Clara SC,USA
20)	3:26.23	USAAUG	Club Wolverine,USA
21)	3:26.67	USAAUG	Foxcatcher SC,USA
22)	3:26.74	GDRJUN	Empor Rostock,GDR
23)	3:26.78	GENOVJUL	Leonessa,ITA
24)	3:26.87	URSFEB	Russia,URS
25)	3:26.93	FRAJUL	RC France,FRA
26)	3:27.10	FRGJUN	SG Hamburg,FRG
27)	3:27.25	USAAUG	Curl-Burke A,USA
28)	3:27.69	USAAUG	FLLauderdale B,USA
29)	3:27.71	USAAUG	Longhorn B,USA
30)	3:27.72	URSJUN	Moldavia,URS
31)	3:27.82	SWEJUL	Uppsala,SWE
32)	3:28.01	ITAMAR	Fiamme Gialle,ITA

4X200 FREE RELAY

Rec: 7:12.51 United States,USA,88

1)	7:15.39	EUR89AUG	Italy,ITA
2)	7:17.38	EUR89AUG	Fed.Rep.Germany,FRG
3)	7:17.79	EUR89AUG	German Dem.Rep.,GDR
4)	7:20.76	EUR89AUG	Sweden,SWE
5)	7:20.87	PAC89AUG	United States,USA
6)	7:22.14	EUR89AUG	Soviet Union,URS
7)	7:22.78	USAAUG	Longhorn A,USA
8)	7:24.70	GDRJUN	Dynamo Berlin,GDR
9)	7:25.13	PAC89AUG	Canada,CAN
10)	7:25.19	EUR89AUG	Poland,POL
11)	7:25.56	PAC89AUG	Australia,AUS
12)	7:25.89	GDRJUN	ASK Potsdam,GDR
13)	7:26.95	EUR89AUG	Hungary,HUN
14)	7:28.65	USAAUG	Club Wolverine,USA
15)	7:29.46	EUR89AUG	Spain,ESP
16)	7:29.57	USAAUG	FLLauderdale A,USA
17)	7:29.86	EUR89AUG	Great Britain,GBR
18)	7:30.35	FRGJUN	SV Rhenania Koln,FRG
19)	7:30.76	LATINAPR	France,FRA
20)	7:31.38	USAAUG	Phoenician A,USA
21)	7:32.04	SWEJUL	Malmo,SWE
22)	7:32.07	URSFEB	Russia,URS
23)	7:32.20	USAAUG	Foxcatcher SC,USA
24)	7:32.53	USAAUG	Curl-Burke A,USA
25)	7:32.66	CANAUG	Univ.Calgary,CAN
26)	7:33.21	USAAUG	Irvine Nova,USA
27)	7:33.62	FRAJUL	RC France,FRA
28)	7:33.71	FRGJUN	SG Hamburg,FRG
29)	7:34.10	CANAUG	Edmonton Keyano ,CAN
30)	7:34.58	FRAMAR	RC deFrance,FRA
31)	7:35.53	LATINAPR	Brazil,BRA
32)	7:35.67	FRAJUL	Nal 66 Canet,FRA

TRÄNINGSLÄGER

Mälarhöjden SS, Kungälv SS, GKK Najaden, S 02, Smålands Simförbund, Uddevalla SF, Angered SS, SK Elfsborg, SS Mora, Strömstad SF, Ludvika SS, Örebro Simallians, Stockholmspolisen, Gävle SS, Säffle SS, Söderhamn SS, Hellas SOIK, Sjöbo SS, SK Lödde, SS Ale, Lönsboda SS, Alingsås SLS, Svenska Juniorlandslaget....

Alla de som räknats upp ovan reste med oss på simläger under 1989. Gör som dem - res med OLKARESOR på träningsläger till Danmark, Holland Jugoslavien m.fl. länder.
Det är nu **hög tid att boka simläger för 1990!**

Vi kan träningsläger!

OLKA resor SRF

Tel 031-80 55 60
Telex 28125 OLKA S
Telefax 031-15 66 10

TRÄNINGSLÄGER!

**ETT LYCKAT LÄGER GER FRAMGÅNG.
ETT MISSLYCKAT LÄGER ÄR KATASTROF.**

HÖG TID ATT BOKA VÅRENS TRÄNINGSLÄGER!

SVERIGE • DANMARK • FINLAND
HOLLAND • TYSKLAND • ENGLAND
JUGOSLAVIEN • SPANIEN •
ITALIEN • CYPERN • MALTA
BULGARIEN • GREKLAND
FRANKRIKE
Ring för information och broschyr.



Gotia Sport

RESOR, SPECIALARRANGEMANG

031-17 86 40 • 08-11 60 12 • 040-793 13
060-15 83 87 • 0910-138 37

Träningsläger i Härnösand!

Fakta om anläggningen:

* Bassäng 25 meter
* Bordtennislokal
* Badmintonlokal
* Styrkelokal

Vintertid goda möjligheter till annan rekreation. Ex. skridskor.

Boende och mat

Gångavstånd till hallen

Allt detta finns alltså samlat väldigt nära citykärnan.
Upplysningar och bokningar Tel. 0611-122 22
Bertil Ericsson

Simhallen
Tel. 191 81

HÄLLÅSEN
SÖDERHAMN

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



SIMLÄGER
För information och bokning kontakta:

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

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

MC DONALD'S TEAM-RM

Norrköping, 1-3 december 1989, 25 m

Damer

50 m fritt
1. Helena Åberg, Helsingborgs S, 26.16
2. Linda Olofsson, Älvsby SS, 26.30
3. Marika Pettersson, Kumla SS, 26.33
4. Louise Karlsson, Skäret SS, 26.72
5. Annika Krylén, Östersund SF, 26.84
6. Agneta Eriksson, Västerås SS, 26.88
7. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 27.04

100 m fritt
1. Helena Åberg, Helsingborgs S, 56.05
2. Eva Nyberg, Mariestads SS 57.03
3. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 57.25
4. Ellenor Svensson, LASS, 57.53
5. Annika Nilsson, KSLS, 57.71
6 Linda Olofsson, Älvsby SS, 58.19
7. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 58.66

200 m fritt
1. Eva Nyberg, Mariestads SS, 2.01.90
2. Helena Kälvehed, SK Korrugal, 2.02.95
3. Nina Hansen, Helsingborgs S, 2.03.58
4. Anna Hansen, Helsingborgs S, 2.04.04
5. Linda Olofsson, Älvsby SS, 2.04.3
6. Ellenor Svensson, LASS, 2.05.77
7. Annika Krylén, Östersunds SF, 2.07.16

400 m fritt
1. Andrea Bolin, Växjö SS, 4.22.62
2. Linda Olofsson, Älvsby SS, 4.24.27
3. Annette Lindbom, Mariestads SS, 4.25.86
4. Annika Krylén, Östersunds SF, 4.26.22
5. Linda Olsson, SK Korrugal, 4.27.67
6. Anna Hultgren, Varberg Sim, 4.30.12
7. Tanja Määttä, Södertälje SS, 4.30.86

800 m fritt
1. Nina Hansen, Helsingborgs S, 8.56.58
2. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors SK, 9.00.85
3. Annette Lindbom, Mariestads SS, 9.06.20
4. Annette Möller, Varberg Sim, 9.06.60
5. Anna Hultgren, Varberg Sim, 9.11.56
6. Linda Olsson, SK Korrugal, 9.12.08
7. Petra Arinder, SK Sydsim, 9.12.36

4x50 m fritt
1. Helsingborgs S, 1.46.80, Helena Åberg, 25.97, Lotta Magnusson, Nina Hansen, Jeanette Richter
2. LASS, 1.48.08, Ellenor Svensson, 26.67, Anette Philipsson, Åsa Hedlund, Annika Lindholm
3. Järfälla S, 1.48.85, Malin Sandorf, 27.55, Catharina Mattsson, Karin Mårde, Cecilia Wangel
4. Kungälv SS, 1.49.02, Anna-Karin Persson, 26.82, Catarina Karlsson, Linda Granholm, Anneli Borvander
5. Växjö SS, 1.50.87, Charlotte Persson, 28.63, Andrea Bohlin, Lena Blomqvist, Karin Wigert
SPIF, 1.50.98, Karina Ridderstolpe, 27.54, Angela Asplund, Mikaela Laurén, Camilla Rosengre
7. Södertälje SS, 1.51.46, Susanne Lööw, 27.65, Tanja Määttä, Anna Lundin, Sofi Nygren

4x100 m fritt
1. Helsingborgs S, 3.50.03, Anna Hansen, 58.58, Helena Åberg, Nina Hansen, Lotta Magnusson
2. KSLS, 3.52.76, Annika Nilsson, 57.81, Anna Lindberg, Eva Granlund, Kicki Myhrbro
3. Västerås SS, 3.55.00, Agneta Eriksson, 56.86, Anna Åhlund, Tina Carlsson, Katarina Blom
4. Järfälla S, 3.55.64, Karin Mårde, 59.00, Malin Sandorf, Catharina Mattsson, Cecilia Wangel
5. Mariestads SS, 3.56.69, Annette Lindbom, 59.84, Eva Nyberg, Johanna Larsson, Linda Sälle
6. LASS, 3.56.96, Ellenor Svensson, 58.15, Anette Philipsson, Åsa Hedlund, Annika Lindholm
7. Kungälvs SS, 4.00.48, Anna-Karin Persson, 59.25, Catarina Karlsson, Linda Granholm, Annelie Borvander

50 m rygg
1. Malin Håkansson, SK Triton, 31.10
2. Maria Olsson, SS Mora, 31.12
3. Maria Hellberg, Åkersbergs SS, 31.23
4. Nina Hansen, Helsingborgs S, 31.24
5. Camilla johansson, Växjö SS, 31.44
6. Catarina Karlsson, Kungälvs SS, 31.56
7. Susanne Pihlkvist, Södertörns SS, 31.64

100 m rygg
1. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 1.05.09
2. Maria Olsson, SS Mora, 1.05.55
3. Maria Hellberg, Åkersbergs SS, 1.06.32
4. Johanna Larsson, Mariestads SS, 1.06.64
5. Malin Håkansson, SK Triton, 1.06.72
6. Camilla Johansson, Växjö SS, 1.08.76
7. Nina Hansen, Helsingborgs S, 1.11.73

200 m rygg
1. Johanna Larsson, Mariestads SS, 2.17.92
2. Maria Olsson, SS Mora, 2.18.53
3. Nina Hansen, Helsingborgs S, 2.20.31
4. Maria Hellberg, Åkersberga SS, 2.22.76
5. Malin Håkansson, SK Triton, 2.25.09
6. Gabriella Mattsson, Järfälla S, 2.25.24
7. Camilla Johansson, Växjö SS, 2.30.29

50 m bröst
1. Anna-Karin Persson, Kungälvs SS, 32.49
2. Louise Karlsson, Skäret SS, 32.70
3. Helena Kälvehed, SK Korrugal, 33.40
4. Anna Stiberg, Umeå SS, 33.74
5. Charlotte Humling, Sandvikens SoHK, 33.81
6. Åsa Hedlund, LASS, 33.86
7. Lena Blomqvist, Växjö SS, 34.47

100 m bröst
1. Anna-Karin Persson, Kungälvs SS, 1.10.65
2. Louise Karlsson, Skäret SS, 1.10.96
3. Åsa Hedlund, LASS, 1.12.26
4. Katarina Remaeus, Turebergs IF, 1.12.93
5. Anna Rosengren, Falu SS, 1.13.23
6. Charlotte Humling, Sandvikens SoHK, 1.13.88
7. Lisa Lönn, SS Mora, 1.13.99

200 m bröst
1. Anna-Karin Persson, Kungälvs SS, 2.33.12
2. Charlotte Humling, Sandvikens SoHK, 2.33.41
3. Åsa Hedlund, LASS, 2.34.59
4. Anna Stiberg, Umeå SS, 2.35.37
5. Louise Karlsson, Skäret SS, 2.35.38
6. Katarina Remaeus, Turebergs IF, 2.35.68
7. Anna rosengren, Falu SS, 2.38.2

50 m fjäril
1. Louise Karlsson, Skäret SS, 28.61
2. Anna Lindberg, KSLS, 28.74
3. Malin Persson, SS Mora, 28.82
4. Ellenor Svensson, LASS, 29.26
5. Helena Åberg, Helsingborgs SS, 29.30
6. Annika Nilsson, KSLS, 29.41
7. Linda Olofsson, Älvsby SS, 29.50

100 m fjäril
1. Malin Persson, SS Mora, 1.02.59
2. Agneta Eriksson, Västerås SS, 1.02.81
3. Anna Lindberg, KSLS, 1.02.84
4. Catharina Mattsson, Järfälla S, 1.03.48
5. Lotta Magnusson, Helsingborgs S, 1.03.89
6. Annika Nilsson, KSLS, 1.04.29
7. Ellenor Svensson, LASS, 1.04.38

200 m fjäril
1. Catharina Mattsson, Järfälla S, 2.16.61
2. Lotta Magnusson, Helsingborgs S, 2.17.44
3. Malin Persson, SS Mora, 2.17.66
4. Andrea Bolin, Växjö SS, 2.20.75
5. Malin Skagesson, Väsby SS, 2.22.40
6. Anna Ericsson, Norrköpings KK, 2.23.49
7. Mikaela Laurén, SPIF, 2.25.75

200 m medley
1. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 2.16.54
2. Helena Kälvehed, SK Korrugal, 2.17.08
3. Catharina Mattsson, Järfälla S, 2.19.94
4. Lisa Lönn, SS Mora, 2.22.43
5. Anna Hansen, Helsingborgs S, 2.23.20
6. Lourette Håkansson, SK Elfsborg, 2.23.82
7. Monika Forsaeus, Säffle SS, 2.24.44

400 m medley
1. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 4.54.30
2. Catharina Mattsson, Järfälla S, 4.57.27
3. Lisa Lönn, SS Mora, 5.01.47
4. Lourette Håkansson, SK Elfsborg, 5.02.0
5. Malin Persson, SS Mora, 5.03.23
6. Anna Nilsson, Södertälje SS, 5.08.53
7. Anna-Bella Hakala, Väsby SS, 5.11.27

4x100 m medley
1. Helsingborgs S, 4.22.38, Nina Hansen, 1.07.21, Ann-Charlotte Jabelin, L. Magnusson, Helena Åberg
2. SK Korrugal, 4.26.96, Sofia Olsson, 1.10.26, Helena Kälvehed, Erika Ståhl, Rebecka Ståhl
3. Umeå SS, 4.27.60, Lisa Lundqvist, 1.08.71, Anna Stiberg, Christina Öhlund, Sofia Stark
4. Växjö SS, 4.29.05, Camilla Johansson, 1.07.81, Lena Blomqvist, Andrea Bolin, Karin Wigert
5. KSLS, 4.29.23, Annika Nilsson, 1.11.38, Sofia Hjort, Anna Lindberg, Kicki Myhrbro
6. Järfälla S, 4.29.26, Gabriella Mattsson, 1.09.57, Malin Sandorf, Catharina Mattsson, Karin Mårde
7. Kungälvs SS, 4.32.51, Catarina Karlsson, 1.10.17, Anna-Karin Persson, Linda Granholm, Anneli Borvander

Herrar

50 m fritt
1. Lars-Ove Jansson, Upsala S, 22.94
2. Jan Karlsson, Borlänge SS, 23.06
3. Magnus Eriksson, Borlänge SS, 23.21
4. Fredrik Sjöstedt, SK Poseidon, 23.49
5. Anders Bladh, Södertälje SS, 23.50
6. Patrik Ström, Mölndals ASS, 23.57
7. Pär Helgesson, Borlänge SS, 23.88

100 m fritt
1. Lars-Ove Jansson, Upsala S, 50.66
2. Mikael Söderlund, Karlskrona SS, 50.91
3. Magnus Eriksson, Borlänge SS, 51.24
4. Pär Helgesson, Borlänge SS, 51.42
5. Fredrik Letzler, Järfälla S, 51.43
6. Fredrik Sjöstedt, SK Poseidon, 51.61
7. Thomas Axelsson, KSLS, 52.16

200 m fritt
1. Henrik Jangvall, Sundsvalls SS, 1.49.77
2. Fredrik Letzler, Järfälla S, 1.50.27
3. Ulf Eriksson, Upsala S, 1.51.09
4. René Vinasco, SK Neptun, 1.52.89
5. Johan Andreasson, ÖSA, 1.52.93
6. Mattias Hall, SK Poseidon, 1.53.57
7. Magnus Rönnwall, KSLS, 1.53.58

400 m fritt
1. Henrik Jangvall, Sundsvalls SS, 3.51.67
2. Rene Vinasco, SK Neptun, 3.55.96
3. Fredrik Letzler, Järfälla S, 3.58.48
4. Mats Nygren, Västerås SS, 3.58.93
5. Hans Rosmark, SK Neptun, 4.00.44
6. Magnus Lennartsson, SK Poseidon, 4.00.64
7. Anders Käck, Borlänge SS, 4.04.93

1500 m fritt
1. Henrik Jangvall, Sundsvalls SS, 15.39.29
2. Hans Rosmark, SK Neptun, 15.45.59
3. Magnus Karlsson, Norrköpings KK, 15.49.32
4. René Vinasco, SK Neptun, 15.49.71
5. Mats Nygren, Västerås SS, 15.49.79
6. Ola Strömberg, Upsala S, 15.59.82
7. Torkel Årman, Södertälje SS, 16.09.70

4x50 m fritt
1. Borlänge SS, 1.32.74, Jan Karlsson, 23.04, Pär Helgesson, Anders Käck, Magnus Eriksson
2. Helsingborgs S, 1.33.57, Anders

SIMLÄGER
I KLIPPANS KOMMUN

VI KAN ERBJUDA

VID SIMHALLSBADET I KLIPPAN
Träning i 25 eller 50 m bassäng inomhus vid veckoslut eller sommarläger.

VID FRILUFTSBADET I LJUNGBYHED
Träning i 50 m bassäng utomhus.

VID FRILUFTSBADET I ÖSTRA LJUNGBY
Träning i 25 m bassäng utomhus.
Övernattning finns att tillgå i olika prislägen

Upplysningar: Eivo de la Cueva 0435/28 200
Anders Johansson 0435/28 194
VÄLKOMMEN TILL KLIPPANS KOMMUN!

KLIPPAN
FRITID & TURISM

MARKARYDS KOMMUN
-aktiv, attraktiv...

SIMLÄGER I SYDVÄSTRA SMÅLAND

-Vi har simhall året runt

-Vi har tempererat utomhusbad

-Vi har vandrarhem

-Vi har skolförläggning med och utan självhushåll

-Vi har hotell

Ring badföreståndaren tel. 0433-120 78
så hjälps vi åt att plocka fram ett simläger som passar dig.

BOXHOLMS KOMMUN

SIMLÄGER I BOXHOLM

Boxholm ligger i södra Östergötland vid länsgränsen till Småland

Vi erbjuder Er förening

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

Närhet till märkta motionsstigar, styrketräningshall, bordtennis och sporthall.

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

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

FÖRLÄGG ERT TRÄNINGSLÄGER I SJÖBO

VI KAN ERBJUDA ER

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

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

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

SJÖBO
KOMMUN

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Forts. fr. sid 44

Rasmusson, 23.68, Mats Rasmusson, Jacob Andersson, Ola Lundbladh
3. Skåret SS, 1.34.07, Dennis Foxér, 24.27 Nils Liedberg, Peter Gullbrand, Roland Larsén
4. SK Poseidon, 1.34.11, Fredrik Sjöstedt, 23.68, Anders Olsson, Mattias Hall, Patrik Flinkberg
5. SPIF, 1.34.74, Claes Eriksson, 23.99, Peter Pärlklo, Kurt Birol, Nicklas Håkansson
6. Järfälla S, 1.35.36, Fredrik Letzler, 24.14, Peter Lööf, Thomas Dahlgren, Fredrik Ekström
7. KSLS, 1.35.85, Magnus Rönnevwall, 24.46, Thomas Axelsson, Dennis Fredriksson, Johan Fröjd

4x100 m fritt
1. Borlänge SS, 3.25.05, Jan Karlsson, 51.22, Pär Helgesson, Lars Frölander, Magnus Eriksson
2. SK Poseidon lag 1, 3.26.06, Fredrik Sjöstedt, 51.37, Mattias Hall, Jonas Andersson, Patrik Flinkberg
3. KSLS, 3.27.37, Thomas Axelsson, 51.66, Magnus Rönnwall, Dennis Fredriksson, Johan Fröjd
4. SPIF, 3.28.07, Nicklas Håkansson, 52.43, Claes EEriksson, Peter Pärlklo, Kurt Birol
5. Järfälla S, 3.29.27, Fredrik Letzler, Peter Lööw, Thomas Dahlgren, Fredrik Ekström
6. Karlstads SS, 3.30.08, Ulf Alsterlind, 53.30, Henrik Mattson, Robert Johansson, Lars Axelsson
7. SK Poseidon lag 2, 3.30.20, Anders Olsson, 53.38, Magnus Lennartsson, Per Andersson, Jonas Prellner

50 m rygg
1. Göran Sköld, Södertörns SS, 27.11
1. Nicklas Håkansson, SPIF, 27.11
3. Lars-Ove Jansson. Upsala S, 27.48
4. Jonas Söderberg, SK Elfsborg, 27.54
5. Peter Pärlklo, SPIF, 27.63
6. Daniel Lönnberg, Växjö SS, 27.77
7. Dennis Fredriksson, KSLS, 27.87

100 m rygg
1. Nicklas Håkansson, SPIF, 57.89
2. Göran Sköld, Södertörns SS, 58.03
3. Clas Jonsson, Gävle SS, 58.25
4. Daniel Lönnberg, Växjö SS, 59.34
5. Anders Johansson, SK Sydsim, 59.67
6. Peter Pärlklo, SPIF, 1.00.20
7. Dennis Fredriksson, KSLS, 1.00.38

200 m rygg
1. Nicklas Håkansson, SPIF, 2.04.36
2. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 2.05.07
3. Clas Jonsson, Gävle SS, 2.05.66
4. Jonas Andersson, SK Poseidon, 2.09.28
5. Martin Svensson, Jönköpings SS, 2.09.35
6. Hans Jonsson, LASS, 2.12.54
7. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.13.14

50 m bröst
1. Jan Stensson, Hagfors SS, 29.39
2. Ulf Glader, Karlskrona SS, 29.40
3. Anders Stensson, Hagfors SS, 29.44
4. Peter Karlsson, Västerås SS, 29.47
5. Lars Axelsson, Karlstads SS, 29.49
6. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 29.63
7. Per Andersson, SK Poseidon, 30.02

100 m bröst
1. Jan Stensson, Hagfors SS, 1.02.98
2. Peter Karlsson, Västerås SS, 1.03.40
3. Anders Stensson, Hagfors SS, 1.04.26
4. Pär Kristoffersson, Jönköpings SS, 1.04.32
5. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 1.04.78
6. Peter Gullander, SPIF, 1.05.14
7. Magnus Classén, Norrköpings KK, 1.05.21

200 m bröst
1. Anders Stensson, Hagfors SS, 2.18.04
2. Peter Karlsson, Västerås SS, 2.18.78
3. Magnus Classén, Norrköpings KK, 2.19.50
4. Peter Gullbrand, Skäret SS, 2.19.77
5. Jan Stensson, Hagfors SS, 2.19.88
6. Ola Frejd, SK Neptun, 2.20.28
7. Per Ola Lundbladh, Helsingborgs S, 2.20.64

50 m fjäril
1. Jan Karlsson, Borlänge SS, 24.75
2. Anders Rasmusson, Helsingborgs S, 24.86
3. Nils Liedberg, Skäret SS, 25.66
4. Martin Nyberg, Norrköpings KK, 25.67
5. Mats Rasmusson, Helsingborgs SS, 25.70
6. Robert Tollerud, SK Neptun, 25.86
7. Thomas Axelsson, KSLS, 26.06

100 m fjäril
1. Anders Rasmusson, Helsingborgs S, 55.17
2. Jonas Lögdberg, Täby Sim, 55.98
3. Joakim Nyholm, SK Neptun, 56.20
4. Robert Tollerud, SK Neptun, 56.28
5. Mats Rasmusson, Helsingborgs S, 56.35
6. Magnus Larsson, Skäret SS, 56.54
7. Daniel Larsson, ÖSA, 57.02

200 m fjäril
1. Magnus Larsson, Skäret SS, 2.02.56
2. Stefan Gullberg, SPIF, 2.02.91
3. Joakim Nyholm, SK Neptun, 2.03.40
4. Stefan Andersson, Umeå SS, 2.03.42
5. Jonas Lögdberg, Täby Sim, 2.03.92
6. Torkel Årman, Södertälje SS, 2.06.69
7. Mats Rasmusson, Helsingborgs S, 2.07.74

200 m medley
1. Ola Frejd, SK Neptun, 2.05.31
2. Anders Peterson, Mariestads SS, 2.05.48
3. Per-Ola Lundbladh, Helsingborgs SS, 2.05.94
4. David Kollstedt, Upsala S, 2.06.87
5. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.07.63
6. Jonas Prellner, SK Poseidon, 2.08.28
7. Peter Haraldsson, Södertälje SS, 2.06.68

400 m medley
1. Roger Wiland, Upsala S, 4.26.96
2. Peter Haraldsson, Södertälje SS, 4.29.20
3. Hans Jonsson, LASS, 4.30.87
4. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 4.30.94
5. Jonas Prellner, SK Poseidon, 4.31.41
6. Jon Lundqvist, SK Poseidon, 4.40.79
7. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 4.41.23

4x100 m medley
1. SPIF, 3.49.04, Nicklas Håkansson, 57.95, Peter Gullander, Stefan Gullberg, Claes Eriksson
2. Helsingborgs S, 3.51.48, Thomas Landin, Per-Ola Lundbladh, Anders Rasmusson, Mats Rasmusson
3. Skäret SS, 3.53.11, Nils Liedberg, 1.00.44, Peter Gullbrand, Magnus Larsson, Dennis Foxér
4. SK Neptun, 3.53.15, Joakim Nyholm, Ola Frejd, Robert Tollerud, René Vinasco
5. SK Poseidon, 3.53.46, Jonas Andersson, 1.00.40, Magnus Leth, Mattias Hall, Fredrik Sjöstedt
6. Täby Sim, 3.54.92, Martin Rogersson, 1.00.52, Jonas Klang, Jonas Lögdberg, Mikael Frisk
7. Jönköping SS, 3.56.21, Andreas Dencker, 1.00.61, Pär Kristoffersson, Per Hasselberg, Thomas Holmqvist

Besök OASEN mitt i stan

Fjärran Höjderbadet i Gävle,
SM bassäng -81, bassänger 50x20 m och 25x12 m, nära till förläggningar.

Valbo SPC,
1 mil väster Gävle, SM bassäng -65, bassäng 50x15 m, nära till förläggningar.

Upplysningar: Per-Åke Thorsell, Telefon 026- 17 82 88.

GÄVLE KOMMUN

SALA KOMMUN
BRA PÅ FRITID

SIMLÄGER I SALA

6 st 25-metersbanor
Förläggning i skola
eller vandrarhem

TÄRNABADET
Temp. utebad,
6 st 25- metersbanor.
8 km SÖ Sala.
Förläggning, mat, 1km

Upplysningar tel. 0224- 553 16
553 15

Avesta
Simläger i Horndals simhall

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

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

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

Avesta Fritidsnämd, Box 54, 774 01 Avesta

Lägerplats MJÖLBY



TRÄNINGSLÄGER

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

Helpension med logi i 2- bäddsrum, frukost, lunch och middag samt kvällsmål, inklusive lokal- och anläggningskostnader från 160:- per person och dygn.

För bokning och förfrågningar skriv eller ring till

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

LINDESBERGS KOMMUN

MED UTMÄRKTA RESURSER
FÖR
SIMLÄGER MM.

50 MTR TEMP. BASSÄNG I FELLINGSBRO
LOGI I OLIKA ALTERNATIV
KONKURRENSKRAFTIGA PRISER
KOMPLETTERANDE AKTIVITETER PÅ SAMMA OMRÅDE,
TENNIS - ELLJUSSPÅR - BOLLPLANER MM.

*KONTAKTA FRITIDSKONTORET
TEL: 0581/811 60-62

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

World Cup 1 Montreal 29/11 - 1/12, 25 m.

Damer

50 m fritt
1. Kristin Topham, CAN, 25.84
2. Carrie Steinseifer, USA, 25.88
3. Caroline Woodcock, GBR, 26.13

100 m fritt
1. Carrie Steinseifer, USA, 55.88
2. Yong Zhuan, CHN, 56.13
3. Erin Murphy, CAN, 56.68

200 m fritt
1. Yong Zhuan, CHN, 2.01.52
2. Chris Hashimoto, CAN, 2.01.58
3. Kim Paton, CAN, 2.01.76

400 m fritt
1. Jennifer Goldsmith, CAN, 4.16.84
2. Cristina Sossi, ITA, 4.18.57
3. Tara Seymor, CAN, 4.19.09

800 m fritt
1. Michelle Sallee, CAN, 8.36.77
2. Stephanie Shewchuck, CAN, 8.42.09
3. Cristina Sossi, ITA, 8.42.11

50 m rygg
1. Wenyi Chang, CHN, 29.40
2. Christine Harris, CAN, 30.28
3. Manon Simard, CAN, 30.69

100 m rygg
1. Wenyi Yang, CHN, 1.04.11
2. Manon Simard, CAN, 1.04.94
3. Christine Harris, CAN, 1.05.61

200 m rygg
1. Yuka Akiyama, JPN, 2.17.10
2. Manon Simard, CAN, 2.18.81
3. Christine Jeffrey, CAN, 2.19.94

50 m bröst
1. Keltie Duggan, CAN, 31.91
2. Guylaine Cloutier, CAN, 32.75
3. Carwai Seto, TPE, 33.12

100 m bröst
1. Keltie Duggan, CAN, 1.09.15
2. Guylaine Cloutier, CAN, 1.10.68
3. Carwai Seto, TPE, 1.11.35

200 m bröst
1. Analisa Nisiro, ITA, 2.30.96
2. Guylaine Cloutier, CAN, 2.31.73
3. Carmen Bordeau, CAN, 2.33.43

50 m fjäril
1. Kristin Topham, CAN, 28.27
2. Madeleine Scarborough, GBR, 28.28
2. Andrea Nugent, CAN, 28.28

100 m fjäril
1. Madeleine Scarborough, GBR, 1.01.47
2. Xiaohong Wang, CHN, 1.01.91
3. Yoko Kando, JPN, 1.02.75

200 m fjäril
1. Maria Gaudin, CAN, 2.12.38
2. Madeleine Scarborough, GBR, 2.14.19
3. Jennifer Hutchison, CAN, 2.14.54

100 m medley
1. Li Lin, CHN, 1.03.00
2. Allison Higson, CAN, 1.04.47
3. Gail Lorentz, CAN, 1.05.37

200 m medley
1. Li Lin, CHN, 2.14.55
2. Anamaria Petricevic, YUG, 2.16.90
3. Christine Jeffrey, CAN, 2.20.04

400 m medley
1. Li Lin, CHN, 4.45.45
2. Yuka Akiyama, JPN, 4.49.59
3. Christine Jeffrey, CAN, 4.55.38

Herrar

50 m fritt
1. Dano Halsall, SUI, 22.42
2. Vladimir Tkacenko, URS, 22.46
3. Mike Fibbens, GBR, 22.84
4. Joakim Holmqvist, SWE, 22.84
5. Göran Titus, SWE, 22.93
13 Håkan Karlsson, SWE, 23.35
20 Tommy Werner, SWE, 23.69

100 m fritt
1. Mike Fibbens, GBR, 49.14
2. Tommy Werner, SWE, 49.51
3. Vladimir Tkacenko, URS, 49.61
4. Göran Titus, SWE, 49.82
6. Joakim Holmqvist, SWE, 50.20
13 Christer Wallin, SWE, 50.52
14 Håkan Karlsson, SWE, 50.57

200 m fritt
1. Tommy Werner, SWE, 1.47.74
2. Christiano Michalena, SWE, 1.47.79
3. Veniamin Tayanovich, URS, 1.48.22
8. Anders Holmertz, SWE, 1.53.16
(1.49.37 i försök)
15 Göran Titus, SWE, 1.52.21

400 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 3.41.92
2. Christiano Michalena, BRA,, 3.46.39
3. Gary Van der Meulen, CAN, 3.47.55

800 m fritt
1. Gary Van der Meulen, CAN, 7.52.65
2. Harry Taylor, CAN, 7.55.48
3. Veniamin Tayanovich, URS, 8.03.47

50 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 26.10
2. Sergei Zabolotnov, URS, 26.55
3. Grant Robins, GBR, 27.13

100 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 54.77
2. Sergei Zabolotnov, URS, 56.31
3. Grant Robins, GBR, 56.53

200 m rygg
1. Grant Robins, GBR, 1.59.70
2. Rogeiro Romero, BRA, 2.00.63
3. Sergei Zabolotnov, URS, 2.00.69

50 m bröst
1. Dimitri Volkov, URS, 27.78
2. David Loyola, CAN, 28.73
3. Jon Cleveland, CAN, 29.06

100 m bröst
1. Dimitri Volkov, URS, 1.00.58
2. Nick Gillingham, GBR, 1.00.71
3. David Loyola, CAN, 1.02.92

200 m bröst
1. Nick Gillingham, GBR, 2.09.49
2. Radek Beinhauber, TCH, 2.15.25
3. Francesco Postiglione, ITA, 2.16.32

50 m fjäril
1. Marcel Gery, CAN, 24.40
2. Mike Fibbens, GBR, 24.77
3. Christer Wallin, SWE, 24.95

100 m fjäril
1. Marcel Gery, CAN, 53.02
2. Tom Ponting, CAN, 53.19
3. Mike Fibbens, GBR, 54.54
5. Christer Wallin, SWE, 54.86

200 m fjäril
1. Tom Ponting, CAN, 1.58.79
2. Gary Van der Meulen, CAN, 1.59.50
3. Mike Meldrum, CAN, 1.59.94
5. Christer Wallin, SWE, 2.02.70

100 m medley
1. Grant Robins, GBR, 57.22
2. David Loyola, CAN, 57.45
3. Jeff Sheehan, CAN, 57.76

200 m medley
1. Grant Robins, GBR, 2.01.33
2. Rick Cosgrove, CAN, 2.02.84
3. Darren Ward, CAN, 2.03.10

400 m medley
1. Grant Robins, GBR, 4.16.72
2. Mike Meldrum, CAN, 4.19.89
3. Jean-Pierre Cote, CAN, 4.23.35

FRITID ÅSELE

Förlägg ert
SIMTRÄNINGSLÄGER TILL ÅSELE,
södra lappland.

Åsele Simhall: *25 m bassäng, 4 st banor, undervisningsbassäng, vattenrutschbana.*
Bra möjligheter till mat och logi, gångavstånd.

För information:
Ring Åsele Simhall 0941-109 00,
Fråga efter Lennart Högberg.

ÅRETS UPPLAGA AV
SIMKALENDERN
ÄR HÄR!

Beställ den av
Svenska Simförbundet
på tel 08- 713 60 00.

TRÄNINGSLÄGER!

PRISEXEMPEL:

GREKLAND			
Aten	1 v	halvp.	3.870:-
Vouliagmeni	1 v	halvp.	4.230:-
N. Artaki	1 v	halvp.	4.095:-
Kavala	1 v	halvp.	4.790:-
Kalatrini	1 v	halvp.	4.465:-
MAROCKO			
Mohamedia	1 v	halvp.	4.195:-
Casablanca	1 v	halvp.	4.040:-
Rabat	1 v	halvp.	5.210:-
HOLLAND			
Pappendal	5 d	help.	1.400:-
Sittard	5 d	help.	1.475:-
TUNISIEN			
Garmath	1 v	halvp.	2.945:-
CYPERN			
Larnaca	1 v	halvp.	4.135:-
Limmassol	1 v	halvp.	4.620:-
JERSEY			
St. Helier	1v	halvp.	5.230:-

JUGOSLAVIEN			
Zagreb	1 v	halvp.	3.370:-
Medulin/Pula	1 v	halvp.	3.065:-
Kupari	1 v	halvp.	3.155:-
Rar	1 v	halvp.	3.080:-
Makarska	1 v	halvp.	3.350:-
Dubrovnik	1 v	halvp.	3.135:-
Split	1 v	halvp.	3.390:-
Zagreb buss	1 v	halvp.	2.765:-
DANMARK			
Fredrikshamn	3 d	help.	755:-
Grenå	3 d	help.	940;-
Ringe	3 d	help.	985:-
Sönderborg	3 d	help.	940:-
Korsör	3 d	help.	975:-
Hobro	3 d	help.	730:-
Viborg	3 d	help.	755:-
Struer	3 d	help.	685:-
Säby	3 d	help.	685:-
Helsingör	3 d	help.	940:-
Köpenhamn	3 d	help.	695:-

NIKE TOURS

Malmö: 040-10 03 70

Södra Förstadsgatan 17, Box 17560, 200 10 Malmo

Helsingborg: 042-24 01 92

Södergatan 109, 252 27 Helsingborg

IATA

SRF

Airex

NIKE TOURS

Stockholm: 08-24 96 40

Malmskillnadsgatan 13, Box 7244, 103 89 Stockholm

TRÄNINGSLÄGER I DET SOLIGA JUGOSLAVIEN -OS VINNARE 88

Förbered säsongen i ett av Europas billigaste länder.

Här kommer värmen redan i april. Utomhusbassängerna håller en bra standard och en bra behaglig temperatur. Jugoslavien har en lång och traditionsrik sim och vattenpolotradition. Här finns alla förutsättningar för ett bra arrangemang till ett mycket lågt pris.

SPLIT	50 m bassäng utomhus
ROVINJ	50 m bassäng utomhus, 25 m inomhus
DUBROVNIK	50 m utomhus
KOTOR	25 m inomhus
KUPARI	33 m inomhus
POREC	25 m inomhus

Yugotours

Olof Palmes Gata 14, 103 61 STOCKHOLM
Tel. 08- 11 00 31 eller 23 22 50

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

World Cup 2 US Swimming Open

Orlando 3-5 december 1989, 50 m

Damer

50 m fritt
1. Nicole Haislett, USA, 25.79
2. Leigh Ann Fetter, USA, 26.20
3. Carrie Steinseifer, USA, 26.31

100 m fritt
1. Nicole Haislett, USA, 56.36
2. Carrie Steinseifer, USA, 57.07
3. Mitzi Kremer, USA, 57.45

200 m fritt
1. Nicole Haislett, USA, 2.01.43
2. Mitzi Kremer, USA, 2.02.97
3. Janet Evans, USA, 2.03.53

400 m fritt
1. Janet Evans, USA, 4.12.13
2. Andrea Heyes, USA, 4.16.36
3. Mitzi Kremer, USA, 4.17.57

800 m fritt
1. Janet Evans, USA, 8.30.62
2. Jane Skillman, USA, 8.47.28
3. Andrea Hayes, USA, 8.47.79

100 m rygg
1. Janie Wagstaff, USA, 1.03.90
2. Betsy Mitchell, USA, 1.04.22
3. Lisa Dubbe, USA, 1.05.15

200 m rygg
1. Janie Wagstaff, USA, 2.15.33
2. Janet Evans, USA, 2.17.10
3. Yuka Akiyama, JPN, 2.17.99

100 m bröst
1. Tori DeSilvia, USA, 1.11.36
2. Tracey McFarlane, USA, 1.11.57
3. Guylaine Cloutier, CAN, 1.11.59

200 m bröst
1. Nathalie Giguere, 2.32.46
2. Tracey McFarlane, USA, 2.33.76
3. Tori DeSilvia, USA, 2.35.84

100 m fjäril
1. Janet Jorgensen, USA, 1.02.12
2. Xiaohong Wang, CHN, 1.03.00
3. Yoko Kando, JPN, 1.03.74
10 Therese Lundin, SWE, 1.03.85

200 m fjäril
1. Summer Sanders, USA, 2.14.15
2. Erika Hansen, GBR, 2.16.32
3. Angie Wester-Krieg, USA, 2.16.55
15 Therese Lundin, SWE, 2.26.18

200 m medley
1. Summer Sanders, USA, 2.17.50
2. Sharron Davies, GBR, 2.18.13
3. Amy Shaw, USA, 2.19.59

400 m medley
1. Janet Evans, USA, 4.48.09
2. Annamaria Petricevic, YUG, 4.51.86
3. Erika Hansen, USA, 4.52.74

Herrar

50 m fritt
1. Adam Schmitt, USA, 22.79
2. Eric Hansen, USA, 23.02
3. Jim Harvey, USA, 23.10
8. Göran Titus, SWE, 23.43
10 Joakim Holmqvist, SWE, 23.56
20 Pär Lindström, SWE, 24.16
23 Håkan Karlsson, SWE, 24.21
28 Tommy Werner, SWE, 24.82

100 m fritt
1. Troy Dalbey, USA, 50.82
2. Anders Jolmertz, SWE, 50.84
3. Dough Boyd, USA, 51.18
8. Göran Titus, SWE, 51.95
9. Tommy Werner, SWE, 51.45
15 Joakim Holmqvist, SWE, 52.71
18 Pär Lindström, SWE, 52.921
21 Håkan Karlsson, SWE, 53.05

200 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 1.49.43
2. Troy Dalbey, USA, 1.49.63
3. Veniamin Tayanovich, URS, 1.51.09
5. Tommy Werner, SWE, 1.51.91

400 m fritt
1. Veniamin Tayanovich, URS, 3.56.65
2. Cristiano Michalena, BRA, 3.57.13
3. Richard Granneman, HOL, 3.57.61

1500 m fritt
1. Igor Majcen, YUG, 15.42.26
2. Keith Frostad, USA, 15.42.99
3. Kelam Holloway, USA, 16.02.45

100 m rygg
1. Sergei Zabolotnov, URS, 57.31
2. Dan Veatch, USA, 57.35
3. Kevin Draxinger, CAN, 57.64

200 m rygg
1. Dan Veatch, USA, 2.01.85
2. Sergei Zabolotnov, URS, 2.02.93
3. Kevin Draxinger, CAN, 2.03.01
10 Jan Bidrman, SWE, 2.08.65

100 m bröst
1. Dimitri Volkov, URS, 1.02.96
2. Nelson Diebel, USA, 1.03.31
3. Ron Karnaugh, USA, 1.04.22

200 m bröst
1. Sergio Lopez, ESP, 2.14.60
2. Radek Beinhauer, TCH, 2.18.54
3. Nelson Diebel, USA, 2.19.24

100 m fjäril
1. Bart Pippenger, USA, 55.02
2. Jim Harvey, USA, 55.06
3. Anthony Mosse, NZL, 55.43
11 Stefan Päriklo, SWE, 56.75
14 Christer Wallin, SWE, 57.57

200 m fjäril
1. Anthony Mosse, NZL, 2.00.20
2. Bart Pippenger, USA, 2.00.94
3. Jan Bidrman, SWE, 2.02.67
6. Stefan Päriklo, SWE, 2.04.79
15 Christer Wallin, SWE, 2.12.11

200 m medley
1. Ron Karnaugh, USA, 2.03.55
2. Jan Bidrman, SWE, 2.04.25
3. Derek Weatherford, USA, 2.05.51

400 m medley
1. Jan Bidrman, SWE, 4.24.60
2. Derek Weatherford, USA, 4.27.07
3. Alex Hermeto, BRA, 4.33.78

Nordiska Junior Mästerskapen

9 - 10 december 1989 Villmanstrand, FIN, 25 m

Pojkar

50 m fritt
1. Vesa Hanski, FIN, 24.33
4. Lars Frölander, SWE, 24.88
100 m fritt
1. Anti Kasvio, FIN, 50.91
2. Anders Lindgren, SWE, 53.21
4. Lars Frölander, SWE, 53.74
200 m fritt
1. Anti Kasvio, FIN, 1.49.75
4. Anders Lindgren, SWE, 1.58.40
400 m fritt
1. Anti Kasvio, FIN, 3.56.58
2. Anders Kroon, SWE, 4.00.34
1500 m fritt
1. Anders Kroon, SWE, 15.57.90
5. Christian Bivesand, SWE, 16.36.12
4x100 m fritt
1. Finland, FIN3.31.47
2. Sverige, SWE, 3.33.41, (Anders Lindgren, Lars Frölander, Anders Kroon, Ola Söderholm).
4x200 m fritt
1. Finland, FIN, 7.43.50
2. Sverige, SWE, 7.51.61, (Anders Kroon, Anders Lindgren, Lars Frölander, Martin Svensson)
100 m rygg
1. Jani Sievinen, FIN, 59.01
2. Martin Svensson, SWE, 1.00.37

200 m rygg
1. Andewrs Kroon, SWE, 2.05.80
3. Martin Svensson, SWE, 2.09.73
100 m bröstsim
1. Per Bredmose, DEN, 1.07.00
3. Conny Wennberg, SWE, 1.07.30
200 m bröstsim
1. Conny Wennberg, SWE, 2.24.19
100 m fjäril
1. Ola Söderholm, SWE, 58.15
2. Anders Lindgren, SWE, 58.30
200 m fjäril
1. Ola Söderholm, SWE, 2.06.79
200 m medley
1. Martin Svensson, SWE, 2.10.83
7. Conny Wennberg, SWE, 2.16.12
400 m medley
1. Nils Ivar Pedersen, NOR, 4.41.02
3. Conny Wennberg, SWE, 4.45.14
4x100 m medley
1. Finland, FIN, 3.55.27
2. Sverige, SWE, 3.59.62, (Anders Kroon, Conny Wennberg, Ola Söderholm, Lars Frölander)

Flickor

50 m fritt
1. Kirsti Nygaard, NOR, 27.33
2. Louise Jöncke, SWE, 27.45
4. Malin Strömberg, SWE, 27.52
100 m fritt
1. Louise Jöncke, SWE, 58.44
8. Mikaela Laurén, SWE, 1.03.07
200 m fritt
1. Louise Jöncke, SWE, 2.05.69
2. Malin Skaresson, SWE, 2.05.76
400 m fritt
1. Rita Lahtinen, FIN, 4.29.15
3. Therese Ekstrand, SWE, 4.31.79
4. Cecilia Kentell, SWE, 4.33.17
800 m fritt
1. Maj-Britt Hansen, DEN, 9.12.39
2. Therese Ekstrand, SWE, 9.12.92
5. Cecilia Kentell, SWE, 9.20.42
4x100 m fritt
1. Sverige, SWE, 3.59.89, (Louise Jöncke, Malin Skaresson, Cecilia Kentell, Malin Strömberg).
2. Danmark, DEN, 4.01.04
4x200 m fritt
1. Sverige, SWE, 8.39.35, (Louise Jöncke, Malin Skaresson, Cecilia Kentell, Malin Strömberg)
100 m rygg
1. Lisa Lundkvist, SWE, 1.07.55
3. Mikaela Laurén, SWE, 1.09.90
200 m rygg
1. Mette Norregaard, DEN, 2.26.35
2. Lisa Lundkvist, SWE, 2.29.25
3. Mikaela Laurén, SWE, 2.31.32
100 m bröst
1. Brita Westergaard, DEN, 1.15.37
2. Angelica Ockedahl, SWE, 1.18.52
200 m bröst
1. Brita Westergaard, DEN, 2.42.32
5. Angelica Ockedahl, SWE, 2.48.88
100 m fjäril
1. Tinna Nytjee, DEN, 1.04.48
2. Malin Strömberg, SWE, 1.04.55
5. Louise Jöncke, SWE, 1.08.64
200 m fjäril
1. Malin Skaresson, SWE, 2.19.91
3. Malin Strömberg, SWE, 2.25.12
200 m medley
1. Malin Skaresson, SWE, 2.24.14
2. Mikaela Laurén, SWE, 2.27.19
400 m medley
1. Malin Skaresson, SWE, 5.08.38
4. Cecilia Kentell, SWE, 5.17.21
4x100 m medley
1. Sverige, SWE, 4.29.88, (Lisa Lundkvist, Angelica Ockedahl, Malin Strömberg, Louise Jöncke)

Välj SKARA
för Ert träningsläger 1990

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

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

Ytterligare upplysningar kan Du få genom fritidskontoret i Skara, 532 88 Skara.
Tel. 0511-163 00

VÄLKOMMEN Fritidsnämden

Funderar Ni på simläger i sommar!

HEBY SIMHALL
(ligger mellan Sala och Uppsala)

Kan erbjuda
* *25 m bassäng med 4 banor*
* *Logimöjligheter i skola*
* *Omklädning med bastu*
* *Vattenrutschbana och bubbelpool*

Kontakta Carin Swartling
Tel. 0224-36 196

KATRINEHOLMS SPORTCENTRUM

SIMLÄGER I KATRINEHOLM

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

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

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

Träningsläger i KUNGSBACKA

2,5 mil söder om Göteborg

Vi kan erbjuda 2 simhallar

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

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

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

FRITID
KUNGSBACKA

Forts. från sid 13

blev fyra på 26.72.

Anders Stensson lyckades vinna 200 m bröst, ännu en gång i kamp med Peter Karlsson som simmar helt respektlöst. Anders 2.18.04 var 74 hundradelar bättre än Peters. Magnus Classén, Norrköping, tog en mycket populär tredje plats med 2.19.50.

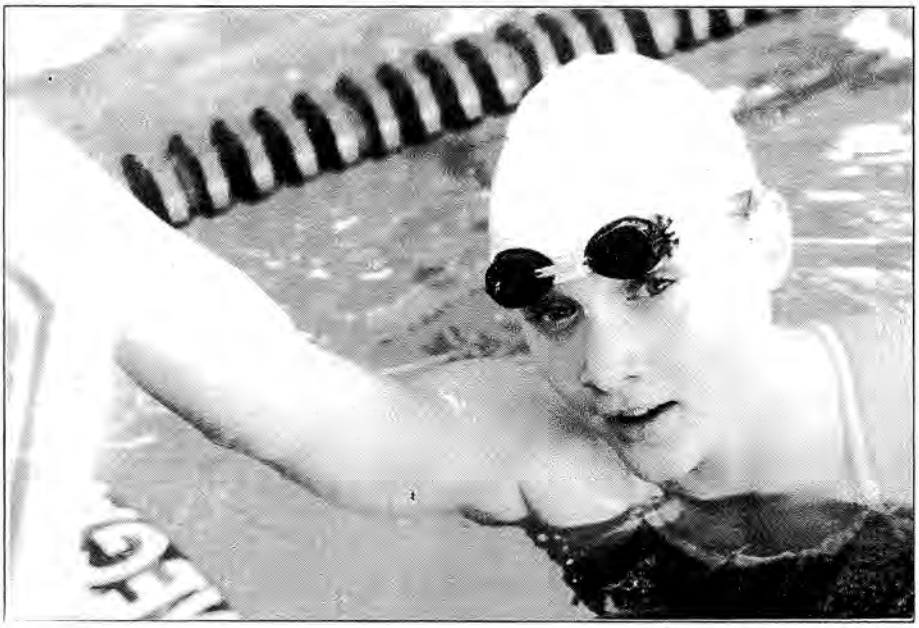
Damernas 50 m bröst blev också spännande. Anna-Karin Persson klarade dock att ta sin tredje medalj, 32.49 men fick hårt motstånd av Louise Karlsson, 32.70. Helena Kälvehed blev trea med 33.40.

Roger Wiiand är uppsalasimmaren som simmar förvånansvärt jämnt. I Norrköping fick han ta sin guldmedalj på 400 m medley och han gjorde det efter 4.26.29. Södertäljes Peter Haraldsson gjorde en stark insats när han blev tvåa, 4.29.20 och nästan lika starkt simmade Hans Jonsson, LASS, när han blev trea, 4.30.87. Sju hundradelar senare simmade utmanande Bert-Ola Eriksson i mål. Ännu en utmanare fanns med på tunga medleyn, Henrik Cleverdahl som blev sjua.

Helsingborgsflickorna tog ännu en lagkappsseger när de vann 4x100 m medley. Nina Hansen, Ann-Charlotte Jabelin, Lotta Magnusson och Helena Åberg hade länge en tuff match med Umeås Lisa Lundqvist, Anna Stiberg, Christina Öhlund och Sofia Stark. Även Korrugals Sofia Olsson, Helena Kälvehed, Erika och Rebecka Ståhl var med i täten. Så dök Helena Åberg i på sista sträckan och hennes 55.42 på frisimmet kunde ingen annan matcha. Helsingborg vann, 4.22.38 före Korrugal, 4.26.96 och Umeå fick 4.27.60.

Även på 4x100 m fritt var Borlänge bäst. Jan Karlsson, Pär Helgesson, Lars Frölander och Magnus Eriksson vann, 3.25.05, sekunden före Poseidons Fredrik Sjöstedt, Mattias Hall, Jonas Andersson och Patrik Flinkberg. Kristianstades Thomas Axelsson, Magnus Rönnwall, Dennis Fredriksson och Johan Fröjd nådde tredjeplatsen med 3.27.37.

Tyvärr saknades några klubbar på Mc Donald's Team RM. Samtidigt simmades världscupen i USA. Tack vare ett stort intresse från övriga Sverige blev Team-RM ett bra styrkebesked för alla dem som tränat under hösten. Men allra roligast var utmanarnas respektlösa härjningar.





Malin Håkansson och René Vinasco lovar också gott för framtiden.

KÖP SIMKALENDERN!

Där finns allt du behöver veta om 1990 års simning, konstsim, simhopp, masters och polo.
Beställ den genom Svenska Simförbundet på tel. 08 713 60 00.

348 sjöar

i vår kommun
Antagligen är alla upptagna redan.
Så förlägg träningslägret
i

LUDVIKA SPORTHALL

* Modernt bad
* Övriga idrottslokaler
* Centralt läge
* Nära till förläggning
* eller en förläggning i skogsmiljö

Kontakta simhallen 0240-860 45

LUDVIKA FRITID

Träna i

Det Blomstrande Älmhult

Älmhult

En komplett Idrottsanläggning

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

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

TRÄNINGSLÄGER I

STRÖMSUND

50-m utomhusbassäng med all tävlings- och tränings-utrustning.

Bra förläggning i moderna 4-bäddsstugor (med möjligheter till självhusåll). Cirka 150 meter från bassängen.

Stor samlingslokal 150 meter från bassängen för teorilektioner, samkväm eller andra samlingar.

Bra paketpris på matställen kan ordnas.

Bassängen ligger cirka 1,5 kilometer från Strömsunds centrum.

INTRESSERAD?

Ring gärna Bill Pettersson, Fritidskontoret, 0670-135 00, för mer information

TRÄNINGSLÄGER

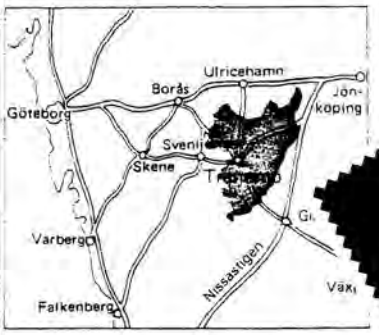
Sim- och idrottshallen i Tranemo har en simbassäng 25×8 meter med hopptorn och en undervisningsbassäng 10×5 meter. Idrottshallen är 42×20 meter plus läktare.

På vandrarhemmet, som är öppet året runt, finns 9 rum med 42 sängplatser, 4 duschar och toaletter. Sällskapsrum med färg-TV och biljardbord hör till bekvämligheterna i det genomgående moderna och handikappvänliga vandrarhemmet.

Vi har färdiga paketpriser med träningstid, mat och logi. Det finns även möjlighet till självhushåll.

Upplysningar genom Fritidskontoret eller Sim- och idrottshallen, Box 21, 514 01 TRANEMO, tel 0325-79 000.

TRANEMO



i Tygriket

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Europacupen, simning

Sabadell, ESP, 9 - 10 december 1989, 25 m

Damer

100 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 55.23
2. Simone Osygus, FRG, 56.11
3. Sabina Schulze, GDR, 56.21
4. Helena Åberg, SWE, 56.45
5. Gitta Jensen, DEN, 56.69
6. Eugenia Ermakova, URS, 58.66

200 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 1.58.57
2. Stephanie Ortwig, FRG, 2.00.22
3. Sabina Schulze, GDR, 2.00.62
4. June Croft, GBR, 2.00.90
5. Berit Puggaard, DEN, 2.02.15
6. Irene Dalby, NOR, 2.03.07

400 m fritt
1. Irene Dalby, NOR, 4.08.30
2. Stephanie Ortwig, FRG, 4.09.32
3. Manuela Melchiorri, ITA, 4.13.88
4. June Croft, GBR, 4.14.53
5. Anke Moehring, GDR, 4.14.63
6. Lenette Nielsen, DEN, 4.17.06

800 m fritt
1. Irene Dalby, NOR, 8.29.06
2. Manuela Melchiorri, ITA, 8.37.32
3. Heike Lunenschloss, 8.43.18
4. Jana Henke, GDR, 8.43.58
5. Karin Brienesse, HOL, 8.47.40
6. Olga Splichalova, TCH, 8.49.92

4x100 m fritt
1. Holland, HOL, 3.41.25
2. Östtyskland, GDR, 3.44.98
3. Västtyskland, FRG, 3.47.70
4. Storbritannien, GBR, 3.48.42
5. Italien, ITA, 3.49.61
6. Danmark, DEN, 3.49.91
8. Sverige, SWE, 3.53.21, (Ulrika Jardfeldt, 57.90, Anna-Karin Persson, Malin Pehrsson, Helena Åberg)

100 m rygg
1. Maria Kocheva, BUL, 1.03.03
2. Natalia Shibaeva, URS, 1.03.11
3. Anja Eichhorst, GDR, 1.03.21
4. Ellen Elzerman, HOL, 1.03.34
5. Marion Zoller, FRG, 1.03.35
6. Katharine Read, GBR, 1.04.04

200 m rygg
1. Sabine Herbst, GDR, 2.13.88
2. Lorenza Vigarani, ITA, 2.15.00
3. Natalia Shibaeva, URS, 2.15.19
4. M Carmen Marchena, ESP, 2.15.97
5. Ellen Elzerman, HOL, 2.16.15
6. Maria Kocheva, BUL, 2.16.90

100 m bröst
1. Iulia Landik, URS, 1.09.02
2. Manuela Dalla Valle, ITA, 1.09.60
3. Antoaneta Frenkeva, BUL, 1.09.77
4. Suki Brownsdon, GBR, 1.09.82
5. Ragni Runolfsdottir, ISL, 1.10.78
6. Anna-Karin Persson, SWE, 1.11.04

200 m bröst
1. Antoaneta Frenkeva, BUL, 2.29.26
2. Daniela Brendel, GDR, 2.29.51
3. Manuela Dalla Valle, ITA, 2.29.73
4. Mgda Splichalova, TCH, 2.30.01
5. Elena Rudkovskaia, URS, 2.30.96
6. Suki Brownsdon, GBR, 2.31.93
9. Anna-Karin Persson, SWE, 2.35.05

100 m fjäril
1. Karin Brienesse, HOL, 1.01.49
1. Madeleine Scarborough, GBR, 1.01.49
3. Nevena Miteva, BUL, 1.02.03
4. Manuela Carosi, ITA, 1.02.16
4. Kathleen Nord, GDR, 1.02.16
6. Susanne Bosserhoff, FRG, 1.02.17
8. Malin Pehrsson, SWE, 1.03.67

200 m fjäril
1. Kathleen Nord, GDR, 2.11.32
2. Berit Puggard, DEN, 2.12.04
3. Madeleine Scarborough, GBR, 2.13.80
4. Nevena Miteva, BUL, 2.14.18
5. Susanne Bosserhoff, FRG, 2.14.39
6. M Luisa Fernandez, ESP, 2.17.17
10 Malin Pehrsson, SWE, 2.18.60

200 m medley
1. Marianne Muis, HOL, 2.14.03
2. Sabine Herbst, GDR, 2.14.26
3. Marion Zoller, FRG, 2.16.71
4. Ulrika Jardfeldt, SWE, 2.16.89
5. Jean Hill, GBR, 2.17.53
6. Yana Shamarova, URS, 2.18.42

400 m medley
1. Yana Shamarova, URS, 4.45.18
2. Suki Brownsdon, GBR, 4.46.76
3. Roberta Felotti, ITA, 4.51.33
4. Nuria Castello, ESP, 4.52.14
5. Petra Haussmann, FRG, 4.52.99
6. Grit Mueller, GDR, 4.56.92

4x100 m medley
1. Östtyskland, GDR, 4.09.12
2. Holland, HOL, 4.11.44
3. Sovjetunionen, URS, 4.12.02
4. Storbritannien, GBR, 4.12.27
5. Italien, ITA, 4.12.97
6. Bulgarien, BUL, 4.13.74
8. Sverige, SWE, 4.17.69, (Ulrika Jardfeldt, 1.06.23, Anna-Karin Persson, Malin Pehrsson, Helena Åberg).

Herrar

100 m fritt
1. Jochen Bruha, FRG, 49.87
2. Stefan Volery, SUI, 50.05
3. Peter Rodhe, DEN, 50.15
4. Vladimir Predkin, URS, 50.19
5. Jarl-Inge Melberg, NOR, 50.27
6. Lars-Ove Jansson, SWE, 50.30
(Mike Fibbens, GBR, 49.86 i försök, strök sig till final).

200 m fritt
1. Giorgio Lamberti, ITA, 1.45.61
2. Stefan Pfeiffer, FRG, 1.48.11
3. Jarl Inge Melberg, NOR, 1.48.21
4. Steffen Zesner, GDR, 1.49.73
5. Carlos Ventosa, ESP, 1.49.74
6. Valentin Kochanov, BUL, 1.50.58

400 m fritt
1. Stefan Pfeiffer, FRG, 3.46.26
2. Giorgio Lamberti, ITA, 3.47.67
3. Juan Carlo Vallejo, ESP, 3.50.00
4. Kevin Boyd, GBR, 3.50.02
5. Joerg Hoffmann, GDR, 3.51.45
6. Henrik Jangwall, SWE, 3.53.43

1500 m fritt
1. Joerg Hoffmann, GDR, 14.54.79
2. Alexander Gaidukevitch, URS, 14.57.50
3. Ian Wilson, GBR, 15.00.45
4. Markus Gotze, FRG, 15.07.95
5. Daniel Serra, ESP, 15.18.26
6. Artur Costa, POR, 15.30.75

4x100 m fritt
1. Västtyskland, FRG, 3.17.34
2. Östtyskland, GDR, 3.17.66
3. Italien, ITA, 3.19.60
4. Spanien, ESP, 3.20.42
5. Sverige, SWE, 3.20.56, (Magnus Eriksson, 50.64, Jan Karlsson, Henrik Jangwall, Lars-Ove Jansson)
6. Storbritannien, GBR, 3.22.33

100 m rygg
1. Martin Lopez Zubero, ESP, 55.13
2. Frank Hoffmeister, FRG, 55.52
3. Vladimir Selkov, URS, 56.00
4. Stefano Battistelli, ITA, 56.71
5. Georgy Mihalev, BUL, 56.96
6. Tino Weber, GDR, 58.51

200 m rygg
1. Vladimir Selkov, URS, 1.58.06
2. Martin Lopez Subero, ESP, 1.58.55
3. Stefano Battistelli, ITA, 1.59.96
4. Frank Hoffmeister, FRG, 1.59.97
5. Tino Weber, GDR, 2.00.38
6. Marek Ranis, TCH, 2.00.80

100 m bröst
1. Mark Warnecke, FRG, 1.01.78
2. Adrian Moorhouse, GBR, 1.01.97
3. Ralph Faerber, GDR, 1.02.07
4. Alexander Savitskiy, URS, 1.02.26
5. France Postiglione, ITA, 1.03.05
6. Ron Dekker, HOL, 1.03.23
8. Jan Stensson, SWE, 1.03.67

200 m bröst
1. Nick Gillingham, GBR, 2.10.09
2. Sergio Lopez, ESP, 2.11.07
3. Alexander Savitskiy, URS, 2.13.90
4. Karl-Heinz Klenz, FRG, 2.16.47
5. Thomas Mueller, GDR, 2.17.05
6. France Postiglione, ITA, 2.17.45
9. Jan Stensson, SWE, 2.20.83

100 m fjäril
1. Martin Hermann, FRG, 53.70
2. Viacheslav Novikov, URS, 54.04
3. Vladimir Dornak, TCH, 55.39
4. Dragomir Markov, BUL, 55.64
5. Daniel Jordi, SUI, 55.70
6. Casper van Dam, HOL, 56.79

200 m fjäril
1. Martin Hermann, FRG, 1.59.29
2. Christian Gessner, GDR, 2.00.54
3. Oleg Mirkin, URS, 2.00.74
4. Christer Kjolholdt, NOR, 2.02.04
4. Ian Wilson, GBR, 2.02.04
6. Diogo Madeira, POR, 2.04.09

200 m medley
1. Christian Gessner, GDR, 1.59.78
2. Christian Keller, FRG, 2.01.72
3. John Davey, GBR, 2.02.45
4. Vitaliy Kirintchuk, URS, 2.02.90
5. Bengt Staueland, NOR, 2.04.90
6. Peter Rohde, DEN, 2.06.68

400 m medley
1. Christian Gessner, GDR, 4.13.68
2. Sergey Mariniuk, URS, 4.17.13
3. Christian Keller, FRG, 4.19.56
4. John Davey, GBR, 4.20.28
5. Martin van der Spoel, HOL, 4.28.46
6. Lorenzo Benucci, ITA, 4.30.26

4x100 m medley
1. Västtyskland, FRG, 3.40.36
2. Sovjetunionen, URS, 3.42.05
3. Storbritannien, GBR, 3.43.44
4. Östtyskland, GDR, 3.43.56
5. Spanien, ESP, 3.43.72
6. Sverige, SWE, diskv.

NORRTÄLJE KOMMUN

TRÄNINGSLÄGER I ROSLAGENS FAMN

Förlägg Ert nästa träningsläger i Norrtälje.

- Bra bussförbindelser från Stockholm.
- Övernattningsmöjligheter.
- Fin natur, nära havet.

Ring gärna föreståndare
Marie-Luise Asp på
tel. 0176-120 80
så får Du veta mer.

Satsa på ett bra träningsläger i Hedemora!

VASAHALLEN i Hedmora är en av Dalarnas förnämsta Sim- och Sporthallsanläggningar med centralt läge och inom bekvämt gångavstånd till logi på Hälla Härberge. Vi skräddarsyr läger och kurser efter Din förenings behov och önskemål.

TRÄNING:
Vasahallen erbjuder
Tillgång till bassäng, bubbelpool, solarium, motions- och styrketräningsrum, sporthallar.

LOGI:
Halla Härberge, vandrarhem
Nära Vasahallen. Idealiskt för träningsläger och kurser.
Billigt boende i fräscha, nyrustade rum. 50 bäddar.
Hälla Härberge har träningslokal med AV- utrustning.
Bastu, Solarium. Tvätt och torkrum.

MAT: Grupper kan beställa måltider på Hälla.
Övrigt: Gångavstånd till Bio och underhållning.

Hedemora Wälkommar

Information:
HEDEMORA TURISTBYRÅ
Box 201, 776 00 Hedemora.
Tel. 0225- 101 00.

TRÄNINGSLÄGER NORRA ÖLAND



Vi har en 25 meters simbassäng väl lämpad för träningsläger. Du bor på hotell eller i massförläggning 100-150 m från simhallen.
Affärer, post, bank och kondis inom 700 m. Mat, kiosk, gatukök och bangolf inom 500 m.

LÄGERARRANGÖR: HÖGBY IF

Box 92, 380 74 Löttorp
Tel. 0485/205 64

HJORTENSBERGSBADET

Simhall:
Hjortensbergsbadets simhal är det komletta familjebadet.
Här finns plats för motion, tävling, simundervisning och rekreation.
Solarier, konferenslokal och motionsrum ingår i anläggningen, liksom möjligheter att ordna med träningsläger, företagsträffar, föreningssammankomster, skolaktiviteter, rehabilitering med vattengymnastik m.m.

Tillsammans med vågbassängen, vattenrutschkanan, varmbassängen, bubbelpoolerna och motionsbassängen är Hjortensbergsbadet en förstklassig badanläggning för hela familjen.

HJORTENSBERGSBADET
Stockholmsvägen 611 90 Nyköping
Tel. förest. 0155- 489 11
utebad 489 12
kassa 489 15

FALUN Lugnet
TRÄNINGSLÄGER ?
FALUN SÅ KLART !

FRITID FALUN erbjuder LUGNET

INOMHUS

simhall 25m bassäng med 7 banor, svikt och trampolin, undervisningsbassäng, plaskbassäng, romersk bad. Sportanläggning med idrottshall, gymnastiksalar, gym, atlethall, sportskade-mottagning med massage, solarium, cafeteria med matservering.

UTOMHUS

3 bassänger: 50m bassäng med 10 banor, 25m bassäng med vattenrutchbana, plaskbassäng. Svenska Simspelen är förlagda till Lugnets tempererade utebad.

Fritid Falun

olympia SPORTSWEAR

MARKNADSFÖRES
I SVERIGE OCH
DANMARK
AV

B. BYMAN Trading ab
Box 5049 S-250 05 Helsingborg, Sweden
Telefon **042-18 29 70**

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

SVENSKA MASTERSREKORD

Hildesheimer Rose
20-30 september 1989

50 m rygg herrar	H 60-64 Karl-Otto Modin, 38.8
200 m fritt herrar	H 60-64 Karl-Otto Modin, 2.43.8

Stockholms Masters DM,
Jakobsberg 28 oktober 1989, 25 m

50 m fritt damer	H 60-64 Kerstin Gjöres, 36.1
50 m bröst herrar	B 30-34 Magnus Fältman 31.6
50 m fjäril	J 70-74 Claes-Åke Lindberg, 54.3

Åbne Kobenhavnske Masters
18 november 1989

Herrar

50 m fritt	G 55-59 Bo Amnell, 29.65
50 m bröst	C 35-39 Kent Hamberg, 33.81
50 m rygg	G 55-59 Hans Andersson, 35.98
50 m fjäril	E 45-49 Ingvar Eriksson, 30.44
100 m fritt	G 55-59 Bo Amnell, 1.05.23
	H 60-64 Karl-Otto Modin, 1.13.60
	I 70-74 Arne Jutner, 1.18.85
	J 75-79 Nils Ferm, 1.24.18
100 m rygg	G 55-59 Hans Andersson, 1.18.63
	H 60-64 Karl-Otto Modin, 1.25.60
100 m fjäril	E 45-49 Ingvar Eriksson, 1.10.70
100 m medley	G 55-59 Bo Amnell, 1.20.05

Damer

50 m bröstsim	A 25-29 Anna-Karin Andersson, 36.02
	B 30-34 Anette Olsson, 38.26
50 m fjärilsim	A 25-29 Anna-Karin Andersson, 30.58
100 m bröst	A 25-29 Anna-Karin Andersson, 1.19.04
	B 30-34 Anette Olsson, 1.21.35
100 m fjäril	A 25-29 Anna-Karin Andersson, 1.08.72

ÄVEN DEN STARKASTE IS HAR SINA SVAGA PUNKTER

- VASS
- RÄNNA
- BRYGGA
- UDDE
- BRO
- SUND
- UTLOPP
- GRUND



Svenska Livräddningssällskapet-Simfrämjandet

Simspecialisten

Paleski Sport

DIANA



8:- Stl 1-5 298:- Stl 26-32



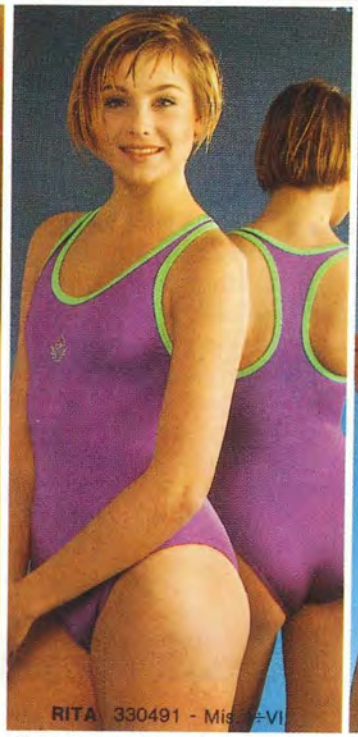


445:- Stl 0-4





98:- Stl 0-V



339:- Stl 1-6



WALTER I÷V 184:-
WALTER JR 26÷30 160:-



188:- Stl 1-6



248:- Stl 1-5

Ordersedel

Skickas till: .....

ev c/o .....

Gata/box .....

Postadress .....

Rad nr	Art. nr	Pris	Ant.	Modell	Storlekar
1					
2					
3					
4					
5					

Frankeras

Simspecialisten

Paleski Sport

TEGNERSGATAN 8

412 52 GÖTEBORG

Tel. 031-16 02 74,

Pg: 94 40 19-9

Anders krönika

Spagetti och humrar

Ät inte spagetti och köttfärssås när du är Montreal, Kanada. Det gjorde jag. Så gick det som det gick. Jag blev magsjuk och kunde inte göra mitt bästa vid världscupen i Orlando i Florida. Men i Montrealpremiären gick det bra. Före köttfärsen. Snacka om att sätta krydda på tillvaron.

Redan i försöken på morgonen kändes det fint. 3.43.77 var bara åtta tiondelar över svenska rekordet och på 100 m fritt gjorde jag 49.33. Det var knappt så jag trodde det var sant. Jag ville satsa helt på 400 m så jag strök mig på 100 m. I finalen var jag faktiskt bara 18 hundradelar från Lambertis världsbästa.

Det var kallt i Montreal. I Florida var det klart behagligare när världscupen fortsatte i Orlando. Jag kände av magsjukan och simmade inte 400 m men tyckte att både 200 m och 100 m fritt var godkänt. 100 m fritt blev en rysare och jag var faktiskt säker på segern, (liksom många andra) när Troy Dalbeys namn kom upp som vinnare på tavlan. Så är det. Det är bara att acceptera. 50.84 var jag i alla fall nöjd med vid den här tiden på året.

Efter Orlando flög vi hem och jag hann med att fira jul i Motala. Dessutom blev det några träningspass. Det var skönt. Att resa runt i världen är inte min bästa gren men nödvändigt om man vill vara med i toppen.

Motala var grått, småruggit och nollgradigt över julen så på ett sätt var det trevligt att ge sig i väg till Australien som på andra sidan jordklotet har sommar när vi har vinter. Vi mellanlandade i Bangkok och det kändes som att gå rakt in i ett våtvarmt omslag, så fuktigt och varmt var det. Vi övernattade där och hann med några timmar på stan. Det var ingen höjdarupplevelse. Sedan gav vi oss iväg till Perth, som skall arrangera VM i januari 1991.

Jag har varit i Australien förut, i Sydney, men Perth var klart bättre. Vi firade Nyår i Perth. En annorlunda upplevelse. Ingen vinter och ingen snö. Det var 25 grader varmt på kvällen och mycket folk ute på gatorna. En del smällare och raketer hördes också. Det var riktigt trevligt och folk firade rejält men snyggt. Liksom vi. Vi åt middag tillsammans, simmare och tränare och sedan började vi träna.

Det var varmt i Perth. VM-anläggningen var inte riktigt klar så tävlingarna gick inomhus i Perth Super Drome. En jätteanläggning. Hur konstigt det än låter så hinner vi inte med så mycket mer än simma, äta och sova när vi är ute. Därför är det viktigt att bo bra. Det gjorde vi i Perth.

När jag kommer upp på rummet på ett hotell första gången gör jag alltid först en riktig soundcheck. Ljudet måste vara bra. Jag brukar bo ihop med Jocke och soundchecken går till så att Jocke bär runt de små högtalarna till CD-spelaren tills ljudet är perfekt från mitt ställe i sängen. Sedan låter vi de ljuva, mjuka tonerna från Mötley Crue, Alice Cooper eller Aerosmith strömma mot oss. Det är den musik som de som inte begriper sig på kallar för hårdrock. Så kan vi leva där några dagar.

För-VM i Perth gick mycket bra. För de flesta av oss. Det enda tråkiga var att jag inte fick möta Lamberti. Det hade jag sett fram emot. Han strök sig på allt utom 100 m fjäril och så simmade han första sträckan i deras lag som fick storstryk när vi vann. Men det är hans problem.

Jag vann 100 m, 200 m och 400 m fritt och så var jag med i laget som vann 4x100 m fritt. Jag tror det är nyttigt att känna på en så pass avlägsen plats som Perth med omställningar i tid och klimat inför ett VM. Men det var varmt. Drygt 30 grader på dagarna och solen tog styggt. Därför var det bra att tävlingarna gick inomhus.

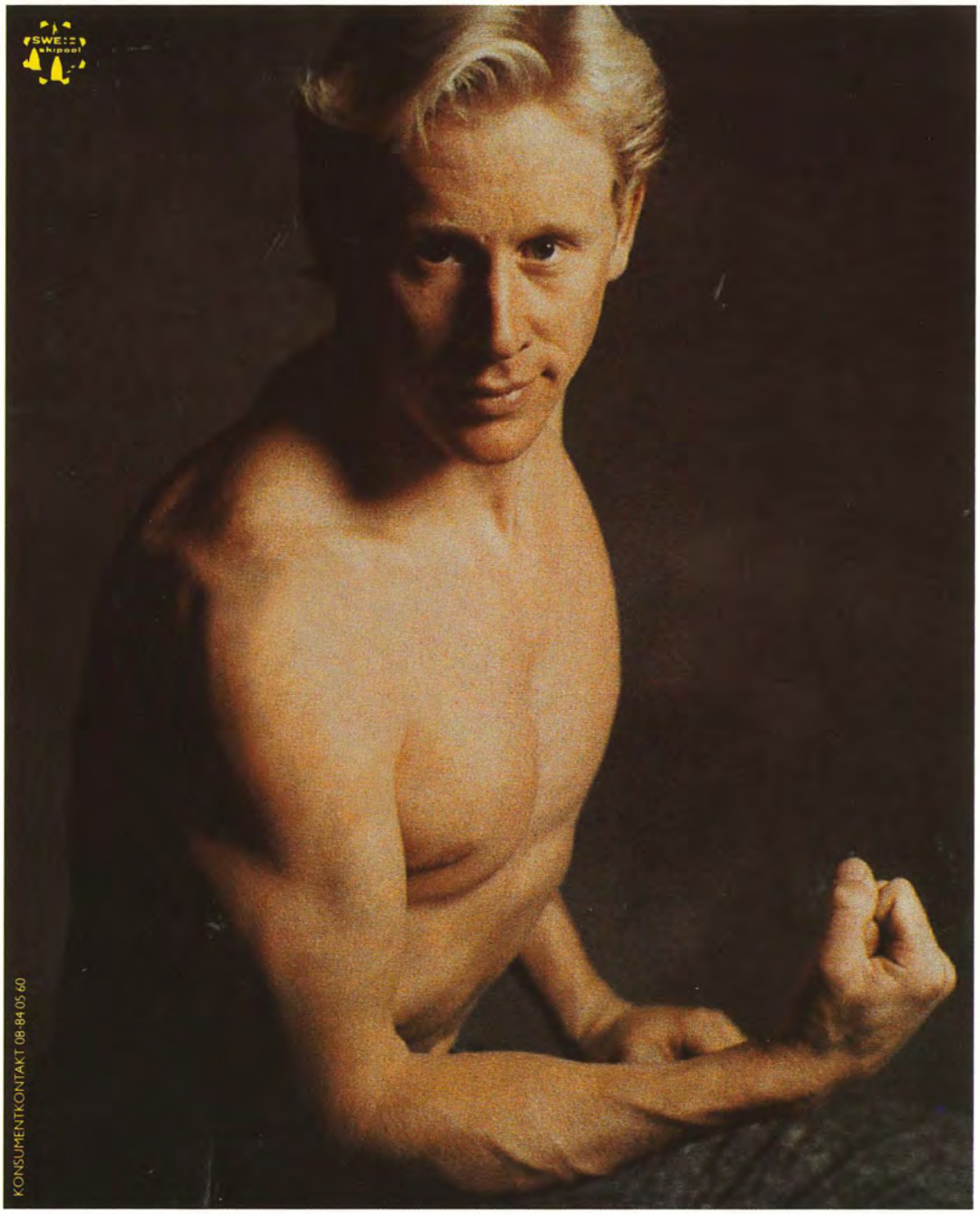
Vi hade en dag ledigt innan vi flög hem. Då provade vi Scarborough beach vid Indiska Oceanen. Där var fint men de som inte passade sig för solen såg snart ut som röda humrar. Vi hade några med oss hem, ja inga humrar alltså utan simmare som såg ut som humrar. Det gjorde ont, även om jag inte brände mig själv, att se de andra.

Hemma väntade den gråa vintern och ett par veckors hårdträning. Två pass om dagen med jobb emellan. Första helgen i februari fortsatte världscupen i Paris och Bonn. I Bonn kanske jag fick möta Lamberti men det spelar ingen roll för mig om han inte ställer upp. Det är hans problem. (Detta skrivs i mitten av januari).

Nu väntar Göteborg. Det skall bli kul att få simma i Valhalla igen med ett helt landslag. Efter Göteborg börjar träningen på allvar. Då skall jag också sätta igång med ordentlig styrketräning. Jag vill vara stark till SM i sommar för sedan skall vi ha en rekordgala i Landskrona och det kunde väl sitta fint med ett rekord lagom före Europacupen i Rom i augusti. Vi får se. Det gäller som sagt att träna ordentligt. Det hoppas jag att du också gör. Vi hörs hälsar



Ge Gröten En Kvart Om Dagen.



Gröt ger ork.
Ork ger styrka.
Styrka ger energi.
Energi ger lust.
Lust ger vilja.
Vilja ger framgång.
Ät gröt.



Kraften Kommer Från Naturen.

FINSTILT OM GRÖT: BÖRJAR DU DAGEN MED EN GOD OCH NÄRANDE TALLRIK GRÖT, EN SMÖRGÅS, ETT GLAS JUICE ELLER EN FRUKT, FÅR KROPPEN ALL DEN NÄRING OCH ENERGI DEN KRÄVER FÖR ATT DU SKA KUNNA GE ALLT, BÅDE MED KROPPEN OCH HUVUDET, ÄNDA FRAM TILL LUNCH. DET HÄR BEROR PÅ ATT EN REJÄL FRUKOST MED FIBERRIKA SPANNMÅLSPRODUKTER, SOM T EX HAVREGRYN, TILLSAMMANS MED MJÖLK GER EN BETYDLIGT LÄNGRE MÄTTNADSKÄNSLA. MAGEN FÅR ARBETA MER OCH LÄNGRE, SAMTIDIGT SOM DET FENOMENET UPPSTÅR, ATT ALL ENERGI INTE UTNYTTJAS SAMTIDIGT. KROPPEN LAGRAR HELT ENKELT UPP ENERGI SOM RÄCKER FLERA TIMMAR. DESSUTOM FÅR DU RÄTT SORTS KOLHYDRATER, PROTEIN, B-VITAMINER OCH MINERALÄMNEN, SÄRSKILT JÄRN, SOM BIDRAR TILL KROPPENS UPPBYGGNAD OCH VÄLBEFINNANDE.


"DET FUNKTIONELLA ÄR DET VACKRA"
arena
adidas – Sarragan Svenska AB Tél. 08/709 37 0