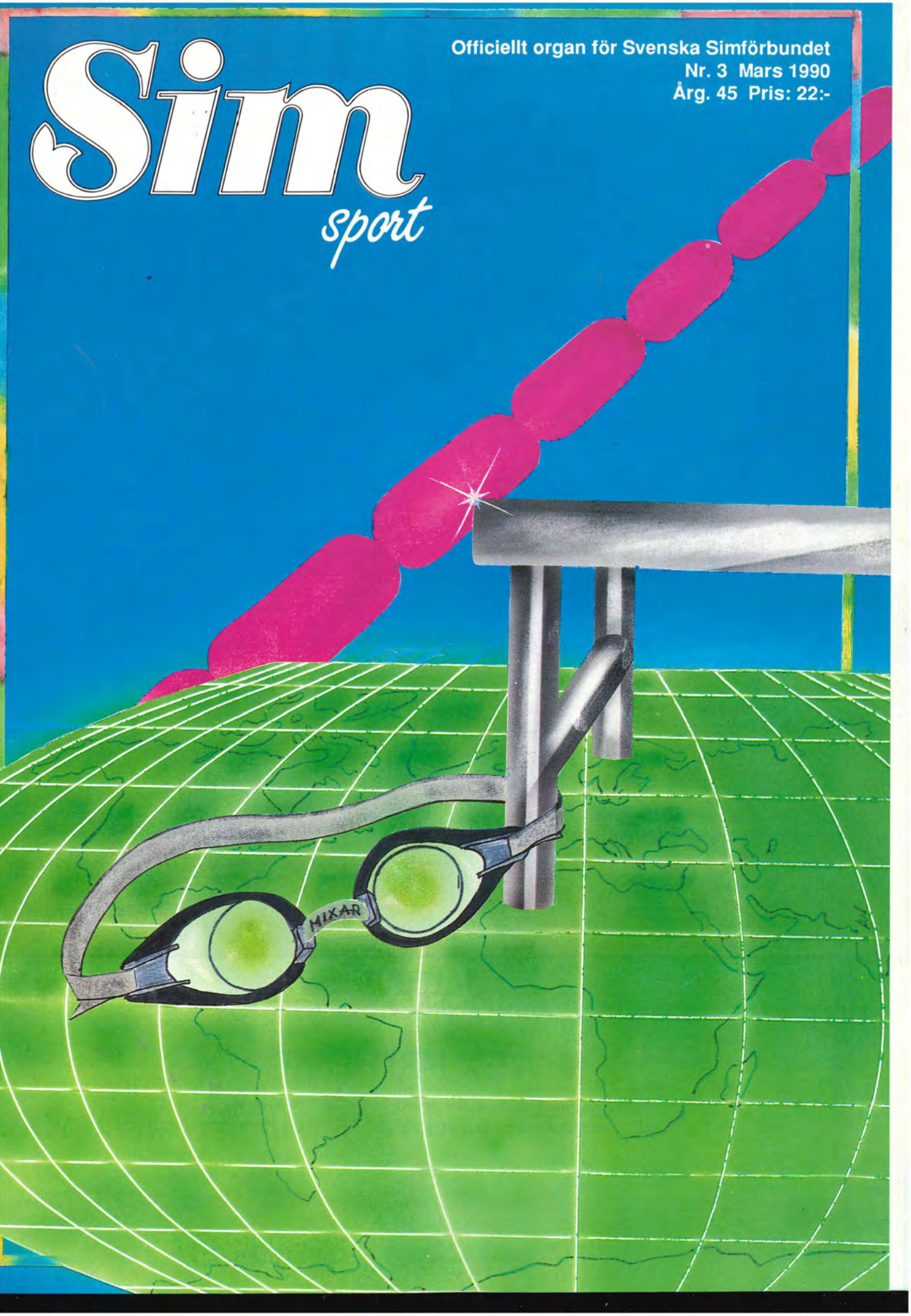
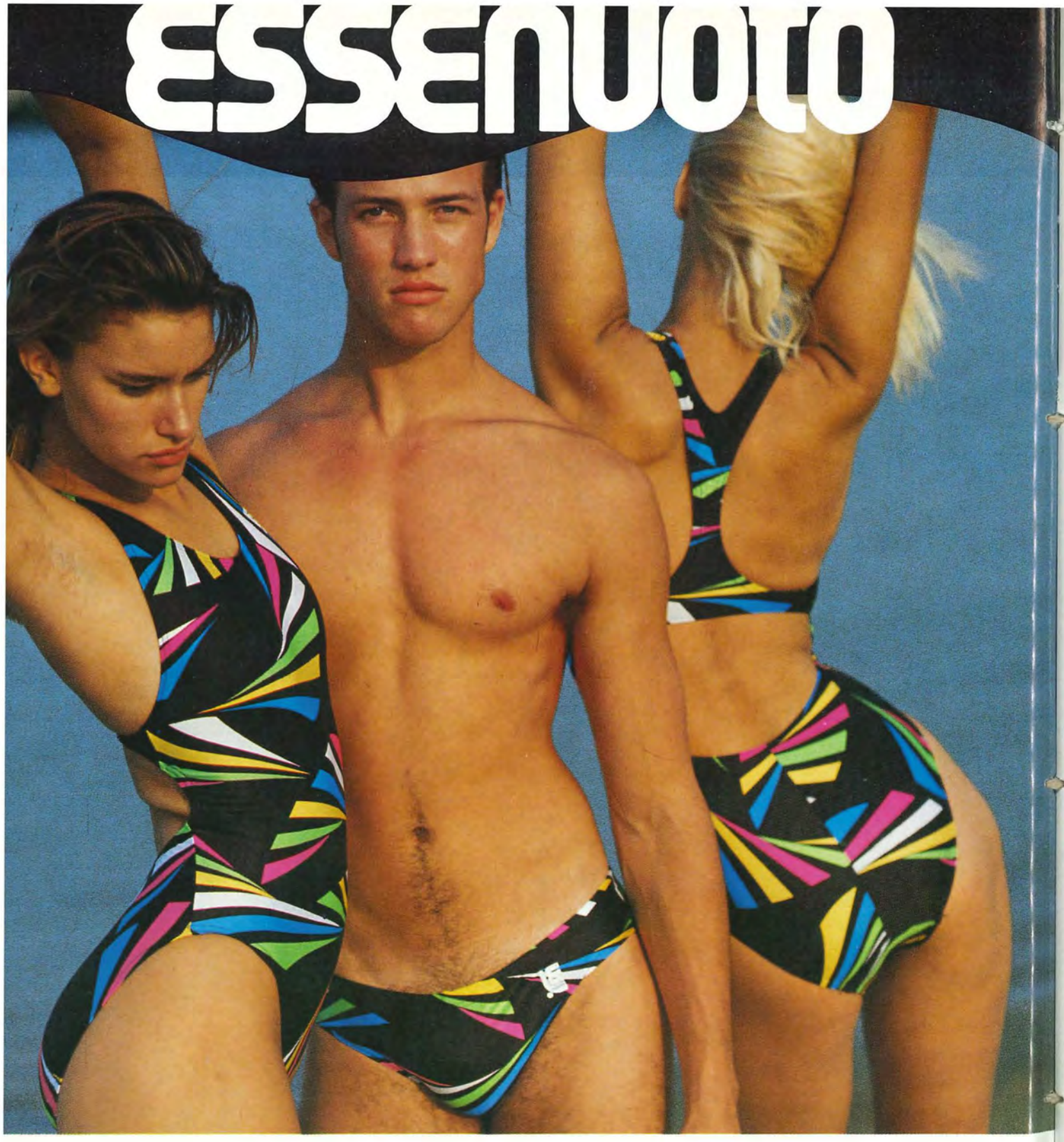
Sim sport

Officiellt organ för Svenska Simförbundet
Nr. 3 Mars 1990
Årg. 45 Pris: 22:-





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 då för mer information.

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

Sverige i världen.

I nästan ett år var jag med och planerade Swedish Open, den svenska deltävlingen i världscupen. Vi tog tillvara det vi lärde oss 1989 och förbättrade det som inte var bra. I år tycker jag det fungerade alldeles utmärkt. Kvalitén på startfältet var bättre är tidigare. Jag tycker också att allt annat var bättre.

Swedish Open är ett av svensk simnings ansikten utåt. Förutom Anders Holmertz har vi inte så många fler. Därför är det viktigt att en sådan här tävling fungerar väl. Anders klarar sig alltid på bästa sätt själv.

Jag har som styrelseledamot haft förmånen att få vara ledare för svenska simmare i utlandet. Jag vet hur väl vi tas emot. Simmarvärlden är som en stor familj. En familj som vi är medlemmar av. Därför måste vi ta vår del för att inte alldeles komma på efterkälken. Det finns större ekonomiska resurser utomlands men om vi inte "investerar" i bra egna arrangemang tappar vi dessa kontakter också.

Givetvis måste vi hålla hårt i de pengar vi har och följa en budget men missriktad snålhet gör att vi kommer på efterkälken. Vi bjöd till i Göteborg. Ingen klagade. De flesta ställde upp gratis och för mig är det självklart. Att arbeta ideellt är en förutsättning för att vår idrott skall få spridning.

Ett arrangemang av Swedish Opens storlek är ett tufft ekonomiskt åtagande. Efter två tävlingar börjar arrangemanget närma sig plus minus noll. Nästa år kan tävlingen ge en vinst till arrangörerna. Det är en tröst att veta att Valhallabadet har en av världens förnämsta 25:or, vägg-i-vägg med 50:an om nu världscupen nästa säsong skall gå på kort bana. Göteborg är en sådan fantastisk stad när det gäller all slags idrott att Swedish Open numera är en del av utbudet. Göteborgs satsning på att få VM är också ett tecken på att kommunen ställer upp. Det skall vi vara tacksamma för och använda oss av.

Det finns många sätt att visa vad vi kan göra i gengäld. Ett sätt är att hjälpa till med "flyktingfrågan". Den svenska idrottsrörelsen är en perfekt organisation för att göra en insats. Över hela landet, nästan, finns flyktingförläggningar och i varje kommun, också i Sjöbo, finns minst en simklubb. Dessa simklubbar kan mycket väl erbjuda simundervisning och föreningsliv till många flyktingar. De får då komma i kontakt med något som är bra. De får en sysselsättning, lär sig något vettigt, (att simma) och de mellanfolkliga kontakterna förbättras.

Detta fungerar i Norrköping och Finspång. NKK och Korrugal ställer gärna upp med goda råd och det finns säkert inte en kommun som inte tar emot hjälpen från simrörelsen. Det skulle i så fall vara intressant att höra vilka argument som finns för att neka dessa flyktingar tillträde till våra simföreningar.

Så ställ upp ni alla. Vi har en bra verksamhet. Den kan bli ännu bättre. Vi gör också oss själva en tjänst. Internationella kontakter på elitnivå vid Swedish Open är bra, kontakter med människorna i flyktingförläggningarna är bättre.

De senaste månaderna har murar raserats, människor blivit människor, mänskliga rättigheter mer än ett par ord. Vi har fått veta att omvärlden på många håll gått förbi oss. Att den gjort det i tävlingsbassängen kan vi reparera om Anders Holmertz får sällskap.

På andra sätt kan vi visa det vi skrutit med i många år. Vi kan visa vår medmänsklighet på internationell nivå. Gör det. Då mår vi alla bättre.

Birgit Götenstedt

INNEHÅLL: SIMSPORT 3 1990

*Officiellt 6 * Simnyheter med världscupen i Paris, Bonn, Göteborg 11 * Junior-SM 15 * Debatt 24 * Statistik 26 * Dagboken 36 * Bad -90 37 * Utmanarna 43 * Resultat 51 * Anders Holmertz krönika 58 **

Omslaget: Simvärlden har blivit bredare. 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
MERATE 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:- inom norden (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.

BADMODE MED SMIDIG PASSFORM

Klokt att välja en baddräkt med LYCRA* som nu har fyra gånger bättre resistens mot klor!

MER ÄN EN FIBER
Lycra*
BY DU PONT

Du Pont's inregistrerade varumärke dess elastanfiber

NFSA

Nordiska Simförbundet

Vid sin kongress i Finland 9 december 1989 antogs nya stadgar för NFSA. Valda delar redovisas nedan. Kompletta stadgar finns på Svenska Simförbundet.

Nordiska Simförbundet, som är ett samarbetsorgan mellan de nordiska ländernas simförbund, har som mål att representera en gemensam hållning i internationella frågor samt genom en gemensam insats stärka simidrotten i Norden.

Kongressen är förbundets högsta organ och varje land har tre röster vid kongressens sammanträden som sker vart fjärde år.

Styrelsen består av en representant från vart och ett av medlemsländerna samt av en president. Varje land har rätt att ändra namnet på sin representant under kongressperioden.

Presidenten väljs på fyra år i sänder och kan inte vara en av de personer som respektive medlemsland utsett till styrelsen.

Följande personer blev av respektive land utsedda att ingå i NSFA:s styrelse:

Jörn Tönnov Nielsen, Danmark
Kurt Mikkola, Finland
Jon Hestoy, Färöarna
Halldor Ragnarsson, Island
Sven Egil Folvik, Norge
Thorbjörn Falk, Sverige

Till president för tiden 1990-1993 valdes enhälligt Lars Krogh, Norge.

VÄLKOMMEN !

Marianne Wahlund har anställts som ny utbildningskonsulent på Svenska Simförbundet från och med 1 februari 1990.

Marianne kommer närmast från en kombinerad kansli- och tränartjänst hos Stockholmspolisens IF.

Hon har en gedigen simtränarerfarenhet sedan många år i bland annat Skuru IK och Stockholmspolisens IF och var med och startade SoIK Hellas damsimning på 60-talet.

Marianne har genom åren aktivt deltagit i kurser inom simidrotten.

Simsport hälsar välkommen och lycka till.

ÅRSMÖTE

Östergötlands Simförbunds årsmöte måndagen den 5 mars 1990 kl. 19.00. Plats: Simhallen, Linköping. Separat kallelse till berörda föreningar.

MASTERSREGEL

På förekommen anledning får Regelkommittén påminna om Regel 902, registrering av Mastersimmare, som innehåller en bestämmelse om att alla som önskar delta i Masterstävlingar måste vara registrerade hos SSF.

Regeln överensstämmer med internationella regler om registrering av Mastersimmare. För att vara startberättigad i Masterstävlingar måste sålunda Mastersimmare kunna uppvisa registreringskort, som är försett med kodnummer. Arrangerande förening bör lämpligen använda Masterskoden i start- och resultatlistor.

Simförbundet har bestämt en registreringsavgift av 200 kronor fr.o.m. 1989-05-01 för registrering som Mastersimmare. Detta är en engångsavgift. Registreringskort utfärdas inte, förrän registreringsavgiften inbetalats. Det åligger arrangör att kontrollera, att alla som anmäler sig till Masterstävling är registrerade.

Enligt Regel 902 andra stycket behåller en simmare, som registrerar sig som Masters i simidrott ändå sin oinskränkta rätt att tävla i vanliga simtävlingar.

Regelkommittén

Här kommer resultaten från dragningen RÖKFRITT LAG den 15 december.

1:a pris - Träningsläger för hela laget.
Hulåns IF, fotboll, Dala-Järna
2:a pris - Träningsoveråller till hela laget.
Pistolskytteklubben Pricken, Dala-Järna
3-5:e pris - Sweatshirt till hela laget.
Borgund IK, fotboll P-16, Skövde
Töreboda Cykelklubb, Älgarås
Lycksele Handikapp IF, curling, Lycksele
6-10:e pris - T-shirt till hela laget.
Leksands OK, orientering D 16, Leksand
Tabergsdalens Tennisklubb, tävl.sek. Norrahammar
Falu Simsällskap, B-grupp F, Falun
Bråtens IK U-sek F-76, Karlskoga
Valhalla LHC, Landhockey, Göteborg

GRATTIS Falu Simsällskap önskar Simförbundet !

Eftersom DF:en har upplevt tids- och resursbrist har värvarnas arbete inte fungerat tillfredsställande så ledningsgruppen beslöt att avblåsa kampanjen vid sitt senaste möte. Det blir alltså inte någon utlottning i juni 1990.

En Rökfri Generation lovar dock att de kommer att synas även i framtiden.

Simsport, statistik och resultatlistor.

I detta nummer av Simsport presenteras statistik över Sum-Sim 1989. Den har gjorts av Simsports medarbetare Mikael Björklund i Perstorp, Skåne. Till sin hjälp har han haft resultatlistor från de flesta arrangörerna. Meningen är att Simsport fortlöpande skall publicera statistik för sina läsare. Statistiken är exklusiv för Simsport och finns bara där. Att kunna följa utvecklingen på simsidan med hjälp av statistik är något som efterlysts av många. Nu är vi på väg.

För att få fram denna statistik så snabbt som möjligt för publicering i Simsport är det viktigt att vi får resultatlistor till redaktionen. Många klubbar, alla åtta, skickar automatiskt, men alldeles för många arrangörer vill ha statistik utan att vi får en chans att ta med resultaten från just deras tävling.

Det kanske inte var så självklart som vi trodde att vi måste få reda på resultaten för att kunna jämföra dem så därför ber vi nu ALLA arrangörer av sanktionerade tävlingar i Sverige, från SM till Knattecupen i Flatehult. att skicka resultatlistan per omgående, till Simsports redaktion. De klubbar som tävlar utomlands, utanför landslaget, får gärna skicka en lista från den tävlingen.

När så listan kommer till redaktionen för vidare bearbetning börjar de riktigt allvarliga problemen. **Så här säger vår medarbetare, Mikael Björklund:**

Jag gör på uppdrag av Simsport statistik av olika sorter, rankinglistor och sammanställningar av olika resultat. När man gör detta arbete bläddrar man igenom en hel del resultatlistor. Många av dessa listor är bra och lättlästa, men en alltför stor del är mycket dåliga. De går tvärt emot de anvisningar som Simförbundet gett ut och som står bl a i Simkalendern.

Bland de fel som finns är det vanligaste att det inte finns några kodnummer utsatta. Till exempel fick jag resultatlistan från Göteborgs-DM med en hel del SM-kvalificerade simmare och inte ett enda kodnummer var utsatt. Detta är dock inte den enda lista som saknar kodnummer. Det finns flera.

När det gäller kodnummer finns det många klubbar som slarvar med att registrera sina simmare och att skriva ut kodnumren

på startkort eller anmälningslistor. Jag gick igenom och gjorde en sammanställning av alla resultat från Sum-sim Riks och Region för Simsport och där var flera klubbar som genomgående inte hade några kodnummer på sina simmare, fastän dessa låg långt under stipulationstiderna. Många av dessa simmare känner jag till sedan länge och vet att de har klarat tiderna för länge sedan.

Ett annat stort fel är klubbnamnen. Det är konstiga förkortningar hit och dit. Jag fick bl a två listor från olika regioner i Sum-Sim där det i båda stod klubbnamnet Sandvik och då frågade jag mig vilken klubb som är vilken. Jag lyckades till sist lista ut att den ena var Sandviks IK och att den andra var Sandvikens SoHK. Detta skall inte behöva förekomma utan man skall kunna se direkt vilken klubb respektive simmare tillhör utan att behöva gissa sig till det. Det förekommer också listor med värre förkortningar där man absolut inte vet vad det är för några klubbar. Förkortningar som KSS, BSS, USS osv vilket kan vara flera olika klubbar.

Det förekommer också numera resultatlistor med en massa mellantider. För att få plats med alla dessa tider blir det ofta klubbnamnet som inte får ordentligt med utrymme utan kortas ned.

Ett exempel på detta är resultatlistan från Sum-sim Riks. I vissa listor finns det dessutom så många tider att man ibland inte vet vilken som är sluttiden.

Jag skulle vilja att Simförbundet går ut till alla klubbar i Sverige och talar om hur en resultatlista skall se ut, inte rekommenderar, utan talar om att så här skall den se ut. Då skall denna lista innehålla placering, simmarens namn, kodnummer, födelseår, fullständigt klubbnamn och sluttid. Mellantider skall tillåtas endast för 800 m i ett 1500 m lopp och i lagkapper.

Följs inte detta tycker jag att tävlingar med felaktiga resultatlistor skall mista sina sanktioner och tiderna blir inte officiella.

Jag skickar med ett utdrag ur en lista som visar hur vi i vår klubb skriver en resultatlista och hur jag tycker att den skall se ut. Att våra simmare står med fet stil är en service som vi ger till varje klubb som får en resultatlista. De får alltså sina simmare skrivna med fet stil, så att de lättare skall kunna hitta dem.

Jag hoppas att Simförbundet tar tag i detta problem, så att det händer något och att vi får lättlästa resultatlistor i hela Sverige.

Mikael Björklund

Tävlingsprogram på data

Nu måste något göras. Djungeln blir djupare och djupare för varje dag. Simmarsverige måste bestämma sig för ett enhetligt system när det gäller anmälningar och resultatlistor.

Idag, när till stor del inga startkort används, anmäler klubbarna på anmälningslistor. Dessa är inte standardiserade utan skiftar från arrangör till arrangör. Ibland skall alla herrar stå först, ibland i grenordning, ibland i simsättsordning o.s.v. Detta är oacceptabelt. Vi måste få en standard på detta oavsett vilket datorprogram respektive klubb har.

På rikssimmartinget i Örebro 1987 beslöt Simförbundet att rekommendera vissa program. Vi vet att det ute i klubbarna finns många duktiga och datorkunniga människor som anser sig kunna göra dessa program till klubben gratis eller billigare än de program som finns. Detta måste vi acceptera och vi skall inte heller stoppa det, men anmälningsförfarandet måste vi standardisera, annars kommer klubbarna inte att ha någon nytta av sina program mer än till intern statistik.

Med en anmälningslista som alltid ser likadan ut kan man göra ett dataprogram för utskrift av anmälningsblankett. Som det ser ut nu får man göra ett nytt för varje tävlingsarrangör.

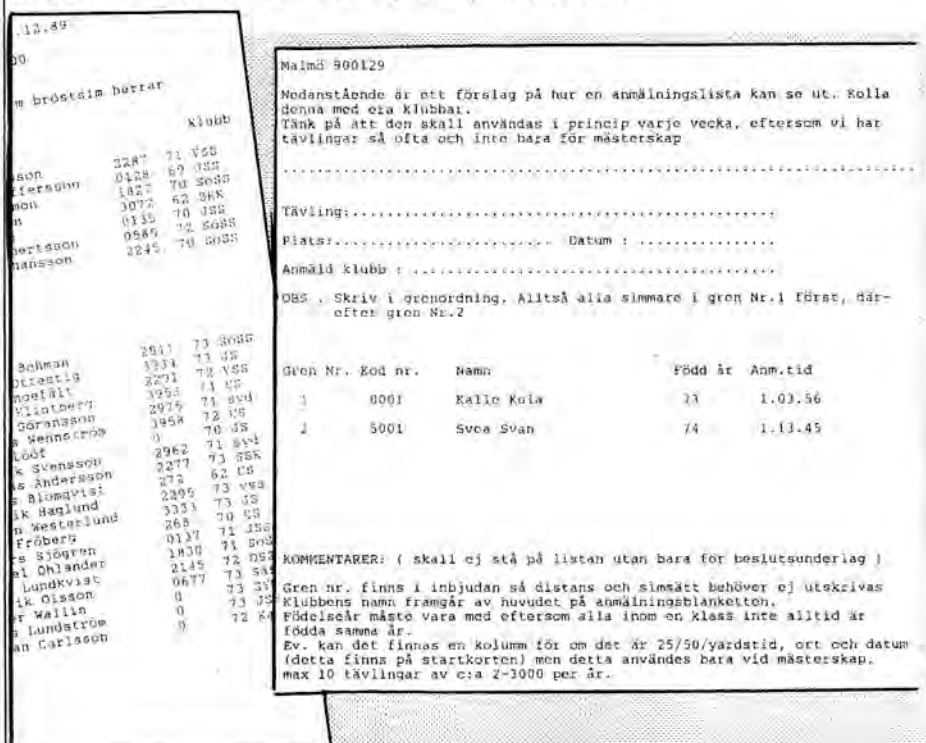
Ovanstående har inget att göra med om man föredrar den ena eller det andra dataprogrammet. Det behövs ej heller några utredningar utan bara vanligt sunt förnuft. Här nedan syns mitt förslag till en lista, som även är lätt att använda som koll för arrangören.

Det andra stora problemet är resultatlistorna. För en tid sedan fick jag syn på en resultatlista från Västerås. Den visas här nedan. Jag fick också veta att detta var ett program från IC Control, som förordas från Svenska Simförbundet.

När vi nu efter många år äntligen lärt klubbarna att inte använda förkortningar på klubbnamnen, skall vi inte i dataåldern acceptera detta på grund av så kallade utrymmesskäl i dataprogrammet. Datan får INTE styra vår sport. Den skall vara ett redskap. Detta gäller också kodnummer. Om inget kodnummer finns skall fältet vara blankt. Vi kan inte ha 1000 simmare med nummer 0. Likaså skall maskinen skriva ut kodnummer mindre än 1000 rätt och inte som på den lista som här visas. Finns det inga 50 meterstider så skall fältet vara blankt både i huvudet och på listraden.

Jag tittade även på en del andra punkter i detta program och förstår att det tydligen inte är så viktigt att vår sport kommer till sin rätt.

Paul Alfons



Malmö 900129

Nedanstående är ett förslag på hur en anmälningslista kan se ut. Kolla denna med era klubbar.
Tänk på att den skall användas i princip varje vecka, eftersom vi har tävlingar så ofta och inte bara för mästerskap

Tävling:.....

Plats:..... Datum : .....

Anmäld klubb : .....

OBS . Skriv i grenordning, Alltså alla simmare i gren Nr.1 först, därefter gren Nr.2

Gren Nr.	Kod nr.	Namn	Född år	Anm.tid
1	0001	Kalle Kula	23	1.03.56
1	5001	Sven Svan	74	1.13.45

KOMMENTARER: (skall ej stå på listan utan bara för beslutsunderlag)

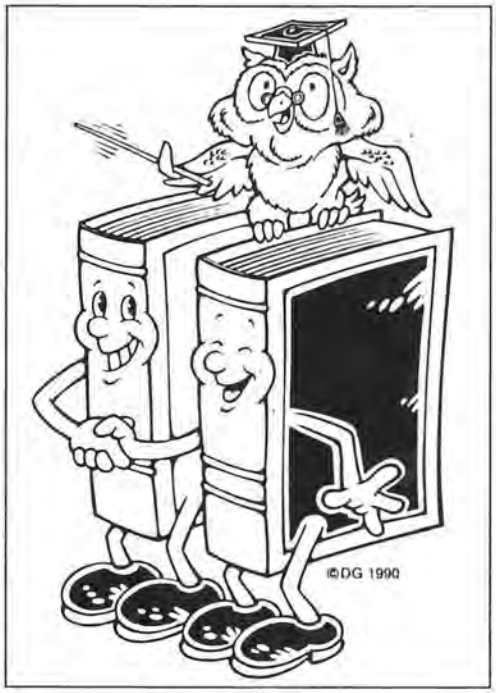
Gren nr. finns i inbjudan så distans och simsätt behöver ej utskrivas
Klubbens namn framgår av huvudet på anmälningsblanketten.
Födelseår måste vara med eftersom alla inom en klass inte alltid är födda samma år.
Ev. kan det finnas en kolumn för om det är 25/50/yardstid, ort och datum (detta finns på startkorten) men detta användes bara vid mästerskap.
max 10 tävlingar av c:a 2-3000 per år.


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

Att sänka en idé

Tänk att regering och finansminister tog så illa vid sig efter förra Journalen att de avgick. Det var liksom inte avsikten. När detta läses är de säkert tillbaka igen. På ett eller annat sätt och med en ny finansminister som fortsätter fogdarnas sätt att ta från de fattiga, i det här fallet särskilt idrotten.

Så något helt annat och allvarligare. Simuniversitetet skall läggas ner. Det som skapades 1985 för att erbjuda de bästa simmarna ett alternativ till USA fick leva i fem år. Från början var kanske kvalitén hos de aktiva inte så hög men förra säsongen, 88-89, hade 9 av de 13 olika landslagsuppdrag. Då utexaminerades också den första simuniversitetseleven med bra betyg samtidigt som hon höll godkänd landslagsklass. Nu är det slut.



De storslagna universitetsplanerna föddes då åtskilliga simmare flyttade till USA för att kunna kombinera studier med simträning. För många var USA enda chansen att kunna fortsätta med simningen. Svensk simning har åtskilligt att tacka USA för. Men då USA inte passade alla skapades Simuniversitetet i Uppsala.

Eleverna fick hjälp med mat och husrum, samtidigt som de kunde träna och studera, mer eller mindre på heltid. Satsningen kostade givetvis Simförbundet stora pengar, cirka en halv miljon varje år de senaste åren, men när idén väcktes utlovades från ansvarigt håll också att denna kostnad skulle täckas med sponsormedel. Så blev det inte. Nu finns inga pengar kvar.

Varje elev har kostat drygt 35.000 kronor per läsår. Man måste också fråga sig om denna investering gett önskat resultat. I några fall ja men i de flesta nej. Kraven har kanske varit för låga. Det viktigaste har dock inte varit hur mycket bättre simmarna blivit utan i stället att många fått en chans att fortsätta simma. Svensk simning borde haft råd med detta. Fem år är en för kort tid med tanke på att de första läsåren innehöll mycket av en experimentverksamhet. Så länge de bästa simmarna i respektive grenar fanns på Simuniversitetet, som de senaste läsåren, tycker jag att en fortsatt satsning varit motiverad. De yngre, på högstadie och i gymnasium, har också sett Simuniversitetet som ett hägrande mål. Detta har varit extra viktigt för flickorna då ytterst få, om ens någon svensk simmerska, lyckats i USA.

Simuniversitetet har inte bara varit en fråga om att bli bättre som simmare. Det har också varit en fråga om att studera vidare och få en utbildning. Det har ju länge hävdats att simmarna som varit i USA har fått en utbildning gratis, värderad till mer än en halv miljon. I några fall har detta också stämt. Nu fanns chansen också i Uppsala. Med de förutsättningar som simmarna haft vid Simuniversitetet har detta också varit möjligt även om simningen för de flesta kommit i första hand. Ett samhälle som sätter högskolestudier långt ner på listan över prioriteringar, det är ekonomiskt fördelaktigare att få en av facket godkänd hög lön som 18-årig golvläggare eller telekabelnedgrävare, än att studera vidare, gör det inte heller lättare att försvara ett Simuniversitet. Därifrån fanns ingen hjälp att hämta.

Fastän Simförbundet fortfarande försöker lösa finansieringen så att Simuniversitetet kan fortsätta sin verksamhet även läsåret 1990-1991 kvarstår ändå fakta att förbundet lyfter sin hand från verksamheten i och med vårterminens slut. Samtidigt satsar Skåne för fullt på sitt eget Simuniversitet. Kvar i Uppsala finns nu en handfull simmare som parallellt med sina studier och träning skall ställa om sig till en ny fortsättning. Redan i januari försvann några till USA. Samtidigt är den ansvarige tränaren vid Simuniversitetet uppsagd.

Det är givetvis omöjligt att driva en verksamhet som kostar pengar utan pengar. Guldet och de gröna skogarna som utlovades för fem år sedan fanns aldrig. Svensk simning har blivit ett föredöme fattigare.

Ambitionen fanns där. Att skapa ett alternativ till USA. Men Simförbundet klarade inte finansieringen, simmarna utvecklades inte tillräckligt i de flesta fall och studierna gick på knapp halvfart. Det storslagna idén för fem år sedan faller nu platt till marken. Det är inte ens fel att det gick snett. Men nog kunde något gjorts för att fortsätta idén. Sverige borde haft råd.

Lars-Åke Lindqvist

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:-
Kalarini	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 Malmö
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

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 !**

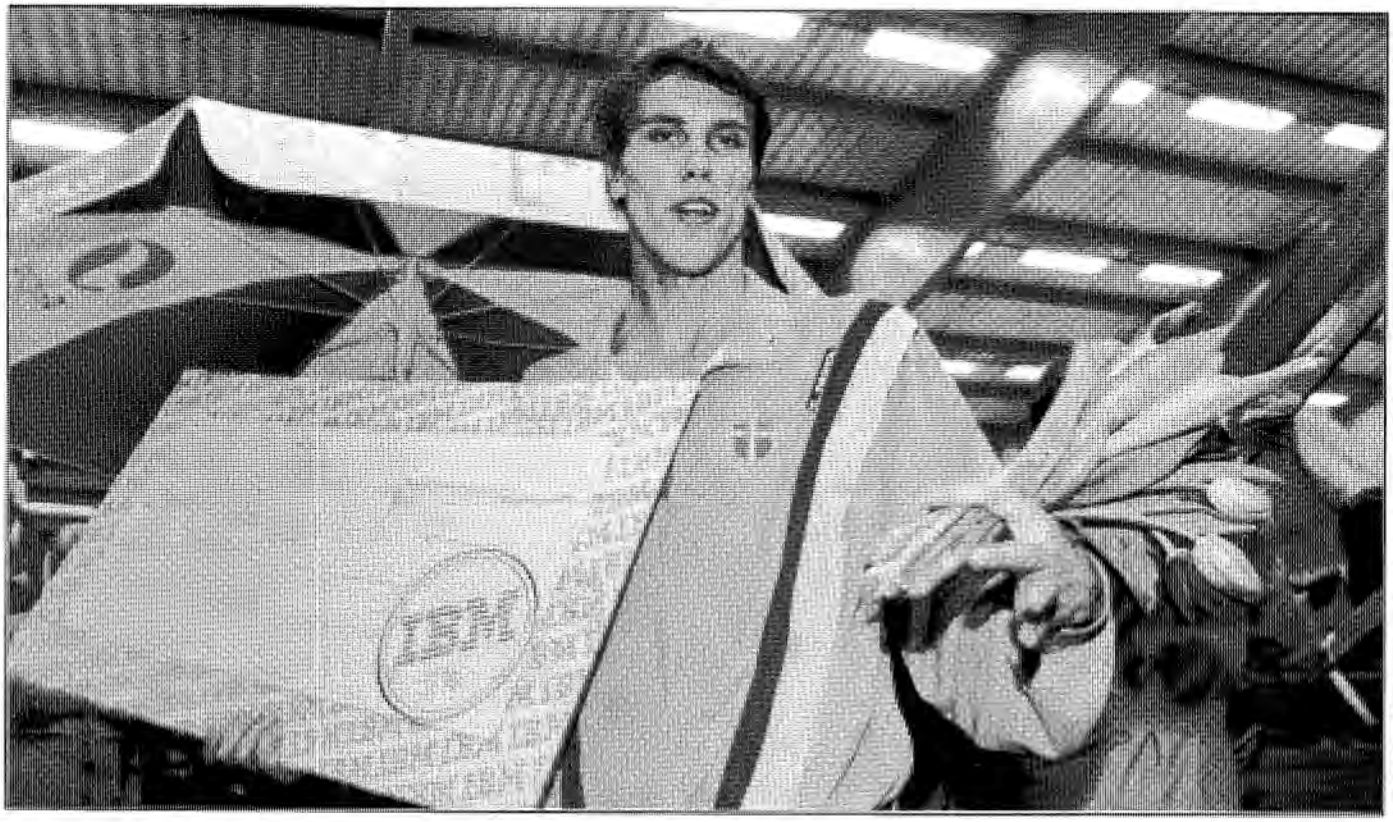
Detta förmånliga paket kostar 190:-/ person och dag
Kontakta Ronneby Turistbyrå 0457/ 176 50 och säg att Ni vill boka
Bo- Äta- Sova- Båt- Paketet för träningsläger

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

VÄLKOMMEN !!

Världscupen 3, Paris

Rekord av Holmertz



Anders Holmertz. Foto: Jorma Valkonen, Bildservice.

Anders Holmertz fortsätter att imponera. När simmarnas världscup fortsatte i Paris första helgen i februari förbättrade han sitt gamla svenska rekord på 200 m fritt. 1.44.98 lyder den nya noteringen på och är en förbättring med fem hundradelar. Anders var ohotad under hela loppet och tvåan Roberto Gleria, Italien, var nästan tre sekunder bakom. Den riktigt stora knallen i loppet svarade Finlands 16-årige Anti Kasvio för när han blev trea på 1.47.85.

Anders berättade efteråt att han hade haft rekord i tankarna men att han samtidigt ville testa formen efter de senaste månadernas mycket hårda träning. Därför öppnade han de första längderna mycket snabbt. 25 meter simmade han på 24.32 och han vände efter halva loppet på 50.42. Det var världsrekordfart. Den rasande öppningen straffade sig på slutet.

- Jo men nu vet jag hur jag skall simma i Bonn om en vecka och då sitter världsrekordet löst. Där blir det också något tuffare motstånd, sa en trött men nöjd Anders Holmertz som nu gick upp i topp i världscupen.På 100 m fritt inträffade det unika att tre man kom i mål på exakt samma hundradel. Anders Holmertz, Matt Biondi, USA och Bruno Gutzeit, Frankrike, fick alla 49.31. Det har aldrig hänt tidigare. Prestationen svarade Anders Holmertz för då han bara 20 minuter tidigare simmat i mål på 400 m fritt med nytt världsbästa, 3.40.81, Svensk simnings första världsrekord sedan 1980, (Pär Arvidsson).

I rena glädjeruset fortsatte han nu på 100 m i det starka startfältet med nästan bara världs-, OS och Europamästare. Förklaringen till Anders Holmertz utmärkta tid på 100 m är att han simmade 400 m så förståndigt och jämnt att det kostade onormalt lite. Hans hårda träning gav resultat och han hade krafter kvar till ännu en urladdning.

- Jag kände när jag gled ut på första längderna på 400 m fritt att det gick bra och då ökade jag farten. Det tog aldrig emot någon gång och jag var inte riktigt trött efteråt. Världsrekordet kändes som en betalning efter all styrketräning i vinter. Sedan badade jag i 20 minuter innan 100 m fritt startade, bytte om och dök i. Det var fantastiskt att vi kunde komma i mål tre man på samma hundradel. Placeringen är jag mycket nöjd med och tiden är bara 33 hundradelar från mitt personbästa. Nu skall det bli kul att simma i Bonn nästa helg. Då tror jag att 200 m skall gå bra för jag känner mig allt snabbare för varje

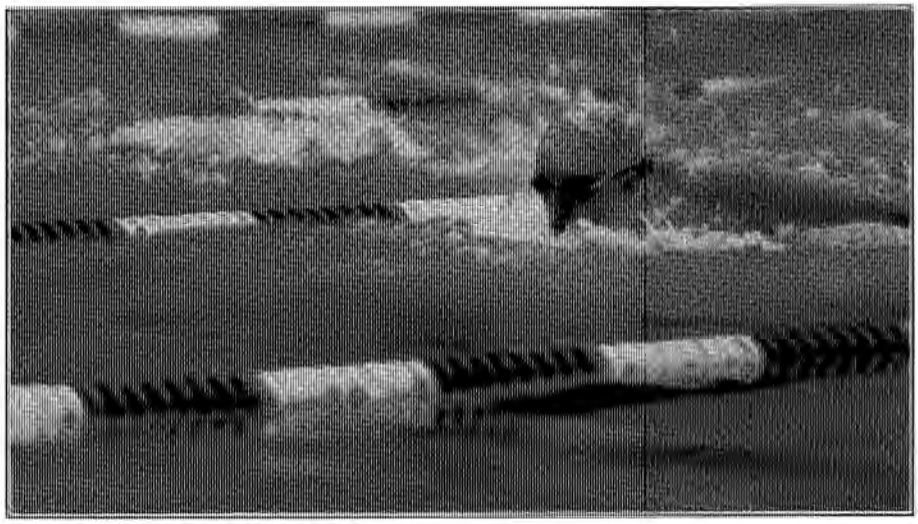
Anders Holmertz nöjde sig inte med rekordet på 200 m fritt. När världscupsimningarna fortsatte på söndagen gjorde han sitt eget lopp på 400 m. Från start till mål var han helt ohotad och vann med nya världsbästatiden, 3.40.81. (Världsrekord räknas inte av internationella förbundet i 25-metersbassäng) Den nya rekordtiden är 93 hundradelar bättre än italienaren Georgio Lambertis rekord från Bonn för ett år sedan. Tvåan i loppet, Turlough O'Hare, Kanada, var nästan sju sekunder bakom, 3.47.56.



Dmitri Volkov, Sovjetunionen.

Världscupen 5, Bonn

Det blev något av en antiklimax när simmarnas världscup fortsatte i Bonn. Världsrekordförsöket på 800 m fritt blev blott ett försök. Anders Holmertz slutade som 18:e man. Östtysken Jörg Hoffmann vann på 7.40.24 bara en och en halv sekund över Michael Gross världsbästa från 1985. Stefan Pfeiffer, Västtyskland, var med till de sista meterna och slutade tvåa sex tiondelar bakom.



Anna Lindberg. Foto: Bildservice.

Det blev samma bittra slut för västtysken som vid EM i augusti förra året då de båda låg sida vid sida i 1480 meter på 1500 m fritt. Den fjärde intressenten som skulle matcha rekordförsöket, Australiens Glen Houseman, var också trött i Bonn och slutade nia, 7.57.

Anders Holmertz simmade jämnt med täten upp till 450 meter. Sedan tyckte han det gick för fort och gav mer eller mindre upp. I stället satsader han på specialdistanserna 400 m fritt och 200 m fritt.

De svenska herrlagen satte två nya svenska rekord. Joakim Holmqvist, Göran Titus, Lars-Ove Jansson och Tommy Werner blev tvåa på 4x50 m fritt med 1.30.22, en förbättring av rekordet med tre sekunder. Tommy Werner avslutade på 22.27.

Medleylaget Göran Sköld, Jan Stensson, Christer Wallin och Göran Titus blev femma med svenska rekordtiden 1.41.67. Där avslutade Titus frisimmet med 22.22.

De svenska damerna satte också ett par svenska rekord. I medleylagkappen blev Johanna Larsson, Anna-Karin Persson, Anna Lindberg och Helena Åberg fyra med rekordtiden 1.56.79, en dryg sekund bakom segrande Holland. Johanna Larsson, som simmade förstasträckan, blev rekordhållerska med sina 30.82, en förbättring med en tiondel av Maria Olssons tre veckor gamla rekord.

Norskan Irene Dalby såg till så att Ann Linders sex år gamla nordiska rekord på 800 m fritt från Bonn, ströks ur rekordlistorna när hon blev tvåa med 8.27.89. Irene gav Östtysklands Astrid Strauss en hård match ända in mål men fick ge sig strax före mål. Strauss vann med 62 hundradelar.

Anders hämtade sig snabbt från missen på 800 m fritt. På halva distansen tog han kommandot från start och ledde vid 200 m. Hans 1.49.84 var bara 8 hundradelar över mellantiden från Paris en vecka tidigare.

Konkurrenterna närmade sig snabbt och vid 300 m var västtysken Stefan Pfeiffer uppe jämsides. Två längder senare var han förbi. Anders kom dock starkt mot slutet och de båda pressade varandra in i mål på nya världstider. Stefan Pfeiffer vann, 3.41.64, 48 hundradelar före Anders, 3.42.12. Det är den andra och tredje snabbaste tiden i världen. Bara Holmertz världsbästa för en vecka sedan. 3.40.81, är bättre.

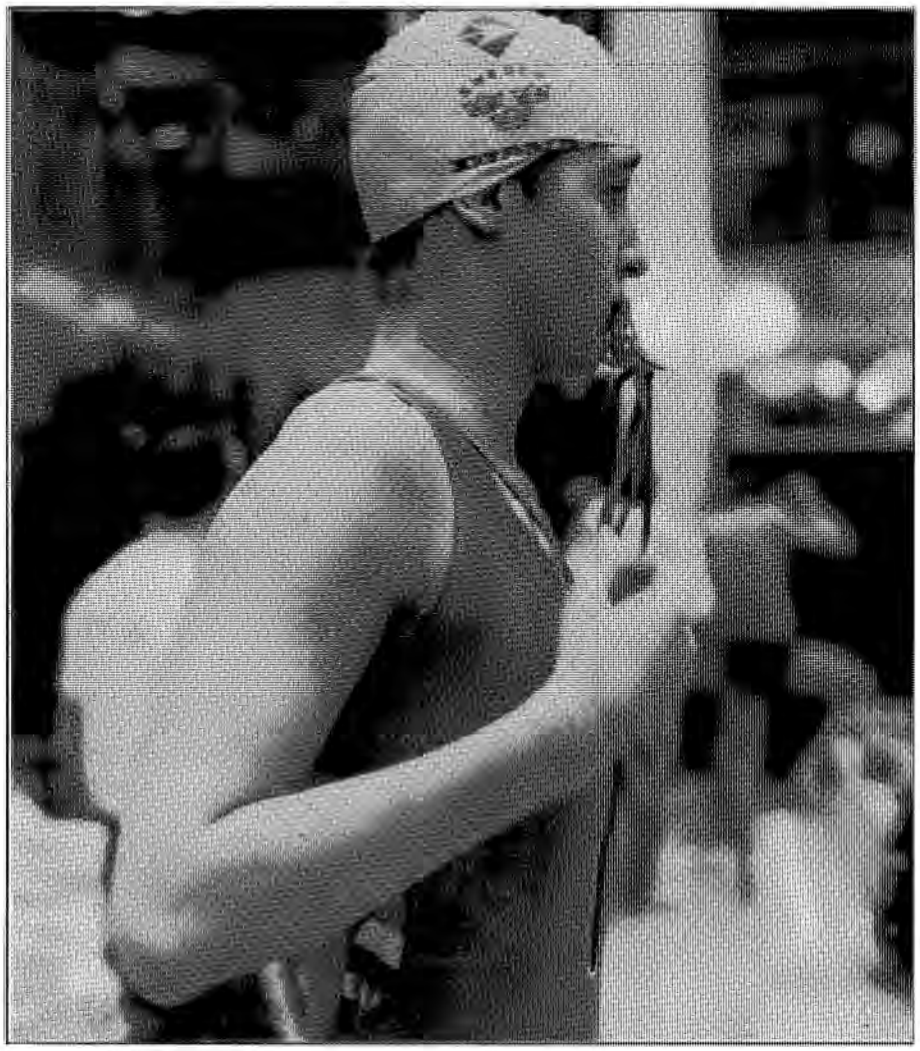
De svenska damerna lämnade glädjande besked med flera finalplatser. Helena Åberg visade igen att hon är Sveriges sprinterdrottning. På 50 m fritt blev hon femma, 26.17, bara en halv sekund från sitt eget svenska rekord. Holländskan Marianne Muis vann på 25.64. Johanna Larsson tog tillbaka sin position som Sveriges främste ryggsimmare. På 50 m tog hon sig till semifinal, där hon dock slogs ut. På 200 m var hon desto bättre då hon blev femma, 2.17.60. Det var mycket jämnt bakom östtyskan Dagmar Haase som vann, 2.11.00.

Danskan Mette Jacobsen svarade för kvällens prestation då hon vann 200 m fritt på 1.57.08 två sekunder bättre än i Paris för en vecka sedan.

De svenska sprinterherrarna kom undan med blotta förskräckelsen när de upptäckte vilka tider som behövdes för att gå till final. Inte mindre än 17 man var under 50 sekunder och för att nå final krävdes 49.33. Tommy Werner blev bäste svensk med elfte plats och 49.65.

Finalen vanns av Frankrikes Stephan Caron, 48.74 med Valdimir Tkachenko, Sovjet, på andra plats, 48.76. Östtysklands Nils Rudolph, som hade bästa försökstiden 48.45, inledde i ett rasande tempo och vände på 22.99. Det straffade sig mot slutet och Rudolph försvann helt efter att ha simmat in i den så berömda väggen.

Sista försökspasset blev det två svenska rekord. Anna Lindberg klarade en semifinalplats på 50 m fjäril med rekordtiden 28.82. På 50 m rygg blev Göran Sköld tia vilket räckte till semifinal och svenskt rekord, 26.77.



Helena Åberg.

Sliten och trött efter flitigt tävlande, med ett veckogammalt världsrekord, lyckades ändå Anders Holmertz ge Georgio Lamberti en match på 200 m fritt när världscupen i Bonn avslutades. Mot Lamberti var inte så mycket att göra. Hans starka simning innebar världsbästa, 1.43.64. Anders blev tvåa, 1.44.79 vilket också är svenskt rekord. Det andra på distansen av Anders på en dryg vecka och en förbättring med 19 hundradelar.

Världscupen i Bonn på bjöd på flera höjdpunkter. Östtysklands Nils Rudolph svarade för en när han vann 50 m fritt på världsbästatiden 21.76. Göran Titus blev sjua, 22.79. En annan imponerande simning svarade Sovjets Dmitri Volkov för på 100 m bröst då han förbättrade sitt eget världsbästa till 59.30.

Japanen Daichi Suzuki kom också i mål med världsbästa på 50 m rygg, 25.11. Göran Sköld slogs ut i semifinalen trots svenskt rekord, 26.65.

Av de svenska damerna lyckades Anna Lindberg bäst. På 50 m fjäril blev hon femma med svenskt rekord, 28.40. Östtysklands Christiane Sievert vann med tangerat världsbästa, 27.54.

På 400 m medley blev Jan Bidrman av med sitt ett år gamla Europarekord till Östtysklands Patrick Kühl som vann på 4.12.02.

Efter Bonn väntade Swedish Open i Göteborgs Valhallabad.

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

Träningsläger i Härnösand !

Fakta om anläggningen:
* Bassäng 25 meter
* Bordtennislokal
* Badmintonlokal
* Styrkelokal

Vintertid goda möjligheter till annan rekreation. Ex. skridskor.

Boende och mat.

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

Träningsläger i LYSEKIL

SIMHALL, 6 banor. Öppen hela året. Olika alternativ för övernattning, även med självhushåll.

Lysekil är en utpräglad semesterort där det finns möjlighet till salta bad, fisketurer, mm.

Rekvirera broschyrer.

Kontaktpersoner: Marita Hermansson och Leif Olsson

LYSEKILS FRITIDSNÄMD
Tel: 0523-190 00 vx

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

Junior-SM Södertälje

Södertälje bjöd på bra JSM-arrangemang i sitt nya, fina bad, Sydpoolen. Precis som förra året var det på 100 m bröstsim för flickor som vi fick se tävlingarnas enda svenska juniorrekord. Det var en västkustflicka, Skärets Louise Karlsson, som petade en annan västkustflicka, Kungälvs Anna-Karin Persson ur rekordrullan med den internationellt gångbara tiden 1.09.71.



Anders Kroon knådas av Susanne Brokop

Uddevallaflickan simmar med en kraftfull teknik och har mycket bra start samt vändningar och har framöver stora förutsättningar att matcha Annelie Holmströms svenska rekord från 1986 på 1.09.03. "Lollo" tog en mycket klar seger och öppnade första 50:an mycket snabbt, med svenskt rekord, 32.50.

Hon tillhör simkommitténs nya satsning inför OS-92, "Utmanarna" och kan bli den som går i spetsen för de unga tjejerna mot ett genombrott.

Pojksidan visade upp flera lovande insatser, som sprinterkillarna Fredrik Letzler och Pär Helgesson också de utmanare. Men framför allt var det Malmö KK:s Björn Möller, som inte är med i utmanargänget, som visade framfötterna med imponerande simningar.

Malmökillen var endast 15 hundradelar över Anders Holmertz juniorrekord på 400 m medley, när han besegrade sommarens EJM-trea Henrik Cleverdahl från Norrköping med tiden 4.26.27. Henrik fick fina 4.28.81. Till höjdpunkterna hörde också Björns båda fighter med Upsala S Anders Kroon på 400 m och 1500 m frisim.

Den 13-åriga simrishamnsflickan Malin Strömberg segertid på 100 m fjäril, 1.02.59, lovar också gott inför framtiden. Och nämnde Kroons 2.03.29 på 200 m rygg hörde också till guldkornen.

Vår fina tradition på herrarnas sprinterdistanser håller i sig och våra duktiga juniorer kommer snart att utmana seniorlaget på allvar.

Trion Pär Helgesson, Borlänge, Fredrik Letzler, Järfälla och Jacob Andersson, Helsingborg, gjorde upp om medaljerna på 50 m, 100 m och 200 m fritt. Pär tog guldmedaljen på 50 och 100 m med fina resultat. På 200 m drog Fredrik det längsta stråt med tiden 1.50.20. Pär valde att öppna försiktigt, medan Fredrik och Jacob drog iväg. "Lella" lyckades hålla undan för mycket starkt avslutande Pär, som fick silvertiden 1.50.63 och Jacobs bronstid blev 1.53.20.

50-metersfinalen är alltid en tät historia. Denna gång med åtta simmare inom 84 hundradelar. Borlängegrabben tog trots det en klar seger med 23.46 före Jacobs 23.69 och Fredriks 23.78.

Vis av utgången på 200 m frisim öppnade Pär för fullt på halva distansen och ledde från start till mål. Segertiden blev 50.81. Tvåa blev Fredrik med 51.11 och Jacob tog sitt andra brons med 51.39.

Uppsalas 16-åriga jättelöfte, Anders Kroon, visade ingen respekt för de äldre konkurrenterna när han gick loss på 400 m fritt. Han hade en klar ledning efter halva loppet med en öppning på 1.55.36. På banan bredvid skuggade Malmös Björn Möller, medan Fredrik Letzler, som hängde med de första längderna, började släppa. Det artade sig till en spännande tvekamp mellan Anders och Björn, som den sistnämnde avgjorde med en raketspurt sista 50:an på en tid strax över 28 sekunder. Sluttiderna 3.54.08, 3.55.77 och Fredriks 3.57.99 var alla bättre än förra årets vinnartid.

På distansgrenen 1500 m fritt väntade alla på en ny fight mellan Björn Möller och Anders Kroon. Första tredjedelen var Björns. Anders och jämngamla Johan Bevinder, Neptun, simmade jämnt på andraplatsen. Sedan började Anders närma sig Björn och såg ett tag ut att kunna gå loss, men malmögrabben klamrade sig fast i ledningen och avslutningen blev identisk med 400 m loppet. Björns segertid blev 15.37.60. Anders fick 15.38.84 och Neptuns Johan Bevinder tröttnade något och blev passerad av en annan 16-åring, KSLS Magnus Ohlsson som fick bronsmedaljen på 15.55.79.

På 200 m rygg slog Anders Kroon till med en utmärkt tid, 2.03.29, vilket endast var sju tiondelar över Bengt Barons svenska juniorrekord. Då Anders har nästan tre år kvar som junior finns alla förutsättningar för att sudda ut det snart 12 år gamla rekordet. Tvåa i loppet blev en annan "coming man", Martin Svensson från Jönköping som fick 2.06.82 och Tritons Kent Asp spurtade till sig bronset med 2.08.31.

På halva distansen ställde inte Anders upp och förra årets segrare Daniel Lönnberg, Växjö, tog en klar seger på tiden 58.76 vilket var en halv sekund långsammare än förra året. Silvermedaljör blev en ny pigg uppstickare, Zsolt Hegmegi, Jönköping, med 59.30 och Henrik Cleverdahl, Norrköping, upprepade sin bronsplats från 1989.



Leif "Chappe" Ericsson

Pojkarnas 100 m bröst visade upp en bra bredd med alla finalisterna klart under 1.07 i försöken, men någon riktig topptid noterades inte. Andreas Hellgren, Strängnäs, vann med 1.05.18 före medleyspecialisten Bert-Ola Eriksson på 1.05.59, vilket också är distriktsrekord för Norrbotten. Västerås Patrik Isaksson tog bronset med 1.05.81.

På den dubbla distansen klev Bert-Ola upp ett pinnhål med tiden 2.21.02. Norrköpings Joakim Adolfsson blev tvåa, endast fem hundradelar efter och Conny Wennberg, Väsby, blev trea med femtal i tvåor, 2.22.22.

Daniel Larsson från Örebro vann klart 100 m fjäril med 56.53. I den i övrigt mycket jämna finalen tog Patric Robertsson ett populärt hemmasilver före Neptuns Gustaf Johansson.

Linköpings Anders Forvass var mycket stark på den avslutande hundringen i finalen på 200 m fjäril, som han vann på 2.04.72. Gustaf Johansson, Neptun, fick 2.05.84 på silverplatsen och Peter Hedlund, Sundsvall, överraskade på bronsplats med 2.07.07.

Favoriten på 200 m medley, Bert-Ola Eriksson, gjorde en tuff attack mot Anders Petersons juniorrekord på 200 m medley, men hamnade denna gång halvsekunden över med tiden 2.05.73. Björn Möller tog sig förbi Henrik Cleverdahl på loppets andra halva och bärgade silvret med 2.07.19. mot 2.08.22.

Som redan nämnts var Björn Möller endast 15 hundradelar över Anders Holmertz rekord på 400 m medley när han förpassade EJM-trean Henrik Cleverdahl till andraplatsen. Bert-Ola tog bronset med 4.31.75 i denna högkvalitativa final.

Mer stämningsfullt och spännande kan det knappast bli på simning än i finalen på 4x100 m fritt, pojkar. Visst hade det smakat med hemmaseger då södertäljegrabbarna var i ledningen 375 meter och simmade helt jämnt med Borlänge sista längden. Dalmasen Lars Frölander lyckades sätta handen i målplattan tre hundradelar före hemmalagets Nicklas Bohman. Segertiden för kvartetten Jan Helgesson, Pär Helgesson, (simmade snabbast av alla med sina 49.82), Erik Johansson och Lars Frölander blev 3.51.54. Alltid lagkappsstarka Upsala S tog bronset med 3.32.17.

Ytterligare en simmare var under 50 sekunder, nämligen Fredrik Letzler, 49.98,



Malin Strömberg

i Järfällalaget som blev sexa.

I den långa lagkappen stod segerfighten mellan Upsala och Helsingborg. Det var däremot Borlänge genom Pär Helgesson som gick till ledning. Först efter tredje sträckan var Upsala och Helsingborg ifatt. Upsalas Andreas Hägglund hyllades av lagkompisarna Jacob Werner, Michael Paakanen och Anders Kroon för sitt avgörande på den sista sträckan. Upsala S vann med tiden 7.42.49, Helsingborg fick 7.44.17 och Borlänge behöll tredjeplatsen med 7.49.07.

Tävlingens absoluta höjdpunkt var Louise Karlssons fantastiskt fina lopp på 100 m bröst, som innehöll två rekord. Svenskt rekord i öppningen vid 50 m på 32.50 och sedan svenskt juniorrekord vid 100 m på 1.09.71. "Lollo" var den andra svenskan som sprängde vallen 1.10. Den andra som gjort det tidigare är svenska rekordhållerskan Annelie Holmström.

Umeås Anna Stiberg tog silvermedaljen på 1.14.42 och hemmasimmerskan och debutanten Anna Lundin skrällde med en bronsplats på 1.14.78.

På den dubbla distansen svarade Anna Stiberg, Umeå, för tävlingarnas jätteöverraskning när hon kämpade sig förbi storfavoriten Louise Karlsson på den sista längden. Annas vinnartid blev 2.34.77, Louise fick 2.35.35 och Anna-Karin Dahlström, Stimmet, blev bronsmedaljör med tiden 2.38.75.

Den 13-åriga simrishamnsflickan Malin Strömberg stod för ett av tävlingarnas mest lovande resultat när hon vann 100 m fjäril på 1.02.59. Kan hon prestera motsvarande tid i lång bana till sommaren, kan det räcka mycket långt på EJM. Christina Öhlund, Umeå, blev tvåa med 1.04.59 och Malin skaresson, Väsby, trea med 1.04.77.

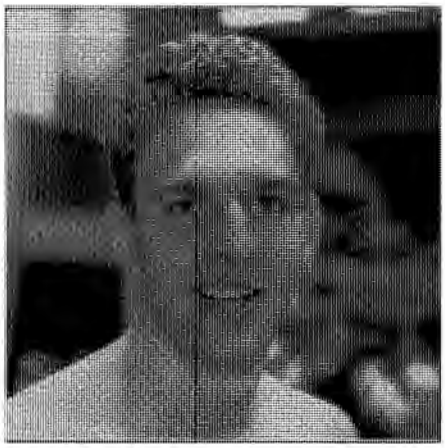
Ystads Veronica Svensson tog en klar seger på 200 m fjäril med tiden 2.18.00. Malin Skaresson tog andraplatsen med 2.20.86 och Catharina Mattsson, Järfälla, tredjeplatsen med 2.20.94 i en mycket jämn final.

Flickornas ryggsim blev en helskånsk uppgörelse. Tritons Malin Håkansson drog det längsta stråt i 100-metersfinalen med 1.06.12, tiondelen före Veronica Svensson och MKK:s Annika Rasmusson var ytterligare tre tiondelar efter. På 200 m var det omvänd ordning. Annika fick 2.20.28, "Vera" 2.22.55 och Malin 2.25.05.

Veronica visade styrka när hon strax efter finalen på 200 m rygg gick i vattnet och simmade hem en överlägsen seger på 400 m medley på tiden 4.57.67. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors, tog silvret och Södertäljes Anna Nilsson, bronset.

Louise Karlsson visade att hon kan mer än bröstsim när hon simmade hem segern på 200 m medley med fina 2.18.70 samt 50 m fritt med 26.55.

I medleyloppet förljdes hon av Veronica Svensson och Catharina Mattsson. I



Bert-Ola Eriksson

JSM

sprinterloppet var Korrugals Rebecka Ståhl tvåa med 26.85 och även trean, Malin Ulveklint, gick under 27 sekunder med sina 26.94.

På 100 m fritt var det åter dags för en ung utmanare, 14-åriga Louise Jöhncke, att få kliva överst på prispallen. Hennes segertid 58.12 var dock något långsammare än MKK:s Annikå Rasmussons försökstid. Annika som försökte sig på att kombinera 800 m fritt och 100 m fritt med endast en gren mellan fick nöja sig med en fjärde respektive femte plats. Nu lyckades dock klubbkompisen Malin Nilsson bättre i denna kombination. Det blev seger på 800 m fritt med 8.54.95 och brons på 100 m fritt med 58.73.

Rebecka visade åter fina sprintertakter med ytterligare en silvermedalj på 100 m med 58.50.

På 800 m fritt tog Växjös Andrea Bolin andraplatsen med 8.58.22 och Anette Lindbom, Mariestad, tredjeplatsen med 8.58.44. Även Ann-Sofie Jönsson, tunafors, var under nio minuter med 8.58.75.

Annika Rasmusson kom tillbaka med besked, när hon tog en utmärkt seger på 200 m fritt med 2.03.83. Hon följdes av klubbkamraten Malin Nilssons 2.04.30 och Växjös Andrea Bolin tog tredjeplatsen med 2.04.79.

Malin blev något av JSM:s frisimsdrottning med fyra individuella medaljer. Hon kompletterade med sitt andra guld på 400 m fritt med tiden 4.18.22. Andrea tog sitt andra silver med 4.20.38 och Ann-Sofie Jönsson tog bronset med 4.23.74.

I frisimslagkapperna var Malmö KK klara segrare med 3.56.64 på 4x100 m och 8.37.61 på 4x200 m. I den korta lagkappen simmade Annika Rasmusson, Kristina Engdahl, Malin Nilsson och Charlotte Linde och i den långa ersatte Magdalena Schultz den sistnämnda.

Växjö tog medalj i samtliga flicklagkapper. Andraplatsen på 4x200 m fritt och medley samt tredjeplatsen på 4x100 m fritt.

Medleylagkappen vanns av Väsby som hade följande besättning: Rygg, Lisa Alm, bröst, Anna-Bella Hakala, fjäril Malin Skaresson och fritt, Louise Jöhncke.

Upsala S blev tvåa i den korta frisimslagkappen och Tureberg tog tredjeplatsen i den långa, vilket också Sundsvall gjorde i medleyn.

I klubbstriden tog Malmö KK en klar seger med 514 poäng. Väsby klev upp på en andraplats med 419 poäng. Per Gabrielsson med kompani har gjort ett fint jobb och utvecklat sitt Sum-Simgäng ytterligare ett snäpp.



Louise Jöhncke

Alltid starka Upsala S blev trea med 400 poäng. Hemmaklubben Södertälje, gladde sig åt fjärde plats med 388 poäng och bästa Sum-Simklubben från i höstas, Växjö, tog en femteplats med 370 poäng.

Sundsvall blev bästa norrlandsklubb med sjätteplats och 300 poäng. Hasse Bergqvists gäng visade att man är på väg fram på bred front med en mängd finalplatser.

Helsingborg blev näst bästa skåneklubb på sjunde plats, följt av Norrköping och Neptun som var näst bästa stockholmsklubb. På tionde plats följde ytterligare en klubb från huvudkommunen, Järfälla S.

Storklubbar, som brukar hålla till i toppen, finner man denna gång en bra bit ner i listan, som Stockholmspolisen på 20:e plats, Västerås 21:a och KSLS först på 31:a plats.

Den verkligt vita fläcken är göteborgsområdet, där Askim-Frölunda, S 02, Kungälv och Mölndal deltog men ingen av klubbarna tog någon poäng.

Nytt för året var att minst tre heat erbjöds plats oavsett om kvaltiden uppnåtts. Och denna giv gav ett lyckat resultat med en bredare JSM-fest och med bra resultat på bredden. Samtliga 16:e tider förbättrades

JSM

jämfört med förra året och i de flesta grenar var också 8:e tiden bättre än 1989.

Men när det gäller segertidema förbättrades dessa bara i 15 av de 32 grenarna.

Anmärkningsvärt var också att endast en flicka som var 13 år eller yngre ställde upp i tävlingen. Det är inte ovanligt med flera flickor, nyss fyllda 13, i en JSM-final. I år gällde det således flickor födda 1977.

Har vi inga stora talanger i de yngre åldrarna längre? Eller skyndar vi för långsamt?

14 av de 17 utmanarna ställde upp och 13 av dem tog medalj. I några fall var de också tongivande i toppen. Deras facit blev 31 medaljer varav 14 guld, 9 silver och 8 brons.

Leif "Chappe" Ericsson, ansvarig för utmanarna, hade förhoppningar om flera svenska juniorrekord. Nu blev det ett, men det var mycket nära i ytterligare några grenar.

Några simmare klappar på porten till "utmanarsatsningen" som till exempel Malmös Björn Möller, Malin Nilsson, Annika Rasmusson och några till av vinnarna utanför de utvalda.

För våra juniorers del, som skall vara med på EJM i sommar, (Fl 75-76 och po 73-74) ser det mycket ljust ut i ett par grenar men i flera andra är det till att kavla upp skjortärmarna och jobba för att kunna hänga med i franska Dunquerque den 26-29 juli.

"Sikta högt - Sikta mot Dunquerque"

Sven-Bertil Mattsson



Veronica Svensson

Officiellt

ELITIDROTT-UTBILDNINGSSTIPENDIER 1990/91

Härmed ledigförklaras rubricerade stipendier, dels Riksidrottsförbundets, Elitidrott utbildningsstipendium dels Maud och Birger Gustavssons Elitidrott-utbildningsstipendium.

Stipendierna kan sökas av idrottsutövare på landslagsnivå, som kombinerar sin idrott med yrkesinriktad utbildning lägst i form av halvstudier.
- på högskolenivå eller
- på gymnasial nivå, om studierna påbörjats tidigast det år den aktive fyller 20 år.

Skulle studierna bedrivas på annat sätt än vad som ovan anges, kan Riksidrottsförbundet - om synnerliga skäl föreligger - ge dispens från kravet på hur studierna skall bedrivas.

OBSERVERA! Under det första studieåret i USA är man inte berättigad till E/U- stipendium.
Riksidrottsförbundets stipendium, som möjliggjorts genom medel som AB Tipstjänst ställt till idrottens förfogande, är på 20.000 kronor per stipendiat uppdelat på 10.000 kronor per termin.

Maud och Birger Gustavssons stipendium, som ställts till idrottens förfogande av en stiftelse med makarnas namn, är på 35.000 kronor och utdelas till ett fåtal kvinnliga och manliga elitidrottare som bedöms särskilt förtjänta ur idrottslig synvinkel.

Ansökan om stipendierna ska på av RF fastställd blankett insändas till Svenska Simförbundet senast den 17 april 1990. Ansökningsblanketter finns att rekrivera hos Svenska Simförbundets utbildningsavdelning, 08- 713 63 12.

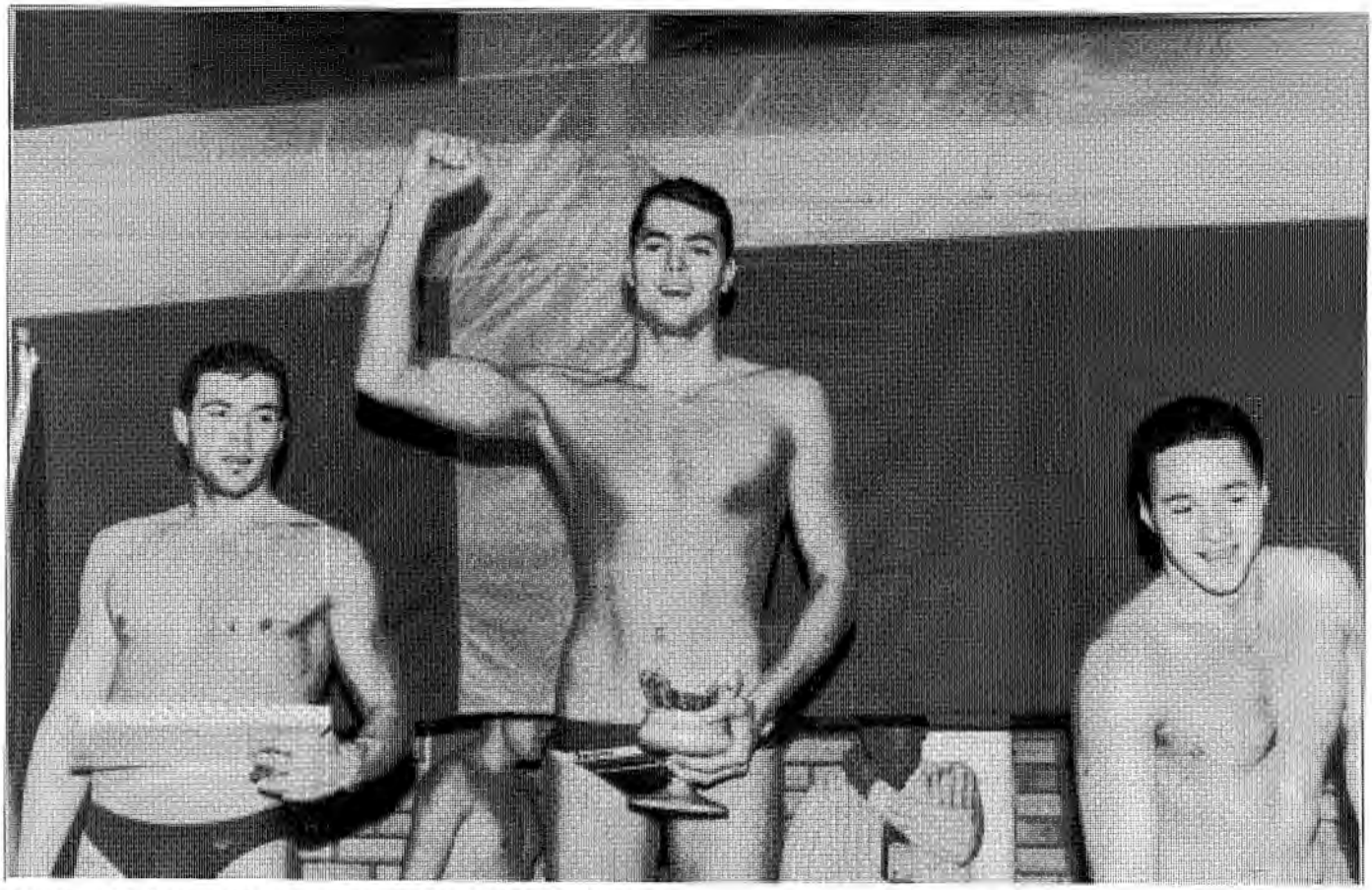
OBS! Även de som ämnar påbörja sin utbildning våren -91 kan komma i fråga för delar av stipendiet.
Simförbundet ska senast den 14 maj 1990 med eget yttrande till RF översända de ansökningar som uppfyller fastställda kriterier. Simförundet kan härvid nominera ett fåtal kvinnliga och manliga sökande som bedöms särskilt förtjänta till Maud och Birger Gustavssons stipendium. Riksidrottsförbundet beslutar om vilka som skall tilldelas detta stipendium. De elitidrottare som erhåller detta kan inte samma år erhålla Riksidrottsförbundets stipendium.Det beviljade stipendiet kommer att utbetalas terminsvis efter det att stipendiaten till RF:s utvecklingsenhet inkommit med studieförsäkran/ intyg om att studierna påbörjats. Medlen utbetalas direkt till stipendiaten.

Upplysningar om stipendiet lämnas i första hand av Svenska Simförbundets utbildningsavdelning, tel. 08- 713 63 12, men också av RF:s utvecklingsenhet, 08- 713 61 66 (Kerstin Lindström).

SVENSKA SIMFÖRBUNDET

Världscupen 6,

Swedish Open, Göteborg



Jarl-Inge Melberg, Norge, överst på pallen efter 100 m fritt.
Foto: Jorma Valkonen, Bildservice.

Aldrig tidigare hade ett sådant välmeriterat startfält samlats till en simtävling i Sverige. Simmarna från 23 nationer representerade tillsammans 45 medaljer från OS, VM och EM sedan 1986. Så flög också rekorden all världens väg, särskilt de svenska då 50 metersdistanserna på rygg, bröst och fjäril från 1 januari var godkända för rekordslagning. Det blev en dyr världscup för IBM som betalar 5000 kornor för varje rekord. (Pengarna går givetvis till respektive simmares klubb alla taxeringsintendenter). Sverige ställde upp med två landslag. Ett senior och ett bestående av de 17 utmanarna. Om Anders Holmertz tillsammans med Helena Åberg och Anna Lindberg i stort utgjorde seniorlandslaget, som de enda lysande stjärnorna, så fanns det bland de 17 tindrande småstjärnorna några som bröt ut i full lyskraft. Louise Karlsson och Malin Strömberg var två.

I år vill Anders Holmertz gärna vinna frisimmets distanscup. Han tog därför chansen att avgöra direkt i första grenen 200 m fritt. Med 1.49.65 var han 99 hundradelar före värste konkurrenten i cupen, Sovjets Veniamin Taianovich, i mål. Norrmannen Jarl-Inge Melberg visade med sin tredjeplats och 1.51.10 att han är något stort för framtiden.

Damernas 100 m fritt visade än en gång att svenskorna har en bit kvar till världstoppen. Danskan Gitta Jensen vann, 57.44. Ändå är stabilt simmande Helena Åberg en ljusglimt. I Göteborg blev hon fyra med 58.10. Helena har under vintern simmat mycket jämnt och håller hög kvalitet. Det roliga i grenen var att en av Leif "Chappe" Ericssons utmanare, Malin

Ulveklint inte bara var i final utan också noterade 58.95.

Göran Sköld och Nicklas Håkansson är idag Sveriges främsta ryggsimmare. I finalen på 50 m blev Nicklas femma, 27.25, men Göran rekordhållare efter 27.18 i försöken och en sjundeplats i finalen, 27.62. I det starka startfältet fanns namn som Sergei Zabolotnov och u-båten från OS-88, japanen Daichi Suzuki.

Louise Karlsson visade att kanontiderna från JSM dagarna före Swedish Open inte var en tillfällighet när hon blev trea på 100 m bröst med ett duktigt personligt rekord. 1.12.84 på lång bana i mitten av februari är sensationellt bra av denna 15-åring.

Jan Karlsson, Borlänge, blev näste rekordhållare med sin sjätteplats på 50 m fjäril och 25.17. Sovjets Evgeny Kotriaga vann, 24.80.

På 400 m medley visade ännu en utmanare kämpatakter. Veronica Svensson gjorde en strong insats och var bara några meter från prispallen när hon blev trea med 5.02.70. Ännu en utmanare fanns med i finalen. Catarina Mattson blev sjua, 5.12.63, nästan tre sekunder bakom Malmös Anna-Lena Nilsson. Kinas Yan Min vann grenen på 4.55.13.



Louise Karlsson i skrivartagen efter bra prestation

Herrarnas 1500 m fritt skulle bli en höjdare. Från Australien och Samväldesspelen kom Glen Housman med två lopp under 15 minuter på mindre än en månad. Vid kvalen till Samväldesspelen slog han Salnikovs legendariska rekord från 1983 och simmade i mål på 14.53.59. Snabbast i världen men inte godkänt världsrekord då målplattans tidtagning inte fungerade. Vid finalen i Auckland en månad senare var han 1.7 sekunder över Salnikovs rekord men under 15 minuter igen. I Göteborg var han inte tillräckligt motiverad utan nöjde sig med att vinna på 15.26.48. Bäste svensk var Hans Roosmark, Neptun. Nia med 16.27.19.

Damernas 400 m fritt bjöd inte på några världstider och Nina Hansen blev fyra med 4.29.71.

Dmitry Volkov, Sovjet, är för närvarande världens bäste bröstsimmare. I Göteborg gjorde han ett försök att förbättra sitt eget världsrekord på 50 m bröst, men startern hade väl så bråttom varför Volkov aldrig hann ner i startställning innan skottet gick. Ändå lyckades han simma i mål på 28.22, bara en tiondel över. Utmanaren Peter Karlsson blev rekordhållare i försöken med 29.69 och ende svensk i final där han blev sjua, 29.80.

Maria Olsson har under vintern visat att hon är på god väg i ryggsimmet. Vid Swedish Open fick hon dock ge sig för andra länders utmanarsatsningar. Först Australiens Johanna Griggs, 1.05.32 och sedan Italiens Lara Bianconi, 1.05.88. Maria noterades för 1.06.46.

Australiens förste man under 50 sekunder på 100 m fritt ställde upp på halva distansen. Andrew Baildon, som slog igenom med dunder och brak på Samväldesspelen i mitten av januari, fick en tuff fight med Sovjets Vladimir Tkachenko men lyckades nå målplattan fyra hundradelar före. 22.82. mot 22.86. Göran Titus blev bäste svensk med tredje plats och 23.21. Tommy Wemer tog artigt åttonde plats med 23.87.

Anna Lindberg är en av få friska fläktar i landslaget. På 100 m fjäril var hon bara en dryg sekund från Agneta Erikssons svenska rekord. Anna gav både Madeleine Scarborough och Ilaria Tocchini en tuff match men fick ge sig på slutet, fyra tiondelar bakom engelskan och en enda futtig hundradel bakom italienskan. 1.02.72 blev Annas sluttid och hon är ett ljus i dunklet. Utmanarnas 13-åring, Malin Strömberg, som simmade extra fort på JSM, blev duktig sexa med 1.03.70.

På herrarnas 200 m medley var det fler utmanare som fick försvara de svenska fägerna. Bert-Ola Eriksson och Ola Frejd var båda i final och blev femma respektive sjua med 2.10.20 och 2.10.56. Robert Bruce, Australien, rankad 14:e i världen, vann med 2.06.12.

Nina Hansen var enda svenska som lyckades kvalificera sig för final på 200 m fritt. Fastän hon förbättrade sig ytterligare några hundradelar i finalen räckte 2.09.14 bara till en sjundeplats. Norges pigga, lilla Irene Dalby höll undan hela vägen och vann, 2.04.39.

Norge fortsatte med att fira ordentligt. Redan på 200 m hade Jarl-Inger Melberg varnat för sin snabbhet. På 100 m var han ouppnåelig för både Tommy Werner och Göran Titus. Norge fick en välförtjänt seger till, 50.89 och Tommy Werner blev fyra, 51.17 och Göran Titus sjua, 51.89. En utmanare, Fredrik Letzler blev åtta, 9 hundradelar bakom Titus. Kanske var detta en fingervisning om att även säkra svenska herrsprinters är på väg att tappa till omvärlden. I försöken hade Anders Holmertz fjärde bästa tid, 51.11, men strök sig till final för att satsa fullt ut på 400 m. Både Werner och Titus var snabbare i försöken än i finalen.

Maria Olsson höll sig väl framme igen på 50 m rygg och blev tvåa med rekordtiden 30.88. Nu före Lara Bianconi men 25 hundradelar bakom Johanna Griggs.



Maria Olsson, till vänster, efter svenskt rekord på 50 m rygg
Foto: Jorma Valkonen, Bildservice

Utmanare Peter Karlsson verkar ha tagit över bröstsimstronen på allvar. På 100 m var han åter ende svensk i final och slutade sjua, 1.05.76. Volkov släpper ingen före sig och vann, 1.02.42.

På 50 m fjäril fick Anna Lindberg revansch. 28.46 är hennes nya rekordtid och med den vann hon. Glädjande var också att Malin Strömberg klarade tredjeplatsen på 28.88, bara fem hundradelar bakom Madeleine Scarborough. Louise Karlsson hade bästa försökstiden men strök sig strax före start. Malin Persson hade strukit sig direkt efter försöken. Då inträffade det fantastiska att tävlingsledningen "vek ner sig" för Sveriges Television. Bakgrunden var att nian, Bulgariens Nevena Miteva, tagit Malins finalplats och när ännu en plats blev ledig ville landslagsledningen sätta in Lotta Magnusson i finalen. Eftersom inte TV:s textskrivare klarade en så snabb omställning eller kunde byta namn ville inte TV att Lotta skulle få simma en omseedad final. Banan i mitten fick gå tom. I en final i en världscup när simmare fanns. Att TV-sportens kommentator mycket väl hade klarat att informera tittarna om startfältet kanske ingen tänkte på. TV-producenten valde det enklaste och det är inget att säga om men att en tävlingsledning ger sig är inget mindre än en skandal. När kommer nästa krav och var går gränsen? Vem skall bestämma tävlingens innehåll och utformning?

Jan Bidrmans svenska rekord på 400 m medley, 4.23.50, klarade sig då utmanare Henrik Cleverdahl blev bäste svensk med 4.37.11 och en fjärdeplats. Kanadas Jon Kelly vann med 4.29.13.

Bronsmedaljören från EM, Norges Irene Dalby, vann ännu en norsk seger då hon simmade i mål efter 800 m fritt på 8.53.98. 16-åriga Ann-Sofie Jönsson klarade sjätteplatsen med 9.18.41.

Anders Holmertz stora mål denna vinter var som sagt att vinna distanscupen då han vann sprintcupen förra året. På 400 m fritt var en cykel, mountain bike, första pris och den kan komma väl till pass när han ger sig iväg på höghöjdsträning senare i vår.

I Göteborg var det heller aldrig tal om vart segern och cykeln skulle gå. Sovjets Veniamin Taianovich var visserligen centimeterna före i 300 m men Anders hade full bevakning på honom och när Anders kopplade på benen strax före sista vändningen drog han ifrån och kunde vinna, 3.54.78, åtta tiondelar före Taianovich. Hans-Olov Nilsson, Malmö, gjorde återigen ett stabilt intryck när han blev fyra på 3.58.86.

5000 IBM-pengar blev det för Louise Karlsson när hon blev rekordhållerska på 50 m bröst med 33.05. Före sig hade hon bara USAs Tracey McFarlane, rankad femma i världen 1989 på 100 m. Hennes segertid blev 32.79.

Nicklas Håkansson klarade sig som ensam svensk till final på 100 m rygg och blev sjua, 59.11. Kanadas Mark Tewksbury vann igen, 56.44.

Helena Åberg fick en härlig betalning, bland annat 5000 från IBM, när hon inte bara vann 50 m fritt utan också satte svenskt rekord, 26.39. Det var sju hundradelar bättre än Karin Furuheds gamla, ett rekord som Helena tidigare tangerat. Nu får hon ha det själv. Det var också ett bevis på att hennes många fina lopp i vinter inte varit tillfälligheter.

100 m fjäril vanns av Kanadas Marcel Gery, 53.73 och utmanaren Joakim Nyholm blev fyra med 56.28. Samtidigt blev han bäste svensk.

Sista grenen, damernas 200 m medley, blev på något sätt typisk för var svensk simning står nu i en internationell jämförelse. Ingen svenska fanns på startbryggan när det var dags för final. Anna-Lena Nilsson, Malmö, var bästa svenska med elfte plats i försöken och 2.27.55. Det är nästan tio sekunder sämre än Anette Philipssons svenska rekord.

Finalen vanns av Sovjets Elena Dendeberova, 2.19.77. Elena har ett VM-silver på distansen 1986 och ett OS-silver 1988. På så sätt fick Swedish Open ett värdigt slut för denna gång. Världsstjärnan Anders Holmertz inledde och en annan stjärna avslutade. Men var fanns alla andra svenska herrar och damer.

Världscupen har fått höjd status. Intresset har ökat. Fler än 40 massmedierepresentanter fanns på plats i Göteborg också det något av ett rekord. Spansk och svensk TV sände, norsk radio rikskringkastade tillsammans med radiosporten och skrivande journalister kom från England, Västtyskland alla de nordiska länderna samt Sverige.

Då är det tråkigt att de svenska simmarna inte orkade bjuda på fler upplevelser än de som Anders Holmertz, Helena Åberg och Anna Lindberg tillsammans med utmanarna, främst Louise Karlsson, svarade för.

Direkt efter Göteborg fortsatte världscupen i Italien för att ta slut i England. Mer om detta i nästa nummer.

Lars-Åke Lindqvist

Fast Water Meet i Amsterdam och Västerås

Det blev fyra svenska rekord vid Fast Water Meet, årets första landskamp mot Sovjetunionen, Väst- och Östtyskland samt Holland i Amsterdam sista helgen i januari. 50 metersdistanser i rygg, bröst och fjäril samt 100 m medley räknas från i år som rekorddistanser.

Lars-Ove Jansson, Uppsala, blev först när han nådde femteplatsen på 50 m rygg med 27.89. På 50 m bröst blev Jan Stensson, Hagfors, historisk när han blev sexa på 29.44.

Anna Lindberg, Kristianstad, tog sitt första nationsrekord på 50 m fjäril då hon blev fyra på 29.14. Den största prestationen första dagen svarade dock Uddevallas Louise Karlsson för när hon blev tvåa på 100 m medley, 1.03.77, bara en halv sekund bakom Hollands Mildred Muis. Bakom sig hade Louise bland andra östtyskan Daniela Hunger, som länge tillhört världstoppen i medley.

Andra dagen fortsatte den svenska rekordskörden. Göran Titus höll sig dock till "gamla" distansen 50 m fritt när han vann på utmärkta 22.72, bara 16 hundradelar från Joakim Holmqvists rekord. Titus var 30 hundradelar före Sovjets Gennadij Prigoda.

Anders Rasmusson, Helsingborg, blev rekordhållare på 50 m fjäril när han blev trea på 25.29. Håkan Karlsson, Kristianstad, klarade två nya rekordnoteringar. Först på 100 m medley, trea på 58.30 och sedan som försteman i medleylaget över 4x50 m där han på ryggsträckan nådde 26.86, en putsning med en dryg sekund av Lars-Ove Jansson ett dygn gamla rekord.

De svenska damerna lyckades bra i Amsterdam. Anna-Karin Persson, Kungälv, kvicknade till på 50 m bröst när hon blev tvåa med rekordtiden 32.73. Maria Olsson, Mora, tog sitt rekord på 50 m rygg, fyra på 30.92 och utmanaren från Skäret i Uddevalla, Louise Karlsson, förbättrade sin notering från lördagen på 100 m medley när hon blev fyra på distansen med 1.03.55.

Sverige slutade som trea i landskampen bakom Östtyskland och Holland. Fast Water Meet, är en satsning av Speedo. Tävlingen simmas i flera olika utföranden men gemensamt för dem alla är att det är snabba tävlingar i publikens smak. De uppnådda tiderna läggs ihop och i stället för poäng är det simmarnas sammanlagda tider som räknas. Särskilt vintertid är Fast Water Meet en rolig utmaning för simmarna med korta distanser.

Reportage från Fast Water Meet i nästa nummer.

PRESENTATION AV LÅNGLOPPSGRUPPEN.

Motionskommittén kan glädja sig åt att man nu inför kommande arbetsår kunnat knyta en arbetsgrupp till sig med uppgift att arbeta för "långsimning". Intresset för denna tävlingsform ökar stadigt och utbudet på långsimstävlingar växer i samma takt.

Men det gäller att få någon enhetlig form på tävlingarna och att tävlingarna bedrivs på ett korrekt och bra sätt, t ex när det gäller säkerheten i samband med en tävling.

Gruppen som består av Olle Myrberg, Vansbro och Bengt-Åke Mohlin, Orsa, har redan börjat sin verksamhet och håller just nu på att kartlägga långloppen i landet. Vi hälsar våra nya medarbetare välkomna, och passar här på att kortfattat presentera dem.

Olle Myrberg, som är 56 år och slöjdlärare har sedan många år arbetat med idrott, främst skidor och gymnastik. Simning har han dock inte ägnat sig åt annat än som simlärare i det förflutna. När han flyttade till Vansbro kom så en granne och undrade om han ville ställa upp och hjälpa till med Vansbrosimningen och det var OK. Olle trodde det var fråga om en engångsföreteelse. I själva verket blev han invald i styrelsen och där finns han fortfarande, sedan många år som tävlingsledare. Han ångrar inte sitt engagemang, även om det många gånger blir jobbigt och familjen ofta får sitta emellan eller också hjälpa till. Det roliga uppväger flerfaldigt.

Tyvärr finns en del långlopp som egentligen inte gör skäl för namnet. Minst 2-3000 m bör det vara för att kallas långlopp tycker Olle och tror på långsimningens framtid, annars skulle han ju inte hålla på.

Allting går i "vågor" (OBS vitsen). Det har varit inne med gympa, skidor, cykling och jogging. Varför skulle det inte nu vara tid för simning?

Bengt-Åke Mohlin som är 61 år och arbetar som arbetsvägledare har inte heller han något direkt simförflutet att peka på. Skidor, orientering gång och fri-idrott har varit hans gebit. Den sista grenen med så pass framgång att han har ett svenskt juniormästerskap i lag i sin ägo. Hans simengagemang började som för många andra med att döttrarna började simma. Bl a har de deltagit flera gånger i "ungdomstävlingen" i samband med "Stora Vansbro". Som Bengt-Åke säger: Det gjorde mig så pass intresserad att jag "badade" mig igenom ett Vansbrosim, vilket i sin tur bäddade för en fullföljd Svensk Klassiker.

Även om Bengt-Åke inte är direkt involverad i tävlingsarrangemangen är han ändå en resande ambassadör för Vansbrosimmet, vilket han bl a bevisade vid senaste Simalltinget.



Olle Myrberg



Bengt-Åke Mohlin

Frågar man Olle och Bengt-Åke om långsimningens framtid är de båda helt överens. Den kommer att utvecklas i positiv riktning. Deras målsättning för arbetsgruppen är att arbeta för att få till stånd etablerade tävlingar med god standard. Vidare att verka för att motionärerna "långsimmarna" skall bjudas bra träningsmöjligheter och träningshjälp. Det målet kan nås om aktiva simklubbar fångar upp motionärerna och ger dem just dessa förutsättningar men samtidigt också klubbtillhörighet och klubbkänsla, två minst lika viktiga förutsättningar för lyckade tävlingsresultat.

Lycka till Olle och Bengt-Åke!

Text: Torsten Lidén
Motionskommittén

Athen - Simträning

ROYAL TOURS

RESOR MED OMTANKE

Strax söder om fyramiljonerstaden ATHEN, vid havet, ligger sportanläggningen AG Kosmas.

Här finns tre 50-metersbassänger, alla lika, 10 banor, startpallar, vågdämpande linor och markeringar i botten. Tempererat sötvatten med klor. Här finns också omklädningsrum med duschar.

Arrangemangen inkluderar träning två gånger per dag. Inkvartering i AG Kosmas i dubbel- el. trebäddsrum.

Pris ex. 2.435:-

Prisexemplet avser 17/8 1 v. fr. Malmö. Tillägg fr. Stockholm och Göteborg

Begär ytterligare information eller förslag på andra resmål.

Välkommen till oss och beställ Er TRÄNINGSRESA
STOCKHOLM: Sveavägen 6 - Sergels Torg. Tel. 08- 23 00 50

EN LYSANDE FÖRESTÄLLNING ! ETT LYCKAT EVENEMANG !

Södertälje är känt för topp och bredd i såväl idrott som kultur.

- Här finns erfarenheter av stora evenemang
- Här finns arenor och estrader
- Här sviker inte publiken

Det bästa alternativet kan t. ex. vara SYDPOOLEN - modern fritidsanläggning för såväl aktörer som publik. Detta och många andra goda alternativ erbjuder Södertälje kommun.

SYDPOOLEN
Box 7054
151 07 Södertälje
tel. 0755-159 50

Ny 25 m tävlingsbassäng.med åtta banor och åskådarläktare

I den gamla delen blir det bassäng för motionssimmare, discogympa, två undervisningsbassänger, en kombinerad med en terapibassäng med 35° vatten.

Ny del med stort vattenlandskap. Vågmaskin, strömvirvlar, vattenrutschbanor, fontäner. Bubbelpooler, bastuavdelning, solarier. Restaurang, cafeteria, konferensrum.

Sydpoolen
Södertälje badhus

För ett tag sedan släntrade jag in på kansliet hos klubben där jag numera är medlem och fick fatt i ett vältummat exemplar av Simsport från -89, nummer 10/11. Där fanns det en artikel från simalltinget som fångade mitt intresse. I den kunde man bl a läsa att en simtränare hade tagit upp "simutbildningen", som han menade var dålig. Jag tror att man menade simtränar-utbildningen, men jag är inte säker.



KRITIKEN 1

Desvärre står det inget om sak utan i stället en lustig liknelse om flygpassagerare och pilothandledningar. Jag tror - men är ännu ej säker - att man med detta menar att tränarutbildningen är författad av människor som ej har tillräcklig kunskap om träning på respektive nivå.

Det är ju bara ett par rader, men i alla fall kan det ju vara kul med lite debatt i svensk simning, som förhoppningsvis denna gång är konstruktiv. Jag hoppas att det inte sattes in i artikeln för att det var det enda lustiga man kunde rapportera från alltinget.

LITE BAKGRUND

Den svenska tränarutbildningen är numera en tre stegs-raket, där steg 1 är det första och äldsta. Det är till för tränare som lär ut de fyra simsätten och det publicerades 1984.

Steg2 är det andra. Det är till för tränare som tränar tävlingssimmare i åldern 11-16 år, varför var och en kan räkna ut att det är ett brett och heterogent simmar-material som det skall serva. Förändringarna som ungdomarna genomgår under dessa år är ju betydande. Därför har författarna begränsat sig till steget strax under JSM och SM-nivå.

Det publicerades 1986 och undertecknad är en av författarna.

Det sista/senaste - steg 3, är ännu inte publicerat, även om det borde varit det vid det här laget. Eftersom det är en rad författare som bidragit och alla ännu inte lämnat in sitt bidrag så kan det inte tryckas. Det borde enligt uppmaningar varit inlämnat våren 1988. Skrivtorkan har spridit sig långt upp i leden av celebriteter i svensk simning. Även här har undertecknad lämnat ett blygsamt bidrag. Jag känner mig som ni kanske förstår lite träffad, när man inte gillar utbildningen.

SIMALLTING

Dessvärre var jag inte på plats i Borås där alltinget hölls, annars är det ju alltid intressant att närvara vid en sådan tillställning. Nästan vad som helst kan ju inträffa.

Jag tycker att det är bra när nyttiga tankar får luftas. På något sätt känns det trots allt som om vi i svensk simning inte på länge haft en debatt som är konstruktiv. Därför är det kul att någon för en gångs skull har intresse för tränarutbildningen, för det är ju just den kunskap som är den största tillgången vi har när vi tillsammans skall bygga kommande generationers simmare.

VAD STÅR DET SKRIVET?

Om vi tittar lite närmare på de skrifter som fått belackare och då börjar med steg 1, så kan man ju konstatera att det begränsats till att vara en grundläggande handledning då man skall lära ut fyra simsätt.

Steg 2 är begränsat till att omfatta "skiktet strax under JSM- och SM-nivå", även om det hoppas kunna ge tips åt alla tränare av ungdomar i åldern 11-16 år. Allt enligt förordet.

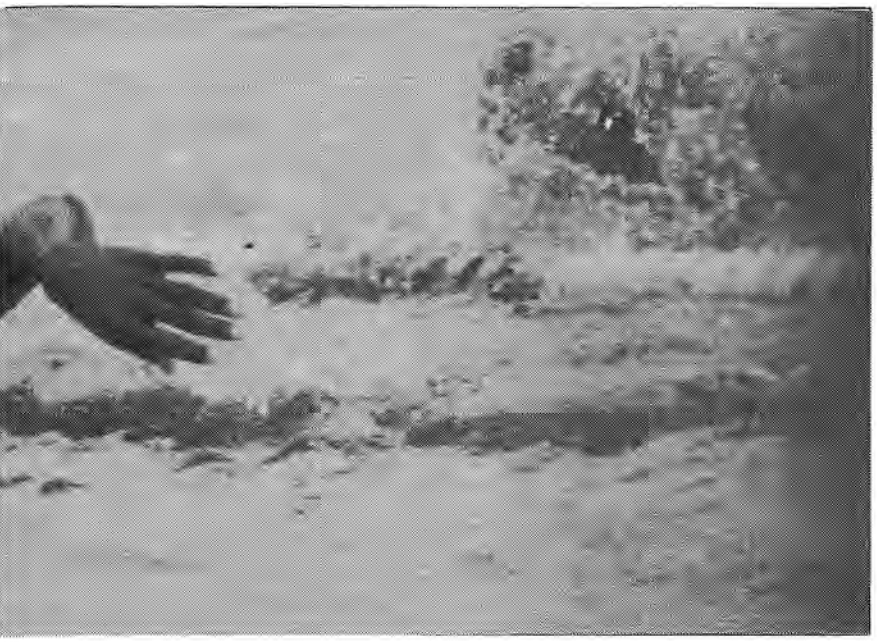
Steg 3 är ännu inte publicerat och det är väl den enda synden som det materialet just nu kan lastas för. Det skall dock vända sig till elittränare. Det står kloka ord i steg 2-förordet. "Materialet som du nu håller i din hand är inte en absolut sanning, utan är levande tankar som hela tiden kan och skall förändras".

Till skillnad mot steg 1 - som är häften - är steg 2 en ringpärm med lösa blad så att man kan ta ut en sida och byta mot en ny, då det som var sanningar 1986 inte längre håller måttet.

KRITIKEN 2

Att väcka frågan om kvaliteten hos utbildningen är OK tycker jag, om bara något konstruktivt kommer ur det.

Det som är den stora fördelen med steg 2 - utbytbarheten - gör att det är lätt för belackare att ta upp en diskussion med de utbildningsansvariga och kanske få publicera sina egna alster. Ingen skulle bli gladare än jag om det visade sig att vi har så utbildningsintresserade i våra led -



Text:
Stefan Carlsson, Åkarp

som t ex "tyckaren" på simalltinget - att vi får en ständig utveckling av våra kunskaper.

Desvärre är det ofta så att debatten innehåller få bevis, men mycket löst snack och tyckande utan verklig substans. Att platta till kolleger och göra sig lustig över andras brister finns det alldeles för många exempel på, inom simningen och så har det varit i dråpligt många år nu.

Många är de kolleger som inte längre orkar komma med idéer om hur den svenska simskutan skall hjälpas framåt. Många är de som de senaste åren sökt sig till andra näringar.

MIN EGEN KRITIK - SAMT FÖRSLAG

Jag håller med om att det finns sidor i såväl steg 1 som steg 2 som skulle behöva bytas ut. Framförallt steg 1 behöver en upputsning, men det vore rimligt om steg 3 publiceras först.

Vidare tycker jag att hoppet mellan steg 1 och 2 är alldeles för stort, framförallt för de simmare som inte har som primärt mål att bli duktiga tävlingssimmare.

Skåne har - som vanligt - gått i bräschen och gett två skickliga killar i uppdrag att täcka luckan med ett steg 1,5. Det är precis enligt de konstruktiva intentioner som författarna till steg 2 står för.

Jag tror att det finns mängder med saker vi kan bli bättre på och jag kommer att försöka dra mitt strå till stacken.

Jag tror - och tolka mig positivt nu - att anledningen till att man är en lyckad tränare i Sverige idag, är mer att tränaren har positiva personliga egenskaper än riktigt djup kunskap om internationellt gångbara skapande simidéer och modern simforskning.

Det som lyser med sin frånvaro är förmågan att skapa ett svenskt system som ständigt producerar toppstjärnor av internationell kaliber. Det verkar mer vara en slump att man "drabbas" av en talang som är villig att underkasta sig träningsmenyn som serveras. Även här finns undantag.

Den svenska slagkraften vad gäller internationella topplaceringar är bestående av en medeldistansare och ett sprintlag.

Om det beror på tränarnas utbildning, tradition eller marknadsföring från förbundskaptenen låter jag vara osagt, för det vet jag inte.

Nog är det märkligt att våra simmande vikingar mest har typ II fibrer, medan vikingskorna inte har något?! Nä, det tror jag inte på. Tradition och TAKTIK ger ett visst utslag och urval.

EPILOG

Jag tycker att SWE skall vara representerat på fler distanser och jag tror visst att de svenska tjejerna kan prestera bra.

Kanske har vi inte i vårt "system" för utbildning lärt oss att sälja budskapet till våra ungdomar.

Långsiktig idéförsäljning är i så fall ett moment som borde ingå, i stället för regelkunskap till teknikskoletränare. Eller ... behövs båda?

Frågemetodik, muntlig framställning är kanske viktigare än fysiologi. Eller kommer vi aldrig att leda utvecklingen igen om vi inte lär oss att dra nytta av varandra i huvudet med ovederhäftigt tyckande och dåligt underbyggda argument.

Ja, det är ju sådant vi kan börja diskutera.

SLUTKLÄM

Jag för min del har hopp. Jag var förra helgen, slutet januari, och föreläste på steg 2 i Skåne. Det var väldigt trevligt att få träffa en rad företrädesvis unga tränare med idéer och vakna intellekt som var sugna på att få lära sig något nytt.

Själv var jag på gott föreläsar-humör inspirerad av "Keating" i filmen "Döda poeters sällskap".

Gå och se den, alla ni som undervisar.

De som nyss utbildat sig är fulla av experimentlust och förhoppningsvis skall den inte kvävas av att det är så lågt i tak att syret snart är slut.

Sluta upp att grymta missnöje i liten grupp - Publicera något som gör situationen bättre eller var tyst!

STATISTIK

SUM-SIM Riks+Reg. 23-24/9 o 14-15/10

Gren 1: 50 M FRISIM FLICKOR 14-15 AR

1	Louise Karlsson	Skärets SS	74	26.68
2	Malin Ulveklint	Karlskrona SS	74	26.72
3	Rebecka Ståhl	SK Korrugal	74	27.0
4	Annelie Borvander	S 02	74	27.25
5	Eva Granlund	KSLS	74	27.46
6	Anette Lindbom	Mariestads SS	74	27.63
7	Åsa Carlsson	Norrköpings KK	74	27.70
8	Annelie Sallert	Bolidens SK	74	27.80
9	Petra Ihrskog	Kristinebergs SK	74	27.89
10	Karina Ridderstolpe	SPIF	74	27.94
11	Anna Söderström	Uppsala SS	74	27.99
12	Viktoria Gadd	Ronneby SS	75	28.00
13	Christina Holm	Jönköpings SS	74	28.02
14	Ingela Asplund	SPIF	75	28.1
15	Jeanette Richter	Helsingborgs S	74	28.11
16	Pernilla Petersson	Helsingborgs S	75	28.24
17	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	28.25
18	Ulrika Bramer	Tyringe SS	75	28.28
19	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	28.31
20	Christina öhlund	Umeå SS	74	28.33
20	Elin Karlsson	ösmo SS	75	28.33
22	Cecilia Kentell	Malmö S	75	28.35
22	Malin Olsson	SS Artemis	74	28.35
22	Sara Månsson	Tyringe SS	74	28.35
22	Camilla Johansson	Växjö SS	74	28.35

Gren 2: 200 M FRISIM FLICKOR 14-15 AR

1	Anette Lindbom	Mariestads SS	74	2.05.95
2	Rebecka Ståhl	SK Korrugal	74	2.06.74
3	Helena Larsson	Sandviks IK	74	2.07.55
4	Christina Holm	Jönköpings SS	74	2.07.67
5	Christina öhlund	Umeå SS	74	2.07.76
6	Malin Olsson	SS Artemis	74	2.08.70
7	Malin Ulveklint	Karlskrona SS	74	2.08.94
8	Malin Skareson	Väsby SS	75	2.09.35
9	Annelie Borvander	S 02	74	2.09.91
10	Veronica Svensson	Ystads SS	74	2.09.99
11	Cecilia Kentell	Malmö S	75	2.10.14
12	Louise Karlsson	Skärets SS	74	2.10.33
13	Viktoria Gadd	Ronneby SS	75	2.10.5
14	Anna Söderström	Uppsala SS	74	2.10.60
15	Cecilia Andersson	Ängelholms SS	74	2.10.61
16	Camilla Johansson	Växjö SS	74	2.12.15
17	Pia Liljenroth	örebro SA	74	2.12.18
18	Karina Ridderstolpe	SPIF	74	2.12.19
19	Therese Gustavsson	SK Poseidon	74	2.12.32
20	Eva Granlund	KSLS	74	2.12.34
21	Anna Nilsson	Södertälje SS	74	2.12.71
22	Petra Ihrskog	Kristinebergs SK	74	2.12.72
23	Ann-Sofie Jönsson	Tunafors SK	74	2.12.91
24	Tora Löfgren	Falu SS	74	2,13,8
25	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	2.13.81

Gren 3: 800 M FRISIM FLICKOR 14-15 AR

1	Anette Lindbom	Mariestads SS	74	9.02.19
2	Ann-Sofie Jönsson	Tunafors SK	74	9.03.70
3	Anna Nilsson	Södertälje SS	74	9.15.98
4	Cecilia Kentell	Malmö S	75	9.17.96
5	Veronica Svensson	Ystads SS	74	9.18.10
6	Helena Larsson	Sandviks IK	74	9.18.71
7	Christina öhlund	Umeå SS	74	9.22.39
8	Cecilia Andersson	Ängelholms SS	74	9.23.13
9	Malin Skareson	Väsby SS	75	9.24.72
10	Petra Mattsson	SK Triton	74	9.26.00
11	Viktoria Gadd	Ronneby SS	75	9.26.65
12	Elin Karlsson	ösmo SS	75	9.28.81
13	Malin Olsson	SS Artemis	74	9.32.09
14	Maria Persson	Kalix SS	74	9.33.11
15	Annelie Borvander	S 02	74	9.34.07
16	Victoria Augustsson	KK Karpen	75	9.35.85
17	Tine Bengtsson	Växjö SS	75	9.36.04
18	Christina Holm	Jönköpings SS	74	9.36.49
19	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	9.36.92
20	Pernilla Cullin	Stöbo SS	74	9.37.35
21	Elisabeth Johansson	Skara SS	74	9.37.56
22	Anna-Bella Hakala	Väsby SS	74	9.38.03
23	Eva Nossborn	Södertälje SS	75	9.38.20
24	Pia Liljenroth	örebro SA	74	9.38.54
25	Linda Larsson	LASS	75	9.41.12

Gren 4: 50 M BRÖSTSIM FLICKOR 14-15 AR

1	Louise Karlsson	Skärets SS	74	33.03
2	Annica Remaeus	Turebergs IF	74	34.44
3	Johanna Karlsson	SS Stimmet	74	34.55
4	Anna Lundin	Södertälje SS	74	34.96
5	Anna Jensen	Växjö SS	74	35.0
6	Therese Dekreon	Eskilstuna SS	75	35.21
7	Sabina Dahlström	Askim-Frölunda	74	35.33
8	Gunilla Selmqvist	Hylte SS	74	35.45
9	Camilla Hending	SK Poseidon	74	35.49
10	Sara Månsson	Tyringe SS	74	35.65
11	Jessica Kristoffersson	Sydsim	75	35.66
12	Ann-Sofie Callheim	östersunds SF	74	35.68
13	Elin Karlsson	ösmo SS	75	35.69
14	Veronica Olofsson	Sandviks IK	75	35.96
15	Karina Ridderstolpe	SPIF	74	36.28
16	Frida Berg	örebro SA	74	36.44
17	Anna-Bella Hakala	Väsby SS	74	36.75
18	Gisela Brunmar	SK Triton	75	36.77
19	Rebecka Ståhl	SK Korrugal	74	36.80
20	Petra Ihrskog	Kristinebergs SK	74	36.81
21	Therese Gustavsson	SK Poseidon	74	36.83
22	Christina Holm	Jönköpings SS	74	36.94
23	Charlotta Gruditz	Malmö S	75	36.96
24	Johanna Stenberg	SK Elfsborg	74	36.99
25	Veronica Svensson	Ystads SS	74	37.07

Gren 5: 200 M BRÖSTSIM FLICKOR 14-15 AR

1	Louise Karlsson	Skärets SS	74	2.37.13
2	Anna-Karin Dahlström	SS Stimmet	74	2.38.95
3	Johanna Karlsson	SS Stimmet	74	2.39.92
4	Anna Jensen	Växjö SS	74	2.40.19
5	Anna-Bella Hakala	Väsby SS	74	2.40.38
6	Annica Remaeus	Turebergs IF	74	2.42.02
7	Ann-Sofie Callheim	östersunds SF	74	2.42.82
8	Sara Mansson	Tyringe SS	74	2.44.03
9	Veronica Svensson	Ystads SS	74	2.44.24
10	Christina Holm	Jönköpings SS	74	2.44.44
11	Gunilla Selmqvist	Hylte SS	74	2.44.6
12	Anna Lundin	Södertälje SS	74	2.45.85
13	Jeanette Richter	Helsingborgs S	74	2.45.90
14	Camilla Hending	SK Poseidon	74	2.46.66
15	Veronica Olofsson	Sandviks IK	75	2.46.99
16	Sabina Dahlström	Askim-Frölunda	74	2.47.80
17	Jessica Kristoffersson	Sydsim	75	2.48.08
18	Therese Gustavsson	SK Poseidon	74	2.48.13
19	Jenny Larsson	Åmåls SS	75	2.48.24
20	Linda Jabelin	Helsingborgs S	75	2.48.32
21	Charlotta Gruditz	Malmö S	75	2.48.93
22	Caroline Granlund	S 77	74	2.48.95
23	Linda Karlström	Norrköpings KK	75	2.49.24
24	Elin Karlsson	ösmo SS	75	2.49.90
25	Therese Dekreon	Eskilstuna SS	75	2.50.25

Gren 6: 50 M RYGGSIM FLICKOR 14-15 AR

1	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	31.05
2	Camilla Johansson	Växjö SS	74	31.13
3	Lisa Lundqvist	Umeå SS	75	31.3
4	Veronica Svensson	Ystads SS	74	31.57
5	Louise Karlsson	Skärets SS	74	31.81
6	Malin Leijon	S 77	75	31.89
7	Linda Granholm	Kungälvs SS	74	32.06
8	Christina öhlund	Umeå SS	74	32.18
9	Malin Skareson	Väsby SS	75	32,2
10	Ingela Asplund	SPIF	75	32.41
11	Malin Ulveklint	Karlskrona SS	74	32.50
12	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	32.61
13	Anette Lindbom	Mariestads SS	74	32.85
14	Catharina Rundkvist	Osby SS	74	32.99
15	Anna Söderström	Uppsala SS	74	33.20
16	Eva Granlund	KSLS	74	33.24
17	Malin Nilsson	SS Artemis	74	33.25
18	Rebecka Ståhl	SK Korrugal	74	33.35
19	Jenny Larsson	Mariestads SS	74	33.59
20	Regine Kierkegaard	SPIF	75	33.66
21	Laila Bucht	Uppsala SS	75	33.73
22	Linda Engström	Bromöllaortens S	75	33.88
23	Karin Jäppinen	Södertälje SS	74	33.90
24	Lisa Alm	Väsby SS	75	33.91
25	Silvia Lopez	IFK Lidingö SK	74	33.92

STATISTIK

Gren 7: 200 M RYGGSIM FLICKOR 14-15 ÅR

1	Veronica Svensson	Ystads SS	74	2.24.35
2	Camilla Johansson	Växjö SS	74	2.25.18
3	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	2.26.30
4	Anna Nilsson	Södertälje SS	74	2.26.69
5	Malin Skareson	Väsby SS	75	2.27.25
6	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	2.28.20
7	Lisa Lundqvist	Umeå SS	75	2.28.41
8	Linda Granholm	Kungälvs SS	74	2.29.34
9	Malin Nilsson	SS Artemis	74	2.31.52
10	Ann-Sofie Jönsson	Tunafors SK	74	2.31.66
11	Christina öhlund	Umeå SS	74	2.32.01
12	Malin Leijon	S 77	75	2.32.40
13	Anna Eklöf	Markaryds SS	74	2.32.67
13	Linda Engström	Bromöllaortens S	75	2.32.67
15	Sylvia Stifanic	Ljunby SS	75	2.32.96
16	Jenny Larsson	Mariestads SS	74	2.33.31
17	Anna-Karin Dahlström	SS Stimmet	74	2.34.29
18	Anette Lindbom	Mariestads SS	74	2.34.94
19	Anna Söderström	Uppsala SS	74	2.35.50
20	Petra Mattsson	SK Triton	74	2.35.87
21	Lisa Fernlund	SK Ran	74	2.36.39
22	Charlotte Sahlqvist	S 02	75	2.36.45
23	Ingela Asplund	SPIF	75	2.37.12
24	Lisa Alm	Väsby SS	75	2.37.2
25	Katrin Jonasson	Kalmar SS	74	2.37.54

Gren 8: 50 M FJÄRILSIM FLICKOR 14-15 ÅR

1	Louise Karlsson	Skärets SS	74	29.01
2	Jeanette Richter	Helsingborgs S	74	29.58
3	Malin Skareson	Väsby SS	75	29.67
4	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	29.69
5	Lia Lundberg	Uppsala SS	75	29.90
6	Asa Carlsson	Norrköpings KK	74	30.00
7	Karina Ridderstolpe	SPIF	74	30.05
8	Christina öhlund	Umeå SS	74	30.08
9	Maria Kindlundh	S K Poseidon	74	30.36
10	Charlotte Sahlqvist	S 02	75	30.42
11	Silvia Lopez	IFK Lidingö SK	74	30.45
12	Charlotta Sjöberg	Malmö S	75	30.52
13	Charlotte Zygmunt	Södertörns SS	74	30.71
14	Veronica Svensson	Ystads SS	74	30.80
15	Camilla Johansson	Växjö SS	74	30.85
16	Tine Bengtsson	Växjö SS	75	30.92
17	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	30.98
18	Rebecka Ståhl	SK Korrugal	74	30.99
19	Viktoria Gadd	Ronneby SS	75	31.08
20	Eva Granlund	KSLS	74	31.17
21	Lisa Wiklund	Sandviks IK	75	31.20
22	Linda Engström	Bromöllaortens S	75	31.33
23	Ann Jensen	Eslövs SS	74	31.35
24	Pernilla Börman	SK Neptun	75	31.43
25	Ingela Asplund	SPIF	75	31.49

Gren 9: 200 M FJÄRILSIM FLICKOR 14-15 ÅR

1	Christina öhlund	Umeå SS	74	2.20.57
2	Veronica Svensson	Ystads SS	74	2.20.69
3	Ann-Sofie Jönsson	Tunafors SK	74	2.22.78
4	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	2.23.87
5	Malin Skareson	Väsby SS	75	2.24.33
6	Lisa Wiklund	Sandviks IK	75	2.25.14
7	Tine Bengtsson	Växjö SS	75	2.26.21
8	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	2.26.46
9	Cecilia Andersson	Ängelholms SS	74	2.26.50
10	Anna-Bella Hakala	Väsby SS	74	2.26.91
11	Eva Granlund	KSLS	74	2.27.20
12	Maria Kindlundh	S K Poseidon	74	2.27.39
13	Jeanette Richter	Helsingborgs S	74	2.29.90
14	Pernilla Cullin	Sköbo SS	74	2.30.50
15	Helena Larsson	Sandviks IK	74	2.31.60
16	Linda Engström	Bromöllaortens S	75	2.31.63
17	Johanna Karlsson	SS Stimmet	74	2.32.40
18	Jenny Larsson	Amåls SS	75	2.32.99
19	Anna Nilsson	Södertälje SS	74	2.33.80
20	Malin Nilsson	SS Artemis	74	2.33.97
21	Annelie Borvander	S 02	74	2.34.20
22	Lia Lundberg	Uppsala SS	75	2.34.28
23	Tora Löfgren	Falu SS	74	2.34.49
24	Katrin Jonasson	Kalmar SS	74	2.34.88
25	Anna-Karin Dahlström	SS Stimmet	74	2.35.15

Gren 10: 400 M MEDLEY FLICKOR 14-15 ÅR

1	Veronica Svensson	Ystads SS	74	5.02.19
2	Anna-Bella Hakala	Väsby SS	74	5.02.74
3	Anna Nilsson	Södertälje SS	74	5.06.04
4	Ann-Sofie Jönsson	Tunafors SK	74	5.07.90
5	Ulrika Jardfelt	Turebergs IF	74	5.09.50
6	Cecilia Kentell	Malmö S	75	5.09.75
7	Johanna Stenberg	SK Elfsborg	74	5.10.18
8	Camilla Johansson	Växjö SS	74	5.12.96
9	Malin Skareson	Väsby SS	75	5.13.13
10	Linda Engström	Bromöllaortens S	75	5.14.01
11	Ann-Sofie Callheim	östersunds SF	74	5.14.28
12	Petra Mattsson	SK Triton	74	5.14.33
13	Sofia Stark	Umeå SS	75	5.16.69
14	Linda Jabelin	Helsingborgs S	75	5.17.87
15	Camilla Hending	SK Poseidon	74	5.18.41
16	Lisa Lundqvist	Umeå SS	75	5.18.50
17	Jenny Larsson	Amåls SS	75	5.19.69
18	Anna-Karin Dahlström	SS Stimmet	74	5.20.01
19	Eva Nossborn	Södertälje SS	75	5.21.89
20	Kristina Engdahl	Limhamns SS	74	5.22.37
21	Linda Granholm	Kungälvs SS	74	5.23.61
22	Johanna Karlsson	SS Stimmet	74	5.24.83
23	Christina Holm	Jönköpings SS	74	5.25.46
24	Sara Månsson	Tyringe SS	74	5.26.21
25	Linda Larsson	LASS	75	5.26.25

Gren 11: 50 M FRISIM FLICKOR 13 ÅR

1	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	27.22
2	Malin Strömberg	österlen SIM	76	27.44
3	Victoria Naess	Eskilstuna SS	76	27.51
4	Jenny Engkvist	Spårvägens GOIF	76	27.81
5	Jenny Wilhelmsson	Umeå SS	76	28.56
6	Mikaela Laurén	SPIF	76	28.58
7	Anna Lundström	örebro SA	76	28.63
8	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	28.67
9	Ulrika Raue	SK Ran	76	28.84
10	Annika Granlund	Ahus SS	76	29.00
10	Tina Wallgren	Sollefteå SS	76	29.00
12	Karin Lundh	LASS	76	29.07
13	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	29.10
13	Sofia Lindström	Turebergs IF	76	29.10
15	Lina Karlsson	SK Laxen	76	29.16
16	Noemi Persich	Norrköpings KK	76	29.40
17	Tina Holmgren	SK Ran	76	29.52
18	Ulrika Thuresson	SS Artemis	76	29.63
18	Johanna Mattson	Kungälvs SS	76	29.63
20	Lisa Johansson	S 77	76	29.64
21	Jennie Andersson	Limhamns SS	76	29.67
22	Asa Norell	Uppsala SS	76	29.68
23	Johanna Roos	Kalmar SS	76	29.78
23	Nina Eriksson	Kungälvs SS	76	29.78
25	Charlotte Närwall	Malmö S	76	29.80
25	Viktoria Ekberg	Norrköpings KK	76	29.80

Gren 12: 200 M FRISIM FLICKOR 13 ÅR

1	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	2.08.75
2	Malin Strömberg	österlen SIM	76	2.09.67
3	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	2.10.92
4	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	2.11.55
5	Mikaela Laurén	SPIF	76	2.13.01
6	Ulrika Raue	SK Ran	76	2.13.07
7	Anneli Olsson	Skelleftesim	76	2.13.21
8	Ulrika Thuresson	SS Artemis	76	2.15.31
9	Victoria Naess	Eskilstuna SS	76	2.15.76
10	Ulrika Backlund	SK Hellas	76	2.15.90
11	Karin Larsson	LASS	76	2.15.98
12	Sofia Lindström	Turebergs IF	76	2.16.00
13	Caroline Magnusson	SK Ran	76	2.16.16
14	Asa Nilsson	SK Ran	76	2.16.98
15	Lotta Cornelius	Ronneby SS	76	2.17.19
16	Angelica Ockerdahl	Ängelholms SS	76	2.17.60
17	Lisa Johansson	S 77	76	2.18.70
18	Annika Lundmark	Gävle SS	76	2.18.82
19	Nina Eriksson	Kungälvs SS	76	2.18.9
20	Lina Karlsson	SK Laxen	76	2.19.39
21	Tina Holmgren	SK Ran	76	2.19.63
22	Jenny Engkvist	Spårvägens GOIF	76	2.20.10
23	Asa Jansson	KSLS	76	2.20.17
24	Viktoria Ekberg	Norrköpings KK	76	2.20.31
25	Johanna Roos	Kalmar SS	76	2.20.33

STATISTIK

Gren 13: 800 M FRISIM FLICKOR 13 ÅR

1	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	9.15.10
2	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	9.27.56
3	Mikaela Laurén	SPIF	76	9.30.01
4	Anneli Olsson	Skelleftesim	76	9.31.19
5	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	9.32.75
6	Ulrika Raue	SK Ran	76	9.36.75
7	Ulrika Backlund	SK Hellas	76	9.37.41
8	Sofia Lindström	Turebergs IF	76	9.38.89
9	Karin Larsson	LASS	76	9.39.57
10	Anna Görtz	SK Poseidon	76	9.42.10
11	Angelica Ockerdahl	Ängelholms SS	76	9.42.31
12	Karolina Yngvesson	Limhamns SS	76	9.44.75
13	Caroline Magnusson	SK Ran	76	9.46.29
14	Åsa Nilsson	SK Ran	76	9.47.9
15	Lotta Cornelius	Ronneby SS	76	9.52.08
16	Tina Holmgren	SK Ran	76	9.55.32
17	Jenny Härfstrand	Landskrona SS	76	10.00.21
18	Marie Stefanic	Ljunby SS	76	10.02.19
19	Asa Jansson	KSLS	76	10.06.45
20	Ulrika Thuresson	SS Artemis	76	10.08.57
21	Anna Edvall	Sandviks IK	76	10.08.80
22	Marie Hanemyr	Ljungby SS	76	10.10.80
23	Linda Althin	Väsby SS	76	10.11.40
24	Sara Karlsson	Helsingborgs S	76	10.11.59
25	Victoria Naess	Eskilstuna SS	76	10.11.79

Gren 14: 200 M BRÖSTSIM FLICKOR 13 ÅR

1	Angelica Ockerdahl	Ängelholms SS	76	2.43.57
2	Malin Strömberg	österlen SIM	76	2.46.92
3	Jennie Jönsson	Limhamns SS	76	2.49.71
4	Linda Kylborn	Sydsim	76	2.50.25
5	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	2.52.05
6	Anna Görtz	SK Poseidon	76	2.53.79
7	Jenny Svensson	Amåls SS	76	2.54.83
8	Martina Kristiansson	Skärets SS	76	2.54.93
9	Annika Winblad	Markaryds SS	76	2.54.95
10	Carina Nilsson	SK Ran	76	2.55.32
11	Linda Svärd	Landskrona SS	76	2.55.83
12	Anna Edvall	Sandviks IK	76	2.56.96
13	Linda Olsson	Landskrona SS	76	2.56.99
14	Minna Laitinen	SK Hellas	76	2.57.04
15	Jenny Gustavsson	Ljungby SS	76	2.58.13
16	Charlotte Närwall	Malmö S	76	2.59.28
17	Cecilia Andersson	Borlänge SS	76	3.00.09
18	Lina Karlsson	SK Laxen	76	3.00.22
19	Viktoria Ekberg	Norrköpings KK	76	3.00.43
20	Pernilla Hansson	SK Triton	76	3.00.6
21	Nina Eriksson	Kungälvs SS	76	3.01.84
22	Helena Tornberg	Uppsala SS	76	3.02.4
23	Kristin Lundin	Sparvägens GOIF	76	3.02.44
24	Charlotta Lindgren	S 77	76	3.02.59
25	Jenny Nyberg	Oskarshamns SS	76	3.02.90

Gren 15A: 200 M RYGGSIM FLICKOR 13 ÅR

1	Mikaela Laurén	SPIF	76	2.27.98
2	Tina Holmgren	SK Ran	76	2.30.13
3	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	2.30.38
4	Noemi Persich	Norrköpings KK	76	2.30.93
5	Malin Strömberg	österlen SIM	76	2.31.84
6	Marie Hanemyr	Ljungby SS	76	2.34.20
7	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	2.34.7
8	Charlotta Lindgren	S 77	76	2.35.79
9	Karolina Yngvesson	Limhamns SS	76	2.36.00
10	Camilla Månsson	SK Triton	76	2.36.4
11	Anna Görtz	SK Poseidon	76	2.37.1
12	Malin Henriksson	Landskrona SS	76	2.37.16
13	Ulrika Backlund	SK Hellas	76	2.37.9
14	Marie Stefanic	Ljunby SS	76	2.38.08
15	Lisa Johansson	S 77	76	2.40.39
16	Angelica Ockerdahl	Ängelholms SS	76	2.41.72
17	Jessica Engdahl	KSLS	76	2.42.01
18	Nina Eriksson	Kungälvs SS	76	2.42.41
19	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	2.42.56
20	Sofia Lindström	Turebergs IF	76	2.42.69
21	Anna Lundström	örebro SA	76	2.43.43
22	Lina Andersson	SK Triton	76	2.43.73
23	Viktoria Agtorn	Västerås SS	76	2.43.80
24	Annika Lundmark	Gävle SS	76	2.44.79
25	Helena Holmberg	S 02	76	2.45.28

Gren 16: 100 M FJÄRILSIM FLICKOR 13 ÅR

1	Malin Strömberg	österlen SIM	76	1.03.41
2	Tina Holmgren	SK Ran	76	1.06.80
3	Mikaela Laurén	SPIF	76	1.07.41
4	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	1.08.30
5	Jenny Engkvist	Sparvägens GOIF	76	1.08.53
6	Anna Görtz	SK Poseidon	76	1.09.9
7	Ulrika Raue	SK Ran	76	1.10.80
8	Anna-Karin Rantzow	Södertälje SS	76	1.11.1
9	Anneli Olsson	Skelleftesim	76	1.11.10
10	Jennie Andersson	Limhamns SS	76	1.11.25
11	Noemi Persich	Norrköpings KK	76	1.11.36
12	Lotta Cornelius	Ronneby SS	76	1.11.94
13	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	1.12.09
14	Tina Wallgren	Sollefteå ASS	76	1.12.24
15	Sara Karlsson	Helsingborgs S	76	1.12.48
16	Annika Lundmark	Gävle SS	76	1.13.11
17	Jenny Härfstrand	Landskrona SS	76	1.13.54
18	Charlotte Närwall	Malmö S	76	1.13.83
19	Johanna Mattson	Kungälvs SS	76	1.14.05
19	Victoria Naess	Eskilstuna SS	76	1.14.05
21	Helena Tornberg	Uppsala SS	76	1.14.3
22	Viktoria Ekberg	Norrköpings KK	76	1.14.37
23	Karolina Yngvesson	Limhamns SS	76	1.14.42
24	Anna Lundström	örebro SA	76	1.14.54
25	Linda Kylborn	Sydsim	76	1.14.64

Gren 17: 200 M MEDLEY FLICKOR 13 ÅR

1	Malin Strömberg	österlen SIM	76	2.25.55
2	Louise Jöhnecke	Väsby SS	76	2.28.08
3	Mikaela Laurén	SPIF	76	2.29.27
4	Tina Holmgren	SK Ran	76	2.31.05
5	Anna Görtz	SK Poseidon	76	2.31.61
6	Magdalena Schultz	Limhamns SS	76	2.32.31
7	Ulrika Raue	SK Ran	76	2.32.42
8	Therese Ekstrand	Ystads SS	76	2.33.33
9	Angelica Ockerdahl	Ängelholms SS	76	2.34.04
10	Anneli Olsson	Skelleftesim	76	2.36.27
11	Sofia Lindström	Turebergs IF	76	2.36.74
12	Charlotta Lindgren	S 77	76	2.37.40
13	Victoria Naess	Eskilstuna SS	76	2.37.66
14	Annika Lundmark	Gävle SS	76	2.37.97
15	Lisa Johansson	S 77	76	2.38.02
16	Lotta Cornelius	Ronneby SS	76	2.38.31
17	Noemi Persich	Norrköpings KK	76	2.39.58
18	Malin Henriksson	Landskrona SS	76	2.40.55
19	Åsa Norell	Uppsala SS	76	2.40.6
20	Anna Edvall	Sandviks IK	76	2.41.17
21	Caroline Magnusson	SK Ran	76	2.41.23
22	Ulrika Thuresson	SS Artemis	76	2.41.26
23	Anna Lundström	örebro SA	76	2.41.41
24	Ulrika Backlund	SK Hellas	76	2.41.50
25	Viktoria Agtorn	Västerås SS	76	2.41.51

Gren 18: 100 M FRISIM FLICKOR 12 ÅR

1	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	1.02.45
2	Jennie Johansson	SS Stimmet	77	1.02.49
3	Maria Eklöf	Markaryds SS	77	1.02.50
4	Cherie Ullström	Grums SS	77	1.02.81
5	Asa Pettersson	Väsby SS	77	1.03.88
6	Susanne Thörn	Ystads SS	77	1.03.89
7	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	1.03.96
8	Lina Blomqvist	Botkyrka-Rönning	77	1.04.98
9	Angela Fox	KSLS	77	1.05.20
10	Pernilla Rosén	SS Delfin	77	1.05.32
11	Emelie Kierkegaard	SPIF	77	1.05.40
12	Julia Eriksson	S 02	77	1.05.57
13	Camilla Pettersson	Stockholms KK	77	1.05.66
14	Carina Nilsson	Ängelholms SS	77	1.06.48
15	Helena Hansson	LASS	77	1.06.62
16	Therese Åkesson	SK Elfsborg	77	1.06.89
17	Sanna Leufstedt	Ystads SS	77	1.07.06
18	Susanne Ysing	Eskilstuna SS	77	1.07.13
19	Lena Nilsson	KSLS	77	1.07.37
20	Karin Tidbäck	Trollhätans SS	77	1.07.38
21	Louise Christéen	SK Poseidon	77	1.07.40
22	Linda Olofsson	Trelleborgs SS	77	1.07.82
23	Charlotte Seidevall	SK Neptun	77	1.08.00
24	Erika Johansson	Bolidens SK	77	1.08.09
25	Karin Holmgren	Harnäs-Skutskär	77	1.08.11

STATISTIK

Gren 19: 400 M FRISIM FLICKOR 12 ÅR

1	Maria Eklöf	Markaryds SS	77	4.45.16
2	Susanne Thörn	Ystads SS	77	4.46.99
3	Angela Fox	KSLS	77	4.48.60
4	Jennie Johansson	SS Stimmet	77	4.50.79
5	Karolina Ydermark	Ljunby SS	77	4.55.64
6	Charlotte Seidevall	SK Neptun	77	4.56.33
7	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	4.57.99
8	Camilla Pettersson	Stockholms KK	77	4.58.25
9	Cherie Ullström	Grums SS	77	4.58.78
10	Linda Strandberg	Helsingborgs S	77	4.58.93
11	Helena Hansson	LASS	77	5.01.05
12	Katrin Zurek	Eslövs SS	77	5.01.34
13	Pauline Lindgren	Ystads SS	77	5.01.43
14	Annelie Håkansson	Eslövs SS	77	5.01.92
15	Louise Christéen	SK Poseidon	77	5.02.99
16	Karin Holmgren	Harnäs-Skutskär	77	5.05.9
17	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	5.06.18
18	Ann Nilsson	SK Neptun	77	5.06.62
19	Linda Ahlgren	örbyhus SS	77	5.06.9
20	Åsa Pettersson	Väsby SS	77	5.07.8
21	Susanne Ysing	Eskilstuna SS	77	5.07.88
22	Sanna Leufstedt	Ystads SS	77	5.09.21
23	Pernilla Rosén	SS Delfin	77	5.09.94
24	Ylva Preutz	Karlskrona SS	77	5.11.24
25	Jenny Fredriksson	Norrköpings KK	77	5.11.52

Gren 20: 100 M BRÖSTSIM FLICKOR 12 ÅR

1	Erika Johansson	Bolidens SK	77	1.19.11
2	Angela Fox	KSLS	77	1.19.15
3	Helena Hansson	LASS	77	1.20.3
4	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	1.21.67
5	Linda Olofsson	Trelleborgs SS	77	1.22.53
6	Anna Ohlsson	SK Ena	77	1.22.77
7	Johanna Andersson	Botkyrka-Rönning	77	1.23.70
8	Carina Tenngart	Vellinge-Näset	77	1.24.53
9	Carina Nilsson	Ängelholms SS	77	1.24.71
10	Susanne Thörn	Ystads SS	77	1.24.73
11	Sandra Högström	KK Karpen	77	1.24.97
12	Therese Andersson	SS Delfin	77	1.24.98
13	Karolin Lillhage	Askim-Frölunda	77	1.25.29
14	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	1.25.45
15	Karolina Ydermark	Ljungby SS	77	1.25.87
16	Camilla Pettersson	Stockholms KK	77	1.25.95
17	Charlotte Seidevall	SK Neptun	77	1.26.11
18	Cecilia Carlsson	SS Mora	77	1.26.42
19	Anette Olsson	Landskrona S	77	1.26.55
20	Ulrika Henriksson	Ängelholms SS	77	1.26.59
21	Karin Hamberg	Härnösands SS	77	1.27.28
22	Anna Davidsson	Västerås SS	77	1.27.33
23	Caroline Larsson	Eskilstuna SS	77	1.27.36
24	Linda Björklund	Trelleborgs SS	77	1.27.57
25	Cecilia Jarl	SK Ran	77	1.27.64

Gren 21: 100 M RYGGSIM FLICKOR 12 ÅR

1	Linda Strandberg	Helsingborgs S	77	1.12.53
2	Camilla Pettersson	Stockholms KK	77	1.13.27
3	Jennie Johansson	SS Stimmet	77	1.13.64
4	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	1.13.71
5	Karolina österlund	Uppsala SS	77	1.15.6
6	Emilie Kierkegaard	SPIF	77	1.16.45
7	Ulrika Nilsson	KK Karpen	77	1.16.83
8	Julia Eriksson	S 02	77	1.17.00
9	Louise Christéen	SK Poseidon	77	1.17.15
10	Cherie Ullström	Grums SS	77	1.18.20
11	Maria Eklöv	Markaryds SS	77	1.18.32
12	Linda Johansson	Åmåls SS	77	1.18.37
13	Anette Hällkvist	Karlskrona SS	77	1.18.99
14	Linda Olofsson	Trelleborgs SS	77	1.19.15
15	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	1.19.21
16	Karin Tidbäck	Trollhätans SS	77	1.19.42
17	Malin Melander	Trelleborgs SS	77	1.19.56
18	Katrin Zurek	Eslövs SS	77	1.19.71
19	Ulrika Henriksson	Ängelholms SS	77	1.19.88
20	Sofia Linder	SK Neptun	77	1.20.10
21	Lise-Lott Strandqvist	KK Karpen	77	1.20.25
22	Åsa Pettersson	Väsby SS	77	1.20.32
23	Caroline Larsson	Eskilstuna SS	77	1.20.38
24	Sara Johansson-Ulfsdotter	Landskrona S	77	1.20.63
25	Therese Åkesson	SK Elfsborg	77	1.21.25

Gren 22: 100 M FJÄRILSIM FLICKOR 12 ÅR

1	Karolina Ydermark	Ljungby SS	77	1.09.43
2	Jennie Johansson	SS Stimmet	77	1.11.50
3	Anette Hällkvist	Karlskrona SS	77	1.12.06
4	Louise Christéen	SK Poseidon	77	1.12.79
5	Emilie Kierkegaard	SPIF	77	1.13.4
6	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	1.13.67
7	Linda Strandberg	Helsingborgs S	77	1.14.03
8	Susanne Thörn	Ystads SS	77	1.15.2
9	Ylva Preutz	Karlkrona SS	77	1.15.36
10	Ulrika Henriksson	Ängelholms SS	77	1.15.47
11	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	1.15.48
12	Ann Nilsson	SK Neptun	77	1.15.6
13	Cecilia Rasmusson	Malmö S	77	1.16.10
14	Cherie Ullström	Grums SS	77	1.16.28
15	Susanne Steen	Ängelholms SS	77	1.17.11
16	Charlotte Seidevall	SK Neptun	77	1.17.2
17	Erika Johansson	Bolidens SK	77	1.17.68
18	Susanne Ysing	Eskilstuna SS	77	1.17.76
19	Maria Jonsson	Gävle SS	77	1.17.94
20	Julia Eriksson	S 02	77	1.18.52
21	Angela Fox	KSLS	77	1.18.53
22	Camilla Pettersson	Stockholms KK	77	1.18.65
23	Linda Ahlgren	örbyhus SS	77	1.18.91
24	Emma Jonasdotter	Hagfors SS	77	1.19.28
25	Pernilla Rosén	SS Delfin	77	1.19.45

Gren 23: 200 M MEDLEY FLICKOR 12 ÅR

1	Jennie Johansson	SS Stimmet	77	2.33.73
2	Marianne Pettersson	Lysekils SS	77	2.34.20
3	Linda Strandberg	Helsingborgs S	77	2.39.60
4	Angela Fox	KSLS	77	2.40.22
5	Annika Bjärenstam	Ängelholms SS	77	2.40.29
6	Karolina Ydermark	Ljungby SS	77	2.40.95
7	Louise Christéen	SK Poseidon	77	2.41.7
8	Ulrika Henriksson	Ängelholms SS	77	2.43.73
9	Julia Eriksson	S 02	77	2.43.74
10	Charlotte Seidevall	SK Neptun	77	2.43.75
11	Susanne Ysing	Eskilstuna SS	77	2.44.60
11	Carina Nilsson	Ängelholms SS	77	2.44.60
13	Helena Hansson	LASS	77	2.44.82
14	Susanne Thörn	Ystads SS	77	2.44.98
15	Linda Olofsson	Trelleborgs SS	77	2.45.40
16	Annelie Håkansson	Eslövs SS	77	2.45.98
17	Ann Nilsson	SK Neptun	77	2.46.12
18	Ylva Preutz	Karlskrona SS	77	2.46.30
19	Cherie Ullström	Grums SS	77	2.46.66
20	Anna Ohlsson	SK Ena	77	2.46.78
20	Caroline Larsson	Eskilstuna SS	77	2.46.78
22	Cecilia Cederloo	Gävle SS	77	2.46.97
23	Linda Johansson	Åmåls SS	77	2.47.25
24	Sofia Linder	SK Neptun	77	2.47.46
25	Erika Johansson	Bolidens SK	77	2.48.05

Gren 24: 100 M FRISIM FLICKOR 11 ÅR o y

1	Karin Holmstedt	SK Ale	78	1.06.38
2	Marie Ulfvers	SS Kanalen	78	1.06.42
3	Anna Eriksson	Kungälvs SS	78	1.07.37
4	Linda Svensson	Borlänge SS	78	1.07.87
5	Elin Ellertsson	Eslövs SS	78	1.08.49
6	Caroline Veraeus	Vellinge-Näset	78	1.09.54
7	Cecilia Ström	LASS	78	1.09.84
8	Fia Karlsson	SK Laxen	78	1.10.10
9	Alexandra Ockerdahl	Ängelholms SS	78	1.10.21
10	Camilla Johansson	SK Elfsborg	78	1.10.41
11	Sara Andersson	SK Triton	78	1.10.70
12	Therese Holmqvist	Vellinge-Näset	78	1.11.08
13	Carina Hellman	Klippans SS	78	1.11.15
14	Anna Kideborn	Helsingborgs S	78	1.11.35
15	Kristine Persson	Vansbro AIK	78	1.11.5
16	Helena Andersson	Mölndals ASS	78	1.12.17
17	Iris Fosserud	Askim-Frölunda	78	1.12.19
18	Madeleine Assarsson	Ängelholms SS	78	1.12.64
19	Britt-Louise Fahlberg	Timrå SK	78	1.12.83
20	Hanna Börjesson	Växjö SS	78	1.12.92
21	Anna Siölin	KK Karpen	78	1.12.96
22	Frida Cronsioe	SPIF	78	1.13.12
23	Katharina Häll	Uppsala SS	78	1.13.16
24	Emma Vretblad	SOIK Hellas	78	1.13.55
25	Hanna Lundmark	Skeleftesim	78	1.13.60

STATISTIK

Gren 25: 400 M FRISIM FLICKOR 11 ÅR o y

1	Cecilia Ström	LASS	78	4.59.79
2	Karin Holmstedt	Ale SK	78	5.04.91
3	Elin Ellertsson	Eslövs SS	78	5.07.20
4	Anna Eriksson	Kungälvs SS	78	5.12.44
5	Sofia Svensson	Eslövs SS	78	5.14.95
6	Alexandra Ockedahl	Ängelholms SS	78	5.17.5
7	Linda Svensson	Borlänge SS	78	5.18.48
8	Anna Siölin	KK Karpen	78	5.18.76
9	Maria Romberg	Vellinge-Näset	78	5.19.41
10	Therese Holmqvist	Vellinge-Näset	78	5.20.01
11	Anna Kideborn	Helsingborgs S	78	5.20.27
12	Åsa Lange	SK Ran	79	5.21.47
13	Sara Andersson	Vellinge-Näset	78	5.23.07
14	Camilla Johansson	SK Elfsborg	78	5.25.51
15	Sara Andersson	SK Triton	78	5.26.35
16	Caroline Veraeus	Vellinge-Näset	78	5.30.30
17	Helene Larsson	Karlskrona SS	78	5.32.40
18	Katharina Häll	Uppsala SS	78	5.33.19
19	Emma Vretblad	SOIK Hellas	78	5.34.38
20	Frida Cronsioe	SPIF	78	5.34.85
21	Maria Persson	Ystads SS	79	5.36.50
22	Hanna Börjesson	Växjö SS	78	5.37.79
23	Jessica Svensson	Karlskrona SS	78	5.38.43
24	Hanna Lundmark	Skelleftesim	78	5.42.22
25	Sara Björk	Uppsala SS	79	5.43.14

Gren 26: 100 M BRÖSTSIM FLICKOR 11 ÅR o y

1	Anna Kideborn	Helsingborgs S	78	1.20.77
2	Alexandra Ockedahl	Ängelholms SS	78	1.22.68
3	Marie Ulfvers	SS Kanalen	78	1.23.36
4	Iris Posserud	Askim-Frölunda	78	1.27.13
5	Sara Andersson	Vellinge-Näset	78	1.27.2
6	Madeleine Assarsson	Ängelholms SS	78	1.27.69
7	Helena Tsioaris	SK Triton	78	1.28.74
8	Camiolla Johansson	SK Elfsborg	78	1.28.90
9	Karin Adnor	östersunds SF	78	1.28.93
10	Anna Siölin	KK Karpen	78	1.29.43
11	Åsa Axelsson	Eskilstuna SS	78	1.29.8
12	Helena Andersson	Mölndals ASS	78	1.30.20
13	Cecilia Ström	LASS	78	1.30.24
14	Brit-Louise Fahlberg	Timrå SK	78	1.30.56
15	Kristine Persson	Vansbro AIK	78	1.31.14
16	Malin Holm	S 02	78	1.32.32
17	Helena Westlund	SK Triton	78	1.32.72
18	Linda Waide	SK Laxen	78	1.32.80
19	Anette La Fleur	Osby SS	78	1.33.01
20	Linda Olsson	Klippans SS	78	1.33.03
21	Maria Grufstedt	Ystads SS	79	1.33.13
22	Jessica Svensson	Karlskrona SS	78	1.33.62
23	Anna Granberg	Karlskoga SF	78	1.33.67
24	Maria Bengtsson	SK Triton	78	1.33.72
25	Hanna Börjesson	Växjö SS	78	1.33.76

Gren 27: 100 M RYGGSIM FLICKOR 11 ÅR o y

1	Linda Svensson	Borlänge SS	78	1.20.13
2	Sofia Svensson	Eslövs SS	78	1.20.40
3	Helena Andersson	Mölndals ASS	78	1.20.51
4	Jenny Persson	SK Götene	78	1.20.74
5	Elin Ellertsson	Eslövs SS	78	1.21.36
6	Karin Holmstedt	SK Ale	78	1.21.51
7	Caroline Veraeus	Vellinge-Näset	78	1.21.62
8	Alexandra Ockerdahl	Ängelholms SS	78	1.21.92
9	Cecilia Ström	LASS	78	1.22.57
10	Marie Ulfvers	SS Kanalen	78	1.23.00
11	Anna Siölin	KK Karpen	78	1.23.13
12	Camilla Johansson	SK Elfsborg	78	1.23.36
13	Nina Ahlsborn	SK Ran	78	1.23.65
14	Maria Persson	Ystads SS	79	1.23.71
15	Hanna Henriksson	Trelleborgs SS	78	1.24.62
16	Malin Engström	Bromöllaortens S	78	1.25.26
17	Helena Westlund	SK Triton	78	1.25.68
18	Linda Mandl	SK Lödde	78	1.26.14
19	Therese Holmqvist	Vellinge-Näset	78	1.26.22
20	Kristine Persson	Vansbro AIK	78	1.26.53
21	Mia Pettersson	Köpings SS	78	1.26.56
22	Anna Eriksson	Kungälvs SS	78	1.26.65
23	Sara Andersson	Vellinge-Näset	78	1.26.79
24	Sara Björk	Uppsala SS	79	1.27.5
25	Maria Schön	Markaryds SS	78	1.27.51

Gren 28: 100 M FJÄRILSIM FLICKOR 11 ÅR o y

1	Alexandra Öckedahl	Ängelholms SS	78	1.15.71
2	Linda Svensson	Borlänge SS	78	1.18.27
3	Anna Siölin	KK Karpen	78	1.19.33
4	Emma Vretblad	SOIK Hellas	78	1.19.50
5	Anna Eriksson	Kungälvs SS	78	1.20.50
6	Fia Karlsson	SK Laxen	78	1.21.05
7	Kristine Persson	Vansbro AIK	78	1.21.10
8	Caroline Veraeus	Vellinge-Näset	78	1.21.52
9	Carina Hellman	Klippans SS	78	1.22.51
10	Helena Westlund	SK Triton	78	1.23.3
11	Karin Holmstedt	SK Ale	78	1.23.56
12	Therese Holmqvist	Vellinge-Näset	78	1.24.27
13	Helene Larsson	Karlskrona SS	78	1.24.44
14	Madeleine Assarsson	Ängelholms SS	78	1.24.85
15	Maria Bengtsson	SK Triton	78	1.24.88
16	Ida Persson	Ängelholms SS	78	1.25.17
17	Hanna Lundmark	Skelleftesim	78	1.26.16
18	Camilla Johansson	SK Elfsborg	78	1.26.31
19	Petra Knutsson	Ängelholms SS	78	1.27.89
20	Malin Engström	Bromöllaortens S	78	1.28.63
21	Katharina Häll	Uppsala SS	78	1.28.90
22	Malin Bystedt	östersunds SF	78	1.29.30
23	Camilla Bengtsson	Botkyrka-Rönning	78	1.30.33
24	Therese Nilsson	Skärets SS	78	1.31.21
25	Jessica Svensson	Karlskrona SS	78	1.31.55

Gren 29: 200 M MEDLEY FLICKOR 11 ÅR o y

1	Alexandra Ockerdahl	Ängelholms SS	78	2.44.02
2	Marie Ulfvers	SS Kanalen	78	2.46.30
3	Elin Ellertsson	Eslövs SS	78	2.48.80
4	Linda Svensson	Borlänge SS	78	2.50.64
5	Anna Siölin	KK Karpen	78	2.50.84
6	Cecilia Ström	LASS	78	2.51.5
7	Karin Holmstedt	SK Ale	78	2.51.59
8	Kristine Persson	Vansbro AIK	78	2.52.21
9	Anna Kideborn	Helsingborgs S	78	2.53.72
10	Helena Westlund	SK Triton	78	2.53.92
11	Caroline Veraeus	Vellinge-Näset	78	2.54.63
12	Anna Eriksson	Kungälvs SS	78	2.55.0
13	Therese Holmqvist	Vellinge-Näset	78	2.55.00
14	Helena Andersson	Mölndals ASS	78	2.55.49
15	Camilla Johansson	SK Elfsborg	78	2.55.98
16	Iris Posserud	Askim-Frölunda	78	2.56.42
17	Marie Johansson	SS Artemis	78	2.58.32
18	Madeline Assarsson	Ängelholms SS	78	2.59.16
19	Emma Vretblad	SOIK Hellas	78	2.59.86
20	Sara Andersson	Vellinge-Näset	78	3.00.30
20	Hanna Lundmark	Skelleftesim	78	3.00.30
22	Fia Karlsson	SK Laxen	78	3.00.59
23	Maria Bengtsson	SK Triton	78	3.01.24
24	Malin Holm	S 02	78	3.01.8
25	Hanna Börjesson	Växjö SS	78	3.01.86



STATISTIK

Gren 34: 50 M FRISIM POJKAR 15-16 AR

1	Pierre Johansson	Kristinebergs SK	73	23.93
2	Klas Lindfors	Södertörns SS	74	24.22
3	Zsolt Hegmegi	Jönköpings SS	74	24.43
4	Anders Lindgren	Älvsby SS	73	24.44
4	Tomas Häggström	SK Neptun	73	24.44
6	Anders Engdahl	Växjö SS	74	24.56
7	Marcus Lundstedt	Södertälje SS	74	24.66
8	Anders Kroon	Uppsala SS	74	24.75
9	Ola Söderholm	Norrköpings KK	73	24.96
10	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	25.03
11	Robert Bengtsson	Ystads SS	73	25.10
11	Jonas Colting	SK Elfsborg	73	25.10
13	Emil Alm	Väsby SS	73	25.11
14	Daniel Linden	Kungälvs SS	73	25.39
15	Fredrik Sandin	Skärets SS	73	25.52
16	Fredrik Andersson	Kalmar SS	74	25.55
17	Chakib Bel Mekki	Järfälla S	73	25.57
18	Magnus Ohlsson	KSLS	74	25.58
19	Mac Ewertzh	Helsingborgs S	73	25.64
20	Patrik Isaksson	Västerås SS	73	25.65
20	Christian Biversand	Malmö KK	73	25.65
22	Anders Taflin	Umeå SS	73	25.66
23	Lars Frölander	Borlänge SS	74	25.69
24	Patrik Rydberg	Norrköpings KK	74	25.70
25	Oliver Fekete	Skövde SS	73	25.71
25	Andreas Billström	Umeå SS	73	25.71

Gren 35: 200 M FRISIM POJKAR 15-16 AR

1	Anders Kroon	Uppsala SS	74	1.53.91
2	Anders Lindgren	Älvsby SS	73	1.56.31
3	Marcus Lundstedt	Södertälje SS	74	1.56.47
4	Jonas Brodin	Väsby SS	74	1.56.67
5	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	1.56.87
6	Magnus Lundin	Falu SS	73	1.57.28
7	Gunnar Klintberg	Uppsala SS	74	1.57.34
8	Pierre Johansson	Kristinebergs SK	73	1.58.1
9	Mac Ewertzh	Helsingborgs S	73	1.58.25
10	Zsolt Hegmegi	Jönköpings SS	74	1.58.58
11	Christian Biversand	Malmö KK	73	1.58.69
12	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	1.58.8
13	Magnus Ohlsson	KSLS	74	1.58.85
14	Lars Frölander	Borlänge SS	74	1.59.09
15	Magnus Nilsson	LASS	73	2.00.18
16	Patrik Rydberg	Norrköpings KK	74	2.00.94
17	Lars Lindvall	SK Lödde	74	2.01.41
18	Magnus Jönsson	SK Ran	73	2.01.63
19	Stefan Olofsson	Helsingborgs S	73	2.01.77
20	Magnus Gustavsson	Helsingborgs S	73	2.01.88
21	Johan Bevinder	SK Neptun	74	2.02.03
22	Tomas Häggström	SK Neptun	73	2.02.31
23	Fredrik Haglund	Västerås SS	73	2.02.34
24	Gustav Johansson	SK Neptun	73	2.02.37
25	Jonas Colting	SK Elfsborg	73	2.02.51

Gren 36: 1500 M FRISIM POJKAR 15-16 AR

1	Anders Kroon	Uppsala SS	74	15.42.20
2	Christian Biversand	Malmö KK	73	16.12.99
3	Magnus Ohlsson	KSLS	74	16.16.19
4	Gunnar Klintberg	Uppsala SS	74	16.21.00
5	Mac Ewertzh	Helsingborgs S	73	16.31.70
6	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	16.32.95
7	Jonas Brodin	Väsby SS	74	16.33.36
8	Johan Rönnevall	östersunds SF	73	16.50.49
9	Conny Wennberg	Spårvägens GOIF	73	16.53.43
10	Magnus Jönsson	SK Ran	73	16.54.51
11	Johan Bevinder	SK Neptun	74	16.54.61
12	Magnus Malmström	Kalix SS	73	16.56.32
13	Emil Alm	Väsby SS	73	17.00.23
14	Fredric Wismar	Hudriksvalls SS	73	17.04.49
15	Patrik Andersson	Växjö SS	74	17.04.83
16	Mikael Stones	S 02	73	17.09.14
17	Dan Stahl	SK Ran	73	17.12.27
18	Mathias Henriksson	Eskilstuna SS	74	17.17.12
19	Joakim Strid	Helsingborgs S	73	17.17.61
20	Magnus Gustavsson	Helsingborgs S	73	17.19.81
21	Henrik Larsson	Tyringe SS	74	17.19.98
22	Stefan Larsson	Ökelesunds SS	74	17.22.74
23	Fredrik Hellberg	Sandviks IK	73	17.23.61
24	Fredrik Ekström	Piteå Sim	73	17.24.19
25	Ralf Brynielsson	Kalmar SS	73	17.26.37

Gren 37: 50 M BRöSTSIM POJKAR 15-16 AR

1	Marcus Olsson	Sundvalls SS	73	30.23
2	Patrik Isaksson	Västerås SS	73	30.46
3	Pierre Johansson	Kristinebergs SK	73	30.61
4	Jonas Nilsson	Säffle SS	74	30.94
5	Conny Wennberg	Spårvägens GOIF	73	31.26
6	Anders Lindgren	Älvsby SS	73	31.29
7	Nicklas Bohman	Södertälje SS	73	31.44
8	Jörgen Svensson	Åmåls SS	73	31.46
9	Mikael Otterstig	Järfälla S	73	31.51
10	Andreas Billström	Umeå SS	73	31.60
10	Andreas Löfqvist	östersten Sim	73	31.60
12	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	31.83
13	Ola Bengtsson	Nyköpings SS	74	31.86
14	Gunnar Klintberg	Uppsala SS	74	31.92
14	Lars Lindvall	SK Lödde	74	31.92
16	Kenneth Sääf	Solna SS	73	32.01
17	Oskar Åkesson	LASS	73	32.36
18	Peter Hjers	Kristinebergs SK	74	32.60
19	Arvid Bruhn	Järfälla S	74	32.62
20	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	32.71
21	Stefan Westerlund	Järfälla S	73	32.82
21	Johan Ferraro	LASS	73	32.82
23	Mattias Andersson	SS Kanalen	73	32.95
24	Jan Björk	SK Neptun	73	33.01
25	Patrik Windisch	Norrköpings KK	73	33.02

Gren 38: 200 M BRöSTSIM POJKAR 15-16 AR

1	Conny Wennberg	Spårvägens GOIF	73	2.23.29
2	Pierre Johansson	Kristinebergs SK	73	2.27.02
3	Johan Ferraro	LASS	73	2.27.20
4	Peter Hjers	Kristinebergs SK	74	2.27.73
5	Fredrik Haglund	Västerås SS	73	2.28.34
6	Mikael Otterstig	Järfälla S	73	2.29.18
7	Lars Lindvall	SK Lödde	74	2.29.48
8	Henrik Thuresson	Iggesunds SS	74	2.30.56
9	Simon Malmberg	Växjö SS	74	2.30.7
10	Kenneth Sääf	Solna SS	73	2.31.92
11	Jonas Nilsson	Säffle SS	74	2.32.20
12	Peter Johansson	Skärets SS	74	2.32.40
13	Tomas Sojuth	Trollhätans SS	73	2.32.92
14	Andreas Billström	Umeå SS	73	2.33.14
15	Patrik Windisch	Norrköpings KK	73	2.33.17
16	Nicklas Bohman	Södertälje SS	73	2.33.2
17	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	2.34.23
18	Tomas Sojuth	Trollhätans SS	73	2.34.96
19	Marcus Olsson	Sundvalls SS	73	2.35.31
20	Jonas Bergzén	Kalmar SS	74	2.35.33
21	Gunnar Klintberg	Uppsala SS	74	2.35.4
22	Stefan Westerlund	Järfälla S	73	2.35.91
23	Oskar Åkesson	LASS	73	2.36.19
24	Håkan Johansson	Hvite SS	73	2.36.92
25	Mattias Pettersson	SK Triton	74	2.37.18

Gren 39A: 50 M RYGGSIM POJKAR 15-16 AR

1	Anders Kroon	Uppsala SS	74	27.88
2	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	28.53
3	Zsolt Hegmegi	Jönköpings SS	74	28.72
4	Ola Söderholm	Norrköpings KK	73	29.04
5	Emil Alm	Väsby SS	73	29.07
6	Thomas Landin	Helsingborgs S	73	29.23
6	Thomas Landin	Helsingborgs S	73	29.23
8	Robert Bengtsson	Ystads SS	73	29.34
9	Henrik Andersson	Eslövs SS	73	29.35
10	Fredrik Wallner	Hudriksvalls SS	73	29.41
11	Urban Lindh	Deje SS	74	29.44
12	Fredrik Andersson	Kalmar SS	74	29.45
13	Patrik Isaksson	Västerås SS	73	29.56
14	Patrik Rydberg	Norrköpings KK	74	29.64
15	Niclas Widegren	Askim-Frölunda	73	29.72
16	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	29.79
17	Marcus Lundstedt	Södertälje SS	74	29.85
18	Erik Nordström	SK Poseidon	73	30.03
19	Johan Lundh	Södertörns SS	74	30.13
20	Christopher Åberg	Säffle SS	74	30.22
20	Henrik Larsson	Tyringe SS	74	30.22
22	Magnus Christensen	Växjö SS	73	30.25
22	Lars Frölander	Borlänge SS	74	30.25
22	Madej Kartecki	Falkenberg SS	74	30.25
25	Magnus Lundin	Falu SS	73	30.3

STATISTIK

Gren 40: 200 M RYGGSIM POJKAR 15-16 ÅR

1	Anders Kroon	Uppsala SS	74	2.08.17
2	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	2.09.92
3	Zsolt Hegmegi	Jönköpings SS	74	2.13.29
4	Johan Lundh	Södertörns SS	74	2.13.56
5	Fredrik Wallner	Hudiksvalls SS	73	2.14.32
6	Gustav Johansson	SK Neptun	73	2.14.47
7	Emil Alm	Väsby SS	73	2.14.75
8	Ola Söderholm	Norrköpings KK	73	2.15.08
9	Johan Ferraro	LASS	73	2.17.43
10	Erik Nordström	SK Poseidon	73	2.18.37
11	Urban Lindh	Dele SS	74	2.18.47
12	Henrik Larsson	Tyringe SS	74	2.18.57
13	Madej Kartecki	Falkenberg SS	74	2.19.06
14	Henrik Nilsson	Ängelholms SS	73	2.19.30
15	Berhard Szablowski	Tyringe SS	73	2.20.16
16	Henrik Andersson	Eslövs SS	73	2.21.26
17	Marcus Lundstedt	Södertälje SS	74	2.21.50
18	Niclas Widegren	Askim-Frölunda	73	2.21.64
19	Patrik Rydberg	Norrköpings KK	74	2.21.70
20	Robert Bengtsson	Ystads SS	73	2.21.75
21	Lars Frölander	Borlänge SS	74	2.22.2
22	Carl-Johan Deuschl	Stockholms KK	73	2.22.55
23	Klas Lindfors	Södertörns SS	74	2.22.59
24	Magnus Lundin	Falu SS	73	2.22.6
25	Sverker Rytterstedt	örnsköldsviks AS	73	2.23.64

Gren 41: 50 M FJÄRILSIM POJKAR 15-16 ÅR

1	Anders Lindgren	Älvsby SS	73	26.43
2	Patrik Isaksson	Västerås SS	73	26.57
3	Christian Lindström	Turebergs IF	74	26.62
4	Ola Söderholm	Norrköpings KK	73	26.64
5	Pierre Johansson	Kristinebergs SK	73	26.94
5	Gustav Johansson	SK Neptun	73	26.94
7	Emil Alm	Väsby SS	73	26.97
8	Lars Frölander	Borlänge SS	74	27.00
9	Patrik Rydberg	Norrköpings KK	74	27.23
10	Johan Lundh	Södertörns SS	74	27.37
11	Mac Ewertzh	Helsingborgs S	73	27.47
12	Anders Larsson	Väsby SS	73	27.51
13	Kenneth Sääf	Solna SS	73	27.52
14	Daniel Linden	Kungälvs SS	73	27.67
15	Nicklas Bohman	Södertälje SS	73	28.1
16	Tobias Nilsson	Sjöbo SS	28.73	28.23
17	Chakib Bel Mekki	Järfälla S	73	28.32
18	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	28.33
19	Anders Engdahl	Växjö SS	74	28.39
19	Fredrik Andersson	Kalmar SS	74	28.39
21	Peter Hjers	Kristinebergs SK	74	28.40
22	Mikael Stones	S 02	73	28.41
23	Mikael Granström	Turebergs IF	74	28.46
24	Magnus Jönsson	SK Ran	73	28.48
25	Henrik Ingemansson	Kalmar SS	74	28.50

Gren 42: 200 M FJÄRILSIM POJKAR 15-16 ÅR

1	Ola Söderholm	Norrköpings KK	73	2.06.86
2	Gustav Johansson	SK Neptun	73	2.09.58
3	Carl-Johan Deuschl	Stockholms KK	73	2.11.80
4	Lars Frölander	Borlänge SS	74	2.12.32
5	Anders Engdahl	Växjö SS	74	2.13.39
6	Magnus Gustavsson	Helsingborgs S	73	2.13.45
7	Emil Alm	Väsby SS	73	2.13.99
8	Kenneth Sääf	Solna SS	73	2.14.00
9	Johan Lundh	Södertörns SS	74	2.14.46
10	Mikael Granström	Turebergs IF	74	2.14.48
11	Berhard Szablowski	Tyringe SS	73	2.15.85
12	Christian Lindström	Turebergs IF	74	2.16.04
13	Anders Lindgren	Älvsby SS	73	2.16.24
14	Mikael Stones	S 02	73	2.17.58
15	Henrik Thuresson	Iggesunds SS	74	2.18.59
16	Stefan Nilsson	Mölndals ASS	73	2.18.82
17	Daniel Linden	Kungälvs SS	73	2.19.38
18	Magnus Lundin	Falu SS	73	2.19.48
19	Lars Lindvall	SK Lödde	74	2.20.29
20	Magnus Malmström	Kalix SS	73	2.20.86
21	Peter Hjers	Kristinebergs SK	74	2.21.09
21	Dan Ståhl	SK Ran	73	2.21.09
23	Fredric Wismar	Hudiksvalls SS	73	2.22.57
24	Klas Andersson	LASS	73	2.22.90
25	Jan Björk	SK Neptun	73	2.23.29

Gren 43: 400 M MEDLEY POJKAR 15-16 ÅR

1	Anders Kroon	Uppsala SS	74	4.35.79
2	Martin Svensson	Jönköpings SS	73	4.37.80
3	Conny Wennberg	Spårvägens GOIF	73	4.41.43
4	Kenneth Sääf	Solna SS	73	4.44.0
5	Johan Ferraro	LASS	73	4.44.23
6	Magnus Jönsson	SK Ran	73	4.46.02
7	Magnus Lundin	Falu SS	73	4.46.09
8	Magnus Malmström	Kalix SS	73	4.46.27
9	Christian Biversand	Malmö KK	73	4.46.51
10	Fredrik Haglund	Västerås SS	73	4.49.02
11	Emil Alm	Väsby SS	73	4.49.10
12	Peter Martinsson	Helsingborgs S	73	4.50.07
13	Carl-Johan Deuschl	Stockholms KK	73	4.51.80
14	Marcus Lundstedt	Södertälje SS	74	4.52.66
15	Mikael Otterstig	Järfälla S	73	4.55.25
15	Lars Lindvall	SK Lödde	74	4.55.25
17	Peter Johansson	Skärets SS	74	4.56.16
18	Erik Nordström	SK Poseidon	73	4.58.02
19	Peter Hjers	Kristinebergs SK	74	4.58.20
20	Gustav Johansson	SK Neptun	73	4.58.60
21	Berhard Szablowski	Tyringe SS	73	5.00.25
22	Håkan Johansson	Hylte SS	73	5.00.89
23	Patrik Windisch	Norrköpings KK	73	5.01.53
24	Jonas Brodin	Väsby SS	74	5.02.15
25	Joakim Strid	Helsingborgs S	73	5.02.50

Gren 44: 50 M FRISIM POJKAR 14 ÅR

1	Jacob Werner	Uppsala SS	75	25.40
2	Olof Pettersson	SK Poseidon	75	25.69
3	Bonny Olsson	Sjöbo SS	75	25.75
4	Oskar La Fleur	SK Poseidon	75	26.04
5	Robert Dolama	Växjö SS	75	26.25
5	Peter Hansson	SPIF	75	26.25
5	Jonas Lundström	östersunds SF	75	26.25
8	Mikael Svensson	Skara SS	75	26.28
9	Johan Olsson	Limhamns SS	75	26.43
10	Daniel Höijer	SS Mora	75	26.47
11	Tony Carlsson	Skärets SS	75	26.48
12	Christian Edberg	Tunafors SK	75	26.56
13	Emil Nordlund	Umeå SS	75	26.60
13	Andreas Gustavsson	Skärets SS	75	26.60
15	Martin Kristensson	Ystads SS	75	26.66
16	Magnus Bondesson	S 77	75	26.73
17	Tomas Olinger	SOIK Hellas	75	26.82
18	Carl Wallin	Uppsala SS	75	26.85
19	Ulrik Karlsson	Skara SS	75	26.95
20	Martin Sjöbeck	Sjöbo SS	75	27.04
21	Adam Rundström	Järfälla S	75	27.07
22	Daniel Lindman	Bodens BK Sim	75	27.17
23	Cristoffer Eliasson	Malmö S	75	27.21
24	Erik Svhultz	Växjö SS	75	27.22
25	Robert Löfström	Sundbybergs Ik	75	27.34

Gren 45: 200 M FRISIM POJKAR 14 ÅR

1	Jacob Werner	Uppsala SS	75	1.58.77
2	Robert Dolama	Växjö SS	75	2.02.10
3	Cristoffer Eliasson	Malmö S	75	2.02.17
4	Oskar La Fleur	SK Poseidon	75	2.03.55
5	Fredrik Lundin	SS Artemis	75	2.03.93
6	Jonas Lundström	östersunds SF	75	2.04.18
7	Johan Olsson	Limhamns SS	75	2.04.66
8	Johan Backlund	Sandviks IK	75	2.05.47
9	Olof Pettersson	SK Poseidon	75	2.06.0
10	Mikael Svensson	Skara SS	75	2.06.21
11	Martin Sjöbeck	Sjöbo SS	75	2.07.03
12	Björn Olsson	Ystads SS	75	2.07.20
13	Marcus Ahlström	SPIF	75	2.07.74
14	Andreas Gustavsson	Skärets SS	75	2.07.99
15	Martin Kristensson	Ystads SS	75	2.08.25
16	Bonny Olsson	Sjöbo SS	75	2.08.35
17	Tor Bengtsson	Nyköpings SS	75	2.08.76
18	Andreas Lidholm	Ystads SS	75	2.09.20
19	Robert Löfström	Sundbybergs IK	75	2.09.91
20	Daniel Svensson	Ängelholms SS	75	2.10.09
21	Fredrik Karlsson	östersunds SF	75	2.10.45
22	Peter Andersson	Skärets SS	75	2.10.49
23	Niklas Larsson	Limhamns SS	75	2.10.59
24	Peter Hansson	SPIF	75	2.10.74
25	Magnus Bondesson	S 77	75	2.10.77

STATISTIK

Gren 46: 1500 M FRISIM POJKAR 14 AR

1	Jacob Werner	Uppsala SS	75	16.49.64
2	Jonas Lundström	östersunds SF	75	16.51.89
3	Cristoffer Eliasson	Malmö S	75	16.57.83
4	Andreas Lidholm	Ystads SS	75	17.01.63
5	Fredrik Lundin	SS Artemis	75	17.11.12
6	Marcus Ahlström	SPIF	75	17.20.09
7	Björn Olsson	Ystads SS	75	17.26.68
8	Martin Sjöbeck	Sjöbo SS	75	17.34.94
9	Håkan Andersson	Malmö S	75	17.44.03
10	Johan Backlund	Sandviks IK	75	17.44.28
11	Robert Dolama	Växjö SS	75	17.44.62
12	Fredrik Sievert	Helsingborgs S	75	17.47.04
13	Andreas Gustavsson	Skärets SS	75	17.48.64
14	Robert Löfström	Sundbybergs IK	75	18.00.15
15	Henrik Forsgren	Spårvägens GOIF	75	18.00.53
16	Conny Mattsen	SK Neptun	75	18.02.10
17	Daniel Kungberg	Motala SS	75	18.04.38
18	Rickard Blom	Karlskrona SS	75	18.12.70
19	Osiel Ibanez	Väsby SS	75	18.13.39
20	Sverker Persson	Ronneby SS	75	18.18.37
21	Richard Bildsten	LASS	75	18.19.81
22	Fredrik Karlsson	östersunds SF	75	18.26.53
23	Per Lundberg	Ronneby SS	75	18.28.02
24	Mårten Olsson	Vellinge-Näset	75	18.28.26
25	Tor Bengtsson	Nyköpings SS	75	18.29.65

Gren 47: 200 M BRÖSTSIM POJKAR 14 AR

1	Tor Bengtsson	Nyköpings SS	75	2.30.70
2	Tor Möller	Växjö SS	75	2.30.89
3	Magnus Bondesson	S 77	75	2.32.71
4	Jonas Flyhagen	Ystads SS	75	2.36.38
5	Mikael Olsson	SS Artemis	75	2.37.44
6	David Ljung	Skelleftesim	75	2.37.73
7	Fredrik Rosenholm	Spårvägens GOIF	75	2.37.85
8	Ulrik Karlsson	Skara SS	75	2.40.8
9	Robert Dolama	Växjö SS	75	2.41.84
10	Daniel Svensson	Ängelholms SS	75	2.42.19
10	Christian Ingerhed	Södertörns SS	75	2.42.19
12	Niklas Larsson	Limhamns SS	75	2.42.65
13	Björn Olsson	Ystads SS	75	2.43.02
14	Fredrik Rosenholm	Spårvägens GOIF	75	2.44.08
15	Peter Rogbrandt	Skara SS	75	2.44.17
16	Fredrik Olsson	Gävle SS	75	2.44.33
17	Tony Carlsson	Skärets SS	75	2.44.67
18	Mikael Svensson	Skara SS	75	2.44.82
19	Sverker Persson	Ronneby SS	75	2.46.15
20	Björn Hansson	SK Poseidon	75	2.46.39
21	Matti Stendahl	SPIF	75	2.46.56
22	Ola Hellsing	Södertörns SS	75	2.46.64
23	Johan Backlund	Sandviks IK	75	2.47.6
24	Erik Svhultz	Växjö SS	75	2.47.96
25	Niclas Larsson	SK Laxen	75	2.48.55

Gren 48: 200 M RYGGSIM POJKAR 14 AR

1	Robert Dolama	Växjö SS	75	2.16.29
2	Fredrik Lundin	SS Artemis	75	2.16.77
3	Andreas Lidholm	Ystads SS	75	2.24.44
4	Henrik Forsgren	Spårvägens GOIF	75	2.24.55
5	Tobias Marklund	Piteå Sim	75	2.24.71
6	Tor Wildenstam	Solna SS	75	2.24.85
7	Fredrik Sievert	Helsingborgs S	75	2.25.39
8	Magnus Bondesson	S 77	75	2.25.76
9	Björn Hansson	SK Poseidon	75	2.26.18
10	Tony Carlsson	Skärets SS	75	2.26.97
11	Kristoffer Schilbach	Södertälje SS	75	2.27.39
12	Mikael Bill	Karlskoga SF	75	2.27.68
13	Martin Sjöbeck	Sjöbo SS	75	2.28.26
14	Björn Olsson	Ystads SS	75	2.28.72
15	Oskar La Fleur	SK Poseidon	75	2.29.25
16	Fredrik Karlsson	östersunds SF	75	2.29.45
17	Daniel Svensson	Ängelholms SS	75	2.31.24
18	Markus Kjellberg	Limhamns SS	75	2.31.58
19	Andreas Gustavsson	Skärets SS	75	2.31.58
20	David Ljung	Skelleftesim	75	2.32.1
21	Mikael Svensson	Skara SS	75	2.32.17
22	Peter Christoffersson	Älvsta SS	75	2.32.62
23	Niclas Johansson	SK Elfsborg	75	2.32.85
24	Mattus Nilsson	Sjöbo SS	75	2.33.12
25	Torbjörn Ekman	Karlskrona SS	75	2.33.26

Gren 49: 100 M FJÄRILSIM POJKAR 14 AR

1	Robert Dolama	Växjö SS	75	1.00.19
2	Oskar La Fleur	SK Poseidon	75	1.02.38
3	Jacob Werner	Uppsala SS	75	1.03.47
4	Fredrik Lundin	SS Artemis	75	1.03.68
5	Cristoffer Eliasson	Malmö S	75	1.03.72
6	Björn Olsson	Ystads SS	75	1.03.79
7	Tor Wildenstam	Solna SS	75	1.04.12
8	Björn Hansson	SK Poseidon	75	1.05.20
9	Andreas Gustavsson	Skärets SS	75	1.05.48
10	Conny Mattsen	SK Neptun	75	1.05.54
11	Marcus Ahlström	SPIF	75	1.05.63
12	Johan Backlund	Sandviks IK	75	1.05.98
13	Per Lundberg	Ronneby SS	75	1.06.05
14	Peter Rogbrandt	Skara SS	75	1.06.40
15	Filip Hanik	Ängelholms SS	75	1.07.36
16	Mikael Svensson	Skara SS	75	1.08.32
17	David Ljung	Skelleftesim	75	1.08.53
18	Dan Holmqvist	Karlshamn SK	75	1.08.64
19	Magnus Bondesson	S 77	75	1.08.71
20	Niclas Johansson	SK Elfsborg	75	1.08.72
21	Torbjörn Ekman	Karlskrona SS	75	1.09.16
22	Marcus Mandl	SK Lödde	75	1.09.38
23	Per Bergkvist	Väsby SS	75	1.09.42
24	Conny Torstensson	Turebergs IF	75	1.09.57
25	Ulrik Karlsson	Skara SS	75	1.09.66

Gren 50: 200 M MEDLEY POJKAR 14 AR

1	Robert Dolama	Växjö SS	75	2.15.31
2	Magnus Bondesson	S 77	75	2.18.52
3	Jacob Werner	Uppsala SS	75	2.18.62
4	Fredrik Lundin	SS Artemis	75	2.19.47
5	Björn Olsson	Ystads SS	75	2.21.99
6	Oskar La Fleur	SK Poseidon	75	2.23.31
7	Cristoffer Eliasson	Malmö S	75	2.23.49
8	Mikael Svensson	Skara SS	75	2.23.73
9	Daniel Höijer	SS Mora	75	2.23.77
10	Björn Hansson	SK Poseidon	75	2.23.78
11	Daniel Svensson	Ängelholms SS	75	2.25.38
12	David Ljung	Skelleftesim	75	2.25.6
13	Johan Olsson	Limhamns SS	75	2.25.84
14	Conny Mattsen	SK Neptun	75	2.25.89
15	Mikael Olsson	SS Artemis	75	2.26.55
16	Tor Bengtsson	Nyköpings SS	75	2.27.34
17	Tor Möller	Växjö SS	75	2.27.82
18	Tony Carlsson	Skärets SS	75	2.28.43
19	Anders Ardahl	Söderhamns SS	75	2.29.2
20	Tor Wildenstam	Solna SS	75	2.29.29
21	Martin Sjöbeck	Sjöbo SS	75	2.29.34
22	Tobias Marklund	Piteå Sim	75	2.30.35
23	Henrik Forsgren	Spårvägens GOIF	75	2.30.46
24	Torbjörn Ekman	Karlskrona SS	75	2.30.62
25	Niklas Larsson	Limhamns SS	75	2.30.66

Gren 51: 100 M FRISIM POJKAR 13 AR

1	Ola Johansson	Växjö SS	76	56.8
2	Jens Magnusson	SS Artemis	76	58.25
3	David Holmdahl	Askim-Frölunda	76	58.87
4	Johan Lindström	SK Ran	76	59.92
5	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	59.97
6	Peter Pontikis	Stockholms KK	76	1.00.06
7	Daniel Carlsson	Botkyrka-Rönning	76	1.00.24
8	Tobias Eldh	Limhamns SS	76	1.00.30
9	Robert Wigert	Växjö SS	76	1.00.37
10	Mikael Nilsson	Växjö SS	76	1.00.94
11	Henrik Dellång	Södertörns SS	76	1.01.06
12	Bengt-Arne Bengtsson	Malmö S	76	1.01.32
13	Jesper Fagerberg	SK Laxen	76	1.01.45
14	Anders Tengsell	SOIK Hellas	76	1.01.69
15	Joakim Dahl	Landskrona S	76	1.01.98
16	Toni Karadakovski	Eslövs SS	76	1.02.03
17	Robert Svanborg	Sölleftea ASS	76	1.02.35
18	Mikael Lundholm	Väsby SS	76	1.02.52
19	Ambjörn Larsson	Landskrona S	76	1.02.71
20	Johan Johannesson	Gnosjö SS	76	1.02.87
21	Per Sundin	östersunds SF	76	1.03.08
22	Ola Dahlström	Askim-Frölunda	76	1.03.13
23	Mikael Hvlten	Värnamo SS	76	1.03.28
24	Tomitaka Ishido	SK Neptun	76	1.03.29
25	Johan Öjing	SK Svesim	76	1.03.54

STATISTIK

Gren 52: 400 M FRISIM POJKAR 13 ÅR

1	Mikael Lundholm	Väsby SS	76	4.28.19
2	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	4.29.01
3	Ola Johansson	Växjö SS	76	4.30.70
4	Jens Magnusson	SS Artemis	76	4.31.05
5	Bengt-Arne Bengtsson	Malmö S	76	4.31.59
6	Tobias Eldh	Limhamns SS	76	4.34.32
7	Jesper Fagerberg	SK Laxen	76	4.38.60
8	Joakim Dahl	Landskrona S	76	4.39.74
9	Anders Tengsell	SOIK Hellas	76	4.40.79
10	Per Sundin	östersunds SF	76	4.42.7
11	Johan Johnsson	Motala SS	76	4.44.31
12	Henrik Edlund	LASS	76	4.44.49
13	Björn Forsell	Uppsala SS	76	4.44.54
14	Robert Svanborg	Sölleftea ASS	76	4.46.07
15	Martin Mileros	Eskilstuna SS	76	4.46.39
16	Mikael Nilsson	Växjö SS	76	4.47.57
17	Toni Karadakovski	Eslövs SS	76	4.49.08
18	Robert Wigert	Växjö SS	76	4.49.11
19	Ambjörn Larsson	Landskrona S	76	4.51.12
20	Anders Qvist	Eslövs SS	76	4.51.14
21	Andreas Håkansson	Limhamns SS	76	4.52.04
22	Mikael Magnusson	Ystads SS	76	4.52.21
23	Jin Nilsson	Helsingborgs S	76	4.52.67
24	Viktor Lidström	Ronneby SS	76	4.55.35
25	Dan Magnusson	SK Poseidon	76	4.55.65

Gren 53: 100 M BRÖSTSIM POJKAR 13 ÅR

1	Ola Johansson	Växjö SS	76	1.15.51
2	Per Sundin	östersunds SF	76	1.16.06
3	Jens Magnusson	SS Artemis	76	1.16.53
4	Robert Wigert	Växjö SS	76	1.16.58
5	Adam Bergman	Trelleborgs SS	76	1.16.62
6	Daniel Eriksson	Osby SS	76	1.16.99
7	James Hedin	Lysekils SS	76	1.17.08
8	Jimmy Svanberg	Lysekils SS	76	1.18.22
9	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	1.18.29
10	Ambjörn Larsson	Landskrona S	76	1.18.60
11	Anders Tengsell	SOIK Hellas	76	1.18.76
12	Alfred Persson	Helsingborgs S	76	1.18.87
13	Lars-Olof Lindberg	SK Ena	76	1.19.62
14	Ola Karlsson	Woxnadalens SK	76	1.19.80
15	Peter Hedqvist	Södertörns SS	76	1.20.10
16	Martin Davidsson	Västerås SS	76	1.20.45
17	Johan Johnsson	Motala SS	76	1.21.52
18	Conny Ågren	Växjö SS	76	1.21.56
19	Peter Pontikis	Stockholms KK	76	1.21.70
20	Mikael Axelsson	SOIK Hellas	76	1.21.80
21	Toni Karadakovski	Eslövs SS ,	76	1.22.53
22	Martin Hallberg	Skara SS	76	1.22.62
23	Herman Mårtensson	SK Lödde	76	1.22.66
24	Håkan Leijon	Borlänge SS	76	1.22.67
25	Tobias Eldh	Limhamns SS	76	1.23.20

Gren 54: 100 M RYGGSIM POJKAR 13 ÅR

1	Daniel Carlsson	Botkyrka-Rönning	76	1.07.15
2	Ola Johansson	Växjö SS	76	1.07.43
3	Jens Magnusson	SS Artemis	76	1.08.03
4	Tobias Eldh	Limhamns SS	76	1.09.17
5	Jesper Fagerberg	SK Laxen	76	1.10.7
6	Toni Karadakovski	Eslövs SS	76	1.10.75
7	Robert Svanborg	Sölleftea ASS	76	1.10.90
8	Dan Magnusson	SK Poseidon	76	1.10.96
9	Johan Johnsson	Motala SS	76	1.10.98
10	Henrik Deiläng	Södertörns SS	76	1.11.36
11	Martin Mileros	Eskilstuna SS	76	1.11.62
12	Håkan Leijon	Borlänge SS	76	1.11.74
13	Viktor Lidström	Ronneby SS	76	1.12.13
14	Stefan Möller	SK Ran	76	1.12.47
15	Anders Qvist	Eslövs SS	76	1.12.58
16	Johan Öjing	SK Svdsim	76	1.13.03
17	David Holmdahl	Askim-Frölunda	76	1.13.46
18	Jin Nilsson	Helsingborgs S	76	1.13.92
19	Jimmy Svanberg	Lysekils SS	76	1.13.97
20	Joel Lindfors	Södertörns SS	76	1.14.24
21	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	1.14.36
21	Johan Johannesson	Gnösjö SS	76	1.14.36
23	Joakim Dahl	Landskrona S	76	1.14.62
24	Mikael Nilsson	Växjö SS	76	1.14.64
25	Henrik Edlund	LASS	76	1.15.73

Gren 55: 100 M FJÄRILSIM POJKAR 13 ÅR

1	Ola Johansson	Växjö SS	76	1.04.48
2	Daniel Carlsson	Botkyrka-Rönning	76	1.04.96
3	Jens Magnusson	SS Artemis	76	1.06.70
4	Robert Svanborg	Sölleftea ASS	76	1.06.71
5	David Holmdahl	Askim-Frölunda	76	1.06.74
6	Tomitaka Ishido	SK Neptun	76	1.07.0
7	Peter Pontikis	Stockholms KK	76	1.08.69
8	Ola Dahlström	Askim-Frölunda	76	1.09.63
9	Mikael Nilsson	Växjö SS	76	1.09.70
10	Anders Qvist	Eslövs SS	76	1.09.98
11	Roland Osorio	SK Ran	76	1.10.38
12	Anders Tengsell	SOIK Hellas	76	1.10.58
13	Toni Karadakovski	Eslövs SS	76	1.10.67
14	Joakim Dahl	Landskrona S	76	1.10.87
15	Mikael Lundholm	Väsby SS	76	1.10.99
16	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	1.11.08
17	Johan Setterberg	Mölndals ASS	76	1.12.15
18	Jesper Fagerberg	SK Laxen	76	1.12.22
19	Johan Johnsson	Motala SS	76	1.12.46
20	Stefan Möller	SK Ran	76	1.12.90
21	Dennis Lundqvist	Stockholms KK	76	1.13.04
22	Håkan Leijon	Borlänge SS	76	1.13.87
23	Jin Nilsson	Helsingborgs S	76	1.13.88
24	Per Törnqvist	SK Laxen	76	1.14.16
25	Henrik Edlund	LASS	76	1.14.27

Gren 56: 200 M MEDLEY POJKAR 13 ÅR

1	Jens Magnusson	SS Artemis	76	2.25.51
2	Toni Karadakovski	Eslövs SS	76	2.28.68
3	Daniel Carlsson	Botkyrka-Rönning	76	2.28.9
4	Karl-Johan Lentonsson	Malmö S	76	2.29.79
5	Mikael Lundholm	Väsby SS	76	2.32.30
6	Johan Johnsson	Motala SS	76	2.32.31
7	Pär Sundin	östersunds SF	76	2.32.64
8	Jesper Fagerberg	SK Laxen	76	2.32.70
9	David Holmdahl	Askim-Frölunda	76	2.33.73
10	Robert Svanborg	Sölleftea ASS	76	2.33.80
11	Anders Qvist	Eslövs SS	76	2.33.91
12	Joakim Dahl	Landskrona S	76	2.34.30
13	Mikael Nilsson	Växjö SS	76	2.35.19
14	Tobias Eldh	Limhamns SS	76	2.36.10
15	Bengt-Arne Bengtsson	Malmö S	76	2.38.15
16	Anders Tengsell	SOIK Hellas	76	2.38.64
17	Henrik Deiläng	Södertörns SS	76	2.38.72
18	Martin Mileros	Eskilstuna SS	76	2.39.01
19	Ambjörn Larsson	Landskrona S	76	2.39.07
20	Håkan Leijon	Borlänge SS	76	2.39.25
21	Jonny Börjesson	Vansbro AIK	76	2.39.29
22	Adam Bergman	Trelleborgs SS	76	2.39.58
23	Robert Wigert	Växjö SS	76	2.40.28
24	Dan Magnusson	SK Poseidon	76	2.40.46
25	Joel Lindfors	Södertörns SS	76	2.40.67

Gren 57: 100 M FRISIM POJKAR 12 ÅR o y

1	Anders Forsberg	SK Lödde	77	1.01.34
2	Fredrik Engdahl	Limhamns SS	77	1.02.07
3	Johan Wallberg	Karlsborgs SK	77	1.02.7
4	Johan Mattsson	SK Triton	77	1.02.72
5	Alexander Svensson	Ystads SS	77	1.02.87
6	Mattias Andersson	Värnamo SS	77	1.03.03
7	Mattias Andersson	Sköbo SS	78	1.04.78
8	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	1.04.82
9	David Karlsson	SS Stimmet	77	1.05.11
10	Magnus Lindström	SK Triton	77	1.05.13
11	Mikael Nedstedt	Eslövs SS	77	1.05.6
12	Mattias Thuresson	SS Artemis	78	1.05.63
13	Gotfrid Keller	SPIF	77	1.05.83
14	Elvar Danielsson	Helsingborgs S	77	1.05.99
15	Fredrik Ohlsson	Värnamo SS	77	1.06.16
16	Nicklas Larsson	LASS	77	1.06.2
17	Benny Rahm	Karlsborgs SK	77	1.06.53
18	Ted Molin	Helsingborgs S	77	1.07.00
19	Lars Ilsöe	SK Triton	77	1.07.12
20	Johan Olsson	Vellinge-Näset	77	1.07.31
21	Ola Lagerqwist	Hvetlanda SS	77	1.07.55
22	Jon Olofsson	Kalix SS	77	1.07.65
23	Johnny Engman	Väsby SS	77	1.07.67
24	Andreas Borgenstam	Lysekils SS	77	1.07.99
25	Henrik Pihlström	SPIF	77	1.08.2

STATISTIK

Gren 58: 400 M FRISIM POJKAR 12 ÅR o v

1	Fredrik Engdahl	Limhamns SS	77	4.40.21
2	Alexander Svensson	Ystads SS	77	4.42.75
3	Anders Forsberg	SK Lödde	77	4.42.80
4	Johan Mattsson	SK Triton	77	4.42.85
5	Mattias Andersson	Värnamo SS	77	4.47.50
6	Johan Wallberg	Karlsborgs SK	77	4.48.91
7	Nicklas Larsson	LASS	77	4.50.83
8	Gotfrid Keller	SPIF	77	4.53.31
9	Fredrik Ohlson	Värnamo SS	77	4.57.73
10	Elvar Danielsson	Helsingborgs S	77	4.57.97
11	Lars Ilsöe	SK Triton	77	4.58.72
12	Patrik Nilsson	österlen Sim	77	4.59.60
13	Johan Wallin	Ljungby SS	77	5.02.8
14	Joakim Mårtensson	Ystads SS	78	5.03.51
15	Magnus Lindström	SK Triton	77	5.04.69
16	Johnny Engman	Väsby SS	77	5.06.48
17	Henrik Pihlström	SPIF	77	5.06.59
18	Mikael Nedstedt	Eslövs SS	77	5.07.93
19	Stefano Prestinoni	SK Neptun	77	5.08.31
20	Emil Olofsson	Landskrona S	77	5.09.65
21	Kristoffer Göransson	Eslövs SS	77	5.10.18
22	Magnus Johansson	Mölndals ASS	77	5.11.50
23	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	5.11.76
24	Johnny Engman	Väsby SS	77	5.12.16
25	David Karlsson	SS Stimmet	77	5.13.90

Gren 59: 100 M BRÖSTSIM POJKAR 12 ÅR o v

1	Mattias Andersson	Värnamo SS	77	1.19.96
2	Mikael Nedstedt	Eslövs SS	77	1.22.02
3	Marcus Wernström	Motala SS	77	1.22.34
4	Joakim Lundqvist	SK Poseidon	77	1.22.65
5	Thomas Francke	SS Artemis	78	1.22.89
6	Johan Olsson	Vellinge-Näset	77	1.22.90
7	Johan Wallberg	Karlsborgs SK	77	1.23.9
8	Joakim Danielsson	Oxelesunds SS	77	1.24.10
9	Johan Wallin	Ljungby SS	77	1.24.69
10	Andreas Borgenstam	Lysekils SS	77	1.24.71
11	Daniel Engström	Ystads SS	77	1.24.81
12	Johnny Engman	Väsby SS	77	1.24.87
13	Alexander Svensson	Ystads SS	77	1.24.90
14	Tom Lennartsson	Vellinge-Näset	78	1.25.65
15	Magnus Johansson	Mölndals ASS	77	1.25.73
16	Henrik Ingerhed	Södertörns SS	78	1.26.16
17	Andreas Olsson	Askim-Frölunda	77	1.27.5
18	David Karlsson	SS Stimmet	77	1.27.57
19	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	1.27.63
20	Johan Mattsson	SK Triton	77	1.27.7
21	Stefan Lindgren	Tunafors SK	77	1.28.16
22	Alexander Berandi	Sandvikens SOHK	77	1.28.46
23	Elvar Danielsson	Helsingborgs S	77	1.28.67
24	Erik Westberg	Gävle SS	77	1.28.68
25	Emil Olofsson	Landskrona S	77	1.28.89



Gren 60: 100 M RYGGSIM POJKAR 12 ÅR o v

1	Anders Forsberg	SK Lödde	77	1.10.11
2	Fredrik Engdahl	Limhamns SS	77	1.12.92
3	Gotfrid Keller	SPIF	77	1.13.64
4	Magnus Johansson	Mölndals ASS	77	1.14.50
5	Johan Mattsson	SK Triton	77	1.14.61
6	Benny Rahm	Karlsborgs SK	77	1.14.82
7	Daniel Zimmer	SK Ran	77	1.16.05
8	Ola Lagerqwist	Hvetlanda SS	77	1.16.68
9	Joakim Ohlsson	Södertörns SS	77	1.16.75
10	Alexander Svensson	Ystads SS	77	1.16.97
11	Mikael Klevstigh	Norrköpings KK	77	1.17.72
12	David Karlsson	SS Stimmet	77	1.17.78
13	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	1.18.29
14	Joakim Mårtensson	Ystads SS	78	1.18.53
15	Mikael Nedstedt	Eslövs SS	77	1.18.62
16	Mattias Andersson	Sjöbo SS	78	1.18.9
17	David Karlsson	SS Stimmet	77	1.20.05
18	Joakim Lundqvist	SK Poseidon	77	1.20.27
19	Andreas Auinger	Vellinge-Näset	77	1.20.28
20	Andreas Borgenstam	Lysekils SS	77	1.20.54
21	Tobias Petersson	Kristinebergs SK	77	1.20.63
22	Ted Molin	Helsingborgs S	77	1.20.68
23	Stefano Prestinoni	SK Neptun	77	1.21.18
24	Johan Wallin	Ljungby SS	77	1.21.24
25	Magnus Lindström	SK Triton	77	1.21.43

Gren 61A: 100 M FJÄRILSIM POJKAR 12 ÅR o v

1	Alexander Svensson	Ystads SS	77	1.07.54
2	Johan Mattsson	SK Triton	77	1.11.51
3	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	1.12.34
4	Mattias Andersson	Värnamo SS	77	1.13.54
5	Johan Wallberg	Karlsborgs SK	77	1.16.52
6	Fredrik Engdahl	Limhamns SS	77	1.17.07
7	Andreas Auinger	Vellinge-Näset	77	1.17.08
8	Niklas Bergström	Ljungby SS	77	1.17.16
9	Andreas Borgenstam	Lysekils SS	77	1.17.35
10	Martin Kärnek	Danderyds SK	77	1.17.71
11	Johan Wallin	Ljungby SS	77	1.17.79
12	Partik Gillberg	Södertörns SS	77	1.17.8
13	Gottfrid Keller	SPIF	77	1.19.81
14	Mikael Klevstigh	Norrköpings KK	77	1.19.92
15	Rikard Grafström	Turebergs IF	77	1.19.95
16	Niklas Svensson	SK Ran	78	1.20.13
17	Mattias Andersson	Sjöbo SS	78	1.21.65
18	Tom Lennartsson	Vellinge-Näset	78	1.21.75
19	Daniel Zimmer	SK Ran	77	1.21.95
20	Joakim Lundqvist	SK Poseidon	77	1.21.97
21	Stefano Prestinoni	SK Neptun	77	1.22.5
22	Patrik Andersson	SK Triton	77	1.22.89
23	David Karlsson	SS Stimmet	77	1.23.39
24	Johan Olsson	Vellinge-Näset	77	1.23.75
25	Alexander Olsson	SK Neptun	77	1.23.76

Gren 62: 200 M MEDLEY POJKAR 12 ÅR o v

1	Johan Mattsson	SK Triton	77	2.32.12
2	Alexander Svensson	Ystads SS	77	2.32.52
3	Johan Wallberg	Karlsborgs SK	77	2.36.88
4	David Karlsson	SS Stimmet	77	2.40.20
5	Anders Forsberg	SK Lödde	77	2.40.68
6	Per Widströmer	Karlskrona SS	77	2.40.84
7	Johan Wallin	Ljungby SS	77	2.41.7
8	Magnus Johansson	Mölndals ASS	77	2.42.45
9	Gotfrid Keller	SPIF	77	2.42.52
10	Fredrik Engdahl	Limhamns SS	77	2.42.57
11	Joakim Mårtensson	Ystads SS	78	2.45.22
12	Stefano Prestinoni	SK Neptun	77	2.45.31
13	Andreas Auinger	Vellinge-Näset	77	2.45.33
14	Kristoffer Göransson	Eslövs SS	77	2.47.04
15	Marcus Wernström	Motala SS	77	2.47.2
16	Nicklas Larsson	LASS	77	2.47.56
17	Mattias Andersson	Sjöbo SS	78	2.48.76
18	Ola Lagerqwist	Hvetlanda SS	77	2.48.94
19	Christer Soegel	Helsingborgs S	77	2.49.44
20	Johan Olsson	Vellinge-Näset	77	2.49.63
21	Martin Kärnek	Danderyds SK	77	2.49.84
22	Johnny Engman	Väsby SS	77	2.49.88
23	Håkan Djusberg	östersunds SF	78	2.51.46
24	Nicklas Bergström	Ljungby SS	78	2.52.46
25	Tom Lennartsson	Vellinge-Näset	78	2.52.49

DAGBOK

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)
11 Winner Cup, Karlshamn
11 Minisim, Kalmar
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
18 Orrefors Öppna, Nybro
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 Tränautbildning, 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

2- 4 Sovjet woman, Moskva URS
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

April

Simning

1 Golden Cup Sprint, 50 m, Göteborg (S 02)
7-8 4-nationers, SWE-GBR-HOL-FRG, 50 m Coventry, GBR
7-8 Limhamnstrofén. sen, ungd, Malmö (LSS)
7-8 Knallesim, F sen, jun, 15-11, P sen, jun, 16-12, Borås
7-8 Värnamo Simspel, Värnamo
8 Höglandsdoppet, Nässjö
20-22 CIJ Lux-90, 50 m, Luxemburg, LUX
21-22 Korsvirkes Sim, 15 o ä, 14 o y, Ystad
21-22 Kalottkampen, (alt. 12-13/5), Finland
21-22 Jobsson Cup, sen, jun, ungd, Varberg
21 Hemglass Cup, Strängnäs
22 Sparbanksdoppet, 15 o ä - 14 o y, Tidaholm
22 Sandaredssimmet, 15-12, Sandared (SK 70)
22 Sjörövarsimmet, 25 m, Göteborg (S 02)
22 Bohussimmet, Uddevalla (USF)
22 Oxelödoppet, Oxelösund
27-29 Norrländska Mästerskapen, Umeå
27-1 Läger utmanarna
28-29 Simicaden, distriktsfinaler
28-29 Smé-Simmet, sen - 13, Eskilstuna (TSK)
28-29 Eiser Cup, F 16 o ä, 15 o y, P 17 o ä, 16 o y, 50 m, Burlöv
28-30 Diana Arrow, 50 m, Göteborg (GKKN)

Hopp

14-15 VAU Open, Vantaa, FIN
27-29 Sum-region, Kalmar och Karlstad
27-1 Strasbourg, FRA

Masters

12-15 Invitational Masters Challenger, 50 m, Coventry, GBR

Polo

21-22 Semifinal 3, damer
28-29 Semifinal 2, herrar
28-29 Kval till kval till elitserien 2, herrar

KONSTSIM

20-22 Loano Synchro, ITA

Komlett tävlingskalender
i Simkalendern
Ring Svenska Simförbundet
och beställ
Tel. 08- 713 60 00.

BADMODE 90

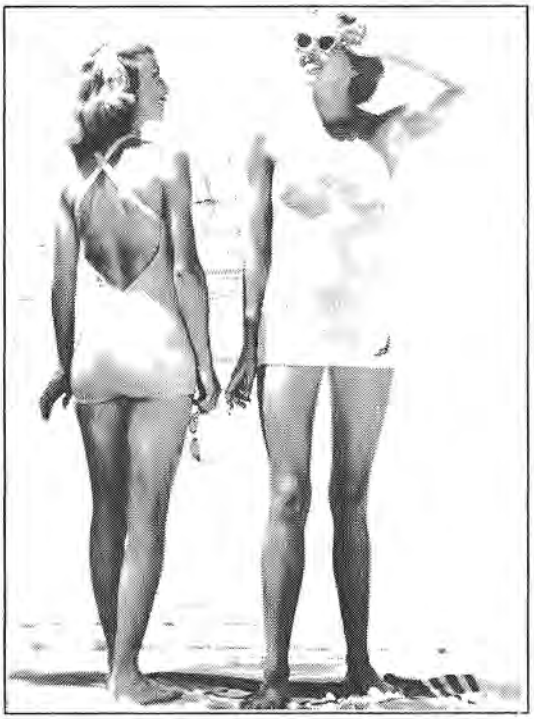


BAD -90

På följande uppslag visas valda delar av sommarens badmode, både vad gäller träning, tävling, sol, strand och bad. Idag är baddräkten bekvämt skuren i ett material som klarar klor, sol och salt och som torkar snabbt. Under förutsättning att den sköts rätt. Så slarva inte med badkläderna. I många fall är de ju er tävlingsutrustning. Fabrikanterna lägger ner mycket arbete och stora pengar på produktutveckling för ett bra resultat. Kräv därför besked av affären om skötselråd. De finns. Annat var det förr, i tidernas gryning. Du Pont, tillverkare av Lycra, visar här hur det såg ut på från vänster till höger, 1920-, 1930-, 1940- och 1950-talen. Jämför och var glad för utvecklingen.







BADMODE 90



1.

3.





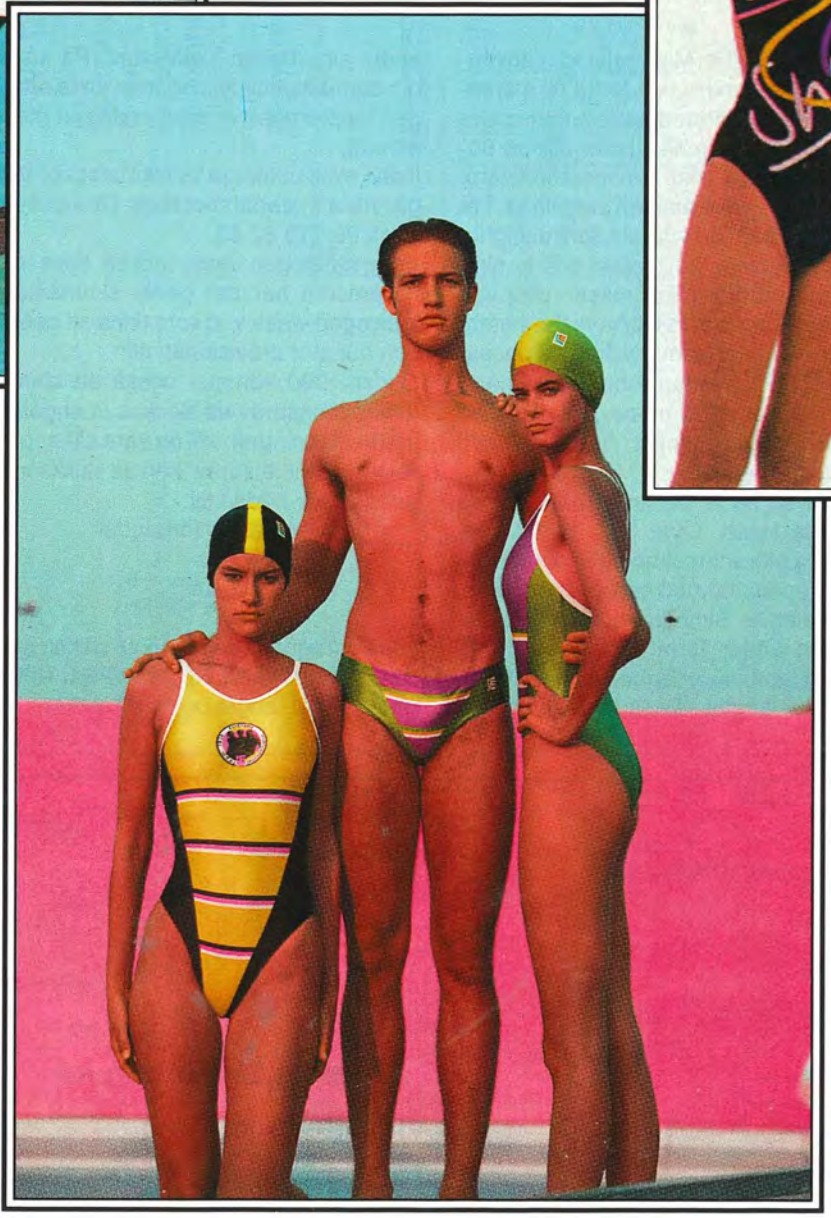
2.

BADMODE 90



5.





4.

Leverantörer:

1. Golden Cup, 08-24 63 30
2. Speedo, 08-761 70 80
3. Arena, 08-709 37 00
4. Essenuoto, 036-14 21 55
5. Solar, 042-476 70

Ring för besked om närmaste återförsäljare.

Tillsammans

på 90-talet

På 90-talet får vi större möjlighet att vara tillsammans. Många väljer då att vara vid, i och på vatten. Att bada tillsammans är den första grundläggande regeln när det gäller vattensäkerhet. Med ökad fritid blir det narturligt att allt fler söker sig till våra bad. För att stimulera till ökad säkerhet i kontakten med vatten har Svenska Livräddningssällskapet - Simfrämjandet och Svenska Simförbundet många olika simmärken. Dessa har sedan mer än 50 år varit en stimulans för alla badande att förbättra sin simkunnighet. De har också varit ett sätt att nå ökad vattensäkerhet.

let finns simmärken för alla. Från Badda-en och Grodan till kandidat- och magister-närken. För barnens skull är det viktigt att arje liten baddare blir en badmästare. De immärken som finns utgör en pedagogisk tege som ger alla en chans att bli säkrare vattnet.

Barn har på något sätt ett medfött samla-ntresse. Därför blir det naturligt för barn tt samla på simmärken. De märken som nns börjar med enkla vattenvaneprov och år sedan hela vägen upp till avancerade vningar. Under hela vägen växer vatten-äkerheten. Se därför till att alla olika sim-närken finns tillgängliga.

Den som säljer märken har också en hans att tjäna en slant. Intäkterna går avkortat till livräddning och simning men n del stannar också i form av provision på ålda märken.

Svenska Livräddningssällskapet - Sim-ämjandet och Svenska Simförbundet har llsammans satt ihop ett simmärkesmate-rial som hjälper till. Materialet kan använ-das för att informera och locka till märke-stagning. Olika företag, kommuner andra föreningar och organisationer blir på 90-talet mer aktiva med sin personalvård. Informera om vilka märken som finns. Låt dem få chansen att visa sin simkunnighet genom att simma 200 meter och ta sim-borgarmärket. Får lokalpressen veta vad som händer skapas PR för verksamheten.

Andra aktiviteter som mycket väl passar in i badmiljö är vattendisco, pensionärs-gympa, motionssim, modevisningar med bad- och simanknytning, "lussetåg" och andra festligheter.

För mer än 50 år sedan introducerades Simborgardagen. Över hela landet sim-made alla åldrar för simborgarmärket. Då såldes fler än 200.000 simborgarmärken. På 90-talet är Simborgardagen tillbaka. Försöken under förra året blev succé. 1990 bör Simborgardagen bli ännu större. Över hela landet. Dessutom finns alla andra simmärken tillgängliga. På så sätt blir denna speciella dag, den sista söndagen i september, en märkesdag på mer än ett sätt.

I den nyss utkomna "Simkatalogen" framgår vilket material som finns. Du kan också ringa 08-713 62 83.

I Simkatalogen finns också flera olika hjälpmedel när det gäller simmärken. I katalogen visas vad som finns att beställa och hur stor provisionen blir.

Under 1990 kommer också ett speciellt informationsbrev att skickas ut angående märkestagningen. Vill du vara säker på att få dessa "nyhetsbrev" kan du skicka in kupongen här nedan till:

Svenska Simförbundet
Idrottens Hus
123 87 Farsta

Har Du frågor om simmärken så ring gärna 08 - 713 62 83 eller 08 - 713 62 84. Tillsammans når vi längre och blir säkrare.

Ja tack, jag vill gärna ha nyhetsbreven om simmärken

Namn .....

Adress .....

P. nr. ..... Postadress .....

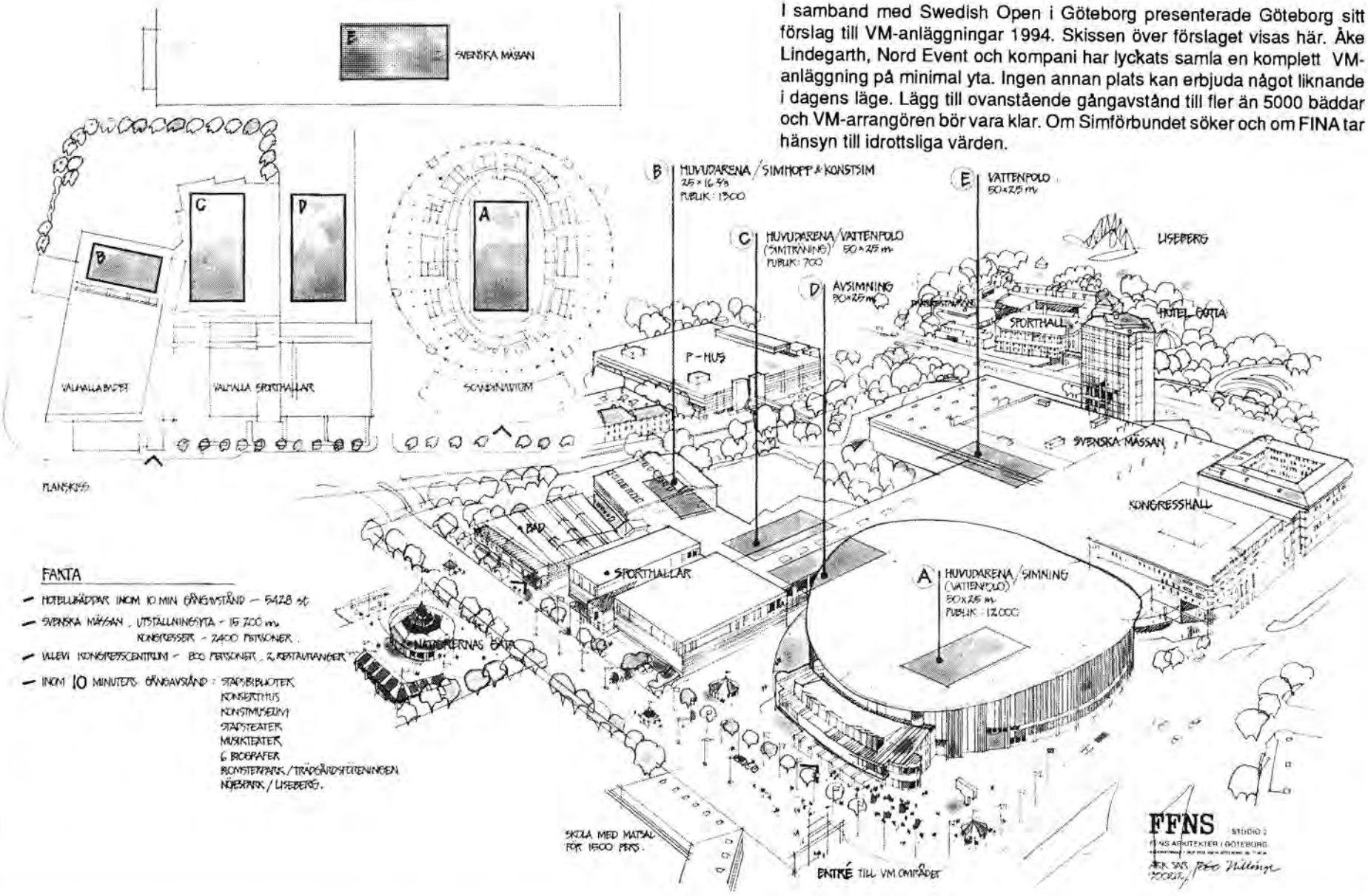
Befattning .....

PORTO

Svenska Simförbundet
Idrottens Hus
123 87 Farsta

VM I GÖTEBORG 1994

I samband med Swedish Open i Göteborg presenterade Göteborg sitt förslag till VM-anläggningar 1994. Skissen över förslaget visas här. Åke Lindegarth, Nord Event och kompani har lyckats samla en komplett VM-anläggning på minimal yta. Ingen annan plats kan erbjuda något liknande i dagens läge. Lägg till ovanstående gångavstånd till fler än 5000 bäddar och VM-arrangören bör vara klar. Om Simförbundet söker och om FINA tar hänsyn till idrottsliga värden.



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,
Tel. 026-17 82 88.

GÄVLE KOMMUN

DELSBO

Vi har utomhusbassäng, 25m, 6 banor
med 26° i vattnet, i anslutning till grönområde.

Tennisplan och grusplan
Motionsspår
Servering och kiosk
Kanot och vandringsleder, 3 mil väster om glada "Hudick", mitt emellan två badsjöar.
500 meter till badsjö
1 km till Dellensjöarna.

För vidare information och bokning ring
0653-160 26

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



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.

Utmanarna.

De 17 mest lovande simmarna, 14-19 år, togs ut av simkommittén hösten 1989. Sedan dess har de visat sig i olika sammanhang med många bra resultat. Att nämna de 17 namnen säger inte mycket. Därför berättar de här, var och en, om sig själva med egna ord. Detta är utmanarna.



De 17 utmanarna. Överst från vänster: Fredrik Letzler, Ola Frejd, Peter Karlsson, Anders Kroon, Joakim Nyholm, Daniel Lönnberg och Pär Helgesson. Mittraden från vänster: Malin Ulveklint, Louise Karlsson, Catarina Mattsson, Bert-Ola Eriksson, Henrik Cleverdahl. Främre raden från vänster: Ulrika Jarfeldt, Louise Jöhncke, Mikaela Laurén, Malin Strömberg, Veronica Svensson.

Utmanarna

Hej alla simmare i Sveriges avlånga land. Jag heter Daniel Lönnberg och är 18 år. Jag bor med min far, mor och lillasyster i Växjö stad. De stöttar mig till 100%.
För nio år sedan började jag simma i en liten by som heter Åhus, men flyttade från Åhus till Växjö när jag skulle börja 7:an.
Jag tränar 7-8 pass i veckan för Sven-Rune Malmberg. Min specialdistans är 100 m rygg men jag kan även simma 200 m och lite medley. Jag går 2:a året på 3-årig Ekonomisk linje. Under den tid man inte tillbringar i simhallen eller i plugget så är jag gärna ute med mina klasskompisar och roar mig men jag älskar att bara ta det lugnt och lyssna på lite musik, som är ett stort intresse för mig.
Det här med utmanarna tycker jag är ett mycket bra projekt. Jag har fått lära mig en massa om vad som händer när man tränar och en massa om kostvanor med mera. Det skapar också en jättebra kompisanda mellan oss Utmanare.

Joakim Nyholm av Joakim Nyholm
Jag heter som redan sagts Joakim Nyholm. Jag är 18 år och från Stockholm. Simmar i Neptun under ledning av Tommy Lindell. Jag är först och främst tärilsimmare även om jag ibland får hoppa in och simma fyggsim i vårt medley.
Jag trivs för närvarande med livet som till stor del utgår från simningen. Jag går sista terminen på Samhällsvetenskaplig linje. Det är ganska lätt även om motivationen i skolan inte är lika hög som på simningen.
Tränar gör jag på Eriksdalsbadet, som är ett ganska bra bad när man väl är där. Jag ser positivt på Utmanarna och det vet jag att man kan med. Jag trodde jag skulle vara lite för gammal.
Några andra "hobbies" eller vad man nu säger, har jag inte även om jag läser ganska mycket böcker.

Joakim Nyholm

Jag heter Louise Jöhncke, kallas Lollan och simmar i Väsby Simsällskap, tre mil norr om Stockholm. Mitt special är frisim, helst medeldistans, men medley går också bra.
Jag tränar cirka 6000 meter per pass för Pär Gabrielsson. Jag började Plask o Lek 1982. Min första tävlingsstart var ett år därefter. Det här med Utmanarna är en toppengrej tycker jag.
Jag går just nu bara i 7:an. Därför är skolan inte så jobbig. På de timmar jag inte är i vattnet eller i skolan, brukar jag gå på bio, lyssna på musik, det vill säga ta det enbart lugnt.

Kram
Louise Jöhncke

Hej!
Jag heter Anders Kroon och är 15 år. Min hemstad är Uppsala.
Jag började simma för 8 år sedan i Falun men nu simmar jag för Upsala Simsällskap. Jag tränar på F 16 i Uppsala tills Fyrislov blir klart i september.
Jag tränar cirka 6-8 pass per vecka och passen ligger omkring 5 8000 meter.
Mitt specialsimsätt är 200 m rygg. Där har jag gjort 2:06.76 i lång bana.
Min största framgång är SM-GULD. Jag går nu i nionde klass och skolan är kul förutom hemläxorna. Jag har valt hemortsalternativ och skall gå social linje.

Anders Kroon

Jag heter Malin Ulveklint och kommer från Karlskrona. Mitt special är frisim men jag gillar att simma rygg också men det går tyvärr inte så fort. Jag började simma när jag var sju år och har alltid simmat i samma klubb.
När jag inte simmar så lyssnar jag på musik och sover. Jag tycker också om att koppla av med en bok. Än så länge går skolan bra men det blir väl kämpigare till hösten då jag börjar gymnasiet. Jag skall gå N-linjen och vill bli företagsjurist.
Förutom simningen brukar jag vara med kompisar och gå på bio. Det finns inte så mycket att göra i Karlskrona så man sitter mest hemma.

Kram Malin Ulveklint

Mitt namn är Ola Frejd och jag är 18 år. Jag har simmat sedan 1979. Första tävlingen var 1980 och då simmade jag 50 fritt på 40 sekunder. Har bott i Täby i hela mitt liv men har just byt klubb till SK Neptun.
Jag har två äldre syskon, en bror och en syster som inte bor hemma längre. Jag tränar cirka åtta simpass i veckan mellan 5000-6500 meter och tre styrkepass. Jag simmar helst 200 m medley och 200 m bröst på tävlingar. Mina tränare heter Tommy Lindell, Linus och på morgonträningarna tränar jag för Kjelle Karlson.
På gymnasiet läser jag 4-årig Teknisk linje och ligger något under medel. Har även hemortsalternativ som jag tränar mycket bra med. Om jag inte simmat skulle jag nog spelat basket.

Hälsningar Ola

Jag heter Peter Karlsson, är 19 år och kommer från Västerås. Jag simmar i Västerås Simsällskap för Jan-Olof Fahlén och Ulf Sundström. De enda landslagsuppdragen är de traditionella 8-nationers och 6-nationers. Jag debuterade i juniorlandslaget på 8-nationers 1987. Jag är bröstsimmare och favoritdistansen varierar från dag till dag.
Jag började simma på sommaren i årskurs 2 och har alltså hållit på i snart tio år.
Förutom simningen går jag också på gymnasiet, där jag läser sista året på 3-årig Ekonomisk linje och verkligen ser fram emot avslutningen. I skolan är jag ingen direkt stjärna utan i stället något under medel.

*(Hej!) Jag blir 18 år den 28/4 och **Pär Helgesson** var namnet. Jag bor i villa tillsammans med en 2 år yngre bror, (som också simmar) och mamma och pappa. Jag simmar i Borlänge SS under min nye tränare Ulf Kaustinen. Frisim är det simsätt jag är uppväxt med och jag klarar alla distanser mer eller mindre bra. På tävling ställer jag oftast upp på distanser från 50 upp till 400.*

Hur jag skulle fortsätta skolan på gymnasiet efter 9:an var jag osäker på, men nu befinner jag mig i 2:an på Naturvetenskaplig linje i alla fall.

Den musik jag gillar ska vara ganska tung och "uppeppande". Yngwie Malmsteens senaste har nog varit min favorit under vintern. Även när jag går på bio, vilket jag gör ganska ofta, tycker jag om att se filmer som är "uppeppande". Mycket action blir det alltså.

Lycka till med simningen allihopa.

*Jag är en 76:a (nyss fyllda 14 år) från Stockholm och heter **Mikaela Laurén.** Jag simmar i SPIF för Marianne Wahlund och tränar me'en massa schyssta kompisar.*

Mina favoritgrenar är 200 m fjäril, 200 m rygg och 200 m medley, men jag tycker även andra grenar är roliga. Ibland tycker jag att jag nästan bor i simhallen och att simningen tar upp nästan all min tid. Men när den inte gör det går jag i första hand i skolan (och gör läxor, blää!) Jag försöker att hinna vara me' kompisar också, fast dom jag är me' mest är dom i simningen.

På de helger som jag inte tävlar på brukar jag bl a gå på bio eller discon. Ett annat intresse är att lyssna på musik. Jag älskar music och särskilt Hip-Hop, men självklart annan musik också.

Något som jag också vill ha sagt är att jag är mycket tacksam mot mina föräldrar för att de ställer upp så mycket. Tack. Det här me' Utmanarna är en jätterolig grej, förutom att man har lite press.

Tack och hej - en simmartjej

Tjabah

*Från Tureberg kommer jag och **Ulrika** heter jag. Jag simmar alla simsätt ganska bra så det har blivit medley. Det tycker jag är roligt för 400 m medley är den häftigaste distansen.*

Jag är en sådan här konstig en som gillar svenska författare och speciellt konstiga TV-pjäser som visas i svensk TV. Jag skulle nog inte kunna leva utan musik. Den ger färg åt livet. Om jag får nämna någon speciell artist skulle det utan tvekan bli Joakim Thåström, både som ensam artist och i Ebba Grön och Imperiet.

Jag tycker om att ha människor omkring mig och pratar mycket. Kanske lite för mycket. Skolan går bra, tycker jag, trots simningen och frånvaron som medföljer. Nästa år skall jag börja på gymnasiet och planerar att gå Naturvetenskaplig linje.

Jag bor i Sollentuna och har nära till simhall och skola. Nu när vi dessutom har fått Magnus Kjellberg till tränare så är inte simgymnasium att tänka på. Det har varit många kickar det här året. Bra resultat, en ny tränare som jag tycker om och respekterar, att få vara med i Utmanarna och känna att någon tror på en samt många roliga resor.

Just nu tycker jag det mesta är positivt och jag planerar att simma tills jag är minst 25 och när simning har blivit det tråkigaste jag vet.

Ulrika Jardfelt

Tjenix!

Jag heter **Catarina Mattsson** och simmar i Järfälla men bor i Sollentuna. Förut var jag bröstsimmare men nu har det blivit mer medley som gäller. Jag tycker det är roligt att simma många olika simsätt så att man kan variera. Jag fyller 17 år i februari.

Skolan började jag ett år för tidigt därför går jag nu andra året på Samhällsvetenskaplig linje på gymnasiet. Min "simmarkarriär" började 1979 i Tureberg då jag var livrädd för vatten och skulle försöka lära mig att simma.

För ett och ett halvt år sedan bytte jag klubb till Järfälla där det finns ett superhärligt gäng simmare och världens bästa coach. Jag tycker om att läsa och lyssna på musik. Att få vara med i Utmanarna är något man verkligen kan se fram emot.

Tack och hej från mig!

Mitt namn är **Bert-Ola Eriksson.** Jag går 3-årig Ekonomisk linje på Hallsbergs Simgymnasium. I Hallsberg tränar jag för Bo Westergren. Vi simmar 8-12 pass plus 3-4 pass styrka per vecka.

Min klubb är Kalix SS och hemma tränar jag för Leif Persson.

Min simkarriär började innan jag ännu fyllt tre, för då klarade jag en längd i vår bassäng hemma, 10 m. Att sedan börja träna var naturligt eftersom båda mina systrar tränade och min mamma var tränare.

Till att börja med simmade jag allt men har nu specialiserat mig på 200 m och 400 m medley med bröstsim som starkaste simsätt.

Till sist vill jag tillägga att för er som funderar på att börja på simgymnasium är Hallsberg det bästa alternativet.

Bert-Ola Eriksson, HSG

Utmanarna

Tja, mitt namn är **Louise Karlsson** och jag blir 16 år i april.
Jag simmar för Skäret Simsällskap som ligger i Uddevalla. Vi tränar 6-8 gånger i veckan, 5-6000 meter och några styrkepass. Jag simmar helst bröstsim och frisim men också andra simsätt. I 12 år har jag hållit på och plaskat i bassängerna och min första tävling var 1979 då jag kom trea på 50 m bröstsim.
Förutom simningen tycker jag om att spela keyboard. Det är både kul och avslappnande. Det är skönt att koppla av med något annat än simning och läxor. Djur betyder mycket för mig också. Just nu har vi kanin, katt och en stor pudel. Hade jag inte simmat hade jag säkert spelat volleyboll eller pysslat med någon annan idrott.
Jag skall nu till hösten gå 4-årig Teknisk linje och jag har också sökt hemortsalternativet som jag hoppas skall hjälpa mig med skolarbetet.

Hej!
simmarsverige. Jag heter **Fredrik Letzler** och är en av de 17 i Utmanarna. Simmar för Järfälla S och har gjort det i 9 år.
Mina special simsätt är 100, 200 och 400 m frisim. Tränar gör jag för Thomas Löfgren.
Utanför simningen så går jag i skolan på Samhällsvetenskaplig linje. Tiden som blir över efter all träning och skolarbete lyssnar jag gärna på musik och träffar kompisar.
Just nu går det åt tid till att ta körkort som är roligt. Jag bor en bit norr om Stockholm med min familj, mamma, pappa, mina yngre syskon, en bror och en syster, som alltid ställer upp till max för mig och simningen.
Utmanarsatsningen är bra för att man lär sig bra saker om träning och man får träffa kompisar.

Henrik Cleverdahl
Jag är en 17-årig kille från Norrköping och tävlar följaktligen för NKK. Jag började klubbträna 1981 men den medvetna satsningen kom inte förrän 1985.
Mina specialsträckor har visat sig vara de längre på rygg och medley då sprintertalangen lyser med sin frånvaro. Debut på internationell nivå gjorde jag 1987 i holländska Breda på en landskamp mot Holland och Spanien med ungdomslandslaget. Jag har också varit med på junior-EM i Amersfort och Leeds. I Leeds tog jag min största merit genom ett brons på 400 m medley.
Jag går nu andra året på fyraårig Teknisk linje. Ibland är det lite jobbigt men hemortsalternativet underlättar en hel del. Intressen utanför simningen är sport i största allmänhet men kanske främst slalom och segling. Jag tycker också om att lyssna på alla sorters musik och att laga mat. Jag har också ett stort intresse för djur, natur och miljö.

Hejsan!
Jag är en tjej på 13 snart 14 år och jag heter **Malin Strömberg**. Jag bor i en liten stad i Skåne som heter Simrishamn. Min klubb, Österlen Sim, är en mycket liten klubb och där är inte så stor konkurrens. Därför tränar jag i Ystad tre gånger i veckan av sju.
Medan jag nu har en chans så ska jag passa på att tacka mina föräldrar som ställt upp för mig: Tack!
Jag har också en jätteschysst bror. Honom vill jag också tacka för att han stöttat mig under mina sju år i plasket: Tack!
När jag ej går i skolan eller simmar så går jag med mina kompisar på bio eller disco.
Det här med Utmanarna är jättebra tycker jag.

Tack o hej - En utmanartjej

Tjena!
*Mitt namn är **Veronika "Vera" Svensson**. Jag föddes den 23 februari 1974. Jag simmar i Ystads SS där jag har Dan Eliasson som tränare.*
Mina specialsimsätt är lite olika, men just nu är det medley som gäller först och främst, men jag simmar även ryggsim och fjäril. Det är bra att ha lite olika simsätt att välja mellan.
Jag började simma när jag gick i första klass (-81). Min första tävling var i Tomelilla. Det enda jag kommer ihåg var att jag gjorde tjuvstart och blev jätteledsen för det.
Nu går jag nionde klass på Norreportskolan i Ystad och jag har skapliga betyg. Till hösten börjar jag gymnasiet och då skall jag antagligen gå Samhällslinjen.
Den tiden som blir över när man simmat och pluggat brukar jag läsa och lyssna på musik. Att läsa böcker är både intressant och avkopplande.
Min familj består av mamma Eva, pappa Sven-Alrik och lillebror Alexander 13 år. De har verkligen ställt upp för mig och jag hoppas att de fortsätter med det. Det är viktigt att det är någon som stöttar en hemma också. Jag tycker mycket om djur. Just nu har vi en katt och passar en hund (labrador).
Det var en kick för mig att få komma med i Utmanarna. Jag trivs verkligen här, både med tränarna och övriga Utmanare.

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

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

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.

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 gångavstånd.

Låt oss skräddarsy ett lägerpaket för er simklubb!!

SVALÖVS KOMMUN

Fritidskontoret
Box 43
268 00 SVALÖV
0418 / 550 15

UTMANARNAS TEST- OCH UTBILDNINGSPROGRAM: KOSTANALYSER

När utmanarsimmarnas program startades allhelgonahelgen 1989 ingick även att undersoka simmarnas kostvanor. Det anses allmänt inom idrotten, och speciellt inom elitidrotten, att kosten är en av de svagaste punkterna i den helhetsbild som påverkar den slutliga tävlingsprestationen.

Simmare tränar mycket i jämförelse med många andra idrotter på samma nivå och omsätter därför stora mängder extra energi under träningen. Det säger sig egentligen självt att om simmarna inte äter det som kroppen behöver, så kommer träningen, om än aldrig så bra upplagd, att vara ineffektiv. Meningen med Utmanarnas kostuppföljningar är att på ett klart och tydligt sätt visa på de STORA FELEN i varje simmares matvanor och bekräfta vad som är bra. Avsikten är alltså inte att peta i detaljer.

Det är sedan några år lite lättare att genomföra vissa delar av kostanalyserna med hjälp av dataprogram. Det finns ändå kvar en del svagheter, som endast kan minskas med noggrannheten hos den som blir undersökt och den som analyserar. Mer om detta något längre fram.

INLEDNINGEN

Vi startade kostanalysen med alla simmarna i lektionssal och förklarade varför kosten är så viktig om man vill nå höga mål inom simningen.

Alla simmare fick sedan de vågar som all mat skulle vägas på under en normal tränings- och skolvecka i december. De fick också sina blanketter där de exakt skulle fylla i vad de ätit och druckit och hur mycket detta vägde. Vi vet av erfarenhet att detta inte är helt lätt, eftersom det krävs en hel del noggrannhet, ärlighet och ett visst mått av ordning.

Den riktigt ifyllda blanketten är en av förutsättningarna för att utvärderingen senare blir korrekt. Detta kan vara en av de s.k. svaga punkterna i kostanalysen.

En annan svag punkt är att efter intervju med simmarna placera in dem i rätt aktivitetsgrupp beroende på träning och andra aktiviteter utanför träningen.

Förutom denna intervju ligger kön, ålder, vikt, längd och kroppssammansättning till grund for bedömningen av hur mycket energi de gor av med, samt hur mycket de bör äta av olika näringsämnen.

Senare kan man också se ur vilka kostgrupper näringsämnena bör komma.

GENOMFöRANDE

Veckan före RM i december -89 skulle analyserna vara ifyllda och inskickade till oss på Bosön. Vi bearbetade då rapporterna i dataprogrammet där bl.a. näringsämnen och kostgrupper presenteras i lättförståeliga stapeldiagram.

Uppföljningen och rapporteringen av analyserna är naturligtvis viktiga och under RM i Norrköping gick Dagmar igenom analyssvaren med varje simmare. De fick också med sig en kopia av resultaten hem. Den innehåller siffror och staplar över ENERGIÄMNEN, VITAMINER, SPÅRÄMNEN och MINERALER, KOSTGRUPPER och ANVISNINGAR om vad simmarna bör förändra.

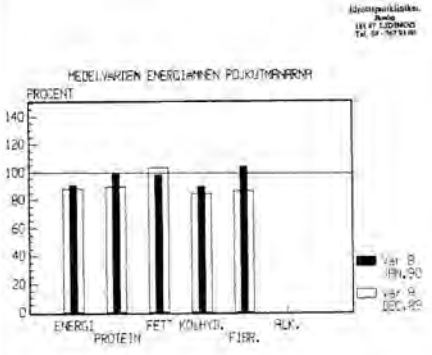
För att så snabbt som möjligt se om rekommendationerna lyckades ge en förändring, så genomfördes en ny registrering alldeles före Utmanarläger II. En ny genomgång och reovisning gjordes för simmarna under lägrets första dag på Bosön.

Resultaten kommer här i korthet att redovisas och diskuteras.

Vi har här inte tagit upp vitaminer, mineraler och spårämnen, eftersom en balanserad kost ger tillräckligt. Simmarna har på flera sätt visat att de svarar upp till sin roll som seriösa Utmanare. Bland annat har alla noggrannt fyllt i sina kostkort och skickat in sina rapporter i rätt tid. Erfarenheter med andra grupper har varit något sämre trots att de innehållit betydligt äldre idrottsmän.

RESULTAT I MEDELVÄRDEN (7 flickor, 9 pojkar)

I den första figuren redovisas pojkarnas intag av ENERGIÄMNEN uttryckt i procent, vid de båda mätningarna. De tomma ofyllda staplarna är från december -89 och de smalare fyllda från januari -90. Detta gäller alla diagram. Vid 100% råder balans mellan simmarnas energiintag och förbrukning beräknad på basalomsättning, träning och övriga aktiviteter.



Av Lennart Gullstrand och Dagmar Ericsson, Bosöns Idrottsinstitut

Stapel 1 visar totalenergi, 2 protein, 3 fett, 4 kolhydrater, 5 fibrer och 6 alkohol.

Egentligen är det under normala forhållanden så att endast fett och kolhydrater ska ge energi, men i programmet har man valt att till denna grupp lägga protein, fibrer och alkohol.

Protein kan omvandlas till energi då kolhydrater och fett finns otillräckligt. Alkohol är ju en ur många synpunkter ofördelaktig energileverantör. Fibrer ger i sig själv ingen energi.

Det framgår av staplarna att pojkarna saknar lite av totalenergi och att detta beror på ett lågt intag av kolhydrater. Vi kan också se att en liten förbättring har skett till mätningen i januari -90.

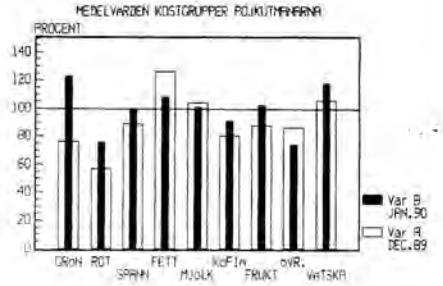
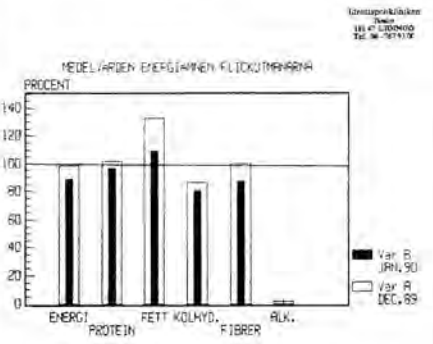
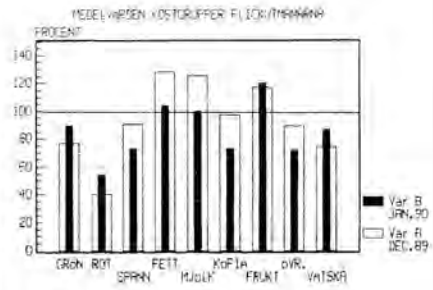


Diagram 2 visar KOSTGRUPPER som är grönsaker, rotfrukter, spannmål, matfett, mjölkprodukter, kött-fisk-ägg, frukt, övriga livsmedel och vätska. Där ser vi att pojkarna var dåliga på att äta grönsaker och rotfrukter och att det även var dåligt med spannmål (bröd, flingor, gröt, etc.). Och frukt. Det är just i dessa kostgrupper det finns ENERGI I FORM AV BRA (KOMPLEXR) KOLHYDRATER att hämta. För pojkarnas del kan sägas att de som grupp ligger ganska bra till och har gjort bra förändringar av sin kost till januari -90. Bättre kan det dock bli. Ur kostgruppsdiagrammet kan vi också se att pojkarna dragit ner lite på intaget av matfett. Det är bra, men eftersom fett är en energikälla, så är risken att totalenergin också minskar. Detta har inte skett hos pojkarna, men däremot bland flickorna (diagram 3).



I flickornas diagram (3) ser vi att energiintaget av fett var för stort december -89. Det framgår också av diagram 4, där kostgrupperna är angivna. Matfett och mjölkprodukter åts mycket av och likt pojkarna så saknas energi från grönsaker, rotfrukter och spannmål.



Till den andra mätningen i januari -90 drog flickorna ner på fettintaget, men även på spannmål. Det gjorde att det totala enegiintaget tyvärr minskade. Detta skedde trots att flickorna ökade något på rotfrukter, vilket också kan ses i minskat kolhydratintag i fig 3.

SAMMANFATTNING:

- Det totala energiintaget täcker inte det behov som simmarna har, vilket ger sämre träningseffekt.
- Fettintaget har varit för stort (se matfett och mjölkprodukter)
- Kolhydratintaget (rotfrukter, spannmål etc.) är otillräckligt.
- När fettintaget minskas måste simmarna ersätta med mycket mer kolhydrater än de gjort, annars räcker inte energin till. En liknande kostundersökning gjordes i april -89 på seniorlandslaget och i grova drag visade de på samma brister i sin kosthållning.

Slutligen ska åter poängteras att de siffror vi beskrivit är medelvärden. Går man in och tittar på varje enskild simmare, så finner man få som äter mycket bra, men andra som har enorma brister i sin kosthållning.

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

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.



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

Ankerskogen Svømmehall og Idrettspark HAMAR NORGE

Tlf. 00947 – 65 – 220 35

Till: Simmarnorden
Från: Ankerskogens Simhall

Nordens största inomhus simhall erbjuder:

- Utmärkta träningsförhållanden hela året i saltvatten
- Simning i 50m eventuellt 25m banor
- Simhopp, alla aktuella höjder, svikt-hopptorn
- Styrketräningsrum kan disponeras
- 33°C varmvattensbassäng kan disponeras efter överenskommelse
- Våt och torr bastu
- Solarium
- Utomhus solplage med två 80 m vattenrutschbanor
- Motionsslingor i området
- Cafeteria med bra villkor för klubbar
- Övernattning? Kontakta oss, vi förmedlar
- Kontakta Kristiansen, tlf (065) 22 035
- Vi reserverar banor och träningstider för Er

Två glada nyheter:
Vid hyra av min. 25 timmar erhålles 20% rabatt på ordinarie hyrpriser
Hoppare:
Nu finns både bubbelanläggning under 3, 5, 7, och 10 m

Välkommen till
Norges sim- och hoppeldorado!

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

Junior-SM, simning Södertälje, 9-11 februari ~~1989~~ 1990, 25 m

Damer

50 m frisim
1. Louise Karlsson, Skäret SS, 26.55
2. Rebecka Ståhl, SK Korrugal, 26.85
3. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 26.94
4. Ulrika Jardfelt, Turebergs IF, 27.40
5. Sofia Nylén, Borlänge SS, 27.46
6. Louise Jöhncke, Väsby SS, 27.53
7. Karina Ridderstolpe, SPIF, 27.79
8. Ulrika Bramer, Tyringe SS, 27.88

100 m frisim
1. Louise Jöhncke, Väsby SS, 58.12
2. Rebecka Ståhl, SK Korrugal, 58.50
3. Malin Nilsson, Malmö KK, 58.73
4. Annika Rasmusson, Malmö KK, 58.75
5. Annette Lindbom, Mariestads SS, 58.89
6. Malin Ulveklint, Karlskrona SS, 59.10
7. Anna Åhlund, Västerås SS, 59.77
8. Anna Söderström, Upsala S, 59.92

200 m frisim
1. Annika Rasmusson, Malmö KK, 2.03.83
2. Malin Nilsson, Malmö KK, 2.04.30
3. Andrea Bolin, Växjö SS, 2.04.79
4. Malin skaresson, Väsby SS, 2.05.74
5. Annette Lindbom, Mariestads SS, 2.06.23
6. Helena Larsson, Sandviks IK, 2.07.40
7. Anna Hultgren, Varbergs Sim, 2.07.66
8. Cecilia Svensson, Helsingborgs S, 2.09.93

400 m frisim
1. Malin Nilsson, Malmnö KK, 4.18.22
2. Andrea Bolin, Växjö SS, 4.20.38
3. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors SK, 4.23.74
4. Annette Lindbom, Mariestads SS, 4.26.75
5. Anna Hultgren, Varbergs Sim, 4.28.49
6. Petra Arinder, SK Sydsim, 4.29.20
7. Linda Sälle, Mariestads SS, 4.30.26
8. Cecilia Svensson, Helsingborgs S, 4.31.77

800 m frisim
1. Malin Nilsson, Malmö KK, 8.54.95
2. Andrea Bolin, Växjö SS, 8.58.22
3. Annette Lindbom, Mariestads SS, 8.58.44
4. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors SK, 8.58.75
5. Annika Rasmusson, Malmö KK, 9.02.95
6. Linda Sälle, Mariestads SS, 9.06.71
7. Anna Hultgren, Varbergs Sim, 9.09.9
8. Therese Ekstrand, Ystads SS, 9.11.53

4x100 m frisim
1. Malmö KK lag 1, 3.56.64, Annika Rasmusson, 58.73, Kristina Engdahl, Malin Nilsson, Charlotte Linde
2. Upsala S, 3.58.63, Eva Ulmander, 1.00.65, Anna Söderström, Carina Andersson, Lia Lundberg
3. Växjö SS, 4.00.58, Andrea Bolin, 59.19, Tine Bengtsson, Camilla Johansson, Karin Wigert
4. Södertörns SS, 4.01.15, Jeanette Thärner, 1.00.52, Linda Barthelsson, Malin Larsson, Charlotte Zygmunt
5. Väsby SS, 4.02.54, Louise Jöhncke, 58.31, Malin skaresson, Marianne Steen, Anna-Bella Hakala
6. Malmö KK lag 2, 4.03.70, Magdalena Schultz, 1.00.86, Cecilia Kentell, Sanna Håkansson, Charlotta Grunditz
7. SK Neptun, 4.03.99, Maria Hedlund, 1.00.29, Marie Lindman, Erika wiren, Tanja Åhlund
8. Södertälje SS, 4.04.4, Anna Lundin, 1.02.11, Eva Nossborn, Jetta Holm, Anna Nilsson

4x200 m frisim
1. Malmö KK, 8.33.61, Charlotte Linde, 2.09.59, Annika Rasmusson, Magdalena Schultz, Malin Nilsson
2. Växjö SS, 8.36.97, Andrea Bolin, 2.05.61, Tine Bengtsson, Camilla johansson, Karin Wigert
3. turebergs IF, 8.40.62, Annika Remaeus, 2.10.90, Ulrika Jardfelt, Annika Svensson, Sofia Lindström
4. Väsby SS, 8.44.84, Louise Jöhncke, 2.07.49, Marianne Steen, Malin skaresson, Anna-Bella Hakala
5. Södertälje SS, 8.45.14, Anna Nilsson, 2.09.29, Ulrika Tillbom, Jetta Holm, Eva Nossborn
6. Upsala S, 8.46.41, Lia Lundberg, 2.11.45, Anna Söderström, Eva Ulmander, Anna Carlsson
7. Umeå SS, 8.49..01, Anna Stiberg, 2.14.07, Lisa Lundqvist, Christina Öhlund, Sofia Stark
8. Sundsvalls SS, 8.49.19, Jenny Carlsson, 2.10.45, Tina Karrbom, Pernilla Lundström, Anne Hector

100 m ryggsim
1. Malin Håkansson, SK Triton, 1.06.12
2. Veronika Svensson, Ystads SS, 1.06.22
3. Annika Rasmusson, Malmö KK, 1.06.52
4. Tina Karrbom, Sundsvalls SS, 1.08.17
5. Camilla johansson, Växjö SS, 1.08.34
6. Pernilla Björnström, SK Triton, 1.08.8
7. Lisa Lundqvist, Umeå SS, 1.08.80
8. Martina Aronsson, Spårvägens GoIF, 1.09.25

200 m ryggsim
1. Annika Rasmusson, Malmö KK, 2.20.28
2. Veronika Svensson, Ystads SS, 2.22.85
3. Malin Håkansson, SK Triton, 2.25.65
4. Tina Karrbom, Sundsvalls SS, 2.25.85
5. Martina Aronsson, Spårvägens GoIF, 2.27.40
6. Kristina Engdahl, Malmö KK, 2.27.50
7. Marie Lindman, SK Neptun, 2.28.91
8. Jetta Holm, Södertälje SS, 2.30.06

100 m bröstsim
1. Louise Karlsson, Skäret SS, 1.09.71
2. Anna Stiberg, Umeå SS, 1.14.42
3. Anna Lundin, Södertälje SS, 1.14.78
4. Elin Carlsson, Ösmo SS, 1.15.48
5. Anna Thelandersson, Osby SS, 1.15.62
6. Anne Hector, Sundsvalls S, 1.15.75
7. Annika Remaeus, Turebergs IF, 1.15.86
8. Andrea Bolin, Växjö SS, 1.23.65

200 m bröstsim
1. Anna Stiberg, Umeå SS, 2.34.77
2. Louise Karlsson, Skäret SS, 2.35.35
3. Anna-Karin Dahlström, SS Stimmet, 2.38.75
4. Anna Lundin, Södertälje SS, 2.40.18

Forts. sid 52

Landslagsnytt

KONSTSIM

Träningsläger våren 1990

18-20 maj, Gnosjö
23-27 maj, Herrljunga
1-4 juni, Göteborg

Slutgiltig uttagning av 9 flickor görs vid SM i Herrljunga.

Tävlingar med full representation 1990

22-24 juni, Mallorca
29 juni - 1 juli, SOC i Örebro

Eva Svensson

KONSTSIM Luvika synchro open

2 - 4 februari 1990

Elit solo
1. Nina Holpers, Borlänge SS, 226.50
2. Virpi Joki-Hollanti, S 02, 226.13
3. Karin Lobenius, Fagersta SK, 215.12
4. Lotta Sjölin, Växjö SS, 210.54
5. Anna Claesson, Fagersta SK, 209.16
6. Sara Lindholm, Ludvika SS, 208.74
7. Heidi Kolehmainen, S 02, 200.64
8. Anna-Lena Johansson, Fagersta SK, 199.55
9. Pernilla Oldentoft, S 02, 197.62, 10. Lene Magnussen, Odense SLF, 192.85, 11. Ellen Sölver, Ludvika SS, 187.39, 12. Anna Agermark, Växjö SS, 181.79, 13. Sabina Strain, Fagersta SK, 175.67, 14. Camilla Rosenqvist, Järfälla S, 175.31, 15. Anna-Maria Nordström, Jönköping SS, 173.91.

Elit par
1. Anna Claesson/Karin Lobenius, Fagersta SK, 171.86
2. Pernilla Oldentoft/Heidi Kolehmainen, S 02, 163.34
3. Ellen Sölver/Maria Paavo, Ludvika SS, 151.43
4. Anna-Lena Johansson/Sabina Strain, Fagersta SK, 145.67

Klass 1 solo
1. Jessica Frölin, Borlänge SS, 140.30
2. Josefine Björnsson, S 02, 134.89
3. Ulrika Larsson, Ludvika SS, 133.62
4. Anna Palm-Tjust, Ludvika SS, 130.91
5. Ulrika Nyström, Ludvika SS, 129.49
6. Ulrika Persson, Växjö SS, 129.25
7. Annika Nilsson, SK Neptun, 128.73
8. Anna Jondelius, S 02, 128.25
9. Linda Ärlig, Ludvika SS, 125.28, 10. Nadja Odenhage, Fagersta SK, 124.80, 11. Tina Sörensen, Odense SLF, 121.78, 12. Amanda Möller, S 02, 120.21, 13. Karin Malm, Växjö SS, 120.03, 14. Jannicke Andersen, Oslo KK, 119.27, 15. Kristina Lundblad, Järfälla S, 118.84, 16. Annika Lindfors, Järfälla S, 118.02, 17. Kristin Grasmo, Oslo KK, 117.48, 18. Linda Svensson, Ludvika SS, 117.23, 19. Sara Wennerholm, Växjö SS, 117.21, 20. Kajsa Hugosson, Järfälla S, 114.65, 21. Pernilla Larsson, Amfitrite KK, 111.63, 22. Hilde Tinglum, Oslo KK, 108.25, 23. Rebecka Karlsson, Ludvika SS, 108.03, 24. Ulrika Karlsson, Ludvika SS, 102.45, 25. Erika Larsson, Järfälla S, 98.24.

Klass 1 par
1. Anna Jondelius/Josefine Björnsson, S 02, 131.67
2. Ulrika Larsson/Ulrika Nyström, Ludvika SS, 128.85
3. Mirella Kees/Ulrika Westesson, S 02, 119.07
4. Madeleine Eriksson/Malin Olsson, SS Mora, 116.04
5. Lisa Limell/Cecilia Hellberg, Borlänge SS, 113.69
6. Linda Ärlig/Linda Svensson, Ludvika SS, 113.32
7. Annelie Sjölund/Karin Letzler, Järfälla S, 110.67
8. Ulrika Karlsson/Rebecka Karlsson, Ludvika SS, 104.17
9. Katarina Lundberg/Cecilia Brynolfsson/Amfitrite KK, 102.38.

Svenska Mastersrekord

Masters DM, Skåne

28 januari 1990, Eslöv, 25 m

Damer

50 m fritt		
D 40-44	32.7,	Kennie Olsson, Kristianstads TK
100 m fritt		
D 40-44	1.13.6,	Kennie Olsson, Kristianstads TK
50 m bröst		
D 40-44	41.5,	Lisbeth Kronvall, SK Poseidon
100 m rygg		
D 40-44	1.24.2,	Kennie Olsson, Kristianstads TK
I 65-69	2.14.5	Maj-Britt Nordin, SK Ran

5. Eva Ulmander, Upsala S, 2.40.69
6. Anna-Bella Hakala, Väsby SS, 2.41.40
7. Anna Jensen, Växjö SS, 2.41.51
8. Anne Hector, Sundsvalls SS, 2.41.55

100 m fjärilsim
1. Malin Strömberg, Österlen Sim, 1.02.59
2. Christina Öhlund, Umeå SS, 1.04.59
3. Malin skaresson, Väsby SS, 1.04.77
4. Catharina Mattsson, Järfälla SS, 1.04.83
5. Jeanette Richter, Helsingborgs S, 1.05.3
6. Andrea Bolin, Växjö SS, 1.05.32
7. Tine Bengtsson, Växjö SS, 1.06.60
8. Mikaela Laurén, SPIF, 1.09.39

200 m fjärilsim
1. Veronika Svensson, Ystads SS, 2.18.00
2. Malin Skaresson, Väsby SS, 2.20.86
3. Catharina Mattsson, Upsala S, 2.20.94
4. Andrea Bolin, Växjö SS, 2.21.09
5. Malin Strömberg, Österlen Sim, 2.21.64
6. Lisa Wiklund, Sandviks IK, 2.22.41
7. Christina Öhlund, Umeå SS, 2.22.76
8. Mikaela Laurén, SPIF, 2.24.44

200 m medley
1. Louise Karlsson, Skäret SS, 2.18.70
2. Veronika Svensson, Ystads SS, 2.20.91
3. Catharina Mattsson, Järfälla S, 2.21.73
4. Eva ulmander, Upsala S, 2.23.42
5. Anna nilsson, Södertälje SS, 2.25.26
6. Anna-Bella Hakala, Väsby SS, 2.26.7
7. Malin Strömberg, Österlen Sim, 2.28.3
8. Mikaela Laurén, SPIF, 2.31.20

400 m medley
1. Veronika Svensson, Ystads SS, 4.57.87
2. Ann-Sofie Jönsson, Tunafors SK, 5.02.28
3. Anna Nilsson, Södertälje SS, 5.04.61
4. Anna Hultgren, Varbergs Sim, 5.05.38
5. Erika Ståhl, SK Korrugal, 5.05.46
6. Catharina Mattsson, Järfälla S, 5.07.90
7. Anna-Bella Hakala, Väsby SS, 5.08.23
8. Eva Ulmander, Upsala S, 5.09.56

4x100 m medley
1. Väsby SS, 4.25.99, Lisa Alm, 1.09.25, Anna-Bella Hakala, Malin Skareson, Louise Jöhncke
2. Växjö SS, 4.28.21, Camilla Johansson, 1.09.03, Anna Jensen, Andrea Bolin, Karin Wigert
3. Sundsvalls SS, 4.29.69, Tina Karrbom, 1.08.81, Anne Hector, Pernilla Lundström, Jenny Carlsson
4. Umeå SS, 4.30.55, Lisa Lundqvist, 1.08.69, Anna Stiberg, Christina Öhlund, Sofia Stark
5. SK Triton, 4.31.29, Malin Håkansson, 1.06.28, Gisela Brummer, Pernilla Björnström, Christina Tsiparis
6. Norrköpings KK, 4.33.53, Noemi Persich, 1.10.27, Linda Karlström, Pernilla Wiktorsson, Åsa Carlsson
7. Upsala S, 4.35.19, Eva Ulmander, 1.11.60, Anna-Lena Forsberg, Lia Lundberg, Anna Söderström
8. Helsingborgs S, 4.37.72, Linda Strandberg, 1.11.13, Linda Jabelin, Jeanette Richter, Cecilia Svensson

Herrar
50 m frisim
1. Pär Helgesson, Borlänge SS, 23.46
2. Jacob Andersson, Helsingborgs S, 23.69
3. Fredrik Letzler, Järfälla S, 23.78
4. Magnus Frölander, Sundsvalls SS, 23.88
5. Patric Robertsson, Södertölje SS, 24.07
6. Andreas Fahlén, Västerås SS, 24.16
7. Fredrik Ekström, Järfälla S, 24.30
Roger Svensson, Östersunds SF, diskv.

100 m frisim
1. Pär Helgesson, Borlänge SS, 50.81
2. Fredrik Letzler, Järfälla S, 51.11
3. Jacob Andersson, Helsingborgs S, 51.39
4. Daniel Lönnberg, Växjö SS, 51.90
5. Patric Robertsson, Södertälje SS, 52.09
6. Jörgen Uusimäki, Södertälje SS, 53.35
7. Peter Martinsson, Helsingborgs S, 53.57
8. Magnus Frölander, Sundsvalls S, 53.60

200 m frisim
1. Fredrik Letzler, Järfälla S, 1.50.26
2. Pär Helgesson, Borlänge SS, 1.50.35
3. Jacob Andersson, Helsingborgs S, 1.53.20
4. Peter Martinsson, Helsingborgs S, 1.53.80
5. Ulf Areblad, Umeå SS, 1.55.25
6. Marcus Lundstedt, Södertälje SS, 1.55.90
7. Daniel Larsson, Örebro SA, 1.56.74
7. Torbjörn Adolfsson, Jönköpings SS, 1.56.74

400 m frisim
1. Björn Möller, Malmö KK, 3.54.08
2. Anders Kroon, Upsala S, 3.55.77
3. Fredrik Letzler, Järfälla S, 3.57.99
4. Pär Helgesson, Borlänge SS, 3.58.01
5. Johan Bevinder, SK Neptun, 4.02.95
6. Petri Vepsänen, Piteå SS, 4.03.30
7. Magnus Ohlsson, KSLS, 4.08.22
8. Peter Martinsson, Helsingborgs S, 4.08.40

1500 m frisim
1. Björn Möller, Malmö KK, 15.37.60
2. Anders Kroon, Upsala S, 15.38.84
3. Magnus Ohlsson, KSLS, 15.55.75
4. Johan Bevinder, SK Neptun, 16.07.12
5. Torbjörn Adolfsson, Jönköpings SS, 16.10.80
6. Petter Lindh, Jönköpings SS, 16.14.18
7. Nicklas Lehammar, SPIF, 16.20.77
8. Jonas Brodin, Väsby SS, 16.21.10

4x100 m frisim
1. Borlänge SS, 3.31.54, Jan Helgesson, 54.37, Pär Helgesson, Erik Johansson, Lars Frölander
2. Södertälje SS, 3.31.57, Patric Robertsson, 52.00, Jörge Uusimäki, Marcus Lundstedt, Nicklas Bohman
3. Upsala S, 3.32.17, Andreas Hägglund, 53.17, Mikael Paakkanen, Anders Kroon, Henrik Gustafsson
4. Sundsvalls SS, 3.32.24, Peter Hedlund, 54.57, Joakim Carlsson, Magnus Frölander, Kjell Mogren
5. Helsingborgs S, 3.32.60, Peter Martinsson, 53.08, Jacob Andersson, Thomas Landin, Mac Ewertzh
6. Järfälla S, 3.34.39, Fredrik Ekström, 54.24, Stefan Engström, Fredrik Letzler, Chakib-Bel-Mekk
7. SK Neptun, 3.37.22, Johan Bevinder, 53.97, Thomas Häggström, Gustaf Johansson, Jan Björk
8. Jönköpings SS, 3.37.37, Zsolt Hegmegi, 54.58, Torbjörn Adolfsson, Petter Lindh, Martin Svensson

4x200 m frisim
1. Upsala S, 7.42.49, Jacob Werner, 1.56.55, Michael Paakkanen, Anders Kroon, Andreas Hägglund
2. Helsingborgs S, 7.44.17, Peter Martinsson, 1.54.90, Thomas Landin, Jacob Andersson, Mac Ewertz
3. Borlänge SS, 7.47.97, Pär Helgesson, 1.52.21, Lars Frölander, Jan Helgesson, Erik Johansson
4. Södertälje SS, 7.49.07, Jörgen Uusimäki, 1.58.89, Marcus Lundstedt, Nicklas Bohman, Patric Robertsson
5. Järfälla S, 7.54.14, Fredrik Letzler, 1.52.27, Fredrik Ekström, Mikael Ottestig, Stefan Engström
6. SK Neptun, 8.01.57, Johan Bevinder, 1.58.97, Thomas Häggström, Jan Björk, Gustaf Johansson
7. Väsby SS, 8.02.57, Jonas Brodin, 1.57.36, Emila Alm, Conny Wennberg, Jacob Michlewicz
8. Norrköpings KK, 8.02.88, Joakim Adolfsson, 1.58.39, Patrik Rydberg, Mattias Haag, Andreas Wiberg

100 m ryggsim
1. Daniel Lönnberg, Växjö SS, 58.76
2. Zsolt Hegmei, Jönköpings SS, 59.30
3. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 59.74
4. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 1.00.03
5. Aevar Jonsson, Älvsby SS, 1.00.05
6. Martin Svensson, Jönköpings SS, 1.00.08
7. Emil Alm, Väsby SS, 1.00.58
8. Kent Asp, SK Triton, 1.00.60

200 m ryggsim
1. Anders Kroon, Upsala S, 2.03.29
2. Martin Svensson, Jönköpings SS, 2.06.82
3. Kent Asp, SK Triton, 2.08.31
4. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.08.41
5. Aevar Jonsson, Älvsby SS, 2.09.32
6. Zsolt Hegmegi, Jönköpings SS, 2.12.38
7. Daniel Lönnberg, Växjö SS, 2.13.80
8. Fredrik Wallner, Hudiksvalls SS, 2.14.24

100 m bröstsim
1. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 1.05.18
2. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 1.05.59
3. Patrik Isaksson, Västerås SS, 1.05.81
4. Peter Hjers, Kristinebergs SK, 1.06.25
5. Markus Olsson, Sundsvalls SS, 1.06.43
6. Conny Wennberg, Väsby SS, 1.06.65
7. Mikael Alpfors, SK Ran, 1.06.86
8. Pierre Johansson, Kristinebergs SK, 1.07.05

200 m bröstsim
1. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.21.02
2. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 2.21.07
3. Conny Wennberg, Väsby SS, 2.22.22
4. Andreas Hellgren, Strängnäs SS, 2.24.46
5. Jan Björk, SK Neptun, 2.25.46
6. Nicklas Bohman, Södertälje SS, 2.25.68
7. Mikael Alpfors, SK Ran, 2.26.09
8. Markus Olsson, Sundsvalls SS, 2.30.43

100 m fjärilsim
1. Daniel Larsson, Örebro SA, 56.53
2. Patric Robertsson, Södertälje SS, 57.52
3. Gustaf Johansson, SK Neptun, 57.80
4. Petter Lindh, Jönköpings SS, 57.90
5. Peter Hedlund, Sundsvalls SS, 58.28
6. Patrik Isaksson, Västerås SS, 58.62
7. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 58.77
8. Anders Lindgren, Älvsby SS, 58.86

200 m fjärilsim
1. Anders Forvass, LASS, 2.04.72
2. Gustaf Johansson, SK Neptun, 2.05.84
3. Peter Hedlund, Sundsvalls SS, 2.07.07
4. Daniel Larsson, Örebro SA, 2.07.13
5. Petter Lindh, Jönköpings SS, 2.07.37
6. Ola Söderholm, Norrköpings KK, 2.08.21
7. Carl-Johan Deuschl, Stockholms KK, 2.09.47
8. Henrik Cleverdahl, norrköpings KK, 2.12.64

200 m medley
1. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 2.05.73
2. Björn Möller, Malmö KK, 2.07.19
3. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 2.08.22
4. Martin Svensson, Jönköpings SS, 2.10.91
5. Pär Gustafsson, Ängelholms SS, 2.10.93
6. Mikael Alpfors, SK Ran, 2.12.83
7. Johan Svensson, KSLS, 2.12.96
8. Lars Ericsson, Hudiksvalls SS, 2.13.36

400 m medley
1. Björn Möller, Malmö KK, 4.26.27
2. Henrik Cleverdahl, Norrköpings KK, 4.28.81
3. Bert-Ola Eriksson, Kalix SS, 4.31.75
4. Joakim Adolfsson, Norrköpings KK, 4.35.31
5. Johan Ferraro, LASS, 4.37.71
6. Petri Vepsänen, Piteå SS, 4.42.94
7. Carl-Johan Deuschl, Stockholms KK, 4.43.12
8. Martin Svensson, Jönköpings SS, 4.54.42

4x100 m medley
1. Norrköpings KK, 3.57.01, Henrik Cleverdahl, 59.96, Joakim Adolfsson, Ola Söderholm, Patrik Rydberg
2. Södertälje SS, 3.57.84, Marcus Lundstedt, 1.02.12, Niklas Bohman, Patric Robertsson, Jörgen Uusimäki
3. Upsala S, 3.58.29, Anders Kroon, 57.90, Mattias Wennström, Mikael Paakkanen, Andreas Hägglund
4. Sundsvalls SS, 3.58.96, Peter Hedlund, 1.02.47, Marcus Olsson, Joakim Carlsson, Magnus Frölander
5. SK Neptun, 3.59.54, Erik Fredrikson, 1.03.05, Jan Björk, Gustaf Johansson, Thomas Häggström
6. Väsby SS, 3.59.85, Emil Alm, 59.71, Conny Wennberg, Jacob Michlewicz, Jonas Brodin
7. Växjö SS, 4.02.90, Daniel Lönnberg, 58.79, Simon Malmberg, Robert Dolama, Anders Engdahl
8. Jönköpings SS, 4.04.80, Zsolt Hegmegi, 1.00.59, Martin Svensson, Petter Lindh, Torbjörn Adolfsson

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

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

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

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

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Simning Landskamp, Amsterdam, HOL, 25 m

Första dagen

Herrar

100 m fritt
1. Ingolf Rasch, GDR, 50.18
2. Veniamin, Tayanovich, URS, 50.21
3. Robert Pusleb, FRG, 50.36
4. Göran Titus, SWE, 50.57
5. Ronald Sloeserevj, HOL, 51.18

4x50 m fritt
1. Östtyskland, 1.31.94
2. Sverige, 1.33.21, (Joakim Holmqvist, Göran Titus, Lars-Ove Jansson, Håkan Karlsson)
3. Sovjetunionen, 1.33.45
4. Holland, 1.34.07
5. Västtyskland, 1.34.50

4x100 m fritt
1. Östtyskland, 3.18.04
2. Sverige, 3.21.11, Joakim Holmqvist, Göran Titus, Lars-Ove Jansson, Håkan Karlsson
3. Sovjetunionen, 3.23.02
4. Holland, 3.25.38
5. Västtyskland, 3.28.85

50 m rygg
1. Torsten Kieser, GDR, 25.97
2. Sergei Zabolotnov, URS, 26.52
3. Guido Keutgen, HOL, 27.13
4. Peter Oberglock, FRG, 27.30
5. Lars-Ove Jansson, SWE, 27.89

50 m bröst
1. Ron Dekker, HOL, 28.83
2. Michael van Rijn, HOL2, 29.01
2. Ralf Farber, GDR, 29.01
4. Mark Warnecke, FRG, 29.24
5. Alexander Savitskyi, URS, 29.36
6. Jan Stensson, SWE, 29.44

100 m fjäril
1. Nils Rudolph, GDR, 54.69
2. Nikolai Evseev, URS, 55.94
3. Christian Keller, FRG, 56.52
4. Anders Rasmusson, SWE, 56.74
5. Casper van Dam, HOL, 56.82

100 m medley
1. Raik Hahnemann, GDR, 56.03
2. Sergei Zabolotnov, URS, 57.72
3. Martin van der Spoel, HOL, 58.22
4. Stan Steegeling, HOL2, 59.47
5. Håkan Karlsson, SWE, 59.82
6. Peter Bentinger, FRG, 1.00.06

Damer

50 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 25.93
2. Helena Åberg, SWE, 26.01
3. Katrin Meissner, GDR, 26.08
4. Christian Pielke, FRG, 26.40
5. Ingrid Baars, HOL2, 26.50
6. Elena Kurtchina, URS, 26.61

4x100 m fritt
1. Holland, 3.41.09
2. Östtyskland, 3.43.73
3. Holland 2, 3.52.77
4. Sverige, 3.52.90, (Helena Åberg, Linda Olofsson, Anna Lindberg, Louise Karlsson)
5. Västtyskland, 3.56.02
6. Sovjetunionen, 3.56.35

100 m rygg
1. Anja Eichhorst, GDR, 1.03.31
2. Ellen Elzerman, HOL, 1.03.32
3. Heike Stein, FRG, 1.04.84
4. Maria Olsson, SWE, 1.05.54
5. Jacqueline Vildemaar, HOL2, 1.05.81
6. Eregeena Mlaysheva, URS, 1.09.55

100 m bröst
1. Kira Bulten, HOL, 1.10.91
2. Marion Enackel, FRG, 1.10.99
3. Linda Moes, HOL 2, 1.11.48
4. Anna-Karin Persson, SWE, 1.11.51
5. Elena Rudkovskaya, URS, 1.11.54
6. Daniela Hunger, GDR, 1.13.21

50 m fjäril
1. Karin Birenesse, HOL, 27.91
2. Christiane Sievert, GDR, 28.20
3. Inge de Bruin, HOL2, 28.36
4. Anna Lindberg, SWE, 29.14
5. Olga Korschikopva, URS, 30.11
6. Huelea Thomas, FRG, 30.23

100 m medley
1. Mildred Muis, HOL, 1.03.24
2. Louise Karlsson, SWE, 1.03.77
3. Daniela Hunger, GDR, 1.03.84
4. Renate Viggen, HOL2, 1.05.78
5. Jana Shamarova, URS, 1.06.82
6. Susanne Schuerer, FRG, 1.07.95

4x50 m medley
1. Holland, 1.55.47
2. Holland 2, 1.56.60
3. Östtyskland, 1.56.97
4. Sverige, 1.58.08, (Maria Olsson, Louise Karlsson, Anna Lindberg, Helena Åberg)
5. Västtyskland, 1.58.43
6. Sovjetunionen, 2.04.13

Andra dagen

Herrar

50 m fritt
1. Göran Titus, SWE, 22.72
2. Gennadij Prigoda, URS, 23.02
3. Robert Pusleb, FRG, 23.25
4. Ingolf Rasch, GDR, 23.27
5. Ronald Sloeserevj, HOL, 24.05

100 m rygg
1. Sergei Zabolotnov, URS, 55.74
2. Torsten Kaiser, GDR, 56.90
3. Peter Oberglock, FRG, 58.21
4. Guido Keutgen, HOL, 58.53
5. Milko Hegeberg, HOL2, 58.53
6. Lars-Ove Jansson, SWE, 1.00.10

100 m bröst
1. Ron Dekker, HOL, 1.01.39
2. Ralf Faerber, GDR, 1.02.63
3. Alexander Savitskyi, URS, 1.02.63
4. Michael van Rijn, HOL2, 1.02.96
5. Jan Stensson, SWE, 1.04.30
6. Mark Warnecke, FRG, 1.04.35

50 m fjäril
1. Nils Rudolph, GDR, 24.50
2. Nikolai Evseev, URS, 25.04
3. Anders Rasmusson, SWE, 25.29
4. Willy Adam, HOL2, 25.98
5. Christian Keller, FRG, 26.09
6. Casper van Dam, HOL, 26.12

100 m medley
1. Raik Hahnemann, GDR, 55.98
2. Sergei Zabolotnov, URS, 58.18
3. Håkan Karlsson, SWE, 58.30
4. Martin van der Spoel, HOL, 58.32
5. Peter Beutinger, FRG, 59.90
6. Stan Steegeling, HOL2, 1.00.21

4x50 m medley
1. Östtyskland, 1.41.77
2. Sovjetunionen, 1.42.48
3. Sverige, 1.43.89, Håkan Karlsson, Jan Stensson, Anders Rasmusson, Joakim Holmqvist
4. Holland, 1.44.55
5. Västtyskland, 1.45.66
6. Holland 2, 1.46.21

4x100 m medley
1. Sovjetunionen, 3.42.78
2. Östtyskland, 3.42.78
3. Holland, 3.48.38
4. Sverige, 3.48.41, Lars-Ove Jansson, Jan Stensson, Anders Rasmusson, Göran Titus
5. Västtyskland, 3.48.57
6. Holland 2, 3.51.43

Damer

100 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 54.82
2. Katrine Meissner, GDR, 55.79
3. Simone Osigus, FRG, 56.44
4. Helena Åberg, SWE, 56.97
5. Ingrid Baars, HOL2, 57.05
6. Elena Kurtchina, URS, 57.67

4x50 m fritt
1. Östtyskland, 1.43.27
2. Holland, 1.43.39
3. Sverige, 1.46.67, Louise Karlsson, Helena Åberg, Linda Olofsson, Anna Lindberg
4. Holland 2, 1.47.40
5. Västtyskland, 1.47.80
6. Sovjetuninen, 1.48.90

50 m rygg
1. Ellen Elzerman, HOL, 29.70
2. Anja Eichhorst, GDR, 29.87
3. Heike Stein, FRG, 30.38
4. Maria Olsson, SWE, 30.92
5. Jacqueline Vildemaar, HOL2, 31.61
6. Eregeena Mlaysheva, URS, 33.36

50 m bröst
1. Kira Bulten, HOL, 32.54
2. Anna-Karin Persson, SWE, 32.73
3. Daniela Neckel, FRG, 33.00
4. Linda Moes, HOL2, 33.02
5. Daniela Hunger, GDR, 33.62
6. Elena Rudkovskaya, URS, 33.83

100 m fjäril
1. Karin Brienesse, HOL, 1.00.54
2. Christiane Sievert, GDR, 1.02.00
3. Anna Lindberg, SWE, 1.03.77
4. Inge de Bruin, HOL2, 1.03.85
5. Susanne Schuer, FRG, 1-04-71
6. Jana Shamarova, URS, 1.04.80

100 m medley
1. Mildred Muis, HOL, 1.02.80
2. Daniela Hunger, GDR, 1.03.45
3. Louise Karlsson, SWE, 1.03.55
4. Christiane Pielke, FRG, 1.05.73
5. Jana Shamarova, URS, 1.05.89
6. Renate Viggen, HOL2, 1.06.01

4x100 m medley
1. Holland, 4.07.69
2. Östtyskland, 4.15.12
3. Sverige, 4.15.85, Maria Olsson, Anna-Karin Persson, Anna Lindberg, Helena Åberg
4. Västtyskland, 4.16.67
5. Holland 2, 4.17.50
6. Sovjetunionen, 4.20.71

Slutställning:

Östtyskland	2.251 sek
Holland,	2.261
Sverige	2.300
Sovjetunionen	2.314
Västtyskland	2.322
Holland	2 2334

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Simning

Världscupen, Paris, 25 m Lördag 3 februari

Herrar

50 m fritt
1, Dano Halsall, SUI, 22.11
2. Matt Biondi, USA, 22.16
Inga svenskar i final

100 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 49.31
1. Matt Biondi, USA, 49.31
1. Bruno Gutzeit, FRA, 49.31
7. Tommy Werner, SWE, 49.90
13 Michael Söderlund, SWE, 51.13

200 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 1.44.98, SR
2. Roberto Gleria, ITA, 1.47.81
3. Anti Kasvio, FIN, 1.47.85
12 Michael Söderlund, SWE, 1.51.09

400 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 3.40.81
Världsbästa, ER, SR
2. Turlough O'Hare, CAN, 3.47.56
3. Gary van der Meulen, CAN, 3.48.74

100 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 55.34
6. Nicklas Håkansson, SWE, 57.24

200 m rygg
1. Kevin Draxinger, CAN, 1.58.10
13 Nicklas Håkansson, SWE, 2.05.80

100 m bröst
1. Pedro Hernandez, CUB, 1.00.95
18 Anders Stensson, SWE, 1.04.64

200 m bröst
1. Gary O'Toole, IRI, 2.11.91
14 Anders Stensson, SWE, 2.21.68

Damer

100 m fritt
1. Catherine Plewinski, FRA, 55.92
17 Ellenor Svensson, SWE, 58.86

200 m fritt
1. Mette Jacobsen, DEN, 1.59.07
14 Nina Hansen, SWE, 2.04.94

400 m fritt
1. Astrid Strauss, GDR, 4.09.56
2. Irene Dalby, NOR, 4.09.80
15 Nina Hansen, SWE, 4.23.39

800 m fritt
1. Astrid Strauss, GDR, 8.26.64
2. Irene Dalby, NOR, 8.26.81
11 Nina Hansen, SWE, 9.00.15

100 m bröst
1. Elena Volkova, URS, 1.07.77
11 Charlotte Humling, SWE, 1.11.79

200 m bröst
1. Elena Volkova, URS, 2.26.44
8. Charlotte Humling, SWE, 2.34.86

200 m fjäril
1. Rie Shito, JPN, 2.10.48
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.12.63

200 m medley
1. Eri Kimura, JPN, 2.15.33
2. Irene Dalby, NOR, 2.15.91

Världscupen, Bonn, 25 m

Herrar

50 m fritt
1. Nils Rudolph, GDR, 21.76 Världsbästa
2. Andrew Baildon, AUS, 22.02
7. Göran Titus, SWE, 22.79

100 m fritt
1. Stephan Caron, FRA, 48.74
3. Vladimir Tkachenko, URS, 48.76
11 Tommy Werner, SWE, 49.65
24 Göran Titus, SWE, 50.55
27 Joakim Holmqvist, SWE, 50.81

200 m fritt
1. Georgio Lamberti, ITA, 1.43.64 Världs
2. Anders Holmertz, SWE, 1.44.79
3. Peter Sitt, FRG, 1.45.84

400 m fritt
1. Stefan Pfeiffer, FRG, 3.41.64
2. Anders Holmertz, SWE, 3.42.12
3. Turlough O'Hare, CAN, 3.46.09

800 m fritt
1. Jörg Hoffmann, GDR, 7.40.24
2. Stefan Pfeiffer, FRG, 7.40.88
18 Anders Holmertz, SWE, 8.09.44

4x50 m fritt
1. Sovjetunionen, URS, 1.29.42
2. Sverige, SWE, 1.30.22, SR,
(Joakim Holmqvist, Göran Titus,
Lars-Ove Jansson, Tommy Werner)

50 m rygg
1. Daichi Suzuki, JPN, 25.11, Världsb.
7. Göran Sköld, SWE, 26.65, SR

100 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 54.57
16 Göran Sköld, SWE, 58.15

200 m rygg
1. Kevin Draxinger, CAN, 1.57.96

50 m bröst
1. Dmitri Volkccccccov, URS, 27.31
14 Jan Stensson, SWE, 28.86 SR

100 m bröst
1. Dmitri Volkov, URS, 59.30
2. Pedro Hernandez, CUB, 1.00.52
17 Jan Stensson, SWE, 1.03.12

200 m bröst
1. Sydney Apelboom, BEL, 2.11.11
23 Jan Stensson, SWE, 2.24.48

50 m fjäril
1. Nils Rudolph, GDR, 24.16
15 Christer Wallin, SWE, 25.22

100 m fjäril
1. Andrew Baildon, AUS, 53.51
11 Christer Wallin, SWE, 55.26

200 m fjäril
1. Gary van der Meulen, CAN, 1.57.02
7. Christer Wallin, SWE, 2.02.45

200 m medley
1. Josef Hladkly, FRG, 1.59.46

400 m medley
1. Patrick Kühl, GDR, 4.12.02, ER

4x50 m medley
1. Västtyskland, FRG, 1.39.60
5. Sverige, SWE, 1.41.67, SR, (
Göran Sköld, Jan Stensson,
Christer Wallin, Göran
Titus)

Damer

100 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 54.49
14 Helena Åberg, SWE, 57.06

50 m fritt
1. Marianne Muis, HOL, 25.64
5. Helena Åberg, SWE, 26.17

200 m fritt
1. Mette Jacobsen, DEN, 1.57.08

400 m fritt
1. Astrid Strauss, GDR, 4.07.04

800 m fritt
1. Astrid Strauss, GDR, 8.27.27
2. Irene Dalby, NOR, 8.27.89, NR

50 m rygg
1. Elzerman, HOL, 29.47
11 Johanna Larsson, SWE, 31.07

100 m rygg
1. Dagmar Haase, GDR, 1.02.44
8. Johanna Larsson, SWE, 1.05.87

200 m rygg
1. Dagmar Haase, GDR, 2.11.00
5. Johanna Larsson, SWE, 2.17.60

50 m bröst
1. Peggy Jähnicken, FRG, 31.41
7. Anna-Karin Persson, SWE, 32.92

100 m bröst
1. Peggy Jähnicken, FRG, 1.08.57
9. Anna-Karin Persson, SWE, 1.11.10

200 m bröst
1. Asako Nahume, JPN, 2.27.84

50 m fjäril
1. Christiane Sievert, GDR, 27.54
5. Anna Lindberg, SWE, 28.40, SR

100 m fjäril
1. Christiane Sievert, GDR, 1.00.42
7. Anna Lindberg, SWE, 1.03.12

200 m fjäril
1. Rie Shito, JPN, 2.10.03
2. Kathleen Nord, GDR, 2.10.15
3. Mette Jacobsen, DEN, 2.10.34

200 m medley
1. Marianne Muis, HOL, 2.13.44

400 m medley
1. Kathleen Nord, GDR, 4.43.38

4x50 m medley
1. Holland, HOL, 1.55.78
4. Sverige, SWE, 1.56.79, SR, (Johanna Larsson 30.82 SR, Anna-Karin Persson, Anna Lindberg, Helena Åberg)

Forts. sid 56

LINDÄNGSBADET 1990

LIMHAMNS SIMSÄLLSKAP arrangerar träningsläger på LINDÄNGSBADET för 8:e året i följd.



Mat och logi kan vi arrangera enligt Era önskemål.

TRÄNING	* Tillgång till 50x25 m bassäng.
	* Träning 2 ggr/dag, även på 25 m hållet om det skulle behövas. (Garanterat 3 banor).
LOGI	* Sovsäcksförläggning på Fritidsgård i närheten eller i centrum.
	* Vandrarhem
	* Hotell i olika prisklasser.
MAT	* I matväg kan vi erbjuda allt från självhushållning till lyxrestaurang.
ÖVRIGT	* Möjlighet finns att hyra video.

Ring vårt kansli och berätta om Era önskemål.
Tel. 040- 12 23 86.

LSS

GOLDEN-CUP
SPORTSWEAR FROM TRIUMPH INTERNATIONAL

Swedish Open
Världscupen 6, 50 m Göteborg, 13-14 februari 1989

Damer

50 m fritt
1. Helena Åberg, SWE, 26.39
2. Lou Yaping, CHN, 26.49
3. Christiane Pielke, FRG, 26.77
4. Gitta Jensen, DEN, 26.79
5. Marika Pettersson, SWE, 26.93
6. Malin Ulveklint, SWE, 26.94
7. Caroline Woodcock, GBR, 27.05
8. Linda Olofsson, SWE, 27.09

100 m fritt
1. Gitta Jensen, DEN, 57.44
2. Jennifer McMahon, AUS, 58.06
3. Christiane Pielke, FRG, 58.10
4. Helena Åberg, SWE, 58.30
5. Annette Poulsen, DEN, 58.47
6. Lou Yaping, CHN, 58.51
7. Malin Ulveklint, SWE, 58.95

200 m fritt
1. Irene Dalby, NOR, 2.04.39
2. Jennifer McMahon, AUS, 2.04.50
3. Annette Poulsen, DEN, 2.05.14
4. Gitta Jensen, DEN, 2.05.16
5. Cornelia Florkowski, FRG, 2.07.28
6. Jennifer Hutchinson, CAN, 2.07.65
7. Nina Hansen, SWE, 2.09.14
8. Agnieszka Rola, POL, 2.12.03

400 m fritt
1. Stephanie Shewchuk, CAN, 4.22.07
2. Erin Holland, CAN, 4.23.26
3. Agnieszka Rola, POL, 4.23.47
4. Nina Hansen, SWE, 4.29.71
5. Cecilia Holm, SWE, 4.30.72
6. Annette Lindbom, SWE, 4.32.93
7. Anne Katrine Schmidt, DEN, 4.33.19
8. Ragnhild Engen, NOR, 4.36.86

800 m fritt
1. Irene Dalby, NOR, 8.53.98
2. Yan Min, CHN, 8.55.77
3. Stephanie Shewchuk, CAN, 8.58.32
4. Erin Holland, CAN, 8.59.72
5. Agnieszka Rola, POL, 9.02.19
6. Ann-Sofie Jönsson, SWE, 9.18.41
7. Ragnhild Engen, NOR, 9.20.46
8. Annette Lindbom, SWE, 9.20.76

50 m rygg
1. Johanna Griggs, AUS, 30.63
2. Maria Olsson, SWE, 30.88
3. Lara Bianconi, ITA, 31.05
4. Malin Håkansson, SWE, 31.23
5. Anne Lackman, FIN, 31.59
6. Catarina Karlsson, SWE, 31.82
7. Maria Hellberg, SWE, 31.87
8. Anette Wikander, NOR, 32.01

100 m rygg
1. Johanna Griggs, AUS, 1.05.32
2. Lara Bianconi, ITA, 1.05.88
3. Maria Olsson, SWE, 1.06.46
4. Elena Dendeberova, USR, 1.06.91
5. Maria Hellberg, SWE, 1.07.28
6. Malin Håkansson, SWE, 1.07.39
7. Johanna Larsson, SWE, 1.07.57
8. Lynda Racster, GBR, 1.08.16

50 m bröst
1. Tracey McFarlane, USA, 32.79
2. Louise Karlsson, SWE, 33.05
3. Nicole Taylor, AUS, 33.44
4. Anna-Karin Persson, SWE, 33.62
5. Antoaneta Frenkeva, BUL, 34.35
6. Anna Stiberg, SWE, 34.45
7. Heike Esser, FRG, 34.47
8. Anna rosengren, SWE, 34.90

100 m bröst
1. Tracey McFarlane. USA, 1.12.24
2. Nicole Tayler, AUS, 1.12.50
3. Louise Karlsson, SWE, 1.12.84
4. Heike Esser, FRG, 1.13.05
5. Anna-Karin Persson, SWE, 1.13.10
6. Antoaneta Frenkeva, BUL, 1.14.36
7. Anna Stiberg, SWE, 1.14.45
8. Charlotte Humling, SWE, 1.15.01

50 m fjäril
1. Anna Lindberg, SWE, 28.46
2. Madeleine Scarborough, GBR, 28.83
3. Malin Strömberg, SWE, 28.88
4. Ilaria Tocchini, ITA, 29.18
5. Annika Nilsson, SWE, 29.19
6. Carina Helgesson, SWE, 29.60
7. Neneva Miteva, BUL, 29.92

100 m fjäril
1. Madeleine Scarborough, GBR, 1.02.32
2. Ilaria Tocchini, ITA, 1.02.71
3. Anna Lindberg, SWE, 1.02.72
4. Nevena Miteva, BUL, 1.03.42
5. Helen Morris, AUS, 1.03.52
6. Malin Strömberg, SWE, 1.03.70
7. Carina Helgesson, SWE, 1.04.05
7. Lotta Magnusson, SWE, 1.04.05

200 m medley
1. Elena Dendeberova, URS, 2.19.77
2. Irene Dalby, NOR, 2.21.47
3. Lara Bianconi, ITA, 2.21.78
4. Nuria Castello, ESP, 2.22.24
5. Ilaria Tocchini, ITA, 2.23.89
6. Helen Morris, AUS, 2.24.26
7. Silvia Parera, ESP, 2.25.74
8. Marta Wlodkowska, POL, 2.28.07

400 m medley
1. Yan Min, CHN, 4.55.13
2. Nuria Castello, ESP, 4.59.72
3. Marta Wlodkowska, POL, 5.02.70
4. Veronica Svensson, SWE, 5.06.56
5. Caroline Piggott, GBR, 5.09.64
6. Anna-Lena Nilsson, SWE, 5.09.78
7. Catarina Mattsson, SWE, 5.12.63

Herrar

50 m fritt
1. Andrew Baildon, AUS, 22.82
2. Vladimir Tkachenko, USR, 22.86
3. Göran Titus, SWE, 23.21
4. Evgeny Kotriaga, USR, 23.37
5. Yury Bashkatov, USR, 23.39
6. Jarl-Inge Melberg, NOR, 23.50
7. Adolfo Coll, ESP, 23.66
8. Tommy Werner, SWE, 23.87

100 m fritt
1. Jarl-Inge Melberg, NOR, 50.89
2. Vladimir Tkachenko, URS, 50.91
3. Yury Bashkatov, URS, 51.14
4. Tommy Werner, SWE, 51.17
5. Evgeny Kotriaga, URS, 51.42
6. Adolfo Coll, ESP, 51.66
7. Göran Titus, SWE, 51.89
8. Fredrik Letzler, SWE, 51.98

200 m fritt
1. Anders Holmertz, SWE, 1.49.65
2. Veniamin Tianovich, USSR, 1.50.64
3. Jarl-Inge Melberg, N, 1.51 18
4. Torlough O`Hare, CAN, 1.51.81
5. Tommy Werner, SWE, 1.52.68

400 m frit1. Anders Holmertz, SWE, 3.54.78
2. Veniamin Taianovich, USR, 3.55.58
3. Markus Goetze, FRG, 3.58.11
4. Hans-Olov Nilsson, SWE, 3.58.86
5. Daniel Serra, ESP, 3.59.22
6. Paul Deshaies, CAN, 3.59.53
7. Yan Yumin, CHN, 4.00.88
8. Jean Yves Faure, FRA, 4.05.09

1500 m fritt
1. Glen Housman, AUS, 15.26.48
2. Paul Deshaies, CAN, 15.31.79
3. Maeachi Kato, JPN, 15.35.46
4. Markus Goetze, FRG, 15.40.16
5. Daniel Serra, ESP, 15.58.33
6. Yan Yumin, CHN, 16.05.96
7. Pedro Carrio, CUB, 16.11.53
8. Geir Andersen, NOR, 16.22.40

50 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 26.36
2. Sergey Zabolotnov, USR, 26.64
3. Lin Laijiu, CHN, 26.74
4. Daichi Suzuki, JPN, 26.92
5. Nicklas Håkansson, SWE, 27.25
6. Rodolfo Falcon, CUB, 27.47
7. Göran Sköld, SWE, 27.62
8. Dan Veatch, USA, 27.74

100 m rygg
1. Mark Tewksbury, CAN, 56.44
2. Sergey Zabolotnov, USR, 56.76
3. Dan Veatch, USA, 57.75
4. Kevin Draxinger, CAN, 57.80
5. Daichi Suzuki, JPN, 58.77
6. Carlos Ventosa, ESP, 59.01
7. Nicklas Håkansson, SWE, 59.11
8. Peter Oberglock, FRG, 59.18

50 m bröst
1. Dmitry Volkov, USR, 28.22
2. Chen Jianhong, CHN, 28.69
3. Pedro Hernandez, CUB, 28.90
4. Ralf Eggers, FRG, 29.17
5. Ramon Camallonga, ESP, 29.32
6. Philip Rogers, AUS, 29.61
7. Peter Karlsson, SWE, 29.80
8. Nobuyuki Kawaguchi, JPN, 29.94

100 m bröst
1. Dmitry Volkov, URS, 1.02.42
2. Pedro Hernandez, CUB, 1.03.24
3. Philip Rogers, AUS, 1.03.49
4. Chen Jianhong, CHN, 1.03.57
5. Petri Suominen, FIN, 1.05.09
6. Nick Polkinghorne, GBR, 1.05.70
7. Peter Karlsson, SWE, 1.05.76
8. Nobuyuki Kawaguchi, JPN, 1.06.04

50 m fjäril
1. Evgeny Kotriaga, USR, 24.80
2. Vladimir, Tkachenko, USR, 25.02
3. Wade King, USA, 25.05
4. Carlos Sanchez, ESP, 25.13
5. Marcel Gery, CAN, 25.15
6. Jan Karlsson, SWE, 25.17
7. Christer Kjölholdt, NOR, 25.28
8. Christer Wallin, SWE, 25.31

100 m fjäril
1. Marcel Gery, CAN, 53.73
2. Vladimir Tkachenko, USR, 55.97
3. Kunio Sugimoto, JPN, 55.99
4. Joakim Nyholm, SWE, 56.28
5. Mats Rasmusson, SWE, 56.33
6. Jonas Lögdberg, SWE, 56.41
7. Christer Kjölholdt, NOR, 56.43
8. Tomohiro Miyoshi, JPN, 56.60

200 m medley
1. Robert Bruce, AUS, 2.06.12
2. Jon Kelly, CAN, 2.06.46
3. Mihail Savov, BUL, 2.07.91
4. Kevin Draxinger, CAN, 2.09.59
5. Bert-Ola Eriksson, SWE, 2.10.20
6. Jani Sievinen, FIN, 2.10.27
7. Ola Frejd, SWE, 2.10.28
8. Anders Peterson, SWE, 2.10.56

400 m medley
1. Jon Kelly, CAN, 4.29.13
2. Geir Andersen, NOR, 4.32.16
3. Joaquin Fernandez, ESP, 4.33.01
4. Henrik Cleverdahl, SWE, 4.37.11
5. Hans Jonsson, SWE, 4.40.08
6. Bert-Ola Eriksson, SWE, 4.40.75
7. Roger Wiland, SWE, 4.40.57
8. Torkel Årman, SWE, 4.44.27



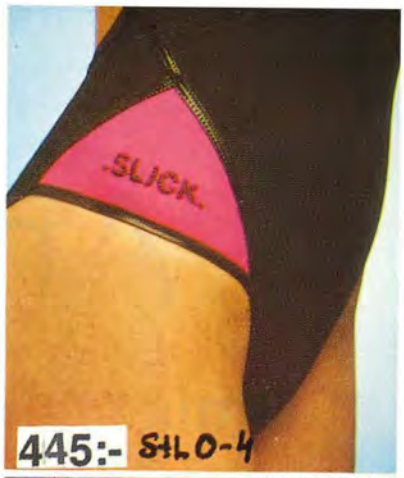
Simspecialisten
Paleski Sport

DIANA



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



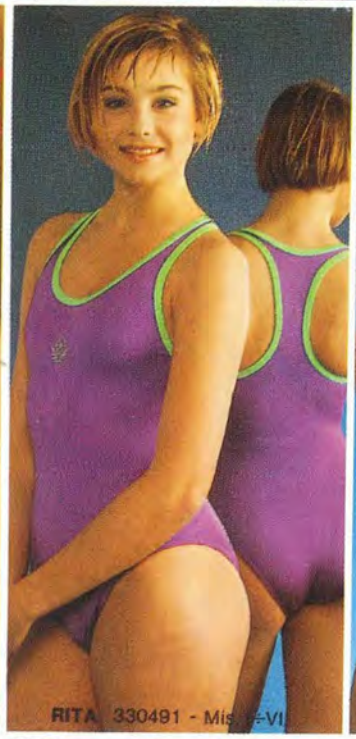


445:- Stl 0-4

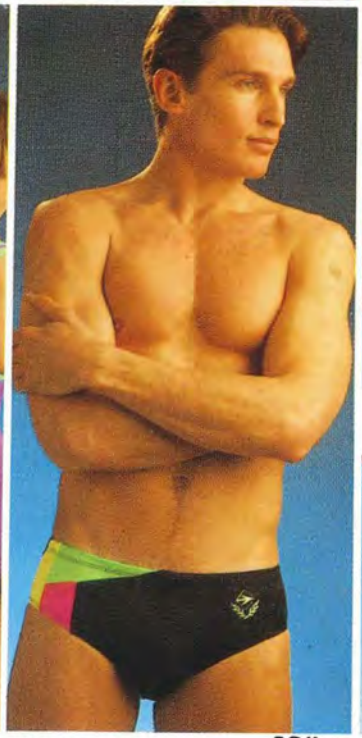




98:- Stl 0-V



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

Omladdning ...

Nu är världscupen över för den här gången. Det känns skönt. Jag är också mycket nöjd. Målet var att simma hem distanscupen i frisim. Jag vann ju sprintcupen förra året. Även om jag simmat en del 100-meterslopp den här säsongen så var det distans jag var ute efter. Det höll. Skall bli intressant att se vad för slags pris det blir den här gången. Förra året blev det en jordglob i kristall. Nu snackas det om prispengar till nästa säsong.

Jag tycker det är tråkigt att det skall vara så svårt att få besked om vad som gäller. Att det var dåligt förra året var väl ok, det var ju premiär, men även om det var bättre i år så visste ingen säkert om jag vunnit efter Göteborg. Jag räknade själv men matte har aldrig varit min bästa gren. Tdligen var det så att jag vann i alla fall.

Det blev flera rekord också. Först ett par svenska och så pricken över i. Världsrekordet i Paris på 400 m fritt. Jo, jag vet att det heter världsbästa men för mig är det rekord i alla fall. Bara för att amerikaner och australiensare så sällan simmar på kort bana får det enligt internationella förbundet inte heta rekord. Europas simmare har ju i alla fall visat vilken klass de håller.

Att jag fick stryck av Lamberti i Bonn tar jag ändå inte så hårt. Han gick in för det loppet på ett helt annat sätt än jag kunde göra. Jag märkte i Paris att formen var på topp och beklagar att den inte höll sig över Bonn och Göteborg. Ändå simmade jag fort i Bonn. Svensk rekord på 200 m och världens tredje snabbaste tid någonsin på 400 m. Även om omvärlden har krav så har jag kanske de högsta kraven själv. Mina är nog mer realistiska.

Det är alltid kul att möta Lamberti. Han är en bra kompis. I Bonn visade han mig en italiensk tidning och förklarade hur italienska pressen skriver metrar om våra "slagsmål" i bassängen. De italienska tidningarna vet allt om vad vi säger och tycker och tänker utan att ha pratat med mig. Lamberti och jag tycker det är ganska roligt. Vi kommer bra överens, fightas i bassängen, men är bra kompisar bredvid. Han är juste. Kanske är den italienska idrotten mer allvarlig än vår. Jag vet inte.

Själv har jag ett bra förhållande till de svenska simjournalisterna. De är bra. Jag vet att de har bråttom med att lämna sina texter direkt efter målgång för att få med det i tidningarna men de vet att jag ibland kan behöva några minuter i lugn och ro med avbadning direkt efter en urladdning. Idag tycker jag det är bra att de respekterar det. De har lärt sig, de kan mycket och frågorna är faktiskt riktigt vettiga. Oftast. Det är klart att jag ställer upp. Det är viktigt att göra det. Både för mig och för simningen.

Det var också kul att efter Göteborg läsa i Aftonbladet valda delar, ordagrant, från min krönika i deras krönika. Kul att han läser Simsport den där Lars Sandlin. Då vet han vad en soundcheck är.

Det har också varit en hel del TV. Vi hade Staffan Lindeborg och hans team med oss nästan en hel dag i Bonn, samma dag som 800 m och jag tycker resultatet blev bra. De som såg sportspegeln på söndagskvällen fick inte bara se en massa badmössor jaga fram och tillbaka i bassängen utan också en hel del om hur vi lever när vi är ute. Det tror jag är viktigt.

Jag har bott bättre än jag bodde i Bonn. Vi bodde i Deutsches Haus på Kasernenstrasse och det säger ju en del. De hade säkert inte gjort något åt inredningen sedan kriget heller. Jag är inte bortskämd men jag sätter värde på att ha en toalett på rummet. Det var kris ibland. Att TV saknades gjorde inte så mycket för tiden är knapp men eftersom tiden bara består av insimning, försök, mat, vila, final, mat, sova så är det ett minimikrav att det åtminstone går att vila på "hotellet". Då är det inte bra med en toalett långt bort. Att telefon saknades var bara bra. Då fick jag vara ifred.

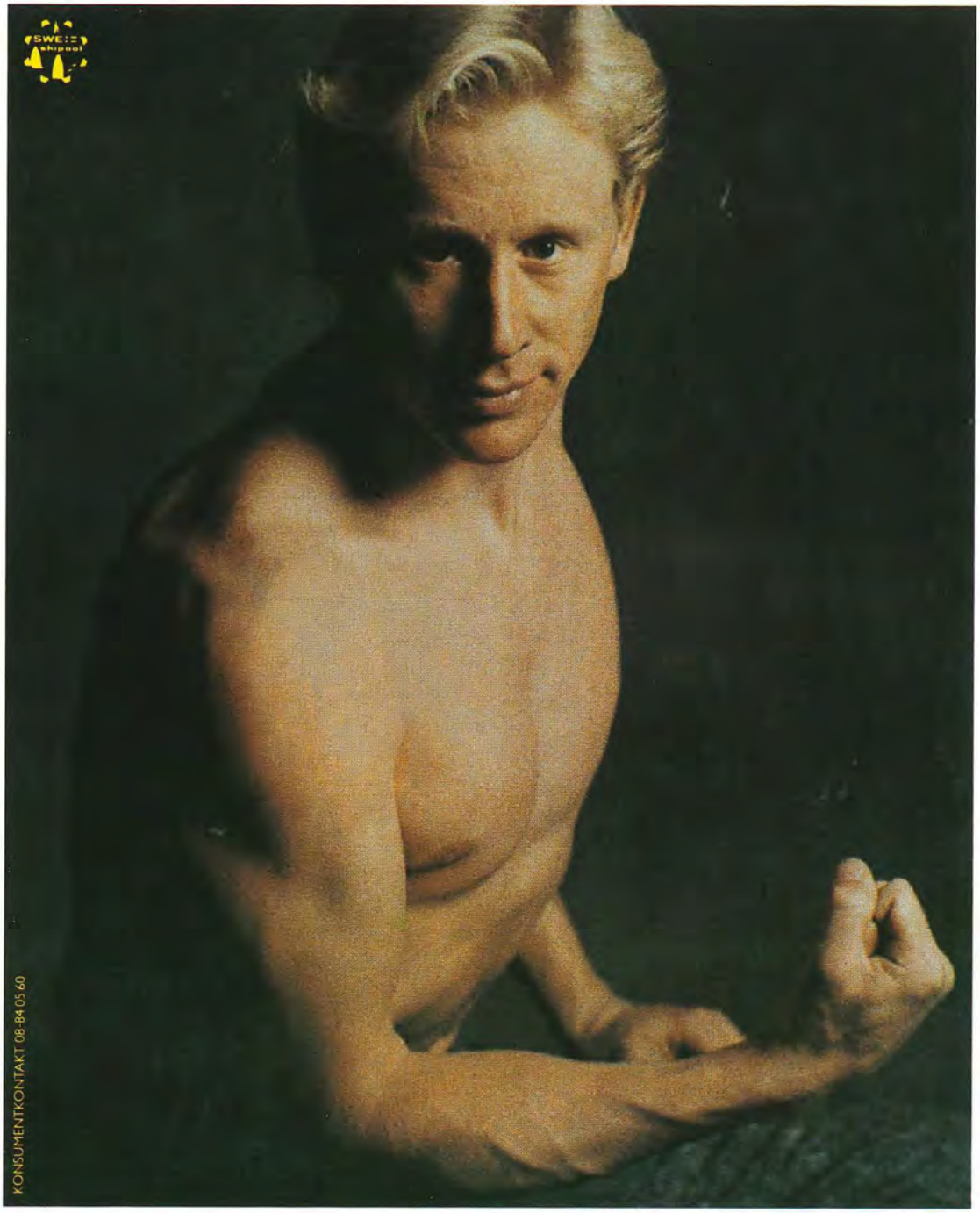
Världsrekordet är givetvis det jag minns bäst efter världscupen. Det kändes som ett skönt bevis på att styrketräningen i vinter gjort nytta. Starter och vändningar är bättre nu. Jag har blivit starkare. Därför skall jag fortsätta lika tufft som förut. Det finns som jag sagt tidigare inga genvägar.

Närmast väntar landskampen i England i början av april så det blir en hel del veckor att träna på. Det skall jag göra. Gör det du också. Det tjänar vi på.

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.



Här beställer Du: Bitte Edholm, Tel. 08- 791 63 15, kl. 08.00- 17.00.
Eller skicka in talongen till: PUB Sport, Box 7836, 103 98 Stockholm.

Storlek	28"	30"	32"	34"	36"	38"	40"	42"	
Baddräkt 516-327									398:-/ inkl. moms
Badbyxa 144-327									198:-/ inkl. moms

Postförskottsavgift tillkommer, ej bytesrätt.

PUB SPORT

Namn _____

Adress _____

Postnr. _____ Postadress _____

Tel. _____