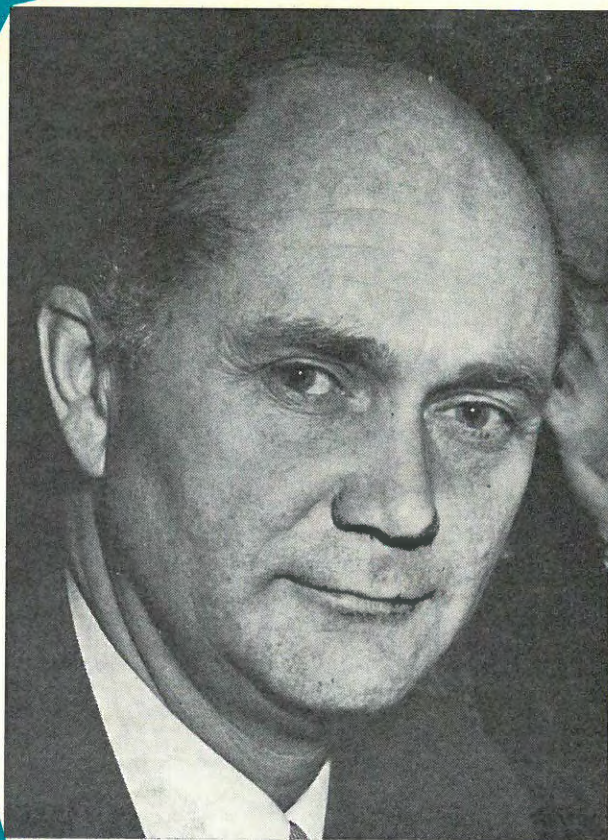


SIMFORBUNDET

SimSport

MEDELANDEN FRÅN SVENSKA



3

MARS 1963 - ÄRGÅNG 18

HUSBYGGNADSKONSTRUKTIONER

för bl. a. simanläggningar

GÖSTA BORINDER, Civilingenjör

VATTUGATAN 9 A TEL. 08/108933, 202023

STOCKHOLM C

TROJAN HOPPSVIKT AV GLASFIBER

ERKÄND OCH LOVORDAD AV VÅRA SIMHOPPARE

För alla simanläggningar och badhus den
i längden billigaste svikten

Svikten användes för närvarande hos följande:

Åkershovsbadet, Stockholm
Simhallsbadet, Malmö
Luleå Stads Varmbadhus, Luleå
Värnamo Simhall, Värnamo
Varmbadhuset, Lilla Edet
Karlstads Varmbadhus, Karlstad
Jönköpings Varmbadhus, Jönköping
Centralbadet, Uppsala
Kristiansbergsbadet, Västerås

Lunds Simhall, Lund
Badhusplanen, Solna
Brunnsbadet, Ronneby
Simhallen, Gällivare
Luleå Badhus, Luleå
Boråsbadet, Borås
Idrottshallen, Olofström
Simhallsbadet, Kristianstad
Kiruna Stads Varmbadhus, Kiruna

med flera.

Tillverkare: RYDS INDUSTRI AKTIEBOLAG - RYD Tel. 260, 261

Försäljare: Svenska Simförbundet, Sveavögen 29, Stockholm.



i vått och torrt

Walt Disney's
KALLE ANKA & CO

världens roligaste

SIMSPORT

MEDDELANDE FRÅN

SVENSKA SIMFÖRBUNDET

SVEAVÄGEN 29 - STOCKHOLM

POSTGIRO: 55 37 02

Nr 3 - 1963 - Ärgång 18

Redaktör och
ansvarig utgivare:
HENRY RUNSTRÖMER

Telefon:
REDAKTÖREN 10 61 92
KUNGÖRELSE 10 63 92

Prenumerationspris: kr. 10:—
i utlandet kr. 15:— för belår

Ordförandeskifte

Då detta läses har Svenska Simförbundet begått sitt 59:e årsmöte och har valt en ny ordförande.

Bertil Sällfors, som med nit och oväld stått i förbundsledningen sedan hösten 1950, meddelade redan i början av innevarande år att hans ökade privata engagemang inte längre medger honom de stora uppoffringar av "fritid" som ordförandeskapet kräver i ett specialförbund, där det sjuder av liv och verksamhet och där utvecklingen går i ett rasande crescendo. Bertil Sällfors' intresse för simsporten är emellertid oförminskat och man får hoppas att årsmötessombuden lyckats övertala honom kvarstå på en mindre tidskrävande plats i styrelsen, där han haft sitt säte sedan 1938, d.v.s. i nära ett kvarts sekel. Det är vidare givet, att Sällfors även fortsättningsvis kommer att företräda svensk simsport internationellt. I det europeiska simförbundet (LEN) är han sekreterare med en mandatid som utgår först 1966 och i det internationella simförbundet (FINA) är han vicepresident i första hand fram till kongressen vid OS i Tokyo 1964.

Bertil Sällfors kan lämna ifrån sig ordförandeklubban i gott medvetande om att hans insatser för förbundet under de mest revolutionerande åren i dess snart 60-åriga historia varit av bestående värde. Det är inget dåligt arv han lämnar sin efterträdare. Som driftig affärsman har Bertil Sällfors medverkat till sanering av förbundets affärer och lagt en säker grund för dess ekonomi. Detta har skapat förutsättningarna för de senaste årens simidrottsliga framgångsmarsch.

Sällfors är inte de starka känslornas man. I varje



Elfsborgs unga damkvartett, som presterat ett lovande rekord på 4x100 meter bröstsim. Bakre raden: Margareta Rapp och Lena Johansson. Främre raden: Eva Ferm och Lisbet Sääf.

fall har han haft förmågan att dölja dem i den till synes stränga korrekthetens mask. Men det har dock förekommit demaskering. Såsom i Leipzig då den svenska herrkvartetten vann EM-guld och satte europarekord. Då var förbundsordföranden märkbart rörd. Då hade han också nått ett av sina stora mål.

Vi framför här det svenska simmarfolkets tack till en framgångsrik och framsynt ledare.

Vi gör det kanske bäst genom ett löfte att väl förvalta det arv han lämnar efter sig och med ett löfte att arbeta vidare mot ännu större mål — nu närmast mot en gedigen svensk olympiainsats i Tokyo. 1964 fyller Svenska Simförbundet 60 år.

Finns det en lämpligare jubileumsgåva än olympiska medaljer?

Alldeles säkert inte för Bertil Sällfors!

H. R.

SAXAT UR SEKRETERARENS DAGBOK

7/2 *Stockholm*: SM-sammanträde med Stockholmsalliansen på Löwenbräu. Ordf. Henry Nord ger goda rapporter inför sommarens mästerskap i Eriksdalsbadet — Kamratfest i Folksamskrapan. Stig Ohlsson om underhandlingar med Idrottsstyrelsen. S. H. Paulson beklagar sig över att vädjan om inkvarteringsanmälningar inte tagit bättre. Godkännande av TV två av fyra dagar.

14/2 *Karlskoga*: Australienfilmen succé.

Eisten Carnegård har verkligen lyckats fint i kanonstaden, där det nu sjuder av ungdomligt simmarintresse. Samma entusiasm i Karlstad, Arvika och Filipstad försäkras det. Och nu hoppas man mycket av nya badhuset i Kristinehamn, som lär bli klart någon gång 1964. Och så kommer nya 25-metersbassänger i Vålberg och Grums. Ja, i Värmland ser man ljus på framtiden just nu.

17/2 *Vingåker*: "Sir King Cup" var

större än vacker, så det gjorde kanske inte så mycket att Stockholmspolisen erövrade priset för alltid. Speciellt som medaljerade donator Walter Ljungström lovat skänka en ny cup till nästa års tävling. Storpromotor "Buckla" Pettersson och hans medarbetare visade hur man arrangerar en rikstävling i en 16-metersbalja. Perfekt organisation.

19/2 *Stockholm*: Sammanträde med Badbyggnadstekniska kommittén på simfrämjandebasen Sven "Swall" Wallboms kansli. Beslöts att i skrivelse till badbyggnadskommittén i Västerås med skärpa framhålla vikten av att det planerade

OMSLAGSBILDEN

Simförbundets avgående ordförande Bertil Sällfors.



April

- 6—7 Gävle: Ungdomslandskamp Sverige—Östtyskland TV-sändning.
 7 Eskilstuna: Landskapsmatch Södermanland—Värmland
 7 Gällivare: Skol-DM
 20—21 JSM i polo
 21 Gällivare: Malmfältsmästerskapen
 21 Göteborg: Skol-DM
 21 Hudiksvall: Nat. simtävlingar
 21 Stockholm: Hellas 20-mannasimning (prel.)
 21 Södermanland: Skol-DM
 21 Göteborg: S 02 Grand Prix.
 27—28 JSM i polo
 28 Karlstad: Solstadskilometern
 Ej best. Stockholm: JDM i polo

Maj

- 1 JSM i polo
 8—9 Moskva: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
 3 Eskilstuna: Juniorlandskapsmatch Södermanland—Uppland
 5 alt. 12 Norrtälje: Uppländska ungdomsmästerskapen
 Ej best. Uppsala: Ungdomslandskapsmatch Uppland—Gästrikland
 19 SM-polo (utomhus) startas och genomföres under maj, juni och slutet av augusti

Juni

- 1—2 Stockholm: Pololandskamp Sverige—Frankrike
 8—9 Hamburg: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
 11—12 Örebro: Int. tävlingar "Gustavsviksbadets invigning"
 13 Stockholm: Int. tävlingar

utomhusbadet får en särskild hoppbassäng. Under överläggningen i detta ärende framkom att intendent Aron Bergmark i Uppsala uttryckligen beklagat, att Fyrisbadet saknade särskild hoppbassäng. Det hade särskilt då badet var nytt uppstått ständiga irritationer genom att i varje fall de högre hoppställningarna måste för undvikande av olyckor stängas av även vid en måttlig badfrekvens. 25/2 Nynäshamn: Australienfilmen succé i välbefolkad simhall. Arne Svensson har bredd men är ledsen för att han inte hinner få någon riktig topp. Omöjligt så länge ungdomen flyr staden för att söka högre skolor på andra orter. 27/2 Nässjö: Australienfilmen applåderad. Simklubben i väntans tider. Nästa år får man sitt nya fina badhus med 25-metersbassäng. Ordf. K. A. Wisfeldt tror liksom övriga styrelsen på stor succé från starten.

- 15—16 Ronneby: Int. tävlingar "Brunnsspelen"
 10—12 Medelpad: DM-tävlingar
 23 Paris: Int. tävlingar
 29 Örebro: Ungdomsspelen i simning

Juli

- 1—5 Ej best.: Rysk simhoppturné i Sverige
 7 Södermanland: Lilla DM
 10 Östergötlands DM på 1500 m.
 12—13 Blackpool: Simlandskamp Storbritannien—Sverige
 13—14 Paris: Int. tävlingar "Grand Prix"
 18—19 Ej best.: SM 1500 meter, livräddning, komb. höga hopp
 19—20 Västergötland: DM svikt
 14 Örebro: Närkes inomhus-DM
 19—21 Västmanland: DM
 17—31 Gotland: DM
 19—21 Småland: DM
 19—21 Skåne: DM
 19 Halmstad: Hallands JDM
 20—22 Köpenhamn: NM i vattenpolo
 20—21 Bohuslän-Dal: JDM
 20—21 Iggesund: Hälsinglands DM
 21 Vansbro: Älvsimningen "Vasalopper" 3 000 m
 20—21 Stockholm: DM
 21 Södermanland: JDM
 23 Varberg: Hallands DM
 25—28 Södermanland: DM
 26 Halmstad: Hallands DM
 26—28 Värmlands: DM
 26—28 Närke: DM
 27 Stockholm: DM 1 500 m
 27—28 Bohuslän-Dal: DM
 27—28 Dalarna: DM
 27—28 Östergötlands DM
 30 Varberg: DM

Augusti

- 1—20 Uppland: DM och JDM i polo
 5—8 Stockholm: SM i simning och hopp (TV)
 11 Östergötlands JDM
 9—11 Gästrikland: Utomhus-DM
 13 Uppsala: DM
 13—14 Oslo: NM i simning och hopp (TV)
 17 Lidköping: Landskapsmatch Västergötland—Jylland
 17—18 Örebro: Simlandskamp Sverige—Frankrike, herrar (TV)
 Simlandskamp Sverige—Östtyskland, damer (Prel.)
 19 Östergötlands DM — final i polo
 21 Östergötlands JDM — final i polo
 23—25 Warszawa: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
 25 Uppsala: DM
 25 Värmland: JDM

- 31 Göteborg: JDM
 31 Rotterdam: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
 31 Porte Aliegre: Universaden i Brasilien
 31 Västtyskland: Int. ungdomstävlingar (1948, o.y.)
 31—1 sept. Gästrikland: Junior-DM

September

- 1 Hela Sverige: Sum-Sim: Massmönstringen startar officiellt
 1 Göteborg: JDM
 1—8 Porte Aliegre: Universaden
 1 Rotterdam: Int. simtävlingar
 1 Värmland: JDM
 7—8 Göteborg: JSM i simning och hopp
 8 Södermanland: DM i livräddning
 13—14 Blackpool: Sexnationerstävlingen (Eurovision)
 15 Uppland: JDM i Norrtälje eller Uppsala
 21 Västerås: Sjulandskapsmatchen
 23—24 Stockholm: JDM
 27—28 Stockholm: Skolungdomens hösttävlingar
 30—6/10 Hela landet: Inomhuspolo

Oktober

- 5—6 Norrbottens JDM i Luleå
 6 Hudiksvall: Nat. tävlingar
 14—20 Hela landet: Inomhuspolo
 19—20 Hela Sverige: Sum-Sim: Regionsmästerskapen
 21—27 Hela landet: Inomhuspolo
 26—27 Norrbottens DM (1:a avd.) i Kiruna

November

- 2—3 Stockholm: Sum-Sim: Riksfin.
 3—4 Östersund: Nat. tävlingar
 10 Norrbottens DM (2:a avd.) i Munksund
 4—10 Hela landet: Inomhuspolo
 7 Stockholm: DM i livräddning
 11—17 Hela landet: Inomhuspolo
 13 Östersund: JDM
 17 Ej best. plats: SM i lågsvikt
 17 Göteborg: GT-simmet
 20 Östersund: JDM
 24 Södermanland: Skol-DM

December

- 1 Stockholm: Neptuns 50-mannas.
 1 Göteborg: Göteborgspolisens tävlingar
 9 Östersund: Nat. tävlingar
 10 Göteborg: S 02:s tävlingar
 11 Göteborg: Najadens tävlingar
 13 Göteborg: GKK:s tävlingar
 14 Göteborg: S 02:s tävlingar

Tunafors tog SM Finalen oavgjord

Tunafors Sportklubb vann 1963 års inomhus-SM i vattenpolo, vilket genomfördes som enkelserie med sammandragningar den 17 febr.—3 mars.

Mästerskapsförsvarende SKK stupade på en oavgjord match mot Hellas, som i år återfått sina gamla landslagskämpar Björn Branelius och Börje "Burkas" Karlsson. Finalmatchen mellan Tunafors och SKK i Eskilstuna blev en dramatisk uppgörelse, som resulterade i draw 3—3.

I mästarlaget spelade: 1. Stig Sjögren, 2. K. G. Pettersson, 3. Sten Ekinan, 4. Hans Andersson, 5. Rolf Karlsson, 6. Rolf Svensson, 7. Anders Eriksson, 8. Bo Karlsson, 9. Sören Sandberg, 10. Håkan Norrman, 11. Stig Antonsson.

DIVISION I

17/2 Malmö:
Ran—Polisen 8—1
Trelleborg—SKK 0—5
Trelleborg—Polisen 2—3
Ran—SKK 1—7

17/2 Eskilstuna:
S 02—Hellas 5—9
Tunafors—Neptun 5—4
S 02—Neptun 4—11
Tunafors—Hellas 9—5

22/2 Stockholm:
Hellas—Neptun 7—3

23/2 Göteborg:
S 02—Tunafors 2—8

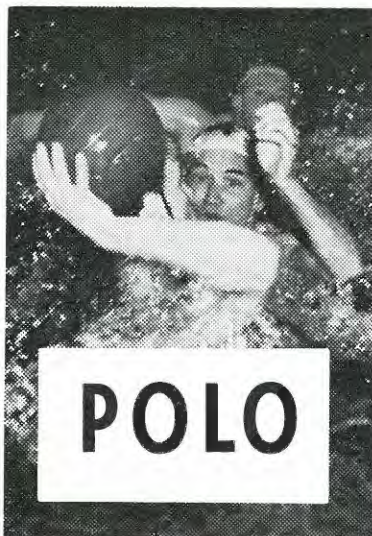
24/2 Göteborg:
Tunafors—Trelleborg 11—0
S 02—Ran 7—9
Tunafors—Ran 2—0
S 02—Trelleborg 3—2

24/2 Stockholm:
SKK—Hellas 2—2
Polisen—Neptun 0—5
Polisen—Hellas 1—10
SKK—Neptun 7—5

1/3 Trelleborg:
Trelleborg—Ran 5—6

1/3 Stockholm:
SKK—Polisen 11—0

3/3 Eskilstuna:
Tunafors—Polisen 8—1
S 02—SKK 2—16



S 02—Polisen 9—7
Tunafors—SKK 3—3

3/3 Malmö:
Ran—Neptun 4—4
Trelleborg—Hellas 4—12
Trelleborg—Neptun 2—4
Ran—Hellas 5—5

Serietabellen

Tunafors	7	6	1	0	46—15	13
SKK	7	5	2	0	51—13	12
Hellas	7	4	2	1	50—29	10
Ran	7	3	2	2	33—31	8
Neptun	7	3	1	3	36—29	7
S 02	7	2	0	5	32—62	4
Polisen	7	1	0	6	13—53	2
Trelleborg	7	0	0	7	15—44	0

Skytteligan

19 mål: Bo Gunnarsson, Ran
17 mål: Bo Lexander, Hellas
16 mål: Hans Andersson, Tunafors
13 mål: Kaj Falmer, S 02 och Björn Pernold, SKK
12 mål: Thomas Fjærstad, SKK
10 mål: Björn Branelius, Hellas
9 mål: Björn Eriksson, S 02 och Lars Fjærstad, SKK
8 mål: Runar Svensson, Hellas
7 mål: Börje Karlsson, Hellas, L. E. Bengtsson och Bengt Nordvall, Neptun.

Elfsborg avgjorde Div II kamp direkt

I div. II avgjordes serien redan första speldagen 10/2 i Borås, då hemmalaget Elfsborg besegrade exallsvenska Västerås med 3—2.

DIVISION II

9/2 Borås:
Elfsborg—Nässjö 5—1

10/2 Borås:
Elfsborg—Västerås 3—2
Nässjö—Falun 3—7
Nässjö—Västerås 0—7
Elfsborg—Falun 7—1

16/2 Solna:
Sundbyberg—Jönköping 3—11

17/2 Uppsala:
Uppsala—Jönköping 5—2
Sirius—Sundbyberg 1—7
Sirius—Jönköping 2—13
Uppsala—Sundbyberg 15—3

24/2 Jönköping:
Jönköping—Elfsborg 2—5
Sundbyberg—Nässjö 2—3
Jönköping—Nässjö 2—7
Sundbyberg—Elfsborg 1—7

24/2 Västerås:
Västerås—Uppsala 7—3
Falun—Sirius 14—1
Falun—Uppsala 5—9
Västerås—Sirius 20—0

28/2 Uppsala:
Uppsala—Sirius 9—1

1/3 Västerås:
Västerås—Falun 11—2

3/3 Västerås:
Västerås—Sundbyberg 10—1
Västerås—Jönköping 8—3
Falun—Sundbyberg 5—1
Falun—Jönköping 6—8

3/3 Uppsala:
Sirius—Nässjö 2—12
Sirius—Elfsborg 1—12
Uppsala—Nässjö 3—3
Uppsala—Elfsborg 3—7

Serietabellen

Elfsborg	7	7	0	0	46—11	14
Västerås	7	6	0	1	65—12	12
Uppsala	7	4	1	2	47—28	9
Nässjö	7	3	1	3	29—28	7
Jönköping	7	3	0	4	41—36	6
Falun	7	3	0	4	40—40	6
Sundbyberg	7	1	0	6	18—52	2
Sirius	7	0	0	7	8—87	0

DUBBELT POLISEN I SVENSKA SIMSERIEN

Vi presenterar här nedan prislistan för "Svenska Simserien 1962". Varje poäng honoreras liksom tidigare med 1 öre.

Stockholmspolisens herrar försvarade med glans sin div. I-seger från 1961 års serie, ökade f.ö. sin totalpoäng från 18.595 till 19.795 d.v.s. med jämnt 1.200 poäng. Som Polisens damer, lapplisorna kallade, gick förbi Karlskrona och vann div. III med en ökning av 538 poäng jämfört med 1961, så har duon Stig Ohlsson—Åke Lindgren all anledning att känna tillfredsställelse. Neptun försvarade sina positioner och de vinrödast damer med världsrekordflickorna Jane Cederqvist och Margareta Rylander i laget satte absolut poängrekord med 19.969.

I div. II försvarade Katrineholms SS

segern i herrklassen med minsta tänkbara marginal. De sex poäng som skilde till Karlskoga hade helt reducerats, om Hasse Rosendahl simmat 2 sek. långsammare på 1 500 meter i Malmö den 3 okt., då han i det ryktbara "biloppet" nådde den nya svenska rekordtiden 17.29,7. Karlskogas damer tog nu i stället revansch på naborna från Karlstad. Örebros herrar vann meriterande div. III före allroundstarka Munksund.

Division I

Herrar

Stockholmspolisens IF	19 795
SK Neptun	17 793
Göteborgs KK	17 281
Jönköpings SIS	15 087

Damer

Uppsala SS	14 879
Karlstads SS	14 791
IK Attack	13 477
Norrtälje SK	12 441
SK Neptun	19 969
SK Najaden	15 848
Uppsala SS	15 714
Norrtälje SK	15 331
Limhamns SS	11 681
Jönköpings SIS	11 214

Division II

Herrar

Katrineholms SS	9 610
Karlskoga SS	9 604
Limhamns SS	7 441

Forts. sid. 5

HAGSTRÖMS JÄRN AB

VAKSALAGATAN 19—21

UPPSALA

JÄRNVAROR

BYGGNADSMATERIEL

VÄRME- och
SANITETSMATERIEL

Husgeråd — Verktyg — Gasol

Telefon 494 00 växel

Restaurant CATTELIN

Storkyrkobrinken 9 - Tel. 08/20 18 18

Stockholm

*

Dit går vi simmare och äter
mycket gott efter tävlingarna

Briljantringar

Allianceringar

Odlade pärlcollier

Förlovningsringar

Omarbetningar och reparationer
Monogram- och vy-gravyr utföras
på egen verkstad



JOHN HOFFNER AB

HOVJUVELERARE

Svarbäcksgatan 4 - Tel. 310 98

UPPSALA

KÖP

SOLSTICKAN

Helge Erikssons Konstruktionsbyrå

Sture Holmberg — Medlem av S. K. V. S.

STOCKHOLM

Drottninggatan 14, Telefon: 11 29 50, 11 89 50

UPPSALA

Dragarbrunnsgatan 65 D, Telefon: 435 29, 164 23

Värme-, Ventilations- och Sanitetsteknik

VI TILVERKA

FANOR
STANDAR
OCH
FAGGOR

KÖP DIREKT
SNABB
OCH
REELL
SERVICE

AV ALLA SLÄG
I HÖG KVALITET
BEGÄR OFFERT

TRMA VINDBLAD
ROSIASSTRAND 21
F110687 ÖREBRO

ROSENDAHL: FULL FART OCKSÅ PÅ JULAFTON...

Här kommer ett nytt avsnitt av Hasse Rosendahls träningsprogram hos Peter Daland i Los Angeles — det styrker den tidigare uppfattningen att hårdhet är enda väg till framgång också i amerikansk simning.

Den som studerar träningsprogrammet närmare kommer till sin förvåning att finna att Hasse inte ens var ledig på

4/12: 200 y uppmjukn. 20×200 y fr (30 sek vila), 300 y bensp.
5/12: 300 y uppmjukn. 200 y fritt 1.59, 100 y 56.5, 200 y avslappn. 4×100 y bensp. 4×100 y armt.
6/12: 200 y uppmjukn. 10×400 y fritt (90 sek)
7/12: 200 y uppmjukn. 300 y bensp. 300 y armtag 4×200 y fritt 2.02 på alla (3 min) lagkapper 6 (4×40 y)
8/12: Tävlings: Rosendahl hade 1.55,5 på 200 yards.
9/12: Ingen träning.
10/12: 200 y uppmjukn. 20×200 y (30 sek).
11/12: 200 y uppmjukn. 4×200 y (3 min) 2.03, 2.05, 2.04, 1.59, 4×100 y fritt (90 sek) 56.5, 57, 57.5, 56.5 10×50 y fritt, fjärlil, rygg vart tredje
12/12: kl. 7: 200 y uppmjukn. 500 y armtag, 500 y bensp. 14×50 y fjärlil, rygg, fritt vart tredje (30 sek).
Eftermiddag: 10×400 y (90 sek) 300 y bensp.
13/12: 300 y uppmjukn. 4×200 y (3 min), 3×100 y bensp. (10 sek) 3×100 y armtag (10 sek), 3×100 y bensp., 3×100 y armt. varannan längd fjärlil och rygg. Lagkapp 5 (4×40)
14/12: 500 y bensp. 500 y armtag, 10×100 y fjärlil och rygg (50 y av varje simsätt) (90 sek) 10×100 y (90 sek) 58—61 sek.
15/12: Alla simmade 500 yards. Rosendahl vann på 5.10,5 efter 4.32 på 400 m. Hade därefter 1.58,0 på 200 yards.
16/12: Ingen träning.
17/12: kl. 7: 200 y uppmjukn., 4×100 bensp., 4×100 armt., 4×100 bensp., 4×100 armtag varannan längd fritt och rygg 10 y avslappning 10×50 fritt (15 sek)
Eftermiddagen: 300 y bensp. 300 y armtag, 20×200 y (30—45 sek)
18/12: 300 y bensp., 300 y armt. 4×200 y fritt (3 min) 2.05, 2.03, 2.02, 2.01 4×100 fjärlil (70 sek)

1.06, 1.10, 1.09, 1.10, 4×50 ind. medley (3 min vila mellan varje lopp) Rosendahls tid 2.04
19/12 kl 7: 200 y uppmj. 4×100 ben, 4×100 arm, 4×100 delfin, 4×100 arm, varannan fjärlil-rygg, 10×25 fritt (15 sek)
Eftermiddagen: 300 ben, 300 arm, 6×200 (3 min) 2.07, 2.05, 2.05, 2.05, 2.04, 2.03. Rallvändning vid varje vändning!!!
20/12: 300 y uppmjuk., 4×100 ben, 4×100 arm, 4×100 delfin, 4×100 arm (varannan fjärlil-rygg), 100 avslappning 6×100 (90 sek) 64, 62, 60, 59, 57, 56
21/12: 200 y uppmjuk., 10×400 (2 min) 4.35, 4.31, 4.30, 4.29, 4.28, 4.24, 4.32, 4.34, 4.32, 4.30
24/12: 300 y uppmjukn., 20×200 fritt (3.30)
26/12: 200 y uppmjukn., 10×400 fritt (7 min). Bästa tid 4.22, 300 ben
27/12: 800 y fritt, 2×200 ben, 4×200 fritt (2 min) 2.08, 2.04, 2.01, 2.02, 4×50 (20 sek) 4×50 rygg (30 sek)
28/12 morgonen: 300 y uppmj., 500 ben, 500 arm, 4×400 (1 min) 4.45, 4.27, 4.24, 4.15. 100 y avslappn. ga home relays
Eftermiddagen: 500 uppmj., 4×100 fjärlil (70 sek), 1.08, 1.09, 1.07, 1.07, 4×100 rygg (70 sek) 1.10, 1.09, 1.09, 1.08, 4×100 bröst (70 sek) 4×100 bröst (70 sek) 4×100 fritt (varannat 1.01, 1.01, 59.57
29/12 morgonen: 800 y fritt hårt, 3×200 ben, 3×200 arm (30 sek) 2.19, 2.18, 2.16, 3×200 ben, 3×200 arm (rygg o fjärlil)
Eftermiddagen: 400 fritt hårt, 4×100 fjärlil varannat 1.08, 1.07, 1.06, 1.05, 4×100 y fritt (varannat) 58, 57.5, 55.5, 56.5, 4×50 rygg, 4×50 bröst (varannat) 4×50 fritt (varannat) 10×50 fritt (40 sek) 10×50 fritt (50 sek)
30/12: Tävlings: 500 yards seger 5.12,6 10 y fritt 53,8 lagkapper
31/12: morgonen 200 y uppmj, 4

julafton — han fick medan vi sysslade med skinka, pantlekar och julklappar avverka närmare 4 kilometer i den härligt ljusgröna basängen. Det berodde dock mindre på utpräglad amerikansk hårdhet mer på det faktum som säger att USA har julafton på juldagen... och då var Hasse ledig.

×100 y fjärlil, 4×100 rygg, 8×100 fritt (varannat på samtliga)
Eftermiddagen: 200 y uppmj, 20×200 y fritt (3 min) 2.10—2.15
2/1 morgonen: 500 y ben, 500 y arm, 4×500 (3 min) 5.36, 5.40, 5.41, 5.34, 8×50 (50 sek)
Eftermiddagen: 200 uppmj, 40×100 (90 sek) 1.02—1.05.
2/1: Morgonen: 500 y bensp, 500 y armtag, 4×500 y (3 min vila) 8×50 y (20 sek)
Eftermiddagen: 200 y uppmjuk. 40×100 (90 sek) start var 90:e sek
Tider 1.02—1.05
3/1: 300 bensp., 300 armt., 4×500 y fritt (5 min) 5.29, 5.31, 5.29, 5.22, 4×50 fjärlil (30 sek) 4×50 fritt (30 sek)
4/1: 200 uppmjuk., 6×50 fritt (30 sek) Lagkapper 4×50 fritt 4×100 fritt, 4×50 rygg, 4×100 rygg, samt "medley" enligt detta: 200 fritt, 100 bröst, 50 fritt.
6/1: morgonen: 300 bensp., 4×500 fritt (6—7 min), 10×50 fritt (30 sek)
Eftermiddagen: 200 uppmjuk., 20×200 (start var 3:e min)
7/1: morgonen: 200 uppmj., 4×100 bensp., 4×100 arm, 4×100 delfin, 4×100 arm (varannan längd rygg-fjärlil) 10×25 fritt (5 sek)
Eftermiddagen: 300 bensp., 6×100 fjärlil (varannat) 1.04, 1.05, 1.05, 1.05, 1.06, 1.06, 10×50 fritt (30 sek)
4×50 fjärlil (varannat), 4×50 rygg (varannat), 4×50 bröst (varannat) lagkapper
8/1: 500 fritt, 10×200 (start var 3:e min), 12×100 (start var 90:e sek), 20×50 (start var 50:e sek)
9/1: 4×200 (2 min) 2.05, 2.03, 2.03, 2.03, 20×50 (5×50 fjärlil, 5×50 rygg, 10×50 fritt (30 sek).

är den vilan utan simmarna startar enligt sitt jätteur efter en ordningsföljd som innebär att om de simmar i 2.20 får 40 sek vila i och med att starten går var tredje min.

10/1 200 uppmj., 20×100 (30 sek vila) genomsnittstid 1.01,5 på yardssträckan, dvs. cirka 1.08
11/1: Lättare träning
12/1: Tävlings mellan Los Angeles Athletic club och Universitetet. Rosendahl simmade 500 yards på 5.08.8
13/1: 200 uppmj., 5×400 fritt (1 min), 3×200 fritt (varannat), 2×150 fjärlil (varannat)
14/1 kl 7: 200 uppmj., 800 hårt, 20×50 (30 sek vila) tiderna 27—29, 10×25 (5—8 sek)
Eftermiddagen: 500 fritt, 3×100 ben, 3×100 arm, 3×100 delfin, 3×100 arm (fjärlil rygg blandat).
Efter detta 100-yardslopp, där början gjordes på 1.12 och där alla sedan skulle sänka sin tid varje gång med 2 sek ned till 56. Om man missade fick man stå över och försöka på nytt. Segrarna slopp undan med endast en omgång 400 medley som avslutning.
15/1: 300 bensp., 300 arm, 5×100 (1 min) 58, 57, 57, 56.5, 58 (nedifrån) 4×50 fjärlil (30 sek, 2×50 lång vila) 23.5, 23.6
16/1: 7.00: 200 uppmj., 800 yard hårt, 5×100 (1 min) 1.02, 1.02, 1.01, 1.00, 59, 10×50 (20 sek)
Eftermiddagen: 200 uppmj., 10×200 (var 3:e min), 10×100 y rygg (varannat), Lagkapper.
17/1: 200 uppmj., 3×100 bensp., 3×100 arm, 3×200 fritt (5 min) 2.02, 2.00, 2.01. Lagkapper.
18/1: Ingen träning.
19-20/1: Tävlings.

OBS! Med start var 90:e sek, 3 min osv menas inte att det

Sverige-Östtyskland i Gävle

För tredje året i följd drabbar Sveriges och Östtysklands ungdomssimmare — pojkar och flickor födda 1947 eller

Dubbelt Polisen... forts. fr. sid. 3

Damer

Karlskoga SS	8 858
Karlstads SS	8 304

Division III

Herrar

Örebro SS	6 584
Munksunds SS	6 036
Gävle SS	5 442
Kristianstads SLS	5 424
Karlskrona SS	5 373
Sundsvalls SS	4 910
Hudiksvalls SS	4 891
Karlslunds IF	4 819
Varbergs SLS	3 098

Damer

Stockholmspolisens IF	6 798
Karlskrona SS	6 533
Hudiksvalls SS	6 445
Gävle SS	6 419
Kristianstads SLS	5 409
Örebro SS	5 089
Katrineholms SS	5 000
Göteborgs KK	4 898
Karlslunds IF	4 723
IK Attrack	4 364
Varbergs SLS	2 235

senare — samman i en på förhand garanterat spännande landskamp. Denna har förlagts till Strömbadet i Gävle den 6—7 april och båda dagarna äger tävlingarna rum kl. 17—18 och kommer genom TV:s medverkan att direktförmedlas till en stor del av svenska folket.

- Lördagen*
- 100 m frisim, pojkar
 - 100 m ryggsim, flickor
 - 100 m fjärlilsim, pojkar
 - 400 m frisim, flickor
 - 200 m bröstsim, pojkar
 - 4×100 m medley, flickor
 - 4×100 m frisim, pojkar
- Söndagen*
- 100 m frisim, flickor
 - 100 m ryggsim, pojkar
 - 100 m fjärlilsim, flickor
 - 400 m frisim, pojkar
 - 200 m bröstsim, flickor
 - 4×100 m medley, pojkar
 - 4×100 m frisim, flickor
- Sverige har vunnit båda de tidigare landskamperna. 1961 i Norrtälje fastställdes den svenska segern med så överlägsna siffror som 89—79, men i fjol i Finsterwald var det betydligt hårdare och avgörandet föll först i den avslutande damlagkappen. Svensk seger sålunda med 89—85.

NU ÄR PER-OLA I REKORDFORM

Sista februariveckan visade Per-Ola Lindberg rekordform "over there". Vid tävlingar i San Francisco (25 yards) noterade han sålunda 48,9 på 100 och 1.48,4 på 200 yards, vilket torde motsvara ung. 54 sek jämnt på 100 meter och strax under 2 min. på 200 meter!

Även Hans Rosendahl är i god form. Vid en träningsövning i Los Angeles hade han 17.59 på 1650 yards. Roy Saari, som just nu är den bäste långdistansaren i Peter Dalands "stall" hade 17.35, medan Yamanaka hade 17.45.

SM-svikhopp 28 april

SM i svikhopp, 3 meter, äger rum i Åkeshovsbadet, Stockholm, söndagen den 28 april, 7 hopp före kl. 12, 3 hopp efter kl. 18. Anmälan till Simförbundet senast 21/4.

Sv. Simförbundet—Solviks SS

Medleyrekord av Lundin

Jan Lundin, Stockholmspolisens, satte nytt svenskt rekord på 400 individuell medley i Visby då han i ett mycket väl-disponerat lopp vann 5.07,0, hela 2 sek. bättre än Hans Rosendahls tidigare rekordnotering. Lundin öppnade med 1.06,5 på fjärilsim och fortsatte med 1.18,0 på rygg, 1.36,0 på bröst och slutade med 1.06,5 på frisimmet. Lundins tidigare personbästa på distansen var 5.20,4.

I tävlingen, som var en avslutning på ett elitträningsläger Stockholmspolisens haft under skollovsveckan i Visby, nåddes flera andra fina tider. Bl. a. vann Tommy Jurdell 100 fjärilsim på 1.05,1 där endast 12-åringe Bo Westergren blev trea på fantastiska 1.08,9.

Resultat:

100 fritt damer: 1) Kristina Lundquist, Polisen, 1.09,0; 2) Anncha Calesson, Polisen, 1.10,0. 100 bröst herrar: 1) Benny Zachrisson, Polisen, 1.18,0; 2) Nils Gustafsson, Polisen, 1.18,8. 100 fjäril herrar: 1) Tommy Jurdell, Polisen, 1.05,1; 2) Jan Lindroth, 1.07,9; 3) Bo Westergren, Polisen 1.08,9. 100 bröst damer: Harriet Levin, Polisen 1.27,7; 2) Lena Björn, Polisen, 1.28,0. 200 rygg damer: 1) Annika Danielsson, Polisen 2.46,9; 2) Margit Öhman, Polisen, 2.54,1. 200 fritt: 1) Jan Lundin, Polisen, 2.08,7; 2) Lars Westergren, Polisen 2.15,4.

STOCKHOLM:

Gunnar Sulling ny förbundssekreterare



Vid Stockholm Simförbunds årsmöte i Medborgarhuset 21/2 under Ragnar Ullborns ledning omvaldes ordföranden L. O. Nyberg (Neptun) liksom Gunnar Crone (SKK) och Stig Ohlsson (SPIK) samt nyvaldes

Tore Wehlén (Djursholm) och Ernst Bjurman (Solna). Gunnar Sulling (Hellas) övertog Crones sekreteraresyssla och Wehlén blev ny kassör.

Anne Christine Hagberg, Neptun och Rolf Möller, SPIK fick mottaga Stockholms idrottsförbunds plakett till "välmeriterad ungdom", en utmärkelse som tidigare kommit Anne Christines klubbkamrater Jane Cederqvist och Karin Stenbäck till del. Årsmötet godkände vidare styrelsens förslag att slopa medaljerna och endast dela ut mästerskapsplaketterna i DM samt att i JDM byta ut medaljerna mot jetonger. En kostnadsbesparande åtgärd.

Rekordtider i Kiruna Mats 57,0 och 2.06,7

Det nåddes ett flertal mycket lovande resultat vid de två tävlingar (17 och 21 febr.) som Kiruna SS arrangerade, då gruvstaden i norr under skolornas vintersportlov gästades av en 20-mannatrupp från IF Elfsborg med europamästaren Mats Svensson i täten. Mats själv avverkade 100 m på 57 "blankt" och 200 m på 2.06,7. Hemmaklubbens Jan Lundmark var tvåa på båda distanserna med resp. 59,3 och 2.10,5, den sistnämnda noteringen nytt norrbottensrekord liksom Torulf Högbergs 2.39 "blankt" på 200 fjäril. Kirunapojkarna rekordsimmade även 4×100 m på 4.00,1 men fick se sig slagna av "knallarna" som hade 3.56,8. Boråskvartetten Ekdahl—Ferm—Hansson—Prisberg förbättrade västgöta-rekordet på 4×100 medley i två omgångar, först till 5.30,2 och sedan till 5.21,8. Man antecknade vidare en god insats av Malmbergets talangfulla bröstsimmerska Margareta Johansson, som på 200 meter slog Elfsborgs meriterade Eva Ferm. Tiderna resp. 3.07,0 och 3.07,7. Antecknas kan slutligen att Kirunas "simmarhövdning" Kalle "Badis" Andersson, som den 13/2 passerade 50-årsgränsen, fick mottaga Elfsborgs finaste utmärkelse, guldplaketten, för sina tidigare insatser inom klubben. (Se vidare i "Resultatbörsen").

Olle Ferm 4.48,0

NKK:s löftesrike fri- och ryggsimmare Olle Ferm (1947) visade fin form i Norrköpings 25-yardsbassäng den 24 febr. genom att i klubbmatchen mot Katrineholms SS besegra Ola Pettersson på 400 meter och vinna på så fin tid som 4.48,0 oaktat mellantiden på 200 m efter alltför försiktig öppningstakt inre var bättre än 2.25. Ola var tyvärr ur slag denna dag men siktar säkert på revansch. Katrineholmarna vann klubbmatchen med 79—67.

Evinger, som vistas i Canada.

... rekord av Håkan

Håkan Bengtsson visade redan i Bremsens int. januaritävlingar att han detta år kommit i tidigt rekordslag. Det bestyrktes med besked i Visby den 24 febr. då han i Solbergabadet sänkte sitt eget svenska fjärilsimrekord på 200 meter till 2.22,2.

Stockholmspoliserna, vilka förlagt sitt midvinterlov till Gotland, presenterade även i övriga grenar goda resultat men mest glädjande var dock hemmasimmarernas insatser, som visar att Gotland nu kommer på allvar i vår idrott. Fyra nya gotlandsrekord såg dagens ljus. Bröstsimmerskan Karin Lindgren noterade fina 3.12, fick visserligen se sig besegrad av framåtgående polisflickan Harriet Levin men aktade inte för rov att ta meriterade Lena Björns skalp. Och i herrarnas ryggstart gjorde sedan också bröstsimmerskan Annika Eriksson, som övertygande besegrade uppsalasysterarna Posibil och med så god 200-meterstid som 3.04,8. (Se vidare i "Resultatbörsen").

... och världsrekord

Japanskan Satoko Tanaka satte vid tävlingar i Melbourne i mitten av februari världsrekord på 220 yards och 200 meter rygg med 2.29,6. På 100 meter rygg gjorde hon 1.09,5 i Brisbanes 50 m-bassäng. Resultat:

Herrar: 220 y fr: Ling 2.06,4. 1650 y: Windle 17.44,8. Pick 17.45,5. Fujishimo, Japan 17.46,2. 220 y ry: Carroll 2.22,8. 220 y fjäril: Berry 2.11,2. Hayes 2.12,2. 440 y medley: Yamakage, Japan 5.13,5.

Damkvartett slog rekord

Snabbaste 100 m. tiden i Boråsbadet av Mats S.

Elfsborgs unga damkvartett i simning på 4×100 m. bröstsim Eva Ferm, Margareta Rapp, Lena Johansson och Lisbeth Sääf putsade västgötarekordet den 10 febr. i Boråsbadet. Det nya rekordet lyder på 6,02,8 medan det gamla var 6,09,0.

Mats Svensson gjorde ett starkt lopp på 100 m. frsim och noterade 56,8 vilket är den snabbaste tid som noterats individuellt i Boråsbadet. Mats hade själv den gamla noteringen som var 57,4. Boråsbadets vatten är mycket tungsummet och det tyder på att Mats går mot en ny strålande säsong.

Gunilla Lundqvist 1.13,2 och plakett

Det var propaganda i ordets rätta bemärkelse i Norrtäljes trivsamma sinhall den 17 febr. Dit hade NIF förlagt prisutdelningen för skidåkarnas Roslagslopp och där bjöd NSK på simtävlingar inför stor publik. Simklubbens landslagsflicka Gunilla Lundqvist fick ur kommunalborgmästare Anders Hemmingers hand mottaga Norrtälje Tidnings plakett för 1962 års främsta sportprestation i Roslagen — "15-åriga Gunillas seger vid NJM i Kotka och hennes andraplaceringar vid alla tre SM-tävlingarna fällde utslaget i hård konkurrens", deklarerade chefredaktör Harald Hultman — och gav sedan det bästa tänkbara prov på sin förmåga genom att hoppa i vattnet och ryggsimma 100 meter på den nya distriktrekordtiden 1.13,2. En fin säsongstart gjorde sedan också bröstsimmerskan Annika Eriksson, som övertygande besegrade uppsalasysterarna Posibil och med så god 200-meterstid som 3.04,8. (Se vidare i "Resultatbörsen").

Västerås besegrade Gävle i simhoppduell

Den första svenska klubbmatchen i simhopp på månet gott är ägde rum i februari i Kristiansborgsbadet, där Västerås SS tog emot Gävle SS, som sänt en trupp om 20 aktiva. Ingvar Sommarström var evenemangets upphovsman och allt var ordnat på bästa sätt — tävlingen avverkades snabbt, resultatgivningen flöt fint, gästerna bjöds på förtäring, vilket möjliggjorts genom att västerås-hopparna sålt ett amerikanskt lotteri. 1. Kjell Gustafsson, VSS 45,28 p. 2. Göran Helgesson, GSS 37,10 p. 3. Thomas Trybom, GSS 36,71 p. 4. Mats Andersson, VSS 35,70 p. 5. Kjell Pettersson, VSS 35,10 p. 6. Bo Lindgren, VSS 34,93 p. 7. Lina Sandgren, GSS 31,22 p. 8. Bo Sturesson, VSS 31,01 p. 9. Kajsa Ström, GSS 30,99 p. 10. Margareta Ström, GSS 30,95 p. 11. Kristina Berg, VSS 30,94 p.

Sammanlagt vann VSS med 312,80 poäng före GSS med 308,75 poäng.



SIMSPORTS RESULTATBÖRS



Sidney

(55 y) 110 y fr: Ilse Konrads 1.03,6. Adrie Lasterie, Holland, 1.04,7. 220 y fr: Ilse Konrads 2.16,3, Adrie Lasterie, 2.18,7. 220 y fj: Linda McGill 2.39,4. Adrie Lasterie 2.40,1. 110 y fj: Linda McGill 1.11,3. 220 y br: Viviane Haddon, Nya Zeeland 2.55,3.

Lyon

(33,33 m) 200 fr: J. P. Curtillet, 2.22,2.

Paris

(50 m) Damer: 4x100 medley: RCF (med bl.a. Rosy Piacentini och A. Caron) 5.22,9. Herrar: 100 fj: Jean Pommat 1.06,5 200 ry: Pouzin 2.31,1.

Väst-Berlin

(25 m) 100 fr: Loeffler 56,1, Fujimoto, Japan 57,4. 200 fr: Hetz 2.05,4, Loeffler 2.07,1. 100 ry: Stock, USA 1.01,6, Küppers 1.03,7. 200 ry: Stock 2.11,1, Fukushima, Japan 2.13,5 Küppers 2.16,3. 100 br: Jastremski, USA 1.08,9, Mrazek 1.12,6. 200 br: Jastremski 2.30,0, Mrazek 2.32,2, Ted Stickles, USA 2.41,3. 100 fj: Larry Shulhof, USA 1.00,1, Reipsch 1.06,3. 400 medley: Gerhard Hetz 4.45,8, Ted Stickles, USA 4.50,1. (Hetz notering 4.45,8, kort bassäng motsvarar ungefär 4.51,5 i lång bassäng — det officiella världsrekordet är där 4.51,0 och hålles av amerikanen Stickles, som nu i Västberlin blev närmast utklassad av västtysken. Det bör dock tilläggas att Stickles gjort sin tid på 440 yards — det är som bekant 2,23 m längre än 400 m.)

Till statistiken

Det finns några kompletteringar oft göra till statistiken i årets första nummer.

Sten Sjölin i Kristianstads Sim- och livräddningssällskap skriver och påpekar att ANN-KRISTIN NYSTROM bör vara med på 100 m fjärilsim med sin notering 1.18,0 vid JDM i Hålsingborg den 14—15/10.

Ingvar Westergren i Gästriklands Simförbund vill ha in AGNETA SUNDBERG, Gävle 55 på 100 m rygg med tiden 1.18,8, som hon nådde på lång bana vid utomhus-DM. Han påpekar dessutom att MARIANNE LUNDQUIST, Sandviken gjort 1.14,2 på 100 m rygg vid Hasnäs inomtävlingar i höstas. Härmed vorder detta korrigerat.

Milltärt

KA 4 tog en ny inteckning i Simförbundets vandringspris i SM:s simtävlingar på hemmananor 1962. Hela 3209 man deltog. De bästa resultaten:

Stridssim 50 m 3-mannopatrull:
1. Kil lag 1 (Timdahl, Molmsten, Ljunggren) 54,6. 2. KA 4 lag 1 55,2
3. KA 4 lag 2 57,2. Stridssim 20x50 m: 1. KA 4 16.25,0. 2. S 3 19.32,0. Stridssim under vattnet. A: 1. Malmsten, Kil 9,6. 2. Olsson, d:o 10,0. 3. Nilsson KA 4 10,0. B: 1. Åhs, KA 4 10,8. 2. Olsson, Kil, 11,2. Stridssim 200 m med full utr: A: B. Nilsson, KA 4 3.17,8. B: Dalheim, KA 4 4.16,4.
Hindersim 50 m: A: 1. Stenström, 17 28,9. 2. Sidetum, 13 31,0. B: 1. Mårtensson, 17 27,3. 2. Nyström, 17 28,6. C: 1. Bo Jansson, A 1 34,8. Livräddning: A: 1. B. Nilsson, KA 4 40,4. 2. Hjort, Kil, 41,2. B: 1. Nyström, Lv 3 43,6. 2. Ljungberg, Kil, 43,6.
C: 1. Bo Jansson, A 1 45,4. Log livräddn. 1. Kil, 3.38,6. 2. KA 4 3.47,4. 100 fr: A: 1. B. Nilsson, KA 4 1.01,8. 2. Asp—Norinder, S 1 1.09,1. B: 1. C. G. Bergengren, A 8 1.01,7.

2. Nyström, Lv 3 1.01,8. 3. Olsson, 1 6 1.02,0. C: 1. Bo Jansson, A 1 1.06,7.

300 fr: A: 1. B. Nilsson, KA 4 3.52,0. 2. S. Eriksson, A 8 4.11,2. B: 1. Sjöblom, A 1 3.25,5. 2. Norum, JS 4.17,0. C: 1. Bo Jansson, A 1 4.04,4. 200 bröst: A: 1. B. Nilsson, KA 4 2.54,0. 2. S. Eriksson, A 8 3.12,7. 3. S. Wehlin, A 1 3.15,0. B: 1. Sjöblom, A 1 3.07,0. 2. Henerud, A 8 3.09,4. 3. Kroon, 1 6 3.09,5.
Lag 100 fr och 200 br: 1. KA 4 21.59,0 2. Lv 3 22.58,6 100 rygg: A: 1. B. Nilsson, KA 4 1.18,1. 2. G. Lindberg, A 8 1.18,6. B: 1. Sjöblom, A 1 1.06,6. 2. Bergengren, A 8 1.15,0. C: 1. Bo Jansson, A 1 1.22,2.

Organisatör av simserien och simledare i SMI har som vanligt varit kapten Ragnar Brügge.

Karlstad

(25 m), 3 febr: Damer: 100 fr: Birgitto Lööv, Karlskoga 1.10,0 2. Kerstin Jahnson, Karlstad 1.13,3. 100 ry: Gunn-Britt Johansson, Filipstad 1.20,0. 2. Birgitto Lööv, Karlskoga 1.22,9. 100 br: Ulla Britt Eurenus, Karlstad, 1.27,1. 2. Agnela Ström-vist, Karlskoga 1.30,0. 100 fj: Monica Wennberg, Karlstad 1.26,8. 2. Barbra Berglund, d:a 1.26,8. 4x100 medley: Karlstad 5.47,0. 2. Filipstad 5.53,2. Herrar: 100 fr: Christian Tallstoy, Karlskoga 1.01,7. 2. Anders Thoreson, Karlstad 1.02,1. 3. Ulf Länner, Filipstad 1.03,3. 100 fj: Ulf Länner, Filipstad 1.06,4. 2. Bengt Eric Rydahl, Karlstad 1.09,2. 100 ry: Leif Stormark, Karlskoga 1.10,2. 2. Bengt-Erik Rydahl, Karlstad 1.11,7. 100 br: Christer Svensson, Karlskoga 1.16,5. 2. Tomas Pettersson, d:a 1.19,4. 4x100 medley: Karlstad 4.49,7. 2. Karlskoga 4.50,5.

Valhallabadet

S 02:s juniorbreddtäv. 10/2: FLICKOR: Frisim 100 m 45—47: 1) Ingela Melin 1.08,8 2) Marianna Gelin 1.09,8. f. 48: 1) Lisbeth Bengtsson 1.10,4. f. 49: Monica Sköld 1.15,0 f. 50: Anette Rosengren 1.17,1 50 m f. 51: Ann-Marie Persson 33,3. f. 53: Birgitta Knappe 51,3 f. 54 o sen: Ulrika Knappe 44,0. Bröstsim: f. 48: Margreth Åström 3.44,1 f. 49: Kersti Hansson 3.14,7 100 m f. 50: Margareta Andersson 1.23,8 f. 51: Ann-Marie Persson 1.37,6 50 m f. 52: Sonja Skorin 52,0 f. 53: Brita Andersson 62,7 f. 54 o sen: Angelika Skarin 60,5. Fjärilsim: f. 49: Monica Sköld 1.33,7 50 m f. 50: Anette Rosengren 42,0. 25 m f. 54 o sen: Ulrika Knappe 25,3. Ryggsim: 100 m f. 45—47: Morianne Gelin 1.18,0. f. 50: Anette Rosengren 1.24,3 f. 51: Ann-Marie Persson 43,4 f. 53: Birgitta Knappe 61,3 f. 54 o sen: Ulrika Knappe 24,5.

POJKAR: Frisim: f. 45—47: Yngve Hansson 1.10,2. f. 48: Anders Hedlund 1.05,2. f. 49: Glenn Bengtsson 1.04,0 2) Lennart Gullstrand 1.04,8. f. 50: Nils Hansson 1.21,0 f. 51: Kent Carlsson 38,8 f. 52: Stefan Rosen 44,6 f. 53: Sören Carlsson 49,3. Bröstsim: f. 45—47: Lennart Rulgersson 3.04,9 f. 49: Jan-Olaf Fransson 3.24,2 f. 50: Yngve Hjerten 1.31,0 f. 51: Jan Lunddahl 1.34,1. f. 52: Benny Ståhl 53,3 f. 53: Sören Carlsson 57,3. f. 54: Jan-Otto Meijer 67,8. Fjärilsim: f. 45—47: Yngve Hansson 1.21,3. f. 48: Anders Hedlund 1.16,6 f. 50: Nils Hansson 41,0. f. 52: Stefan Rosen 57,3. Ryggsim: f. 48: Anders Hedlund 1.17,1. f. 49: Glenn Bengtsson 1.12,2. f. 50: Nils Hansson 1.46,5 f. 51: Jan Gustavsson 48,0 f. 52: Stefan Rosen 54,2 f. 53: Sören Carlsson 84,2.

200 m fjärl herrar: 1) Rolf Hedeberg 2.30,8. 2) Thomas Carlsson 2.38,7. 400 m fr: Carl-Gösta Rosen 4.45,0.

VISBY

[25 m] den 24 febr.

200 m fr. H: 1. J. Lundin, SPIF, 2.06,3. 2. L. Westergren, SPIF 2.13,2. 3. L. Olsson, VIF 2.20,7. 200 m br. D: 1. H. Levin, SPIF 3.10,5. 2. K. Lindgren, VSS, 3.12,0 (D-rek) 3. L. Björn, SPIF 3.12,2. 200 m br. H: 1. J. Lindström, SPIF 2.51,8. 2. R. Möller, SPIF 2.51,9. 3. R. Svensson, SPIF 2.52,2. 4. B. Zakrisson, SPIF 2.54,1. 5. N. Gustavsson, SPIF 2.56,0. 6. L. G. Lundh, VIF 2.59,7 (D-rek). 200 m fj. H: 1. H. Bengtsson, SPIF 2.22,2 (Sv. rek). 2. T. Jurdell, SPIF 2.34,2. 200 m ry. D: 1. B.-M. Bengtsson, SPIF 1.20,5. 2. Annicka Danielsson, SPIF 1.21,0. 3. M. Ohman, SPIF 1.21,2. 4. Karin Lindgren 1.28,9. 100 m ry. H: 1. L. Olsson, VIF 1.14,3 (D-rek). 2. N. Gustavsson, SPIF 1.17,0. 100 m fr. D: 1. Kr. Lindqvist, SPIF 1.10,3. 2. A. Claesson, SPIF 1.10,4. 3. A.-M. Walhjalt, VSS 1.16,1 (D-rek).

HUDDIKSVALL

[20 m] den 17 febr.

100 m fr. H: 1. I. Eriksson, Sundsvall 58,5. 2. L. Låfström, Ägir 1.01,5. 3. Rune Öhrnell, Ägir 1.02,4. 4. Lars Öberg, Sundsvall 1.02,8.
100 m fr. D: 1. B.-L. Madsén, Timrå 1.08,2. 2. Marie Sahlin, HSS 1.10,8. 3. Karin Söderberg, HSS 1.12,6.
40 m br. po. (49): 1. Hans Tegeback, Sundsvall 31,8. 2. Ralf Larsson Avesta 33,7.
40 m fr. fj. (49): 1. L. Andersson, Timrå 24,8. 2. I.-B. Ellström, Harnäs 25,4.
200 m br. H: 1. C.-G. Axelsson, Timrå 2.48,0. 2. Ralf Johansson, HSS 2.55,6. 3. Bertil Halmgren, Harnäs 2.56,3.
200 m br. D: 1. Inger Strandlund, HSS 3.02,8. 2. E. Söderberg, HSS 3.03,0. 3. I. Bergström, Timrå 3.03,1.
40 m fr. po. (49): 1. N.-G. Åkerström, Harnäs 23,0. 2. B. Sjölund, Timrå 24,0.
40 m br. fj. (49): 1. I.-B. Ellström, 31,4.
100 m ry. D: 1. Elisab. Särenholm, HSS 1.20,2. 2. L. Andersson Timrå 1.21,7.
100 m ry. H: 1. I. Eriksson, Sundsvall 1.09,2. 2. Lasse Larsson, HSS 1.09,2.

YSTAD

[25 m] Ungd. B, 17/2:

100 m fr. fj. 1. Lisb. Sandgren, MS 1.12,2. 2. Marg. Cederberg, KSL 1.15,3. 3. Marie Nilsson, MS 1.15,5.
100 m fr. po: 1. I. Persson, MS 1.06,4. 2. O. Svensson, Pos 1.07,0. 3. L. Tuvevsson, KSL 1.07,1.
200 m br. fj: 1. A. Samuelsson, MS 3.19,4. 2. L. Hansson, YSS 3.20,0. 200 m br. po: 1. P. Alfons, LSS 3.05,4. 2. L. Törnqvist, Ran 3.06,0.
100 m ry. fj: 1. I.-M. Wimhed, KSL 1.25,0. 2. E.-M. Håkansson, Ran 1.28,1.
100 m ry po: 1. O. Hansson, TSS 1.17,2. 2. R. Nilsson, Ran 1.17,5.
100 m fj. fj: 1. I. Ahlström, MS 1.23,6. 2. Margareta Cederberg, KSL 1.29,7.
100 m fj. po: 1. L. Tuvevsson, KSL 1.15,6. 2. Chr. Lindsjö, TSS 1.15,8. 3. L. Nilsson, KSL 1.16,9.
4x100 m fr. po: 1. Malmö SS, 5.25,0. 2. Landskrona SS, 5.40,0. 3. Hålsingborg, 6.16,0.
4x100 m fr. poj: 1. Malmö SS, 4.44,9. 2. Poseidon, 4.48,6. 3. Ran, 4.52,5. 4. Ystad, 4.59,5. 5. Hålsingborg, 5.06,0. 6. Limhamn 5.19,9.

VINGÅKER

[16,67 m] den 17 febr.

100 m br. po: 1. P. O. Fulke, Katrineholm och Chr. Svensson, Karlsgöga 1.14,9. 3. R. Möller, SPIF

1.15,0. 4. E. Ingelsson, SKK 1.15,1. 5. O. Heintz, Karlstad 1.16,2. 6. L. Wallin, Katrineholm 1.16,4. 7. B. Zakrisson, SPIF 1.16,4. 8. B. Larsson, Grängesberg 1.16,5. 9. A. Backlund, Mariestad 1.17,0. 10. L. E. Larsson, NRK 1.18,3. 11. L. Backlund, Mariestad 1.18,9. 12. S. Nyhlén, Avesta 1.19,1.

100 m ry. fj: 1. L. Wahss, Avesta 1.18,4. 2. A. Danielsson, SPIF 1.18,8. 3. B. Skoog, Mariestad 1.19,0. 4. B. Lööv, Karlskoga 1.20,9. 5. M. Rylander, SKK 1.23,9. 6. K. Björkman, Mariestad 1.25,4.
100 m fj. po: 1. P. Jernberg, Mariestad 1.01,5. 2. B. Rydahl, Karlstad 1.08,1. 3. L. A. Söderström, SKK 1.08,4. 4. O. Pettersson, Katrineholm 1.10,5. 5. P. Feil, Eskilstuna 1.10,6. 6. L. Wallin, Katrineholm 1.10,9. 7. G. Thiel, Mariestad 1.12,9. 8. B. Johansson, Grängesberg 1.13,2. 100 m fr fj: 1. B. Lööv, 1.07,4. 2. L. Björn, SPIF 1.08,0. 3. M. Rylander, 1.08,5. 4. K. Roos, Mariestad 1.09,4. 5. B. Lagerström, SKK 1.10,0. 6. U. Wahss, Avesta 1.10,3. 7. E. Nyhult, SKK 1.10,4. 8. H. Alexandersson, Örebro 1.10,7. 9. I. Crona, Katrineholm 1.12,1. 10. L. Wahss 1.12,2. 11. A. M. Karlsson, Karlskoga 1.13,1. 12. K. Jansson, Karlstad 1.13,4. 13. A. Johansson, Mariestad 1.13,7. 15. A. Hellqvist, Motala 1.13,9. 16. M. Westermark, NKK 1.14,7.

100 m ry. po: 1. O. Ferm, NKK 1.06,7. 2. P. Jernberg, 1.07,4. 3. T. Nilsson, Avesta 1.11,2. 4. B. Rydahl, 1.11,3. 5. N. Gustavsson, SPIF 1.12,5. 6. T. Jansson, Karlstad 1.13,4. 7. J. Bengtsson, Mariestad 1.14,3. 8. G. Thiel, 1.15,0. 9. N. Vallidén, SKK 1.16,8. 10. P. Feil, 1.18,5.
100 m fj. fj: 1. A. Lindahl, SPIF 1.19,8. 2. H. Alexandersson, 1.20,1. 3. M. Rylander, 1.21,6. 4. H. Levin, SPIF 1.22,4. 5. K. Jansson 1.25,4. 6. K. Roos, 1.25,6.
100 m fr. po: 1. P. Jernberg, 59,0. 2. L. Westergren, SPIF 1.00,0. 3. G. Thiel, 1.00,5. 4. T. Nilsson, 1.00,5. 5. A. Toresson, Karlstad 1.02,0. 6. O. Ferm, 1.02,2. 7. P. O. Fulke 1.03,5. 8. P. Fiel, 1.03,6. 9. K. Karlsson, Eskilstuna 1.04,1. 10. F. Eriksson, Tunafors 1.04,6. 11. B. Johansson 1.04,7. 12. B. Rydahl, 1.04,8. 13. P. E. Pettersson, Katrineholm 1.05,1. 14. T. Andersson, Avesta 1.05,6. 15. O. Pettersson, 1.05,9. 16. A. Wallin, Tunafors 1.06,0.
100 m br. fj: 1. B. Larsson, Katrineholm 1.24,0. 2. U. B. Eurenus, Karlstad 1.24,4. 3. H. Levin, 1.25,3. 4. L. Björn, 1.27,1. 5. A. Strömqvist, Karlskoga 1.28,5. 6. L. Wilhelmsson, NKK 1.30,1. 7. E. Andersson, Tunafors 1.30,7. 8. E. Haggård, Mariestad 1.31,6. 9. L. Larsson, Motala 1.31,7. 10. G. Ek, NKK 1.32,5. 11. E. Andersson, Karlstad 1.32,6. 12. E. Ströberg, Mariestad 1.33,2.

Lagkapp 10x50 m fr. po: (Tävling om Sir King Cup). 1. Stockholmspolisens IF 4.50,0. 2. Mariestad SS 4.50,5. 3. Karlstads SS 4.57,6. 4. Katrineholms SS 5.05,6. 5. Stockholms KK 5.06,1. 6. Norrköpings KK 5.10,8. 7. Tunafors Sportklubb 5.11,3. 8. Katrineholms KK 6.18,6.

KARLSTAD

[25 m] den 12/2 och 19/2

100 fr. H: U. Andersson, 1.06,7. 100 br, H: D. Jarl, 1.21,5. 100 ry, H: T. Jonsson, 1.18,0. F. Magnusson, KSS 1.20,4. 200 medley, H: B-E Rydahl, 2.33,3. 100 br, D: U-B Eurenus 1.28,5. E. Andersson 1.33,1. 100 fr, D: K. Johnson 1.15,9. K. Bahman 1.16,1. 200 br, H: D. Jarl 2.59,6. 100 ry, H: T. Jonsson 1.14,0. 200 fj, H: B-E Rydahl 2.37,5. 100 fr, H: A. Thoreson 1.01,0. S-O Holmsten 1.05,0. 4x100 br, D: KSS 6.03,3. 100 br, D: B. Berglund 1.37,1.

OSCARS VARV
HAMNEN
LOMMA 040/46 26 22

Sliptagning av båtar upp till 10 ton
Vinterförvaring

FRANDELLS EFTR.
A. W. ANDERSSON

Linnégatan 24 - Limhamn - Tel. 040/504 25

Möbler - Mattor - Omklädslar - Egen tillverkning

GLASÖGONPROBLEM?



Vi kan hjälpa Er

OLSSONS OPTIK

Fredsgatan 31, Malmö, Tel. 392 52
hörnet Lundavägen—Fredsgatan

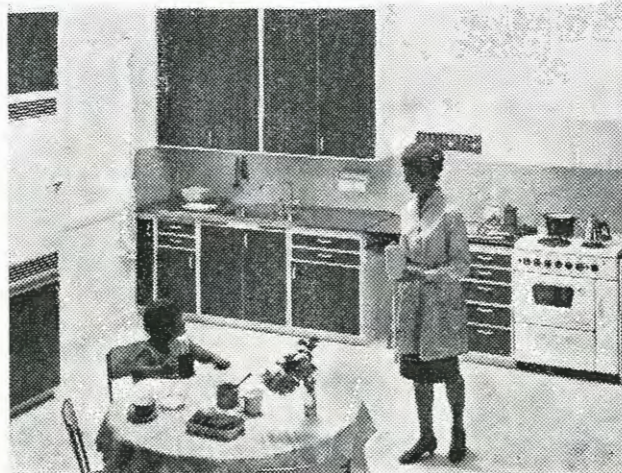
Dr. RITTERS

oraffinerade vegetroddolja

Stärker hjärtats arbetsförmåga.
Stärker hjärtats och blodomloppets funktioner.
Ökar muskulaturens förmåga.
Stimulerar körtelfunktionerna.
Bringar hjälp åt den åldrande människan.
Skyddar mot åderförkalkning.
Skyddar mot överansträngning i det dagliga arbetet.

Begär specialbroschyr.

GÖTE LARSSON, HÄLSOKOST
Storgatan 39 — MALMÖ — Tel. 176 55



Planera Ert
nya KÖK med *BT-inredet*
DRÖMKÖK

Byggbart — Prisbilligt
Snabb leverans från lager

Ab Ballingslövs Träförädling

Var god sänd mig
GRATIS
Er färgillustrerade
katalog

Namn
Adress
Postadr.

SS 3/63

VÄXTERNA

köper Ni bäst från oss.

AB Bröderna
OLSSONS
Plantskola

YSTAD Tel 0411-105 38

DAGENS LÖSEN
heter

KVICKLOTTERI

Dragningslista
i samband med
lottförsäljningen

FÖRENINGSVAROR
A.-B.
SVEDALA



Gröndahl & Börnow AB

Urmakeri och guldsmedsaffär
S. Förstadsgatan 98 - Malmö - Tel. 96 20 60
Postgiro 3 78 12

Allt i urbranschen. Reparationer under garanti.
Guld, silver, matsilver. Förlovningsringar

**YÄG-reparation, konstruktion och tillverkning av
allt inom branschen**

N. H. BJÖRKLUNDS EFTR.
Gråbrödersgatan 6 - Malmö
Verkst.-tel. 211 20, 378 97, bost. 527 90

34 pojkar under minuten — 42 flickor under 1.10

1962 års 50-bästalista presenteras härmed för Simsports läsare. Vi hoppas naturligtvis att listan skall vara något så när tillförlitlig, men som alltid när det gäller statistik av det här slaget är tillförlitligheten ett mått på hur föreningarna sköter resultatrapporteringen. Vi har vid tidigare tillfällen värdjat till föreningssekreterarna att skicka in resultat och det har skett en påtaglig förbättring ifråga om rapportering. Men tyvärr tycks

det fortfarande vara hopplöst att få in resultat från vissa distrikt.

Några smärre justeringar har vidtagits sedan vi sist presenterade 10-bästalistan, då resultat från förra året fortsatt att droppa in under januari i år.

Nu när förbundsstatistiken gäller som direkt underlag för SM-start måste alla ledare tänka på att simmarens resultat inrapporteras till Simförbundets sekreta-

riat. Det blir annars vederbörande simmare som kommer i kläm.

Om man litet närmare skärskådar nedanstående resultat kan man konstatera att en resultatförbättring skett över hela linjen. På 100 frs, den mest simmade sträckan, har vi nu 34 herrar under minuten samt 42 damer under 1.10 och det måste betraktas som ett fint bevis på svensk simnings frammarsch på bredden under 1962.

HERRAR

100 m frsim

1. P-O Lindberg, Neptun	54,5
2. M Svensson, Elfsborg	56,2
3. B Nordvall, Neptun	57,1
4. B-O Almstedt, Örebro	57,2
J Lundin, Polisen	57,2
6. L-E Bengtsson, Neptun	57,4
7. H Rosendahl, Katrineholm	57,8
8. H Eriksson, SKK	57,9
10. J Lundmark, Kiruna	58,2
11. S-G Johansson, Västerås	58,4
I Eriksson, Sundsvall	58,4
13. G Magnusson, Elfsborg	58,5
T Jurdell, Polisen	58,5
15. S Sjöström, S 02	58,7
16. P-O Eriksson, Neptun	58,8
17. P Jernberg, Mariestad	58,9
18. L Nörringer, GKK	59,0
P Bergengren, Sk-Rönnsk	59,0
B Furberg, Sk-Rönnsk	59,0
21. R Hedeberg, S 02	59,1
22. S Jansson, Västerås	59,2
T Rosenqvist, Atfack	59,2
24. Å Nyström, Narrtälje	59,4
J Andersson, Atfack	59,4
K Nordin, Västerås	59,4
C Talstoy, Karlskoga	59,4
28. C-G Helmersson, Sk-Rönn	59,5
29. L Olsson, Poseidon	59,6
L Blomqvist, Kiruna	59,6
31. L Stormark, Karlskoga	59,7
G Thiel, Mariestad	59,7
33. L Holtz, Jänköping	59,9
P-A Eriksson, S 02	59,9
35. K Persson, SKK	1.00,0
R Toffin, Luleå	1.00,0
S Stenström, Poseidon	1.00,0
38. R Romell, Polisen	1.00,1
39. B Bjurman, Salna	1.00,2
40. T Sjöstrand, Västerås	1.00,3
L Eriksson, Nynäshamn	1.00,3

O Andersson, Ron	1.00,3
J Svensson, Atfack	1.00,3
N Wahlberg, Karlskoga	1.00,3
L-E Rymark, Limhamn	1.00,4
T Nilsson, Avesta	1.00,4
B Rydahl, Karlstad	1.00,4
48. L Löfström, Ägir	1.00,5
L Reithner, Polisen	1.00,5
R Öhlin, GKK	1.00,5

200 m frsim

1. L-E Bengtsson, Neptun	2.03,3
2. M Svensson, Elfsborg	2.03,4
3. H Rosendahl, Katrineh.	2.05,5
4. J Lundin, Polisen	2.06,9
5. S-G Johansson, Västerås	2.07,3
6. B-O Almstedt, Örebro	2.07,6
7. S Ekman, Tunafors	2.07,7
8. H Eriksson, SKK	2.08,6
9. L Wolmsien, Neptun	2.09,3
10. G Magnusson, Elfsb.	2.09,9
11. I Eriksson, Sundsvall	2.10,9
12. L Nörringer, GKK	2.11,8
K Pelttersson, SKK	2.11,8
14. J Lundmark, Kiruna	2.12,0
15. R Hedeberg, S 02	2.12,5
16. J Andersson, Elfsborg	2.12,7
17. B Svensson, Polisen	2.12,9
18. J Andersson, Atfack	2.13,3
K Persson, SKK	2.13,3
20. T Rosenqvist, Atfack	2.13,6
21. L Stormark, Karlskoga	2.14,0
B-J Larsson, Trelleb.	2.14,0
23. L Eriksson, Nynäshamn	2.14,3
24. N Öberg, Sundsvall	2.14,5
26. L Blomqvist, Kiruna	2.14,6
27. T Sandkvist, Örebro	2.14,8
T-U Högberg, Kiruna	2.14,8
O Andersson, Ron	2.14,8
30. T Sjöstrand, Västerås	2.15,0
31. S Jansson, Västerås	2.15,1
N Fröman, Neptun	2.15,1
33. O Jeising, Polisen	2.15,4

C-G Rosén, S 02	2.15,4
35. L Löfstrand, Ägir	2.15,7
36. P Jernberg, Mariestad	2.16,2
R Jansson, Hellas	2.16,2
38. B Östlund, Polisen	2.16,3
39. B Nordvall, Neptun	2.16,4
C Sundström, Sala	2.16,4
41. L Lind, Iggesund	2.16,5
42. L Westergren, Hellas	2.16,9
B-B Bergqvist, Atfack	2.16,9
44. L Olsson, Poseidon	2.17,4
C Börjesson, GKK	2.18,0
45. N Öberg, Sundsvall	2.19,2
47. T Nilsson, Avesta	2.19,5
B Högglund, Elfsborg	2.19,5
49. K Nylén, Avesta	2.19,9

400 m frsim

1. H Rosendahl, Katrineh.	4.23,0
2. S-G Johansson, Västerås	4.32,9
3. S Ekman, Tunafors	4.34,1
4. M Svensson, Elfsborg	4.34,9
5. I Eriksson, Sundsvall	4.36,3
6. L-E Bengtsson, Neptun	4.36,5
G Magnusson, Elfsborg	4.37,2
7. C-G Rosén, S 02	4.38,8
9. L Nörringer, GKK	4.39,8
10. K Persson, SKK	4.42,5
12. H Eriksson, SKK	4.42,9
13. J Lundmark, Kiruna	4.45,0
14. T Sjöstrand, Västerås	4.46,9
15. L Engström, SKK	4.47,7
16. U Löner, Filipstad	4.48,8
17. S Johansson, Neptun	4.49,2
18. J Andersson, Elfsborg	4.50,1
S Jansson, Västerås	4.50,1
20. T-U Högberg, Kiruna	4.51,0
21. N Fröman, Neptun	4.51,7
22. B Svensson, Polisen	4.53,9
23. G Sköld, Spårvägen	4.55,6
24. B-J Larsson, Trelleborg	4.55,7
25. B Johansson, Grängesb.	4.56,0
26. O Pelttersson, Katrineh.	4.56,1

27. O Ferm, Norrköping	4.56,4
28. R Öhlin, GKK	4.56,5
29. B Högglund, Elfsborg	4.56,9
30. B Björk, Upsala	4.57,1
31. R Öhrnell, Ägir	4.57,2
32. H Lindbäck, Luleå	4.57,4
33. A Hedlund, S 02	4.58,7
34. S von Holst, Djursholm	4.59,0
35. C-G Axelsson, Timrå	4.59,6
36. L Öberg, Sundsvall	4.59,7
E Winlund, Iggesund	4.59,7
38. F Gustafsson, Neptun	5.00,4
39. Ch. Sundström, Sala	5.01,4
Å Forslund, Kiruna	5.01,4
41. L Löfström, Ägir	5.02,3
42. B Hedberg	5.03,4
43. L-G Gellbäck, Norrtälje	5.03,7
44. C-G Helmersson, Sk-R.	5.03,8
45. G Jansson, Filipstad	5.04,4
46. L Stormark, Karlskoga	5.05,0
47. U Lemoine, Hallsta	5.05,1
48. O Axling, Djursholm	5.05,4
L-Å Axelsson, Norrtälje	5.05,4
50. T Sandkvist, Örebro	5.06,8

800 m frsim

1. H Rosendahl, Katrineh.	9.12,6
2. L Wolmsien, Neptun	9.45,2
3. M Svensson, Elfsborg	9.45,9
4. G Magnusson, Elfsborg	9.46,2
5. J Lundin, Polisen	9.54,3
6. H Eriksson, SKK	9.54,4
7. H Bengtsson, Polisen	10.06,0
8. C-G Rosén, S 02	10.06,8
9. B Svensson, Polisen	10.07,8
10. T Sandkvist, Örebro	10.12,2
11. S-G Johansson, V-ås	10.14,8
12. B Högglund, Elfsborg	10.19,2
13. J Lundmark, Kiruna	10.20,6
14. T-U Högberg, Kiruna	10.21,5
15. I Eriksson, Sundsvall	10.22,5
16. B Karlsson, Tunafors	10.25,2
17. L Stormark, Karlskoga	10.26,0

SIMSPORTS RESULTATBÖRS

NORRTÄLJE

[25 m] den 17 febr.:

100 m ry D: 1. Gunilla Lundqvist, NSK 1.13,2 (D-rek). 2. B. Holst, NSK 1.19,1. 3. Ferneman, US 1.19,2. 4. E. Ek, US 1.23,5. 5. K. Malmgren, NSK 1.23,9. 6. B. Wallgren, US 1.25,5. 7. E. Ohlsson, NSK 1.28,1. 100 m ry H: 1. Hans Malmgren, NSK 1.09,2. 200 m br D: 1. Annika Ericsson, NSK 3.04,8. 2. Y. Pasibiloch, US 3.09,9. 3. L. Posibiloch, US 3.10,4. 100 m br D: 1. B. Mattsson, NSK 1.27,4. 2. E. Jäderqvist, NSK 1.29,1. 100 m br H: 1. K-E Yestergren, US 1.22,6. 2. R. Bergqvist, NSK 1.22,6. 100 m fr H: 1. L-Å Axelsson, NSK 1.03,8. 2. L-G Gellbäck, NSK 1.03,8. 100 m fr D: 1. Kerstin Lundqvist, US 1.11,4. 2. E. Ek, US 1.12,4. 3. G. Gunnarsson, NSK 1.12,7. 100 m fr po: 1. Ulf Zelterström, NSK 1.27,1. 100 m br fl: 1. Agneta Jansson, NSK 1.37,0. 50 m br po: 1. S-Å Ericsson, NSK 47,1. 50 m br fl: 1. Lena Kjellgren, NSK 48,0. 50 m fr po: 1. K. Säre, NSK 34,8. 50 m fr fl: 1. Monica Antonsson, NSK 35,9.

Bengt Rydahl, Karlstads SS, simmade 19 febr. 220 m fjärl i hemmabassängen på 2.37,5.

Kirsten Michaelsen, Triton, bästa danska ryggsimmerskan, som var

EM-finalist i Leipzig, satte vid tävlingar i Odense 17/2 nytt nationsrekord på 25-metersbana med tiden 1.10,7.

KIRUNA

[25 m] den 17 febr.:

200 m fj H: 1. Torulf Högberg, KSS 2.39,0 (D-rek), 2. Göran Magnusson, EIF 2.47,4, 3. Jan Josefsson, EIF 3.03,7. 200 m br D: 1. Margareta Johansson, MAIF 3.07,0, 2. Eva Ferm, EIF 3.07,7, 3. Anne Zedig, MAIF 3.13,4, 4. Lisbeth Sääf, EIF 3.16,4. 100 m ry H: 1. Ivar Vallmark, EIF 1.09,0, 2. Åke Forslund, KSS 1.09,5, 3. Göran Kraft, EIF 1.15,0. 25 m fr po: 1. Krister Olofsson, KSS 17,1. 25 m br fl: 1. Karin Lövkvist, KSS 23,2. 50 m fr po: 1. Tommy Hagerlund, KSS 35,3. 50 m fr fl: 1. Birgitta Sundkvist, KSS 44,6. 100 m fr D: 1. Birgitta Hansson, EIF 1.13,4, 2. Marianne Prisberg, EIF 1.15,0, 3. Anne Zedig, MAIF, Evy Baman, KSS 1.15,9. 100 m fr H: 1. Mats Svensson, EIF 57,0, 2. Jan Lundmark, KSS 59,3, 3. Jörgen Andersson, EIF 1.01,6, 4. Leif Blomkvist, KSS 1.02,8, 5. Ulf Mohlin, KSS 1.03,2, 6. Åke Forslund, KSS 1.04,1. 4x100 m medley, D: 1. Elfsborg 5.30,2 (D-rek), 2. MAIF 6.01,1,

3. Kiruna SS 6.09,3. 4x100 m fr H: 1. Elfsborg 4.01,5, 2. Kiruna SS 4.02,8.

KIRUNA

[25 m] den 21 febr.:

4x100 m H: 1. Elfsborg 3.56,8, 2. Kiruna SS 4.00,1 (D-rek). 4x100 medley D: 1. Elfsborg 5.21,8 (D-rek), 2. Kiruna 6.03,2. 25 m br fl: 1. Kr. Blomqvist, KSS 24,3. 100 m fj H: 1. Tor-Ulf Högberg, KSS 1.07,2, 2. Jan Josefsson, EIF 1.18,5. 100 m br D: 1. Eva Ferm, EIF 1.27,2, 2. L. Sääf, EIF 1.31,0, 3. L. Johansson, EIF 1.32,0, 4. K. Wallander, KSS 1.32,1. 25 m fr po: 1. M. Lundmark, KSS 21,4. 25 m fr fl: 1. Kristino Blomqvist, 22,5. 200 m fr H: 1. Mats Svensson, EIF 2.06,7, 2. Jan Lundmark, KSS 2.10,5 (D-rek), 3. Göran Magnusson, EIF 2.12,2, 4. Jörgen Andersson, EIF 2.15,4, 5. Leif Blomqvist, KSS 2.20,0. 50 m fr fl: 1. Eva Keskikangas, KSS 47,5. 50 m fr po: 1. Tommy Hagerlund, KSS 34,6. 100 m medley D: 1. M. Ekdahl,

EIF 1.18,9, 2. Birgitta Hansson, EIF 1.21,0, 3. Eva Ferm 1.24,0.

VALHALLABADET

[25 m] den 3 febr.:

Klubbmatch Gäleborgs KK—Mariestads SS. 100 fj po: P. Jernberg, MSS 1.01,9, C-G Andersson, GKK 1.05,6, Chr. Bärjesson, GKK 1.06,2. 50 fj fl: K. Werner, GKK 39,6. 50 fr po: L. Backlund, MSS 29,3. 100 fr fl: K. Raos, MSS 1.10,7, E. Ohlinsson, GKK 1.11,3, A. Johansson, MSS 1.15,8. 200 br po: A. Backlund, MSS 2.51,0, B. Berndtsson, GKK 3.00,9. 100 br fl: E. Ströberg, MSS 1.34,8. 50 fj po: L. Backlund, MSS 36,0. 100 fr fl: B. Skaag, MSS 1.18,9. 100 fr po: L. Nörringer, GKK 1.00,0, P. Jernberg 1.00,2, R. Öhlin, GKK 1.00,7, G. Thiel, MSS 1.01,0. 50 ry fl: K. Björkman, MSS 39,6. 100 br po: L. Backlund, 1.22,0, H. Nilsson, GKK 1.26,0. 200 br fl: A. Berg, GKK 3.05,6. 100 ry po: Chr. Bärjesson 1.12,6, P. Jernberg 1.12,9, B. Friberg, GKK 1.14,2. 50 fr fl: K. Björkman 33,6, K. Werner 34,2. 50 ry po: R. Hallgren, GKK 38,5, J. Eklund, MSS 40,6. 100 fj fl: I. Avergård, MSS 1.26,4, K. Raos, MSS 1.27,5. 8x50 medley po: GKK 4.13,8, MSS 4.23,4. 8x50 medley fl: MSS 5.06,5, GKK 5.29,6.

18. B Johansson, Grängesb.	10.28,0
19. O Pelttersson, Katrineh.	10.28,7
20. U Löfner, Filipstad	10.31,0
21. R Bohm, Tunafors	10.35,6
22. C Nilsson, Upsala	10.38,6
23. B Rydahl, Karlstad	10.39,4
24. L-Å Axelsson, Norrt.	10.46,7
25. H Lindbäck, Luleå	10.48,3
26. B Svensk, Katrineh.	10.48,5
27. U Malin, Kiruna	10.49,7
28. R Svensson, Tunafors	10.50,4
29. B Gunnarsson, Norrt.	10.53,0
30. L-G Gellbäck, Norrt.	10.53,7

4x100 m frisim

1. Neptun	3.51,1
2. Polisen	3.56,1
3. Elfsborg	3.56,7
4. Attack	3.58,8
5. S 02	3.59,1
6. Västerås	3.59,7
7. SKK	4.00,6
8. Hellas	4.00,7
9. Sk-Rönnskär	4.00,8
10. Kiruna	4.02,8
11. Poseidon	4.04,0
12. GKK	4.05,8
13. Sundsvall	4.06,0
14. Ran	4.06,1
15. Tunafors	4.07,2
16. Neptun II	4.07,5
17. Polisen II	4.08,5
18. Ägir	4.09,1
19. Malmö SS	4.10,8
20. Karlskoga	4.11,5
21. Katrineholm	4.12,1
22. Karlstad	4.12,7
23. Upsala	4.13,0
24. Mariestad	4.14,1
25. Avesta	4.14,5
26. GKK II	4.14,7
27. Attack II	4.15,0
28. Hellas II	4.17,2
29. Munksund	4.17,3
30. Örebro	4.18,0
31. Helsingborg	4.18,3
32. SKK II	4.18,6
33. Jönköping	4.18,8
34. Västerås II	4.20,1
35. Trelleborg	4.21,0
36. Kristianstad	4.21,1
37. Neptun III	4.21,4
38. Soino	4.21,9
39. Polisen III	4.23,4
40. Poseidon II	4.24,8

4x100 m medley

1. Polisen	4.24,0
2. Elfsborg	4.26,8
3. GKK	4.26,9
4. Mariestad	4.31,3
5. S 02	4.35,0
6. SKK	4.35,8
7. Katrineholm	4.36,4
8. Upsala	4.38,6
9. Karlskoga	4.38,8
10. Kiruna	4.41,6

100 m bröstsim

1. R Lundin, Ran	1.12,7
2. T Lindström, Polisen	1.13,5
3. A Seversson, Ran	1.13,9
4. L Gagyi, GKK	1.15,8
5. U Eriksson, Katrineholm	1.16,4
6. E Ingelsson, SKK	1.16,4
7. C Svensson, Karlskoga	1.16,7
8. S Engelbrektsson, Luleå	1.16,9
9. R Möller, Polisen	1.16,9
10. R Svensson, Polisen	1.17,0
11. L Rekke, Munksund	1.17,3
12. P Sandblom, Upsala	1.17,5
13. P-O Fulke, Katrineholm	1.17,7
14. S Nyhlén, Avesta	1.17,8
15. G Kraffl, Elfsborg	1.17,8
16. L Fröstad, Polisen	1.17,9
17. N Hjel, Iggesund	1.17,9
18. C-G Axelsson, Timrå	1.18,0
19. G Johansson, GKK	1.18,1
20. S von Holst, Djursholm	1.18,5
21. T Freijd, Poseidon	1.18,5
22. C Kjellström, Ran	1.18,7
23. A Backlund, Mariestad	1.18,8
24. U Allard, Neptun	1.18,8
25. B Zachrisson, Polisen	1.19,0
26. B Göransson, S 02	1.19,0
27. C Andersson, MS	1.19,2
28. G Engelbrektsson, Luleå	1.19,3
29. Y Svenson, Gävle	1.19,4
30. M Claesson, Jönköping	1.19,4
31. C Junefelli, Jönköping	1.19,6
32. L-G Öhlin, Limhamn	1.19,7
33. T Rasmussen, Upsala	1.19,9
34. F Ohlsson, S 02	1.20,0
35. L Jonsson, Karlstad	1.20,0
36. B Zellén, Varberg	1.20,1
37. T Backström, Iggesund	1.20,2
38. K-E Westergren, Upsala	1.20,3
39. T Prellner, Poseidon	1.20,3
40. N Gustavsson, Polisen	1.20,4
41. L Johansson, Hedemora	1.20,5

42. J Nilsson, MS	1.20,8
R Hansson, Limhamn	1.20,8
I Persson, MS	1.20,8
45. W Svensson, Elfsborg	1.20,9
46. B Unger, Gäleborg	1.21,0
B Lindholm, Grängesb.	1.21,0
48. L Wallin, Katrineholm	1.21,1
49. B Larsson, Grängesberg	1.21,2
L Westergren, Hellas	1.21,2

200 m bröstsim

1. T Lindström, Polisen	2.38,2
2. R Lundin, Ran	2.38,6
3. A Seversson, Ran	2.42,9
4. R Sjöberg, Karlskoga	2.43,8
5. R Nilsson, GKK	2.44,0
6. L Gagyi, GKK	2.44,7
7. S von Holst, Djursholm	2.44,9
8. P Sandblom, Upsala	2.45,0
9. T Rasmussen, Upsala	2.45,5
10. R Möller, Polisen	2.45,6
11. P-O Fulke, Katrineh.	2.45,9
12. U Eriksson, Katrineh.	2.46,2
13. G Kraffl, Elfsborg	2.47,5
14. E Ingelsson, SKK	2.47,9
S Engelbrektsson, Luleå	2.47,9
16. C-G Axelsson, Timrå	2.48,3
R Svensson, Polisen	2.48,3
18. J Lindström, Polisen	2.48,5
19. Å Olofsson, Umeå	2.48,7
20. C Junefelli, Jönköping	2.49,4
21. C Svensson, Karlskoga	2.49,6
22. T Pelttersson, Karlskoga	2.50,0
23. F Ohlsson, S 02	2.50,3
24. B Göransson, S 02	2.50,6
25. A Backlund, Mariestad	2.51,3
26. G Johansson, GKK	2.51,4
27. B Zachrisson, Polisen	2.51,7
28. C Kjellström, Ran	2.51,8
29. B Lindholm, Grängesb.	2.51,9
30. I Persson, Poseidon	2.52,2
31. B Olsson, GKK	2.52,7
T Backström, Iggesund	2.52,7
33. L-E Bengtsson, Neptun	2.53,1
34. M Claesson, Jönköping	2.53,2
35. G Engelbrektsson, Luleå	2.53,6
36. J-O Fohlén, Västerås	2.54,0
37. L Nilsson, Kristianstad	2.54,1
38. L Johansson, Karlstad	2.54,2
39. L Wallin, Katrineholm	2.54,4
40. G Svanberg, Gävle	2.54,5
L Rekke, Munksund	2.54,5
42. L Österberg, Katrineh.	2.54,6
43. K Andersson, MS	2.54,7
T Prellner, Poseidon	2.54,7
45. L-G Alm, Luleå	2.54,8
46. S Nyhlén, Avesta	2.54,9
47. N Gustavsson, Polisen	2.55,0
L Johansson, Hedemora	2.55,0
48. D Wedegren, Tunafors	2.55,3
Y Svensson, Gävle	2.55,3
50. I Persson, MS	2.55,6

100 m fjärlisim

1. P Jernberg, Mariestad	1.00,3
2. H Bengtsson, Polisen	1.02,6
3. J Lundin, Polisen	1.03,2
4. T Jurdel, Polisen	1.04,5
5. I Eriksson, Sundsvall	1.05,1
6. R Hedeberg, S 02	1.05,2
7. U-G Johansson, Elfsb.	1.05,5
8. K-O Kanekrans, Sala	1.05,6
J Andersson, Attack	1.05,6
10. U Löfner, Filipstad	1.05,9
11. C Börjesson, GKK	1.06,0
12. L-E Bengtsson, Neptun	1.06,0
H Rosendahl, Katrineh.	1.06,0
14. T Carlsson, S 02	1.06,1
15. L Norén, Sk-Rönnskär	1.06,3
16. C-G Andersson, GKK	1.06,5
17. J Lindroth, Polisen	1.06,6
18. K Nordin, Västerås	1.06,8
19. S Ekman, Tunafors	1.07,0
20. T-U Högberg, Kiruna	1.07,1
21. K Persson, SKK	1.07,3
22. B-C Bergkvist, Attack	1.07,4
23. N Wahlberg, Karlskoga	1.07,5
24. B Rydahl, Karlstad	1.07,9
25. K-E Westergren, Upsala	1.08,1
K Leijon, Polisen	1.08,1
S-G Johansson, Västerås	1.08,1
28. L Sjöblom, Sundbyberg	1.08,2
L Svärd, Karlstad	1.08,2
N Öberg, Sundsvall	1.08,2
31. R Hansson, MS	1.08,3
P Tranberg, GKK	1.08,3
33. K Karlegård, Karlskoga	1.08,4
34. L Stormark, Karlskoga	1.08,5
35. C-G Rosén, S 02	1.08,6
36. O Hansson, Trelleborg	1.09,2
B Bjurman, Soina	1.09,2
38. L-E Rymark, Limhamn	1.09,2
39. L Holmgren, Munksund	1.09,4
L-Å Säderström, SKK	1.09,4
41. Å Nyström, Norrtälje	1.09,5
42. G Magnusson, Elfsborg	1.09,6
43. S Jonsson, Västerås	1.09,7
C Junefelli, Jönköping	1.09,7
B-J Larsson, Trelleborg	1.09,7
46. B Högstrand, Elfsborg	1.09,8

S Svenbom, Hveflanda	1.09,8
L Nöringer, GKK	1.09,8
L Holiz, Jönköping	1.10,0
50. L Rekke, Munksund	1.10,3
R Lundin, Ran	1.10,3
M Svensson, Elfsborg	1.10,3

200 m fjärlisim

1. R Hedeberg, S 02	2.26,4
2. H Bengtsson, Polisen	2.28,1
3. T Carlsson, S 02	2.30,5
4. K-O Kanekrans, Sala	2.30,6
5. I Eriksson, Sundsvall	2.33,1
6. C-G Axelsson, GKK	2.33,3
7. B Rydahl, Karlstad	2.37,8
8. L Rekke, Munksund	2.41,5
9. U Löfner, Filipstad	2.44,9
10. T-U Högberg, Kiruna	2.45,0
11. N Öberg, Sundsvall	2.46,5
12. S Engelbrektsson, Luleå	2.52,8
13. B Johansson, Grängesb.	2.59,8

100 m ryggsim

1. B-O Almstedt, Örebro	1.02,4
2. L Sjöblom, Sundbyberg	1.04,9
U-G Johansson, Elfsborg	1.04,9
4. N Öberg, Sundsvall	1.05,7
5. P Tranberg, GKK	1.06,1
6. H Eriksson, SKK	1.07,3
7. T Born, Sk-Rönnskär	1.07,8
8. J Lundin, Polisen	1.08,1
9. P Bergengren, Sk-Rönns.	1.08,2
10. R Paleski, Polisen	1.08,7
11. O Fern, Norrköping	1.08,8
I Wallmark, Elfsborg	1.08,8
13. H Andersson, Tunafors	1.09,0
S Ekman, Tunafors	1.09,0
15. Å Forslund, Kiruna	1.09,4
16. E Forslund, Munksund	1.09,5
O Stormark, Karlskoga	1.09,5
S-G Johansson, Västerås	1.09,5
19. K Sjöström, Poseidon	1.09,6
S Stranberg, Oskarsh.	1.09,6
21. P Jernberg, Mariestad	1.09,8
22. G Karlsson, Tunafors	1.09,9
T Nilsson, Avesta	1.09,9
24. L Stormark, Karlskoga	1.10,4
H Malmgren, Norrtälje	1.10,4
P-O Eriksson, Neptun	1.10,4
U Eriksson, Katrineholm	1.10,4
28. L Eriksson, MS	1.10,5
B Mårtensson, MS	1.10,5
30. R Svensson, Tunafors	1.10,7
31. B Rydahl, Karlstad	1.10,8
32. T Lindh, Kiruna	1.11,0
A Stefansson, Karlstad	1.11,0
34. K Nyhlén, Avesta	1.11,2
35. T Carlsson, S 02	1.11,3
C-G Helmersson, Sk-R	1.11,3
37. T Sandkvist, Örebro	1.11,5
38. K Nordin, Västerås	1.11,6
L Larsson, Hudiksvall	1.11,6
G Hellsing, GKK	1.11,6
41. C Börjesson, GKK	1.11,7
42. C Johansson, Upsala	1.12,0
43. Å Hökansson, Timrå	1.12,1
44. W Svensson, Elfsborg	1.12,2
45. P Berg, MS	1.12,3
46. G Kraffl, Elfsborg	1.12,4
47. H Uhlin, Mariestad	1.12,5
B-Å Eriksson, Helsingb.	1.12,6
49. S Modig, Karlskrona	1.12,8
50. B Svensson, Polisen	1.12,9

200 m ryggsim

1. B-O Almstedt, Örebro	2.18,9
2. L Sjöblom, Sundbyberg	2.20,0
3. U-G Johansson, Elfsborg	2.26,4
4. P Tranberg, GKK	2.27,1
5. N Öberg, Sundsvall	2.28,1
6. Å Forslund, Munksund	2.30,2
7. T Born, Sk-Rönnskär	2.33,7
8. T Carlsson, S 02	2.35,6
9. E Forslund, Munksund	2.34,9
10. K Nyhlén, Avesta	2.37,5
L Larsson, Hudiksvall	2.37,5
12. I Eriksson, Sundsvall	2.38,0
O Stormark, Karlskoga	2.38,0
14. I Wallmark, Elfsborg	2.38,4
15. Å Hökansson, Timrå	2.39,2
16. T Sjöström, S 02	2.40,0
17. T Rasmussen, Upsala	2.42,1
18. K Nordin, Västerås	2.46,2
19. T Lind, Kiruna	2.46,8
20. P Forslund, Munksund	2.47,4
21. T Sandkvist, Örebro	2.47,8

DAMER

100 m frisim

1. K Grubb, Poseidon	1.02,8
2. A-C Hagberg, Neptun	1.03,0
3. K Stenbäck, Neptun	1.04,0
I Thorgren, Upsala	1.04,0
5. A-C Lilja, Najaden	1.04,7
U Thorn-Jansson, MS	1.04,7
7. U Järfvert, Västerås	1.05,2
8. I Lilja, Najaden	1.06,8
9. M Rylander, Neptun	1.07,0
10. U Jacobsson, Neptun	1.07,1

A Claesson, Polisen	1.07,1
12. B-M Dillner, Djursholm	1.07,4
B Lööv, Karlskoga	1.07,4
B Sjöberg, Skövde	1.07,4
15. B Wallin, Najaden	1.07,5
16. B-L Modén, Timrå	1.07,6
17. L Björn, Polisen	1.07,7
K Larsson, Ran	1.07,7
19. G Lundquist, Norrtälje	1.07,9
20. A Thunell, Neptun	1.08,2
B Öberg, Boden	1.08,2
22. E Schalén, Poseidon	1.08,3
K Karlsson, Västerås	1.08,3
M Öhrström, S 02	1.08,3
25. M Lundqvist, Sandviken	1.08,4
26. L Johansson, Upsala	1.08,5
27. B Mattsson, Najaden	1.08,6
28. M Lejman, Poseidon	1.08,7
M Thorell, Najaden	1.08,7
30. B Friberg, Neptun	1.08,9
31. I Melin, S 02	1.09,0
M Ekdahl, Elfsborg	1.09,0
E Ljunggren, Neptun	1.09,0
34. U Patrikka, Västerås	1.09,2
35. U Brännström, Boden	1.09,4
36. K Lundkvist, Upsala	1.09,5
37. M Lindberg, Avesta	1.09,7
K Roos, Mariestad	1.09,7
I Nilsson, SKK	1.09,7
M Ek, Upsala	1.09,7
41. M Gelin, S 02	1.09,8
42. E Nyhult, SKK	1.09,9
43. G-B Lindberg, Sundbyb.	1.10,0
M Sahlén, Hudiksvall	1.10,0
45. U Wahs, Avesta	1.10,1
46. E Olinsson, GKK	1.10,3
47. M Norman, Karlskoga	1.10,4
M Karlsson, Gävle	1.10,4
49. M Andersson, Kalmar	1.10,5
50. K Malmén, SKK	1.10,7
H Alexandersson, Örebro	1.10,7

200 m frisim

1. K Stenbäck, Neptun	2.20,6
2. M Rylander, Neptun	2.20,9
3. I Thorgren, Upsala	2.21,5
4. A-C Lilja, Najaden	2.22,7
E Ljunggren, Neptun	2.24,1
5. A-C Hagberg, Neptun	2.25,4
7. K Grubb, Poseidon	2.26,7
8. U Järfvert, Västerås	2.28,6
9. U Jacobsson, Neptun	2.28,9
10. B Sjöberg, Skövde	2.29,4
11. G Lundkvist, Norrtälje	2.29,5
12. B-L Modén, Timrå	2.30,6
13. B-M Dillner, Djursholm	2.30,8
L Bengtsson, Neptun	2.31,0
15. K Larsson, Ran	2.31,3
A Thunell, Neptun	2.31,3
17. B Lööv, Karlskoga	2.31,5
18. M Lundkvist, Sandviken	2.31,6
19. L Johansson, Upsala	2.31,8
A Claesson, Polisen	2.31,8
21. M Sjöström, MS	2.32,0
22. B Mattsson, S 02	2.32,4
23. E Nyhult, SKK	2.32,7
24. U Patrikka, Västerås	2.34,3
25. M Norman, Karlskoga	2.34,5
26. R Ferneman, Upsala	2.34,6
27. A-K Nyström, Kristianst.	2.34,8
28. M Thorell, Najaden	2.35,3
E Ek, Upsala	2.35,3

26. K Nystrand, Hudiksvall	5.46,4	7. M Sjöström, MS	1.24,8	M Wennberg, Karlstad	3.08,3	20. B-M Bengtsson, Polisen	1.18,8
E-M Widmark, Poseidon	5.46,4	K Jenssen, SKK	1.24,8	L Ström, MS	3.08,4	B Haagman, Upsala	1.19,2
28. B Steding, Luleå	5.47,2	M Jansson, Iggesund	1.24,9	E Hulén, Hudiksvall	3.08,6	U-Ch Lindsjö, MS	1.19,4
29. C Sundström, Sala	5.49,8	10. K Kallerhult, Nyköping	1.25,0	U-B Eurenus, Karlstad	3.08,8	A-C Lilja, Najaden	1.19,4
30. U Wahss, Avesta	5.55,0	11. E Söderberg, Hudiksvall	1.25,7	E Andersson, Tunafors	3.09,8	U Jälvvert, Västerås	1.19,4
31. L Andersson, Timrå	5.55,2	12. Y Posibiloch, Upsala	1.25,9	U-Ch Lindsjö, MS	3.09,8	25. B Carlsson, S 02	1.19,5
32. M Lindberg, Avesta	5.55,3	13. I Thorngren, Upsala	1.26,1	38. E Cederlind, Örebro	3.10,0	L Sjöberg, GKK	1.19,6
33. A Laurell, Poseidon	5.56,9	I Bergström, Timrå	1.26,1	39. G Olsson, Karlstad	3.10,6	27. M Thorell, Najaden	1.19,7
34. I Andersson, Luleå	5.58,0	B Larm, Skövde	1.26,1	40. K Emmertz, Ran	3.10,7	B Holst, Norrtälje	1.20,0
35. I Crona, Katrineholm	5.59,8	16. L Björn, Polisen	1.26,2	41. M Lindberg, Karlslund	3.10,8	M Karlsson, Gävle	1.20,0
800 m frisim							
1. E Ljunggren, Neptun	10.19,8	M Israelsson, Karlskrona	1.26,2	42. M Eklund, Karlskrona	3.10,9	I Ahlström, MS	1.20,0
2. A-C Lilja, Najaden	10.32,2	18. M Sahlin, Hudiksvall	1.26,4	43. Ch Svensson, Poseidon	3.11,3	31. M Gelin, S 02	1.20,2
3. I Thorngren, Upsala	10.51,6	19. M Welander, Neptun	1.26,5	44. I Strandlund, Hudiksvall	3.11,5	32. K Karlsson, Västerås	1.20,3
4. G Lundkvist, Norrtälje	10.52,2	20. L Ström, MS	1.26,6	45. K Söderberg, Umeå	3.11,6	A Andersson, Boden	1.20,3
5. B Sjöberg, Skövde	10.56,0	21. M Wennberg, Karlstad	1.26,9	46. A Westerbring, Hudiksv.	3.11,8	34. E-M Widmark, Poseidon	1.20,7
6. M Sjöström, MS	10.59,4	L Andersson, Grängesb.	1.27,0	47. E Söaf, Elfsborg	3.11,9	35. A-C Albertsson, Sala	1.21,3
7. U Jacobsson, Neptun	11.01,0	23. H Levin, Polisen	1.27,1	48. H Levin, Salna	3.12,0	36. E Ljunggren, Neptun	1.21,4
8. A Claesson, Polisen	11.07,0	24. I Strandlund, Hudiksvall	1.27,4	U Bäckleman, Luleå	3.12,0	26. L Lööf, Karlskoga	1.21,8
9. R Ferneman, Upsala	11.12,8	L Sandgren, MS	1.27,4	50. K Sköldenberg, Poseidon	3.12,2	38. K Roos, Mariestad	1.22,0
10. L Björn, Polisen	11.26,6	K Lindberg, Gävle	1.27,4	100 m fjärlsim			
11. M Lundkvist, Sandviken	11.28,8	27. L Jansson, Nyköping	1.27,7	1. K Stenbäck, Neptun	1.08,8	40. G Eriksson, Gävle	1.22,2
12. M Norman, Karlskoga	11.30,6	28. E Svensson, Umeå	1.27,8	2. K Larsson, Ran	1.12,3	41. A Claesson, Polisen	1.22,3
13. M Karlsson, Gävle	11.39,7	A Söderström, Norrtälje	1.27,8	3. B Friberg, Neptun	1.12,7	42. E Sörenholm, Hudiksvall	1.22,4
14. B Lööf, Karlskoga	11.47,4	30. L Posibiloch, Upsala	1.27,9	4. A-C Lilja, Najaden	1.12,8	A Danielsson, Polisen	1.22,4
4x100 m frisim							
1. Neptun	4.24,6	31. E Jäderquist, Norrtälje	1.28,0	5. B Sjöberg, Skövde	1.14,3	44. M Odelius, Grängesberg	1.22,6
2. Najaden	4.29,9	32. K Söderberg, Umeå	1.28,3	6. K Larsson, Ran	1.14,7	45. E Schälén, Poseidon	1.22,7
3. Upsala	4.32,8	Ch Svensson, Poseidon	1.28,3	7. U Thorn-Jansson, MS	1.14,8	46. M Rylander, Neptun	1.22,9
S 02	4.32,8	L Söaf, Elfsborg	1.28,3	8. U Jälvvert, Västerås	1.15,2	47. B Julander, Gävle	1.23,0
5. Neptun II	4.35,1	35. B Mattsson, Najaden	1.28,4	9. R Ferneman, Upsala	1.16,4	48. G Ekblom, Ägir	1.23,1
6. Västerås	4.38,1	M Johansson, Malmberget	1.28,6	10. U Brännström, Boden	1.18,3	49. A-K Nystrand, Kristianst.	1.23,3
7. Poseidon	4.38,8	E Cederlind, Karlslund	1.28,6	M Sjöström, MS	1.18,3	50. A-M Prellner, Poseidon	1.23,4
8. Polisen	4.40,0	41. M Rainer, Gävle	1.28,7	12. I Thorngren, Upsala	1.18,8	M Lejman, Poseidon	1.23,4
9. Malmö SS	4.45,4	42. A Zedig, Malmberget	1.29,3	13. H Alexandersson, Örebro	1.19,0	200 m ryggsim	
10. Boden	4.47,6	I Bergman, Sk-Rönnsk.	1.29,6	14. J Cederqvist, Neptun	1.19,2	1. B Friberg, Neptun	2.40,2
11. Hudiksvall	4.48,0	A-L Gustafsson, Upsala	1.29,6	15. A-C Nystrand, Kristianstad	1.19,3	2. L Bengtsson, Neptun	2.40,4
12. Ran	4.48,6	U Bäckteman, Luleå	1.29,6	16. U Jacobsson, Neptun	1.19,6	3. G Lundkvist, Norrtälje	2.41,6
13. Karlskoga	4.51,4	46. E Andersson, Tunafors	1.29,7	17. A Odehammer, Karlskrona	1.19,7	4. M Öhrström, S 02	2.42,6
14. Mariestad	4.51,5	47. G Olsson, Filipstad	1.29,8	18. M Karlsson, Gävle	1.20,2	5. K Grubb, Poseidon	2.43,8
15. Tunafors	4.52,3	B Lagerström, SKK	1.29,8	19. B Söderberg, Jönköping	1.20,6	6. R Ferneman, Upsala	2.44,7
16. Norrtälje	4.52,4	E Ljunggren, Neptun	1.29,8	20. A Axelsson, Norrtälje	1.20,7	7. U Jacobsson, Neptun	2.45,1
17. SKK	4.53,5	50. B Mattsson, S 02	1.29,9	21. E Ljunggren, Neptun	1.20,9	M Lundqvist, Sandviken	2.45,1
18. Kalmar	4.53,5	200 m bröstsim		22. A Lindahl, Polisen	1.21,0	9. G-B Johansson, Filipstad	2.46,9
19. Luleå	4.54,3	1. Ch Olsson, Limhamn	2.51,8	E Cederlind, Karlslund	1.21,0	10. M Gelin, S 02	2.49,2
20. S 02 II	4.56,8	2. K Kallerhult, Nyköping	2.58,3	24. M Gelin, S 02	1.22,3	M Stridh, MS	2.49,2
21. Gävle	4.58,2	3. M Sjöström, MS	2.58,5	E Söderberg, Najaden	1.22,3	12. L Wahss, Avesta	2.49,5
22. Upsala II	4.58,3	4. Y Posibiloch, Upsala	2.59,7	26. B Holst, Norrtälje	1.22,4	13. M Ekdahl, Elfsborg	2.50,0
23. Helsingborg	4.58,6	5. A Eriksson, Norrtälje	3.00,5	27. K Roos, Mariestad	1.22,8	14. A-C Albertsson, Sala	2.51,2
24. Najades	4.58,7	6. M Israelsson, Karlskr.	3.01,2	M Rylander, Neptun	1.22,8	15. B Steding, Luleå	2.51,4
25. Nyköping	4.59,0	8. A Berg, GKK	3.01,6	U Burnell, Limhamn	1.22,8	16. M Ohman, Neptun	2.52,1
Elfsborg	4.59,0	9. I Bergström, Timrå	3.01,7	B-M Dillner, Djurshalm	1.22,8	17. B-M Dillner, Djurshalm	2.52,3
27. Avesta	5.00,7	10. L Björn, Polisen	3.02,0	31. B Berglund, Karlstad	1.23,0	18. M Karlsson, Gävle	2.53,0
28. Kristianstad	5.00,8	11. L Andersson, Grängesb.	3.03,4	I Lilja, Najaden	1.23,0	19. B-M Bengtsson, Polisen	2.53,7
29. Karlskoga II	5.01,2	12. L Sandgren, MS	3.03,6	33. M Norman, Karlskoga	1.23,1	8. M Lööf, Karlskoga	2.53,8
30. Karlstad	5.02,0	13. B Mattsson, Najaden	3.03,6	34. I Bergström, Timrå	1.23,5	21. B Skoog, Mariestad	2.53,9
Ran II	5.02,0	14. K Jensen, SKK	3.04,0	35. K Sylvan, Attack	1.23,7	A Claesson, Polisen	2.53,9
33. Katrineholm	5.04,0	15. E Fern, Elfsborg	3.04,5	100 ryggsim			
32. Limhamn	5.02,7	16. B Andersson, Karlskrona	3.05,2	1. M Stridh, MS	1.12,8	26. N Persson, Ran	2.55,6
Jönköping	5.04,7	17. B Larsson, Katrineholm	3.05,5	2. B Friberg, Neptun	1.13,5	27. G Eriksson, Gävle	2.56,2
35. Poseidon	5.07,5	18. K Lindberg, Gävle	3.05,6	3. G Lundkvist, Norrtälje	1.13,6	28. M Thorell, Najaden	2.56,3
36. Attack	5.08,2	19. E Söderberg, Hudiksvall	3.05,7	4. K Grubb, Poseidon	1.14,2	29. U Jälvvert, Västerås	2.56,5
37. Timrå	5.10,7	20. I Johansson, Limhamn	3.05,8	5. B Segerström, Neptun	1.14,7	30. B Haagman, Upsala	2.56,8
38. Ran III	5.11,5	21. M Welander, Neptun	3.06,1	6. M Lundqvist, Sandviken	1.14,8	31. M Wennberg, Karlstad	2.57,4
39. SKK II	5.14,5	22. B Mårtensson, Limhamn	3.06,2	7. L Bengtsson, Neptun	1.14,9	32. G Eriksson, Nyköping	2.58,3
40. S 02 III	5.19,3	23. U Brännström, Boden	3.06,3	8. M Ekdahl, Elfsborg	1.15,0	33. A Andersson, Boden	2.58,4
41. Mariestad II	5.20,0	24. E Svensson, Umeå	3.06,5	9. M Öhrström, S 02	1.15,2	4. A Sundberg, Gävle	2.59,2
100 m bröstsim							
1. Ch Olsson, Limhamn	1.21,4	25. G Wedberg, Västerås	3.06,8	10. R Ferneman, Upsala	1.16,4	35. L Sjöberg, GKK	3.00,4
2. B Eriksson, Nyköping	1.22,9	26. U Magnusson, Sk-Ränns.	3.07,3	11. Kr Larsson, Ran	1.16,7	36. I Börjesson, Helsingb.	3.00,6
3. E Fern, Elfsborg	1.24,4	27. L Posibiloch, Upsala	3.07,5	12. L Wahss, Avesta	1.17,1	37. B-L Madsén, Timrå	3.02,5
4. U Brännström, Boden	1.24,6	B Larm, Skövde	3.07,5	13. M Ohman, Neptun	1.17,5	E-M Widmark, Poseidon	3.02,5
E Berg, GKK	1.24,6	29. A-C Ramberg, Avesta	3.07,6	14. A Sundberg, Gävle	1.17,6	26. N Persson, Ran	2.55,6
U-Ch Lindsjö, MS	1.24,6	I Nilsson, SKK	3.07,6	15. B Skoog, Mariestad	1.17,7	27. G Eriksson, Gävle	2.56,2
		31. M Sahlin, Hudiksvall	3.08,3	16. B Steding, Luleå	1.18,0	28. M Thorell, Najaden	2.56,3
				17. U Jacobsson, Neptun	1.18,2	29. U Jälvvert, Västerås	2.56,5
				18. U Patrikka, Västerås	1.18,6	30. B Haagman, Upsala	2.56,8
				19. G-B Johansson, Filipst.	1.18,7	31. M Wennberg, Karlstad	2.57,4

DET GÅR FRAMÅT – 28 SIMHALLAR PÅ VÄG

Det är självfallet av största vikt för den svenska simsportens utveckling att det tillkommer nya simsportanläggningar. I senaste novembernumret av "Simsport" gav vi en redogörelse för landets 43 utomhusbassänger med minst 25 meters banlängd. Förteckningen skulle i dag kunna kompletteras med ytterligare några 50-metersbassänger (med tempererat vatten) som är på väg att förverkligas nämligen Valbo (utanför Gävle), Västerås, Norrköping, Brännebrona (i närheten av Mariestad), Hemmeslövsstrand, Hyllinge, Malen och Båstad.

Lika glädjande är den snabba takt i vilken nya inomhusbad nu projekteras och byggs. Badbyggnadstekniska kommittén, som är Simförbundets och Sim-

främjandets rådgivande organ, kunde vid sitt sammanträde 26/2 sammanställa följande imponerande lista.

Under byggnad

Sollefteå	25x10 m
Södertälje	25x12,5 m
Tomtebodan	16,67x8 m
Ätvidaberg	25x8 m
Olovström	25x8 m
Lidingö	25x10 m
Jokkmokk	25x8 m

Under ombyggnad

Köping	25x12,5 m
--------	-----------

Utlämnat för räkning

Linköping	25x14 m
Nässjö	25x12,5 m

Under projektering

Örnsköldsvik	25x12,5 m
--------------	-----------

Sundsvall	25x14 m
GCI, Stockholm	25x12 m
Norrköping	25x14 m
Kristinehamn	25x12,5 m
Grums	25x8 m
Vällberg	25x8 m
Uddevalla	25x12,5 m
Trollhättan	25x14 m
Falköping	25x12,5 m
Alingsås	25x12,5 m
Halmstad	25x12,5 m
Hässleholm	25x12,5 m (ev. 50x12,5 m)
Klippan	25x10 m
Ängelholm	25x10 m
Landskrona	25x14 m
Lomma	25x8 m
Haparanda	25x10 m

TÄVLINGSTAKT PÅ TRÄNING!

Amerikansk stortränare fördömer "långt och långsamt"

En av huvudorsakerna till de stora förbättringarna av simtiderna under de senaste åren har varit en förbättring av den typ träningsprogram, som många simmare använder sig av.

Tidigare omfattade en simmares arbetsprogram simning, benspår och armtag i långsamt eller moderat tempo, som ibland avslutades med några få rusher (sprintersimningar).

Ett exempel på denna form av träningsarbete såg ut så här,

1. Simning en engelsk mil (1609 m) utan avbrott
2. Armtag en halv engelsk mil utan avbrott
3. Benspår en halv engelsk mil utan avbrott
4. 4 st. 50-yards-rusher

Är detta ett bra träningsprogram?

Joe Smith tränar för att kunna simma 50 yards frisim på 23 sekunder och 100 yards frisim på 50 sekunder.

Om han simmar en eng. mil i ett långsamt eller moderat tempo, simmar han varje 50 yards på omkring 40 sekunder eller långsammare och varje 100 yards på 1.20. Han simmar med en hastighet, som endast är något snabbare än hälften av den hastighet han önskar simma i tävlingen.

För att utröna logiken i denna form av träningsarbete så låt oss jämföra den med vad de gör i andra idrottsgrenar eller arbetsstationer. Skulle t.ex. en violinist spela Horace's staccato i halv fart? Skulle en höjdhoppare, som tränar för hopp om sju fot (2,13 m) öva höjdhopp med ribban på höjden tre eller fyra fot (0,91—1,22 m)? Skulle en kricketspelare träna sitt snabbaste kast genom att kasta bollen med hälften av den hastighet som erfordras? Eller skulle en löpare, som tränar för rekord på 200 meter, gå ut och ta långa promenader? Det måste stå klart, att idrottsmannen eller musikern måste öva den skicklighet han tränar för med ungefär den hastighet han ämnar använda i tävlingen eller vid utförandet av musikstycket.

Höjdhopparen kan inte under träning hoppa sju fot varje dag, men han måste i sin träning öva sig på höjder närmare sju fot än fyra fot, låt oss kanske säga på en höjd av sex eller sex och en halv fot.

Träningsens grunder

Ovanstående ger oss en mycket betydelsefull grund för all simträning: *För att uppnå maximal prestation måste en simmare simma sina träningslängder med samma hastighet eller nästan samma hastighet som den han ämnar hålla i tävlingen.*

Genom att simma en sträcka långsamt kan en simmare åstadkomma många längder. Han känner det som om han tränar mycket hårt. Han har en känsla av att han åstadkommit ett mycket gott resultat, då han kan säga: "Ja sam två engelska mil (2×1609 m) idag på trä-

AV JAMES COUNSILMAN

ÖVERS.: SIGGE OCH L. HEYNER

ning". Många tror, att Du för att kunna simma fortare endast behöver simma flera engelska mil per dag.

Träningsens kvalitet, inte kvantiteten, är avgörande

Jag vill här framhålla betydelsen av träningsens kvalitet. Kvantiteten allena har liten betydelse. Roger Bannister var den människa, som först underskred 4-minutersstreck i löpning av en engelsk mil. Detta gjorde han med en träning om endast 45 minuter per dag. Då han utförde denna bedrift, var han fullt upptagen med sina medicinska studier och kunde helt enkelt icke offra den tid som erfordrades för en tidödande träning. Han lade i stället upp sin träning så, att han löpte allt han tränade mycket hårt. Han plågade sig varje dag och sprang så att lungorna höll på att sprängas och kroppen värkte.

Arbetskvantiteten var låg, men kvaliteten var hög

Bannister tränade som flertalet banlöpare genom att springa många korta lopp i mycket hård fart samt med korta vilopausar inlagda mellan dessa serier av lopp. Genom att kontrollera hastigheten på dessa lopp och även längden av de korta vilopauserna kan en banlöpare uppnå resultat i sitt träningsarbete.

Definition på ordet intervallträning

Den något förbryllande termen "intervallträning" kan kanske bäst definieras sålunda: "Vilopausen mellan varje träningslopp är konrollerad".

Men kan med intresse notera, att nästan alla banlöpare på höjdpunkten av sin träningsårsong praktiskt taget icke gör några tidsprov på sträckor överstigande den tävlingssträcka de träna för eller över huvud taget springer sådana "överdistanstopp" under sin träning.

Kan långsamt simning skada?

Många tror, att man endast kan tänka på stilen i simtaget, när man simmar långsamt. Om detta vore sant beträffande en simmare, skulle han i själva verket vara lat. För att vara en stor simmare måste Du nämligen i ett bestämt ögonblick kunna utföra en topprestation och därvid även tänka på simtaget.

Psyket (sinnet) måste kunna behärska kroppen inte bara vid låg fart utan även i full speed.

Långsamt simning kan skada

Det är många faktorer som ändrar sig, då en simmare minskar hastigheten i simtaget. Han kan faktiskt öva in felaktiga rörelser på grund av dessa förändringar.

Simtagens teknik varierar vid långsam eller snabb simning

1. Verkan av tyngdkraften och centrifugalkraften på den återgående armen förorsakar ofta att simmaren ändrar sin viloteknik vid långsam simning.

2. Då simmaren rör sig med större hastighet lyfts kroppen upp ur vattnet ungefär på liknande sätt som när en vattenskidåkare lyfts upp, när farten ökar. Denna upplyftning orsakas av det ökade motståndet på simmarens undersida vid högre hastighet. Simrörelsernas teknik förändras i samband härmed.

3. Simmarens andningsteknik ändras vid högre hastigheter beroende på att kroppen ligger högre och att bogvågens vågdal blir djupare, vilket gör att han inte behöver vrida huvudet så mycket för att kunna andas.

Vi gör inga långa, långsamma, lätta simningar

Jag anser nämligen, att simmare under sådana simningar lägger sig till med många felaktiga simrörelser såsom t.ex. en glidning i armrörelsen och de låter armbågarna falla (släpper ned armbågarna), innan de börjar draget.

De utvecklar ofta en fördröjd inandning och vill också gärna "let go of the water" (avsluta draget för tidigt) eller böja armbågarna för mycket i slutet av draget.

Då de simmar fjärl, brukar de ligga kvar för länge med armarna i framsträckt läge och utveckla ett glidsimtag. Våra fjärlsimmare simmar aldrig några fjärlsdistanser över 440 yards och även denna distans mycket sällan. Den övervägande fjärlsimträningen gör de på 50—100 och 200 yardsdistanterna. De måste alltid använda sig av kontinuerliga simtag och andas vartannat simtag.

En annan grundsats i träningen

En simmare brukar under en tävling göra samma saker som han lärt sig under träning. Om detta är riktigt, bör en simmare i sin träning härma de rörelser han vill använda sig av i tävlingen. *Det kan han inte göra genom att simma långsamt.*

Fysiologiska grundsatser förbundna med träning

Då en människa tränar, förändrar den sin kropp fysiologiskt. Kroppen anpassar sig till den stress (påfrestning) den utsättes för. Hjärtat blir starkare och mera prestationsdugligt. Musklerna blir starkare och utmattas ej så lätt. Många subtila förändringar inträder. Så t.ex. ökas hemoglobinet, de röda blodkropparna i blodet, bufferterna som neutraliserar den mjölksyra som alstras i musklerna vid träning. Lungorna blir mera prestationsdugliga.

Termen stress har en bibetydelse av skadlighet. Det är synd, eftersom vi måste stressa kroppen i form av träning, innan vi kan uppnå en viss fysisk duglighet eller kondition. Det verkliga prob-

lemet vid bestämmandet av vilken form av träningsprogram man skall använda för att uppnå prestationsmaximum är: Om det är mera önskvärt att

1. utsätta kroppen för flera långvariga perioder av svag eller moderat stress (belastning), så som vi gör, då vi simmar långa distanser i sakta eller moderat hastighet eller att
2. utsätta kroppen för många korta perioder av extrem stress (belastning) med en kort vilopaus mellan varje period, så som vi gör vid den s.k. intervallträningen — d.v.s. 30×50 yards hårda simningar med 30 sekunders vila mellan varje lopp eller att
3. använda en kombination av de ovan beskrivna metoderna.

Då vi gjorde upp vårt simträningsprogram vid Indiana universitetet, har vi mycket hårt gått in för metod nr 2. Vi använder oss dock fortfarande av en del "överdistanssimningar".

Georg Breen och Alan Somers simmade endast två 1500 m-lopp på tid under hela sommaren vid träningen inför den olympiska 1500 m-tävlingen. De flesta upprepningssimningarna gjorde de på 400 m-distansen eller på kortare sträckor. De gjorde under en dag ofta ända upp till 8×400 meter på tid.

Intervallträning i simning

För att visa hur intervallträning kan tillämpas på en simmares träning, skall jag här nedan skissera en del av våra träningsprogram.

Måndag

1. 200 yards uppvärmningssimning
2. 440 yards benspark med platta på tid
3. 5×100 yards benspark på tid med start var tredje minut
4. 440 yards armtag på tid med gumiband kring anklarna
5. 5×100 yards armtag på tid med start var tredje minut
6. 30×50 yards simning med start varje hel minut

För att exakt klargöra innebörden av "med start var tredje minut", "med start varje hel minut" o.s.v. meddelas:

För bekvämlighetens skull arbetar vi i två vägor, en i vardera änden av bassängen. Alla våra upprepnings-simningar — simning, benspark och armtag — görs "på tid". Pojkarna ta tid på sig själva på två stora klockor (3 fot i diameter) på ena långsidan. Om de intervalltränar 50 yards simning i början av året, startar de en 50-yardssimning varje gång sekundvisaren når utgångspunkten. Om en pojke simmar frisim, gör han kanske 50 yards på omkring 30 sekunder. Detta ger honom då ytterligare 30 sekunder för vila, innan han börjar ännu en 50-yardssimning. Om han simmar bröstsim, gör han kanske omkring 40 sekunder på samma sträcka och han får då endast 20 sekunder för vila, innan han åter startar nästa lopp. Allteftersom året fortlöper kortar vi av denna vilopaus genom att låta honom starta en 50-yardssimning varje 55 sekunder, sedan varje 50 sekunder och slutligen varje 45 sekunder.

Genom att alternera grupperna vid motsatta ändar och genom att synkronisera klockornas inställning på olika sätt kan man uppnå maximalt utnyttjande av bassängen. Medan en våg simmar, vilar den andra. Ofta kan det dock vara så,



Mariestads Pelle Jernberg lyfter gratulerande Norrköpingspojken Olle Ferm i håret, sedan denne vunnit ryggsimmet vid tävlingarna i Vingåker.

att båda grupperna under viss tid simmar samtidigt.

Nästan alla våra simmare avverkar ungefär samma träningsarbete

Den sträcka frisisimmarna tränings-simmar innehåller emellertid längre upprepningsdistanser.

Exempel på träningsarbeten (träning i två grupper):

Tisdag

1. 500 yards uppvärmning, 10 minuter
 2. 10×100 yards benspark, 30 minuter. Start var 3:e minut
 3. 10×100 yards armtag, 30 minuter. Start var 3:e minut
 4. 10×100 yards simning, 30 minuter. Start var 3:e minut
- Summa: 1 timme 40 minuter

Onsdag

1. 200 yards uppvärmning, 6 minuter
 2. 440 yards benspark, 16 minuter
 3. 5×50 yards benspark, 8 minuter. Start varje 1½ minut
 4. 440 yards armtag, 14 minuter
 5. 5×50 yards armtag, 8 minuter. Start varje 1½ minut
 6. 1×200 yards simning, 6 minuter. Därav vila 3 minuter.
 7. 4×100 yards simning, 12 minuter. Start var 3:e minut
 8. 16×50 yards simning, 16 minuter. Start varje hel minut
- Summa: 1 timme 26 minuter

Det är uppenbart, att användningen av detta slag av träningsarbete rillåter ett obegränsat antal kombinationer. Simmarna bli kanske uttröttade, men chansen för att de blir utledsna på träningen är mycket liten.

En betydelsefull faktor i denna form av träning är att man kontrollerar intervallen mellan varje upprepnings-simning. Träningen kan avslutas inom den tid, som anslagits enligt ovan.

Frågor som fortfarande är obesvarade beträffande intervallträning

Vilken är egentligen den bästa formen av intervallträning?

Frågor:

1. Hur lång vila kan tillåtas mellan varje upprepnings-simning?
2. På vilken distans bör en simmare göra sina intervallsimningar?

3. Hur många simningar skall han göra?

4. Skall bensparkarna och arntagen också göras enligt intervallmetoden?

5. Skall denna form av träningsarbete användas året runt?

6. Hur hårt skall simmaren simma varje upprepnings-simning?

Svaren på dessa frågor kommer simtränarna aldrig att vara fullt överens om. Tiden och gjorda prov kommer att hjälpa oss att besvara några av dessa frågor.

Svar på frågorna: (Ätminstone så som vi försöker besvara dem vid Indiana universitetet)

1. I vårt grundläggande arbete tillåter vi tillräckligt med vila mellan upprepnings-simningarna, så att en ny grupp, som börjar sin träning från motsatta sidan, hinner avverka sin upprepnings-distans, innan den första vågen åter startar. Detta ger vanligtvis 15—30 sekunders vila mellan 50-yardssimningar, 1—1½ minut mellan 100-yardssimningar, 3 minuters vila mellan 200-yardssimningar och 6 minuter mellan 400-yardssimningar. Allteftersom säsongen fortskrider försöker vi förkorta vilopauserna.

När två vägars träning går i varann, kan man vinna en viss begränsad tid, med vilken vilopauserna kan förkortas.

Ibland har vi endast en träningsgrupp igång och kan då avkorta vilopauserna enligt nedan:

Vila mellan 50-yardssimningar, 10—15 sekunder

Vila mellan 100-yardssimningar 10—30 sekunder

Vila mellan 200-yardssimningar, 30—60 sekunder

Vila mellan 400-yardssimningar, 15—60 sekunder.

Ju kortare vilopauserna blir, desto långsammare genomförs intervallsimningarna och snart förlorar simmaren förmågan att genomföra simningarna i eller i närheten av tävlings-hastigheten. Ibland tillåts längre vilopaus mellan upprepnings-simningarna för att tillåta simmaren att gå för fullt.

2. En simmare bör simma de flesta av sina intervallsimningar på distanser under dem han tränar för (ämnar tävla på). Vi koncentrerar oss hårt på 50- och 100-yardssimningar, när de flesta college-

Moderna Turistbussar uthyres

Gamla Upsala Buss AB

Telefon 280 68 — 280 41

Sven Gustafsson

Lomma Bleck- & Plåtslageri

B. Kanters Eftr. S. Sjöberg

Strandvägen 53 Tel. 46 30 85 LOMMA

MÅLERIARBETENA

för YSTADS BADHUS

har utförts av

GUSTAV PETERSSON

Bruksgatan 4 YSTAD tel. 0411-117 58

Allt i bilglas

Byggnadsglas — inramningar

*

Lunds Glasmästeri AB

Trollebergsv. 33 Tel. 169 63, 253 63



Den nya bollen av zigzagmodell som testats och godkänts av Svenska Simförbundet

Specialimpregnering motverkar vattenabsorption
Rölbeständiga nylontrådsydda sömmar
Garanterat form- och färgbeständig

Sydsvenska Läder- & Remfabriks AB
Ängelholm

GULD

SMYCKEN med ädla stenar
och pärlor

SILVER MATSILVER
PÄRLOR och PÄRLCOLLIERS

Södergatan 26, Malmö, tel. 189 89
(I passagen vid Falkmans bokhandel)

DETTERS JUVELER

GUSTAV LÖVQVIST

Plåt- & Karosseriverkstad

Almbacksgatan 6 MALMÖ

Tel. verkstad 97 81 44, bostad 203 90

*

Karosserireparationer och riktningararbeten utföres
fackmässigt . Humana priser



Skolgat. 5
(Vid Föreningsg.)
Tel. 206 54

Specialaffären för
**MODELL-
JÄRNVÄGAR**

med tillbehör
Reparationservice
Hobby

Byggsatser i
Modell Flyg o. Båtar
i såväl plast som trä

Leksaker — Corgi Toys — Lego — Teknik —
Kosmos m. m.



YNGVE NILSSONS

Kött- och charkuteriaffär

Marieholm Tel. 700 40. Rekommenderas

"HISTORISK" SIMSTATISTIK: 100 METER FRITT

Statistik tycks vara en begärlig konsumtionsvara. Många läsare har vänt sig till Simsports redaktion med anhållan om att det i förbundstidningen inte bara skall förekomma aktuell simstatistik utan även "historisk".

Det är för att villfara dessa läsare, som vi i detta nummer öppnar en ny "rekordbör". Vi startar med de svenska rekordens utveckling på 100 meter frim sim och har även låtit sammanställa en "alla tiders bästa svenska tider" i resp. simsätt och på resp. distanser.

100 meter frim sim, herrar (Bana min. 25 meter)		
1.08,0	H Julin, SKK	1908 London
1.07,8	R Andersson, SKK	1913 Stockholm
1.06,8	T Ägren, MSS	1916 Malmö
1.06,4	T Ägren, MSS	1917 Göteborg
1.05,8	T Ägren, MSS	1918 Stockholm
1.05,7	Arne Borg, SKK	1921 Stockholm
1.05,4	O Trolle, MSS	1921 Stockholm
1.04,1	Arne Borg, SKK	1922 Stockholm
1.03,8	O Trolle, MSS	1922 Stockholm
1.01,9	Arne Borg, SKK	1923 Stockholm
1.01,6	O Trolle, MSS	1923 Eskilstuna
1.01,0	Arne Borg, SKK	1924 Köpenhamn
1.00,4	Arne Borg, SKK	1925 Stockholm
1.00,2	Arne Borg, SKK	1926 Stockholm
1.00,0	Arne Borg, SKK	1927 Bologna
59,9	S Petterson, Nept.	1932 Stockholm
59,8	N Petterson, Nept.	1935 Stockholm
59,4	Björn Borg, NKK	1936 Norrköping

59,3	Björn Borg, NKK	1937 Norrköping
58,6	Björn Borg, NKK	1938 Stockholm
58,1	P O Olsson, Hellas	1941 Stockholm
57,5	P O Olsson, Hellas	1945 Uppsala
56,8	G Larsson, SKK	1951 Stockholm
56,7	G Larsson, SKK	1951 Stockholm
56,0	P O Lindberg, Nept.	1960 Stockholm
55,4	P O Lindberg, Nept.	1960 Malmö
54,9	P O Lindberg, Nept.	1961 Malmö
54,5	P O Lindberg, Nept.	1962 Malmö

De bästa genom tiderna

1.	P O Lindberg, Neptun	54,5 (1962)
2.	Mats Svensson, IF Elfsborg	56,2 (1962)
	Joan Lundin, SPiF	56,2 (1963)
4.	Göran Larsson, SKK	56,7 (1951)
5.	Bengt Nordvall, Neptun	56,8 (1963)
6.	B-O Almstedt, Örebro	57,2 (1962)
7.	L-E Bengtsson, Neptun	57,4 (1962)
	P. Bergengren, Skellefteå	57,4 (1957)

9.	P-O Olsson, Hellas	57,5 (1945)
10.	B Furberg, Skellefteå	57,6 (1960)
11.	S-G Johansson, Västerås	57,7 (1961)
12.	Lennart Brock, Poseidon	57,8 (1958)
	H. Rosendahl, Kåtrineholm	57,8 (1962)
14.	Hans Eriksson, SKK	57,9 (1962)
15.	Rolf Hedeberg, S.O2	58,3 (1961)
16.	Rolf Friberg, Jänk. SLS	58,4 (1957)
	Rolf Olander, Skellefteå	58,4 (1956)
	Hökan Bengtsson, SPiF	58,4 (1960)
	I Eriksson, Sundsvall SS	58,4 (1962)
	Jon Lundmark, Kiruna SS	58,4 (1962)

100 meter frim sim, damer

100 meter frim sim, damer (Bana min. 25 meter)		
1.44,3	G Johansson, SKK	1910 Stockholm
1.40,6	G Johansson, SKK	1912 Stockholm
1.34,2	G Karlsson, E-tuna SS	1912 Stockholm
1.30,6	E Machnow, MSS	1914 Malmö
1.28,6	E Machnow, MSS	1917 Malmö
1.24,2	C Nilsson, SKK	1920 Stockholm
1.22,0	C Nilsson, SKK	1921 Stockholm
1.19,7	Aina Berg, Najaden	1921 Stockholm
1.18,5	H Töpel, Najaden	1923 Stockholm
1.18,4	G Ewerlund, MSS	1927 Göteborg
1.17,0	M Eliasson, IFK Sthlm	1929 Stockholm
1.14,9	I Stenmarck, MSS	1933 Malmö
1.14,5	I Stenmarck, MSS	1934 Malmö
1.12,8	I Stenmarck, MSS	1934 Helsingfors
1.11,1	G Söderberg, IFK Sthlm	1939 Göteborg
1.11,0	G Söderberg, IFK Sthlm	1940 Stockholm
1.10,9	G Söderberg, IFK Sthlm	1940 Stockholm
1.10,7	G Söderberg, IFK Sthlm	1940 Stockholm
1.10,2	G Söderberg, IFK Sthlm	1940 Stockholm
1.09,8	G Nilsson Hålsinb. SS	1943 Hålsingborg
1.09,7	G Nilsson, Hålsingb. SS	1945 Hålsingborg
1.09,2	I Fredin, Ängby SS	1946 Kalmar
1.08,5	I Fredin, Ängby SS	1946 Ängby
1.08,1	I Fredin, Ängby SS	1946 Uppsala
1.08,0	I Fredin, Ängby SS	1947 Kalmar
1.07,9	I Fredin, Ängby SS	1947 Monte Carlo
1.07,7	A Hellsström, Nept.	1956 Stockholm
1.07,4	K Jobson, Varberg	1956 Eskilstuna
1.06,4	K Jobson, Varberg	1956 Halmstad
1.06,1	K Jobson, Varberg	1956 Melbourne
1.04,7	K Jobson, Varberg	1958 Budapest
1.04,6	B Eriksson, Tunaf.	1959 Malmö
1.04,6	K Larsson, Ran	1959 Malmö
1.04,3	K Larsson, Ran	1960 Uppsala
1.04,3	I Thorngren, USS	1960 Uppsala
1.04,1	K Grubb, Poseidon	1961 Malmö
1.03,6	K Grubb, Poseidon	1961 Reykjavik
1.03,5	A-C Hagberg, Nept.	1962 Stockholm
1.03,0	K Grubb, Poseidon	1962 Lund
1.02,8	K Grubb, Poseidon	1962 Malmö
1.02,8	A-C Hagberg, Nept.	1963 Bremen

De bästa genom tiderna

1.	K Grubb, Poseidon	1.02,8 (1962)
	A-C Hagberg, Neptun	1.02,8 (1963)
3.	I Thorngren, Uppsala SS	1.04,0 (1962)
	K Stenbäck, Neptun	1.04,0 (1962)
5.	Karin Larsson, Ran	1.04,5 (1960)
6.	B Eriksson, Tunafors	1.04,6 (1959)
7.	Bibbi Segerström, Neptun	1.04,7 (1960)
	Kate Jobson, Varberg	1.04,7 (1958)
	U Thorn-Janson, MSS	1.04,7 (1962)
10.	B-M Dillner, Djusholms IF	1.04,8 (1961)
11.	Ulla Jälveri, Västerås SS	1.05,2 (1962)
12.	A-Chr. Andersson, Tunafors	1.05,4 (1960)
	A-Chr. Lilja, Najaden	1.05,4 (1962)
14.	Jane Cederqvist, Neptun	1.05,9 (1961)
15.	Ulla Patrikka, Västerås SS	1.06,0 (1962)
	K Larsson, SK Ran	1.06,0 (1960)
17.	Barbro Andersson, SK Ran	1.06,2 (1959)
18.	Ulla Jakobsson, Neptun	1.06,8 (1961)
	Ingegärd Lilja, Najaden	1.06,8 (1962)
20.	G-B Jönsson, Poseidon	1.07,0 (1960)
	M. Rylander, Neptun	1.07,0 (1962)

FÖLJ MED SIMMARNAS TILL MOSKVA I MAJ

Såsom framgår av tävlingskalendern har Svenska Simförbundet avtalat om deltagande i de internationella simtävlingarna i Moskva den 8—9 maj.

Till dessa tävlingar planerar förbundet tillsammans med Nyman & Schultz resebyrå en charterflygning i vilken även ledare och supporters inbjudes deltaga på egen bekostnad. Resan kommer att omfatta fem dagars vistelse i Sovjets huvudstad. Med resor, helinackordering på bra hotell, sightseeing m.m. blir kostnaden för rysslandsfärden så moderat som 838 kr.

Intresserade kan hänvända sig till Simförbundet (generalsekreteraren) snarast och senast den 15 april.

tävlingarna är på 100- och 200-yardsdistanserna.

Vi koncentrerar oss på att göra de flesta intervallsimningarna på en fjärdedel eller hälften av den distans simmaren tränar för — ämnar tävla på.

3. Vi försöker att åtminstone avverka hälften av vår dagliga träning i form av intervallsimning. Om vår dagliga träning omfattar 2 engelska mil, försöker vi göra 1 mil upprepningsimningar. Detta betyder t.ex.:

- 36×50 yards intervallsimning eller
- 18 till 20×100 yards intervallsimning eller
- en kombination såsom t.ex.
 - 1×400 yards
 - 2×200 yards och sedan
 - 18×50 yards intervallsimning.
4. Ungefär hälften av våra benspark och armtag gör vi också enligt intervallmetoden.
5. Vi använder oss inte alltid av denna form av träning. Någon gång kan det vara bra att slippa klockan och vi kan då göra en serie av simningar, benspark och armtag om 400 yards, då vi varken kontrollerar hastigheten eller vilopauserna.
6. Hur hårt bör simmaren simma? Jag ger varje simmare en genomsnittlig tid att uppnå. Tiden ligger under hans topphastighet, men det är fråga om en hög

hastighet. Till exempel: Mike Troy simmar 50 yards fjärilsim i högsta tempo på 24 sekunder. Då han gör 30×50 yards intervallsimningar med 30 sekunders vila mellan varje simning, bör han försöka gå varje 50 yards på 28 sekunder. De första 50-yardssträckorna gör han lätt med denna hastighet. De därpå följande blir hårdare och på slutet måste han simma för allt vad han är värd för att göra denna fart.

Alan Somers försöker nå 4.40 på var och en av 4×440 yards simningar med 5 minuters vila mellan varje simning. Om denna vilopaus skärs ned till en minut, kan han inte gå bättre än på cirka 4.50 och när pausen kortas av till 15 sekunder, kan han nätt och jämnt gå under 5-minutersstrcket.

Tradition och vana är försåtliga. De kan vara till den största skada för framgång inom alla områden av kraftsträngningar. En människa som är rädd för att experimentera och försöka något nytt av den anledningen att han kan ha fel, måste räkna med att inte komma någon vart.

Om Du fortfarande använder den gamla konventionella träningsmetoden, råder jag Dig, så framt icke dina lagmedlemmar håller några världsrekord, att försöka "intervallträning".

RF-kurs på Bosön

RF och Simförbundet arrangerar den 6—11 maj i år en ungdomsinstruktörskurs på Bosön för simledare. Deltagarantalet är begränsat till 40. Anmälningar skall göras senast den 1 april.

Hälsingborg leder med 5000 sålda lotter

Vårt uppdrag till föreningarna att sälja lotter för nya Simlotteriet, som drivs i gemensam regi av Simfrämjandet och Simförbundet, har inte förklingat ohört.

I den interna lotteriligan för förbundets föreningar med avseende på antalet rekvirerade lotter är ställningen för de främsta:

Helsingborgs SS och IK Attack 5 000, SK Ran 4 400, Stockholms KK 3 900, Stockholmspolisens IF 3 500, Upsala SS 3 000, SK Neptun 2 300, Solviks SS 2 300, Limhamns SS 2 000, Malmö SS 2 000, Sundbybergs IK 2 000, Västerås SS 2 000, Luleå SS 1 700, Kämpingebadens VSK 1 500, Landskrona SS 1 100, Nynäshamns SLS 1 100, Varbergs SLS 1 100, Göteborgs Idrottsnämnds IF 1 000, Göteborgs KK 1 000, Harads IF 1 000, Karlskrona SS 1 000, Kiruna SS 1 000, S 02, Göteborg 1 000, SK Laxen, Halmstad 1 000, SK Najaden, Göteborg 1 000, Tunafors SK 1 000, Vingåkers SS 1 000, Ystads SS 1 000, Östra Färs friluftsbad 1 000, Avesta SS 700, Sundsvalls SS 550, Bodens BK 500, Gävle SS 500, Hedemora SS 500, Hofors AIF 500, Huskvarna SLS 500, IFK Grängesberg 500, Järpås GSF 500, Karlskoga SS 500, Motala SS 500, Norrköpings KK 500, Spårvägens GIF, Sthlm 500, Stenkumla Skol-IF 500, Värnamo SS 500, Väske AIS 500.

Totalt hade vid månadsskiftet februari —mars drygt 70 000 lotter distribuerats till simföreningar. Vi hoppas kunna bättra på den siffran före den 18 april, då dragningen äger rum. 100.000 bör vi kunna sälja!

SKÅNSKA 20-MANNA

SLUTADE OAVGJORT

Malmö simsällskaps och SDS' tjugomannasimning blev en knivskarp strid mellan arrangörsklubben och platskonkurrenten SK Ran. Domarna dömde dött lopp med tiden 9.21,4.

Nordiska mästarrinnan i ryggsim Kirsten Michelsen, Triton, Köpenhamn, var överlägsen i 100 m-loppet i sin specialgren. Hon vann på utmärkta 1.10,7 vilket med blott en tiondel överstiger årets bästa tid i Europa.

På 200 m bröstsim segrade Christina Olsson, Limhamn — SM-etta i fjol — med 1.23,2 före Lisbeth Sandgren, MS, 1.25,4 och Marianne Sjöström, MS, på 1.25,7.

200 m medley: 1) Ulla Thorn-Johnson, MS, 2.48,5. Lag 20×50 m, damer: 1) Malmö SS 10.57,2 (nytt rekord).

100 m fritt, herrar: 1) Lars Erik Bengtsson, Neptun, 58,4; 2) Bengt Nordvall, d:o, 58,5; 3) P. O. Eriksson, d:o, 59,0; 4) Björn Billqvist, MS, 59,8.

100 m fritt, damer: 1) K. Michaelson, Triton, Köpenhamn, 1.05,3; 2) Ulla Thorn-Johnson, Malmö SS, 1.08,2.

100 m bröstsim, herrar: 1) Axel Severson, Ran, 1.15,0.

KFUM-sekreterare den nye RF-chefen

■ **Generalsekreteraren i Sveriges KFUM:s riksförbund Bo A Bengtson, Stockholm, utsågs 13/2 till direktör i Sveriges riksidrottsförbund. Han efterträder Torsten Wiklund som avgår den 1 april.**

Bo Bengtson har bl a varit biträdande generalsekreterare i KFUM:s världsförbund i Genève 1958—62 och är sedan den 1 oktober 1962 generalsekreterare i Sveriges

Bland Bo Bengtsons idrottsliga meriter kan nämnas att han blev mellansvensk skalungdomsmästare på 400 m 1932 och 1933 och blev akademisk mästare på 800 m 1937—

Mariestad hotade Polisen men nu ny cup i Vingåker

Man får endast beklaga, att Mariestads pojkar inte fick simma i samma heat som Stockholmspolisens pojkar, då det gällde den tredje och avgörande lagsimningen på 10×50 meter om "Sir King Cup" i Vingåker den 17 februari. Stockholmspojken, som nu simmade i det sista heatet, vann nämligen duellen med en halv sekunds marginal och tog därmed den tredje och slutgiltiga inteckningen i det stora vandringspriset.

Men nästa år har den entusiastiske och framgångsrike tävlingsledaren Börje "Buckla" Pettersson lovat att de bästa lagen i årets tävling skall få starta i samma heat och då gäller striden en ny "Sir King Cup", som donatorn, direktör Walter Ljungström på stående fot lovade ställa upp. Därigenom är livaktiga Vingåkers SS garanterad fortsättning på sin trivsamma juniortävling, som bara tycks bli allt populärare år från år.

Ett par hundra ungdomar gjorde i år 252 starter och det vittnar gott om arrangörernas goda organisation att hela tävlingen i trebanorsbassängen kunde avgöras på mindre än tre timmar.

Bland resultaten i 16-metersbassängen må nämnas, att jämna dussinet pojkar med Katrineholms juniorlandslagsman P. O. Fulke i täten (1.14,9) simmade 100 bröst under 1.20. Pelle Jernberg vann fritt och fjärl på så lovande tider som 59 "blankt" resp. 1.01,5 men fick i ryggsim bita i gräset för Norrköpings kronprins Olle Ferm, som vann på imponerande 1.06,7. Avestas Lena Wahns var bästa ryggsimmerska på 1.18,4 men hotades svårt av Polisens överraskande Anika Danielsson, dotter till gamla mästarrinnan Kerstin Isberg. I frisimmet visade Karlskogas Birgitta Lööv gryende storform med 1.07,4 och i bröstsimmet försvarade Berit Larsson Katrinebolms fina traditioner. (Se vidare i "Resultatbörser").

H. R.

Grängesberg vann Rikshoppävling

I första omgången av Rikstävlingen i simhopp för nybörjare gick såväl lagsegern som de individuella segrarna sensationellt till IFK Grängesberg.

1) IFK Grängesberg 215,5 poäng. 2) Mariestads SS 195,5. 3) Gävle SS 188,0. 4) Göteborgsalliansen 165,5. 5) Västerås SS 149,0.

Närmast följde följande klubbar, som dock inte ställde upp kompletta lag: Nynäshamns SLS 92,5, Harnäs SS 56,5 och IF Elfsborg 31,5.

Resultat av den individuella tävlingen Pojkar

1. Jan Franz, Grängesberg, 24,5.
2. Thomas Trybom, Gävle, 22,5.
3. Per Jernberg, Mariestad, 22,0.
4. Gunnar Nilsson, Mariestad; Jan Risinfeldt, Grängesberg, 21,5.
6. Göran Helgesson, Gävle, 21,0.
7. Peder Lindberg, Göteborg, 20,0.
8. Anders Backlund, Mariestad; Håkan Lindberg, Gävle; Björn Lindblom, Mariestad, 19,5.
11. Björn Andersen, Mariestad, 19,0.
12. Göran Johansson, Göteborg; Kjell Pettersson, Västerås, 18,5.
14. Lars Backlund, Mariestad; Jens Rasmussen, Mariestad, 18,0.
16. Kjell Gustafsson, Västerås; Kent Ihrén, Gävle, 17,5.
18. Mats Andersson, Västerås; Börje Egfors, Elfsborg; Bo Helsing, Göteborg, 17,0.
21. Bo Lindgren, Västerås, 16,5.
22. Lars-Ove Forsberg, Mariestad; Anders Kampe, Mariestad; Leif Larsson, Göteborg, 16,0.
25. Gösta Linder, Nynäshamn, 15,5.
26. Roland Johansson, Göteborg; Börje Lövgren, Mariestad; Lars Sjöberg, Harnäs, 15,0.

Flickor

1. Lena Lind, Grängesberg, 24,0.
2. Ingeborg Starck, Grängesberg, 23,0.
3. Lina Sandgren, Gävle, 22,5.
4. Gunnel Lengqvist, Grängesberg; Gunnel Persson, Mariestad; Inger Söderlund, Grängesberg, 22,0.
7. E-M Andersson, Grängesberg; Sigrid Yngström, Grängesberg; Gun Sjöblom, Grängesberg, 21,5.
10. Inger Hägglund, Grängesberg, 19,0.
11. Inger Avergård, Mariestad, 18,5.
12. Kari Kläringe, Gävle; Ann-Mari Åberg, Gävle, 18,0.
14. Anita Johansson, Mariestad, 17,5.
15. Gunborg Starck, Grängesberg; Kajsa Ström, Gävle; Kajsa Söderström, Harnäs, 17,0.
18. Annmargret Lindgren, Gävle, 16,5.
19. Gunilla Henriksson, Göteborg; Laila Madsen, Göteborg, 16,0.
21. Kristina Berg, Västerås; Birgitta Björk, Göteborg; Agneta Henriksson, Göteborg; Susanne Jeppesen, Göteborg; Irene Johansson, Göteborg; Kicki Norman, Gävle, 15,5.

PRISER
till tävlingar

*

VINSTER
till lotterier

köper Ni bäst hos

AMETA AB

Drottninggatan 73, Stockholm C. Telefoner 21 48 09, 21 48 10



Ark: G. Lettströms Arkitektkontor

idrottshus i Sundsvall

Av hallarna i markplanet rymmer den större, som även kan användas för konserter m.m. totalt 2600 åskådare. Kontor och mindre restaurang har förlagts i flygelbyggnaden.

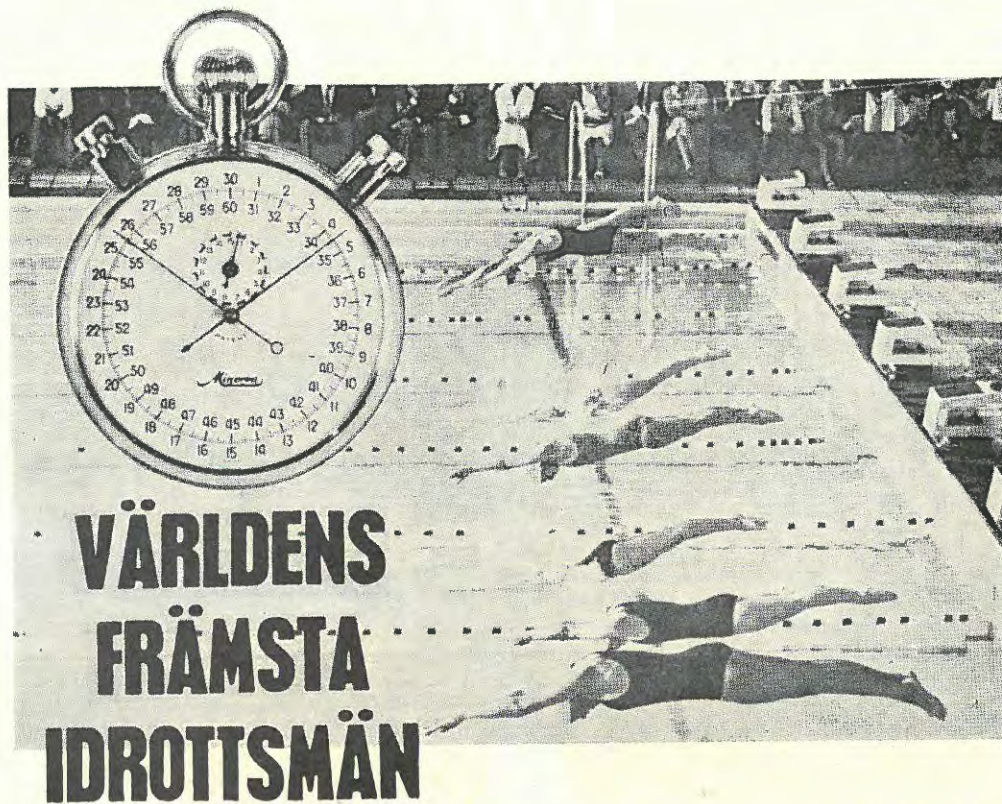
ORRJE & Co har utfört de geotekniska undersökningarna, byggnadskonstruktionerna samt de värme-, ventilations- och sanitetstekniska konstruktionerna. Under byggnadstiden utövade Orrje & Co dessutom teknisk rådgivning och kontroll av byggnads- och VVS-arbetena.

LEDAMÖTER AV
SKIF SVENSKA KONSULTERANDE
INGENJÖRERS FÖRENING

ORRJE & CO
RÅDGIVANDE INGENJÖRER
OCH ARKITEKTER

TEL. 010/24 2080 - FACK STOCKHOLM 4

UTGIVARKORSBAND
Simsport, Sveavägen 29
Stockholm



Minerva 3934
Stoppur med
dubbelvisare som
fyller ut upprepad
tidtagning utan
att sekundvisaren
stoppas.
Rikspris 214: —

Förstklassiga kronografer för all slags sport. Specialur för ishockey, fotboll, segling och ett flertal andra idrottsgrenar. MINERVA är leverantör av tidmätare till Svenska Simförbundet och idrottsföreningar över hela landet.

MINERVA — Specialfabrik sedan 1858
Stjärnumakarnas Försäljnings AB
Brunkebergstorg 15
Stockholm C
Tel. 20 10 31, 20 10 41