



27 av 29 guldmedaljörer vid
Mexico-olympiaden bar Speedo

Orsak – våt kombineras dess ytterst lätta,
hudtunna nylonmaterial, dess form, dess mönster,
passform och till och med dess
sömmar för att ge högsta möjliga fart genom vattnet.
Det är därför Olympiska simmare
konsekvent väljer Speedo.

För det största urvalet av simdräkter,
modeller, färger och storlekar,
kontakta – Svenska Simförbundet,
Sveavägen 29 111 34 STOCKHOLM
Tel 08/10 63 92, 21 52 93 Svensk Generalagent

SPEEDO



SIMFÖRBUNDET

MEDDELÄNDEN FRÅN SVENSKA

SimSport



12

DECEMBER 1970 — ÅRGÅNG 25

JANUSZ BIL- OCH LÅSSERVICE AB

Bondevägen 1 — LUND — Telefon 046/14 11 11

Tillbehör — Snabbtank — Sanbbtvätt — Kiosk
Bensin — Oljor



Uppdyrkning och reparationer av lås
Nattefon 046/14 07 12 (endast uppdyrkningar)

Bilbärgning dygnet runt

Telefon 046/14 11 11, 14 07 12

Vår radiodirigerade servicebil till Eder tjänst



RÄTTA VÄGEN FÖR BOSTADSSPARANDE

Därom vittnar 1000-fals nöjda lägenhets- och villaägare, som verkligen fått bostad genom H.S.B. — och inte minst viktigt — till självkostnadspris. Tag därför kontakt med

H. S. B. i Mellersta Skåne

Knut den stores gata 2 — Telefon växel 12 46 50 — LUND

Exp.-tid: Månd.—fred. 9.00—16.30, dessutom månd.
och onsd. 16.30—18.00

STAFFANSTORPS GLASMÄSTERI

G. FRIDH

Lundavägen 11 — Staffanstorp — Telefon 046/569 40

UTFÖR ALLT INOM BRANSCHEN — ÄVEN BILRUTOR

Fackmässigt arbete — Humana priser

SIMSPORT

MEDDELANDEN FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
SVEAVÄGEN 29 - 111 34 STOCKHOLM
POSTGIRO: 55 37 02

Nr 12 — 1970 — Årgång 25

Ansvarig utgivare:
ERNST W. LINDAHL

Redaktör:
BO ALM

Telefon
08/14 18 30

Prenumerationspris: kr. 20: —
i utlandet kr. 25: — för helår

1970 - en god årgång

Jag har just läst i tidningarna, att Gunnar Larsson av världens sportjournalister rankats som nr 5 bland världens främsta idrottsmän 1970. Bilden klarnar mer och mer. Svensk simnings kung har verkligen fått ett världsrykte, som är få svenska idrottsmän förunnat. Svensk simning har haft ett gott år med många stora och uppmärksammade framgångar. På de yttersta dagarna har ju även polospelarna visat framfötterna genom att SKK i Europacupen för klubbtag såsom första svenska lag avancerat till finalomgången. 1970 har varit en god årgång för svensk simning!

De framgångar vi nått under året har varit frukten av en noggrann och strikt genomförd planering samt en omfattande ekonomisk satsning. Det är dyrt att driva toppidrott numera. Då Simförbundets verksamhet sväller för varje dag tack vare ökade personella resurser bl. a. förstår var och en, att Simförbundets ekonomi under ett EM-år blir mycket ansträngd. Vi har försökt få extra stöd från RF för genomförande av EM, men fått nej två gånger, och inte heller från annat håll har någon förstärkning till kassan kunnat fås. Vi har sålunda fått lita till våra normala anslag, märkes-

OMSLAGSBILDEN

Det har varit ett bra svenskt idrottsår med många världsmästare. Simningen har bidragit med några eller med fyra av de fem herrar, som finns på omslaget. De välkända ansiktena Thomas Johnsson, Sven von Holst, Pelle Hagström, Hasse Tegeback och Bosse Westergren blev välkända även utanför Sverige, när de var med och dominerade militära VM i Sevilla. Alla utom Pelle blev guldmän.

verksamheten och varuförsäljningen. Jag hoppas, att alla klubbledare förstår detta och hjälper till genom att intensifiera märkesverksamheten ute i landet och köpa våra varor. Vi har just nu mycket gott om Speedo baddräkter t. ex. En mycket lämplig julklapp.

Vad nu sagts om ekonomin betyder också, att år 1971 måste bli ett magrare år. Vi måste nämligen komma ihåg att 1972 är olympiaår med de extra behov detta medför i ekonomiskt avseende. Vårt mål måste från och med nu vara München. Detta gäller såväl ekonomiskt som idrottsligt. Detta innebär inte på något sätt att Simförbundets verksamhet kommer att inskränkas.

1971 ser ut att bli ett nytt "de stora landskampernas år". Det var sannolikt länge sedan Sverige varit så uppvaktat med förslag till landskampsutbyte. Vi håller just nu på med att planera för att kunna genomföra ett så lämpligt landskampsprogram som möjligt. Några är klara. 5-nationerskampen, som är en efterföljare till den gamla 6-nationers men utan Eurovision och Frankrike, går i april i Västtyskland, och vi arrangerar en landskamp mot Frankrike i juni. På förslag är dessutom en 3-landskamp Ungern—Västtyskland—Sverige i Ungern. Utom allt detta kommer juniorlandskamperna, Nordiska mästerskapen och sist men inte minst, när det gäller simning Europacuperna, varav en som bekant i Sverige. Till detta kommer hopparnas alla tävlingar med på svensk botten en repris på Swedish Cup m. m., polons alla landskamper och NM samt konstsimningen med sitt första SM bl. a. Så inte blir 1971 något stilla år inte...!

Jag har varit i Eskilstuna på simmarens hösttränarkonferens. Hopparna har nyligen haft en sådan konferens och kurser och konferenser står även på polospelarnas och konstsimmarnas program. Simförbundets arbete består till mycket stor del i att organisera och planera. Det kan kanske ibland tyckas, att centraldirigeringen blivit för stor. Jag anser dock att resultaten jävar sådana eventuella tankar. Enda sättet att nå framgång i dagens hårda idrottsvärld är planering och fullföljande av planerna till punkt och pricka. Det är glädjande att konstatera, att alla ute i klubbarna tycks ha förstått detta och solidariserat sig med Simförbundets dirigering. Jag är säker på att resultaten inte låter vänta på sig även på andra plan än landslagens.

Till sist!

EN GOD JUL OCH ETT GOTT NYTT SIMMARÅR!

Gunnar Werner

Tävlingskalendern

Januari

1—5	S	Kramfors: Jul- och nyårsläger
17—31	S	Hemmabanor: 1500-meterspokalen, deltävling 2
30—31	S	Veckoslutsläger för landslagskandidaterna

Februari

7	S	Mariestad: Leni-cupen
14—28	S	Hemmabanor: 1500-meterspokalen, deltävling 3
27—28	S	Veckoslutsläger för landslagskandidaterna
27—28	S	Bremen: Internationella tävlingar

Mars

6—7	S	Landskamp Sverige—Polen, -53 o. yngre
13—14	H	Inne-SM
20—21	S	Sundsvall: Inne-SM
26—30	S	Riga: Internationella tävlingar
27—28	S	Kalmar: Västfyskland—Sverige, U-landskamp, -57 o. sen.

April

1—3	H	West Point: A.A.U. in door champ.
2—3—4	S	Pforzheim: Internationella Tyska Mästerskapen, 10 per.
2—3—4	S	Prag: Internationella tävlingar
3—12	S	(Klippan): Påskläger
10—11	S	Köln: 8-nationers, -55 o. yngre
10—11	S	Budapest: Landskamp Ungern—Västfyskland—Sverige
10—11	H	Prag: Internationella tävlingar
10—11	H	Winnipeg: Canadian internat.
17—18	S	Tyskland: 5-nationers, Sverige—Holland—Storbritannien—Italien och Västfyskland
17—18	S	Kalix: Kalottmäst.
17—18	H	Polen: Internationella mästerskap
24—25	S	Malmö: Go-Go
30/4—1/5	S	Sverige—Holland, -55 o. senare
30/4—1/5	S	London: Blackpool Trophy

Maj

6—9	P	Italien B—Sverige A
8—9	S	Veckoslutsläger för landslagskandidaterna
15—16	H	SUM-hopp
15—16	H	Rostock: Internationella hopptävlingar
21—22	S	Stockholm: Colgate Cup
21—24	H	Riga: Internationella tävlingar
30—31	H	Kolmården: Landskamp Sverige—Schweiz

Juni

17—18	H	Stockholm: JSM
19—24	H	Stockholm: Juniorläger
12—13	H	Utrecht: Internationella tävlingar
12—15	S	Internationella Veckan
26—27	S	Göteborg: Sverige—Frankrike, landskamp seniorer
27	S	Örbybruk:
29—30	H	Helsingfors: Norden—USA, int. ungdomstävlingar

Juli

2—4	H	Ronneby: Swedish Cup
2—4	S	Neptuns internationella ungdomstävlingar
2—4	S	Utrecht: Euro-Zwemlust Trophy
2—4	H	Ljubljana: Internationella tävlingar
7—8	H	Helsingfors: Finn Diving
10—11	S	Cup de Paris, int. simtävlingar
10—11	S	Darmstadt: Internationella tävlingar, -55 o. sen.
10—11	H	Prag: Öppna Tjeckiska Mästerskapen
12—16	H	Brachaat: Int. tävlingar, age group
13—14	S	Berlin: NOK-spelen
15	S	Leipzig: Internationella tävlingar, 5 per.
15—19	P	Stettin: 4-nationers, Polen—Sverige—Finland—Danmark?

OBSERVERA!

Detta är
endast den
preliminära
kalendern!

17—18	P	Danmark: NM
17—18	S	Österrike: Turnier der Nationen
20—21	S	Rom: 7-kullars
24—25	P	Leningrad: Sverige—USSR
(ev. sen. datum)		
26—28	H	Bolzano: Age group-tävl.
30/7—1/8	H	Bolzano: Internationella tävlingar
31/7—4/8	S } H }	Jönköping: SM

Augusti

5—11	S	EJM-läger, -56
7—8	H	Sverige: 4-landskamp, Sverige—Holland—Tjeckoslovakien—Västfyskland
7—8	S	Gdynia: Damlandskamp, Polen—Tjeckoslovakien—Sverige
13—15	S	Holland: EJM (f. -56)
13—15	H	Holland: EJM (f. -55)
14—15	S	Reykjavik: NM
20—21	H	London: Europacupen
21—22	S	Sverige B—Norge A seniorer
24—25	H	Oslo: NM
27—29	H	Ungern: Friendship-cup
28—29	S	Sverige: Europacupen grupp A, för herrar
28—29	S	Italien: Europacupen grupp B, för damer

September

1—5	P	Barcelona: Europeiska juniormästerskapen, -51 o. sen.
1—5?	H	Nordamerika—Europa
3—4	S	Jugoslavien: Internationella tävlingar
4—5	H	Cup Izmir, 3—10 m
4—5	S	Polen—Sverige, -53
10—12	P	??
18—19	S	Teneriffa: Spanien—Sverige, seniorer
27—29	P	Jugoslavien: Cup Jadrana

Oktober

2—3	S	SUM-SIM Regionsfinalerna
23—24	S	RIKSFINALEN
30—31	S	Magdeburg: Internationella tävlingar
30—31	S	Veckoslutsläger för landslagskandidater

November

6—7	S	Sverige—DDR, -57 o. sen.
27—28	S	Rostock: Internationella tävlingar, -58 o. sen. 5 per.
27—28	S	Veckoslutsläger för landslagskandidater

December

1—15	S	1500-meterspokalen, deltävling I
5	H	Inomhus-SM i höga hopp
16	S	Brno: Internationella tävlingar, Grand Prix
20—21	S	Prag: Internationella tävlingar, Grand Prix
25—	S	Jul- och nyårsläger

VILKEN PR-MAN

VÄRLDSFEMMA – OMSLAGSPOJKE

Gunnars Barcelona-simningar har lett till att vi fått vår bästa PR-man sedan Arne Borg.

Vår rekordsimmare fick till att börja med rubriker Europa runt, kom tillbaka till Amerika och var där mer än upptäckt. En storhet.

Det blev en plats på omslaget av Swimming world, och det har sedan dess blivit en plats på sportsidorna världen runt.

I en omröstning, där tidningar från 31 länder deltog, blev Gunnar sensationell femma på listan över årets bästa.

Spanska Dicen i Barcelona och välkända L'Equipe i Paris hade Gunnar som etta på sina listor

före berömdheter och fenomen som fotbollens Pelé, cykelns Eddy Merckx.

Tre simmare trängde sig in på listan, där Cassius Clay gör come back efter sina år som utestängd idrottsman.

Pelé är enligt denna omröstning bäst i världen tätt följd av Merckx.

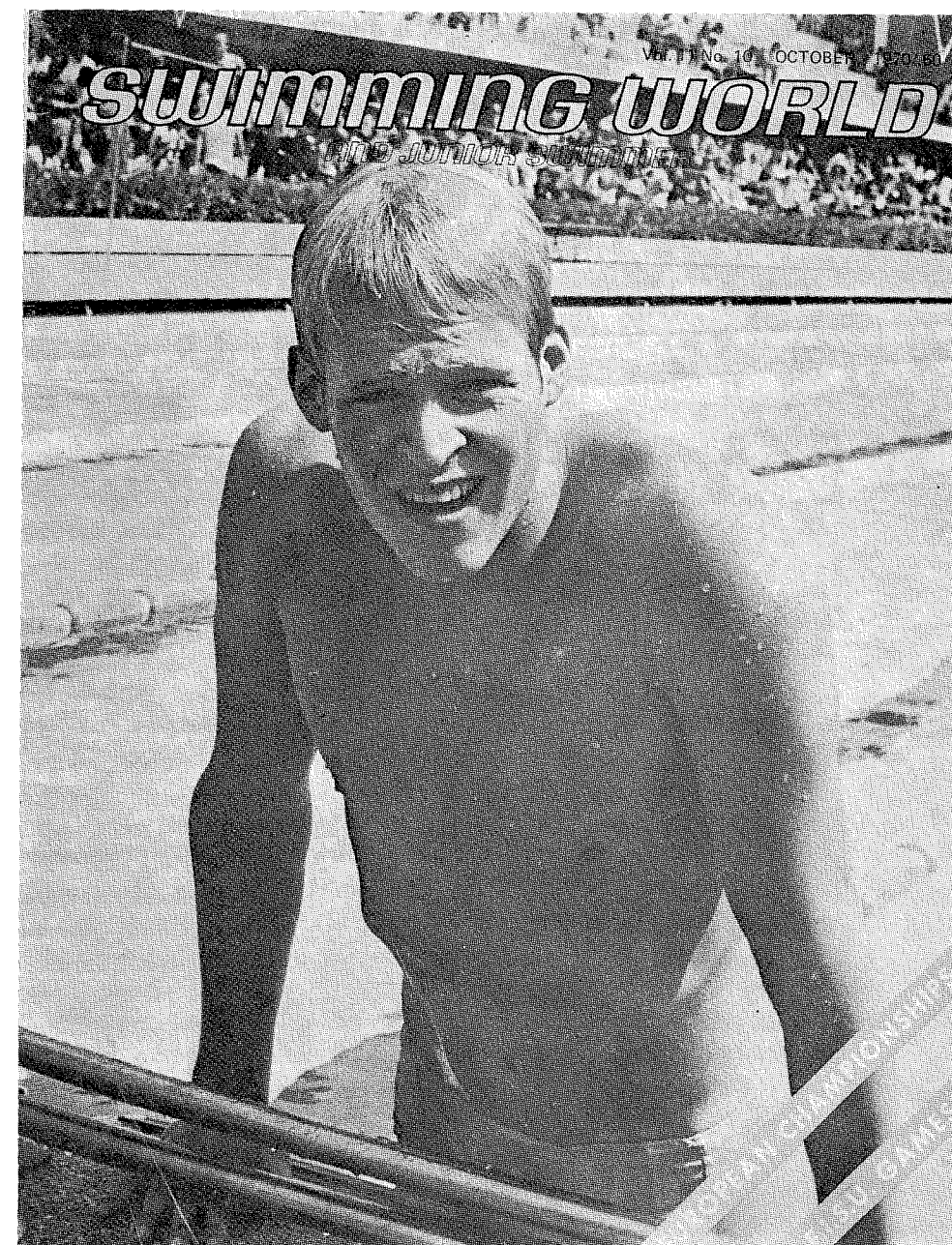
Pelé som etta betyder en historisk framgång för fotbollen, som aldrig tidigare haft en vinnare i en omröstning av det här slaget.

HERRAR

1) Pelé, Brasilien	79
2) Merckx, Belgien	73
3) Papanicolau, Grekland	41
4) Chi Chin, Kina	37
5) Larsson, Sverige	35
6) Rindt, Österrike	31
7) Alexejew, Sovjet	29
8) Matthes, Östfyskland	20
9) Clay, USA	15
10) Kinsella, USA	13

DAMER

1) Chi Cheng, Formosa	51
2) Court, Australien	36
3) Rosendahl, Västfyskland	23
4) Neufville, Jamaica	11
5) Turitschewa, Sovjet	9
6) Moras, Australien	8
Wetzko, Östfyskland	8
8) Pollak, Östfyskland	7
9) Jacot, Frankrike	5
10) Meyer, USA	4



Gunnar

slår

nya

rekord

Sport-

skrivarnas

bästa

på

26 år

För 26:e året i följd har Sportjournalisternas klubb i Stockholm nu röstat fram sin tio-bästa-lista, d.v.s. på traditionellt manér korat Sveriges tio bästa idrottsmän 1970. Inte oväntat toppas listan av SvD:s bragdmedaljör, världsrekordsimmaren och trefaldige europamästaren Gunnar Larsson, som därmed tilldelas Zingo-stipendiet på 5.000 kronor. Sim-Gunnar stod i absolut särklass vid omröstningen och hans sammanlagda poäng — 1.008 — är den högsta som uppnåtts under de 26 åren.

Gunnar Larsson blev med andra ord rekordman även i det här sammanhanget. Den tidigare högsta poängsiffran (1973) noterade Ricky Bruch när han vann fjolårets omröstning (Ricky blev sexa i år) och den närmast högsta (1941) protokollfördes för skidkungen Sixten Jernberg år 1964.

Gunnar Larssons namn förekom på samtliga avgivna 95 röstsedlar. Detta har tidigare endast förekommit en enda gång (Ricky Bruch i fjol). Men ett rekord till bokfördes SvD-bragdmedaljören för. Gunnar toppade sålunda hela 80 av de 95 röstsedlarna. Som en jämförelse kan nämnas att Bruch år 1969 toppade "bara" 64 sedlar, vilket ändå var rekord då.

Gunnar Larsson är alltså den mest suveräne fätmannen genom tiderna på sportjournalisternas "Tio-i-topp". Han var nu dessutom tvåa på 9 röstsedlar och hade ingen placering sämre än 5:e på någon av de 95 listorna!

Gunnars segerpoäng 1.008 understryker ytterligare överlägsenheten eftersom tvåan, Gösta "Fågelm" Pettersson stannade på 641 poäng och trean, brottningsvärldsmästaren Pelle Svensson på 611. Var det alltså jämnt mellan Gösta och Pelle så var det lika jämnt mellan fyran Hasse Börjes (557 poäng), femman Lars-Göran Åslund (528) och sexan Ricky Bruch (500).

Därefter var det ett större skuff till sjuan. Hasse Alsér (332 poäng), vilken närmast följdes av seglaren Stig Wennerström, fotbollsproffset Ove Kindvall och hockeymålvakten "Honken" Holmqvist.

Snudd på att komma in på listan hade kanotisten Lasse Andersson med 109 poäng mot "Honkens" 115 samt stavhopparen Kjell Isaksson (108).

11) Lars Andersson, kanot, 109, 12) Kjell Isaksson, friidrott, 108, 13) Björn Waldegård, motor, 105, 14) Göte Gård, skytte, 82, 15) Sören Nordin, trav, 56, 16) Bengt Åberg, motor, 17) Hans Bettembourg, tyngdlyftning, 18) Harry Källström, motor, 19) Reine Wisell, do, 20) Kjell Johansson, bordtennis, 21) Stellan Bengtsson, do, och Bo Larsson, fotboll.

Sistnämnda duo fick 10 poäng var. Därefter följde ytterligare 14 med ströpoäng.



Ulrika Knappe fångad i en ovanlig vinkel. Foto: Tore Ekholm, SNB.

Ulrikas 5:e årsguld efter bästa serien 5 poäng över EM-ettan

Toivo Öhman, vår f. d. storhoppare, har svårt att hålla masken efter Ulrika Knapes fantastiska serie vid SM i höga hopp. Hennes 336,25 är särklassigt personligt rekord.

— Vi visste att hon var bra, säger Toivo, men hon är otrolig. Det är lätt att garantera OS-medaljer för henne.

Nu är det naturligtvis svårt att göra jämförelser mellan en internationell tävling och ett SM på hemmaplan. Men poängen den här gången är fem högre än vad som behövdes för EM-guld i Barcelona.

Hon har redan en hög svårighetsgrad och har lyckats slipa stilen. Man räknar med att en simhoppare är som bäst vid cirka 20 år. Grenen kräver ju lång utbildning och mycket rutin. Men 15-åriga Ulrika har redan det mesta av det som krävs, plus att hon har en otrolig segervilja, en våldsam ambition att bli bäst.

Detta var hennes 13:e SM-titel, bara i år har det blivit fem. Och klubbkamraten Agneta Henrikson är helt chanslös, slagen den här gången med 70 poäng. Hon har tekniskt sett blivit bättre, men har för låg svårighetsgrad på sina

hopp.

Lika överlägsen var Tord Anderson i herrklassen. Toivo:

— Det är märkligt att han kan nå så fina resultat när han praktiskt taget inte tränar.

Tord läser vid Chalmers och satsar just nu helt på studierna. Träningen tar han på de få lediga stunder han har. Men "kronprinsen" Mats Lindberg från Karlstad fick trots allt besked om vem som var och är kung i grenen.

— Tänk vad Tord kunde gjort om han haft tid till hårdträning, suckar Toivo.

Expressen



Planerar Ni en bussresa
såväl inom som utom landet
vänd Eder med förtroende till oss
Moderna bussar i storl. 16—59 pers.

NÄSHULTA OMNIBUS AKTIEBOLAG

Kungsgatan 3 - ESKILSTUNA - Tel. huvudkontor 13 00 43, 14 40 65, 14 77 49
Efter kontorstid trafikförman 14 59 46 samt Svalboviken Telefon Eskilstuna 830 40



Nyforsgatan 9 — ESKILSTUNA
Telefon 13 20 66, 14 00 95

Filial:
Ekvallsgatan 2 — Telefon 13 36 63

AFFÄREN MED FÄRGSERVICE

BETALD
ANNONSPLATS

Årets 10 bästa

GUNNAR

FÖRSTÅS

MEN DET

HAR VARIT

DAMERNAS

STORA ÅR

1. Gunnar Larsson, MS
2. Hans Ljungberg, Timrå
3. Gunilla Jonsson, MS
4. Ulrika Knape, S 02
5. Eva Folkesson, Kristianstad
6. Tord Anderson, MS
7. Elisabeth Berglund, Sundsvall
8. Yvonne Brage, Skövde
9. Eva Wikner, Stockholms-Polisen
10. Agneta Henrikson, GKK

Gunnar Larsson som årets svenska simmare var en av de mest givna utnämningar en jury haft.

Däremot var det svårt fördela platserna mellan de övriga nio på listan över Årets tio bästa, en lista som i många år förekom hos Stockholms-Tidningen men som i juni debuterade i Simsport, som då presenterade första halvårets tio-i-topp.

Endast tre herrar finns med på listan, som innehåller de tre hoppare, som redan i juni fanns med.

Medleymedaljörerna från 200 på EM, Gunnar och Hasse Ljungberg, har följts åt i täten även nu. Gunilla Jonsson har, trots två EM-medaljer varav ett silver, fått stå tillbaka för Hasse.

Bäst i världen enligt simsportexperterna är på herrsidan Gary Hall, på damsidan Debbie Meyer. Efter vinterhalvåret föll vår röst på John Kinsella och Debbie.

Kinsella var ett hot även nu men fick ge vika för Halls allroundkunnighet och överlägsna rekord på 400 medley. Närmast 19-åriga Hall låg hans klubbkamrat från Long Beach — Gunnar Larsson! I vårt tycke.

Meyers närmaste konkurrent: Alice Jones, flickan som världsrekordsimmar på båda fjärrsdistanserna men som haft mycket små marginaler till sina konkurrenter.

Kraven i år för att komma in på vår egen Årets tio bästa har varit så höga som poängplats på EM.

Nya sedan förra gången är Gunilla Jonsson, Eva Folkesson och Elisabeth Berglund. Utslagna Thomas Johnsson, Sven von Holst och Anita Zarnowiecki.

Två EM-medaljörer, Anita och Eva Andersson, har exempelvis inte fått plats på tio-i-topp! Ett eftertryckligt bevis på kvaliteten i år. Tycker vi.

Dessa var de bästa efter första halvåret:

1. Gunnar Larsson, MS
2. Ulrika Knape, S 02
3. Tord Andersson, MS
4. Hans Ljungberg, Timrå
5. Yvonne Brage, Skövde
6. Agneta Henrikson, GKK
7. Thomas Johnsson, Skövde
8. Eva Wikner, Polisen
9. Sven von Holst, SKK
10. Anita Zarnowiecki, S 02

Förr hette vi
Eskilstuna sparbank
Sparbanken i Mariefred
Strängnäs sparbank

idag kallar man oss



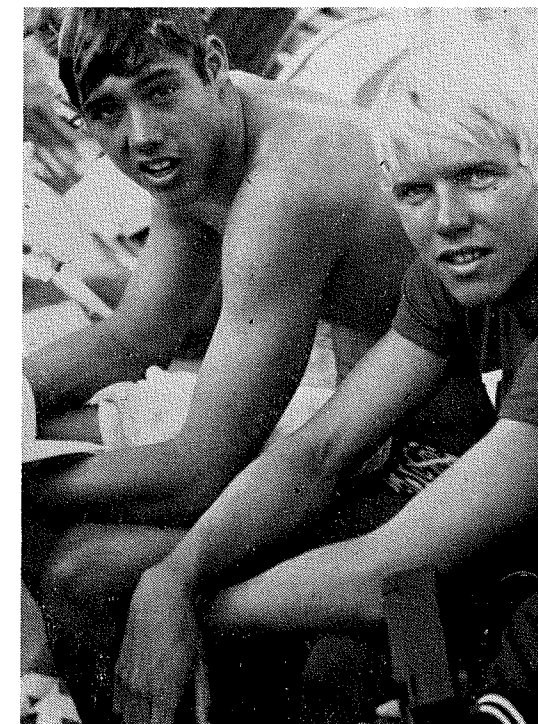
Sparbanken SÖDERMANLAND



GARY HALL

BÄST I VÄRLDEN

JONES DAMETTA



Världseffan Gary Hall (f. h.) tillsammans med ryggsimtälangen Mike Stamm.

Gunnar var given svensk simetta 1970, blev också Europas simmare 1970. Han korades till detta vid den omröstning, som gjorts av amerikanska fackorganet Swimming World.

När det gäller platsen som Årets simkung i världen fick dock Gunnar lämna över till Gary Hall, 19-åringen från Garden Gove i Californien och Indiana-universitetet.

Damettor: Världen: Alice Jones, USA. Europa: Gabriele Wetzko, DDR.

Hall vann omröstningen även 1969. Hans meriter i år: världsrekord på 200 medley 2.09,5 (slaget av Gunnars 2.09,3), 400 medley 4.31,0 och 200 fjärril 2.05,0. Han var bäste simmare vid amerikanska utemästerskapen i Los Angeles, en världsstjärna även i ryggsim och frött.

Alice Jones, 18, kommer från Pepsi Marlins i Cincinnati. Hennes stora meriter är de amerikanska mästerskapen på båda fjärrilssträckorna plus världsrekorden 1.04,1 på 100

och 2.19,3 på 200. Det var Ada Kok, holländskan, som fick lämna ifrån sig sina noteringar.

I kommentaren till omröstningen heter det om Gunnar Larsson:

"Han var den särklassige simmaren vid europamästerskapen".

Meriterna behöver inte upprepas.

Wetzko, 16, var årets snabbaste simmerska med 59,3 på 100 och 2.08,2 på 200, båda resultaten europarekord. I lagkamp har hon presterat 58,2, dvs. långt under Dawn Frasers redan legendariska 58,9. Östtyskan var även i fjöl dametta i Europa.

Simmare och hoppare från nio nationer korades till årets "man" på respektive distanser och gren. "World Swimmers of 1970" som det heter i Swimming Worlds officiella papper blev:

"World swimmers of 1970"

HERRAR

100 frött	Mark Spitz, USA
200 frött	Mark Spitz, USA
400 frött	Gunnar Larsson, Sverige
100 frött	John Kinsella, USA
1500 frött	John Kinsella, USA
100 rygg	Roland Matthes, DDR
200 rygg	Roland Matthes, DDR
100 bröst	Brian Job, USA
200 bröst	Brian Job, USA
100 fjärril	Mark Spitz, USA
200 fjärril	Gary Hall, USA
200 medley	Gunnar Larsson, Sverige
400 medley	Gary Hall, USA
Svikthopp	Georgio Cagnotto, Italien
Höga hopp	Klaus Dibiasi, Italien

DAMER

100 frött	Gabriele Wetzko, DDR
200 frött	Gabriele Wetzko, DDR
400 frött	Debbie Meyer, USA
800 frött	Karen Moras, Australien
1500 frött	Debbie Meyer, USA
100 rygg	Susan Atwood, USA
200 rygg	Susan Atwood, USA
100 bröst	Galina Stepanova, Sovjet
200 bröst	Galina Stepanova, Sovjet
100 fjärril	Alice Jones, USA
200 fjärril	Alice Jones, USA
200 medley	Yoshimi Nishigawa, Japan
400 medley	Susan Atwood, USA
Svikthopp	Cynthia Potter, USA
Höga hopp	Milena Duchkova, Tjeckoslovakien



Industri tryck
LENNART ERICSON

Reklam- & Blankettryck

Kriebsensgatan 13 — ESKILSTUNA
Telefon 13 03 25



**ESKILSTUNA NYA
BEGRAVNINGSBYRÅ**
Sam Andersson · Kyrkogatan 1

ESKILSTUNA: telefon 13 09 96
telefon 13 10 80
Efter affärstid telefon 13 09 96
TORSHÄLLA:
omb. A. Sjöström telefon 560 06
STRÄNGNÄS:
Trädgårdsgatan 21 telefon 102 90
MARIEFRED:
Trädgårdsgatan 21, Strängnäs telefon 0152/102 90
MALMKÖPING:
Kyrkogatan 1, Eskilstuna telefon 016/13 09 96

GRAVVÄRDAR - BOUPPTECKNINGAR

När det gäller KÖRKORT

— anlita alltid

**GUNNARS
TRAFIKSKOLA**

Köpmangatan 35
ESKILSTUNA
Telefon 016/13 67 16 ankn. bost.
Telefon 14 83 16



ESKILSTUNA
Torshällavägen 41
Telefon 14 10 10, 14 10 11

APOTEKET KRONAN

KUNGSGATAN 8

ESKILSTUNA

TELEFON 016/13 00 62

Jourhavande apotek

VÄRME - OLJA - GAS - SANITET

Noggrant utförande

Snabb service

Aukt. rörledn.-entrepr. för

Eskilstuna och Torshälla

**AB Rörledningsfirma
EDVIN PETTERSSON**

Torshälla — Telefon 554 01
Vikingagatan 4 — Eskilstuna
Telefon kontor 016/13 08 70 — 13 27 65

KVALITÉKAROSS

Böcklinge Stora Sundby

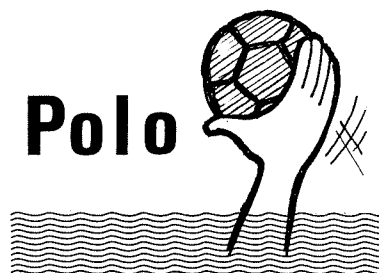
Telefon 640 61

Postgiro 13 45 65

Karosserier av alla slag

**BETALD
ANNONSPLATS**

Polo



När SKK-spelarna på måndagsvällen den 30:e november steg upp ur Tasmajdans bassäng hade man inte bara infriat de högt ställda förväntningar, som en spel- och resultatmässigt fin SM-höst hjälpt till att underbygga utan även svarat för den bästa insatsen av ett svenskt pololag sedan 1950, då Sverige tog silver i EM. För det omdömet svarade den gamle storspelaren Björn Branelius, som från bassängkan-ten följde SKK:s väg till Europa-cupfinalen.

Trots att Fru Fortuna gynnat ett svenskt pololag genom att placera SKK i den lättare av de två semifinalgrup-

matchen fördes från första simtaget i högsta tempo. Första perioden var helt jämn och lagen bokfördes för varsitt mål, det svenska gjort av Edgar Ingelsson, som under hela turneringen spelade mycket bra. I andra perioden började så Partizans tyngd att fälla utslag, SKK-markeringen blev inte lika konsekvent genomförd och konträngarna inte lika vassa och genast var Partizan i ledningen med 3—1. I slutsekunderna fick dock Lars Fjærstad fullträff på bollen med jugoslavisk centring som följde.

Andra halvan av matchen blev inte lika jämn, mycket beroende på att den

sitt handikapp spelade som kanske aldrig fullförne.

Partizan, som inte gav vare sig bulgarer eller greker någon chans, blev gruppsegrare och genom lottdragning utsågs Belgradlaget till arrangör av finalen den 18—20 december. Detta gör att Partizan måste hållas för favorit före Mladost, Zagreb och Dynamo Moskva. Det vore alltför djävt att tippa att SKK skall kunna rubba dessa tre, men osvuret är bäst. Men hur det nu än går kvarstår det faktum, att ett svenskt pololag för första gången på mycket länge kämpar i den absoluta toppen och man får hoppas, att detta

Europacupsfinal för Kappis

perna, blev det ingen dans på rosor för stockholmslaget. På denna nivå vinnas inga lätta segrar, ett påstående som eftertryckligt besannades redan från början av det bulgariska laget Academia. Det hårdföra men kanske inte så simstarka Sofialaget gick ut hårdast och kunde också ta ledningen med 1—0. Men sedan Edgar Ingelsson kvitterat och Tommy Danielsson gjort 2—1 började man skymta chanserna till en svensk seger. Kappis kunde också öka ledningen genom Lars Fjærstad, sedan Bert Svensson lurat två motståndare och på så sätt ställt Lars ensam med målvakten. Academia reducerade dock och hade även chans till kvittering på ett straffkast, men Robert Hernadi ville annorlunda och mirakulöst nog fick han handen på Tomovs hårda och välplacerade skott. Strax efter drogs rullgardinen definitivt ner för bulgarerna då Pelle Carlsson med ett snabbt skott överraskade målvakten. 4—2 och endast ett par minuter kvar att spela. Dessa utnyttjade dock bugarna till att fastställa slutresultatet till 4—3.

I turneringens sista match kunde SKK säkra den heft eftertraktade finalplatsen genom att spela oavgjort mot Ethnikos, 3—3. Den italienske domarens något underliga bedömning ledde till en ny utfoulning, denna gång var det Tommy Danielsson, som redan i början på andra perioden fick följa matchen från bänken. Lyckligtvis spelade Rune Johansson på toppen av sin förmåga och han understöddes fint av uteförsvaret, varför grekerna oftast fick se sitt numerära överläge utnyttjat. De svenska målen gjordes av Edgar Ingelsson 2 och Thomas Fjærstad.

En eloge måste utdelas till Pelle Carlsson, som ersatte de utfoulade spelarna på ett sådant sätt, att någon egentlig försvagning inte kunde märkas. Även Bert Svensson måste framhållas, som under turneringen led av en elakartad maginfektion, men trots

kan bli signalen till en framryckning på bred front för svensk vattenpolo.

Resultat:

SKK — Academia 4—3
Partizan — Ethnikos 11—3
Partizan — SKK 8—4
Academia — Ethnikos 5—3
SKK — Ethnikos 3—3
Partizan — Academia 7—3

1. Partizan	3	3	0	0	26—10	6
2. SKK	3	1	1	1	11—14	3
3. Academia	3	1	0	2	11—14	2
4. Ethnikos	3	0	1	2	9—19	1

"Twin"

I nästa nr:

**Stor rapport
från finalen**

TAPETSHOP AB

Köpmangatan 66

633 40 ESKILSTUNA

— Specialaffären i tapeter, färg och

golv med personlig service —

där allt är tillrättalat för våra

kunders bekvämlighet och trivsel.

Modern exponering

Sakkunnig hjälp — Lätt att välja

Telefon 11 46 95 — 11 86 95

AB EBÖ:s METALLGJUTERI

Telefon växel 13 74 85

ESKILSTUNA

Aluminiumgjutgods

Specialité:

Kokillgjutning — Pressgjutning

Luftventiler — Sopnedkastluckor

GOTT TILL VARJE MÅL:

Matbröd — Kaffebröd — Skorpor —

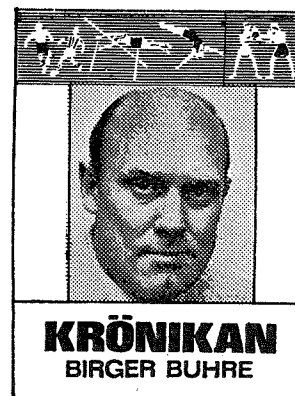
Konditorivaror — Småbröd



ESKILSTUNA

Telefon växel 016/13 75 10

BETALD
ANNONSPLATS



ÖSTTYSKA UNDRET

De har lånat från oss

När rusningen till de svenska simklubbarna sätter in på höstkanten får vi nyinskrivna medlemmar, som till största delen kommer från simskolorna. Vi konstaterar därvid hur svårt de flesta har att andas ut i vattnet. Och att många blundar när huvudet doppas i vattnet.

Jag vill inte kritisera de svenska simskolorna, ännu mindre påstå att vi är inne på fel väg, när vi har bröstsimmet som elementärt simsätt. Vi har en säker metod för att skaffa så många som möjligt en hygglig simkunnighet på relativt kort tid. Och simskolorna i kommunal regi fungerar ju inte i första hand för att leverera medlemmar till simklubbar. Har ett eget och bredare ändamål.

Jag är definitivt emot en tanke, som vädrats då och då av simtränare, nämligen att vi skall kopiera den amerikanska metoden och börja med crawl vid mycket låg ålder. Det kräver individuell undervisning, är en dyrbar historia, och ger i de flesta fall till resultat ett slags osäkert hund- eller kattsim. Att USA har 500.000 vältränade, bra utbildade, registrerade simklubsmedlemmar är en sak för sig. Den vuxne genomsnittssamerikanen simmar mycket sämre än herr och fru Medel-Svensson. Jag har haft tillfälle att jämföra badlivet i amerikanska och svenska hotells "swimmingpölar". Där vinner vi stort på poäng.

Däremot finns det mycket i den östtyska grundskolan (där man gärna börjar med att låta barnen få bort rädslan för att se i vattnet) som vi från simklubbshåll skulle propagera för att få in i de kommunala svenska simskolorna. Jag menar fortfarande inte att dessa skall ändra sin bevisligen säkra stil, men kanske till några procent komplettera nuvarande system med en och annan ny impuls. För övrigt pågår ju tack vare bl. a. Börje Tolgfors en successiv förnyelse i utbildning av simlärare. Simfrämjande-direktören Henry Runströmer påpekar t. ex. att Tolgfors är anhängare av linjen att simskolorna skall acceptera det bentag, som sedan kan användas i tävlingsimning. Varmed så småningom ett gammalt kärt tvistämne från tidigare simtränarekonferenser skulle kunna läggas till handlingarna.

I Östtyskland, där man har ryggsimmet som elementärt simsätt består ofta de första lektionerna i att direkt börja leka i vattnet, bli god vän med det främmande elementet. Man använder följande tidtabell (enligt den facklitteratur, jag haft tillgänglig):

1. Att lära att doppa sig i vattnet (utan att blunda). 2. Hopp i vattnet, till en början "på fötterna" och på vattendjup, där man bottnar. 3. Glidövningar med avspark från bassängkanten. 4. Rörelser i vattnet. 5. Den medvetna andningstekniken.

Mycket lektonade övningar. Många prylar i glada färger, celluloiddjur, som man jagar, ringar som man promenerar genom under vattnet. Man får gå på grunt vatten och "känna" armdragen. Gå framåt, men dra bakåt. O.s.v.

Via ryggsimsbenspark till en början med huvudet på en platta bygger man sedan successivt upp simfärdigheten och uthålligheten i vattnet.

Trots att vi får in simkunniga, bröstsimsutbildade barn, i våra klubbar, kan

ett och annat av detta plockas in i de första träningstimmarna, så att de blir roligare och så att man lättare kommer fram till andningstekniken. Målet på lång sikt: Ännu mera samordning mellan simskolorna och simklubbarnas verksamhet på lägstadiet.

Efter att ha tränat in simkunnighet på rygg är de östtyska barnen i första skolåren framme vid (när det gäller teknikundervisning) ganska avancerade program. Ur Gerhard Lewins bok vill jag citera två för detta klientel, som då tidigare använt en del av de mekanikövningar som beskrivs i föregående nummer av Simsport.

Aufgabe 1 (Uppgift 1, stomme i simundervisningen från höstterminens start till juluppehållet).

Övning	Kvantitet	Teknisk anvisning
Ryggsim	1. Bentag med platta 50 m 2. Bentag utan platta 20 m 3. Sammansatt ryggsim 25 m 4. Ryggsimsstart	Höfterna sträckta Armarna drar och pendlar med vid sidan om kroppen Bind ihop arm- och benrörelserna utan pauser
Crawl	1. Bentag med platta 25 m 2. Sammansatt crawl utan andning 6 m T3. Sammansatt crawl med andningsteknik 25 m	Sätt in andning, genom halsvridningar åt sidan Sätt i armen framför skuldran Kolla främst den riktiga inordningen av andningen i rörelserytmen
Fjärilsim	1. Hoppfjäril (beskrivet i förra Smmsport) T2. Delfinkick i ryggläge utan platta 8 m 3. Delfinkick i bröstläge med platta 5 m	Framåt och bakåt Händerna understöder genom att "paddla" vid sidorna. Höften trycks uppåt till vattenytan Inga pauser i "nedre vändpunkten"
Hopp	1. Fothopp 2. Fallövningar T3. Starthopp (i grovform)	Från bassängkant och 1-meterssvikt Framåt och bakåt Grodhopp som förövning

Andra avdelning (januari-påsklovet) rymmer längre sträckor (200 crawl/bentag med platta som längst), ökad svårighetsgrad, nya tekniska anvisningar. För t. ex. fjärilsimsben i ryggläge: "Håll överkroppen så stilla som möjligt". I den tredje utbildningsavdelningen (påskvårterminens slut) bygger man kring detta program.

ESKILSTUNA SKROT AB VILSTA Telefon 016/vxl 13 78 75, 13 19 90 endast rikssamtal IMPORT- & EXPORTAFFÄR Köper och säljer stickylle, lump, järn och metallskrot, rör, spislar, kaminer samt maskiner	När det gäller KÖRKORTET Ring 0277/112 23 KUNGSÖRS TRAFIKSKOLA
HELMER GUSTAVSSON Vagnfabrik Höganäs Pa Kjula Telefon Eskilstuna 016/910 82 Spec.: Lastbilsbyggnationer och tippvagnar	Kemisk tvätt och press FIRMA KLÄDPRESS B. Nordh Storgatan 28, telefon 0152/114 14 Bondegatan 4, telefon 0152/105 94 STRÅNGNÄS Auktoriserad kemtvätt
NÄSSÉNS PENSIONAT Innehavare: Ulla och Ulf Lundin Nygatan 37 — Telefon 0152/100 77 STRÅNGNÄS Härligt läge — God mat Resanderum med bra bäddar Beställningar till luncher, middagar och supéer emottages	Välkommen till en välsorterad JÄRNHANDEL MARTINS JÄRNHANDEL AB Storgatan 24 — STRÅNGNÄS Telefon 100 37, 109 79
ESSO BENSINSTATION Västervikshamnen — STRÅNGNÄS Service — Kiosk — Bensin — Oljor — Gasol	

Övning	Kvantitet	Teknisk anvisning
Rvagsim	1. Sammansatt ryggsim på tid 50 m T2. Sammansatt ryggsim på tid 400 m 3. Höga vändningar (alltså ej voltvändningar)	Tävlingsmässig start Krav för godkänt: 15 minuter. Start och vändningar så tävlingsmässiga som möjligt Med övergång till simrörelser
Crawl	1. Sammansatt crawl på tid 25 m T2. Sammansatt crawl utan tid 100 m 3. Höga vändningar	Om möjligt med växelsidig inandning (s. k. tretakt?) Förövningar. Vridning kring hela kroppaxeln. Kraftiga avsparkar
Fjärilsim	T1. Delfinkick i bröstläge med platta 25 m 2. Delfinkick utan platta 10 m 3. Hoppfjäril	Avbryt inte rörelserna vid inandning Armarna löst framåtsdränkta Efter varje avstamp från botten 1 à 3 armtag
Bröstsimsim	1. Benkick med platta 50 m T2. Sammansatt bröstsimsim 25 m	Tränaren använder tillrop (se förra Simsport) för att få fram kraftinsatsen på rätt punkt Kolla andningsrytmen
Hopp	1. Starthopp (finform) T2. Fothopp från 3 meter 3. Huvudhopp från 1-meterssvikt	Med övergång till crawl eller bröstsimsim Fast kroppshållning

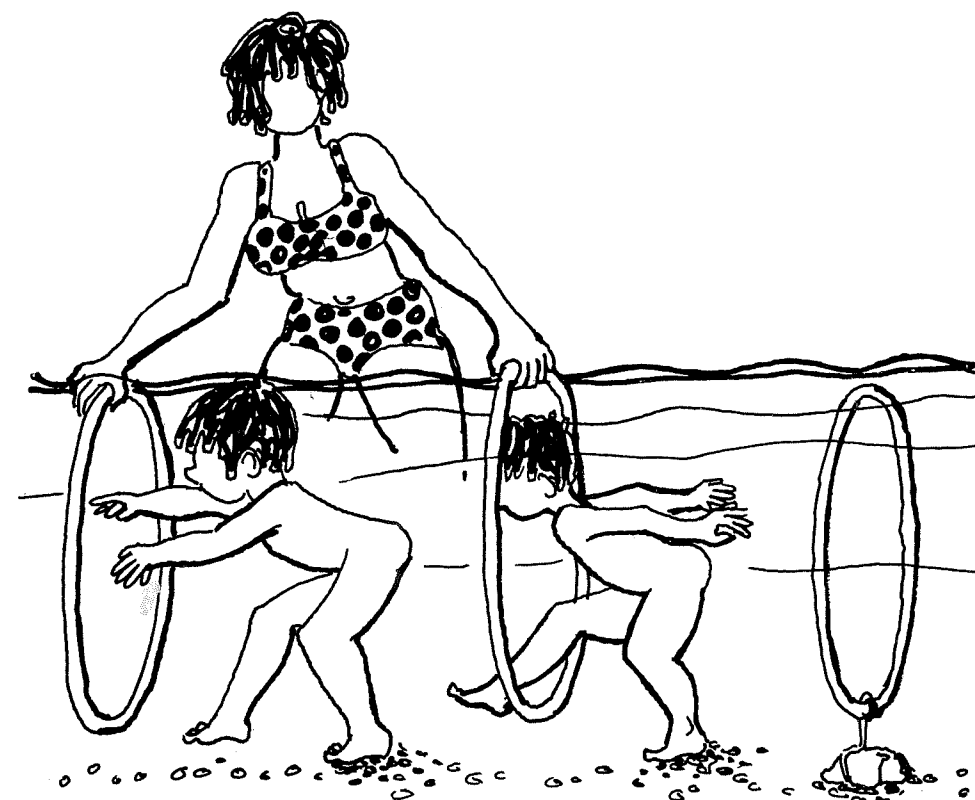
En intressant poäng är bokstaven T framför vissa övningar (sammanlagt 14 i de tre programtyperna, av vilka två här redovisats). Det betyder testövning för de simmärken, som DDR:s simförbund utformat och som avser att ge innehåll åt breddträningen på lägsta- och högsta nivå samt psykologiskt icke oviktiga uppgiften "Nära mål".

Uppslaget har östtyskarna kring 1960 hämtat från... Sverige!!

Idén kommer från våra järn-, brons-, silver-, kandidat- och magistermärken, d.v.s. den provtagning som i dag i stort sett ligger utanför våra simklubbar, men fortfarande är mycket populär och stimulerar till väl så mycket simverksamhet som vår tävlingsövning. Östtyskarna har smart byggt i den i sin klubbträning och i skolorna, omformat den så att proven ansluter till enklare former av teknikundervisning. Det är bl. a. därför jag betecknar den östtyska simträningen på lägsta- och högsta nivå som betydligt mera lustbetonad än vår egen. Det är dags för oss att "stjäla tillbaka", och om möjligt utforma det östtyska uppslaget, som nu begagnats i många år och kanske fått lite "mossa" på sig, ännu bättre än vad våra vänner simledarna i DDR gjort.

Det är troligt att de två här citerade träningsprogrammen för nybörjare präglade av typisk tysk grundlighet, förefaller svenska siminstruktörer för "plottiga" och för "mjuka". Hårdhetsgraden är dock lätt att öka genom att man **upprepar** övningen några eller flera gånger. Dessa östtyska program blir också mindre "plottiga" i praktiken, därför att man vid simträning i skolor och klubbregi förfogar över bättre bas-sångutrymme (än i varje fall de svenska större städerna) och framförallt därför att man betjänar sig av flera övningsledare (minst två för en grupp på maximalt 15). Den sistnämnda tillgången har

man tack vare sin facklitteratur i nybörjaresimning (som ännu egentligen saknas hos oss). Kurser förslår inte att utbilda så många övningsledare som skulle behövas i välskötta simklubbar. Frapperande hos östtyska simklubbar, är de många övningsledarna i medelåldern. Som lärt in sina kunskaper.



Att också observera: Träningsprogrammen gäller träning av den stora bredden, där många aldrig siktar på tävlingskarriär, vill lära sig njuta av simidrott som motion. Talangerna torde tidigt separeras till "hårdare" program. Från säker källa fick jag uppgiften. För talanger i 7—8-årsåldern 2000 m **varannan dag plus** mycket gymnastik för att den vägen få in rörelsekänsla och även öka styrkan.

I vår nuvarande svenska situation (som vi gemensamt skall sträva efter att förbättra) kan vi hämta **impulser** från östtysk simning och sedan "råöversätta" dem till svenska. Själv försökte jag vid igångsättning av ett träningsläger för 8—13-åringar i min klubb (alltså ett styrkemässigt ganska heterogent klientel, där dock samtliga hade tävlings-simmat, ingen dock i Sum-Sim-final-klass) att göra ungefär så här:

Jag räknade inte meter, bestämde endast att vi skulle hålla i gång minst en timme (det blev dock mera, någon gång sju kvart), göra det något enligt modellen anspänning-avspänning, men mest anspänning eftersom det rörde sig om ett tävlingsklientel, låt vara inte så framstående. De mindre skulle ha rätt att bryta före de större, men ingen gav sig förrän tidigast efter 50 minuter.

1. Uppvärmning på land med sex gymnastikövningar, både teknik och styrka, cirkelmetoden d.v.s. sex stationer.

2. Som inledning i vattnet och huvuddel ett stort bensims-block. Inget hårt tryck de första tio minuterna. Men tekniskkrav. Bl. a. utandning i vattnet etc. (se tidigare redovisning). Igångsättning och avblåsning av övningarna med viselpipa. Uppgiften mättes nämligen inte

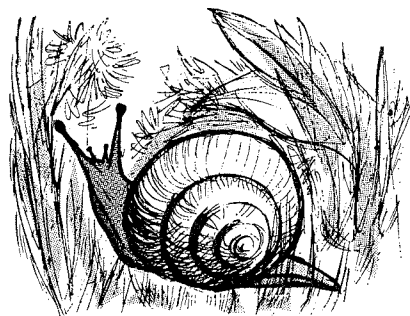
ALLT I LIVSMEDEL

ICA-FYREN

Skogsängsgatan 4

ESKILSTUNA

Telefon 016/13 46 45



HAN KAN BÄRA SITT HUS MED SIG
MEN DU MÅSTE LÄSA DITT...



MED ETT SÄKERT LÅS
ETT ASSA LÅS
DÅ KAN NI KÄNNA ER LUGN
VAR SÅ SÄKER

AUG. STENMAN AB

SKF

STÅL

PRESSARGATAN 14

TELEFON 016/14 70 90

ESKILSTUNA

ELEKTRISKA INGENIÖRSBYRÅN

Civilingeniör A. Severin

Tegelbruksgatan 24 — ESKILSTUNA

Telefon växel 14 74 10

Tekniska och ekonomiska utredningar
Kraft- och Driftfrågor
Förhandlingar - Leveransprogram - Kontroll
Revisionsbesiktning för
Svenska Brandförsvarsförbundets elektr. nämnd



FÖRSVINNANDE GOD PRIPPBRYGGERIERNA AB

ESKILSTUNA

UNGDOMAR

vägen till körkortet går genom

EKMANS TRAFIKSKOLA

Rademachergatan 16

ESKILSTUNA

Telefon 016/13 08 07

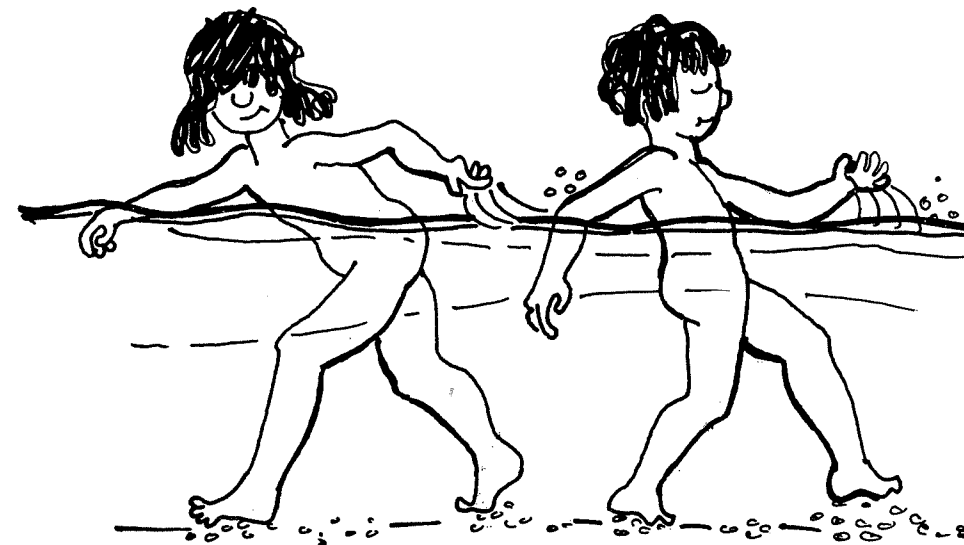
i meter utan i sekunder och minuter (positivt, biprodukt: ungen kollar hur långt han hinner nästa gång på t.ex. en minut). Räkna man meter får de svagare arbete längre i tid än de starkare, som får längre pauser. Olika perioder från 30 sekunder (fjärilskick med ordern: oavbruten rörelse med andningskrav) till fem minuter (bästa sim-sättet). Stegning och nedvarvning. Tävlingsmomentet infördes på något ställe i detta avsnitt, mycket enkelt, och då fick man tillfälligt släppa något på teknikkravet: den svagare delen av gruppen fick 25 meters försprång före den starkare. Övningen avslutad, för den svagare när han blivit kappsimmad av den bästa. För de starkare, när de jagat fatt minst fyra svagare. (Gruppen var cirka 20.) Detta kan lätt varieras med andra uppgifter.

3. Sammansatt simning med betoning på armövningar (lätt beninsats). Hade tillgång till en hel 25-metersbassäng. Lät de yngsta simma på bredden, de bättre på längden. I varandras pauser. Eller lade den lättare övningen på längden, den svårare på bredden. De mest använda övningarna här var två: 1. Sammansatt crawl, tonvikt på armarna och med uppgift att gå så långt som möjligt utan andningsmoment, och vid först inandning hämta luft med snål halsvridning åt den bassängkant, där tränaren stod (d.v.s. varannan gång vänster- varannan högerandning). 2. Fjärilssim med individuella uppgifter efter skicklighetsgrad ur det övningsför-råd jag redan beskrivit. De allra svagaste fick då hålla till på grunda sidan för att idka "hoppfjäril". Serien kunde omfatta 20—40 repetitioner. I två, tre eller fyra "set". 1000 meter alltså för de allra bästa.

4. Avspännande moment som bestod i partnerövningar för ryggsimsamtaget (se föregående nummer) avslutat med en långd sammansatt ryggsim. Samt glidbröstsims: Uppgiften att klara en längd på så få bröstsimstag som möjligt.

5. Anspänning i form av bensimslag-kapper eller bensimstävling. Variations-möjligheter. Tio lag med två simmare i varje. Simmarna får upprepa sina två längder sex, åtta eller tio gånger. Den starkaste paros ihop med den svagaste o.s.v. Det blir alltså i praktiken 10×50 m, bensim "i varannan" eller 10×cirka 25 om man simmar på bredden. En något mjölksyrebetonad träning, som enligt senaste rön inte skall överbetonas för lågstadiet. Därför gav jag hellre denna uppgift: Den svagare delen av gruppen skall simma åtta längder, den starkare tio. (Eller fördelningen 10—12 etc.) De i grupp I som inte blir varvade och de i grupp II, som varvar minst fyra (siffran kan varieras) i grupp I är segrare. Förlorarna får ståda, d.v.s. plocka in plattor och linor. En annan form av "prisutdelning": Fem armhävningar för segrarna, tio för förlorarna. Men någon gång (inte för ofta) ett gladare pris till segrarna (en choklad-bit eller läsk).

6. Avslutning: Lek, vändningar, starter för de mindre garvade. För de bästa påbackning med konditionsbetonad träning. Sammansatt simning med aktgi-



vande på tekniken för de stilsäkrare, bensim på platta för de fortfarande stilosäkra. 200—1000 meter allt efter skicklighetsgrad. (Östfyske storsimmaren Frank Wiegand berättade mig i Stockholm 1966 att i 11—12-årsåldern bestod hans huvudsakliga träning ett par somrar av 3×1000 bensim på platta, därför att tränaren hade för litet tid för honom!

"Nära-mål-märke"

Vad jag tror att vi närmast skall hämta ur östfysk simning är att få i gång ett "Nära-mål-märke". D.v.s. vi skall i god tid i den ökade konkurrensen om själarna bekämpa ett problem, som många simklubbar omvittnat. Stor avgång av yngre medlemmar, många redan efter mindre än ett år, därför att vår breddträning är för "tråkig", fabriksmässig, "preussisk". Och vi vet hur viktigt det är att hålla medlemsiffrorna höga. I den riktning den statliga idrottsutredningen arbetar kommer simklub-barna främst att kunna förstärka sin ekonomi genom att beakta sina s.k. sociala uppgifter, hålla i gång och fånga in många ungdomar.

Eisten Carnegård, som under snart ett år dagligen praktiserat de östfyska lär-domarna, fick uppdraget att vid träna-rekonferensen i maj lägga fram förslag om ett "Nära-mål-märke". Ärendet blev bordlagt, är det fortfarande. Ingen skugga på någon part. Tränarerådet har verkligen enligt min mening lyckats utomordentligt, trots att det varit över-belastat av många viktiga uppgifter, av vilka några så småningom nog måste delegeras.

Carnegård's förslag innehöll 35 prov (många var teknikoövningar som beskri-vits i denna artikelserie) hade en **me-lodi Teknik-Lek**. Det är väl troligt att flera fann skissen komplicerad. Det gjorde jag också vid första påseende, men har ändrat uppfattning sedan jag fått tillräcklig tid på mig att sätta mig in i hur det hela fungerar. Och det har fun-gerat! Carnegård har satt i gång i sin

egen klubb och 125 icke-tävlingsamma-re är snart klara med märket och de 35 proven, har fått innehåll i hela sin hösttermin (naturligtvis med mycket träning bredvid provtagningen).

Alla fyra samsätten ingår, benövning-ar överväger, allt i enlighet med våra synpunkter i föregående artiklar. Sträck-korna är korta högst 25. Simsätten blandas för att få omväxling. Det sista ryggsimsprovet har nr 29, det sista frisimsprovet 30, sista fjärilssimmet 32, sista bröstsimmet 35.

I Malmö Simsällskap nyanställdes Clas-Göran Widén (f. d. Andersson och mest känd som tidigare fjärilssimmarer av landslagsklass) har också utarbetat ett Nära-Mål-Märke. Sim-certifikat kallar han det, där provtagningen började i slutet av november för vårt breda klientel av icke-tävlingsamma. Clas-Gö-rans verkligt fiffiga idé i sammanhanget är att märket kan förse med fyra streck i olika färger, som markerar när man avlagt samtliga prov i ett samsätt. Det första får man efter 13:de provet, då ryggsimmet är klart, det andra efter 23:de, d.v.s. sista frisimsprovet o.s.v.

Clas-Göran bad om mina synpunkter innan han själv efter sin uppfattning gjorde den slutliga utformningen. Jag hade då haft tillfälle att konferera med "testpilot" Eisten och höra vad han efter fyra månaders praktisk erfarenhet skulle vilja ändra. Jag föreslog sedan Clas-Göran att använda melodin — **Teknik-Lek-Kondition**, d.v.s. låta några prov omfatta längre sträckor, ville gå upp till 400 m med några prov (frisims-ben eller sammansatt bröstsim). Clas-Göran anslöt sig till Eistens "pionjär-arbete" genom att också fastställa pro-vens antal till 35 för vårt märke.

Stockholms KK är enligt Bosse Alm på gång med ett Nära-mål-märke där färre prov ingår. Man måste givetvis in-rätta sig efter sin situation, när det gäller bassängutrymme och tillgång på övningsledare. Även i andra klubbar har något liknande börjat fungera. Jag tror inte vi lika villigt kan låta oss uniformeras i klubbträning som östfys-karna gör på lågstadiet. Därför tror jag att lösningen på införandet av Nära-

Företagare och enskilda
Överlämna Edra transportproblem till

TRIOFRAKT

Kranbilar med 7 tons lastförmåga
Lyftkran 1 ton, lyfthöjd 3,5 m

KUNGSÖR Tel. 102 25 - ARBOGA Tel. 150 50
KÖPING Tel. 125 00

ARBOGA INDUSTRI-SERVICE AB

V o I Helwig

Kontor: Västermovägen 20 D, ARBOGA

Telefon 146 65

Fabrik: Norra Ågatan 30

Montage — Maskinreparationer — Svarvning
Fräsning — Konstruktioner — Svetsning

Billiga DÄCK året runt

Nya och regummerade

Bl. a. full sortering av DUNLOP MICHELIN i lager

Fullständig däckservice

REGUMMERINGSCENTRALEN I ARBOGA

Elon Larsson

Centrumleden 12 — Telefon 146 75

ARBOGA

mål-märken i de svenska klubbarnas breddverksamhet (där vi så småningom utan förnyelse kan vara "out") skall följa denna tidtabell.

1. Första märket, klass I, utformas i klubbregi. Tips kan inhämtas från de klubbar som redan är i gång och har viss erfarenhet. Initialkostnaderna kan nedbringas genom att två eller flera klubbar (MS och GKK har gjort så) enas om utseendet på märket och gör gemensamma beställningar (i själva verket blir märket sedan en inkomst för klubben genom försäljningen). Varje klubbs tränare stimuleras av valfriheten. Teknik-lek som melodi? Teknik-Kondition? Teknik-lek-kondition? Min egen (och i dag även Carnegårds röst) för det sistnämnda.

2. Nära-mål-märken, klass II, III ev. IV utformas av centrala organ i Simförbundet, auktoriseras antingen av tränarerådet eller utbildningskommittén. Proven färre (avgången av nybörjare efter ett år skall då ha nedbringats), tidskrav på olika uppgifter.

Och så bokför vi slutligen att vi i årets sista stora uppgift, ungdomslandskampen mot Östtyskland (56-år eller yngre) förlorade med 75—155. Det är ingen plump i protokollet på ett lysande svenskt simmarår, som förgylldes främst av EM-medaljer och världsrekord. Visserligen kan vi beträffande dessa notera: 1. Lars-Erik Paulssons personliga matchning av Gunnar Larsson sedan 1963 kunde fullföljas till dessa höjder tack vare ett mycket välplanerat USA-år. 2. Gunilla Jonsson om sitt sensationella silver: De sju USA-veckorna på toppen var nödvändiga. 3. Bronsmanen Hasse Ljungberg hade längsta amerikanska utbildningen av samliga våra simmare innan Timrås tränare och våra landslagstränare fullföljde förtjänstfullt. Jag tror trots dessa icke oviktiga påpekanden om "undret i Barcelona" att tränarerådet på lång sikt kan realisera sin målsättning: en svensk träningslinje, som ger ett starkt landslag.

På vägen dit omformas och smältes utländska impulser, men helst bara från de allra bästa. Östtysklands standard i ungdomssimning är enorm ("världens bästa simnation i förhållande till folk-mängd, säger Peter Daland). De våra simmade ju utmärkt, kring eller bättre än sina personliga rekord i denna ungdomslandskamp (Hudiksvall-Ekman, 13 år, 2.05,2 på 200 fritt i lagkappen!) Och detta ungdomslandslag skulle slå de flesta av sina motsvarigheter i Europa (alla utom DDR samt möjligen Sovjet och Väst-Tyskland). Men ändå bör de östtyska segersiffrorna vara en liten väckarklocka. I frisimmet, där vi tidigare alltid vunnit pojksidan, var vi nu nästan jämnbördiga. Gap hade växt fram mellan östtyskarna och oss i framförallt ryggsim, fjärilsim, medleylagkapperna. Det är svårt att ta detta annat än som ett kvitto på allsidigheten och den genomfänkta planeringen i östtysk ungdomssimning. Låt oss därför inte lägga ned denna landskamp, därför att braknederlag i siffror kan betraktas som dålig PR. Låt oss fortsätta att sikta högt, behålla dessa landskamper med rikt-märke att minska avståndet. Sammanlagt fast utspritt på många orter har vi nog lika stort bassängutrymme som

DDR (där storklubbarna i storstäderna däremot har det extra beviljat). Sammanlagt betalas det ut mera pengar i löner till simtränare i Sverige än i DDR (fast den viktiga distinktionen är att de heltidsanställda simtränarna i DDR ligger i en hög löneklass inom sitt samhällssystem. Låt oss plocka till oss så mycket som vi rimligen kan av det bästa i den välskötta östtyska simningen: Variationen och Planeringen. En behållen stor och helst ökad breddverksamhet ger flera ledare via för-äldrar och ett större underlag för nya toppar à la minnesrika Barcelona 1970.

Fotnot

Enligt Gerhard Lewins bok har östtyskarna i sitt Nära-mål-märke följande 14 prov för klientelet i de lägsta skolklasserna:

1. 25 m sammansatt ryggsim utan tidskrav. 2. 25 m sammansatt frisim utan tidskrav, med krav på andningsteknik. 3. Delfinkick i rygläge utan platta 8 m. 4. Starthopp i grovform. (Dessa fyra prov avlägges under perioden höstterminens start—juluppehållet och kompletteras med en myckenhet andra teknikövningar.) 5. 50 m ryggsim utan tidskrav. 6. 50 m frisim utan tidskrav. 7. Delfinkick på platta 15 m med kravet regelmässig andning. 8. Bröstsimsbentag 15 m med kravet symmetriskt bentag. 9. Starthopp enligt tävlingskrav. (Proven 5—9 avverkas tillsammans med andra teknikövningar terminen januari—påsk.) 10. 400 m sammansatt ryggsim på tid, högst 15 minuter för godkänt. 11. 100 m frisim utan tidskrav, men om möjligt växelsidig andning. 12. Delfinkick i bröstläge på platta 25 m. Krav: inget avbrott i rörelserytmen vid inandning. 13. Bröstsims sammansatt 25 m inget tidskrav, men aktgivande på riktig rörelse-och andningsrytm. 14. Fothopp från 3 m-svikten med fast kroppshållning. (Terminen påsk—vårsäsongens slut.)

En bra mall att spinna kring för de klubbtränare som vill göra egna Nära-mål-märken för de allra yngsta och komplettera med egna idéer.

Detta är
Buhres
4:e och sista
artikel
i DDR-serien

Lockbeten för rekord:

Vandrings-
priser
på 100 meter

Vi har ett par simrekord som börjar bli "antika". På båda 100-metersdistanserna fritt har Ann-Christine Hagberg och Per-Ola Lindberg fått vara i fred ända sedan 1963. Visserligen var det på den tiden noteringar i världstopp men i alla fall.

För att göra sprintersimmet lite attraktivare har det satts upp ett par priser.

Nisiseio Secto, som är en kamrattförening för ett trettiotal simmare med förflutet som militära VM-deltagare, har ryckt in för att få bort sin medlem Per-Ola. Det första tränarrådet, Bo Alm, Åke Lindhgren, Lars-Eric Paulsson, har ett pris som tillfaller den som stryker Ann-Christine ur rekordtabellen.

Nisiseios Sectos pris blir vandrande, tränarrådets en engångsutmärkelse.

Bestämmelserna för herr-rekordet är: priset kan delas ut från hösten 1970 och vid SM-tävlingar. Första aktuella tidpunkt är alltså inne-SM i Sundsvall.

För båda priserna gäller givetvis rekord på 50 meters bana.

FIRMA GRUNDGRÄVNINGAR

Loviselund ARBOGA — Telefon 0589/116 75, 100 59

GRÄVMASKINER FÖR SCHAKTNINGAR AV GRUNDER
BANDTRAKTORER FÖR PLANERINGSARBETEN



BILFÖRSÄLJNING

BILDELSLAGER

SERVICEVERKSTAD

Thappers Motor AB

Hemvägen 9 B — FELLINGSBRO

Telefon 0589/207 15

ALLT FÖR BYGGET
samt specialavd. för
NATURSTENSARBETEN
PLATTSÄTTNINGSARBETEN
GOLVLÄGGNINGAR
PAPPTÄCKNINGAR

Ring 138 30

Sjölanders Byggnadsvaror AB

ARBOGA

— en central för byggmaterial



Välkommen till

HOLMBERG & CO

Bensin och Service

Underreksbehandling

KOPPARTRANS för bättre effekt

Kapellgatan 26 — Telefon 0589/128 88

ARBOGA

Frille Sjö efter Anklam:

FÖRKROSSANDE FÖRLUST men jämnare i bassängen än på poängtavlor

Anklam (Simsport). Med förkrossande 80 poäng (155—75) skickades vårt ungdomslandslag (-56 och sen.) åter till hemlandet av de östtyska kollegerna vid landskampen i lilla Anklam (20.000 invånare kring ett stökt sockerbruk i nordöstra DDR) i medio av mars. Men trots utklassningen simmade våra ungar långt över förväntan med massor av personliga rekord på snart sagt alla händer. Det kan väl också som en samlad karakteristik sägas så här:

— Det var mycket, mycket jämnare i bassängen än på poängtavlor. Det hade inte behövts särskilt många millimetrar vid de rätta tillfällena för att vi hade reducerat vårt poängfacit till nästan hälften.

Östtyskarna var, precis som vi visste, mycket, mycket bra. Man släppte fram ett förhållandevis omfångsrikt manskap med så få dubbleringar som möjligt. Medan vår trupp omfattade totalt 21 aktiva hade DDR dragit samman 29 ungar. Bl. a. fick våra "långträdare" — skäneparen Camilla Hoffer—Else Gunsten och Inge Andersson—Conny Karlsson — ta på sig både 400 och 800 frisim plus lagkapperna. DDR lät bara en av sina dubblare och kom med friskt blod (och nya segrare) på resp. distanser.

Av de sammanlagt 22 grenarna vann vi bara två. Jan-Olof Ekman, Hudiksvall, blev något oväntad segrare på 200 medley och andra dagen, då DDR radade seger på seger fick vi en helt oväntad ljuspunkt i näst sista grenen, där ett totalt "dödsdömt" frisimslag på 4×200 (sen tyskarna vunnit dubbelt på både 400 och 800 och tagit vinster på 100) simmade långt över pari och vann med drygt sekunden. Inte att undra på att det igen talades om denna hos oss så varmt omhuldade gren som "nationalsträcka" igen. Och inte var det väl dåligt med en 13-åring, som gjorde slutsträcken på 2.05 — låt vara i en uppenbarligen snabb- och lätt-simrad 25:a (heldjup på 1.80) och idealiskt "matchad" i alla detaljer för bra tider.

Laget med Jan-Olof som primus gjorde bästa prestationen och fick våra egna "priser" för det. Och Jan-Olof (14 i januari) är en talang av sällan skådat mått, fighter i bassängen, prydlig och skärpt på torra land. Kanske äntligen en sprinter av format: han stänkte i väg på 100 på 57,3, personbästa med halvannan sekund ungefär.

Isk kaptenska

Med bronsmedaljören Eva Andersson aus Kungälv som stöttepelare på damsidan hade man vissa förhoppningar om en eller annan seger. Eva, som utnämndes till vår lagkapten, gjorde personrekord med 1.09,9 på fjärlin men fick klart stryk av sin tyska. Man trodde det skulle gå bättre på specialen 100 frisim. Men "kaptenskan" (som vi kallade henne) stod och somnade i starten och fick stryk med 1,3 sekunder av Andra Eife (1.02,5). Marginalen på drygt metern var det förspång som Eva gav genom att stå på pallen in stiller (det heter så, sade adjunkt-ledaren Caisa Lindahl, därför att det är dativ) Träumeri.

Undra på att "kaptenskan" efteråt var görilsk (lär heta så på göteborgska). Hon kommer igen för fulla segel nästa gång!

På många håll simmades det enormt bra i förhållande till tidigare prestationer. Rekordet i personliga rekord slog unge Lars Kvarfordh i bröstsim: först fem sekunder på 100 och dan efter sju sekunder på 200. Hade gjort 1.20 och 2.52 när han åkte — nu kom han hem med tider på 1.15 och 2.45. På 200 lyckades han tillsammans med Polisens tuffe Åke Karlsson ta andra- och tredjeplatserna — en av de få grenar där vi undvek jumboplatsen. Individuellt tog f.ö. DDR-manskapet hela 13 dubblar på 18 grenar.

Carina Johansson, ryggsimmerskan,

simmade i flera repriser sekunden under sitt bästa på 100 rygg och Elfsborgs pigga och talföra Jeanette Pettersson svepte till med personrekord i bägge bröstsimslöppen och tog f.ö. på 100 Marina Eklöfs skalp på 100, så att hon (Jeanette alltså) fick förtroendet att kämpa i medleylaget också.

Och i det redan apostroferade herrlaget simmade inte bara Ekman utan också Jönköpings Pär Hult och Ystads lille fighter Conny Karlsson under sina personbästa tider med breda marginaler. Det finns gry i våra ungdomar, även om vi fick stryk efter noter. Man skall också komma ihåg, att vårt lag hade en dryg och påfrestande resa i benen, där inte minst ett gungande Östersjön på utresan tog på krafterna. Fråga t. ex. Carina Hiljebäck — hon vet vad en s. k. utförmade bekantskap innebär i fråga om sjöresor!

Som alltid vid landskamper vann vi banketten klart. Ett östtyskt popband, som torde ha använt den närmaste femårsplanens alla decibell och phon på söndagskvällen fick fin respons av våra ungdomar, som skakade av hjärtans lust och snabbt fick DDR-gänget med sig på golvet. Det lär f.ö. vara första gången, som de östtyska ungarna släppt av på sin blyghet och haft riktigt skoj, anförtrödde mig Sportfreund (så kallar man alla i DDR, vars förnamn man inte kommer ihåg) Viebig, förbundskapten på juniorsidan. Han var jätteglad över förändringen. Och har han ett landslag, som kör med extra snärtiga armrörelser (modell handbollsinspelning över axeln) så är det Jeanettes elfsborgsspecial, som gjort outplåligt intryck.

Men vi fick som sagt stryk i huvudloppet, det i bassängen alltså. Och när tränaren, djurvännan (expert på hästar) Ronnie Paleski tackade med allvarsord om fortsatt och ökad satsning på träning inför nästa års möte med DDR hade en lika andäktigt lyssnande som beslutsam skara, tyckte jag mig förnimma.

överleifer Frille

FRIDHS METALLGJUTERI

Telefon Arboga 0589/123 35

Hand- och maskinformat gjutgods
i tung- och lättmetall
Lättmetall i kokill

NORBERGS SNICKERI- & BYGGNADSMATERIAL AB

NORBERG
Telefon 0223/207 10

Allt i snickerier
Standardsnickerier i lager
Spec.: Trappor

HEDKÄRRA CEMENTVARUFABRIK

FAGERSTA
Telefon Fagersta 540 17

Tillverkar och försäljer
Muffrör, Vågrör, Lantbruksrör, Rördelar,
Kulvert samt Brunnrör
upp till 2 m diameter
Cementhåsten, Grus, Sand och Makadam

FABRIKSTILLVERKADE INDUSTRIBYGGNADER

Av stålstomme klädd med lackerad plåt
Alla storlekar och planlösningar
Kan även kompletteras med kontors- och
personalutrymmen

AB VÄSTANFORS INDUSTRIER

FAGERSTA — Telefon 0223/129 25

GOTT OCH RÄTT

öfer Ni i våra ljusa och trivsamma lokaler
Även avhämtning i folieförpackning

Öppettider:

Vard. 8—19, Lörd. 8—17, Sönd. 10.30—18

RÅDHUSBAREN

Rådhusgatan 4 — ARBOGA
Telefon 0589/101 45

För modern heminredning alltid senaste nytt i
MATTOR, SÅNGKLÄDER och
MÖBELTEXTILIER
Våra priser ger mer för pengarna

ARBOGA MÖBELRENOVERING

TAPETSERAREVERKSTAD

Nygatan 13
Telefon 116 65 ankn. bostad

OMSTOPPNING
OMKLÄDSEL

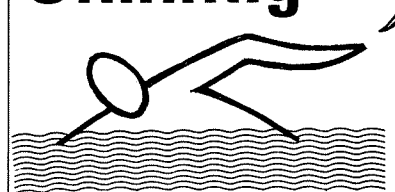
BRÖDERNA EKMANS BILSKROTNING

Hedkärre — Telefon 540 32
FAGERSTA

Säljer: Begagnade bildelar till de
flesta märken

BETALD ANNONSPLATS

Simning



Vid en simlärarkonferens i Kalmar 30—31 oktober, som samlat ett femtiotal badmästare, skolledare och övriga, som sysslar med simundervisning och simlärarutbildning, redovisades bland annat den simfysiologiska forskningens senaste rön. Resultaten från undersökningar i GIH:s simränna med bl. a. Lena Isaksson och Peter Feil under våren 1970 var i vissa fall ganska sensationella.

I simrännan har man bl. a. gjort mätningar angående energiåtgången vid vistelse i vatten. Härvid har man funnit att bara att hålla sig flytande i vattnet kostar c:a 1,5—2 liter syreupptagning/minut. Här bör observeras att det finns människor, som har en maximal syreupptagningsförmåga på 1,5—2 l/min. Visserligen visade det sig att den ovane simmaren inte gör av så avsevärt mycket mer energi när hon simmar sakta men för att simma t. ex. crawl kostar det den ovane c:a 3 l/min. Den tränade simmaren har ofta en syreupptagningsförmåga på 4—5 l/min. och kan bl. a. genom bättre teknik utföra arbetet "billigare". För simmaren är sålunda bröstsimmet det "dyraste" följt av fjärilsim, ryggsim med ungefär lika energikostnad och "billigast" är alltså crawl. Denna ordning förutsätter dock en viss "styrkraft" och rätt teknik. Bröstsimmet kostar 2—4 l/min. för en tävlingssimmare. Då man vet att 1 liter syre frigör 5 kcal kan man alltså lite populärt säga att en simmare, som simmar 1500 m frisim på c:a 18 min. (syreupptagning 3—4 liter/min.) förbrukar lika mycket energi, som ingår i två ostsmörgåsar d.v.s. c:a 300 kcal. Flytning samma tid kostar c:a hälften d.v.s. en ostsmörgås.

Naturligtvis har simmarens vikt en viss betydelse för energiåtgången men kanske mindre än vad man föreställt sig. Genom försök i rännan har man funnit att en 63 kg-person väger 2,52 kg i vattnet. 76 kg motsv. 3,72 kg. Genom att kroppsdelen över vattnet t. ex. huvudet väger avsevärt i förhållande till den del av kroppen, som finns under vattnet förstår man innebörden av t. ex. huvudets läge för vattenläget.

Även mjölksyreproduktionen i kroppen berördes. En otränad människa kopplar t. ex. på denna giftproduktion redan vid arbete på 30—40 % av maximala syreupptagningsförmågan medan en tränad människa kan arbeta

upp till 60—70 % av sin maximala syreupptagningsförmåga utan att ha någon påvisbar mjölksyreproduktion.

De mest sensationella rönen kan man nog säga har gjorts på området kroppens värmereglering i vattnet. I kallt vatten är värmeförlusten störst om man rör sig! Våta kläder minskar sänkningen av hudtemperaturen i kallt vatten med upp till 7 grader jämfört med om kroppen varit bar! Sålunda dröjer det bara ett par minuter innan hudtemperaturen sjunkit till vattentemperaturen om man är naken medan skjorta och byxor förlänger tiden ganska avsevärt innan nedkylningen skett.

I 17,5-gradigt vatten dröjer det 30 min. innan kroppstemperaturen sjunkit 3 grader för en människa med normalt lager av kroppsfett. Kvinnor har 20 % kroppsfett och män 10 % i allmänhet. För att åstadkomma en höjning av kroppstemperaturen vid arbete i vattnet fordras troligtvis c:a 35 graders vattentemperatur. Vid försök i 36-gradigt vatten höjdes kroppstemperaturen på försökspersonen 1,5 grad efter 30 min. arbete.

Den vattentemperatur där kroppen normalt varken höjer eller sänker sin temperatur är 25 grader.

Det torde alltså vara nödvändigt att höja vattentemperaturen ganska högt (35 grader) om man vill försvåra simträningen genom att höja kroppstemperaturen. En höjning av vattentemperaturen till strax under 30 grader höjer alltså inte kroppstemperaturen men kan undvika att simmare med lite kroppsfett fryser i slutet av träningsprogrammen p.g.a. värmeförluster genom hårt arbete.

Frågan om vattentemperaturen vid träning har ju aktualiserats genom ett uttalande av Gunnar Larsson om att vattentemperaturen i hans träningsbas sång hos Don Gambriel skulle vara högre än vi normalt har.

Två "ostmackor" för SM på 1500 Flytning samma tid — en smörgås!

Simlärarkonferensen behandlade utöver simfysiologin en rad intressanta problem. Visserligen har inget direkt nytt framkommit på området metodik och teknik sedan förra konferensen i Örebro 1967 när det gäller grundläggande simutbildning, men än en gång påpeglades att de senaste rönen inom simsporten måste utnyttjas. Det har visat sig att en period på c:a 15 år kan förflyta innan en teknikförändring, som t. ex. underbenssvängen i bröstsimsbentaget tränger igenom över all men glädjande nog tycks denna period nu snart vara till ända när det gäller denna teknikändring.

En förskjutning av simutb. från sommarsimskolor till simutb. på skoltid i simhallarna pågår och måste sägas vara positiv. Utnyttjandet av specialiserade på simutb., som finns på varmbadhusen framtingas också i viss mån av bristen på kunniga simlärare på sommarsimskolorna. Någon tid för utbildning av lärarkandidater till simlärare finns numera inte vid lärarhögskolorna men värre är att det inte heller finns någon tid att lära icke simkunniga lärarkandidater simkonsten. Det kommer alltså i dagens läge ut lärare, som knapp är simkunniga och dessa kan få uppgift att ansvara för en klass under bad. Följden torde väl bli att lärarna vägrar att ta detta ansvar när de inte har kompetens att t. ex. livrädda och klassen får alltså avstå från badet vid t. ex. en friluftsdag i augusti.

Uppvakning av myndigheter för att rätta till denna brist har gjorts och kommer att upprepas.

Konferensen gav ett klart besked om att information och samverkan mellan simfolk är nödvändigt och att simlärarkonferenser med jämna mellanrum är betydelsefulla för utvecklingen av simutbildningen i Sverige.

Christer Junefelt

MINA TRÄNINGSCIRKLAR HAR EJ BLIVIT RUBBADE

MATFRÅGAN ENDA PROBLEMET DET BEHÖVS EXTRA KOST



Två simmare som trivs som idrottsoldater och som "gör honnör" för sina överordnade: Fr. v. sergent Göran Jansson, plutonchef som fått prima träningshjälp av sina män, kapten Birger Eriksson, Pelle Hagström och Sven von Holst.

Simning och militärliv... det går bara inte...

Kommentaren har hörts många gånger, tjugatvå oftast när mast.

I dag är det tystare. De få stjärnor vi har, har klarat sig igenom de "svåra" månaderna utan större besvär. En simmare som landslagskaptenen Sven von Holst tvekar inte ens att säga:

— Jag har nästan bättre möjligheter än som universitetsstudering i Stockholm.

Svenne är en av två simmare på idrottsplutonen på 12, Karlstad, Pelle Hagström från Örebro den andre. Två man bland trettiofem, simningen en sport bland tolv.

Birger Eriksson, "Fille" för idrottsfolket, är chef på kompaniet, en kapten som har större inblick i den svenska idrotten än de flesta. Kan idrotten inifrån, har länge arbetat hand i hand med vetenskapen och haft moderna träningsmetoder på programmet längre än de flesta. Har nått uppmärksammas resultat med den träningen även på "vanliga" soldater.

Låga festvärden har blivit höga. Även vältränade idrottsmän har under värnpliktsiden på 12 höjt sitt tak.

— Den spaningstjänst dom tas ut till är hård och krävande men ger också en mycket fin allmänkondition, kommenterar kapten Eriksson.

Ett bra bevis finns i befälsstabens på 2:a kompaniet, i "vår" man Göran Jansson. Göran arbetar sedan några år som värnpliktig sergent, är som sådan chef för idrottsplutonen. Ena minuten med andra ord en herre med rätt ge

sina simmarkompisar order, i nästa en man bredvid dem i bassängen.

En ovanlig situation men inget som skapar problem. Stör inte den disciplinära ordningen.

Simparet på 12 har hållit sin standard från tidigare år, Svenne även kunnat EM-simma, trots en vanlig militärtjänst.

Oftast har det varit så att simmarna haft svårt hålla upppe standarden under militärtiden, stelnat till, inte kunnat träna tillräckligt. Karlstads-försöket har gett andra besked.

På fem platser har man sökt sig fram med idrottsplutoner. Simningen har varit med förr, i ett omdiskuterat prov i Östersund.

12 är regementet som nått bästa resultatet, i varje fall de mest uppmärksammas. Soldat hos "Fille" var exempelvis Hasse Börjes, som hade sin stora världsrekordsång som mitt uppe i det militära. Där fanns också kanotisten Lasse Andersson, världsmästare i somras.

Svenne och Pelle är världsmästare de också. Blev det i Sevilla i höstas. Militära världsmästare. Inte dåligt, då konkurrensen var bra. (Andra segrare: Bosse Westergren, Thomas Johnsson, Hasse Tegeback.)

Fem idrottsregementen skall nästa år bli sex. Det blir då plutoner i Karlstad, Växjö, Örebro, Östersund, Umeå och Stockholm.

Tveksamhet från militärer och från idrottshåll är borta. Till stor del ska kanske tilläggas: Vad som händer efter våren 1972 vet ingen i dag. Idrottsplutonerna är inte inprickade för längre period.

— Olyckligt om det inte blir någon fortsättning. För oss som simmar på toppnivå är just den här verksamheten chansen hålla igång under ett år, som för så många tidigare betydelse slutet på en karriär, menar Svenne.

Två idrottsstimmar per dag brukar det bli utan att för den skull tjänsten kommer i kläm.

— När dom stora proven kommer klarar vi oss i varje fall mycket bra. Idrottsgrabbarna visar då tåga, visar att dom har vilja, att dom är tävlingsmänniskor. Det ersätter brister som finns, säger "Fille" Eriksson.

Det bästa med idrottsplutonen ur militär synpunkt är inte bara den goda konditionen, den psykiska styrkan utan lika mycket hälsoläget.

— Vi har otaliga bevis på hur värdefull idrotten är, hur träningen fungerar som friskvård. Sjukdagarna på plutonen är bara bråkdelen mot andras, kan "Fille" berömma och peka på i de rullor, som innehåller ovanligt få anteckningar om läkarbesök och sjukskrivningar. Inte alls någon läsning för exempelvis den gävelsläkare, som slog larm och kallade idrotten för farlig.

Kombinationen idrott-militärliv föder ändå vissa problem. Specialträningen kolliderar ofta med måltider.

— Vi kan hjälpa till med mycket men inte ordna speciella idrottsmiddagar, menar karlstadskaptenen.

I det uttrycket ligger även en tanke på matkvaliteten.

— Vi får ingen dålig mat, men det är klart det blir lite tunt ibland. Man längtar efter de blodiga biffarna, efter den proteinrika maten, tycker Svenne.

Många förbund löser det bekymret genom extra matbidrag. En del får samma lyxiga förmån som SKK-aren, som ett par gånger i veckan i somras bjöds på middag av hotelldirektören Stenholm på Stadshotellet.

— Det där med maten trycker jag alltid på. Det är en väsentlig fråga. Ska vi få ut några resultat måste grabbarna få hjälp. Idrottssträngen är så hård att den kräver lite extrakost, tillägger "Fille".

Idrottsplutonerna ger fördelar, åt dem som gör rätt för detta.

— Det är inte så att idrottsgrabbarna kommer undan någon militärtjänst, men vi försöker hjälpa dem så långt det går.

Hur länge till, det är som sagt i dag ingen som vet.

Ett av huvudproblemen är att det är ont om befäl men än mer ont om pengar.

Men ska pengarna få stoppa en sådan här idrottsatsning? Har den svenska idrotten egentligen råd att inte själv (i värsta fall) lägga ut 30.000? Det är småpengar i en stor budget, pengar som kan betyda att vi slipper tappa talanger. Det finns många exempel, för många, på hur idrottsgrabbarna ledsnats under sin militärtid, tyckt det varit hopplöst tappa "mark" för att på nytt ta upp jakten på eliten, när de blivit civilister igen.

30.000 kronor — till en sådan tjänst eller till flera — ska inte staten och RF kunna hjälpas åt med den eller de summorna!

Bo Alm

STATISTIKEN
PÅ LÅNG BANA



Fyra flickor som satt färg på årets simning: Anita Zarnowiecki, Elisabeth Berglund, Gunilla Jonsson, Eva Andersson.

DAMER

100 m frisim

1. Elisabeth Berglund, Sundsvalls SS	1.02,0	9
2. Anita Zarnowiecki, S 02	1.02,3	8
3. Eva Andersson, Kungälv	1.02,7	9
Vera Kock, Timrå	1.02,7	9
5. Gunilla Jonsson, MS	1.02,9	8
6. Lena Isaksson, SPIF	1.03,3	9
7. Margaretha Berglund, SKK	1.04,2	8
Carina Eriksson, Gävle SS	1.04,2	8
9. Elisabeth Hjort, Gävle SS	1.04,7	8
10. Barbro Olsson, HS	1.04,8	8
11. Inger Dovenstam, Västerås	1.05,0	8
12. Annika Klint, Kiruna	1.05,2	8
13. Gunilla Wikman, SPIF	1.05,3	6
14. Åse Gustavsson, Kristianstad	1.05,4	8
Kennie Olsson, Kristianstad	1.05,4	8
Eva Schiller, Eskilstuna	1.05,4	8
17. Eva Wikner, SPIF	1.05,6	8
18. Karin Odgaard, MS	1.05,7	8
Nina Simm, Malå	1.05,7	8
20. Inger Andersson, Jönköping	1.05,8	8

200 m frisim

1. Elisabeth Berglund, Sundsvall	2.14,0	9
2. Anita Zarnowiecki, S 02	2.15,0	8
3. Gunilla Jonsson, MS	2.16,7	8
4. Vera Kock, Timrå	2.17,9	8
5. Annika Klint, Kiruna	2.19,8	8
Gunilla Wikman, SPIF	2.19,8	6
7. Eva Schiller, Eskilstuna	2.20,0	8
8. Margaretha Berglund, SKK	2.20,2	6
9. Camilla Hoffer, Kristianstad	2.21,2	8
Carina Eriksson, Gävle	2.21,2	
11. Birgitta Ruder, SKK	2.22,1	8
12. Kennie Olsson, Helsingborg	2.22,7	8
13. Inger Dovenstam, Västerås	2.23,1	7
Kerstin Moberg, Najaden	2.23,1	7
15. Barbro Olsson, Helsingborg	2.23,4	8
16. Åse Gustavsson, Kristianstad	2.23,9	8
17. Lisbeth Andersson, Timrå	2.24,1	8
18. Anja Bodin, Hudiksvall	2.24,3	8
19. Lena Isaksson, SPIF	2.24,5	8
Eva Wikner, SPIF	2.24,5	6

400 m frisim

1. Gunilla Jonsson, MS	4.36,8	9
2. Elisabeth Berglund, Sundsvall	4.45,8	8
3. Vera Kock, Timrå	4.47,5	8
4. Gunilla Wikman, SPIF	4.49,8	8
5. Anita Zarnowiecki, S 02	4.52,3	8
6. Eva Schiller, Eskilstuna	4.53,2	8
7. Anette Jonsson, Jönköping	4.54,7	7
8. Annika Klint, Kiruna	4.55,3	8
9. Carina Eriksson, Gävle	4.55,5	7
10. Lisbeth Andersson, Timrå	4.57,4	7
11. Åse Gustavsson, Kristianstad	4.59,3	8

12. Kerstin Moberg, Najaden	5.00,1	8
13. Eva Liljeros, Karlskoga	5.02,7	8
14. Margaretha Berglund, SKK	5.02,9	8
Birgitta Ruder, SKK	5.02,9	8
16. Inger Andersson, Jönköping	5.03,0	8
17. Camilla Hoffer, Kristianstad	5.03,1	8
18. Anne Larsson, Elfsborg	5.05,4	8
19. Else Gunsten, Kristianstad	5.05,7	6
Kennie Olsson, Helsingborg	5.05,7	7

800 m frisim

1. Gunilla Jonsson, MS	9.51,1	8
2. Vera Kock, Timrå	9.57,7	8
3. Gunilla Wikman, SPIF	10.03,6	8
4. Anette Jonsson, Jönköping	10.04,0	8
5. Eva Schiller, Eskilstuna	10.09,6	8
6. Annika Klint, Kiruna	10.15,0	8
7. Kerstin Moberg, Najaden	10.20,0	8
8. Åse Gustavsson, Kristianstad	10.20,2	8
9. Else Gunsten, Kristianstad	10.25,6	6
10. Lisbeth Andersson, Timrå	10.26,9	8
11. Camilla Hoffer, Kristianstad	10.28,7	8
12. Nina Simm, Malå	10.30,5	6
13. Eva Liljeros, Karlskoga	10.31,1	8
14. Carina Blomberg, SKK	10.33,4	6
15. Elisabeth Berglund, Sundsvall	10.36,2	6
16. Eva Wikner, SPIF	10.36,5	6
17. Liselott Hammargren, Nässjö	10.40,4	8
18. Annmari Andersson, Linköping	10.40,5	8
19. Anja Bodin, Hudiksvall	10.40,7	8
20. Kennie Olsson, Helsingborg	10.44,1	6

4X100 m frisim

1. Stockholmspolisens IF, lag 1	4.17,8	8
2. Kristianstads SLS	4.19,5	8
3. Stockholms KK	4.21,1	8
4. Malmö SS	4.21,8	8
5. Gävle SS	4.22,2	8
6. S 02	4.24,6	8
7. Jönköpings SLS	4.26,1	8
8. Sala SS	4.32,2	8
9. Sollefteå ASS	4.34,2	8
10. Stockholmspolisens IF, lag 2	4.36,1	8
11. Helsingborgs SS	4.38,3	8
12. SK Neptun	4.42,5	8
13. Bjärnums SS	4.42,9	8
14. SK Najaden	4.45,1	6
15. Örebro SS	4.45,5	7
16. Västerås SS	4.45,8	7
17. Timrå AIF	4.45,9	6
18. Karlsunds IF	4.47,3	7
19. Karlskoga SS	4.49,3	6
20. Skövde SS	4.49,9	7

100 m bröstsim

1. Yvonne Brage, Skövde SS	1.18,5	7
2. Monica Bergqvist, SPIF	1.20,5	8
3. Carin Pettersson, Markaryd	1.21,8	8

4. Eva Olsson, Solna	1.22,1	8
5. Britt Marie Smedh, Solna	1.22,2	8
6. Lena Gustavsson, Nässjö	1.23,8	7
Annika Johnsson, Kristianstad	1.23,8	4
8. Marina Eklöf, Mariestad	1.24,0	6
Anette Fohlström, Wisby	1.24,0	7
10. Annemo Nyberg, Kristinehamn	1.24,5	6
11. Jeanette Pettersson, Elfsborg	1.24,8	8
12. Monica Andersson, GKK	1.25,6	8
13. Clary Hallqvist, Helsingborg	1.25,8	6
Pia Jonsson, Kristianstad	1.25,8	8
15. Agneta Nilsson, Karlskoga	1.25,9	6
Carina Nilsson, Köping	1.25,9	7
17. Ann Johansson, Laxen	1.26,0	7
Susanne Tour, Neptun	1.26,0	7
19. Anna Lena Jönsson, SPIF	1.26,2	8
20. Lena Lie, Karlslund	1.26,4	8

200 m bröstsim

1. Yvonne Brage, Skövde	2.46,6	7
2. Monica Bergqvist, SPIF	2.49,6	6
3. Marina Eklöf, Mariestad	2.54,0	8
4. Eva Olsson, Solna	2.56,5	8
5. Lena Gustavsson, Nässjö	2.57,8	7
6. Suzanne Tour, Neptun	2.58,1	7
7. Carin Pettersson, Markaryd	3.00,5	8
8. Annemo Nyberg, Kristinehamn	3.00,7	7
9. Anette Fohlström, Wisby	3.01,0	6
10. Britt Marie Smedh, Solna	3.01,4	8
11. Anna Lena Jönsson, SPIF	3.02,1	2
12. Jeanette Pettersson, Elfsborg	3.02,6	8
13. Gunilla Magnusson, Najaden	3.02,9	7
14. Kerstin Rainer, Gävle	3.03,6	8
15. Lena Lie, Karlslund	3.03,9	8
16. Monica Ulvar, Jönköping	3.04,3	6
17. Carina Nilsson, Köping	3.04,6	7
18. Cathrine Rittervall, SPIF	3.04,9	2
19. Monica Andersson, GKK	30.5,2	7

100 m ryggswim

1. Eva Folkesson, Kristianstad	1.09,2	9
2. Anita Zarnowiecki, S 02	1.12,3	8
3. Ann Kristin Ångström, Lycksele	1.14,2	8
4. Eva Andersson, Nässjö	1.14,6	8
Kerstin Moberg, Najaden	1.14,6	4
6. Ann Christin Fransson, Markaryd	1.15,2	6
7. Eva Andersson, Kungälv	1.15,5	10
Ing Marie Nilsson, NKK	1.15,5	8
Eva Schiller, Eskilstuna	1.15,5	8
10. Ulrika Ottosson, Neptun	1.15,7	10
Gunilla Wikman, SPIF	1.15,7	8
12. Carina Hiljebäck, SPIF	1.15,9	8
13. Britt Svensson, Nässjö	1.16,5	6
14. Marie Louise Wösu, Borlänge	1.16,6	8
15. Susann Åkerberg, Uppsala	1.16,8	8
16. Carina Eriksson, Gävle	1.17,0	8
17. Yvonne Hiljebäck, SPIF	1.17,1	6
18. Ulla Johansson, Skövde	1.17,2	7
19. Sonja Rudolfsson, Karlskoga	1.17,3	7
20. Irwi Johansson, GKK	1.17,5	8

200 m ryggswim

1. Eva Folkesson, Kristianstad	2.30,2	9
2. Anita Zarnowiecki, S 02	2.36,4	8
3. Kerstin Moberg, Najaden	2.38,4	4
4. Gunilla Wikman, SPIF	2.39,6	8
5. Ann Kristin Ångström, Lycksele	2.39,9	8
6. Ing Marie Nilsson, NKK	2.42,1	8
7. Eva Andersson, Nässjö	2.42,6	8
8. Marie Louise Wösu, Borlänge	2.42,7	8
9. Eva Schiller, Eskilstuna	2.43,1	8
10. Carina Hiljebäck, SPIF	2.44,3	6
Susann Åkerberg, Uppsala	2.44,3	7
12. Ulla Johansson, Skövde	2.45,3	7
13. Britt Marie Eriksson, Uppsala	2.45,8	7
14. Britt Svensson, Nässjö	2.46,1	7
15. Anette Wilhelmsson, S 02	2.46,4	8
16. Sonja Rudolfsson, Karlskoga	2.46,8	8
17. Berit Larsson, Skara	2.46,9	7
18. Ann Christin Fransson, Markaryd	2.47,2	7

19. Eva Berglund, SKK	2.47,7	6
Annica Johnsson,	2.47,7	6

100 m fjärilsim

1. Elisabeth Hjort, Gävle	1.08,6	8
2. Eva Wikner, SPIF	1.09,0	8
3. Gunilla Andersson, Neptun	1.10,2	10
4. Eva Andersson, Kungälv	1.11,3	8
5. Margareta Berglund, SKK	1.11,7	8
6. Monica Ulvar, Jönköping	1.12,8	7
7. Anita Seth, GKK	1.13,1	8
8. Katarina Aronsson, Nässjö	1.13,8	7
9. Carina Hiljebäck, SPIF	1.14,2	8
10. Gunilla Magnusson, Najaden	1.14,3	10
11. Carina Eriksson, Gävle	1.14,8	6
12. Inger Andersson, Jönköping	1.15,0	7
13. Margareta Berggren, Karlskoga	1.15,1	8
14. Ulla Johansson, Skövde	1.15,3	7
15. Wendy Kasting, GKK	1.15,7	5
16. Else Gunsten, Kristianstad	1.15,8	8
17. Kerstin Hellström, SKK	1.15,9	6
18. Yvonne Brage, Skövde	1.16,7	7
Gunilla Eriksson, S 02	1.16,7	8
20. Susanne Westström, Najaden	1.16,8	6

200 m fjärilsim

1. Eva Wikner, SPIF	2.31,4	9
2. Carina Eriksson, Gävle	2.37,2	8
3. Katarina Aronsson, Nässjö	2.37,4	8
4. Eva Andersson, Kungälv	2.38,3	8
5. Gunilla Andersson, Neptun	2.38,5	8
6. Britt Kinnegård, Neptun	2.43,0	8
7. Ulla Johansson, Skövde	2.45,6	8
8. Kerstin Hellström, SKK	2.45,9	8
9. Margareta Berggren, Kristinehamn	2.46,7	7
10. Maria Hörberg, Mariestad	2.48,7	6
11. Monica Ulvar, Jönköping	2.49,0	8
12. Berit Larsson, Skara	2.49,6	6
13. Ann Christin Andersson, Ran	2.50,0	8
14. Else Gunsten, Kristianstad	2.51,6	6
15. Gunilla Eriksson, S 02	2.52,5	8
16. Eva Schiller, Eskilstuna	2.53,1	7
17. Gun Eriksson, GKK	2.53,2	8
18. Inger Karlsson, Laxen	2.54,0	7
19. Carin Pettersson, Bjärnums	2.54,1	6
20. Anita Zarnowiecki, S 02	2.54,4	6

200 m medley

1. Anita Zarnowiecki, S 02	2.33,9	8
2. Carina Eriksson, Gävle	2.38,4	8
3. Margaretha Berglund, SKK	2.39,4	8
Birgitta Ruder, SKK	2.39,4	8
5. Monica Ulvar, Jönköping	2.40,4	8
6. Annmari Andersson, Linköping	2.40,7	8
Vera Kock, Timrå	2.40,7	8
8. Gunilla Wikman, SPIF	2.41,2	6
9. Yvonne Brage, Skövde	2.41,6	7
10. Elisabeth Hjort, Gävle	2.42,2	8
11. Monica Bergqvist, SPIF	2.43,5	8
12. Anette Jonsson, Jönköping	2.43,6	8
13. Eva Loffa Kihlberg, Oskarshamn	2.43,7	8
14. Gunilla Andersson, Neptun	2.43,8	6
15. Eva Andersson, Kungälv	2.43,9	8
16. Eva Olsson, Solna	2.44,6	8
17. Katarina Aronsson, Nässjö	2.44,8	6
18. Irwi Johansson, GKK	2.44,9	8
19. Nina Simm, Malå	2.45,3	8

400 m medley

1. Anita Zarnowiecki, S 02	5.26,1	8
2. Carina Eriksson, Gävle	5.31,9	8
3. Gunilla Wikman, SPIF	5.37,6	8
4. Margaretha Berglund, SKK	5.39,2	8
5. Monica Ulvar, Jönköping	5.40,0	8
6. Anette Jonsson, Jönköping	5.41,2	8
7. Monica Bergqvist, SPIF	5.43,5	7
8. Yvonne Brage, Skövde	5.44,3	7
9. Eva Schiller, Eskilstuna	5.45,2	8
10. Nina Simm, Malå	5.49,5	8

ELEKTRO-MONTAGE AKTIEBOLAG

(lokal: f. d. MELKA)

Lövparksvägen 8 — FAGERSTA

Telefon 136 20 — 115 00

Verkmäst. Y. Mattsson — Tel. 136 20

Ordermottagning — Tel. 104 41

Lagerchef, Fagersta, U. Erixon — Tel. 115 00



JANSSONS GLASMÄSTERI

Tunadalsgatan 28 — KÖPING

Telefon 0221/100 13, 141 12

BILRUTOR — böjda och plana

Fönsterglas

Inramningar

Bröderna Karlssons Frukt & Blommor

Telefon affären Köping 128 53

Telefon Trädgårdarna 106 53

Försäljer årstidens grönsaker och
blommor
Smakfull krans- och bukettbindning
i önskade prislagen

Plastmattor och heltäckande mattor
i stort urval
Kontakta

ELOF PETTERSSON GOLV AB

Åkerbovägen 1 C — 731 00 KÖPING

Telefon 0221/121 57

Köpings Gräv- & Grusbolag

Holms Malma-Köping

Telefon kontor 0221/810 47 — 811 31

Telefon grustag 108 02

Levererar

GRUS, SINGEL, SAND

Vid KÖP och SERVICE
kan Ni med fullt förtroende vända Er till

OSCARSONS RADIO & TV

St. gatan 4 — Köping

Telefon 107 82

SERVICE — FÖRSÄLJNING

4. Bengt Gingsjö, S 02	4.21,2	8
5. Anders Bellbring, Uppsala	4.22,2	7
6. Per Hagström, Örebro	4.24,7	8
7. Peter Feil, Eskilstuna	4.25,8	8
8. Börje Holmberg, Timrå	4.28,9	8
9. Thomas Göransson, Helsingborg	4.29,5	8
10. Gunnar Nygren, SPIF	4.30,8	7
11. Leif Björklund, SPIF	4.31,5	8
12. Göran Gunnerling, Jönköping	4.32,7	8
13. Tommy Palstam, S 02	4.33,2	10
14. Hans Lager, SPIF	4.33,8	8
15. Pär Eriksson, Timrå	4.34,6	7
16. John Christensen, Uppsala	4.34,7	8
17. Anders Holme, SKK	4.35,9	8
18. Lars G. Bernfsson, Elfsborg	4.36,8	7
19. Lester Eriksson, Sundsvall	4.36,9	6
20. Christer Andersson, Ägir	4.37,3	6

1500 m frisim

1. Gunnar Larsson, MS	16.41,5	8
2. Hans Ljungberg, Timrå	16.59,6	8
3. Sven von Holst, SKK	17.08,3	8
4. Anders Bellbring, Uppsala	17.19,4	8
5. Bengt Gingsjö, S 02	17.21,5	8
6. Per Hagström, Örebro	17.22,6	8
7. Börje Holmberg, Timrå	17.31,5	8
8. Peter Feil, Eskilstuna	17.47,0	8
9. Göran Gunnerling, Jönköping	18.06,0	8
10. Alf Larsson, Jönköping	18.20,0	8
11. John Christensen, Uppsala	18.21,1	8
12. Thomas Göransson, Helsingborg	18.26,3	6
13. Inge Andersson, Kristianstad	18.26,6	8
14. Anders Holme, SKK	18.26,9	6
15. Leif Björklund, SPIF	18.30,8	6
16. Glen Bengtsson, S 02	18.33,7	1
17. Roland Widing, SPIF	18.36,5	8
18. Jan Gustavsson, S 02	18.47,6	8
19. Hans Lager, SPIF	18.48,0	8
20. Lennart Johansson, Nässjö	18.50,7	7

4X100 m frisim

1. Stockholmspolisens IF	3.45,0	8
2. S 02	3.45,6	8
3. Sundsvalls SS	3.47,7	8
4. Stockholms KK	3.49,7	8
5. Timrå AIF	3.51,1	8
6. Uppsala SS	3.53,2	8
7. Örebro SS	3.56,2	6
8. SK Neptun	3.56,7	8
9. Helsingborgs SS	4.04,3	6
10. Karlskoga SS	4.04,5	6
11. Karlstads SS	4.04,7	8
12. Eskilstuna SS	4.05,8	7
13. Tunafors SK	4.06,2	7
14. Jönköpings SLS	4.06,9	7
15. S 02, lag 2	4.07,2	8
16. Värnamo SS	4.08,0	7
17. SK Ägir	4.08,3	6
18. Stockholmspolisens IF, lag 2	4.08,6	6
19. Stockholmspolisens IF, lag 3	4.08,9	6
20. Kristianstads SLS	4.09,0	6

4X200 m frisim

1. S 02	8.17,1	8
2. Stockholmspolisens IF	8.22,1	8
3. Timrå AIF	8.23,4	8
4. Uppsala SS	8.26,6	8
5. Stockholms KK	8.29,9	8
6. Sundsvalls SS	8.39,2	8
7. Stockholmspolisens IF, lag 2	8.50,8	8
8. Västerås SS	8.53,0	8
9. Örebro SS	8.55,9	8
10. Jönköpings SLS	8.58,4	7
11. Kristianstads SLS	9.08,2	6
12. Helsingborgs SS	9.08,3	6
13. Karlskoga SS	9.10,3	6
14. Ystads SS	9.22,1	6
15. Karlstads SS	9.22,6	6
16. S 02, lag 2	9.23,2	8
17. Bromma SS	9.29,4	6
18. Malmö SS	9.36,8	6
19. Uddevalla SF	9.37,8	7

100 m bröstsim

1. Thomas Johnsson, Skövde	1.09,3	9
2. Göran Eriksson, GKK	1.11,5	8
3. Thomas Kensen, Karlskoga	1.13,6	7
4. Björn Wahlgren, S 02	1.14,1	8
5. Erland Sangfeldt, Uppsala	1.14,7	8
Bernt Zarnowiecki, S 02	1.14,7	8
7. Anders Häggqvist, Timrå	1.15,3	8
8. Hans Ljungberg, Timrå	1.15,7	6
9. Tommy Bucht, Gävle	1.15,9	7
10. Åke Franzén, Umeå	1.17,2	6
Georg Karlsson, Helsingborg	1.17,2	7
12. Bo Hultén, MS	1.17,4	7
13. Per Ekehov, Borlänge	1.17,5	8
14. Marlin Söderberg, Ägir	1.17,9	6
Rolf Tegeback, Sundsvall	1.17,9	6
16. Pär Månsson, Sollefteå	1.18,0	6
17. Kent Eriksson, Uppsala	1.18,1	7
18. René Tour, Neptun	1.18,2	8
19. Gert Linderos, Helsingborg	1.18,5	6
Bo Litzell, Gävle	1.18,5	6
Göran Rosmark, Örebro	1.18,5	7

200 m bröstsim

1. Thomas Johnsson, Skövde	2.35,6	8
2. Gunnar Larsson, MS	2.36,4	8
3. Göran Eriksson, GKK	2.38,0	8
4. Hans Ljungberg, Timrå	2.40,2	9
5. Erland Sangfeldt, Uppsala	2.41,1	8
6. Thomas Kensen, Karlskoga	2.43,8	8
7. Bernt Zarnowiecki, S 02	2.44,2	7
8. Anders Häggqvist, Timrå	2.44,5	8
9. Tommy Bucht, Gävle	2.45,2	7
10. Pär Månsson, Sollefteå	2.46,7	8
11. Per Ekehov, Borlänge	2.47,1	7
12. Göran Johansson, Värnamo	2.48,4	8
13. René Tour, Neptun	2.48,5	10
14. Björn Wahlgren, S 02	2.50,0	8
15. Åke Karlsson, SPIF	2.51,0	10
16. Åke Franzén, Umeå	2.51,2	6
17. Gert Linderos, Helsingborg	2.51,7	8
18. Tommy Arneving, Oskarshamn	2.52,0	7
19. Anders Hultgren, Värnamo	2.52,3	8
20. Bo Hultén, MS	2.52,8	8
Robert Jonsson, NKK	2.52,8	7

100 m ryggswim

1. Hans Tegeback, Sundsvall	1.01,8	8
2. Svante Zetterlund, Karlskoga	1.02,3	9
3. Anders Sandberg, Eskilstuna	1.04,7	8
4. Bengt Gingsjö, S 02	1.05,1	8
Hans Ljungberg, Timrå	1.05,1	8
6. Jan Gustavsson, S 02	1.05,7	8
7. Ronnie Palm, Limhamn	1.05,8	8
8. Lars Andersson, Wisby	1.06,0	6
Tord Larsson, Wisby	1.06,0	6
10. Jan Liljeros, Karlskoga	1.06,6	8
11. Hans Lager, SPIF	1.07,8	8
12. Leif Eriksson, Uppsala	1.08,0	8
13. Anders Bellbring, Uppsala	1.08,3	6
14. Sven von Holst, SKK	1.08,4	10
15. Svante Rasmusson, Umeå	1.08,9	8
16. Kenneth Karlsson, Karlstad	1.09,0	8
17. Roland Widing, SPIF	1.09,5	10
18. Peter Höglund, Sollefteå	1.09,7	6
19. Olle Fern, NKK	1.09,9	6
20. Inge Andersson, Kristianstad	1.10,0	8

200 m ryggswim

1. Gunnar Larsson, MS	2.13,3	4
2. Svante Zetterlund, Karlskoga	2.15,7	9
3. Bengt Gingsjö, S 02	2.18,4	8
4. Hans Tegeback, Sundsvall	2.19,6	8
5. Anders Sandberg, Eskilstuna	2.20,2	8
6. Jan Gustavsson, S 02	2.21,6	8
7. Kenneth Karlsson, Karlstad	2.23,5	9
8. Ronnie Palm, Limhamn	2.23,6	8
9. Glen Bengtsson, S 02	2.24,6	8
10. Hans Lager, SPIF	2.25,3	8
11. Leif Eriksson, Uppsala	2.26,3	8
12. Inge Andersson, Kristianstad	2.27,1	8

KÖPINGS SPARBANK

Huvudkontor: Scheelegatan 1 — KÖPING

Telefon 0221/183 00 växel



FILIALER:

Skogsborgskontoret — Telefon g:m växel

Nibbletorget — Telefon g:m växel

Kolsva — Telefon 500 83

Välj **OK** bilvård för Er bils bästa

Försäljningsställen:

Västeråsvägen 17 Köping Tel. 124 50

Nya Bergslagsvägen (E18) Köping Tel. 149 45

Bergslagsvägen Kolsva Tel. 512 00

Väl mött hos

OK KÖPING

KONDITORI BIVUR

Viktorigatan 7 — Telefon 0221/111 43, 121 47

ODENRUDS KONDITORI

Stora gatan 21 — Telefon 0221/128 43

Bröderna Sjöman

KÖPING

Vår specialitet: **APELSINTÅRTA**

Ni har väl smakat den!!

13. Svante Rasmusson, Umeå	2.28,7	8
14. Jan Olof Ekman, Hudiksvall	2.28,9	7
15. Lennart Gullstrand, Uddevalla	2.29,4	7
16. Ulf Jakobsson, Kiruna	2.30,1	8
17. Rolf Alm, Västerås	2.30,2	7
18. Lars Andersson, Wisby	2.30,6	8
19. Roger Andersson, Södertälje	2.31,4	7
20. Ingvar Nilsson, Nässjö	2.31,5	6

100 m fjärilsim

1. Bo Westergren, SPIF	1.00,1	8
2. Hans Ljungberg, Timrå	1.00,7	8
3. Leif Svärd, Karlstad	1.01,1	8
4. Ingvar Eriksson, Sundsvall	1.01,5	8
Pär Eriksson, Timrå	1.01,5	8
6. Peter Feil, Eskilstuna	1.01,9	7
Rolf Pettersson, Uppsala	1.01,9	8
8. Anders Bellbring, Uppsala	1.03,0	8
Göran Jansson, SPIF	1.03,0	7
10. Risto Kaipainen, SPIF	1.03,5	10
11. Glen Bengtsson, S 02	1.03,7	10
12. Tommy Palstam, S 02	1.04,5	8
13. Per Hagström, Örebro	1.04,8	7
14. Gert Linderos, Helsingborg	1.05,0	7
15. Leif Kedborg, Södertälje	1.05,1	7
16. Bengt Gingsjö, S 02	1.05,2	8
17. Jan Krister Löfgren, Neptun	1.05,4	8
18. Sven von Holst, SKK	1.05,5	6
Lars Lindberg, Karlskoga	1.05,5	8
20. Thomas Göransson, Helsingborg	1.05,7	7

200 m fjärilsim

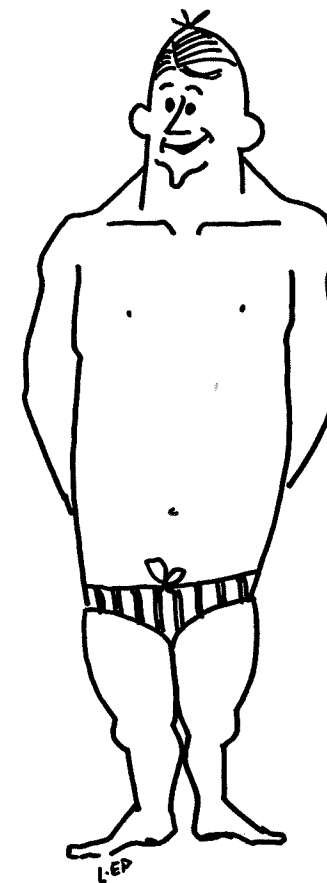
1. Peter Feil, Eskilstuna	2.11,1	7
2. Hans Ljungberg, Timrå	2.12,2	8
3. Anders Bellbring, Uppsala	2.12,8	9
4. Pär Eriksson, Timrå	2.15,5	8
5. Rolf Pettersson, Uppsala	2.15,7	8
6. Leif Svärd, Karlstad	2.17,9	8
7. Tommy Palstam, S 02	2.18,4	8
8. Risto Kaipainen, SPIF	2.18,5	8
9. Bo Westergren, SPIF	2.19,3	10
10. Gert Linderos, Helsingborg	2.20,4	8
11. Bengt Gingsjö, S 02	2.21,9	6
12. Göran Nilsson, Eskilstuna	2.22,8	8
13. Lars Lindeberg, Karlstad	2.26,0	8
14. Anders Holme, SKK	2.28,4	6
15. Thomas Göransson, Helsingborg	2.29,0	6
16. Jan Magnusson, Kristinehamn	2.29,5	8
17. Jan Peter Sjögren, Avesta	2.30,9	8
18. Peter Carlsson, Jönköping	2.31,3	7
19. Lennart Johansson, SPIF	2.33,4	7
20. Sven Bertil Mattsson, Kristianstad	2.33,6	8

200 m medley

1. Gunnar Larsson, MS	2.09,3	9
2. Hans Ljungberg, Timrå	2.14,2	9
3. Bengt Gingsjö, S 02	2.20,0	8
4. Sven von Holst, SKK	2.20,6	8
5. Pär Eriksson, Timrå	2.23,6	8
6. Tommy Palstam, S 02	2.23,8	8
7. Gert Linderos, Helsingborg	2.26,3	8
8. Hans Lager, SPIF	2.27,2	8
9. Bo Åhman, Luleå	2.27,6	8
10. Bernt Zarnowiecki, S 02	2.27,7	8
11. Kenneth Karlsson, Karlstad	2.28,2	6
Rolf Pettersson, Uppsala	2.28,2	7
13. Thomas Göransson, Helsingborg	2.29,2	7
Göran Nilsson, Eskilstuna	2.29,2	8
Bengt Rask, Markaryd	2.29,2	8
16. Per Hagström, Örebro	2.29,3	7
17. Freddy Heinefeldt, Finspång	2.29,4	8
18. Ola Håkansson, Gävle	2.29,6	8
19. Per Månsson, Sollefteå	2.30,6	7
20. Rolf Alm, Västerås	2.30,8	8

400 m medley

1. Gunnar Larsson, MS	4.36,2	9
2. Hans Ljungberg, Timrå	4.43,8	9
3. Sven von Holst, SKK	4.54,3	8
4. Anders Bellbring, Uppsala	4.58,4	8



HANS LJUNGBERG

På allmän begäran ännu en gång Hasse Ljungberg, som Lars-Eric Paulsson ser honom med sitt ritstift.

5. Bengt Gingsjö, S 02	5.00,0	8
6. Tommy Palstam, S 02	5.09,8	8
7. Pär Eriksson, Timrå	5.10,6	8
8. Leif Svärd, Karlstad	5.12,3	8
9. Gert Linderos, Helsingborg	5.15,2	8
10. Kenneth Karlsson, Karlstad	5.17,5	9
11. Anders Holme, SKK	5.18,2	8
12. Hans Lager, SPIF	5.19,2	8
13. Bengt Rask, Markaryd	5.19,8	8
14. Göran Eriksson, GKK	5.20,2	6
15. Rolf Pettersson, Uppsala	5.20,5	7
Bernt Zarnowiecki, S 02	5.20,5	8
17. Per Hagström, Örebro	5.23,0	7
18. Tord Larsson, Wisby	5.23,1	6
19. Pär Månsson, Sollefteå	5.25,5	6
Göran Nilsson, Eskilstuna	5.25,5	8

4×100 m medley

1. Sundsvalls SS	4.14,3	8
2. Timrå AIF	4.14,4	8
3. S 02	4.15,8	8
4. Uppsala SS	4.21,5	8
5. Karlskoga SS	4.22,0	8
6. Stockholmpolisens IF	4.22,8	8
7. Eskilstuna SS	4.24,8	8
8. Helsingborgs SS	4.33,4	8
9. Stockholms KK	4.34,8	6
10. Karlstads SS	4.35,2	8
11. Kristianstads SLS	4.35,4	8
12. Stockholmpolisens IF, lag 2	4.35,6	8
13. Örebro SS	4.37,2	8
14. Gävle SS	4.38,7	8
15. Västerås SS	4.40,6	7
16. Landskrona SS	4.42,9	6
17. Värnamo SS	4.43,4	8
18. Norrköpings KK	4.45,5	8
SK Ägir	4.45,5	6
20. Södertälje SS	4.47,6	7

GLAS för nybygget eller om rutan går sönder Inramning och försäljning av tavlor KÖPINGSGLASMÄSTERI Stora Gatan 20 — Telefon 101 05 BILGLAS — PLEXIGLAS	Vid ELMOTOR-fel anlita RÖRICK EL-VERKSTAD KÖPING Telefon 0221/800 23
Köpings Elektriska Affär ALLT I EL Telefon 0221/136 40 växel KÖPING	Rune Collén Bil AB Utställning: Väsbygatan 15 — SALA — Väsbygatan 20 Aukt. återförsäljare för RAMBLER HANOMAG Telefon 0224/125 00 — 110 24
IBIS BARNEKIPERING Stora gatan 8 — KÖPING Telefon 130 40 Modern Barnekipering	AB RAMSTRÖMS JÄRNHANDEL Rådhusgatan 1 Telefon 0224/132 40 SALA En tjänstvillig JÄRNHANDEL

*Dubbel
olympier
tycker:*

Kvalificerat struntprat

Gaston Meyers basartikel i L'Equipe har publicerats i fackorganet IB med kommentarer men har i övrigt utanför Simsport inte givit anledning till opinionsyttring. Berörda artikel tillåter jag mig betrakta som kvalificerat struntprat av den franske journalisten och jag frågar angående nedskärning av simprogrammet:

I vad mån utgör 13 löpgrenar contra 15 simgrenar en avgörande skillnad mellan de båda globala idrotternas OS-program? Dessutom tillkommer ju i friidrott hopp och kast samt mångkamp (i simning hopp och vattenpolo). Om Meyer önskar skära ner simprogrammet kan man ju i linje med denna logik, undra varför man skall tillåtas hoppa och kasta redskap på olika sätt. Det vore i stället fördriktigt att ena sig om en modell. För min del får de olika grenarna gärna kvarstå.

Det är möjligt att det är lättare att vara bra i flera grenar i simning. Faktum är dock att om man tar ut 50 elit-simmare i en svensk storklubb så är väl högst fem relativt bra i olika discipliner. Friidrotten kan presentera tredubbla olympiska mästare i exempelvis 5.000, 10.000 m och maraton. 100, 200 m och längdhopp, dubbla på 800 och 1.500 löpning. Simning är därvidlag inte något unikt exempel, och vi väntar fortfarande på den dag då en och samma person blir olympisk mästare i bröstsim, ryggsim och frisim.

Året runt-träning

Klyschan, att simning är en underutvecklad idrott p.g.a. sin rekordinflation faller på sin egen orimlighet. Simning är kanske den idrott där det tränas mest intensivt just nu. Med några smärre uppehåll är det nämligen fråga om 12 månaders träning med hög kvalitet. Det handlar inte om några entimmesprogram utan i kvalificerade sammanhang om två-trepasssträning per dag, sammanlagt omspannande fem-sex timmar. Dessa utnyttjas effektivt. Det vore egendomligt om den idrottsgren skulle

vara underutvecklad, där det tränas effektivt i samråd med vetenskaplig expertis.

Hög standard

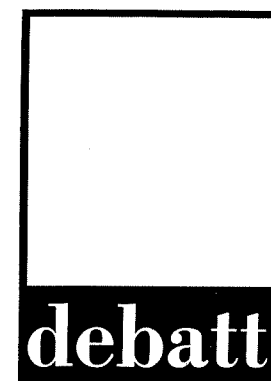
Beträffande rekord måste man skilja på världsstandard och Europastandard för att veta vad man pratar om. Europastandarden är bland herrarna i nivå med världsstandard med damerna med några undantag ligger något efter. Enligt ovanstående resonemang beträffande träningseffektiviteten skulle väl världsrekorden i simning inte tyda på underutveckling utan snarare vara en frukt av riktiga förberedelser.

Friidrottarna kunde istället ta intryck av simmarens uppläggning av säsongen. Ta Gunnar Larsson som exempel! Han gjorde två stora tävlingar i somras, dels i Sancta Clara dels vid EM i Barcelona med formtopp vid träningsmålet EM. Det säger sig självt att en koncentration till ett—två tillfällen bör ge förnämligare rekordutdelning än att som friidrottarna åka runt och tävla ett par gånger i veckan för att tjäna pengar.

Det omdömet att vattenpolo inte är sport utan "vattenbrottning" och borde strykas från OS-programmet torde ha inspirerats av den tendentiösa olympiafilmen, som förlöjligar grenen och ej ger rättvisa åt spelets karaktär. Vattenpolo förutsätter simskicklighet, bollsinne, taktik, kondition och hårdhet. Nog sagt.

Så till sist något om den till synes tillspetsade frågeställningen i L'Equipe: Är det normalt att Sverige totalt noterar en så fin placering endast tack vare en enda simmare? Författaren gör sig skyldig till en överdrift och visar dessutom att han ej studerat resultaten från EM. Sverige hade nämligen framskjutna placeringar i de flesta grenar och demonstrerade en imponerande bredd i jämförelse med folkrika nationer som England och Frankrike, varifrån artikeln emanerar.

Olle Ferm i Norrköpings Tidningar



Simbads- delegationen upphör

Simbadsdelegationens verksamhet kommer att upphöra, då några statsmedel för dess verksamhet ej beviljats för verksamhetsåret 1970—1971.

Detta innebär, att kommunerna fortsättningsvis ensamma får svara för utrustningen till simskolorna. Betr. anslag till anläggning av simbanor, lämpliga för simundervisning kan sådana sökas hos Naturvårdsverket, som fortsättningsvis även behandlar ansökningar om anslag till bastur. Naturvårdsverket har sålunda även övertagit Idrottsplatskommitténs anslagsfunktioner. IPK:s tekniska rådgivning har överförts till Kommunförbundet.

Då det gäller granskning av ritningar till nya bad fungerar också som tidigare Simförbundets och Simfrämjandets badbyggnadstekniska kommitté. Denna granskning är kostnadsfri så långt den begränsas till det s.k. bassängutrymmet.

Brevskola i 5 häften

Nyligen har den nya brevskolan för funktionärer i simidrott kommit ut. Innehållet i brevskolan är självinstruerande och meningen är att man skall kunna sända ut de olika "brev" till eleverna för självstudium och sedan samla ihop dessa till en genomgång. En genomgång som ägnas åt diskussion omkring de problem som uppstått under genomläsningen av breven. Vid denna genomgång skall man också ha en skrivning och en praktisk genomgång av de olika funktionärernas uppgifter. Brevskolan består av fem olika häften:

1. Allmän del. Denna del innehåller Simförbundets stadgar och allmänna tävlingsbestämmelser och denna del ingår som ett obligatorium i all funktionärsutbildning av detta slag.

2—5. Supplementen innehållande speciella regler för simning, simhopp, vattenpolo och konstsim.

Om man skall genomföra exempelvis en kurs i vattenpolo skall man alltså ha dels en Allmän del, dels supplementet för vattenpolo och dels Svenska Simförbundets stadgar och tävlingsbestämmelser. Meningen är att de olika häften skall läsas parallellt med regelboken och då såväl häften som regelbok kostar 3:— kr/st. blir kostnaden per elev 9:— kr.

Eventuella frågor om Brevskolan besvaras av konsulent Roger Taflin, tel. 08/14 18 30.

JUDELLS RÖR AB

Fredsgatan 25
Telefon växel 0224/131 05
733 00 SALA

SIGFRID LINDEVALL

TÄRNSJÖ
Telefon 0292/501 26

SPECERIER
GLAS och PORSLIN
HUSGERÅD

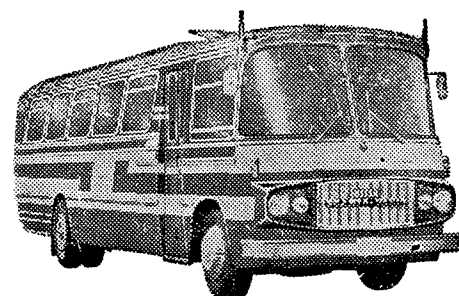
Kolsva Bil & Motor

Inneh.: Nils Gustafsson
Bergslagsv. 1 — KOLSVÄ
Telefon 0221/502 32, 511 82

Fullständig Bilservice,
Bilplåtslageri och Billackering,
Ugnslackering

UNDERREDSBEHANDLINGAR
enligt M-L-metoden med DINITROL
utför vi i vår verkstad på

Kvarngatan 13 — Telefon 191 73



Vi har ett 20-tal bussar i
hel- och halvturist till Eder tjänst
för längre och kortare resor

VÄSTERFÄRNEBO BILTRAFIKFÖRNING

Telefon 0224/402 11 — 400 01
Bostad 400 15

HEBY TRYCKERI

HEBY
Telefon Sala 0224/300 56

OFFSET och BOKTRYCK

BOSELLS FÄRG

740 40 HEBY

Ring Sala 304 60

FÄRGER och TAPETER

Simlinje på GIH Ansök senast 31 december

Det blir en simlinje på GIH 1971, ny-
ligen beslutat, och det gör att det
brädskar med ansökningarna.

Som förmodligen alla vet, syftar den-
na utbildning till att ge specialförbun-
den en chans till specialutbildat folk i
sin idrott.

Vi har tidigare haft denna förträffliga
möjlighet att utbilda folk och sommar-
en 1969 examinerades fem stycken:
Margareta Öhrström, Göteborg, Jan-
Olof Fahlén, Västerås, Tommy Broström,
Södertörns SS, Ingvar Eriksson, Sunds-
vall samt undertecknad. Alla vi fem
stryker under att denna utbildning är
mycket bra, t. o. m. bättre än den "gam-
la" gymnastiklärarutbildningen.

Eftersom det i varje specialidrott en-
dast bereds plats för fem stycken är det
av yttersta vikt att det är de rätta fem,
som bereds plats. Vi väddar därför till
föreningarna och distrikten att Ni kallar
upp vilka, som har för avsikt att söka
denna utbildning och att Ni till oss
meddelar vilka dessa är och vilka deras
meriter är.

Orsaken är nämligen den, att GIH
å sin sida värderar de sökande med ut-
gångspunkt från de pappersmeriter, som
finns medan Svenska Simförbundet å
sin sida har den svåra uppgiften att
värdera de sökande ur en annan syn-
vinkel.

Vi vill att Ni till den **31 december**
sänder in namn, adress, ålder, telefon-
nummer och meritförteckning på de
ungdomar Ni vet har för avsikt att söka
till GIH:s Idrottslärlinje, så att vi i
god tid kan undersöka vilka, som är
lämpliga. **Roger Taffin**

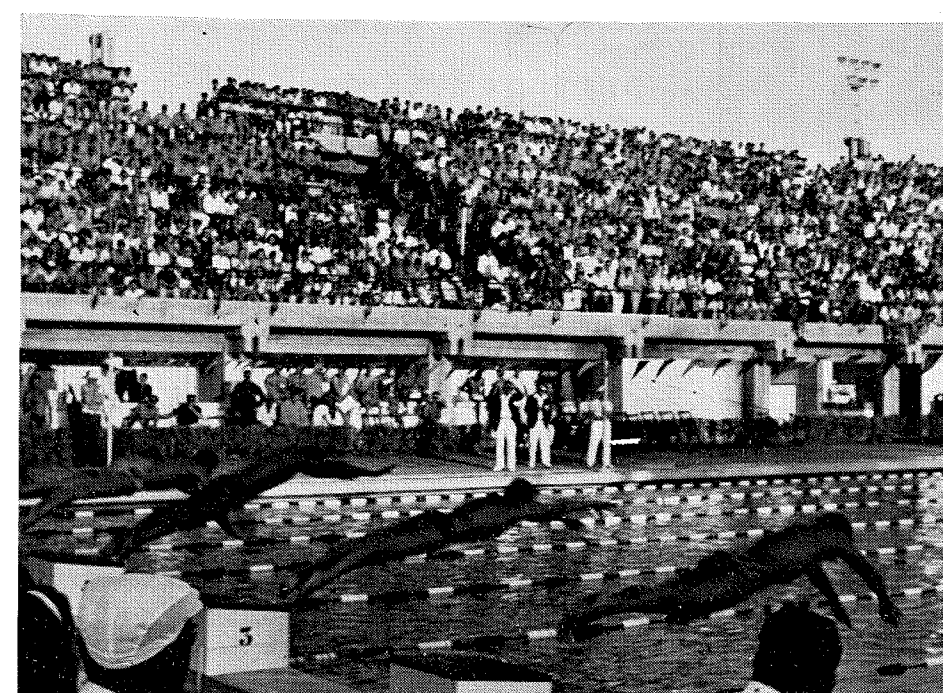
... och även till idrottsplutonerna

Ansökningar till idrottsplutonerna
1971/72 skall vara chefen för armén
tillhanda senast 1 februari 1971. Ansök-
ningsformulär finns på förbundskansliet.

I princip kan endast de som är födda
1951 och tidigare ifrågakomma till ut-
bildning vid idrottspluton 1971/72. En-
dast i undantagsfall kan de som är
födda 1952 och har inskrivits hösten
1970 placeras vid idrottspluton 1971/72.

Utbildningen vid idrottsplutonerna är
i första hand av militär art, men 25 %
av utbildningstiden är anslagen till fy-
sisk träning.

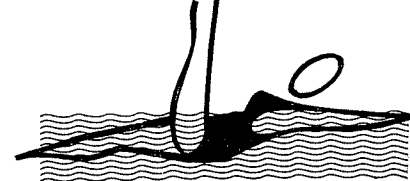
Slutlig uttagning av värnpliktiga till
idrottsplutonerna 1971/72 beräknas ske
under februari—mars 1971.



VILKEN PUBLIKSPORT!

Fyllda läktare, hög stämning. En dröm för oss svenskar.
Men ingen dröm för resande svenska simmare. EM-dagarna
i Barcelona var rena folkfesten. I Spanien tycks simningen
f. ö. vara verkligt populär. Bilden ovan är från militära VM
i Sevilla, en stor begivenhet och stor folkfest. Som synes.

Konst-sim



Det sista Riksmästerskapet i Konstsim
blev en stor framgång för Göteborg och
Närke. Två RM gick till S 02, och NA-
JADEN tog de tre första platserna i den
nationella figurtävlingens nybörjarklass.

Harriet De Giorgio, Örebro SS säkra-
de solotiteln genom en god andraserie
i figursimningen och en mycket inspire-
rad musiksimning. Fjölårsmästarinnan
Anette Eriksson från NEPTUN fick se sig
slagen med 3,47 poäng. Efter figur-
simningen låg Anette på tredje plats,
fick i musiksimningen dagens näst bästa
poäng och passerade därmed Marie
Cervin, S 02.

Partävlingen blev en rafflande till-
ställning. Skulle S 02-paret Anette Win-
berg/Marie Cervin behålla sitt försprång
på 0,04 poäng före ÖSS-paret Harriet
De Giorgio/Marie Larsén i musiksim-
ningen? ÖSS-flickorna startade som för-
sta par och erhöill domarsiffran 6 av
samtliga domare för en väl genomförd
"Granada". NEPTUN-paret Annika
Skjöldevald/Annika Lindh fick samma
poäng, 32,50, i musiksimningen för sin
"Guernica" som de simmade till Beet-
hovens Odesymfoni. Då de hade sämre
medelpoäng i figursimningen kunde de
ej hafa ÖSS-paret. Som sista par star-
tade göteborgsflickorna med sitt "Tids-

fördriv". De fördrev tiden på ett lämp-
ligt sätt om man får tro domarna som
gav 2 sjuor och 3 sextor och 33,33 i
poäng på musiksimningen. Därmed gick
segern till S 02 med 0,87 poängs margi-
nal. Även striden om tredjeplatsen var
hård. Berit Lönn/Lena Ruthström, S 02,
hade ett fint utgångsläge efter fullträff
för bågge i figurtävlingen. Deras ringa
fävlingsvana spelade emellertid ett
spratt i musiksimningen, där de hamna-
de sist och fick lämna bronset till ruti-
nerade Skjöldevald/Lindh.

Lagmästerskapet tog S 02-kvarfetten
på stor jämnhet i figursimningen medan
NEPTUN-flickorna än en gång fick ta
fram allt sitt kunnande för att säkra
silvermedaljerna före ÖSS efter en myc-
ket ojämn figursimning.

I den nationella figursimningens C-
klass vann Anita Oelze, Västerås SS, en
övertygande seger med 46,18 poäng,
nära 5 poäng före klubbkamraten Åsa
Eriksson.

Det var glädjande att se så många
startande i nybörjarklassen, som vanns
av Barbro Anzéehn, NAJADAN, före
klubbkamraterna Ingela Johansson och
Marie Hansson. Närmast följde Kumla-
flickorna Kristina Ilander och Ann-Char-
lotte Weidermann. Detta bevisar att
man i Göteborg och Kumla fått det
rätta greppet om grundutbildningen och
dessa flickor kommer vi med säkerhet
att längre fram få se i större samman-
hang.

Till sist några statistiksiffror. I tävling-
arna startade sammanlagt 44 flickor av
56 anmälda från 11 föreningar repre-
senterande 7 simdistrikt, vilket bevisar
att Konstsimmet fått stor bredd och är
värdigt SM-status 1971.

Set Hjärpe

PETTERSSONS GLASMÄSTERI Västfunagatan 37 HALLSTAHAMMAR utför alla slags glasarbeten, bilrutor och inramningar Tel. Verkstaden 117 18	DANIELSSONS ELEKTRISKA ALLT ELEKTRISKT Storgatan 6 HALLSTAHAMMAR Telefon 0220/137 40 El-installationer — Belysningsarmatur RADIO - TV
HALLSTAHAMMARS RÖR Andersson & Karlsson HALLSTAHAMMAR Telefon växel 0220/116 50	HALLSTA JÄRN Välsorterad JÄRNAFFÄR 734 00 HALLSTAHAMMAR Telefon kontoret 100 08 Affären 100 22
FIRMA B. A. LEO MEKANISK VERKSTAD Herrskogen, 730 40 KOLBÄCK Telefon 0220/430 55	GLASÖGON Fick- och Armbandsur Väggur och Pendyler i god sortering SVEN KUMLIN Ur & Optisk Affär Hantverkaregatan 4 HALLSTAHAMMAR Telefon 0220/101 17
HALLSTA BILSERVICE Bergslagsvägen 213 HALLSTAHAMMAR Telefon 115 76 BILREPARATIONER	KOM IHÄG ELONS KIOSK Murargatan 20 — SURAHAMMAR Telefon 0220/310 01 Stor sortering av allt inom branschen Ombud för AB Tipstjänst Öppet vardagar 8—12, 13—20.30 Söndagar 9—20.30

VÄRLDSREKORD

HERRAR

Distans	Namn och klubb	Plats	Tid	Datum
FRISIM				
100 m	Mark Spitz, USA	Los Angeles	51,94	700823
200 m	Mark Spitz, USA	Santa Clara	1.54,3	690712
400 m	Gunnar Larsson, Sverige	Barcelona	4.02,6	700907
800 m	Mike Burton, USA	Louisville	8.28,8	690817
1500 m	John Kinsella, USA	Los Angeles	15,57,10	700821—23
4×100 m	Los Angeles AC, USA	Los Angeles	3.28,78	700821—23
4×200 m	USA	Tokyo	7.48,0	700829
BRÖSTSIM				
100 m	Nicolai Pankin, Sovjet	Magdeburg	1.05,8	690419—20
200 m	Brian Job, USA	Los Angeles	2.23,46	700821—23
RYGGSIM				
100 m	Roland Matthes, DDR	Barcelona	56,9	700908
200 m	Roland Matthes, DDR	Barcelona	2.06,1	700911
FJÄRILSIM				
100 m	Mark Spitz, USA	Long Beach	55,6	680831
200 m	Gary Hall, USA	Los Angeles	2.05,01	700821—23
MEDLEY				
200 m	Gunnar Larsson, Sverige	Barcelona	2.09,3	700912
400 m	Gary Hall, USA	Los Angeles	4.31,03	700822
4×100 m	DDR	Barcelona	3.54,4	700908
DAMER				
FRISIM				
100 m	Dawn Fraser, Australien	Sydney	58,9	640229
200 m	Debbie Meyer, USA	Los Angeles	2.06,7	680825
400 m	Debbie Meyer, USA	Los Angeles	4.24,34	700821—23
800 m	Karen Moras, Australien	Edinburg	9.02,5	700718
1500 m	Debbie Meyer, USA	Louisville	17.19,9	690817
4×100 m	DDR	Barcelona	4.00,8	700911
4×200 m	Arder Hill, USA	Lincoln	8.46,2	680804
BRÖSTSIM				
100 m	Catie Ball, USA	Los Angeles	1.14,2	680826
200 m	Catie Ball, USA	Los Angeles	2.38,5	680827
RYGGSIM				
100 m	Karen Muir, Syd-Afrika	Utrecht	1.05,6	690706
200 m	Susan Attwood, USA	Louisville	2.21,5	690815
FJÄRILSIM				
100 m	Alice Jones, USA	Los Angeles	1.04,1	700821—23
200 m	Alice Jones, USA	Los Angeles	2.19,13	700821—23
MEDLEY				
200 m	Claudia Kolb, USA	Los Angeles	2.23,5	680826
400 m	Claudia Kolb, USA	Los Angeles	5.04,7	680825
4×100 m	USA	Osaka	4.27,4	700902

BJÖRKMANS GLASMÄSTERI EFTR.

HALLSTAHAMMAR
Telefon 0220/104 31

Byggnadsglasning — Inramning — Bilrutor

Då det gäller MÅLNINGSARBETEN

vänd Eder med förtroende till

MURÉNS MÅLERI AB

Telefon 0220/101 43, 105 91
HALLSTAHAMMAR

boktryck • offset

TRYCKCENTRA AB

SALTÄNGSVÄGEN 18 POSTBOX 3006 720 03 VÄSTERÅS TELEFON 021/18 04 70



När det gäller HUVUDBONADER
för den klädmedvetna kvinnan

våsterås HATTFABRIK ab

Sveriges ledande tillverkare av
DAMHATTAR och BARNMÖSSOR

EUROPAREKORD

HERRAR

Distans	Namn och klubb	Plats	Tid	Datum
FRISIM				
100 m	Michel Rousseau, Frankrike	Barcelona	52,8	700905
200 m	Hans Fassnacht, V-Tyskland	Barcelona	1.55,2	700909
400 m	Gunnar Larsson, Sverige	Barcelona	4.02,6	700907
800 m	Hans Fassnacht, V-Tyskland	Barcelona	8.41,4	700911
1500 m	Hans Fassnacht, V-Tyskland	Barcelona	16.19,9	700911
4×100 m	Sovjetunionen	Barcelona	3.32,3	700910
4×200 m	Väst-Tyskland	Barcelona	7.49,5	700912

BRÖSTSIM

100 m	Nicolai Pankin, Sovjet	Magdeburg	1.05,8	690420
200 m	Nicolai Pankin, Sovjet	Magdeburg	2.25,4	690420

RYGGSIM

100 m	Roland Matthes, DDR	Barcelona	56,9	700908
200 m	Roland Matthes, DDR	Barcelona	2.06,1	700911

FJÄRILSIM

100 m	Hans Lampe, V-Tyskland	Barcelona	57,5	700907
200 m	Hans Fassnacht, V-Tyskland	Los Angeles	2.06,9	

MEDLEY

200 m	Gunnar Larsson, Sverige	Barcelona	2.09,3	700912
400 m	Gunnar Larsson, Sverige	Barcelona	4.36,2	700908
4×100 m	Öst-Tyskland	Barcelona	3.56,4	700908

DAMER

FRISIM

100 m	Gabrielle Wettko, DDR	Barcelona	59,3	700911
200 m	Gabrielle Wettko, DDR	Barcelona	2.08,2	700910
400 m	Elke Sehmisch, DDR	Barcelona	4.32,9	700908
800 m	Karin Neugebauer, DDR	Barcelona	9.29,1	700912
1500 m	Novella Calligaris, Italien	Rom	18.11,6	690910
4×100 m	DDR	Barcelona	4.00,8	700911
4×200 m	Frankrike	St. Clara	9.11,6	680705

BRÖSTSIM

100 m	Galina Prosumenschikova, Sovjet	Tallinn	1.15,4	680403
200 m	Galina Stepanova, Sovjet	Barcelona	2.40,7	700911

RYGGSIM

100 m	Tina Lekvejsjivili, Sovjet	Barcelona	1.07,8	700906
200 m	Andrea Gyarmati, Ungern	Barcelona	2.25,5	700910

FJÄRILSIM

100 m	Ada Kok, Holland	Budapest	1.04,5	650814
200 m	Helga Lidner, DDR	Barcelona	2.20,2	700912

MEDLEY

200 m	Martina Grunert, DDR	Budapest	2.27,5	690824
400 m	Evelyn Stölze, DDR	Barcelona	5.07,9	700906
4×100 m	DDR	Barcelona	4.30,1	700909

Vid val av frisy
välj rätt frisör!!

**HEJDENBORGS
FRISERSALONG**

Posthuset — SURAHAMMAR
Telefon 0220/302 26

**AB SURAHAMMARS
ELEKTRISKA AFFÄR**

Försäljer — Installerar — Reparerar
allt Elektriskt

Köpmangatan 31
735 00 SURAHAMMAR
Telefon 301 00, 319 97

EGGEBORNS
när det gäller FOTO

Köpmangatan 1
VÄSTERÅS

Bröd från
**SJÖHAGENS
FINBAGERI**

är alltid färskt och gott

Bangatan 13
Telefon 021/14 27 50
VÄSTERÅS

En säker väg till KÖRKORTET
välkommen till

AHLÉNS BILSKOLA

Allégatan 24
Telefon 13 26 55
VÄSTERÅS

TRÄDGÅRDSCENTRALEN

VÄSTERÅS
Björnövägen 3
Telefon växel 18 04 60

Välsorterat partilager av:
In- och Utländsk Fukt, Bär, Grönsaker
och Potatis

**För
rörs skull**

**GALOR-
CELSIUS**

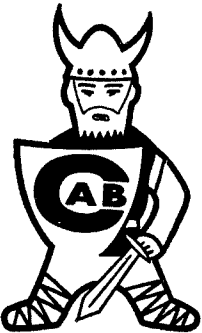
Pyramidvägen 2, 171 85 Solna

AB CHARKFOD

IN- OCH UTLÄNDSKA
SPECIALITÉER

DJUPHAMNSVÄGEN 6
724 65 VÄSTERÅS

TELEFON 021/12 02 40



SVENSKA REKORD på 50-metersbana

HERRAR

Distans	Namn och klubb	Plats	Tid	Datum
FRISIM				
100 m	Per-Ola Lindberg, Neptun	Båstad	54,3	630718
200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	1.55,7	700909
400 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	4.02,6	700907
800 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Varberg	8.54,1	700812
1500 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Varberg	16.41,5	700812
4×100 m	SK Neptun	Stockholm	3.43,8	640822
4×200 m	Simavdelningen 1902	Varberg	8.17,1	700810

BRÖSTSIM

100 m	Thomas Johnsson, Skövde SS	Barcelona	1.09,3	700905
200 m	Thomas Johnsson, Skövde SS	Båstad	2.33,4	680724

RYGGSIM

100 m	Hans Tegeback, Sundsvall	Varberg	1.01,8	700811
200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Bussum	2.13,3	700418

FJÄRILSIM

100 m	Ingvar Eriksson, Sundsvall	Landskrona	59,3	680814
200 m	Peter Feil, Eskilstuna SS	Jönköping	2.08,0	680730

MEDLEY

200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	2.09,3	700912
400 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	4.36,2	700908
4×100 m	Sundsvalls SS	Varberg	4.14,3	700809

NATIONSREKORD

4×100 m frisim	Landslaget		3.39,0	
4×200 m frisim	Landslaget	Barcelona	7.57,7	700912
4×100 m medley	Landslaget	Barcelona	4.05,1	700908

DAMER

FRISIM

100 m	Ann-Christine Hagberg, Neptun	Örebro	1.01,5	630818
200 m	Elisabeth Berglund, Sundsvall	Barcelona	2.14,0	700910
400 m	Gunilla Jonsson, Malmö S	Barcelona	4.36,8	700908
800 m	Elisabeth Morris, Neptun	Lincoln	9.45,0	680804
1500 m	Elisabeth Morris, Neptun	St. Clara	18.21,7	680707
4×100 m	SK Neptun	Stockholm	4.14,0	630808

BRÖSTSIM

100 m	Yvonne Brage, Skövde	Hjo	1.18,5	700722
200 m	Yvonne Brage, Skövde	Hjo	2.46,6	700729
400 m	Yvonne Brage, Skövde	Hjo	6.01,9	660619

RYGGSIM

100 m	Eva Folkesson, Kristianstad	Barcelona	1.09,2	700906
200 m	Eva Folkesson, Kristianstad	Barcelona	2.30,2	700909

FJÄRILSIM

100 m	Elisabeth Hjort, Gävle	Oslo	1.08,6	700818
200 m	Eva Wikner, Polisens IF	Barcelona	2.31,4	700911

MEDLEY

200 m	Anita Zarnowiecki, S 02	Varberg	2.33,9	700810
400 m	Anita Zarnowiecki, S 02	Varberg	5.26,1	700812
4×100 m	Stockholmspolisens IF	Varberg	4.50,6	700808

NATIONSREKORD

4×100 m frisim	Landslaget	Barcelona	4.07,4	700911
4×100 m medley	Landslaget	Barcelona	4.39,1	700909



Simma lugnt

kan alla göra
som har lämnat sina
trycksaksproblem
till



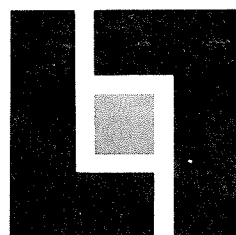
VÄSTRA AROS TRYCKERI AB
Box 721 • 721 20 Västerås • 021-12 02 00

Ingenjörfirman
Byggkonsult Västerås AB

Vasagatan 32
Telefon 021/11 02 40 växel

Industriprojektering
Byggnadskonstruktioner
Kontroll
Besiktningar

Hemmaplan är alltid en fördel



Vi känner vår hemmaplan och vet vad den kräver.
Personlig kundservice och snabb skadereglering, bland annat.
Dessa krav är naturliga för oss, eftersom vi ägs av våra frösäkringstagare.
Vi har inga vinstintressen, därför är våra premier så låga.
Vi har representanter på varje ort inom länet.

VÄSTMANLANDS LÄNS FÖRSÄKRINGSBOLAG

Stora gatan 41, 722 12 VÄSTERÅS, 021/18 51 50

SVENSKA REKORD på 25-metersbana

HERRAR

Distans	Namn och klubb	Plats	Tid	Datum
FRISIM				
100 m	Lester Eriksson, SK Neptun	Bremen	53,4	670305
200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Malmö	1.55,6	680905
400 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	4.02,6	700907
800 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Geneve	8.37,0	700826
1500 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Varberg	16.41,5	700812
4×100 m	Stockholmspolisens IF	Linköping	3.41,7	700322
4×200 m	Simavdelningen 1902	Göteborg	8.14,4	691027

BRÖSTSIM

100 m	Thomas Johnsson, Skövde SS	Göteborg	1.07,5	690403
200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Malmö	2.26,2	700920

RYGGSIM

100 m	Hans Tegeback, Sundsvalls SS	Tranviken	1.01,6	700814
200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Linköping	2.12,9	690830

FJÄRILSIM

100 m	Ingvar Eriksson, Sundsvalls SS	Malmö	58,2	670924
200 m	Peter Feil, Eskilstuna SS	Jönköping	2.08,0	680730

MEDLEY

200 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	2.09,3	700912
400 m	Gunnar Larsson, Malmö S	Barcelona	4.36,2	700908
4×100 m	Simavdelningen 1902	Linköping	4.09,8	700321

DAMER

FRISIM

100 m	Ann-Christine Hagberg, Neptun	Örebro	1.01,5	630818
200 m	Anita Zarnowiecki, S 02	Linköping	2.13,7	700322
400 m	Gunilla Jonsson, Malmö S	Barcelona	4.36,8	700908
800 m	Elisabeth Morris, SK Neptun	Stockholm	9.38,7	680312
1500 m	Elisabeth Morris, SK Neptun	St. Clara	18.21,7	680707
4×100 m	Simklubben Neptun	Stockholm	4.14,0	630808

BRÖSTSIM

100 m	Yvonne Brage, Skövde SS	Rättvik	1.17,5	700620
200 m	Yvonne Brage, Skövde SS	Malmö	2.44,4	700919

RYGGSIM

100 m	Eva Folkesson, Kristianstad	Barcelona	1.09,2	700906
200 m	Eva Folkesson, Kristianstad	Barcelona	2.30,9	700909

FJÄRILSIM

100 m	Ingrid Gustavsson, Luleå SS	Luleå	1.07,4	670504
200 m	Eva Wikner, Polisens IF	Barcelona	2.31,4	700911

MEDLEY

200 m	Anita Zarnowiecki, S 02	Malmö	2.31,4	700426
400 m	Anita Zarnowiecki, S 02	Varberg	5.26,1	700812
4×100 m	Stockholmspolisens IF	Linköping	4.47,1	700322

MÄLAREN

VÄSTERÅS
Telefon 021/13 79 10

GOTT KÖK
Fullständiga rättigheter

INTIM FESTVÄNING
för större eller mindre sällskap

Vi rekommenderar vår BARSERVERING

BENGT PERSSONS BOKBINDERI AB

Brandthovdagatan — VÄSTERÅS
Box 9002
Telefon 021/13 29 43, 11 26 20
Telefon bostad 021/14 87 98

Utför alla slag av inbindningar
Montering av kartor, kortlådor, pärmar,
kartonger, mappar och register

Färdiggörning av trycksaker

BERGSLAGENS BYGGNADSVAROR AB

GOLVSTORMARKNAD

Fältmätargatan 12
Telefon växel 021/11 02 20
VÄSTERÅS

OPTISK SPECIALAFFÄR



av Soc.-styrelsen leg. optiker

Torggatan 4
Telefon 021/13 33 17, 18 99 17
VÄSTERÅS



SVENSK FASTIGHETSFÖRMEDLING

Vasagatan 14—18
Telefon 021/11 02 75 (växel)
VÄSTERÅS

Ombesörjer köp och försäljning av
Gods, Egendomar, Småbruk,
Villor, Stadsfastigheter, Skogar,
Tomter, Industriella verk samt alla slag
av Affärsrörelser
Utarrenderingar och uthyrningar m. m.

Aukt. Fastighetsh. av Handelskamm. i
Örebro o. Västmanlands län

JÄDERS CEMENTVAROR

Hälla, Västerås
Telefon 021/12 38 38

Tillverkar och försäljer BETONGHÅLSTEN
och BETONGBLOCK i olika dimensioner
GÅNGPLATTOR och KANTSTEN
för trädgården

Återförsäljare av EW monteringsfärdigt
betongbjälklag för villor

Din trygghet vid klock-köp ...
och GLASÖGON för Din syn ...



Stjärnurmakaren TORES UR o. GULD

740 16 ÖSTERVÅLA
Telefon 0292/101 94

För allt EL —

AB SIGF. ANDERSSON ELEKTRISKA AFFÄR

VÄSTERÅS

Telefon 021/växel 13 76 00



SIMSPORTS RESULTATBÖRS



FÖRKORTNINGAR: VR = världsrekord, ER = europarekord, LR = landsrekord, SR = svenskt rekord, NoR = nordiskt rekord, DR = distriktsrekord, BR = banrekord, GB = Storbritannien, Ö-ty = Östfyskland, V-ty = Västfyskland.

LANDSKAMPER

ANKLAM

14—15 nov (25 m): DDR—Sverige, ungdomslandskamp 155—75. 100 frött p: Pyttel, DDR, 56,9, Jan Olof Ekman 57,3, Baumbach, D, 59,1, Pär Hult 1.01,8. 200 rygg fl: Hilger, D, 2,32,8, Fischer, D, 2,34,9, Carina Hiljebäck 2,41,5, Carina Johansson 2,44,3. 400 frött fl: Eife, D, 4,45,9, Christian, D, 4,50,4, Camilla Hoffer 4,54,3, Else Gunsten 4,57,9. 100 bröst p: Glas, D, 1,13,2, Wendrey, D, 1,13,2, Åke Karlsson 1,14,7, Lars Kvarfordh 1,15,5. 800 frött p: Keil, D, 9,10,4, Tiels, D, 9,24,1, Inge Andersson 9,24,4, Conny Karlsson 9,30,4. 100 fjärril fl: Kather, D, 1,08,8, Eva Andersson 1,09,9, Körbitz, D, 1,11,9, Katarina Aronsson 1,14,1. 200 bröst fl: Hübner, D, 2,49,2, Franke, D, 2,50,8, Marina Eklöf 2,54,3, Jeanette Pettersson 2,55,1. 100 rygg p: Wanje, D, 1,06,2, Meier, D, 1,06,7, Inge Andersson 1,10,0, Jerker Wilsen 1,11,0. 200 medley p: Ekman 2,25,7, Pyttel, D, 2,25,9, Ackenhausen, D, 2,27,7, Jan Peter Sjögren 2,29,9. 4x100 frött: DDR 4,15,2, Sverige 4,16,8 (Hoffer 1,03,7, Ann Mårdbrink 1,04,0, Ulla Eriksson 1,05,6, Andersson 1,03,8). 4x100 medley p: DDR 4,19,1, Sverige 4,32,5 (Andersson 1,10,4, Karlsson 1,16,4, Sjögren 1,08,1, Ekman 57,6). 100 frött fl: Eife, D, 1,02,5, Andersson 1,03,8, Mårdbrink 1,04,3, Binkenstein, D, 1,04,6. 200 rygg p: Wanje, D, 2,20,5, Meier, D, 2,23,8, Wilsen 2,31,3, Fredrik Weiner 2,33,8. 400 frött p: Baumbach, D, 4,26,4, Keil, D, 4,27,5, Andersson 4,29,1, Karlsson 4,35,7. 100 bröst fl: Hübner, D, 1,18,0, Putz, D, 1,19,0, Pettersson 1,20,8, Eklöf 1,22,3. 800 frött: Beyer, D, 9,45,7, Christian, D, 10,02,3, Hoffer 10,08,6, Gunsten 10,22,3. 100 fjärril p: Apel, D, 1,01,1, Pyttel, D, 1,02,5, Ekman 1,05,5, Sjögren 1,06,2. 200 bröst p: Glas, D, 2,38,5, Karlsson 2,45,1, Kvarfordh 2,45,1, Hinze, D, 2,45,7. 100 rygg fl: Lauterbach, D, 1,11,9, Fischer, D, 1,13,8, Johansson 1,15,1, Hiljebäck 1,17,2. 200 medley fl: Franke, D, 2,34,2, Baldauf, D, 2,37,3, Eva Johansson 2,41,9, Kerstin Asp 2,43,9. 4x200 frött p: Sverige 8,37,4 (Andersson 2,11,3, Hult 2,12,0, Karlsson 2,09,0, Ekman 2,05,1), DDR 8,38,2. 4x100 medley fl: DDR 4,44,8, Sverige 4,58,4 (C. Johansson 1,15,2, Pettersson 1,23,3, Andersson 1,12,2, Mårdbrink 1,07,7).

DM-TÄVLINGAR

VÄSTMANLAND

Röping 7 nov: Flickor: 100 frött: Lena Nygren, Solna 1,08,0, Ann Sundqvist, Solna 1,09,2. 200 bröst: Sonja Fernstam, Solna 2,07,4. 200 medley: Nygren 2,47,3. 4x100 medley: Solna 1,14,3. Pojkar: 100 fjärril: Anders Karlsson, V-as, 1,11,2. 100 rygg: Mats Blom, V-as, 1,11,3. 400 frött: Sven Rahnje, V-as, 4,51,7. 4x100 frött: VVS 4,23,4. Västerås 8 nov: Pojkar: 100 frött: Blom 58,7. 200 bröst: Anders Karlsson, V-as, 2,25,0. 200 medley: Karlsson 2,34,3. 4x100 medley: Västerås 4,30,2. Flickor: 100 fjärril: Nygren 1,18,2. 100 rygg: Kerstin Pettersson, Solna 1,17,4. 400 frött: Nygren 2,17,4. Birgitta Appelfeldt, V-as, 5,18,1. 4x100 frött: Sala 4,40,9.

STOCKHOLM

10—11 nov (Forsgrenska, 25 m): JDM: Pojkar: 100 fjärril: Kisto Kaipainen, Polisen, 1,02,7, Leif Björklund, Polisen, 1,03,1, Per Berglund, Spårvägen, 1,03,4. 100 rygg: Roland Widing, Polisen, 1,09,1, Kaipainen, 1,09,6, Björklund 1,10,9, Claes Björjesson, Södertörn, 1,11,3, Göran Jansson, Bromma, 1,11,8. 400 frött: Widing 4,33,0, Kaipainen 4,33,3, Björklund 4,33,7, Ulf Karlsson, Bromma, 4,34,3. 4x100 frött: Polisen 2, 3,59,2, Polisen 1, 3,59,5. 100 frött: Widing 57,6, Björklund 57,6, Lars Englund, Polisen 58,3. 200 bröst: Rene Tour, Neptun, 2,44,6, Åke Karlsson, Polisen, 2,45,6, Kenneth Lindkvist, Polisen, 2,50,6, Bengt Åkerlind, Bromma, 2,51,8. 200 medley: Berglund 2,23,8, Kaipainen 2,24,4, Widing 2,29,1. 4x100 medley: Polisen 1, 4,29,7, Polisen 2, 4,32,9. Flickor: 100 frött: Margaretha Berglund, SKK, 1,05,7, Gunilla Wikman, Polisen 1,07,0, Eva Wikner, Polisen, 1,07,0. 200 bröst: Monica Bergqvist, Polisen, 2,48,2, Eva Ohlsson, Solna, 2,55,3, Britt Mari Smadh, Solna, 2,59,0, Suzanne Tour, Neptun, 2,59,0, Birgitta Björjesson, Södertörn, 3,03,2. 200 medley: Gunilla Andersson, Neptun, 2,39,7, Bergqvist 2,39,7, Berglund 2,40,5, Kerstin Asp, Polisen 2,45,9. 4x100 medley: Polisen 4,56,7, Neptun 5,03,9, Polisen 2, 5,10,1. 100 fjärril: Wikner 1,08,0 (DR), Gunilla Andersson 1,11,0, Carina Hiljebäck, Polisen, 1,14,1, Berglund 1,15,0, Kerstin Hellström, SKK, 1,15,2. 100 rygg: Ulrika Ottosson, Neptun, 1,17,2, Hiljebäck 1,17,2, Cecilia Falkman, Södertörn, 1,17,7, Wikman 1,18,2, Eva Berglund, SKK, 1,18,3. 400 frött: Berglund 5,00,0, Wikman 5,06,8, Lena Forsgren, Polisen, 5,00,1, Lena Gustavsson, Polisen, 5,09,7. 4x100 frött: Polisen 4,29,9, SKK 4,33,6, Neptun 4,35,4.

INT. TÄVLINGAR

LONDON

November (26 yards): Lesley Alardice, 13 år, 1,10,9 på 110 yards fjärril. Debbie Johns, 12 år, 1,20,9 på 110 yards bröst.

NAT. TÄVLINGAR

FINSPÅNG

10 nov. (25 m): 100 bröst p 54-55: Robert Jonsson, Norrköping 1,19,6. 100 bröst d: Annmari Andersson, Linköping 1,26,0. 100 bröst h: Lars-Arne Odelid, Linköping 1,17,4, Leif Ohlsson, Norrköping 1,17,9, Roland Svennberg, Link, 1,18,2. 50 bröst oldboys: Sven-Gunnar Karlsson, Norrköping, 34,8.

TROLLHATTAN

29 nov. (25 m): Bohuslän-Dal — Halland 179—110. 400 frött h: Thomas Enderstein, BD, 4,57,5 (DR). 100 fjärril h: Thomas Svensson, H, 1,08,9. 200 bröst h: Lars Gustavsson, H, 2,50,3, Leif Carlsson, BD, 2,51,2, Roger Hansson, BD, 2,53,8. 200 bröst d: Ann Johansson, H, 3,04,5. 200 rygg h: Lennart Gullstrand, BD, 2,37,9 (DR).

STOCKHOLM

15 nov. (Eriksdalsbadet 50 m): 50-manna Polisen 23,08,2, Neptun 23,14,9, SKK 23,59,2 och Hellas 25,20,0 diskvalificerade. Poäng ungdomstävlingar: Pojkar: Polisen 345,

Neptun 285, Södertörn 245, Örebro 140. Flickor: Polisen 400, Neptun 375, Södertörn 375, Örebro 140, Åhus 130.

GÖTEBORG

15 nov. (25 m): GT-simmet: Po. 100 bröst: Göran Eriksson 1,11,5, Bernd Zarnowiecki 1,16,5, Kjell Styren 1,18,3. 100 rygg fl: Anita Zarnowiecki 1,15,1, Ylva Sirenus 1,17,2, Maria Rhodin 1,17,7. 100 rygg p: Bengt Gingsjö 1,03,7, Jan Gustavsson 1,06,1, G. Eriksson 1,09,8. 100 bröst fl: A. Zarnowiecki 1,22,1, Susanne Westström 1,25,3, Anette Wilhelmsson 1,25,4, Gunilla Magnusson 1,25,6. 100 fjärril fl: Ulrika Knappe 1,13,6, Anita Selh 1,13,7, G. Magnusson 1,14,0. 100 fjärril p: Gingsjö 1,03,7, Zarnowiecki 1,06,6, Gustavsson 1,06,9. 100 frött fl: Zarnowiecki 1,04,6. 100 frött p: Gingsjö 56,0, Zarnowiecki 58,0.

VÄRNAME

21 nov. (25 m): 10x50 pojkar f. 55 el. sen: Värnamo 5,02,8. Jönköping 5,04,0. 10x50 flickor f. 55 el. sen: Jönköping 5,41,0, Växjö 5,50,8. 100 frött h: Arne Annerhult, Anderstorp, 57,8. 100 bröst d: Lena Gustavsson, Nässjö, 1,24,8, Åsa Wallin, Nässjö, 1,26,3. 100 bröst h: Annerhult 1,14,3, Göran Johansson, Värnamo, 1,16,7, Anders Hultgren, Värnamo 1,17,5. 100 fjärril d: Monica Ulvar, Jönköping, 1,18,8. 100 frött fl. f. 57 el. sen: Monica Persson, Bjärnum, 1,09,9. 100 fjärril h: Bo Widerqvist, Värnamo, 1,08,4. 100 rygg d: Eva Andersson, Nässjö, 1,17,0, Mari Sundeborg, Nässjö, 1,18,2. 100 rygg h: Ingvar Nilsson, Nässjö, 1,09,5, Jerker Wilsen, Värnamo, 1,11,1. 100 fjärril fl. f. 57 el. sen: Katarina Aronsson, Nässjö, 1,15,9.

GÖTEBORG

22 nov. (25 m): 20x50 frött damer: S 02 10,46,6, GKK 10,54,3, Najaden 11,27,8. 8x50 medley h: S 02 3,55,5, GKK 4,00,4. 100 medley h: Bengt Gingsjö, S 02, 1,03,9, Bernd Zarnowiecki, S 02, 1,06,0, Göran Eriksson, GKK, 1,06,6. 200 bröst d: Anita Zarnowiecki, S 02, 2,56,5, Gunilla Magnusson, Najaden, 2,59,5, Monica Andersson, GKK, 3,02,4. 100 frött h: Tommy Palmstam, S 02, 56,5. 100 fjärril d: Anita Selh, GKK, 1,14,1, Irwi Johansson, GKK, 1,15,3, Gunilla Magnusson 1,15,7, Ann Mårdbrink, S 02, 1,16,3.

NÄSSJÖ

22 nov. (25 m): 10x100 frött damer: Jönköping 12,01,0, Nässjö 12,05,0. 10x100 frött h: Jönköping 10,10,4, Värnamo 10,36,2. 100 rygg d: Eva Andersson, N, 1,15,1, Britt Svensson, Nässjö, 1,17,3. 100 fjärril h: Ulf Pettersson, Jönköping, 1,07,4, Bo Widerqvist, Värnamo, 1,07,5. 100 fjärril p 57-59: Gunnar Johansson, Nässjö, 1,17,5. 100 bröst d: Lena Gustavsson, Nässjö, 1,23,8, Åsa Wallin, Nässjö, 1,25,7. 100 frött h: Göran Gunnerling, Jönköping, 58,3.

GÄVLE

22 nov. (25 m). 100 frött: Carina Eriksson, GSS 1,05,4. Ulla Eriksson, GSS 1,06,7. 100 bröst h: Per Ekehov, Borlänge 1,13,6 (DR). Erlend Sangfeldt, US 1,14,1. Tommy Bucht, GSS 1,14,1. Marlin Söderberg, Solna 1,15,8. Lars Kvarfordh, NSK 1,15,9. Staffan Persson, NSK 1,17,1. Åke Franzén, Umeå 1,17,5. 100 fjärril h: Anders Bellbring, US 1,03,0. Rolf Pettersson, US 1,03,3. Leif Kedborg, Södert. 1,05,0. Per Berglund, Spårv. 1,05,0. Ola Håkansson, GSS 1,06,9. Jan Ekman, Hudik. 1,07,0. 100 medley d: Elisabeth Hjorth, Gävle 1,14,9. Trine Krogh, Norge 1,16,3. Eva Ohlsson, Solna 1,16,4. Mar-

gareta Rainer, GSS 1,17,8. 100 medley h: Erlend Sangfeldt, US 1,05,8. Ola Håkansson, GSS 1,05,8. 100 fjärril d: Trine Krogh 1,12,6. Carina Eriksson 1,13,2. Annika Hessman, GSS 1,17,9. 100 frött h: Bellbring, US 56,4, Bengt Julander, GSS 58,6. Jan Ekman, Hudik. 58,7. Svanle Rasmuson, Umeå 58,8.

London cup 10x50 frött: Gävle 4,44,1. Upsala 4,45,8. 50 bröst fl. -60: Ylva Persson, Borlänge 43,8. Ann Charlotte Myrestam, Umeå 44,4. 50 bröst po. -60: Thomas Bäck, Nora 45,1. Stefan Hagman, Solna 45,7. 100 bröst fl. 58-59: Liselotte Skårbo, Solna 1,27,3. Susanne Eriksson, BSS 1,29,3. 100 bröst po. 58-59: Michael Brink, Solna 1,24,9. Ulf Dernhagen, Solna 1,28,1. Ove Lindqvist, Borlänge 1,28,4. 50 frött fl. -60: Ylva Persson 35,7. Ann-Charlotte Myrestam, Umeå 38,2. Lena Andersson, Harnäs 38,5. 50 frött po. -60: Thomas Bäck 35,3. Erik Larsson, Spårv. 37,7. Jörgen Eriksson, Hudik. 38,0. 100 frött fl. 58-59: Inga Norrbellius, GSS 1,12,1. 100 frött po. 58-59: Michael Brink, Solna 1,12,5. Peter Eriksson, Nora 1,13,0. Ove Lindqvist, Borlänge 1,13,1.

VÄSTERÅS

14 nov: Jubileumstävlingar: 100 frött d: Anita Zarnowiecki, S 02, 1,04,4, Vera Kock, Timrå, 1,04,4, Lena Isaksson, Polisen, 1,05,0, Birgitta Ruder, SKK, 1,05,0, Margaretha Berglund, SKK, 1,05,1, Carina Eriksson, Gävle, 1,05,1. 200 medley h: Hans Ljungberg, Timrå, 2,17,0, Bengt Gingsjö, S 02, 2,19,4, Pär Eriksson, Timrå, 2,20,5. 200 medley d: Zarnowiecki 2,37,4, Berglund 2,40,3, Eriksson 2,40,3, Ruder 2,40,4. 100 frött h: Ljungberg 55,8, P-A Blomkvist, Polisen, 56,1, Gingsjö 56,4, Rolf Alm, Västerås, 57,5.

KONSTSIM

HALLSBERG

22 nov. Riksmästerskap: Solo: Harriet De Giorgio, ÖSS, 92,90, Anette Eriksson, Neptun, 89,53, Marie Cervin, S 02, 87,38, Inger Lindholm, LASS, 84,58, Anne Purra, S 02, 83,82, Anette Winberg, S 02, 83,33, Anna Karin Alvé, NSK, 83,04, Lena Ruthström, S 02, 81,04, Annika Skjöldevald, Neptun, 80,66. Par: Anette Winberg/Marie Cervin, S 02, 87,02, Marie Larsén/Harriet De Giorgio, ÖSS, 86,15, Annika Lindh/Annika Skjöldevald, Neptun, 78,94.

Lag: Berit Lönn/Anne Purra/Anette Winberg/Marie Cervin, S 02, 84,87. Figrsimning: Harriet De Giorgio, ÖSS, 55,40, Marie Cervin, S 02, 54,88, Anette Eriksson, Neptun, 53,70, Anne Purra, S 02, 52,99, Lena Ruthström, S 02, 52,71, Anette Winberg, S 02, 52,50, Inger Lindholm, Linköpings ASS, 52,08, Marie Larsén, ÖSS, 51,89, Anna-Karin Alvé, NSK 51,37.

Musiksimning, solo: Harriet De Giorgio, ÖSS, 37,50, Anette Eriksson, Neptun, 35,83, Annika Skjöldevald, Neptun, 33,33, Marie Cervin, S 02, 32,50, Inger Lindholm, LASS, 32,50, Anna Karin Alvé, NSK, 31,67.

Musiksimning, par: Anette Winberg/Marie Cervin, S 02, 33,33, Marie Larsén/Harriet De Giorgio, ÖSS, 32,50, Annika Lindh/Annika Skjöldevald, Neptun, 32,50. Lag: Berit Lönn/Anne Purra/Anette Winberg/Marie Cervin, S 02, 32,50, Anette Eriksson/Annika Lindh/Annika Skjöldevald/Agneta Stråhle, Neptun, 32,50, Marie Larsén/Margareta Karlsson/Charlotte Oherlid/Harriet De Giorgio, ÖSS, 30,83.



**Frågor och svar
på allt mellan
himmel och jord**

Varför hickar vi?
Vad är termiter?
Varför är blodet
rött?
Vem uppfann
nollan?
Vad är rugby?
Vad är ljudvallen?

1
FRÅGVISEBOKEN
Inb. 27:50 inkl. moms.

2
**ANDRA
FRÅGVISEBOKEN**
Inb. 29:70 inkl. moms.

Varför kan glöd-
lampor lysa?
Hur började man
kyssas?
Varför är havet salt?
Varför dansar vi?
Hur äter maskar?
Hur gammal är
jorden?
Hur växer en
hummer?
Vem uppfann
stenografi?

**Frågvisen
boken**

**ICA
Andra
frågvisen
boken**

"Frågvisen" som
kom förra året blev en
enorm succé.
Tusentals människor
köpte den och boken
blev omtalad i tidning-
ar, radio och TV.
Nu är fortsättningen
här — "Andra fräg-
visen".
Båda är underhållande
och intressanta upp-
slagsböcker, som alla
har nytta av.
Varje bok innehåller
över 400 frågor och
svar, 250 utsökta ill.
med förklarande bild-
texter, 450 sid.



KÖPING — Telefon 0221/169 00

Flyttningar — Packningar

Emballeringar — Magasinering

Internationella transporter

Humana priser

AB STÅLGRAVYR

Telefon 0479/206 55

LÖNSBODA

Tillverkar detaljer i plast
för VVS-branschen



**27 av 29 guldmedaljörer vid
Mexico-olympiaden bar Speedo**

Orsak – våt kombineras dess ytterst lätta,
hudtunna nylonmaterial, dess form, dess mönster,
passform och till och med dess
sömmar för att ge högsta möjliga fart genom vattnet.

Det är därför Olympiska simmare
konsekvent väljer Speedo.

För det största urvalet av simdräkter,
modeller, färger och storlekar,
kontakta – Svenska Simförbundet,
Sveavägen 29 111 34 STOCKHOLM
Tel 08/10 63 92, 21 52 93 Svensk Generalagent

SPEEDO

