

STÄNK



MAJ - 79





TÄBY SIM

Förening för Simsport och motion

1

Rapport från Årsmötet 14 mars

TÄBY SIM:s årsmöte avhölls i år i en för oss ny lokal, bibliotekets hörsal i Täby Centrum. Där brukar bl a kommunfullmäktige ha sina möten.

Vårt möte avhölls i betydligt raskare takt än fullmäktiges, där man enligt pressen brukar hålla på in på småtimmarna. Ändå hanns det med en hel del frisk debatt. Mötet var efter våra förhållanden välbesökt och styrelsen fick flera fina tips inför det kommande verksamhetsåret.

Några sensationer i fråga om val av ledamöter inträffade inte. Valberedningens och styrelsens förslag antogs över hela linjen, för det mesta innebärande omval. Det betyder att 1979 års styrelse ser ut så här:

Björn Eklöf	ordförande	Sven Sahlström	suppl
Jan Modée	V. ordförande	Jonas Orve	suppl
Gunnar Fornander	klubbsekreterare	Anita Hassel	suppl
Bengt Rönnholm	kassör	Philip von Schoultz	suppl
Gert Walheim	informations sekr	(simmarrepresentant)	
Bertil Werner	ledamot	Ulla Scherdin	suppl
Viktor Epstein	ledamot		
Bror Hassel	ledamot		
Stig Royne	ledamot		

Styrelsen breddas

En organisationsnyhet presenterades och antogs. Styrelsearbetet ska breddas genom att det inrättas 7 särskilda

kommittéer. Dessa är:

(sammankallande)

Tävlingskommitté

Gunnar Fornander

Resursanskaffningskommitté

Bror Hassel

Information/PR-kommitté

Gert Walheim

Försäljnings/utrustningskommitté

Bengt Rönnholm

Festkommitté

Anita Hassel

(Sammankallande)

Lägerkommitté
Motionskommittée

Jan Modée
Sven Sahlström

Uppgifterna för de olika kommittéerna framgår i stort sett av deras namn. Vi hoppas mycket på den här organisationen och önskar kommittéerna lycka till i deras arbete.

Björn Eklöf

+++++

TÄBY SIM:S MÅLSÄTTNING

är nu slutgiltigt formulerad av information/PR-kommittén.

Så här lyder den:

Målsättning för TABY SIM

- att erbjuda simning åt alla medlemmar
- att erbjuda medlemmarna så bra och attraktiva program på olika nivåer, att alla som deltar i aktiviteterna får en meningsfull utbildning, träning och sysselsättning.
- att ge tillfälle till social gemenskap för föreningens alla medlemmar
- att skapa sådana ekonomiska och träningsmässiga resurser att den idrottsliga satsningen ej behöver begränsas
- att genom information bredda förankringen av och intresset för föreningens verksamhet, målsättning och filosofi bland medlemmar och allmänhet
- att genom en trappstegsformad utbildning uppnå en sådan nivå bland de aktiva att föreningen ständigt återfinns bland de 5 främsta simklubbarna inom distriktet

PERNILLA HENRIKSSON

ÅRETS SIMMERSKA 1978

Valet av Årets Simmerska för 1978 blev synnerligen lätt. Pernilla har varit outstanding bland klubbens najader under hela året. Utan henne skulle våra starka lagkapslag på damsidan försvagas avsevärt.

Individuella *framgångar* under 1978 var bl a: Brons på 400 m frisim vid inomhus-SM i Malmö, silver på 800 m *frisim* vid utomhus-SM i Landskrona och brons på 400m frisim vid Landskrona-SM. Vid dessa lopp slog hon också distrikts rekord för Stockholm.

Seger i landskampen mot Väst-Tyskland på 800 m frisim var en annan av höjdpunkterna.

Tyvärr blev Pernilla sjuk inför junior-SM i "hemstaden" Växjö och kunde inte göra sig själv rättvisa.

Ännu sorgligare var beskedet om att Pernilla troligen flyttar i från oss i sommar. Det svider - men vi önskar Dig all lycka, trivsel och framgång i Växjö. Du ska veta att Du alltid är välkommen till oss i TÄBY SIM.

Tack för allt Pernilla!

En bättre adept än dig kan man inte få.

Gunnar

Mamma Gullan

ska också ha ett stort TACK

för det entusiastiska jobb hon har lagt ner

för våra C-gruppare.

Lycka till med studierna i höst!

GF



ANDERS FORSLUND

ÅRETS SIMMARE 1978

Valet på pojksidan var väl inte lika lätt som på flicksidan, men när valet slutligen föll på Anders visade det sig vara ett namn som alla tyckte vara val värd utmärkelsen.

Anders har gått den långa vägen. Envishet och hård träning har under **1978** givit resultat i form av brons på 200 m medley på junior **DM** och bäst i klubb laget som simmade junior **SM** på 4x00 m frisim.

Många har frågat sig hur han kan simma så fort som han gör med den tekniken han har. **Saknas** talang? Men vad är talang i en sport som simning? Är det inte envisheten och förmågan att arbeta sig genom motgångar som är talangen i simning?

I så fall Anders är Du en stor talang.

När Du i sommar åker till USA som stipendiat hoppas jag Du hamnar i en skola som har simning på programmet och kommer tillbaka lika "hungrig" som tidigare. Grattis Anders I och lycka till "over there".

Gunnar



Vi tänker försöka skapa ett BILDARKIV.

Om Du har foton från tävlingar, läger träning, fester, jippon - ja, allt med anknytning till TÄBY SIM är vi intresserade av. Kontakta Gunnar Fornander på kansliet eller klubbens "hovfotograf" Bengt Karlsson tel. 758 47 45.

Tack på förhand!

Succé för

LILLA JULAFTON



För första gången i TÄBY SIM:s historia anordnades en julavslutning som kallades Lilla Julafton. Arrangemanget blev verkligen lyckat. Flera hundra personer hade kommit till Tibblebadet för att inledningsvis få njuta av luciatågets vackra sång. Tåget bestod av simmare ur A-, B-, C- och medleygrupperna och de som trimmat ihop alla dessa röster var Gullan h och Ulla Scherdin. Lucia var A-gruppens skönhet Kristina Engström.



När lucian och hennes följe tågat ut tändes ljuset i simhallen och det var dags för de allra yngsta att visa sig på styva linan. Plask och lek uppvisning med andra ord. Oj, vad man plaskade och lekte. Undrar vilka som njöt mest av det -barnen eller *deras* lärare?



Därpå följde en spextävling för de mellan stora, d v s crawlgrupperna. Man delade in ett antal lag som fick varsin luftmadrass. Sedan skulle varje lagmedlem simma fram och åter med luftmadrassen med sig på ett eller annat sätt. Det visade sig finnas många sätt att ta sig fram....

Sista programpunkten i vattnet var en upplivning av några av våra duktigare simmare i de olika simsätten.

Men på land pågick under hela kvällen diverse aktiviteter som man kunde ägna sig åt. Man erbjöd basar, filmvisning, kaffeservering, lotterier, fiskdamn, gissningstävlingar, försäljning. Fiskdamnen var nog populärast.



Det mesta gick åt vid all försäljning, vilket gav en god slant till klubbkassan. Men detta vore inte möjligt om inte ett gäng snälla föräldrar hade suttit och pysslat ett antal torsdagskvällar under hösten. Tack alla pysslare och tack alla andra som hjälpte till. Detta arrangemang har säkert kommit för att stanna.

GF

OM

någon skulle vara intresserad av TÄBY SIM:s stadgar så finns de tillgängliga på kansliet.

GF

DM på hemmaplan

TÄBY SIM fick förtroendet att arrangera 1979 års inomhus-DM. Tävlingen gick av stapeln 16-18 februari och platsen var naturligtvis vårt fina Tibblebad.

Mellan 20 och 30 funktionärer behövdes varje pass för att allt skulle flyta och det lyckades vi skrapa ihop.

Tack alla som hjälpte till

Vi fick mycket beröm från Stockholms Simförbund för arrangemangen. Även simmare från gästande klubbar tycks trivas i Tibblebadet.

Att våra egna trivs i Tibble visades bl.a. av goda resultat på tävlingarna.

Tonen angavs i första grenen 1500 m frisim för damer. Där segrade Pernilla och Maria 0 blev femma.

Första herrgren, var 200 m frisim. Våra grabbar Rolf Jarlås, Björn Modée, Philip von Schoultz och Anders Forslund var extra laddade inför loppet eftersom de visste att de hade en liten chans att kvala in på 4x200 m till SM, om alla lyckades. Och de lyckades!

Oj, vad glad man blev. Självt fick jag inte skrika ut min glädje eftersom jag var speaker. Killarna hade kvalat med ett par tiondelar.

Efteråt, när man försökte sova på kvällen, undrade man: Hur skulle det gått om inte alla fyra råk sig?

Hur skulle det gått om inte Roffe gjort det perfekta loppet först av alla?

Hur skulle det gått om inte Roffe fått simma med kortdistansgruppen de sista veckorna?

Hur skulle det gått om Anders inte tagit ledigt från sitt fred.- lörd. jobb de sista gångerna?

Hur skulle det gått om Modde inte kördes upp ur vattnet en vecka före DM och uppmanats till att åka hem och vila några dagar?

De é dom små, små detaljerna som gör ét!

Med sådana fina "öppningar" av både pojkar och flickor kom vi in i någon slags medvind. Prestationer som ingen trodde på några månader tidigare.

Ett tungt lass för Pernilla (som alltid är bra) och en helgjuten insats av framförallt pojkarna, gjorde att vi blev ohotat tredje bästa klubb på detta DM.

Det blir för långt att skriva om alla goda insatser så om Du vill veta mer - kom ner till kansliet och läs resultatlistan!

Iakttagelser från bassängkanten

1979 års inomhus-SM har avverkats i Västerås under månadsskiftet mars-april. Mästerskapstävlingarna gick i utmärkt regi (som vanligt) hos Västerås Simsällskap och med massor av nya svenska rekord (16 st) under en fantastisk stämning.

Stämningen var lite dämpad när TÄBY SIM-gänget avreste till tävlingarna. Detta p.g.a. den kanske vanliga oron över hur det är med hälsan. Får dom nu vara friska och krya så att dom får göra sig själva rättvisa och att den långa förberedelseträningen nu får sitt utlopp i goda resultat och prestationer. Måtte inte en upprepning ske ifrån JSM i Växjö där Pernilla blev sjuk och ej kunde starta. Den långa och trista vintern hade ju fört med sig förkylningar stup i ett, varför oron delvis var befogad.

Gänget som åkte under "fader" Gunnars ledning var bland flickorna Pernilla, Carina, Maria, Anna, Helena, Åsa och Nidde samt för första gången i ett senior-SM ett herrlag bestående av Modde, Anders, Roffe och lilla "Phillegubben".

Vid första uppvaknandet på det utmärkta hotellet Arkad i Västerås visade det sig att Åsa var genomförkyld och lätt febrig så någon träning var inte att tänka på för hennes del. Huskur och isäng var rådet hon fick.



Tillsammans med de övriga simmarna åkte vi till Västerås Simsällskaps egen träningshall vid Lögarängen. Kartläsare och guide var Phille som ännu ej vaknat riktigt på morgonen så vi var nästan i Dalarna innan vi äntligen kom rätt.

Men, men - snacka om träningshall, här fanns det tjugofem (25) st. 25-metersbanor förutom övriga utrymmen för omklädning, styrketräning m.m. Hela anläggningen vackert belägen vid en vik av Mälaren.

Denna plats är värd att rekommendera som studieobjekt för fritidskontor, fritidsnämnder för andra kommuner som ännu ej lärt sig förstå hur satsning på idrott skall göras.

Förväntningarna inför tävlingarna var högt ställda då de s.k. "kanonerna" från Amerika nu skulle komma hem och visa upp sig, Pär Arvidsson, Pelle Holmertz, Susanne Ackum m. fl. De kom, sågs och segrade. Men knappt - i en hård konkurrens från Täbysimmarna.

I första tävlingsdagens första final återfanns Pernilla bland de sju st. som skulle göra upp om 1500m-titeln i frisim.

USA-tränade Susanne Ackum var imponerande stark och satte nytt svenskt rekord på distansen. Pernilla gjorde en övertygande insats genom att simma loppet lugnt och klokt och inte ryckas med i det hårda tempo som Ackum drog upp. Därmed belade Pernilla silverplatsen under livlig påhejan från simmarkompisar och den trogna supporterskaran.

I kvällens andra final med Täbysimmare, på 4x200m frisim för damer gjorde tjejerna Anna, Pernilla, Carina och Maria en bra insats med en femteplacering som slutresultat i den hårda konkurrensen, Kristianstad vann på nytt svenskt rekord.

Även andra tävlingsdagen blev glädjande och framgångsrik för TÄBY SIM. Pernilla återigen i hård kamp med Susanne Ackum om titeln på 400m frisim. En ny silvermedalj och ett nytt distriktsrekord för lilla Pernilla. Mycket starkt gjort!

I försöksheaten på förmiddagen på 4x100m frisim för damer så noterades Anna, Maria, Carina och Pernilla för 3:e bästa försökstiden med 4.00,95. En prestation som ingen trodde dem om att kunna göra om i kvällsfinalen. Men med en stark laganda och vilja så mobiliserades en krafturladdning till finalen. Med sluttiden 4.00,54 och nya personliga rekord för var och en på distansen blev det en 4:e plats till slut. Jättebra att bli bästa Stockholmslag och vinna över sådana storklubbar som Stockholmspolisen och Neptun. Kristianstad vann på nytt svenskt rekord.

I försöken på 200m fjärilsim för damer gick Nidde ut med kanonfart för att nå en topptid. Vid en av vändningarna kom hon i otakt och en sträng vändningskontrollant godkände ej vändningen så Nidde fick ingen sluttid till de flestas förvåning. Stackars Nidde!

Förkylningssjuka Åsa kämpade på 200m medley så länge som orken räckte. Trots viljeansträngningen så nådde hon inte de tider som hon under normala omständigheter kan göra.

Sista tävlingsdagen på försöken för 4x200m frisim för herrar så skulle det hända. Vid en koll hur läget var strax före tävlingsstart så svarade grabbarna att idag sätter vi nytt världsrekord: Inget fel på viljan eller humöret där inte! För att inte göra för stor sensation, så ändrade sig Modde, Anders, Roffe och herr Phille strax innan tävlingsstart och beslöt att vänta till ett annat tävlingstillfälle att sätta nytt världsrekord. Ett härligt gäng, som gjorde en bra insats!

På 4x100m medley för damer kom Anna, Helena, Pernilla och Maria på 9:e plats och Modde kämpade väl i försöken på 400m medley för herrar.

I försöksheaten på 200m ryggsim för damer satsade Carina för att om möjligt nå en finalplats men slutade 9:a totalt med nytt personligt rekord. Bra.

Pernilla gick till final även på 400m medley, men var lite trött och sliten och slutade där som 6:a, efter att totalt ha gjort sitt bästa SM i övrigt.

Sammanfattningsvis så gjorde TÄBY-simmarna ett utomordentligt SM och förde TÄBY SIM till en 10:e plats bland Sveriges bästa klubbar. Hatten av och en eloge till Gunnar för hans träningsinsats. Under så komprimerade tävlingar som ett SM ändå är så kan Gunnars insats ej nog berömmas. Upp tidigt på morgonen och väcka simmarna för träning, massage och tusen goda råd inför de olika tävlingsstarterna. Taktik och gott omdöme av resurserna är en av hans stora fördelar i en i övrigt mycket stor arbetsinsats.

Att på nära håll få deltaga i den fina stämningen och den härliga och goda kontakten mellan simmare och tränare är verkligen en upplevelse som man som förälder och supporter gläds åt och som man nu ser fram emot till sommarens ute-SM i Ronneby.

Bror och Anita Hassel

SIM salabim

-håll kroppen i TRIM!

- Simning ger bättre kondition. Vi orkar mer och känner oss piggare.
- Simning passar för alla åldrar. Jättefin familjemotion. Småtävlan inom familjen. Skillnaden i prestationsförmåga mellan män, kvinnor och barn är mindre här än i många andra idrotter.
- Simning är bra för otränade, överviktiga och handikappade. En skonsam motionsform med mycket små skaderisker.
- Det är roligt att simma. Det ger rekreation och avkoppling. Det ger gemenskap och kamratskap. Man kan simma året om.



En kampanj för simmotion från Svenska Simförbundet, Svenska Livräddningssällskapet/ Simfrämjandet.