

STÄNK



SEPT-80

AKTIVITETSKALENDER höstterminen 1980

<u>Månad</u>	<u>Datum</u>	<u>Aktivitet</u>	<u>Plats</u>	<u>Berör</u>
Aug	Sö 17	Gästabadssim	Nyköping	B + C
	Ti 26	Styrelsemöte		Styrelsen
	Sö 31	Höstplasket	Norskogsbadet	Me+2-dagars+crawl+övriga
Sept	Sö 14	MBKbörjar	Tibblebadet	Alla intr
	Lö 20	Pojk-10-manna	Sthlm	A + B + C + me
	Ti 23	Styrelsemöte		Styrelsen
	Lö 27	TIF jubileumstäv	Tureberg	A + B + C
	Sö 28	Zon-Sim	Upplands Väsby	C + Me + 2-dagars
Okt	Lö 4	Buster Sim	Sundbyberg	A + B + C
	Sö 5	10-manna	Akeshov	A + B + C
	Sö 12	S:t Botvidssim	Botkyrka	A + B
	Lö 18	Neptuns und lagkapper	Eriksdalsbadet	A + B + C + me
	Lö18-Sö19	Sthlm-Aachen	Tibblebadet	Styrelsen
	Sö 19	Brommas nat	Akeshov	A + B + C + Me
	Lö25-Sö26	Simmarting	Stenhamra	Styrelsen
	Sö 26	50-manna	Sthlm	A + B
	Sö 26	Zon-Sim	Tibblebadet	C + Me + 2-dagars
	Ti 28	Styrelsemöte		Styrelsen
	Fr31-2/11	SöColgate Cup	Eriksdal	A + B + C
Nov	Fr7-Sö9	Junior DM	Tibblebadet	A + Styrelsen
	Fr 14	Höstfest		Alla över 15 år
	Sö 16	20-manna	Sthlm	A
	Sö 23	Sun Cup	SoIna	A + B + C + Me
	Sö 23	Zon-sim	Kvarnparksbadet	C + Me + 2-dagars
	Lö29-Sö30	Järfälla Elit	Järfälla	A
	Fr28-Sö30	Junior SM	Sundsvall	A
Dec	Lö 6-Sö 7	RM i lagkapper	Södertälje	A
	Lö13-Sö14	Klubbmästerskap	Tibblebadet	Alla
	Lö 13	"Lilla Julafton"	Tibblebadet	Alla

Förutom ovanstående deltar vi i någon tävling utanför Stockholm
ex Läkerol Cup i Gävle vilket då blir en heldagsutflykt med buss.

GF/80

ADRESS
Simhallen
183 36 TABY

KANSLI
Simhallen
Täby Centrum

TELEFON
08-768 15 44 (Kansliet)
08-768 02 50 (Simhallen)

POSTGIRO
14 77 00-9 (medlemsavgifter)
8 15 55-5 (ekonomiförvaltning)

U P P R O P

DET ÄR INTE LÄTT ATT GÖRA EN KLUBBTIDNING! DETTA NUMMER AV STÄNK DOMINERAS AV LÄGERRAPPORTER - MEN VAD KOMMER SEDAN?

VI I REDAKTIONEN HAR FLERA ÖNSKEMÅL:

- BIDRAG I FORM AV KORTA ARTIKLAR, INSÄNDARE, REFERAT, SKÄMT-HISTORIER OCH ANEKDOTER, GÄRNA ILLUSTRERADE MED TECKNINGAR,
- SYNPUNKTER PÅ TIDNINGENS UTFORMNING OCH REDIGERING,
- HJÄLP MED UTSKRIFT AV KUVERT VILKET FN A-GRUPPEN UTFÖR PÅ TRÄNINGSTID
- TILLGÅNG TILL TRYCKERISERVICE TILL RINGA KOSTNAD MED MÖJLIGHET TILL SNYGGARE TRYCK, LAY OUT OCH ATT PUBLICERA BILDER-FOTOGRAFIER
- ANNONSER, UPPLAGAN ÄR DRYGT 600 EX.

HÖR AV ER TILL GUNNAR FORNANDER (TEL 7681544, KL 10 - 11) ELLER ADR. SIMHALLEN, 183 36 TÄBY, MEN DET ÄR BRÄTTOM !!!

GERT WALHEIM
PR/INFO-KOMMITTÉN



TYSKARNA KOMMER SNART!

vi söker värdfamiljer

Som Du kunde läsa i förra numret av STÄNK skall TÄBY SIM stå för värdskapet, när en trupp västtyska simmare från Aachen skall möta Stockholms distriktslag i en stadsmatch 18-19 oktober.

Programmet för våra gäster blir enligt planerna i stort sett följande:

Torsdag 16/10: Ankomst till Tibblebadet på eftermiddagen för träning. Värdfamiljerna hämtar sina gäster framåt sjutiden och därefter middag och kvällen fri.

Fredag 17/10: Avlämning av gästerna i Tibblebadet efter frukost. Dagen spenderas i Stockholm och värdfamiljerna hämtar gästerna vid sjutiden vid Tibblebadet liksom föregående dag.

Lördag 18/10: Första tävlingsdagen. Inget särskilt program under dagen. Insimningen börjar kl. 16.15 i Tibblebadet. Efter tävlingen middag och sedan under kvällen ordnas kanske något "party" för simmarna.

Söndag 19/10: Andra tävlingsdagen. Frukost och sedan insimning kl. 09.15. Lunch och sedan avresa på eftermiddagen eller kvällen.

Vi behöver nu 10-15 familjer som kan ställa upp med mat och husrum för en eller ett par tyskar under denna tid.

Har ni möjlighet att hjälpa till - tag kontakt med mig Gunnar Fornander på TÄBY SIM:s kansli tel: 768 15 44. Ring helst under telefon-tiden 10-11.

TACK på förhand för Er medverkan.

Gunnar

5

"Det är lugnare att handla bil på landet."

Svenska Bil

Truckvägen 20 - Upplands Väsby - Tel. 0760/86155



Auktoriserad återförsäljare för
SAAB

ETT BRA SÄTT ATT STÖDJA



Som många andra idrottsklubbar lever vår förening med en trängd ekonomi vilket bl.a. gör att vår tävlings- och lägerverksamhet begränsas.

Tråkigt - men kanske några av Er föräldrar kan hjälpa till:

- Har Du möjligheter att skänka priser?
- Kan Ditt företag stödja oss med annonsplats i badet, i STÄNK, i programblad etc.
- Har Du andra möjligheter eller tips till förbättrad ekonomi?

ETT SÄKERT OCH BRA SÄTT ATT FÖRSTÄRKA

VAR EKONOMI ÄR ATT LATA HELA FAMIL-

JEN BLI STÖDJANDE MEDLEMMAR.

Medlemsavgiften 1980: T.o.m det året man fyller 25 år : 15 kr
 över 25 år : 25 kr

SE HIT ALLA TÄBY SIM:s FUNKTIONÄRER!

Höstens arrangemang där Din hjälp behövs:

- 1) 18-19 oktober - stadsmatch Stockholm-Aachen
- 2) 7-9 november - junior-DM för Stockholm
- 3) 13-14 december - TÄBY SIM:s klubbmästerskap

Alla tre arrangemangen går av stapeln i Tibblebadet.

Hör gärna av Dig till mig och meddela när Du kan och inte kan.

Tack!!!

Gunnar

När man är ♩ ♪
en glad funktionär ♩ ♪
tra la la la la la la ♩ ♪

A - GRUPPEN I HJO: **Raggarrbråk - tränaren opererad**

Söndagen 22/6 samlades en decimerad skara på centralen. Loa hade körtelfeber och Maria och Cilla tog sig till Hjo för egen maskin. Resan gick bra och alla var fortfarande med när vi anlände i Hjo efter tåg- och bussresa. Vi bodde i en av de gamla villorna i stadsparken, Villa Svea, ett annex till hotell Bellevue. Villan inrymde en liten kokvrå, där vi själva lagade frukost, sammanträdesrum, TV-rum samt ett tiotal sovrum på övervåningen. Lunch och middag åt vi på hotellet och var verkligen av högsta klass. Precis utanför Villa Svea låg en minigolfbana. Den måste ha fått ett rejält ~~ekonomiskt~~ uppsving under A-gruppens 2 veckor i Hjo. Där kunde man för det mesta hitta ett gäng "grönrockar" (TXBYSIMMARE) i växlande sinnesstämningar, beroende på hur många slag man kostat på sig. Regerande Täbymästare på denna 12-hålsbana heter för närvarande Johan Christoffersson och Gunnar Formander på 35 slag. Jag undrar vad Pigges gäng kan göra åt den saken! Ännu närmare huset låg 2 tennisbanor. Där visade en och annan sina Björn Borg-takter, medan en del nysnaggade individer ägnade sig åt att käfta med tennisspelare om var gränsen går för att man ska kallas flintskallig. En annan attraktion under de få soltimmar vi hade, var Vätterns sandstrand.

Träningen bedrevs i Gullkroksbadet, en 50m bassäng utomhus. Vattnet höll hela tiden 25 grader trots dåligt väder och badpersonalen var mycket trevlig och tillmötesgående, men så skötte simmarna sig bra också, både i och utanför bassängen. Vi fick flera gånger höra att inga skött sig så bra som TABY SIM när de varit på läger i Hjo. Låt det omdömet sprida sig också på andra lägerorter!

BARA POJKAR SJUKLIGA ?

Träningen sköttes verkligen fint av samtliga. Alla kämpade och slet vidare även om det tog emot ibland.

Tyvärr hade några oturen att bli sjuka. Till denna skara hörde Fredrik, Erik, Johan och Per. Men det verkade inte som om det gick någon större nöd på dem där de låg i solen på balkongen bland kuddar, filtar och en rejäl hög serie-

magasin. Alla, utom Per, tillfrisknade emellertid redan efter ett par dagar.

Pers bacill var lite segare. Det hjälpte inte ens att ta tempen 8 ggr på 1 timme.

Den gick ändå inte ner. Inte heller hjälpte det

att försöka övertala tränarna att $37,9^{\circ}$ inte är feber "för 37° är normalt."



En intressant kontakt i Hjo var min ärade tränarkollega i Hjo SS, alias superstar. Hon hade visst gjort ett par sekunder under Svenska rekordet på 100m fjärril, eller var det i yards....? Trots att hon kan och vet allt som är värt att veta hade hon inte mycket att sätta emot när det begav sig till minigolfbanan. Kan det ha berott på att Täbyspelarna hade både den psykiska styrkan och publiken på sin sida?

FOTNOT

Den ende som behövde läkarvård under veckorna var chefstränare Gunnar "Kunta Kinte" Fornander. Han hade gått och linkat på sin blålila och uppsvullna tå

i nästan en vecka innan han gick till doktorn.

Det fanns inga ögonvittnen till besöket men av offret självt, som under behandlingen var i koma, fick vi ingående beskrivning av hur en underbensamputation går till.



NATTLIGT BESÖK

På lördagskvällen fick vi ett smakprov på folklivet i Hjo. Det hela började vid 8 tiden på kvällen då Gunna 2 av simmarna samt undertecknad tittade på TV, medan de övriga satt utanför på gräset och roade sig. Rätt som det var hörde vi ett dovt muller utanför. Vi tittade ut genom fönstret. Där stod 2 raggarbilar parkerade och ur dem rusade 10 raggare och "anföll" simmarna bakifrån. De flesta av simmarna var snabbt på benen och sprang för glatta livet. Maria m.fl flydde in i grannvillorna och fick gömma sig i köket, några flydde in på sina rum men en och annan lyckades inte komma iväg snabbt nog. Mange fick sig en smäll på käften och Robban hade svårt att sitta på ett par dagar, till följd av en välriktad spark. Så småningom var alla raggarna inne i huset men det hela lugnades ner snabbt och raggarna lämnade huset efter handslag och en sludrig ursäkt. Alla la sig trötta och lättade över att faran var undanröjd, men, men

Vid 23 tiden väcktes vi av ett tjut och ljudet av krossat glas. Gunnar rusade ut i korridoren och uppmanade alla att låsa sina dörrar. I trappan ner mötte han ett par av våra nyvunna "vänner" från tidigare på kvällen. Denna gång ännu ilsknare, ännu fullare och beväpnade med bl.a järnkäppar och stolsben. Alla satt uppkrupna i sina sängar och darrade av skräck. Dvs alla

utom Feffe som klädd endast kalsonger såg skådespelet från Vätterns strand i skydd av ett träd. Trots hans snabba flykt från sänghalmen och raggarna hann han få med sig sin dyrgrip - Stones T-shirten. Efter det att bråkmakarna flytt fältet



vågade vi oss så småningom ut från våra rum för att summera raggarnas verk. Facit blev 4 söndersparkade dörrar, 3 krossade rutor, 3 stolar i småflisor, ett totalförstört duschrum.....

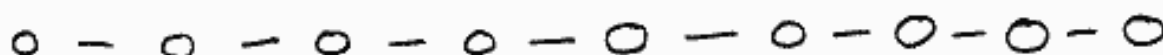
Så småningom anlände hotellpersonal och polis. Efter en kort redogörelse om vad som hänt, tågade vi iväg till Hotell Bellevues huvudbyggnad i samlad tropp. Där fick vi som plåster på såren njuta av 2 dagars lyxliv med färg-TV på rummen som reglerades från sängen. Breda och härliga sängar som stod nybäddade efter det att man avnjutit den goda och bastanta frukost som hotellet bjöd på.

Med undantag av det "lilla" intermezzo med raggarna hade vi ett väldigt kul och lyckat läger i Hjo - regnskuggans stad.

Sammanfattningsvis kan nämnas att:

- det kan vara väldigt roande att höra Fredrik och Magnus läsa upp egna verk.
- myten om lill-Pär är död, efter en strong insats på träningen.
- det minst lika ofta råder skuggregn som regnskugga över Hjo
- även småpojkar kan lära sig dricka kaffe.

Ass. coach Nidde.



Månadens förening

TÄBY SIM

BESÖK UTSTÄLLNINGEN I BIBLIOTEKET!

NÄRA GRÖNKÖPING

I augustis början åkte B - gruppen på träningsläger till Hjo. Vi var 9 simmare och en ledare från Täby och 13 simmare och en ledare från Vallentuna. Precis som A-gruppen bodde vi i Villa Svea i dubbel - och trebäddsrum. Fast vi fick inga ovälkomna besök. Det var bara ledarna som var ute och jagade karlar på nätterna. Simmarna höll sig till kläd-poker.

Tyvärr, hade vi otur med vädret. Vi hade bara två simpass på hela veckan utan regn. Det blev ganska kallt, åtminstone om benen. Trots detta tränades det duktigt av de flesta och för det mesta. Förmiddagspassen var till största delen inriktade på landträning och teknik. Eftermiddagspassen var längre och avslutades ofta med ett dopp i Vättern. Viking-ledaren kom också i en gång och då var det bara +4⁰ i vattnet. Men förkyld blev man bara av att promenera i parken nattetid.

Jag hoppas och tror att simmarna instämmer i att det var ett lyckat läger och " I Löve Hjo ".

Pigge

SUM SIM - RIKSFINAL

Den 16 och 17 maj gick riksfinal i SUM-SIM. Tävlingarna var i Malmö och på g.a. arbetsmarknadskonflikten försenade två veckor. Med på tävlingarna fanns Karin Johansson och Per Christoffersson. Vi åkte tåg ned på fredagen (spelade vänd-8 med Robban A.) och på lördagen simmade Karin 400 m fritt, tid 5.06.41 och 100 m fjärril, 1.19.89. Vi var på tivoli på kvällen och detta till trots simmade Per 100 m fjärril på söndagen med den fina tiden 1.10.00.

Sedan åkte vi nattåget hem och var bara lite trötta på måndagen. Men en fin insats var det av våra båda TÄBY SIM - simmare.

Pigge

KÄRLEK OCH SLIT I FILIPSTAD

FRAN C-GRUPPENS LÄGER

På vårt läger var det kul för det mesta. Resan gick bra. Ingen kräktes. Bostaden var bra. HÄRLIGA 2-bäddsrum. Träningen var också bra. För det mesta.

Tredje dagen hade vi gråtkurs. Vi hade simmat vårt livs första femtonhundring. Alla flickor grät hjärtskärande. Men Jenny och Flisa var bäst. Dom höll på i 1 och en halv timme. (Hur orkade dom).

Det hände roliga saker också. Speciellt för Theo och Lisa. Dom blev nämligen veckans kärlekspar.

Maten var bra. Det var dagens höjdpunkt.

Förutom första dan. Då vi åt lunch och middag med ungefär två timmars mellanrum.



Vi var och spelade minigolf en kväll. Då stötte Maria C. på Micke F. utan resultat. Kvällens enda nöje var att bråka med Micke och Theo. Eva och Robbans nöje var att titta på när alla lekte sanning eller påfågel. En dag hade Lisa, Robban och Anna barnoljekrig. Efter det kriget var det svårt att gå i korridorerna utan att halka. Allting (utom Theo och Lisas kärlek)har ett slut, så hade och detta läger.

Vi kom alla hem mer eller mindre friska i huvudet.

Finito
Bea N. och Anna W.

DAGBOKSDIKTER FRÅN FILIPSTAD

MEDLEY- OCH TVÅDAGARS-GRUPPERNA

1980-08-01

RESAN

Vi samlades vid Norra Bantorget kl. 18.45. Alla var med utom en. (Det var ju ingen större förlust.)

Kl.19.00 Bussen rullar. Bandspelare bullrar. (Blandat Bandat)

Kl. 20.57.39 Bussen stanna i Arboga

Folket sig till kiosken armbåga

(Goddag har ni ostbågar, Nej, Men vi har Bilpåsar)

Kl. 23.30 Ankomst.Vi stormade huset och bänkade våra rum samt

"Försökte" sova.

1980-08-02

FÖRENKLAT SCHEMA FÖR DAGEN

Vakna

Äta

Simma

Äta

Äta(Gulp...)

Äppelkriga

Äta

Sova

1980-08-03

BÖDELN OCH SLAVARNA

Först vi i vattnet ånga

sedan vi småungarna fånga

i källarö fick de inte ens viska

för då fick de smaka på piska

Sedan vi åter i poolen simma
 på kvällen vi nästan svimma
 då ledarna till våra rum komma
 precis då vi skulle somna (Godnattkram)

1980-08-04

FÖDELSEDAGSPLASKET

På morgonen vi i vattnet kasta
 Göran Anell så det plaska
 men Ingela vi inte fick doppa
 för då hon sina kontaktlinser kunde droppa
 Vi skulle slängt båda i avorsaker två
 båda fyllde år
 Den ena 14, den andra 21 (Oj då)

1980-08-05

MAGSJUKAN GÅR

Några blev sjuka i magen
 och då fick de gå till Ulla i hagen (vikarie för Pelle)
 Medan vi åt började det åska
 så att alla från restaurangen brådska.

1980-08-06

DAGENS ISLÄNGDA

Håkan blev islängd av Tobbe först
 Plasket blev stort eftersom han var nästan stöbst
 Sedan hoppade Tobbe i självt
 annars hade han åkt på en smäll

Efter maten travade vi upp på en höjd
 Där fick vi se på troll och änglar så vi blev nöjd(Jämtlän~~da~~)
 På andra passet åkte även Ann och Ingela i
 för vi måste ju på dem också ha pli.

1980-08-07

UPPVISNINGEN

För första men inte sista gången blev Ulla islängd

Småungarna gjorde en teater som var helt fläng

De visade också trollens nya mode

trampande på borde

Tre stycken lekte en lek med en filt

bara en klarade av det (Tredje gången gilt)

Tobbe och Håkan kom hem när midnatt var nära

Vad har ni gjort männe undrade nam hära

1980-08-08

HEMRESAN

Repetetion av resan, men baklänges

D.S. Den här gången var det ingen som saknades.

Författare: Göran A. Tomas B. "Tobbe" L. Håkan K.

SIMENTUSIASTER

VILL NI SE SIMNING PÅ HÖG NIVA?

TYCKER NI OM KLASSISKA MATCHER MED POXNGBERÄKNING?

GILLAR NI FESTLIGA ARRANGEMANG MED HÖG STÄMMING?

KOM DA OCH TITTA PÅ

Stadsmatch
STOCKHOLM-AACHEN

LÖRDAG 18/10 TÄVLINGSSTART KL. 17.00 , INSLÄPP KL. 16.15

SÖNDAG 19/10 TÄVLINGSSTART KL. 10.00 , INSLÄPP KL. 09.15

i TIBBLEBADET!

DAGBOK FRÅN FJÄRDHUNDRALÅGRET 10 - 17 AUGUSTI

Söndag: Vi samlades vid Tibblebadet, stuvade in oss i bilarna och åkte via Enköping och SIMtuna till det lilla samhället Fjärdhundre, som åtminstone jag aldrig hört talas om. Efter lite försinkning i Enköping på jakt efter nyckeln till skolan vi skulle bo i, kom ledarna som sig bör sist. Väl framme fann vi skolan redan upplåst - vår husmor Anna var på plats för ett steka söndagsmiddag. Idag blev det inget bad men väl sightseeing ner till centrum: En telefonkiosk, post och ICA-affär. Efter en namn- och svenslek på kvällen åt vi jättegod bullar och citronsaft från Staffans mamma.

Måndag: Vi gick till badet och tog bl.a. tid på 100m benspark - det gick jättebra. Jättegod pannkakor av husmor Anna och på en var vi och handlade. Senare brännboll och Niddes lag vann med en poäng. Sim-träning igen. Bastun var jätteskön och vi var ensamma i hela bassängen. På kvällen fick vi korv Stroganoff av husmor. -Hur kan man laga så god mat? Men ett problem fanns i alla fall. Någon klok deltagare hade före lägrat sagt att det var bättre att ha liggunderlåg än luftmedrasser - var det männe han som var skyldig till alla luftningarna av våra luftmedrasser? Synd bara att det inte gick att hämnas!

Susanne och Susanna

Tisdag: Igår var vi uppe i Fjärdhundras utsiktstorn, i en silo. Den är ca: 70 m hög. Efter frågesporten på måndagskvällen somnade alla direkt. Tjejerna hade sett Heddes klocka på ringning kl. 12 på natten. Idag började vi vänja oss vid rutinen att simma två pass om dagen. Ån hade det dåliga vädret ej berört oss nämnvärt; tänk om vi hade så här mycket plats i Tibble! Här är det också varmt och skönt men ovanligt mycket klor i vattnet. På kvällen passade skolgården och dess terräng utmärkt bra för dunk-kurragömma med sina träd, kullar, stora stener, plank, husknutar och blomsterarrangemang.

Staffan och Ola

Onsdag: Hedde försov sig i morse. Men killarna vaknade jättetidigt på morgonen och Ola fixade frukost, så vi blev inte så sena till badet. Efter lunch fick vi skriva var sitt simprogram och sedan drog vi lott om vems pass vi skulle simma. Jonas blev den lycklige, så alla fick börja passet med 50 m fjärlil efter lite uppvärmning på land. Passet var tydligen roligt för Jonas och Staffan simmade om det igen nästa dag - efter vårt ordinarie pass! Tomas och Ola blev väl lite besvikna över att fru Fortune svek dem, så de gjorde likadant. Dubbla morgonpass, det Ni A-gruppen!!

Joanna, Eva och Anna

Torsdag: Vi hade gjort upp ett morgonschema, så varje dag fick de lite morgontrötta ledarna hjälp av två pigga simmare, som fick sköta det mesta som att duka, lägga upp bröd, ta upp beställning på varm choklad, väcka och se till att kompisarna kom upp. Efter middagen brukade det vara kö till diskmaskinen för att få hjälpa till. Det var ett stort skolkök med många fascinerande maskiner och menöverknappar, jättegrytor som blev kallade kannibelgrytor och ett kylskåp stort som ett rum. Jag undrar om Ni är lika hjälpsamma hemma?

Torsdag: Det var några som började undra vad som doldes i denna skola (forts) och efter lite utforskning hittade vi två pingisbord och ett skolbibliotek. Det siste tog priset - tänk ett som ledare ligga på sitt rum och inte höra ett knyst från tolv vilde simmare, vad kan he hänt?
 Jo, alla sitter i var sin fåtölj djupt försjunkna i ett seriealbum eller i en hästbok, inte ett pip hörs!

Fredeg: Så här mot slutet av veckan började vädret bli riktigt fint och vi fick inte längre vara alldeles för oss själva. I morse simmade vi 100m benspark på tid för tredje gången; det pågick nämligen en gissningstävling, som senare fick tre vinnare. Två gånger skulle vi gissa vilken tid vi skulle simma på. Susanna, Joanna och Joakim var sammanlagt närmast, bara sju sekunder ifrån. Tomas fick också pris för den största förbättringen.

Lördag: -Typiskt, ve! Här åker man på simläger och blir.... ja, just det, FÖRKYLDT! Jag har inte simmat på några dagar och det är jättetråkigt att vara ensam kvar här i skolan. De andra är ju borta mellan halv nio och halv tolv, kommer hit och äter lunch, slöar lite till halv fyre då de går till nästa träningspass. Men skolbiblioteket, som är jättebra, finns ju. Men gissa vad som hänt? Jo, telefonapparaten för enkronor, där vi ringer, har antagligen blivit full, för det går inte att stoppa i flera mynt.
 Susanna

Söndag: Idag här det av hemåt, så direkt efter frukost började städandet. Alla hjälpte till även om det var få entusiaster. På siste passet på ett träningsläger ställer man gärna lite extra höga krav. Då vill man gärna göra någon ny lek, en spännande tävling eller simma något på tid. Om vi hade kul får Ni fråga de som var med. Vi körde i alla fall en lagkepp med en T-shirt som stafettpinne (klädsim alltså).

Summan av kardemumman var ett riktigt bra läger på alla sätt och vis. Tack för en trevlig vecka och för hjälpen med den här dagboken!

HEDDA

+++++

"Two men looked out from prison bars
 one saw the mud - the other saw the stars"

Gör det bästa Du kan av alla situationer!

S M I Ronneby

BRA PERSONLIGA RESULTAT - MEN BLYGSAMMA PLACERINGAR

Arets utomhus-SM i simning gick för andra året i följd i Blekingeidyllen Ronneby 1-4 augusti. Arets trupp var inte den starkaste vi haft, men liten och naggande god. Förutom assistenttränare Nidde och jag bestod truppen av Carina Hassel, Maria Öberg, Cilla Rudbäck, AnnaKarin Ottosson och Eva Lindholm. Vi var kvalificerade i två grenar: 200m medley för Carina och laget på 4x 100m medley damer.

Carina var först i elden. Hon var ju ryggsimmerska för något år sedan, men har sadlat om till medley specialist och gjorde i mitt tycke ett mycket bra lopp med sina 2.33 , vilket tyvärr bara gav en 19:e plats. Var "ute" mycket fort första 150m, men stod inte distansen ut. Hade hon hållt frisimmet ända hem hade hon hamnat flera placeringar bättre.

I laget simmade Maria ryggsim på 1.14.47, Cilla bröstsim på jättefina 1.22.73, Carina fjäril på 1.13.02 och slutligen AnnaKarin frisimmet på 1.02.12. Tyvärr hade Carina bara en grens vila mellan 200m medley och lagkapen, vilket gjorde att hon simmade c:a 5 sekunder över personligt. Annars hade även lagets placering bättrats betydligt. Alla de övriga i laget gjorde sina livs bästa lopp på respektive simsätt.

Hur som helst tror jag att alla hade mysiga dagar i Ronneby - njöt av fina tävlingar med flera OS-medaljörer i vattnet och så fick jag intrycket att våra simmare fick en sporre till att satsa på att bli ännu bättre.

GF

**NKK
Täby
kan
Sport.**

