

STÄNK

från

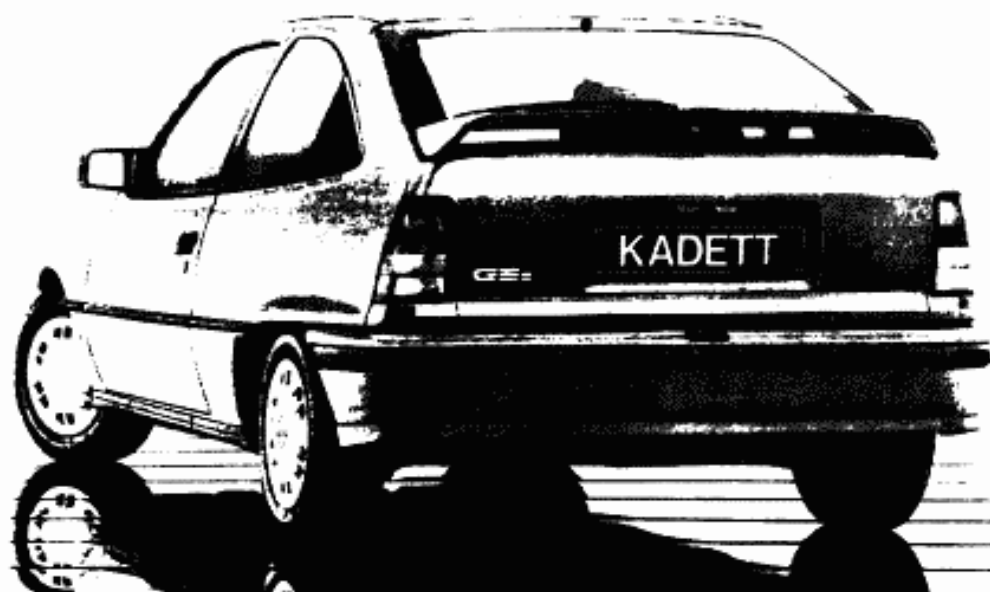


GOD

JUL!

NOV -84





OPEL KADETT GSi

Cw 0,30 – världens lägsta luftmotstånd för en seriebyggd bil. 115 hk (86 kW) DIN – acceleration från 0 till 100 på 9 sekunder! Snabb, följsam och extremt välutrustad.

Under motorhuvén hittar du en 1,8 OHC, insprutningsmotor med 115 starka hästar, LE-Jetronic med "cut-off" funktion som drar ner bränsleförbrukningen till nära 0 när du motorbromsar.

Lika kraftfull är den inre utrustningen. LCD-instrument (flytande kristaller) och Check-Control system för övervakning av viktiga funktioner är bara två exempel.

Det helt nyutvecklade värme- och ventilationssystemet ger ett oöverträffat klimat inne i kupén. Ingen bastuhetta på sommaren och inga immiga rutor på vintern. Hela luftvolymen kan bytas ut fyra gånger i minuten!

Kadetts underhållsfria hjulupphängning med McPherson fjäderben fram och bakhjulsupphängning med långsgående länkar och "miniblock"-fjädrar har i många tester rankats som den allra bästa.

GSi är en sportbil rakt igenom. Gastrycksstötdämpare och ventilerade skivbromsar fram ger vägegenskaper och komfort för hastigheter upp till 203 km/tim. Så det finns resurser att ta av. Nya Kadett GSi är vanebildande! Bränsledeklaration: Blandad körning 0,92 l/mil. Bränslekostnad 1 500 mil 5.699:– (1/7 -84).

Välkommen in att se hela det breda Opelprogrammet hos oss!

STIG OLSSONS BIL

Näsbyark Centrum Tel. 08-756 01 25 Mån-Fre 9-18 Lör 10-14

Från redaktören

Ja, nu har vi klarat av festligheterna kring vårt 10-årsjubileum. Allt igenom har föreningen visat sig innehålla kamratskap, trivsel och sammanhållning. Detta är en bra grund att stå på, när vi nu skall tackla nästa decennium. Vi har alla förutsättningar att klara oss bra.

Kan vi det uträttar vi ett viktigt socialt arbete genom att ge ungdomar möjligheten att få en fin fritidssysselsättning.

Det som främst begränsar våra möjligheter att ta hand om fler ungdomar är att vi nått taket när det gäller att få tider i badet.

Vi hoppas att det fina samarbete vi haft med kommunen och med personalen i badet skall fortsätta så att maximala utvecklingsmöjligheter kan tillvaratas.

Nästa stora evenemang för vår del blir klubbmästerskapen i december. Dessa tävlingar brukar vara kulmen på höstens arbete. I år hoppas avi att alla simmare skall bjuda in sina föräldrar, så att vi kan få hög stämning och känsla både under tävlingarna och under det Lucia-firande som avslutar lördagstävlingarna. Här visar alla simmare hur fint och härligt det är i vår förening.

Så alla Täby simmedlemmar - ha en GOD JUL, ett GOTT NYTT ÅR och väl mötta till ett friskt nytt simmarår 1985.



Ingvar S Klang

Vi stöder TÄBY SIM



Jubilæumsbankett 1984

Lördagen den 27/10 gick TÄBY SIMS 10 års bankett av stapeln. Trots den sena inbjudan kom inte mindre än 160 st till ESSO SCANDICs Bistro för att fosta loss. Banketten föregicks av en insimning i Tibblebadet som lockade 40 simmare med olika kroppskonstitution. Gunnar och Ingemar ledde ett mastigt träningspass på 800 m och efter diverse livräddning av "gamla" simmare tog Björn E och Viktor E över. Simmarna delades upp i lag och 3 olika lagkapper, mer eller mindre seriösa, genomfördes. Efter en välbehövlig bastu gick en del upp i Sporthallsfiket där det anordnades en pub och en del åkte hem för att fräscha ännu mer

Det var nog ingen som missade vem föremålet för all hyllning var. Denna bankett, som också var den officiella avtackningen av Gunnar, blev verkligen den stora hyllning till Mr TÄBY SIM som vi hoppats på. Några talare ur "hyllningskören" var hedersgästerna Bror Hassel simförbundet, Claes Landin Täby kommun och Torbjörn Kruth fritidskontoret. Björn Eklöf delade också ut en special utgåva av TÄBY SIM runstenen till Gunnar. När hyllningen till Gunnar bedarrade något belönades ett 20-tal trotjänare med diplom av Bror Hassel.

Efter middagen tog dansen vid under ledning av den kände discjockeyn Johan Brenner som spelade garanterat blandad musik, (t.o.m. Gert verkade nöjd), till festens slut vid 01.30.



Vid sjutiden började folket komma och arrangörerna kunde glädja sig åt att bordsplaceringen sprack totalt. Ett överskott på flickor som steg för varje sekund (pojkbortfall & flickor som ej var anmälda?) mynnade ut i ett totalt kaos när folk skulle gå till bords. Trots det föreföll middagen lyckad och den avbröts bara då och då av kvällens toastmaster Gert W som ledde "hyllningskören".

Ett stort tack till arrangörerna Björn Eklöf och Ingemar Söderhult för en lyckad fest.

(Tyvärr upptäckte undertecknad inte några snaskiga skandaler, men om någon har något att berätta så är red. Ingvar Klang mycket intresserad)

PHILLE

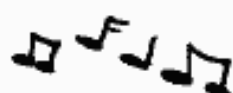
Lilla

Julafton

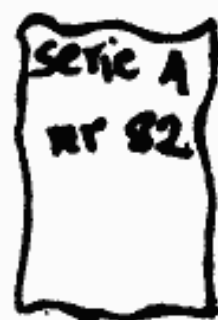
15/12 vid KM

Program mm

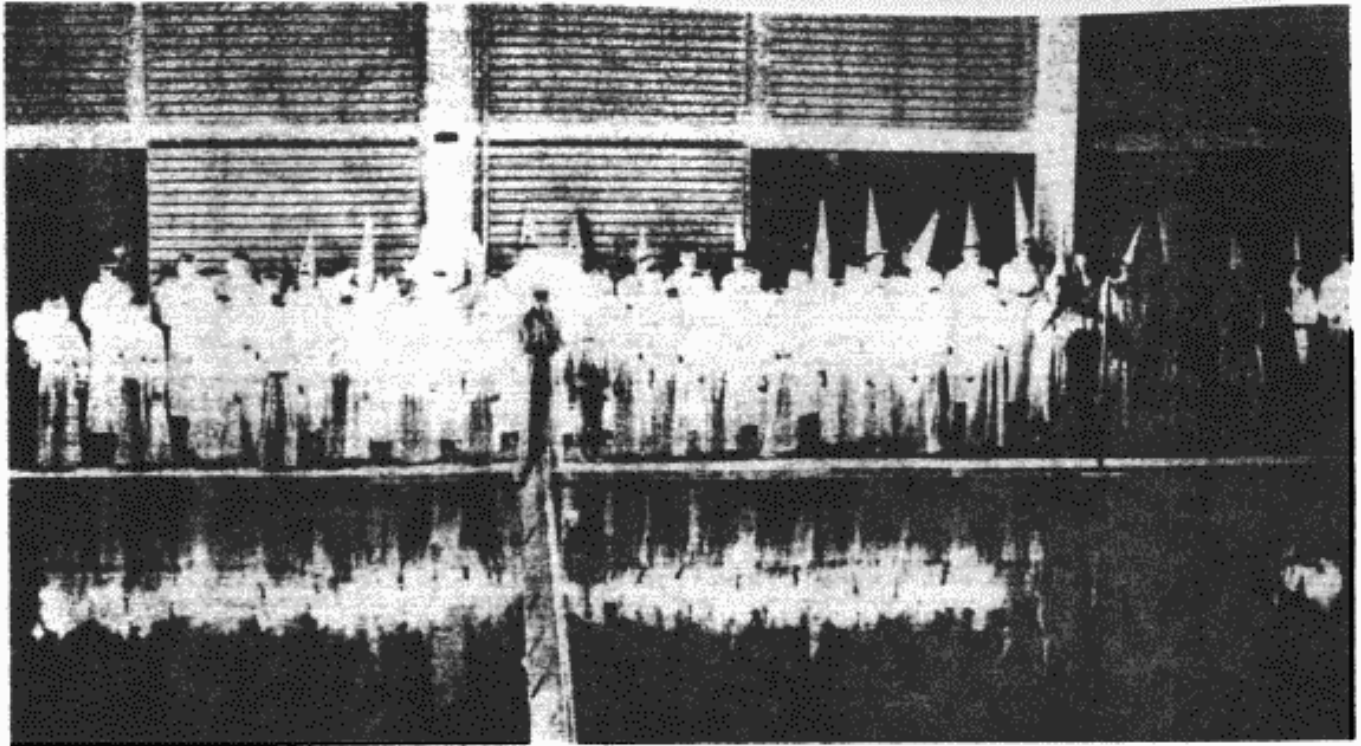
- Öppningsceremoni KM 1984
- Tävlingar
- Musik
- Lek- och plaskuppvisning
- Stort Luciatåg
- Försäljning
- Lotterier
- Fiskdamm
- Polomatch



Vinster att
"hästa"!



VÄLKOMMEN ^D
TSE



SIMMARE OCH FÖRÄLDRAR

H J Ä L P TILL KM OCH LUCIA LÖRDAGEN DEN 15 DECEMBER 1984

Vi tänker förstärka klubbkassan genom att anordna ett CHOKLADHJUL och en BRÖDBASAR under KM och Lucia.

Till chokladhjulet behöver vi "godis" i alla former och till brödbasaren, som sig bör, bröd i vilken form som helst.

Du som kan bidra var snäll och meddela detta till Gunilla Clareus 08/7585517 eller Vivianne Lundvik 08/7688643 före den 7:e december så vi kan planera aktiviteterna på ett bra sätt.

Vi ses den 15 december
Föräldrasektionen

LÄGER

A-GRUPPENS WEEKENDLÄGER I VÄSTERVIK

100 x 100,8 x 800. Vad skulle detta bli? Ingemar sa att vi inte skulle orka upp på Tisdag morgon. Så gick rykterna på tåget till Västervik.

Under Allhelgona helgen var A-gruppen i Västervik, där Ingemar började sin karriär som elittränare.

Säng fick man ej ha på tåget luftmadrasser är det som gäller för vikingar.

Ingemar blev ompysslad av mamma Alva, snett över gatan. Mammans gosse sov i en säng, mellan rena lakan.



Västervik fångade allas förtjusning. Lite fel årstid bara för en sommar-turistort.

Centrumgården, som vi bodde på, var suverän för ändamålet. Här fanns bl.a. till vår stora glädje gymnastiksal med utrustning, TV-rum, kök och cafeteria, disc-jockey anläggning-förutsättning för många aktiviteter alltså.

Badet låg på 15 min. gångavstånd från Centrumgården. Simhallen, som förövrigt byggdes samtidigt som Tibble, hade en sex-kantig(?) 25-meters bassäng, en undervisningsbassäng, en 33 bubbelpool samt hopp-torn.

I denna bassäng tränade vi mycket och ordentligt. Mest tränade Uffe, Klang, Jonas L och Nicke. De simmade ett antal 100:ingar Jonas B, Jonas L o Klang 150x100 Uffe och Nicke 200x100

Simmade gjorde dom mellan kl 10.00 och 14.00 (Jonas B, Jonas L och Klang). Nicke och Uffe simmade till 15.30.

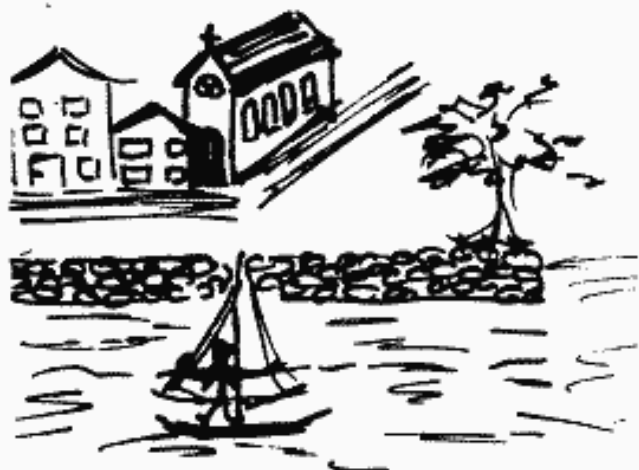
Vi tränade inte bara, vi tävlade också mot några från Västervik SS. Många fina prestationer gjordes och bl.a. 2 klubbrekord, båda på 200 m br.

Maten intogs på "Hörnan". Första middagen blev en riktig höstmiddag: Lövbiff med stekt potatis och bernaissås. God husmanskost och inget snålände. En lunch gjorde

"vi" själva på Centrumgården.

"Vi" innebar Cissi, Kajsa och Stina med några hjälpare.

Sammanfattningsvis var V-vik bra som träningslägerort och ett sommarläger där skulle vara minst sagt perfekt om det fanns 50-metersbassäng utomhus.



VAR
GLAD!

TÄNK OM.....

...du varit med i nya STÄNK:s redaktion vilket proffsigt nummer du då skulle hållit i din hand. Men glada amatörer får duga så länge, tills just du ringer och anmäler ditt intresse av att delta i det roliga redaktionsarbetet. Det är inget betungande arbete. Vi träffas ett par kvällar stax innan tryckningsdags och klipper, klistrar, ritar och försöker i största allmänhet få ordning på sidorna. Ambitionen är inte högre än så, och ingen av oss har heller utgett sig för att kunna jobbet. Vi vill helt enkelt hjälpa till på något vis, och detta är ett sätt att dra ett strå till stacken. Redaktionsgänget, förutom redaktören himself, består av Maria Campos, Philip von Scholutz, Kristina Gustavsson, Maj-Britt Wikström, Tiiu Hedberg, allas var tränare Ingemar Söderhult samt undertecknad. I detta nummer tänkte jag presentera ett par redaktionsmedlemmar. Presentationen fortsätter i nästa nummer.





Jag börjar med den yngste medarbetaren, Maria Campos.

Hon fyller snart 18 år och går sista året på samhällsvetenskapliga linjen. Maria har simmat aktivt och är nu engagerad i en rad sammanhang. Vi har sett henne som simtränare, fest-talare och skribent. Hon är med andra ord en vaken tjej med många strängar på sin lyra. Hon vill vara med och bevara de traditioner som gett klubben så fin sammanhållning. Hon tycker att livet är kul att leva, särskilt när det är fest. Innan hon bestämmer sig för någon yrkeskarriär, vill hon skaffa sig så mycket livserfarenhet som möjligt. Sen blir det nog en lärarbana. Svenska och historia är två intressanta ämnen. Lycka till med livet, karriären och redaktionsjobbet.

Nästa medarbetare, Tiiu Hedberg, är just lärare. Hon undervisar i Fibble-skolan i spanska och engelska. Hon är gift med Do som för tillfället arbetar i Japan. Tre barn, två flickor och en pojke ingår i familjen förutom två hundar och en katt. Full rulle med andra ord. Inte underligt att Tiiu känner sig utarbetad. Hon tänker åka till Japan och vila upp sig. Hon tar med sig sonen Kalle, som kommer att få känna på hur det är att gå i amerikansk skola. Täby Sim är en bra klubb tycker Tiiu bl.a. därför att de äldre simmarna tar hand om de yngre på ett mycket fint sätt. Dessutom tycker hon det är bra att simmarna får leka sig fram de första åren i sin simmarkarriär.



Sin motion får hon i morgonbadarklubben, en motionsform som hon varmt rekommenderar till andra. Slutligen önskar hon att klubben kunde ordna fram ett klubbрум där simmarna kunde få egna skåp samt möjlighet att få tillgång till ett pentry. Ett bra förslag som bollas vidare till styrelsen. På återhörande,

- Tror du att det är så farligt att kyssas som en del påstår?

- Tja, det har i alla fall betytt slutet för en hel del ungarlar ...

- Nå, sa fröken. Kan nån av er räkna upp fler städer i Danmark än Köpenhamn och Helsingör.

Lille Ville kunde. Han sa på raken:

- Ålborg, Tuborg och Carlsberg.

Fyra patienter satt och spelade poker i en sjuksal. Det blev ganska sent och potten bara växte och växte. Då kom syster in:

- Nu måste allt Karlsson gå och lägga sig!

Karlsson kved:

- Inte nu, syster, vänta ett tag.

Syster kastade en blick på Karlssons kort och sade:

- Ja, vi kan ju vänta några minuter. Det vore synd att avbryta nu, när jag ser att Karlsson sitter med alla fyra essen!

Då gick Karlsson till sängs.

- Jag söker en parkeringsplats, konstapeln.

- Men ni har ju ingen bil.

- Jodå, den står på parkeringsplatsen jag söker.

Elofs storebror kommer inrusande:

- Mamma, mamma! Elof härmar en tupp.

- Jaså, gal han?

- Nej, han äter mask.

- Hej Olle. Hur går det för din nye granne? Han vet väl inte så mycket om jordbruk?

- Nej, verkligen inte. I höstas körde han över potatislandet med en ångvält och trodde att han skulle få färdig potatismos.

- Jo, direktören. Kan vi räkna med någon löneförhöjning med anledning av firmans 100-årsjubileum?

- Javisst, men bara dom som har varit med från början.

- Du som är en gift man skulle väl inte behöva sitta och sy knappar i din ytterrock.

- Det gör jag minsann inte alls. Det här är min frus kappa.

Pensionatsvärdinnan till tjänsteflickan:

- Sa jag inte till Lena att lämna upp räkningen på nummer tretton?

- Det har jag gjort.

- Finns ingen möjlighet. Jag kan höra honom sjunga ännu.

- Kom din moster ihåg dig i sitt testamente?

- Antagligen, för jag fick inte ett öre!

Domaren i rätten:

- Sa jag inte till er sist att jag inte vese er här fler gånger?

- Jo visst, sa den anklagade. Det sa också till konstapeln, men han ville i tro mej ...

En bonde står åtalad för grisstöld. Åklagaren förordade strängt straff med motive- ringen:

- Ty, fortsätter svinstölderna, går till slut ingen av oss säker.

KÖP BÖCKER OCH PAPPERSVAROR UPP TILL

25% RABATT PÅ ORD. PRIS.

- Skaffa Dig Fritzes Rabattkort som ger Dig följande förmåner:
- Du får 20% rabatt på böcker, papper o kontorsvaror på ord. pris (ej kontorsmaskiner)
- Du blir medlem i Bonniers bokklubb utan köptvång. Med rabatt upp till 25% på ord. pris.
- Du får 10% rabatt på kartor, statliga publikationer och Liber läromedel
- Du får 10% rabatt på Stora Bokrean
Rabatten gäller endast varor i lager vid kontantköp i butiken.
Kortet gäller 12 mån. Kostar 50:-



FRITZES

KUNGL. HOVBOKHANDEL
Box 56 Täby Centrum

HÄLSNING till TÄBY-SIMMarna

från



i USA

ANNE FORSELL

ATT VARA SIMTRÄNARE I BOSTON.

Jag har nu varit här i två månader, och börjar acklimatisera mig riktigt bra. Mycket är annorlunda, men mycket är också förvånansvärt lika, tex. svårighet att komma i vattnet när passet börjar, "onda axlar", slarv med stretching etc. Jag skall försöka berätta lite för er hur det är att vara simtränare/simmare här.

Jag är tränare i en klubb som heter "Bernal Gator Swim Club". Bernal är huvudtränare och "bossen" i klubben. Klubben är den bästa i den här delen av USA; New England/

.Det är ca 100 aktiva simmare, indelade i tre olika grupper: Seniors-Juniors-Agegrouper. Seniors tränar 10 pass i veckan, juniors 7 och agegroupers 3-4. Det är alltså träning 7 dagar/veckan! Kravet på närvaro är hög.

Medlemsavg. är 600 \$/år och dessutom måste alla köpa paddler, dolme, täningsoverlock, t-shirts, badcräkt, badmössor m.m. som hör till simutrustningen. Detta betalar alla gladeligen.

Eftersom det inte finns kommunala transporter ställer föräldrarna upp och kör simmarna till och från träningen, även 05.30 på morgonen! Det är mycket vanligt att simmarna har en timmas bilfärd, enkel resa till träningen!

FORTSÄTTNING



SELUCIA

TIBBLE-BADET TÄBY CENTRUM

LÖRDAG 15 DECEMBER 1984

KL 1630

SIMNINGARNA BÖRJAR KL 1300
DÅ ÅRETS KLUBBMÄSTERSKAP
AVGÖRS. SIMNINGARNA AVSLUTAS
MED LUCIATÅG!!

ÅLLA VÄLKOMNA
GRATIS INTRÄDE
KAFFE MED BRÖD SERVERAS

Den här klubben har innan styrelse, utan det är föräldrarna som har bildat olika kommittéer och gör allting under överinseende av huvudtränaren, Bernal, detta även när det gäller "kontorsgöromål", dvs. allt som Gunnar gjorde utöver träningen och som nu Ingemar sköter om! Tränaren sköter alltså bara om simträningen och simmarna!



Vi är för tillfället 4 tränare + huvudtränaren som arbetar samtidigt. Då Bernal även är tränare för sim- och vattenpolo-laget för universitetet är han oftast inte på träningen. Alla grupperna tränar samtidigt på 8-banordelen. Enormt trångt och väldigt rörigt tycker jag som inte är van. Huvudtränaren skriver alla passen som han ger till oss andra tränare och talar om vem av oss som skall hålla i träningen och för vilken grupp. Jag har oftast tränat

seniorerna. Det känns konstigt att inte skriva passen själv. och mycket av det de simmar tycker jag är helt galet. Vi får modellera om passen själva om vi vill, men det finns gränser. Jag har ändrat om en hel del och lagt in bollar, muggar, räkna arm etc. vilket dom aldrig gjort förut. Varje gång jag kommer med något nytt tror dom att jag driver med dom, så de frågar alltid om jag menar allvar. En simmares ursäkt för att komma för sent eller att inte komma alls är lika dåliga här som hemma. Hittills har jag inte hört några nya varianter. På kvällarna börjar träningen 17.30 med 30 min. uppvärming på land, ca 200-400 sit-ups, armbävningar, stretching m.m. Alla grupper gör detta tillsammans vilket innebär att jag nu kan skraka högt även på engelska! Min busvissling är också effektiv. Kl. 18.00 börjar träningen i vattnet, då är nämligen collegelagen färdiga med sin träning, och då har de 1,5-2 tim. simning att avklara.

STÄNK från TÄBY SIM

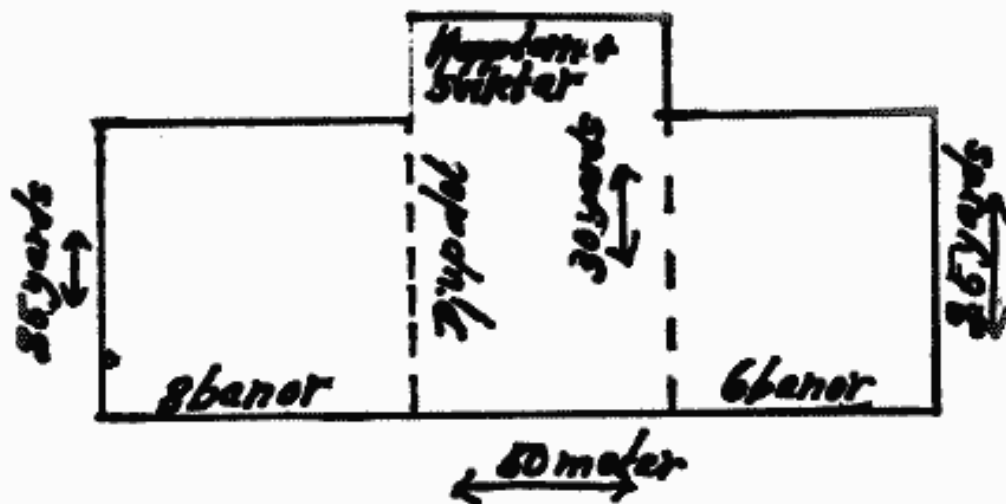
Fr.o.m. 5/11 tränar seniorerna styrketräning 3 ggr/vecka kl. 15.30 på morgonen! Det är, till min stora sorg, den enda tiden de kan använda styrketränningsrummet, på em. är det upptaget av de olika skollagen som finns. Jag måste erkänna att jag känner mig elak när jag begär att de skall klara av att lyfta en massa vikter vid den tiden på cygnet, när jag själv knappt orkar ta mig till träningen!

Någre tävlingar har jag ännu inte varit på, så jag får väl skriva om det en annan gång.

Ge järnet!

"Coach" Anne.

P.S. Här tilltalar simmarna en med "coach" och inte förnamnet. Huvudtränaren tilltalar "Coach Bernal". Men jag har bett om att få bli kallad Anne. D.S.



 *
 * GRATTIS TILL KLUBBREKORDEN *
 *

Tre av våra duktiga simmare har under Hösten visat att dom vill göra bra resultat under denna säsong. Det har dom gjort genom att slå de gamla klubbrekorden på 50 Frisim Damer och 200 Bröstsिम Damer och Herrar.

Jonas Klang förbättrade Magnus Thunborgs rekord på 200 Bröst sim (25:a) från 2.37.19 till 2.36.0 Detta gjordes vid tävlingar i Västervik under Allhelgona helgen.

Lotta Bäckman simmade också i Västervik och förbättrade sitt eget rekord på samma distans som Jonas dvs 200 Bröstsिम. Hennes gamla rekord löd på 2.49.5 och det nya är 2.48.5

Kaisa Siöberg förbättrade sitt rekord på 50 Frisim (25:a) genom att i Sprint Cup komma på 2:a plats. Detta var en mycket meriterande 2:a plats då hon slog alla Polisens tjejer och endast tog stryk av Petra Hilder från Järfälla. Kaisas tid blev 27.93



Lotta Bäckman
1968



Kaisa Siöberg
1967



Jonas Klang
1968

50: MAMNNA SIMNINGEN 1984.

| NAMN | Tid | NAMN | Tid |
|-----------------------|-------|----------------------|---------|
| 1 Niclas Fagrell | 26.04 | 26 Martin Rogersson | 26.51 |
| 2 Magnus Gustavsson | 25.51 | 27 Berndt Sundqvist | 27.25 |
| 3 Mikael Frisk | 25.46 | 28 Pontus Lögdberg | 28.09 |
| 4 Rolf Jarlås | 27.25 | 29 Jonas Klang | 27.29 |
| 5 Theodor Berg | 26.64 | 30 Ola Ritzen | 27.22 |
| 6 Erik Vännman | 27.27 | 31 Mikael Asp | 28.26 |
| 7 Torbjörn Hallmans | 27.26 | 32 Roland Smith | 27.20 |
| 8 Per Corneliussen | 26.19 | 33 Mathias Lewentorp | 28.51 |
| 9 Mikael Sjöborg | 27.12 | 34 Madeleine Clareus | 29.37 |
| 10 Kajsa Sjöberg | 27.51 | 35 Robert Aspegårdh | 27.67 |
| 11 Jonas Sjöo | 27.13 | 36 Klas Orsvärn | 27.65 |
| 12 Ola Frejd | 27.46 | 37 Bengt Svensson | 26.00 |
| 13 Göran Gustavsson | 25.88 | 38 Scott Krieger | 27.99 |
| 14 Joakim Zuhr | 28.30 | 39 Ulf Swedin | 26.93 |
| 15 Bo Berglund | 26.27 | 40 Henrik Thunborg | 27.77 |
| 16 Tommy Aspegårdh | 28.62 | 41 Magnus Thunborg | 26.37 |
| 17 Fredrik Mattinsson | 27.48 | 42 Björn Modee | 26.61 |
| 18 Ola Pedersen | 28.55 | 43 Björn Walheim | 26.60 |
| 19 Robert Jenssen | 27.00 | 44 Erik Ritzen | 26.21 |
| 20 Sören Andreasson | 28.25 | 45 Robert Jeppsson | 27.64 |
| 21 Anders Thunborg | 27.35 | 46 Mats Svensson | 27.31 |
| 22 Torbjörn Angerfelt | 27.64 | 47 Björn Öberg | 26.00 |
| 23 Cissi Berg | 28.76 | 48 Jonas Björklund | 26.26 |
| 24 Torbjörn Nilsson | 27.20 | 49 Håkan Wase | 28.24 |
| 25 Ove Eklöf | 28.31 | 50 Jonas Lögdberg | 25.17 |
| | | SLUT TID | 22.41.1 |
| | | SNITT | 27.22 |

Tävlingar som gått.

FINA LANGLOPP AV TJEJERNA

Distanssim 3 i Täby.
Årets sista deltävling i distanssimmet gick på hemmabanen. Malin Lundvik vann klart 800 m frisim för flickor 71 på tiden 10.00.2. På samma distans för flickor 70 blev Madde Clareus 2:a i en hård kamp, tiden blev 9.41.1. I en extragren simmade Lotta Bäckman på fina 9.39.7.

PLAKETTSAMLARE FRÅN TÄBY

Järfälladoppet.
På denna tävling var A-gänget för att testa formen efter sommaren. Flera goda resultat nåddes och plaketterna rasade in. Facit blev 13 guld, 9 silver och 5 brons. Visserligen var inte motståndet det bästa, men det är alltid kul att vinna.



PHILLE VANN SPRINT CUP

Dum Sim och sprint cup i Väsby.
Här var det våra renodlade sprinters som skördade framgångar. Philip von Schoultz segrade på 50 m fritt, Micke Frisk var här 2:a. På tjejernas 50 m frisim blev Kajsa Sjöberg 2:a bl.a genom att slå alla Polisentjejer och satte ett nytt klubbrekord på fina 27.93. 2:a och 3:e plats på 50 m rygg blev det genom Micke Frisk och Niclas Fagrell. Annelie Blomgren blev 4:a i damernas ryggsimsprint.

SIST I UNGDOMSERIEN

Seriesim 1 i Järfälla.
Här fick vi finna oss i att komma 6:a i sammandraget, trots flera tappra insatser av våra ungdomar. Ingen riktig topp men två fina 3:e placeringar av Ola Pederssen på 100 fjärlil och 100 ryggsim samt en 3:e plats på 100 fjärlil för Malin Lundvik.

3:a PÅ 10-MANNA

10-manna i Akeshov.
TÄBY SIM:s lag 3:a på 10x100 m frisim. Ola Pederssen 2:a och Torbjörn Angerfelt 3:a på 100 m rygg pojkar 70-71. Madde Clareus 3:a på 100 m rygg för flickor 70-71.

FRAMTIDSLÖFTEN PÅ ZON SIM

Zon sim i Akersberga.
Flera fina resultat av våra unga simmare. Många gör i zon sim sin första tävling.
Seger av Petra Hjalmarsson på 100 m medley fl 70. Nils-Olov Hellman 3:a på 25 m fjärlil pojkar 74 o sen, här var Daniel Karlsson 4:a. Sara Almqvist blev 3:a på 50 rygg fl 73.
Kämpa på ungdomar, ni är framtiden.



OLA FREJD FYRA SEGRAR I FALUN

FK Swim i Falun.
Till Falun skickade vi ett stort gäng glada simmare (47 st). Kul att möta andra ansikten i basängen. En fin 2:a plats i sammandraget där 17 klubbar deltog. Vann gjorde hemmalaget, men vi slog namnstarka lag som Västerås, Borlänge och Gävle. Sex segrar varav Ola Frejd tog fyra i klassen pojkar 71, 100 frisim, 100 fjäri1, 200 frisim och 200 medley. Våra flickor vann båda lagkapperna, 4x100 frisim och 4x 100 medley. Andraplatser tog Micke Frisk på 100 rygg och 200 medley, Kajsa Sjöberg 100 frisim, Malin Lundvik 100 frisim och Susanne Lindborg 100 br. Bronspengar med sig hem fick Malin Lundvik 100 fjäri1 och 200 medley, Cissi Berg 100 rygg, Johan Wikström 100 bröstsim, Micke Frisk 100 fjäri1 och killarnas lag i 4x100 m frisim och 4x100 medley.



VARA B-FLICKOR "RENSADE RENT"

Neptuns ungdomslagkapper.
Här tävlar man enbart i lagkapper, 4x50 m i alla fyra simsätten och i tre åldersklasser. Två pokaler att kämpa om, en för flickor och en för pojkar efter sammanlagda poäng i alla åldersklasser. En härlig insats av våra B.tjejer (70-71) som "renskade rent" och vann alla sina lopp. Segrartiden på 4x50 frisim var dessutom bättre än den de äldre flickorna hade. A-damerna vann två lopp och var 3:a i två. Detta grundlade en tjusig slutseger och pokalen för flickor till TÄBY SIM. "Herrarna" slutade 4:a i sammandraget (en arrangörsmis från 2:a-platsen). Främst här var A-pojkar med platssiffror 3,1,1,disk.

KLUBBREKORD I VÄSTERVIK

Tävling med Västerviks SS
Två nya klubbrekord, båda på 200 m bröstsim. Jonas Klang simmade sträckan på 2.36.0 och Lotta Bäckman på 2.48.5.



FINA LAGKAPPSTIDER GAV POKALVINST FÖR FLICKORNA

Solvallapokalen, Tureberg.
Hit åkte vi med två intäckningar i pokalen för herrar 4x100 frisim. Hemkom vi med pokalen för damer. En härlig medleylagkapp med fina tider rakt igenom (rygg Cissi Berg 1.11.3, bröst Lotta Bäckman 1.19.7, fjäri1 Madde Clareus 1.10.4, frisim Kajsa Sjöberg 59.6).
I den individuella tävlingen vann Micke Frisk 200 rygg och 200 frisim, Cissi Berg 200 rygg och Madde Clareus 200 frisim.
Tvåa blev Lotta Bäckman 200 bröst, Martin Rogersson 200 rygg, Micke Frisk 200 medley och Jonas Björklund 200 frisim.
Bronsplats togs av Ulf Swedin på 200 medley.
Flera fina tider nåddes och framhållas bör Madde Clareus 2.12.3 på 200 frisim och Malin Lundvik 2.15.4 på samma distans. Madde är 14 år och Malin 13 år.





ERA TID AV KARL HEDBERG

Kanaan cup.
C-grupperna var på denna tävling
och Karl Hedberg vann 100 frisim
pojkar 72 på fina 1.08.7.

RESUME E E E ERA FLYT

Många flera fina lopp har gjorts
än de som redovisats. Personliga
rekord har slagits i massor av
våra yngre lovande simmare.
Tyvärr räcker inte utrymmet i STÅNK
till allt. Ni som inte nämnts vid
namn vill jag ändå gratulera och
tacka för era starka insatser i bas-
ängen.
Framför oss har vi nu högsäsong
med JDM, SUM SIM, JSM och SM.
Visst ska väl resultatförbättring-
arna fortsätta och toppformen infin-
na sig vid rätt tillfälle, eller
hur?
Ladda om och spana framåt och fram-
förallt, var glad.

VAR GLAD



NYTT

FYND

Prisvärd

Byxa

Mjuk och lätt

PRIS 85:-

Tala med

Din tränare

FRÅGA: Hur är det att vara ny
C-gruppstränare?


SVAR: Det är underbart.
Som den nya tränaren för
"C-gruppen Yngre" kan man nog inte
ha det bättre med sju urgulliga
och träningsflitiga underverk:
Kalle H., Martin A., David S.,
Anders S., Christina J., Oskar G.,
Karin L., samt ett antal Vallentu-
nare.

Jag känner mig alltid glad både
före och efter träningen, för med
dessa underverk är det svårt att
känna ilska. Dock har dessa under-
verk den olaten att ett flertal
gångar efter träningen roa sig med
att tvångsbada sin tränare, men det
blir det nog snart stopp på!

Som sagt är de väldigt tränings-
villiga och resultatet märks på täv-
lingar som t ex Kalles utmärkta
1.08.8 på 100 m fr i Bromma samt
Oskars 1.30 på 100 m br i Falun.

Detta är inte de enda bra tiderna,
utan alla gör ett fint jobb.

Jag gillar Er och att vara tränare
för C-gruppen är något jag skulle
vilja att alla fick chansen till.

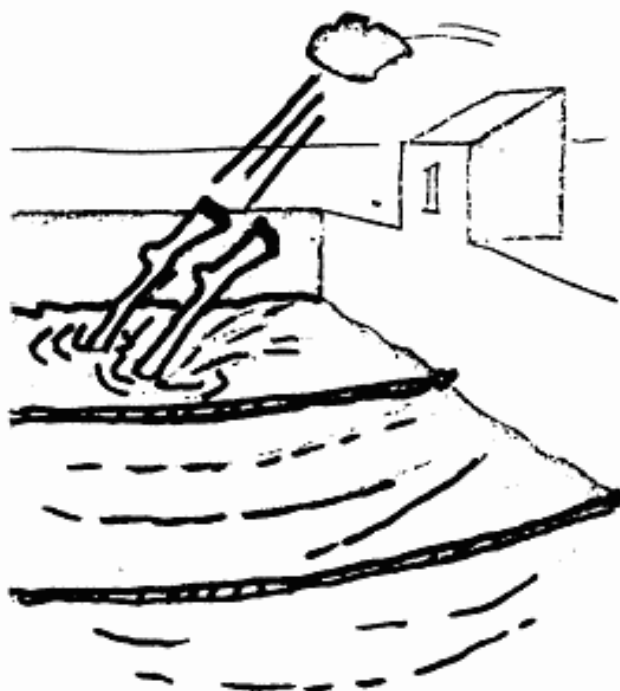
KÄMPA PÅ 

Tillsammans skall det gå.

Maria Campos



idrottstabbar



KM

TÄBY SIM:S KLUBB MÄSTERSKAP

De flesta inom klubben har nog varit med om ett KM, men det är nog inte alla som vet vad det är för priser och titlar som delas ut under tävlingarna. Så här kommer lite information om vad som gäller under KM.

KLUBBMÄSTARE/MÄSTARINNA

Klubbmästare blir alla som vinner någon av de individuella grenarna.

STORMÄSTARE OCH STORMÄSTARINNA

För att rättvist kunna jämföra de olika simsätten så används den VästTyska poäntabellen. De simmare som simmar 100 meters sträckor (Ry Br Fj Fr) samlar poäng som läggs ihop. De 12 simmare som har de högsta poängsummorna får simma en 400 Medley final. Man lägger sedan ihop 400 Me poängen med poängen för 100 meters sträckorna och den simmare som har den högsta summan koras till STORMÄSTARE och STORMÄSTARINNA.

ARETS SIMMARE/SIMMERSKA

Arets simmare/simmerska

En jury utser den pojke och den flicka som under det gångna året utvecklats mest, nått fina framgångar och dessutom varit bra kamrater samt visat sig vara utmärkta föredömen.



GERT WALHEIMS BUCKLA

Friset delas ut till den simmare som under året uppnått den högsta poängen på någon enskild gren under året. Priset har delats ut två gånger. 1983 var det Jiri Kreicir som hade den högsta poängen och 1983 var det Patrik Asp.

SPRINTERMÄSTARE / MÄSTARINNA

Den sista grenen på Lördagen är 50 Frisim för alla åldrar och kön. Där blandas simmarna hur som helst i heaten, men delas upp i resultat listan i 4 olika klasser. Klasserna är Damer och Herrar 29 år och yngre, (veteraner) Damer och Herrar 30 år och äldre. Det går att anmäla sig ända fram till starten för sprinter mästerskapen.

KM

Utöver detta tillkommer vid årets KM

- minimästare och minimästarinna
- föräldrasektionens hedersutmärkelse.

Här följer nu en kort beskrivning av förutsättningarna för de olika utmärkelserna.

Minimästare och minimästarinna

Bland de simmare som vid KM simmar alla fyra samsätten över 50 m utses den som har den sammanlagt kortaste tiden till minimästare och minimästarinna.

Vid KM 1984 kommer utmärkelserna att utdelas för första gången.

Föräldrasektionens hedersutmärkelse

En jury utser den pojke och flicka bland klubbens simmare som vid KM tävlar i de två yngsta klasserna som under året utvecklats bra, kämpat väl, varit fina kamrater och föredömen.

Utmärkelsen utdelas för första gången vid KM 1984.

Vår förhoppning är att vi genom denna utökning av utmärkelserna skall kunna uppmuntra våra yngre simmare och därmed också premiera bredden inom föreningen.

Vi hoppas också att vi skall få många startande i årets KM.

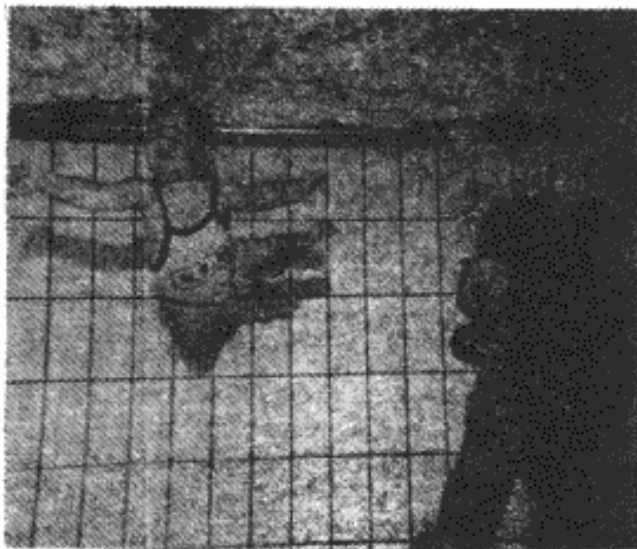
Speciellt välkomna är de yngsta simmarna!!

Det är viktigare att delta än att vinna!!

Vi hoppas också att många föräldrar kommer för att heja och stötta simmarna.

Kom ihåg att lördagen avslutas med simmarens eget Lucia-tåg, en uppvisning där alla simmare deltar.

TAG ER TID ATT TITTA OCH LYSSNA!



De vanligaste undanflykterna

STÄNK intervjuar funktionärsraggaren Jojje Gustavsson

- Vilken är bakgrunden till Din verksamhet?

Jag övertog jobbet efter Gunnar Fornander 1981. Då fanns ett fyrtiotal funktionärer så det var ganska svårt att få ihop funktionärer till våra tävlingar. Det är ju så att för att få tävla hos andra föreningar måste vi ju själva ibland bidra med arrangemang.

- Hur ser det ut i dag?

Ett fyrtiotal funktionärer har blivit c:a sjuttio jämte ett tiotal föräldrar som hjälper till i befattningar som inte direkt kräver funktionärskurs.

– Ska Karl-Astrid delta?

- Vilka är de vanligaste motiven för att ställa upp som funktionär?
 - . Barnen vill inte att föräldrarna tittar på när de tävlar.
 - . Om föräldrarna är funktionärer har de ett legitimt skäl att vara där vid tävlingar.
 - . Om jag ändå sitter på läktaren och tittar på kan jag lika gärna hjälpa till på bassängplanet.
 - . Någon gång om året kan jag ju alltid hjälpa till för den goda sakens skull. Barnen får ju delta i många andra tävlingar där andra föräldrar är funktionärer.
 - . Det är trevligt att träffa andra föräldrar som har barn som simmar. Det finns så mycket att prata om.



Hur gick det att få funktionärer till den krävande WELLA-CUP -84?

WELLA CUP är en funktionärskrävande tävling. Det krävs funktionärer till fem simpass under pingsthelgen.

Jag ringde ett sjuttiototal och fick

- . ett tiotal som ställde upp alla fem passen
- . ett femtiotal som ställde upp 2-3 pass
- . några som inte kunde ställa upp p g a att de var funktionärer i andra idrottsaktiviteter samma helg.

När jag nu har chansen vill jag framföra ett varmt tack till alla föräldrar för Er positiva attityd. Det har blivit mycket roligare att försöka engagera föräldrar.

Tack också till föräldrasektionen som fått fler föräldrar att engagera sig.

- Hur blir det då med WELLA CUP -85?

Jag hoppas att så många föräldrar som möjligt redan nu planerar in pingsthelgen 25-27 maj 1985. Ju fler som deltar ju enklare blir det. Det kan ju också vara trevligt att få sin påse med WELLA-produkter!!!

- Kommer det att bli fler funktionärskurser?

Ja då! Föräldralsektionen med Christer Weinö i spetsen kommer att ordna en ny kurs i vinter. Vill Du redan nu anmäla Dig - ring då till Christer (0762/51421).

- Har Du slutligen något att tillägga?

Trevligt uppdrag

Ja, jag måste säga att vi föräldrar trivs tillsammans. Det är inte svårt att bli funktionär och all hjälp tar vi tacksamt emot!

Så, kom och trivs i gänget av funktionärer. Alla är hjärtligt välkomna!!!



POLO SEKTIONEN

4:e gången gillt...

Det som tog Järfälla två år tog för oss två veckor. Efter tre raka förluster mot Polisen, Järfälla och Neptun och målskillnaden 7-50, så vann vi vår första match någonsin. Gästande SKK besegrades med 14-13 efter en, mot slutet, gastkramande match. Hemmaspelarna blev uppvisade gång på gång och en efter en fick matchstraff, men segern var aldrig i riktig fara.

Orsaken till den sensationella segern var:

- 1 SKK hade inte fullt lag. (deras problem)
- 2 Vi hade får första gången aimarna Frisk, Jonas och Uffe med=bästa lag.

Stärkta av vår stora seger kommer vi hädanefter att gå bärsärk genom serien och inte förlora en enda match till.

GOD JUL

Snart är det dags att önska Varandra GOD JUL. Men innan det, så TACK FÖR SENAST! Alltså för Jubileumsfesten. För oss arrangörer var det trevligt med den goda uppslutningen, uppemot 170 pers.

Snart är det dags igen för en uppslutning inom hela TABY SIM. KM och "Lilla Julafton" kör vi 15-16 dec. Ställ upp då också, både i och runt bassängen!

Då blir det ju dags att säga det på riktigt
altså:

GOD JUL !

Björn Eklöf



SKÖNHETSCENTER

- för kvinnor och män.

- ★ Ont i ryggen
- ★ Spänningshuvudvärk
- ★ Problem med trötta och spända muskler
- ★ Dålig cirkulation

KOM TILL:

Anders Lidestam
Fysioterapeut och Naprapatråd.

Behandlar:

Rygg- och nackbesvär
Idrotts- och arbetsskador
Muskler och leder

Ger:

Idrottsmassage
Avslappnande skön friskmassage

- ★ Ansiktsbehandling
- ★ Porrengöring
- ★ Manikyr
- ★ Ögonfransfärgning
- ★ Lätt make-up
- ★ Vaxning av generande hårväxt
- ★ Ansiktsmassage
- ★ Porrengöring
- ★ Håltagning i öronen
- ★ Ögonbrynsfärgning
- ★ Hudslipningar

Borttagning av generande hårväxt
samt vidgade ådernät.

Öppettider:

Vard..... 10 - 22
Lörd..... 12 - 16

Ring för tidsbeställning:

SUNSIDE tel.08-756 76 54
NÄSBY PARKS CENTRUM

VÄLKOMMEN -26-

SOLARIUM

Solkort 10 ggr à 30 min. 200:-
Per gång à 30 min 25:-

Parfumeri

San Soucis - skönhet från naturen.
Välkomna till oss så visar vi hästens
fläger från Sans Soucis.


**SANS
SOUCIS**
HAJEN-BAJEN PARIS

PROGRAM FÖR JDM OCH JSM

| Pass 1 ----- | JDM kval ----- | JSM Kval ----- |
|-------------------------|-------------------|-------------------|
| 1. 1 500/800 Fr Flickor | 19.00.0 | 18.05.0 / 9.33.0 |
| 2. 200 Fr Pojkar | 2.04.0 | 1.56.9 |
| 3. 200 Br Flickor | 2.55.0 | 2.46.8 |
| 4. 100 Br Pojkar | 1.15.0 | 1.08.8 |
| 5. 100 Fr Flickor | 1.03.0 | 59.9 |
| 6. 200 Ry Pojkar | 2.28.0 | 2.15.5 |
| 7. 200 Fj Flickor | 2.43.0 | 2.26.9 |
| 8. 400 Me Pojkar | 5.05.0 | 4.52.0 |
| 9. 4 x 100 Me Flickor | 5.00.0 | 4.35.1 |
| 10. 4 x 200 Fr Pojkar | 8.55.0 | 8.04.3 |

Pass 2 -----

| | | |
|------------------------|--------|--------|
| 11. 100 Ry Pojkar | 1.09.0 | 1.02.9 |
| 12. 100 Ry Flickor | 1.14.0 | 1.09.7 |
| 13. 400 Fr Pojkar | 4.30.0 | 4.09.4 |
| 14. 400 Fr Flickor | 4.46.0 | 4.35.3 |
| 15. 100 Fj Pojkar | 1.04.0 | 59.7 |
| 16. 100 Fj Flickor | 1.11.5 | 1.07.4 |
| 17. 200 Me Pojkar | 2.21.0 | 2.14.9 |
| 18. 200 Me Flickor | 2.38.0 | 2.30.5 |
| 19. 4 x 100 Fr Pojkar | 4.00.0 | 3.38.8 |
| 20. 4 x 100 Fr Flickor | 4.24.0 | 4.06.2 |

Pass 3 -----

| | | |
|------------------------|---------|---------|
| 21. 1 500 Fr Pojkar | 17.50.0 | 16.40.3 |
| 22. 200 Fr Flickor | 2.15.0 | 2.10.6 |
| 23. 200 Br Pojkar | 2.45.0 | 2.29.8 |
| 24. 100 Br Flickor | 1.22.0 | 1.17.4 |
| 25. 100 Fr Pojkar | 57.0 | 53.7 |
| 26. 200 Ry Flickor | 2.40.0 | 2.29.4 |
| 27. 200 Fj Pojkar | 2.29.0 | 2.13.4 |
| 28. 400 Me Flickor | 5.39.0 | 5.17.9 |
| 29. 4 x 100 Me Pojkar | 4.30.0 | 4.09.1 |
| 30. 4 x 200 Fr Flickor | 9.40.0 | 8.55.1 |

På JDM simmas 1 500 Frisim flickor, men på JSM simmas 800. Man kan dock kvala till JSM på 1 5000 meters tid.

JDM simmas 7-9/12 i Akeshovsbadet och det är som vanligt med direkt finaler.

JSM simmas 18-20/1 i Södertälje och där har man försök och final simning. Dvs att det på morgonen simmas försökstävlingar och på kvällen simmar de som på morgonen kvalat till finalerna.

HAR NI VARIT HOS

prispressaren i täby



ÖPPET VARJE DAG TILL 20.00

VÄLKOMNA TILL TÄBYS storbutik i livsmedel

Med lågpriser alla dagar i veckan
Stor manuell kött, delikatess och ostdisk



GOTT OM FRIA P-PLATSER

BESÖK VÅRA MANUELLA OST & DELIKATESSDISKAR

HYLLNINGSVERS SKRIVEN OCH FRAM-
FÖRD AV MARIA C, ANNA W, LISA W
TILL INGEMAR SÖDERHULT PÅ
TÄBY SIMS TIOÅRSJUBILEUMSFEST

Vi förstår att det kändes svårt
att komma till en helt ny bassäng
Är alla kyrkade Gunnar
i vårt sammansvetsade gäng.

Men Du tog oss med storm
med Dina idéer, Din charm
både allvar och humor så varm.

Ändå är likheten slående
långa armar, smala ben
gänglig på kanten gående.

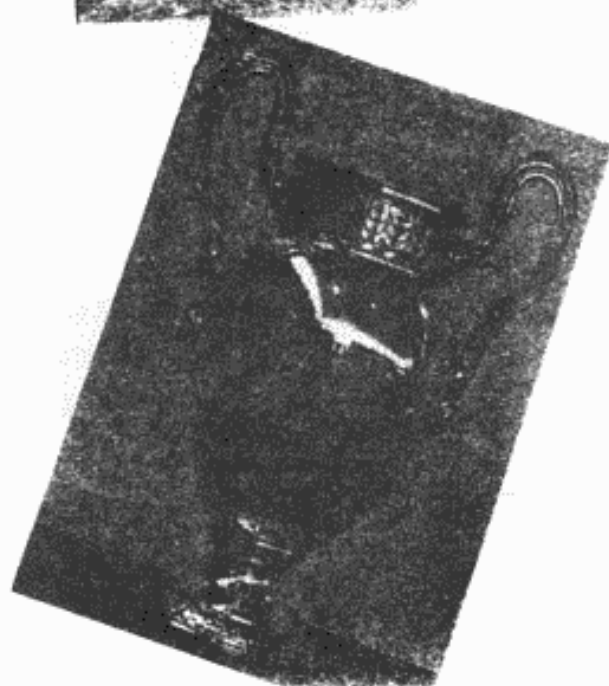
Drar i mustaschen när något
oförberett sker
lika pliriga ögon när Ni ler
Ändå har man en klar bild av
vem Du är
och vad Du tänker
för Du av Dig själv så mycket
skänker.

Vi, som varit hemma hos Dig
har också fått andra perspektiv
när vi fick se i Ditt fotoarkiv
Det var någon förstoring
mer skall väl inte nämnas
för då kommer Du säkert att hämnas.

Det känns som om Du varit hos
oss länge
utan onödiga frågor
har Du fått grepp om vårt umgänge.

Ville bara säga det
att Du blivit vår nye idol
därför till Din ära
utbringar vi en SKÅL!

MARIA C, ANNA W, LISA W



ÄRANS OCH HÖLTAR NAS INGENARKÄNNETECKEN:

- Skonummer: 42.
- Vikt: Skinn och Ben.
- Längd: Medellängd.
- Idol: Pappa Söderhult.
- Idrottsidol: Björn Borg och Ingemar S.
- Bästa TV-program: Canada Cup.
- Sämsta TV-program: Dallas.
- Favoritglass hos Hemglass: Iskola.
- Favoritsemester: På en bräda vid Gränsö utanför Västervik.
- Favoritkrydda: Vitlök.
- Bästa lag: Hammarby.
- Hobby vid sidan av simningen: Fotografering.
- Sämsta artister: Herreys.
- Övrigt: Mycket musikintresserad. Klar allätare. Vikingabjäll saknas.

LIVSHISTORIA:

Livet började mycket dramatiskt. Redan efter några timmar gjordes en tripp i ilfart till Stockholm för blodbyte. Är det det som har sett sina spår????? Efter blodbytet växte han till sig på alla ledder och blev en knubbis. Han påstår sig vara ett snällt barn, men snälla barn målar väl inte ytterdörren med tjära?? I första klass gjorde han sin första barrövning mellan staketet och piskställningen. Tyvärr slutade det hela med deformation av nyllet.



Grundskolan vet vi inte så mycket om, men i gymnasiet gick han teknisk linje. Han utövade många sporter dock ej simning, därför blev betygen inte så lysande, men detta lär inte ha spelat någon roll, eftersom hans arbetsintyg från olika jobb inte kan bli bättre. Han lär alltså andra talanger. Han har jobbat på de flesta ställen i Västervik. Av en slump följde han med några kompisar på en simtränarkurs och blev simtränare i Västerviks SS. Det området passade honom bra, och han avancerade till att bli elittränare. 77-78 gjorde han lumpen som fallskärms jägare i Karlsborg.

I september -82 flyttade han norrut till Enskede och utbildade sig på Bosön. Han har även varit föreläsare på bl.a. steg 1 och steg 2 kurser. I våras slutade han på Bosön och flyttade då till en 2:a i Hagsätra. Han trivdes i Stockholm och letade efter ett tränarjobb. I samma veva sökte Täby Sim en efterträdare till Gunnar och Ingemar nappade. Efter div. undersökningar och intervjuer



1987

(Täby ville ju ha en bra efterträdare) fick han jobbet.

Stänks utsända blev hem-bjudna på middag för att lägga en grund till denna artikel.

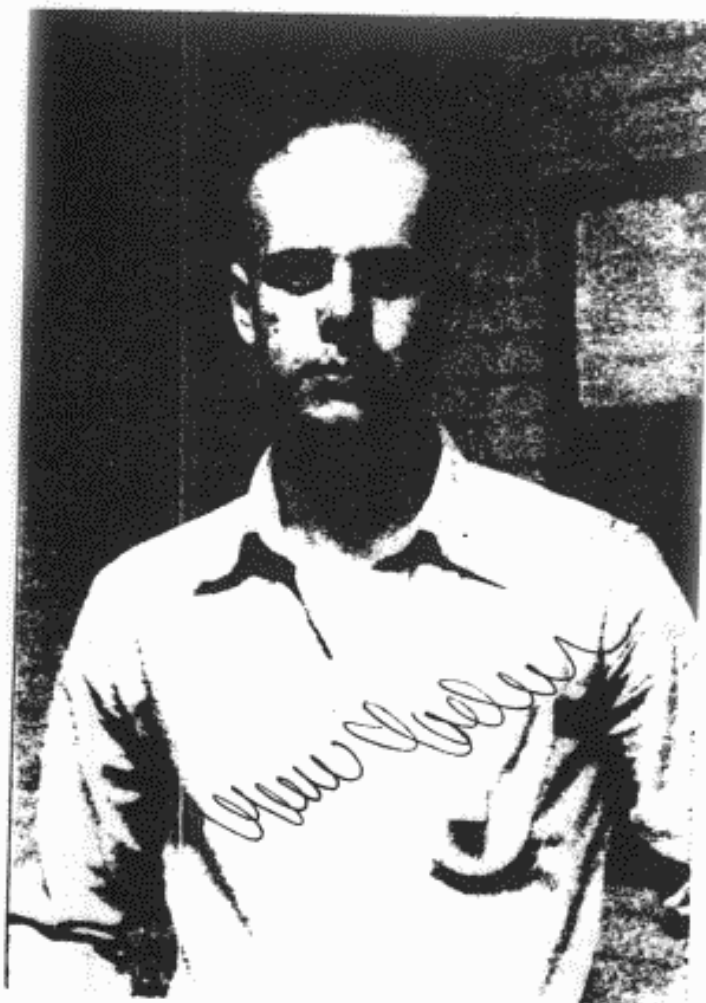
Middagen, som var utsökt, bestod av vitlök med korv och pasta. Detta är hans favoriträtt. Ett råd från en god köck är att fastkokad spagetti kokas bort med vatten och tvättmedel.

Lägenheten var fint inredd. Sambo Anneli (Svensson) har stått för det dekorativa.

Vi hittade en helt godkänd stereo, en massa böcker bl a två ex av Svea Rikes Lag!!! 1:a nov flyttade han till en 3:a på Marknadsvägen för att minska resvägen från 2,5 tim till 3,5 min.

Vi hoppas att alla Stänk-läsare nu vet vem Ingemar är. Citerat: VAR GLAD!!!

Reportrar: Cissi, Lotte och Jonas k.



GISSA VEM?



MARKNADEN



→ Köpes ~ Bytes ~ Säljes ←

KÖP OCH SÄLJ

Vi startar nu i STÄNK en bytarbör. Här är det meningen att klubbens medlemmar skall kunna skicka in och annonsera ut prylar av olika slag.

Nästa STÄNK kommer ut i slutet av februari -85. Därför måste Du sända in Din annons till STÄNK.

"Ingvar Klang, Ingjaldsvägen 1, 183 42 TÄBY"
före 1985-02-01.

Du kan ju alltid annonsera ut Dina vårprylar som Du växt ur.

I detta nummer inleder vi annonseringen

Säljes

| | | | | |
|--------------|-----------|---------|-------|-------|
| Skridskor | Pojk- | Storlek | 35 | 40:- |
| " | CCM | " | 41 | 100:- |
| Slalompjäxor | | " | 34-35 | 40:- |
| " | | " | 5½ | 60:- |
| " | Flue-fill | " | 41 | 250:- |
| Skidskor | Långfärd | " | 35 | 35:- |
| Pjäxor | Svarta | " | 36 | 10:- |
| Flickcykel | Röd | " | 22" | 300:- |
| Pojkcykel | Orange | " | 22" | 100:- |

Köpes

| | | |
|--------------|---|-----|
| Slalomskidor | " | 170 |
| Slalompjäxor | " | 6 |

Kontakta: Birgitta Klang, 0762/10336.



JULKLAPPSTIPS

SÄLJES:

| | | |
|---|----------|--------|
| Mörkblå - mocco. - halvkängor | nr 37 | 50 kr. |
| Gul dralon skidväst med klarblå blommor på oket | s tl 160 | 75 kr. |
| "Fonzie" jeans | stl 163 | 50 kr. |
| Blåjeans med smala vita ränder | " | 50 kr. |
| Brun blus utan krage med 3/4 ärm | " | 30 kr. |
| Senapsgul skjort.blus | " | 30 kr. |

KONTAKTA: HELENA GUSTAVSSON
TEL: 7688099

vita flickskridskor
Hockeyrör
Hockey hjälm (röd jofe)
Slalom pjäxor
Slalomskidor

| | |
|---------------|--------------|
| st 35 + st 37 | 75 - / paret |
| st 38 | 75 - |
| | 150 - |
| st 36 | 95 - |
| 110 cm | 95 - |

KONTAKTA: BRITTI-MAJ WIKSTRÖM
TEL: 0762-12538

slalom pjäxor (kombiå Kastinger
med nyckel-brä hållgrepp)

| | |
|----------|-------|
| st 38-39 | 100 - |
|----------|-------|

KONTAKTA: NARJA CAMERUS
TEL: 7669856

EXTRA ÅRSMÖTE

1984-12-06 kl 1930 i KLUBB-
LOKALEN. BLA OMRÖNING AV
MEDLEMSANGIFTERNA FÖR 1985

"BJÖRN EKLÖF

Rapporter från Föräldralsektionens verksamhetsområden

H J Ä L P ! ! !

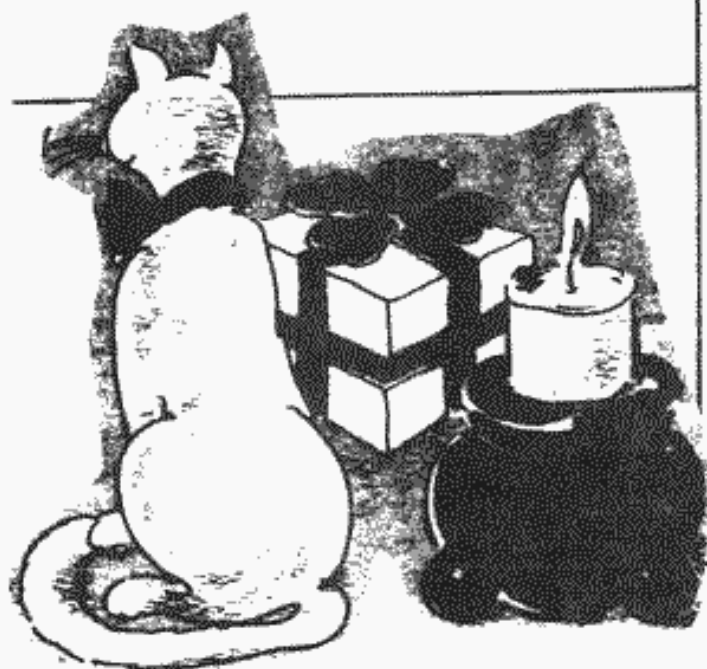
Vi behöver priser till våra lotterier under KM, Norrorts-sim och Wella Cup. Hjälp oss med tips eller, ännu bättre, med priser.

Som synes av separat meddelande, kommer vi under KM att ordna med brödbasar och chokladjul. Där hoppas vi att alla ställer upp med egna "alster". Stort som smått - lika välkommet.

Angående nästa vårfest - hör av Er med önskemål om hur festen skall arrangeras.

Slutligen: Ett stort TACK till alla som ställt upp med att sälja julkalendrar. För detta jobb kan klubbkassan förstärkas med ca 8.000 kronor. Bra gjort!

Föräldralsektionen/
Gunilla Claréus



- EFTERLYSNING -

Föräldralsektionen efterlyser paper, erfarenheter som på olika sätt kan hjälpa till att konstruera en lägerpärm för vår förening.

Vi hade tänkt att pärmen skulle innehålla

- . exempel på lägerorter (för alla grupper)?
- . hur kan ett läger gå till?
- . exempel på kallelser till olika läger!
- . vad vill föräldrar till barn i de yngre åldersgrupperna veta, innan barnen får åka på Täby simläger?
- . hur brukar tränarna lägga upp träningen på olika läger?

Du som har något (t ex kallelser till gamla läger, egna erfarenheter som lägerförälder, barns erfarenheter från olika lägerorter, egna krav på Täby simläger m m)

ring eller skriv till

Carl-Johan Hellman

Tfn: 0762/506 95

Valltorpsvägen 30A

193 44 TÄBY

Vi behöver all hjälp vi kan få, vår lägerpärm är i dag helt tom.

Vi behöver hjälpen nu!! Efter jul är det för sent att påverka lägren sommaren 1985.

RAPPORT FRÅN PROJEKTGRUPP NR 2

Inom föräldrarsektionen arbetar projektgrupp nr 2 bland annat med bilreklam. Bilreklam innebär att man på bakrutan av sin bil bär en dekal med ett reklambudskap eller ett företagsnamn och får på så sätt in bidrag till föreningskassan i Täby Sim.

Föräldrarsektionen har en lista över 55 bilägare som är villiga att på sina bilar bära en reklamdekal.

Projektgruppen har kontakt med ett företag (affärs- och charterresor) som är villigt att teckna ett 12-månadersavtal för bakrute-reklam med föräldrarsektionen.

Reklamdekaler på 55 st "klubb-bilar" kommer att ge simklubben 11.000:- kronor, som kan användas till klubbresor, vinster, priser m.m.

I början av november presenteras förslaget för Täby Sim's styrelse.

55 föräldrar har redan tecknat sig för bakrutereklam på sina bilar, men det kan blir fler.

Du som kan och vill bära en dekal på bakrutan på din bil hör av dig till Ingvar Bäckman, tel bostad 0762-40285. Det innebär slantar i klubbkassan.

Ingvar B.

Hur påverkar olika sjukdomar träning och skola?

Tisdagen den 16 oktober samlades ett tjugotal intresserade föräldrar i bibliotekets hörsal för att lyssna till Täby-simföräldern och läkaren Peter Sjöberg.

Peter, som till vardags är läkare vid Täby sjukhus, är mycket intresserad av idrottsmedicin. De föräldrar som nu inte hade tillfälle att komma och lyssna är välkomna att ta kontakt med Peter på sjukhuset för diskussion om olika problem! Säg bara till att Du är Täby-simförälder.

Peter tog upp frågor och erfarenheter kring

- . de vanligaste barnsjukdomarna
- . förkylning, feber, träning
- . vitaminer
- . kost
- . de vanligaste skadorna inom simsporten
- . träning contra skolarbete.

Peters föreläsning avslutades med en lång frågestund med många intressanta problem.

Tack till Peter! Vi återkommer i vår med en andra omgång då fler föräldrar är välkomna!!

God Jul



SKALL DU BYGGA, MÅLA SNICKRA?

**DÅ HAR VI NÄSTAN
ALLT INOM JÄRN OCH FÄRG**

FÖR DIG



Stationsvägen 10-12. 183 30 TÄBY. Tel. 08-75815 05.

Välkommen in till oss i dag

ÅRETS SIMMARE?



VARFÖR INTE BLI TRÄNARE I TÄBY SIM ?

DU FÖRÄLDER, SIMMARE, GAMLA SIMMARE OCH ÖVRIGA MED ETT INTRESSE FÖR SIMNING
OCH BARN. VI HAR KÖER PÅ ÖVER ETT ÅR TILL BADE PLASK o LEK OCH NYBÖRJARGRUPPER.
DÄRFÖR ÄR BEHOVET AV FLERA TRÄNARE OCH LEDARE STORT. OM DU HAR INTRESSE SA
FIXAR VI UTBILDNINGEN. KONTAKTA INGEMAR OM MER INFORMATION.

KM KM KM KMHÄR MED INBJUDES SAMTLIGA TÄBYSIMMARE TILL 1984 ARS KLUBBMÄSTERSKAP

PLATS: Tibblebadet
TID: Lörd 15/12 kl. 13.00 och sönd 16/12 kl. 10.30
INSIMNING: Lörd kl. 12.00 och sönd kl. 9.30
TÄVLINGSKLASSER: A = 69 o äldre, B= 70-71, C= 72-73, D= 74 o yngre.
 I grenen ÖPPNA SPRINTMÄSTERSKAPEN finns klasserna
 29 år och yngre samt VETERANKLASSEN 30 år och äldre.

PROGRAM LÖRD 15 DEC

1. 50 frisim fl D
2. 50 rygg po D
3. 100 fjärl fl A
4. 100 bröst po A
5. 100 fjärl fl B
6. 100 bröst po B
7. 50 fjärl fl C
8. 50 bröst po C
9. 100 rygg fl A
10. 100 frisim po A
11. 100 rygg fl B
12. 100 frisim po B
13. 50 rygg fl C
14. 50 frisim po C
15. ÖPPNA SPRINTMÄSTERSKAPEN
 50 m valfritt simsätt för alla åldrar,
 kön och folkslag, blandade heat, men
 separata resultatlistor för kvinnor
 och män, veteraner och övriga.

PROGRAM SÖND 16 DEC

1. 50 rygg fl D
2. 50 frisim po D
3. 100 bröst fl A
4. 100 fjärl po A
5. 100 bröst fl B
6. 100 fjärl po B
7. 50 bröst fl C
8. 50 fjärl po C
9. 100 frisim fl A
10. 100 rygg po A
11. 100 frisim fl B
12. 100 rygg po B
13. 50 frisim fl C
14. 50 rygg po C
15. 400 medley fl B+A final
16. 400 medley po B+A final

Till FINAL går de 12 bästa flickorna och de 12 bästa pojkarna, dvs de som i de föregående grenarna samlat flest poäng enl. tyska poängtabellen. Den som har högst totalpoäng blir STORMÄSTARE.

ANMÄL DIG TILL KM genom din tränare. Anmälningarna ska vara Ingemar tillhanda senast torsdagen 13/12

Missa inte ÖPPNA SPRINTMÄSTERSKAPEN, lördagens sista gren.
 Öppen för alla. Eliten, motionären, tränaren, föräldrar....
 Årets mål för många, Vi tar emot anmälningar in i det sista.

Var inte rädda att ta kontakt —

TÄBY SPORTRADIO på 98.3 MHZ

TÄBY SPORTRADIO

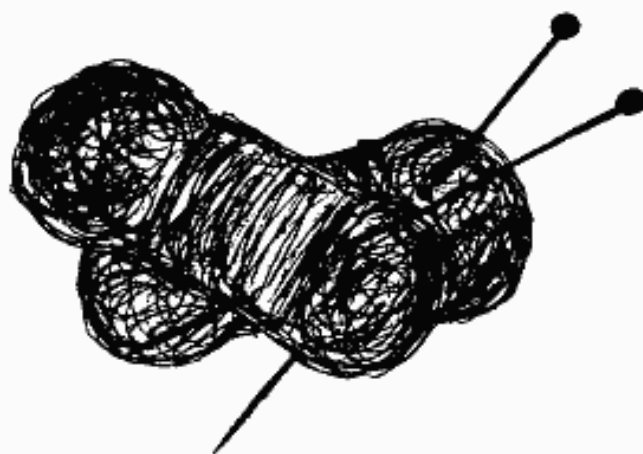
Sändningarna i Täby Sportradio har nu pågått sedan september 1983 och har visat att det finns stort behov och intresse för verksamheten. För det fina genomslaget har vi att tacka Bosse Gustavsson och Uffe Bengtsson. De lägger ned ett mycket fint arbete på att få sändningarna aktuella och intressanta.

Kommande arrangemang, stora som små: SKRIV TILL TÄBY SPORTRADIO, BOX 201, 183 23 TÄBY, eller RING VÅR TELEFONSVARARE, TEL 08-758 00 24, DYGNET RUNT eller PÅ VÅRA TELEFONTIDER FÖRE PROGRAMMEN FRED 17.30-18.00 och SÖND 20.00-20.45 TEL 758 00 20.

TÄBY SIM SÖKER INOM FÖRENING-
EN KONTAKTMAN. TAG KONTAKT
MED INGVAR KLANG
0762/10336.

Vill Ni ha service och sortering i garn

GARN
HANDARBETEN



**VÄLKOMNA TILL
LANGETT**

TÄBY CENTRUM
Tfn.: 08/758 13 27
Adress: Box 9 183 21 Täby
Postgiro: 71 31 31
Bankgiro: 37-0358

FÖRÄLDRASEKTION I TÄBY SIM

var inte rädda att ta kontakt —

Fest och Priser

Gunilla Claréus, 08/758 55 17 om :

Du kan hjälpa till med att arrangera en årligen återkommande föreningsfest eller att ordna priser, lotterier eller försäljning vid våra simtävlingar.

Bidrag

Mikael Zuhr, 0762/118 25 om Du

kan hjälpa till med att hålla igång "TÄBY-SIM SUPPORTERKLUBB" eller har andra idéer för att kunna samla in medel av olika slag till klubben.

Funktionärer och PR

Christer Weinö, 0762/51421 om

Du kan hjälpa till med funktionärsarbete vid våra simtävlingar eller om Du vill anmäla Dig till en funktionärskurs eller om Du har idéer om hur vi skall öka föreningens samarbete med våra lokala massmedia.

Läger och Transporter

Carl-Johan Hellman, 0762/50605

om Du vill hjälpa till med att ordna/förbereda olika läger för våra ungdomar (här behöver vi minst två föräldrar per träningsgrupp) eller om Du kan hjälpa oss att ordna en vettig transportorganisation för ungdomarna till tävlingar i STOCKHOLMS-området.

Skulle det vara så att Du inte vet var Du passar in, men ändå vill hjälpa till en aning, ring gärna Ingvar Klang, 0762/103 36 så får Du hjälp.

Ingvar S Klang

Ordf

ring nu!!

Från Föräldrasektionen

Målsättning för föräldrasektionen 84/85

I samband med TSF:s höstupptakt diskuterades och fastställdes målsättningen för 84/85. Arbetsstättet inom sektionen drivs enligt projektmodell, fyra olika projektområden.



Målsättning 84/85.

Projektgrupp 1:

- 1500 julkalendrar ut i okt. (~ 8000:-)
- arrangera vårfest
- brödbasar och chokladhjul till KM
- prismskaffning till Norrorts-sim, KM och Wello Cup



Om Du känner för att hjälpa till på något sätt inom TSF så är Du välkommen! Hör av Dig till Ingvar (0762/10336) eller till mig Christer W (0762/51421)

Projektgrupp 4:

- underlag för bokning av sommarens läger före 1/12
- lägerpärn klar i utkost före sommaren 85
- medlemsregister för föräldrasektionen klart före sommaren 85

HÖSTENS MÄNDIS



Kontakta föräldrasektionen
Mikael Zuhr 0762/118 25

Projektgrupp 2:

- 1-3 omgångar bilreklam före sommaren 85
- supporterklubben 100 medlemor. (~ 10 000:-)



Projektgrupp 3:

- utbilda 15 nya funktionärer före sommaren 85
- ge ut ett Jubel-STÄNK
- ge ut två STÄNK under hösten, två STÄNK under vintern
- information till tidningar och Täby sportradio
- lilla julafton i samband med KM

Jag sätter mitt huvud på att det är som jag säger! Och jag sätter min plånbok. Men den är ju tom. Ja. Då är insatserna lika.

SIM-MEDICIN

LÄKARSPALTEN

Vi startar nu en del av STÄNK, där vi vill kunna svara på olika medicinska frågor!

Därför vill vi att just Du skall skicka in frågor till STÄNK.

Adress

Ingvar Klang
Ingjaldsvägen 1
183 42 TÄBY

så kommer våra utmärkta läkare att besvara frågorna.

I detta nummer presenterar vi våra läkare

Peter Sjöberg

Jan Modée



Peter Sjöberg: Biträdande överläkare, barnläkare på Täby sjukhus. Har somsidointresse sedan 5 år idrottsmedicin och idrottsortopedi.

Personligt: 42 år, 83kg, 195 cm, gift, tre barn en hund (Kajsa 17, Annika 16, Henrik 13, Molly 11) samtliga simmare. Bor i en av Täbys förorter, Danderyd.

Målsättning i Täby Sim: Hjälpa till med råd och idé i samband med skador och sjukdom. Förmedla kunskap till simmare och föräldrar i dessa frågor.

Kan nås: Tel. 08-7680000 förmiddagar. Tala med syster på barnmottagningen. Man kan då boka en tid (vid olycksfall har vi nästan alltid tid genast, annars 1-2 dagars väntetid), eller be att få tala med mig på telefontid. Lämna då ett telefonnummer där jag kan nå Er kl 12.13.10.

Frågor till läkarspalten inlämnas till Stänks red. eller till mig.

**POLO-sektionen lever –
utmanar övriga aktiva simmare (på KM).**

Phille

För att komma igång lite smått, tjuvstartar vi detta nummer av Stänk med en påhittad fråga.

Fråga: Är det vanligt med skador hos simmare?

Svar : Självva simsporten är påfallande fri från skador. Det vanligaste är småsår i huvudet efter krockar i samband med träning. Bröstsimmare med felaktig bensparksteknik kan få ont i knäna. Små slitskador i senornas infästningar kring skulderleden är ganska vanligt, särskilt efter träningsuppehåll

Däremot tycker jag att det är alldeles för vanligt med

Dessa skador inträffar nästan alltid utanför simträningen. Flera underarmsbrott fotledsstukningar och framför allt ryggstreckningar har jag själv stött på .

Jag tror att orsakerna till detta är följande:

1. Simmare har mycket väl utvecklad muskulatur i bäl och armar, medan muskulaturen i benen är betydligt tunnare. Stark muskulatur, dålig uppvärmning, väl utvecklat tävlingsinne, bäddar för sträck- och slitskador i rygg och armar. Klen muskulatur i vaderna ökar riskerna för stukningar i samband med tex. fotbollspel, terränglöpning etc.

2. Simmare är dåligt disciplinerade när det gäller uppvärmning. Sportens speciellakarakter (mjuka långsamma rörelser mot stort motstånd) gör uppvärmningen mindre viktig som skadeförebyggande åtgärd.

En vältränad och välskolad idrottsman inom tex. fotboll, ishockey, basket, friidrott skulle inte drömma om att ens springa ikapp på sko utan att värma upp ordentligt först.

Alltså: VÄRM ALLTID UPP ORDENTLIGT FÖRE ALL FORM AV IDROTT? (Gäller även smörgåskastning och armbrytning.)

Ni som i bland sysslax med annan idrott. Träna upp muskulatur i lår och vader.

Vi syns och hörs

Peter
Peter Sjöberg



BINGO
BINGO
Biblioteksgången 7
TÄBY C

STOR BINGO
Biblioteksgången 7
TÄBY C

5x100:-
KI. 19.15
KI. 20.20

Mån—Tors
19.15—21.30
Brickpris
20:- 50x50x150:-
30:- 75x75x225:-

Stående jack
50 drag
2000:-

Begränsat antal platser
110 st

Mini-Bingo
5:- jack 500:-
eller 250:-

TÄBY
HBK*IFK*WIS*BBK AIK IS

slibo-jak 5471

Brev till STÄNK

... det var nå't, det LÄNGTAN

Det härliga sommarlovet har åter tagit slut alltför fort. Trädens blad har börjat falla och depressionens tid är inne. Man känner bara för att lägga sig under en filt och gå i ide.

När man går till skolan är det mörkt, kallt och trist, likaså när man lämnar den för dagen. Man undrar vart man skall gå, om man skall hem eller till sitt "andra hem", Fibblebadet. Medan man tänker har fötterna redan förflyttat sig till det senare alternativet. Precis när jag står vid dörren undrar jag - Varför går jag hit, jag har ju slutat simma? Ändå går jag in, och när jag står där mitt ibland dem löses tungsinnets i bröstet upp av kramar, leenden och vinkande armar som sticker upp ur bassängen. Då känner man lyckan, glädjen och stoltheten att tillhöra TÄBY SIM.

Ville bara säga att jag älskar er alla!

Kram

Anna W



SUPPORTERKLUBBEN

Vi har nu nått upp till 62 medlemmar och målet är 100.

När vi 100 medlemmar kan vi dra ihop 15 000:-/år till vår förening.

Allt Du behöver göra är att fylla i bifogat inbetalningskort.

Det kostar Dig bara 25:- per person och månad.

Ett inbetalningskort ser ut så här

| POSTGIROT SVERIGE | INBETALNING / GIRERING B | | 2 • Konto • Avg • Bel • |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------|-------------------------|
| Meddelande till betalningsmottagaren: | Till postgirotkonto nr | Avgift | Kassa-stämpel |
| Medlemsavgift i Supporterklubben | 475 21 37 - 2 | | |
| DEC månad 19 84 | Betalningsmottagare (endaat namn) | | |
| <i>klubbens</i> | Täby Sim | | |
| | Supporterklubb | | |
| | Avsändare (namn och postadress) | | |
| | Per Mattsson | | |
| | Stora Gränd | | |
| | 11897 TÄBY | | |
| | Eget kontor vid girering | | |
| | Svenska kronor | öre | |
| | 25 | - | |

OBS OBS

DETTA FÄLT FÖR ANTECKNINGAR INNE GÖRAS - RESERVERAT FÖR POSTGIROT

#

47521372#02#

I VÅR DRAGNING FÖR AUGUSTI MÅNAD UTFÖLL VINSTERNA PÅ DETTA SÄTT:

1:a PRIS MARIANNE ANGERFELDT

2:a PRIS MAUD o LARS VÄNMAN

3:e PRIS INGVAR BÄCKMAN



SEPTEMBER MÅNADS DRAGNING:

1:a PRIS BIBI LEWENTORP

2:a PRIS INGVAR BÄCKMAN

3:e PRIS BIRGITTA LÖF



Vinsterna utbetalas i RIKSPRESENTKORT. SÅ tag nu CHANSEN TILL ÅRETS JULKLAPP. Skaffa stöd till föreningen genom Mormor, Farmor, Morfar, Farfar eller andra släktingar och bekanta.

NÄSTA DRAGNING VID **KM-84**.

Videofilmare sökes!?



TÄBY SIM efterlyser någon intresserad förälder som kan hjälpa till med att videofilma på träning eller tävling i samråd med respektive grupptränare. Är Du intresserad - slå en signal till Ingemar på kansliet

Tel.nr: 08/768 15 44

HÖRT I BROTTBY!!!

Ladugårdskarlen Jönsson anmäler hos kyrkoherden att han fått ett tredje barn tillsammans med sin hushållerska. Kyrkoherden anser tiden mogen att för Jönsson framhålla det olämpliga i Jönssons leverne. Kyrkoherden tittar i kyrkboken och knackar med pennan i skrivbordet och säger:

- Jag har också en hushållerska. Jönsson, men jag har inga barn ihop med henne.

Jönsson tummar på sin mössa och svarar:

- Nähä, då är inte alla fruntimmer då tar på.



SMK



Tävling

LÖS PROBLEMET

Alice, Bill, Charlie och Doris har vardera 3 olika färgade kulor i färgerna vit, gul, grön, röd och blå.

Bill har en röd kula.

Doris har ingen grön kula.

Charlie har bara en kula i samma färg som Alice och bara en i samma färg som Bill.

Bara två personer har röda kulor.

Charlie har en gul kula.

De två flickornas kulor har samma färger.

Vilka färger har Bills tre kulor?

????????????

Lös problemet och sänd in lösningen till

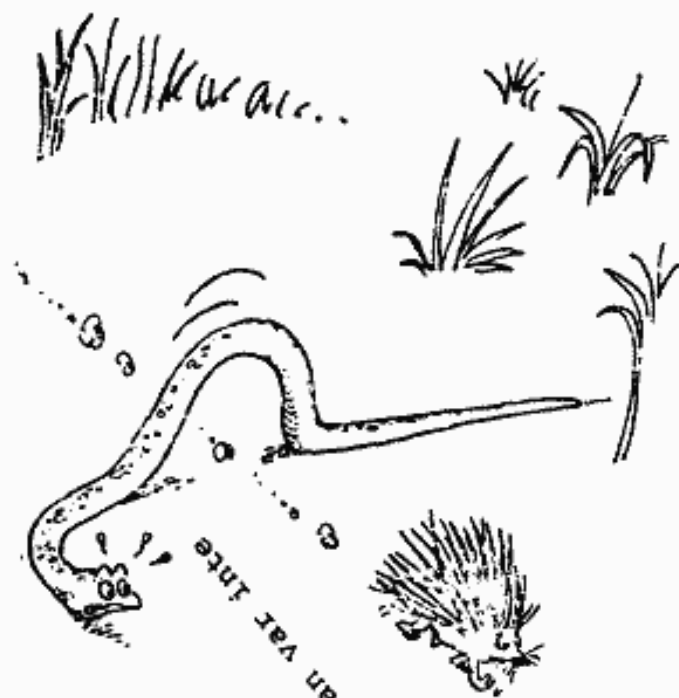
Taru Hedberg

Portvägen 6

183 30 TÄBY

SENAST 5 jan 1985

Fina priser!



- 1 Svar: Taggråd
2 Svar: Hoppås
3 Svar: Elefantens
4 Svar: skugga
5 Svar: saxen
med

GATOR

1. Vad blir det om en orm och en igelkott parar sig?
2. Vad är en groda utan ben?
3. Vad är lika stort som en elefant, fast den inte väger något?

4. Vad är det som delar när den går?
5. Varför kunde inte Abraham röka i Noaks Ark?



PRESTÄVLING 1984HÖGSTA VINSTEN
I NÄSTA STÄNKPRESENTATION AV DEN NYA STÄNK-
REDAKTIONEN

Inför hösten 1984 har vi bildat en helt ny redaktion för STÄNK.

I redaktionen ingår:

- | | |
|----------------------------|-----------|
| - Tifu Hedberg | Förälder |
| - Birgitta Fagrell | " |
| - Kristina Gustavs- son | " |
| - Maria Campos | Tränare |
| - Philip von Schoultz | Simmare |
| - Ingemar Söderhult | Konsulent |
| - Ingvar Klang | Förälder |

Vi är alla amatörer och därmed också beroende av hjälp från alla medlemmar så att STÄNK kan fortsätta på den inslagna vägen.

Om DU har några idéer som Du tycker att vi bör genomföra i STÄNK, tag då kontakt med någon av oss i redaktionen.

SKRIV TILL
STÄNK
OCH TALA
OM VEM
SOM ÄR
VEM!!!

MOTIVERA! BÄSTA MOTIVERINGEN
VINNER!!

RESS: KRISTINA GUSTAUSSON ÅKERBY VÄGEN 164



18335 TÄBY

Smarrig chokladtårta för alla
(ICKE BANTARE)

Detta behövs:

100 gr blockchoklad
100 gr margarin
2 ägg
2 dl socker
1 3/4 dl vetemjöl

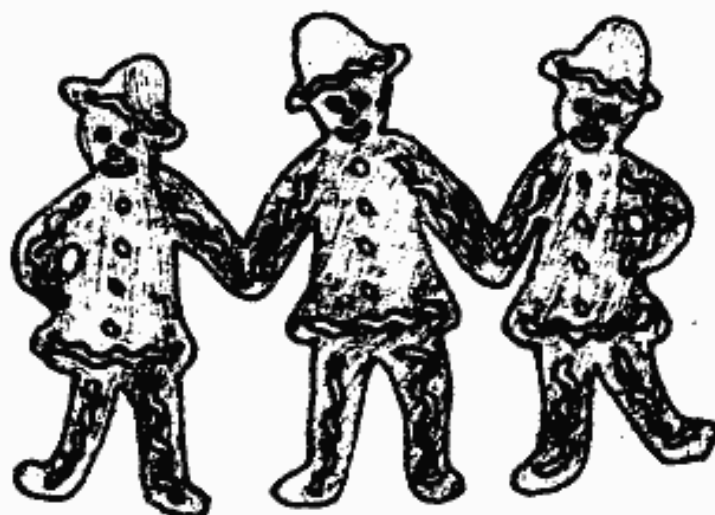
Gör så här:

- 1) Smält blockchoklad o margarin tillsammans
- 2) Ägg, socker och vetemjöl vispar du ihop pösigt.
- 3) Smöra och bröa en form, håll i smeten. OBS blockchokladen och margarinet först.
- 4) Grädda i ugn 200° i ca 20 min.

LYCKA TILL!

E-A M

Jockeyn fattade inte galoppen.
Hönan tuppade av.
Sjömannen blev stormförtjust.
Patienten bad tandläkaren hålla käften.



God Jul!

Idégenerering

I alla företag finns förslagsmöjligheter. Nu startar föräldrasektionen en sådan.

Alla idéer, uppslag m m Du har och som på olika sätt kan bidra till klubbens utveckling skriver Du ner på enklaste sätt. Skicka lappen under adress "Föräldrasektionen"

Täby Sim
Simhallen
183 36 TÄBY

Märk kuvertet
"IDE"

I samband med KM 1984 kommer vi att belöna 1984 års bästa förslag.

Ingvar S Klang



STÄNK från TÄBY SIM

KÖPTEE

ÖPPET:
varje dag 9-22

**Röddat
Kappet**
Täby Centrum

**LÖS
VIKT**

KOM IN OCH SE ALLA VÅRA

SORTER

IFRÅN VÄRLDENS ALLA HÖRN

”SLIPPA-PASSA-TIDEN-KORTET”



Vill du slippa köa för att ta ut pengar? Slippa passa öppettiderna?

Då ska du komma in på närmaste S-E-Banks-kontor och hämta ett Bankomatkort.

Du får ett kort direkt, och kan sedan ta ut upp till 2000:–, dygnet runt, på cirka 200 orter i landet.

Men kom till oss först, det slipper du inte.



S-E-Banken
Lite enklare. Lite bättre

Täbv