

STÄNK



Februari 1990
No: 1



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. Redaktören har ordet
Avskedsstänk från redaktionen
2. Sakat ur styrelseprotokoll
3. Organisation och träning våren -90
4. Vårens verksamhet
5. Bästa kalenderförsäljare
6. Styrelsekandidater -90
7. Årsmöte
8. PC-kunniga föräldrar sökes
9. Rapport från kansliet
10. Supporterklubbens lotteri
11. KM
12. Gullan har ordet
13. Funktionårskurs
14. Anne har ordet
15. Tidningsartiklar
16. Karro och Märten
17. P & L
18. Konstsiu
19. Tävlingsarrangemang

STÄNK från TÄBY SIM

REDAKTÖREN HAR ORDET!

Regeringen krisar, sjukvården krisar, miljön krisar,
Täby Sim har krisat....och nu krisar jag.

Jag kastar in klister och sax men unga friskakrafter
i redaktionen är beredda att klippa vidare.
Med andra ord, Stänk är inte i klister.

Lite vemod finns i alla uppbrott, men utveckling
kräver förnyelse!

Så tack och farväl alla redaktionsmedlemmar,
styrelseledamöter och alla bidragsgivare.

Stänk bäst -93!7 eller...

Lycka till!

Birgitta

ETT AVSKEDSSTÄNK FRÅN OSS I REDAKTIONEN

Vi tjejer vill tacka för oss. Vi har haft några trevliga
år tillsammans i redaktionen och vi kan tänka oss att fort-
sätta arbetet, men vi skulle vilja få lite större respons
från medlemmarna.

Tyvärr skall vår redaktör, Birgitta Fagrell, sluta, pga
brist på tid och den posten är alltså ledig för tillfället.

Vill någon hjälpa till med Stänk, så hör av er!

TACK FÖR OSS!!!

Birgitta (45)

Tina (10) (49)

Kicki (50 år 2022)

Elisabeth 25 år (1963)

Karro 100 år (2072)

✂ - at ur Styrelseprotokoll

Tävlingskommittén
Alla var nöjda med arrangemangen runt Mercado Cup. Nybörjartävlingen fungerade också bra, det kom många barn.

Styrelsen beslöt att höja träningsavgiften

Instruktörssidan. Styrelsen beslöt att Ann Forsell ska fortsätta som tränare i Täby sim.

Flaskinsamlingen bör bli ett stående inslag varje kvartal. Alla ska ha ett " eget" område.

Ansvarig för utbildningen måste godkänna all utbildning.

Träningsetiderna har blivit något utökade. I år måste vi ändra datum för KM.

Täby sim bidrar inte med några pengar för den planerade sim och skidresan till Österrike på påsklovet.

STÄNK från TÄBY SIM

ORGANISATION OCH TRÄNING VÅREN 1990.

För våren gäller fortfarande kommunens direktiv om s k blocktider. Det innebär att verksamheten drivs i stort som i höstas. Några ändringar finns dock:

Vi har fått lite utökade tider måndagar, onsdagar (t v) och torsdagar samt lite tidigare tider för 1-dagars på söndag eftermiddag. I gengäld har vi fått lämna tillbaka tid på fredagar. Några nyheter: 1-dagarsträning kl 1600-1900 i grunda bassänghalvan. En ny typ av grupp har bildats. Den kallas för 1-de och är en nybörjargrupp för äldre barn, 12 - 16 år. Den tränar två gånger i veckan, torsdagar 1700-1800 och lördagar 0800-0900. Det finns några platser kvar.

Det finns plats för en vuxencrawlgrupp, nybörjare, på tisdagkvällar 2030-2200. Intresserade? Hör av er till kansliet!

Organisation och träning framgår av följande sidor.

Carl Johan H

TÄBY SIMMAREN
DUSCHAR ALLTID
FÖRE DOPPET!

FRÅN PLASK O L EK
TILL
MORGONBADAR-
KLUBBEN!



ORGANISATION VÅREN 1990.

Tränings- o teknikgrupper

Grupp	Tränare	tider / banor						
		Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Freitag	Lördag	Söndag
ELIT	Kjell K.	1700-1900	1700-1900	1645-1830	1700-1930	1700-1900	0730-1000	
	Anne F.	50m 1-4	Dj 1-4	Gr 3-5	Gr 1-4	Gr 1-4	Gr 1-4	
SPRINT	Anne F.		1800-1900		1820-1930		0900-1000	
			Dj 1-4		Gr 1-4		Gr 1-4	
A	Peter R.	1700-1900	1700-1900	1645-1800	1700-1930	1700-1900	0730-1000	
	Micke S.	50m 1-4	Gr 1-4	Dj 1-3	Dj 1-4	Gr 1-4	Gr 1-4	
B	Håkan W.	1600-1700	1900-2030	1800-1930	1645-1800			
		Gr 3-4	Gr 3-4	Dj 5-6	Dj 1-2			
C	Malin L.	1600-1700		1545-1645	1600-1700			
		Dj 3-4		Gr 4-5	Gr 4-5			
Me ₁	Fernilla D.		1900-2000	1545-1645	1600-1700			
			Gr 1-2	Dj 3-4	Dj 5-6 ¹⁾			
Me ₂	Hästen S.	1600-1700		1545-1645		1600-1700		
		Gr 1-2		Dj 1-2		Gr 3-4		
2d ₁	Karin L.		1600-1700		1600-1700			
			Gr 1-2		Dj 3-4			
2d ₂	Karolina H.		1700-1800		1700-1800			
			Gr 1-2		Gr 1-2			
2d ₃	Kicki J.		1600-1700		1600-1700			
			Dj 1-2		Gr 1-2			
2d ₄	Micke R-H.		1600-1700			1600-1700		
			Dj 3-4			Gr 3-4		
2d ₅	Steffan L.		1600-1700		1545-1645			
	Kjell K.		Gr 3-4		Dj 1-2			

Rekrytering

¹⁾ Tid o banor gäller t v

1d	Petra H., Minna						1600-1700	
	R., Johanna H., Lotta W., Sarah A.						Gr 1-6 schema	
1d ₂	Sarah A.				1700-1800		0800-0900	
	Carl Johan H.				Dj 5-6 ¹⁾		Gr 5-6	

Konstsimm

¹⁾ Tid o banor gäller t v

²⁾ För äldre nybörjare Snabbutbildning.

KA	Caroline B.		1900-2145	2000-2145			0730-1000	1800-1930
			Dj 1-4	Dj 5-6			Dj 1-4	Dj 1-6
KB	Lisa L.		1900-2145				0730-1000	1800-1930
			Dj 1-4				Dj 1-4	Dj 1-6
KMB	Christina B		1900-2000					1800-1930
	EL SABELL		Dj 1-4					Dj 1-6

MOTION m m

³⁾ Ev utökad bantilldelning (musiksimning) t v + sö.

MBK	Viktor E.						0730-1000	
	Biörn E.						Hela	
M	Motionssim för		2030-2145					
	ej aktiva		Gr 1-4					

TRÄNING VÅREN 1990. SIMNING O KONSTSIM.

	1600	1700	1800	1900	2000	2100	2200	1600	1700	1800	1900	2000	2100	2200		
G	Me ₃	ELIT						1							D	M
R								2		ELIT					J	A
U	B	A						3							U	N
N		SDM						4	C	A	SDM				P	D
D								5							A	A
A								6								G

G	2d ₁ , 2d ₂		Me ₁	M				1	2d ₃						D	T
R		A		O				2		ELIT	KONSTSIM			J	I	
U	2d ₅		B	T				3		+SPRINT				U	S	
N				N	3)			4	2d ₄					P	D	
D								5						A	A	
A								6		VALL.-					G	
										TUNA						

G								1	Me ₂	A					D	O
R								2						J	N	
U								3						U	S	
N	C	ELIT						4	Me ₁					P	D	
D								5						A	A	
A								6			B	KONSTSIM			G	

G	2d ₃ 2d ₂							1	2d ₅	B					D	T
R		ELIT						2						J	O	
U	C	+SPRINT						3		A				U	R	
N								4	2d ₁					P	S	
D								5	Me ₁ ³⁾	1d ₅ ³⁾	VALL.-			A	D	
A								6			TUNA				A	

G	2d ₄	ELIT						1							D	F
R								2						J	R	
U	Me ₂	A						3						U	E	
N								4						P	D	
D								5						A	A	
A								6							G	

1) Morgonträning, ELIT och A, vid behov, 0630-0830

	0800	0900	1000	1600	1700	1800	1900	0800	0900	1000	1600	1700	1800	1900		
G	ELIT							1							D	L
R	+A							2	KONST-						J	B
U	+SPRINT							3	SIM						U	R
N								4							P	D
D	1d ₅	V.-						5		V.-					A	A
A	TUNA							6		TUNA						G

G								1							D	S
R								2							J	O
U	MBK							3	MBK					U	N	
N								4						P	D	
D								5						A	A	
A								6							G	

2) Insläppet stänger 2100 3) Tid o banor gäller t v.

OBS! Vissa träningskort gäller 1545

STÄNK från TÄBY SIM

NÅGRA DATUM UR VERKSAMHETEN I VAR (fler meddelas efter hand)

- 24/2(lö) - 25/2(sö) Vintersportlov. Elit - C och äldre Konstsim tränar enl säskilt schema. Övriga lediga.
- 9/3(fre) - 11/3(sö) JSM i Konstsim i Tibblebadet. Täby Sim arrangerar.
- 10/3(lö) TYRESÖ KNATTE CUP. F1 79 o y. Po 78 o y.
- 11/3(sö) BOTKYRKA CUP. Deltagande ur Elit - C.
- 15/3(to) Täby Sim:s ARSMÖTE i Tibbleskolans matsal.
- 17/3(lö) - 18/3(sö) SUNDSVALLS-SIM. Restävling för Elit - C. Buss prel lö fm. Hemkomst sö kv.
- 18/3(sö) NYBÖRJARSIM i Tibblebadet för 1d - 2d o Me.
- 24/3(lö) - 25/3(sö) SVENSKA ÖPPNA MASTERS i Stockholm.
- 25/3(sö) SERIE-SIM i Botkyrka. Klubbens representationslag i ungdomsklasserna deltar.
- 7/4(lö) - 8/4(sö) STOCKHOLMS ÖPPNA DM i Tibblebadet. Elitsimmare. Täby Sim arrangerar.
- 7/4(lö) - 16/4(må) Påsklov. Elit - C och äldre Konstsim särskild träning för hemnavarand. Övriga lediga.
- 21/4(lö) - 22/4(sö) Träningsläger i Fagersta för Konstsim. Preliminärt.
- 22/4(sö) SERIE-SIM i Tibblebadet. Täby Sim arrangerar. Klubbens representationslag i ungdomsklasserna deltar.
- 28/4(lö) - 29/4(sö) SIMICADEN-ZONFINAL i Akersberga. F1 78 o y. Po 77 o y.
- 12/5(lö) - 13/5(sö) TÄBY SIM KM preliminärt. Ny tidpunkt p g a Sv Simförbundets ändrade årsprogram. Vårterminen slutar för 1-dagars.
- 19/5(lö) - 20/5(sö) SIMICADEN-REGIONSFINAL i Upplands-Väsby. Kvalificerade från zonfinalen deltar.
- 25/5(fre) Vårterminen slutar för 2-dagars och Me.
- 2/6(lö) - 3/6(sö) WELLA CUP i Tibblebadet. Täby Sim arrangerar. Kvalificerade ur Elit - C deltar.
- Efter WELLA CUP Elit - C och äldre Konstsim tränar enl särskilt schema till midsommar. Vissa fortsätter därefter m h t sommarens mästerskap och JULIADEN.

CJH

STÄNK från TÄBY SIM

MARS

MÖTE

i 1990

TÄBY SIM!



TORS

15 MARS

KL. 19.30



PLATS : TIBBLE GYMNASIETS matsal
mittemot kyrkan.
(nedanför backen från simhallen.)

T I D : KL. 19.30

STÄNK från TÄBY SIM

RAPPORT FRÅN KANSLIET
OM
J U L KALENDRARNA
1989.

82 ST SIMMARSÄLJARE SOM SALT FÖR
KR. 17.820:-

**** M I K A E L J A C O B S S O N****

i MEDLEYgrupp 3 hos Karin och Märten
sålde mest!!!!

för kr.900.-

GRATTIS TILL DEN FINA INSATSEN!!!!!!!

FÖR TÄBY SIM,
Ninni .

*VALBEREDNINGENS
FÖRSLAG:*

KANDIDATER

som är villig att ställa upp i TÄBY SIMS
styrelse år 1990*****

ledamöter:

- 1) Jan Roeck-Hansen, 1 år kvar (kassör) Ställer även upp som ordförande igen.
- 2) Stehn-Olov Johansson, 1 år kvar
- 3) Erik Frejd, Omval (2år)
- 4) Lennart Andersson, Fyllnadsval (1 år)
- 5) Susanne Kalstenius-Hellman, Fyllnadsval (1år)
- 6) Rose Karlsson, NYVAL (2år)
- 7) Birgitta Klang, NYVAL (2år)
- 8) Violet Averbo, Fyllnadsval (1år)
- 9) Elisabeth Andersson, NYVAL (2år)

Suppleanter:

- 1) Anders Wedelin
- 2) Bengt Lundberg
- 3) Vivian Lundvik
- 4) Bo Eriksson

Revisorer

- 1) Heimo Auer
- 2) Gerd Royne

ARSMÖTES ORDFÖRANDE:
Sture Bellmark

Arsmötes sekreterare:
.....?

Valberedning

- 1) Carl-Johan Hellman
- 2)
- 3)

E F T E R L Y S N I N G

H J Ä L P !

Vi i tävlingskommittén söker föräldrar med erfarenhet av PC för att hjälpa till med att skriva ut start- och resultatlistor ett par gånger om året.

Hjälpen med skrivarbetet skulle vara till STOR lättnad för oss i tävlingskommittén, ty vi klarar ev pekfingervalsen hjälpligt.

DU ! RING NU ! till någon av oss, med garva krisvårigheter på kvällstid.

Erik Frejd	758 77 74
Bengt Lundberg	756 81 36
Stehn-Olov Johansson	755 14 19

J U B I L A R E R

Eldsjälen Carl-Johan Hellman fyller 50 år den 28/2.
Det är sant!

"Pappa Täby Sim" Erik Frejd har kommit upp i den häpnadsväckande åldern av 60 år den 1/3.

Täby Sim ber att få gratulera.



STÄNK från TÄBY SIM

Rapport från kansliet

1. Kalenderförsäljningen för 1989.

82 säljande simmare, sålde tillsammans för 18.534:--.
Därav fick klubben 9.267:-- , lika mycket fick vi lämna till Nordostalliansen.

Bästa säljaren var Mikael Jacobsson i medleygrupp 3 hos Karin och Märten. Han sålde för 900:--.

Grattis säger vi på Täby Sim.

P.g.a stöld i vårt förråd i källaren har priser till bästa säljaren och den snabbaste säljaren i varje simgrupp blivit försenade. Kansliet ber att få återkomma senare.

2. Vilken LYCKA. Vi har blivit med chefstränare.

Kjell Karlsson är namnet, smeknamnet Kjelle har också hörts i korridorerna. Kjell har tagit hand om rummet i källaren, dels för att få lite arbetsro, dels för att alla simmarna lättare skall kunna nå honom där istället för i rummet i korridoren bakom kassan, där man från badpersonalens sida inte önskar ha något "simmar"-spring. DET ÄR DAGS ATT FRÄSCHA UPP KÄLLAR-RUMMET ORDENTLIGT!!!!

3. För "springets" skull har Täby Sim fått en egen lysande kom in skylt av kommunen.

Kram till er alla
från

Winni

BRAVO!
MICKÉ!

VÄLKOMMEN TILL
TÄBY SIM, KJELL

STÄNK från TÄBY SIM

SUPPORTERKLUBBENS LOTTERI

Vid dragningar i supporterklubbens lotteri
för mars - augusti 1989 har följande vunnit:

Mars					
Vinst	1	lott nr	25	Lars Erik Jansson	120:-
"	2	"-	39	Jan Roeck-Hansen	70:-
"	3	"-	61	Claes Roeck-Hansen	50:-
April					
Vinst	1	"-	133	Ola o Marie-Louise Frisk	130:-
"	2	"-	83	Gun Frejd	75:-
"	3	"-	23	Daniel Karlsson	50:-
Maj					
Vinst	1	"-	61	Claes Roeck-Hansen	115:-
"	2	"-	56	Axel Andersson	70:-
"	3	"-	52	Leif Rogersson	45:-
Juni					
Vinst	1	"-	46	Fam Andresson	110:-
"	2	"-	2	Gunilla Clareus	70:-
"	3	"-	38	Erik Frejd	45:-
Juli					
Vinst	1	"-	200	Birgitta Klang	100:-
"	2	"-	70	Eva Asp	65:-
"	3	"-	27	Rune Lindström	40:-
Aug					
Vinst	1	"-	49	Jannica Roeck-Hansen	105:-
"	2	"-	46	Fam Andresson	65:-
"	3	"-	56	Axel Andersson	40:-

Grattis till alla vinnarna. Vinsterna utbetalas i form av presentkort.

För sep och okt, som vi ännu ej dragit saknas några av våra mest trogna "spelare". Ta kontakt med Eimy Lindström på tel 7586463 så får Du veta om Du finns med. Du som aldrig varit med ocj spelat ta kontakt med Eimy. Det kan vara Din tur att vinna- se på fam Frisk och Gunilla Clareus. Särskilt GRATIS till Er.

Erik Frejd

STÄNK från TÄBY SIM

SUPPORTERKLUBBENS LOTTERI

Vid dragning i supporterklubbens lotteri den 12 feb 1990 för tiden sep - dec 1989 vann följande:

Sep

Vinst	1	lott nr	25	Lars-Erik Jansson	90:-
"	2	"	70	Eva Asp	50:-
"	3	"	83	Gun Frejd	35:-

Okt

Vinst	1	"	83	Gun Frejd	90:-
"	2	"	25	Lars-Erik Jansson	55:-
"	3	"	70	Eva Asp	35:-

Nov

Vinst	1	"	38	Erik Frejd	90:-
"	2	"	27	Rune Lindström	50:-
"	3	"	23	Daniel Karlsson	35:-

Dec

Vinst	1	"	38	Erik Frejd	90:-
"	2	"	27	Rune Lindström	55:-
"	3	"	36	Marianne Angerfelt	35:-

Grattis till alla som vunnit. Vinsterna utbetalas i form av presentkort.

Det kan tyckas att vissa vinner ofta men det kan bli så när det rör sig om lotteri.

Under de sista dragningarna ha vi tappat en del av våra tidigare trogna "spelare".

Någon har frågat mig vad Supporterklubbens lotteri är. I nuvarande form har vi kört lotteriet i flera år. Det går till så att Du kan sätta in allt från 10 kr/mån och uppåt, t ex 50 kr/mån, som någon gör. För varje satsad 10:a deltar Du i dragningarna med en lott - 50 kr = 5 lotter.

Av de insatta pengarna tillfaller "spelarna" hälften i form av vinster och hälften går till kassören i Täby SIM. För 1989 kommer Täby SIM att erhålla 2.851 kr.

Jag hoppas Du tänker på idén att vara med. Täby SIM supporterklubb har postgironummer 4752137-2.

Ring mig, Erik Frejd, tel 08/7587774 eller Bimy Lindström, tel 08/7586463 så får Du veta mera.

När Du ringer Bimy så får Du välja ditt "turnummer" om det inte är uppteget och det nr används sedan vid dragningarna.

VÄLKOMNA ATT STÖDJA TÄBY SIM.

Erik Frejd

STÄNK från TÄBY SIM

FRÅN KM

KM

TACK FÖR VINSTER TILL LOTTERIER !!!!!!!!!!!

ICA DRAGONEN.....=fruktkorgar

RÖSJÖHALLEN.....=fruktkorg

SONJA ROGERSSON.....=chokladaskar

VALENTUNA UR O OPTIK:....=reseveckarur

JANNICKE O JAN ROECK-HANSEN= GLÖGGSET:

ROSE O BERTIL KARLSSON ..=ARMBANDSKLOCKA

Tack alla simmare och föräldrar som BAKADE BRÖD,
kokade KNÄCK o KOLA.

Förtjänsten för det blev kr. 1.385.-

TACK alla som hjälpte till med försäljningen
av badkläder och bröd samt lotter!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
!!

Tillägg till FLASKINSAMLINGEN

Martin Rogersson kunde tyvärr inte vara
med på vår gemensamma flaskinsamling.
Men han har samlat flaskor och burkar
på egen hand!!!! Det blev 500,- kr. till
klubben.TACK TACK TACK TACK

Rose vid pennan.

LITE OMKRING KM 1989.

KM är ju inte bara en tävling utan innehåller många fler aktiviteter. Bland begivenheterna 1989 kan nämnas:

- utdelning av 1989 års UTMARKELSER.

Täby Sims Runsten, klubbens finaste belöning, sällan utdelad, tilldelades Gullan Henriksson för mångårigt engagerat arbete. Gullan har nästan ända från klubbens start varit ansvarig för och jobbat med våra yngsta, blivande simmare. Hon har fostrat de flesta av våra elitsimmare och -simmerskor och dessutom varit eldsjålen i kommunens simskola. Nu skall hon ägna sig åt annat men kommer alltid att vara en i Täby Sim.

Bröderna Walheims hederspris för bästa simprestation, poängmässigt, 1989 tilldelades Jonas Klang för hans resultat vid inne-SM på 100 m bröstsim. 1.03,96 gav 895 poäng.

Till Årets Simmerska utsågs Malin Lundvik. Hon har varit outstanding bland damerna med flera fina placeringar vid bl a DM.

Till Årets Simmare utsågs Micke Frisk för hans överraskande SM-simningar och härliga kämpanda.

Årets Komet blev för första gången en flicka, Åsa Eklöf. Hon har utvecklats mycket under året med många fina resultat i sin åldersgrupp.

Mammas Kanna, föräldrasektionens uppmuntran till en god kamrat och lovande yngre simmerska, tilldelades Lisa Olsson. Motsvarande utmärkelse, Pappas Potta, på pojksidan fick Michael Jacobsson.

- bejublade UPPVISNINGAR av Plask o Lek och Konstsim som visade att klubben har många aktiviteter, inte minst för flickor.
- vår egen LUCIA med följe som sjöng och musicerade för en andäktig publik.
- klubbens FUNKTIONÄRER, enligt många utomstående Stockholms bästa, som föredömligt såg till att tävlingarna flöt problemfritt.
- av föräldrarnas m fl ordnade FÖRSALJNING bestående av vinstrika lotterier, hembakt bröd m m och simprylar till humana priser. Allt detta gav bra klirr i klubbkassan.
- under KM presenterades klubbens nye HUVUDTRANARE, vilket framkallade en stor, tyst applåd och nöjda kommentarer från simmare och alla övriga.
- den avslutande JULHALSNINGEN med glögg och pepparkakor var välbesökt. Luciasmycket utdelades till årets välsjungande Lucia, Kristina Johansson.

1989 LUCIA = KICKI MED "RÖSTEN"
SIMMARE; STÅNKREDS; PL o L TRANARE;
CRAIG & TRÅNARE
S... 2001

TÄBY SIM KM 1989

KM genomfördes 9-10/12 enl sedvanlig tradition tillsammans med klubbens Luciafirande. På andra arrangemang i distriktet blev det en hel del "strul" angående tidpunkten för KM. Tyvärr medförde detta att några av våra bättre juniorer inte kunde delta då JDM gick samtidigt. Många av våra yngsta nåddes inte heller av den sena informationen och uteblev därför.

Medaljörerna i varje gren framgår nedan. Komplet resultatlista finns anslagen i badet. Resultat:

GREN 1: 50 m ryggsim fl 79-80

1. Caroline Strömgren	48,7
2. Helena Svenle	57,0
3. Malin Fröström	59,4

GREN 2: 50 m frisim po 79-80

1. Erik Alexandersson	37,7
2. Michael Jakobsson	40,1
3. Erik Kalmelid	41,5

GREN 3: 100 m bröstsim fl 74 o ä

1. Malin Lundvik	1.21,6
2. Karin Lindbom	1.26,7
3. Minna Ruokamo	1.26,8

GREN 4: 100 m fjärilsim po 74 o ä

1. Jonas Lögdberg	56,6
2. Martin Rogersson	59,2
3. Mikael Frisk	59,2

GREN 5: 100 m bröstsim fl 75-76

1. Heidi Pöllönen	1.25,8
2. Carina Roock-Hansen	1.28,4
3. Anita Lindbom	1.30,3

GREN 6: 100 m fjärilsim po 75-76

1. Oscar Svensson	1.19,7
2. Fredrik Sjöberg	1.22,9
3. Niklas Öberg	1.26,1

GREN 7: 50 m bröstsim fl 77-78

1. Asa Eklöf	41,8
2. Tyra Olsson	46,9
3. Karin Lärka	48,0

GREN 8: 50 m fjärilsim po 77-78

1. Clas Roock-Hansen	41,7
2. Jonas Rossander	45,0

GREN 9: 25 m valfritt fl 81 o y

Inga startade.

GREN 10: 25 m valfritt po 81 o y

Inga startande.

GREN 11: 100 m frisim fl 74 o ä

1. Malin Lundvik	1.00,7
2. Minna Ruokamo	1.06,3
3. Karin Lindbom	1.08,0

GREN 12: 100 m ryggsim po 74 o ä

1. Martin Rogersson	1.00,4
2. Mikael Frisk	1.03,1
3. Niclas Fagrell	1.04,0

GREN 13: 100 m frisim fl 75-76

1. Carina Roock-Hansen	1.05,2
2. Linda Berdahl	1.11,4
3. Heidi Pöllönen	1.12,5

GREN 14: 100 m ryggsim po 75-76

1. Oscar Svensson	1.23,7
2. Fredrik Sjöberg	1.25,1
3. Ola Håkansson	1.29,6

GREN 15: 50 m frisim fl 77-78

1. Asa Eklöf	31,5
2. Tyra Olsson	36,5
3. Jenny Eriksson	37,2

GREN 16: 50 m ryggsim po 77-78

1. Jonas Rossander	40,7
2. Clas Roock-Hansen	42,7
3. Anders Garnfors	46,5

GREN 17: OPPNA SPRINT, 50 m fritt

Damer 29 år o yngre

1. Malin Lundvik	28,4
2. Minna Ruokamo	29,8
3. Sarah Averbo	31,0

Damer 30 - 44 år

1. Anne Forsell	31,5
-----------------	------

Herrar 29 år o yngre

1. Robert Jensen	24,5
2. Jonas Lögdberg	24,5
3. Martin Rogersson	24,5

Herrar 30 - 44 år

1. Björn Lindbom	32,5
2. Hans Svensson	35,4

Herrar 45 år o äldre

1. Matias Kroner	30,6
2. Heimo Auer	32,2

8: 50 m frisim fl 79-80

1. Lisa Olsson	42,2
2. Caroline Strömgren	46,1
3. Helena Svenle	52,5

GREN 19: 50 m ryggsim po 79-80

1. Michael Jacobsson	44,3
2. Marcus Grandell	49,5
3. Mats Forslund	50,6

GREN 20: 100 m fjärilsim fl 74 o ä

1. Malin Lundvik	1.08,8
2. Sara Almqvist	1.11,2
3. Karin Lindbom	1.19,1
Minna Ruokamo	1.19,1

GREN 21: 100 m bröstsim po 74 o ä

1. Martin Rogeresson	1.06,8
2. Jonas Klang	1.07,5
3. Fredric Weinö	1.10,1

GREN 22: 100 m fjärilsim fl 75-76

1. Carina Roeck-Hansen	1.19,9
2. Linda Berdahl	1.27,1
3. Heidi Pöllänen	1.28,4

GREN 23: 100 m bröstsim po 75-76

1. David Bengé	1.25,0
2. Niklas Öberg	1.29,4
3. Fredrik Sjöberg	1.33,8

GREN 24: 50 m fjärilsim fl 77-78

1. Asa Eklöf	37,3
2. Jenny Eriksson	43,9
3. Karin Lärka	46,5

GREN 25: 50 m bröstsim po 77-78

1. Jonas Rossander	45,4
2. Clas Roeck-Hansen	48,8
3. Björn Lundberg	50,2

GREN 26: 100 m ryggsim fl 74 o ä

1. Minna Ruokamo	1.16,8
2. Malin Lundvik	1.18,7
3. Sara Almqvist	1.21,1

GREN 27: 100 m frisisim po 74 o ä

1. Jonas Lögdberg	53,4
2. Martin Rogeresson	54,1
3. Robert Jensen	54,4

GREN 28: 100 m ryggsim fl 75-76

1. Carina Roeck-Hansen	1.20,3
2. Heidi Pöllänen	1.28,4
3. Hanna Wedelin	1.31,0

GREN 29: 100 m frisisim po 75-76

1. Niklas Öberg	1.08,6
2. Oscar Svensson	1.08,9
3. Fredrik Sjöberg	1.10,7

GREN 30: 50 m ryggsim fl 77-78

1. Asa Eklöf	39,2
2. Jenny Eriksson	43,6
3. Karin Lärka	44,7

GREN 31: 50 m frisisim po 77-78

1. Clas Roeck-Hansen	33,6
2. Jonas Rossander	35,1
3. Johan Svedbrant	38,9

GREN 32: 400 m medley fl 76 o ä

1. Malin Lundvik	5.29,8
2. Carina Roeck-Hansen	5.57,4
3. Karin Lindbom	6.13,2

GREN 33: 400 m medley po 76 o ä

1. Martin Rogeresson	4.38,0
2. Mikael Frisk	4.43,4
3. Jonas Lögdberg	4.44,8

STORMASTARE DAMER : Malin Lundvik 2953p

STORMASTARE HERRAR: Martin Rogeresson 3703p

MINIMASTARE FL : Asa Eklöf 1808p

MINIMASTARE PO : Jonas Rossander 884p



1989-11-08

Till styrelsen för Täby Sim

Jag har sökt tjänstledighet från mitt arbete inom Täby Fritid för att överta och driva en affärsrörelse på annan ort. Därför fränsäger jag mig alla de åtagande som jag har för Täby Sim från och med den 1 december 1989.

Under de två år som jag har varit utbildningsansvarig inom Täby Sim har vi kunnat utbilda cirka 40 av föreningens ungdommar till ledare förallt ifrån plasko lek upp till simtränare på eller intill elitnivå. Den största delen av utbildningen har vi kunnat ordna i egen regi. Vi har i Täby Sim stora resurser i ett antal duktiga föräldrar som ställt upp och hjälpt till med utbildningen. Ett exempel på detta är Rolf Rosander som vid flera tillfällen ställt upp när det gällt utbildningen. Denna har omfattat bland annat ungdommar och utveckling, träninglära, kroppens funktioner under hårt arbete etc. Rolf har inte varit ensam att ställa upp utan även hans hustru har hjälpt oss med ämnen som psykologi och pedagogik. Det är sådana föräldrar som klubben skall vara rädd om. Personligen tycker jag att ett lärararvode skall betalas för att lärarna använder sin fritid för utbildningen. Målet är att Täby Sim skall få välutbildade tränare.

Min önskan är att Täby Sim känner sitt ansvar för att fortsätta och fullfölja hela blockutbildningen.

Jag har under många år varit inblandad i Täby Sim:s olika verksamhet och har därför kunnat följa ungdommarnas framfart i vattnet. Min uppfattning är att Täby Sim har bland det största simmarmaterialet i hela landet. För att få en bra slutprodukt krävs engagerade och mål-inriktade "coacher". För att bli en bra coach måste det till utbildning entusiasm, ledarförmåga, humor, ett tagande och givande och till slut måste en bra tränare också tycka om sina simmare. Feeling-feeling-feeling det ger stora resultat.

STÄNK från TÄBY SIM

Mitt råd till Täby Sim är att styrelsen skall stötta alla sina ungdomsledare för att på sikt få fram några som klarar att axla elitträningen med allt vad det innebär. Jag vet, att det ibland våra ungdommar finns de med förutsättningar för att bli elittränare. För ungdomarna utbildning, stöttning samt ett mindre ekonomiskt stöd kan Täby Sim inom några år åter bli en av Storstockholms resultatmässigt bästa klubbar. Jag vill också passa på att tacka alla ungdommar som gett mig oförglömliga lyckliga minnen att plocka fram på ålderns höst. Till styrelsen och Täby Sim vill jag önska Er framgångar både i vattnet som på land.

Följande ungdommar har delagit i internutbildning cistränare steg 1:

Caroline Bellmark
Pernilla Dittmer
Ola Frej
Ursula Holmberg
Karin Jakobsson
Kikki Johansson
Bella Johansson
Daniel Karlsson
Malin Lundvik
Staffan Ljunqvist
Karolina Markström
Ann-sofi Myrberg
Minna Ruckano
Jens Rossander
Mikael Rock Hansen
Mårten Strömberg
Lotta Wasslund
Joakim Zehr
Karin Lindbom
Michael Jag
Kent Lindström

Desutom har flera Täby simmare deltagit i läger och utbildning i:

- konstsim
- simlekis
- simtränare steg 1, 2 och 3.



STÄNK från TÄBY SIM

Följande Täby simmare är också utexaminerade simlärare:

Jonas Lödberg

Ylva Lindman

Anna Tegenbäck

Lisa Widen

Lotta Bläckman

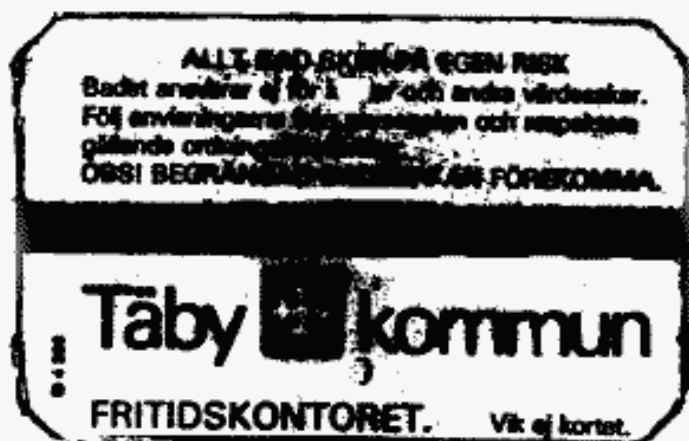
Petra Hjalmarsson

Ungdomskonferanser, landskapsclinic har vi också sönt våra tränare på.

För mig som ansvarig för utbildningen känns det bra att ha medverkat till att Täby Sim har en bra och välutbildad stab av unga ledare.

En stor stor kram till Er Alla i Täby Sim.

"Gullan"



ALLA SOM SIMMAR I TÄBYSIM
MÅSTE HA KORTET.....

ALLA = PLASK • LER $\frac{1}{m}$ ELIT
 $\frac{1}{m}$ MORGONBARARE

BLIVANDE FUNKTIONÄRER PÅ KURS

!! HURRA !!

Vi har fått ett mycket gott tillskott till funktionärsstaben, både när det gäller kvantitet och kvalitet.

Första veckoslutet i februari samlades Erik Frejd, 15 blivande funktionärer och jag till kurs. Väsby SS hade bett att få skicka en deltagare, alla andra kom från Täby Sim. Det var ett härligt gäng, precis av den rätta sorten.

På fredag kväll och lördag gick vi igenom en massa teori. Det ser nog tråkigt ut på pappret men jag kan försäkra att det tidvis diskuterades livligt och det fanns plats för skratt också. Tex påstods i rummet att våra visse-signaler påverkade basketbollträningen som pågick samtidigt i stora hallen.

Vår nye huvudtränare, Kjell Karlsson, tittade in och svarade på föräldrars frågor under lördagen. Det var säkert flera än jag som uppskattade att få veta varför det var så mycket ryggsim under söndagen Nybörjarsim.

På söndagen fick de nya sköta funktionärsuppgifter vid Nybörjarsimet. Det gjorde de med utmärkt beröm godkänt! Och med ett fantastiskt humör!

Efteråt konstaterade en medlem av tävlingskommittén att det är roligt med fräscha lärare, vad han nu menade med detta ...

"Fröken" Susanné Kallstenius Hellman



LUCIA -89

Jag har just tittat på " Luciamorgon " på TV, och kan nöjt konstatera att jag idag kl. 03.00 sett ett betydligt mer stämmingsfullt luciatåg. Jag säger sett för jag måste dessvärre erkänna att Solna musikskolasjüng vackrare än det tåg jag fick skåda från Täby Sim.

Föreställ er själva: Micke Frisk i ljuva blonda lockar luciakrona, nattlinne och luciaband. Malin, ena hälften tomte, andra hälften tärna. Syskonen ~~Ricky~~, Sara, Mats, Glögg, Klang, Martin o Pillansom tärnor och stjärngossar blandat (ja även blandat på var och en!) Dessutom hade de lyckats få med Gurra men jag förstår att han saknar Täby och ställer upp på alla upptåg.

När första (glädje) chocken lagt sig och manskören, Pillan Sara, Malin och Carina stämmer in i Staffan Stalledräng, besvarade i refrängen av flickkören med Glögg i spetsen, ja då var inte ett öga torrt. (Visserligen av skratt, men för att inte förstöra stämningen säger jag inte det.)

När Lucia dessutomhaft godheten att ha med sig kaffe och smörgås, den ena med messmör som var ett minus, ja då var lyckan fullständig.

Vid närmare efterforskning om hur de kommit in genom porten utan våld, fick jag veta av min mor att Putteringt dit och frågat om hon möjligen hade en släkting som hette Anne. Detta kunde hon inte förneka! Efter att få höra en förklaring och insåg att det inte hänt mig något (mammor!), lämnade hon med glädje ut portkod!

Jag vill samtidigt tacka er alla för denna ^{tid} som blev från sept-dec! Jag har haft mycket roligt, även om det ibland kostat lite av hälsa och humör. Jag är tacksam för min fot-operation så jag hann med att jobba! (Försäkringskassan läser väl inte detta?) Att resultatet dessutom blivit så bra är er förtjänst tack vare er egen träningsmoral.

Det är med varm hand och även med saknad (skämtar bara) glädje! som jag låter Kjell Karlsson ta hand om er. Jag kommer att finnas kvar på något sätt, men i skrivande stund vet jag inte var eller hur. Det märker ni!

Än en gång :TACK!

Kram ANNE

PS Tack för julklapparna. Jag har redan fått förfrågan om jag kan tänka mig låna ut skärpet. Efterfrågan är så stor att jag funderar på att tjäna lite på det och hyra ut det!

AVSLÖJANDET SOM SKAKAR SIM-SPORTEN

■ Den förre ryska förbundskaptenen i simning, Sergej Vajtzechovskij, 60, kom till Simalltinget i Borås och höll ett föredrag som chockade de svenska tränarna.

■ Han avslöjade öppet hur han proppat i de ryska landslagsflickorna anabole steroider. Han berättade också hur man klarar sig i dopingkontrollerna.

■ Sergej Vajtzechovskij är ett tungt namn i rysk simning. Han var chefsträ-

nare 1972-83 (fick då sparken) och kallas allmänt för mannen bakom det ryska simundret i början av 70-talet.

■ Under hans tid akta en rysk fast för doping, rygg-simmaren Viktor Kuznetsov vid VM 1978. Han miste sin bronsmedalj.

■ Det var förbundets simkommitté som hade inbjudit Vajtzechovskij till en clinic i Borås. 200 ledare, tränare och funktionärer hörde hans skakande do-

pingavslojande.

■ Expressen har lyssnat till en bandupptagning från föreläsningen med de påföljande frågorna från de förbluffade svenska åhörarna.

■ För första gången fick de svenska simtränarna en frispråkig bekräftelse på vad de länge misstänkt - att östtyskar och ryskar doppar sig till medaljer och världsrekord.

— HANS LINNE
och SVANTE STOCKSELIUS

Expressens exklusiva bandinspelning — ord för ord

Någon i publiken frågade Vajtzechovskij om han trodde att de östtyska simmarna använt doping.

En fråga som Vajtzechovskij svarade ett självklart ja på. Expressen återger här ordagrant resten av det uppseendeväckande föredraget:

— I DDR är man inte rädd för dopingkontroller. Först av allt i vår sport och i alla andra sporter har man alltid sagt att piller och steroider måste tas 30-40 dagar före tävlingen. Men flickorna från DDR använder aldrig piller före tävlingar.

— Det är ingen mening att ta anabola steroider någon månad före ett stort lopp. De är användbara bara i samband med hård styrketräning. Steroiderna gör tillkoma starkare och starkare

men bara i samband med styrketräning. De östtyska flickorna tar det i november-december, den tid då de kör sin hårda styrketräning. När det blir tävlingar sex månader senare är det ingen risk att de blir upptäckta.

• Det diskuteras nu också internationellt att, liksom i Sverige, dopingkontroller ska kunna genomföras när som helst, till och med vid träning. Det måste avskräcka?

— Doping går alltid att dölja. Med rätt disciplin och myndigheternas goda minne är det lätt.

• Ni berättade tidigare att ni gett era flickor steroider redan 1974. Hade ni hela tiden hjälp av forskare?

— Nej, jag vet själv hur man uppnår tre viktiga mål: hur man tar det, hur man döljer det vid kontrollerna och hur man ger flickorna sin menstruation tillbaka. Det kan ibland ta över ett år att avslöja hormonförändringarna. En sak stod klar för mig: man tar inte använda för mycket.

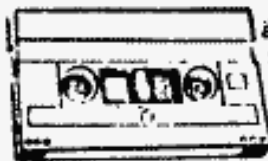
Jag är emot överdriven doping. Jag gillar inte guldmedaljörer som inte har någon röst.

• Så ni dopade flickorna själv?

— Ja, men inte med höga doser. Bara normala doser. 50 milligram metaboler (anabol steroid). Vi använde enbart 50 milligram på alla. Vi försökte också se om det räckte med mindre doser för att ge effekt. Jag var själv uppe på sjukhusets laboratorium där doserna var uppmätta till 50-100 milligram, men jag sa ifrån att vi bara skulle ha 50 milligram. Om det gav resultat, kanske vi skulle pröva det före tävling. Vi provade på några flickor, men det gav ingen effekt.

• Gick flickorna med på det här?

— Men 50 milligram är ju ingenting. Jag tror att distansträning, styrketräning och rätt motivation är viktigare än steroider.



födde missbildade barn

Av HANS LINNÉ

En av Östtysklands toppsimerskor födde två barn med klumpfötter efter dopingmissbruk, en annan tvingades göra abort — det avslöjas av en tredje som fick ett barn med mystiska krampanfall.

Detta har DDR:s förre världsrekordhållerska Christiane Knacke berättat i en österrikisk tidning. Hon hoppade av för drygt ett år sedan.

Hon misstänker att doping under den aktiva tiden var orsaken till dottern Jeffiners sjukdom. Dottern låg på sjukhus ett halvår för svåra kramper. Läkarna fruktade att flickan skulle få men för livet av moderns varaktiga dopingmissbruk.

■ Läkarna förstod färan

— Ni har sysslat med idrott på toppnivå, inte sant...? Det var läkarnas första reaktion när hon kom med dottern till sjukhuset.

Christiane Knacke, nu gift med en österrikare, blev under besöken på Sportmedicinska institutet i Dresden beordrad

att ta tolv piller tre gånger om dagen, hälften innehöll anabola steroider.

Hon fick stanna hemma från VM 1978, för att östtyska landslagsläkare fann märkbara spår av anabola steroider. De fruktade att hon skulle bli färd i en dopingkontroll.

Hon avslöjar också att två av hennes landslagskamrater fått men av dopingmissbruket.

Barbara Krause, frisimsdrottningen, som tog tre OS-guld i Moskva-OS 1980, födde två barn med missbildade fötter. Andrea Pollack tvingades göra abort.



• Knacke



• Krause



• Pollack

• Östtyskland erkänner 14 fall

För första gången medgav Östtyskland på onsdagen att idrottsmän i landet åkt fast i dopingtester.

14 icke namngivna östtyska idrottsmän åkte fast under 1988 då den östtyska dopingpolisen slog till vid nationella tävlingar och under träning.

Östtyskland har tidigare alltid hävdat att landets idrottsmän varit helt rena och aldrig använt dopingmedel.

I tidningen Junge Welt avslöjas att 4 463 tester gjordes vid dopinglaboratoriet i Kreischa utanför Dresden förra året. Av dessa var 19 positiva och 14 kom från östtyskar.

Dopinglaboratoriet är ett av 19 som är godkänt av Internationella Olympiska Kommitteén. Laboratoriet har dock mest använts för inhemska tester och resultaten har inte nått utanför landets gränser. Inte heller har de redovisats öppet i Östtyskland förrän på onsdagen.

DOPING
offren
i DDR



VÄLKOMNA

till TÄBY SIMs PLASK o. LEK/VATTENLEKSKOLA!

I Plask o. Lek får barnen vara med i tre terminer.

Meningen är att barnen skall bli VAN MED VATTNET, lära sig att TA SIG FRAM i vattnet på något sätt, och sedan hoppas vi att barnet skall hinna lära sig simma 10 meter under/ovan vattenytan. Detta senare är naturligtvis inget krav

Vi har satt som mål att barnen skall kunna DOPPA HUVUDET, HOPPA, DYKA, FLYTA och GLIDA i vattnet.

DIPLOM får alla barn, när de slutar efter tre terminer.

KOM I TID till samlingen! Vi har bara en halvtimmes lektionstid och vi fryyyssasser så lätt.

PLASK o. LEK
I TÄBY VÅREN 1990 : 154 BARN
19 TRÄNARE + 16 ASSISTENTER

Elisabeth Andersson
Huvudansvarig för PLASK o. LEK I TÄBY SIM.
(KONTAKT GENOM ATT LÄMNA MEDDELANDE I KANSLIET.)

OBS!

- 1 SPORSTLOV V. 9 (SÖN 25/2 t/m SÖN 4/2)
- 2 PÅSKLOV V. 15 (TIS 10/4 t/m SÖN 15/4)

STÄNK från TÄBY SIM

VI OCH VÅRA PAPPOR:

HEJ!

Plask och lek på söndagar, oj!!

Uilken cirkus! Lika många föräldrar som barn i vattnet. Föräldrarna brukar för det mesta bestå av pappor och någon enstaka mamma och farmor.

Vi är alltså cirka 25-30 personer i den lilla bassängen i varje grupp.

Vi har våra två grupper på söndagarna mellan klockan 17.30 och 18.30. Nu tänker ni kanske:

Hur sjutton kan man frivilligt avbryta hela långa söndagen mitt i bara för att ha några plask och lek ungar i sammanlagt en timme?! Det ska jag svara på:

Jag måste erkänna att det kan kännas lite jobbigt att behöva åka i väg till Tibble en mörk och

regnig eftermiddag, när man egentligen skulle vilja sitta i soffan och dricka te och ha mysigt

med kompisar. Men när man väl sitter på buss 619 och träffar Märten då är allt helt okay. Ännu

bättre blir det när vi kommer in i simhallen och alla barn och papor är på topphumör. Då börjar

fantasin sprudla. Det första som gäller är upvärmning på land - en resa till Afrika som exempel. Sedan

dyker vi i vattnet och leker, hoppar, springer, flyter, kokar kaffe, bakar kakor osv. Det roligaste

är nästan hur man ser föräldrarna rynka på näsan när de måste doppa huvudet och simma som delfiner

under vattnet eller något liknande. De har ju trots allt trycket på sig att hålla god min inför

barnen, så de brukar lyda ganska snart. Som bekant är det ju så att barnen gör efter föräldrarna och

om föräldrarna inte vågar simma under vattnet, så måste ju det vara minst sagt livsfarligt!

Vi har verkligen jättekul tillsammans allihop och barnen lär sig otroligt mycket fortare när även

föräldrarna deltar i alla övningar och agerar "lite barn".

För att få den effektivaste Plask och Lek träningen borde alla grupper vara som "söndagsgrupperna".

Förhoppningsvis kommer det att finnas några fler "söndagsgrupper" om några år så att alla barn får chans att delta i en sådan.

Plaska och ha kul!

Stor kram

Karro och Märten

JSM KONSTSIM TÄBY

JSM KONSTSIM i TIBBLEBADET

Tid : Fredagen 9 mars 1990
18.00-18.45 Insimning
19.00- Solo, försök

Lördagen 10 mars
12.00-12.45 insimning
13.00-16.00 Figurtävling
17.00-18.00 Par, försök

Söndagen 11 mars
09.00-09.45 insimning
10.00-10.45 solo, final
11.00-11.45 Par, final
12.00 lag, final

SNABBSIMMANDE herrar och damer önskas välkomna som åskådare eller medhjälparehör av er till Elisabeth.

Hur gör man egentligen?



I både figur- och musiksimning gäller det att ha så hög höjd som möjligt på alla rörelser som är över vattenytan. När man ligger i vattenytan och utför rörelser och när man står upp och ner, använder man olika sorters skovlingar dvs olika handrörelser för att röra sig framåt, bakåt, uppåt, nedåt eller för att stå stilla. När man simmar musikprogram och har armarna ovanför ytan använder man något som kallas för polokick. Det är benen som rörs i cirklar för att man ska komma så högt över vattenytan som möjligt. Det är en form av vattentramp, men här gäller det att hålla kroppen rak och stilla och att ibland ha båda armarna ovanför ytan samtidigt. Det är med andra ord frågan om total kroppskontroll när man simmar konstsим.

KONSTSIMS NYHETER...

KONSTSIM

Hurra! TÄBYSIM har haft sin FÖRSTA konstsim-tävling i Tibblebadet. Den 20 januari 1990 deltog TÄBYSIM, JÄRFÄLLA SS, SK NEPTUN och SÖDERTÄLJE SS i Serietävling nr.1 för 1990. (4 serietävlingar till kommer att arrangeras under 1990) Tyvärr kunde SS KANALEN från Hallstahammar inte delta. Dessa 5 klubbar tillhör samma REGION för konstsim i Sverige. TÄBYSIMS flickor deltog enbart i FIGURTÄVLINGEN eftersom TIBBLE badet saknar undervattenshögtalare, för att kunna träna musik sim. Kommunen kommer att installera en i snar framtid. Under serie-tävlingen hyrde kommunen de högtalare vi behövde. Tack ska ni ha!

TÄBY-flickor som deltog i tävlingen är:

STJÄRNMÄRKE 1.

1a	Caroline Bellmark	20,63	poäng
4a	Maria Czajkowski	19,06	---
6a	Hanna Wiberg	18,38	---
10e	Sarah Tallings	14,67	---

STJÄRNMÄRKE 2

1a	Caroline Bellmark	25,20	---
2a	Sophie Persson	23,70	---
4e	Åsa Westman	22,27	---
5e	Maria Czajkowski	21,97	---
6e	Linda Eek	21,97	---
7e	Helena Hellman	21,50	---
9e	Johanna Gyllensvärd	21,00	---
10e	Charlotte Bellmark	20,78	---

KLASS D-FIGURER (Stjärnmärke 3)

5e	Sophie Persson	29,84	---
6e	Lisa Looström	28,63	---
7e	Helena Hellman	28,10	---
9e	Linda Eek	26,70	---



FORTSÄTT FLICKOR!!!! Ge inte upp!!! SIMMA LÅNGSAMMARE!
(snabbsimmarna fattar inte att vi SKA simma långsamt!!!!)

Fyra SERIETÄVLINGAR är kvar för oss att delta i. Vi delar upp oss i åldersklasser och börjar träna de figurer som tillhör den klassen. Flickorna som har tävlat i D-figurer kan tävla igen i samma figurer och förbättra sina poäng. Förhoppningsvis har TIBBLEBADET en undervattenshögtalare snart så vi kan tävla även i musikdelen och snart kanske kan delta i RIKSFINALEN med.....

FUNKTIONÄRSKURS FÖR KONSTSIM den 14 OCH 20 JANUARI 1990.
i samband med TÄBYSIMS första serietävling.

Stockholms.Simf. ordnade funktionärskurs i Tibblebadet. Deltagare från TÄBYSIM var Elisabeth Lillman, Claes Alsén, Susanne Kallstenius Hellman, Elisabeth Andersson.

ETT STORT TACK TILL JÄRFÄLLA SS och SK NEPTUN för deras insatser vad gäller FUNKTIONÄRER, OCH DOMARE!!!!!!!!!!!!
Utan samverkan mellan Stockholmsklubbarna skulle inte vår första tävling kunnat arrangeras!
Deras insatser kommer även att anlitas 9-10-11 mars 1990 i TIBBLEBADET då TÄBY SIM arrangerar JSM i konstsim.

KONSTSIMS NYHETER.....

MINI LÄGER FÖR KONSTSIMMARNAS

Efter serietävlingen fick TÄBYSIM konstsimmarna lov att ha ett MINILäger med en övernattning i TIBBLEBADET. SK NEPTUN deltog med 4 st flickor. Vi var 30 st. flickor i åldrarna 7 år- 19 år och 3 mammor som stannade kvar i simhallen. Ninni sov hemma i sin egen säng.....men var kvar i simhallen GANSKA sent. Det fick hon eftersom Ninni hade fullt sjå hela lördagen med förfriskningar för funktionärer under serietävlingen.

PIZZAEXPRESS sponsrade oss med läsk eftersom det var massvis med PIZZA vi beställde.....

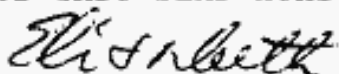
METRO Täby Centrum donerade lite extra till frukosten.

Sovsäck, mjukt underlägg, nallar, hade man med sig på "lägret". Dom "stora" hade underhållning i källaren med videofilmer från Röda Rappet (skräckfilmer) och satt sen i bubblepoolen när klockan var 2 på natten, och de "små" konstsimmarna hade fullt sjå med improvisationer i bassängen och badade bubblepool innan de massvis gick för att göra sig snyggt för nattenNattmellis vid poolkanten det var något det. 75 st värmeljus sken runt bassängen.....

Vem säger att det inte gick att sova ? Även om det skedde först vid halv tre på morgonen...SÖNDAGEN 21/1.Kl.06.45 tändes ljuset i bassängtak och från alla hörn kröp konstsimmarna fram. En del sov nämligen under palmerna och en del under trampolinen, en del i friskvården, en del på läktarn (borta från ljuset) och en del vid trappan rakt under ljuset. FRUKOSTEN var färdig-dukad.....på läktaren . Kl. 07.30 kom TÄBYSIMS MORGONBADARE och var så snälla att avstå från djupa bassängdelen denna morgon till vår fördel. Mycket träning blev det visserligen inte men alla var med vid uppvärmningen..... Kl. 10.00 när allmänheten kom, åkte vi hem. Många konstsimmare somnade redan i bilen på vägen hem.....

Vi tackar TIBBLEBADETS PERSONAL OCH LEDNINGEN för att de gjorde det möjligt för oss att ordna ett MINILäger. Vi tackar även ULLA WINBLAD från cafeterian för att vi fick använda tallrik och bestick och bord och stolar för oss att äta vår pizza. Vi ber om ursäkt att det blev ett missförstånd dagen efter och vi försummade ställa stolarna på bordet för att underlätta städningen.....

För TÄBY SIMS konstsim



Elisabeth Andersson,

(en som INTE sov men vaktade så att ingen trillade i bassängen) som hade sängplatsen mitt framför badmästarhytten

T Ä V L I N G S A R R A N G E M A N G

Följande arrangemang kommer att gå av stapeln i Täby simhall under våren, i klubbens regi

9-11/3	JSM i konstsim
18/3	Nybörjarsim
31/3	Sponsorsim (preliminärt)
7-8/4	Öppna DM
22/4	Serie sim
12-13/5	Klubbmästerskap
2-3/6	Wella Cup

ELISABETH:

DU ÄR VÅR STORA KLIPPA OCH
HELT TOPPEN, DU PLASK OCH
LEKENS MODER.

PUSS OCH KRAM

KARRO

STÄNK från TÄBY SIM

TÄBY SIM

1990-01-21

RESULTATLISTA ZONSIM NORR DELTAVLING 1

Plats: Tibblebadet i Täby

Banlängd: 25m

GRN 1 50 M BRÖSTSIM FLICKOR FÖDDA 80 O SENARE

	Namn		Klubb	Tid
1	Malin Svahnström	-80	Väsby SS	50,9
2	Elisabeth Stjernberg	-80	Vallentuna SK	55,7
3	Therese Linde	-80	Vallentuna SK	57,0
4	Veronica Öhrvik	-80	Väsby SS	58,0
5	Laura Serna	-80	Täby Sim	1.03,7
6	Maria Bohlin	-82	Danderyds SK	1.08,7
7	Ulrika Rutgersson	-80	Vallentuna SK	1.09,1
8	Marie-Louise Rantonen	-80	Väsby SS	1.10,4
9	Malin Eriksson	-80	Väsby SS	1.14,9
10	Sofia Jonsson-Finne	-81	Väsby SS	1.17,9
11	Jenny Pettersson	-81	Vallentuna SK	1.19,3

Helene Akker, Väsby SS, diskvalificerad: 2 simtag under vattnet vid start

GRN 2 50 M BRÖSTSIM POJKAR FÖDDA 80 O SENARE

	Namn		Klubb	Tid
1	Pontus Roeckline	-81	Väsby SS	51,2
2	Kristofer Fridblom	-80	Akersberga SS	51,2
3	Lars Ylitalo	-80	Väsby SS	53,4
4	Patrik Ghötlén	-80	Danderyds SK	54,1
5	Daniel Tull	-80	Vallentuna SK	56,5
6	Ted Jöhncke	-81	Väsby SS	1.00,7
7	Fredrik Odavall	-80	Täby Sim	1.02,4
8	Niklas Conradsson	-81	Akersberga SS	1.03,2
9	Brusik Burman	-81	Väsby SS	1.03,2

GRN 3 100 M MEDLEY FLICKOR FÖDDA 75 O TIDIGARE

	Namn		Klubb	Tid
1	Karin Lundqvist	-74	Akersberga SS	1.22,1
2	Petra Göhtlin	-74	Danderyds SK	1.29,1

GRN 4 200 M MEDLEY FLICKOR FÖDDA 75 O TIDIGARE

	Namn		Klubb	Tid
1	Christina Johansson	-72	Täby Sim	2.55,4

GRN 5 100 M MEDLEY POJKAR FÖDDA 75 O TIDIGARE

	Namn		Klubb	Tid
1	Henrik Gustafsson	-74	Akersberga SS	1.13,5
2	Mattias Axelson	-74	Akersberga SS	1.16,9
3	Martin Ahlgren	-74	Akersberga SS	1.17,1
4	Magnus Granlund	-75	Väsby SS	1.19,9

STÄNK från TÄBY SIM

GREN 6 200 M MEDLEY POJKAR FÖDDA 75 O TIDIGARE

Namn		Klubb	Tid	
1	Thomas Bergström	-71 Akersberga SS	2.32,5	Kolar 2356
2	Peter Ronqvist	-74 Täby Sim	2.32,9	
3	Konny Metz	-75 Akersberga SS	2.48,0	
4	Mattias Wallin	-74 Akersberga SS	2.50,8	

GREN 7 4x50 M FRISIM FLICKOR

Namn		Klubb	Tid
1	Lag 1	Akersberga SS	2.30,3
2	Lag 1	Väsby SS	2.33,7
3	Lag 1	Täby Sim	2.49,0

GREN 8 4x50 M FRISIM POJKAR

Namn		Klubb	Tid
1	Lag 1	Akersberga SS	2.19,6
2	Lag 1	Väsby SS	2.25,7
3	Lag 1	Täby Sim	2.29,8

GREN 9 50 M RYGGSIM FLICKOR FÖDDA 78-79

Namn		Klubb	Tid
1	Johanna Törnblom	-78 Väsby SS	40,5
2	Alice Boché	-78 Akersberga SS	41,2
3	Hanna Evanth	-78 Täby Sim	41,5
4	Jenny Eriksson	-78 Täby Sim	44,0
5	Betty Hedman	-78 Väsby SS	45,0
6	Caroline Jöhncke	-79 Väsby SS	45,4
7	Cecilia Lindvall	-78 Väsby SS	46,1
8	Katarina Ehn	-79 Väsby SS	49,4
9	Sofie Fellbom	-79 Täby Sim	49,8
10	Lena Ylitalo	-78 Väsby SS	50,1
11	Rim Meliane	-79 Väsby SS	51,6
12	Frida Pettersson	-78 Väsby SS	51,7
13	Therese Granlund	-79 Väsby SS	52,5
14	Jannicke Fagerström	-80 Väsby SS	55,6
15	Asa Strandberg	-79 Väsby SS	55,7
16	Sandra Lindh	-79 Akersberga SS	56,1

GREN 10 50 M RYGGSIM POJKAR FÖDDA 78-79

Namn		Klubb	Tid
1	Henrik Bokell	-78 Akersberga SS	39,8
2	Anders Jönsson	-79 Väsby SS	42,1
3	Claes Roeck-Hansen	-78 Täby Sim	42,3
4	Johan Gustafsson	-78 Akersberga SS	43,0
5	Gunnar Ahlgren	-78 Akersberga SS	44,1
6	Mikael Jacobsson	-79 Täby Sim	44,2
7	Mikael Bohlin	-78 Danderyds SK	45,0
8	Peter Ekman	-79 Väsby SS	45,1
9	Martin Bohlin	-79 Danderyds SK	45,7
10	Magnus Althin	-79 Väsby SS	46,4
11	Peter Plikk	-78 Vallentuna SK	46,7
12	Erik Alexandersson	-79 Täby Sim	47,9
13	Mats Forslund	-79 Täby Sim	49,0
14	Daniel Nilsson	-79 Väsby SS	51,6
15	Mathias Alnesjö	-79 Vallentuna SK	55,5
16	Daniel Kedjas	-79 Väsby SS	58,4

STÄNK från TÄBY SIM

GREN 11 100 M FRISIM FLICKOR FÖDDA 76-77

Namn		Klubb	Tid
1 Heidi Pöllänen	-76	Täby Sim	1.09,8
2 Anita Lindbom	-76	Täby Sim	1.12,9
3 Maria Oberg	-77	Akersberga SS	1.13,2
4 Dagmar Thielitz	-76	Danderyds SK	1.15,9
5 Christina Stjernberg	-76	Vallentuna SK	1.16,8
6 Eva Lundqvist	-76	Akersberga SS	1.17,2
7 Maria Eriksson	-77	Akersberga SK	1.21,6
8 Maria Freimuth	-76	Danderyds SK	1.22,5
Tyra Olsson	-77	Täby Sim	1.22,5
10 Annika Bäveryd	-76	Täby Sim	1.24,4
11 Karin Modig	-77	Vallentuna SK	1.27,2
12 Cristin Törnblom	-77	Akersberga SS	1.28,0
13 Angelica Peterson	-77	Täby Sim	1.29,3
14 Tina Hägerhäll	-77	Vallentuna SK	1.34,7
15 Linda Lundvall	-76	Vallentuna SK	1.49,0

GREN 12 200 M FRISIM FLICKOR FÖDDA 76-77

Namn		Klubb	Tid
1 Susanne Koivuperä	-76	Akersberga SS	2.31,4
2 Linda Berdahl	-76	Täby Sim	2.33,0

GREN 13 100 M FRISIM POJKAR FÖDDA 76-77

Namn		Klubb	Tid
1 Rickard Ohnfeldt	-76	Akersberga SS	1.08,7
2 Tobias Lidström	-76	Akersberga SS	1.12,2
3 David Bengé	-76	Täby Sim	1.14,3
4 Jonas Rossander	-77	Täby Sim	1.18,0
5 Hamed Nassajan	-77	Täby Sim	1.18,3
6 Carl Cronstedt	-77	Danderyds SK	1.20,1
7 Jon Levin	-77	Danderyds SK	1.21,5
8 Jens Hohlbaum	-77	Akersberga SK	1.24,6
9 Konrad Baginski	-77	Danderyds SK	1.32,5

GREN 14 200 M FRISIM POJKAR FÖDDA 76-77

Namn		Klubb	Tid
1 Martin Kärnek	-77	Danderyds SK	2.27,8
2 Richard Söderlund	-76	Akersberga SS	2.30,0

Utom tävlingen simmade

Claes Roeck Hansen	-78, Täby Sim, 100m frisim	1.16,1	
Peter Ronqvist	-74, Täby Sim, 200m ryggsim	2.34,5	Kodnr 3808

Carl Johan Hellman

Carl Johan Hellman, tävlingsledare

Susanne Kallstenius Hellman

Susanne Kallstenius Hellman, tävlingssekreterare

TÄBYSIM - INTRESSERADE ! MAMMOR o PAPPOR! SÖKES!

TÄBY SIM (klubben) MASTE SKAKA LIV I FÖRÄLDRASEKTIONEN IGEN
OCH BEHÖVER FÖRÄLDRAR!!

Enstaka "äldre" föräldrar (äldre i klubbverksamheten förstås)
står till förfogande, men BEHÖVER NYA KRAFTER.

NYA MAMMOR OCH PAPPOR SÖKES.

Ditt barn simmar....SIMMA MED du mamma o pappa i TÄBY SIMS
verksamhet!!

Täbys föräldrar lider av tidsbrist det är inget nytt, vi
förstår dig!!

Du undrar vad som förväntas av dig ? svaret är:

..... INTE MYCKET och INTE SA OPTA HELLER

RING KANSLIET och be Ninni vidare befordra ditt intresse
namn och telefon till någon i styrelsen så ringer vi dig!

Är du med din simmare i badet, skriv på ett papper ditt
namn och telefon nr. och ditt intresse i FÖRÄLDRASEKTIONEN
och be kassapersonalen lägga det i TÄBYSIMS postfack!!!!!!

vid pennan
Elisabeth A.

KOM LOSS! GLÖM EJ ÅRSMÖTE →

MARS

MÖTE

i 1990

TÄBY SIM!



TORS

15 MARS

KL. 19.30



PLATS : TIBBLE GYMNASIETS matsal
mittemot kyrkan.
(nedanför backen från simhallen.)

T I D : KL. 19.30