

# STÄNK

God Jul Gott 1992

från

DEC '91



**DECEMBER STÄNK innehåller.....**

- \* Ordf. har ordet
- \* KM 8/12
- \* Anmälan till KM
- \* Simkommittén
- \* Har du hunnit betala?
- \* Konstsim avslutningsfest 7/12
- \* Plask o Lek ledar träff 12/12
- \* Anne Forsell
- \* Mera Plask o Lek
- \* Konstsimresultat/1992 tävlingar
- \* USM konstsim/ framtiden..
- \* Annes tankar
- \* Sum-Sim
- \* Masters
- \* Aktiviteter C-Elit VT92
- \* Crawl-Medley VT92
- \* På kurs med Kurt
- \* Simkomm. målsätter
- \* HEJA TÄBYSIM STANDAR TÄVLING
- \* Simglasögonförsäljning....
- \* Julhandla hos TÄBYSIM
- \* Tränare/ledare sökes
- \* Rapport från RESURSkomm.
- \* SM-UPPSALA
- \* RESULTATLISTOR

**OBS! obs! 1992 LÄMNAR ALLA från elitsimmare/tränare till styrelseledamöter/**

**M A S K I N-SKRIVNA rapporter till STÄNK!!!**

**enbart yngre simmare får lämna handskrivna insändare!**

**STÄNK ÖNSKAR ER ALLA**

**GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR**

**SIMMA FORT SIMMA VACKERT !**

NU HAR HAN GJORT DET IGEN - VARAN JONAS!!

När jag sitter och skriver det här kvällen d 23/11 meddelar budbärare och nyhetsbyråer att Jonas Lögberg blivit Svensk Mästare! Det känns härligt att tillhöra Täby Sim.

Det finns mycket annat att glädja sig åt också. T ex:

- en trevlig och bra föräldrautbildning om vad tävlingar i simning är för något. Tack Bosse Mattsson!
- Sofie Perssons seger i Svenska Ungdomsmästerskapet i konstsim, klass D. Som grädder på moset kom Linda Eek och Helena Hellman tvåa och trea. Trippel för Täby Sim! Grattis Elisabeth, nu är vi med på konstsimskartan!
- klubbens breda och fina deltagande i SUM-sim regionsfinaler med massor av pers och flera medaljer av Karin Lärka, Mats Forslund och Mikael Jacobsson. Mats och Mikael har också chansen till framskjutna placeringar vid riksfinalen i Lund om en vecka. Vi håller tummarna!
- vår trogna funktionärsskara (Stockholms bästa!) som lojalt ställt upp och vidareutbildat sig under bl a Susanne K H säkra ledning. De som inte hann med skall få en möjlighet till.
- konstsimns ungdomar och föräldrar som hjälpte till att göra vårt ungdomsmästerskapsarrangemang så fint. En blomma till er alla!
- allt jobb som sker i tysthet i styrelse, kommittéer, bland föräldrar och inte minst genom våra ledare/tränare. Det känns att klubben lever.
- en ekonomi som går ihop.

Men vi vill bli ännu bättre och få ännu fler barn och ungdomar med i våra aktiviteter. Det finns mycket att göra och mer att önska! Som ordförande är det speciellt en sak som jag tycker är viktig: att få fler av våra passiva, främst vuxna, medlemmar att engagera sig för klubben och dess barn och ungdomar. Varför? Jo

- vi är för få som drar lasset - fler måste komma och hjälpa till!
- vi behöver fler som hjälper oss att utveckla vår verksamhet. Ta initiativ! Kom med idéer!
- verksamhet kostar pengar. Betala medlemsavgifter mm (det går bra även om ni inte fått klubbens inbetalningskort) och hjälp till vid våra olika små ekonomiarrangemang t ex flaskinsamlingar och brödförsäljning.

Elisabeth Andersson måste trappa ner sitt engagemang för Plask o Lek för att kunna hinna med sina åtaganden inom klubbens och distriktets konstsim. "Det går inte! Elisabeth är Plol" säger många. Jag håller med om det! Men för barnens skull får ingen vara oersätlig. Verksamheten *skall* fortsätta! Här finns plats för föräldraengagemang! Hör av er! Elisabeth har lovat att stötta lite grand i bakgrunden i början.

Hjälp valberedningen (ordf Erik Ritzén) med namnförslag på nya styrelsemedlemmar. Viktigast just nu är att få en ny kassör, gärna med någon form av ekonomisk utbildning. Vår utmärkte kassör sedan flera år, Jan Roeck Hansen, hinner inte med klubbarbetet längre. Det vore bra att redan efter nyår kunna förbereda ett övertagande som sker vid årsmötet i februari-mars.

Slutligen önskar jag oss alla Täby Sim-are välkomna till vårt KM d 8/12 (program på annan plats i STANK). Var med och gör KM till en härlig avslutning på ett fint år!

Golden Boy's on Golden Wings...

FÄRSKA NYHETER FRÅN SÖDERTÄLJE

TEAM-SM

24 NOVEMBER 1991

\*\*\* TEAM-SM GULD ! ! ! !  
JONAS LÖGDBERG\*\*\*\*\*  
SVENSKMÄSTARE 100 fjärl

\*\*\* KLUBBREKORDHALLARE  
DANNE KARLSSON\*\*\*\*\*  
200 RY-100RY-400MEDLEY

TÄBYSIM ! ! ! ! KLUBBREJKORD  
\*\*\* HERRARNAS 4 X 100 FRI\*\*\*

GRATTIS SÄGER STÄNK ! ! ! ! ! ! ! ! ! !  
(I SISTA STUND.....)

GRATTIS  
GRATTIS!  
HURRA!  
HURRA!

KM 8/12-'91

- UPPVISNINGAR

- LUCIA

ca. KL 18<sup>00</sup>

Försäljning

Se anslags  
tavlan o

# TABY SIMS KLUBBMÄSTERSKAP 1991

**PLATS:** Tibblebadet  
**DATUM:** Söndag 8/12  
**TID:** Pass 1 Insigning kl. 08.30 Start kl. 09.00  
 Pass 2 Insigning kl. 13.30 Start kl. 14.15  
**TAVLINGSKLASSER:** A = 76 o äldre, B = 77 - 78, C = 79 - 80,  
 D = 81 - 82, E = 83 o yngre  
**KLASSER I** 3 st klasser i Dam resp Herr. Start c:a 17.15  
**"ÖPPNA SPRINT"** UNGDOMAR - 29 år  
 JUNIORER 30 - 44 år  
 SENIORER 45 - år

## PROGRAM PASS 1

1. 50 m Bröstsim fl A
2. 50 m Fjärilsim po A
3. 50 m Bröstsim fl D
4. 50 m Ryggsim po D
  
5. 100 m Fjärilsim fl B
6. 100 m Frisim po B
7. 50 m Bröstsim fl C
8. 50 m Fjärilsim po C
  
9. 50 m Fjärilsim fl A
10. 50 m Ryggsim po A
11. 100 m Frisim fl B
12. 100 m Fjärilsim po B
  
13. 50 m Frisim fl C
14. 50 m Ryggsim po C
15. 25 m Fjärilsim fl D
16. 25 m Fjärilsim po D
  
17. 50 m Ryggsim fl A
18. 50 m Bröstsim po A

## PROGRAM PASS 2

19. 100 m Ryggsim fl B
20. 100 m Bröstsim po B
21. 50 m Fjärilsim fl C
22. 50 m Bröstsim po C
  
23. 50 m Ryggsim fl D
24. 50 m Bröstsim po D
25. ÖPPNA 25 fl+po
26. 100 m Bröstsim fl B
  
27. 100 m Ryggsim po B
28. 50 m Ryggsim fl C
29. 50 m Frisim po C
  
30. ÖPPNA SPRINTMÄSTERSKAPEN
31. 400 m Medley fl A FINAL
32. 200 m Medley fl B-C FINAL
  
33. 400 m Medley po A FINAL
34. 200 m Medley po B-C FINAL

ANMÄLAN TILL DIN TRÄNARE ELLER TILL KANSLIET  
 TAG MED FÖRÄLDORAR OCH VÄNNER TILL "ÖPPNA-  
 SPRINT" SOM KAN ANMÄLAS PÅ PLATS.

OBS !! NOTERA ATT A-KLASSEN ÄR 50-STRÄCKER,  
 KANSKE NÅGOT FÖR GAHLA SIMMARE.

## RAPPORT FRÅN SIMKOMMITTÉN

Jag börjar med att säga "P U H" för när detta skrivs, så är jag fortfarande lite svettig. Jag har just kommit hem från Regionsfinalen i SUM-Sim (svenska Ungdomsmästarskapen) som gick av stapeln i Södertörn, Torvalla Simhall närmare bestämt.

Som jag skrivit tidigare, så är vi bra och rekryteringen ser bra ut bland de yngre simmarna. Vi som var där skall vara stolta, ja även ni som bara läser detta.

Våra SUM-simmare, som var med och simmade, var jätte duktiga med många bra tider i en hård konkurrens. Vi vet att vi har lovande simmare som kan och vill mycket och som framförallt visar detta.

Regionsfinalen är lite speciell med hög stämning och nervositet. Det är ju de bästa i distriktet som kämpar om en plats i riksfinalen, där de bästa 16 simmarna i Sverige möts. Vi hade väl åtminstone några simmare som skulle klara detta, men man vet ju aldrig i förväg.

Nu gick det bra och Mats Forslund och Micke Jacobsson är klara för final. Ja, ni skulle sett framfarten i bassängen, det var som om de andra stod stilla. Nåja, det var väl att ta i, men simmade, det gjordes det så det stod härligt till.

Mer om tävlingar och resultat skriver Anne F om. På tal om Anne, så har hon ett mycket bra grepp om tränare och tränings-/tävlingsprogram för våra simmare. Programmet för -92års säsong är klart och det innehåller ett bra tävlingsprogram för alla simmare med träningsläger och träningsmöten m m.

Nu är det bara för simkommittén att budgetera och försöka "vaska" fram pengar till allt.

**ALLA SOM LÄSER DETTA. VI BEHÖVER ER HJÄLP. VÄND ER TILL STÖD OCH RESURSKOMMITTÉN ELLER TILL NÅGON I STYRELSEN MED DET BIDRAG SOM KOMMER ER SIMMARE TILL HANDS!**

Som jag sa, så fungerar simverksamheten bra, trots för lite träningstid (bassängtid). Vi håller på att se över verksamheten inom klubben för att utnyttja de resurser vi har och kanske bredda oss lite med bättre rekrytering av simmare. Kanske kan vi få vissa rutiner inom klubben att fungera bättre om fler föräldrar hjälper oss.

#### DET FINNS MYCKET ATT GÖRA!

När det gäller tränarfrågan från bl a PLASK & LEK till Elit, så är det ett stort problem. Vi har behov för att fler simmare skall kunna "plaska". Ett stort hål blev det när allas vår Malin Lundvik beslöt att bli au-pair i Frankrike. Ja, nästan alla vet väl om att de flesta av våra yngre, duktiga simmare passerat genom Malins träning.

Som tidigare skrivits, så finns det massor att berätta om vår verksamhet, men Du, föräldrar, ställ upp kom till tävlingar, kom ner till TIBBLEBADET.

#### V I H A R K U L T R O T S A L L T ! !

Och Du, vi har jätte duktiga tränare som tar hand om ditt barn. Om Plask & Lek skriver Elisabeth och Konstsim förstås.

#### VÅL SIMMAT!!!

#### SIMKOMMITTÉN

Börje & Annelie

P.S. Ni skulle se de fina mössorna som SUM-simmarna hade på Regionsfinalen. De passade bra till vår snygga klubbdräkt. D.S.

# HAR DU INTE HUNNIT ?

## HAR DU INTE HUNNIT BETALA MEDLEMS- OCH DELTAGARAVGIFT ?

Tag då en postgiroblankett och skicka in.

Medlemsavgiften för 1991 är 75 kr för ungdomar under 21 år och 100 kr för äldre.

Deltagaravgiften är olika beroende på hur ofta man simmar:

1 dag/vecka	= 175 kr,	2 dagar/vecka	= 250 kr
3 dagar/vecka	= 350 kr,	B-gruppen	= 400 kr
A-gruppen	= 450 kr	Elitgruppen	= 500 kr

PostGiro är 14 77 00-9

### EXEMPEL

MEDLEMSAVGIFT 1991 75 KR DELTAGARAVGIFT HT-91 175 KR ANDERS SVENSK 810215 MARTENS CRAWLGRUPP	14 77 00 - 9	
	TABY SIM	
	NN	
	250 KR	



STÄNK från TÄBY SIM

KONSTSIM



SYNCHRO



KONSTSIMS AVSLUTNINGSFEST  
TÄBYSIM  
MED HELA FAMILJEN !!!!!!!

7/12 AVSL.FEST

lördagen den 7 december 1991  
samling vid kassan 17.00

\*supé-picnick

- \*DIPLOMSIM DELFIN (bröstsims, ryggsim)
- \*DIPLOMSIM 1 (crawlmarke, standartskovling)
- \*"snabbsim", tävling för föräldrar  
25-50-75-100 mtr (eller hur långsamma ...)
- \*"Secret Music" uppvisning SOLO, PAR, LAG C-B-A klassen
- \*Sofie, Helena, Linda uppvisningsimmar

→ utdelning av STJARNMÄRKE 1-2-3-

\*Föräldrarna är naturligtvis STRANDKLÄDDA!!!



L Ä G E R F Ö R A L L A  
i T Ä B Y S I M S K O N S T S I M

(Från 1dgrs t/m senior)

: söndag 5 januari kl.17.00 t/m  
måndag 6 januari kl.17.30

Canada's  
KONSTSIM  
här!

- tillgång till den mest fantastiska utrustning i simhallen!
- \* man disponeras hela simhallen
  - \* fyra TV-apparater fastmonterade på väggarna
  - \* tre separata ljudsystem
  - \* fastmonterad videokamera under vattnet
  - \* en vanlig videokamera förstås, som man lätt kopplade in till någon av TV-apparaterna
  - \* automatiska undervattensbilder varje gång man filmade
  - \* möjlighet att välja om man ville se det inspelade ovanifrån eller underifrån.
  - \* stora speglar på hjul som kunde rullas fram till bassängkanten för kontroll och test av armrörelser o dyl.

KONSTSIM



SYNCHRO



Att träna konstsim är dyrt: 10.000/år i CAMO som sägs vara billigare än många andra kanadensiska klubbar. Då får man träna per och lag samt tävla. Vill man träna solo kostar det extra: 100 kr/timme vilket betalas direkt till tränaren. Så vi ska nog sluta gnälla här...! (i Sverige d.v.s)

PÅMINNELSE :

PLASK • LEK

LEDAR MÖTE.....

TORSDAG 12/12

PLATS:

RESTAURANG

JULIA (centrum)

KAN DU EJ DELTA?

RING ELISABETH (DU HAR NR.)

En pratstund med

**ANNE MARIA, ELISABETH, FORSELL**



### KEVIN COSTNER

STÄNK stämde träff med klubbens chefstränare, Anne Forsell, för att vi skulle få veta mer om henne än vad som ses och hörs på bassängkanten och vad hon tycker och tänker, och då kunde vi förstås inte låta bli att börja med att fråga henne vem hon skulle vilja ha med sig på en öde ö.

ANNE: Kevin Costner.

STÄNK: Varför just han?

A: Han är så tjusig att titta på (skratt) och det är ju bra, om jag skulle tröttna på att titta på havet (skratt igen).

### MODESTY BLAISE

S: Och om Du skulle få välja något läsbart att förströ dig med, vad skulle det bli?

A: X-9 - men bara om Modesty Blaise är med (skratt).

Anne följer alltså med i den nya vågen där hjältarna är tjejer.

S: När det gäller simträning, tycker Du då att det är någon skillnad på hur tjejer och killar bedriver träningen?

A: Nej, det är ingen skillnad. Och jag tycker inte man skall skilja på tjejer och killar. Det skulle aldrig behöva vara så att man separerade ens på tävlingar. Tjejmilen är vansinnigt. Man skall inte behöva särskilja.

S: Du verkar nöjd och har lätt för att skratta. Vad skrattar du helst åt?

A: Det mesta. Allt är roligt.

S: Har du roligt på kanten med?

A: Ja! Simträning kommer jag aldrig att sluta med. Simning betyder allt. Jag har aldrig åkt till ett träningspass och tänkt att det vore skönt om jag slapp.

### USA

STÄNK undrade om det alltid känts så roligt?

Svaret blev Nej. 1986, när Anne kom tillbaka till Sverige efter 2 år som simtränare i USA, hade hon blivit övermätt på simträning. Det hade blivit för mycket och för ensidigt.

Det var "aldrig mera simträning", som gällde. Men hur det var så kom aptiten igen 1989, och det berodde på att hennes gamla simmare i Täby Sim, som hon kände sedan 1980 då hon första gången var tränare i klubben, ringde och bad om hjälp med träningen när Tommy Lindell hade lämnat klubben.

En månad lovade Anne att hjälpa till då och - den månaden har inte tagit slut än.

S: Vad har varit roligast under den här tiden.

A: RM i Norrköping 1989, första gången jag var med som elittränare för Täby Sim. Det gick väldigt bra och det kändes skojigt eftersom jag var osäker. Det var då jag skulle hjälpa till en månad, som försköts hela tiden.

S: Ser du några bekymmer?

A: Vi kommer att få det tungt några år framöver. Aterväxten är bra från -78 för pojkar och flickor, men vi har ett väldigt glapp i klubben både för pojkar och flickor -74 till -78.



## GLÖMMER BORT ATT VARA ARG

S: Och hur är Du egentligen, Anne?

A: Påfång, ärlig, arbetsam, temperamentsfull, rättvis (hoppas jag), har svårt att vara arg länge - jag glömmmer bort det. Om jag skall skälla på någon, så måste jag skriva upp det, annars glömmmer jag bort det. Saknar tålmod, kör Ford Fiesta och tycker motorn är för liten, kan inte stå i post- och bankköer, kan se både kläder och gardiner, men gillar inte att pyssla; det är mycket som får gå efter FF-metoden = Fort och Fel, kan inte laga mat, är självständig och har lätt för att skratta.

S: Vad blir Du arg på?

A: Jag vet inte om jag blir arg, men jag blir väldigt irriterad på folk som säger att dom skall göra en sak och sedan inte fullföljer den.

## ASTROLOGI

S: Vad tror Du på?

A: Jag vet inte vad jag tror på, men jag fascineras av astrologi och numerologi. Jag tror att allt är förutbestämt. Jag tror att astrologin kan förklarar varför man väljer vissa yrken, varför man dras till vissa platser och varför man möter vissa människor. Jag har en god vän, som är duktig på astrologi och jag brukar fråga honom om det finns en astrologisk förklaring till det som har hänt mig. Jag lever inte efter det, men det är astrologin jag hänger upp mitt liv på.

## MODERN TRÄNARE

S: Idrottens metoder förändras ständigt. Vad gör Du för att hänga med och vara en modern tränare?

A: I grunden har jag tränarutbildning steg 1, 2 och 3 och jag bygger på med att delta i bl.a Karolinska Institutets idrottssektions föreläsningar i fysiologi, temakvällar och kortkurser. Jag läser fackböcker, lyssnar på kollegor inom andra idrotter, och just nu läser jag Friidrottens träningsmetoder.

## ARBETSGÅNG

S: Är Du nöjd med Täby Sim?

A: Ja, mycket. Jag kommer inte att kunna lockas bort från klubben de närmaste åren. Behovet av klor är så stort att man inte kan stanna hemma.

S: Är något Du skulle vilja ändra på?

A: Nej, inte ändra på, men det är vissa saker jag önskar och drömmer om, bl.a. att det skulle kunna bildas ett arbetsgång av tränarna, genom att klubben kostade på någon form av Kickoff-resa, t.ex. Barnens Ö med självhushåll, för att kunna träffas under en längre tid än ett stressat kvällsmöte. Det skulle öka klubbkänslan och alla skulle få komma till tals. (DEN HÄR INTERVJUN GJORDES I SEPTEMBER - OM NÅGON UNDRAR) Sen drömmer jag också om att klubben skulle få ta över simskolan från kommunen och att Plask o. Lek ligger där också och att klubben skulle få en heltidsanställd konsulent, som skulle ha en sådan inriktning att klubben skulle kunna erbjuda friskvård, ställa hälsoprofiler, hålla crawlkurser och annat till företag som skulle betala för det. Det skulle ge klubben inkomster, som behövs för att erbjuda simmarna möjlighet att utvecklas upp till alla nivåer och ge möjlighet att delta i internationella tävlingar. Annars är jag rädd att klubben snart inte har råd med det, eftersom läger, resor och hotell blir dyrare och simmarna måste söka sig till andra klubbar.

Anne .....

## EN PERSON TILL

En annan önskedröm är att det fanns en person till, på kansliet, så att Erik slapp svara i telefonen och tala om det som inte finns och slapp ha hand om de många dagliga transaktionerna, utbetalningar och sådant. Han behöver all sin tid till att ta hand om simadministrationen och sina crawl- och medleygrupper. Dom blir lidande som det är nu.

Sedan vore det också bra om klubben hade någon, som professionellt kunde sköta sponsringen.

S: Skulle det vara bra om Täby Sim blev ett aktiebolag?

A: Ja, det skulle jag hemskt gärna se.

Det är bra att det finns eldajälar i en klubb, som jobbar ideellt, men för stabiliteten i klubben vore det bra om det fanns anställda i stället, som tog hand om dom uppgifterna.

## MERITER

S: Vad är Dina egna simmeriter?

A: Jag var bröstsimmare. När jag antogs till A-gruppen kunde jag bara simma bröstsim. På de andra simsätten var jag självlärd. Jag simtränade i Neptun, 50m-bassäng, men tävlade för Solna SS. Jag deltog i ute- och inne-SM och JSM 1975-76.

S: Hur gick det?

A: Vid en tävling var jag 7 sek. över pers på 200 m bröst, och då fick klubben böta för att jag inte simmade under kvalgränsen. Vid alla andra tävlingar blev jag diskad på grund av ojämn handisättning vid vändning. Och det berodde på att jag inte blivit diskad tidigare i småtävlingar. Jag var alltid väldigt nervös före varje tävling. Jag sprang på toaletten en hel vecka innan jag skulle tävla. Efter tävlingen var jag bra i magen.

S: Magen, ja. Vad är din favoriträtt och favoritdryck?

A: Pasta i alla former. Jag dricker vatten till maten och skålar ibland i vin.

S: När stiger du upp på morgonen?

A: Klockan sju. Om det är morgonträning blir det fem.

S: Du har ett jobb till?

A: Dataansvarig för incheckningsystemet på Scanair. Där har jag gått ned till 60% - för att ge simningen mer tid.

S: Till sist frågar vi, har du satt upp några mål?

A: Ja, ett är att Jonas skall slå svenska rekordet i 100m fjärril. Han har många år på sig.

Ett annat är att klubben skall börja fungera igen så att målet att bli sjätte bästa simklubb i Stockholm 1994 skall kunna uppfyllas.

Sedan har jag som mål att ge varje simmare möjlighet att lyckas efter sin förmåga, men där behöver klubben hjälp av fler tränare och assisterande tränare i framför allt crawl-grupperna. Alla föräldrar (simmar- eller Plask o. Lek-) är välkomna att hjälpa till.

STÄNK för härmed Annes upprop vidare till alla intresserade (föräldrar eller inte) som vill göra en insats på bassängkanten som tränare eller assistent.

STÄNK säger tack till Anne, som också vill säga att hon känner att hon har ett starkt stöd inom klubben både från styrelse, simmare och föräldrar.

# PLASK & LUK NYHETER:

SNÄLLA  
STÄLL UPP SOM  
ORGANISATOR / LEDARE  
I TÄBYSIMS PLASKOLEK

TYVÄRR  
VI HAR  
ANNAAT  
FÖR OSS

KJÖVARS



## TÄBYSIM MÅSTE TÄNKA OM.....

ledare?

SNÄLLA.....  
DU KAN  
VÄL ....

TROR DU JAG  
INTE HAR SÅ  
DET RÄCKER?  
DU DA?

Hjälp - tiden  
räcker inte till!



# Hur gör man? slitstark är inte.....

RAPPORT:  
PLASK • LÄK

???

Även när båda föräldrarna jobbar heltid är det kvinnan som har huvudansvaret för hem och barn.  
Vila får de göra när de blir pensionärer.

JAG KAN GÖRA  
EN DOKTORS AVHANDLING  
PÅ ÄMNET  
FÖRÄLDRAR  
OCH  
FRITIDEN!



**Arbetstiden  
ökar och  
fritiden minskar**

NÅGRA ORD FRÅN PLASK O LEK ANSVARIG: : : : :



JAG VILL  
BILAGA!

Vi måste inse att ideellt arbete är ute. Vuxna med egna familjer har ingen ork att engagera sig efter att ha slitit på sitt ordinarie jobb hela dagen och samtidigt måste vara behaglig hemma efter hushållsarbete har klarats av osv... Ungdomarna vill nu tidigare börja försörja sig själva mer och mer och önskar inget annat än att kunna tjäna pengar...och få "riktig" arbete efter skolan: ...  
Samhällets krav har förändrats

Familjer med barn har oftast olika aktiviteter. Fler barn i familjen, desto flera aktiviteter. Det är inne att "aktivera" sina barn. Naturligtvis orkar inte föräldrarna till slut att engagera sig i ett barns klubbaktiviteter. Föreningarna lider av föräldrabrist. Föräldrar som engagerar sig i TÄBY SIM får dras med för många saker för att det ska fungera i klubben.

Efter år av "forskning" har jag kommit på underfund att föräldrar önskar att barnen deltar i olika aktiviteter, det spelar ingen roll om det är balett, basket, fotboll, eller simning. Nu för tiden betalar föräldrarna hellre än att engagera sig i klubben....

Enda lösning jag har att ge klubben är att heltids anställa personal som kan ta hand om hela klubben. Men det KOSTAR naturligtvis. Vill vi ha det så i Täby att Föreningarna blir ett AB?

Jag har varit tillfrågad att ta hand om klubben administrativt, organisera även leda grupperna. Men jag har tryggheten inom landstinget och vill inte lämna mitt jobb på barnkliniken som jag har haft i 20 år. Jag trivs där jag är och trivs med TÄBY SIM s alla ungdomar. Jag har funderat att lämna mitt jobb för att några år ta hand om TÄBY SIM, men jag är beroende av det lön jag får och det vore dumt att nu inför pensionering lämna ett trivsamt arbete. (pensionering om 12 år).

Många yngre tycker illa om ordet IDEELLT, men så byggdes TÄBYSIM, just det-ideellt arbete.

Jag gör vad jag kan för att få Plaskisen att starta även 1992, men om det blir nyrekrytering? Det kan jag inte säga.....nu.

Elisabeth/ (Behöver Underhållning)



VI BEBÖVER  
EN NY BAMSE O  
SÄN ÅKTHA!

JAG  
VILL  
BILAGA!



# Konstsim

# Resultat USM D-KLASS

Platz/Namn (11 deltagande)	Klubb	Figur-/Musikpoäng		Totalt
1 Sofie Persson	Täby	38,01	61,60	99,61
2 Linda Eek	Täby	35,70	55,13	90,83
3 Helena Hellman	Täby	32,74	55,93	88,67

GRATTIS  
 SOFIE (guld)  
 Linda (silver)  
 Helena (Brons)



## Konstsims-

## TÄVLINGAR 1992

JAN	19	SERIE 1 (USM kval.tävling) i TÄBY	A-B-C-D klassen STJÄRNMÄRKEgr.
	31- 2/2	LUDVIKA SYNCHRO OPEN	1 Senior klass 1 A-klass event. 2
MARS	7-8 15	JSM i Göteborg SERIE 2 i Järfälla	1A-klass A_B_C D STJÄRNMÄRKE
APRIL	(event.)	H-C Anderssen Cup Odense, Denmark	2 flickor SEN/A
MAJ	15-17 (event.) 24	SM i Växjö SERIE 3 -NEPTUN	2 flickor SEN/A A_B_C D STJÄRNMÄRKE
SEPTEMBER		SVEACUP i Fagersta	1 SENIÖR, 1A, 1B
OKTOBER	4  20 30-1/11	SERIE 4 Akersberga ov. i Täby SANYO SYNCHRO, Järfälla TRYGG-HANSA SYNCROCUP i Göteborg	A-B-C-D STJÄRNMÄRKE 1 Sen. 1A 3-4 B, 2C  1 Sen, 1 A event. 1B
NOVEMBER		RIKSFINALEN USM i Borlänge	1 A, 5 B, 2 C

# "Vi trivs att vara 19 91 (USM KONSTSIM)

Vilka duktiga tjejer vi har som fick vara "LÖPARE"  
åt konstsimns domare under USM-konstsim den 16-17/11-91.  
Och vilken uthållighet ni visade, ni som fick  
testa undervattenshögtalare tusen och en gång dom  
två dagar rön...

Till nästa år: USM hoppas jag verkligen att många av  
er kommer att kvala in - !!!!!LYCKA TILL!!!!

Nu är C-klassen och eventuellt D KLARA!!!!  
Vi sätter igång med det samma med SOLO och PAR.

B-klassen har fått löfte att simma till musik de  
själva har valt. NÄR blir ni klara??? Kom i håg!  
Jag TÅL det. "mesta MEN INTE VAD SOM HELST"!!!!!!  
och ni får inte tröttna på att höra samma musik  
hela året 1992- och jag behöver inte blir galen på  
att höra HÅRD ROCK t.ex.

## B-klassen

Tid SOLO 2,5 min  $\pm$  15 sek  
PAR 3,0 min  $\pm$  15 sek  
LAG 3,5 min  $\pm$  15 sek

## C-D klassen

Tid SOLO/PAR/LAG 1,5 min  $\pm$  15 sek

Koreografin är lika för Solo, par och lag

## A-JUNIOR klassen o. SENIOR klass

SOLO 3,5 min  $\pm$  15 sek  
PAR 4,0 min  $\pm$  15 sek  
LAG 5,0 min  $\pm$  15 sek

Den 19 Januari blir 1992 1:sta SERIE tävling kl.15.00  
och det sker i Tibble! Hoppas mamma och pappa ställer  
uppsom funktionärer!!!!!!

Ge beröm till era föräldrar, tjejer! Dom var duktiga  
funktionärer!!!!!! USM-tävlingsledare var mycket nöjd!!!

Tack kaffe/bull-ansvariga Gunilla Melander! Tack mammor  
som hjälpte henne att BAKA,

Kram

*Eli Andersson*

**OBS! ETT ÅR SEN FICK  
VI UNDERV. HÖGTALARE...**

med

92 VÅRTUR  
I BORLÄNGE?

## TANKAR I NOVEMBER

Detta är en bedrövligt trist månad.

Kan man inte få välja bort den? Som tur är finns det glädjeämnen i TÄBY SIM som man får ta till vara på istället. Denna helg har jag tillbringat i Torvalla badet och tittat på SUM-SIM regionsfinaler. Det fanns mycket att glädja sig åt. I år hade vi faktiskt 21 deltagare från TÄBY SIM, ett mycket bra betyg åt våra tränare i A+B gruppen. I år har vi två deltagare till riksfinalen i Lund; MICKE JAKOBSSON och MATS FORSLUND-STORT GRATTIS. Det var många bra bra individuella resultat, jag tror inte någon simmare inte persade på minst en sträcka. Tyvärr måste jag säga att glädjen av TÄBY SIMs fina resultat grumlades av det faktum att vi har två lag, killar 78-79, på reservplats bara till riksfinal. Deras individuella resultat som de gjorde i helgen, hade räckt för att lagen skulle vara med på "ordinarie" plats, men tyvärr simmade de något sämre i lagkapperna. Det låter kanske som jag har för stora krav på resultat, men klubben har också höga målsättningar och det ska vi nå.

Nu till helgen är det TEAM-SM i Södertälje. I skrivande stund kan jag bara hoppas på bra resultat. Hur det blir vet vi när STANK har kommit ut!

Som många säkert känner till har Malin Lundvik lämnat klubben (tillfälligt?) för ett lyxliv som AU-PAIR i Monaco. Jag kan dock hälsa ifrån henne att allt är bra och solen bränner! Det är väl inte utan att man känner en viss avundsjuka på +30 grader och medelhavsutsikt!

På sportlovet har TÄBYSIM arrangerat ett kombinerat tränings/skidläger i Hemavan tillsammans med Akersberga. Tyvärr var intresset för detta läger väldigt dåligt. Vi är bara totalt 10 pers inkl. tränare som kommer att åka. Med tanke på att det var 50 pers som fått förfrågan blir man lite besviken av att så många väljer bort simningen och möjlighet till "social gemenskap", till förmån för något annat. Ett läger betyder så mycket för samhörigheten i klubben. Jag hoppas att familjerna redan nu planerar in i den mån det går, sportlovet nästa år i sina kalendrar. Det kommer under denna vecka ej att finnas träningsmöjlighet i Tibble.

TÄBY SIMs aktiviteter för 1992 är redan klara.  
Simmarna kommer att få en sådan plan med sig hem innan terminen är slut. Detta för att undvika krockar med tävlingar och träningar.

Det var lite tankar denna gång. Jag återkommer.

Anne/



# SUM-SIM

Sum-Sim, 1991

Ett stort GRATTIS till alla sumsimmare i Täby som gjorde toppeninsatser på årets regionsfinal. Vi hade 21 deltagare i år, rekord, männe!!

I år gick Svenska Ungdoms Mästerskapen av stapeln i Torvallabadet. Täby-Sim utmärkte sig som vanligt, denna gång genom att bära stans absolut coolaste kepsar, som lyste upp simhallen med sin illgula färg.

Dessutom gick det fort i bassängen. Samtliga 21 deltagare från Täby-Sim hoppade i och fightades som hungriga vargar, enda undantaget var pojkarnas 1:a lag, där vi räknat med att komma till Riks, men det är bara att hoppas att vi får simma som reserver.

Micke, Mats, Klas och Mackan som får visa upp sina kepsar i Lund vid Riksfinalerna. Mats har goda chanser att ta medalj på 400 fritt, 100 fjärril och 100 fritt medan Micke har chans att ta medalj på 200 medley och 100 bröstsim. Klas och Mackan åker med och simmar i våra eventuella lag.

Häng me, Putte

## Vi upprepar succén!!

# MASTERS

Masters

Hej alla glada simentusiaster som är 25 år fyllda. Ni är nämligen kvalificerade att delta i Masters-simning.

Masterstävlingar är simtävlingar för alla från 25 år och så länge man har lust. Det finns masterssimmare som är 85-90 år. För att bli masterssimmare behöver man ej ha varit simmare i sin ungdom utan det går att träna upp sin simteknik och kondition på Täby-Sims masterstider, tisdagar och torsdagar kl. 20.30-22.00.

Där kan man simträna i sin egen takt, få råd av sina träningskolleger och träffa nya vänner Vill du ha mer information, ring kansliet tel. 768 15 44 eller ring Putte tel. 735 45 69

Att bada är hälsa, hälsa ofta. Putte.

AKTIVITETER FÖR C- TILL ELITGRUPPEN VT -92

JANUARI	3- 4	ESPO-GAMES Åbo	ELIT
	4	<i>Ölandsserien, 6110</i>	C-ELIT
	9-12	Tjejsatsningen Stockholm	Uttagna
	12	Ungdomsserien 4	Uttagna
	20	SimCirkus Tureberg	ELIT
	25	Stockholmsamdragning	Uttagna
	26	Stockholmsserien	ELIT, Uttagna
FEBRUARI	1- 2	Mitsubishi Cup, Tureberg	C-A
	1- 2	Samträning med Tureberg	ELIT
	8- 9	Södertörn Elit	
	9	Ungdomsserien	Uttagna
	14-16	Junior DM, Tibble	Kvalade
	15-16	Samträning med Tureberg	ELIT
	22-23	Samträning med Tureberg	J-SM kvalade
	24-29	Sportlov läger i Hemavan	Uttagna
	29-1/3	Korrugal Cup (ej Hemavan)	C-A
	29-1/3	US open	ELIT
MARS	7	Sollentuna Simfestival	C-ELIT
	13-15	Junior SM Göteborg	Kvalade
	20-22	DM, Järfälla	Kvalade
	27-29		
APRIL	4- 5	Stockholmsamdragning	Uttagna
	5	Flick-10-manna	
	5	Stockholmsserien	ELIT
	12	Sponsorsim	C-ELIT
	13-20	Påsklov	
	25-26	Simiaden Distrikt	C-A
	26	Stockholmsserien	ELIT
30-3/5	Samträning med Tureberg	ELIT	
MAJ	9-10	Skärholmen Cup	C
	9-10	Kringelsim, Södertälje	B-ELIT
	14-17	Norot juniorer "Bäst -93"	Uttagna
	15-17	Samträning/tävling med Tureberg	ELIT
	23-24	Wella Cup, Tibble	Kvalade
	23-24	Simiaden Region	Kvalade
	28-31	Norot seniorer "Bäst -93"	Uttagna
	29-31	Ullbergstrofén, Göteborg	C-ELIT
JUNI	12-14	Juliaden	C-A
	15	SOMMARLOV	Ej SM o SUM-SIMare
	21-25	Läger Halmstad	ELIT
	25	Hemresa utom för OS kvalade	ELIT
	26-28	OS kval, Landskrona	Kvalade
	29	SOMMARLOV	Ej SUM-SIMare
JULI	11-12	SUM-SIM/EJM-kval	Kvalade
	13	SOMMARLOV	Ej EJM kvalade
	22	Träningen börjar	SM-kvalade
AUGUSTI	6- 9	SM, Borås	Kvalade
	10	Träningen börjar	C-ELIT
	15-22	Läger	C-A
	22-23	Läger, ej simning	ELIT

# Äta och motionera

## CRAWL - MEDLEY AKTIVITETER VT 92

AKTIVITETER FÖR CRAWL och MEDLEY GRUPPER VT 1992		
JANUARI	13	TRNINGEN BÖRJAR
FEBRUARI	9 22-29	Täby serien 1 Sportlov, ingen träning
MARS	14-15 29	Läger Täby serien 2 med Tureberg, Valentuna, Akersberga, Danderyd
APRIL	11-20	Påsklov, ingen träning
MAJ	16-17 17	Hemma läger Täby serien 3
JUNI	3	Täby serien Final och Avslutning för Crawl och Medley grupper



# Gör tre klipp



## PA KURS MED KURT.

KILNNG! AH, jag svarar väl då!!

-Hej Poté, kvittrar någon i andra änden av tråden. Klockan är halv elva en helt vanlig måndag inne på kansliet. Elisaberh, våran konstsimsguru tillika presschef förklarar att det är presstopp imorgon. skriv om kursen säger hon.

Senare slår det mig att jag inte är på det klara med vilken kurs hon menar. Är det Idrottsskedeföreläsningen jag gick på förra året med Nisse eller Ungdomstränarkursen jag gick 20-21 september eller steg 2, siminstruktör som jag för närvarande går eller kan det rent av vara buggkursen jag går på tisdagar.

Som ni märker försöker jag utbida mig i den ädla idrott som varit min passion sedan Olympiska spelen 1976.

Just under ungdomstränarkursen fick jag nästan Aha-upplevelser. Det var Bo Larsson, Bengt Baron och Per Arvidssons gamla tränare, som föreläste. Aha-upplevelser därför att jag kände att många fenomen som de beskrev kände jag igen i praktiken från min egen och mina kompisars reaktioner på träning. Vi samlades på Bosön kl. 11.30 då vi presenterade oss själva. Det var jag Annelie B och Jonas H från Täby/Vallentuna. Kl. 13.00 körde vi igång med Bo Larsson och "Detta bör du veta om ungdomsträning". Det här ämnet var nog lite svårt att hinna med på 1 1/2 timme, men det gav mig mycket kött på benen.

Den största frågeställningen var för mig; Vad går att träna?. Eftersom jag haft Elitgruppen tillsammans med Anne tidigare är jag van vid äldre simmare och fick här god hjälp att förstå skillnaden.

Efter lunch var det också ett intressant ämne, med rubriken: Kroppens förbränningsmotor! Ytterligare ett stort ämne som vi bara hann vidröra. Här ingick också styrka och teknik. Efter middagen var det dags för "Den amerikanska modellen" som var en liten besvikelse för mig. Föreläsningen bestod mest av diabolbilder från träningen på Berkley-universitetet i Californien.

Söndagen startade med Planering-periodisering. En tillämpning av träningslära, vilket vi senare gjorde ett grupparbete på.

Det här har varit väldigt nyttigt för mig och jag har haft stor nytta av dessa kunskaper när jag jobbat med A-gruppen.

I stort tyckte jag det var en bra kurs trots att den var lite seg ibland. kursen bygger på ett halvfärdigt underlag till en bok med samma namn. Bo Larsson och Lars Klingan har fått i uppdrag av Svenska simförbundet att författa boken vilket vi fick veta efter kursens slut. Jag rapporterar vidare när boken kommer ut.

Eder tjänare/tränare, Putte.

LEKEN  
LÄR  
BARNEN  
FÖRSTÅ  
OCH  
TÄNKA

# MÅLSÄTTNING SIMKOMMITTEN

TÄBY SIM

## TÄVLINGSGRUPPER

1 Till STOCKHOLM BÄST 1993 skall TÄBY SIM ha en med i varje ålders klass.

2 TÄBY SIM skall tillhöra de 6 bästa klubbarna inom distriktet i alla åldrar år 1994.

Detta innebär att klubben vid olika sorters DM, Seriesim och liknande tävlingar skall tillhöra de 6 bästa klubbarna i länet.

3 Den bäste i TÄBY SIM skall tillhöra de 6 bästa simmarna i distriktet i gren och åldersklass år 1994.

Detta innebär att TÄBY SIM måste ha en sådan bredd och konkurrens inom klubben så att den bäste automatiskt blir bland de 6 bästa. (Åtminstone i 75% av samtliga fall skall detta nås)

Vittar inte på 'riksmål' just nu.  
Med 'riksmål' menas SM, JSM, SUM-SIM riks och dylikt.

Det skall vara möjligt att delta i dessa tävlingar, men 'riksmål' sätts av enskild simmare tillsammans med sin tränare.

När TÄBY SIM nått mål 1 och 2 kan vi höja målsättningen och föra in även 'riksmål'.

## TEKNIKGRUPPER

Målsättningen skall för alla våra teknikgrupper HT-91 vara att få igång märkesimningen.

- 70% av alla i crawl skall ta ett märke och 45% skall ta två.
- 95% av alla i medley skall ta ett märke och 60% skall ta två.

## MASTERS

Målsättningen för Masters skall vara att få igång en fungerande verksamhet.

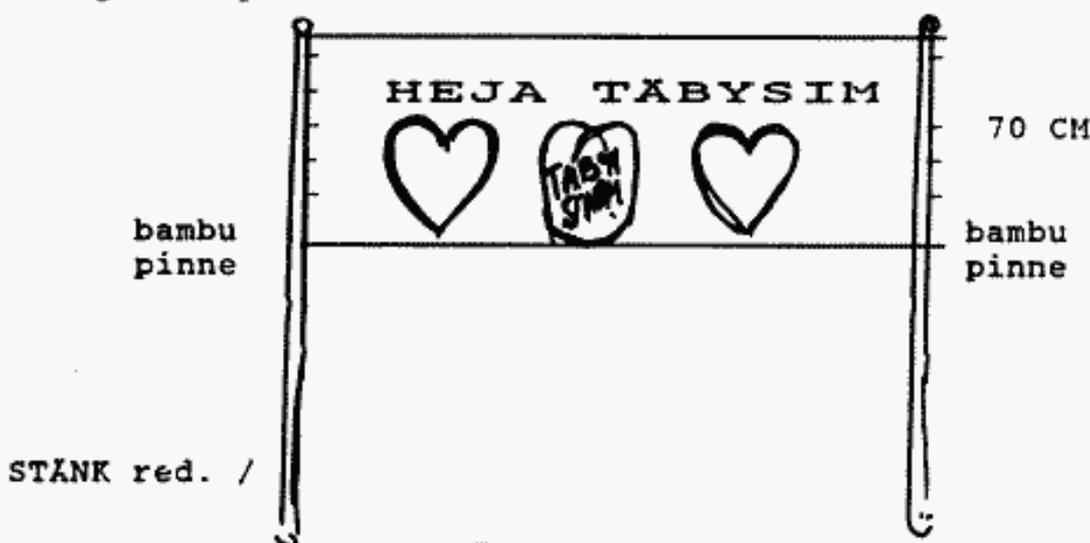
# VILL SE RESULTAT

## TAG INITIATIV !!!

Sy " HEJA TÄBY SIM" STANDAR! Be mammorna att hjälpa till!!!!  
FÖRSLAG!!!: Varje tävlingsgrupp designar och syr. STÄNK delar ut  
pris till BÄSTA HEJARKLACKS STANDAR!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

KOM IHÄG ATT TÄBY SIMS FLAGGA INTE FAR LÄMNA HEMMAPLAN!  
DEN SKALL PRYDA SIMHALLEN NÄR TÄBYSIM ARRANGERAR TÄVLINGAR.

Design exempel: 150 CM



reklam  
eller ej?

NATURLIGTVIS  
TAR VI EMOT  
REKLAM OCH  
ANNONSERA-  
NINGAR?

**redan idag**

STÖD TÄBY SIM

KÖP DINA SIMGLASÖGON AV TÄBY SIM, DIN TRÄNARE KAN SÄKERT

HJÄLPA DIG.

SIMHALLSKASSAN ÄR INTE TÄBY SIM

---

**VILL DU ANNONSERA**

**BRAD!**

**VI HAR OLIKA FÖRSLAG**

**Inte medlem?**

**Ring 7681544!**

# Här såldes

JULHANDLA HOS TÄBY SIM

SNART STÅR JULKLAPPARNA INFÖR DÖRREN.  
TYVÄR HAMNAR DOM INTE DÄR SJÄLVA UTAN  
MAN MÅSTE HANDLA DEM.

TÄBY SIM HAR EN DEL FÖRSLAG TILL SIMMARNAS.

- WELLA CUP T-SHIRTS
- TÄBY SIM OVERALL
- BADMÖSSA
- GLASÖGON
- BADDRÄKT/ BYXA
- BADTOFFLOR MM

ROSE KARLSSON HJÄLPER ER GÄRNA, RING 768 15 44

**Fräscht, Frestande,**

DU SOM LÄSER DETTA:

- VILL DU?

- KÄNNER DU NAGON SOM

VILL BLI TRÄNARE/ LEDARE  
I TÄBY SIM

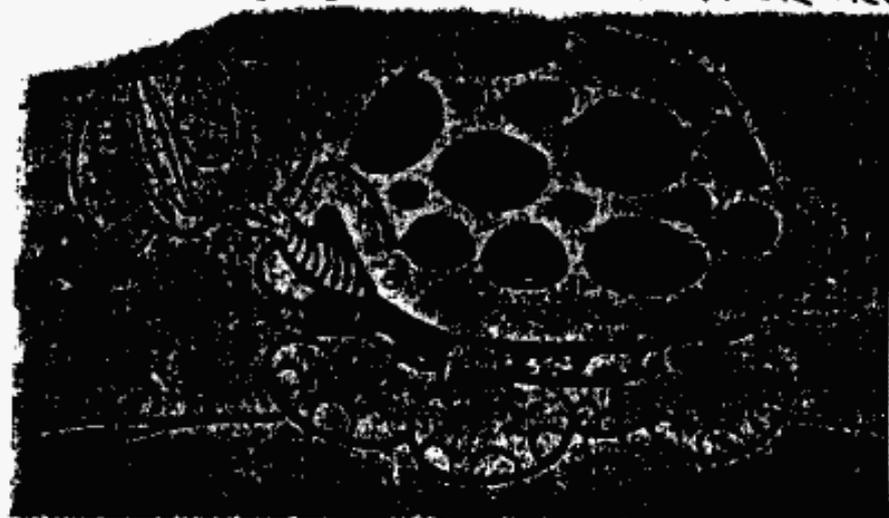
VI SÄFNAR LEDARE/ TRÄNARE FÖR VÅRA TEKNIKGRUPPER.  
TIDIGARE ERFARENHET ÄR INGET KRAV. KURSER ANORDNAS  
LOKALT I TÄBYSIM

KONTAKTA : Anne Forsell (huvudtränare)  
tel. B 83 27 46  
A 764 99 03

Erik Ritzén (kanslist)  
tel. 768 15 44

**ledare för en grupp**

HÖSTTRÖTT? VINTERTRÖTT?



BLI TRÄNARE/LEDARE  
Det piggar upp.....!

# bättre blir det

RAPPORT FRÅN RESURSKOMMITTEN

Det gick lite trögt att få ut bakrutedekalerna. Myresjöhus.  
Men nu är det klart och simklubben har fått 6000 kronor.  
Vi har blivit lovade nya dekaler från Pool 2000.  
Jag hör av mig när de kommer.

Lördagen den 23 november har vi brödförsäljning  
i Täby Centrum. Hur det går får vi veta senare.

Under veckorna 51, 52, och vecka 1 kommer vi att  
ha lotteristånd i Täby Centrum. Vi får hoppas att det ger bra  
förtjänst.

Lördagen den 11 januari 1992 kommer vi att ha en  
flaskinsamling. just nu har vi ingen lokal vi kan vara i.  
Har Ni några förslag så hör av Er. Vi behöver även en liten  
lastbil till flaskinsamlingen. Förra flaskinsamlingen vi hade  
fick vi in lite över 15.000 kronor.

På KM söndagen den 8 december har vi försäljning  
av badkläder, glasögon och overaller bl.a.

Hälsningar Rose

**OSLAGBAR T**

**BRÄ FÖR :**

**Mina barn,  
dina barn**

**våra barn | TÄBYSIM**

**SM -1 UPPSALA  
25-26 JULI 1991**

Har fått i uppdrag att skriva några rader om SM som gick sista helgen i Juli i Uppsala. Meningen var från början att jag tillsammans med Malin Lundvik skulle komponera ihop någonting, men eftersom hon har rymt till Monaco, får jag göra det själv.

Vi var åtta stycken som deltog på SM: MARTIN ROGERSSON, MICKE FRISK, JONAS KLANG, JONAS LÖGDBERG, MALIN LUNDAVIK, DANIEL KARLSSON samt två debutanter: NICLAS FAGRELL (25 ÅR) OCH UNDERTECKNAD, CARRO WEINÖ. Ledare var vår outhärliga coach Anne Forsell.

På onsdagen den 24:e åkte vi per bil till Uppsala. Sedan vi checkat in på hotellet, som låg mitt i centrum vilket vi tydligt märkte på natten när ett gäng MYCKET glada semesterfirare drog förbi utanför, åkte vi till badet för att simma lite. Efter ett par timmar åkte vi tillbaka till hotellet. Där började RAKNING, KLIPPNING OCH FÄRGNING AV HÅR MM. (efter ett tag fanns både Christer Sandelin och Julia Roberts på hotellet!) Senare på kvällen hade vi samling för att prata om morgondagen. Sedan tog vi det lugnt på våra respektive rum. Alla utom Anne....vi ville inte riktigt veta vad hon gjorde eller var hon var. Kanske rummet rummet mittemot??? SAY NO MORE!

På torsdagen började simningarna. Överlag var det ett lyckat SM. Till final: LAGET PÅ 4 X 100 MEDLEY (Martin, Klang, Lögge, Micke) Micke på 400 MEDLEY & Lögge på 100 & 200 FJÄRIL

Efter sista passet på söndagen var det hemfärd. Sen väntade tre veckors vila från simningen innan det var dags att starta upp för en ny säsong. Så det blev ingen lång semester från simningen för mig i år. Men det var det värt. Det känns verkligen kul att ha varit med på ett mästerskap, där man simmade mot de allra bästa i hela Sverige. Då det tänker jag göra om.  
**HÄNG PÅ!**

**VI SES & SIMMA LUGNT!**

Carro i Elitgruppen/

RESULTAT SIM-CUPEN o DAMTIOMANNA 910913 SUNDBYBERG

NAMN	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID
ASA EKLÖF	800 FR 1 10.07.8 200 FR 1 2.20.5	50 FR 1 28.7 100 FR 1 1.03.6	400 FR 4.55.0
TYRA OLSSON	50 FR 6 31.1 100 FR 6 1.07.9	50 FJ 8 36.9	100 RY 6 1.21.2
ANGELICA PETTERSSON	50 FJ 11 38.9 100 FR 20 1.14.2	200 FR 9 2.39.3	100 RY 11 1.31.2
KARIN LARKA	800 FR 3 10.46.6 100 RY 4 1.19.1	50 FR 9 31.8 50 RY 4 35.8	100 RY 4 1.19.1
CLAES ROECK-H	200 FR 7 2.24.0 400 FR 8 5.08.7	100 RY 9 1.21.7 100 FJ 10 1.24.9	200 ME 9 3.00.0 100 FR 10 1.05.9
JOHAN SVEDBRANT	100 RY 7 1.20.2		
SARAH AVERBO	50 FR 4 30.0	100 FR 6 1.06.7	
LINDA BERDAHL	50 FR 6 30.4 100 FR 7 1.07.1	200 FR 7 2.25.8 200 RY 6 2.58.0	100 RY 6 1.22.3
TANJA KARJANMAA	50 FR 7 30.5	50 FJ 6 36.1	100 BR 4 1.24.9
ANNIKA BAVERYD	50 FJ 8 38.9	200 FR 13 2.39.3	100 BR 9 1.41.5
HEIDI PÖLLANEN	200 ME 4 2.49.6	200 BR 3 3.03.4	50 BR 4 39.4
LAG	4 X 100 FR FLICKOR A	5 5.12.6	

TÄBY SIM DELAD 6:e PLATS AV 12 ST

RESULTAT UNGDOMS DM 910914 UPPLANDS VASBY

NAMN	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID
HELENA SVENLE	100 BR 9 1.44.8 100 RY 14 1.39.2	400 FR 9 6.28.4	100 FR 16 1.25.3
MIRIAM MULLER	400 FR 13 6.41.7	100 FR 20 1.26.3	
MIRIAM WILSON	100 BR 14 1.48.2	100 FR 31 1.33.0	
JEANETTE PETERSSON	100 BR 15 1.48.5 100 RY 21 1.50.4	400 FR 16 6.47.6	100 FR 24 1.29.3
MICHAEL JACOBSSON	100 BR 1 1.23.3 100 FR 4 1.07.0	100 FJ 8 1.26.9 100 RY 3 1.18.4	400 FR 2 4.51.0 200 NE 2 2.42.1
MATS FORSLUND	100 BR 3 1.28.0 100 FR 2 1.05.9	100 FJ 3 1.15.1 100 RY 5 1.19.7	400 FR 3 4.51.0 200 NE 4 2.43.7
EJE EKLÖF	100 FR 36 1.21.3	100 RY 16 1.34.2	
DAVID LARSSON	100 BR 18 1.38.9	100 FR 40 1.22.1	100 RY 22 1.38.5
MAGNUS BLON	100 BR 42 1.55.6	100 FR 51 1.26.4	

RESULTAT SUN CUP 911004 SOLNA

NAMN	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID
CAROLINE WEINO	50 RY 13 33.76 100 RY 12 1.12.98	50 FJ 13 32.18 100 FJ 16 1.11.97	50 FR 19 29.33 100 FR 10 1.01.56
MALIN LUNDBIK	50 FJ 7 31.14	50 FR 17 29.21	
JONAS LÖGDBERG	50 FJ 8 27.03 200 ME f8 2.14.31 100 FJ f8 58.81	200 FJ f8 2.09.56 200 ME f15 2.20.75 100 FJ f15 58.43	200 FJ f12 2.09.41 100 FR 11 54.75
DANIEL KARLSSON	200 ME F8 2.13.92 200 RY f13 2.11.18 100 FJ 8 59.86	200 ME f13 2.17.92 400 ME f8 4.46.03	200 RY f8 2.12.95 400 ME f13 4.41.11
MIKAEL FRISK	50 FJ 16 27.70 100 FJ 14 1.02.03	200 ME 10 2.16.34	100 RY f8 1.03.04

LAG

4 X 50 FR DAMER	LAG 1	7:a	1.55.96
4 X 50 FR HERRAR	LAG 1	6:a	1.40.49
4 X 100 FR HERRAR	LAG 1	f8	3.38.40
4 X 100 FR HERRAR	LAG 1	f14:a	3.38.82
4 X 100 ME HERRAR	LAG 1	f8	4.06.43
4 X 100 ME HERRAR	LAG 1	f14:a	4.07.55
8 3 50 MIXFJARIL		7:a	3.59.98

TOTALT: TABY SIM 9 av 25 klubbar

RESULTAT RAMDALSDOPPET 911005 OXELÖSUND

FORTS.

ASA EKLÖF	100 BR 5	1.27.95	100 FJ 3	1.17.27	100 FR 2	1.03.57
	100 ME 2	1.16.23				
LINDA BERDAHL	100 BR 6	1.28.56	100 FJ 7	1.22.68	100 FR 4	1.05.67
	100 ME 9	1.19.13				
TYRA OSSON	100 BR 7	1.28.86	100 FJ 9	1.25.02	100 FR 5	1.08.08
	100 ME 8	1.18.88				
ANGEL. PETTERSSON	100 BR 10	1.33.47	100 FJ 10	1.26.01	100 FR 13	1.13.24
	100 ME 11	1.24.57				
ANNIKA BAVERYD	100 BR 13	1.42.83	100 FJ 13	1.30.25	100 FR 12	1.13.19
	100 ME 15	1.28.63				
VALLENTUNA						
TINA HAGERHALL	100 BR 11	1.39.36	100 FR 16	1.20.40	100 ME 16	1.32.39
ELISAB. STJERNBERG	50 RY 9	44.84	50 BR 6	47.47	25 FJ 9	19.80
	50 FR 4	35.38				
PETER PLIKK	100 BR 17	1.39.93	100 ME 19	1.29.83	100 FR 16	1.14.98
JOHN PLIKK	50 FR 22	29.35	100 FR 9	1.05.77	100 ME 8	1.17.02

LAG

8 X 50 FRISIM MIXED	TABY SIM	PLAC. 2	4.02.15		
MICHAEL JACOBSSON	30.94	MIRIAM MULLER	CLAES ROECK-H	MATS FORSLUND	
CARINA ROECK-H		ASA EKLÖF	KARIN LARKA	PATRIK ASP	
4 X 50 MEDLEY HERRAR	TABY SIM	PLAC. 6	2.18.27		
	CLAES ROECK-H		37.10		
4 X 50 MEDLEY DAMER	TABY SIM 2	PLAC. 4	2.26.77		
	TYRA OLSSON		36.86		
	TABY SIM 3	PLAC. 12	2.51.52		
	CAROLINE STRÖMGREN		42.46		

TOTALT TABY SIM POANG: 167      PLAC: 3

RESULTAT RANDALSDOPPET 911005 OXELÖSUND

NAMN	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID
CARINA ROECK-H	200 FR 5	2.20.57	100 ME 2	1.13.69	50 FR 8	30.35
	100 FR 5	1.05.51	100 BR 3	1.27.09	50 FR 5	30.09
	100 FJ 5	1.16.08	50 FR 5	30.11		
KARIN LINDBOM	50 FR 17	31.82	100 FR 10	1.08.83	100 FJ 6	1.16.61
PATRIK ASP	50 FR 5	25.56	50 FR 5	25.25	50 FR 6	25.53
KARIN LARKA	100 FJ 2	1.17.51	100 BR 7	1.33.95	100 FR 3	1.08.02
ANNETTE PETERSSON	100 BR 12	1.40.72	100 ME 24	1.34.06	100 FR 25	1.23.99
LISA OLSSON	100 BR 13	1.42.63	100 FR 22	1.19.88		
CROLINE STRÖMGREN	100 BR 18	1.51.26	100 ME 23	1.32.09	100 FR 23	1.22.03
LISA OLSSON	100 FJ 16	1.41.63	100 ME 22	1.32.04		
CLAES ROECK-H	100 FJ 6	1.24.01	100 BR 7	1.29.70	100 ME 6	1.15.88
	100 FR 6	1.04.42				
JOHAN SVEDBRANT	100 BR 8	1.31.45	100 ME 12	1.21.25	100 FR 12	1.09.98
TOMAS GRANDELL	100 BR 10	1.33.16	100 ME 20	1.31.72	100 FR 17	1.15.29
CARL SVENSSON	100 BR 18	1.42.04	100 ME 18	1.28.99	100 FR 19	1.18.41
MIRIAM MULLER	50 FR 7	35.80	50 RY 3	42.84	50 BR 15	49.26
	25 FJ 7	19.60				
HELENA SVENLE	50 FR 11	37.24	50 RY 5	43.44	50 BR 5	47.06
	25 FJ 6	19.40				
MIRIAM WILSON	50 FR 14	38.26	50 RY 18	46.70	50 BR 18	50.10
	25 FJ 18	20.90				
JEANETTE PETERSSON	50 FR 17	39.15	50 RY 21	48.16	50 BR 19	50.33
	25 FJ 17	20.50				
MATS FORSLUND	50 FR 1	29.56	50 RY 2	35.76	50 BR 2	40.76
	25 FJ 1	15.00				
MICHAEL JACOBSSON	50 FR 3	30.81	50 RY 1	34.51	50 BR 1	38.67
	25 FJ 3	16.00				
MARCUS GRANDELL	50 FR 5	33.79				
EJE EKLÖF	50 FR 7	35.17	50 RY 7	40.50	50 BR 4	43.16
	25 FJ 7	18.00				
HEIDI PÖLLANEN	100 BR 5	1.24.96	100 FJ 4	1.18.84	100 FR 10	1.09.57
	100 ME 7	1.18.58				

RESULTAT SERIESIM 911013 SKURU

NAMN	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID
ASA EKLÖF	100 FR 1	1.05.1	100 FJ 1	1.21.6
MIRIAM ULLER	100 RY 1	1.38.1	50 FJ 1	42.4
KARIN LARKA	100 RY 1	1.18.6	100 FR 1	1.10.9
LISA OLSSON	100 FR 2	1.19.6	100 BR 1	1.41.1
HELENA SVENLE	50 RY 1	44.2	50 BR 1	48.5
ANGEICA PETTERSSON	100 BR 3	1.33.9		
JEANETTE PETTERSSON	25 FJ 2	19.8	50 FR 1	29.9
TYRA OLSSON	100 RY 1	1.19.6		
HANNA EVANTH	100 FJ 1	1.21.7	100 BR 1	1.41.9
MATS FORSLUND	50 FJ 1	33.2	100 FR 1	1.06.9
TOMAS GRANDELL	100 BR 1	1.38.6	100 BR 2	1.37.3
CLAES ROECK-H	100 FJ 3	1.23.5	100 FJ 1	1.28.4
MICHAEL JACOBSSON	100 BR 1	1.23.0	100 RY 1	1.15.5
EJE EKLÖF	50 RY 3	41.3		
CHRISTIAN DYMÉN	25 FJ 4	17.3		
DAVID LARSSON	50 BR 2	45.1	100 FR 3	1.25.4
MARCUS GRANDELL	50 FR 2	32.2	100 RY 3	1.30.1
CARL SVENSSON	100 FR 2	1.17.2		
LAG 4 X 50 FR FLICKOR	1	2.15.5		
4 X 50 E FLICKOR	1	2.35.9		
4 X 50 FR POJKAR	1	2.01.7		
4 X 50 E POJKAR	1	2.23.9		

RESULTAT LUXOR CUP 911019 NOTALA

NAMN	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID
DANIEL KARLSSON	400 FR 3 4.08.84 100 RY 5 1.01.50 100 FR 13 56.16	100 FJ 4 1.00.14 50 FR 16 26.02	200 ME 6 2.15.63 100 BR 17 1.14.91
JONAS LÖGDBERG	400 FR 4 4.08.98 100 RY 6 1.02.60 100 FR 6 54.01	100 FJ 2 57.34 50 FR 4 25.07	200 ME 3 2.10.59 100 BR 13 1.11.31
MIKAEL ROECK-H	100 FJ 32 1.09.81 50 FR 13 25.88	200 ME 33 2.36.56 100 BR 23 1.22.66	100 RY 20 1.12.18 100 FR 19 56.76
JOHAN SVEDBRANT	100 RY 13 1.19.98		
CAROLINE WEINÖ	100 FJ 11 1.12.02 50 FR 7 28.53	200 ME 7 2.35.56 100 BR 14 1.30.04	100 RY 7 1.13.27 100 FR 6 1.01.69
SARAH AVERBO	100 FJ 19 1.17.60	50 FR 16 30.05	
CARINA ROECK-H	400 FR 14 4.52.00 100 RY 10 1.15.77 100 FR 11 1.03.86	100 FJ 24 1.18.21 50 FR 12 29.61	200 ME 15 2.41.50 100 BR 12 1.27.76
TANJA KARJANMAA	100 FJ 24 1.24.50 50 FR 19 30.48	200 ME 18 2.49.29 100 BR 151 1.23.10	100 RY 18 1.26.08 100 FR 18 1.05.86
JOHN PLIKK	400FR 16 5.07.54	100 BR 15 1.23.60	
TOMMY VOLK	100 BR 17 1.53.64		
HEIDI PÖLLANEN	100 FJ 13 1.16.86 100 FR 29 1.09.46	200 ME 20 2.45.36	100 BR 7 1.23.15
TYRA OLSSON	100 FJ 23 1.22.63 100 BR 23 1.31.35	200 ME 21 2.48.47 100 FR 21 1.07.09	100 RY 16 1.20.11
LINDA BERDAHL	400 FR 17 5.06.96 100 BR 18 1.30.05	100 FJ 25 1.23.72 100 FR 13 1.05.25	100 RY 20 1.20.72
ANGELICA PETERSSON	100 FJ 29 1.27.25 100 BR 25 1.33.20	200 ME 30 2.59.79 100 FR 34 1.11.90	100 RY 30 1.34.40
ANNIKA BAVERYD	100 FJ 30 1.28.89 100 BR 30 1.42.06	200 ME 34 3.08.28 100 FR 32 1.11.48	100 RY 31 1.34.59
TINA HAGERHALL	200 ME 35 3.19.20 100 FR 40 1.23.31	100 RY 32 1.38.11	100 BR 29 1.40.02
KARIN LARKA	100 FR 5 1.08.67 100 RY 4 1.18.92	200 ME 5 2.49.10 100 BR 7 1.34.45	100 FJ 4 1.19.13 400 FR 4 5.11.41
CHARLOTTE DAHL	100 FR 11 1.28.08	100 BR 11 1.48.10	
SANNA GISGARD	100 FR 12 1.28.64	100 RY 10 1.42.25	

RESULTAT LUXOR CUP 911019 MOTALA

FORTS.

NAMN	STRAC.PLAC. TID		STRAC.PLAC. TID		STRAC.PLAC. TID	
MATS FORSLUND	100 FR 5	1.03.24	200 ME 7	2.42.17	100 FJ 3	1.14.63
	100 RY 11	1.18.18	100 BR 13	1.28.76	400 FR 4	4.46.25
CLAES ROECK-H	100 FR 6	1.04.46	200 ME 18	2.51.92	100 FJ 16	1.21.46
	100 RY 8	1.17.07	100 BR 18	1.31.89		
MICHAEL JACOBSSON	100 FR 9	1.05.15	200 ME 3	2.38.13	100 FJ 17	1.21.71
	100 RY 5	1.15.10	100 BR 4	1.22.74	400 FR 5	4.51.65
MARCUS GRANDELL	100 FR 29	1.11.60	100 RY 27	1.27.39		
PETER PLIKK	100 FR 33	1.14.62	100 RY 30	1.27.95	100 BR 25	1.39.23
TOMAS GRANDELL	100 FR 34	1.15.38	100 RY 36	1.47.90	100 BR 22	1.34.85
CARL SVENSSON	100 FR 36	1.18.21	100 RY 31	1.28.53	100 BR 28	1.44.18
EJE EKLÖF	100 FR 38	1.18.95	100 RY 32	1.29.31	100 BR 23	1.37.59
FREDRIK ATNER	100 FR	1.21.79	100 RY 34	1.38.21	100 BR 29	1.45.60
MAGNUS BLON	100 FR 40	1.24.59	100 BR 30	1.56.60		
LISA OLSSON	100 FR 21	1.19.77	200 ME 23	3.20.78	100 RY 25	1.39.36
	100 BR 11	1.39.58				
HELENA SVENLE	100 FR 22	1.20.20	100 RY 24	1.37.24	100 BR 17	1.43.91
MIRIAM MULLER	100 FR 23	1.20.43	200 ME 22	3.20.64	100 RY 18	1.30.03
	100 BR 18	1.46.32				
ANETTE PETERSSON	100 FR 24	1.21.05	100 RY 17	1.29.80		
SOERINE KIERKEGAARD	100FR 30	1.26.31	100 BR 16	1.42.56		
JEANETTE PETERSSON	100 FR 31	1.28.58	100 RY 29	1.45.82	100 BR 21	1.49.17
MIRIAM WILSON	100 FR 32	1.28.85	100 RY 27	1.39.54	100 BR 22	1.51.95
JENNY SKOOG	100 FR 34	1.37.79	100 RY 31	1.59.66	100 BR 24	2.01.18
MONIKA AVERBO	100 FR 36	1.46.66	100 RY 30	1.48.72	100 BR 23	1.56.36

RESULTAT JARFALLA DOPPET 911026-27 JAKOBSBERG  
 (Grenarna sammanslagna pojkar, och flickor)

NAMN	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID	STRAC.PLAC. TID
TYRA OLSSON	50 FR 17 30.0 200 FR 27 2.33.3	200 RY 11 2.52.1	200 BR 22 3.18.5
TANJA KARJANMAA	50 FR 21 30.2		
ANGELICA PETTERSSON	50 FR 49 33.0 200 FR 29 2.35.5	200 RY 20 3.05.1	200 BR 24 3.20.4
LINDA BERDAHL	200 RY 8 2.48.7	200 FR 11 2.23.0	
KARIN LARKA	200 ME 18 2.53.6	100 FJ 7 1.18.3	200 FR 18 2.26.4
MATS FORSLUND	100 FR 2 1.03.8 100 FJ 6 1.16.1	200 ME 6 2.41.3	400 FR 1 4.43.9
CHRISTIAN DYM&N	200 ME 33 3.18.7	100 FJ 28 1.34.4	
CLAES ROECK-H	100 FR 4 1.05.5 100 RY 6 1.20.7	200 ME 21 2.54.1	400 FR 3 5.03.0
MARCUS GRANDELL	100 FR 18 1.11.8 100 RY 17 1.31.2	100 BR 35 1.45.7	400 FR 9 5.27.9
LISA OLSSON	100 FR 38 1.21.2 100 FJ 31 1.46.0	100 BR 28 1.43.1	400 FR 15 6.06.2
HELENA SVENLE	100 FR 43 1.21.7	100 BR 33 1.45.6	400 FR 17 6.13.6
HEIDI P&OLLANEN	200 BR 8 3.00.4		
JEANETTE PETERSON	100 FR 49 1.24.5	100 BR 38 1.46.2	400 FR 20 6.29.4
MICHAEL JACOBSSON	100 BR 1 1.21.4 100 FJ 16 1.22.3	200 ME 5 2.40.3	100 RY 2 1.15.9
TOMAS GRANDELL	100 BR 13 1.35.0	400 FR 13 5.53.7	
DAVID LARSSON	100 BR 14 1.35.3	400 FR 16 6.08.4	
PETER PLIKK	100 BR 25 1.41.4		

RESULTAT HOPPECUP 911109 ESKILSTUNA

NAVN	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID
MIRIAM WILSON	50 BR 7	50.1	100 BR 35	1.50.05	50 RY 4	44.80
SOERINE KIERKEGAARD	50 FR 25	36.9	50 BR 13	44.3	100 BR 19	1.40.92
MONIKA AVERBO	50 FR 41	43.9	100 ME 31	1.45.80		
MAGNUS BLON	50 RY 10	45.45	50 BR 19	53.82	50 FR 10	38.28
ADAM STRAKE	50 BR 13	45.01	50 FR 18	37.47		
SANNA GISGARD	50 BR 32	54.11	50 RY 22	47.95	50 FR 27	38.56

RESULTAT ARNE BORG 911012 AKESHOVSBADET

NAVN	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID	STRAC.PLAC.	TID
JONAS LØGDBERG	100 ME 6	1.01.43				
MARTIN ROGERSSON	100 ME 8	1.01.95				
DANIEL KARLSSON	100 ME 12	1.02.84				
MIKAEL FRISK	100 ME 17	1.03.14				
ROBERT JENSEN	100 ME 26	1.04.26				
LAG 10 X 100 FR	2	9.11.69				
4 X 50 ME HERRAR	4	1.51.48				

## BASTA TID FRAN 50-MANNA

1.	JONAS	LÖGDBERG	24.4
2.	PUTTE	ASP	24.5
3.	MARTIN	ROGERSSSON	24.8
4.	THOMAS	LINDAHL	25.0
5.	JONAS	BERGARBO	25.2
6.	JONAS	KLANG	25.3
7.	PETER	JUHLIN	25.4
8.	NICKLAS	FAGRELL	25.6
8.	HICKE	ROECK-H	25.6
10.	JOHAN	ANDERSSON	25.7
11.	DANIEL	KARLSSON	25.8
11.	BERNDT	SUNDOVIST	25.8
11.	MAGNUS	BENGTSSON	25.8
14.	ANDERS	STRANDBERG	26.0
15.	STEFAN	LANGEMAR	26.2
16.	ROBBAN	METELL	26.4
16.	PONTUS	BOLIN	26.4
18.	TOBIAS	BERGLUND	26.5
19.	SVANTE	RASMUSSEN	26.6
19.	BENGT	SVENSSON	26.6
21.	MARTIN	ANGERFELT	26.7
22.	THOMAS	LANGEMAR	26.9
23.	LOA	WAHLHEIM	27.0
24.	THOMAS	BERGSTRÖM	27.1
24.	STAFFAN	LJUNGOVIST	27.1
26.	MATS	EINARSSON	27.2
26.	MARTEN	STRÖMBERG	27.2
26.	MATS	ÖBERG	27.2
26.	ERIK	RITZEN	27.2
30.	JESPER	ERIKSSON	27.5
31.	ULF	WESTERLUND	27.7
31.	ROLF	JARLAS	27.7
33.	OLA	RITZEN	27.8
34.	TOBBE	ANGERFELT	27.9
35.	THOMAS	PRAHL	28.1
36.	OVE	EKLÖF	28.2
37.	JONAS	BJÖRKLUND	28.3
37.	HENRIK	GUSTAVSSON	28.3
39.	PER	ANGERFELT	28.5
39.	ULF	LUNDMARK	28.5
41.	KALLE	SÖDERSKOG	28.6
42.	MIKAEL	ASP	28.9
43.	THOMAS	ASPEGARD	29.0
44.	MATTIAS	LEWENTORP	29.1
45.	ROBBAN	ASPEGARD	29.2
46.	MATTIAS	KRONER	29.5
47.	NILSOLOF	HELLMAN	29.9
48.	NIKLAS	ÖBERG	30.0
49.	JOCKE	ZUHR	30.1
50.	TERJE	LINDMAN	30.5

(11. JONAS BJÖRKLUND 25.8)  
Tjuvstart

## BASTA TID FRAN LEMANS LOPPET

1.	CAROLINE	WEINÖ	28.0
2.	CAROLINE	WEINÖ	28.1
3.	CAROLINE	WEINÖ	28.3
3.	CAROLINE	WEINÖ	28.3
5.	MARIA	HELLBERG	28.4
6.	MARIA	HELLBERG	28.5
7.	MARIA	HELLBERG	28.6
7.	MALIN	LUNDAVIK	28.6
9.	LAILA	ANDERSSON	29.0
10.	MALIN	LUNDAVIK	29.1
11.	LAILA	ANDERSSON	29.2
12.	MALIN	LUNDAVIK	29.4
13.	LAILA	ANDERSSON	29.5
14.	CARINA	ROECK-H	29.7
14.	CARINA	ROECK-H	29.7
14.	CARINA	ROECK-H	29.7
17.	MINNA	ROUKAMO	29.8
18.	LINDA	BERDAHL	29.9
18.	LINDA	BERDAHL	29.9
18.	ANNA-KARIN	OTTOSSON	29.9
21.	TYRA	OLSSON	30.0
21.	TANJA	KARJANMAA	30.0
23.	MINNA	ROUKAMO	30.2
24.	LINDA	BERDAHL	30.4
25.	HEIDI	PÖLLANEN	30.6
25.	KARIN	LINDBOM	30.6
25.	HEIDI	PÖLLANEN	30.6
28.	KARIN	LINDBOM	30.7
29.	MADDE	CLAREUS	30.8
30.	MADDE	CLAREUS	31.0
31.	ANNA-KARIN	OTTOSSON	31.1
32.	LOTTA	BACKMAN	31.5
32.	ANNE	FORSELL	31.5
32.	ANNE	FORSELL	31.5
32.	KARIN	LARKA	31.5
36.	SARA	ALMQVIST	31.9
37.	LOTTA	BACKMAN	32.1
38.	MAJA	ERIKSSON	32.3
39.	MAJA	ERIKSSON	32.4
40.	SARA	ALMQVIST	32.5

TABY SIMS KLUBBREKORD 25m BASSANG 1991 11 19

DAMER

Fjärilsim	50 m			
	100 m	Kajsa Sjöberg	1.05.42	1987
	200 m	Ingrid Wahlheim	2.26.50	1977
Ryggsim	50 m	Caroline Weinö	33.7	1991
	100 m	Cecilia Eklund	1.07.08	1977
	200 m	Cecilia Eklund	2.28.84	1977
Bröstsäm	50 m	Heidi Pöllänen	37.90	1991
	100 m	Charlotta Bäckman	1.19.66	1986
	200 m	Charlotta Bäckman	2.50.60	1987
Frisim	50 m	Kajsa Sjöberg	26.52	1986
	100 m	Kajsa Sjöberg	58.67	1987
	200 m	Pernilla Henriksson	2.07.36	1979
	400 m	Pernilla Henriksson	4.23.68	1979
	800 m	Pernilla Henriksson	9.03.06	1977
	1500 m	Pernilla Henriksson	17.07.89	1979
4 x 50 m				
4 x 100 m				
		Anna Rainer Maria Öberg Carina Hassel Asa Royne	4.00.54	1979
4 x 200 m				
		Anna Rainer Maria Öberg Carina Hassel Asa Royne	8.42.42	1977
Medley	100 m			
	200 m	Anna Rainer	2.28.48	1977
	400 m	Pernilla Henriksson	5.10.73	1978
4 x 50 m				
4 x 100 m				
		Cecilia Berg Charlotta Bäckman Kajsa Sjöberg Madeleine Clareus	4.37.80	1986

TABY SIMS KLUBBREKORD 50m BASSANG 1991 11 19

DAMER

Fjärilsim	50 m	Malin Lundvik	30.60	901123 Göteborg
	100 m	Kajsa Sjöberg	1.04.43	1987
	200 m	Malin Lundvik	2.22.71	1990
Ryggsim	50 m			
	100 m	Cecilia Eklund	1.07.45	1977
	200 m	Cecilia Eklund	2.25.16	1977
Bröstsim	50 m			
	100 m	Charlotta Bäckman	1.17.60	1986
	200 m	Charlotta Bäckman	2.46.50	1987
Frisim	50 m	Kajsa Sjöberg	27.16	1987
	100 m	Kajsa Sjöberg	1.00.25	1987
	200 m	Pernilla Henriksson	2.10.63	1979
	400 m	Pernilla Henriksson	4.24.14	1978
	800 m	Pernilla Henriksson	9.10.60	1978
	1500 m	Charlotta Bäckman	18.44.19	1985
4 x 50 m				
4 x 100 m		Anna Rainer Helena Ritzén Asa Royne Pernilla Henriksson	4.34.45	1987
4 x 200 m				
Hedley	100 m			
	200 m	Anna Rainer	2.28.48	1977
	400 m	Pernilla Henriksson	5.10.73	1978
4 x 50 m				
4 x 100 m		Cecilia Berg Charlotta Bäckman Kajsa Sjöberg Madeleine Clareus	4.37.80	1986

TÄBY SIMS KLUBBREKORD 25m BASSANG 1991 11 19

HERRAR

Fjärilsim	50 m	Jonas Lögdberg	25.67	Rostock	910322
	100 m	Jonas Lögdberg	55.97	Norrköping	891202
	200 m	Jonas Lögdberg	2.03.92	Norrköping	891203
Ryggsim	50 m	Martin Rogersson	28.02	Rostock	910323
	100 m	Martin Rogersson	59.36	Malmö	890318
	200 m	Martin Rogersson	2.07.92	Rostock	910323
Bröstsäm	50 m	Jonas Klang	30.64	Malmö	890318
	100 m	Jonas Klang	1.03.96	Malmö	890318
	200 m	Ola Frejd	2.20.67	Malmö	890319
Frisim	50 m	Jonas Lögdberg	24.15	Rostock	910323
	100 m	Ola Frejd	51.90	Täby	890321
	200 m	Ola Frejd	1.52.00	Norrköping	890203
	400 m	Ola Frejd	3.59.11	Lund	880205
	800 m	Patrik Asp	8.28.11	Malmö	831204
	1500 m	Patrik Asp	16.00.69	Malmö	891203
	4 x 50 m	Jonas Lögdberg Patrik Asp Robert Jensen Jonas Klang	24.65 23.67 24.29 24.18 1.36.79		Norrköping 891201
4 x 100 m	Jonas Lögdberg	53.22			
	Patrik Asp	51.99			
	Robert Jensen	53.05			
	Jonas Klang	53.89			
		3.32.15		Norrköping 891203	
4 x 200 m	Mikael Frisk	1.53.08			
	Jonas Lögdberg	1.53.20			
	Martin Rogersson	1.56.56			
	Ola Frejd	1.51.82			
		7.34.66		Malmö 890319	
Medley	100 m	Martin Rogersson	59.57	Rostock	910322
	200 m	Ola Frejd	2.05.97	Malmö	890317
	400 m	Mikael Frisk	4.36.10	Täby	901216
4 x 50 m		29.21			
		31.75			
		26.24			
		24.28			
		1.51.48		Akeshov 911012	
4 x 100 m	Martin Rogersson	59.36			
	Jonas Klang	1.04.22			
	Jonas Lögdberg	55.89			
	Ola Frejd	50.74			
		3.50.21		Malmö 890318	

TABY SIMS KLUBBREKORD 50m BASSÅNG 1991 11 19

HERRAR

Fjärilsim	50 m	Jonas Lögdberg	25.87	Göteborg	901123	
	100 m	Jonas Lögdberg	56.27	Uppsala	910725	
	200 m	Jonas Lögdberg	2.05.45	Uppsala	910726	
Ryggsim	50 m	Martin Rogersson	29.85	Falun	910614	
	100 m	Martin Rogersson	1.01.24	Landskrona	890726	
	200 m	Martin Rogersson	2.11.69	Göteborg	900213	
Bröstsim	50 m	Jonas Klang	31.66	Täby	910525	
	100 m	Jonas Klang	1.07.76	Göteborg	900214	
	200 m	Ola Frejd	2.26.93	Sundsvall	890709	
Frisim	50 m	Patrik Asp	24.20	Göteborg	901124	
	100 m	Ola Frejd	54.19	Rom, Ital.	870724	
	200 m	Ola Frejd	1.55.88	Landskrona	890725	
	400 m	Ola Frejd	4.05.08	Sundsvall	890708	
	800 m	Patrik Asp	8.36.43	Uppsala	840714	
	1500 m	Patrik Asp	16.35.68	Uppsala	840714	
	4 x 50 m		Patrik Asp	24.3		
			Jonas Lögdberg	24.63		
		Jonas Klang	24.17			
		Mikael Frisk	24.55			
		1.37.65	Göteborg	901124		
4 x 100 m		Robert Jensen	55.18			
		Jonas Lögdberg	53.44			
		Mikael Frisk	54.06			
		Ola Frejd	55.04			
		3.37.72	Landskrona	890725		
4 x 200 m		Ola Frejd	1.56.58			
		Jonas Lögdberg	1.56.08			
		Mikael Frisk	1.56.36			
		Martin Rogersson	2.00.55			
		7.51.58	Landskrona	890727		
Medley	200 m	Ola Frejd	2.09.80	Landskrona	890725	
	400 m	Mikael Frisk	4.40.96	Landskrona	890726	
4 x 50 m						
			1.52.93	Falun	910614	
4 x 100 m		Martin Rogersson				
		Jonas Klang				
		Jonas Lögdberg				
		Mikael Frisk				
		3.57.54	Göteborg	901124		

# LEXICOPIA

**– det är vi som kopierar och trycker i KISTA!**

LEXICOPIA ingår i LEXICON-gruppen. Gruppen omsatte 1990 totalt 120 miljoner kronor och har idag cirka 100 anställda.

LEXICOPIAs affärsidé är att snabbt kunna erbjuda totala lösningar inom kopiering och tryck.

Vi arbetar idag med den senaste tekniken från RANK XEROX för A3- och A4-kopiering. När det gäller diskettkopiering är vi ledande inom branschen. Vi har mycket höga kvalitetskrav och för Dig som kund innebär det att inget jobb är färdigt förrän Du är helt nöjd med resultatet.

*Välkomna till det professionella kopieringsföretaget!*

Jonas Björkdund, Anna Klang, Roger Malmgren och Peeter Munak

**LEXICOPIA AB**  
Box 1064, Finlandsgatan 10, 164 21 KISTA  
Telefon: 08-750 52 30, Fax: 08-750 56 40