

STÄNK



VÅREN-94
NR. 1



Hej STÄNK mottagare,
Nu är det dags att en annan tar över STÄNK utgivningen.
Annelie Blomgren kommer f.o.m. STÄNK nr. 2 1994 att vara
den person som ni kan vända er gällande STÄNK.

Det har varit ett par trivsamma år på vardagsrumsgolvet
då kaninen Stampe (nu 8 år) och jag försöker
sätta ihop bladet. Stampe som har för vana att skapa kaos
genom att
springa genom vardagsrummet och bromsa farten så att alla blad
flyger åt alla håll varenda gång....

Ingmar på Kommunens Tryckeriet har blivit en vän som
gav råd och bannor när det blev för många blad. Ack ja,
det blev inte nån professionell utgivare av Stampe o
mig.

Enstaka intervjuer och bidrag från simmare har kommit
med, men oj vad det var segt att få simmarna att skriva.

Bidra kära simmare !! Skriv!

För att vara oprofessionellt en sista gång så kommer
ni att snällt bläddra och läsa varenda sida !
Det är den kreativa biten av STÄNK. Ingen
innehålls förteckning dvs.

Lycka till Annelie

kram/ Elisabeth -red. (varmkorv o läsk priser får ni
fortfarande av mig om ni är duktiga i simning och skrivning)



Din hjälp ger en framtid

ORDFÖRANDE HAR ORDET

Årsmötet för 1994 har hållits. Kommentarer framgår på annan plats i denna STÄNK. Ett resultat av årsmötet blev att undertecknad återvaldes som klubbens ordförande för 1994. Jag tackar för förtroendet och skall göra mitt bästa för att uppfylla det.

1993 var ett mycket framgångsrikt år, inte minst på tävlingssidan. Klubben blev 17. bästa simidrottsförening i landet. För detta skall inte minst alla tränare/ledare med Gunnar F och Elisabeth A i spetsen ha ett stort tack!

Våra ungdomar och den goda andan inom klubben är något att ta fasta på. Ni äldre, fortsätt att vara goda föredömen för våra yngre.

Grattis *Danne K* till 1993 års idrottsmedalj i Täby. Du fick den inte bara för dina lysande prestationer utan också för ditt föredöme i klubben.

Ni barn, det viktigaste är att ni har roligt när ni är i badet! Ni kan alla bli duktiga simmare så småningom. Både *Danne*, *Lögd*, *Karin*, *Miriam* och *Melissa* har börjat som ni.

Så ett tack till den avglände styrelsen! Även den har bidragit till ett framgångsrikt 1993. Inte minst genom att kunna hålla verksamhetsnivån hög trots krympande bidrag och andra bekymmer.

Särskilt kassören, *Lennart Grandell*, har här gjort ett jättefint jobb.

Det år, 1994, som vi nu har framför oss blir spännande. Vi börjar nå en hög resultatnivå och har naturligtvis förväntningar på våra aktiva. Men samtidigt har vi också problem att jobba med. Det viktigaste är kanske att öka rekryteringen. Vi vet att det finns många barn som skulle behöva den form av aktiviteter som klubben bedriver. Det gäller att nå ut till barnens föräldrar och ha resurser att kunna ta emot barnen. För det behöver vi fler tränare/ledare och stöttande föräldrar! Ekonomin blir också tuff 1994 med ytterligare sänkta bidrag från kommunen. Det kommer att krävas aktiva insatser från främst ungdomar och föräldrar för att kunna hålla verksamheten på hög nivå även 1994.

Vårt kanal kommer att omorganiseras under våren. Det kan innebära vissa förändringar även för medlemmarna. Styrelsen kommer att informera framöver.

Återigen, tack alla för 1993! Nu ser vi framåt och tar nya tag för ett minst lika bra 1994!

KEEP ON SWIMMING!

Carl Johan Hellman
Carl Johan Hellman / ordförande

PS! SM i simning pågår just nu i Sundsvall. Klubben har redan erövrat flera medaljer och finalplatser. Mer är kanske att vänta?

DS



FRÅN ÅRSMÖTET

Årsmöte för 1994 avhölls d 24/2 i Tibble Sportcentrums konferensrum. Tyvärr med alltför få deltagare, bara ca 20 st.

Verksamhetsberättelsen för 1993 gick igenom. Några kommentarer:

- antalet betalande medlemmar under 1993 var något färre än 1992.
- ca 2800 aktiviteter har redovisats. Det var mindre än 1992.
- verksamhet har skapats för att ta hand om barn som inte har tillräcklig simförmåga för att kunna delta i teknikgrupper.
- resultatmässigt har det varit ett mycket bra år för tävlingssimningen och konstsim.
- Plask o Lek (simleksskolan) har haft en hög aktivitetsnivå. Viss brist på ledare föreligger.
- utbildning av tränare/ledare har haft hög prioritet. Viss del har utförts i klubbens egen regi.
- genom idogt resursanskaffningsarbete av styrelse och ett fåtal föräldrar har lägerverksamheten kunnat sponsras.
- årets omsättning var 980.369 kr. Resultatet (vinsten) blev 5.477 kr, vilket var ca 36.000 kr mindre än 1992. Detta berodde i huvudsak på minskade bidrag (77.000 kr) och ökade kostnader för simverksamheten.
- genom sparsamhet, hård prioritering och under hösten höjda deltagaravgifter har ekonomin kunnat hållas i balans.

Revisorema föreslog ansvarsfrihet för 1992 års styrelse vilket också årsmötet beslutade.

Ny styrelse för 1994 valdes. Den fick följande utseende, inklusive de som hade ett år kvar av sin mandattid:

Ordförande:	Carl Johan Hellman	Suppleanter:	Elisabet Larsson
Ordinarie ledamöter:	Lennart Grandell		Mikael Sjöborg
	Börje Jacobsson		Barbro Malmström
	Nils Forslund		Magnus Gustafsson
	Bo Mattson		Jonas Lögdberg
	Annelie Blomgren		Elisabeth Andersson
	Ingrid Olsson		Kerstin Stamy
	Henrik Atner		
	Lennart Andersson		
Simmarrepresentant:	Mikael Frisk (adjungerad)		

Till valberedning utsågs: Joakim Zuhr (ordf), Gunnar Fornander och Susanne Shelley.

Viktigaste beslut som årsmötet hade att ta var de nya stadgarna. Efter genomgång och diskussion om styrelsens förslag fastställdes detta med smärre förändringar.

Det viktigaste i de nya stadgarna är:

- de är anpassade till Riksidrottsförbundets moderna normalstadgar.
- klubbens verksamhetsår är lika med kalenderår.
- medlemmarnas rättigheter och skyldigheter klarläggs tydligt.
- formerna kring årsmöten anges klart.
- valberedningens arbete klarläggs.
- styrelsens sammansättning, ligganden och ansvar regleras.

I stort har klubben redan anpassat sig till moderna stadgar men det är ett stöd i framtiden att ha dem fastställda och på pränt.

Årets årsmöte avslutades med avtackning av *Rose Karlsson* och *Elisabeth Wilson* ordinarie ledamöter som avgick och helt lämnade styrelsearbetet efter flera års engagerat arbete. Dessutom fick avgående revisor, *Barbro Edvinsson* en blomma för det praktiskt stödjande arbete hon givit klubbens kassör.

Ett årsmöte behöver inte vara tråkigt. Många skratt hördes under *Lennart Anderssons* ledande av mötet. Jag uppmanar alla medlemmar att försöka vara med vid nästa tillfälle.

Hej simmare och föräldrar!

Puh! ja så är julen över och vi har ramlat in på ett nytt år. Dags att samla krafterna igen och ta itu med att samla nya kronor. Nåväl först en summering av den senaste tiden.

Tack alla ni som sålde julpapper! Vi hade nästan 2000 rullar, och det finns bara några hundra kvar. Det känns som det var en bra grej att dra in pengar på. Varje rulle gav hälften i förtjänst. Sen har det varit salamikorvförsäljning. Det gick också bra, men där var det mest några stycken som fick dra det tyngsta lasset. Tack familjen Wilson! - och Rose förstås.

Baddräkter, klubbkläder och annan simutrustning har vi också sålt vid några tillfällen, och det har väl givit en del till kassan, men vi behöver fler som kan hjälpa till någon halv dag ibland med försäljningen. Vi har gjort upp med ARENA som lovat att sponsra klubben om vi säljer deras dräkter. Det finns redan nu i lager en del dräkter, och fler modeller och andra storlekar kan tas hem på beställning. Det finns en broschyr att titta i för att se varianter. Nu hoppas vi att alla ställer upp och köper av dessa dräkter, så kan vi få ett tillskott till klubbkassan. Vi har planerat att kunna sälja baddräkter m m några timmar då och då, kanske någon lördagförmiddag eller kväll i veckan. Exakta tider kommer att anslås på Täby Sims anslags-tavla i simhallen. Vid en sådan försäljning behövs som sagt hjälp. Kan Du ställa upp någon gång? Dessutom behövs det mycket hjälp med försäljningen till Wella Cup 7-8 maj.

Snälla Du, ta kontakt med Rose Karlsson, Elisabeth Andersson eller mig eller lägg en lapp på kansliet så hör vi av oss och försöker pussla ihop lite tider. **TACK!**

Med nya friska tag från Stöd- och Resurskommittén
genom

Ingrid Olsson

Tel:	Rose	758 80 68
	Elisabeth	758 82 06
	Ingrid	732 91 15
	Henrik	768 32 68

Förälder!

Du är väl medlem i Täby Sim.

Medlem blir Du genom att sätta in 150:-
på postgiro nr 14 77 00 - 9.



Ny kraft, nya möjligheter.

LÖGDBERG OCH KARLSSON I CHINA

Vi var båda rätt nöjda när vi satt på planet mot P E K I N G.
Varför då, undrar ni, eller? Jo, vi var nöjda över att
ALLT SLIT I BASSÄNGEN HADE GETT AVKASTNING i form av en
resa till MITTENS RIKE.

Att Jonas och jag var två av 8 uttagna simmare från Stockholm
som skulle representera Sveriges färger på den stundande
VÄRLDSKUPPSTÄVLINGEN. Och att vistelsen bara kostade oss
500 kr var.

Efter ankomsten till PEKING International Airport blev vi
hämtade i en buss som säkert gått i trafik sedan 2:a världskriget.
Vi började nu oroa oss över hur hotellrummen skulle se ut.
Fanns det vatten? Fanns det sängar? Framför allt fanns det en TV????
Jodå (Ta det i mun) till vår stora belåtenhet så fanns alla tänkbara förnödenheter.

1:a tävlingsdagen simmade Jonas 50 fjärril på 24.93 och och i och med den tiden kvalade han intill finalen.
(Han slog även personligt rekord med hela 4/100)

Jag simmade 100 medley på personliga rekordet 59.10 och kvalade in till finalen som 8:a
På finalpasset som började kl.20.00 och slutade ca.22.30 gick även 400 medley som var direktfinal.
Jag slutade 7:a på 100 medley och 4:a på 400 medley med tiderna 58.47 resp. 4.31.90
Jonas slutade 6:a i finalen på tiden 24.98?

2:a tävlingsdagen simmade jag 200 medley och kvalade in till finalen som 5:a

Jonas simmade 100 fj. och 200 fj. och kvalade in till final på båda distanserna som 1:a resp. 2:a
På finalpasset slutade Jonas 3:a på båda distanserna med tiderna 54.80 resp. 2.01.07
Även jag slutade 3:a på 200 medley med tiden 2.04.20

Fotnot: Konkurensen på denna VÄRLDSKUPPSTÄVLING var av mycket hög klass. Jonas bl.a mot världsrekordhållaren på 50 fritt och 50 j. Dels mot Europamästaren på 200 fj. Jag tävlade dels mot världsmästaren på 200 medley och dels mot den före detta världsrekordhållaren på 400 medley.

Nu när tävlingarna var över hade vi tre dagar på oss att ta del av KINAS KULTURLIV. Stockholms Simförbund som varit mycket förutseende hade hyrt en guidad tour för oss simmare, så att vi skulle få se så mycket av Kina som möjligt.

1:a dagen fick vi ta del av bl.a. KINESISKA MUREN. (Den är större än vad man tror) Vi fick äta kinesisk husmanskost för först gången. Tro inte att det smakar som den mat man kan beställa på en kinarestaurant i Sverige. Den mat som man fick här smakade vedervärdigt. Det var typ bara riset som var ätbart.

2:a dagen besökte vi bl.a. HIMMELSKA FRIDENS TORG. Tog oss en titt på en balsamerad MAO (oBS! vet du vad MAO heter mera skriv till STÅNK du kanske får kory med bröd/red) Shoppade på bargain alley (resans hit!!) Vi avslutade kvällen med att äta PEKING ANKA- som var väldigt god.

3:e dagen kommer jag inte ihåg vad vi gjorde, förutom att vi såg MING-gravarna, och åt en relativt god middag. Efter 3:e dagens slut var man glad över att det inte var en 4:e dag. Varför det? Därför att varje dag hade vi fått GÅ ca 7-8 KM och både jag och Jonas var väldigt trötta i benen (simmare har simfötter ej gåfötter/red).

Det var allt för den här gången.

Danne Karlsson/

(PS Om du inte visste det så finns det ett collage på anslagstavlan från vår KINA RESA)

"NO PAIN NO GAIN"

正月
上

Jan
1994

TÄVLINGSRESULTAT

Året 1993 har varit ett rekordår för klubben. Aldrig tidigare har sådana framgångar uppnåtts bl. a hos våra ungdomar och juniorer samt seniorer. **SM - GULD, SILVER, JSM - SILVER, BRONS, SUM-SIM GULD; SILVER BRONS. KONST-SUM-SIM GULD, SILVER; BRONS** samt **MÄSTERSKAPS-REKORD.**

Nedan följer lite utdrag ur resultaten.

Senior-SM	Daniel Karlsson	1:a 200	medley	Distr.rekord
		2:a 200	medley	
	Jonas Lögdberg	2:a 100	fjäril	Distr.rekord
Junior-SM	Karin Lärka	2:a 50	rygg	
		3:a 100	rygg	
Sum-Sim/Ejm kval	Michael Jacobsson	1:a 400	medley	
		2:a 200	medley	
		3:a 100	bröst	
		3:a 200	bröst	
	Karin Lärka	1:a 100	rygg	
2:a 200		rygg		
Sum-Sim region	Michael Jacobsson	1:a 200	rygg	
		1:a 200	bröst	
		1:a 200	medley	
		1:a 1500	frisim	
	Mats Forslund	1:a 200	frisim	
1:a 50		frisim		
3:a 100		fjäril		
2:a 1500		frisim		
	Karin Lärka	1:a 50	rygg	
1:a 50		frisim		
2:a 200		ryggsim		
3:a 100		fjäril		

HEMLIGHETEN BAKOM EN LYCKAD FÖRSÄLJNING AV BINGOLOTTER

HALLÖ ELITEN!

säg bara efter KONSTSIMSflickornas MOTTO!:

1. JAG VILL (Då du beslutar direkt att du tar 20 lotter)
2. JAG KAN (Ordna så att du går till kansliet och hämtar ut dom 20 lotter och startar ditt eget projekt med att sälja dessa lotter)
3. JAG TORS (Då du så fort som möjligt går ut och säljer dom 20 lotter och tors gå fram till folk som din familj, släkt, vänner, gå till ställen där folk finns, ta bussen till olika ställen här i Täby, parkeringsplatser, pappas-mamma job t.ex.)
4. JAG GÖR (DETTA ÄR SVÄRAST FÖR DET ÄR DU som måste se till att det blir såld och komma med pengarna senast ^{1 morgon} morgon till klubben)

lycka till,
en vinnare är den som

VILL, KAN, TORS, GÖR

Kram,

Elisabeth



Sum-Sim riksfinal	Michael Jacobsson	1:a 200	rygg	Mäst.rekord
		1:a 200	medley	Mäst.rekord
		1:a 200	bröst	Mäst.rekord
		1:a 1500	frisim	
	Karin Lärka	1:a 50	rygg	Mäst.rekord
		3:a 200	rygg	
	Mats Forslund	1:a 200	frisim	
		2:a 50	frisim	
		2:a 1500	frisim	
Junior-DM	Michael Jacobsson	1:a 200	Medley	
		1:a 1500	frisim	
		2:a 400	medley	
	Karin Lärka	1:a 50	rygg	
		2:a 50	fjäril	
		3:a 100	medley	
	Mats Forslund	2:a 1500	frisim	
		3:a 400	frisim	
		3:a 100	frisim	
	Åsa Eklöf	3:a 50	frisim	
Konst Sum- riksfinal	Sara Melander	1:a	parsim	
	Lina Svensson	1:a	parsim	
	Therese von Ahn	3:a	parsim	
	Melissa Shelley	3:a	parsim	
	Melissa Shelley	2:a	solosim	
	Sara Melander	3:a	solosim	
	Mari Johansson	Bästa figursimmerska		

**SÄLJ / KÖP
BINGO LOTTER**



EKONOMIN TILL EXEMPEL

Lennart Grandell heter han som ser till att EKONOMIN i klubben stämmer. Det är inte lätt!

Hans högsta önskan är naturligtvis att det går PLUS på TABY SIMS KONTO på PG 81 555-5

Gör honom glad och klubbens kassa PLUS och bli stödmedlem. Betala avgiften i tid.

Kommer det ännu fler kliiiiiirrrrrrrrr i kassan genom Stöd och Resurs arrangemang kommer han att morra förtjust som en belåten kissekat.

Sälj BINGOLOTTER det hjälper!

Plussidan



En liten kåseri
om frågan varför det kostar.

Engång i tiden hade man en liten simmare
som simmade 1 dag, sen 2 dagar sen 3 dagar i veckan
och knappast deltog i någon tävling alls, som gick
på sommarläger (högst Surrahammar).Simmaren kostade
inte ett extra öre för klubben.

Men där fanns dom stora eliten, förebilden för
resten av dom yngre klubbmedlemmar. Idoler.
Det blev tävlingar hit och dit och träningsläger
stup i kvarten.

Man blev involverad i FLASK-kalender-BURK INSAMLINGAR.
för att nämna några. Och det gormades naturligtvis
hos dom yngre barns föräldragruppen. En naturligt
föräldra beteende. Gynar allt detta MITT BARN?

För det är ju MITT BARN det först och främst gäller
eller hur....den naturliga instinkten.....

Men tänk, vad roligt dom hade dessa små simmare, när
de började tävla och träffa dessa stora idoler ur
elitgruppen....Man minns då JONAS LOGDBERG som då
redan var den bästa i eliten, och KAJSA SJÖBERG hur
de kunde peppa dessa små nybörjare och hur dessa
nybörjare kunde leva mycket lååååååååååå på dessa
peppning och prata om det vid köksbordet hemma.



Eliten kostar pengar, naturligtvis! En klubb vore
inte en klubb om vi inte hade elitverksamhet....

Att tillhöra en klubb är att jobba för sin klubb!
Det gäller simmare och föräldrar.
Från små till stora har dessa simmare förstått
att det är en mycket trevligt klubb de hör till .
Det tog tid innan mamma och pappa förstått detta!

En del simmare når elitens TOPP andra inte, men
de gjorde sitt bästa och blev sunda friska vuxna
med sinning som idrott bredvid det ansvar
som en vuxen människa har i sitt dagliga liv som
självförsörjare eller familjbildare.

Några ur dom "små" gänget från Surahammarlägret
för många många år sen har kommit till TOPPEN
bredvid Jonas. T.ex. DANIEL KARLSSON!
Alla läser Dagens Nyheter Sport sidan, för att
se om "VARA simmare" är med!
OS-1996!

Dessa två herrar tillhör SVERIGES ELITEN med stor
chans att vara med och simma i Atlanta!
Deras träningsresor kostar klubben knappast nått öre längre
för dom flesta satsningar bekostas av Stockh. eller Svenska
simförbundet. Så är det när man når"KEBNEKAJSES"TOPP

På vägen till TOPPEN det är där det kostar.
SMÅBARNSFÖRÄLDRAR NU kan bli FRAMTIDENS ELIT SIMMARNAS
FÖRÄLDRAR MED RÄTT SATSNING.

SATSA NU FÖR FRAMTIDEN
KRAM ELISABETH/

If...

If you can keep your head when all about you
Are losing theirs and blaming it on you,
If you can trust yourself when all men doubt you,
But make allowance for their doubting too;

If you can wait and not be tired by waiting,
Or being lied about, don't deal in lies,
Or being hated don't give way to hating,
And yet don't look too good, nor talk too wise;

If you can dream—and not make dreams your master;
If you can think—and not make thoughts your aim,
If you can meet with Triumph and Disaster
And treat those two imposters just the same;

If you can bear to hear the truth you've spoken
Twisted by knaves to make a trap for fools,
Or watch the things you gave your life to, broken,
And stoop and build 'em up with worn-out tools;

If you can make one heap of all your winnings
And risk it on one turn of pitch-and-toss,
And lose, and start again at your beginnings
And never breathe a word about your loss;

If you can force your heart and nerve and sinew
To serve your turn long after they are gone,
And so hold on when there is nothing in you
Except the Will which says to them: „ Hold on! ”

If you can talk with crowds and keep your virtue,
Or walk with Kings—nor lose the common touch,
If neither foes nor loving friends can hurt you,
If all men count with you, but none too much;

Then you can fill the unforgiving minute
With sixty second's worth of distance run,
Yours is the Earth and everything that's in it,
And—which is more—you'll be a Man, my son.

RUDYARD KIPLING.

GUNNAR HAR ORDET

Hej igen!

Det blev tunnt med reaktioner på det jag skrev i förra numret av STÅNK. Simningens organisation presenterades och så hade jag lite synpunkter på varför så många slutat simma. Rätt eller fel vet jag inte säkert, men det känns som om de jag talat med håller med.

Hur ser det ut i dagsläget?

Jo, det ser lite bättre ut nu än i höstas om man tittar på nybörjarsidan, dvs sluss- crawl- och medleygrupperna. Fler barn och bra ledararbete är faktorer som på sikt ska ge oss en mer slagfärdig ungdomssimning. Ett bevis på att vi måste bli bättre är Ungdomsserien, där vi blev sist i första deltävlingen. Vi hade 6st 0-poängare dvs diskning eller tom bana. I sista tävlingen i höstas hade vi 14st 0-poängare!! Utsikterna är alltså goda. Målet till att börja med är ett fullt lag. Då kommer vi nog klättra uppåt. Viktigt är bara att vi arbetar lugnt och metodiskt och sätter barnens-behov främst.

Våra mellangrupper C och AB har endast ett fåtal simmare som tränar kontinuerligt. En del av problemet tror jag ligger i att det inte finns en ordentlig målsättning. Du måste veta vad du vill! I många fall tycker jag att det är lämpligt att sätta färdighetsmål i förgrunden och vänta med mål i uttryck av tider, kval eller placeringar. Personligt samtal mellan simmare och tränare är väl använd tid, tror jag. Elitgruppen består i dag av en del simmare som vet vad de vill, vilket fungerar mycket bra. Resultaten där talar sitt tydliga språk. Det finns också de som inte riktigt vet vad de vill. Några provar på att simma i Elitgruppen och kanske kommer fram till de inte vill lägga ned det arbete som krävs för att komma till elitnivå. Fundera på vilken grupp som passar din ambition!

Simidrott är någonting jätte bra. Det är inte bara tider och placeringar utan även fostran, arbete, tacklande av motgångar, erhållande av stöd från kompisar, livslånga relationer och mycket mer.

Slutligen hoppas jag att vi får behålla träningstider och tränare, då kommer vi att få ett bra TÅBY SIM i framtiden.

Vi ses i bassången!

- i vått och torrt!

VÅRENS NYHETER

En ny klubb har startat inom klubben:

"Hemliga klubben"

Hör av er DAMER , MAMMOR med barn i CRAWL, MEDLEY, KONSTSIM
och TÄVLINGSGRUPPER i SNABBSIM och KONSTSIM!

Ring kansliet 768 15 44

Lämna ditt namn och telefon nr. för vidare befordran
till Elisabeth

HEMLIGA KLUBBEN har startat ! HÄNG MED!
VI KOMMER INTE ATT HA TRÅKIGT!!!!

(Jag kan tyvärr INTE skriva vad vi i HEMLIGA klubben gör,
för annars är det INTE HEMLIGT längre eller hur?)

HÖRS VI?

Nu kör vi igång!

En liten trupp som bestod av Micke F, Micke J, Mats F, Karin L och Fredrik A samlades 09.00 på fredagen den 10/12, för att bege sig till SUM-SIM Riksfinal i Sandviken.

När vi kom upp åkte vi till simhallen och simmade lite. Efter simningen åt vi på restaurang Napoleon. Under måltiden bestämde vi oss för att bleka Micke J's hår och köpa rakustrutning. Efter shoppingturen for vi till Scandic Hotel i Gävle. Vilade ett par timmar innan vi for tillbaka till simhallen för att möta upp Jonas H, Clas R-H och Miriam W. MEN de dök aldrig upp pga bristande kommunikation mellan ledarna. Efter en lång simning och väntan gick vi och åt, oroliga över vad som hänt Jonas och hans passagerare. Väl framme vid hotellet möttes vi av Jonas i receptionen. Vi hade en kort samling där blekning och rakning förekom. Efter det gick vi och lade oss.

Lördag morgon. Klockan ringer 06.30 och hotellfrukosten väntar. Avfärd sker sedan till simhallen. Först i vattnet på 200 fr är Mats F. Efter en hård fight mot en skåning lyckades han bärga Täby Sims första guldmedalj på detta SUM-SIM med tiden 1.57.96. Därefter simmade Karin L 50 fr med tiden 27.87 och kom 10:a. Efter det var det dags för Täbys 2:a guldmedalj av Micke J på det nya mästerskapsrekordet 2.11.63. Första passet avklarad och en mycket bra start för Täby Sim. Lunch och vila!

2:a passet: Dags för Mats F 50 fr, och med tiden 25.08 kom han 2:a. Sedan var det dags för Micke J 200 br, och på det nya mästerskapsrekordet 2.27.32 vann han. Karin L simmade också 50 ry. Även där slogs mästerskaps- och klubbrekordet, och med tiden 30.52 vann hon. Middag och mer rakning.

Söndag morgon. Klockan ringer och hotellfrukosten väntar. Avfärd till simhallen. Nu var det dags för Karin L att simma 200 ry. Nytt klubbrekord, och med tiden 2.24.71 kom hon på tredje plats. Sen var det dags för Mats F på 100 fj och med tiden 1.02.04 kom han på fjärde plats. Vår debuterande yngsta simmerska Mirre W på 100 fr där hon låg på elfte plats efter reg och kom femma, ett otroligt lyft för henne, pers med ca 2 sek och hade tiden 1.07.75.

Sen var det dags för 1500 metersloppet där Täby hade två representanter med: Micke J och Mats F. Den hårda öppningen resulterade i att Mats persade på 400 och samt vid målgången, tid vid 400 4.21.06 och sluttid 16.51.01. Mikes tid blev i mål 16.29.40. Täby tog en 1:a och en 2:a placering. Lunch och kort vila. På det sista passet hade vi 3 individuella starter. Karin 50 fj 30.38 5:a. Micke och Mats 200 m 1:a och 4:a. Med nytt mästerskapsrekord vann Micke på 2.12.71 och Mats på 2.19.99.

Sista gren 4 x 100 fr Mats på starten 53.99 otroligt, Clas 55.70 otroligt, Fredrik 57.73 otroligt, Micke 54.91 otroligt, sluttid 3.42.33 OTROLIGT! Där vi kom på 6:e plats.

Sammanfattning: Många fina resultat, pers, mästerskaps- och klubbrekord som ledde till 6 guld, 1 silver och 1 brons.

Tack till tränare, föräldrar och hejarklacken för framgångarna.

Vid pennan

Micke Jacobsson

SIMGLASÖGON
KÖPES HOS
TÄBY SIM
Kansliet



FÖRSTA RAPPORT FRÅN SIMMKOMMITTÉN. 1994

Det här ju det första stänk på ett nytt simmarår 1994 och som jag med tillförsikt ser framemot att bli lika "häftigt" som det år som gått.

Året som vi avslutat blev återigen det bästa någonsin i TÅBY SIM'S historia.

ALLA DESSA FANTASTISKA RESULTAT bevisar att vi är med och framförallt att vi kan, både i **SNABBSIM OCH KONSTSIM**. Ja, till och med i **PLASK & LEK** kommer det fram många framtida plaskare som kan bli något stort.

På yngresidan ser det ganska bra ut även om det är tunt i vissa åldersklasser, men det kan avhjälpas med att du hjälper till att "ragga" ungdomar till oss.

Varför just du? Jo, det är just du som kanske har någon kompis som vill prova på och det är du som kan "sälja" klubben bäst.

Ungdomsatsningen som vi har inom klubben med speciellt utvalda och som sköts av Annelie B har fungerat mycket bra och resultaten har inte låtit vänta på sig. Det är ju i första hand dom tränare som har sina grupper där dom utvalda simmarna finns som gjort ett grovjobb men att bli uttagen till den speciella grupp som skall drillas är ju ändå ett mål som alla borde försöka uppnå. Annelie fortsätter att vara ansvarig för detta och det är vi mycket glada för. Annelie har ju en erfarenhet som tränare som kan ge mycket framåt.

När det gäller nya huvudtränarskapet så vet jag att ANNE F är mycket nöjd med sin efterträdare och det har väl visat sig på resultaten under hösten!!!! Gunnar har verkligen kommit igång på bästa sätt och mer eller mindre kört på i Annés fotspår. Vi var aldrig oroliga som tog beslutet utan snarare tacksamma att vi fick det som vi trodde på. Nu har ju Gunnar flyttat till Täby med familj och det kan bara bli bättre. Han har dessutom börjat följa upp dom yngre grupperna för att se till att rätt simmare finns i rätt grupp och att det finns tränare.

KONSTSIM

På konstsimsidan har Elisabeht greppet med Susanne som stor hjälp har jag förstått. Året som gick var väl bara naturligt efter den satsning som påbörjades. Ett otroligt bra år med många nya flickor som utvecklats positivt samt att resultaten inte låtit vänta på sig här heller. Massor av tjejer som kvalet in till dom mästerskap som finns inom konstsim. Konstsim har ju en annan typ av tävlingsförfarande jämfört med snabbsim, inte så många tävlingar men det är ju inte så utbrett ännu och inte så många aktiva ännu som kommit igång. Ett stort problem som vi brottas med är ju att få tillräckligt med vatten och än så länge är snabbsim större med många tusen fler deltagare i samtliga klubbar som finns på simmarkarten. Men Täby's konstsim har verkligen utnyttjat vattnet för att få fram duktiga talanger. Jag tror att Elisabeth skriver lite mer om detta i stänk.

PLASK&LEK

Här finns framtidens ungdommar inom simmning och vi har en bra mängd plaskare, men vi ser gärna att det finns en kö till denna verksamhet för då har vi något att bygga på. Det är ju här som det börjar för dom flesta. Så du förälder, som har barn i någon grupp här, hjälp till att ragga fler, säkert har du bekanta som har småttningar som kanske borde få reda på att vi finns. Det kan ju också underlätta samäkning om man delar upp körandet. Naturligtvis vill vi att du ställer upp som plask&lek mamma/pappa så att du kan följa ditt barns utveckling i vatten. Det är en höjdare att se dessa småttningar doppa huvudet och "koka kaffe" m.m. Lisa Wilsson som är vår plaskismamma kan berätta mer om dessa fantastiska grupper och hur det går till och hur du kan vara med ditt barn i vattnet.

STUDIER BLIR EN FULLPOÄNGARE

SNABBSIM

Efter en välbehövlig julvila, åtminstone för dom flesta (ej elitsimmarna) så har vi startat upp vårterminen med alla grupper och programmet för 1994 ser bra ut. Vi kommer att tävla ganska mycket på hemmaplan, men det blir ett par "bortatävlingar" där alla som vill och kvalificerar sig till får delta. För vissa i elitgruppen blir det längre resor till dom stora mästerskap som kommer. Jag tänker då i första hand på SM, men också en del LANDSLAGSUPPDRAG där vi nu har 3 st snabbsimmare med. Det är klart att alla neddragningar som drabbar idrotten påverkar deltagande och vi har fått anpassa vårt program till det. Det vi inte skall försöka dra ned på är att våra kommande ungdomar drabbas, det finns ju många bra tävlingar här hemma runt i kring. Landslagsuppdragen skall vi naturligtvis satsa på för dom är en sporre till andra att försöka nå dit, även om vägen tycks vara lång.

Vi har redan haft en mycket trevlig tränarträff som Elisabeth fixat som vanligt, där framkom en del viktiga saker som att vi måste se upp med att flytta upp simmare för tidigt, utan att tänka mer på om han/hon verkligen passar in i den nya gruppen, samt att det kan finnas andra skäl till att vara kvar eller att flyttas upp. Det var kul att se så många tränare komma och vi har ett jättefint gäng i våra tränare som verkligen vill att ditt barn skall bli bra på att simma.

Ja, det var väl allt för denna gång, men jag vet att det finns massor att skriva om, men det kommer mera som det heter och än en gång
TACK FÖR ETT FANTASTISKT SIMMARÅR.

Ni undrar väl.....? Ja, det stämmer, när jag skriver detta så tjuter vinden utanför och det är nästan storm, så frisyren är inte att tänka på om jag skulle gå ut.
Men kämpa på ni simmare och tränare, ja och ni föräldrar också förstås!!!!

BÖRJE

KORTA NOTISER FRÅN TÄVLINGAR OCH ANNAT SMÅTT & GOTT.

FÖLJANDE PERSONER GRATTAS OCH TACKAS FÖR SINA UTOMORDENTLIGA INSATSER:

MICKE JACOBSSON " KUNGEN AV SUM-SIM "

för dina guld och silver medaljer och till MÄSTERSKAPSREKORDEN samt platsen i JUNIORLANDSLAGET.
Till guld och silver medaljer på Junior-DM och din fina 8:e plats på Junior-SM och för övriga prestationer under 1993. GRATTIS också till utmärkelsen ÅRETS SIMMARE inom Täby Sim

KARIN LÄRKA för dina SUM-SIM guld samt Junior-SM silver och Junior-DM medaljer och dina MÄSTERSKAPSREKORD.
GRATTIS också till utmärkelsen ÅRETS SIMMERSKA inom Täby Sim.

DANIEL KARLSSON som erhöLL BRÖDERNA WAHLHEIMS HEDERSPRIS i Täby Sim samt till STORMÄSTARE och SM guld samt DM medaljer och DISTRIKTSREKORD och medaljer vid WORLD-CUP i PEKING.

MATS FORSLUND för ditt SUM-SIM guld och silver medaljer samt Junior-DM silver och brons.

MIRIAM WILSON för din fina 5:e plats på SUM-SIM och till utmärkelsen ÅRETS KOMET.

JONAS LÖGDBERG för ditt SM silver samt medaljer vid WORLD-CUP i PEKING och distriktsrekord.

ASA EKLÖF till Junior-DM BRONS

KARIN NILSSON för utmärkelsen MAMMAS KANNA.

JON GRANBERG för utmärkelsen PAPPAS POTTA.

MELISSA SHELLEY för utmärkelsen KONSTSKÅLEN

MICKE JACOBSSON och MATS FORSLUND till uttagningen PROSIMALANTA -96.

ANNELIE B för UNGDOMSSATSNINGEN.

NISSE FORSLUND, tävlingsansvarig inom klubben för ett bra KLUBBMÄSTERSKAP. Samt alla som ställde upp och gjorde så att allt flöt fint.

GRATTIS!

Konstsimmarna, **SARA MELANDER, MELISSA SHELLEY, LINA SVENSSON, THERESA VON AHN** för medaljerna vid KONSTSUM-SIM.

MARI JOHANSSON till ÅRETS FIGURSIMMARE i KONST-SIM.

Alla ni, **CARINA R-H, LINDA B, MIKAEL R-H; ROBERT J, ÅSA E, DANIEL K, JONAS L, KARIN L** TILL ALLA KLUBBREKORD.

ELISABETH A för det fina arrangemang vid avslutningen för PL&LEK och CRAWL & MEDLEY GRUPPER

Ja, det var många grattis och tack, men vi är ju så himla bra och då tycker jag att vi inte skall vara så blyga utan tala om detta. Det har ju lokaltidningen uppmärksammat och Täby-bladet.

KONSTSUM-SIM RIKSFINAL 20 - 21/11 i Täby

Sara Melander och Lina Svensson vann guld i par och tog brons i par. Brons i par tog också Therese von Ahn och Melissa Shelley. I solo tog Melissa också silver och Mari Johansson årets bästa figursimmerska. Mycket starka insatser av våra tjejer.

SM 18 - 21/11 i Linköping

Här var det väl i första hand **DANNE K** som skulle visa att han är en av Sveriges bästa medleysimmare. Det gjorde han med besked och vann 400 m och var 2:a på 200 m. En mycket stark insats eftersom han haft en tung period efter landslagsuppdrag och ett tungt sommar-SM. Men under hösten har han vissat att det går att komma igen med ett antal segrar i olika tävlingar. Vår fantastiske fjärlsimmare **JONAS L** är minsann inte för gammal, utan visade att han fortfarande kan med ett **SILVER** på 100 och en 4:e plats på 200, knappt utanför prispallen. Jonas tillhör eliten i Sverige och är kapabel att slå till när som helst. Det har han visat på många andra tävlingar. Vårt tjejlag på 4x100 fritt med Carina, Linda, Åsa och Karin gjorde mycket bra ifrån sig och tog här ett nytt klubbrekord.

DET ÄR MYCKET SOM AVGÖR

JUNIOR-SM 3 - 5/12 i Hämösand

En liten men naggande god trupp under Gunnar's ledning representerade Täby Sim. Det var 4 tjejer Karin, Åsa, Linda och Tyra osså Micke J.

Man bodde i lägenheter, men Micke såg naturligtvis (som den karl han är) att få en hel lägenhet för sig själv. **TVÅ RUM & KÖK!!!!**

Nu var det så här, att Micke's mamma och pappa skulle bo där, men ett rum stort som en garderob är inte heller att förakta och dessutom med toalett och dusch i korridoren!!!

Gunnar då, ja om ni tror att han bodde i en lyxsvit så glöm det genast. Hans rum var heller inte större än en garderob och givetvis inte med mugg och dusch. Men vad gör väl det, det är ju tävlingen man är där för och det är ju ett svenskt mästerskapstävling.

Tjejlaget simmade bra och blev 11:a totalt, vilket är bra i den stenhårda konkurrens som råder på juniorsidan. Tyra O som var ny i sådana här sammanhang klarade pressen jättebra. Hon simmade fort och bra.

Åsa E gjorde vad hon kunde och det var med berömm godkänt, för frisim är ju ett gettingbo. En 11:e plats på 50 fritt är mycket bra,

Karin L då, ja hon var lite favorit på ryggsim förstås och förväntningarna var höga från alla håll och kanter och nog höll hon för trycket. En mycket fin 2:a plats på 50 och 100 rygg var ett faktum, fast på 50 ry var hon var snabbast i försöken.

Micke J var här för att känna på dom äldre juniorema och för att se och lära hur det är på ett stort SM mästerskap för juniorer. Han hade kvalat in på 400 medley bl.a och det var här som dom största chanserna fanns till en bra placering. På försöken blev det en mycket fin 8:e plats 13/100 delar från finalplats. Det var sju som gick till final.

På JuniorSM var det bestämt att utmärkeisen en **MÅNADENS ÖVERASKNING** skulle delas ut och här var det Micke J som fick höra ett tal läsas upp om sig och fick mottaga priset av förbundskaptener för Juniorlandslaget samt ta emot publikens jubel. För visst har han skrivit in sig i simmar-Sverige.

En nöjd trupp tåg nattaget hem för att sätta sig på skolbänken igen måndag-morgon.

Vädret, ja vi upplevde de fyra årstiderna under fyra dagar!

SUM-SIM REGIONSFINAL 27 - 28/11 i Sollentuna

Här kom vi med ett välrustat gäng, där också DAVID L och EJE E gjorde bra ifrån sig. Miriam W gjorde så bra ifrån sig att hon kvalade till SUM-SIM RIKS på 100 fritt. Annars var det väl i första hand KARIN L, MATS F och MICKE J som skulle göra't. Det gjorde dom med besked, alla stod på prispallen i samtliga grenar dom ställde upp i.

GRATTIS!

Micke sopade rent kan man väl säga i samtliga individuella grenar han ställde upp i, han inte bara vann utan det skiljde många sekunder till tvåorna. Mats likaså på frimsträckorna utom på den långa 1500:a där Micke vann med över 1/2 minuten!!!!!!

Karin hon vann det hon skulle, ja bl.a ryggsimmet och här var hon en bra bit före övriga. Grabbarnas lag på 4x100 me klarade inte att kvala till riksfinal men det var mycket nära. Där mot på 4x100 fritt gick det bra och det var förutom Mats och Micke också Klas och Fredrik som stod för detta.

SUM-SIM RIKS 11 - 12/12 i Sandviken

Här fortsatte våra ungdomar sitt segertåg. Det var i första hand KARIN L, MICKE J och MATS F men laget med CLAES R-H och FREDRIK A i gjorde också en mycket stark insats. En 6:e plats blev det på 4x100 fritt. Micke blev KUNGEN AV SUM-SIM då han överlägset vann 4 guld medaljer och tog 3 mästerskapsrekord!! Han inte bara vann utan det var med stora marginaler, ja med många sekunder. Bland publiken talades det om en annan division och då en mycket högre. Han vann 200 ry, 200 bröst, 1500:a och 200 medley. Så nog är han en medleysimmare.

Den största vinsten trots alla guldmedaljer och mästerskapsrekord för Micke var nog att han simmade rakt in i JUNIORLANDSLAGET ett mål som han bestämt för länge sedan och med träningsfiit och ett anama, ja ni vet, så går det.

Mats frisim på 200 m var en rysare av världsklass, det såg länge ut som om en 2:a plats, men när det var 50 m kvar kom Mats i en spurt som var formidabel, han simmade ifrån konkurrenterna så det stod härliga till och vann med över sekunden gott och väl. Ett helt otroligt välplanerat (simmat) lopp På 1500:a hade nog Mats tänkt ge Micke en riktig match, men efter 350 m satte Micke in nådestöten och drog ifrån för att i mål vara dryga 20 sekunder före. Det var med nöd och näppe som Micke inte slog ett nytt mästerskapsrekord här också. Knappt 2 sek ifrån bara, men Guld och Silver till Täby Sim blev det. Mats tog också en mycket hedrande Silvermedalj på 50 fritt

Karin då, ja hon vann 50 m ryggsimmet och slog mästerskapsrekord som den ryggsimmsprinsessa hon är och tog en mycket hedrande Bronsmedalj på 200 rygg också. Att hon också tog ett nytt klubbrekord på 50 ry var väl inte så konstigt det heller.

Med 6 guld och lite silver samt brons var det ett glatt gäng med Fisken och Jonas H som ledare samt delvis Micke S som åkte hemmåt i vintematten.

JUNIOR-DM och SPRINT-DM 17 - 19/12 i Tyresö

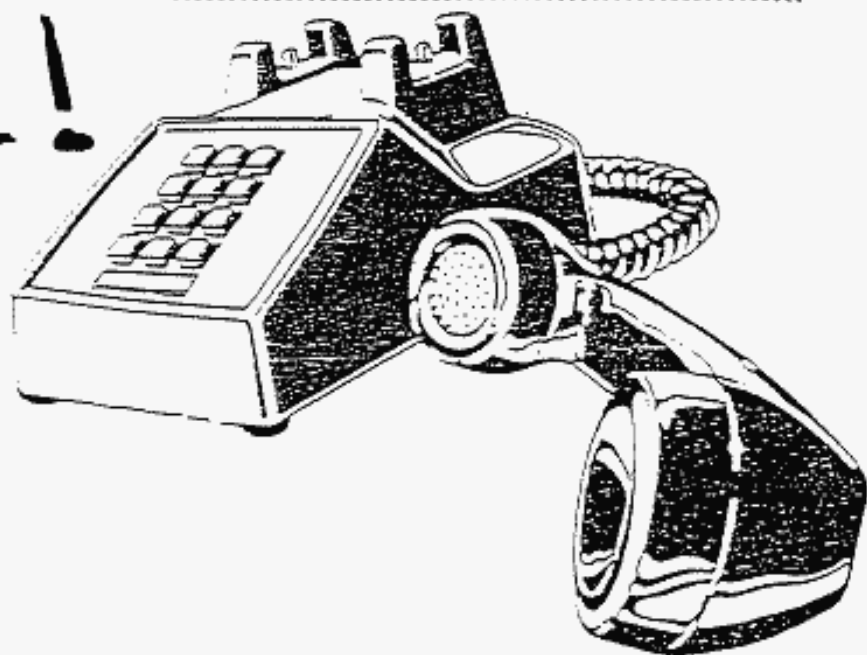
En tävling som inte låg speciellt bra till i schemat efter alla andra mästerskaps tävlingar. Men vi kom med våra kvalade simmare och Karin gjorde ingen besviken, hon vann 50 rygg och kom 2:a på 50 fjärl samt tog en 3:e plats på 100 medley. Att Karin bl. a tillhör Sveriges bästa ryggsimmerskor är det väl ingen som tvivlar på. Mats då, han kom 2:a på 1500:a och tog brons på 100 och 400 fritt ett mycket bra resultat i en hård konkurrens bland alla frisimmare.

Micke, ja han visade än en gång att han tillhör dom bästa medleysimmarna i landet genom att vinna 200 me och bli 2:a på 400 me samt att han även kan simma långt och fort, för han vann 1500:a även här och var en bra bit före Mats i mål. Här såg det ut som om Mats skulle simma ifrån Micke, men vid 800:a tyckte väl Micke att nu fick det vara nog och lade i en överväxel och drog ifrån som tidigare. Claes och Freddan gjorde vad dom kunde för stunden och det var ialla fall ett glatt gäng som åkte hemmåt kanske för att träffa "tomten" och få några dagars vila efter nästan sex veckors topning.

Med denna tävling var ännu ett fantastiskt simmarår slut för TÄBY SIM.

bästa receptet

FÖRÄLDRAR!

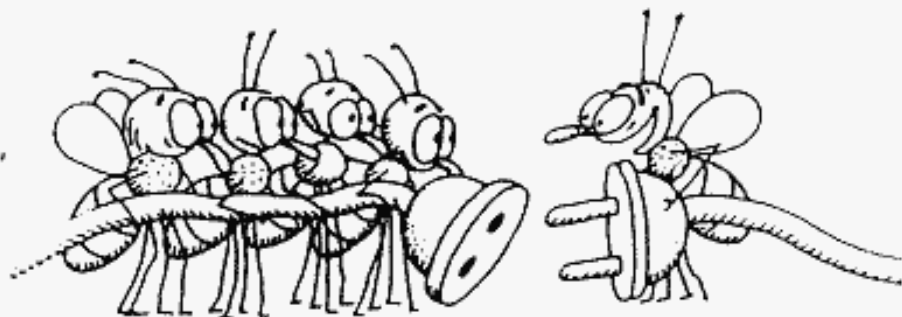


kontaktföräldrar sökes

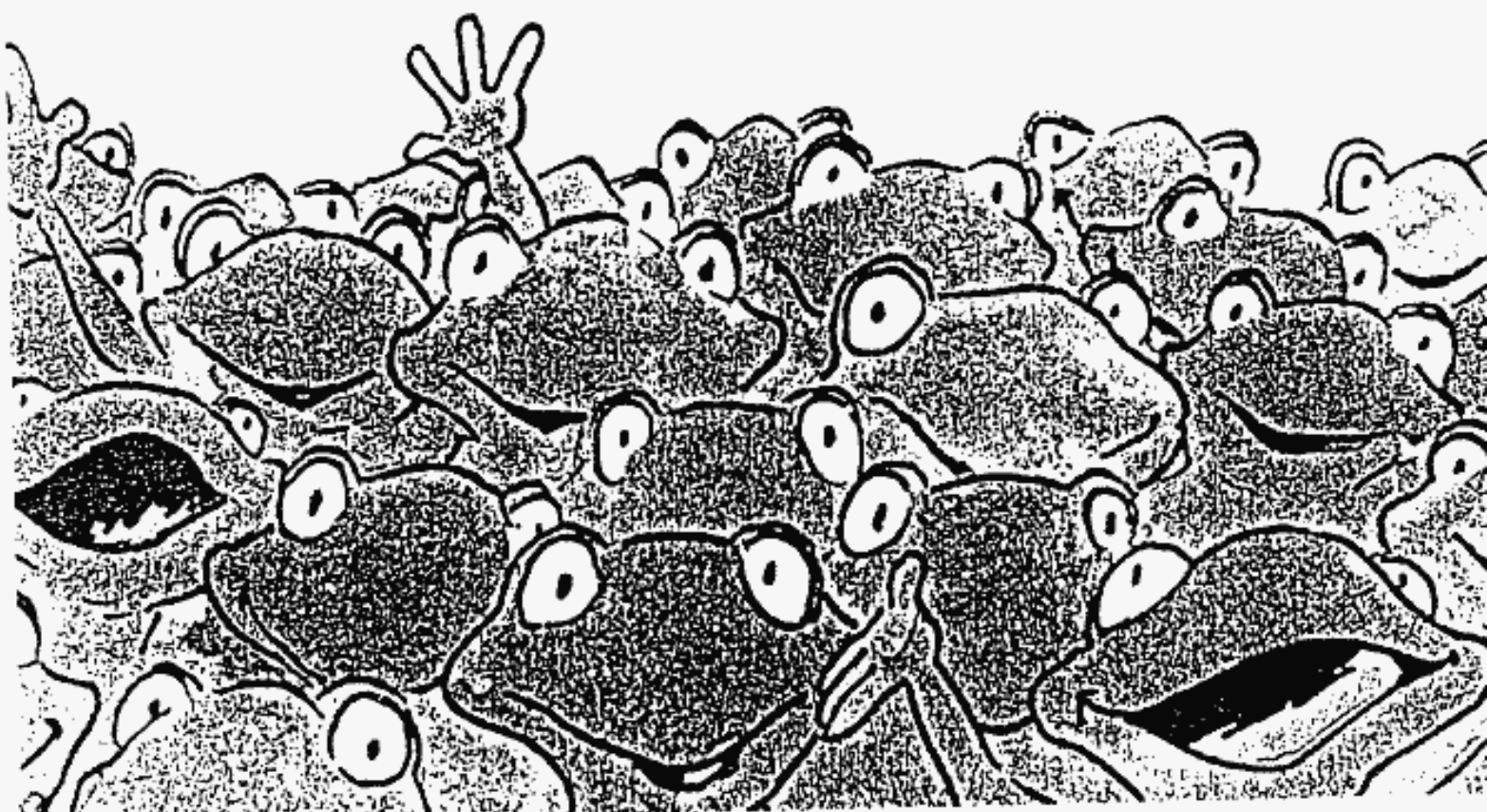
TÄBY SIMs STÖD-kommitté efterlyser KONTAKT-FÖRÄLDER
från VARJE simgrupp.

Hör med oss vad det gäller,
Vänlig hälsning,

Ingriid och Elisabeth



se anslagstavlan



KLUBBMÄSTERSKAP 1993 21/1 -94

1993 års klubbmästerskap genomfördes lördagen den 21 jan. Tävligen gick i 2 pass och deltagarintresset var lite sisådär. Det saknades en hel del gamla simmare som brukar dyka upp just vid detta tillfälle, men det var ändå skapligt med anmälningar av dom aktiva. Tyvärr lite för få av dom yngre som naturligtvis skall simma i klubbmästerskap för det finns klasser för dom också. Lite skärpning behövs på tränarsidan som ju skall "puscha" för detta arrangemang. Om våra yngre kommer så blir det lite festigare och dom får ju också chansen att träffa våra "kanoner" samt att det faktiskt drar lite mer föräldrar.

På yngre flicksidan visade Miriam Wilson att hon är lika duktig som vanligt och vann det hon skulle för att bli Minimästare. Men Lisa Olsson var inte långt efter och det är kul att se att Lisa fortfarande kan fast hon kanske haft det lite motigt med framgångar på sistone.

På yngre pojksidan är det en mycket hård kampi första hand mellan David Larsson och Eje Eklöf. Dom båda "herrarna" vinneri princip varannat lopp, det verkar som om dom bestämt det i förväg! Den här gången var det Eje som drog längsta strået och fick ihop flest poäng för att bli Minimästare. Men det var inte mycket som skilde dom åt.

På den yngsta flicksidan har det kommit fram några som tagit lite grepp på övriga i klassen, men det ser ganska hyfsat ut trots att vi saknar fler i denna åldersgrupp. Vi försöker ju värva fler men det tar tid för man tänker väl inte direkt på att man skall hålla på med simning i 10 år eller mer när man bara är 9 - 10 år. Det kan vara en tröst för alla i denna klass att det inte är något orgineilt att inte tänka så. Det bara kommer av sig själv, när man väl fått dom kompisar man gillar inom simning. Här var det i första hand Annica Forsberg som visade att hon är på gång, men Karin Nilsson är också mycket duktig och kan bli en stor simmare precis som Annica.

På den yngsta pojksidan är det Jon Granberg som visat en stor kampvilja och har lite försprång, men Mats Kalmelid är en som inte ger upp i första taget utan kämpar på och ger Jon ett bra motstånd.

Det finns ytterligare många duktiga simmare bland dom yngre och om tiden får gå och utvecklingen står dom bi så kommer det att bli resultat.

Hur gick det nu på äldresidan? Jo Daniel K visade att han är en värdig simmare och så bra att han blev **STORMÄSTARE**. Det var väl bara Jonas L som kunde hota Danne, men det räckte inte riktigt till. Micke J och Mats F vann det dom skulle för det finns inte tillräckligt motstånd i deras åldersgrupp. Men på 100 fr och 100 fj var det mycket nära att Mats fått ge sig för Micke. Det skilde bara några futtiga 100 delar!!!

**Nu kör vi
igång!**



BLI STÖDMEDLEM

17

På äldre flicksidan var det äntligen "DAX" för Carina R-H att visa att hon är en värdig STORMÄSTARINNA, en mycket efterlängtd seger. Carina jagas ju jämt av Åsa E och Karin L samt Linda B, men den gången var det inget tvivel. Åsa gjorde vad hon kunde och Karin var tyvärr borta på grund av stukad fot. Men det kändes att nu var det dags för Carina som är vår äldsta flicksimmare om man nu kan tala om ålder på en ung 18 åring!

Som vanligt ett mycket bra arrangemang. Men simmare, NI måste locka med er fler föräldrar och kompisar till våra tävlingar.

Mälar-Cupen

En serietävling för dom äldre som är lite annorlunda i sitt utförande med bl.a 800 och 1500. Men vi leder serien och passar nog rätt bra i den division vi ligger i. Div 2 närmare bestämt.

Väsby Cup 5 - 6/2

En tävling av stora mått. Det vill säga en sån där med många deltagare, men minst lika viktig för det. Vi hade väl inte så stort startfält, men det togs medaljer av många fina valörer. Micke J knep ett antal guld och silver och Mats några silver och brons. Carina R-H fanns också på pallen.

Us Open 12 (Uppsala)

En mycket annorlunda tävling där finaler avgörs på 25 meter och 100 medley avgörs i direktfinal! Men visst fanns vi på prispallen. Det var ett relativt stort gäng som for upp till Uppsala, men det kom inte så många klubbar som dom trott utan US fick ta med yngresimmare för att fylla ut startfälten! Det är ju synd på en tävling som simmas i en av landets häftigaste simhallar. Bäst gick det för Danne K och Jonas L samt för våra tjejer med Karin L och Carina R-H i spetsen. Karin vann förresten en mycket fin resväska och Danne en bormaskin. Micke vann 2 stekpannor!!! Vad dom övriga vann minns jag ej men jag tror det var schampo m.m

Master

Vad har hänt under året? Något som vi aldrig skrivit om, vad jag minns! På klubbens årsmöte fick jag en pratstund med en av våra duktiga mastersimmare och kunde få lite info om vad som hänt under året.

Det var Stefan Eriksson!

Han hade under 1993 presterat följande:

5 titlar i POST-SM (åldersklass yngre oldboys 30 - 39 år)

2:a 2 ggr och 4:a 2 ggr i TRIATLON (motionsklass)

3:a i RIDDARFJÄRDSIMNINGEN (motionsklassen)

5 segrar av 5 i KORPSIMNINGEN under våren och hösten.

Detta visar att vi även kan i Masters och jag tror att det finns fler meriter här som andra mastersimmare gjort. Master är ju det där gänget som gillar utmaningar av det lite mer tuffare slaget. Ja ni vet, att simma långt i öppet vatten samt att det inte alltid är varmt och skönt med stekande sol och varmt vatten. Här handlar det om "friskusar" som reser land och rike runt och utmanar våra naturliga vattendrag bl.a, något som borde uppmärksammas bättre. Tyvärr räcker min tid inte till att följa dessa herrar och damer, men dom representerar Täby Sim mycket fint och det skall vi andra vara stolte över. Dom inte bara simmar, deras stöd till klubben i form medlemskap och deltagaravgift är en mycket viktig del.



Den osynliga
KÖP BINGO LOTTER
PÅ KANSLIET

Övrigt att notera

Det är med stort intresse jag följer testerna på Micke J och Mats F. Dom ingår i en testgrupp som kallas PRO/SIM. En satsning som Sthlm's Simförbund startat och där målet bl.a är att få fram simmare, kanske några av dom äldre till Atalanta-96. Vi har varit och simmat i simrännan på GIH, en fantastisk upplevelse där man verkligen får se simmaren i ett annat perspektiv och där syreupptagningsförmågan mäts. Det har varit styrkelyft och matintagsmätning där simmaren fick mata in i datorer och se hur olika maträtter påverkar energi, protein, kolhydrater, fett m.m. Det var jättefestligt och inte minst intressant, för vi äter inte riktigt rätt jämt. Så simmarförälder tänk gärna lite på vad ni stoppar i ert simmarbarn, för det är mycket viktigt för växande ungdommar vad dom äter och dom förbrukar en hel del under ett träningspass. **GLÖM INTE det VIKTIGA MELLANMÅLET** innan simmaren går till en träning.

**GRATTIS JONAS HÄGERHÅLL TILL LIONSSTIPEDEIUMET
ÅRETS IDROTTSLEDARE I VALLENTUNA!**

**GRATTIS DANIEL KARLSSON TILL TÄBY MEDALJEN
ÅRETS IDROTTSMAN I TÄBY KOMMUNI!**



ÅRETS UTMÄRKELSER

TÄBY MEDALJEN

Daniel Karlsson

Årets främsta idrottsman i Täby. Utdelades av Täby Kommun.

RUNSTENEN

Klubbens förmåsta utmärkelse tilldelades ANNE FORSELL. Runstenen med nr 17 fick hon för sitt långa och trogna samt utvecklande arbete inom och utom klubben.

Vid klubbmästerskap för 1993 den 22/1 -94 delades följande utmärkelser ut:

BRÖDERNA WALHEIMS HEDERSPRIS

Daniel Karlsson

ÅRETS SIMMERSKA

Karin Lärka

ÅRETS SIMMARE

Michael Jacobsson

ÅRETS KOMET

Miriam Wilson

MAMMAS KANNA

Karin Nilsson

PAPPAS POTTA

Jon Granberg

BÖRJES KONSTSKÅL

Melissa Shelley



KORTBANE -SM I SUNDSVALL 3-6 MARS

En ganska liten, men naggande god trupp spenderade 5 dagar i ett kallt Sundsvall. Dessutom bodde vi på ett hotell som låg alltför långt bort från simhallen - oj vad vi gick! Stämningen var dock god och här följer en presentation av -94 års SM-trupp.

Karin Lärka - blott 15 vårar - lite osäkert kort utan ben träning i vinter pga stukad fot. Hon klarade dock sprinterdistanserna utmärkt med final på både 50- och 100m! På 200m föll hon dock igenom.

Micke Jacobsson - ännu yngre än Karin, men STÖRRE! Debuterade i seniorsammanhang med glans: 30,75 på bröstsimsträckan i 4x50m medley och 4.36,40 på 400m medley. Endast ett par sekunder från final. Högst respektingivande!

Micke Rocek Hansen - extrem sprinter som tyvärr inte var riktigt frisk. Han började tveksamt, men simmade bättre och bättre i lagkapperna ju friskare han blev.

Robert Jensen - var inte heller riktigt kry, men simmade snabbt ändå. Växlade gjorde han ännu snabbare! -0.02sek i 4x100fr = diskning. Efter 4x50fr sade han: "Nu hade jag i alla fall en säker växling". Vad stod det i växlingsprotokollet? Jo, 0.00sek!!!

Jonas Lögdberg - alltid duktig på stora tävlingar. Final i alla tre fjärilsgrenarna och ett silver på 200m som bäst. Dock ingen riktig "prick" den här gången.

Daniel Karlsson - tja, det gick väl hyfsat! 200m medley = GULD, 100m medley = SILVER, 400m medley = GULD!!! Dessutom bra laginsatser. Vad ska man säga? En komplett simmare med TEKNIKEN som vapen. Marginalerna i de fysiska dimensionerna finns kvar. Se upp för Karlsson från Sverige!!

SÄLJER
DU
BINGSSSSO
LOTTER?
DET SÄLLER
ÄVEN DU!

RESULTAT

Vilovägen, ?

Torsdagen: 4x50m medley 1.46,08 Klubbrekord!
Startsträcka: Danne 50m rygg 26,57 Klubbrekord!

Fredagen: 100m fjärl; Jonas försök 55,39 Final 54,99 = 4:a
100m rygg; Karins försök 1.05,96 Final 1.06.45 = 7:a
200m medley; Dannes försök 2.07,46 Final 2.01,73 Klubbrekord!
4x100m frisim; Diskade men sam långt under klubbrekordet!

Lördagen: 100m medley: Dannes försök 57,77 Final 56,89 =2:a Klubbrekord!
50m rygg: Karins försök 30,67 Final 30,59 = 5:a
200m fjärl: Jonas försök 2.00,85 Final 2.01,73 = 2:a

Söndagen: 50m fjärl: Jonas försök 25,10 Final 25,43 = 6:a
200m rygg: Karins försök 2.30,00 = 19:e
400m medley; Dannes försök 4.29,14 Final 4.18,98 =1:aaaa
4x50m frisim 1.34,69 = 9:a

ALDRIG

70 klubbar med SM-kvalificerade
TÄBY SIM, 15:e i poängsammandraget!

ELLINOR SKRIVER:

HEJ "STANK"

6 februari 1994.

Just nu sitter jag på tåget från Ludvika, efter att ha tävlat i Ludvika Synchro Open tillsammans med Lina, Lena, Sara, Melissa och Helena.

Det gick ganska bra tycker jag. Med tanke på att det var de bästa från Sverige, Norge och Danmark som vi tävlade mot.

Jag var nervös för jag gjorde mitt solo på tåget dit (Obs RÅ-pluggat d.v.s./ red.). Jag hade väntat mig underkänt poängsmässigt id.v.s. under 5 poäng! men så var det inte. I stället fick jag högre poäng än jag nånsin fått i musiksim. Det var kul tycker jag.

Sara kom på 12:e plats, jag på 15:e, Melissa 16:e och Lena på 24:e och Lina på 20:e av totalt 29 st.

Vi har konstaterat att killar i Ludvika gillar tjejer med "knutar på öronen". Vi har också upptäckt att det finns två gulliga killar som är as-snälla. "Om man vill komma i kontakt med killar" där kan man fråga några om de kan hjälpa en att hitta till Stadshotellet!

Gatorna i Ludvika är långa, trånga och otroligt hala. Det blev Susanne snabbt erfaren om.

Några saker vi tröttnade på:

1. Melissas städnippran.
2. Lenas snack i sönnen+ att jag inte fick plats i dubbelsängen!!
3. Sara och hennes tjat om sömn.
4. Lina och hennes sit-ups kl. 04.00 på morgonen.
5. Det de har tröttnat på mig om ska jag nog ej berätta.

Helena och Melissa drillade på tåget så att en Amerikanare kom o frågade mig och Lena om de kom från sjukhuset eller dum-dum skolan PINSANT!!

Ellinor

p.s Längtar redan tillnaka till Ludvika

p.s Längtar redan tillnaka till Ludvika

Tillägg:

1. Underbart kladdkaka. TACK LINA! sista gången jag äter kladdkaka kl 23.00....
2. LINA har vunnit månadens utmärkelse.... varför då? Nej inte enbart p.g. av kladdkakan men det hon gjorde var "strängt" Very strong dvs... Hon svalda halva Ludvikas bassängvatten men fullgjorde sin solo enda till slutet trots i halv-kvävt tillstånd!!!
3. Helena H. mystiska mundering när vi skulle byta tåg i Ludvika... där ser du att man skall hålla sig vaken!
4. Nu vet vi vem KAN hålla sig vaken längst och äta kladdkaka om vem som har STÖRST sömnbehov
5. Vad skönt Helena, Susanne, Elisabet hade när de inte har fler på rummet. Konstsimmare i 13-14 Års Ålder vill helst sova MYCKET TRÅNGT!! Tur att Staffan, Ågaren till Stadshotellet var villig att känka med sängar hit o dit o omöblera så att Melissa inte spricker av ilskan p.g. av att hon MÅSTE dela dubbelsäng med sin moder! (nöd lösning)

/Elisabeth



Har du varit uts och rest i Europa? Har du också vågat äta mat där och tänker prova igen? I så fall kommer här ett klassiskt och enkelt recept för dig och en vän. Italiensk spaghetti Carbonara - god och billigt.

- ett halvt paket spaghetti
- ett paket bacon
- två ägg
- en klick smör
- hel svartpeppar
- en nypa salt
- en bit färskrivet parmesanost
- en parmesanost

Blanda med ett locka pasta. Skar under tiden baconet i mindre bitar och stek tills det är nästan knappt. Lagg det sedan att rinna av på en bit hushålls peppar. Knack äggen och lagg gulorna i var en skålhalva. Häll av pasta i ett durkslag, rör ner en klick smör till den smält. Lagg upp på tallriken. Mal svartpeppar över spaghetten och blanda ner baconet. Ställ skålet med äggula överpå och garnera med lite parmesan.

Servert med färskrivet parmesanost.

Buon Appetito!

ORDNING & REDA

KÖP BINGO LOTTER

Fler NYHETER från Konstsim

Vi har fått en tävlande till i C- gänget!!!!
vad hon heter? Jo, MALIN KLEVE fd.82
Hoppas du kommer att ha lika roligt som Jessica,
Helena Z , Ida och Shanty.

Hanna L, Johanna L, Stina O, Mikaela L, Sofie N
Karin A, Emmi L, Maria Fyhr, Camilla A, Emma A,
Helena I, Vendy L, fortsätter att utveckla sig
och tycker om att simma och lära sig mera om det
där krångliga figurerna i konstsimmet på tisdagar
och söndagar. MUSIKsimning på söndagar är redan
igång så håll ut, snart kommer ni som Malin Kleve
att vara med i gänget som simmar LAG och PAR, vore det
inte roligt?

Gunnar Fornander FAR INTE KOPA Shanty för
miljoner kronor, men hon lovar, att hon då och då
tävlrar "vanlig" simning med, d.v.s kanske LANAR vi
ut Shanty till snabbsimning då och då....

Konstsims tjejer kan simma allround och så är det
när man har SIMNING som idrott.....

Många föräldrar i Täby Sim gick Instrukörskurs i nyligen
och när de har stått vid bassängkanten ett tag för
att praktisera bredvid en tränare kommer de att
få ett intyg där det står att de ÄR en IK-1:are
i KONSTSIM....för dem väntar senare i höst eller
vt-95 en kurs DOMAR i utbildning.
BRA föräldrar!!!!!!!

Konstsims flickor D- klassen

3 tävlande har vi nu i denna klass!

KRISTIN STAMYR

LOTTA GERKMAN

JENNY LAGERLÖF

Hoppas ni har upptäckt vad roligt man kan ha när
figurerna börjar bli bättre.....

10. TILL SIST

SE TILL ATT ÄTA OCH SOVA ORDENTLIGT !! INGEN ORKAR
TRÄNA ORDENTLIGT UTAN TILLRÄCKLIGT MED NÄRING OCH
SOMN (MINST 8 H)
BARA ATT PLANERA !!
11. OCH EN ÄN GÅNG :
JAG VILL ! JAG KAN ! JAG TÖRS !!!!!!!!!!!!!!!

JAG VILL ! JAG KAN ! JAG TÖRS !!!!!!!!!!!!!!!

KÖP BINGO LOTTER

TRIVSELS VÄRLD



Historien om Alla, Någon, Vem-som-helst och Ingen...

"Ett arbete skulle utföras och Alla trodde att Någon skulle göra det. Vem-som-helst hade kunnat göra det men Ingen gjorde det. Någon blev arg därför att det var Allas uppgift.

Alla trodde att Vem-som-helst kunde göra det men Ingen ansåg att Alla skulle strunta i det. Det hela slutade med att Alla skyllde på Någon när Ingen gjorde vad Vem-som-helst skulle ha gjort."

7-8/5



*TIBBLE
BADET*

**SIM IDROTT ÄR DET
ROLIGASTE SOM FINNS!**

