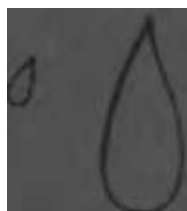
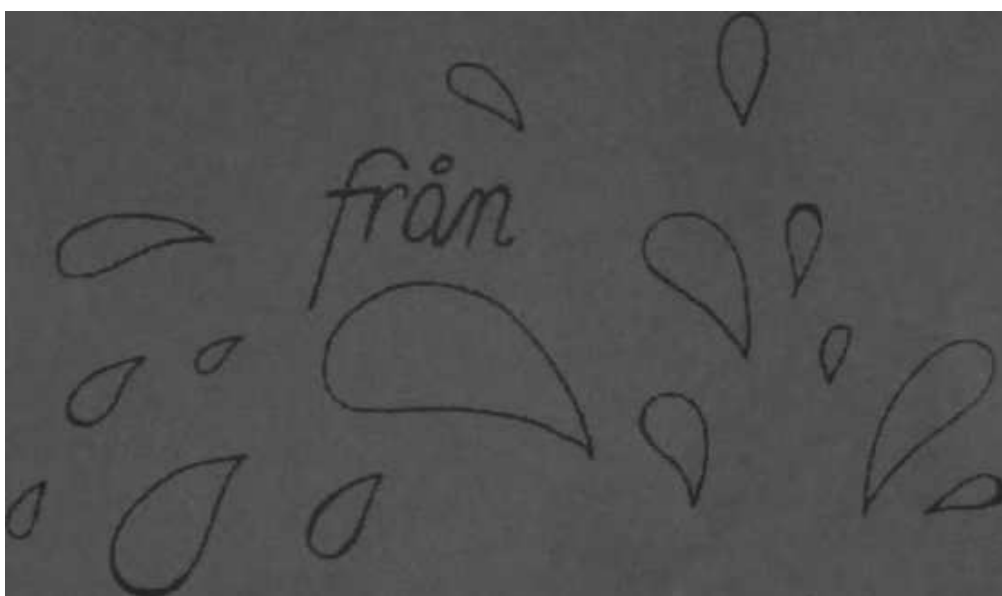


STÄNK



Nr 4  
December 1996

**TÄBY SIM****- Föreningen för simsport och motion -**

Adress: Simhallen, 183 34 TÄBY  
 Tel/fax: 768 15 44  
 Postgiro: 14 77 00 - 9 (medlemsavg), 81 55 5-5 (ekonomi)  
 Kansli: I simhallen, bakom spärrarna, på entréplan

|                              |                             |                 |
|------------------------------|-----------------------------|-----------------|
| Huvudtränare:                | Gunnar Fornander            | 768 63 27 (arb) |
| Plask & lek ansvarig:        | Carl-Johan Bellman          | 510 506 05      |
| Ansvarig tränare - Konstsim: | Elisabeth Andersson         | 758 82 06       |
| MKB ansvarig:                | Viktor Epstein              | 656 58 11       |
| Mastersansvarig:             | Stefan Eriksson             | 756 90 48       |
| Revisorer:                   | Björn Eklöf (ordinarie)     | 756 25 07       |
| Gerd Royne                   | (ordinarie)                 | 768 81 16       |
| Ingemar Svenle               | (suppleant)                 | 768 35 86       |
| Valberedning:                | Joakim Zuhr, sammankallande | 30 92 26        |
|                              | Gunnar Fornander            | 768 63 27 (arb) |
|                              | Kerstin Samyr               | 756 1 1 08      |

**STYRELSEN**

|                      |                     |            |
|----------------------|---------------------|------------|
| Ledamöter            |                     |            |
| Ordförande           | Carl-Johan Bellman  | 510 506 05 |
| Kassör               | Henrik Atmer        | 768 32 68  |
| Sekreterare          | Staffan Andersson   | 792 05 15  |
| Simkommitté / v ordf | Börje Jacobsson     | 560 306 62 |
| Konstsimskommitté    | Lennart Andersson   | 758 82 06  |
| Infokommitté         | Jonas Lögdberg      | 15 21 84   |
| Utbildningskommitté  | Bo Mattson          | 756 64 10  |
| Resurskommitté       | Patrik Asp          | 541 372 93 |
| Stödkommitté         | Elisabeth Andersson | 758 82 06  |
| Suppleanter          |                     |            |
| Ekonomi.             | Elisabeth Larsson   | 510 106 37 |
| Simkommitté          | Jonas Hägerhäll     | 765 15 02) |
| Konstsimskommitté.   | Susanne Shelley     | 510 507 09 |
| Infokommitté         | Stefan Eriksson     | 756 90 48  |
| Utbildningskommitté  | Lars Olof Granberg  | 732 60 28  |
| Resurskommitté       | Tomas Oldmark       | 768 88 92  |
| Stödkommitté         | Margit Eklöf        | 510 119 97 |
| Adjungerad           |                     |            |
| Simmarrepresentant   | Mikael Frisk        | 756 18 25  |
| Tränarrepresentant   | Mikael Sjöborg      | 512 370 87 |



## ORDFÖRANDE HAR ORDET

Jag måste börja med att ge en eloge till alla de konstsimsföräldrar som gjorde vårt USM senaste helgen till en succé. Tack alla!! Våra gästande konstsimmerskor och deras tränare var mycket imponerade över vårt arrangemang och inte minst prisbordet. Jag vill också tacka trojkan Elisabeth, Kerstin och Susanne för det enorma slit de lade ned för att få allt att fungera. Det är vid sådana här tillfällen det märks utåt hur en klubbs organisation fungerar. Ryktet säger också att konstsimsflickorna själva var ute och raggade prissponsorer (Kristin och Sara bl. a.). Bra jobbat!! Vi skall inte glömma heller att kommunen hjälpt oss med belysning, priser och invigningstalare (Bengt Edlind) och att badpersonalen hela tiden ställt upp positivt på många olika sätt (Göran, du var en utmärkt inmarschledare!).

Resultaten på USM? Sträck på er flickor!!! Massor av fina prestationer med många medaljer och inte minst - ett föredömligt uppträdande. Vi är stolta över er!

Det är glädjande att se den nya generationen blivande tävlingssimmare med glädje och entusiasm delta i våra knattedopp. Det är många föräldrar på läktaren som tar aktiv del i sina barns ansträngningar, och det är roligt. Men en liten maning till er: jäkta inte på era barn, de skall ha roligt på sina egna villkor. Tids nog, om de engagerar sig i tävlingsidrott på allvar, kommer kraven - men inte här! Ett tack till Vallentuna SK som vi "samproducerar" dessa arrangemang med.

Våra aktiva tävlingssimmare har härjat i JDM-resultatlistorna och på andra tävlingsplatser - resultat på annan plats i denna STÄNK. Kommande helg åker ett kvalificerat gäng med Gunnar till Helsingborg och JSM. Det kommer att bli spännande att få del av resultaten därifrån. Ett annat framtidsgäng beger sig också snart till USM i Mölndal. LYCKA TILL!!

Så till klubbens (och alla ideella klubbars) ständiga problem! Vi har många barn och ungdomar som vill vara med i vår verksamhet, men vi kan inte ta emot alla. Det beror i första hand på ledarbrist på bassängkanten. Jag ser ofta många goda initiativ i smått från föräldrar, t ex i Plask & Lek. Tänk om klubben kunde få engagera er och andra bara någon timme, när ni ändå har intresset! Ni har alla något att tillföra - hör av er! Ev utbildning fixar klubben.



Terminen lider snart mot sitt slut. Och som vanligt, enligt tradition, avhålls Klubbmästerskapet i simning med Luciafirande lördagen den 14/12. Alla, även vi äldre, kan vara med i "Täbys Öppna Sprint-mästerskap". Se särskild programannonsering på annan plats i STÄNK och i badet strax före. Det kommer också att finnas tillfälle att handla julklappar från klubbens simshop.

Välkomna alla TÄBY SIM-are!!

*Carl Johan Hellman/ ordförande, 1996-11-18*

Dagen "**D**" närmar sig

SNART (14 december) är det KM och LUCIA hos TÄBY SIM!

Vem blir klubbmästare 1996?

Vem blir årets utvalda som får priset

"Mammas kanna",

"Pappas potta",

"Årets komet",

"Börjes synchro bowl",

"Bröderna Wahlheims vandringspris" "

Årets simmerska",

"Årets simmare"

Vem blir LUCIA?

Allt detta får ni veta **den 14:e december 1996**. Kom och se!

Vi är just nu få som bidrar till att dagen "D" blir laddad och trevlig... så kom med idéer och kreativa handlingar för att förgylla årets KM/LUCIA!

KONTAKTA OSS PÅ "STÖD"

genom Margit/Rose/Barbro/Britt/Ingrid

eller genom Elisabeth på kansliet, tel 768 15 44

*/Elisabeth*

Kom och fyll bröddisken med dina hemgjorda godis- och brödverk!



## GUNNAR HAR ORDET

Hej allesammans!

Det är en tung tid nu men samtidigt spännande. Tungt med novemberrusk, tjat om redovisade aktivitetskon, hantering av ledarproblem o.s.v. o.s.v. Spännande med våra juniorers och ungdomars riksmästerskap som precis står för dörren. I morgon bitti åker juniorerna till Helsingborg och börjar tävla i JSM på kvällen. Ungdomarnas riksfinaler går i Mölndal helgen därpå. När du läser Stänk har vi facit i hand. Jag skriver inget om förhoppningar. Bättre att låta resultaten tala för sig själva. Avslutningen på terminen, i alla fall tävlingsmässigt, blir KM = klubbmästerskapen. Denna gång kör vi tillsammans med Vallentuna SK. Då hoppas vi att alla kan vara med efter bästa förmåga. KM avgörs 14 december och avslutas traditionsenligt med luciatåg m.m.

Lycka till med det du gör i TÄBY SIM och kom ihåg:

Vill du få någon att växa, så klappa honom (eller henne) då på axeln.

*Gunnar, 20/11-96*

### *PRESSTOPP* **RESULTAT FRÅN JSM**

Torsdag 21 nov:

4 x 200 m Lagkapp 7.37,64, 2:a  
(Fredrik Atmer, 1.56,78, Henrik Bokell, 1.55,70, Mats Forslund, 1.53,21, Micke Jacobsson, 1.51,95)

Fredag 22 nov

400 m fr, Mats Forslund (försök), 4.03,61, (final),  
4.02,14, 7:a

200 m br, Sofie Karlsson, 2.47,14

200 m br, Fredrik Atmer, 2.31,08

100 m ry, Karin lärka (försök), 1.05,19, (final), 1.04,93, 3:a

50 m fr, Mats Forslund, 24,18

Henrik Bokell (försök), 23,70,(final),23,95, 5:a

200 m me, Micke Jacobsson (försök), 2.04,66, (final) 2.02,74 (SJR), 1:a

4 x 100 m fr, Lagkapp, 3.28,88, 1:a

(Henrik Bokell, 53,14, Mats Forslund, 51,82, Micke Jacobsson, 51,06, Fredrik Atmer, 52,86)





## Tävlingsrapporter

Chiquita-doppet 20 oktober

Som vanligt blev det en lyckad tävling med många starter och fina resultat. Vår funktionärsstab gjorde som vanligt ett mycket gott jobb och fick det hela att fungera precis som en tävling skall vara. Nytt från den här tävlingen var att vi hade en ny "data-snobbe" i sekretariatet. Det var elitsimmaren i klubben Fredrik Atmer som utbildats på tävlingsprogrammet "grodan" och skötte det hela med bravur! Visserligen hade vi bett vår gamle Jonas Hägerhäll att övervaka det hela, men det flöt på mycket bra och Freddan som han kallas i simmarkretsar klarade det hela galant med biträde av några av våra "gamla" tjejer som brukar sitta i sekretariatet. Vi hade lite färre starter i år, men det visade sig vara ett lagom antal och tävlingen blev lagom lång! Tack vare vår fina sponsor BANANKOMPANIET så hade vi förutom alla medaljer mycket bra tilläggspriser som uppskattades. Det var kul att se många av pristagarna som tog fler segrar komma till prisutdelning iklädda sina nyss erövrade priser (läs tröjor). Det gav hela tävlingen en fin inramning och för att inte tala om alla ballongbananer som blåstes upp på plats. Att bananer är en simmares "laddningsmål" visade sig också mycket tydligt. Alla bananer gick åt och kartongen som placerades på

läktaren tog slut i ett nafs! Så köp Chiquita-bananer! Dom hjälper till otroliga resultat både utanför och i bassängen!

Junior-DM 1-3/11

Detta blev verkligen en fest för oss! Vi tog många medaljer och för första gången i klubbens historia hade vi 2 lag på herrsidan i alla lagkappsgrenar! Nu är det bara att försöka få fram lite fler tjejer, så att vi även där kan ställa upp med det. Våra nya simmare på killsidan gjorde ingen besviken och visade sin klass. Dom nya tjejerna simmade bra, men behöver lite mer tid att komma igång. Vår nya stjärna på bröstsim Sofie K försökte, men tiderna räckte inte riktigt till denna gång. Det är ju lite skillnad att träna med elit, som kör lite tuffare pass och det tar tid innan man vant sig med det. Lagkapperna ja, VI VANN ALLA! En inte så liten sensation, men så har vi dom bästa juniorerna i distriktet också. Bland dom individuella starterna var det Micke J som tog flest medaljer, men Mats F och Henrik B visade också var skåpet skulle stå och "rodde" hem många fina segrar.

Annars var det väl bara Karin L på tjejsidan som tog medalj. Karin som precis har kommit hem från USA, där hon skulle träna, men som inte fick det att fungera så bra hade



naturligtvis inte hunnit ladda om och kunde därför inte visa sitt rätta jag.

Ungdoms-SM region yngre 9-10/11

Här hade vi inte så många med, men bäst gick det för Annica F som simmade så gott hon kunde trots en handskada, men det räckte ej till någon riksfinal tyvärr.

Ungdoms-SM region äldre 9-10/11

Vi hade många simmare med och individuellt var det Sofie K som gick till riksfinal på 100 och 200 bröst samt Jon G som klarade 100 fjärlil och 200 medley och David L på 200 bröst och 1500:a frisim. Benrik G gick även han till riksfinal på 50 frisim och är 2:a reserv på 100 frisim och 50 fjärlil. Dessutom fick vi med 3 lagkapper 4x 100 och 4x50 frisim samt 4x50 medley. I lagkapperna simmade Henrik G, Eje E, David L och Jon G.



Grand Prix i Eskilstuna och i Örebro

På båda dessa tävlingar var det nästan samma trupp och med Micke Frisk som ledare! Truppen bestod av Mats F, Henrik B, Jonas L och Micke J. I Örebro var Åsa E med- Individuellt har det gått bäst för Micke .1 som vunnit 200 och 400 medley i dom båda deltävlingarna och leder ännu så länge poängligan i medley. Dessutom har han simmat 200 bröst och 200 rygg och placerat sig 6:a och 2:a. Mats F har simmat bra men det har inte räckt till final ännu. Jonas L. har trots sin lilla träning visat att han kan simma på erfarenhet och knipit några poäng





## LIVRÄDDNINGSKURS (bekräftelse)

Datum: Söndag 10 november 1996  
Plats: Tibblebadet  
Kurslärare: SLS lärare  
Program: 08.30 samling och introduktion, 09.00 Hjärt och lungräddning,  
12.00 Lunch hos tegelbruket, 13.00 Första hjälpen, 14.00  
Livräddning (bassängarbete), 16.00 - 16.30 Sammanfattning och  
avslutning (vid bassängkanten eller klubblokal)

Ett glatt gäng i alla åldrar som deltog i kursen var följande:

|                    |                      |                   |
|--------------------|----------------------|-------------------|
| Krislin Stamy      | Anna-Maria Saalovara | Jenny Lagerlöf    |
| Helena Lundgren    | Therese von Ahn      | Sigrid Malmström  |
| Annelie Jonsson    | Susanne Bergdahl     | Anna Drewsäter    |
| Ingegerd Eklöf     | Nils Olof Hellman    | Kai Dittmer       |
| Sara Morton        | Mika Wallander       | Nathalie Wahlberg |
| Caroline Strömgren | Lisa Lundberg        | Sara Zomorodi     |

Kurs koordinatör TÄBY SIM var Elisabeth Andersson

## V5 SIMGLASÖGON



Kompleta inkl 2 st korr. linser

**399kr**

Ord pris 467 kr



**ÖGAT**

TÄBY. Täby Centrum. Tel 08-768 06 40



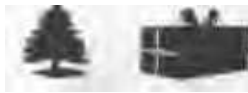


## USA-simmare

Alla kan väl inte ha undgått att se att Danne Karlsson inte syns i bassängerna här hemma! Nu är det så att Danne har åkt tillbaka till det stora landet för att förkovra sig inte bara inom simning utan också vidga sina studier. Rapporterna telefonledes visar att allt fungerar bra och att simningen/träningen är uppåt. Vi vet att Danne har kapacitet och att han är mycket bra. Jag tycker att han visade det på SM i somras, även om det var långt ifrån bästatider. Nu är det ju så, speciellt med medleysimmare att tekniken måste fungera i alla simsätt. Tappar man det lite i ett, så tar det tid att hitta tillbaka utan att "sabba" något av dom andra simsätten. Sen tror jag på det här med lite erfarenhetsutbyte, jag menar då att någon gång kanske träna med en annan klubb. Inte så kanske, att man skall börja laborera med tekniken men ändå att få köra lite andra typer av träningspass. Alla tränare har ju sin lilla specialitet. Vi följer med spänning Dannes form därborta för att se hur det utvecklar sig mot SM här hemma och framförallt hur det ser ut inför VM i Göteborg i april.

Karin L var också över, men fick det inte att stämma med träningstider och jobb (att passa barn tar mycket tid). Karin provade på detta hos en gammal Täbysimmare, Pernilla Henriksson, som numera bor därborta. Karin fick väldigt tidiga träningstider på morgonen, för att sedan passa barn hela dagen och sen iväg till kvällsträning. Sen kan man berätta också att simhallen inte låg i samma kvarter, utan det var bilfärd ca: 1 timme!





STÄNK FRÅN TÄBY SIM

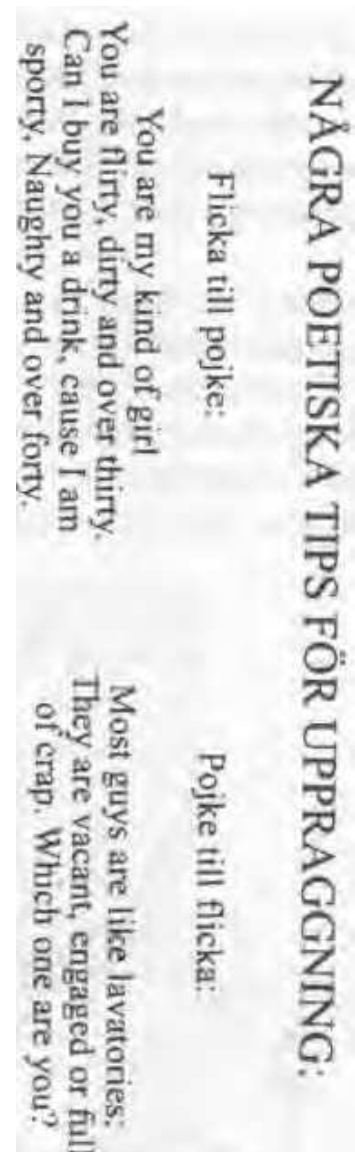


## Julpyssel

VILKET LAND?

Bygg ihop landsnamn av namnen nedan

| Nr  | Namn             | Landsnamn (?) |
|-----|------------------|---------------|
| 1.  | BO LINNEA        |               |
| 2.  | PEG NYTE         |               |
| 3.  | ELIN TIA         |               |
| 4.  | TAGE ILER        |               |
| 5.  | KARL DENG        |               |
| 6.  | ELIN BANA        |               |
| 7.  | SIVER EG         |               |
| 8.  | KARIN KERF       |               |
| 9.  | ANNA TIGER       |               |
| 10. | ERIK RÖSTE       |               |
| 11. | LISA NIBER       |               |
| 12. | CARINA AGU       |               |
| 13. | STURE AILAN      |               |
| 14. | STINA BRONTINER  |               |
| 15. | JAN GUVILOSE     |               |
| 16. | EVA STINA KNATT  |               |
| 17. | MARK DAN         |               |
| 18. | VERA DALLOS      |               |
| 19. | SIGNE ROPA       |               |
| 20. | LINDA HAT        |               |
| 21. | ELNA UVEZE       |               |
| 22. | HANS BAGDEL      |               |
| 23. | NICOLAS TEVEJOKK |               |





## Årets 4:e och sista rapport från simkommitten 1996

Året lider mot sitt slut och jag vill passa på att TACKA ALLA för ett fantastiskt simmarår. Återigen med nya framgångar i Täby Sim's färger. Några individuella som skall omnämnas speciellt är Danne K för sitt SM-guld och SM-silver samt Grand Prix seger i medley, Micke J för sina EJM-silver och EJM-guld samt JSM-guld och SM-silver och 2:a platsen i Grand Prix i medley, Mats F för EJM-guld samt Karin L för sina medaljer vid JSM/SM och Sara M för fina konstsimms framgångar. Så här i slutet av året borde man sätta sig ner och blicka tillbaka, men nu är det så med idrottens framgångar att man hela tiden vänder blicken framåt och mot nya mål. 1 dagens samhälle och värld och med IT-tekniken som "smyger" eller mer eller mindre överrumplar oss måste man detta för att hänga med. Men visst är det lite läskigt att det knappt finns någon tid att luta sig tillbaka och gunga i gungstolen och njuta av alla framgångar. Åtminstone skulle jag i min "höga" ålder vilja göra det! Men vad gör man inte för att hålla sig ung! Trots allt är det ju intresset att jobba med ungdomar som gör att gungstolen får gunga själv eller rättare sagt vila!! Det är en "morot" som kan försätta berg i rörelse. Jag vill också passa på att TACKA Tibblebadets personal för att ni är så förstående för Täby Sim.

Till sist men inte minst vill jag TACKA CARL JOHAN vår ordförande för ännu ett år i klubben och allt som du gör!

### Dags för pekpinnen!

Det man hoppas på är att våra politiker och andra som bestämmer i kommuner också börjar inse vad idrottsrörelsen och alla som jobbar ideellt där åstadkommer. Okay, vi har bidrag och vi måste få bidrag och det är vi jättetacksamma för, men när man pratar om åtstramning i stat och kommun, så ligger helt plötsligt idrotten väl till för att drabbas av detta. Orsaken till detta måste vara att det är så enkelt att ta bort lite då och då- Dom som jobbar där ideellt (och det är dom flesta) "skriker" inte tillräckligt högt utan biter samman och fortsätter för brinnande livet att försöka få verksamheten att gå ihop! Men drar man ner på någon annan samhällsklass som påverkar valutgången blir det ett Herrans liv. Det finns ingen riktig rakryggad politiker i dagen samhälle som törs stötta idrottsrörelsen!

Innan jag avslutar tacktalet till alla våra duktiga och till dom som stödjer klubben och vifta med "pekpinnen" mot de styrande i samhället vill jag ändå påstå att Täby Kommun och fritidsnämnden där försöker göra något för Täby Sim och det är vi mycket tacksamma för.



## Höststarten

I förra stänk beskrev jag att vi står inför höststart eller att vi höll på med uppstart och allt vad det innebär. Nu har vi och är i full gång och snart är det slut på ännu ett fantastiskt simmarår. Vi har fullt i alla grupper och kö till alla våra verksamheter. Men innan jag fortsätter min krönika skall jag passa på något som jag inte fick med i förra stänk. Vad kan det vara tänker många, han som skriver så mycket "blaj" och kanske det är så, men jag försöker komma ihåg så mycket som möjligt, men visst finns det ett och annat som borde komma med som inte gör det. Nåja, en gör så gott en kan!

## Nya tränare

Vad var det nu jag skulle? Jo visst ja, Jag vill passa på att hälsa dom nya tränare som kommit till klubben från Åkersberga Sim varmt välkomna. Ni behövs verkligen! Det är Bengt Svensson, Anki Bengtsson och Agneta Svensson. Om Benke finns det mycket att skriva om!!! Men jag får "sila" det värsta! Nä, så farligt är det inte, men bland det bästa kan jag berätta att han VAR en mycket duktig ryggsimmare på sin tid och tillhörde eliten. Jag tror, om jag inte minns fel, han har vunnit ett 20 tal DM medaljer bland annat och förmodligen en hel del andra också. Nu kommer min lilla undran om Benke och det är: Har han fortfarande medaljerna hängande på bröstet??? Ibland får man den tanken eftersom jag har uppmärksammat att



"bröstkorgen" antagit en något lägre "nivå" och drastiskt närmare sig golvet!!! Eller kan det vara något annat mån tro! Muskler eller?

Nog om denna fundering, men jag vet att Bengt är en mycket duktig tränare och VI är mycket glada att ha honom hos oss. Samtidigt känner jag honom väl och vi sitter ju i förbundet och jag vet att han gillar "Practical Jokes" (skämt). Ta gärna och fråga honom om när allas vår Elisabeth gladde sig åt att han skulle bli tränare för konstsimm.

Nu är det ju inte bara om Bengt det skall handla även om det finns mycket festligt, utan vad jag vet om Anki och Agneta är inte mycket av deras förflutna inom simning, men att dom bidragit med vackra utseenden och att dom dessutom är duktiga tränare är inte fy skam. Så varmt välkomna alla tre!

Tack till alla tränare och funktionärer samt stöd och resurskommittéerna Simkommittén/tävlingskommittén vill härmed framföra sitt STORA TACK till alla som gjort det under året! Som skapat nya förmågor, förbättrat simmare till nya prestationer och nya mål med fina resultat!

Utan er och alla simmare vore det inget. Vi som medverkar till dom arrangemang vi ordnar tycker att det är speciellt kul att se så många av våra hemmasimmare som deltar.



Samtidigt är det kul att se våra duktiga simmare på andra bortatävlingar som försvarar våra färger på ett mycket föredömligt sätt. När det gäller "stödisarna" (stödkommittén) är vi mycket tacksamma för alla fina stöd med försäljning, funktionärsfika och allt runt omkring. "Resurserna" (resurskommittén) jobbar i det tysta, men det kommer en och annan ny skylt och det skapas nya reklam/tack broschyrer samt en del annat smått och gott.

**Nya simmare**  
Vi har fått förstärkning utifrån, något som inte händer varje dag inom klubben, men som alltid är lika roligt. Sofie Karlsson är väl inte direkt något okänt namn, men nu har hon tagit på sig våra färger och skall tävla för oss. Hon ingår numera i elitgruppen efter sin framgång på USM i somras. Sen har vi Henrik Bokell, Martin Roos, Linda Gabrielsson, Anders Svensson, Ramin Behrouz. Therese Bengtsson från Å-berga sim. Sen har vi Marina och Marika Lundberg från Umeå samt Cecilia Geijer från Harnäs-Skutskär. I detta sammanhang bör inte glömmas Mikael Roeck-Hansen som är tillbaka hos oss efter en session hos Neptun. Senaste tillskottet är Niklas Svensson från Åkersberga Sim. Dessutom har vi fått ett tillskott i konstsim och det är Ida Östling.

Alla hälsas JÄTTE VARMT VÄLKOMNA till Täby Sim och vi hoppas att ni kommer att trivas och ge er själva och klubben många fina resultat.

**Simverksamheten**  
Som vanligt "lyckades" Gunnar fixa tränare till alla simgrupper, även om det skapar ett litet "magsår" och ser mörkt ut varje höst, men med lite "lock och pock" så fixades det. En otrolig KILLE den där Gunnar. (För dom som inte redan vet, så går det ett rykte att han är en av om inte Sveriges duktigaste tränare). Han har allt! Han kan "ta" alla simmare oavsett ålder. Hans erfarenhet på det fysiologiska och psykologiska är vida brett mot andra och för att inte tala om träningserfarenhet och lugn! Lyft på hatten för Gunnar!

Vi har fyllt bassängtiderna efter bästa förmåga, men det tar lite tid innan allt sätter sig och att vi vet att alla kommer som vill simma. Här är det viktigt att påminna om, att har du fått plats i en simgrupp, så måste du komma, annars går platsen till någon annan. Det är många i kö och vi måste fylla upp dom eventuella luckor som uppstår och utnyttja våra tider maximalt.

Höstens tävlingsprogram med alla resultat har visat var vi står. Vi har tagit många medaljer och skapat oro i övriga simmarsverige (men vem visste inte det!) Vi håller vår målsättning sedan länge med att vara



en bland dom 6 bästa klubbarna i distriktet. Gunnars tävlingsprogram visar på ett bra urval av tävlingar som tillgodoser samtliga simmare och som ger lagom erfarenhet i takt med individens utveckling.

Serie-Sim rullar på och vi gör våra resultat efter förmåga, men vi har det lite tunt i vissa åldersklasser vilket innebär att vi tappar poäng. Det är en bra tävlingsform och ingen kan klaga på att det är långa tävlingar utan man tävlar mot jämnåriga och i samma klass och presterar bra resultat. Våra egna Dopp är mycket populära och vi ser många nya simmare som törs prova på och som bara tävlar mot sig själva. Det är det viktigaste med Doppen och framförallt att vi använder en del föräldrar som "funktionärer" en trygghet för barnet som ser att just sin mamma eller pappa finns med och tittar på och medverkar. Ett mycket bra sätt att rekrytera in nya friska krafter i klubben vilket betyder en jätteviktig förstärkning till oss "gamla" som håller på. Det viktiga med Doppen är att vilja och tordas, inte så mycket om man blev etta eller sist utan att utvecklas till en bra simmare med framtida målsättning att vilja tävla. Här kan man berätta att Danne K, Micke J, Mats F och Karin L med många fler började sin bana inom simning just med att delta i Doppen!

### **Plask&Lek**

Inskrivningen gick bra även denna gång med det "nya systemet" under ordförande Carl Johans ledning (vem annars)! Efterarbetet med att fylla på grupperna har gjorts av Carl Johan och Elisabeth A (som numera är en duktig hjälpreda på kansliet). Visserligen saknas det ledare/assistenter men Carl Johan är en mästare på att ändå lyckas hålla igång ca; 200 barn, inte minst på att han själv kör några grupper. P&L är ett jättejobb att administrera eftersom det handlar om småbarn som inte riktigt vet vad dom vill ännu. Sen är det alltid svårt för småbarnsföräldrar som har flera barn i olika aktiviteter att få det att fungera tidsmässigt och hinna med. P&L bygger ju på att föräldrar engagerar sig (vatten är ju lite speciellt) och att mamma eller pappa finns med som ett viktigt stöd och att klubben behöver föräldrar som hjälp i denna verksamhet.

Jag vet att Carl Johan vill ha hjälp och bli lite avlastad, men det är svårt att "hitta någon" frivillig volontär till detta, SÅ DU SOM KÄNNER FÖR DETTA ELLER HAR ETT TIPS är välkommen med det! Vi övriga inom klubben som inte kan ta detta försöker istället avlasta honom med andra uppdrag så gott det går. Nu är det ju så att en ordförande alltid står i centrum när det gäller klubbens ansikte utåt, i mångt och mycket. I dessa åtstramningstider så är det mycket sådana aktiviteter (tyvärr), där en ordförande måste



bevaka/försvara klubbens intressen mot samtliga statliga och kommunala "påhitt" som ständigt drabbar idrottsrörelsen. Här är det på sin plats att skrika "LÄNGE LEVE BINGOLOTTO" som tillför idrotten massor av pengar! Så kom med i vårt gäng VI behöver dig!

Slutar mitt tyckande efter alla dessa "pekpinnar och lovord" till alla som hjälper till med Täby Sim med ett

STORT TACK OCH VI TAR NYA FRISKA TAG 1997.

Till sist skriver jag, som brukar bli en början på detta lilla kåseri! Som vanligt..... blickar ut över ett gråmulet målarövatten och laddar batterierna inför ett nytt spännande simmarår med TÄBY SIM

*Simkommittén*

## Vår tids olösta mysterier

*Enligt en debattbok som nyss kommit ut i USA har vetenskapen börjat nå sina gränser. Alla stora upptäckter är gjorda, menar författaren: bakterien, det expanderande universum, atomens uppbyggnad, allt är arbetat. Vad som återstår är detaljer, fotnotsproduktion.*

*Min blygsamma åsikt är att han har helt fel. Världen är full av ojorda upptäckter som väntar på sin Linné, Darwin eller Pasteur. Små fickor av utesägligt irriterande, försummade fenomen finns överallt, och vissa frågor om dem måste besvaras. Särskilt "Varför finns de?" och "Hur blir vi av med dem?"*

*Och jag talar inte om metafysiska gåtor som de om livets innersta **Mening** eller ondskans banalitet. Jag menar gissel som till exempel:*

### *EFTERSVETT*

*Svett kan motvilligt förstås och accepteras - kroppens egen termostat och ventilation, nödvändig för vår nedkylning, blablabla*

*Okey. Men eftersvett - ursäkta, vad är poängen? Man har slutat springa eller dansa eller vad man nu ansträngt sig med (bastat... , red.), man tar det lugnt, coolar ner sig, ägnar sig åt annat. Men man fortsätter svettas. I tjugominuter eller mer. Hallå! Vad var Guds avvikelse med den lilla detaljen? Rent slarv.*

*Göran Everdahl*

*(Klipp ur Svd av Fredrik Atmer)*



ÄNK FRÅN TÄBY SIM



# KM 1996



## TÄBY SIM och Vallentuna SK

hälsar sina medlemmar välkomna till 1996 års klubbmästerskap

LÖRDAGEN DEN 14 DECEMBER  
INSIM 13.00 TÄVLINGSSTART 13.45

ANMÄLAN GÖR DU TILL DIN TRÄNARE ELLER TILL KANSLIET  
SENAST TORSDAGEN DEN 12 DECEMBER

EFTER TÄVLINGARNA BJUDER STÖDKOMMITTÉN PÅ FIKA MED  
GLÖGG OCH PEPPARKAKOR

GLÖM EJ ÖPPNA SPRINT DÄR ALLA KAN TÄVLA MOT VARANDRA PÅ  
50 m FRISIM, GAMMAL SOM UNG

GRENORDNING - SE BAKSIDAN!  
DET BLIR 30 - 60 MINUTERS PAUS MELLAN PASS 1 OCH PASS 2.







## PROGRAM KM 1996

### Tävlingsklasser:

Damer / Herrar = födda -79 o tidigare

A = födda 1980 - 81

B = födda 1982 - 83

C = födda 1984 - 85

D = födda 1986 o senare

Knatte = födda 1988 o senare

### Program pass 1

1. 25 m fr flickor Knatte
2. 25 m fr pojkar Knatte
3. 25 m fj flickor D
4. 25 m fj pojkar D
5. 50 m 0 flickor C
6. 50 m fj pojkar C
7. 100 m fj flickor B
8. 100 m fj pojkar B
9. 100 m fj flickor A
10. 100 m fj pojkar A
11. 100 m fj Damer
12. 100 m fj Herrar
13. 50m ry flickor D
14. 50 m ry pojkar D
15. 50 m ry flickor C
16. 50 m ry pojkar C
17. 100 m ry flickor B
18. 100 m ry pojkar B
19. 100 m ry flickor A
20. 100 m ty pojkar A
21. 100 m ry Damer
22. 100 m ty Herrar
23. 50 m br flickor D
24. 50 m br pojkar D
25. 50 m br flickor C

### Program pass 2

26. 50 m hr pojkar C
27. 100 m br flickor B
28. 100 m br pojkar B
29. 100 m br flickor A
30. 100 m br pojkar A
31. 100 m br Damer
32. 100 m br Herrar
33. 25 m ry flickor Knatte
34. 25 m ry pojkar Knatte
35. 50 m fr flickor D
36. 50 m fr pojkar D
37. 50 m fr flickor C
38. 50m fr pojkar C
39. 100 m fr flickor B
40. 100 m fr pojkar B
41. 100 m fr flickor A
42. 100 m fr pojkar A
43. 100 m fr Damer
44. 100 m fr Herrar
45. 100 m IM flickor C final
46. 100 m IM pojkar C final
47. 200 m IM B, A, Damer final
48. 200 m IM B, A, Herrar final
49. 50 m fr Öppna Sprint Damer
50. 50 m fr Öppna Sprint Herrar

## MASTERS - DM 1 BREDÄNGSBADET

Årets Masters - DM i det pyttelilla Bredängsbadet blev en stor succé för Täby Sim. Vi hade kanske vår bästa trupp någonsin trots en del sedvanligt manfall i sista minuten. Glädjande var att vi hade tre debutanter genom Phille von Schoultz, Malin Lundvik och Madde Claréus med i truppen, samt John Plikk som genom dispens kunde vara med i den särskilda ungdoms - klassen (20 - 24 år). Dessvärre kunde vi också konstatera att Nils - Olov Hellman och Bosse Ahlgren valde att hoppa av i sista stund, vilket spräckte ett av våra lagkapslag. Mer trassel uppstod en halvtimme innan start. Ryktesvägen fick vi reda på att alla deltagare under 25 år ej fick simma lagkapp. Micke jobbade febrilt med att ändra lagen, medan jag fick efteranmäla John i två individuella grenar, så att han åtminstone fick simma någonting. Sedan uppstod det strul (första) med datorn så att alla heat - listor fick göras om. En halvtimme försenade kom vi igång.

Den udda grenen 200 m ryggsim (i dessa sammanhang) inledde passet. Intresset var svalt. Knappt ett 10 - tal startande, alla klasser medräknade, herr och dam. Micke kunde lugnt simma igenom som enda startande i sin klass och vann det första "guldet". På 50 m fritt skördade vi stora framgångar, Jonas Lögdberg och Putte Asp vann A (25+) respektive B (30+) klassen och mycket glädjande vann Phille C (35+)klassen. En härlig triumf för store och genomsympatiske Phille som vi alla unnade honom hjärtligt.

För damerna gick det också bra. Malin fick knappt stryk av en duktig Västeråsflicka och en av våra tre "Grand Oldies" Bettan Fredriksson vann klass G(55+). I bröstsim vann Jonas vår enda titel på herrsidan, medan damerna tog två genom Anne Forsell i C-klassen (35+) och Bettan i G. Utan min vetskap hade jag blivit anmäld till 50 m rygg vilket gjorde att jag fick dra av mig kläderna på rot och simma mot en kille från SK Ran. Mest för att han skulle slippa simma ensam. Efteråt fick jag en reprimand av tävlingsledaren för att jag försenade starten, genom att hålla på och knyta ihop badbyxorna i vattnet. Jonas och Micke vann i suverän stil sina klasser. I fjärl upprepade dom bedriften, medan Malin återigen föll knappt mot samma Västeråsflicka som i frisim.

Sedan brakade datorn ihop vilket föranledda arrangörerna vissa bekymmer vad gällde lagkapperna. En stor longör följde vilket skapade en del frustration inte minst i vårt eget gäng. Anne ville till och med att vi skulle skriva till svenska simförbundet. Nåja, alltihop var inte bara deras fel. När tävlingen äntligen kom igång igen blev det ännu mer strul med klass - indelningen och heatlistorna. Micke jobbade intensivt med att korrigera eventuella fel.



Roffe Hörner, Heimo Auer, Bettan och Anne simmade i klass D(200+) och vann frisim mix. Jonas, Malin, Putte och Madde vann klass A(100+) frisim mix. Damerna blev sedan tvåa i sin frimsimslagkapp klass B(120+), medan undertecknad fick äran att simma hem en titel i herrarnas lagkapp klass B(120+) tillsammans med Jonas, Putte och Micke. Ett av dom roligaste ögonblicken i min beskedliga idrottskarriär. I medley - lagkappen fick tjejerna knappt stryk trots att Madde nästan hämtade in en hel bassänglängd på slutsträckan 1). I herrarnas lagkapp hade vi samma gäng som på frisim. "Gör om din bragd i bröstsimmet nu!" sade Micke till mig innan. Fick en mindre ledning den här gången, men tappade bara en meter drygt och så fort Jonas kom i vattnet på fjärl så var saken klar.

Vi rundade av DM:et genom att vinna medley mix klass B(120+) med Micke, Jonas, Malin och Madde i laget. Sammanfattningsvis blev det här ett riktigt lyckat DM, kanske det bästa hittills. Arrangemanget lämnade väl mycket i övrigt att önska, men vi får väl hoppas att det inte upprepas. Individuellt vann Jonas 4, Micke 3, Bettan 2 och Putte och Phille varsin titel och i lagkapp vann vi 5 titlar. Det bådär gott inför framtida tävlingar, närmast Västerås öppna masters i februari. Det var allt för denna gång simmarvänner. Vi hörs!

*Stefan*

*I detta sammanhang bör noteras lite om Maddes karaktär... Först från en tidigare lagkapp - mixedlagkappen i frisim (se laguppställning ovan). Jonas och Malin kommer fram till Madde och gratulerar henne till segern eller att hon simmat i mål på sistasträckan. Som svar får de "Det var Puttes förtjänst...".*

*I den senare medleylagkappen där Madde återigen hade sista sträckan, hade hon fått för sig att motståndarlaget var i en annan klass. Därför hade hon ingen aning om att hon ens var i närheten att komma i kapp dem. Med tanke på att hon efter loppet sade att hon inte tog i kan ni tänka er hur lagkamraterna (speciellt Anne) reagerade när de missade en guldplakett!*

*Jonas*



## Nyheter från STÖDkommittén

Ååååh vad vore klubben utan dessa fantastiska föräldrar som bidrar med kraft, plånboksinnehåll, tid och kreativa idéer som de själva förvandlar till verklig handling.....

Barn gör inte som man säger, de gör som man gör....

Barn med aktiva, kreativa föräldrar kommer självklart i framtiden att göra som föräldrarna, som är deras närmaste vägledare här på jorden.

En klubb UTAN engagerade föräldrar blomstrar inte. TÄBY SIMS framgångar beror på engagerade vuxna, inte enbart på hur snabbt eller graciöst ungdomarna simmar.

Beundransvärda mammor och pappor som trots att de har tre eller flera små barn ändå ställer upp. Med korvförsäljning, Bingolotter, försäljning vid tävlingar, ställer upp vid planeringsarbete m.m. m.m. Trots att de har nattskift varannan dag gör dom det enbart för att klubbmiljön och klubbandan skall förbättras och gynnar ALLA de barn som simmar.

Alla dessa föräldrar som förser tävlingarna med priser, bakar, står vid försäljningsbordet, och alla funktionärer som nu utbildats. Flera funktionärer kommer att utbildas snart, så fort läkaren kan ställa upp sätter vi igång igen. Ha tålamod ni föräldrar som har anmält er.

Du förälder, som ännu inte har haft en chans att komma med. Hör av er till Margit Eklöf, mamma till Anders och Anna (oj, jag glömde lille Bingolottförsäljaren också).

Kom och besök undertecknad på kansliets öppertider eller ring så får du veta hur du kan bidra med att även ditt barn fortsätter att må bra i TÄBY SIM.

Kram från "STÖD" genom *Elisabeth*

Kanslitider:

Mån - Ons 17.30 - 19.30

Tis - Tor 10.00 - 12.00



# RESULTATBÖRS

## Konstsims USM 1996

I Tibblebadet den 16-17 november 1996

TÄBY SIMS bästa konstsimmerska i klasserna.

### A (14-17 år)

|                 |  |              |
|-----------------|--|--------------|
| Bäst i figurer: | Melissa  | 4:a          |
| Bäst i solo:    | Sara   | 3:a (brons)  |
| Bäst i par:     | Ellinor - Sara   | 3:a (brons)  |
| Bäst i lag:     | Helena,<br>Therese,<br>Melissa,<br>Lina,<br>Ellinor,<br>Sara | 2:a (silver) |

### B (13-14 år)

|                 |  |              |
|-----------------|--|--------------|
| Bäst i figurer: | Ida  | 2:a (silver) |
| Bäst i solo:    | Ida  | 3:a (brons)  |
| Bäst i par:     | Shanty - Ida                                   | 1:a (guld)   |
| Bäst i lag:     | Miriam,<br>Helena,<br>Malin,<br>Shanty,<br>Ida | 1:a (guld)   |

### C (12 år o yngre)

|                 |   |             |
|-----------------|---|-------------|
| Bäst i figurer: | Åsa   | 14:e        |
| Bäst i solo:    | Åsa   | 11:e        |
| Bäst i par'     | Katarina - Åsa                                      | 5:e         |
| Bäst i lag:     | Johanna,<br>Karolina,<br>Karin,<br>Katarina,<br>Åsa | 3:a (brons) |



Lite resultat saxat ur några av höstens simtävlingar 1996

Grand Prix i Örebro 9-10/11

|            |                 |         |        |
|------------|-----------------|---------|--------|
| 400 medley | Micke Jacobsson | 4.28.75 | 1:a    |
| 200 fjäril | Jonas Lögdberg  | 2.13.06 | 6:a    |
| 200 rygg   | Micke Jacobsson | 2.06,15 | 2:a    |
| 200 medley | Micke Jacobsson | 2.05.90 | 1:a    |
| 100 fritt  | Mats Forslund   | 53.18   | Försök |
| 100 fritt  | Åsa Eklöv       | 1.00.6? | Försök |
| 200 fritt  | Mats Forslund   | 1.58.?? | Försök |
| 50 fritt   | Mats Forslund   | 25.??   | Försök |
| 50 fritt   | Åsa Eklöv       | 28.??   | Försök |
| 100 fjäril | Jonas Lögdberg  | 1.00.?? | Försök |
| 50 fjäril  | Jonas Lögdberg  | 26,??   | Försök |

Viking sim Åland 26-27/10

|               |                  |        |     |
|---------------|------------------|--------|-----|
| 100 bröst     | Annika Forsberg  | 1.25.2 | 1:a |
|               | Anja Jingklev    | 1.28.9 | 2:a |
|               | Karin Nilsson    | 1.35.0 | 5:a |
| 100 bröst     | Anders Eklöv     | 1.38.3 | 4:a |
|               | David Mårlé      | 1.43.0 | 6:a |
| 100 fritt     | Miriam Wilson    | 1.02.1 | 1:a |
|               | Linda Geijer     | 1.06.1 | 2:a |
|               | Sofie Karlsson   | 1.06.4 | 3:a |
|               | Emilia Roukamo   | 1.10.2 | 6:a |
| 100 fritt     | Tobias           | 1.07.0 | 4:a |
|               | Marcus W         | 1.09.0 | 6:a |
| 200 rygg      | Liza Demsell     | 2.48.3 | 2:a |
| 200 IM -83    | Annika Forsberg  | 2.51.0 | 1:a |
|               | Karin Nilsson    | 3.02.1 | 4:a |
|               | Josefin Lindros  | 3.17.5 | 6:a |
| 200 IM -83    | Anders Svensson  | 2.52.9 | 3:a |
|               | Anders Eklöv     | 3.20.6 | 6:a |
| 200 IM -82    | Miriam Wilson    | 2.37.7 | 1:a |
|               | Martina Lundberg | 2.56.4 | 4 a |
| 200 IM -82    | Tobias Övergård  | 2.46.4 | 1:a |
|               | Gustaf Svensson  | 3.04.0 | 3:a |
| 100 bröst -82 | Sofie Karlsson   | 1.20.8 | 1:a |
|               | Karin Nilsson    | 1.21.1 | 1:a |
| 100 rygg -83  | Josefin Lindros  | 1 25.0 | 4 a |
|               | Annika Forsberg  | 1.28.6 | 6:a |
| 100 rygg -83  | Anders Svensson  | 1.19.2 | 2 a |
|               | Mårten Fredholm  | 1.25.5 | 5 a |

**Chiquita-doppet 20/10**

|            |                 |           |      |
|------------|-----------------|-----------|------|
| 50 fjärl   | Annica Forsberg | 33.16     | 2:a  |
| 50 fjärl   | Anders Svensson | 35.42     | 3:a  |
|            | Ramin Berouz    | 38.23     | 10:a |
| 400 frisim | Anders svensson | 5 21.36   | 2:a  |
|            | Ramin Berouz    | 5.29.85   | 4:a  |
| 100 rygg   | Anders Svensson | 1 1.18.64 | 1:a  |
|            | Ramin Berouz    | 1.24.63   | 5:a  |
| 100 bröst  | Ramin Berouz    | 1.34.44   | 3:a  |
| 50 frisim  | Annica Forsberg | 30.34     | 2:a  |

**Distanscupen 1500 frisim 23/10**

|            |          |          |                 |
|------------|----------|----------|-----------------|
| Micke J    | 16.05.42 | Mats F   | 17.14.50        |
| Fredrik A  | 17.54.22 | Clas R-H | <b>17.54.64</b> |
| David L    | 17.57.54 | Jonas L  | 18.07.90        |
| Henrik B   | 18.23.10 | Henrik G | 18.44.71        |
| Martin R   | 18.53.78 | Eje E    | 19.41.32        |
| Mikael R-H | 20.59.97 |          |                 |

**Botvid Sim 12-13/10**

|           |                 |         |     |         |                 |
|-----------|-----------------|---------|-----|---------|-----------------|
| 50 frisim | Annica Forsberg | 30.38   | 2:a | flickor | 13 år           |
| 50 frisim | Jon Granberg    | 27.78   | 3:a | pojkar  | 14-15 år        |
| 50 frisim | Mårten Fredholm | 30 83   | 4:a | pojkar  | 13 år           |
|           | Ramin Berouz    | 30.89   | 5:a | -"      | -"              |
|           | Anders Svensson | 32.27   | 6:a | -"      | -"              |
| 100 bröst | Annica Forsberg | 1.23.90 | 1:a | flickor | 13 år           |
|           | Anja Jinglev    | 1.31.76 | 4:a | -"      | -"              |
| 50 rygg   | Ramin Berouz    | 37.13   | 3:a | pojkar  | 13 år           |
| 50 rygg   | Josefin Lindros | 38.74   | 4:a | flickor | 13 år och yngre |
| 100 fjärl | Jon Granberg    | 1.04.32 | 1:a | pojkar  | 14-15 år        |
| 100 fjärl | Anders Svensson | 1.23.85 | 2:a | pojkar  | 13 år och yngre |
|           | Ramin Berouz    | 1.28.59 | 4:a | -"      | -"              |

**Grand Prix 20/10**

|            |                        |         |     |
|------------|------------------------|---------|-----|
| 200 medley | <b>Micke Jacobsson</b> | 2.07.42 | 1:a |
| 400 medley | Micke Jacobsson        | 4.28.65 | 1:a |
| 200 bröst  | Micke Jacobsson        | 2.26.54 | 6:a |
| 200 rygg   | Micke Jacobsson        | 2.09.59 | 5:a |



## Junior-DM 1 - 3/11

|              |                |          |     |
|--------------|----------------|----------|-----|
| 4x200 frisim | Täby Sim lag 1 | 7.57.75  | 1:a |
|              | Clas R-H       | 2.02.77  |     |
|              | Henrik B       | 2.01.03  |     |
|              | Mats F         | 1.57.56  |     |
|              | Micke J        | 1.56.45  |     |
| 400 medley   | Micke J        | 4.35.35  | 1:a |
|              | Mats F         | 4.52.27  | 1:a |
| 100 frisim   | Henrik B       | 54.22    | 1:a |
|              | Mats F         | 54.37    | 2:a |
| 50 rygg      | Karin L        | 31.61    | 2:a |
| 200 fjäril   | Micke J        | 2.09.05  | 1:a |
| 400 frisim   | Micke J        | 4.10.98  | 1:a |
|              | Mats F         | 4.21.09  | 2:a |
| 50 fjäril    | Karin L        | 28.39    | 4:a |
| 200 medley   | Micke J        | 2.11.25  | 1:a |
|              | Fredrik A      | 2.20.73  | 5:a |
| 50 frisim    | Henrik B       | 24.82    | 1:a |
|              | Mats F         | 25.43    | 5:a |
| 1500 frisim  | Micke J        | 10.57.45 | 1:a |
| 200 bröst    | Fredrik A      | 2.38.44  | 6:a |
|              | David L        | 2.39.42  | 7:a |
| 4x50 frisim  | Täby Sim lag 1 | 1.38.30  | 1:a |
|              | Henrik B       | 24.73    |     |
|              | Mats F         | 24.55    |     |
|              | Micke J        | 23.87    |     |
|              | Fredrik A      | 25.15    |     |
| 4x100 medley | Täby Sim lag I | 4.05.64  | 1:a |
|              | Micke J        | 59.89    |     |
|              | Fredrik A      | 1.11.57  |     |
|              | Mats F         | 1.00.67  |     |
|              | Henrik B       | 53.51    |     |
| 200 frisim   | Mats F         | 1.59.79  | 2:a |
|              | Henrik B       | 2.00.03  | 4:a |
| 100 frisim   | Miriam W       | 1.01.65  | 7:a |
| 100 bröst    | Micke J        | 1.06.80  | 1:a |
| 100 rygg     | Karin L        | 1.07.61  | 2:a |
| 4x50 medley  | Täby Sim lag 1 | 1.51.58  | 1:a |
|              | Micke J        | 28.17    |     |
|              | Fredrik A      | 32.33    |     |
|              | Mats F         | 27.01    |     |
|              | Henrik B       | 24.07    |     |



Henrik Bokoll och Mikael Frisk





4x100 frisim

Täby Sim lag 1

3.34.46 1:a

Henrik B

54.13

Mats F

53.51

Micke J

52.01

Fredrik A

54.81



Mastersimmare in action

Har ni några bra bilder ni vill få publicerade i STÄNK så skicka in dem till kansliet. Efter att STÄNK är tryckt får ni tillbaka dem. (red.)

## Le Mans

| St Namn             | Tid   | Rang |
|---------------------|-------|------|
| 1 Åsa Eklöf         | 28,68 | 4    |
| 2 Malin Lundvik     | 28,64 | 3    |
| 3 Miriam Wilson     | 28.50 | 1    |
| 4 Madeleine Clareus | 29,89 | 17   |
| 5 Caroline Weinö    | 29,60 | 13   |
| 6 Tanja Karjanmaa   | 29,56 | 12   |
| 7 Therese Bengtsson | 30,66 | 23   |
| 8 Annika Forsberg   | 29,61 | 14   |
| 9 Linda Gabrielsson | 30,99 | 26   |
| 10 Sofie Karlsson   | 29,51 | 11   |
| 11 Åsa Eklöf        | 28,89 | 6    |
| 12 Susanne Lindborg | 30,55 | 22   |
| 13 Cecilia Geijer   | 32,18 | 34   |
| 14 Linda Berdahl    | 30,45 | 21   |
| 15 Malin Lundvik    | 29,33 | 9    |
| 16 Miriam Wilson    | 29,21 | 7    |
| 17 Lisa Olsson      | 30,92 | 24   |
| 18 Emilia Ruokamo   | 32,36 | 35   |

## 50-Manna

| St Namn                | Tid   | Rang |
|------------------------|-------|------|
| 1 Henrik Bokell        | 24,40 | 2    |
| 2 Svante Rasmusson     | 26,07 | 21   |
| 3 Robert Metell        | 28,59 | 45   |
| 4 Martin Roos          | 25,51 | 10   |
| 5 Jonas Lögdberg       | 25,25 | 6    |
| 6 Mats Forslund        | 24,70 | 3    |
| 7 Micke Jacobsson      | 24,05 | 1    |
| 8 Patrik Asp           | 25,28 | 7    |
| 9 Mikael Frisk         | 25,11 | 5    |
| 10 Henrik Gustavsson   | 25,92 | 18   |
| 11 Eje Eklöf           | 25,70 | 14   |
| 12 David Larsson       | 26,97 | 27   |
| 13 Per Corneliusen     | 27,46 | 33   |
| 14 Philip von Schultz  | 25,86 | 17   |
| 15 Mikael Roeck-Hansen | 25,65 | 13   |
| 16 Clas Roeck-Hansen   | 26,15 | 22   |
| 17 Jon Granberg        | 27,21 | 31   |
| 18 Berndt Sundqvist    | 25,28 | 8    |



## INK FRÅN TÄBY SIM



| St Namn              | Tid      | Rang | St Namn               | Tid      | Rang |
|----------------------|----------|------|-----------------------|----------|------|
| 19 Helena Svenle     | 32,67    | 39   | 19 Micke Sjöborg      | 27,48    | 35   |
| 20 Lotta Bäckman     | 31,88    | 32   | 20 Jonas Bergabo      | 25,56    | 11   |
| 21 Anne Forsell      | 31,02    | 27   | 21 Johanni Carlsson   | 27,66    | 37   |
| 22 Åsa Eklöf         | 28,78    | 5    | 22 Jonas Rossander    | 26,03    | 20   |
| 23 Sarah Morton      | 32,56    | 37   | 23 Thomas Lindahl     | 26,64    | 23   |
| 24 Jeanette Peterson | 32,63    | 38   | 24 Magnus Gustavsson  | 24,81    | 4    |
| 25 Ellinor Lindgran  | 32,80    | 40   | 25 Martin Rogersson   | 25,71    | 15   |
| 26 Sara Melander     | 32,51    | 36   | 26 Miclas Fagrell     | 26,94    | 26   |
| 27 Madeleine Clareus | 30,02    | 18   | 27 David Söderström   | 25,60    | 12   |
| 28 Caroline Weinö    | 30,09    | 19   | 28 Anders Svensson    | 26,71    | 24   |
| 29 Tanja Krajanmaa   | 30,38    | 20   | 29 Jesper Eriksson    | 28,27    | 43   |
| 30 Therese Bengtsson | 30,92    | 25   | 30 Fredrik Gernandt   | 27,28    | 32   |
| 31 Annica Forsberg   | 29,80    | 16   | 31 Fredrik Atmer      | 25,40    | 9    |
| 32 Linda Gabrielsson | 31,16    | 29   | 32 Staffan Ljung      | 27,72    | 38   |
| 33 Åsa Eklöf         | 28,56    | 2    | 33 Peter Rennestav    | 28,32    | 44   |
| 34 Susanne Lindborg  | 31,17    | 30   | 34 John Pliikk        | 25,96    | 19   |
| 35 Cecilia Geijer    | 32,13    | 33   | 35 Peter Pliikk       | 25,76    | 16   |
| 36 Sofie Karlsson    | 29,68    | 15   | 36 Tomas Grandell     | 28,66    | 46   |
| 37 Malin Lundvik     | 29,45    | 10   | 37 Markus Grandell    | 27,19    | 30   |
| 38 Miriam Wilson     | 29,27    | 8    | 38 Magnus Thunborg    | 27,00    | 28   |
| 39 Lisa Olson        | 31,21    | 31   | 39 Anders Thunborg    | 27,47    | 34   |
| 40 Heidi Pöllänen    | 31,10    | 28   | 40 Torbjörn Angerfelt | 28,71    | 47   |
|                      |          |      | 41 Martin Angerfelt   | 27,13    | 29   |
| Totalt:              | 20:19.32 |      | 42 Per Angerfelt      | 28,75    | 48   |
|                      |          |      | 43 Stefan Eriksson    | 29,30    | 49   |
|                      |          |      | 44 Ola Ritzän         | 27,95    | 41   |
|                      |          |      | 45 Pontus Lögdberg    | 30,17    | 50   |
|                      |          |      | 46 Nils-Olof Hellman  | 27,77    | 39   |
|                      |          |      | 47 Kalle Hedberg      | 27,59    | 36   |
|                      |          |      | 48 Sven Jeppson       | 27,77    | 40   |
|                      |          |      | 49 Thomar Pråhl       | 28,17    | 42   |
|                      |          |      | 50 Mats Einarsson     | 26,84    | 25   |
|                      |          |      | <b>Totalt:</b>        | 22:17.48 | 4:a  |

**Tävlingskalender:****Deltagare****Tävlingsdatum****Serie-Sim och Doppen kommer att planeras in!**

|                          |                  |               |
|--------------------------|------------------|---------------|
| US-OPEN                  | E+A              | 11 - 12/1     |
| WC Malmö                 | E                | 25 - 26/1     |
| Prelek-Cup               | E+A+B            | 25 - 26/1     |
| Järfälla Knatte          | ME+CR            | 25 - 26/1     |
| Väsby Cup                | E+A+B+C          | 1 - 2/2       |
| Kringel-Sim              | E+A+B            | 15 - 16/2     |
| DM i Tibble              | E+A              | 7 - 9/3       |
| Sollentuna Simfest       | E+A+B            | 15 - 16/3     |
| Tyresö Knatte            | C+ME             | 15 - 16/3     |
| Fyrishof Cup             | E+A              | 22 - 23/3     |
| SM Västerås              | E                | 28 - 31/3     |
| Grand Prix 3 Västerås    | E                | samma tävling |
| Mora Cup                 | E+A+B+C          | 5 - 6/4       |
| Järfälla Nationella      | A+B              | 12 - 13/4     |
| Simiaden Distrikt        | C i ME           | 12 - 13/4     |
| VM i Göteborg            | Uttagna          | 17 - 20/4     |
| Bromma Nationella        | A+B+C            | 19 - 20/4     |
| Simiaden Region          | C+ME             | 3 - 4/5       |
| Neptuniaden              | E+A+B+C          | 17 - 19/5     |
| Grand Prix 4 Burlöv      | E                | 17 - 19/5     |
| Grand Prix 5 Landskrona  | E                | 7 - 8/6       |
| Viking Cup               | A+B+C            | 8/6           |
| Skara Cup                | A+B+C            | 28 - 29/6     |
| Sum-Sim Halmstad         | A                | 5 - 6/7       |
| SM Norrköping            | E                | 10 - 13/7     |
|                          | <b>Sommarlov</b> |               |
| Vadköpingsdoppet         | A+B              | 13 - 14/9     |
| Arne Borgs Minne         | E+A              | 27/9          |
| Väsby Knatte             | C+ME             | 4 - 5/9       |
| Grand Prix 1 Uppsala     | E                | 4 - 5/9       |
| Åkersberga Sim           | B+C              | 11 - 12/10    |
| Botvid Sim               | E+A+B            | 11 - 12/10    |
| 50 Manna                 | ALLA             | 17/10         |
| Le Man                   | ALLA             | 17/10         |
| Sun Cup                  | E+A              | 25 - 26/10    |
| Grand Prix 2 Malmö       | E                | 1 - 2/11      |
| Sum-Sim region           | E+A+B            | 8 - 9/11      |
| 20 Manna                 | ALLA             | 14/11         |
| Junior-DM                | E                | 14 - 16/11    |
| Grand Prix 3 - Örebro    | E                | 28 - 30/11    |
| VM Kval - Örebro         | E                | Samma tävling |
| Sum-Sim Riks Gävle       | E+A              | 29 - 30/11    |
| Junior-SM - Kristineberg | E                | 4 - 7/12      |
| Julkapps-Doppet          | E+A+B            | 13 - 14/11    |



## **Vi tackar för priserna till ungdoms-SM i konstsimm som gick i Tibblebadet den 16-17 november 1996**

- \* Täby kommun
- \* Ella Trädgård
- \* ICA Gribbylund
- \* Arvid Nordqvist
- \* Colgate/Palmolive
- \* Försäkringskassan
- Täby Centrum/ City
- \* TIKAB Struktur Mekanik
- \* Alf Sörensen AB
- \* Findus-Nestle Quick Snack
- \* AB Torsleff & Co
- \* Posten Mörby Centrum
- \* Sparbanken Täby Centrum
- \* Hefri Sports
- \* Randiga rutan
- \* Klippoteket Arninge
- \* Expert Kungens kurva
- \* Arena
- \* Skanska
- \* JC
- \* Tröjforum
- \* NTC
- \* Apoteket Svalan
- \* Aftonbladet
- \* Body Shop
- \* Essex
- \* Cementa
- \* Laser Line
- \* Electrolux
- \* Cosmic
- \* Wackes
- \* JMT Textiltryck
- \* McDonalds Täby Centrum

