

# STÄNK



**Nr 1,  
Februari 2003**



# TÄBY SIM

## - Föreningen för simsport och motion -

**Adress:** Simhallen, 183 34 TÄBY  
**Tel/fax:** 768 15 44  
**Hemsida/ E-post:** [www.idrott.nu/tabysim](http://www.idrott.nu/tabysim) (hemsida), [gunnar.tabysim@idrott.nu](mailto:gunnar.tabysim@idrott.nu) (tävl. simning), [anki.tabysim@idrott.nu](mailto:anki.tabysim@idrott.nu) (simskola, Plask o Lek).  
**Postgiro:** 14 77 00 - 9 (medlemsavg), 81 55 5-5 (ekonomi)  
**Kansli:** I simhallen, bakom spärrarna, på entréplan  
**Stänkbidrag:** I informationskommitténs fack i kansliet, på diskett eller via E-post.

		<b>Arbete</b>	<b>Bostad</b>
<b>Huvudtränare:</b>	Gunnar Fornander	768 63 27	
<b>Simskola &amp; kansli:</b>	Anki Fagerberg	768 15 44	511 87 505
<b>Plask &amp; lek ansvarig:</b>	Carl Johan Hellman	788 80 18	756 24 34
<b>Ansvarig - konstsim:</b>	Elisabeth Andersson		758 82 06
<b>MBK ansvarig:</b>	Sven Sahlström		758 87 41
<b>Mastersansvarig:</b>	Stefan Eriksson	756 58 36	756 65 98
<b>Revisorer:</b>	Philip von Schoultz (ordinarie)	0708-307657	756 47 84
	Jonas Lögdberg (ordinarie)	0709-253231	623 17 23
	Björn Eklöf (suppleant)		756 25 07
<b>Valberedning:</b>	Gunnar Fornander (ordf)	768 63 27	
	Ann-Christin Fagerberg	768 15 44	
	Lennart Andersson		758 82 06
<b>STYRELSEN</b>			
<b><u>Ledamöter:</u></b>			
<b>Ordförande:</b>	Carl Johan Hellman		756 24 34
<b>Kassör:</b>	Febe Thulin		070-7820099
<b>Sekreterare:</b>	Marie Håkansson		758 10 87
<b>Simkommitté:</b>	Lennart Eklöf		510 119 97
<b>Konstsimskommitté:</b>	Lena Björkestam		510 119 90
<b>Utbildningskommitté:</b>	Elisabeth Andersson		758 82 06
<b>Infokommitté/vice ordf.:</b>	Johan Finnved	070-849 99 12	768 82 55
<b>Resurskommitté:</b>	Christer Pellfolk		
<b>Stödkommitté:</b>	Margit Eklöf		510 119 97
<b><u>Suppleanter:</u></b>			
<b>Simkommitté:</b>	Mats Johansson,		768 64 38
	Agneta Timbäck		540 230 81
<b>Konstsimskommitté:</b>	Susanne Shelley		510 507 09
<b>Utbildningskommitté:</b>	Carola Viklund	638 31 14	
<b>Infokommitté:</b>	Nils Olof Hellman		756 45 95
<b>Resurskommitté:</b>	Katharina Brinkeback		792 09 93
<b>Stödkommitté:</b>	Åsa Jansson		510 119 88
<b><u>Adjungerade:</u></b>			
<b>Simmarrepresentant:</b>	Niklas Ankartross (simmare i A-gruppen)		510 105 47
<b>Simmarrepresentant:</b>	Vakant (konstsim)		
<b>Tränarrepresentant:</b>	Jenny Hansson		541 337 43

## Ordförande har ordet



Välkomna alla tillbaka i verksamheten så här nu drygt en månad efter nyåret! Tack alla ledare och tränare för ert fina jobb under 2002 och lycka till med fortsättningen!

2002 avslutades med ett fint KM i simning med många startande och massor av fina resultat. Speciellt glädjande var att det var många som ställde upp i de yngsta klasserna. Det var ett bevis på att vår breda barnverksamhet även skapar intresse för att pröva på att tävla. Vi fick även se lite av våra duktiga konstsimsflickor som gjorde "piruetter" i vattnet. Som avslutning bjöds alla vi åskådare på ett vackert och väljundande Luciatåg under Jennys säkra ledning.

Resultatmässigt innebar förra året att Täby Sim åter tillhör landets 20 bästa simsportklubbar. För det har vi främst att tacka alla SM-, JSM- och USM-deltagare (inte minst Micke J), både i simning och konstsim, och deras tränare! Men det viktigaste är kanske ändå att vi har en ny och mycket bred och duktig generation idrottsungdomar på gång. Nästan alla kommer från vår barnverksamhet och den helheten gläder mig speciellt

Under förra året blev jag även aktivt delaktig i den kommunala simskolan som vår förening driver. Den verksamheten, som Anki ansvarar för, fungerar mycket bra med alla de duktiga simlärare som föreningen har. Alla skapar de en goodwill som visar sig främst i föräldrars vilja att barnen skall få fortsätta i klubbens verksamhet. Det gäller bara för oss att skapa möjligheter att ta hand om alla dessa intresserade!

Flera täbysimmare medverkade bl. a. som aktiva, funktionärer och åskådare vid World Cup i Eriksdalsbadet i januari. Det var en fantastisk upplevelse för oss som kunde vara där och säkert en inspiration för våra unga. Det ryktas att några av våra yngre förmågor fick självaste Ian Thorpe att posera på bild med dem!

Framför oss ligger en jobbig vår med bl.a. ansvaret för Masters-SM 21-23 mars i Tibblebadet. Vi behöver mycket stöd för att uppfylla de krav som simmar-Sverige ställer på oss – det är en ära att få detta ansvar. Se särskilt utrop i denna STÄNK! Kom också och se på tävlingarna. Det är fantastiskt hur skickligt äldre, ända upp i 90-årsåldern, simmar tävlingssim.

Vi har också ett årsmöte som väntar 10 mars. Till detta kallar vi alla medlemmar och Täby Sim-vänner. Det är ni som skall välja ny styrelse och tala om hur ni vill att föreningens framtid skall se ut! Speciellt riktar jag mig till er yngre - man är röstberättigad om man är medlem och fyller lägst 15 år under 2003. Var med och påverka!

Välkomna till årsmötet och Masters-SM!

*Carl Johan Hellman / ordförande*

PS. Enligt senaste rapporter blev vi trea i Seriesim 7 februari. Grattis! DS.

---

## **U**TBILDNING är utveckling och **U**TVECKLING är utbildning

När STÄNK kommer ut så har våra TÄBY SIM-medlemmar gått andra delen av sin siminstruktörs kurshelg som SISU arrangerade för Stockholms Simförbund.

TÄBY SIM:s medlemmar som redan har haft egna Simidrottsgrupper (Sim o Konstsim) har gått Simidrott Assistentkurs (Gemensam Simidrottgrundkurs för simning, konstsim, polo och simhopp) har praktiserat minst ett år. Bravo!

Nicklas Näs, Erika Ericsson, Niklas Ankartross, Cecilia Karlsson, Sabine Saracco, Linda Spahiu, Annika Lennart, Agneta Timbäck.

*Elisabeth / utbildning*

### **Hur fungerar idrottsrörelsen? Hur kan en klubb bli framgångsrik?**

Utveckling är utbildning.

I vårt fall betyder det att klubben bara kan utvecklas i den riktning vi önskar om ledare och andra ansvariga utbildas.

Är du ledare av en grupp eller styrelsemedlem, intresserad av att lära dig mer om idrotten, bläddra då i SISU kurskatalogen som hänger på anslagstavlan.

Hör av dig till *Elisabeth Andersson*

## Gunnar har ordet

Hej igen!

Vad har hänt sedan förra numret av STÄNK?

Jo, bl. a. hade vi klubbmästerskap vid Luciatid. De etablerade lyste, grattis till stormästarna Linnea Sundberg och Daniel Karlsson och minimästarna Samira El-Adwy och Sebastian Holmberg! Flera nya segrarnamn dök upp i de yngre klasserna: Ericsson, Sundin, Mattinson...

Hur vår tävlingsmässiga framtid ser ut kan vi kanske få en fingervisning om i Stockholms ungdomsserie. Vi har ju legat i div. 1 under ett par år. Framtiden är lite osäker, men om alla är friska har vi fullt lag tack vare att en del av våra 91-pojkar går upp och simmar mot de som är ett par år äldre.

Träning pågår som vanligt varje vecka, även om ovanligt många har varit sjuka senaste tiden. Influensan slår hårt i år.

I slutet av mars arrangerar vi Masters-SM i Tibblebadet! Vi hoppas på stöttning från många håll och att den tävlingen blir en fest för alla startande.

Man skulle kunna säga att det är fullt upp!  
Ha det bra – våren är snart här!

***Gunnar***

PS. Stort GRATTIS till Carl Johan Hellman som för 2002 fick Täby kommuns idrottsmedalj för sitt idoga ledararbete i Täby Sim! DS.



## Pressklipp för Täby kommuns idrottsmedalj 2002 som gick till Täby Sims ordförande Carl Johan Hellman!

### Pressmeddelande: Idrottsmedaljörer 2002

2003-01-31

Täby kommuns idrottsmedalj 2002 går till framgångsrik ledare i Täby Sim samt kvinnlig badmintonspelare i världsklass

Jury för utdelning av Täby kommuns idrottsmedaljer 2002 har beslutat utse CARL JOHAN HELLMAN, för sin mångåriga ledargärning i Täby Sim, och SARA PERSSON, från Täby Badmintonförening som utövare på elitnivå.

Carl Johan Hellman har varit ordförande i Täby Sim i 12 år. Han har under större delen av denna tid även med stor entusiasm varit verksam som utbildare av simfunktionärer. Som ledare har han aktivt inspirerat simföräldrar att ta sitt ansvar och delta i klubbens arbete. Under hans tid har ett flertal täbysimmare nått stora nationella och internationella framgångar. Mycket tack vare honom har konstsimmets inom klubben fått utvecklas med framgång. Carl Johan Hellman har den värdefulla förmågan att med sin organisationskapacitet leda Täby Sim såväl administrativt som sportsligt. Hans ledargärning är både mångårig, kunnig och framgångsrik. Han framstår därför som ett inspirerande gott exempel på vad en bra ledargestalt betyder för klubbidrotten.

...

*Hämtat från Lokaltidningen "mitt i Täby", tisdag 4 februari 2003:*

### Veteran får pris för mångårig inspiration

**Idrottsmedalj:** För sin mångåriga ledargärning i Täby Sim får **Carl Johan Hellman** Täby kommuns idrottsmedalj 2002. Under de tolv år han suttit som ordförande har simföräldrar inspirerats till att ta ansvar och delta i klubbens arbete. Därutav har flera duktiga Täbysimmare fostrats.

Utmärkelsen samsas Carl Johan Hellman om med Täby Badmintons OS-hopp **Sara Persson**, vars fjolårssäsong innebar ett internationellt genombrott och en ranking som nummer 17 i världen i singel.

## TÄBY SIMS ÅRSMÖTE 2003

Täby Sims årsmöte avhålls måndagen 10 mars 2003 kl. 19.00 i Tibble Sportcentrums konferensrum ovanför centrecourten. Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast 10 februari 2003.

Årsmöteshandlingar kommer att finnas tillgängliga på Täby Sims kansli från och med 3 mars kl 1800. Kaffe m. m. kommer att serveras. Alla medlemmar välkomna!

*Styrelsen*

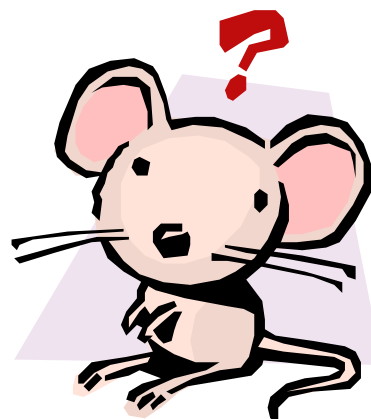
---

### INFÖR ÅRSMÖTET

Några bestämmelser ur våra stadgar m m:

- röstberättigad är den som betalt förfallen medlemsavgift 2002 och fyller minst 15 år under 2003. Rösträtten är personlig och får inte utövas genom ombud.
- förslag från medlem (motion) skall vara styrelsen tillhanda senast fyra veckor före årsmötet.
- beslut vid årsmötet fattas med enkel majoritet utom vad avser stadgeändring och upplösning av föreningen då det skall vara 2/3 majoritet.
- vid årsmötet sker bl. a. genomgång av senaste års verksamhet och ekonomi. Beslut tas om avgående styrelses ansvarsfrihet och eventuell ändring av medlemsavgifter. Därefter fastställs verksamhetsplan och budget för påbörjat år samt väljs ny styrelse. Avslutningsvis behandlas propositioner (styrelseförslag) och motioner (förslag från medlemmar). Styrelsen kan också ge information om särskilt viktig fråga som ej är stadgefråga. Tillfällen ges också åt deltagarna i årsmötet att ställa frågor.
- Stadgarna finns på kansliet eller så hittar Du dem på vår hemsida:  
[www.idrott.nu/tabysim](http://www.idrott.nu/tabysim)
- Om Du har frågor kontakta gärna styrelsen!

*Ordförande*





## UPPROP INFÖR MASTERS-SM



Täby Sim har av Svenska Simförbundet fått uppdraget att arrangera och genomföra årets Masters-SM. Det äger rum 21/3 – 23/3. 300-350 deltagare kan förväntas. Då tävlingen är öppen, brukar utlänningar, främst från de nordiska länderna, delta.

Uppdraget innebär att mycket av föreningens personella resurser behöver tas i anspråk. Det gäller inte bara funktionärer och administrativ personal utan **all** personal som totalt erfordras för genomförandet. Programmet ser i stort ut enligt följande:

Fre 21/3 em: iordningställande av tävlingsarenan och andra utrymmen,  
SM-byrån bemannad fr.o.m 12.00.  
kv: funktionärssamling och insimning,  
tävlingspass 1, slut ca 21.00.

Lör 22/3 fm: funktionärssamling och insimning,  
officiell invigning med nationalsång,  
tävlingspass 2, slut ca 12.30,  
under fm SM-byrån och försäljning i gång,  
lunch förbereds och serveras av Täby Sim.  
em: funktionärssamling och insimning,  
tävlingspass 3, slut ca 18.00,  
under em SM-byrån och försäljning i gång,  
under em förbereds kvällens fest.  
kv: från ca 1930 – 0100, fest (middag med dans)  
i Täby Sims regi i Tibbleskolans matsal.

Sön 23/3 fm: funktionärssamling och insimning,  
tävlingspass 4, slut ca 12.30,  
avslutning,  
under fm SM-byrån och försäljningen i gång  
under fm återställande av Tibbleskolans matsal,  
lunch förbereds och serveras av Täby Sim.  
em: återställande av Tibblebadet m.m.

**Följande konkreta arbetsuppgifter behöver vi hjälp med:** funktionärsskap – minst 20 st/pass (endast utbildade funktionärer), 2 st i SM-byrån (information, bakomsekretariat m m, goda kunskaper i engelska), 2-3 st löpare (ungdomar), 2 st i försäljningen (försäljning av badkläder m m), 2 st som biträder vid luncherna, minst 4 st som hjälper till med förberedelser för festen, minst 4 st som hjälper till under festen (servering m m, gärna ungdomar, dock över 16 år), 2 st bilförare med bilar före och efter passen och festen, minst 4 st för iordningställande av tävlingsarenan, minst 6 st för återställande av Tibblebadet m.m.



De som medverkar före och efter luncher bjuds på lunch om de så önskar.

**Anmäl till kansliet, Gunnar Fornander eller ordförande det Du kan ställa upp på!**

NÄR VÅRA AKTIVA ÄR UTE OCH TÄVLAR, SVARAR ARRANGÖREN FÖR MYCKET AV OVAN. NU ÄR DET VÅR TUR ATT VISA ATT VI KAN OCKSÅ! HJÄLP TILL ALLA SOM KAN!!!

*Carl Johan H / ordförande*

---



## TÄBY SIMS HEJARRAMSA

Flickorna: Vart vi går  
Alla: Vart vi går

Flickorna: Så frågar alla människor  
Alla: Så frågar alla människor

Flickorna: Vart vi kommer från  
Alla: Vart vi kommer från

Flickorna: Så svarar vi som alltid  
Alla: Så svarar vi som alltid

Flickorna: Vi kommer ifrån Täby  
Alla: Vi kommer ifrån Täby

Flickorna: Gröna sköna Täby  
Alla: Gröna sköna Täby

Flickorna: Och om ni inte hör oss  
Alla: Och om ni inte hör oss

ALLA: Så skriker vi, Åååååå TÄBY!!!



*(C-gruppstränaren Agneta Holmberg och simmarna i C-yngre hittade på ramsan)*

---

## Rapport från Plask&Lek, simskolan och SLUSS

Så har även småbarnsverksamheten kommit i gång. Det mest glädjande är att några nya ledare har engagerats och kommit i gång mycket bra. Helena Ewerbring och Christian Froissart på lördag fm samt Doris Lenkvist på söndag em. Det har inneburit att alla barn, 4 år och äldre, med mer än ett års kötid har kunnat erbjudas plats. Ett fåtal platser finns kvar och dessa skall fyllas upp snarast!

Samordningen med den kommunala simskolan fungerar bra. Något äldre barn deltar i simundervisning kopplat till sexårsverksamheten och skolan har simkunnighetsuppföljning och de barn som behöver får simundervisning på eftermiddagarna. Detta kompletteras med vanlig simskola på sena eftermiddagar. Genom att Täby Sim driver den kommunala simskolan finns i kommunen ett ganska heltäckande simutbildningssystem för barnen. Detta kompletteras med vuxensimskolor, oftast på kvällstid. Glädjande är att våra invandrare tar simkunnigheten på djupaste allvar!

**Visionen att alla i Täby skall vara simkunniga ligger inte så långt borta!** Detta är tack vare vår simskolekonsulent, Anki Fagerberg, och alla hennes simlärares idoga arbete. Vi får inte heller glömma kommunens styrning och skolornas envetna medverkan!

Höstterminen slutade, som traditionen bjuder, med SLUSS-kurser för alla barn i Plask&Lek som klarat ett säkert bröstsim, 25 m, på djupt vatten. Dessutom inbjöds barn från simskolan att delta. Kännedomen om denna verksamhet var nu så väl känd så att även barn utanför klubbens vanliga verksamhet ville delta. Det innebar att mer än 50 barn var anmälda och därför måste kursen dubbleras, en före jul och en efter nyår med två grupper vardera. Vi lyckades genomföra detta tack vare ett fantastiskt jobb av Agneta och Antonia med hjälp av några föräldrar!

Föräldrarna till barnen trodde inte sina ögon när till och med fem-sexåringar på ett säkert sätt tog både simborgarmärket och bronsmärket!

Grattis alla barn och föräldrar!

*säger Carl Johan H / ansvarig för barnverksamheten*



## Västerås Masters Meet lördagen den 1 februari 2003

Varje år äger *Västerås Masters Meet* traditionsenligt rum en lördag i början av februari - en alldeles lagom tävling att åka till över en lördagseftermiddag. Dessutom ett perfekt tillfälle att träna tävlingsnerverna inför vårt eget Masters-SM i Tibblebadet den 21-23 mars!

Vi var fyra masterssimmare från Täby Sim: *Vivi-Ann Johansson*, *Gunilla Rasmuson*, *Jean-Pierre Saracco* och *Elisabet Fredrikson*. Vi anlände i god tid till ett märkligt ödsligt Lögarängsbad, där vi möttes av en lapp: "tävlingarna flyttade till Kristiansborgsbadet." Det var ju tur att det var i samma stad i alla fall! Det blev att leta sig upp från Mälarens strand in i stan till Kristiansborgsbadet.

På grund av lokalbytet startade tävlingarna en timme senare än planerat. Ett smärre elektroniskt haveri under tävlingarna föranledde ett avbrott på en dryg kvart och det är kanske orsaken till att det ännu en vecka efter tävlingen inte finns några resultatlistor på Västerås SS hemsida.

Tävlingarna började i alla fall med 400 m fritt varefter följde 50-sträckor i medleyordning.

Och så här blev våra resultat:

- *Vivi-Ann*, som simmade, 50 rygg, bröst och fritt, vann samtliga, med andra ord tre medaljer! Och hon satte samtidigt ett nytt svenskt rekord på 50 m bröst med 5 sekunder med tiden 49.16!
- *Gunilla*, som har ett OS från 1976 i Montreal på sin meritlista, simmade 50 rygg, 50 fritt och 100 medley och vann alla tre!
- *Jean-Pierre* simmade och vann 50 m fjärlil.
- *Elisabet* gjorde ryggsimmet till en cykeltur - och fick en smärre självförtroendekris - men bibehöll tidigare gjorda godkända tider på 50 fritt och 50 bröst.
- Täby Sims Masters resultat var alltså summa sju förstaplaceringar.

Den nya grenen från förra året, Supersprint på 25 m fritt med sekundavdrag i åldersgrupperna, blev en fartig avslutning för oss, som sedan inte kunde vara med i de mixade lagkapperna på 4x50 m fritt som avslutade tävlingarna. I de sista två grenarna sponsras förstapriserna av Birka Cruises i form av resor för vinnarna!

För er som väntar på rapport om tiondelarna ska väl resultaten dyka upp så småningom på [www.vasterassim.nu](http://www.vasterassim.nu) vilken torsdag som helst!

*Elisabet Fredrikson*



## Vi tackar!

- Alla sponsorer som har stöttat Täby Sim under 2002. Ett extra tack till Wella AB och Warner Home Video för stöd och sponsring vid våra arrangemang Wella Cup och Warner Cup.
- *Ronald Ewerbring*, som har skänkt en fin laserskrivare till Täby Sim.
- *Tom Isenstein, Shams El-Adawy, Pheabe Thulin* samt *Christer Pellfolk* som alla har skänkt bilder till klubbens Webbplats och detta nr av STÄNK.
- Alla funktionärer och föräldrar som hjälpte till vid KM! Simkommittén gjorde ett jättefint jobb!
- Alla som bakade till KM, inte minst *Ingemar Sors* som skänkte ett urstiltigt pepparkakshus till lotteriet!
- *Jenny Hansson* som ansvarade för och höll ihop Luciatåget på KM. Självklart ett stort tack till alla aktiva som deltog i tåget!
- *Elisabeth Andersson* som hållit i SimldrottsAssistentkursen under hela 2002 och utbildat många nya tränare.
- *Pheabe Thulin* för en jättinsats under 2002 med klubbens ekonomiska redovisning.
- Klubbens anställda, *Gunnar* och *Anki*, och alla tränare, ledare, assistenter i Täby Sim för ett fint 2002. Nu tar vi nya tag för 2003 och blickar framåt!
- Alla som skrev till detta nr av STÄNK. Utan er skulle tidningen inte finnas!
- Alla föräldrar som var med och skjutsade simmare till Väsman Open i Ludvika!
- Tibblebadets personal för ett fint samarbete under 2002!



## Vi gratulerar!

- Mastersansvarige, funktionären och STÄNK-medarbetaren *Stefan Erikson*, som nyligen har fyllt 40 år!
- *Sandra Jacobson* (100 Br), *Sofie Jansson* (100 Fj, 100 Fr), *Linnea Sundberg* (100 Fj, 200 My), *Erika Ericsson* (50 Fj), *Michaela Lind* (100 Br), *Lilie Karlsson* (50 Br), *Gunilla Rasmuson* (50 Fr-Öppna Sprint Veteraner) samt STÄNK-redaktionens *Jonas Lögdberg* (50 Fr-Öppna Sprint Seniorer) som alla satte nya mästerskapsrekord vid KlubbMästerskapen.
- *Linnea Sundberg* till nysatt klubbrekord på 200 medley (2.24,26) vid JSM.
- Täby Sim som helhet! 2002 blev vi 16:e bästa simsportsklubb – en klar förbättring gentemot 21:a plats för 2001.
- *Carl Johan Hellman*, som har tilldelats Täby kommuns idrottsmedalj för ledare/tränare 2002.
- Alla knattesimmare för fin framfart vid Saab Knatte Cup i Järfälla: Jättemånga personbästa på våra debutanter och yngre simmare. 93-tjejlaget (*Olivia C, Antonia L, Lovisa E, Sara J*) utklassningsvann och imponerade oerhört med nytt rekord för tävlingen, 93-pojkarna (*Rickard, Anton, Niklas, Simon*) kom på pallen. *Samira* –91 och *Lovisa E* –93 tog hem 3 guld var och *Sebastian* 4 silver. Silver också till *Jacob T* och 91-lagen (Tjejer: *Samira, Emilie, Josephine E, Manuela*. Killar: *Henrik, Jacob T, Sebastian, Fredrik C*). Dessutom överraskade tjejlager 2 (*Josefin N, Sophie T, Maria F, Alexandra J*) med att knipa bronset!
- Alla våra medaljörer vid Sun Cup, det var många!
- Alla deltagare vid Väsman Open för jättemånga och stora personbästatider! Tjejlager bestulet på medalj p g a solklart funktionärsfel – men ni kommer igen!
- *Erik Håkansson, Karoline Rogersten, Sandra Jacobson, Cecilia Rasmuson och Sofie Jansson* som alla har varit uttagna och deltagit på regionsläger för mycket lovande simmare.
- *Katarina Lindgreen*, som deltagit på landslagsläger i konstsim.
- *Annica Forsberg, Michaela Lind, Linnea Sundberg* som alla kom med och deltog vid World Cup i Eriksdalsbadet 21-22 januari.
- Masterssimmarna *Gunilla Rasmuson, Jean-Pierre Saracco, Vivi-Ann Johansson* och *Elisabeth Fredriksson* för stora framgångar vid Masterstävlingen Västerås Masters Meet: Många segrar, medaljer och lovande form!
- Seriesimslaget för en fin 3:de-plats i årets första deltävling – trots några sjuka simmare och ett par tomma banor.





## Saab Knette Cup, 18 januari 2003

Lördagen den 18 januari simrades Saab Knette Cup i Jakobsberg och Täby Sim hade med ovanligt många unga simmare! Vi fick se många fina framsteg och personbästa bland främst de yngre simmarna och debutanterna. Redan i första grenen fick vi uppleva tävlingens absolut vassaste Täby-insats, då de yngre 93-tjejernas lagkapslag (Lovisa, Olivia, Sara, Antonia) fick oss att tappa hakan när de utklassningsvann 4x50 på den snabbaste tiden i tävlingens historia - Väsby som kom tvåa var utskåpade med mer än 25m!

Från detta lag tog sedan Lovisa hem 3 grenar individuellt och Olivia blev 2:a på 50 Br! Pojk-93-laget (Rickard, Anton, Niklas och Simon) visade fin form i lagkappen och blev trea. 93:orna Isabelle, Madeleine och Mikaela debuterade utanför Täby med fina personbästa. Bland de äldre simmarna visade 91:orna Sebastian och Samira sin styrka genom att få klättra upp på pallen i varje gren. Även Jacob fick mot-

ta medalj (50 Fj). Såväl pojklaget (Sebastian, Henrik, Jacob, Fredrik C) som tjejlaget (Samira, Josephine, Emilie, Manuela) kom 2:a på 4x100 Fr.

Men i regel gick det rätt trögt för våra normalt så snabba C-gruppssimmare - de flesta var en bra bit från personbästetiderna.

Vi hade också med en mängd simmare från medleygruppen och ett par 2-dagarscrawlgrupper, varav flera var debutanter (utanför Täby) som visade stora framsteg. Eftersom Täby Sim hade med ca 35 simmare kan inte alla nämnas på denna sida, men några som lyfte sig ordentligt var bl. a Gustav Z (100 Fr), Sandra K (100 Br), Joel S (100 Fr), Fredrik C (100 Fr) och inte minst tjejernas 2:a-lag på 4x100 Fr som tog brons (Sofie T, Josefin N, Maria F, Alexandra J).

*Nils Olof Hellman*



Madeleine Strömbäck -93 och Isabelle hejar fram Täby Sim!



Sara Jacobson har precis säkrat segern för 93-tjejerna på 4x50 Fr. Uppe på kanten gläds de andra tjejerna i laget (Antonia Lantz - 93, Olivia Cereus -93 och Lovisa Ericsson -93) tillsammans med tränarna Mona och Erika.



Bröstsimsstälagen Isabelle Isenstein -93 beskådar kameran under insimningen.

## Bilder från KM 15/12-02

Sebastian Holmberg fick vandringspriset "Pappas Pot-  
ta" och blev minimästare.



Stormästarinnan Linnea Sundberg,  
tillika årets simmerska.



Prisutdelning för killar födda 90-91.



Årets luciatåg

Konstsims Sabine Saracco var årets lucia!

## EN VÄRSTING TILL SIMMARE

Det finns flera lysande exempel på när idrotten har hjälpt ungdomar som ”kommit på sned i tillvaron” och fått dem att finna sig till rätta. Inte minst inom simsporten.

Nelson Diebel ifrån New Jersey i USA var tolv år gammal när hans föräldrar skilde sig och bidrog till att göra den redan då hyperaktive och överspände ynglingen ännu mera otlyglad. De följande åren tillbringade han med att ställa till så mycket trubbel som möjligt. Han drack alkohol, rökte marijuana, festade omåttligt, hamnade i slagsmål och blev relegerad från skolor. Med sina egna ord var han ”a rebel without a clue”, en rebell utan en aning, vilket anspelar på titeln till James Dean- filmen ”Rebel without a course”(Ung rebell, 1956).

Som tur var fanns det vid Peddie School, en privat högskola i Highstown, New Jersey, en simtränare vid namn Chris Martin som 1986 tog sig an Diebel och lät honom få utlopp för all sin överskottsenergi genom att göra en förstklassig bröstsimmare av honom. Vid 17 års ålder placerade sig Diebel på femte plats vid de amerikanska OS-uttagningarna till Seoul-OS 1988. Det hade en mycket uppmuntande och inspirerande effekt på Diebel som beslöt att satsa för fullt på nästa OS i Barcelona 1992.

Tyvärr drev hans övermod honom att begå en ny allvarlig dumhet bara tre dagar efter OS-uttagningarna. Han beslöt sig för att dyka från räcket ovanför läktaren i bassängen vid Peddie School fem meter ovanför marken. Han halkade och landade på marken istället. I ett försök att hejda fallet med händerna bröt han båda

Nostalgi-  
hörnan.



handlederna, ena fotleden samt en hel del rejäla blåmärken. Förhoppningsvis lärde han sig något av detta.

Den intensiva träningen med OS som det ultimata målet fick den bångstyrige Diebel under någorlunda kontroll. Diebel var kraftigt byggd, hade en utmärkt benkick och var skolad i den så kallade ”Wave action-stilen”, där bröstsimmaren tar sig fram genom att kroppen utför en vågrörelse under vattnet. En annan av tränare Martins favoritmetoder var den s.k. ”prämen”, där simmaren använder sig av en lagom luftfylld gummiring runt midjan och sedan bara kör armtag. Enligt amerikanerna en mycket krävande, men också mycket effektiv metod.

1992 vann Diebel de amerikanska OS-uttagningarna på 100 m bröstsim på 1.01,40. Vid OS var favoriten i finalen var den ungerske världsrekordhållaren Norbert Rószsa. Där fanns också de båda ryssarna Vasilij Ivanov och Dimitri Volkov, samt de legendariska britten Adrian Moorhouse och Nick Gillingham som potentiella utmanare.

Vid finalen gick de båda ryssarna sin vana trogen ut hårt och ledde klart vid 50 före Diebel, Rószsa och Phil Rogers från Australien i nämnd ordning. Sedan slocknade de båda ryssarna också sin vana trogen på andra längden och passerades av



Diebel, Rósza och Rogers i nämnd ordning. Dessa tre behöll sina positioner in i mål och tog medaljerna. Kampen om dessa var dock stenhård. Fem man inom 37 hundradelar. Britterna lyckades inte alls utan tog de två sista platserna. Diebels tid på 1.01,50 var olympiskt rekord. Han ingick också i USA:s segrande lag på 4x100 m medley som tangerade världskordet på 3.36,93.

Efter OS lade Diebel av som aktiv, men har fortsatt sitt engagemang inom simsporten som tränare. Han fullföljde också sina studier vid Princeton University. Idrottskarriären har fått honom att mogna fullt ut och han har nu full kontroll över sitt liv. Ett utmärkt exempel på vad idrotten kan innebära i ett rent socialt engagemang. Vi avslutar artikeln med Nelsons eget experttips på hur man kommer över en tillfällig nedgång i karriären:

”Varje simmare genomgår, nästan utan undantag, en tillfällig nedgång. Min varade nästan i två år. Den sista riktigt bra simningen jag gjorde före OS-uttagningarna 1992 var vid de amerikanska mästerskapen 1990. Det är en av de svåraste sakerna att handskas med i vår sport eftersom man som idrottsman kan känna sig så frustrerad att man vill sluta. Mitt enda råd är: GE INTE UPP! Många idrottsmän i din ålder genomgår en (för dem) traumatisk förändring. De upphör att bli snabbare varje gång de simmar. Det är fullt normalt. Medan din kropp börjar ändras (lägger på muskler, växer snabbare, etc.) blir det alltmer svårt att hålla simningen på en följdriktig nivå. Det har trots allt plötsligt blivit så mycket mera kropp för dig att kontrollera. Fortsätt träna, fortsätt tala med din tränare om din frustration, fortsätt lyssna till din tränares uppmuntran och du kommer att klara det!”



*Stefan Erikson*

## STÄNK-intervjun med Sofie Fröbom –89 i Elit/ A-gruppen

**STÄNK:** *Hur länge har Du simmat i Täby Sim?*

**Sofie:** ca 2 månader.

**STÄNK:** *Vad fick dig att börja simma?*

**Sofie:** Det var min kompis som simmade och då började jag.

**STÄNK:** *Hur ser din träning ut nu?*

**Sofie:** Jag tränar 6 pass i veckan.

**STÄNK:** *Vad är det bästa med simning?*

**Sofie:** Kompisarna och tävlingarna.

**STÄNK:** *Vilket är ditt bästa simsätt?*

**Sofie:** Ryggsim

**STÄNK:** *Har Du någon idol?*

**Sofie:** -

**STÄNK:** *Har du något mål?*

**Sofie:** OS

**STÄNK:** *Har Du några bra kompisar i Täby Sim?*

**Sofie:** Ja

**STÄNK:** *Vilket är ditt bästa simmarminne?*

**Sofie:** SUM SIM -02

**STÄNK:** *Vilken är din favoritmat?*

**Sofie:** Vet inte, jag gillar mycket.

**STÄNK:** *Vilken är den bästa film du sett?*

**Sofie:** Ehh... vet inte.

**STÄNK:** *Vilken skola går du i, och vilket är ditt favoritämne?*

**Sofie:** Mörbyskolan, matte

**STÄNK:** *Har du någon mer fritidssysselsättning än simning, som Du tycker om?*

**Sofie:** Vara med kompisar.

**STÄNK:** *Vad vill du bli när Du blir stor?*

**Sofie:** Gympalärare m.m.

**STÄNK:** *Vad tycker Du om dina tränare?*

**Sofie:** De är jättebra!

**STÄNK:** *Har Du något råd/tips till andra simmare i Täby Sim?*

**Sofie:** Tänk positivt!!



## RESULTAT

## DECEMBERDOPPET, TÄBY 1/12

## 25 Ry Damer

1.	Lovisa Ericsson	93	18.82
2.	Olivia Cereus	93	24.28
3.	Isabella Isacson	94	25.06
4.	Mikaela Jerresand	93	25.81
5.	Emma Ohlin	93	26.62
6.	Maxine Wearing	93	26.90
7.	Elsa Ericsson	95	27.68
7.	Elise Fröberg	93	27.68
9.	Matilda Nilsson	93	27.82
10.	Anna Zakipour	94	27.88
11.	Caroline Holmberg-Andersen	93	29.03
12.	Hanna Boman	93	30.08
13.	Louise Åberg	95	30.34
15.	Julia af Burén	94	32.54
16.	Alexandra Runhem	93	33.21
17.	Hanna Wallier	93	34.48
18.	Caroline Forsberg-Näs	94	34.91
19.	Fredrika Andreasson	95	38.27
20.	Erika Rydberg	94	43.11

## 25 Ry Herrar

1.	Anton Johansson	93	23.74
2.	Niklas Inde	93	25.43
3.	Martin Werner	94	27.07
4.	Christoffer Martinell	93	27.43
5.	Ludvig Lindquist	94	29.59
6.	Trolle Jakobsson	93	29.71
7.	Simon Wetherdal	93	31.09
8.	Daniel Carlson	93	32.03
9.	Michael Luxemburg	94	32.37
10.	Axel Adebäck	94	32.80
11.	Lukas Jackalin	94	33.14
12.	Carl Hernborg	95	33.20
13.	Leo Kowalski	93	33.93

## 25 Ry Damer

1.	Linnea Rheborg	91	27.65
2.	Sandra Rudenwald	92	28.64
3.	Lisa Alexandersson	92	29.04
4.	Johanna Nygren	90	29.76
5.	Matilda Ödling	91	33.66

## 50 Ry Damer

1.	Manuela Isacson	91	42.88
2.	Alexandra Jerresand	91	45.46
3.	Sandra Kassman	91	46.98
4.	Alexandra Martinell	92	47.30
5.	Nathalie Lihv	91	48.13
6.	Johanna Viklund	92	48.31
7.	Lovisa Edholm	91	48.39
7.	Julia Hellgren	91	48.39
9.	Maria Franfie	92	48.55
10.	Andrea Olsson	91	48.72
11.	Lisa Rydhammer	91	48.97
12.	Emma Malmström	91	49.21
15.	Helle Andresen	91	51.39
16.	Mathilda Aronsson	92	52.56
17.	Mathilda Larsson	92	52.65
18.	Elina Bergmark-Wiberg	91	54.73
19.	Katarina Thulin	91	55.40

21.	Amanda Backman	91	57.64
23.	Amanda Borgenstierna	92	58.62
25.	Sofia Blom	91	1:01.89
26.	Amanda Jackalin	91	1:01.97
28.	Ida Forsberg-Näs	92	1:04.07
29.	Jovana Soljaga	92	1:12.20
30.	Hanna Forsström	92	1:14.48

## 50 Ry Herrar

1.	Fredrik Carlson	91	43.49
2.	Joel Strand	91	44.84
4.	Richard Sundin	92	47.35
6.	Hampus Petersson	91	48.10
7.	Alexander Lantz	91	48.32
8.	Gustav Zakariasson	92	51.12
9.	Marcus Lind	92	52.10
10.	Oskar Deckmark	92	52.91
11.	Michael Kestad	92	53.42
12.	Oskar Lantz	92	54.97
13.	Harald Olsson	92	55.58
14.	Dan Lillrank	91	57.49
15.	Christoffer Janlow	91	1:00.16
16.	Daniel Edvinsson	92	1:06.25

## 50 Ry Damer

1.	Sandra Lenart	89	42.03
2.	Sofie Danielsson	90	42.47
3.	Jennifer Ivstam	89	42.98
4.	Johanna Blom	88	43.75
5.	Veronica Karlson	90	43.98
6.	Sara Malmström	89	44.76
7.	Mikaela Åstedt	90	45.20
8.	Mathilda Lantz	90	49.97
9.	Jenny Sahlin	90	55.63
10.	Linda Eriksson	90	59.00
11.	Amanda Gray	90	1:04.42

## 50 Ry Herrar

1.	Leo Lillrank	88	43.28
2.	Rickard Nyberg	89	45.90
3.	Jonas Bergström	88	47.08
5.	Joachim Sandström	90	48.27
6.	Erik Lind	90	49.58
7.	Ashkan Mosheni	90	50.11
8.	Elias Vikström	90	51.19
9.	Marcus Bohlin	89	56.37
10.	Fredrik Sandberg	88	57.29

## 25 Br Damer

1.	Lovisa Ericsson	93	23.32
2.	Olivia Cereus	93	23.33
3.	Jeannie Lendeng	94	25.46
4.	Isabella Isacson	94	25.87
5.	Elise Fröberg	93	27.19
6.	Emma Ohlin	93	27.48
8.	Hanna Boman	93	27.73
9.	Matilda Nilsson	93	28.04
10.	Lovise Gränström	94	28.69
11.	Tove Andresen	93	28.96
12.	Emma Regner	94	29.27
14.	Tuss Hall	93	29.93
15.	Lovisa Ödling	93	30.27
16.	Caroline Janlow	94	30.73
17.	Louise Åberg	95	30.78

**Stänk från TÄBY SIM**

18.	Louise Sjölund	93	31.01	29.	Emma Aronsson	92	57.84
19.	Caroline Forsberg-Näs	94	32.16	31.	Gabriella Grönlund	91	59.32
20.	Maxine Wearing	93	32.40	32.	Amanda Backman	91	1:00.62
21.	Mikaela Jerresand	93	32.53	33.	Alexandra Martinell	92	1:00.86
22.	Elsa Ericsson	95	33.47	34.	Amanda Jackalin	91	1:01.46
23.	Shams El-Adawy	96	33.77	35.	Linnea Rheborg	91	1:01.66
24.	Linnea Sambor	94	34.33	37.	Amanda Borgenstierna	92	1:06.26
25.	Nicole Pivoré	93	35.90	38.	Hanna Forsström	92	1:06.41
26.	Olivia Lindelöf	93	36.55	39.	Lovisa Runhem	92	1:07.08
27.	Caroline Djärf	93	37.09	40.	Anna Wallström	92	1:07.66
<b>10. 25 Br Herrar</b>				41.	Jovana Soljaga	92	1:14.54
1.	Simon Pourevahed	93	25.55	<b>14. 50 Br Herrar</b>			
2.	Daniel Carlson	93	25.66	1.	Fredrik Carlson	91	46.82
3.	Anton Johansson	93	26.38	3.	Joel Strand	91	48.24
4.	Andreas Grönlund	93	26.68	4.	Richard Sundin	92	49.27
5.	Emil Dansk	95	27.15	7.	Michael Kestad	92	50.92
6.	Martin Ericson	93	27.40	8.	Hampus Petersson	91	51.72
7.	Leo Kowalski	93	27.91	9.	Gustav Zakariasson	92	52.00
8.	Niklas Inde	93	28.12	10.	Alexander Lantz	91	52.91
9.	Christoffer Martinell	93	28.13	11.	Adrian Ashami	91	53.72
10.	Carl Hernborg	95	28.42	12.	Peter Henningsson	91	53.74
11.	Ludvig Strand	94	28.91	13.	Harald Olsson	92	55.10
12.	Daniel Kjellkvist	93	29.45	14.	Oskar Lantz	92	57.29
13.	Martin Werner	94	29.49	15.	Christoffer Norén	91	1:00.44
13.	Julius Marnelius	93	29.49	16.	Vilhelm Sjölund	91	1:01.22
15.	Trolle Jakobsson	93	30.47	17.	Marcus Lind	92	1:01.34
16.	Erik Alexandersson	94	32.28	<b>15. 50 Br Damer</b>			
18.	Markus Mattinson	94	33.40	1.	Sofie Danielsson	90	40.93
19.	Simon Wetherdal	93	34.12	2.	Johanna Blom	88	43.63
20.	Michael Luxemburg	94	34.30	3.	Jennifer Ivstam	89	44.06
21.	Oskar Strand	95	35.84	4.	Ida Frösander	88	44.37
22.	Sebastian Krappedal	93	37.30	5.	Matilda Sjöberg	89	44.47
25.	Axel Adebäck	94	42.02	6.	Sandra Lenart	89	45.23
26.	Christian Krappedal	94	43.82	7.	Astrid Sjunnesson	87	46.53
<b>11. 25 Br Damer</b>				8.	Mikaela Åstedt	90	47.33
1.	Erina Schuman	92	28.51	9.	Veronica Karlson	90	47.70
2.	Ellen Andersson	92	29.15	10.	Sara Malmström	89	48.83
3.	Matilda Ödling	91	29.18	11.	Jenny Sahlin	90	51.55
4.	Helena Bergo	91	30.19	12.	Mathilda Lantz	90	51.56
<b>13. 50 Br Damer</b>				13.	Linnea Morild	90	52.38
1.	Lisa Rydhammer	91	44.39	14.	Amanda Gray	90	56.39
2.	Sandra Kassman	91	46.31	15.	Johanna Nygren	90	56.96
4.	Lovisa Edholm	91	47.28	16.	Malin Norell	90	1:02.21
5.	Helle Andresen	91	48.35	17.	Linda Eriksson	90	1:08.95
6.	Manuela Isacson	91	48.84	<b>16. 50 Br Herrar</b>			
7.	Natalie Ljungblom	91	49.04	1.	Jonas Bergström	88	45.58
8.	Mathilda Larsson	92	49.62	2.	Maarten Carlborg	89	46.11
9.	Janice Enström	91	49.87	3.	Rickard Nyberg	89	47.97
10.	Andrea Olsson	91	50.18	4.	Leo Lilfrank	88	49.68
11.	Maria Franfie	92	50.67	5.	Joachim Sandström	90	50.57
12.	Johanna Viklund	92	50.87	7.	Ashkan Mosheni	90	52.56
13.	Emma Malmström	91	50.97	8.	Elias Vikström	90	52.90
14.	Mathilda Aronsson	92	51.22	9.	Joakim Sunnerbo	89	53.40
15.	Alexandra Jerresand	91	51.84	10.	Fredrik Sandberg	88	54.04
16.	Nathalie Lihv	91	52.37	11.	Henrik Solback	89	55.10
17.	Marika Ström	91	52.43	12.	Marcus Bohlin	89	55.34
18.	Viktoria Janlow	92	54.15	13.	Erik Lind	90	55.72
20.	Julia Hellgren	91	54.66	14.	Niklas Moberg	89	1:04.85
21.	Madeleine Mattinson	92	55.33	<b>17. 50 Br Herrar Extralopp</b>			
22.	My Jakobsson	91	55.58	1.	Fredrik Viklund	90	43.63
24.	Elina Bergmark-Wiberg	91	56.12	2.	Henrik Eklöf	91	44.71
26.	Sandra Rudenwald	92	56.69				
27.	Ida Forsberg-Näs	92	56.86				
28.	Sofia Blom	91	57.67				

**KLUBBMÄSTERSKAPEN 2002, TÄBY**  
**15/12**
**25 Fj Damer D**

1. Lovisa Ericsson	93	18.20
2. Marie Franfie	92	20.41
3. Johanna Viklund	92	21.03
4. Hedvig Ekmark	92	22.93
5. Madeleine Mattinson	92	26.54

**25 Fj Herrar D**

1. Richard Sundin	92	22.75
2. Gustav Zakariasson	92	23.22
3. Marcus Lind	92	26.04
4. Oskar Lantz	92	29.58
Michael Kestad	92	DSQ

**50 Fj Damer C**

1. Samira El-Adawy	91	33.76
2. Malin Jacobson	90	36.51
3. Elin Zakariasson	90	36.99
4. Josephine Ewerbring	91	39.11
5. Emelie Brinkeback	91	42.39
6. Veronica Karlson	90	44.80
7. Lisa Rydhammer	91	47.86

**50 Fj Herrar C**

1. Sebastian Holmberg	91	33.27
2. Filip Falkenborn	90	33.87
3. Simon Pellfolk	90	34.15
4. Jacob Thulin	91	36.83
5. Fredrik Viklund	90	37.08
6. Linus Magnusson	90	37.51
7. Henrik Eklöf	91	37.79
8. Hampus Petersson	91	45.29
9. Erik Lind	90	58.05
Fredrik Carlson	91	DSQ

**100 Fj Damer B**

1. Sofie Jansson (Nytt MR)	88	1:08.54
2. Sandra Jacobson	89	1:11.78
3. Cecilia Rasmuson	89	1:12.46
4. Malou Wilson	89	1:16.85
5. Eriana Spahiu	89	1:17.74
6. Natalie Brinkeback	89	1:18.89
7. Min Zhong	88	1:20.14
8. Elsa Ramström	89	1:27.37
9. Emma Thorselius	89	1:44.64

**100 Fj Herrar B**

1. Erik Håkansson	88	1:05.38
2. Adel El-Adawy	88	1:09.74

**100 Fj Damer A**

1. Linnea Sundberg (Nytt MR)	86	1:07.69
2. Karoline Rogersten	87	1:09.00
3. Rebecca Ejdervik	87	1:18.95
4. Elin Berlin	87	1:31.81

**100 Fj Herrar A**

1. Marcus Pellfolk	86	1:03.37
2. Alexander Grubski	87	1:05.17
3. Niklas Ankartross	86	1:08.97
4. Oscar Morild	87	1:11.54
5. Pontus Sors	87	1:19.76
6. Jann Hettfleisch	86	1:26.67

**100 Fj Damer**

1. Annica Forsberg	83	1:11.37
--------------------	----	---------

**10. 100 Fj Herrar**

1. Daniel Karlsson	74	59.44
2. Jonas Lögdberg	68	1:00.93
3. Benjamin Le Roux	79	1:03.00
4. Felix Sors	85	1:08.66
Carl Morin	84	DSQ

**11. 50 Fj Damer Masters**

1. Erika Ericsson (Nytt MR)	65	33.64
-----------------------------	----	-------

**12. 50 Fj Herrar Masters**

1. Bengt Olsson	56	30.61
2. Harald Kruger	67	30.71
3. Peter Nylén	60	31.85
4. Per Strand	61	32.79
4. Jean-Pierre Saracco	49	32.79
6. Gunnar Kron	59	33.46
7. Philip von Schoultz	61	33.77
8. Robert Jeppson	64	33.90

**13. 50 Ry Damer D**

1. Lovisa Ericsson	93	41.01
2. Marie Franfie	92	47.22
3. Rebecca Hedberg	92	47.80
4. Alexandra Martinell	92	49.06
5. Mathilda Larsson	92	49.31
6. Sara Jacobson	93	50.12
7. Hedvig Ekmark	92	50.25
8. Johanna Viklund	92	51.42
9. Olivia Cereus	93	52.77
10. Mikaela Jerresand	93	53.35
11. Mathilda Aronsson	92	54.87
12. Linn Johansson	92	59.09
13. Ida Forsberg-Näs	92	59.81
Isabelle Isenstein	93	DSQ

**14. 50 Ry Herrar D**

1. Richard Sundin	92	46.60
2. Gustav Zakariasson	92	48.25
3. Oskar Lantz	92	50.54
4. Marcus Lind	92	51.63
5. Michael Kestad	92	52.59
6. Christoffer Martinell	93	57.73
Anton Johansson	93	DSQ
Rickard Gedda	93	DSQ

**15. 50 Ry Damer C**

1. Samira El-Adawy	91	35.56
2. Malin Jacobson	90	39.51
3. Elin Zakariasson	90	40.12
4. Josephine Ewerbring	91	42.02
5. Emelie Brinkeback	91	42.37
6. Sofie Thorselius	91	43.37

Stänk från TÄBY SIM

7. Alexandra Jerresand	91	45.53	4. Bengt Olsson	56	35.37
8. Sandra Kassman	91	46.27	5. Philip von Schoultz	61	36.43
9. Julia Hellgren	91	47.22	6. Robert Jeppson	64	36.61
10. Nathalie Lihv	91	47.29	<b>25. 50 Br Damer D</b>		
11. Mathilda Lantz	90	47.78	1. Mathilda Larsson	92	48.83
12. Helle Andresen	91	49.01	2. Mathilda Aronsson	92	50.04
13. Emma Malmström	91	52.19	3. Marie Franfie	92	50.05
<b>16. 50 Ry Herrar C</b>			4. Lovisa Ericsson	93	50.34
1. Sebastian Holmberg	91	35.34	5. Olivia Cereus	93	51.39
2. Simon Pellfolk	90	35.99	6. Hedvig Ekmark	92	51.40
3. Jacob Thulin	91	37.20	7. Johanna Viklund	92	52.48
4. Linus Magnusson	90	37.43	8. Rebecca Hedberg	92	52.78
5. Fredrik Viklund	90	37.90	9. Linn Johansson	92	57.62
6. Filip Falkenborn	90	39.38	10. Ida Forsberg-Näs	92	58.24
7. Henrik Eklöf	91	40.87	11. Sara Jacobson	93	58.99
8. Fredrik Carlson	91	42.89	12. Alexandra Martinell	92	1:00.43
9. Erik Lind	90	48.97	13. Elise Fröberg	93	1:02.08
10. Hampus Petersson	91	49.33	14. Louise Åberg	95	1:03.35
11. Joachim Sandström	90	50.51	Isabelle Isenstein	93	DSQ
<b>17. 100 Ry Damer B</b>			<b>26. 50 Br Herrar D</b>		
1. Sandra Jacobson	89	1:13.18	1. Richard Sundin	92	48.40
2. Cecilia Rasmuson	89	1:15.12	2. Michael Kestad	92	49.87
3. Mikaela Mattinson	88	1:15.62	3. Gustav Zakariasson	92	50.01
4. Sofie Jansson	88	1:15.85	4. Oskar Lantz	92	55.55
5. Natalie Brinkeback	89	1:19.39	5. Rickard Gedda	93	56.64
6. Eriana Spahiu	89	1:24.21	6. Marcus Lind	92	1:01.27
7. Malou Wilson	89	1:25.30	7. Christoffer Martinell	93	1:02.12
8. Elsa Ramström	89	1:29.73	Emil Dansk	95	DSQ
9. Min Zhong	88	1:29.84	<b>27. 50 Br Damer C</b>		
10. Emma Thorselius	89	1:37.87	1. Samira El-Adawy	91	40.05
<b>18. 100 Ry Herrar B</b>			2. Emelie Brinkeback	91	42.15
1. Erik Håkansson	88	1:08.41	3. Josephine Ewerbring	91	42.38
2. Adel El-Adawy	88	1:12.72	4. Elin Zakariasson	90	44.90
3. Leo Lillfrank	88	1:40.59	5. Malin Jacobson	90	44.93
Rickard Nyberg	89	DSQ	6. Lisa Rydhammer	91	45.10
<b>19. 100 Ry Damer A</b>			7. Veronica Karlson	90	46.55
1. Linnea Sundberg	86	1:09.67	8. Helle Andresen	91	47.44
2. Karoline Rogersten	87	1:14.11	9. Lovisa Edholm	91	47.58
3. Veronica Olsson	87	1:17.96	10. Natalie Ljungblom	91	47.80
4. Rebecca Ejdervik	87	1:24.92	11. Sofie Thorselius	91	48.21
Elin Berlin	87	DSQ	12. Emma Malmström	91	51.63
<b>20. 100 Ry Herrar A</b>			13. Mathilda Lantz	90	52.97
1. Marcus Pellfolk	86	1:06.43	14. Alexandra Jerresand	91	53.01
2. Niklas Ankartross	86	1:15.95	15. Nathalie Lihv	91	53.53
3. Oscar Morild	87	1:17.77	16. Julia Hellgren	91	55.47
4. Pontus Sors	87	1:22.82	Sandra Kassman	91	DSQ
5. Jann Hettfleisch	86	1:28.80	<b>28. 50 Br Herrar C</b>		
<b>21. 100 Ry Damer</b>			1. Filip Falkenborn	90	39.79
1. Michaela Lind	81	1:20.74	2. Sebastian Holmberg	91	39.98
2. Agneta Timbäck	62	1:25.96	3. Simon Pellfolk	90	40.24
<b>22. 100 Ry Herrar</b>			4. Fredrik Viklund	90	42.23
1. Daniel Karlsson	74	1:00.11	5. Linus Magnusson	90	43.28
2. Jonas Lögdberg	68	1:04.42	6. Henrik Eklöf	91	45.85
3. Benjamin Le Roux	79	1:07.55	7. Fredrik Carlson	91	46.11
4. Felix Sors	85	1:13.05	8. Jacob Thulin	91	46.59
5. Carl Morin	84	1:17.86	9. Joel Strand	91	48.66
<b>23. 50 Ry Damer Masters</b>			10. Olivier Dymén	90	50.34
1. Erika Ericsson	65	36.42	11. Joachim Sandström	90	51.18
2. Malin Möller	71	37.99	12. Hampus Petersson	91	51.47
2. Gunilla Rasmuson	57	37.99	13. Erik Lind	90	55.54
<b>24. 50 Ry Herrar Masters</b>			<b>29. 100 Br Damer B</b>		
1. Peter Nylén	60	32.72	1. Sandra Jacobson (Nytt MR)	89	1:15.23
2. Harald Kruger	67	33.95	2. Cecilia Rasmuson	89	1:24.24
2. Per Strand	61	33.95	3. Mikaela Mattinson	88	1:24.66



**Stänk från TÄBY SIM**

4.	Eriana Spahiu	89 1:28.06	10.	Sara Jacobson	93 44.99
5.	Sofie Jansson	88 1:28.76	11.	Isabelle Isenstein	93 48.17
6.	Elsa Ramström	89 1:32.45	12.	Madeleine Strömbäck	93 48.76
7.	Min Zhong	88 1:34.90	13.	Mathilda Aronsson	92 49.08
8.	Jennifer Ivstam	89 1:36.14	14.	Maxine Wearing	93 50.23
9.	Malou Wilson	89 1:36.91	15.	Mikaela Jerresand	93 51.06
10.	Emma Thorselius	89 1:38.08	16.	Linn Johansson	92 51.23
11.	Sara Malmström	89 1:45.07	17.	Ida Forsberg-Näs	92 55.79
<b>30. 100 Br Herrar B</b>					
1.	Erik Håkansson	88 1:16.61	<b>40. 50 Fr Herrar D</b>		
2.	Adel El-Adawy	88 1:26.22	1.	Richard Sundin	92 37.81
3.	Jonas Bergström	88 1:40.03	2.	Gustav Zakariasson	92 39.68
4.	Leo Lilfrank	88 1:49.40	3.	Oskar Lantz	92 41.78
<b>31. 100 Br Damer A</b>					
1.	Linnea Sundberg	86 1:21.06	4.	Michael Kestad	92 42.18
2.	Rebecca Ejdervik	87 1:21.41	5.	Rickard Gedda	93 43.55
3.	Karoline Rogersten	87 1:24.81	6.	Anton Johansson	93 43.88
4.	Elin Berlin	87 1:27.22	7.	Niklas Inde	93 44.60
<b>32. 100 Br Herrar A</b>					
1.	Marcus Pellfolk	86 1:14.35	8.	Marcus Lind	92 44.66
2.	Niklas Ankartröss	86 1:17.66	9.	Simon Pourevahed	93 49.37
3.	Oscar Morild	87 1:19.01	10.	Trolle Jakobsson	93 50.24
4.	Jann Hettfleisch	86 1:22.95		Christoffer Martinell	93 DSQ
5.	Pontus Sors	87 1:29.24	<b>41. 50 Fr Damer C</b>		
<b>33. 100 Br Damer</b>					
1.	Michaela Lind (Nytt MR)	81 1:13.39	1.	Samira El-Adawy	91 31.06
2.	Maria Carlson	64 1:31.82	2.	Elin Zakariasson	90 33.30
<b>34. 100 Br Herrar</b>					
1.	Daniel Karlsson	74 1:10.00	3.	Josephine Ewerbring	91 33.82
2.	Felix Sors	85 1:10.82	3.	Malin Jacobson	90 33.82
3.	Benjamin Le Roux	79 1:14.55	5.	Mikaela Ålstedt	90 35.00
4.	Jonas Lögdberg	68 1:16.89	6.	Emelie Brinkeback	91 35.47
5.	Carl Morin	84 1:28.69	7.	Veronica Karlson	90 36.76
<b>35. 50 Br Damer Masters</b>					
1.	Lilie Larsson (Nytt MR)	61 41.41	8.	Alexandra Jerresand	91 36.93
2.	Maria Carlson	64 42.81	9.	Sofie Thorselius	91 37.29
3.	Agneta Timbäck	62 44.24	10.	Lisa Rydhammer	91 39.20
4.	Eva Norenberg	53 47.36	11.	Helle Andresen	91 39.21
<b>36. 50 Br Herrar Masters</b>					
1.	Harald Kruger	67 35.72	12.	Beatrice Sjödin	90 39.40
2.	Nils Olof Hellman	74 36.49	13.	Lovisa Edholm	91 41.50
2.	Peter Nylén	60 36.49	14.	Mathilda Lantz	90 42.21
4.	Philip von Schoultz	61 36.80	15.	Sandra Kassman	91 42.28
5.	Matthias Kroner	43 37.09	16.	Natalie Ljungblom	91 42.75
6.	Bengt Olsson	56 37.31	17.	Emma Malmström	91 43.26
7.	Robert Jeppsson	64 37.84	18.	Julia Hellgren	91 46.47
8.	Håkan Wass	57 38.67		Nathalie Lihv	91 DSQ
9.	Stefan Erikson	63 40.62	<b>42. 50 Fr Herrar C</b>		
<b>37. 25 Ry Damer KNATTE</b>					
1.	Elsa Ericsson	95 27.75	1.	Simon Pellfolk	90 29.39
2.	Louise Åberg	95 30.28	2.	Sebastian Holmberg	91 30.86
3.	Shams El-Adawy	96 32.20	3.	Filip Falkenborn	90 30.97
<b>38. 25 Ry Herrar KNATTE</b>					
1.	Emil Dansk	95 33.80	4.	Linus Magnusson	90 31.08
<b>39. 50 Fr Damer D</b>					
1.	Lovisa Ericsson	93 36.58	5.	Fredrik Viklund	90 31.48
2.	Marie Franfie	92 37.58	6.	Henrik Eklöf	91 31.72
3.	Hedvig Ekmark	92 39.77	7.	Jacob Thulin	91 31.94
4.	Rebecca Hedberg	92 39.85	8.	Fredrik Carlson	91 34.97
5.	Olivia Cereus	93 40.24	9.	Joel Strand	91 37.30
6.	Alexandra Martinell	92 41.69	10.	Erik Lind	90 37.58
7.	Johanna Viklund	92 42.27	11.	Hampus Petersson	91 39.29
8.	Madeleine Mattinson	92 42.85	12.	Joachim Sandström	90 41.73
9.	Mathilda Larsson	92 43.14	13.	Olivier Dymén	90 42.70
<b>43. 100 Fr Damer B</b>					
1.	Sofie Jansson (Nytt MR)	88 1:00.98	1.	Sofie Jansson (Nytt MR)	88 1:00.98
2.	Sandra Jacobson	89 1:01.94	2.	Sandra Jacobson	89 1:01.94
3.	Cecilia Rasmuson	89 1:04.33	3.	Cecilia Rasmuson	89 1:04.33
4.	Eriana Spahiu	89 1:07.15	4.	Eriana Spahiu	89 1:07.15
5.	Malou Wilson	89 1:07.72	5.	Malou Wilson	89 1:07.72
6.	Mikaela Mattinson	88 1:07.87	6.	Mikaela Mattinson	88 1:07.87
7.	Natalie Brinkeback	89 1:10.27	7.	Natalie Brinkeback	89 1:10.27
8.	Min Zhong	88 1:12.33	8.	Min Zhong	88 1:12.33
9.	Elsa Ramström	89 1:17.93	9.	Elsa Ramström	89 1:17.93

**Stänk från TÄBY SIM**

10. Johanna Blom	88 1:19.62	5. Felix Sors	85 2:25.62
11. Jennifer Ivstam	89 1:21.27	6. Marcus Pellfolk	86 2:25.78
12. Emma Thorselius	89 1:22.25	<b>55. 50 Fr Damer Ungdom (-29 År)</b>	
13. Sara Malmström	89 1:24.90	1. Sofie Jansson	88 28.52
14. Rebecka Gourman	88 1:25.78	2. Annica Forsberg	83 29.22
<b>44. 100 Fr Herrar B</b>		3. Linnea Sundberg	86 29.42
1. Erik Håkansson	88 56.61	4. Cecilia Rasmuson	89 29.43
2. Adel El-Adawy	88 1:04.28	5. Sandra Jacobson	89 29.44
3. Rickard Nyberg	89 1:20.20	6. Ulrika Rondén	86 30.49
4. Leo Lilfrank	88 1:23.61	7. Malou Wilson	89 30.53
<b>45. 100 Fr Damer A</b>		8. Karoline Rogersten	87 30.54
1. Linnea Sundberg	86 1:01.81	9. Natalie Brinkeback	89 31.75
2. Karoline Rogersten	87 1:04.47	10. Anna Johansson	87 31.89
3. Elin Berlin	87 1:16.11	11. Charlotte Löwnertz	85 31.96
<b>46. 100 Fr Herrar A</b>		12. Eriana Spahiu	89 31.97
1. Marcus Pellfolk	86 56.98	13. Min Zhong	88 32.64
2. Joakim Rasmuson	86 57.36	14. Veronica Wallin	86 32.93
3. Niklas Ankartröss	86 1:01.45	15. Samira El-Adawy	91 32.94
4. Oscar Morild	87 1:04.76	16. Catrine Eriksson	87 33.03
5. Jann Hettfleisch	86 1:07.29	17. Elin Zakariasson	90 33.42
6. Pontus Sors	87 1:10.40	18. Elin Berlin	87 33.60
<b>47. 100 Fr Damer</b>		19. Josephine Ewerbring	91 33.94
1. Annica Forsberg	83 1:04.45	20. Malin Jacobson	90 34.15
<b>48. 100 Fr Herrar</b>		21. Elsa Ramström	89 35.03
1. Daniel Karlsson	74 55.36	22. Emelie Brinkeback	91 35.22
2. Jonas Lögdberg	68 56.45	23. Emma Thorselius	89 36.27
3. Benjamin Le Roux	79 56.84	<b>55. 50 Fr Damer Seniorer (30-44 År)</b>	
4. Harald Kruger	67 57.89	1. Erika Ericsson	65 31.45
5. Felix Sors	85 1:03.34	2. Mona Jacobson	61 33.85
6. Carl Morin	84 1:06.50	<b>55. 50 Fr Damer Veteraner (45 År o ÄLDRE)</b>	
<b>49. 25 Fr Damer KNATTE</b>		1. Gunilla Rasmuson (Nytt MR)	57 31.79
1. Elsa Ericsson	95 25.56	2. Caroline Magnusson	56 39.42
2. Louise Åberg	95 27.39	<b>56. 50 Fr Herrar Ungdom (-29 År)</b>	
3. Shams El-Adawy	96 30.47	1. Daniel Karlsson	74 24.62
<b>50. 25 Fr Herrar KNATTE</b>		2. Anders Eklöf	83 25.61
1. Markus Mattinson	94 21.14	3. Anders Svensson	83 25.79
2. Emil Dansk	95 27.87	4. Marcus Pellfolk	86 25.86
3. Leo Tiricke	94 31.99	5. Erik Håkansson	88 26.29
<b>51. 100 My Damer C</b>		6. Joakim Rasmuson	86 26.42
1. Samira El-Adawy	91 1:16.67	7. Benjamin Le Roux	79 26.70
2. Malin Jacobson	90 1:24.39	8. Niklas Ankartröss	86 27.16
3. Josephine Ewerbring	91 1:24.89	9. Felix Sors	85 28.93
4. Elin Zakariasson	90 1:24.97	10. Oscar Morild	87 29.11
5. Emelie Brinkeback	91 1:27.68	11. Adel El-Adawy	88 29.18
6. Sofie Thorselius	91 1:37.27	12. Jann Hettfleisch	86 29.39
<b>52. 100 My Herrar C</b>		13. Carl Morin	84 29.77
1. Sebastian Holmberg	91 1:13.23	14. Simon Pellfolk	90 29.83
2. Simon Pellfolk	90 1:16.89	15. Sebastian Holmberg	91 30.29
3. Filip Falkenborn	90 1:19.11	16. Pontus Sors	87 31.69
4. Linus Magnusson	90 1:20.44	17. Linus Magnusson	90 31.89
5. Fredrik Viklund	90 1:21.39	18. Fredrik Viklund	90 32.40
6. Jacob Thulin	91 1:25.10	19. Filip Falkenborn	90 32.48
<b>53. 200 My Damer</b>		20. Jacob Thulin	91 33.06
1. Linnea Sundberg (Nytt MR)	86 2:25.80	<b>56. 50 Fr Herrar Seniorer (30-44 År)</b>	
2. Sandra Jacobson	89 2:30.69	1. Jonas Lögdberg (Nytt MR)	68 26.01
3. Karoline Rogersten	87 2:36.40	2. Harald Kruger	67 26.45
4. Cecilia Rasmuson	89 2:37.79	3. Philip von Schoultz	61 27.45
5. Sofie Jansson	88 2:42.10	4. Peter Nylén	60 27.62
6. Eriana Spahiu	89 2:53.01	5. Gunnar Kron	59 28.27
<b>54. 200 My Herrar</b>		6. Robert Jeppsson	64 28.43
1. Daniel Karlsson	74 2:14.05	7. Per Strand	61 30.26
2. Benjamin Le Roux	79 2:19.56	8. Stefan Erikson	63 31.00
3. Jonas Lögdberg	68 2:20.25	<b>56. 50 Fr Herrar Veteraner (45 År o ÄLDRE)</b>	
4. Erik Håkansson	88 2:21.15	1. Bengt Olsson	56 28.26



**Stänk från TÄBY SIM**

2. Håkan Wass	57	30.56	Rickard Gedda	93	DSQ
3. Jean-Pierre Saracco	49	30.86	Niklas Inde	93	DSQ
4. Matthias Kroner	43	32.27			
5. Christian Hettfleish	55	33.21	<b>100 Ry Fl. 11-12</b>		
6. Heimo Auer	37	33.93	1. Samira El-Adawy	91	1:18.59
7. Mats Johansson	55	36.21	5. Emilie Brinkeback	91	1:27.80
			10. Josephine Ewerbring	91	1:30.87
			12. Manuela Isacson	91	1:31.86
			16. Sophie Thorselius	91	1:35.23
			36. Julia Hellgren	91	1:49.79
<b>KM, UTMÄRKELSER:</b>			<b>100 Ry Po. 11-12</b>		
Pappas Potta	Sebastian Holmberg	90	2. Sebastian Holmberg	91	1:14.10
Mammas Kanna	Samira El-Adawy	91	4. Jacob Thulin	91	1:19.24
Börjes Synkroskål	Samira El-Adawy	91	5. Henrik Eklöf	91	1:26.03
Årets Komet	Sandra Jacobson	89	13. Fredrik Carlson	91	1:36.63
Årets Simmare	Michael Jacobsson	79			
Årets Simmerska	Linnea Sundberg	86	<b>50 Br Fl. 10oy</b>		
Bröderna Walheims			2. Olivia Ceréus	93	48.58
Vandringspris	Michael Jacobsson	79	11. Isabelle Isenstein	93	55.59
			<b>10. 50 Br Po. 10 oy</b>		
<b>KM, POÄNGTÄVLINGARNA:</b>			4. Rickard Gedda	93	56.55
Stormästare	Daniel Karlsson	74	8. Niklas Inde	93	1:02.22
	3810 poäng				
Stormästarinna	Linnea Sundberg	86	<b>11. 100 Br Fl. 11-12</b>		
	3771 poäng		2. Samira El-Adawy	91	1:25.69
Minimästare	Sebastian Holmberg	91	4. Josephine Ewerbring	91	1:31.13
	2311 poäng		7. Emilie Brinkeback	91	1:34.46
Minimästarinna	Samira El-Adawy	91	11. Sandra Kassman	91	1:38.28
	3069 poäng		14. Lovisa Edholm	91	1:41.39
			18. Mathilda Larsson	92	1:44.00
			23. Mathilda Aronsson	92	1:46.51
			27. Helle Andreson	91	1:49.89
			32. Rebecca Hedberg	92	1:53.71
			33. Emma Malmström	91	1:53.73
			40. Julia Hellgren	91	2:01.80
<b>SAAB KNATTE CUP, JAKOBSBERG 18/1</b>			<b>12. 100 Br Po. 11-12</b>		
<b>4x50 Fr Fl 10 oy</b>			2. Sebastian Holmberg	91	1:22.72
1. Täby Sim Lag 1		2:38.57	5. Jacob Thulin	91	1:41.41
Olivia Ceréus	93	40.93	7. Joel Strand	91	1:42.65
Antonia Lantz	93	40.96	10. Gustav Zakariasson	92	1:48.44
Lovisa Ericsson	93	35.47	15. Michael Kestad	92	1:56.36
Sara Jacobson	93	41.25	16. Hampus Pettersson	91	1:56.92
(Sträcktiderna från tränarklocka)			Henrik Eklöf	91	DSQ
<b>4x50 Fr Po. 10 oy</b>			<b>13. 50 Ry Fl. 10 oy</b>		
3. Täby Sim Lag 1		2:58.26	1. Lovisa Ericsson	93	40.79
Rickard Gedda	93	46.16	6. Sara Jacobson	93	50.92
Anton Johansson	93	40.72	9. Mikaela Jerresand	93	54.41
Niklas Inde	93	44.60			
Simon Pourevahed	93	46.72	<b>15. 100 Fr Fl. 11-12</b>		
(Sträcktiderna från tränarklocka)			1. Samira El-Adawy	91	1:07.49
<b>50 Fj Fl 11-12</b>			7. Josephine Ewerbring	91	1:18.19
1. Samira El-Adawy	91	34.13	12. Emilie Brinkeback	91	1:21.04
4. Josephine Ewerbring	91	37.11	14. Manuela Isacson	91	1:22.92
6. Emilie Brinkeback	91	39.10	15. Josefin Nyqvist	91	1:23.26
8. Josefin Nyqvist	91	41.19	17. Sophie Thorselius	91	1:24.16
13. Manuela Isacson	91	44.28	18. Maria Franfie	92	1:24.22
<b>50 Fj Po. 11-12</b>			33. Alexandra Jerresand	91	1:32.84
2. Sebastian Holmberg	91	33.48	36. Rebecca Hedberg	92	1:34.91
3. Jacob Thulin	91	34.68	47. Emma Malmström	91	1:42.61
5. Henrik Eklöf	91	38.90			
10. Fredrik Carlson	91	44.40	<b>16. 100 Fr Po. 11-12</b>		
<b>50 Fr Fl 10 oy</b>			2. Sebastian Holmberg	91	1:07.79
1. Lovisa Ericsson	93	34.97	4. Jacob Thulin	91	1:09.45
6. Olivia Ceréus	93	41.05	5. Henrik Eklöf	91	1:10.46
8. Sara Jacobson	93	42.60	15. Fredrik Carlson	91	1:21.34
14. Madeleine Strömbäck	93	47.61	17. Joel Strand	91	1:23.05
17. Isabelle Isenstein	93	48.68	22. Gustav Zakariasson	92	1:30.58
<b>50 Fr Po. 10 oy</b>			28. Hampus Pettersson	91	1:35.49
4. Anton Johansson	93	41.77	31. Michael Kestad	92	1:38.68
14. Simon Pourevahed	93	48.28			

<b>17. 25 Fj FL 10 oy</b>		
1. Lovisa Ericsson	93	17.74
<b>19. 4x100 Fr FL 11-12</b>		
2. Täby Sim Lag 1		5:05.89
Samira El-Adawy	91	1:07.82
Josephine Ewerbring	91	1:17.25
Emilie Brinkeback	91	1:18.49
Manuela Isacson	91	1:22.05
3. Täby Sim Lag 2		5:43.13
Josefin Nyqvist	91	1:23.34
Maria Franfie	92	1:26.85
Sophie Thorselius	91	1:21.50
Alexandra Jerresand	91	1:31.40
<i>(Sträcktiderna från tränarklocka)</i>		
<b>20. 4x100 Fr Po. 11-12</b>		
2. Täby Sim Lag 1		4:49.91
Sebastian Holmberg	91	1:07.63
Jacob Thulin	91	1:11.00
Henrik Eklöf	91	1:11.78
Fredrik Carlsson	91	1:19.28
4. Täby Sim Lag 2		6:06.46
Joel Strand	91	1:21.85
Hampus Pettersson	91	1:37.20
Michael Kestad	92	1:37.49
Gustav Zakariasson	92	1:30.18
<i>(Sträcktiderna från tränarklocka)</i>		

### WORLD CUP, STOCKHOLM (25) 21-22 JANUARI 2003

<b>200 Fr Damer Försök</b>		
27. Sundberg Linnea	86	2:10.32
<b>100 Br Damer Försök</b>		
15. Lind Michaela	81	1:13.34
28. Forsberg Annica	83	1:16.41
<b>16. . 200 Ry Damer Försök</b>		
25. Sundberg Linnea	86	2:27.91
<b>20. . 50 Br Damer Försök</b>		
25. Lind Michaela	81	34.74
27. Forsberg Annica	83	35.05
<b>22. . 400 My Damer Direkt.</b>		
17. Sundberg Linnea	86	5:04.92
<b>30. . 200 Br Damer Försök</b>		
13. Lind Michaela	81	2:37.60

### SUN CUP, SOLNA 1-2/2

Se hemsidan för resultat

### VÄSMAN OPEN, LUDVIKA 8-9/2

Se hemsidan för resultat

### SERIESIM DELT.1, TENSTABADET 8/2

1. Väsby SS	159.5159.5
2. SK Neptun	132.0132.0
3. Täby Sim	129.5129.5
4. Södertörns SS	124.0124.0
5. Polisens IF	107.5107.5
6. Spårvägens SF	92.5 92.5



21-22 arrangerade World Cup i simning i Eriksdalsbadet och Täby Sim hade med tre simmare, Annica Forsberg - 83, Linnea Sundberg -86 och Michaela Lind -81. Bäst gick det för Michaela som kom på 13:de plats (200 Br). Från Täby Sim deltog även Carl Johan Hellman och Erik Frejd som funktionärer, samt Agneta och Bengt Holmberg som hjälpte till med annan service.

Ett flertal av klubbens yngre simmare hade också hittat Eriksdalsbadet och fick se alla världsstjärnor och svenska landslagssimmare "in action". Genom en del tur men också en berömdvärd företagsamhet lyckades syskonen El-Adawy ordna fram bilder på världens bästa simmare, Ian Thorpe.

**Klubbrekord Damer**

50 Fjärlil	Karin Lärka -78	27,88	1998-04-04
100 Fjärlil	Karin Lärka -78	1.00,77	1998-02-21
200 Fjärlil	Karin Lärka -78	2.14,85	1999-03-11
50 Rygg	Karin Lärka -78	30,07	1999-03-12
100 Rygg	Karin Lärka -78	1.04,81	1995-11-24
200 Rygg	Linnea Sundberg -86	2.20,52	2002-11-23
50 Bröst	Michaela Lind -81	34,31	2002-10-20
100 Bröst	Michaela Lind -81	1.13,07	2002-10-19
200 Bröst	Michaela Lind -81	2.36,25	2002-10-20
50 Frisim	Kajsa Sjöberg -67	26,53	1989-01-01
100 Frisim	Kajsa Sjöberg -67	58,67	1987-01-01
200 Frisim	Linnea Sundberg -86	2.07,18	2002-11-23
400 Frisim	Pemilla Henriksson -62	4.23,68	1979-01-01
800 Frisim	Pemilla Henriksson -62	9.03,??	1977 JSM
1500 Frisim	Pemilla Henriksson -62	17.07,89	1977-03-30
100 Medley	Karin Lärka -78	1.06,98	1996-11 JSM
200 Medley	Linnea Sundberg -86	2.24,26	2002-12-01
400 Medley	Linnea Sundberg -86	4.58,08	2002-11-24

**Klubbrekord Herrar**

50 Fjärlil	Jonas Lögdberg -68	24,94	1994-01-05
100 Fjärlil	Jonas Lögdberg -68	54,18	1993-11-20
200 Fjärlil	Jonas Lögdberg -68	2.00,22	1993-03-10
50 Rygg	Daniel Karlsson -74	26,57	1994-03-03
100 Rygg	Daniel Karlsson -74	57,04	1992-12-11
200 Rygg	Michael Jacobsson -79	2.01,31	1996-11-23
50 Bröst	Michael Jacobsson -79	29,68	2001-11-27
100 Bröst	Jonas Klang -68	1.03,96	1989-01-01
200 Bröst	Michael Jacobsson -79	2.16,81	199?-12-??
50 Frisim	Henrik Bokell -78	23,61	1996-11-24
100 Frisim	Michael Jacobsson -79	50,52	1999-12-??
200 Frisim	Mats Forslund -79	1.51,81	1996-11-24
400 Frisim	Michael Jacobsson -79	3.55,35	1998-03-07
800 Frisim	Michael Jacobsson -79	8.20,38	2002-07-07
		(Långbana!)	
1500 Frisim	Michael Jacobsson -79	15.50,11	1995-11-25
100 Medley	Daniel Karlsson -74	56,05	1998-03-06
200 Medley	Michael Jacobsson -79	2.00,46	1999-12-04
		(Sv. Rekord)	
400 Medley	Daniel Karlsson -74	4.15,47	1993-11-21

---

**TÄVLINGSKALENDER VT-2003**
**Februari**

14-16	Kortbane-DM	Jakobsberg	Elit-A, B
15	Februarioppet	Tibblebadet	My, Crawl
15	Tyresö Knatte Cup	Tyresö	C, My

**Mars**

1-2	Ungdoms-GP/ Ungdoms-10manna	Haninge	C
13-16	Kortbane-SM	Eriksdalsbadet	Elit
15-16	NUSS yngre	Örebro	C-y
22-23	Sollentuna Simfestival	Sollentuna	Elit-A, B, C
29-30 Ev.	Hemglass Cup	Strängnäs	C-ä

**April**

5	Seriesim 2	Upplands Väsby	Uttaga simmare
5-6	Järfälla Nationella	Jakobsberg	Elit-A, B, C
6	Aprildoppet	Tibblebadet	Medley, Crawl
26-27	VårSimiaden Distrikt	Åkersberga?	C-y, My, ev. Cr

**Maj**

11	Seriesim 3	Tibblebadet	Uttaga simmare
17-18	Wella Cup	Tibblebadet	Elit-A, B, C
24-25	Grand Prix 2/ EJM-kval	Malmö	Elit
30-1/6	DM/JDM (50m)	Arr: Spårvägen SF	Elit-A, B

**Juni**

1	Viking Knatte Cup	Vallentuna	C, My, ev. Cr
7-9	Neptuniaden	Eriksdalsbadet	Elit-A, B, C
15	SUM SIM-test	Solna	??
27-1/7	SM/JSM (50m)	Norrköping	Elit

**Juli**

3-6	SUM SIM (50m)	Malmö	Inkvalade simmare
3-6	Stockholm Summer Games	Eriksdal	C

Reservation för ändringar! Några tävlingar kan komma att tas bort eller läggas till.

Nästa nummer av STÄNK har manusstopp 25 april och kommer preliminärt ut den 4 maj! Insändare är naturligtvis välkomna!

OBS! Stänk finns tillgänglig via Täby Sims hemsida ([www.idrott.nu/ta\\_bysim](http://www.idrott.nu/ta_bysim)) och endast i begränsad upplaga tillgänglig för hämtning på kansliet