

# SIM-polar'n 2.-80



# SM I BORLÄNGE - FYRA TJEJER OCH "OSKAR"

För varje år som går blir SM-truppen från Spårvägen allt större. Ett glädjande bevis på den satsning som simsektionen gjort under senare år. Det var en förväntansfull liten skara simmare, Annelie Wennberg, Ulrika Sandmark, Ulrika Eriksson, Helena Karman och Anders Östling, som under ledning av Pelle Berzlund for i väg till Borlänge för att möta hela svenska eliten. Jag förstår den pirring det måste kännas inför ett SM. Frågeställningarna surrar i huvudet, hur har jag lyckats med grundträningen? har toppningen kommit vid rätt tillfälle? hur kommer nerverna att orka med? hur bra har mina konkurrenter blivit? m.m., allt detta ligger och mal inne i huvudet. Väl på plats i Borlänges mycket trevliga simhall, så hoppar Spårvägens simmare ner i vattnet för en sista finslipning. Hur känns "hemnavattnet" som Borlänges simmare alltid har med sig, svaret blir, som vattnet i alla andra bassänger. Det stretat emot lika mycket, temperaturen är som i de flesta andra bad, därmed har första nervspänningen släppt lite.

Fredag morgon börjar allvaret. Stämningen i hallen stiger, och så fort som speakern börjat med att hälsa alla välkomna så sätter hela karusellen igång. Först i farten är Ulrika Eriksson, som ska simma 1500 m. fritt. Hon går i elden i första heat, 1 gren, och gör det bra. Hon kommer i mål på en tid av 17.45.47, vilket placerar henne som 12:e flicka i sitt första SM. Nästa simmare i elden är Ulrika Sandmark, även hon på 1500 m., hon gör ett bra lopp, hamnar på 13:e plats med en tid av 17.45.76. Bra gjort av Ullis med tanke på att hon nyligen varit sjuk. På 200 m. bröstsim gör Helena Karman ett väl disponerat lopp och hamnar på 17:e plats med en tid, 2.47.80. Lite senare är det Annelie tur att gå i vattnet på 200 fjärlil. Hennes tid, 2.22.03, räcker till en 6:e plats i försöken, vilket betyder finalplats. Oj, vilken känsla, en Spårvägare i SM-final. Efter försökspasset for truppen snabbt hem till förläggningen för att äta och för Annelie att ladda om, sova och vara utvilad inför 1:a finalen.

Ett finalpass i SM-simning, då är det stämning. Jag vill påstå att spänningen är högre än på en ishockeymatch på Johanneshov, vilket tryck, därför är Annelies finalplacering, 6:e bästa dam i Sverige, på tiden 2.22.47, en mycket bra prestation, som dessutom kryddas på med en landslagsuttagning.

Lördagen var det "Oskars" tur att gå i elden. På 100 m. ryggsim gjorde han ett bra pers med tiden 1.01.67, vilket gav en 18:e plats. På 400 m. frisisim gjorde Ulrika Sandmark tiden 4.35.53, medan Annelie på 100 m. fjärlil gick in på 1.06.63. Avslutningsvis på 400 m. medley gjorde Annelie 5.25.41.

Truppen gjorde en bra prestation med fina tider och ett löfte om nya stordåd i framtiden. Samtidigt tycks det som om hela A- och B-gruppernas simmare som målsättningen vill komma till SM, det är rätt, för som det nu ser ut anser jag att alla har en klar chans, med rätt inställning, rätt tränade och riktigt satsande.

kör hårt, önskar kjelle



**BÄSTA SPÄRVÄGARE** denna gång blev Håkan Forsell med seger på 200 bröst och en andraplats på 100 fritt. Bägge gångerna slog han också fina personliga rekord.



**NÄST SVÄRAST ATT FOTA** var Ulrika Eriksson. (Svårast är lillasyster Yvonne). Först efter andraplaceringen på 100 fritt lät hon sig övertalas och resultatet ses här ovan. (+v)



**KÄMPADE URSINNIGAST** gjorde Maria Nilsson, som trots kramp i magen vägrade släppa någon över bron. Helt utpumpad "landade" Maria på nya rekordet 3.04,5 och tog därmed sin första seger i större sammanhang.

**MEST VATTEN I GLASÖGONEN** hade Helena Jonsson, då hon sam 100 fritt och missade varje vändning med flera meter. Jonsson kom igen på 400 medley och snodde åt sig en mersmakande bronspeng.

## BILDSIDOR OCH RESULTAT

från tävlingen i Gävle  
i mars.

av Mats F



**FORMEN I TOPP** har verkligen Maria Östling. Denna gång tog hon två meter under de sista 25 meterna på spurtraketten Nettan Wennberg, vilket gav henne en överraskande silverplacering.



**SNABBASTE FRISIMMARE** kan Per Rosengren titelera sig efter en vattentät andra-placering på 100 fritt. Tiden 1.03,5 var tillika pers.



**ÖVERRASKNING I FJÄRIL** bjöd outsidersn John Andfolk på. Helt otippad slog han till i ett B-heat till den grad att endast tre man mäktade simma fortare.



**JAGADE FÖRGÄVES** gjorde Anette Wennberg på 200 bröst. Trots en rekordsänkning med tio sekunder till 3.05,9 nådde hon aldrig undflyende Maria Nilsson. Men en andraplats blev det.



SLAKTARDE PERSONLIGA REKORD gjorde de tæv-  
liga 69-tjejeina Sandra Andfolk, Lotta  
Höjer och Carina Jansson. Sex pers på sex  
försök blev dagens facit.



SNART UNDER TRE MINUTER på 200 bröst är  
utan tvivel Håkan Karman, som i ett in-  
spirerat lopp gjorde 3.02,8 och belönades  
med ett tredjepris.



SPARADE SPURTKRUT gjorde Katrin Hansson på 400 medley: då frisimmet återstod hade hon tio meter fram till ledaren, varefter det sa pang till den ljuva musiken av 1.16 sista 100. Katrin blev därmed heatsegrare och slutlig femma.



SKÖNASTE SEGERSPURTEN serverades av Lena Nilsson, som då 25 meter återstod sågs ca två meter efter den ledande Sundsvallsbjässan (omkring en halvmeter längre än övriga 69:or), men växlade tempo så snabbt att loppet var Lenas fem-sex meter senare.



SÄKRASTE TVÅA blev i snabb utveckling varande Pia Holmberg på 200 rygg. Vinnaren segrade med 15 meter- samma marginal som Pia hade till godo till trean.

HÖLL ÄNDA IN I MÅL gjorde det för vällingbydamen Maria Borghaag, som glädde med fin tid på 100 fritt. Maria ser ut att gå mot en ny vår.

EJ I FORM: Mats Norlin och Erik Sandmark hade lätt att hålla sig för skratt efter insatserna på 100 fritt och 400 medley. Matte och "Sparris" har dock lovat revansch i nästa framträdande.

COOLAST var förståss Robban Häll och Conny Billkvist, som efter varsin fin sjätteplacering underhöll med roliga historier som uppsanpats både här och där.

# RESULTAT - GÄVLE

NAMN	GREN	PLAC	MELLANTID	SLUTTID
Erik Sandmark-65	100 fritt	-	32,5	1.07,1
	400 medl.	-	20,4-34,0-45,8-18,3	6.04,6*
Mats Norlin-65	100 fritt	5	29,0	1.01,8
	400 medl.	5	20,4-31,5-44,2-15,5	5.51,6
Helena Jonsson-65	100 fritt	-	35,3	1.15,0
	400 medl.	3	24,7-33,6-42,8-18,9	6.00,2*
Katrín Hansson-65	100 fritt	-	34,0	1.09,1
	400 medl.	5	26,6-44,3-45,4-16,6	6.12,8
Ulrika Eriksson-65	100 fritt	2	31,9	1.05,3*
	400 medl.	2	19,7-29,2-37,1-13,6	5.40,0
John Andfolk-66	200 rygg	-	1.34,3	3.15,8*
	100 fjärlil	4	39,1	1.22,7*
Pia Holmberg-66	200 rygg	2	1.21,0	2.46,0*
	100 fjärlil	5	38,2	1.22,9
Håkan Karman-67	100 fritt	-	33,8	1.11,7*
	200 bröst	3	1.28,3	3.02,8*
Per Rosengren-67	100 fritt	3	30,5	1.03,5*
	200 bröst	5	1.32,7	3.11,4*
Maria Borghaag-67	100 fritt	-	36,3	1.16,5*
Maria Nilsson-67	100 fritt	-	34,9	1.13,1
	200 bröst	1	1.28,7	3.04,5*
Anette Wennberg-67	100 fritt	4	33,6	1.10,5*
	200 bröst	2	1.30,5	3.05,9*
Maria Östling-67	100 fritt	2	34,5	1.10,1*
	200 bröst	4	1.38,3	3.19,4
Håkan Forsell-68	200 bröst	1	1.33,7	3.16,8*
	100 fritt	2	33,2	1.11,5*

\* personligt rekord.

NAMN	GREN	PLAC	MELLANTID	SLUTTID
Conny Billkvist-69	100 fritt	6	42,0	1.30,1*
	100 bröst	-	53,6	1.59,3*
Robert Häll-69	100 fritt	-	45,3	1.39,7*
	100 bröst	6	52,3	1.53,4*
Sandra Andfolk-69	100 bröst	-	56,4	2.00,0*
	100 fritt	-		1.32,8*
Carina Jansson-69	100 bröst	-	54,5	1.53,2*
	100 fritt	-		1.41,2*
Lotta Höjer-69	100 bröst	-	51,6	1.47,9*
	100 fritt	-	40,9	1.25,7*
Lena Nilsson-69	100 bröst	1	45,6	1.32,7
	100 fritt	3	36,7	1.16,8*

# KALENDER

## A P R I L

- 12-13 Svenska Ungdomsmästerskapen i simning, regionsfinal-SUM-SIM-i Södertörn.
- 19 Dam 10-manna i Sundbyberg.
- 20 SUM-SIM, B-final i Åkeshovsbadet.
- 26-27 Distriktsungdomsmästerskap (DUM-SIM).Arrangör: Neptun.

## M A J

- 03-04 Svenska Ungdomsmästerskapens Riksfinaler i Malmö. ZON-SIM, Åkeshov.
- 09 Klubbmästerskap 200 meter frisim, Vällingby.
- 11 Klubbmästerskap 200 meter fjärl, Vällingby.
- 18 Runsim. Flick 10-manna i Södertörn.
- 24-26 SUM-SPEEDO, Göteborg.
- 31-01 Långbane-DM, Eriksdalsbadet.

## J U N I

- 07-08 Filbyter-Cup i Linköping.
- 24-27 OS-uttagningar i Landskrona.



# Annelie W i blågult

Grattis Annelie,

Som bevis på en utomordentlig prestation vid årets inne-SM, blev Annelie Wennberg uttagen att representera Sverige i landslaget för 64:or vid 7-nations-simmingarna i Drachten, Hollande under påskferierna. Det måste ha varit en upplevelse för Annelie. Hennes landslagsdeltagande är det första sedan Pelle Berglunds härjningar i blå/gult under början av 70-talet. Vi får hoppas att hennes landslagsdeltagande inte är en enfringsföreteelse, utan att den sporrar till fortsatt träningsflit, samtidigt som det säkerligen inspirerar klubbkamraterna att försöka förbättra sina positioner inom svensk simning. Ån en gång, simsektionen gratulerar dig, Annelie, till en utmärkt och glädjande prestation. Kjelle.

## Spårvägare i Stockholmslaget

80-talet börjar bra,

En olycka kommer sällan ensam säger ett ordspråk, men vi tar och ändrar till att en lycka kommer sällan ensam. Som krydda och utfyllnad till Annelies landslagsdeltagande, blev Ulrika Sandmark och Helena Karman uttagna att representera Stockholms distriktslag vid 3-distrikts-matchen mot Dalarnas och Göteborgs simdistrikt som går av stapeln i Järfälla under helgen 10/11 maj. Grattis tjejer, det var en glädjande uppgift som ni får ta er an. Då dessutom Annelie Wennberg och Ulrika Eriksson står som 1:a-reserver, ser jag detta som bevis på att simsektionens arbete under de gångna åren börjar ge frukt, dessutom välsmakande, helkul, tycker kjelle.

Tutan och Rosa till Malmö,

det är bara att försätta med ett hjärtligt GRATIS till våra duktiga SUM-Simmare, och speciellt då till Ulrika Eriksson och Per Rosengren, som i en allt hårdare konkurrens lyckats kvalificera sig till Riksfinalerna i Malmö. Det måste kännas skönt att nå målet med en riksfinal, efter år av slit. Nästa år tror jag truppen kommer att utökas, kör hårt kjelle

# MAGNUS har tagit över

Vår nye tränare, Magnus Kjellberg har nu börjat att arbeta med vårt A-gång. Magnus är 23 år gammal och kommer från Växjö. Han har ett eget aktivt simmarförflutet bakom sig i VÖSS. Där hade han som spec.- distanser 100 bröstsim med ett pers på ungefär 1.12, och på 100 rygg med ett spec. på ungefär 1.06. Magnus slutade simma aktivt för 4 år sedan men började omedelbart med att träna simmare. Han startade som biträdande tränare till Sven-Rune Malmberg, men fick överta dennes grupp och lyckades med att få en hel del Riksfinalister till Sum-Sim riks 1978. Magnus avslutar nu 2 års studier på GIH i vår, men han kommer att fortsätta studierna här i Stockholm. Hans planer är att utbilda sig till idrottsläkare på Karolinska. Som Magnus i dag bedömer det, kan han fortsätta att träna vår A-grupp i kombination med studierna. Vi hälsar dig, Magnus, välkommen in i gänget och önskar dig lycka till, både med studier och med träningsarbete.

Kjelle.

## S Ö K E S

1 st. lägenhet 1:a eller 2:a , ev. andrahandskontrakt, för vår nye tränare Magnus Kjellberg. Han bor för närvarande inneboende i Täby, vilket avsevärt försvårar hans möjligheter till effektivt tränararbete. Har någon ett ev. uppslag, kontakta då Magnus eller någon i styrelsen. tackar på förhand, kjelle.

Välkommen med bidrag till

Simpolar's sommarnummer.

(lämnas i kassan, till Frasse eller Gino)

Trevliq

Sommar!