

Språkrör för Spårvägens Simsektion.

# SIMPOLAR N

nr. 2 nov.-85



Laget som förde upp Spårvägen till div.1 i seriesim.  
Ovan Annelie och Matte





## Presentation av simsektionen.

Simsektionen i en av Sveriges största klubbar, Stockholms Spårvägars GoIF, bildades 1946. I dag omfattar den ca 400 aktiva ungdomar i åldern 4-22 år. Dessa bedriver simning från Plask & Lek (simskola) upp till elitnivå, med SM-, EM- och VM-deltagare. Även på tränarsidan är klubben väl framme. Förbunds- och landslagsuppdrag är inget ovanligt. Klubbens verksamhet bedrivs runt om i Västerortsbassängerna med Vällingby simhall, som "hemmabasäng".

## STYRELSEN INFORMERAR.

### Träningsoverall

Subvention på aktuellt försäljningspris ges enligt:

- simmare i grupp A-E, erhåller subvention med 40 %.
- samtliga simsektionens medlemmar i SS GoIF erhåller 20% subvention.

Övriga inom sektionen har ingen subvention men får gärna köpa träningsoverall. Är du intresserad, så ta kontakt med Birgit Billquist, som har hand om klubb-försäljningen på tisdagskvällar i Vällingby-badet.

### SL-biljetter

Simsektionen har förmånen att från huvudförening årligen erhålla ett begränsat antal fri-biljetter på SL. För att kunna

få dessa biljetter, skall du vara aktiv simmare i grupp A-E och regelbundet delta i träningen.

Dessa biljetter är strängt personliga och får endast användas till och från träning och tävling. Tilldelning av biljetter sker efter behov, med hänsyn till avståndet till badet och antal träningstillfällen. Eftersom biljetterna inte kan räckas till alla får inte simmare med skolkort med förlängning några biljetter under den kalendertid, som skolkortet gäller.

För utdelning av biljetter svarar Sven Karlsson, tel. 38 78 61. Han brukar finnas i Vällingby-badet på tisdagskvällar. styrelsen

## Magnus har ordet. (Tränare för A-gruppen)

Våren och sommarens verksamhet har gett oss vissa framgångar och även avslöjat en del av våra brister. Vi skall främst glädja oss åt segern i div. II av seriesim och uppflyttningen till div I samt de väldigt fina DM-inatserna under våren. Vi har aldrig tagit fler senior DM-poäng någon säsong. Som kronan på verket fick vi goda simninnar vid ute-SM och JSM/USM i juli. Vi hade även i år en av klubbens simmare med vid EM i Sofia i Bulgarien. Då Ulrika Sandmark kvalificerade sig på 800. Fritt! Till sitt andra EM i rad. Annelie Wennberg var en hårsman från att också hon ta en plats i EM-laget genom sin sensationella simning på 200 m fritt där hon tog sig till final för första gången i sin karriär. Annelie blev slutligen 6:a, 48 hundradelar från en 3:e plats som gav EM-start. Vi fick dessutom klubbens snabbaste lagkappssimning på 4x200 m fritt damer där Ulrikas, Annelie W, Anna Ek och Ulrika Börilin gav oss en finalplats. Våra 3 deltagare vid USM/JSM måste nästa gång vara flera. De som deltog gjorde detta med den äran genom persbästa simningar rakt igenom. Men en trupp på 3 simmare är alltför tunt. Vi skall ta i med själ

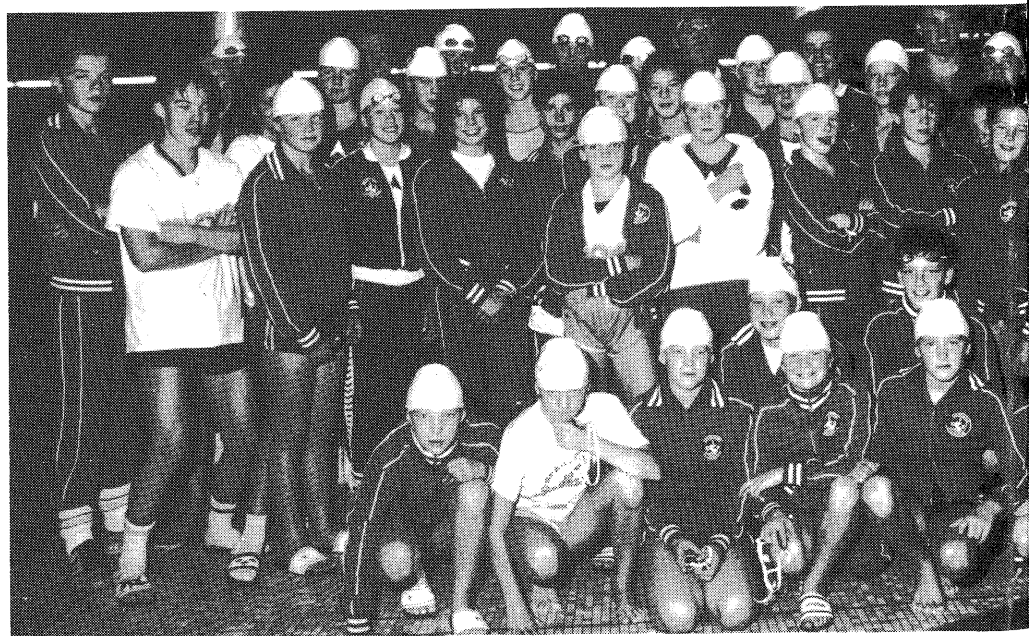
och hjärta för att bättra på våra "styrkor" och slagkraften hos dem.

Jag tycker att hösten har börjat bra. Vi har fått "tillökning" på seniorsimmarsidan (se vilka på annan plats). Detta kommer att hjälpa oss höja och bredda vår seniorsimning samt ge de yngre simmarna fler lagsimsmöjligheter. I den första deltävlingen av seriesimmet klarade laget av att beseгра Järfälla och alltså bli 5:a. Detta ger oss möjlighet att jobba vidare

från denna nivå mot nästa deltävling.

Tränarna arbetar på ett härligt entusiastiskt sätt som kommer att ge oss ännu större "styrka" under säsonen 85-86.

Låt oss gemensamt jobba hårt för att utveckla vår klubb framåt mot nya större idrottsliga framgångar. Vi har kraft och förmåga att kliva ett par pinnhål högre på stegen. Det må gälla VM, SM, JSM, USM, SVM-SIM eller seriesim. STÅ PÅ !!!!



Här har vi lyckats samla många av Spårvägens duktiga simmare. Tvärsgruppen och plask & lek är inte med på bilden.

# Nu är den här!

Nr 2 av "nya Simpolarn".

Några av artiklarna känns kanske lite gamla men jag tycker det är viktigt att få med allt mtrl. som kommit in.

Nästa nr (3) är redan på gång och där hoppas jag att du ärade läsare lämnar in synpunkter och artiklar. Vi har redan några inslag men vi behöver fler. Specillet gäller det tvärsverksamheten och Plask & Lek, dom är inte alls med i detta nr.

Fatta pennan, kamran och skrivmaskinen, skriv, fota och lämna in material.

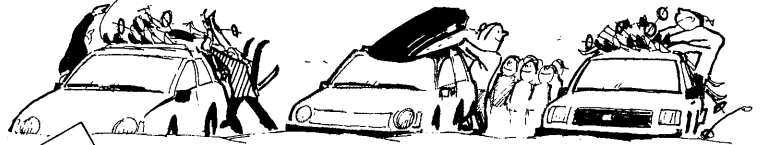
(Du får igen bilderna). Bilderna kan vara av alla typer (dia, färgkopior eller svart/vit). Med hopp om många insända bidrag släpps nr 2 av Simpolarn

Stephan Good



Sammanställning Original och ansvarig utgivare Stephan Good  
Tryck Florett Grafiska AB

## PACKLINE



Infotel  
08-58 24 26

## SEMESTERLÅDAN

### Packline även på vintern.

Unna dig och din familj en bekväm och rymlig semester, låt pryglarna vara på taket. Kom in och välj den låda som passar dina behov.

- ★ Trafiksäker låsbar låda till bilen, rymmer 300-700 liter last.
- ★ Skyddar takpackningen, t ex tält, campingutrustning, båtprylar, bagage, fjäll och fiskeutrustningen, golfbagen, dykapparaten, segelsäcken etc, etc + SKIDOR OCH PJÄXOR.
- ★ Aerodynamisk - enligt Expressen den 25/3-84 ökar ej bensinförbrukningen.
- ★ Skidåkarnas egen SLAO-försäkring ingår i priset - Ett samarbete med Folksam.

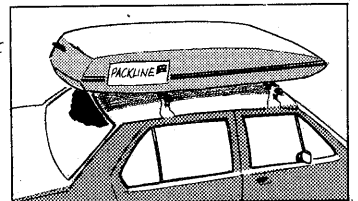
Välkommen hit och trevlig semester och Hyr se'n!

### PRISEXEMPEL

Perioden lördag-lördag 180:-

Pris inkluderar låsbart

takräcke. Rabatt vid längre hyra.



Stockholm 08-69 12 10 · (HK) S. Mälarsstr. · Kajpl. 13

Täby 08-792 15 70 · Nytorpsvägen 9

Stockholm 08-69 12 10 (HK) S. Mälarsstr. Kajpl. 13 · Borlänge 0243-847 70 Tjerns vägsvägen 70 · Eskilstuna 016-12 12 90 · Göteborg 031-51 01 50 Gullf/Bjellandav. · Jönköping 036-19 00 03 Nygatan 20 · Karlstad 054-10 10 18 Ratorpsvägen 31 · Linköping 013-10 51 22 Torvingegatan 1 · Malmö 040-18 24 54 Nobelvägen 147 · Mjölby 0142-102 09 Kungsvägen 37 · Solna 08-82 20 30 Rasundavägen 31 · Sundsvall 060-12 50 81 Norra Vägen 8 · Södertälje 0755-307 60 Falkvägen 13 · Täby 08-792 15 70 Nytorpsvägen 9 Uppsala 018-14 34 14 Seminariegatan 22 Örebro 019-14 14 01 Engelbrektsgratan 72 · Östersund 063-11 12 90 Prästgatan 64

# Utbilda dig!

Nya klass II funktionärer

Under november (datum ej fastställt). Berndt Svanberg kommer att hålla kurs internt, för utbildning av nya funktionärer.



### Funktionärer

Äntligen är det nya regelmaterialet framtaget från simförbundet och vi kan börja utbilda funktionärer.

Tisdag 29/10 Kompletterande kurs internt för samtliga tidigare utbildade klass I och klass II funktionärerna inom klubben. Denna kurs måste alla genomgå, som vill (förhoppningsvis alla) fortsätta att vara funktionärer efter 31/12 1985. Alla funktionärsutbildade kommer att få en personlig inbjudan med närmare information om tid och plats.

### Siminstruktörer Steg I och simlekskola

Vi har stort behov av nyutbildning av tränare till tvärsen och plask och lek.

Den utbildning vi närmast tänker på är simlekskola,

Steg I-utbildning, som är en fortsättningskurs efter genomförd simlekskoleutbildning. Intresserade skall kontakta Ted tel. 89 93 29, Klas tel. 38 70 72 eller Ann-Katrin Elmquist tel. 89 38 17.

Övriga utbildningar som klubben kan erbjuda kommer att anslås på anslagstavlan.

Till sist en liten idé. Vi anordnar en temakväll där alla är välkomna med idéer och förslag på temat "SS GoIF-simsektion". Som det nu är, är vi för få som "jobbar" med för mycket. Vissa gånger blir inte resultatet vad man kanske önskade sig. En kväll under november skulle detta kunna ske. Naturligtvis måste vi få något gensvar på denna idé innan vi börjar planera en temakväll. Alla ni som är intresserade av sektionens verksamhet och tror sig kunna bidra med några förbättringar, kontakta Ted tel 89 93 29.

Utbildningskommittén



på en bild

# SM-85 i Jönköping.

I år gick SM i Jönköping 3-7 juli. Vi, jag och Marre åkte ner med Matte måndagen den 1/7 för att möta dom andra som åkt ner på söndagen.

Vi bodde på Scandic Hotell, det låg perfekt, det var brandstege ner från tredje våningen över ett staket sen var man vid läktarna till badet.

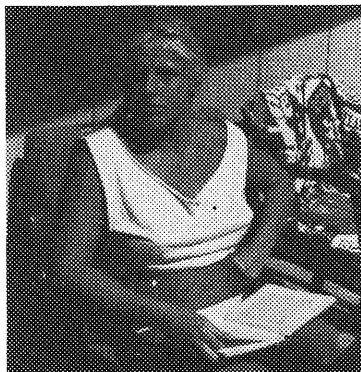
Vi alla som var med Magnus (tränare) Matte (ledare), Annelie, Nettan, Ullis S, Rosa, Sparris, Perka, jag och Marre, var nästan först av alla klubbarna så vi hade gott om plats att träna på men dom andra klubbarna kom rätt snart.



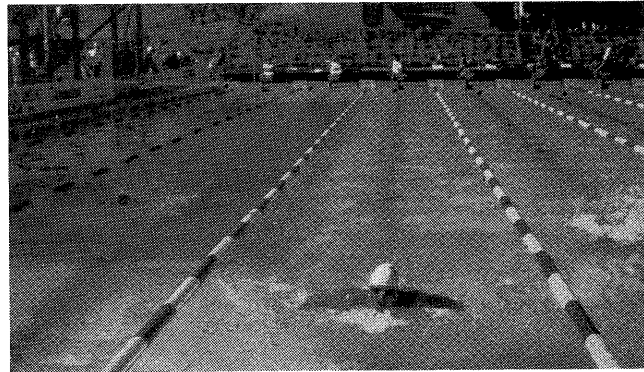
Här ser vi växling på 4 x 200 fritt "Ullis" Annelie "Eken" och Ulrika.

Vi var och tittade på Calle Örnemarks 103 m höga "Indiska reptricket" och många andra roliga träskulpturer, och gick och tittade på polis-skolan 2, sen var det äntligen dags att börja tävla. Det gick väl som väntat del lite bättre och en del lite sämre. På samlingen som vi hade varje kväll gick finalrosorna, första kvällen 1 till Ullis och 1 vardera till tjejerna i 4x200 laget som var (Ullis, Annelie, Eken, jag).

Nu var det färdig tävlat för både mig och Eken som bara simmade lag, men vi fortsatte att träna tillsammans med Marre som tränade hårt inför USM. Men för det gick det inte sämre för dom andra, och dom följande kvällarna gick finalrosen 3 till Ullis och 2 till Annelie. Under vår vistelse i Jönköping hann vi med åtskilliga besök på McDonalds och blev några



Annette



av stamkunderna från SM. Men sista kvällen åt vi på en Kina-restaurang. Visst var det väl synd att tiden gick så fort vi hade så kul och alla var så snälla och inte förstördes precis stämningen av att Ullis kom med till EM för sin seger på 1500 m och andra platsen på 800 m. Det här var den roligaste simtävling som jag har varit på och jag hoppas att det ska bli många fler.

Ulrika B



Sparris Rosa



Annelie

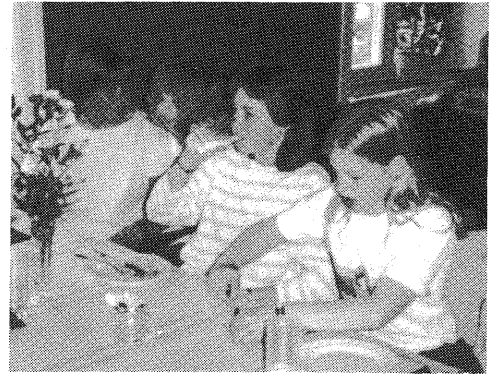


# Simläger Gnesta D&E gruppen

Av 33 anmälda blev det 28 avprickade vid "runda hålet" på centralen. Pendeltågsresan gick bra men det blev lite trångt med all packning. Till Gnesta kom vi i hållande regn och fick kämpa uppför en lång backe för att så småningom skymta något som liknade fritidsgård och simhall "Lilly" mötte oss i regnkappa och plastpåse på huvudet och med hennes hjälp kom vi snabbt inomhus. Alla barnen var snabba att hitta var sin plats för sovtäcket och packningen. Sedan gjorde vi oss hemmastadda i fritidsgården. Discot blev godkänt. Helt plötsligt var klockan halv tolv och det var dags att börja tänka på vägen till hotellet för att äta lunch. Det blev sallad, smör, bröd, mos (ej pulver) och frukostkorv. Alla skötte sig fint vid lunchbordet. Några orkade inte äta upp hela portionen (mest tjejerna) och någon hade upptäckt mögel i moset men det stämde inte. På vägen hem inhandlade vi två backar läsk till pingstdagens disco. Vad gör man med två backar läsk och ingen bil dessutom en lång backe till fritis. Jo, med hjälp av två starka karlar, lån av vagn från konsum i Gnesta så ordnade det sig. Första träningspasset var mellan 14-16. Mitt i allt det blöta tittade solen fram s k ö n t! Efter detta återhämningspaus med middag. Helt plötsligt ändrade himlen karaktär med hotfulla åskmoln och plötsligt dundrade åskan och regnet öste ned. Planen framför hotellet förvandlades till en

simbassäng. Camilla som inte var rädd för åskan fick nyckeln till "fritis" och tog med sig några kompisar. De visste då inte vad som väntade dem när de kom till fritidsgården. Där var översvämning ett faktum och vattnet sprutade in i sovförläggningen. Tack vare, ett snabbt ingripande av barnen klarade vi översvämningen med några blöta kläder och sovtäcken som vi torkade i bastun. Snabbt fick vi förflytta sovförläggningen till Discot. Efter detta äventyr fortsatte vi med 5-kamp och firade Daniels födelsedag med hemmagjorda tårtor. Vi är nu framme vid dagens höjdpunkt "läggdags", som startade vid 22-tiden men efter diverse kan inte sova toabesök, snarkningar m m började John Blund infinna sig vid 24-tiden.

Pingstdag = startsignal 7.00. Det började röra sig i alla skrymslen. Upp till bastun för att hämta alla torra kläder och sedan frukost på hotellet. sköntinga åskmoln på himlen idag. Jeanette hade klart bästa konditionen i backen från hotellet till fritis, trots sin "lilla mage". Förmiddagens träningspass började vid 10.00



och slutade 12. Sedan var det dags för lunch och det blev spagetti med köttförsås till allas förtjusning. På eftermiddagen fick vi besök av föräldrar som var med och tittade på träningspasset (uppskattades av barnen). Kvällen avslutades med diskco. PS. Killarna får lägga sig i hårdträning till nästa disco för att kunna hänga med tjejerna på dansgolvet. Hemresan annandag pingst: Uppstigning och hoppackning av samtliga grejor därefter frukost på hotellet och ett lätt simpass där plötsligt även tränare och föräldrar låg i vattnet. Sedan var det dags för lunch på hotellet och därefter hemresa med pendeltåg.

Lillemor Sundström



Madeliene  
Susanne  
Sara



Daniel.

Ni får  
matrikel  
gratis om  
ni är med  
i föräldrafören-  
ingen.





# SURAHAMMAR C-gruppen

Vi träffades på Vällingbypark-eringen 15.00 vi åkte bil hit. Det var en del föräldrar som skjutsa oss till Sura, det tog ca 2 timmar. Vi bor på ett vandrarhem som är jättefint. Vi äter mat på folketshus och maten är supergod. Simhallen har vi för oss själva och den är ganska fin. Idag tränade vi inget, vi packa upp och gick och kolla lite på stan.

Söndag 28/7

Klockan halv sju vaknade vi och sedan gick vi till matern och åt en skitgod frukost. Efter det gick vi till badet och tränade ett pass på 3 900 m som var ganska jobbigt men kul. Efter passet gick vi till maten och åt. Sedan vilade vi, simma, åt och kollade på TV. Sedan gick alla och lade sig.

Åsa och Conny

Måndag 29/7

Vi gick upp 06.30 och åt ca 07.00. Efter det gick vi till badet och simmade ett pass på ca 4 400 m. När det var slut gick vi hem och hängde upp badkläderna och gick och åt sedan. När vi hade ätit spelade vi kort, vilade och sådana saker. Efermiddagspasset var på ca 3 600 m i mitten av passet körde vi lopp var och en körde 4 lopp. Sedan gick vi och åt. Efter maten gick vi och slöa. Kl. 22.00 var det godnatt.

Hanna

Tisdag 30/7

Vi gick upp 06.30. Kl. 07.00 var det frukost. Filmjöl och flingar och mackor. Morgonpasset var på ca 4 500 m sedan fick vi lunch efter lunchen såg vi på två videofilmer som hette "Save our beach" och "Hårda bud" de var ganska bra. Eftermiddagspasset var på ca 3 700 m. Sedan åt vi middag. Vi lade oss kl. 22.00.

Magnus Ar.

Onsdag 31/7

Vi vaknade som vanligt kl 06.30 av att Lennart oväsnades utanför dörren. När vi gick iväg till frukosten regnade det inte för en gångs skull. När fmpasset var färdigsimmat och vi hade

ätit gick vi hem och såg Ninja worrious som var jättebra. Timmen före em passet ägnade dom flesta åt att skriva. 12 000 m pass till torsdag (möjligen fredag). Em passet med testserie gick bra och när vi ätit igen och kommit hem var vi lediga. Vi gick och lade oss rätt tidigt eftersom ett långt pass väntade nästa morgon.

Charlotte

Torsdag 1/8

Vi gick upp kl. 06.30, frukosten var god. Vi gick till simhallen. Vi skulle ha simmat 12 000 m men det blev inställt för det var så dåligt väder. Passet blev på 5 200 m. Vi var klara vid 09.30-tiden. Sedan gick vi till vandrarhemmet och hängde upp alla våta kläder. Sen gick vi till maten som var okänd. Efter det gick vi hem och vila och spelade lite kort. Sedan började det jobbiga igen. Vi kämpade igenom vårt 4 400 m pass. Middan var okänd. Sedan gick vi hem och tittade på TV. Vi gick i säng vid tio-tiden.

Magnus

Fredag 2/8

Kl. 07.30 steg vi upp. Kl 08.00 skulle vi äta frukost, sen skulle vi gå direkt till badet. Idag skulle vi simma lägreets längsta pass. Tre stycken skulle simma 10.000 m de andra 12.000 m Passet gick ganska trögt men till slut var man i alla fall klar. Vi åt lunch på vanlig tid. Sedan gick vi till bruksmuséet. Det var ett museum av gamla järnbruket. Efter det hyrde vi videofilmer.

Angelica

Lördag 3/8

Senaste från Sura lägret. Vi väcktes vid 06.30 av vår superpigga lägerförälder. Efter det gick vi och åt. Sedan bar det av mot simhallen. Där vi blev torterade av Pia. Efter det var det mat. Racer sniglar med prejade spagetti. Det var ganska gott. Efter vilan gick vi till simhallen igen. Vi hade ett lidande pass på supermånga meter. När passet var

slut var det mat igen. Sedan var det raka vägen till kiosken. Vi gick och lade oss vid tio-tiden. Det var allt.

Micke.

Torsdag 8/8

Halv sju vaknade vi av smällande dörrar. När Pia skulle gå och duscha. Frukosten serverades som vanligt kl 7 i folketshus. Träningen började kl 8.00 men före det var det förstas uppvärmning. Efter lunchen åker vi till ett mässingsbruk i Skultuna. Men det var frivilligt och en del stannade hemma och spelade kort. På mässingsbruket fick vi en guidetur ner till verkstan för att se hur aluminiumkastruller tillverkas. När vi kom hem från mässingsbruket var det tid för träning igen. Efter passet åt vi middag som var en härlig tjockpannkaka. På kvällen spelade vi kort och lyssnade på musik. En del tittade också på TV. Vi gick till sängs kl. 22.00.

Fredag 9/8

I dag på morgonen när vi vaknade och tittade ut genom fönstret fick vi en chock! Det var fint väder. I dag kanske vi i alla fall skulle kunna ut och paddla. Men först väntade frukost och ett pass på 5 800 m. Efter passet var det några som stannade kvar och spelade vattenpolo med simskolelärarna för att sedan gå direkt till maten. Det hade visserligen varit fint väder förut på mornarna men idag verkade det som om det skulle hålla sig. Det blev som vi trodde kanot på eftermiddagen. Vi skulle paddla till ramsäter och det skulle ta mellan 3-4 timmar. Det var fint väder hela tiden och vi var många som brände oss på armar och ben, men det var kul det tror jag alla tyckte. När vi kom hem var det inte mycket tid kvar till midnatten, som i dag var en pastarätt. Eftersom det inte varit något riktigt eftermiddagspass var en del otroligt pigga speciellt Magnus Arnonsson och Peter Aronsson (vår lille maskot).



# HÄSSELBY-STAFETTEN

Vad hände vid 3:e växeln?

Ted ringer vid 11-tiden och säger "du måste åka direkt till 3:e växeln, vi får inte tag i någon reserv. Någon av flickorna får ta med din nummerlapp". Några minuter före start kommer jag fram och börjar leta efter min nummerlapp. Ingen har den, så en pappskiva med siffrorna 156 gjordes i ordning i all hast. Starten har gått för en stund sedan. De första lagen börjar komma. Efter ett par minuter är växeln nästan avfolkad. 5-6 tappra står kvar. Men där. Därborta dyker Stene upp. Döds-trött 10 meter kvar. Jag stiger ut i löparområdet. 5 meter kvar. Jag gör mig redo för att ta emot stafettpinnen. 1 meter kvar. Men Stene tittar inte på mig. Alldeles bredvid sträcker en okänd ut sin hand. Stene ger honom pinnen. Den okände rusar iväg med nummer 156 på ryggen och jag står mycket förvånad kvar och undrar vad som hänt. Stene flämtar "fick inte tag i dig, min kompis - ". Så det var bara att åka hem med oförrättat ärende.

Håkan

Här kommer en närmare förklaring till Håkans lilla missöde. Håkan ringer kvällen innan loppet och frågar om han kan få avstå. Han har lovat att träna några knattar i tennis. Jag lovar att försöka ordna en reserv. Detta misslyckades naturligtvis och jag ringer till Håkan dan efter. En halvtimme efter mitt samtal ringer Stene. Han har en kompis, som är i "landslagsklass" och inte vill annat än att springa.



Fint, tänker jag. Det löser Håkans problem + att vi skall springa i samma lag. Jag säger åt Stene att det är okey; bara han meddelar Håkan. "Inga problem, det fixar sig. Vi kommer direkt till 3:e växeln" säger Stene. Därefter startar en våldsamt telefonjakt efter Håkan, som gett sig iväg till tennisen. Håkan har berättat att han från tennisbanan hörde telefonens ilska signal under 10 minuter. Enda kruxet var att telefonen var inlåst. När han till slut lyckades ta sig in och lyfta luren hörs ett klick och allt är tyst.

P g a denna lilla episod lyckades vi sedan ha två löparsugna gossar vid tredje växeln.

Resultatmässigt blev stafetten en ny framgång för oss föräldrar. Lag 152 blev bäst internt. Jag bör kanske nämna att detta "föräldralag" bestod bl a av A-tränare Magnus, B-tränare Stefan och landslagssimmare Annelie!

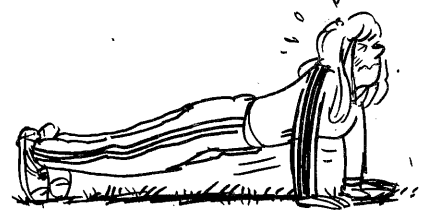
Till sist vill jag passa på att tacka Enzoio för all hjälp med både träningen och tävlingen och föräldraföreningen för den trevliga festen senare på kvällen.

Ted.

## Intern resultat

Plats	Lag	Tid
62	Simföräldrar lag 152	42.47
64	Simmare B-grupp lag 148	43.05
71	Simföräldrar lag 150	45.20
72	Simföräldrar lag 151	45.31

## MOTION ÄR NYTTIGT.



## SNABLAR!!!



**Vi på  
TRANSPORTER & SÄNT!  
kör både stort  
och smått.**

Vi på Transporter & Sânt har sen flera år kunder inom många branscher. Kuvert hit. Piano dit. Biltvätt där. Reparera där. Före klockan 15! Efter klockan 23. Sexton mil. Eller tre kilometer. Tur och retur. Och bara retur. Men aldrig tur. Vi förlitar oss på säkerheten istället! Det är då det går fort. Och det är då det blir bra.



TRANSPORTER & SÄNT, Flintbacken 22,  
11742 Stockholm. Tel. 08-840950



Den 27 april åkte vi buss till Göteborg för att där ta båten över till England. Båtresan blev en gungig upplevelse eftersom vi hade storm. Några blev sjösjuka och en del var gungiga i huvudet flera dagar i England. I London bodde vi på ett hotell som inte kan kallas lyxigt precis men som var fullt acceptabelt. Morgonträning mellan 6-8 hade vi nästan varje dag. En tävling hade vi den 30 april mot Swiss Cottage Swimming Club, dom vann över oss men vi kämpade väl och vi hejade högre än engelsmännen. En utflykt i London hade vi en dag men den slutade lite snopet, för medan vi var inne i St. Pauls katedralen bogserade polisen bort vår buss. Men vi tappade inte humöret för det utan satsade på en utflykt utanför London en annan dag. Men oturen förföljde oss. Den här gången knakade bussen i Canterbury så vi fick vända oss till en verkstad. Det tog hela dagen att få bussen körduelig igen. När vi hade vår shoppingtur i London åkte vi London Transports färdmedel (vi tyckte det var lugnast så). Sista kvällen i London var vi och såg musicalen "CATS" som jag tror alla tyckte var en fin avslutning på denna vecka. Alla våra bekymmer var inte slut i och med hemresan, för alldeles utanför Göteborg pajade vindrutetorkarna på bussen. Ralph fick dra den på chaufförens sida för hand innefrån och fick blåsor i händerna. Men skratta fick vi och MARIANNE Börilin döpte vårans resa till AB Trasselresor. Men annars tyckte jag vi hade en trevlig resa och vi som var med var 39 simmare, 4 st ledare, 4 st föräldrar, 3 st tränare och en chaufför.

Birgit Billquist

# ”England ja ja...”

ENGLANDSRESAN MED A, B OCH C GRUPPERNA

Camilla. Ingela.



Conny B. Eken. Conny L. Sparris  
Nettan.



Martina. Jocke T. Stefan. Annika.



# PRIPPS CUP, TEMPO SPRINT

PINGST (25/5-27/5) MED A-GRUPPEN

A-gruppens säsongssdebut utomhus startade i Uppsala, Pripps cup. Tävlingen bestod av 3 pass, 2 pass i Fyrisbadet, Uppsala 1 pass i Lugnet, Falun. Lördagen var kall och regnig. Annelie segrade i 2 grenar 200 fj, 200 me samt att hon kom 2:a på 100 fj. Jesper tog en andra plats på 400 me och Annette en 3:e på 200 br.

På kvällen for vi vidare till Falun och sov på Scandic hotell. Söndagens facit blev för Annelie seger på 400 me och 200 fr, en freestyle den andra i ordningen i Pripps cup. Dagens bragd stod "Sparris" för på 100 fr. Upp på stratpallen, snubblar sig i vattnet, vänder vid 45 m, skjuter ifrån i luften och i mål på 1,02. Han blev inte diskad!? Fast han aldrig nuddade kanten.

På eftermiddagen startade vi i en ny tävling, Tempo sprintar. Då simmade vi alla 50 fr i försök Annelie, Eken och Matte gick vidare till semifinaler, längre blev det inte. Efter



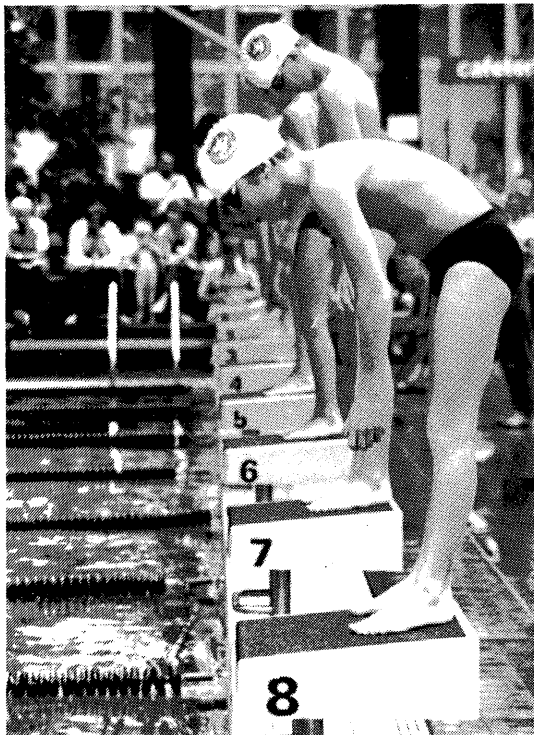
Annelie och Matte (bilden tagen vid annan tävling)

det var det lagkapp som skulle bestå av 3 tjejer ovh 3 killar. Sträckornavar 100 ry (eken), 100 br (Annette), 400 fr (Sparris) 200 me (Jesper), 100 fr (Matte).

Vi kom 4:a.

På måndagen tränade vi 2 pass sedan for vi hem.

Anna Ek.



Är bananerna goda?  
Perka vet svaret.  
Överst vänster.  
Överst höger ser vi Yvonne och Martina i samspråk. På startpallen bana 8 konsentrerar sig Daniel. Bana 7 Jesper. Stefan Carlsson ser efter Jänettes dotter Linda.

## DET SOM GÖMS I SNÖ...

Nu när höststormen viner runt husknuten är det dags att se till så tomt och redskap blir klara för vintern.

Hur är det med gräsklipparen, den behöver nog friskas upp efter en säsong i regn och rusk. Staketet måste ses över. Punkteringen eller växeln behöver lagas. Eller du kanske helt enkelt vill ha en helt ny begagnad cykel. Vi har herr-, dam- och barncyklar som är i prima skick. Hör av dig till oss på FraiTop, vi hjälper till med allt såväl ute som inne.



### FRAITOP

ALLSERVICE

Spångavägen 304, 163 60 Spånga  
Tel. 08-36 66 16



# profilen

## Ullrika Sandmark



Detta nummers profil är Ullrika Sandmark en av spårvägens mest framgångsrika simmare genom

tiderna. Hennes meritlista innehåller bl.a. 3 svenska mästerskap, ett svenskt rekord (1500 m frisim lång bana 1983), ett otal SM-medaljer av andra valörer.

Dessutom har Ullrika vid 21 års ålder vid två tillfällen deltagit i EUROPA MÄSTERSKAPEN i simning (1983 i Rom och 1985 i Sofia) med goda resultat som följd. "ULLIS" var 10:a på 800 m fri sim 1983 i Rom. Sedan 1981 har "Ullis" representerat i lagsammanhang.

Just nu studerar och simmar Ullrika vid UCLA-universitetet i Los Angeles, vid vilket hon har fått ett fullt scholarship tack vare sina fina simframgångar och sitt hårda arbete, detta ger henne en fin möjlig-

het att skaffa sig en universitets utbildning en person som Ullrika i klubben med språklig inriktning och simlagen. Vi önskar "ULLIS" tillsammans med samsatsningen.

Jag har tränat "ULLIS" sedan 1980 och hennes person har betytt mycket för våra resultat i SM-sammanhang. Hon har alltid satsat hårt och jobbat hårt med såväl skola som simning. Genom sin positiva attityd och inställning stimulerar hon övriga klubben i arbete.

Vi hoppas att "ULLIS" har möjlighet att komma hem till tävlingarna vid inomhus-SM i Malmö i januari och tillföra klubben ytterligare framgångar.

Det är en sann glädje att ha en person som Ullrika i klubben med språklig inriktning och simlagen. Vi önskar "ULLIS" tillsammans med samsatsningen. Jag har tränat "ULLIS" sedan 1980 och hennes person har betytt mycket för våra resultat i SM-sammanhang. Hon har alltid satsat hårt och jobbat hårt med såväl skola som simning. Genom sin positiva attityd och inställning stimulerar hon övriga klubben i arbete.

Magnus.



## Infriade förväntningar

Ett stort tack och grattis till alla duktiga seriesimmare. Som vi berättade i förra nummret av Simpolarn, hade Spårvägen ena benet i div. I i ungdoms-seriesim. Sista och 4:e tävlingen, gick dagen efter hemkomsten från England, dvs 5/5.

Åktersberga SS, som var det enda kvarvarande kotet, stog som arrangör. Förutsättningarna för en slutseger i div II, var helt klara. Sämst 4:a och saken var biff!

Som tävlingen utvecklade sig, var det aldrig någon fara för en sådan placering. Redan i den inledande flick-lagkappen, visade de våra var skåpet skulle stå! Resten av tävlingen, blev en ren defilerings-seger i den avslutande pojk-

lagkappen, var helt i sin ordning, och som kronan på verket. Motståndet i div I blir förstårs mycket tuffare, men det innebär också en roligare och mera spännande tävling, som bör sporra simmarna lite extra. Förresten har Spårvägen lägat i div I tidigare. Första året denna tävling anordnades 1981. Från den tiden har vi bara Jimpa kvar. Men i stället en hel hop med nya "hungriga" simmare.

Till sist vill Lennart och jag passa på att tacka våra äldsta simmare pojkar -70 och flickor -71. Dom har varit med och kämpat alla dessa år och lyckats föra upp spårvägen från div III. Tyvärr faller dom nu för ålderssträcket och får inte vara med i div I. Istället får väl Magnus dra nytta av dom i Spårvägens lag i Simallsvenskan.

Ted.

# LÄGER

I GÄVLE 3 - 17 AUGUSTI 1985

Vi åkte tåg till Gävle och det fick vi göra ensam för Stefan hade åkt bil upp för han hade två windsurfingbrädor med sig. Han skulle möta oss på stationen i Gävle. Niklas och Magnus, Jimpa och Marre var inte med oss. Niklas och Magnus skulle segla från Norrland ner till Gävle, Jimpa skulle komma dagen efter och Marre skulle bara vara med andra veckan. Efter massor av förmaningar om att vi skulle sköta oss åkte vi så iväg och resan gick bra. Klockan 15.00 gick vi för att simma vårt första pass. Det var bara på 2 000 m, men så hade vi inte simmat något före lägret utan vi skulle ha första veckan till att mjukstarta. Det var roligt att börja simma igen.

På måndagen den 5 augusti var vi och såg en sportgala och fick då se Patrik Sjöberg, det var kul.

På tisdag den 6 augusti kom Daniels föräldrar upp för deras häst skulle tävla på Gävle travbana och då fick vi alla gå och titta. Det var också en mycket rolig händelse även om det inte gick så bra för di Grados häst. Den 11 augusti som var en söndag hade vi bestämt att åka till Furuvik, men vi kom inte längre än till busshållplatsen för det regnade så mycket. Det fick bli en videofilm istället. Vi hyrde en film till på kvällen som hette "Föräldrafritt" men den hann vi inte se färdigt den kvällen för 22.50 skulle vi gå och lägga oss, men klockan hann bli 23.15 innan vi kom i säng. På onsdag den 14 augusti åkte vi till Furuvik efter passet som var på 3 550 m. På Furuvik träffade vi D-gruppen. Efter Furuvik åkte vi tillsammans till Kina-restaurang där vi åt "4 små rätter". Jag tyckte Furuvik var ett tråkigt ställe. Andra veckan på lägret var passen längre och hårdare. Gävle-lägret var ett roligt läger fast det blev jobbigt andra veckan.

Ingela "Pinglan" Billquist

## NYA SIMMARE

Vi har nöjet att hälsa tre nya simmare välkomna till vår klubb. De tre är:

Marita Blombäck född -66  
Marita Bor och tränar i Älvsbyn. Där hon tränat sedan 3 år tillbaka vid Pitedalens folkhögskola. Tidigare tävlade hon för Haparanda SKT som är hennes hemort. Marita har simmat SM-finaler i 200 m och 400 m medley.

Christoffer von Kock född -64. Christoffer kommer senast från Växjö. Men flyttade förra året upp till Stockholm och går nu på journalisthögskolan. Han höll uppe med träningen förra säsongen. Men prövar nu att träna igång igen så mycket han kan för studierna.

Sophie Lindeskog född -64. Simmade förra säsongen för Malmö KK där hon kommer ifrån. Sophie har simmat SM-final i lagkapp på 4x200 fritt och har möjlighet till detta även individuellt på främst 200 och 400 m. Sitt dagliga värv har hon vid university of Iowa.

Vi vet att ni kommer att vara en tillgång för vår klubb och hoppas att vi tillsammans kan verka för framgång.

Magnus

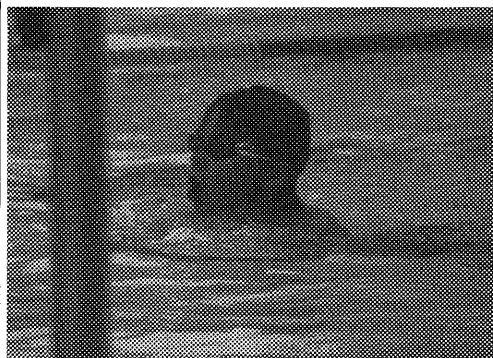
## ALLT FRÅN EN KOPP KAFFE TILL EN QUATRO STAGGIONI



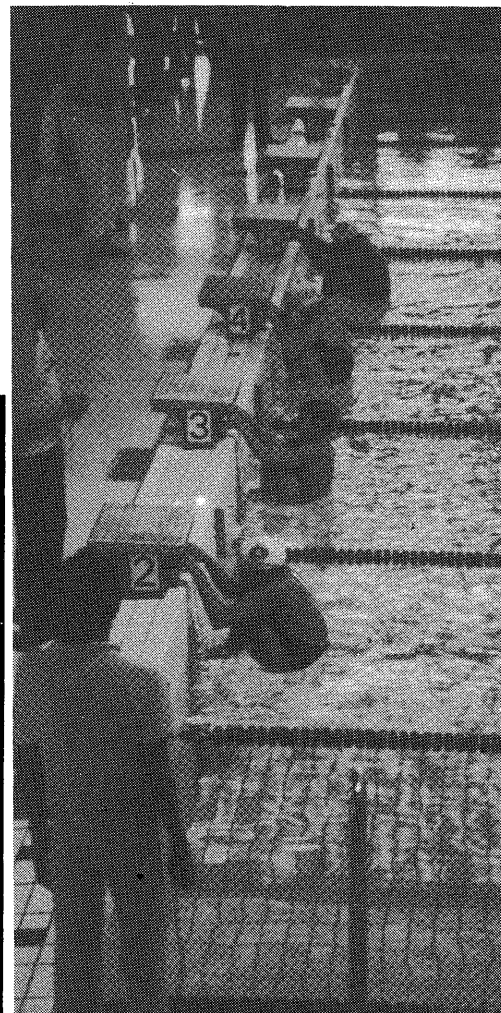
**Konditorvaror.  
Gott matbröd.  
Dagens pizza  
till specialpris.**

**Öppet vard. 7-19  
lörd. 9-16  
sönd. 10-16**

**SPÅNGA KONDITORI**  
Spånga stationsplan 1, tel. 36 53 54



Daniel.



Jennifer bana 2 Camilla bana 5

## Simallsvenskan I NORRKÖPING 5/5-85

Det var ett slitet gäng som sent på kvällen den 4:e anlände till Scandic Hotell i Norrköping. Vårt utgångsläge inför sista deltävlingen var en 5:e plats som det gällde för oss att upprepa. Vi kunde klara oss kvar i div. I med även en 6:e plats om vi kunde slå Norrköping med 14 poäng.

Målsättningen var helt klart att slå Norrköping. Vi hade en blek start med två svaga lagkapper. Därefter repade vi oss något och matchade jämt med Norrköping som dock smög uppåt på slutet och i de sista lagkapperna gick ända fram och slog oss med exakt lika många

poäng som vi hade i försprång. Stor palaver uppstod. Ingen i tävlingsledningen visste vem som egentligen hade vunnit. Senare räkning visade att VI hade bästa simpoängen (på de två tävlingarna och alltså blev 5:a före Norrköping). Jag vill ge en stor eloge till alla simmare i laget som utan undantag gav allt. Trots att vi inte hade vårt allra bästa lag lyckades vi klara oss kvar. Låt oss se framåt mot den nya simallsvenskan med tillförsikt och kämpaglöd. Den första "rankingtävlingen" i denna går 30/11-1/12-85.

MK



# SERIESIM

Nu är vi äntligen där! Efter att ha kommit från division 3 förr-förra säsongen, marscherat rakt genom division II så var det dags för högsta serien i Stockholm. Detta skedde den 22 september i Sollentuna simhall.

I Skåne där jag kommer ifrån, är seriesim en helig ko där alla klubbar sliter oerhört för att hålla åtminstone sitt första lag på topp. Det är mycket presstige fylld tävling vilket troligen också kommer att bli fallet här i huvudstaden. Efter ett snabbt överslag av våra resurser var jag nog lite pessimistisk när jag anlände till hallen. Jag hade faktiskt räknat med en klar jumbo-plats för Spårvägen. Nu visade det sig emellertid att de andra "Storklubbarna" är förbluffande ihåliga på ungdomssidan och redan i första grenen, som var 4 x 50 medley för pojkar, visade grabbarna att vi inte skall vara hur tråkiga som helst. Magnus Ahlsén startade med ryggsimmet och följdes av Magnus Arnonsson som simmade bröststräckan. Båda herrarna simmade på 41 sekunder. Eftersom vi i detta laget hade våra två äldsta simmare i laget kvar och låg på 3-4 plats såg det hoppfullt ut. Daniel höll placeringen och Niclas Erngård, vår store 71:a slog till med fina 28,9 på frisisimmet och

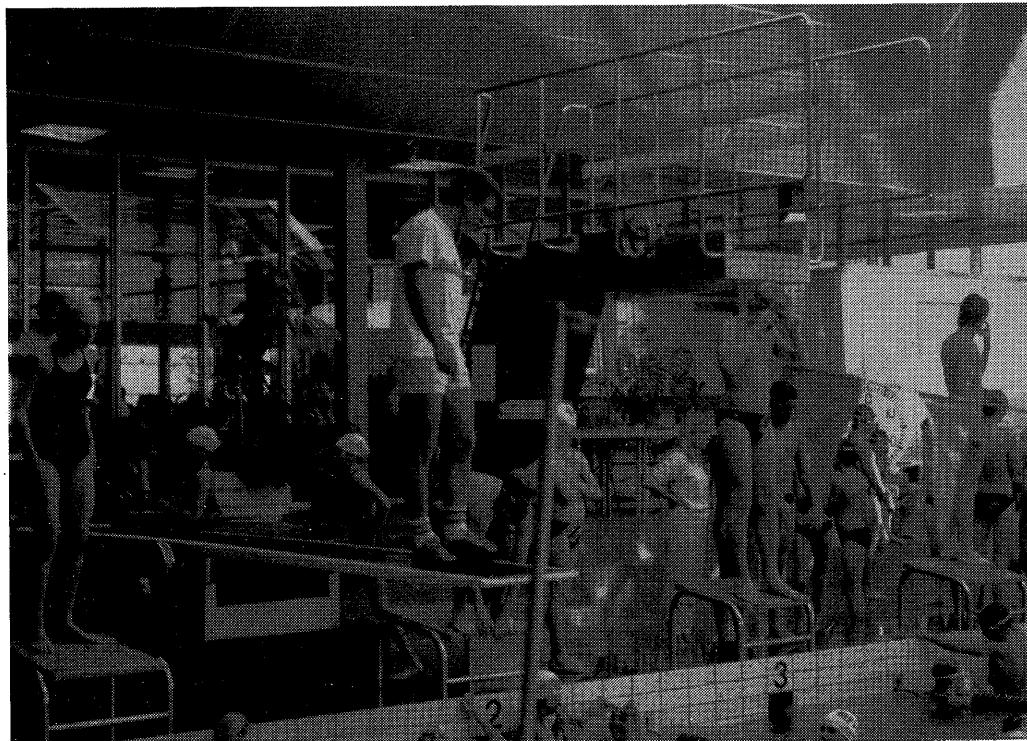
vips, så var laget tvåa i mål!!!! Lagkamp är det bästa som finns för det är ju fyra som kan glädjas tillsammans. I detta fallet gladdes hela seriesims-laget och stämningen kom på topp direkt. Vår målsättning var att undvika sista-platsen och hela tiden ha simmare som slog minst en Järfällasimmare (som skulle slåss med oss om jumbon) vilket höll hyfsat utam i pojkar -71 där de har landets bästa simmare. Efter 6 grenar hade SSGOIF 35 poäng mot JS 27. Efter 12 grenar hade båda lagen 106 poäng. Olidligt jämt.

De tappra Spårvägs-simmarna undvek dock att få stryk av "sin" Järfällasimmare och vi klarade femteplatsen med skapliga 8,5 poängs marginal. Dessutom är det bara 20 poäng upp till Neptun som ligger fyra så vår målsättning får väl bli att ta upp kampen med "Neppan" åtminstone en gång av de fyra deltävlingarna och definitivt undvika jumboplatsen. Den överlåter vi gärna åt Järfälla... Detta måste alltså helt klart räknas som en halv seger och mer skall komma. Även tjejerna i avslutande 4x50 fritt gjorde en fin insats genom att bli tvåa även de. Detta genom ett lag som simmade inspirerat och med härlig tändning. Karin Asp -74 började med 36,1, Camilla Rudin -72

slog till med urfina 30,3 följt av Kersti Andersson -73 som hade 36,5 och 10-åriga Anna Elmquist som hade utmärkta 36,8. En tuff laguppställning gjorde att SSGOIF i denna gren gick till ledning redan på andra sträckan genom Camilla som sedan småtjejerna höll undan bra på och fick stryk endast av Tureberg som har ett helt gäng av landets bästa flickor. Bra simmare är dock inte ensamma om att ha. Vänta bara.....

Ett par resultat måste nämnas som höjer sig något över de andra. Magnus A -73 hade 38,0 på 50 fjärril och simmar med ett härligt flyt, precis som Christinan Ohlsén som jag tyvärr inte kommer ihåg tiderna på. Teknisk är han i alla fall, vilket man önskar av alla simmare. Det är där vägen mot framgång börjar. Jennifer Good röjer bra i 74-klassen och är en härlig fighter som även hon har fina tekniker. På tal om fighter: Calle Carlsson är nog den "värste" av dem alla. Calle som bara är 13 år slog till med en utmärkt tid, 1.02,6 vilket gav en andra plats. Det var vår bästa placering för dagen tillsammans med lagkapperna. Nästa gång skall vi vara rustade till tändarna och laddade för att ta itu med anrika Neptun. Jag tror att det här kommer att gå bra om alla tränar och står i allt vad ni klarar. Väl mött i december och GRATTIS till denna omgången. "Viljan att vinna är värdelös om man inte har viljan att förbereda sig".

Stefan C.



Stefhan i upphöjd position. Niklas bana 3



Erik.Pia. Henrik.

# A-GRUPPEN??

Jag tänkte berätta lite om en grupp simmare som ofta kommer i skymundan mycket beroende av att vi bara en dag i veckan tränar tillsammans med övriga klubbmedlemmar och att vi inte alltför ofta deltar i det aktiva arbetet för klubben men det har sina orsaker.

Denna grupp består av 12 aktiva. Ni kanske redan har räknat ut att det är A-gruppen. Ulrika Sandmark bedriver sin träning i Californien på ett stipendiat på 4 år. Erik Sandmark som gör sin militärtjänst på en idrottspluton i Uddevalla (ihöst Jesper) kommer varje helg hem och tävlar eller tränar med oss övriga. När vi tränar? Just nu är vi inne i en hårdkörningsperiod (april) och tränar 6-8 pass/vecka samt tävlingar på helger. Vi simmar morgonträning 5.30-7.00 tisdag, torsdag. Eftermiddagsträning 16.00 - 18.00 måndag - onsdag, fredag i Åkeshovsbadet och torsdag Tenst 19 - 21. Vi är alla mellan 16 - 23 år. På dagtid går de flesta i skolan övriga arbetar. Nettan, Eken, Conny B och Annelie är tvärsgruppstränare. Magnus, våran



Sparris Rosa Perka Jesper Anna Ulrika Marre Ullis Annelie

tränare ömsom pluggar till läkare samt jobbar som gymnastiklärare. Han ställer upp på det mesta både privat och inom simningen, ett enormt stöd för oss alla. Tack! Vi tävlar mycket och ofta men säsongens största mål är för cirka halva gruppen SM för resten DM.

I A-gruppen började alla utom Tomas (Kaanan) 1982, Anna (SKK) 1981 och Jesper (Täby SKN) 1983

el.1984, sin simkarriär i Spårvägen och det för ganska länge sedan. En del har tränat och tävlat ihop sedan 1976. Sammanhållningen är därför stor men nykomlingar har för den skull inte svårt att komma med i "gänget".

Hälsningar  
Anna Ek



Ted och Lennart ledare i seriesim.



Jesper, Christian

Ni som redan är med, ta med kompisar till simmis.

## VÄLKOMMNA!



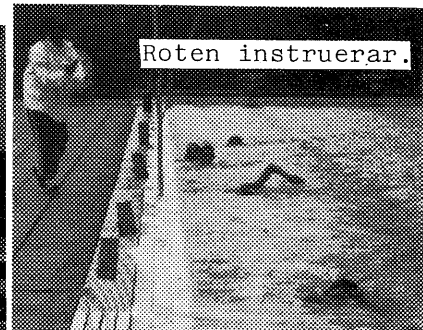
# Lägerberättelse

FRÅN STORVIK 10-17 AUGUSTI

När vi till Storvik for var glädjen stor föräldrarna fick oss köra så det blev ingen röra. Rummen var knasiga och duscharna trasiga. Men snart blev vi åter pigga när vi i köket alla fick ligga. Bassängen utanför huset var bra där låg vi och simmade efter da. Ett hopptorn fick alla att tjuta och dit mellan passen kuta. Maten var ej så bra men till TEXACO vi ändå gick varje da. Men vad kunde vi välja det var bara att tugga och svälja. Ibland 2 köttbullar vi fick och dom försvann på ett klick, men det kunde hända att man en till, tänk vilken underbar grill?? Ibland vi själva måste maten laga och då var det banne mejingen som klaga. För vi två husmödrar hade och dom gjorde aldrig någon tabbe. Vi en kväll disco hade, bugg och tryckare var det som gällde annars var det någonsom gnällde. Hamburgare, popcorn och glass åt vi i stora lass. Vi Gustavsmedalj kasse och godis fick och med det vi prydde oss kvickt. Henrik med Kersti i tryckare fick hänga ända tills discot fick stänga. Den nattliga kuren vi alla måste ha massagen och gurgligen gjorde alla bra. Sen kom den nattliga rundan då fick vi krama ända tills armarna blev lama. På vår lediga dag, i Furuvik vi va. Vi åkte karusell och såg på djur och Camilla hon hade en väldig tur hon fick allihop att gapa när hon vann både katt och apa. Efter Furuvik vi till Gävle for och där fick Anna möta sin bror. Tillsammans vi alla till Kina-restaurangen gick och där vi pinnar fick och det var inte alltför lätt att med dom sätta sprätt. Efter denna utflykt var vi nu åter hemma och den kostade betydligt mer än en femma.



I väntan på mat



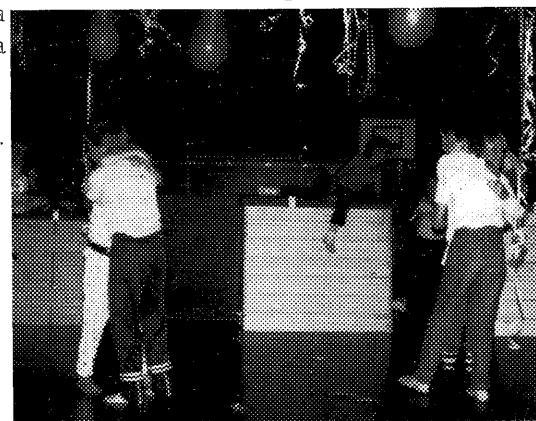
Roten instruerar.

Nu natten kom Eriksig på golvet la för han inten luftmadrass ville ha. Kristian sov med kläderna på tillslut dom nästan själva kunde stå. Nästa dag till telefonen vi springde (obs! nödrim) för vem var det som ringde. Nu Jesper hade blivit stor han farbror och Jeanette mor. Yvonne alltid först till bassängen va men det var inte alltid så bra för där fick hon stå och frysa medan vi andra i sovsäckarna mysas. Karin var en i gänget som simmade milen, och snabb var hon som pilen. Marie som ny i gänget va kämpade och lyckades väldigt bra. Cissi till lägret for med näsan full av snor men vi i sängen henne la och snart var hon bra. Daniel med oss alla prata om atomkraft, politik och varför det finns två ben på en skata. När Jennifer sista natten de andra skulle skrämmla hon själv bena på ryggen och remma. Rothen har övat oss alla att simma och det blev inte bara entimma. I joggingspåret hon jaga utan att klaga För Rothen var toppen och tack vare henna klarade dom loppet. Hela veckan hade vi skoj varje dag hände alltid nån ploj. Det är svårt att berätta allt men vi hade det ganska ballt. Lägermammorna Lotta och Inger så rar ni var underbara. Ett hjärtligt tack ska ni ha. Vi lek jaga, du äär!! (inside joke) veckans grej.

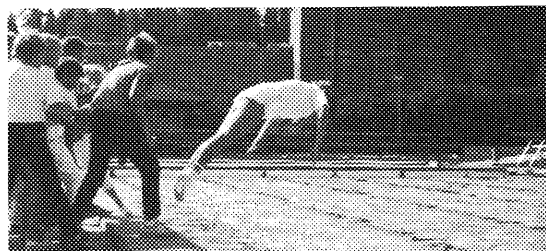
En vecka att minnas  
D-gänget 1985



Nu är det dags att sova.



Dansa tryckare på kvällens disco.



Tränaren måste också bada.



Lotta plätade

# RESULTATBÖRS

## ① 25 rygg flickor f. -76 e sen

	tid	poäng
1. Jenny Engkvist -76	23.3	10
2. Cathrine Ahl -76	23.9	9
3. Johanna Good -77	23.9	9
4. Helene Ersenius -76	24.6	7
5. Sandra Karlsson -77	24.7	6
6. Annu Krantz -76	25.3	5
7. Therese Lindberg -78	25.5	4
8. Anna Dellerbjörk -76	25.7	3
9. Hanna Lundin -78	27.0	2
10. Frida Wikholm -76	27.7	1
11. Christin Nolen -76	27.9	1
12. Linda Linderholm -78	28.2	1
13. Josefina Ljungberg -76	28.6	1
14. Maria Karlsson -76	28.7	1
15. Carolina Hellsjärd -77	32.0	1
16. Therese Straka -76	33.6	1
17. Alexandra Bjerkland -77	34.8	1
18. Linda Gustavsson -76	36.5	1
19. Lisen Åkerlund -79	36.5	1
20. Sofia Forsberg -77	39.2	1
21. Helen Waldow -76	46.1	1

## ③ 50 rygg pojkar f. 75 o tid

	tid	poäng
1. Urban Löfbom -73	49.5	10
2. Fredrik Rosenholm -75	50.6	9
3. Mikael Ekblom -74	51.2	8
4. Martin Löfbom -75	52.3	7
5. Mattias Larsson -74	53.1	6
6. Rickard Müller -75	54.8	5
7. Henrik Andersson -75	56.3	4
8. Per Åström -74	57.0	3
9. Niklas Egmar -75	58.1	2
10. Rickard Holmberg -75	1.00.0	1
11. Anders Forsberg -74	1.07.9	1
12. Pontus Lundin -75	1.15.2	1
13. Fredrik Härfelt -75	1.22.6	1

## ④ 50 rygg flickor f. -75 e tid

	tid	poäng
1. Angela Atzeri -74	47.6	10
2. Anna Elneborg -75	52.6	9
3. Anna Kontkanen -74	53.8	8
4. Veronica Edlund -74	54.2	7
5. Jessica Häll -75	54.5	6
6. Susanna Entrena -74	56.4	5
7. Kikki Eriksson -74	57.0	4
8. Jennie Lundin -75	58.0	3
9. Johanna Roth -75	58.1	2
10. Linda Aisner -75	58.3	1
11. Linda Axelsson -75	59.7	1
12. Pernilla Mähl -73	1.00.6	1
13. Malin Alberg -75	1.06.2	1
14. Ulrika Kuist -74	1.09.5	1
15. Ann-Katrin Brunell -75	1.14.8	1
16. Mia Åkerlund -75	1.19.0	1

## ② 25 rygg pojkar f. -76 o sen

	tid	poäng
1. Jesper Årfors -76	24.4	10
2. Peter Aronsson -77	24.8	9
3. Nils Gustav Hansson -76	25.4	8
4. Fredrik Högland -76	25.8	7
5. Stefan Juleus -76	25.9	6
6. Tomas Lindberg -76	26.7	5
7. Johan Westling -77	27.6	4
8. Peter Fridlund -78	28.7	3
9. Niklas Rangwe -76	32.0	2
10. Anders Berg -78	32.7	1
11. Kristian Huber -76	35.7	1
12. Jens Åström -76	36.1	1
13. Anders Berglund -77	39.7	1

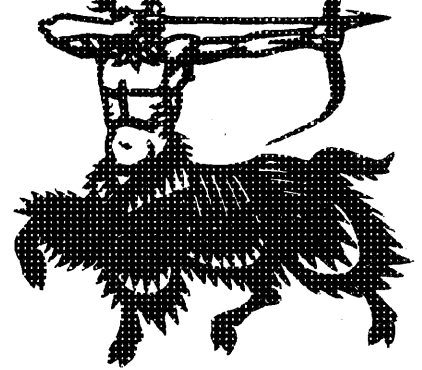
## ⑤ 25 frisim flickor f. -76 e sen

	tid	poäng
1. Cathrine Ahl -76	21.4	10
2. Anna Dellerbjörk -76	22.3	9
3. Jenny Engkvist -76	22.4	8
4. Anna Krantz -76	24.6	7
5. Helene Ersenius -76	24.8	6
6. Frida Wikholm -76	24.9	5
7. Therese Lindberg -76	25.4	4
8. Johanna Guoc -77	25.9	3
9. Josefina Ljungberg -76	26.3	2
10. Therese Straka -76	27.5	1
11. Linda Linderholm -78	27.8	1
12. Maria Karlsson -76	28.1	1
13. Hanna Lundin -78	28.4	1
14. Sandra Karlsson -77	28.9	1
15. Linda Gustavsson -76	32.1	1
16. Alexandra Bjerkland -77	34.2	1
17. Annika Ersenius -77	36.2	1
18. Sofia Forsberg -77	43.6	1
19. Helen Waldow -76	47.4	1

## ⑥ 25 frisim pojkar f. -76 e sen

	tid	poäng
1. Per Aronsson -77	23.3	10
2. Fredrik Sydthoff -76	23.8	9
3. Johan Karlsson -76	24.0	8
4. Tomas Lindberg -76	25.0	7
5. Benny Andersson -77	25.5	6
6. Fredrik Högland -76	25.8	5
7. Jesper Årfors -76	26.6	4
8. Mikael Widen -76	27.2	3
9. Johan Westling -77	28.8	2
10. Peter Fridlund -78	29.7	1
11. Kristian Huber -76	30.7	1
12. Stefan Juleus -76	31.4	1
13. Erik Hedström -77	35.9	1
14. Anders Berglund -77	39.6	1
15. Nils-Gustav Hansson -76	39.8	1
16. Jens Åström -74	41.1	1
17. Per Mattsson -76	43.3	1

# A GOOD GROUP



BILLY GOOD  
PRODUCTION AB

reklambyrå

Box 11055 · 100 61 Stockholm  
Besök: Skånegatan 70  
Tel 08/714 52 20

## ⑦ 50 frisim flickor f. -75 e tid

	tid	poäng
1. Anna Kontkanen -74	40.9	10
2. Anna Elneborg -75	46.4	9
3. Jessica Häll -75	47.6	8
4. Veronica Edlund -74	49.0	7
5. Linda Axelsson -75	54.1	6
6. Susanna Entrena -74	55.0	5
7. Kikki Eriksson -74	56.9	4
8. Jennie Lundin -75	1.01.8	3
9. Ann-Katrin Brunell -75	1.02.0	2
10. Ulrika Kuist -74	1.02.6	1
11. Jenny Björling -74	1.03.1	1

## ⑧ 50 frisim pojkar f. -75 e tid

	tid	poäng
1. Urban Löfbom -73	39.6	10
2. Mikael Ekblom -74	47.0	9
3. Mattias Jansson -74	45.5	8
4. Fredrik Rosenholm -75	46.5	7
5. Martin Löfbom -75	49.4	6
6. Rickard Müller -75	53.0	5
7. Per Åström -74	54.1	4
8. Niklas Egmar -75	57.2	3
9. Henrik Andersson -75	56.7	2
10. Anders Forsberg -74	1.00.8	1
11. Pontus Lundin -75	1.03.0	1
12. Patrik Waldow -75	1.03.3	1
13. Rickard Holmberg -75	1.03.4	1
14. Fredrik Härfelt -75	1.09.1	1

### Slutresultat deltävling I.

1. Polisen IF	286 p	7 p
2. Södertörn SS	277 p	5 p
3. Tureberg IF	269,5 p	4 p
4. SK Neptun	195 p	3 p
5. Spårvägen GOIF	174,5 p	2 p
6. Järfälla S	161 p	1 p

### HÖSTENS TÄVLINGAR 1985

30/11-1/12	Simallsvenskan, kvaltävling
8/12	Järfälla Elit
8/12	Seriesim

# Jakobsbergs TRYCKERI

POSTADRESS BOX 2115 175 02 JÄRFÄLLA  
GATUADRESS SMEDVÄGEN 1 KALLHÄLL  
TELEFONER 0758/567 38 0758/567 39

BOKTRYCK · OFFSET





# Är ditt namn något värt borde du ha en motsvarande penna.

Ditt namn är något av det värdefullaste du äger. Och just detta enkla faktum är vårt rättesnöre när vi tillverkar våra pennor. Vi lägger ner mer omsorg än någon annan för att skapa verktyget som gör din vilja och tanke till något konkret. En skriven rad. En namnteckning.

Vi tillverkar fortfarande pennor, när andra gör prydnadsföremål som hjälpligt går att skriva med.

Vi kontrollerar att alla våra pennor, oavsett skrivsätt, fyller sin främsta funktion. Att skriva väl. I varje penna som bär vårt namn finns respekten för det skrivna ordet. Respekten för ett namn.

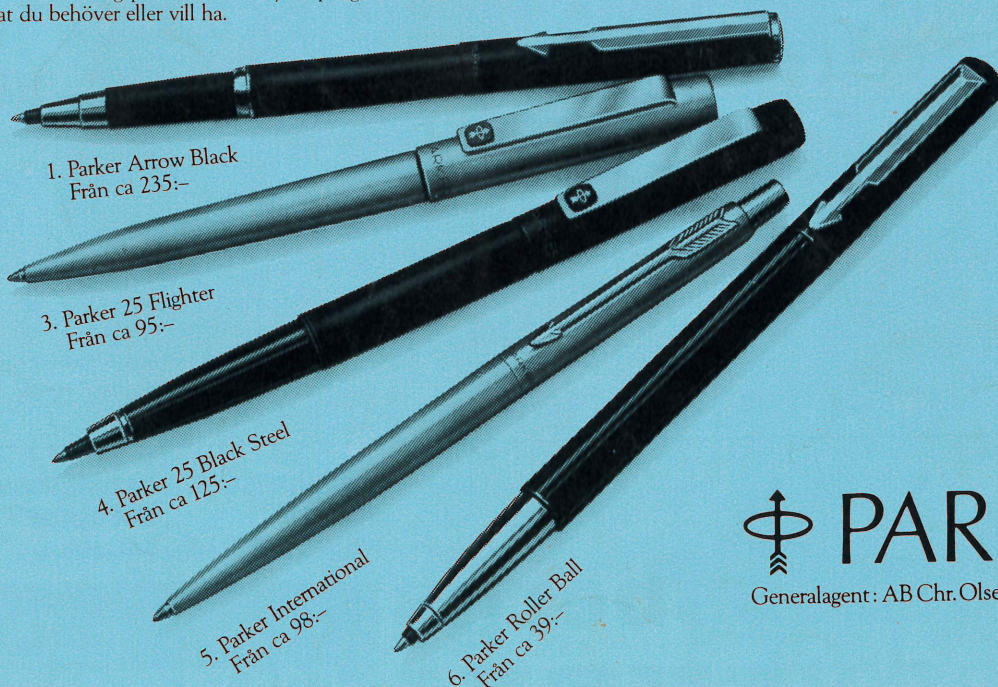
Din namnteckning på en check betyder pengar. Till mat. Eller något annat du behöver eller vill ha.

Din namnteckning visar att du är du. Och att du bestämt dig, för vad det än må vara.

Även om det inte är allom givet att äga en Parker Arrow Rolled Gold för ca 700:-, så finns det helt säkert en Parker som passar just dig. Parker har pennor från ca 39:- och uppåt. Vilken du väljer är egentligen en smaksak.

Så skaffa dig en riktig penna en gång för alla. En penna som verkligen är din egen. Ditt eget skrivinstrument.

Det är din namnteckning värd.



 **PARKER**  
Generalagent: AB Chr. Olsen Tel. 0750-221 20