



SWIM OPEN

STOCKHOLM

POWERED BY  Malmsten



SVENSK
SIMIDROTT

When a split of a second counts!

Malmsten är det Åhus-baserade familjeföretaget som brinner för simsporten. Med rötterna i tävlingssimning har familjen, idag andra generationen, valt att bara syssla med produkter som har med vattensport att göra. Det är framför allt två alster som är kända världen över trots att de är 40 år gamla: Swedish Goggles och Malmsten vågdämpande simlina. "När vi satt vid köksbordet och med barnens hjälp klippte gummiband och stoppade ner linser i plastpåsar, kunde vi väl aldrig ana utvecklingen; att många av världens bästa simmare genom åren skulle välja att simma i våra Swedish Goggles.

Vågdämpande simlinor från Malmsten har också ett segerrikt förflutet med nio avverkade OS och ett 10:e på gång 2020 i Tokyo. Innovation och vidareutveckling är ledord hos oss. Under årens gång har utseendet på linan delvis förändrats men principen är densamma: vågen kommer in i linan och bryts sönder av de på en rostfri wire uppträdda "vingarna", som kan rotera oberoende av varandra. Efter en regeländring inför OS 1992 i Barcelona tilläts vingarna ha en diameter på 150 mm istället för tidigare 100 mm. För ca 5 år sedan inleddes ett samarbete med KTH och professor Kутtenkeuler. Den vågdämpande effekten hos vår simlina jämfördes med konkurrenternas samtidigt som justeringar i vår befintliga lina testades. Vår simlina Gold var bäst i test.

Utvecklingen har gått vidare och nu står vi redo att lansera Gold Pro som har en något annorlunda design. Gold Pro har förbättrad vågdämpning tack vare samspelet mellan de tyngre vingarnas förlängda roterblad och flötenas reliefer.

2018 tog vi fram regnbågsfärgade linor till Swim Open med budskapet om allas lika värde, "Swimming Is For Everyone". Självklart är det värderingar som alltid är viktiga för oss, även om vi i år väljer att lägga Malmsten Gold Pro i bassängen för absolut bästa vågdämpning.

Vi ser fram emot en spännande simtävling med många fina resultat och är stolta över att vara huvudsponsor till ett internationellt event med en imponerande deltagarlista. Lycka till!

Margareta Malmsten,
marknadsansvarig



2020 FINA World Swimming Championships (25 m) Abu Dhabi • **2020 Olympic Games Tokyo** • **2019 Swim Open Stockholm** • 2019 FINA World Championships Gwangju • 2018 FINA World Swimming Championships (25 m) Hangzhou • 2018 Youth Olympic Games Buenos Aires • **2018 Swim Open Stockholm** • 2017 FINA World Championships Budapest • **2016 Olympic Games Rio** • 2016 LEN European Championships London • 2014 LEN European Games Baku • 2015 16th FINA World Championships Kazan • 2014 FINA World Swimming Championships (25m) Doha • 2014 32nd LEN Swimming Championships Eindhoven • 2013 FINA World Championships Barcelona • **2012 Olympic Games London** • 2011 FINA World Swimming Championships (25m) Istanbul • 2009 14th FINA World Championships Shanghai • 2008 **Olympic Games Beijing** • 2007 FINA World Championships Melbourne • 1998 European Championships Istanbul • 1997 FINA World Championships Jönköping • 1996 European Championships Split • 1994 **Olympic Games Barcelona** • 1993 FINA World Championships Gothenburg • 1991 European Championships Vienna • **1992 Olympic Games Barcelona** • 1989 European Championships Bonn • **1988 Olympic Games Seoul** • 1986 FINA World Championships Madrid • 1984 **Olympic Games Los Angeles** • 1982 FINA World Championships Guayaquil • 1981 European Championships Split • **1980 Olympic Games Moscow** • 1979 FINA World Cup Tokyo • 1978 FINA World Championships Berlin • 1977 LEN European Championships Jönköping • **1976 Olympic Games Montreal**



Välkommen till

SWIM OPEN STHLM 2019

Nationalarenan Eriksdalsbadet två veckor in i april 2019. Eliten är här, du är här. Det blir simning i absolut världsklass i fyra fullspäckade dagar. Välkommen – nu lyfter vi simidrotten, tillsammans. Action!

4 Nu gäller det! Se innehållet och höjdpunkter i årets Swim Open.

6 Notis och nyheter om simning, simmärken och rekord. Bland annat.

10 Vem gillar inte sushi? Vem är usel på bröstsim? Vem har EM-, VM- och /eller OS-medalj? Och är det något speciellt med vattnet i Jönköping - här hittar du en presentation och det lilla extra om simmar-
na i Swim Open.

18 Höjdpunkter och grenordning, dag för dag. Alla lopp samlade plus några som lyfts fram lite extra.

22 Pyssel för hela familjen. Händer det för lite i bassängen kan du kika på programmets sista uppslag. Löser du allt?

24 Alla som gör Swim Open Stockholm till vad det är!

Här är du!

Du är så långt söderut på Söder som du kan komma. Efter det kommer du söder om Söder, på stockholmsspråk. Söder om Södermalm, alltså. Kort historielektion: Stockholms malmar skapades av inlandsisen och de flesta var glest befolkade fram till 1800-talet. I Stockholm hittas förutom Södermalm även Norrmalm, Östermalm och Västermalm (Kungsholmen).

*Bassängvy från förra årets Swim Open.
I år är det ännu snyggare, visst?*





Foto: Bildbyrå

I Swim Open Stockholm tävlar och sparrar toppnamn inom simning. Här visas säsongsformen upp, här slås världsrekord. Här är en gren per dag – och fyra personer – att hålla lite extra koll på.

Fredag 12 april

Erik Persson på 200 meter bröstsim. Har nordiskt rekord på distansen, ett rekord satt under Swim Open 2017. Blir det nytt rekord i hemmabassängen i år?

Lördag 13 april

Sarah Sjöström på 100 meter fjärilsim. Sarah har lyft hela simidrotten under senaste tio åren. Världsrekordet, 55,48 sekunder, är hennes. Vågar vi hoppas på en putsning?

Söndag 14 april

Katinka Hozsu på 200 meter medley. 2.06,12 lyder Katinkas världsrekord. Katinka älskar att tävla i Sverige och den kunniga svenska publikens engagemang - kan det lyfta fram henne till seger även nu?

Måndag 15 april

Philip Heintz, 200 meter medley. Den 194 centimeter långa tysken har deltagit vid två OS i sin paragraf 200 meter medley. Kommer till Stockholm för att visa att han är att räkna med även i år - och i Tokyo 2020.

Plock



Classy.
Svart och guld är
en lækker kombo.

Samlargods för simmare

Temat på årets Swim Open Stockholm är inspirerat av Simborgarmärket som fyller 85 år. Häng med på traditionen att ta Simborgarmärket varje år! Du tar märket genom att simma 200 meter valfritt simsätt (på mage eller rygg) i djupt vatten utan tidtagning. Du som är ihärdig kan göra dig förtjänt av ett flerårsmärke: 5, 10, 25, 40 eller 50 år.

Kunskapscheck

Det börjar vankas OS. I vilket simsätt har Sverige flest flest OS-guld? Vänd på tidningen så hittar du svaret.

Vem du än är, vad du
än vill – här är **gott**
och blandat oavsett om
du strävar efter sim-
borgarmärken eller en
världsrekordtid att slå.

Rätt svar: fjärtlssim.
Tack för showen,
Sarah Sjöström,
Lars Frölander
och Pär
Arvidson!

Queen.

Extra anmärkningsvärd är Sjöströms tider på tronen i 100 meter fjärl: sedan hon slog världsrekordet för första gången 2009 har hon putsat tiden ytterligare fyra gånger, över en sekund av hennes första rekordtid.

Blixtsnabba duellanter

Under Swim Open Stockholm får du se den absoluta världseliten i action – två av atleterna är till och med multipla världsrekordinnehavare på långbana. Ungerska Katinka Hosszú har simmat 200 meter medley på 2:06.12 samt 400 meter medley på 4:26.36. Sveriges Sarah Sjöström är fyrfaldig världsrekordinnehavare: 23.67 på 50 meter fritt, 51.71 på 100 meter fritt, 24.43 på 50 meter fjärl samt 55.48 på 100 meter fjärl.



Foto: Petter Arvidson/Bildbyrån



CLARION STOCKHOLM
BY NORDIC CHOICE

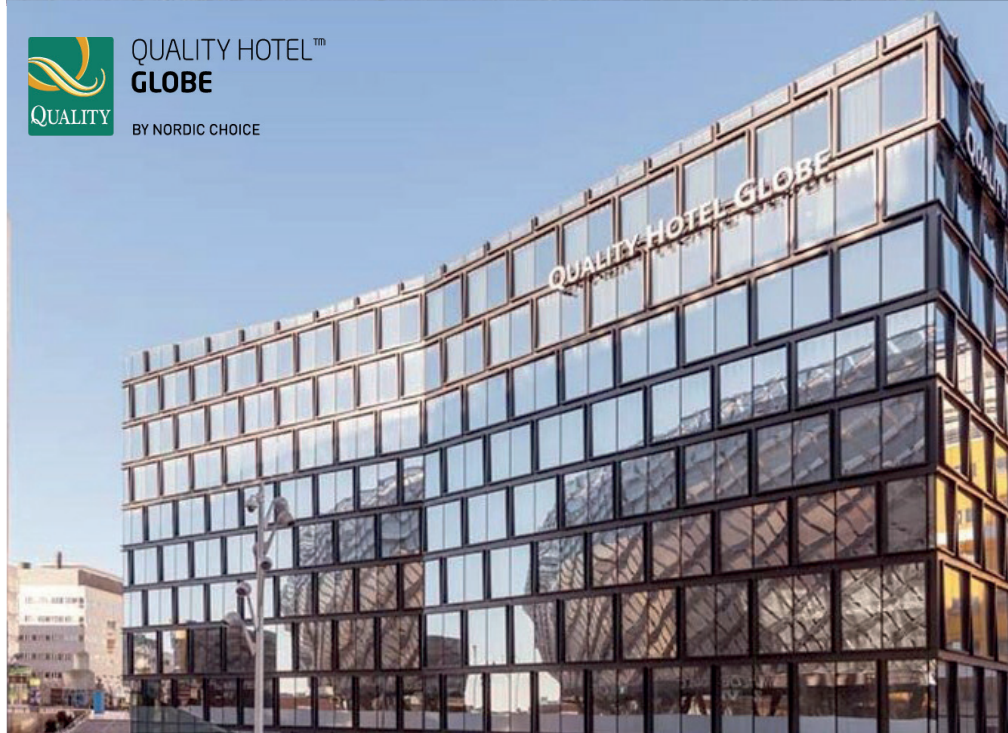


Clarion Hotel Stockholm



QUALITY HOTEL™
GLOBE

BY NORDIC CHOICE



Bättre skärmtid

Visste du att du kan styra musiken och bildskärmarna under Swim Open Stockholm? När du lägger in din favoritlåt på vår lista spelas den under insimningen, sök på Swim Open Stockholm 2019. När du postar på Instagram och taggar #SwimOpenStockholm2019 kommer bilden rulla på LED-skärmen i pausen.



Bilden

Ida Liljeqvist blir bamsekrämad på Swim Open under fjolåret, som blev ett riktigt bra år för talangen från Höganäs (bland annat SM-guld på 100 meter fjärril).

Foto: Simon Hastegård/Bildbyrån

Sarahs Södermalm

Hit går du för att uppleva Sarah Sjöströms smultronställen.

Frukost

Café Pom och Flora, Bondegatan 64

Kaffe

Sophies Café, Bysistorget 2

Fika

Mahalo, Hornsgatan 61

Middag

Nostrano, Timmermansgatan 13



Home away from home

Under Swim Open Stockholm ser du Sarah i hennes andra hem - Eriksdalsbadet.

**Welcome to a city
where it is easy
to breathe – and to
feel your pulse**



 **Stockholm**
The Capital of Scandinavia

Follow us:
[@visitstockholm](#)



VI PRESENTERAR

Bekanta dig med delar av internationella simeliten som du kommer se in action under Swim Open Stockholm.

Simmarna



Marco Koch

Tysk 29-åring med paradgrenen 200 meter bröstsim: personbästa på långbana är 2:07.47, han har flera EM-guld och VM-guld och slutade sjua på senaste OS. Använder hypnos i träningen.

Velimir Stjepanovic

Serbisk simmare som deltagit i OS två gånger, har medaljer från EM och VM på kortare frisisimdistanser samt fjäril.

Henrik Christiansen

Vass på längre frisisimdistanser, simmade i Rio som 19-åring, har en handfull norska rekord, vunnit flera silver samt brons på EM och VM. Hans 14:19.39 på 1500 fritt är den nionde bästa tiden i världshistorien. Henrik tror på hemlandet Norge och tackat nej till stipendium vid Stanford och Berkeley. Gillar också teater.



Danas Rapsys

Frisimmare och olympier från Litauen, färskt VM-guld på 400 meter fritt i kortbana. Vid fjolårets Swim Open putsade han personbästat på 200 fritt: 1:45.12.

Tomoe Zenimoto Hvas

Norska medier kallar honom som "supertalangen". 18-åringen har bland annat juniorvärldsrekord på 100 meter fjäril i kortbana, år 2017 tog han seniorbrons på EM i 200 meter medley. "Tomoe är unik, inte bara i norsk simning, utan i norsk idrott. Han kan bli så bra som han vill. Han har en otrolig inställning", sa Aleksander Hetland i Aftenposten.

Radosław Kawecki

Denna polska ryggssimmare har deltagit i OS två gånger och har en tung samling VM- och EM-medaljer på 100 samt 200 meter rygg. Personbästa på 50, 100 respektive 200 meter rygg lyder 25.56, 53.82 samt 1:54.24.



Velimir Stjepanovic, Danas Rapsys
och Tomoe Zenimoto Hvas.



Radoslaw Kawecki, Florian
Wellbrock och Katinka Hosszú.



Sarah Köhler, Mie Niel-
sen och Mimosa Jallow.



Foto: Bildbyrån

Florian Wellbrock

Snabbt stigande stjärna på längre frisims-
grenar. Denna tysk fick hakorna att slå i
golvet på EM när han slog 1500-giganterna
Paltrinieri samt Romanchuk. Florians vinst-
tid var 14:36.15, för referens simmade han
15:23.88 på OS 2016. Dessutom knep han
även fjolårets EM-guld på 800 meter.

Katinka Hosszú

Bland meriterna finns tre OS-guld och ett
OS-silver. Den ungerska järnladyn är världens
bästa och mest allsidiga simmare,
hennes ihärdiga tävlande har gjort henne
till simningens enda dollarmiljonär på
prispengar. Specialiteten är 200 samt 400
meter medley, men vinner även mäster-
skapsmedaljer i rygg, fjärl och fritt. "Jag
gillar publiken i Sverige - de gillar simning och
självklart har Sarah bidragit enormt till att få
in fler fans. Jag ser fram emot att komma till
Sverige!", säger Katinka Hosszú.

Sarah Köhler

Tysk frisimmare som är vass mellan 400 och
1500 meter fritt, har ett färskt EM-silver på
sistnämnda. Deltog i OS 2016, senaste per-
sonbästa är 1500 fritt på 15:57.85 på EM i fjol.

Mie Nielsen

Dansk ryggsimmare och dubbel OS-delta-
gare med EM- och VM-medaljer i ryggsim,
medley och frisim. Har lagkappbrons från
OS 2016. Simmar 100 samt 200 meter rygg
på 59.14 samt 2:11.97. Fun fact: dotter till
Benny Nielsen, som har OS-silver på 200
meter fjärl från 1988.

Mimosa Jallow

Allsidig simmare född 1994 med finska
och nordiska rekord, samt EM-brons på
50 meter rygg. Jallow och tränaren Marko
Malvela är intresserade av maximering av
mänsklig prestationsförmåga genom hjärn-
forskning och artificiell intelligens.



Another day, another glory. Sarah utsågs till Årets kvinnliga idrottare på Idrottsgalan.

Kimberly Buys

Snart 30-årig belgisk simmare, extra vass på fjärlil. Tävlatt i två OS på 100 meter fjärlil, i senaste OS deltog hon även i 100 meter rygg.

Franziska Hentke

Tysk simmare född 1989. 200 meter fjärlil som nisch, personbästa är 2:05.23. Hamnade precis utanför finalplatsen vid OS 2016.

Jenna Laukkanen

Finsk bröstsimmare född 1995 med medaljer från junior-EM, EM-guld från 2015 på 50 och 100 meter bröstsim, brons på 50 meter bröstsim från året därpå, samt dubbelt OS-deltagande.

Jessica Steiger

Bäst i Tyskland på 200 meter bröstsim, under 2017 putsade hon ett tioårigt nationsrekord till 2:25 blankt. Fun fact: från en simmarfamili, hennes mamma simmade OS 1984.

Sarah Sjöström

Inte bara Sveriges bästa simmare genom tiderna, hon är en av landets bästa idrottare genom tiderna. Simdrottningen Sjöström är trefaldig olympier, fyrfaldig världsrekordinnehavare, har olympiska medaljer i alla valörer, är orubblig på paraddistanserna 50 samt 100 meter fjärlil men har också otaliga mästerskapsguld på sprintdistanser i frisim.

”Det är görbart att gå under några fler historiska tidsgränser. Så vi får helt enkelt se... Jag jobbar mer för att förbättra tider, än att jaga vinster”, säger Sarah Sjöström.

Fun fact: gillar Zlatan och Zara Larsson, men avskyr brysselkål.

Sara Junevik

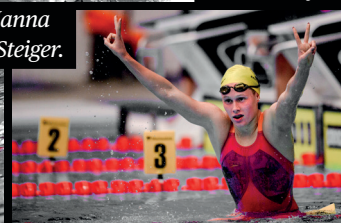
Vinnaren av utmärkelsen Årets junior 2018 är 19 år gammal och simmar helst 50 meter fjärlil. På den distansen vann hon guld på fjolårets ungdoms-OS med fina tiden 26,40.



Kimberly Buys, Franziska Hentke och Jenna Laukkanen.



Michelle Coleman, Hanna Eriksson och Jessica Steiger.



Sara Junevik, Erik Persson och Robin Hanson.



Foto: Bildbyrån

Michelle Coleman

Född 1993 och vass i både ryggsim och fritt. Deltagit i OS två gånger, i Rio slutade hon sjua på 200 meter fritt. Bästa tiden på distansen är 2:10,56, vilket förstås också är svenskt rekord. Tvingades avstå fjolårets upplaga av Swim Open till följd av skada, i år hoppas hon upprepa succén från 2017 där hon slog Katinka Hosszú på 200 meter fritt. Fun fact: delar av fritiden ägnas åt ett integrationsprojekt i simning.

Hanna Eriksson

19-åringen har redan deltagit i ett VM och har flera SM-guld, extra bra är hon på 800 meter fritt. Det måste vara något särskilt stärkande i vattnet runt Jönköpingstrakterna: hon och barndomskompisen Victor Johansson är snabbast i Sverige på de gnetiga distanserna.

Hanna Rosvall

Hanna Rosvall är en begåvad 19-åring med EJM-medaljer och EM-guld 2017 i lagkapp, favoritdistanserna är 100 meter rygg i kortbana och 100 fjärl i långbana. Fun facts: allergisk mot gluten och fisk men tackar alltid ja till pasta.

Erik Persson

Född 1994 och svensk boss på 100 samt 200 meter bröstsim, hans svenska rekord på distansen är 1.00,08 samt 2.07,85. Det sistnämnda slogs vid Swim Open 2017 och är nordiskt rekord. Deltog i OS 2016, gillar naturen, humanskost och frukostmat.

Robin Hanson

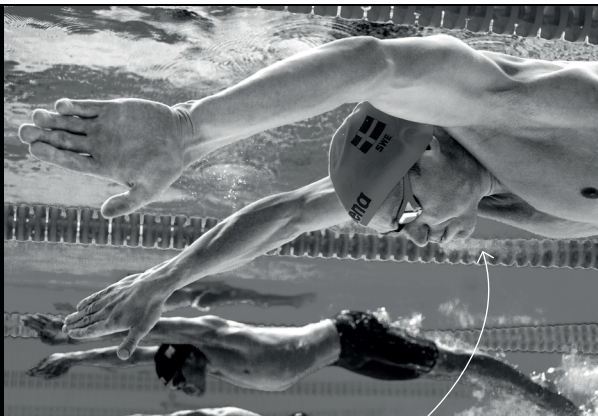
Välmeriterad på Sum-Sim och från en riktig simmarfamilj. 18-åriga Robin är ett framtidsnamn som i fjol sänkte sitt personbästa på 400 meter fritt med fyra sekunder, ner till 3.51,33.

Här syns Hanna Rosvall.



På plats

Foto: Bildbyrå



Simon Sjödin, Björn Seeliger, Johannes Skagius, Adam Paulsson och Christoffer Carlsen.



Adam Paulsson

Född 1995, hans 4.18,09 på 400 meter medley gör honom till bästa svensk genom tiderna på distansen. Adam kan också skryta med 3.50,86 på 400 meter fritt.

Christoffer Carlsen

Född 1992, simmar 50, 100 och 200 meter fritt, pelare i svenska regerande lagkapprekorden. Tycker sushi är motbjudande och har en bonustalang i vatten i form av kneeboard. Hans mest färsk personbästa är från fjolårets Swim Open, 100 meter fritt på 49,49.

Björn Seeliger

Begåvad frisimmare - i fjol kunde han som 18-åring skryta med tredje bästa tiden i Sveriges historia på 50 meter fritt: 22,27. Fun fact: över två meter lång, har en tvillingsyster, sover utan problem tio timmar i sträck, äter aldrig Nutella och är enligt egen utsago talanglös på bröstsim.

Johannes Skagius

24-åringen är innehavare av svenskt rekord på 50 meter bröstsim, med tiden 27,02. Har guld från JEM och ungdoms-OS, som 18-åring simmade han seniorfinal på VM. Johannes har mötts av multipla motgångar och var nära på att lägga av under fjolåret, men har gjort en ny satsning som du ser under Swim Open Stockholm.

Simon Sjödin

Herrsimmaren med flest år i landslaget (stadig medlem sedan 2009) har deltagit i två OS och simmar helst 200 meter fjärl eller fritt. Simon har svenskt rekord på 200 fjärl med tiden 1.56,46, samt 200 meter medley 1.58,02. Simon är av årsmodell 1987, när han är klar med tillvaron som amfibiemän på elitnivå är hans plan att bli finanshaj. Reda nu driver han ett företag med före detta elitsimmaren samt VM-guldmedaljören Jennie Johansson.



arena

SWIPE THE FOG AWAY

**COBRA ULTRA
SWIPE
POWERSKIN GOGGLE**

SWIPE ANTI-FOG CAN BE REACTIVATED
WITH A FINGER. TO EXTEND ITS
PROTECTION UP TO 10 TIMES.



WWW.SWIMSTORE.SE
kundservice@swimstore.se



På plats

Till höger: Niklas Andersson.
Nedan i gult: Nicola St Clair Maitland.

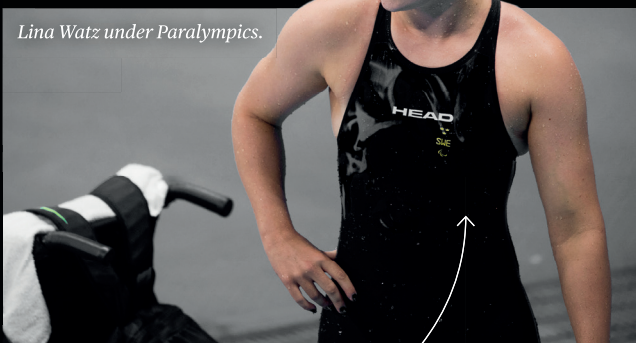


Foto: Karl Nilsson



Foto: Bildbyrå

Lina Watz under Paralympics.



Pernilla Lindberg

Har fler medaljer från internationella mästerskap än vad som kan räknas upp, har även deltagit i Paralympics där hon kom fyra men persade med nästan tre sekunder (!). Under SM-veckan 2018 skördade hon guld i rygg, fjärl, fritt och medley. Pernilla är född 1994.

Nicola St Clair Maitland

16-åringen är en ny supertalang i parasim, hon vann EM-brons 2017 i en gren hon aldrig tävlat i, 400 meter fritt. "Jag hade skojarat hela helgen om att jag skulle ta tjugo minuter på mig, inte ens komma i mål eller att jag skulle drunkna", sa hon till SVT Sport. Fun fact: har klatschigt namn på Instagram, @wheels_not_heels.

Lina Watz

22-åringen har simmat tre EM (vunnit EM-silver i fjol på 100 meter rygg), fyra VM och ett Paralympics. Personbästa är 28,93 på 50 meter fritt, vilket hon slog i finalen vid Paralympics 2016. Hon har amputerat ett vadben till följd av medfödd skada. För övrigt aktuell i TV4-programmet Vinnarskallar.

Niklas Andersson

Vid 16 års ålder återvände han till simidrotten för att utforska frisim (efter ett uppehåll). 30-åringen har seglat upp som spännande ämne inför Paralympics 2020. Fjölårets tider på 50 och 100 meter fritt rankade honom topp tio i Europa - 32,41 respektive 1.16,44. Fun fact: Niklas är även civilingenjör till yrket och glasskonnässör på fritiden.





Grenarna

FREDAG 12 APRIL

Försök

200 m Bröstsims H
200 m Frisims D
400 m Frisims H
50 m Ryggsims D
200 m Ryggsims H
50 m Fjärilsims D
50 m Fjärilsims H
1500 m Frisims D

B & C-finaler

200 m Bröstsims H C/B
200 m Frisims D C/B
400 m Frisims H B
50 m Ryggsims D C/B
200 m Ryggsims H C/B
50 m Fjärilsims D C/B
50 m Fjärilsims H C/B

A-finaler

200 m Bröstsims H
200 m Frisims D
400 m Frisims H
50 m Ryggsims D
200 m Ryggsims H
1500 m Frisims D*
50 m Fjärilsims H
50 m Fjärilsims D

LÖRDAG 13 APRIL

Försök

200 m Frisims H
100 m Fjärilsims D
100 m Bröstsims H
400 m Medley D
100 m Fjärilsims H
100 m Ryggsims D
50 m Ryggsims H
50 m Bröstsims D
1500 m Frisims H

B & C-finaler

200 m Frisims H C/B
100 m Fjärilsims D C/B
100 m Bröstsims H C/B
400 m Medley D B
100 m Fjärilsims H C/B
100 m Ryggsims D C/B
50 m Ryggsims H C/B
50 m Bröstsims D C/B

A-finaler

200 m Frisims H
100 m Fjärilsims D
100 m Bröstsims H
400 m Medley D
1500 m Frisims H*
100 m Ryggsims D
100 m Fjärilsims H
50 m Bröstsims D
50 m Ryggsims H

**snabbaste heatet*

Dafgård

HELTÄRLIGT

 Kronägg

De fem snabbaste heaten i varje gren simmas i början av försökspasset. Övriga heat avverkas sedan i vanlig ordning. Alla 800 och 1500 heat förutom finalheatet simmas sist i försökspasset. Samtliga 100 och 200 metersgrenar i försökspassen startar med ett kvalheat till sommarens internationella ungdoms- och

juniormästerskap, för svenska simmare pojkar 18 o.y och flickor 17 o.y.

C-finalerna är junior/ungdomsfinaler som är reserverad för simmare födda 2002 och senare, samt pojkar födda 2001 och senare. Ungdomar/juniorer som kvalificerat sig till A- eller B-final simmar dessa.

SÖNDAG 14 APRIL

Försök

400 m Frisim D
100 m Frisim H
200 m Ryggsim D
200 m Fjärilsim H
200 m Brösts D
400 m Medley H
200 m Medley D
100 m Ryggsim H
50 m Frisim D

B & C-finaler

400 m Frisim D B
100 m Frisim H C/B
200 m Ryggsim D B/C
200 m Fjärilsim H C/B
200 m Brösts D C/B
400 m Medley H B
200 m Medley D C/B
100 m Ryggsim H C/B
50 m Frisim D C/B

A-finaler

400 m Frisim D
100 m Frisim H
200 m Ryggsim D
200 m Fjärilsim H
200 m Brösts D
400 m Medley H
200 m Medley D
100 m Ryggsim H
50 m Frisim D

MÅNDAG 15 APRIL

Försök

200 m Medley H
100 m Frisim D
50 m Frisim H
100 m Brösts D
50 m Brösts H
200 m Fjärilsim D
800 m Frisim H
800 m Frisim D

B & C-finaler

200 m Medley H C/B
200 m Fjärilsim D C/B
50 m Frisim H C/B
100 m Brösts D C/B
50 m Brösts H C/B
100 m Frisim D C/B

A-finaler

200 m Medley H
200 m Fjärilsim D
800 m Frisim H*
100 m Brösts D
50 m Frisim H
800 m Frisim D*
50 m Brösts H
100 m Frisim D

**snabbaste heatet*

Exklusiv copypartner Swim Open Stockholm 2019



DSOLUTION

LÖSNINGEN FÖR ERA KONTORSBEHOV

DOKUMENTHANTERING • IT • TELEFONI • KONFERENS
KAFFE & PAUSLÖSNINGAR • KONTORSMATERIAL



Värmekabelspecialisten

Experter inom värmekablar, reglering och styrsystem

Växel: 08-410 43 910

Web: www.vks.se

E-post: info@vks.se

Vi är en av Sveriges ledande leverantörer av värmekabel med regleringar och styrsystem. Vi vänder oss till elinstallatörer, konsulter, fastighetsägare, industri samt spårbunden trafik och med över 50 års erfarenhet kan vi erbjuda betydelsefull kunskap och service tillsammans med kvalitativa produkter. Värmekabelspecialisten erbjuder ett komplett sortiment av värmekabel, tillbehör samt styrningar. Vi skräddarsyr alltid våra anläggningar till fastighetens behov där en projektprocess ofta består av projektering, installationsgenomgång samt drift- och skötselgenomgång med slutkunden. Allt med marknadens bästa service och kvalitet.

KONTAKTA OSS DET LÖNAR SIG!!!

08-410 43 910

Finn fem fel

Till vänster har du originalet. Vilka fel hittar du i bilden till höger? Vänd för facit!



Facit: Hundens öra, mönstret på badringen, ankans ögonblänk, ankans ögonbryn, flyttat staket.

Rastlös väntan på nästa gren? Räddning är här!

Pauspyssel

Fram med pennan! Para ihop simstjärnan med rätt prestation. Facit får du genom att läsa sidorna 10-13.

Adam Paulsson	OS-guld i fjärl
Sara Junevik	VM-guld 400 fritt
Danas Rapsys	Norska rekord
Katinka Hosszú	OS-sjuu i bröstsim
Jessica Steiger	Tyskt bröstsimrekord
Sarah Sjöström	Svenskt medleyrekord
Marko Koch	Miljonär på prispengar
Henrik Christiansen	Årets junior 2018

Med andra ord

Testa ordförråd och samarbetsförmåga - beskriv orden nedan med andra ord för en vän (som inte sett sidan än). Du får inte säga delar av ordet eller säga ordet på ett annat språk. Klarar ni alla ord inom fem minuter?

SWIM OPEN STOCKHOLM BRONS KLOR
SIMGLASÖGON BADDRÄKT SIMFENOR
SIMMÖSSA FRISIM ERIKSDALSBADET
SARAH SJÖSTRÖM BRÖSTSIM VATTEN
STARTSIGNAL SEMIFINAL 50METERFRITT
TIDTAGARUR STARTPALL VÄRLDSREKORD

Skrivet i stjärnorna

Låt ditt stjärntecken samt sista siffran i ditt födelsedatum avgöra ditt öde. Exempelvis: du är född den 13 mars i stjärntecknet Fiskarna. Då är du ämnad att bli en ryggsimmare som drar superdåliga skämt.



1. Vilket är ditt stjärntecken?

VATTUMANNEN	Tränare som...
FISKARNA	Ryggsimmare som...
VÅDUREN	Funktionär som...
OXEN	Klubbchef som...
TVILLINGARNA	Frisimmare som...
KRÅFTAN	Världsmästare som...
LEJONET	Olympisk mästare som...
JUNGFRUN	1500-meterssimmare som...
VÅGEN	Fjärrilssimmare som...
SKORPIONEN	Simklädesdesigner som...
SKYTTE	Förbundskapten som...
STENBOCKEN	Svensk mästare som...

2. Vilken är den sista

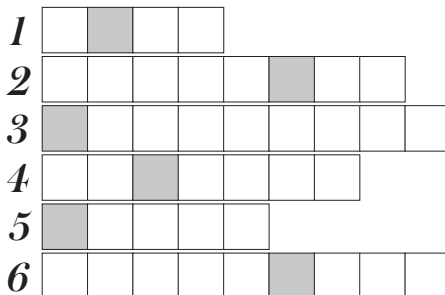
siffran i ditt födelsedatum?

0	Jämt kommer sent
1	Shoppa för mycket
2	Deltar i Let's Dance
3	Drar superdåliga skämt
4	Är sjukt poppis på Instagram
5	Deltar i Mästarnas Mästare
6	Alltid har tappat bort något
7	Går vilse överallt
8	Är hungrig jämt
9	Glömmer vad jag tänkt säga

Ordfläta & hitta ordet!

Skriv ner svaren på frågorna i respektive ruta. Använd raderna i hörnet till att kasta om de markerade bokstäverna tills du får fram ett ord om simning. Vänd på tidning för facit!

1. Vad kallas internationella simförbundet?
2. I vilket land går sim-VM 2019?
3. Efternamnet på svensk herrsimmare med ett OS-guld från 2000.
4. Efternamnet på svensk simmare vars smeknamn är "Micha".
5. I vilket land går OS 2020?
6. Simförening i västra Stockholm vars namn drar tankarna till tågtrafik och står med simmarnamn såsom Anders Holmertz, Emma Igelström och Stina Gardell.



Facit: Det dolda ordet är fjärril. Frågesvaren är Fina, Sydkorea, Froländer, Coleman, Japan, Spårvägen.



*Huvudsponsor
Swim Open*

*Huvudsponsor
Svensk Simidrott*



Arrangörsklubbar



Stolta partners

