



Verksamhetsberättelse Norrtälje Simklubb 2018

Styrelsen för Norrtälje Simklubb lämnar härmed följande
berättelse för 2018, klubbens 61:a verksamhetsår.

Styrelsens sammansättning**Vald fram till årsmötet**

Ordförande	Marie Westholm	2019
Vice ordförande	Ronnie Skyving	2019
Kassör	Annika Messing	2020
Sekreterare	Gunnar Åhlén	2019
Ledamöter	Daniel Trepp	2020
	Johanna Zetterström	2020
	Elena Karell	2019
Suppleanter	Patrik Cadenius	2019
	Sigrid Zenger	2020
Revisorer	Per Gunnarsson	2019
	Sofie Broström	2019
Valberedning	Kajsa Hultin	2019
	Jessica Alm	2019
	Johan Lampén	2019

Medlemmar

Klubben hade under 2018 totalt 303 aktiva medlemmar, varav 186 kvinnor och 117 män. Av dessa var 58 personer aktiva ledare eller styrelsemedlemmar. Vi har också 28 utbildade funktionärer varav 5 även är utbildade distriktsfunktionärer.

Styrelsens arbete

Styrelsen har sedan förra årsmötet haft 11 protokollförda sammanträden. Revisorerna har bjudits in till våra styrelsemöten för att de löpande ska kunna ta del i hur arbetet i styrelsen bedrivs. De har också fått ta del av styrelseprotokollen.

Administratör

Vi har under året haft Jessica Alm anställd som administratör på 20 %. Administratören avlastar de ideellt arbetande i föreningen så att de ska orka fortsätta med sitt engagemang och tycka att det är roligt. Nu har Jessica avsagt sig sitt uppdrag och vi kommer att rekrytera en ny person till tjänsten.

Huvudtränare

Styrelsen har under året lagt ner ett stort arbete på att rekrytera en huvudtränare. Tanken är att huvudtränaren ska arbeta med att bygga upp klubben från grunden för att möjliggöra klubbens vidareutveckling. Vi har delvis lyckats genom att vi har Emma Karell anställd på deltid.

Hennes arbetsuppgifter är att styra A-gruppens träning och tävling. Det vi inte har fått i mål är att få in en person som ska jobba med strukturen i klubben och vi funderar nu på hur vi ska gå vidare.

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53

761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

Ekonomi

Ekonomin är under kontroll. För 2018 har vi gjort ett överskott på 84 000 kr.

Intäkter:

Avgifter medlemmar	328 000
Bidrag	151 000
Egna tävlingar	73 000
Skollagkapper	4 000
Lägeravgifter	55 000
Övrigt	24 000
Totalt	635 000

Kostnader:

Hyra simhall	105 000
Hyra kansli	11 000
Startavgifter tävlingar	28 000
Licensavgifter	22 000
Egna tävlingar	38 000
Kostnad läger	111 000
Personal/tränarkostnader	130 000
Utbildning	14 000
Tränarkläder	3 000
IT+Bank+Data	30 000
Fysträning	13 000
Övrigt	46 000
Totalt	551 000

För detaljer se Resultaträkning 2018 och Balansräkning 2018.
Medlemsavgiften föreslås bli oförändrad 350: - per år.

Utbildning

En tränare har gått första steget på tränarutbildningen hos Stockholms Simförbund.

Egna tävlingar

I februari genomförde vi Roslagsmästerskapen för sjunde gången. Tävlingen inleddes med en lagkapp på 30x50m frisim. I oktober genomförde vi UGP1. Båda tävlingarna fungerade jättebra. Vi har i nuläget 28 utbildade funktionärer men behöver flera för att klara att ha funktionärer på alla positioner på en tävling. Vi fortsätter därför att utbilda funktionärer.

Vi har under året genomfört 6 stycken klubbävlingar/utmanartävlingar. Dessa tävlingar har flera syften. För de nya simmarna är det en möjlighet att prova på att tävla. För de etablerade simmarna har vi våra klubbmästerskap, en distans per tävling och för våra föräldrar finns det möjlighet att träna på att vara funktionär. Nytt för i år är att vi kommer att dela ut pris för Klubbmästare 2018 där vi räknar ihop FINA-poäng. Den kille och tjej som får högst FINA-poäng får ett pris på årsmötet.

Norrtälje Simklubb

Organisationsnummer

Bankgiro

www adress

Gustaf Adolfs väg 53

814400-5226

607-7911

norrtaljesim.se

761 42 NORRTÄLJE

Vi har även haft tre skollagkapper, Bästa Fyran, Bästa Trean och Bästa Tvåan. Svenska Simförbundet har pekat ut detta som viktig verksamhet och en möjlighet för alla barn att prova på att tävla.

Träning

Under året hade vi 18 grupper i träning från nybörjare till A-grupp och Vuxengrupper. Fem av grupperna bedriver träningen i Rimbo. Vi rekryterar kontinuerligt nya ledare för att möjliggöra att klubben växer.

A-gruppen

A-gruppen var under 2018 19 st simmare.

Vi tävlade en hel del under året med goda resultat, bla en pallplats i Vansbro ungdomsim & även hade vi en simmare med till SumSim i Malmö.

Alla simmare har utvecklat & förbättrat sig mycket under året.

Vi har också haft två läger, ett på Åland där även C1 deltog & ett i Hallstahammar där vi simmade i en 50 m utomhus bassäng.

Det har också rekryterats en ny huvudtränare för gruppen, Emma Karell som ansvarar för bla tävling & träningsplanering.

Övriga tränare är Micke Sjöborg, Christer Andersson & Micke Pettersson.

C1

C1-gruppen bestod under 2018 av 10 simmare mellan 14 och 15 år. Samtliga simmare är tjejer. Närvaron har varit bra och gruppen har utvecklats mycket. Man har varit på både våra egna och externa tävlingar. Tränare för gruppen är Marcus Rejås. Hjälptränare är Jörgen Hållinder och Roger Persson.

C2

Gruppen C2 är åldersmässigt en ganska blandad grupp i åldersspannet 9-15år. Utmaningen under året har varit att hitta övningar och simpass som erbjuder tillräcklig utmaning för alla simmare.

Under vårterminen bestod gruppen av 10 och under höstterminen 12 simmare. Med tre bassängpass och ett fyspass i veckan har närvaron i snitt varit drygt 50%.

Gruppen har förutom deltagande i Utmanaren varit representerade i bl.a. Seriesim, Öppna roslagsmästerskapen i Norrtälje samt Ica Kvantum cup i Bålsta.

Som avslutning på höstterminen spelade vi Padel och åt gemensam middag.

Teknikgruppen T1

Gruppen har bestått av 12 simmare. Man har tränat på alla fyra simsätten samt starter och vändningar. Tävlandet har varit ganska sparsamt men några få simmare har deltagit i Utmanaren samt tävlingar i Norrtälje. Tränare är Linda Drotz, Thindra Åkerblom och Petra Hall.

Teknikgruppen T2

Tränar 2ggr/vecka. Tränare: Linda Drotz och Thindra Åkerblom.

Man har fokuserat på crawl, ryggsim och bröstsim. Det har även blivit mycket träning på starter från pall. Några i gruppen har deltagit på utmanartävlingarna.

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53

761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

Medleygruppen

Året började med 13 simmare. Vi tävlade i Bålsta på Sparbankscupen.

12 simmare var på Söderöraläget. 3 simmare simmade 3000 m i Vansbro och 2 simmare simmade 1000 m.

I september började vi med morgonträning på torsdagar vilket ger 5 timmar simning i veckan. 7 simmare har tränat samtidigt på morgonen. I oktober tillkom även måndag morgon för några.

9 simmare deltog på ICA kvantum cup i Bålsta. På KM under hösten är gruppens flickor 1, 2, 3 på både 50 bröst och fritt. 24-45 november åkte 12 simmare till Seriesim och läger på Åland. I december simmade 5 simmare i Höstsimiaden.

I december flyttades 2 simmare upp till gruppen från N4 och 3 simmare från T1.

Tränare för gruppen är Peter Westholm och Kajsa Hultin. Många av gruppens föräldrar är hjälptränare och har delat upp passen mellan sig.

Rimbo

Vi har under 2018 haft tre barn- och ungdomsgrupper med totalt ca 30 simmare i åldrarna 7-17år. Några är med på externa tävlingar, seriesim och utmanartävlingar i Norrtälje.

Vi har även haft nybörjar- och fortsättningskurs för vuxna i crawl. Och en vuxengrupp motionssimning med ca 5-7 simmare.

Nybörjare

Under 2018 fick vi, som vanligt, påfyllning av ett femtiotal nybörjarsimmare som simmat på fyra banor vid ett tillfälle i veckan. Barnens ålder har varierat från fem år upp till tolv. Vi lyckades locka till oss några av klubbens simmande ungdomar som tränare, något vi är jätteglada över. De har under året varit förebilder och gjort ett riktigt bra jobb med att förmedla simglädje och kunskaper till våra yngsta simmare. Nybörjarsimningen handlar mycket om att hitta rätt nivå att utgå ifrån för att hjälpa simmarna vidare i sin utveckling. Genom glädje och gemenskap tränar vi vattenvana, uthållighet och simtekniker.

En stor del av de äldre nybörjarsimmarna flyttas snabbt upp till teknikgrupperna då de utvecklas mycket under en termin. Mot slutet av terminerna är det många av våra simmare som med gott resultat deltar i våra Utmanartävlingar.

Nu ser vi fram emot ett 2019 med simbanor fyllda av glada barn.

Vuxensimning

Intresset är stort för våra Crawlkurser och varje tillfälle blir snabbt fulltecknade. Många vill lära sig crawla. Vi har haft 5 kurser under 2017. Vi har även en grupp som heter Vuxenmotion för våra vuxna simmare som deltagit i crawlkurs eller har dessa kunskaper sedan tidigare och vill simma i klubben. Under 2018 hade gruppen 3 pass per vecka med tränare på kanten på två av passen. Detta är mycket uppskattat och flera av simmarna har även deltagit i KM. I våras hade vi en avslutningsmiddag på restaurang som de flesta var med på. I Rimbo har vi också haft Vuxenmotion och Crawlkurser under 2018.

En väl utvecklad vuxenverksamhet är ett bra komplement till vår ungdomsverksamhet. Norrtälje Simklubb ska vara klubben för alla och det syns verkligen i dessa grupper.

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53

761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

Topp Tolv Norrtälje Simklubb

Vi har fört statistik över simmarnas resultat sedan länge och en gång om året sammanställer vi en lista på de tolv snabbaste resultaten på distanserna. Denna lista kallar vi för Topp Tolv. Under 2018 har vi 34 nya noteringar på listan och två klubbrekord vilket är mycket bra.

Rasmus Skyving slog klubbrekord på 1500 frisim och 200 ryggsim under året.

I januari 2019 slog Gustav Andersson klubbrekordet på 400 medley.

Ni kan se Topp Tolv på kommande sidor.

Norrtälje 2019-02-14

Marie Westholm

Ordförande

Norrtälje Simklubbs Topp Tolv

2018-01-01

50m Frisim

1	Martin Magnusson	0:24.44	2017	1	Kia Kilpinen	0:27.41	2011
2	Adam Alstermark	0:24.99	2015	2	Emma Karell	0:27.73	2011
3	Adam Karlsson	0:25.17	2017	3	Stina Gardell	0:27.77	2004
4	Lars Kvarfordh	0:25.4	1974	4	Sofie Gardell	0:27.79	2004
5	Jan Andersson	0:25.5	1984	5	Tove Magnusson	0:27.9	1985
6	Rickard Djupman	0:25.8	1983	6	Cecilia Eriksson	0:28.5	1980
7	Jonas Eklund	0:25.93	2014	7	Alva Westling	0:28.52	2016
8	Tobias Westholm	0:25.94	2013	8	Sara Rapp	0:28.60	2003
9	Tomas Einarsson	0:26.1	1988	9	Irené Ronneberg	0:28.75	2003
10	Per Andersson	0:26.2	1981	10	Monica Alfredsson	0:28.76	2005
11	Ulf Gustavsson	0:26.3	1994	11	Rebecca Rüdén	0:28.83	2012
12	Johan Levin	0:26.39	2007	12	Tova Sjöberg	0:28.91	2017

100m Frisim

1	Martin Magnusson	0:53.44	2017	1	Stina Gardell	0:59.21	2004
2	Adam Karlsson	0:54.29	2017	2	Emma Karell	0:59.22	2011
3	Jan Andersson	0:55.7	1983	3	Sofie Gardell	0:59.51	2004
4	Adam Alstermark	0:55.90	2013	4	Tove Magnusson	1:00.0	1986
5	Lars Kvarfordh	0:56.0	1975	5	Monica Alfredsson	1:01.43	2005
6	Mats Nilsson	0:56.7	1981	6	Alva Westling	1:01.66	2017
7	Tomas Einarsson	0:56.8	1987	7	Irené Ronneberg	1:02.02	2003
8	Jonas Eklund	0:56.82	2007	8	Johanna Johansson	1:02.5	1996
9	Rickard Djupman	0:57.2	1989	9	Emelie Rudert	1:02.64	2013
10	Tobias Westholm	0:57.22	2012	10	Susanne Ackum	1:03.0	1975
11	Gustav Andersson	0:57.27	2018	11	Malin Andersson	1:03.4	1996
12	Per Andersson	0:57.3	1978	12	Kia Kilpinen	1:03.45	2010

200m Frisim

1	Martin Magnusson	1:56.92	2017	1	Emma Karell	2:07.11	2011
2	Adam Karlsson	1:59.00	2017	2	Stina Gardell	2:08.57	2004
3	Jan Andersson	2:02.2	1982	3	Monica Alfredsson	2:12.46	2005
4	Jonas Eklund	2:04.78	2006	4	Sofie Gardell	2:12.66	2004
5	Patrik Ferngren	2:04.8	1998	5	Tove Magnusson	2:12.9	1985
6	Rasmus Skyving	2:04.99	2018	6	Emelie Rudert	2:16.37	2012
7	Mats Nilsson	2:05.1	1981	7	Ulrika Jansson	2:17.8	1986
8	Henrik Forslund	2:06.3	2001	8	Maria Nordberg	2:18.2	1985
9	Adam Alstermark	2:06.42	2012	9	Maria Tholen	2:18.7	1985
10	Tomas Einarsson	2:06.5	1985	10	Rebecca Rüdén	2:18.72	2011
11	Henrik Forslund	2:07.3	1999	11	Johanna Johansson	2:19.2	1995
12	Ulf Gustavsson	2:07.5	1987	12	Åsa Puolakainen	2:19.9	1983

Norrtälje Simklubb

Organisationsnummer

Bankgiro

www adress

Gustaf Adolfs väg 53

814400-5226

607-7911

norrtaljesim.se

761 42 NORRTÄLJE

400m Frisim

1	Martin Magnusson	4:17.83	2017	1	Emma Karell	4:31.21	2010
2	Rasmus Skyving	4:21.04	2018	2	Stina Gardell	4:33.37	2004
3	Jan Andersson	4:22.8	1981	3	Monica Alfredsson	4:39.79	2006
4	Adam Karlsson	4:24.98	2017	4	Ulrika Jansson	4:44.4	1985
5	Tomas Einarsson	4:26.3	1986	5	Tove Magnusson	4:46.6	1986
6	Patrik Ferngren	4:26.4	1998	6	Sofie Gardell	4:47.77	2004
7	Jonas Eklund	4:27.32	2006	7	Johanna Zetterström	4:49.49	2015
8	Ulf Gustavsson	4:30.4	1988	8	Maria Nordberg	4:50.2	1985
9	Henrik Forslund	4:33.9	2001	9	Susanne Ackum	4:52.0	1975
10	Per Andersson	4:34.9	1979	10	Maria Zetterqvist	4:53.6	1980
11	Mats Nilsson	4:35.9	1980	11	Emelie Rudert	4:53.89	2017
12	Rickard Djupman	4:38.3	1983	12	Lena Andersson	4:54.9	1981

800m Frisim

1	Adam Karlsson	08:57.19	2017	1	Stina Gardell	09:23.84	2004
2	Rasmus Skyving	9:03.34	2018	2	Susanne Ackum	09:40.8	1975
3	Tomas Einarsson	09:17.2	1985	3	Ulrika Jansson	09:45.9	1985
4	Jonas Eklund	09:18.32	2006	4	Emma Karell	09:46.38	2008
5	Ulf Gustavsson	09:27.3	1986	5	Johanna Zetterström	09:51.96	2015
6	Jan Andersson	09:34.9	1980	6	Tove Magnusson	09:54.6	1985
7	Per Andersson	09:43.2	1977	7	Monica Alfredsson	09:56.35	2005
8	Mats Nilsson	09:44.6	1980	8	Rebecca Rüdén	10:06.65	2011
9	Rickard Djupman	09:50.0	1983	9	Lena Andersson	10:07.4	1981
10	Anders Törnqvist	09:55.1	1978	10	Maria Nordberg	10:14.4	1986
11	Oscar Elfving	09:59.83	2009	11	Emelie Rudert	10:16.75	2017
12	Peter Ronquist	10:09.64	2004	12	Åsa Puolokainen	10:17.4	1982
				12	Johanna Eklund	10:17.4	2001

1500m Frisim

1	Rasmus Skyving	17:09.51	2018	1	Emma Karell	18:06.28	2010
2	Tomas Einarsson	17:36.2	1986	2	Sofie Gardell	18:48.26	2004
3	Henrik Forslund	17:59.9	1999	3	Ulrika Jansson	18:52.9	1985
4	Ulf Gustavsson	18:00.7	1987	4	Lena Andersson	19:02.9	1981
5	Jan Andersson	18:08.9	1982	5	Monica Alfredsson	19:16.17	2004
6	Patrik Ferngren	18:09.4	1998	6	Tove Magnusson	19:19.4	1985
7	Jonas Eklund	18:20.81	2007	7	Rebecca Rüdén	19:25.02	2012
8	Martin Magnusson	18:33.53	2013	8	Åsa Puolakainen	19:28.8	1982
9	Oscar Elfving	18:37.94	2008	9	Maria Zetterqvist	19:29.7	1979
10	Anders Törnqvist	18:39.4	1978	10	Anette Olsson	19:34.7	1981
11	Mats Nilsson	18:44.6	1980	11	Johanna Zetterström	19:37.36	2015
12	Rickard Djupman	18:52.3	1983	12	Maria Nordberg	19:42.0	1986

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53
761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

50m Bröstsöm

1	Adam Alstermark	0:30.72	2014	1	Fanny Reuterswärd	0:34.52	2004
2	Martin Magnusson	0:30.85	2015	2	Kia Kilpinen	0:35.01	2011
3	Adam Karlsson	0:31.13	2017	3	Sofie Gardell	0:35.86	2004
4	Kevin Fahlström	0:33.89	2015	4	Emma Karell	0:36.65	2010
5	Tobias Westholm	0:34.64	2014	5	Alva Westling	0:37.03	2017
6	Gustav Andersson	0:34.70	2018	6	Katja Svarfvar	0:37.42	2016
7	Victor Karell	0:34.71	2018	7	Elin Isaksson	0:37.82	2006
8	Elias Folkesson	0:35.38	2018	8	Micaela Nygren-Ring	0:38.07	2007
9	Jonas Eklund	0:35.42	2004	9	Stina Gardell	0:38.18	2004
10	Rasmus Skyving	0:35.43	2018	10	Malin Österman	0:38.66	2012
11	Elias Säfström	0:35.64	2017	11	Fanny Alstermark	0:38.70	2013
12	Fredrik Ronnerberg	0:35.97	2004	12	Lina Albertsen	0:38.90	2018

100m Bröstsöm

1	Adam Alstermark	1:07.59	2012	1	Fanny Reuterswärd	1:16.15	2003
2	Anders Törnqvist	1:08.6	1980	2	Malin Andersson	1:17.7	1995
3	Martin Magnusson	1:09.62	2017	3	Emma Karell	1:17.85	2010
4	Adam Karlsson	1:10.00	2017	4	Stina Gardell	1:17.96	2004
5	Lars Kvarfordh	1:12.0	1976	5	Sofie Gardell	1:18.80	2004
6	Jan Andersson	1:12.2	1982	6	Katja Svarfvar	1:20.25	2016
7	Gustav Andersson	1:13.15	2018	7	Maria Tholen	1:22.0	1984
8	Ulf Gustavsson	1:14.1	1993	8	Irené Ronneberg	1:22.40	2003
9	Robin Edlund	1:14.6	1998	9	Camilla Jansson	1:22.4	1984
10	Victor Karell	1:14.86	2018	10	Fanny Alstermark	1:22.67	2013
11	Fredrik Ronnerberg	1:14.87	2004	11	Li Waltersson	1:22.7	1985
12	L-G Gellbäck	1:15.0	1969	12	Alva Westling	1:23.09	2017

200m Bröstsöm

1	Adam Alstermark	2:36.59	2012	1	Malin Andersson	2:50.2	1995
2	Anders Törnqvist	2:37.1	1978	2	Emma Karell	2:51.63	2009
3	Lars Kvarfordh	2:37.8	1972	3	Fanny Reuterswärd	2:51.77	2003
4	Martin Magnusson	2:39.00	2015	4	Camilla Jansson	2:57.1	1984
5	Gustav Andersson	2:40.54	2018	5	Annica Eriksson	2:57.8	1963
6	Robin Edlund	2:42.0	1998	6	Ulrika Jansson	2:59.7	1985
7	Jan Andersson	2:44.4	1981	7	Maria Tholen	2:59.9	1984
8	Ulf Gustavsson	2:45.0	1995	8	Fanny Alstermark	3:00.26	2013
9	L-G Gellbäck	2:45.1	1969	9	Li Waltersson	3:00.4	1985
10	Fredrik Ronnerberg	2:45.55	2004	10	Monica Alfredsson	3:00.77	2004
11	Victor Karell	2:47.61	2017	11	Elin Isaksson	3:01.25	2005
12	Christian Hansson-Bergén	2:47.92	2004	12	Emma Persson	3:01.53	2011

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53
761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

50m Ryggsim						
1	Martin Magnusson	0:29.42	2014	1	Stina Gardell	0:31.61 2004
2	Jonas Eklund	0:30.14	2008	2	Sofie Gardell	0:31.93 2004
3	Elias Folkesson	0:30.23	2017	3	Emma Karell	0:32.36 2009
4	Tobias Westholm	0:30.34	2014	4	Tina Lindberg	0:33.22 2006
5	Robert Dolama	0:30.49	2015	5	Alva Westling	0:33.62 2016
6	Adam Alstermark	0:30.96	2013	6	Monica Alfredsson	0:33.96 2005
7	Rasmus Skyving	0:31.23	2018	7	Moa Zetterström	0:34.00 2018
8	Nicklas Granat	0:31.49	2004	8	Rebecca Rüdén	0:34.82 2012
9	Adam Karlsson	0:31.86	2017	9	Tova Sjöberg	0:34.92 2017
10	Gustav Andersson	0:32.15	2018	10	Emelie Rudert	0:35.05 2017
11	Elias Säfström	0:32.53	2017	11	Katja Svarfvar	0:35.32 2012
12	Henrik Persson	0:33.00	2011	12	Fanny Alstermark	0:35.45 2012
100m Ryggsim						
1	Martin Magnusson	1:02.99	2017	1	Stina Gardell	1:07.28 2004
2	Jonas Eklund	1:03.25	2007	1	Sofie Gardell	1:07.28 2004
3	Rasmus Skyving	1:04.72	2018	3	Emma Karell	1:08.63 2008
4	Adam Alstermark	1:05.78	2013	4	Monica Alfredsson	1:10.91 2005
5	Elias Folkesson	1:05.89	2017	5	Åsa Puolakainen	1:11.3 1985
6	Adam Karlsson	1:06.91	2017	6	Tina Lindberg	1:11.78 2006
7	Hans Malmgren	1:08.2	1963	7	Alva Westling	1:11.90 2017
8	Tobias Westholm	1:08.50	2013	8	Susanne Ackum	1:12.5 1975
8	Ulf Gustavsson	1:08.5	1995	9	Tove Magnusson	1:12.6 1986
10	Mikael Dahlberg	1:08.5	1977	10	Gunilla Lundqvist	1:13.0 1963
11	Jan Andersson	1:08.8	1982	11	Tova Sjöberg	1:13.48 2017
12	Nils-Göran Een	1:08.9	1970	12	Rebecca Rüdén	1:14.29 2012
200m Ryggsim						
1	Rasmus Skyving	2:14.31	2018	1	Sofie Gardell	2:27.49 2004
2	Jonas Eklund	2:16.14	2007	2	Stina Gardell	2:28.76 2004
3	Martin Magnusson	2:24.30	2014	3	Emma Karell	2:29.57 2010
4	Rickard Djupman	2:28.3	1983	4	Susanne Ackum	2:33.1 1975
5	Ulf Gustavsson	2:29.3	1995	5	Tina Lindberg	2:35.37 2006
6	Mikael Dahlberg	2:29.4	1978	6	Monica Alfredsson	2:35.55 2005
7	Patrik Ferngren	2:31.4	1996	7	Åsa Puolakainen	2:37.3 1982
8	Oscar Elfving	2:31.74	2008	8	Gunilla Lundqvist	2:39.0 1964
9	Elias Folkesson	2:31.93	2016	9	Linnea Sjöström	2:40.57 2018
10	Mats Nilsson	2:32.3	1981	10	Tove Magnusson	2:40.7 1986
11	Hans Malmgren	2:32.6	1962	11	Alva Westling	2:41.85 2015
12	Tomas Einarsson	2:33.0	1986	12	Christina Dahlgren	2:43.0 1966

Norrtälje Simklubb

 Gustaf Adolfs väg 53
 761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

50m Fjärilsim

1	Adam Karlsson	0:26.75	2017	1	Sofie Gardell	0:29.59	2004
2	Tobias Westholm	0:26.94	2016	2	Kia Kilpinen	0:29.61	2011
3	Martin Magnusson	0:27.42	2015	3	Emma Karell	0:30.39	2010
4	Adam Alstermark	0:28.31	2015	4	Moa Zetterström	0:30.59	2018
5	Jonas Eklund	0:29.20	2008	5	Stina Gardell	0:31.34	2004
6	Elias Folkesson	0:29.57	2015	6	Monica Alfredsson	0:31.50	2006
7	Oscar Elfving	0:29.84	2009	7	Fanny Reuterswärd	0:32.11	2002
8	Mattias Pers	0:29.87	2007	8	Tova Sjöberg	0:32.35	2017
9	Mattias Toivonen	0:30.12	2000	9	Alva Westling	0:32.43	2017
10	Gustav Andersson	0:30.31	2018	10	Emma Persson	0:32.54	2011
11	Victor Karell	0:30.48	2018	11	Emelie Rudert	0:32.92	2017
12	Rasmus Skyving	0:30.52	2018	12	Rebecca Rüdén	0:32.94	2012

100m Fjärilsim

1	Adam Karlsson	0:59.49	2017	1	Emma Karell	1:05.33	2010
2	Martin Magnusson	1:00.97	2017	2	Sofie Gardell	1:06.25	2004
3	Tobias Westholm	1:02.32	2013	3	Stina Gardell	1:08.14	2004
4	Jan Andersson	1:03.6	1982	4	Tove Magnusson	1:09.2	1985
5	Jonas Eklund	1:05.05	2007	5	Johanna Johansson	1:09.7	1996
6	Tomas Einarsson	1:05.2	1987	6	Malin Andersson	1:10.6	1996
7	Gustav Andersson	1:05.99	2018	7	Lena Andersson	1:11.0	1979
8	Adam Alstermark	1:06.18	2013	8	Moa Zetterström	1:11.02	2018
9	Ulf Gustavsson	1:06.2	1989	9	Kia Kilpinen	1:11.17	2010
10	Mikael Dahlberg	1:06.5	1977	10	Ulrika Jansson	1:11.5	1986
10	Lars Kvarfordh	1:06.8	1972	11	Maria Tholen	1:11.6	1986
12	Rickard Djupman	1:06.8	1983	12	Anette Olsson	1:11.9	1981

200m Fjärilsim

1	Adam Karlsson	2:18.11	2017	1	Emma Karell	2:23.61	2011
2	Henrik Forslund	2:23.5	1999	2	Lena Andersson	2:31.2	1981
3	Tomas Einarsson	2:24.0	1987	3	Sofie Gardell	2:31.74	2004
4	Jonas Eklund	2:25.38	2007	4	Johanna Johansson	2:37.3	1995
5	Martin Magnusson	2:29.05	2013	5	Tove Magnusson	2:37.9	1985
6	Ulf Gustavsson	2:29.4	1994	6	Ulrika Jansson	2:38.7	1986
7	Lars Kvarfordh	2:30.7	1972	7	Åsa Puolakainen	2:41.2	1984
8	Tobias Westholm	2:31.97	2012	8	Monica Alfredsson	2:41.26	2004
9	Jan Andersson	2:32.3	1982	9	Anette Olsson	2:42.7	1981
10	Gustav Andersson	2:34.62	2017	10	Maria Norberg	2:44.2	1986
11	Anders Törnqvist	2:38.4	1980	11	Maria Nyberg	2:44.7	1981
12	Torbjörn Nyberg	2:44.1	1987	12	Johanna Eklund	2:45.59	2000

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53
761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se

100m Medley

1	Martin Magnusson	1:01.64	2016	1	Sofie Gardell	1:07.20	2004
2	Adam Karlsson	1:02.74	2017	2	Emma Karell	1:08.69	2008
3	Adam Alstermark	1:02.75	2014	3	Kia Kilpinen	1:09.59	2011
4	Jonas Eklund	1:04.52	2007	4	Stina Gardell	1:11.71	2004
5	Tobias Westholm	1:05.19	2013	5	Monica Alfredsson	1:12.36	2005
6	Gustav Andersson	1:06.05	2018	6	Johanna Zetterström	1:13.78	2015
7	Rasmus Skyving	1:06.92	2018	7	Moa Zetterström	1:14.08	2018
8	Elias Folkesson	1:08.16	2018	8	Alva Westling	1:14.56	2017
9	Victor Karell	1:08.47	2018	9	Rebecca Rüdén	1:14.71	2012
10	Oscar Elfving	1:10.69	2009	10	Fanny Alstermark	1:14.74	2013
11	Nicklas Granat	1:10.74	2005	11	Fanny Reuterswärd	1:14.75	2004
12	Mattias Toivonen	1:11.12	2000	12	Tina Lindberg	1:15.28	2006

200m Medley

1	Martin Magnusson	2:14.84	2015	1	Emma Karell	2:23.86	2010
2	Adam Karlsson	2:17.59	2017	2	Stina Gardell	2:24.12	2004
3	Jonas Eklund	2:19.74	2008	3	Sofie Gardell	2:33.30	2003
4	Adam Alstermark	2:20.94	2013	4	Tove Magnusson	2:34.3	1985
5	Jan Andersson	2:21.0	1982	5	Monica Alfredsson	2:35.03	2006
6	Lars Kvarfordh	2:22.6	1972	6	Maria Tholen	2:35.1	1985
7	Ulf Gustavsson	2:23.0	1997	7	Ulrika Jansson	2:36.7	1985
8	Gustav Andersson	2:23.24	2018	8	Johanna Johansson	2:37.2	1996
9	Rasmus Skyving	2:23.56	2018	9	Malin Andersson	2:37.5	1996
10	Tomas Einarsson	2:26.3	1986	10	Alva Westling	2:38.63	2017
11	Mats Nilsson	2:27.4	1980	11	Susanne Ackum	2:38.7	1975
12	Elias Folkesson	2:27.97	2017	12	Fanny Reuterswärd	2:40.39	2003

400m Medley

1	Jonas Eklund	5:01.34	2006	1	Emma Karell	5:09.16	2010
2	Ulf Gustavsson	5:07.6	1995	2	Stina Gardell	5:14.39	2004
3	Gustav Andersson	5:07.84	2018	3	Lena Andersson	5:32.1	1982
4	Martin Magnusson	5:10.93	2013	4	Johanna Johansson	5:33.2	1995
5	Tomas Einarsson	5:14.2	1985	5	Ulrika Jansson	5:33.4	1986
6	Anders Törnqvist	5:15.0	1979	6	Åsa Puolakainen	5:34.2	1984
7	Rickard Djupman	5:17.5	1983	7	Susanne Ackum	5:35.4	1975
8	Jan Andersson	5:19.2	1981	8	Maria Nyberg	5:39.0	1981
9	Lars Kvarfordh	5:21.5	1972	9	Monica Alfredsson	5:40.08	2004
10	Oscar Elfving	5:27.08	2008	10	Johanna Zetterström	5:42.14	2015
11	Mats Nilsson	5:32.2	1979	11	Moa Zetterström	5:42.63	2018
12	Per Andersson	5:36.2	1979	12	Maria Tholen	5:43.9	1985

Norrtälje Simklubb

Gustaf Adolfs väg 53
761 42 NORRTÄLJE

Organisationsnummer

814400-5226

Bankgiro

607-7911

www adress

norrtaljesim.se