

## UDDEVALLA OPEN 5-7 SEPTEMBER, UDDEVALLA

Uddevalla Open är en tävling där världssimmare deltog, bl a Michelle Coleman, Simon Sjödin, Stefan Nystrand och Mattias Carlsson. Även Lars Frölander var och tävlade, samt en massvis andra Svenska landslagssimmare. Det var ett starkt startfält vi fick se. Det var 2300 starter (antal simmare och övelser tillsammans). Trots det var Halden och höll sig väl framme bland toppen i många grenar i sina respektive åldersklasser.

Halden Svömmeklub simmade meget bra på deras första stevne för säsongen som gick i Uddevalla. I stort sett samtliga gjorde personliga rekord och det verkar se ut som HSK har fått en fin start på hösten.

**Synne Lauritzen**, 13, överraskade mest med sitt 50 bryst på fint 38.5, drygt 5 sekunder personbästa. Synne tog sig till final i sin åldersgrupp, de 8 bästa, där hon slutade 7:a. Även på 100 bryst gick Synne till final, personbästa med 9 sekunder. Då skall vi tillägga att Synne simmar i 14 års klassen, och hon är bara 13 år.

**Aurora Oseland**, 14, slog till ordentligt på 100 bryst, personbästa med 6 sekunder och tog sig även hon till final där hon blev 6:a. Äntligen, får vi säga, så gjorde Aurora ett superfint 100 fri, där hon tog sig till final på fina tiden 1.04.0, så det börjar närma sig magiska minuten, sakta men säkert.

**Sofie Forsström**, 17, visar vilken fantastisk kapacitet och vilken kaliber hon har som simmare. På 100 fri, gör hon 1.00.3, personbästa med 1.5 sekund. Sofie gjorde en bra tävling rakt igenom, och tog sig till final på i stort sett allt, i den tuffa äldsta klassen 17 år och äldre. Sofie blev 4:a på 200 fri. Hon hade bästa tiden igår till final på 400 fri, där hon hade haft en klart medaljchans, men valde att på söndagen åka hem för att ladda för det som allt mest viktigast, en god träning träningsvecka.

**Christer Mellberg**, 13, har även han en jättekapacitet. Liksom Synne simmade Christer i en äldre åldersgrupp (13-14 åring). Simmar otroligt god teknik och ligger runt personbästa på i stort sett allt han gör. På 100 fri, var Christer nära att gå under magiska minuten och landade i finalen på 1.00.6. På 50 frisim, simmade Christer igår på fantastiska 27.6, där han slutade 4:a. På Christers special distans 400 fri, slutade han 3:a efter Sveriges bästa 13åring från Karlstad, och en 14 åring som blev 2:a.

**Ole Morten Aasum**, gjorde en kemp-helg med många fina personbästa i allt han simmade.

**William Dahl** och **Herman Harboe** gör en supertävling rakt igenom med personbästa på allting dom simmare. **Frida Oseland**, simmar också på och har en väldigt fin grundteknik och bra grepp i vattnet. Det finns mer att hämta hos dessa yngre talenter och detta är bara en början på att fler yngre simmare i Halden SK blir bättre och bättre.

Halden SK hade en Jentestafett som blev 6:a på 4x100 fri med Henriette Signeboen, Aurora Oseland, Helene Hafsröd Fredriksen, Sofie Forsström på de 4 olika etapperna.

Det är godt för klubben att få en så pass bra start här i början av säsongen. Nu börjar träningen trappas upp ordentligt, så det är ett fint utgångsläge för HSK.

Hovodtrener Andreas Lidholm