

HÄSSELBY SK

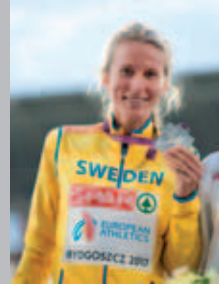
Årsberättelse 2017

Årets överraskning

Martin Öhman vann SM-guld på maraton



SARAH VAN DER WIELEN

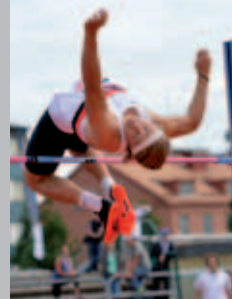


Svenskt rekord på halvmaraton

*JEM 22 år
Silver 10 000 m
Brons 5 000 m.*

Deltog vid VM i London.

FREDRIK SAMUELSSON



*JEM 22 år
Silver 10-kamp
med 8 010 p.*

*Tidigare i Götzis
en serie på 8 172.*

Deltog vid VM i London.

LISA GUNNARSSON

*Sexa vid inomhus-EM
Tog sin första internationella medalj
på JEM 19 år där hon plockade hem
guld på 4,40.*



ANGELICA BENGTSSON

*Tog ett brons vid inomhus-EM i stav
var med på VM i London och blev tia.*

**GULD & SILVER
på lag-SM**

Ett mycket omväxlande år

Många, många bra prestationer men också några "besvikelser". 2017 var ett mästerskapsår med senior-VM i London, inne-EM i Belgrad och JEM och som avslutning terräng-EM.

I dessa internationella mästerskap har Hässelby klarat sig bra medan det gått sämre än vanligt på SM. Detta innebar att vi tappade från en andra till en tredjeplats i sammanräkningen om SM-poängen och från en första till en andra plats när det gäller Rankingen.

- På inne-EM vann Angelica Bengtsson åter en mästerskapsmedalj genom att bli trea. Även Lisa Gunnarsson var med och tävlade, hon blev 6:a. Fredrik Samuelsson blev 5:a i mångkamp.

- Lovisa Bivstedt deltog i europiska ungdoms-OS, gick till final och blev 8:a.

- På JEM upp till 19 år hade Hässelby tre deltagare med Jakob Samuelsson, Amanda Hansson och Lisa Gunnarsson. Lisa vann guld i stav.

- På JEM upp till 22 år fanns sex hässelbyare med och tog totalt tre medaljer, Fredrik Samuelsson blev 2:a i 10-kamp, Sarah Lahti vann silver och brons på 10 000 m respektive 5 000 m. Dessutom deltog Malin Skogström, Isabella Brauer och Jesper Hellström, alla klarade sig bra.

- Till senior VM i London var sju hässelbyare kvalificerade och sex kom till start men fyra tvingades tyvärr att bryta p.g.a. skador. Bäst klarade sig Angelica Bengtsson som gick till final och blev 10:a. Lisa Gunnarsson var även hon med i stav, Emil Blomberg i hinder, Fredrik Samuelsson i mångkamp, Sara Lahti på 10 000 m och Louise Wiker i marathon. Isabella Andersson tackade nej och åkte aldrig till London.

- Elmar Engholm sprang både 800 och 1 500 m på Universiaden i Taiwan och gjorde det bra. Universiaden gick samtidigt som stora-SM.

- I terräng-EM var tre Hässelbyare med. Bäst gick det för Isabella Brauer som blev 6:a på juniorloppet. Sveriges lag blev 4:a. Emil Blomberg deltog i den nya grenen 4 x 1 500 m i terräng. Med var även Andreas Åhwall.

I SM gick det sämre än på många år för våra seniorer och då speciellt på stora SM utomhus (arena-SM) där vi bara vann tre medaljer jämfört 14 medaljer 2016. Många skadade, flera i USA för studier och Elmar Engholm på Universiaden gjorde att SM blev ovanligt tufft för oss.

På junior-SM och USM var det mer normala medaljer och toppsex placeringar. Förutom våra duktiga juniorer som deltog på JEM så var Patrik Lindstedt, Linnea Sennström, Anton Axelsson, Simon Litzell, Anton Persson, Erik Djurberg, Amanda Lejros och Kamil Kaminski medaljörer på JSM och USM.

Totalt vann klubben 73 SM-medaljer 2017.

Våra toppaktiva gjorde många stabila och glädjande prestationer under 2017. Sarah van der Wielen (fd Lahti) satte nytt Svenskt rekord på halvmarathon med tiden 1,09,58. Fredrik Samuelsson var över 6 000 poäng i 7-kamp inomhus, näst bäst i Sverige genom tiderna. Fredrik satte även personligt rekord i 10-kamp med drygt 200 poäng och var över 8 000 poäng två gånger. 8 172 i Götzis och 8 010 när han blev tvåa vid JEM.

Året innehöll naturligtvis även positiva överraskningar som att Martin Öhman 36 år gammal vann sin första individuella SM-medalj när han vann guld på SM i marathon i samband med Stockholm Marathon.

Kul var också våra lagmästerskap. På seniorsidan blev vårt manliga lag svenska mästare på lag-SM och kvinnorna blev tvåa.

Hässelbys ungdomar var bättre än på många år på Kraftmätningen, som är en rikstäckande lagtävling. Vi blev trea när tjejer och killar räknats ihop och tvåa bland killarna. Mycket bra och jättekul.

På 08.fris årsmöte tilldelades Hässelby priset som bästa ungdoms-klubb i ålder 12 till 14 år i Stockholm.

Vi har arbetat vidare för att behålla en hög standard på vår idrottsplats. Vi har jobbat hela året med att klara finansieringen och få tillstånd från Idrottsförvaltningen för att bygga ett utegym på Hässelby IP. Nu

i höstas blev det klart men beskedet kom försent för byggstart 2017.

Tidplanen pekar istället på installation under maj för att vara klar före friidrottsskolan sommaren 2018. Totalt kostar utegymmet ca 500 TSEK varav klubben betalar 200 TSEK.

Vi jobbar med att få till ett definitivt beslut om Bällstahallen och få spaden i marken för byggstart. Inför senaste valet lovade socialdemokraterna byggstart under valperioden. Så blir inte fallet. Nu ligger byggstartsplaneringen snarare 2021/2022 med två års byggtid. Det är ett projekt som ligger högst upp på vår lista även under de närmaste åren.

Våra seniorer, juniorer och ungdomar från 13 år och uppåt tränar nu främst inomhus i Sollentunahallen.

Våra yngre ungdomar släpps inte in i Sollentunahallen. Det gjorde att vi för ungdomar 12 år och yngre provade med att bussa dem till Säturahallen fem helger. Vi kommer att utvärdera försöket med målsättningen att få en fortsättning även nästa vinter.

Hässelby håller sin position att vara ledande arrangör av löp- och upplevelseevenemang tillsammans med Spårvägens FK och vårt gemensamma kansli Marathongruppen.

Vi jobbar hårt med att förbättra våra stora och välkända evenemang som exempelvis ASIC Stockholm Marathon, Tjejmilen, Halvmarathon, VårRuset, Tjurruset och Bellmanstafetten. Stockholm Marathon firar 2018 sitt 40:e lopp med ny bana. Det blir envarvsbana, trevligare och snabbare. Vi startar även ett 5K lopp dagen innan Stockholm Marathon.

Under 2017 introducerades flera nyheter. Serien STHLM Challenge skapades från två befintliga arrangemang, Spring Cross som bytte namn till STHLM Trail Run och STHLM 10. Dessa två lopp kompletterades med de nya evenemangen STHLM Urban Trail och STHLM Above/Below. Challenge serien blev en succé. Mest glädjande var att vi lyckades samla 6 191 deltagare i STHLM Above/Below, ett lopp som ersätts med ett nytt lopp 2018.

The Music Run, ett asiatiskt koncept som MG arrangerade på licens i Stockholm från slutet av sommaren 2017 var både roligt och lärorikt men lockade inte tillräckligt många deltagare för att få en fortsättning.

I Hässelbyloppet var knappt 6 000 löpare anmälda. Det blev som vanligt ett snabbt lopp trots regn och kyla. Friidrottsskolan, Måndagskul och Knatteknatet var som vanligt trevliga aktiviteter för våra yngre medlemmar.

Det är viktigt att vi alla fortsätter att anmäla oss som funktionärer på våra evenemang även under 2018. Våra arrangemang, där hela det ekonomiska överskottet går tillbaka till idrotten, är basen för Hässelby SK friidrotts ekonomi.

Stora ideella insatser görs av alla Marathongruppens funktionärer/volontärer och då framförallt från ägarföreningarna Hässelby SK Friidrott och Spårvägens FK. Dessa insatser är helt avgörande för att driva en så omfattande verksamhet och bidra på ett avgörande sätt till evenemangens höga kvalitet och positiva resultat.

Vi kommer att ha mycket trevligt att jobba med även under 2018, mycket att vidareutveckla och förbättra.

Tack för alla insatser och all bra energi som aktiva, ledare, tränare och anställda lagt ner i klubben under 2017.

Styrelsen vill avslutningsvis framföra sitt varma tack även till funktionärer, tävlingsledningen, myndigheter och samarbetspartners. Det har varit ett varierande år men också ett år där vi haft mycket kul och kunnat bygga för framtiden.

Vi ser fram emot 2018 med stor tillförsikt!

*Bengt Olsson
Ordförande*



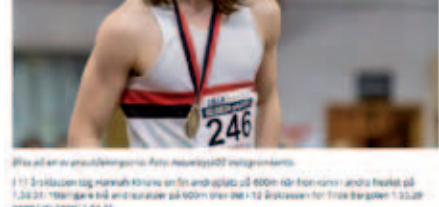
Verksamhetsberättelse för Friidrottsföreningen Hässelby SK 2017

Foto: Deca Text & Bild och Ryno Quantz

Produktion: Bengt Alfredsson, Albin Johansson och Marianne Fricke Stjernström

Statistik: Magnus Wickert och Jan Samuelsson.

Under året gjordes 356 inlägg på hemsidan



Våra toppaktiva gjorde många stabila och glädjande prestationer

Satsning från SOK och Svenska Friidrottsförbundet

De hässelbyare som ingick i SOKs Topp- och talangprogram är Angelica Bengtsson (stav), Fredrik Samuelsson (tiokamp), Sarah van der Wielen (löpning) och Simon Pettersson (diskus).

Topp- och talangprogrammet är ett skräddarsytt stöd för aktiva som bedöms ha potentialen att nå medalj på OS på tre till sex års sikt.

I Förbundets Mästerskapsgrupp ingick Angelica Bengtsson, Simon Pettersson, Fredrik Samuelsson, Sara van der Wielen, Lisa Gunnarsson, Isabellah Andersson och Emil Blomberg.

Att bli utvald till denna grupp betyder att Friidrottsförbundet stödjer idrottarens satsning med pengar och försäkring.

21 aktiva gjorde landslagsuppdrag

21 friidrottare deltog under 2017 i internationella tävlingar med 45 starter. Se alla deltagares resultat i statistikdelen.

Här ett litet axplock. Sju stycken är uttagna till VM i London varav sex åker. Tre stycken deltar i IEM där Angelica Bengtsson tar ett brons. Sex stycken tävlar JEM 22 år, Sarah Lahti springer 5000 m och 10 000 m där hon blir trea och två, tvåa blir även Fredrik Samuelsson i tiokamp. Tre stycken tävlar vid JEM 19 år där Lisa Gunnarsson vinner guld. Isabelle Brauer blir sexa vid terräng-EM. Amanda Hansson blir guldmedaljör vid JNM 19 år på 100 m häck.

I Finnkampen för seniorer och ungdomar var 10 hässelbyare med.

Coacher i landslagets tjänst

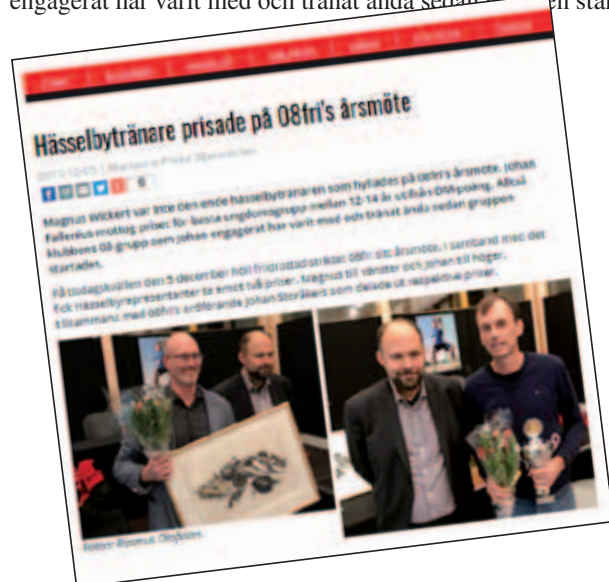
Inte bara de aktiva har synts i landslagets dräkt under det senaste året. Flera av våra tränare har också fått äran att delta som truppcoacher vid olika internationella tävlingar. En bra merit för klubben också.

Fredrik Oderborn JEM 22 år, Bydgoszcz, POL. Mauri Lindstedt Ungdomsfinnkampen 17 år, Umeå. Jan Samuelsson IEM Belgrad, Junior-EM 19 år, Grosseto ITA, JNM-UNM mångkamp, Kuortane, FIN, VM London.

08Fri:s utmärkelser

2017 fick Magnus Wickert motta priset som årets ungdomsledare i samband med 08 Fri:s årsmöte. Hässelby fick även utmärkelsen för bästa klubb 12-14 år baserat på DM poäng.

Johan Fallenius mottog priset för bästa ungdomsgrupp mellan 12-14 år utifrån DM-poäng. Alltså klubbens 03-grupp som Johan engagerat har varit med och tränat ända sedan starten av startades.



Dessutom fanns fyra av våra friidrottare med på listan över Stockholms bästa senioraktiva, som röstas fram av en jury. Angelica Bengtsson (3) Fredrik Samuelsson (6) Lisa Gunnarsson (7) Sarah Lahti (8)

Hässelby fick även flest röster/mötesdelegater av Stockholmsklubbar till kommande Svenska Friidrottsförbundets årsmöte. Antalet röstar beräknas utifrån prestationer på årets SM tävlingar men också på redovisade LOK-aktiviteter i verksamheten.

Utmärkelser

För säsongen 2017 har följande tilldelats olika utmärkelser:

Årets prestation: Sarah van der Wielen (fd. Lahti)

Årets bragd: Martin Öhman

Årets juniorpojke: Fredrik Samuelsson

Årets juniorflicka: Sarah van der Wielen (fd. Lahti)

Årets ungdomspojke: Anton Axelsson

Årets ungdomsflicka: Lovisa Bivstedt

Lars-Johan Oscarssons stipendium (minnesfond): Anton Axelsson och Lovisa Bivstedt

Silfvers hederspris: Tobias Solberg, Shila Fahtli, Max Bechtel och Stella Krywult

Lars-Johan Oscarssons hederspris: Albert Henriksson, Vincent Arousell, Melker Tingberg, Wilhelm Werner, Sofia Boman, Laura Fodor, Marika Åstrand och Wilja Wickert.

74 SM-medaljer

Hässelbys friidrottare tog under 2016 hem 27 guld, 19 silver och 28 brons i SM-tävlingar inomhus och utomhus för seniorer, juniorer och ungdommar. Sammanlagt innebär detta 74 medaljer.

Tvåa i rankingen

2017 blev vi tvåa efter Ullevi FK. Rankingen är den bäst speglade bilden av hur framgångsrik en friidrottsförenings arbete är då den visar föreningens toppbredd.

En aktiv som placerat sig topp 6 någon gång under året räknas in en enda gång. Så det gäller att ha många som kan vara topp 6 för att få en så bra poäng som möjligt. Poängberäkningen är utjämnad så att det inte spelar någon roll vilken placering en aktiva har på SM.

Poängberäkningen är "viktad" dvs att vuxna får mer poäng än 15-åringar eftersom man i seniorålder ställs mot de bästa från flera årskullar. En vuxen får 1 poäng för en topp 6 plats mot 0,25 poäng för en 15-17 åring.

Ungdomsverksamheten

Hässelby IP har under året precis som förr varit centrum för vår verksamhet. Sedan vi kunnat nyttja arenan samtliga dagar i veckan har vi kunnat sprida ut oss bättre så att samtliga grupper kan bedriva sin planerade träning. Framför allt IP är en idyllisk plats och det märks ordentligt på ljumma somrar när det sjuder av liv. Vi har också märkt att flera grupper tränar på IP längre in på hösten vilken är en ny trend. Riktigt kul och värmande att se hundratalet barn, ungdomar och juniorer mixade med en del seniorer på höstkanten.

Vi har också sett att mängden motionärer på IP har ökat vilket är roligt. Idrottsplatsen blir ännu mer levande och fler vuxna människor finns på plats. Det har lett till att vi sökt pengar under året för att kunna bygga ett utomhusgym med tillhörande motorikbana för de yngre. Via Idrottslyftet har vi fått ekonomiskt stöd men måste skjuta

till 200 TSEK på själva. Byggstart beräknat till sen vår 2018.

Vi har för tredje året i rad deltagit i ett pilotprojekt kallat Stockholmskampen som förhoppningsvis ska leda till ett ökat tävlande bland våra yngre aktiva. Pilotprojektets 4 deltävlingar har ett grenprogram som uppmuntrar till träning i friidrottens samtliga grenar.

Det är företrädesvis laget som tävlar men ändå även individen. Deltävling 2 arrangerades på Hässelby IP i månadsskiftet maj/juni med bland annat 5x60 m, 600 m, tresteg och diskus.

Tillsammans med ansvariga från Bromma IF har vi fortsatt och utökat vårt samarbete i västerort. Utökningen gäller framför allt träning tillsammans med vår ungdomsgrupp 15 år och uppåt. Ungdomarna träffas på IP eller i Sollentunahallen och tränar tillsammans. Även tränarna utbyter erfarenheter med varandra vilket gör att vi knyter starkare band mellan föreningarna. Vi har med Västerortskampen fortsatt försöka göra tävlandet mindre pretentiöst samt satsat på korta tävlingskvällar i samband med vanliga träningskvällar. En av de två deltävlingarna genomfördes i september på Hässelby IP.

Lagtävlingar – en väldigt viktig del i verksamheten

Inom vår idrott är lagmomenten få till antalet men ack så viktiga för att både träningsgrupper och föreningen ska samlas och tillsammans bygga gemenskap och klubbkänsla. Hässelby SK har i alla tider premierat och fokuserat på de lagtävlingar som finns i olika åldrar. För många aktiva i klubbens historia har lag-SM, stafett-SM och terräng-lag inneburit deras första SM-medalj på seniornivå. För vissa har lagtävlingarna inneburit den enda SM medaljen.

Upp till 11 år tävlar vi mot Bromma IF i Västerortskampen med två deltävlingar/år. En på Hässelby IP och en på Stora Mossen. Förutom en del tävlingsgrenar har vi också några ”prova på” grenar där vi inte skriver riktiga resultatlistor samt allmän korvgrillning för alla deltagare.

Mellan 12-13 år arrangeras Stockholmskampen med fyra deltävlingar i distriktet från april till september. Under dessa fyra deltävlingar får alla aktiva chansen att tävla i hela grenprogrammet samt ett flertal stafetter. I den här tävlingen får föreningarna poäng både för prestation och deltagande vilket bidrar till att alla aktiva blir viktiga för lagpoängen.

Den första rikstäckande lagtävlingen är Kraftmätningen för 15-åringar där det ingår färre grenar men det är å andra sidan viktigt att ha minst tre deltagare i varje gren för att få optimal poäng. Poängen räknas fram från en mångkampstabell för att små förbättringar på alla aktiva ska vara mer värdefulla än ett stort lyft för enstaka aktiva. Hässelby avancerade från en åttonde plats till en tredje. Kraftmätningen arrangeras även inomhus för 17-åringar.

Lag-USM för 17-åringar påminner mer om de vuxnas modell på lagtävling där det deltar en aktiv i varje gren samt att det finns stafetter. Antal deltagande lag har varierat de senaste åren från 6-7 till cirka 15 lag. Utvecklingskurvan visar hur som helst stigande antal lag vilket måste anses som positivt.

Till dessa lagtävlingar ska vi också lägga alla stafetter som löps från 11 års ålder och uppåt i distriktet och från 15 års ålder tävlas det på SM nivå i stafett. Även i terrängtävlingarna finns det lagtävlingar där antingen platspoäng eller löparnas tider slås samman. Arrangörerna av Minimarathon, SAYO, Lilla Midnattsloppet och Lilla Lidingöloppet har också en lagtävling sinsemellan.

Idrottslyftet

Med stöd av Idrottslyftet har Hässelby SK kunnat genomföra projekt och utbildning som har förbättrat verksamheten och gjort det möjligt för fler aktiva att fortsätta med friidrott.

Västerortskampen tillsammans med Bromma IF möjliggjordes med Idrottslyftet och samma gäller för Stockholmskampen. I det senare fallet är det dock Hammarby IF som stått för ansökan av Idrottslyft men Hässelby SK har deltagit i tävlingsserien och därmed fått del av ekonomin.

Utbildning

Inom ramen för SFIF's utbildningsprogram har följande gästföreläst.

Ungdomstränarforum Magnus Wickert

Mångkampsuppföljning Jan Samuelsson

Inom ramen för 08 Fri's utbildningsprogram har följande gått kurs 2016/17

Friidrott 10-12 år: Kajsa Halén, Matt Kinane och Per Skymne

Friidrott i Gymnastiksal: Rebecka Brantsberg, Maria Löfström Åkerberg och Ulrika Lind

Clinic 400m: Johan Wissman, Albin Johansson och Edom Abreham

SISU idrottsutbildarna användes som utbildningsresurs för Friidrottsskolans ledare tillsammans med Magnus Wickert i ämnet kroppsspråk.

Intern kurs

Starta upp ny träningsgrupp:

Pelle Jansson, Johanna Stjernlöf, Jonas Björkström och Love Neuschütz

Ledarutbildning Sommarskola: samtliga ledare som under sommaren varit anställda.

Löpande utbildning i ungdomsgrupperna har hållits av Magnus Wickert vid totalt 36 tillfällen under året.

Tränarmanualen som sammanställdes av Magnus Wickert som ett extra stöd till alla våra ungdomstränare har kompletterats och kommer under 2018 att genomgå en första revidering.



Lisa Duffy är inne på de sista metrarna för att bärga SM-guldet på 400 m. Det blev ett nytt klubbrekord och personligt med 53,44.

Senior-SM - arena utomhus

Lisa Duffy noterade nytt personligt rekord och även klubbrekord på 400 m med 53,44. Upploppsranken blev en tät uppgörelse mellan Lisa och fjolårsmästarinnan Matilda Hellqvist. Till slut kunde Lisa avgöra med drygt 2 tiondelars marginal.

Amanda Hansson tog en silverpeng på 100 m häck strax efter Elin Westerlund från Spårvägen, Amandas tid blev 13,82 och hon noterade dock den snabbaste tiden i försöksloppet med 13,66. Malin Skogström slutade femma i samma final med 14,10.

Jessica Östlund noterade 11,74 på 100 m som var årsbästa då hon tog fjärdeplatsen i ett i övrigt jämnt finalheat.

På damernas 10 000m slutade Madeleine Larsson på sjätte plats. Madde hängde med övriga så länge det bara gick men när farten



Barnen på Friidrottsskolan visar upp väldigt mycke glädje.

ökade mot slutet gick det inte längre att följa med. I manliga 10 000 m slutade Marcus Åberg 7:a på nya perset 30,24,03.

Jesper Hellström hoppade längdfinal som blåste bort. Jespers 6,94 är dryga halvmeter från årsbästa och pers, det var ingen av hopparna som klarade av att hoppa långt.

Det såg länge ut som om Moteba Mbumba (fd Mohamed) kunde ta hem tresteget under söndagen. Han var sugen på att ta en trippel med seger på Inomhus-SM, Lag SM och nu även Friidrotts SM i Helsingborg. Men det blev till slut en bronsmedalj på nya årsbästat 15,77.

På långa häcken var det stolpe ut för Sofia Johnsson som på sista metrarna inte kunde hålla undan för snabbspurtande Alice Svanteson från Ullevi. Nu blev det istället en fjärdeplats för Sofia.

I herrarnas 5 000 m sprang Andreas Åhwall in på den totalt åttonde snabbaste tiden medan Andreas Jansson slutade 10:a.

I tresteget var det även där stolpe ut när Jesper Hellström i tredje omgången blev omhoppad och därmed nedpetad från topp 8 som fick hoppa vidare.

I avslutande 800 m finalen gick det undan från början och Rikard Gunnarsson och Anton Persson kunde plocka hem placering 5:a och 6:a direkt efter varandra.

I herrarnas spjutkastning blev det en trio kastare från Hässelby som placerade sig 6:a Simon Litzell, 7:a Olof Hansson och 8:a Kamil Kaminski.

Åttonde plats blev det för Sara Kviberg i damernas längd med 5,83. Linda Bergh fick däremot inte hoppa vidare efter 5,72.

Manliga kula innehöll precis som spjutet tre kastare. Här blev det placeringarna 5:a Mats Olsson, 7:a Niklas Lindstedt och 9:a Gabriel Heen.

Olle Forslin satsade allt i semifinalen på 200 m. 21,79 gav nytt personligt rekord och en finalplats. Det blev den svårlopta bana 1 i finalen men Olle verkade inte bry sig alls och rusade in som 7:a med 21,56w.

På förhand visste vi att det skulle bli en svag utdelning av medaljer det året. Drygt 10 aktiva med potential för medalj och topp sexplaceringar kunde inte delta pga skador.

Ett avbräck som absolut inte går att ersätta. Exempelvis kunde till slut ingen av de aktiva som deltagit på VM i London tidigare i år starta på SM.

Fler aktivitetstillfällen

Idrottsföreningar redovisar varje år hur många aktiviteter föreningen anordnat för barn och ungdomar mellan 7 och 20 år. Här räknas varje gång som de deltagit i en aktivitet. Till exempel träning. Detta är sedan grunden för det lokala aktivitetsstödet som är ett statligt bidrag till organisationer och bedriver ungdomsverksamhet. Även Stockholms stads aktivitetsbidrag utgår ifrån denna redovisning.

Hässelby redovisade 2017: 23 972 deltagartillfällen. 2016 var antal deltagartillfällen 23 185.

Ökningen beror dels på att klubben har gått ned i åldrarna med nybörjarverksamhet. Förutom att prova-påverksamheten Måndagskul tar emot sjuåringar har även ett par barngrupper startas med barn yngre än den tidigare tioårsgränsen. Men även rapporteringen inför bidragsansökningen har fungerat bättre.

2016 har lämnade klubben närvarorapporteringen i IdrottOnline, från och med januari 2016 sköter tränarna den i SportAdmin. Mest positiva till SportAdmin är de tränare som provat båda systemen.

Långlöpargruppen

I Hässelby SK finns en grupp med seniora långdistanslöpare för motionsträning – träningsgruppen Hässelby SKs långlöpare. Gruppen bestod 2017 av 75 personer vars löpvana varierade från SM-deltagare till nybörjare.

Gruppens tränare är utbildade av Svenska Friidrottsförbundet, Ö8fri (Stockholms friidrottsförbund) och/eller Urban Tribes. Tränarna heter: Henrik Samuelsson, Solveig Hellmark, Mats Eriksson, Anna Falk Lennartson, Alex Smirnov, Åsa Nylén, Jon Edvardsson, Rune Stjernström och Marianne Fricke Stjernström. De älskar att springa och kärleken till sporten är smittsam.

Hallarna – vår vinterverklighet

Hässelby SK har ett stort behov av en inomhushall för friidrott i närområdet. Vi förlorar ständigt aktiva under vinterhalvåret på grund av de långa resvägarna till hallar där man kan träna friidrott på riktigt. Att få den riktiga friidrottskänslan i en gymnastiksal som är 9 x 18 meter med ribbstolar på väggen är svårt. Utövandet av många grenar får vänta till våren, då de yngsta kan träna utomhus.

Det finns ett skriande behov av en riktig arena för vinterhalvåret. Förra året övervägde klubben att hyra en tidigare fabrikslokal för att ge ungdomarna möjlighet att träna på rakbanor, hoppa längd och höjd och kast. Uthyraren gick tyvärr i konkurs.

Klubbens seniorer och äldre ungdomar tränar numera i Sollentunahallen. En arena som ligger närmare än Stockholms friidrottshall i Sättra där Stockholms stads enda friidrottshall ligger. Tyvärr är den relativa närheten på kartan inte reell i praktiken, den kommunala resvägen är ungefär lika tidkrävande som den till Sättra ifrån Hässelby. En enkel resa på en timma och en halv, eller i bästa fall en timma och 15 minuter, bidrar inte till att höja träningsmotivationen.

Alla vet att träning är bra för att plugga, men det är lätt att skipa träningar som medför restider på mellan två och tre timmar. Ungdomar ska helst kunna idrotta i sin närmiljö, i synnerhet om de ska orka behålla motivationen samtidigt som skolan ställer allt högre krav för varje år.

Prova på friidrott

Vid sidan av den omfattande träningsverksamhet för pojkar och flickor som Hässelby SK bedriver för klubbens medlemmar ordnar vi tre aktiviteter för barn och ungdomar som vill prova på friidrott: Friidrottsskolan, Måndagskul och Knatteknatet.

Populär Friidrottsskola i fyra veckor

Under sommarlovet tre första veckor och lovet sista vecka hölls klubbens populära Friidrottsskola på Hässelby IP öppen för pojkar och flickor 7-14 år gamla.

Deltagarna provade på friidrottens olika grenar, t.ex. höjdhopp, längdhopp, löpning, spjutkastning och kulstötning. Förutom friidrott ordnades flera andra roliga aktiviteter som lekar, tävlingar och skojar.

Varje dag serverades lagad lunch och ett mellanmål. Duktiga och dedikerade friidrottare från Hässelby SK engagerades som ledare under Friidrottsskolan.

2017 var Jenny Wingqvist, Michael Pettersson och Sofie Persson ansvariga för Friidrottsskolan.

650 pojkar och flickor deltog i verksamheten. Under våren arrangerades ledarutbildning för ledarna. I utbildningen ingick friidrottsträning, hur en god ledare beter sig, fair play och det viktiga med att alla barn ska få ha roligt på sina egna villkor.

Sedan flera år samarbetar klubben med Svenska Bostäder som erbjuder barn som bor i företagets lägenheter att delta i Friidrottsskolan till ett kraftigt rabatterat pris.

Knatteknatet

Knatteknatet finns numera både i Hässelby och Järfälla. I Knatteknatet deltog närmare 92 barn, varav 33 st i Järfälla.

Knatte Knatet är nybörjarträning för alla killar och tjejer mellan fem och tolv år som vill prova på löpning. Varje träningskväll inleds med en enkel uppvärmning. Sedan springer barnen Knatte Knatets bana i sin egen fart. De väljer själva om de vill springa den långa eller den korta banan. Föräldrar är välkomna att springa med sina barn.

Verksamheten bedrivs under våren och hösten på onsdagskvällar i Hässelby och på torsdagar i Järfälla.

Måndagskul under våren och hösten

För att ge alla intresserade ungdomar möjlighet att prova på friidrottens grenar arrangerades "provapå-träningar" för ungdomar 7-15 år mellan kl 17.00-18.30 på Hässelby IP. Verksamheten genomfördes på 13 måndagseftermiddagar under våren och hösten när träningen kunde bedrivas utomhus.

2017 var Michael Pettersson ansvarig på våren och Amanda Sandberg på hösten. En handfull yngre friidrottare från klubben hjälpte till som ledare. Totalt deltog 173 i verksamheten.

Bland föräldrarna till barnen som deltog i Måndagskul har nya ledare rekryterats. På detta sätt kunde nya ungdomsgrupper för pojkar och flickor startas under hösten och äldre ungdomar tog plats i befintliga grupper.

Alla som ville fortsätta med friidrott i klubbens regi fick på detta sätt plats i någon grupp. Måndagskul är ett naturligt sätt att slussa in nya barn i Hässelbys ungdomsträning. Ingen behöver komma som helt nybörjare till en grupp som redan tränat tillsammans en tid.

Föräldrakul, grundträning för vuxna

Samtidigt som barn deltog i Måndagskul på Hässelby IP passade föräldrarna på att löpträna med Åsa Nylén, Rune Stjernström och Jon Edvardsson. 2017 deltog 15 löparglada föräldrar.

Avslutningsvis firades sista gången med en träff där föräldrakulsdeltagarna mötte ledare från långlöpargruppen som välkomnade hågade till deras träningar.

Veteranåret

I årets föreningstävling för veteraner kom Hässelby SK på 8:e plats. Vi tappade tre placeringar från 2016. Björnstorp, Tureberg och Danderyd tillhör de lag som har passerat oss, men årets kanon är annars lilla Lerum, som gått från 22:a till 2:a plats på bara ett år, så visst går det att göra skillnad.

Vi behöver bara bli fler som ställer upp i veteran-SM-tävlingarna!

Totalt tog HSK 179 poäng, varav 52 poäng togs i IVSM, 68 poäng inhöstades i stora VSM ute respektive 29 poäng i terräng-SM. På mångkamps-SM inomhus var Sergej Nikolajev HSKs representant med den äran om tog hem silvret i M40 efter bl a grenseger på 60 mh.

Vid IVSM i Borås tog Sergej silver på 200m, guld på 60mh och brons i stav, allt i M40. Nils Nestor, som sedan dess blivit Turebergare, tog brons på 400m och silver på 800m i M65. Utöver det ett antal poängplatser. Tyvärr inte en enda startande HSK-dam. Där finns den största förbättringspotentialen.

Vid landsvägs-SM på 10 km segrade Karin Arthursson i K45. På en av paret Arthurssons årliga löpturnéer segrade Karin även i K40 i Down Tow up Flow half marathon, som går längs med Themsen och rekommenderas starkt av Karin och Fredrik, som tog hem M50-klassen.

Vid stora VSM utomhus var Sergej flitigt i elden och tog guld i M40 110 mh, silver på 400 mh, brons i stav, guld i tresteg. Lars Noaksson tog brons på 400 m i M70 och Gunnar Ekstedt segrade i höjd samt tog brons i längd, John Östlund fick bl a fira brons i diskus, alla i samma årsklass. Lasse Wennblom lade ännu ett par guld i samlingarna på 100m och stav samt tog silver i längd. På damsidan tog Eva Magnusson brons i K70 kula.

Sergej deltog dessutom i IVNM i Huddinge och kom bl a 2:a i stav. Mats Kollbrink tog brons i M45 höjd och Nils Nestor vann M65 400m och kom 3:a på 3000m. Gunnar Ekstedt tog brons i M70 höjd. Lasse Wennblom silver i 60m (på samma hundradel som segraren), silver på 200m samt guld i stav på nytt MR (230).

I inomhus-VM i Daegu tog Sergej Nikolajev silver i stav i M40. Några Hässelbyare deltog i VEM i Århus, bl a Sergej Nikolajev, Johan Engholm, Nils Nestor, Mats Kollbrink och John Östlund. Mest framgångsrik blev Johan, som tog silver på 800 m i M55.

Terräng-SM genomfördes på ett kallt, regnigt och särdeles lerigt fält i Flemingsberg. Även här segrade Karin Arthursson i K45. Johan Engholm tog silver bakom omöjliga Håkan Eriksen i M55.

Jag måste medge att jag själv inte bidragit under 2017, då jag ägnat året åt att rehabba från efterhånga skador och skavanker. Men när det dags att starta 2018 med IVSM ska jag vara på plats. Hoppas att många HSK-veteraners planer går i samma riktning!

Gunnar Durén

Arrangemang



Den 39:e upplagan av ASICS Stockholm Marathon genomfördes i utmärkta förhållanden och det blev hög fart från start i tåten. Starkast på slutet var Etiopiens Abrha Milaw som vann med en knapp minut på 2.11.36, den näst snabbaste tiden i loppets historia. Bäste svensk blev överraskande Hässelbys Martin Öhman som vann SM-titeln på 2.24.11.

Mångårigt framgångsrikt samarbete med Spårvägen

Sedan november 1978, då planeringen för den första upplagan av Stockholm Marathon inleddes, bedriver Hässelby SK och Spårvägens FK ett mycket framgångsrikt samarbete när det gäller att arrangera stora friidrottstävlingar.

Överskottet från verksamheten delas lika mellan klubbarna. För Hässelby är dessa inkomster helt avgörande för att finansiera den omfattande verksamheten med aktiva, tränare, administrativ personal, projektanställningar mm.

På klubbarnas gemensamma tävlingskansli, Marathongruppen, var under 2017 19 personer anställda.

Under 2017 samlade de lopp som Hässelby SK och Spårvägens FK arrangerade tillsammans ca 212 000 deltagare vilket är en ökning med 8 000 deltagare.

Den negativa trenden med antalet deltagare har stoppats. Ökningen beror på att vi tillfört nya evenemang i evenemangsportföljen, utan de nya hade även 2017 haft en negativ deltagarutveckling.

Lilla Globen Galan 4 februari

Den 4 februari arrangerade vi den mycket populära ungdomstävlingen i Sättrahall. Tävlingen är en av landets mest populära endagars-tävlingar inomhus.

Det fullständigt vimlade av Hässelbyare som tävlade under dagen. Det blev många personliga rekord och 15 pallplaceringar för våra aktiva. Dagen avslutades på ett underbart sätt med seger i 15 åringarnas mixade stafett på mycket snabba 1.45,72. Här sprang Laura Fodor, Lucas Lindberg, Clara Fallenius och Elias Lind i det segrande laget.

Arena Run 18 februari

Arena Run hade premiär 2016 och samlade 1 700 deltagare redan första året. 2017 var Nordens största hinderlöpning inomhus tillbaka till Friends Arena. Arena Run är ett unikt hinderlopp i Sverige eftersom det avgörs inomhus på Friends Arena. Fokus ligger på hinder som alla kan klara – men som kräver en hel del om du vill göra det riktigt snabbt och snyggt. Banan består av 23 hinder i fyra zoner på arenans innerplan, som kompletteras av totalt 5 km löpning i arenans trappor och innandömen.

Det som är roligt med Arena Run är att det kombinerar hinderutmaningarna hos ett "obstacle run-lopp" med uthålligheten i ett löparlopp.

ASICS Premiärmilen 1 april

Evenemanget bytte namn till ASICS Premiärmilen (APM) och genomfördes för elfte året i samarbete med Fredrikshofs FIF. Loppet hade 3 799 deltagare anmälda vilket är en ökning från fjolårets 3 584 deltagare.

ASICS blev även titelsponsor för APM och loppet knöts närmare samman med ASICS Stockholm Marathon, vilket märktes i marknadsföringen och att ASP numera är ett seedningslopp för ASICS Stockholm Marathon (som enda 10 km lopp).

ASICS testade/genrepade sitt koncept "Don't Run, Fly" på APM som sedan skulle användas vid ASICSs Stockholm Marathon, detta slog väl ut.

STHLM Challenge

Serien hade premiär 2017. Serien består av fyra unika evenemang som var för sig är ett äventyr. Det är tänkt att vara den perfekta utmaningen för den som vill uppleva Stockholm löpandes.

Totalt anmälde sig 15 043 till något av loppet varav ca 1 200 anmälde sig till hela serien. Snittålder strax under 40 år med övervikt på kvinnliga deltagare.

Skogsäventyret STHLM Trail Run inledde serien den 6 maj, tätt följt av STHLM 10 den 15 juni. Därefter STHLM Urban Trail den 13 augusti, ett unikt lopp med löpning in i och igenom kända Stockholmsspårar för att avslutas med STHLM Above/Below.

Konceptet bygger på en evenemangsserie där det fjärde och sista evenemanget byts ut varje år. Deltagare som springer alla fyra lopp får en ny träningsgarderob eftersom en t-shirt per lopp ingår i anmälningsavgiften.

Ytterligare gemensamt för serien är ett evenemangsspecifikt After Run och såklart de fyra medaljerna som tillsammans bjuder på en överraskning.

Rent visuellt hänger serien ihop med liknande loggor och färger som går igen i kommunikation, branding på plats, t-shirt och medaljband.

STHLM Trail Run 6 maj

STHLM Trail Run (tidigare Spring Cross) fick ett ordentligt ansiktslyft i samband med skapande av evenemangsserien STHLM Challenge.

Tack vare nytt utseende (manér/logotyp/hemsida etc.) och tydlig kommunikation kopplat till serien och alla nyheter/förändringar kopplat till evenemanget, anmälde sig nästan dubbelt så många fler deltagare än föregående år.

Nytt för i år var en sträcka på ca 700 m för de allra minsta.

Evenemangsområdet vid Fisksjöäng/Norra Djurgårdstaden fick en uppfräschning med brandad portal, beachflaggor, avspärrningsband och staketväv som ramade in området på ett attraktivt sätt. I området fanns en selfie-målvägg där deltagarna kunde dela med sig av sina mål och föreviga det med sina mobiler.

Women's Health Halvmarathon 22 april

Fjärde upplagan av Women's Health Halvmarathon avgjordes i ett riktigt blåsväder. Vid starten blåste startställningen omkull. Ingen skadades.

Halvmarathonloppet avgjordes på en tvåvarvsbana, första varvet var 12 km och det andra 9 km.

2 746 anmälda, vi tappade 809 löpare jämfört med 2016 då 3 555 var anmälda.

En intressant siffra är att ca 45% kommer utanför Storstockholm.

Tävlingscentrum för loppet var museiparken på Djurgården.

Det var två starter, kl. 12.00 och kl. 12.05. Loppets tvåvarvs bana gick på Östermalm och Södra Djurgården och längs banan underhölls man av speakers och DJ's. Varvningen var på Djurgårdsvägen utanför Sjöhistoriska.

Våruset maj – juni

Våruset serien avgjordes för 29:e gången och serien startade traditionsenligt i Malmö den 2 maj och avslutades i Östersund den 13 juni.

Totalt genomfördes 21 lopp i 20 städer över hela landet. Helsingborg, Kalmar och Falun var nya orter i serien och levererade bra evenemang redan första året. Noteras bör att Helsingborg lyckades locka 3 600 deltagare premiäråret. Bara tre orter har bättre premiärsiffror genom åren.

Våruset samlade 98 400 deltagare vilket var en liten ökning jämfört med året innan. Ökningen i antalet deltagare beror på att vi utökade serien med tre nya orter men samtidigt kan vi se en stabilisering och att de senaste årens deltagartapp har bromsats upp.

ASICS Stockholm Marathon 3 juni

Den 39:e upplagan av ASICS Stockholm Marathon genomfördes i utmärkta förhållanden och det blev hög fart från start i täten. Starkast på slutet var Etiopiens Abrha Milaw som vann med en knapp minut på 2.11.36, den näst snabbaste tiden i loppets historia. Bäste svensk blev överraskande Hässelbys Martin Öhman som vann SM-titeln på 2.24.11.

Fem man sprang under 2.14 och det har bara hänt en gång tidigare i loppets historia, nämligen 1983 då britten Hugh Jones vann på 2.11.37 med Kjell-Erik Ståhl femma på 2.12.49 och Øyvind Dahl sexa på 2.13.51.

Kampen om SM-guldet i ASICS Stockholm Marathon blev en av de jämnaste på flera år och avgjordes bara 400 meter från mål. Doldisen Martin Öhman från Hässelby satte med 2.24.11 personligt rekord med två minuter och slog 24-faldige SM-guldmedaljören Mustafa Mohamed.

ASICS Stockholm Marathon avgjordes på en bana som var lite ändrad på grund av ombyggnaden av Slussen. Som vanligt var det två varv genom Stockholm med start på Lidingövägen och målgång på Stockholms stadion. Banan gick från Slussen upp till Hornsgatan och vid Zinkensdamm över till parallella Lundagatan, i stället för att följa Söder Mälarstrand. Det innebar två nya stigningar. Även på Östermalm ändrades bansträckningen, i stället för att springa på Valhallavägen när löparna kom tillbaka till varvingen fortsatte löparna längs med hela Karlavägen.

4 892 kvinnor anmälda vilket är över 29 procent av anmälda deltagarna, det är den högsta andelen någonsin i loppets 39-åriga historia. Debutåret 1979 var det 69 kvinnor vilket var tre procent av deltagarna. De drygt 1 600 finländarna är zfortfarande den klart största utländska representationen.

Den fyra timmar långa direktsändningen i TV4, kl 11.30 – 15.30 sågs av i snitt 236 000 tittare. 744 000 tittare såg delar av sändningen. 38,9 procent av alla som tittade på TV denna lördagseftermiddag valde att se sändningen från ASICS Stockholm Marathon.

Några fakta: Äldst var Knut Ångström, Haninge, som fyller 90 i höst. Den äldsta kvinnliga löparen har sprungit samtliga lopp sedan starten 1979, Eina Roxström, 77, Sollentuna. Hon är en av den allt mindre skaran av deltagare från premiäråret som inte har missat en enda upplaga av Stockholm Marathon, 12 löpare har genomfört samtliga 39 lopp sedan starten 1979

- 36 000 Chiquita bananer går åt under och efter loppet.
- 600 kg Brinks saltgurka serveras längs banan.
- Efter målgång bjöds löparna bland annat på 10 000 varmkorvar, 10 000 liter alkoholfri öl och 4 000 liter kaffe. 30 000 liter Enervit sportdryck. 73 500 liter vatten serveras i 688 000 muggar.
- Det var 3 352 funktionärer.

Stockholm Junior Marathon 3 juni

15 minuter efter det att det sista startskottet för löparna i ASICS Stockholm Marathon gett sig i väg startar Juniormarathon en tiondels maraton eller 4,2 km. De springer Lidingövägen-Valhallavägen nästan enda ner till Hakbergsrondellen och så hela Valhallavägen tillbaka. Målgången är på Stockholm Stadion framför kungliga läktaren precis som ASICS Stockholm Marathon.

Totalt var 243 deltagare anmälda i de sex klasserna för både pojkar och flickor, 14-15 år, 16-17 år och 18-19 år.

Vi har inte lyckats nå den breda massan ungdomar vilket från början var ambitionen då vi nystartade loppet 2015. Tyvärr är det svårt att locka ungdomar i Juniormarathon-åldern att delta i löpevenemang vi når främst redan frälsta som friidrottare eller håller på med någon annan sport.

Ett positivt initiativ som Juniormarathon är en del av är klubbkampen, en tävling som korar bästa friidrottsförening i Lidingöloppet, Mini Maran, Junior Marathon och Midnattsloppet. De föreningar som tävlar i klubbkampen är Hässelby SK, Spårvägens FK, Turebergs FK, IFK Lidingö och Hammarby IF.

Minimaran 4 juni

Mini Marathondagen bjöd på fantastiskt väder med strålende sol. Starten gick på Östermalms IP och målet var som vanligt inne på Stockholms Olympiastadion. Banan gick i Lill Jansskogen.

I den yngsta åldersklassen 5-6 år sprang flickor och pojkar tillsammans. I dessa startgrupper fick föräldrar springa med sina barn och där var det ingen tidtagning.

Nytt för i år var Minsta Maran för åldersgruppen 0-5 år. Alla barnen sprang en liten serpentinbana på ca 250 m inne på gräsplanen på Östermalms IP. De fick springa hur många gånger som de ville.

Mini Marathons målsättning är att skapa ett levande aktivitetsområde på Östermalms IP för att förstärka upplevelsen. Många av sponsorerna bidrog med roliga aktiviteter till barnen.

Hässelby och Spårvägen ordnade prova-på-friidrott och hade prova-pågrenar i höjdhopp, kula och flygande 25 meter. Man passade på att marknadsföra sina egna friidrottskolor. Klubbarnas friidrottsstjärnor Moa Hjelm, Johan Wissman och Kalle Berglund fanns på plats och barnen kunde fotografera sig tillsammans med sina idoler vid en fotovägg och få autografer. De agerade även som starter och prisutdelare.

Hjärtebarnsloppet

I samband med Minimaran arrangerades även Hjärtebarnsloppet som var ett välgörenhetslopp där överskottet gick till Hjärtebarnsfonden. Ambassadör för loppet var Isabella Anderson. Banan var 5 km i Lill Jansskogen. Antalet anmälda var 491 personer och Hjärtebarnsfonden fick in ca 135 000 kr vilket var ett av deras enskilt största bidrag under året. Hjärtebarnsloppet är ett välgörenhetslopp för att uppmärksamma att även hjärtebarn mår bra av motion.

STHLM 10 10 juni

STHLM 10 genomfördes för andra gången 2017. SFIF var som förra året en del av evenemanget genom SM-milen och bidrog med såväl projektledare som sponsor- och marknadsinsatser. Totalt antal anmälda 3 789 personer (1 918 kvinnor och 1 871 män), detta inkl. SM-klasserna.

Evenemangsområdet, beläget i Rålambshovsparkens övre del var välplanerat med brandad portal, beachflaggor, avspärrningsband och staketväv som ramade in området på ett attraktivt sätt. Och när vi, kl 17.00 på evenemangsdagen, slog upp portarna visade Stockholm sig från sin bästa sida med strålende sol och sköna 20 grader i luften.

Starten gick 19.30 på dubbla körfält ute på Rålambshovsleden. Banan gick på gång- och cykelbanor runt Riddarfjärden, i år med en förlängning på Långholmen för att ta bort den sista sträckan i Konradsbergsparken för att säkra en överskådlig målgång in i evenemangsområdet.

Sollentuna GP 29 juni

Sol, 19 grader och blåst var förutsättningarna på Sollentunavallen. Vinden höll ner resultatnivån i många grenar, men det noterades ändå en rad bra prestationer.

Folksam GP-tävlingen i Sollentuna blev verkligen en kväll att minnas och mannen som var anledningen till det var Daniel Ståhl. I tredje diskusomgången fick han på 71.29 och slog Ricky Bruchss klassiska svenska rekord från 1984! Daniel gick ut på gräset och mätningen tog tid. Till slut kom det upp på resultatavslutet – 71.29 – tre centimeter längre än Rickys rekord från Malmö Stadions kastplan.

Sollentuna GP sändes direkt på SVT Play och hade 44 000 tittare på den plattformen. Kl 21.45 sändes ett halvtimmes sammandrag och den genomsnittliga tittningen var 505 000 personer och totalt var det 709 000 personer som såg delar av programmet.

Publiken som fick uppleva Daniel Ståhls fantastiska diskuskast var totalt drygt 2 000 personer.

Tävlingen är ett samarbete mellan Hässelby SK, Spårvägens FK och Turebergs FK med stöd från Sollentuna kommun. Arrangörsbidraget från Folksam är det som gör att vi kan genomföra

Sollentuna GP på den höga nivån varje år. Ett stort tack till Folksam för allt stöd! Ärevarvet för ungdomar är en extra satsning från Folksam, ungdomarna springer 400 m strax före huvudtävlingen och är ett mycket populärt inslag.

STHLM Urba Trail 13 augusti

Beslutet om att lansera STHLM Urban Trail föregicks av en förstudie genomförd i samarbete med den Belgiska sporteventarrangören Golazo, ägare av varumärket Urban Trail series och även partner till STHLM Urban Trail.

Konceptet bygger på att deltagarna springer en bana som inte bara är centralt belägen utan också tar dem in och igenom en rad kända och okända byggnader. Till skillnad från den klassiska löptävlingen erbjuds ingen tidtagning utan fokus ligger istället på motion och upplevelse.

Totalt var 2 323 anmälda, mestadels bestående av deltagare från Stockholmsområdet med en anmärkningsvärd övervikt på kvinnor (70%).

Den ca 10 km långa banan tog deltagarna genom bland annat Skansen, Dramaten, Musikaliska och Mood-gallerian. Stråkorkester, logdans, issskulptering - i byggnaderna var en rad byggnadsspecifika aktiviteter iscensatta för att förhöja löparupplevelsen ytterligare.

Vid målgång var det idel nöjda och glada deltagare när de fick sin tredje STHLM Challenge medalj runt halsen. Trots lättare sommarregn var det ett mycket uppskattat After Run där deltagarna dröjde sig kvar länge och väl.

Bellmanstafetten 23 och 24 augusti

Bellmanstafetten ligger i tiden och är en populär företagsaktivitet. Till skillnad mot flera andra evenemang så ökade Bellmanstafetten deltagarantalet med över 11% trots att vi gick från tre tävlingsdagar 2016 till två dagar 2017. Lagen består av 5 deltagare.

Start och mål är vid Stora Skuggans värdshus på norra Djurgården. Vardagkvällarna har ökat i popularitet och det är till allra största delen företagslag som är med.

Nytt inslag var en promenadklass som genomfördes i stort sett på samma bana förutom första och sista kilometrarna. Det var ca 299 deltagare i klassen. En stor bildskärm visade tider och som hjälpte till att se när det egna laget kom in till växlingen.

Det satsades rejält på företagsförsäljning och på den nya hemsidan hade tältförsäljningen en framträdande plats med egen undersida.

Företagsförsäljningen av främst tält ökade med 52 % från 1,25 miljoner (2016) till 1,9 miljoner 2017.

Det var totalt 4 085 lag anmälda (3 673 lag 2016) fördelningen var 2 003 lag till onsdagen (1 587, 2016) och 2 082 lag till torsdagen (1 711, 2016).

The Music Run 26 augusti

En av de stora nyheterna och satsningarna under 2017 var Sverige-premieren av The Music Run. Ett licenskoncept med stora framgångar i Asien. Evenemanget kan enkelt beskrivas som en musikfestival över 5 km. Hela evenemanget genomströmdes av musik. The Soundtrack med sina 5 musikzoner (uppdelat i rock, pop, old school, hip hop och dance). Här röstade deltagarna fram sin favoritmusik via en app i samarbete Spotify som sedan pumpades ut längs banan med högtalare var 40:e meter.

Totalt hade vi 1 497 anmälda deltagare med en snittålder på 32 år med en majoritet av kvinnor.

På själva evenemangsdagen bjöd Stockholm på bästa sensommarväder. Ett konfettiregn sköljde över alla startgrupper när de gav sig iväg längs banan.

Evenemanget kan betraktas som en succé i det avseendet att det gjorde ett rejält avtryck i branschen och skapade en intern känsla av att vi faktiskt kan erbjuda våra deltagare något annorlunda. Vi har också lärt oss mycket som organisation av att samarbeta med en extern part genom ett licensevenemang vilket kommer smitta av på



Evenemanget, Music Run, får betraktas som en succé i avseendet att det gjorde ett rejält avtryck i branschen och skapade en intern känsla av att vi faktiskt kan erbjuda våra deltagare något annorlunda.

övrige evenemang i Marathongruppens regi. Vi kommer trots detta ändå inte att genomföra fler The Music Run evenemang framöver.

Tjejmilen 2 september

Sveriges största event bara för tjejer. För 34:e året i rad samlades tusen och åter tusen tjejer på Gärdet i Stockholm för att springa 10 kilometer och för att uppleva något riktigt mäktigt när hela Stockholm vibrerar av tjejkraft. En dag laddad med energi, glädje och tävlingsnerver. Tjejmilen är ett lopp för alla. Här samsas den yttersta eliten med vardagsmotionärer. Det allra första Tjejmilen gick av stapeln 1984, med drygt 1 600 deltagare.

Tjejmilen tappade närmare 2 500 av deltagarna jämfört med 2016. 14 408 valde Tidtagningsskassen (62%) och 8 949 valde Fun Run (38%).

Över 700 Tjejmilen-kvartetter var anmälda till årets lopp. Tjejmilen avgörs på en vacker och lättlöpt bana runt Gärdet och Djurgården.

Start och mål vid Filmhuset. Löparna springer förbi Djurgårdsbrunnns Vårdshus och följer sedan Djurgårdsbrunnskanalen, Blockhusudden, Rosendals Slott och Nordiska Museet.

Distansen är 10 000 m. Längs banan finns fyra vätskekontroller, energistationer, dj's, liveband och olika aktiviteter som hejklackar m.m.

Stockholm Halvmarathon 9 september

Efter 16 år med tävlingscentrum inne i Kungsträdgården hade nummerlappsutdelning och Expo flyttat ut till Logårdstrappan framför Slottet. Det betyder att hela tävlingens huvuddelar med expo, start och mål nu finns runt Stockholms Ström.

Några smärre justeringar av bansträckningen har gjorts på grund av Slussens ombyggnad, Hornsgatan – Torkel Knutssons gata och ner till Söder Mälarstrand istället för direkt ner på Söder Mälarstrand från Slussen och en förkortning av banan i Sabbatsbergområdet.

Totalt antal anmälda till årets lopp var 12 817, startande 7 591 män och 5226 kvinnor. 9791 av de anmälda startade och i 9 549 löpare (5 848 män och 3 701 kvinnor) kom i mål.

Det var deltagare från 56 länder, störst efter Sverige var Tyskland 384, Storbritannien 244, Finland 241 och Norge 213 deltagare.

Topploppet 16 september

Topploppet har arrangerats i samarbete med tidningen ToppHälsa sedan 2010. Loppet inriktning som ett familjearrangemang fortsatte. Det var rabatterad startavgift för familj (två vuxna och två barn). För de yngre ordnas barnpassning för att båda föräldrarna skulle kunna delta i loppet.

Nyheter var att loppet för de äldre barnen 7-12 år gjordes om till traillopp, över stock och sten och under omkullfallna träd. Kul, men

ingen ökning av deltarantalet. En annan nyhet var att dagen började med ett lopp (Viggoloppet) för barn och vuxna med särskilda behov. Loppet arrangerades i samarbete med Viggo Foundation.

En stor positiv sak med loppet är att loppets sponsor engagerar sig på plats och bidrar till en bra inramning.

Det arrangerades ett antal förträningsspass i Hagaparken (aug-sept) dit alla som var anmälda till loppet bjöds in att delta. ToppHälsa hade engagerat olika tränings/löparprofiler, bl.a. Lisa Beskow, Oscar Jöback och träningsledare från gymkedjan Puls&Träning.

Topploppet har haft en negativ deltagarutveckling sedan 2014 och 2017 tappade vi drygt 800 jämfört med 2016. Ökad konkurrens är absolut en anledning, men även konceptet för Topploppet behöver ses över. Det nuvarande avtalet med ToppHälsa upphör efter 2017. En dialog är påbörjad om nytt samarbete där båda parter är överens om att konceptet måste ses över.

Tjur Ruset 30 september och 1 oktober

2017 avgjordes Tjuruset i Lilljanskogen och Stora Skuggan. Tävlingscentrumet var vid Ugglevikskällan. På senare år har det blivit allt svårare att hitta platser där vi får tillstånd att arrangera loppet. Det är framförallt kommunernas miljökontor, men även jaktlag och andra avdelningar inom kommunen som blivit är svårare att komma överens med.

Micke Hill, Tommie Nordh och Henrik Niklasson (KDF) lade tillsammans en bana som var den lerigaste i Tjuruset historia med ca 20 talet olika provningar. Det blev efter mycket kämpande med banläggningen, en mil i obanad terräng med backar, krondiken, träsk, sjöar och andra hinder. Tjuruset har marknadsförts mer än tidigare i olika sociala medier, e-nyhetsbrev, på hemsidan som bytte utseende och teknisk plattform under året till en mer tilltalande layout.

Vi producerade även flera filmer på de banavsnitten/provningarna som presenterade en efter en i nyhetsbrevet och på sociala medier. Filmerna var professionella och av hög kvalitet.

Trots den läckra marknadsföringen tappade vi närmare 3 500 deltagare i Tjuruset jämfört med 2016. Det stora tappet var på söndagen då det endast var 1 389 anmälda, ett tapp på ca 2 500 deltagare jämfört med 2016.

Orsaken är flera, dels konkurrerade vi med oss själva genom att arrangera Natruset (1 330 deltagare), dels den ökade konkurrensen med fler hinder/obstacle lopp. Premiär 1997 på Hellasgården. Uppehåll 2002 på grund av dåligt intresse. Ända fram till 2007 var det endast män som fick springa Tjuruset men intresset var stort bland tjejerna. År 2008 infördes därför en klass för damer och fler än 400 tjejer anmälde sig redan det första året. Därefter ökade intresset i tävlingen. 2006 var det 1 556 anmälda och sju år senare var anmälningssiffran 11 558.

KalvRuset 30 september och 1 oktober

Kalvuset inledde de båda Tjurusetdagarna med tre starter per dag, den första kl. 10.00 med de tre äldsta åldersklasserna och sedan de två övriga starterna med 10 minuters mellanrum.

Banan mätte ca 3.0 km och start och mål var på samma plats som Tjuruset vid Ugglevikskällan i Lilljanskogen. Banan gick i Lilljanskogen och i Fiskartorpsterrängen och var den jobbigaste banan hittills. Efter ca 400 m var det första kärret, efter ca 1 km nytt kärr och vid ca 1,5 km var det Fiskartorpets underbacke som skulle bestigas. Sista km genomfördes i det "tröstlösa träsket", som även var en fin publikplats.

Sammanlagt korades 28 klass-segrare under de två dagarna. De tre första i varje klass fick en pokal, och en pannlampa från Energizer. Totalt 2 291 anmälda vilket är var i princip lika som 2016 (2 317st). Lördagen samlade 1 240 kalvar och söndagen 1 051 st.

I en utvärdering efteråt konstaterades dock att vi bör vända på startordningen så att de yngsta startar först då banan är mindre upptrampad och det är därför lite mindre lera.



Hässelbyloppet genomfördes i ett blött och blåsig väder, men i mål är man glad ändå.

Nattruset 30 september

Premiären på Nattruset 2017 avgjordes i Lilljanskogen, en succéartad tävling på 5 km som startade kl. 19.30 när mörkret föll över Lilljanskogen. Det blev nästan 1 400 anmälda till en lerig och svårlopt bana som hade alla "besvärliga" provningar som Tjurruset hade.

Tre startgrupper med 15 min intervall, alla deltagare utrustades med en pannlampa.

Starten genomfördes av eldjonglörer och ute på banan var det funktionärer minst vart 100 m. Löparna kunde följa reflexknappar och skönja funktionärerna, vid varje km markering var det en eldkorg. Flera löpare fick dras ur träskan. Vi hade föreberett oss väl genom genomgångar med sjukvård, samband och Södertälje Nykvarns Orienteringsklubb som vana funktionärer. Vi dubblade bandelsansvariga inför Nattruset vilket innebar att det var två ansvariga per kilometer. Alla funktionärer fick två pannlampor en skulle användas vid sjukvårdsfall och lysa med rött så sjukvårdspersonalen skulle hitta fram.

Evenemangsområdet var kompakt och vi hade ordnat med avsköljnings möjligheter i direkt anslutning till målet. Duschar med varmvatten fanns i ett tält några hundra meter från tävlingsområdet.

STHLM Above Below 20 oktober

Årets sista evenemang i serien STHLM Challenge blev en riktigt succé. Med begränsad marknadsföring lyckades vi krossa målet om 3 000 deltagare och locka till hela 6 191 anmälningar.

Men vägen dit var långt ifrån spikrak. På grund av interna utmaningar hos Trafikkontoret hamnade vi, halvvägs in i anmälningssfasen, i ett läge där vi nekades access till två av de tre tunnlar som banan skulle gå igenom. Efter radonmätningar och beslut om att skrota (förstärka) tunneltaken samt att ge alla deltagare en bygghjälm att bära, fick vi access igen.

Den ca 8 km långa banan tog deltagarna från Tantolunden till en spektakulär målgång uppe på Fåfången. Tack vare det stora antalet anmälningar och på grund av banans karaktär planerade vi för starter som pågick från 10.30-15.30. Ca 500 personer släpptes iväg åt gången och längs banan bjöds deltagarna på peppande musik och ljusshower i de tre tunnarna.

Den STHLM Challenge-brandade hjälmen bars med stolthet hela vägen tillsammans med den grå t-shirten som ingick i anmälningssavgiften. Det branta upploppet till trots möttes vi av stora leenden

efter målgång. Med medaljen kring halsen, var det närmare 1 000 personer som njöt av vårt After Run i ett Stockholm som bjöd på en av de allra sista soldränkta höstdagarna.

Höstruset 4 november

Årets sista evenemang var Höstruset som tidigare hette Vintermilan och arrangerades då av Fredrikshofs IF. I och med att Marathongruppen tog över evenemanget 2017 så bytte evenemanget namn till Höstruset och arrangerades i samarbete med Fredrikshofs IF. Loppet erbjöd ett sista tillfälle för löparna att testa formen inför vinterträningen.

Banan mätte 10 km och gick till stor del på samma vägar som ASICS Premiärmilen men bansträckningen gick åt andra hållet. Evenemangsområdet var vid Stora Skuggan på Norra Djurgården och banan sträckte sig förbi Stockholms Universitet, ner mot Uggleviksskällan i Liljanskogen, via Fisksjöäng och sen tillbaka till Lilla och Stora Skuggan.

I blickfånget hamnade de cirka 150 ungdomarna från Löparakademien som deltog. De hade följt Löparakademiens 10-veckorsträkningsprogram och det var många som för första gången sprang ett motionslopp. Totalt var det 1 124 stycken deltagare på Höstruset.

RUN OF HOPE

Då sista löpare gått i mål i Höstruset bytte tävlingsområdet skepnad. Några timmar senare var det dags för närmare 500 deltagare att springa Run of Hope, ett välgörenhetsevenemang i samarbete med Barncancerfonden.

Alla deltagaravgifter gick oavkortat till BCF. Loppet avgjordes i en avslappnad atomsfär och löparna sprang 5 km.

Hässelbyloppet 8 oktober

I friskt och regnigt höstväder var det fina förhållanden för löpning även om vinden bitvis var besvärande. Hässelbyloppet har under senare år varit landets snabbaste 10 km-lopp. Även i år presterades flera goda resultat. Hela 15 manliga löpare var under 32 minuter. 11 kvinnliga löpare var under 37 minuter.

Efter den tuffaste spurtduellen i Hässelbyloppets 31-åriga moderna historia vann Tigabu Gebremariam från Etiopien loppet med någon meters marginal till årets Lidingöloppsvinnare Napoleon Solomon

från Tureberg. Båda klockades för 29.28 på den snabba 10 km-banan genom Hässelby och Vällingby och var därmed endast sju sekunder från Mustafa Mohameds sju år gamla banrekord.

Det blev etiopisk seger även i damklassen. Här var Kalkidan Addise snabbast med tiden 34.28. Landslagslöparen Hanna Linblom från Huddinge var bästa svenska på tredje plats med tiden 34.58.

Vi nådde inte riktigt fram till 6 000 anmälda.

Hässelbyloppet är den viktigaste tävling som klubben arrangerar i egen regi.

Resultat Hässelbyloppet 2017

DAMER

- 1) Kalkidan Addise, Etiopien, 34.28
- 2) Hiwot Tefera, Etiopien, 34.56
- 3) Hanna Lindholm, Huddinge, 34.58
- 4) Malin Liljestedt, Spårvägen, 35.23
- 5) Johanna Bäcklund, Runacademy, 35.39

HERRAR

- 1) Tigabu Gebremariam, Etiopien, 29.28
- 2) Napoleon Solomon, Tureberg, 29.28
- 3) Yetsedaw Belae, Etiopien, 29.56
- 4) Abraham Adhanom, Eskilstuna, 30.14
- 5) Amanuel Gergis, Tureberg, 30.21

Representation

Hässelby SK var under 2017 representerat i följande organisationer: Marathongruppen: Bengt Olsson (ordförande), Caroline Uddström och Thomas Ljunglöf (ledamöter), Bodil Torelm (suppleant), Andreas Rehnborg (revisor) samt Bengt Alfredsson (valberedning).

Hässelby SK Alliansförening: Solveig Humla (kassör) Marianne Fricke Stjernström (ledamot) Bengt Olsson och Rune Stjernström (supl).

Stockholms Friidrottsförbund: Rasmus Olofsson (valberedning).

Stadionklubbarnas Caroline Uddström (valberedning).

Stadionklubbarnas servicebolag: Johan Engholm (ledamot).

Elitklubbarnas styrelse: Anders Olsson (ledamot), Sven-Erik Humla (adjungerad kassör).

Svenska Friidrottsförbundets kommité för ultradistanslöpning:

Fredrik Elinder (ledamot).

Svenska Friidrottsförbundets årsmöte 2017: Bengt Olsson, Marianne Fricke Stjernström, Andreas Rehnborg och Mia Edvardsson.

Klubbens webbsida

356 artiklar har publicerats. Sidan utvecklas hela tiden.

1 448 medlemmar

Hässelby SK hade den 31 december 1 448 medlemmar.

I anmälningsavgiften till Måndagskul och Knatteknatet ingår även medlemsavgiften. Detta för att medlemsförsäkringen ska gälla alla i klubbens verksamheter men också för att de barn som vill fortsätta att friidrotta i klubben efter dessa verksamheter ska kunna göra det utan extra kostnad.

Fördelning mellan könen är 692 kvinnor och 756 män. 1 066 st är under 20 år.

Klubbens kansli

Från klubbens kansli på Hässelby IP sköts det mesta av klubbens administration. Under 2016 har Marianne Fricke Stjernström arbetat heltid med administration och ekonomi.

Magnus Wickert har arbetat 70 % som tränare och ungdomsansvarig samt 30% administrativt. Conny Silfver har varit heltidsanställd tränare och har haft huvudansvaret för junior och seniorträningen.

Albin Johansson har arbetat heltid som löptränare för ungdomar och juniorer samt med Hässelbyloppet, Friidrottsskolan och service till elitsatsande seniorer. Conny Sundh och Jan Samuelsson har varit deltidsanställda som löptränare respektive mångkampstränare. Bengt Alfredsson har arbetat med administration två dagar i veckan. Företrädesvis på måndagar och tisdagar i klubbhuset, samt med Hässelbyloppet.

Klubbens styrelse

2017 år styrelse valdes enligt följande styrelse:

Ordförande: Bengt Olsson

Vice ordförande: Louise Martin

Kassör: Andreas Rehnborg

Sekreterare: Mateusz Stec

Ledamöter: Johan Engholm, Göran Davidsson, Rasmus Olofsson,

Isak Hampel Klang, Linda Bergh och Maria Samuelsson

Aktivas representanter: Sofia Johnsson och Gustav Bivstedt

Anställdas representant: Marianne Fricke Stjernström

Valberedning: Axel Lönnqvist och Sofia Lund

Revisorer: Tomas Ljunglöf och Niklas Larsson

Styrelsen har under verksamhetsåret haft åtta protokollförda möten.

Till sist

Klubbens styrelse vill tacka alla som bidragit till att 2017 blev ytterligare ett framgångsrikt år för friidrottsföreningen Hässelby SK; Myndigheter och samarbetspartners, aktiva, ledare, tränare, funktionärer och föräldrar och andra supportrar.

Hässelby den 19 mars 2018

Bengt Olsson

Louise Martin

Andreas Rehnborg

Mateusz Stec

Johan Engholm

Göran Davidsson

Rasmus Olofsson

Isak Hampel Klang

Linda Bergh

Maria Samuelsson

Internationella mästerskap och landskamper

Totalt 21 aktiva representerade Svenska landslaget på ungdoms-, junior och seniornivå vid 45 starter 2017

Mästerskap

VM

Angelica Bengtsson	Stav	10:a	4,55
Lisa Gunnarsson	Stav	kval	4,35
Fredrik Samuelsson	10-kamp	bröt	–
Emil Blomberg	3000m Hinder	bröt	–
Louise Wiker	Marathon	bröt	–
Sarah Lahti	10 000m	bröt	–

IEM

Angelica Bengtsson	Stav	Brons	4,55
Fredrik Samuelsson	7-kamp	5:a	6015 poäng
Lisa Gunnarsson	Stav	6:a	4,55

JEM – 22 år

Sarah Lahti	10 000m	2:a	32,46,91
Fredrik Samuelsson	10-kamp	2:a	8010 poäng
Sarah Lahti	5000m	3:a	15,14,17
Jesper Hellström	Längd	9:a	7,49
Isabelle Brauer	10 000 m	10.A	34,14,12
Malin Skogström	7-kamp	11:a	5574 poäng

JEM – 19 år

Lisa Gunnarsson	Stav	1:a	4,40
Jakob Samuelsson	10-kamp	11:a	7425 poäng
Amanda Hansson	100m häck	bröt	–

European Youth Olympic Festival

Lovisa Bivstedt	1500m	8:a	4,33,75
-----------------	-------	-----	---------

NM Terräng

Andreas Åhwall	9 km	utom NM	30,11
Andreas Jansson	9 km	utom NM	32,13

EM Terräng

Isabelle Brauer	6 km K22	6:a	21,09
Emil Blomberg	stafett 4 x1,5 km	4:a	19,02
Andreas Åhwall	10,2 km	64:a	32,13

NM Mångkamp – 19 år

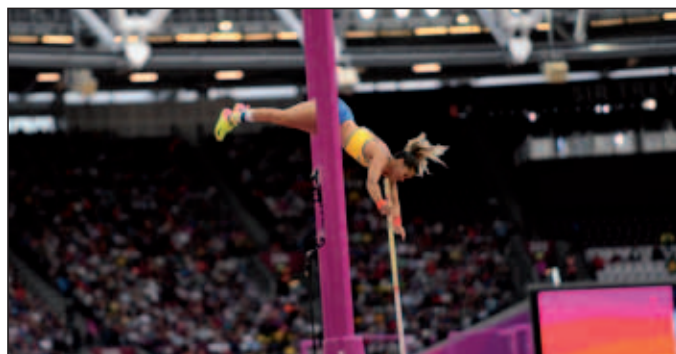
Jakob Samuelsson	10-kamp	bröt	–
------------------	---------	------	---

JNM – 19 år

Amanda Hansson	100m häck	1:a	13,65
Patrik Lindstedt	Slägg	5:a	62,64
Jakob Samuelsson	Kula	5:a	15,73
Amanda Hansson	4x100m	bröt	–

Universiaden

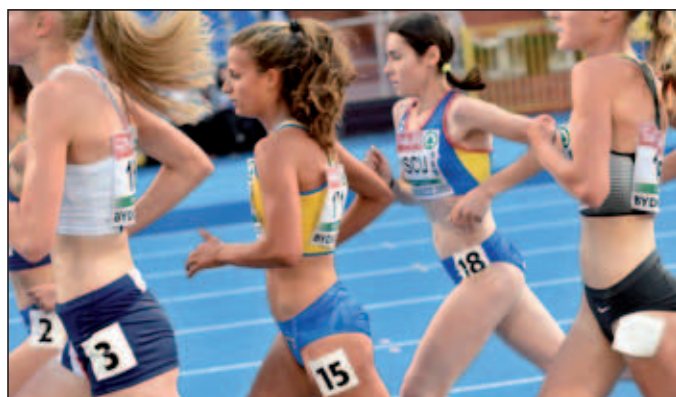
Elmar Engholm	800m	semi	1,49,03
Elmar Engholm	1500m	försök	3,46,95



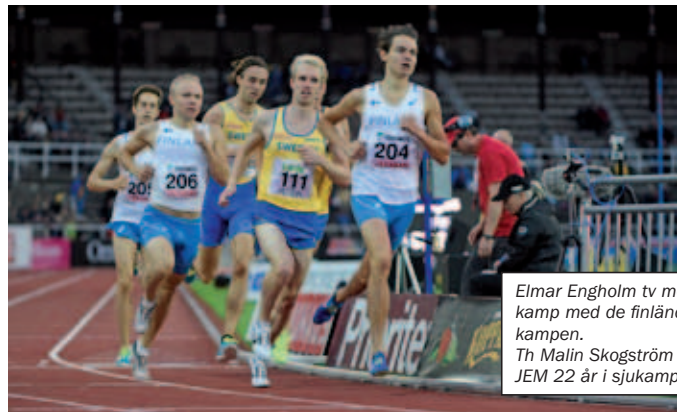
Angelica Bengtsson hoppade 4,55 vid VM i London.



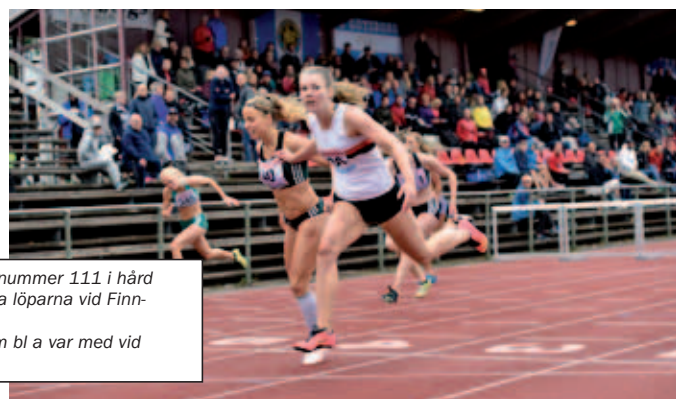
Lisa Gunnarsson vann guld på junior-EM. Här är en bild med Lisa och hennes första medalj från ett internationellt mästerskap. Hon fick vänta en dag efter lördagens imponerande seger i stavfinalen i junior-EM U20 i Grosseto i Italien innan det var dags för prisutdelning i grenen.



Isabelle Brauer (15) sprang 10 000 m vid JEM 22. Vid EM i terräng tog hon en mycket meriterande 6:e plats.



Elmar Engholm tv med nummer 111 i hård kamp med de finländska löparna vid Finn-kampen.
Th Malin Skogström som bl a var med vid JEM 22 år i sjukamp.



Landskamper, Lag EM mm

Inomhus Nordenkampen

Jesper Hellström Längd 3:a 7,48

Lag EM

Sarah Lahti 5000m 4:a 15,51,00
Sofia Johnsson 4x400m 5:a 3,37,20
Lisa Duffy 400m 7:a 54,48
Elmar Engholm 3000m Hinder 8:a 8,51,56

Lag EM Mångkamp

Malin Skogström 7-kamp 5:a 5504 poäng

Finnkampen

Jessica Östlund 4x100m 1:a 44,63
Elmar Engholm 5000m 1:a 15,13,12
Lisa Duffy 400m 2:a 54,68
Lisa Duffy 4x400m 2:a 3,39,50
Amanda Hansson 100m häck 6:a 14,14
Sofia Johnsson 400m häck 6:a 59,60
Mats Olsson Kula 6:a 17,29
Elmar Engholm 1500m diskad

Finnkampen – 17 år

Lovisa Bivstedt 800m 2:a 2,10,50
Linnea Sennström 3000m 3:a 10,32,92
Anton Axelsson 1500m 3:a 4,01,19



Amanda Hansson till höger tog bl a guld vid JNM 19 år på 100 m häck med 13,65.



Lovisa Bivstedt, Sarah van der Wielen och Emil Blomberg. Lovisa var med på European Youth Olympic Festival och sprang 1 500 m. Sarah slog

svenskt rekord på halv maraton samt blev två på 10 000 m och tre på 5 000 m vid JEM 22 år. Emil fick vara med och testa det nya momentet på terräng-EM, 4 x 1,5 km.

Svenska mästerskap



Petter Olson och Fredrik Samuelsson från ISM. Fredrik vinner guld och Petter kniper silverplatsen i sjukampen. Fredde 5 875 p och Petter 5 693 poäng.

Inomhus

Inomhus-SM

Guld

Fredrik Samuelsson 7-kamp 5875 poäng
Johan Wissman 200m 21,11
Angelica Bengtsson Stav 4,60
Moteba Mohammed Tresteg 15,54

Silver

Petter Olson 7-kamp 5693 poäng

Brons

Andreas Åhwall 3000m 8,20,70
Jesper Hellström Tresteg 15,32
Lisa Gunnarsson Stav 4,40
Amanda Hansson 60m häck 8,34
Jessica Östlund 60m 7,50
Malin Skogström 5-kamp 3809 poäng

4:a

Jesper Hellström Längd 7,17
Mats Olsson Kula 17,58

5:a

Rickard Gunnarsson 800m 1,51,63
Emil Blomberg 3000m 8,27,37

6:a

Sofia Johnsson 60m häck 8,57
Anton Persson 800m 1,52,43



Moteba Mohammed tog guld i tresteg med 15,54 vid inomhus-SM.

IJSM 22 år

Guld

Fredrik Samuelsson	7-kamp	5875 poäng
Malin Skogström	5-kamp	3809 poäng
Jesper Hellström	Tresteg	15,25
Jesper Hellström	Längd	7,29
Gabriel Heen	Kula	16,80

Silver

Malin Skogström	Höjd	1,64
-----------------	------	------

Brons

Malin Skogström	60m häck	8,65
-----------------	----------	------

IJSM 19 år

Guld

Jakob Samuelsson	7-kamp	5255 poäng
Amanda Hansson	60m häck	8,43
Amanda Hansson	60m	7,47
Amanda Hansson	Längd	6,21

Silver

Patrik Lindstedt	Kula	16,64
Jakob Samuelsson	Stav	4,67
Patrik Lindstedt	Vikt	14,69

IJSM 17 år

Guld

Linnea Sennström	3000m	4,55,43
------------------	-------	---------

IJSM 16 år

Silver

Anton Axelsson	1500m	4,09,41
Lovisa Bivstedt	1000m	4,38,39

ISM Veteraner SM-mästare

M40

Sergej Nikolajev	60m häck	10,04
------------------	----------	-------

Utomhus

Seniorer

Terräng

Silver

Herrlag	12 km	2,04,52
Andreas Åhwall, Elmar Engholm, Oscar Carlsson		

4:a

Andreas Åhwall	12 km	40,40
----------------	-------	-------

Stafett-SM

Guld

Män	4x800m	7,33,75
Anton Persson, Rickard Gunnarsson, Gustav Bivstedt, Elmar Engholm		



Herrarnas 4x800m blev en tät drabbning över samtliga sträckor där till slut Hässelby, Malmö och Spårvägen lösgjorde sig från övriga. På den tredje sträckan släppte Spåret medan Gustav Bivstedt drog envist och snabbt i täten på dryga 1,51. Elmar Engholm gick ut på sista sträckan och sprang taktiskt imponerande. Sista 120 m kunde inte Malmölöparen stå emot när Elmar tryckte lite extra. Guld till Hässelby där Anton Persson och Rickard Gunnarsson sprang de första sträckorna.

Fr v: Gustav Bivstedt, Anton Persson, Elmar Engholm och Rickard Gunnarsson.
Foto: Conny Silfver



Fr v bakre raden: Elmar Engholm, skydd bakom Mats Olsson, Erik Djurberg, Patrik Lindstedt, Moteba Mohamed?, Axel Norén, Fredrik Samuelsson, Jakob Samuelsson, Edom Abreham, Främre raden fr v: Grigorios Kyriakoudis, Olof Hansson, Johan Wissman, Thomas Yemane, Jesper Hellström och Petter Olson.

RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT

Silver

Kvinnor 4x400m 3,50,76
Jenny Wingqvist, Sofia Johnsson, Lovisa Bivstedt, Ztella Krywult

Brons

Kvinnor 4x100m 47,00
Sara Kviberg, Rebecca Larsson, Jessica Östlund, Caroline Larsson
Män 4x1500m 15,46,31
Erik Djurberg, Emil Blomberg, Joel Durén, Elmar Engholm

4:a

Kvinnor 3x1500m 14,40,03
Emma Gustafsson, Kerstin Axelsson, Emma Jansson

Marathon-SM

Guld

Martin Öhman 2,24,11

Brons

Charlotte Karlsson 2,45,21

SM 10 km

6:a

Andreas Åhwall 31,57

Lag-SM

Guld

Herrilaget

Grigorios Kyriakoudis, Johan Wissman, Edom Abreham, Olle Forslin, Elmar Engholm, Erik Djurberg, Petter Olson, Moteba Mohammed, Fredrik Samuelsson, Jesper Hellström, Jakob Samuelsson, Thomas Yemane, Mats Olsson, Axel Norén, Patrik Lindstedt och Olof Hansson

Silver

Damlaget

Jessica Östlund, Lisa Duffy, Lovisa Bivstedt, Linnea Sennström, Emma Jansson, Amanda Hansson, Sofia Johnsson, Malin Skogström, Lisa Gunnarsson, Sara Kviberg, Farydah Inoussa, Amanda Lejros, Klara Bladin och Caroline Larsson

Stora SM

Guld

Lisa Duffy 400m 53,44
Fredrik Samuelsson 10-kamp 7436 poäng

Silver

Amanda Hansson 100m häck 13,81

Brons

Moteba Mohammeds Tresteg 15,77w
Malin Skogström 7-kamp 5286 poäng

4:a

Jessica Östlund 100m 11,74
Sofia Johnsson 400m häck 60,44

5:a

Rickard Gunnarsson 800m 1,52,86
Mats Olsson Kula 17,27
Malin Skogström 100m häck 14,10

6:a

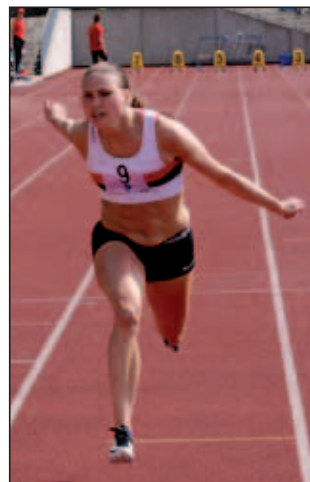
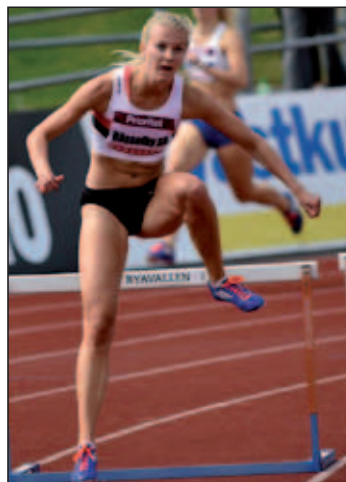
Madeleine Larsson 10000m 36,23,05
Simon Litzell Spjut 62,79
Anton Persson 800m 1,53,61



Mats Olsson var med i Finnkampen i kula. Blev fyra vid ISM och femma på SM i kula och stötte i guldlaget på lag-SM.



Jesper Hellström var med på JEM 22 år och blev nia i längd. Han tog ett brons vid ISM i tresteg. Guld i både tresteg och längd vid USM. Guld i tresteg vid JSM 22 år.



Sofia Johnsson (th) var med på 4x400 m vid lag-EM samt sprang 400 m häck på Finnkampen. Jessica Östlund var med och vann Finnkampen i 4x100 m laget.



Patrik Lindstedt blev femma i slägg vid JNM 19 år och vid JSM 19 år vann han guld. Fortsättningsvis JSM 19 år tog silver i kula och plockade hem ett brons i diskus.



Johan Wissman tog hem guld på 200 m vid inomhus-SM.



Simon Litzell tog guld vid JSM 22 år med 70,80. Han var sexa på SM med 62,79.

Juniorer 22 år

Terräng

Brons

Herrlag 8 km 1,30,14
Andreas Jansson, Erik Djurberg, Edom Abreham

JSM stafett 22 år

Guld

Herrlag 3x800m 5,51,39
Edom Abreham, Anton Persson, Gustav Bivstedt

Silver

Herrlag 3x400m 2,31,44
Nicklas Brink, Grigorios Kyriakoudis, Edom Abreham

JSM 22 år

Guld

Fredrik Samuelsson	10-kamp	7436 poäng
Jesper Hellström	Tresteg	15,47
Malin Skogström	100m hä	14,00
Simon Litzell	Spjut	70,80

Silver

Malin Skogström 7-kamp 5286 poäng

Brons

Anton Persson	800m	1,53,12
Kamil Kaminski	Spjut	64,03
Erik Djurberg	2000m Hi	6,03,63

JSM 19 år

Guld

Patrik Lindstedt	Släggå	65,45
Amanda Hansson	100m	11,65w

Silver

Patrik Lindstedt	Kula	16,14
Jakob Samuelsson	Kula	15,89
Amanda Hansson	200m	24,42

Brons

Patrik Lindstedt	Diskus	48,27
Amanda Lejros	Kula	12,88

Juniorer 17 år

Terräng

Brons

Linnea Sennström	4 km	16,24
Herrlag	4 km	45,40
Anton Axelsson, Max Bechtel, Erik Buungerfelt		
Damlag	4 km	51,34
Linnea Sennström, Ztella Krywult, Filippa Hörnberg		

Stafett 17 år

Brons

Herrlag	3x800m	6,07,62
Johan Friberg, Max Bechtel, Anton Axelsson		
Damlag	1000 m	2,19,32
Jasmin Blomberg, Shila Fahtli, Ztella Krywult, Lovisa Bivstedt		

USM 17 år

Silver

Linnea Sennström 3000m 10,34,71

Brons

Linnea Sennström 1500m 4,59,20



Jakob Samuelsson blev elva vid JEM 19 år i tiokamp med 7 425 p. Vid IJSM 19 år tog han guld i sjukampen med 5 255 p. I år har Jakob kastat 63,40 i spjut.



Anton Axelsson blev trea på 1 500 m i Finnkampen 17 år. Han tog silver IUSM 16 år på 1 500 m med 4,09,41. Han blev silvermedaljör på 3 000 m på USM 16 år.



Andreas Åhwall gör tummen upp efter att ha tagit ett brons på 3 000 m vid inomhus-SM med 8,20,70.



Olle Forslin växlar till Petter Olson i lag-SM-finalen.

RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT ● RESULTAT

Ungdom 16 år

Terräng

Brons

Anton Axelsson 4 km 13,54

USM 16 år

Guld

Lovisa Bivstedt 800m 2,12,69
Lovisa Bivstedt 1500m 4,45,19

Silver

Anton Axelsson 3000m 9,11,39

Brons

Anton Axelsson 1500m 4,14,43
Lovisa Bivstedt 400m 57,49

Kraftmätningen 15 år mix

3:a

(100m häck, 800m, Längd, Höjd, Kula, Spjut och mix 6x200m stafett)

Mixed lag 29243 poäng

Sofia Boman, Laura Fodor, Marika Åstrand, Emelie Beckman, Caroline Graveley, Linnea Johansson, Clara Fallén, Hedda Tangfeldt, Ingrid Jonsson, Elias Lind, Oliver Gao, Karl Källman, Viktor Möller, Albert Henriksson, Vincent Arousell, Esrom Abraham och Melker Tingberg



Här är mixedlaget 15 år som blev trea i Kraftmätningen.

Andreas Jansson, Erik Djurberg och Edom Abraham tog ett brons för juniorer 22 år vid terräng-SM på 8 km.

Här syns Andreas eleganta löpsteg.



Veteran-SM segrare

M40

Sergej Nikolajev 110m häck 18,53w
Sergej Nikolajev Tresteg 11,24w

M70

Gunnar Ekstedt Höjd 1,34

M80

Lars Wennblom 100m 16,959w
Lars Wennblom stav 2,10

K45

Karin Arhursen SM 10 km 41,18

Svealandsmästerskaps segrare 13-14 år

Inomhus

P14

Elias Lind Tresteg 11,89

Utomhus

P13

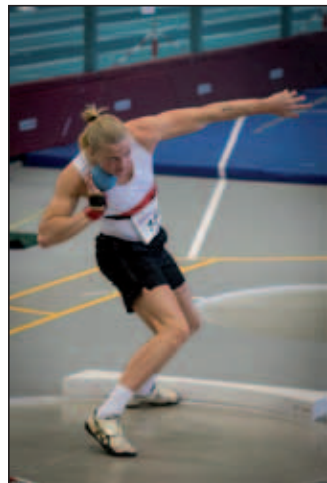
Linus Jonsson Diskus 34,59
Linus Jonsson 5-kamp 4346 poäng
Fabian Olin Terräng 2 km 7,02
Linus Jonsson Spjut 40,26

P14

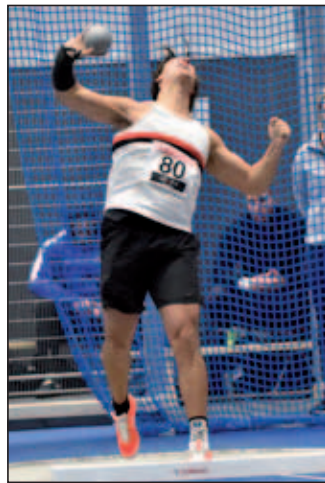
Elias Lind Tresteg 12,41



Linnea Sennström tog bl a ett brons på terräng-SM 4 km, Silver USM 17 år på 3 000 m och brons på USM 17 år på 1 500 m.



Vid JSM 19 år tog Jakob Samuelsson silver i kula med 15,89.



Vid USM 22 år tog Gabriel Heen guld i kula med 16,80.



Martin Öhman sprang "maran" på 2,24,11 när han vann SM-guldet.



På SM tog Amanda Hansson silver på 100 m häck med 13,81.

Distriktsmästare

Utomhus

Senior

Martin Öhman Marathon 2,24,11

19 år

Kristoffer Tengroth Terräng 4 km 13,53

17 år

Linnea Sennström 4km terräng 15,28

16 år

Max Bechtel 800m 2,03,28

15 år

Elias Lind 8-kamp 3820 poäng

14 år

Elias Lind Tresteg 11,92
Elias Lind Diskus 39,78
Albert Henriksson 2000m 6,43,10
Laura Fodor 300m 44,69
Tuva Kjellström 1500m Hinder 6,03,57
Clara Fallenius Längd 5,13

13 år

Fabian Olin 1500m 4,57,30
Fabian Olin 2km terräng 7,02
Linus Jonsson 5-kamp 4346 poäng
Josefina Bivstedt 2km terräng 7,42

12 år

Erik Taxell 60m häck 10,67
Erik Taxell 200m häck 31,45

M45

Matt Kinane 1500m 4,37,38
Mats Kollbrink 400m häck 73,88

M70

John Östlund Kula 9,40
John Östlund Höjd 1,17
John Östlund Slägga 24,92
John Östlund Spjut 27,18
John Östlund Vikt 10,24

M80

Lars Wennblom 100m 17,53
Lars Wennblom Stav 2,15

K45

Karin Arthursson Terräng 4 km 15,55

K50

Mia Edvardsson 5000m 22,54,82

Inomhus

Senior

Fredrik Samuelsson 7-kamp 5920 poäng

19 år

Jakob Samuelsson 7-kamp 5130 poäng

16 år

Anton Axelsson 1500m 4,28,07

14 år

Elias Lind Tresteg 11,85
Clara Fallenius 5-kamp 2819 poäng

13 år

Linus Jonsson Höjd 1,51
Linus Jonsson Längd 5,17

M35

Axel Lönnqvist 800m 2,08,73

M40

Sergej Nikolajev 200m 25,28
Sergej Nikolajev 60m häck 10,25
Sergej Nikolajev Stav 3,75

M45

Jan Källman 1500m 4,47,02
Mats Kollbrink Längd 5,36

M70

John Östlund Höjd 1,21

M80

Lars Wennblom Stav 2,25
Lars Wennblom Höjd 1,09

Svenskt rekord

Kvinnor

Sarah Lahti Halvmarathon 1,09,58

Distriktsrekord

Kvinnor

Sarah Lahti Halvmarathon 1,09,58

M22

Jesper Hellström Tresteg 15,47
Fredrik Samuelsson 10-kamp 8172 poäng

P19

Jakob Samuelsson 10-kamp 7620 poäng

Inomhus

F19

Amanda Hansson 60m häck 8,34
Amanda Hansson Längd 6,21

SM poängen

Alla åldrar USM, JSM och SM inomhus och utomhus 7-5-4-3-2-1 topp 6.

587,5 p Malmö AI
586 p Ullevi FK
489 p Hässelby SK

Rankingen

Mått på toppbredd där antal aktiva topp 6 på alla USM, JSM och SM endast räknas en gång.

36,5 p Ullevi FK
31,5 p Hässelby SK
30 p Spårvägens FK

Standaret

Senior SM inomhus och utomhus 7-5-4-3-2-1 topp 6.

Herrar

147 p Spårvägens FK
108 p Hässelby SK
97 p Malmö AI
79 p Huddinge AIS

Damer

114 p Ullevi FK
109 p Spårvägens FK
88 p Sävedalens AIK
75 p Hässelby SK

DM poäng

15-19 år 135 poäng Hässelby SK 4:a
12-14 år 293 poäng Hässelby SK 1:a

Castorama

1. Spårvägens FK 32.508
2. Upsala IF 32.412
3. Hässelby SK 30.469
4. IF Göta Karlstad 27.997
5. Turebergs FK 26.314
6. Örgryte IS 24.169
7. Åhus FIK 23.252
8. Huddinge AIS 23.221
9. Malmö AI 22.776
10. Skellefteå AIK 22.568

Individuella resultat

1 Simon Pettersson Upsala IF 3.541
2 Leif Arrhenius Spårvägens FK 3.508
3 Niklas Arrhenius Spårvägens FK 3.414
10 Axel Norén Hässelby SK 2.959
14 Gabriel Heen Hässelby SK 2.870
15 Jakob Samuelsson Hässelby SK 2.830
17 Patrik Lindstedt Hässelby SK 2.801
20 Niklas Lindstedt Hässelby SK 2.763