



Marathonlöparen

— SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET

BOX 218 · 101 22 STOCKHOLM I

Utgiven av Svenska Marathonsällskapet, Box 218, 101 22 Stockholm 1

Redaktör

Tony Bristow

I N M E M O R I A M



G U S T A V K I N N

1895 - 1978

Gustav Kinn, Hedersledamot i Svenska Marathonsällskapet, avled den 31 oktober i en ålder av 83 år.

Han gjorde sig tidigt känd som en duktig idrottsman med maratonlöpning som specialitet och hade tio SM-tecken på meritlistan. Hans bästa tid var 2.28.15 på en 40 km-bana 1920. 1969 utnämndes Gustav till Hedersledamot i Sällskapet. När standaret för 25 fullföljde maratonlopp instiftades 1970 erhöill han det första standaret.

Gustav blev medlem när Sällskapet grundades 1952. Under nästan hela 60-talet var han revisor i Sällskapet.

Som en sista hälsning skickades en krans till begravingen. I ett brev ber Gustavs son Jan att "till Sällskapet få framföra mitt och min familjs varmaste tack för hedersbevisningen vid min fars bortgång."

Vi gratulerar LARS ENQVIST som erhöill Sällskapets Vandringspris för alltid i och med hans seger i årets Vintermara i Göteborg.

Vi gratulerar ÖRJAN ÖHLSSON som tilldelats Sällskapets statyett för 50 fullföljda maratonlopp.

Vi gratulerar FREDRIKSHOFS IF som vann Svenska Maratonserien 1978.

Det finns en viss risk att nya medlemmar i Sällskapet får detta nummer av tidningen någon vecka efter det att distributionen till övriga medlemmar avklarats.

Fördröjningen beror på att vi ännu inte hunnit uppdatera medlemsregistret med alla nya medlemmar som tillströmmats under hösten. Vi ber om överseende.

I tidningen publicerade bidrag står för författarens räkning och ger inte nödvändigtvis uttryck för Sällskapets officiella ställningstagande i de berörda frågorna.

Ur Styrelseprotokoll:

§ — Bengt Andersson, Solvikingarna, har anmält att årets Vintermaraton beräknas innebära en ekonomisk förlust för Solvikingarna och har begärt ett bidrag från Sällskapet.

Vintermaran har traditionellt blivit ett arrangemang som vandrar enligt Sällskapets bestämmelser och i Sällskapets regi. Det är Sällskapet som utser en arrangör. Som medarrangör brukar Sällskapet svara för utskickandet av inbjudningar till Sällskapets medlemmar. I övrigt har Sällskapet inte varit inblandat i tävlingens ekonomi. Sällskapet har aldrig delat vare sig vinster eller förluster med den arrangerande klubben. Det har alltid varit självklart att den klubb som åtar sig arrangemanget därmed åtar sig även att stå för en ev. förlust.

Mot denna bakgrund har Sällskapets styrelse beslutat att avslå begäran om ekonomiskt stöd till Solvikingarna för årets tävling. Styrelsens uppfattning är den att Solvikingarna kan sälja biljetter till förtäringen à c:a kr 15:- per man för att ev. vända förlusten till en vinst.

o o o 0 0 0 o o o

§ — Den omedelbara reaktionen bland såväl deltagare som åskådare, press m.m. var att banan för årets DM i Stockholmsdistrikt måste ha varit c:a 1 km för kort.

Detta har uppmärksammats på ett sådant sätt, bl.a. i DN-Sydväst av den 25/10, att Sällskapets styrelse har känt sig tvungna att ta upp frågan till diskussion vad gäller godkännandet av resultat för erhållande av Sällskapets olika prestationsutmärkelser.

Efter att ha hört en rapport från Lennart Julin har styrelsen beslutat enligt följande:

att godkänna loppet som ett maratonlopp vad gäller inträde i Sällskapet, diplom, standar m.m., men att inte dela ut något prestationsmärke (2.20, 2.40 eller 3.30) på basis av resultat i loppet.

(Lennart Julins mätning genomfördes tillsammans med representant från Stockholms Fri-idrottsförbund, deltagande löpare (Engvall) m.fl. och gav vid handen att banlängden var $40,5 \pm 0,2$ km, dvs drygt 1.5 km för kort.)

o o o 0 0 0 o o o

§ — Det beslöts att Vandringspriset för 5-mannalagstävlingen i det årliga vintermaratonloppet är sammankopplat med det vandrande arrangörskapet för Vintermaratonloppet och att Vandringspriset således endast får delas ut till svensk klubb.

RESULTAT från ATEN har anlänt vid tidpunkten för detta nummers pressläggning och får stå över till nästa nummer.

RESULTAT från Veteran EM i Italien har ännu inte nått redaktionen - vi hoppas kunna presentera dessa resultat i Marathonlöparen Nr 48.

En hälsning från Hawaii meddelar att Christina Johansson deltar i det 6:e Honolululoppet. Vi återkommer...

Veteran Fri-idrott

— Alan Scott, Farsta FK

Svenska Fri-Idrottsförbundets förbundsstämma 1978-03-11--12 godkände det av förbundsstyrelsen framlagda förslaget om att veteranidrott skall inordnas i förbundets verksamhet. En övergripande målsättning är att skapa utrymme för våra aktiva till fortsatt samvaro inom förbundets ram. Detta innebär att veteran-fri-idrott har rymts in under samma tak som t.ex. ungdomsidrott och övriga fri-idrotter, vilket är glädjande.

En särskild arbetsgrupp har tillsatts av förbundsstyrelsen att fram till 1980 skapa förutsättningar och bibehålla samt utveckla det intresse för veteranidrotten som finns i Sverige. Det är därför viktigt att för veteranidrottarna skapa en viss motivation utöver rena friskvårdsaspekter och skapa tävlingstillfällen i olika nivåer.

DM-tävlingar

Distrikten rekommenderas att anordna DM för veteraner i valfria grenar. En särskild DM-plakett har framtagits av Svenska Fri-Idrottsförbundet och kan beställas från förbundets förlag.

Veterantävlingar skall följa Svenska Fri-Idrottsförbundets tävlingsregler. SVF måste ge sanktion för tävlingen, således måste arrangörsklubben och deltagarna vara medlemmar hos Svenska Fri-Idrottsförbundet.

Klassindelning

Förbundet beslutade också att oldboysbegreppet skall slopas och ersättas med begreppet VETERAN. Detta innebär att man är veteran vid 35 år med en indelning i femårsintervaller i sju klasser upp till 70 år. Åldersgrupperna benämns Herrar: H35, H40, H45, H50, H55, H60 och H65; Damer: D35, D40, D45, D50, D55, D60 och D65.

Som åldersgräns gäller det kalenderår under vilket tävlande fyller år.

Distrikten rekommenderas upprätta särskilda veterankommittéer eller till en början utse en kontaktperson för veteranidrottsfrågor.

RM och landskamp

RM-mästerskap för veteraner planeras för 1979. Lämplig tidpunkt är juni månad. Dessutom planeras en veteranlandskamp mot Finland och Norge i början av september. Ekonomin för denna veteranlandskamp är helt självbärande eftersom deltagarna själva står för sina kostnader, resa, hotell, mat m.m.

VM-Hannover

Veteran-VM anordnas av tyska fri-idrottsförbundet i Hannover den 27 juli - 2 augusti 1979. Inbjudan kan rekvireras från Svenska Fri-Idrottsförbundet eller Alan Scott tel 08/52 09 00 och Roland Jerneryd 031/80 16 40. För VM gäller att anmälningsblanketten skall ovillkorligen sändas till Svenska Fri-Idrottsförbundet för sanktion. Anmälnings- och serviceavgiften skall sändas till arrangören. Anmälan till Svenska Fri-Idrottsförbundet skall vara insänd senast den 12 maj 1979. I övrigt står alla upplysningar i inbjudan.

EM för veteraner kommer att anordnas i Arnheim, Holland 1980.

NEW YORK - 1978

Som tur var upptäckte Kaj Sandell, Enhörna IF, i tid att en inbjudan hade kommit till Sverige att skicka några löpare (tre män och en kvinna) som på arrangörernas bekostnad skulle få deltaga i årets New York Marathon.

Detta lopp har snabbt blivit en av de stora attraktionerna bland maratonlöpare och årets lopp lär har haft 11.300 startande, detta i kontrast till loppets första start 1970 då 127 löpare deltog. Deltagarantalet 1973 var 400, 1975 535 och 1976 2090. 1977 deltog inte mindre än 250 damer varav 36 fullföljde under 3.30.

I början var segrartiderna inte märkvärdiga, men arrangörerna har successivt ansträngt sig att bjuda in elitlöpare och namn som Rodgers, Drayton, Shorter, Kardong, Virén, Thompson, Hill, Usami och Cusack bland 1977 års 4080 startande vittnar om kvaliteten i loppet.

Rodgers segrar i 1976 (2.10.09) och 1977 (2.11.28) visar att detta är en tämligen snabb bana.



Till årets lopp reste således fyra av Sveriges främsta maratonlöpare, Hans Jonsson, Owe Malmqvist och Göran Högberg, Enhörna IF:s tre SM-medaljörer, samt 1977 års snabbast maratonkvinna, Christina Johansson, IK Vikingen.

Om loppet skriver Christina Johansson:

— Vi var 4 st mycket stressade långträdare som anlände till startplatsen kl 10.10 på morgonen den 22 oktober. Starten skulle gå 10.30. Vi hade missat bussen och varit tvungna att hetsa en taxichaufför för att hinna.



Christina Johansson

Startplatsen var belägen på en av världens största hängbroar, Verrazano-Narrows Bridge, som sträcker sig mellan Staten Island och Brooklyn. Där stod nu över 11.000 löpare och väntade på startskottet.

Detta ögonblick hade man naturligtvis väntat på alltsedan meddelandet om inbjudan till New York hade kommit. Via Helsingfors, Köpenhamn och Amsterdam hade vi kommit till denna fantastiska stad där "running" har en status som man verkligen inte hade väntat. En blick i damstatistiken visade att ca 70 amerikanskor sprungit fortare än under tecknad. Nu var jag en av ca 1200 flickor vid starten. Bland mina konkurrenter märktes Grete Waitz, Christa Vehlensieck, Miki Gorman m.fl.

Loppet startade med damerna på vänster brohalva och herrarna på höger. De snabbaste flickorna försvann ur sikte när vi kom in i Brooklyn. Vi hade avverkat 1 av 5 broar och en av många backar. Värmen slog emot oss liksom vinden från det dussin helikoptrar som filmade loppet. Stämningen och hetsen i starten hade drivit på farten.

Jag passerade 16 km på 62 min, men denna utgångsfart fick jag senare äta upp. Hans Jonsson, tänd av årets framgångar, ledde bitvis tävlingen under första

NEW YORK - 1978 (forts...)

skedet. Klubbkompisarna Owe Malmqvist och Göran Högberg höll sig avvaktande.

När halva loppet var sprunget befann vi oss i stadsdelen Queens. Vi löpte över Queensboro Bridge till Manhattan. Då hade Grete Waitz "gått loss" i damklassen. Owe och Göran hade hunnit ifatt Hans. Loppet fortsatte längs Första Avenyn, över Harlem River till The Bronx, tillbaka till Manhattan och in i Central Park. Nu vara det nära till mål. Den 3:e milens kramp hade släppt och det kändes lätt igen. 4 km kvar och vi befann oss på "hemmaplan" - vi hade ju joggat i Central Park dagarna innan loppet.

Som 28:e dam och och 3.05 efter start anlände jag till målet. Där stod Enhörna-trion och väntade. De hade väntat länge. Göran såg gladast ut. Han hade belagt en hedrande 11:e plats. Hela det svenska (Enhörna) laget hade anledning att se glada ut. Med Owe på 19:e och Hans på 27:e plats och en sammanlagd tid av 7.01.40 hade de kommit på tredje plats i lagtävlingen.

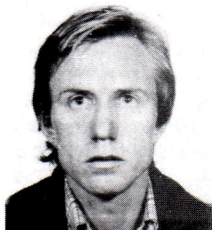
Grete Waitz såg mycket trött ut, vilket hon verkligen hade anledning att göra. Tiden 2.32.30 är bäst i världen någonsin för en kvinnlig maratonlöpare - och detta av en debutant på sträckan. Hon utklassade allt motstånd.

För tredje året i rad vanns herrtävlingen av Bill Rodgers (2.12.12).

Ett speciellt tack till den polis som på morgonen upptäckte några sabotörer i färd med att måla felaktiga vägvisare i avsikt att förvilliga löparna. Hade inte detta upptäckts had man kanske sprungit omkring fortfarande ?



OWE MALMQVIST



GÖRAN HÖGBERG



HANS JONSSON

RESULTAT - New York City Marathon - 1978-10-22

Herrar:	1.	Bill Rodgers	USA	2.12.12
	2.	Ian Thompson	GB	2.14.12
	3.	Trevor Wright	GB	2.14.35
	11.	Göran Högberg	Enhörna IF	2.19.21
	19.	Owe Malmqvist	Enhörna IF	2.20.25
	27.	Hans Jonsson	Enhörna IF	2.21.54
Damer:	1.	Grete Waitz	NOR	2.32.30
	28.	Christina Johansson	IK Vikingen	3.05.

SÄLLSKAPETS GRÄNSER FÖR KVINNliga MARATONPRESTATIONER

Som bekant har Sällskapet ännu inte fastställt vilka tidsgränser som skall gälla för damer som kvalifikation för Sällskapets Prestationsmärke i Silver resp Guld. Kvinnlig maratonlöping har gått framåt starkt och världsbästa-tiden har förbättrats med ca 15 min medan motsvarande tid på herrsidan är oförändrad, men ett beslut bör fattas snart. Skall tiderna vara 2.30 resp 2.55 eller 2.35 resp 3.00 ? Tiderna för herrar är ju 2.20 resp 2.40.

Kroppsviktens betydelse

— Bo Engvall, Stockholms Studenters IF

Vi maratonlöpare väger i allmänhet mindre än andra idrottsutövare. Att detta är ändamålsenligt är nog självklart; ju lättare desto mindre löpnotstånd.

Jag har läst Trygg-Hansas rapport nr 11 i idrottsfysiologi. Där berättas om ett försök som gick ut på att undersöka hur mycket syreupptagningen måste ökas hos en löpare när han belastades med blyväster av varierande vikt. Resultatet var att syreupptagningen/totalvikten förblev konstant. (Det är därför man ställer totala maximala syreupptagningsförmågan/tidsenhet i relation till kroppsvikten vid beräkning av en persons kondition.) Syreupptagningen är alltså proportionell mot vikten vid konstant löphastighet.



I ett annat experiment varierades löphastigheten istället. Även denna stod i proportion till syreupptagningen.

Syreupptagningen måste således vara proportionell mot produkten av kroppsvikten och löphastigheten.

Låt oss nu titta på en person som är 175 cm lång och väger 70 kg. Denne har, gissar jag, minst 5 kg överskottsfett. Antag att hans normalkapacitet på maran är 3 timmar. Om han bantar 5 kg på t.ex. ett halvår, vilket är fullt möjligt, och också tränar oförändrat, eller rättare sagt behåller sin syreupptagningsförmåga, i så fall bör hans kapacitet förbättras till ca 2.47. Enligt ovan kan ju löphastigheten ökas lika mycket som kroppsvikten minskas. Det innebär att tiden för ett maratonlopp kan minskas lika mycket som kroppsvikten minskas. I detta fall alltså 5/70 av 3 timmar, dvs ungefär 13 minuter.

Allmänt gäller alltså att sluttiden efter viktförändring kan beräknas som förhållandet mellan nya och gamla vikten multiplicerat med gamla tiden.

Jag tycker att löpare som stått stilla i utvecklingen under några år bör kontrollera om de har onödigt fett att bära på. Det kan vara värt besväret att banta om kroppsvikten överstiger dessa värden:

160 kg	-	42 kg	180 kg	-	64 kg
165 kg	-	48 kg	185 kg	-	70 kg
170 kg	-	53 kg	190 kg	-	75 kg
175 kg	-	58 kg			

Bo Engvall tar upp intressanta spörsmål i denna artikel. Vi har bätt maratonlöparen Björn Ekblom, professor vid GIH, att kommentera artikeln och mer i detalj belysa dessa idrottsfysiologiska frågor.

Björn Ekblom påpekar att det har inte tillnärmelsevis klarlagts vilka faktorer som styr en maratonlöparens prestationsnivå. I ett bidrag till "Marathonlöparen" lägger han fram vissa funderingar kring begreppet "uthållighet" och hur detta skiljer sig från maximal syreupptagning, funderingar som utgör en bas för den framtida forskningen på detta område.

Björns egen träning är i viss utsträckning ett led i hans forskning på detta område. Således planerar han att öka sin träningsdos inför vårens första maratonlopp i Vällingby för att öka sin egen uthållighet.

... Sedan vet vi ju alla att ett maratonlopp inte är enbart en fysisk utan en psykisk prestation, eller är den psykiska uthålligheten helt styrd av fysiologiska faktorer?

Om maximal syreupptagning och uthållighet

— Björn Ekblom, Hammarby IF

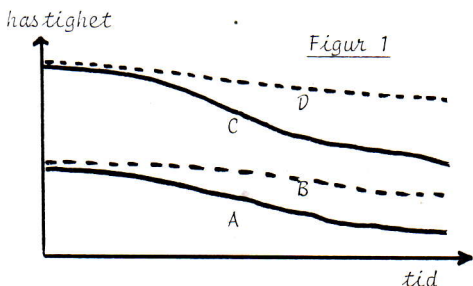
Ovanstående artikel av Bo Engvall innehåller vissa sanningar och kan ge upphov till en del funderingar över "fysiologin" kring maratonlöpning.

Det är sant, att vid given hastighet är syreupptagningen per transporterat kilo konstant för en och samma individ. Ökas kroppsvikten stiger syreupptagningen vid en given submaximal hastighet i motsvarande grad, dock ej över maximal syreupptagningen givetvis. Detsamma gäller om kroppsvikten minskas. Observera dock att detta med ökad respektive sänkt kroppsvikt troligen gäller enbart i ett relativt smalt område. Det är ju inte rimligt att tänka sig att undertecknad med 71 kg och tiden 3.05 på senaste maran blir OS-favorit om jag reducerar vikten till 50 kg (om det nu går). Bo Engvall antyder heller inte detta, men det bör påpekas, så att ingen förleds att tro något sådant.

Hela detta resonemang bygger ju på att man håller alla faktorer förutom vikten konstanta. Vid kraftig viktreduktion - t.ex. 5 kg som Engvall föreslår - är det inte uteslutet att man kan få negativa verkningar. Det är ju ändå så att de flesta maratonlöpare inte bär på alltför många extra kilon. Varje löpare är begränsad av sin egen maximala syreupptagning, men detta är ändå inte det viktigaste. Jag anser att begreppet maximal syreupptagning inte säger hela sanningen om uthålligheten.

För att utveckla saken vidare och exemplifiera: Om man jämför en grupp vältränade löpare med en grupp relativt otränade, så kommer givetvis de förra att vara överlägsna de senare, oavsett hur man mäter uthålligheten. Den stora differensen - dvs nivåskillnaden - är i huvudsak beroende av skillnaden i maximal syreupptagning mellan grupperna. Den tränade håller från början en högre hastighet. Däremot säger utgångshastigheten - dvs maximal syreupptagning per kilo kroppsvikt - inte något om uthålligheten, dvs hur länge man orkar hålla farten, vilket alla som prövat maratonlöpning vet. Låt mig få illustrera detta i figur 1:

Grupp A och grupp B består av personer med relativt låg maximal syreupptagning, grupp B dock bättre uthållighetstränade än grupp A. Grupp C och grupp D har också i stort lika maximal syreupptagning, men grupp D är bättre uthållighetstränade än grupp C. Som framgår av figuren så kommer grupp A inte långt. Utgångshastigheten är låg och uthålligheten likaså. Grupp C har en likartad utveckling, men har en högre utgångsfart. Grupper B och D "håller bättre" och individer från grupp B kan t.o.m. slå individer från grupp C. I en sådan förenkling av maratonproblemet måste man göra en del antaganden, som jag inte går närmare in på här, men som illustration tror jag den i huvudsak är riktig.

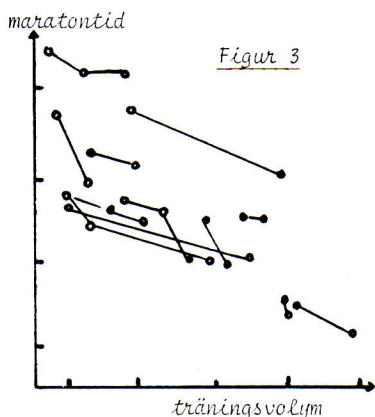
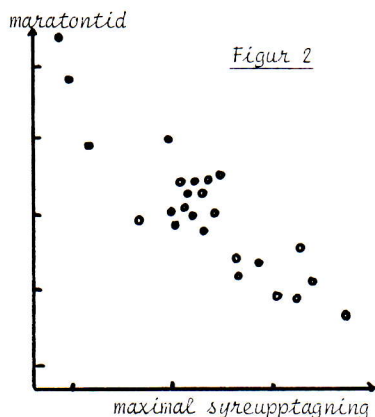


Jag tror att många som prövat maratonlöpning och andra uthållighetsgrenar och funderat över dessa saker håller med om slutsatserna, illustrerade i figuren. Men vad finns för praktiska och teoretiska belägg för ett sådant synsätt?

Det finns en del data från maratonlöpning som belyser detta. Figur 2 visar

OM MAXIMAL SYREUPPTAGNING OCH UTHÅLLIGHET (forts...)

att när man jämför maratonresultat på vältränade folk, så står sluttiden i relation till maximal syreupptagning.



"Centrala" faktorer är då väldigt betydelsefulla. Men alla dessa tvärsnittsstudier har vissa begränsningar. Därför är figur 3 mer intressant. Den anger maratontiden för ett antal löpare i förhållande till hur mycket de tränat senaste 2 månader före loppet. Vi vet genom många mätningar att på några månader sker inga större förändringar i den maximala syreupptagningen eller i syreupptagningen per given submaximal hastighet, vilket är ett mått på löpteknik ur energisynpunkt. Därför är den förbättrade tiden troligen en indikation om en förbättrad uthållighet som är grundad i andra faktorer än maximal syreupptagning, dvs mer ett uttryck för en klart förbättrad "perifer" situation" än för en förbättring av "centrala" faktorer.

Vad är då "perifera" respektive "centrala" faktorer? Enligt min uppfattning begränsas maximal syreupptagning vid löpning i uppförsbacke, skidåkning o.s.v. av hjärtats pumpförmåga eller av faktorer som styr hjärtats arbete. Löpning på plant underlag - som långdistanslöpning - ger möjligtvis inte samma höga maximala syreupptagning som vid ovannämnda arbetsformer. Man kan uttrycka det så att plan löpning är ett arbete med "icke tillräckligt stor muskelmassa". Skillnaderna är emellertid mycket små, men även några få procent kan i tid under ett maratonlopp betyda åtskilliga minuter.

Av många skäl - de flesta ej fysiologiskt kartlagda - kan man ej springa med maximal syreupptagning under hela loppet. Hur nära sitt tak man löper och hur länge man orkar hålla på i den hastigheten (enligt mitt förmenande = uthållighet) är beroende av "perifera" faktorer. Vilka dessa är kan man diskutera: fibertyper, enzymuppsättning, kapillarisering, substratnivåer etc. Om dessa saker och relationen till maratonlöpning vet vi som sagt inte allt.

Uppdelningen i faktorerna "maximal kapacitet" respektive "uthållighet" är givetvis konstruerat, eftersom dessa två begrepp hör ihop till en viss del. Enligt min uppfattning finns det fog för en sådan uppdelning, speciellt när man skall diskutera dessa frågor i träningsssammanhang.

Ett fullföljt lopp

— Åke Lutner, Solvikingarna

Sällskapet nar för en tid sedan fastställt en övre tidsgräns på 5 timmar för ett fullföljt maratonlopp för både män och kvinnor. Anledningen var att det saknades en definition för ett fullföljt maratonlopp samt att ett maratonlopp inte får ta hur lång tid som helst. Genom denna tidsgräns skulle maratonlöpningen benålla sin seriösa prägel påstods det.



Jag förstår väl Sällskapets intentioner för maratonlöpningens bästa, men tycker det var onödigt fastställa en tidsgräns, eftersom maratonlöpningen inte komma att vinna något på det. Jag tror inte maratongrenen mister sin seriösa prägel eller blir förlöjligad, därför att någon intresserad fullföljer på över 5 timmar. Vad okunniga journalister skriver om maratonlöpning är inget att fästa sig vid. Folk i allmänhet vet säkert att det även bland maratonlöparna finns en elitkategori. Genom en tidsgräns blir maratongrenen ointressantare och mister sin profil. En kommande intressant grupp blir diskriminerade, nämligen 80-100 åringarna! Detsamma gäller en stor grupp yngre människor med ogynnsamma förutsättningar som skulle vilja prova maratonsträckan. Det gäller att slå vakt om alla människor!

Jag skulle vilja definiera ett fullföljt lopp så här: "Löparen skall förflytta sin kropp utan hjälpmedel i en oavbruten aktivitet i den takt han/hon nar kapacitet för - oavsett sluttiden. Om löparen medvetet saboterar tävlingen/loppet genom omotiverade uppehåll efter banan skall först en reprimand ges och ev. diskvalifikation tillgripas."

Genom denna definition kan man teoretiskt promenera sträckan på 7-10 timmar (händer praktiskt taget aldrig), men det kan aldrig ta hur lång tid som helst. Vid Athen-maran 1976 fullföljde en 93-årig grek på 7.33 - och gjorde en stor prestation ... t.o.m. utan att promenera hela sträckan! — Nu tycker jag mig höra läsarna grymta: "Detta är väl inte maraton!" - Nej, inte för den tränade yngre men för den äldre En "tränad äldre" kan faktiskt "lunka" maran på omkring 6 timmar!

Vad som skall betraktas som ett maratonlopp kan ju var och en bedöma själva genom att placera sig i resp. kapacitetsgrupp nedan (kvinnorna är nu diskriminerade - hoppas någon kvinnlig maratonlöpare vill ge sin syn på vad som menas med ett "fullföljt maratonlopp").

Under 2.10	---	Internationell superelit
2.10 - 2.15	---	Europa- och världselit
2.15 - 2.20	---	Nordisk elit
2.20 - 2.25	---	Svensk elit
2.25 - 2.35	---	Distriktselit
2.35 - 2.45	---	Habila
2.45 - 3.00	---	Elit motionärer
3.00 - 5.00	---	Ölika motionskategorier
Över 5.00	---	80-100 åringarna och yngre med ogynnsamma förutsättningar

VAD AR EN VETERAN ?

— Tony Bristow, IFK Tumba

Som framgår av Alan Scotts rapport (sid 3) har Svenska Fri-idrottsförbundet godkänt att veteranidrott skall inordnas i förbundets verksamhet på så sätt att tävlingstillfällen skall skapas vid olika nivåer. Distrikten anmodas ordna DM tävlingar för veteraner. Veteranklasser H35, H40, H45 m.fl. har fastställts, men SKALL VI VERKLIGEN HA EN VETERANKLASS H35 I MARATON ?

Det är inte nödvändigt att tävla i samtliga åldersklasser i alla grenar. Förbundets förslag är att häcklöpning, tresteg och stavhopp inte skall ingå i H50 och äldre ... samt att ytterligare några grenar skall försvinna ur H60 och äldre grupper. Det är således fullt möjligt att fastställa att en maratonlöpare inte skall betraktas som veteran förrän han har fyllt 40 år.

Varför skulle detta var önskvärt ? Jo, det har sedan länge varit känt att en maratonlöpare är i sina bästa år mellan 30 och 40, och att många bland världseliten har varit 40 år fyllda. Detta har inte påverkats av det ökande intresse för maratonlöpning bland yngre löpare som numera noteras.

Av de bästa 50 löparna i Sverige 1977 var 30 över 30 år gamla, 12 var över 35 år och 4 var över 40 år. Hela 20 st var mellan 32 och 38 år gamla.

1978 års svenskamästare är 36 år gammal. En maratonlöpare som fyller 35 år vet att han är i sina bästa år. Han har ingen anledning att känna sig som veteran, en idrottens pensionär. Över 40 år kan de flesta löparna inte längre tävla på lika villkor som när de var yngre, varför det är klart motiverat att införa en veterangräns vid denna ålder, men finns det inte en viss risk att man förlöjligar maratonlöpning om det blir praxis att införa en veteranklass H35 i denna gren ?

Vad tycker Du ? Vill vi verkligen ha en H35-Veteranklass för maratonlöpare ?

UR FRIIDROTT Nr 9 - 1978

Tävlingsreglerna ändras

— Carl-Gustav Tollemar

Vid IAAF:s kongress i Puerto Rico beslutades en del viktiga ändringar i tävlingsreglerna... Bland beslutade ändringar kan följande framhållas:

FÖRFRISKNINGAR i samband med långlopp och gång: Enligt nuvarande regler får endast dryck som tillhandahålls av arrangören eller som i förväg begärts av tävlande finnas vid vätskestationerna. Nu förenklas det hela och stadgas att vid vätskestationerna skall finnas dryck som tillhandahålls av arrangören eller den tävlande själv.

TIDTAGNING: Tider för sträckor längre än 20 km skall avrundas till närmast högre hela sekund vare sig tid tagits manuellt eller elektriskt.

VINTERMARATON 1978

— A Lennart Julin

I allmänhet ganska långt borta från massmedias uppmärksamhet har de svenska maratonlöparna avverkat en ny säsong som avslutades den 18 november med den av Solvikingarna arrangerade "Vintermaran", med start, mål och två varvningar inne på Slottsskogsvallen i Göteborg. Banan var en korsning mellan den klassiska vändpunktsbanan och den moderna varvbanan eftersom man sprang ut och hem tre gånger på samma väg. De krävande backarna lyste med sin fränvaro och den enda negativa åsikt man kunde höra var att långa raksträckor som här kan kännas tråkiga.

Vädret var inte idealiskt, men ganska hyggligt - mulet, ca 10 grader varmt. Regnet slutade före starten men lämnade efter sig en mycket hal tartanbana. Mest negativt hos vädret var blåsten man fick nästan rakt emot sig under dryga halvmilen i sträck på varje runda.

Starten togs av Lars Enqvist som direkt visade att han var beredd att hålla hård fart från början. Redan efter två varv inne på Vallen varvade täten siste man som alltså då avverkat ett varv ! Första milen avverkades av de främsta på ca 32 minuter, vilket betydde att man kunde hoppas på en tid kring 2.19 - 2.20 för segraren.

Vid första varvningen inne på Vallen kom en tremannaklunga bestående av Enqvist, Owe Malmqvist och Hasse Jonsson, som alltså arbetat sig ikapp efter den "missade" starten, med ett försprång på en minut före de övriga.

Någon rapportering kom inte till oss på Vallen så man var ganska spänd på vad som hade hänt under det andra varvet. När löparna sedan dök upp hade det också hänt något. Årets svenske mästare Hasse Jonsson hade av det småryckiga tempot tvingats släppa strax före och nu stod det alltså mellan Lasse och Owe - men även där var avgörandet nära. Inne på den hala tartanen var inte Owe lika obesvärad av väglaget som Killöparen utan släppte några meter. Lasse märkte detta, gjorde ett litet tryck, brydde sig inte om vätskekontrollen och lämnade Vallen ca 25 meter före Owe. Loppet var avgjort.

Vid ca 30 km drabbades Hasse av magbesvär, tvingades slå av på takten och gav därmed de efterföljande Bo Engwall och Johnny Nylén chansen att gå förbi. När Lasse i täten dök upp i vårt synfält på cykelbanan bredvid spårvagnspåren öster om Vallen fanns fortfarande chansen att med en hygglig spurt komma under 2.20. Spurten blev inte bara hygglig utan riktigt imponerande. Tiden 2.19.42 bevisade än en gång att Lasses bästa löparväder är kyligt - det var tredje gången på fyra år som han vann Vintermaran. Hans maratonsäsong 1978 som inleddes så bra med 2.16.55 i England i maj och sedan följdes av brutna lopp vid SM och EM fick alltså en fin slutpunkt.

Helt ohotad framifrån och bakifrån var Owe tvåa med 2.20.57 i sin femte start för året. Jämnheten kan man inte klaga på när han under synnerligen skiftande väderförhållanden haft i tur och ordning 2.22.40 (Vällingby mars), 2.20.08 (England maj), 2.19.01 (SM juni) och 2.20.25 (New York oktober)

Hasse kom på femte plats med 2.27.48 strax före en norrman. Även för Hasse var det årets femte lopp och han har serien (samma tävlingar som Owe): 2.24.54, 2.19.34, 2.18.33 och 2.21.54.

Bo Engwall (3:a 2.25.00) putsade sitt pers med dryga 7 minuter. Som maratonlöpare har han ju med sina futtiga 23 år knappt lämnat "Kalle Anka-åldern" och bör ha ytterligare utvecklingsmöjligheter. Samma gäller Johnny Nylén (27 år) som nu debuterade med 2.25.32.

Vintermaran var långt ifrån slut bara för att de 5 bästa var i mål före 2.30 -- den siste fullföljande var hemma strax före 4.50. Av de 233 som kom i mål (nytt rekord för Sverige om man bortser från Veteran VM i fjol) fann

VINTERMARATON 1978 (forts...)

man många intressanta namn. Erik Östbye, med sina numera 76 fullföljda maror säkert Sveriges flitigaste, haltade lätt skadad i mål på 2.42.00, en aktningsvärd tid inte minst med tanke på att den presterades av en 57-åring. I den andra änden av åldersspektrumet hittade man åtminstone fem juniorer som klarade 3 timmarsgränsen, med Kvilles Lars Hoonk och Enhörnas Juhani Ekola främst med 2.45.14 resp 2.48.05.

Maratonlöpning för kvinnor har svårt att slå igenom i Sverige, men några kvinnor fanns med. Finskan Liisa Arbelius vann damklassen på 3.06.43 med Rigors Rose-Marie Östberg närmast på 3.15.10.

När man bevittnat en tävling som denna med den otroliga kvalitetskillnaden (de främsta sprang mer än dubbelt så fort som de sämsta) undrar man vart maratonlöpningen är på väg. Är inte det parodiska intrycket nära och är verkligen den som håller på 4-5 timmar tränad för maratonlöpning? Likaväl som den som hoppar 1 meter i höjd bör avstå från att starta i nationella tävlingar eftersom den rätta träningen och förmågan tydligen saknas (vilket naturligtvis inte skall hindra en att hoppa höjd för sitt eget nöjes skull i informella sammanhang) bör den som inte kan springa maraton inte starta i en nationell maratontävling.

Man kan som skedde här störa arrangemanget (funktionärer av alla de slag och kanske poliser som övervakar trafiken måste ju stanna kvar tills alla kommit i mål) till men för de andra. Eftersom man väntade in alla innan resultatlistan färdigställdes och prisutdelningen startades, dröjde den senare till bortåt kl 18.00 (att jämföra med 14.30 då de bästa gick i mål) och stämningen blev självklart irriterad av detta. Är detta vettigt? Modellen från t.ex. Boston där arrangörerna "stänger" målet och stoppar tävlingen efter 3.30 är nog ett efterföljansvärt exempel om inte maraton-sporten helt skall urarta.

Red kommentar: Eftersom Sällskapet har satt en gräns vid 5 timmar synes det naturligt att det skall finnas ett tillfälle per år i Sverige när målet inte stängs förrän 5 timmar har passerat. Det kan dock påpekas att 210 löpare kom i mål inom 1.30 efter segraren och att tävlingen förlängdes ytterligare 1 timme för de sista 23 st. Det märktes en viss irritation att det fanns löpare som gav sig ut på sista varvet efter det att ca 120 löpare redan gått i mål.

Curt Carlsson, Sävedalens AIK, skriver i Arbetet:

— Efter tävlingen, i samband med prisutdelningen, uppstod en del irritation bland löparna. Av orsaker som inte är klarlagda öppnades inte serveringen i Björngårdsvillan förrän cirka en timme efter överenskommen tid och löparna stod i korridoren och långt ut på gården och väntade på att få komma in och dricka en kopp kaffe och äta en smörgås. Förtäringen ingick i startavgiften.

Bengt Andersson beklagar detta och säger samtidigt att problemet är också att de som kommer i mål bland de främsta får vänta orimligt lång tid innan prislistorna är klara. Det är ett problem för alla arrangörer, säger han.

Darför överväger man inom Solvikingarna att ev. dela upp prislistorna i en A- och en B-lista. På så vis kan man korta ner väntetiden.

I övrigt vill dock Bengt Andersson påstå att arrangemangen fungerade fint och han vill särskilt tacka alla de funktionärer som såg till att löparna fick både vätska och kontrolltider.

RESULTAT

Vintermaraton - 1978-11-18 (Solvikingarna)

D	60	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM	DM	DM
				1	Lars Enqvist	Kils AIK	2.19.42	1				
				2	Owe Malmqvist	Enhörna IF	2.20.57					
				3	Bo Engvall	Sthlms Studenter	2.25.00					
				4	Johnny Nylén	IK Ymer	2.25.32		1			
				5	Hans Jonsson	Enhörna IF	2.27.48					
				6	Ingolf Wallestad	NOR	2.28.25					
				7	Sture Johansson	Svenljunga IK	2.28.33		2			
				8	Mats Lundblad	Gävle GIK	2.32.02					
				9	Timo Taberman	Partille FF	2.33.42			1		
				10	Björn Fuglerud	(10) NOR	2.34.10					
				11	Pauli Arbelius	FIN	2.34.22					
				12	Christer Bengtsson	IFK Halmstad	2.35.00				1	
				13	Vesa Leppänen	Pallo IF	2.35.38			2		
				14	Sten Odenblad	Fredrikshofs IF	2.35.50					
1				1	Pentti Meskanen	Boo IF	2.37.32					
2				2	Anders Låftman	Fredrikshofs IF	2.37.40					
3				3	Jan-Olov Schagerström	KFUM Örebro	2.37.45				1	
				15	Markko Järnbäck	Gimo IF	2.37.51					
				16	Sverre Gustafssén	Ludvika FFI	2.38.04					
				17	Sven-F Kristiansson	(20) Kvarnsvedens Golf	2.38.40					
				18	Jan-Erik Lindvall	Sundsvalls OK	2.39.56					
				19	Leif Wrigfeldt	Kinna IF	2.39.21			3		
				20	Jonny Jönsson	Ryssbergets IK	2.39.31					
				21	Reijo Kaikkonen	Partille FF	2.39.48			3		
				22	Stefan Jernberg	Krylbo IF	2.40.02					
				23	Mogens Jepsen	DAN	2.40.08					
1				1	Konrad Hernelind	Duvbo IK	2.40.21					
				24	Ingvar Larsson	Boo IF	2.40.35					
				25	Ilpo Kettunen	Bålsta IF	2.40.37					
				26	Roger Antonsson	(30) Solvikingarna	2.40.37			4		
				27	Anders Åkerberg	Fredrikshofs IF	2.40.57					
2				2	Erik Östbye	Solvikingarna	2.42.00			5		
4				4	Ivar Moline	Boo IF	2.42.31					
				28	Sune Andersson	Hällekis IF	2.42.43		4			
				29	Rune Gustavsson	Navåsens FK	2.42.43		5			
5				5	Rune Holmqvist	Solvikingarna	2.43.40			6		
				30	Christer Gustavsson	Tretorn SK	2.43.54					
				31	Markko Pihlman	IFK Nora	2.44.03				2	
				32	Kaari Leppänen	IK Ymer	2.44.46		6			
				33	Clement Clementsen	(40) DAN	2.44.48					
				34	Kjell Andersson	Åkulla SK	2.44.55				2	
				35	Lars Hoonk	IF Kville	2.45.14			7		
				36	Ingemar Frisk	OK Skogshjortarna	2.45.25					
6				6	Helge Mikaelson	Melleruds IF	2.45.29					
7				7	Sören Nylander	Boo IF	2.45.36					
				37	Jan Norén	Kvismaredalens IF	2.45.45				3	
8				8	Ralph Nilsson	Fredrikshofs IF	2.45.56					
				38	Jorma Auvinän	Kroppa IF	2.46.20		2			
				39	Raimo Hietala	Partille FF	2.46.26			8		
				40	Ingemar Pettersson	(50) Solvikingarna	2.46.54			9		

— loppet gäller som DM för Värmland, DM för Västergötland
DM för Göteborg, DM för Halland resp. DM för Närke.

forts...

RESULTAT - Vintermaraton (förlts...)

D	60	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM	DM
					41 Per Börö	NOR	2.47.59				
					42 Juhani Ekola	Enhörna IF	2.48.05				
			9		Öddvar Bråten	NOR	2.48.09				
				43	Allan Persson	Väckelsångs IF	2.48.20				
		10			Göte Ivarsson	Tibro AIK	2.48.36		7		
				44	Roger Rokones	NOR	2.49.47				
			11		Ingvar Andersson	IFK Göteborg	2.50.16			10	
		3			Lage Carlsson	Duvbo IK	2.50.29				
				45	Bengt Erik Enoksson	IFK Skövde	2.50.38		8		
				46	Ronny Schützer	(60) Trollhättans IF	2.50.42		9		
				47	Gunnar Eriksson	Åsbro	2.50.47				
				48	Bo Hellström	Fredrikshofs IF	2.50.55				
				49	Rolf Brosché	IFK Göteborg	2.50.57			11	
				50	Peter Jansson	Östhammars FK	2.51.10				
		4			Gösta Ekström	Säters IF	2.51.20				
			12		Royne Ringhäll	Sävedalens AIK	2.51.29			12	
				51	Urban Hallberg	Enhörna IF	2.51.42				
		5			Gunnar Blomqvist	IF Start	2.52.33				
				52	Matti Pakkula	Björkehovs IS	2.52.40		10		
				53	Roger Pettersson	(70) Solvikingarna	2.53.05			13	
				54	Olle Sandahl	Sävedalens AIK	2.53.16			14	
		6			Jan Kystad	NOR	2.53.29				
			13		Unto Rantakokko	Rånäs 4H	2.53.33				
				7	Gösta Hallberg	Solvikingarna	2.53.43			15	
			14		Faruk Alivodic	Sävedalens AIK	2.53.55			16	
				55	Lennart Hökpers	Dalregementets IF	2.53.59				
				56	Kenneth Persson	Örebro AIK	2.54.29				
				57	Åke Lutner	Solvikingarna	2.54.36			17	
		15			Olle Heggen	IF Göta	2.54.54	3			
			16		Erik Uno Eriksson	(80) Solvikingarna	2.55.03			18	
		8			Herbert Larsson	Solvikingarna	2.55.34			19	
				58	Raimo Lehtimäki	Marks FF	2.56.04		11		
			17		Willy Qvist	Eskilstuna FK	2.56.23				
				18	Kurt Jansson	Solvikingarna	2.56.30			20	
				59	Roger Andersson	Partille FF	2.56.54			21	
				60	Raimo Haukilahti	Partille FF	2.56.57			22	
		19			Arne Lager	Skeninge IK	2.57.28				
			9		Kurt Jonsson	Fredrikshofs IF	2.58.07				
				61	Nils-Roger Ljungfalk	Varbergs GIF	2.58.13			3	
				62	Martin Andersson	(90) Åkulla SK	2.58.19			4	
				63	Morgan Lalander	Stocksätters IF	2.58.28				
				64	Folke Olsson	IK Stern	2.58.29			23	
				65	Leif Persson	Hässleholms AIS	2.59.13				
		10			Gösta Andersson	GF Idrott	2.59.22				
			20		Bertil Hagström	IF Hagen	2.59.47		12		
				66	Roger Lundberg	Stocksätters IF	2.59.57				
				67	Antti Saranen	Surte SISU	3.00.48			24	
		21			Axel Karlsson	Nybro GK	3.01.03				
				68	Jan Ekman	IF Kville	3.01.26			25	
				69	Hardy Johannesen	(100) Solvikingarna	3.01.45			26	
				70	Curt Carlsson	Sävedalens AIK	3.01.54			27	
				71	Lennart Petersson	Sävedalens AIK	3.02.05			28	
		22			Claes Sjöberg	Kroppa IF	3.02.12	4			
			11		Karl-Erik Svensson	Nybro GK	3.02.31				
				23	Eino Paakonen	Partille FF	3.03.08			29	

RESULTAT - Vintermaraton (forts...)

	D	60	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM	DM	DM
						24	Ragnar Karlsson	Kristianopels Golf	3.03.33				
						25	Sven Johansson	Duvbo IK	3.03.52				
					72	Christer Carlsson	Navåsens FK	3.04.17		13			
		12				Gösta Lindblad	Sävedalens AIK	3.04.24			30		
					26	Stig Hellström	(110) Fredrikshofs IF	3.04.29					
					27	Tore Billman	Fredrikshofs IF	3.04.43					
		13				Åke Hall	Järla IF	3.05.08					
					73	Karl-Erik Andersson	Stenungsunds OK	3.05.33					
					28	Kurt Henriksson	Solvikingarna	3.05.48			31		
					29	Bror Andersson	Hällekis IF	3.05.55		14			
					74	Göran Karlsson	IFK Göteborg	3.06.31			32		
					75	Olle Persson	GF Idrott	3.06.35					
						Liisa Arbelius	FIN	3.06.43					
					30	Esko Kuitunen	Solvikingarna	3.08.09			33		
					76	Sten Andersson	(120) IF Göta	3. 8.35	5				
					77	Lennart Karlsson	Götlunda IF	3.08.43					
					78	Seved Enquist	Villstads Golf	3.09.15					
					79	Jan Söderlund	Gnosjö FK	3.09.36					
					80	Keijo Salmela	Partille FF	3.10.11			34		
					31	Jakko Penhunen	IFK Västerås	3.10.50					
					81	Oiva Tervo	Borås FF	3.11.22		15			
					32	Agne Wallin	Stocksätters IF	3.12.06				8	
					33	Sven-Erik Fredriksson	Becker-Galon IF	3.12.09					
					34	Olle Larsson	Hälta IK	3.12.21			35		
					14	Ebbe Callheim	(130) Järfälla SK	3.12.30					
					82	Kjell Bengtsson	IFK Halmstad	3.12.56			5		
					83	Bengt-Olof Palmqvist	Laholms IF	3.13.06			6		
					15	Gunnar Nybom	Mälardalens IK	3.13.30					
					84	Björn Solvsberg	NOR	3.13.38					
					35	Kurt Johansson	Trollhättans SK	3.14.26		16			
					16	Torleif Petersen	NOR	3.14.45					
						Rosemarie Östberg	IF Rigor	3.15.10			(7)		
					17	Arne Larsson	IF Start	3.15.27				9	
					85	Rolf Andersson	Solvikingarna	3.15.32			36		
					36	Roland Karlsson	(140) Partille FF	3.16.06			37		
					37	Bertil Järlåker	Solvikingarna	3.16.23			38		
					86	Tor Bäcksholm	Oxelösunds FF	3.17.05					
					87	Yrjö Seppänen	Partille FF	3.17.15			39		
					18	Bengt Wademan	Solvikingarna	3.17.28			40		
						Göte Olsson	Malmö FK	3.17.57					
					88	Bo Bengtsson	Kinna IF	3.17.59		17			
					19	Folke Wikström	Fredrikshofs IF	3.18.04					
					89	Göran Djärv	IFK Göteborg	3.18.06			41		
					90	Knut Strömsborg	NOR	3.18.20					
					91	Michael Hofstedt	(150) Solvikingarna	3.18.26			42		
					92	Jan-Olof Börjesson	OK Löftan	3.18.31			8		
					93	Lars Lif	Stocksätters IF	3.19.37				10	
					94	Finn Jahnsen	DEN	3.19.48					
					38	Göte Bergström	IF Göta	3.19.55		6			
					39	Karl-Åke Larsson	GF Idrott	3.20.25					
					40	Torsten Hammargren	Skövde FK	3.20.36			18		
					41	Kalevi Anttila	Partille FF	3.20.45			43		
					20	Sigfrid Eriksson	Uppsala OK	3.20.57					
					95	Kent Svensson	Skeninge IK	3.21.18					
					2	Ingemar Ljungquist	(160) Norrvirdarna OK	3.21.33					

RESULTAT - Vintermaraton (forts...)

D	60	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM	DM	DM
					21	Gerhard Mentzel	BRD	3.21.55				
					42	Börje Mattisson	Laholms IF	3.23.22				9
					22	Karl-Åke Nyman	Västerviks IF	3.24.31				
					3	Hermann Nummelin	SolK Hellas	3.24.53				
					96	Björn Videfors	GF Idrott	3.25.17				
					23	Ingvar Lundberg	Gnosjö FK	3.25.58				
					97	Gösta Gustavsson	Skogsluffarnas OK	3.26.32				
					43	Stig Asplund	IF Göta	3.26.36	7			
					98	Tore Klevmark	NOR	3.26.49				
					99	Kurt Andersson	(170) Falkenbergs IK	3.27.00				10
					24	Erik Lundvallh		3.27.28				
					3	Ulla Seger	Solvikingarna	3.27.49			(44)	
					44	Sture Andersson	Mariestads FK	3.28.20	19			
					100	Thomas Hofstedt	Solvikingarna	3.29.54			45	
					4	Erik Larsson	Hälsa IK	3.30.27			46	
					45	Georg Urbanietz	Hasselblads IF	3.30.38				
					101	Kenneth Andersson	IF Göta	3.30.58	8			
					102	Lars-Gunnar Falk	Borås LT	3.31.43				
					46	Sven Petersson	GF Idrott	3.32.53				
					47	Sten Ohlsson	(180) Mariestads FK	3.33.05		20		
					103	Åke Pettersson	Kalmar SK	3.33.43				
					4	Ulrika Hösterey	IK Vikingen	3.33.55			(47)	
					104	Ivar Söderlind	Jalles TC	3.34.08				
					105	Örjan Ohlsson	IK Finish	3.35.22				
					48	Hans Blomberg	Eskilstuna FK	3.35.31				
					25	Svein Hauger	NOR	3.36.05				
					5	Birgitta Andersson	IF Rigor	3.36.11			(11)	
					106	Tor Delinde	NOR	3.36.26				
					49	Karl-Axel Petersohn	Solvikingarna	3.38.05			48	
					5	Karl Hall	(190) Trollhättans SK	3.38.23		21		
					26	Per Landén	Solvikingarna	3.39.14			49	
					107	Örjan Wedin	Östhammars FK	3.40.00				
					108	Olavi Holappa	Borås FF	3.41.06		22		
					50	Rune Wigh	Sjöviks SK	3.43.13				
					27	Karl-Erik Lilja	Lidingö LL	3.43.40				
					51	Tage Carlsson	IF Start	3.43.42				11
					109	Lars Albertsson	Kvismaredalens IF	3.43.47				12
					28	Giovanni Cagioni	Atlas-Copco IF	3.43.50				
					110	R Nykänen	Partille FF	3.43.57			50	
					111	Anders Nilsson	(200) IF Göta	3.43.59	9			
					52	Sven Persson	IF Göta	3.44.09	10			
					112	Jürgen Schmidt	IF Göta	3.44.20	11			
					113	Per Wengström	Göteborgs SIF	3.44.29			51	
					114	Kjell Karlsson	Tanums IF	3.44.39				
					115	Leif Nilsson	IF Göta	3.45.47	12			
					116	Knut Lövseth	NOR	3.48.08				
					53	Anders Hyllengren	Täby SOK	3.48.08				
					54	Sven-Olof Davidsson	Växjö OK	3.49.14				
					29	Erik Andervang	Fritsla VIK	3.49.25		23		
					117	Sven-Åke Nilsson	(210) Filipstads IF	3.49.38	13			
					55	Ingemar Johnsson	IK Kungsörnen	3.49.43				
					56	Bengt-Ola Ferrari	Electro Sandberg IF	3.49.58				
					57	Tage Gunnarsson	Villstads Golf	3.51.40				
					118	Åke Olsson	Mariestads FK	3.52.07		24		
					58	Ingemar Jirebeck	Solvikingarna	3.57.30			52	

RESULTAT - Vintermaraton (forts...)

D	60	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM	DM	DM
	30				Johannus Koivonen	Borås FF	3.58.39	25				
		119			Lars Eliasson	Svenljunga IK	3.59.03	26				
		59			Ingvar Gustavsson	Villstads Golf	3.59.03					
	31				Berndt Larsson	IK Stern	4.02.05			53		
	32				Bernhard Bengtsson (220)	Solvikingarna	4.04.13			54		
6					Robert Andersson	Ryda SK	4.07.23	27				
	60				Stig Boman	IF Start	4.14.07					13
		120			Peter Richter	IF Göta	4.15.46	14				
	33				Nore Falk	Postens KIF	4.16.23					
		61			Karl-Axel Gunnarsson	Villstads Golf	4.17.24					
		121			Kurt Sjöblom	Svenljunga IK	4.19.44	28				
		62			Knut Bolander	Navåsens FK	4.22.17	15				
		63			Bengt Hermansson	Navåsens FK	4.25.35	16				
		122			Sune Olsson	OK Skogshjortarna	4.37.13					
6					Ann-Marie Jirebeck (230)	Solvikingarna	4.41.38			(55)		
		64			Rolf Andersson	IK Stern	4.41.44			56		
	34				Per Storjordet	NOR	4.41.52					
7					Aarne Ojala	Malmö FK	4.49.05					

Lagtävling 5-mannalag

1.	Fredrikshofs IF	13.31.18
2.	Solvikingarna	13.46.16
3.	Partille FF	13.53.47

Lagtävling 3-mannalag (deltävling i Svenska Maratonserien 1978)

1.	Enhörna IF	7.36.50	7 poäng
2.	Fredrikshofs IF I	7.54.27	5
3.	Partille FF	7.59.56	4
4.	Boo IF	8.00.39	3
5.	Solvikingarna I	8.11.11	2
6.	Solvikingarna II	8.33.42	1
7.	Duvbo IK	8.34.42	
8.	Fredrikshofs IF II	8.34.58	
9.	Sävedalens AIK	8.38.40	
10.	Solvikingarna III	8.45.13	
11.	IFK Göteborg	8.47.44	
12.	Partille FF II	8.56.59	
13.	Solvikingarna IV	9.04.03	

Detta var Fredrikshofs tredje inteckning i priset för 5-mannalagtävlingen, vilket således blir klubbens egendom för alltid. Fredrikshofs IF vann tävlingen 1975 och 1976.

Det av Astra IF uppsatta priset för det bästa 3-mannalaget innehållande minst en veteran vanns av Fredrikshofs IF. Laget bestod av Sten Odenblad, Anders Låftman (född 1938) och Anders Åkerberg (7.54.27)

Två debutanter blev distriktsmästare: Johnny Nylén (Västergötland - 2.25.32) och Timo Taberman (Göteborg - 2.33.42).

Sällskapet's Vandringspriser

Genom vinst i årets Vintermaraton erhöill LARS ENQVIST för alltid vandringspriset som uppsattes 1972 att tävlas om i seniorklassen. Lars uppnådde de erforderliga 21 poängen genom att vinna 1975, 1976 och 1978.

Slutställning efter 7 år:

1.	Lars Enqvist	-	-	-	7	7	-	7	=	21
2.	Owe Malmqvist	3	2	-	-	-	5	5	=	15
3.	Max Holmnäs	5	-	7	-	-	-	-	=	12
	Lars-Erik Staffans	-	-	-	5	-	7	-	=	12
5.	Urban Larsson	4	5	-	-	-	-	-	=	9
6.	Leif Andersén	-	4	4	-	-	-	-	=	8
7.	Hannu Partanen	7	-	-	-	-	-	-	=	7
	Colin Youngson	-	7	-	-	-	-	-	=	7
	Lars Källberg	-	-	-	4	3	-	-	=	7
10.	Rune Rådeström	-	3	-	3	-	-	-	=	6
11.	Gert Eriksson	-	-	5	-	-	-	-	=	5
	Rolf Kårevik	-	-	-	-	5	-	-	=	5
13.	Peter Tössberg	-	-	-	-	4	-	-	=	4
	Danny Flynn	-	-	-	-	-	4	-	=	4
	Bo Engvall	-	-	-	-	-	-	4	=	4
	Hans Jonsson	-	-	2	-	-	-	2	=	4
17.	Jan Eriksson	-	-	3	-	-	-	-	=	3
	Christer Hanell	-	-	-	-	3	-	-	=	3
	Johnny Nylén	-	-	-	-	-	-	3	=	3
20.	Bent Natvig	2	-	-	-	-	-	-	=	2
	Lars-M Ahlgren	-	-	-	2	-	-	-	=	2
	Mike Rowland	-	-	-	-	2	-	-	=	2
	Göran Pettersson	-	-	-	-	-	2	-	=	2
24.	Carl-Magnus Bergh	1	-	-	-	-	-	-	=	1
	Einar Wiedemann	-	1	-	-	-	-	-	=	1
	Jorma Sippola	-	-	1	-	-	-	-	=	1
	Pauli Arbelius	-	-	-	1	-	-	-	=	1
	Ulf Johansson	-	-	-	-	1	-	-	=	1
	Hans Nilsson	-	-	-	-	-	1	-	=	1
	Ingolf Wallestad	-	-	-	-	-	-	1	=	1

I veteranklasserna tävlas om två olika vandringspriser. Poängställningen efter årets tävling är:

Veteraner över 40 år:

1.	Åke Ivarsson	7	-	=	7
	Pentti Meskanen	-	7	=	7
3.	Jan-O Schagerström	2	4	=	6
4.	Asbjørn Lokøy	5	-	=	5
	Anders Låftman	-	5	=	5
6.	Bengt Bladström	4	-	=	4
7.	Per-Olov Alama	3	-	=	3
	Ivar Moline	-	3	=	3
9.	Rune Holmqvist	-	2	=	2
10.	Bengt Järnhester	1	-	=	1
	Helge Mikaelson	-	1	=	1

SÄLLSKAPETS VANDRINGSPRIS (forts...)Veteraner över 50 år:

1.	Konrad Hernelind	7	7	=	14
2.	Lage Carlson	5	4	=	9
3.	Erik Östbye	2	5	=	7
	Gösta Ekström	4	3	=	7
5.	Kurt Thorell	3	-	=	3
6.	Gunnar Blomqvist	-	2	=	2
7.	Sven Gustavsson	1	-	=	1
	Jan Kystad	-	1	=	1

SVENSKA MARATONSERIEN

Vintermaraton i Göteborg var den sista tävlingen i årets Svenska Maratonserien, den inofficiella serien för 3-mannaklubblag som ordnas i Svenska Marathonsällskapets regi.

Slutställningen:

1.	Fredrikshofs IF I	7	0	4	7	0	5	=	23
2.	Solvikingarna	0	4	3	4	5	(2)	=	16
3.	Enhörna IF	0	0	7	0	0	7	=	14
4.	Eskilstuna FK	4	0	0	5	0	0	=	9
5.	Heleneholms IF I	0	7	0	0	0	0	=	7
	Skeninge IK	0	0	0	0	7	0	=	7
7.	Fredrikshofs IF II	5	0	0	0	0	0	=	5
	IFK Göteborg I	0	5	0	0	0	0	=	5
	Jalles TC	0	0	5	0	0	0	=	5
10.	GF Idrott	0	0	0	0	4	0	=	4
	Partille FF	0	0	0	0	0	4	=	4
12.	IFK Göteborg II	0	3	0	0	0	0	=	3
	Roma IF	0	0	0	3	0	0	=	3
	Boo IF	0	0	0	0	0	3	=	3
15.	IK Finish	0	2	0	0	0	0	=	2
16.	Heleneholms IF II	0	1	0	0	0	0	=	1
	Solvikingarna II	0	0	0	0	0	1	=	1

De sex maratonlopp som ingick i serien 1978 var (1) Vallby, (2) Malmö, (3) SM i Umeå, (4) Gotland, (5) Vadstena och (6) Vintermaraton i Göteborg.

Följande löpare svarade för Fredrikshofs IF:s vinstgivande poäng:

(1)	Mike Rowland, Lars-Martin Ahlgren, Sten Odenblad	7.29.15
(3)	Sten Odenblad, Anders Låftman, Stig Hellström	8.22.01
(4)	Sten Odenblad, Göran Ronge, Sven-Åke Rydberg	8.46.29
(6)	Sten Odenblad, Anders Låftman, Anders Åkerberg	7.54.27

Vi GRATULERAR Fredrikshofs IF till denna seger.

Som rapporterats tidigare har styrelsen inte känt sig helt nöjd med den nuvarande uppläggningsen av denna tävling. Ev. ändringar i reglerna för serien kommer att meddelas i början av 1979.

50 maratonlopp

Vid prisutdelningen efter årets Vintermaraton kunde Sällskapetets ordförande, Axel Sundebrent, överlämna Sällskapetets Statyett till ytterligare en löpare som har fullföljt 50 maratonlopp.

ÖRJAN OHLSSON, IK Finish, är därmed den andre löpare som får denna utmärkelse. Anmärkningsvärt är dock att hans 50 lopp inkluderar inte mindre än 12 st 100 km-lopp. Varje 100 km-lopp räknas som ett maratonlopp.

Örjan, som är född 1946, debuterade i Lund 1967 och sprang ganska sparsamt i början av karriären. Diplomet för fem maratonlopp fick han inte förrän 1971, men standaret för 25 lopp fick han redan 1975.

Mot slutet av 1973 började han tävla allt oftare. Därefter ser hans meritlista ut så här:

1974: 9 lopp, varav 1 st 100 km-lopp
 1975: 10 lopp, varav 2 st 100 km-lopp
 1976: 6 lopp, varav 3 st 100 km-lopp
 1977: 10 lopp, varav 5 st 100 km-lopp
 1978: 8 lopp, varav 3 st 100 km-lopp (prel)

Örjans maratontider varierar tämligen mycket, vilket kanske beror på hans flitiga tävlande. Hans personbästa är 2.40.11 (Vällingby 1977) och hans bästa tid på 100 km noterade han när han vann tävlingen i Köpenhamn 1975.

Det verkar inte som om Örjan har några planer på att sluta med långdistanslöpning nu när han erhållit denna utmärkelse. Hans antal fullföljda lopp har redan stigit till 55. Siktat han på 100 kanske ?



ÖRJAN OHLSSON

En kul idé ?

— Siv Jansson, Mälarhöjdens IK

Startfälten på maratontävlingar är inte särskilt välfyllda här hemma jämfört med övriga europeiska länder. Ibland kan det bli ganska långtråkigt för en löpare att träla sig igenom loppet helt solo.

När jag var i Canada i augusti fick jag tips på en bra idé. I första led stod maratonlöpare. Efter dem stod en skara stafettlöpare. Arrangörerna hade alltså låtit göra en klass för 5-mannastafett över maratonsträckan. Växling skedde med dunk i ryggen, strax efter varje vätskekontroll.

Resultatet: inga ensamma maratonlöpare, mera intäkter till klubbkassan, mer publik efter banan. Alltså en idé att spinna vidare på... De flesta klubbarna har aktiva som gärna springa uppåt milen. Här skulle de alltså få chansen att delta med sina klubbkompisar i en lång stafettlöpning i sällskap med maratonlöpare.



SIV JANSSON

Veteran · VM

1. Bolton, England - 21 - 22 juli 1979 (IGAL)

Den gamla varianten, IGAL:s Veteran VM, kommer trots allt att fortsätta.

1979 kommer tävlingar att arrangeras av Bolton United H&AC i Lancashire, England, med ett 10 km-landsvägslopp den 21 juli och ett 25 km-lopp den 22 juli.

En gruppresa kommer förmodligen att arrangeras. Intresserade löpare skall omgående (helst skriftligen) ta kontakt med Bengt Andersson, Ringspinnaregatan 2, 431 33 Mölndal.

— Arrangörerna garanterar en bra tävling, skriver Bengt Andersson, och erfarenheterna för oss som var med i Coventry 1976 var ju goda.

2. Hannover, Tyskland - 27 juli - 2 augusti 1979 (WAA)

En WORLD VETERANS ATHLETIC ASSOCIATION har nu bildats med Roland Jerneryd, Göteborg, som generalsekreterare.

Den 27 juli - 2 augusti kommer världens hittills största friidrotts-tävling, det tredje VM:et för veteraner, att äga rum i Hannover. Samtliga idrottsgrenar ingår och programmet inkluderar ett maratonlopp för såväl män som kvinnor.

Arrangörerna beräknar att 5000 veteranidrottsmän och -kvinnor från mer än 50 länder kommer till Hannover. Detta visar den snabba utvecklingen veteranidrotten fått sedan 1977 i Göteborg då 2600 veteraner deltog.

Det är osäkert om någon gruppresa kommer att anordnas i Sällskapets regi.

Se sidan 3 för mer information om anmälningsblanketten m.m.

SCANDINAVIUM OPEN MARATHON CHAMPIONSHIP

- o I samband med svenska öppna inomhusmästerskapen i Fri-idrott som avgörs i Scandinavium i Göteborg den 27-28 jan 1979, skall världens första "maratonlopp" inomhus avgöras.
- o Ett mycket begränsat antal löpare kommer att få chansen att bli pionjärer och springa c:a 130 varv inne i Scandinavium.
- o Alla som är intresserade (även damer) skall anmäla sig till Solvikingarna, Ringspinnaregatan 2, 431 33 Mölndal. En skriftlig anmälan skall insändas senast den 8 jan med uppgift om den bästa maratontiden 1978. Startavgiften 30:- betalas vid starten.
- o Av utrymmesskäl förbehåller sig arrangörerna rätten att ta ut det mycket begränsade antal löpare som kan komma ifråga. De som således ges möjlighet att delta i denna historiska tävling kommer att få ett personligt meddelande från arrangörerna.

LUGI

RESULTAT

LUGI-Maraton - 1978-09-23 (LUGI)

D	50	40	S	Namn	Klubb	Tid	DM
			1	Konrad Hernelind	Duvbo IK	2.41.39	
			1	Leif Persson	Hässleholms AIS	2.43.45	1
			2	Allan Persson	Väckelsångs IK	2.45.13	
			3	Jan Hernelind	LUGI	2.45.30	2
			4	Per-Åke Andersson	IK Finish	2.48.13	3
			5	Örjan Ohlsson	IK Finish	2.55.34	4
			2	Gösta Andersson	GF Idrott	2.56.49	5
			6	Karl-Axel Brandett	Hästveda OK	2.58.47	6
			7	Jonny Eriksson	LUGI	2.59.35	7
			8	Olle Persson	GF Idrott	2.59.38	8
			1	Bertil Järlåker	Solvikingarna	3.02.20	
			2	Arne Nilsson	Lomma FIK	3.08.03	9
			3	Håkan Troedsson	Malmö FK	3.08.48	10
			3	Karl-Åke Larsson	GF Idrott	3.09.07	11
			4	Hans Everbäck	Malmö FK	3.09.50	12
			5	Torsten Hammargren	Skövde FK	3.10.35	
			9	Allan Mörttnäs	Hakarpspojarna	3.12.35	
			9	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	3.13.24	
			5	Carl-Erik Olsson	LUGI	3.14.07	13
			6	Göte Olsson	Malmö FK	3.14.22	14
			6	Sverker Nilsson	Malmö Polis Golf	3.15.04	15
			10	Per Christensen	LUGI	3.20.38	16
			11	Stig Fredriksson	LUGI	3.24.07	17
			7	J O Davidsson	Växjö	3.25.46	
			12	Håkan Pettersson	IF Lödde	3.26.32	18
			8	Rune Moritz	IF Lödde	3.26.32	19
			9	Sture Olsson	IF Lödde	3.26.32	20
			13	Stig Nilsson	Malmö FK	3.26.56	21
			10	Otto Albertsson	Malmö FK	3.28.43	22
			14	Christer Andersson	Malmö FK	3.31.49	23
			11	15 Kjell Nilsson	LUGI	3.33.49	24
				15 Ronald Wennersten	LUGI	3.41.32	25
			16	Ken Grip	LUGI	3.43.29	26
			7	Ingemar Nilsson	LUGI	3.44.40	27
			12	Hans Lindholm	LUGI	4.07.15	28
			8	Bertil Franklinsson	Malmö FK	4.10.00	29
			1	Gulli Nilsson	Heleneholms IF	4.43.15	
			9	Bertil Karlsson		5.16.31	

Loppet gäller som DM för Skåne

Säter

RESULTAT

Säter - 1978-10-14 (Säters IF)

60	50	40	35	S	Namn	Klubb	Tid	DM
					1. Owe Olsson	Kvarnsvedens Golf	2.36.42	1
				1	Jan-Olov Schagerström	KFUM Örebro	2.39.10	
					2. Erik Johansson	IK Stål	2.41.29	2
				1	Rune Svensson	Falu IK	2.44.30	3
					3. Nils Karlsson	IFK Hedemora	2.45.23	4
					4. Håkan Gillström	Kvarnsveden Golf	2.48.20	5
				2	Alf Dahlberg	Gagnefs IF	2.50.09	6
					5. Håkan Carle	Dalregementets IF	2.53.05	7
				1	Gösta Ekström	Säters IF	2.53.17	8
				2	Per-Arne Hjelm	Falu IK	2.56.49	9
				3	Willy Qvist	Eskilstuna FK	3.04.24	
					6. Tomas Nyberg	IK Stål	3.07.17	10
				3	Lars-Erik Olsson	Korsnäs IF	3.08.06	11
					Arne Larsson	IF Start	3.17.03	
				2	Sven Johansson	Sundborns Golf	3.17.25	12
				4	Hans Blomberg	Eskilstuna FK	3.32.10	
				5	Inge Eriksson	Sundborns Golf	3.33.31	13
				6	Stig Håll	Kvarnsvedens Golf	3.37.52	14
				7	Olle Rizell	IK Stål	3.49.23	15
				3	Sverre Gustafssén	Säfsnäs IF	3.51.08	16
1								

Loppet gäller som DM för Dalarna

Rödön

RESULTAT

Rödön - 1978-09-09 (Trångsvikens IF)

50	40	35	S	Namn	Klubb	Tid	DM
				1. Fredrik Carlsson	Myssjö/Övikens IF	2.44.56	1
				2. Tore Hellström	Myssjö/Övikens IF	2.48.35	2
				3. Ove Svensson	Trångsvikens IF	3.01.14	3
			1	Lars-Erik Rehnman	Trångsvikens IF	3.11.05	4
				1. Karl-Johan Svensson	Trångsvikens IF	3.25.58	5
			2	Rolf Olsson	Frösö IF	3.30.20	6
				1. Gunnar Spångberg	Trångsvikens IF	3.52.46	7
2				Bengt Fredriksson	Trångsvikens IF	4.17.39	8

Loppet genomfördes på vedertagen rundbana på Rödöns grusvägar, vilken löptes tre varv under mycket kalla och blåsiga väderleksförhållanden. Samtliga startande genomförde loppet.

Loppet gäller som DM för Jämtland/Härjedalen

Dacke

RESULTAT Dacke - 1978-10-15 (OK Dacke)

D	V	ÄO	YO	S	Namn	Klubb	Tid	DM
				1	Karl-Ivan Johansson	Oskarshämns SK	2.37.11	
				2	Jonny Jönsson	Ryssbergets IK	2.37.53	
				1	Tomas Medin	Navåsens FK	2.39.40	
				2	Lars Göran Göransson	KA 2 IF	2.45.37	1
				3	Christer Håkansson	IF Udd	2.52.32	2
				4	Ingvar Svensson	Gränums IF	2.53.07	3
				5	Leif Persson	Hässleholms AIS	2.56.28	
					Gösta Andersson	GF Idrott	2.57.27	
1					Karl Erik Svensson	Nybro GK	2.58.11	
2					Ragnar Karlsson	Kristianopels Golf	2.59.33	4
				2	Axel Karlsson	Nybro GK	3.00.32	
				6	Jan-Erik Sandén	Kristianopels Golf	3.03.10	5
3					Gustav Sandberg	OK Dacke	3.08.07	6
				3	Göte Augustsson	OK Dacke	3.15.24	7
				7	Juha Savinainen	UF Contact	3.20.29	8
				3	Erling Karlsson	Kristianopels Golf	3.26.35	9
				4	Silvijs Versa	GF Idrott	3.27.22	
				5	Sven Davidsson	Växjö OK	3.28.38	
4					Sigvard Rydenheim	UF Contact	3.35.47	10
				7	Göran Romberg	OK Dacke	3.37.50	11
5					Kalle Karlsson	UF Contact	3.48.03	12
6					Bertil Svensson	UF Contact	4.06.42	13
1					Gulli Nilsson	Heleneholms IF	4.41.58	

Samtliga startande fullföljde.

Loppet gäller som DM för Blekinge

Umeå

RESULTAT Umemaran - 1978-09-17 (Jalles TC & IFK Umeå)

S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM	DM
1	Kurt Andersson	Skellefteå AIK	2.32.31	1		
2	Leif Sundqvist	Skellefteå AIK	2.41.51	2		
3	Kjell Hemmyr	Jalles TC	2.44.10	3		
4	Nils-Gustaf Lundgren	Skellefteå AIK	2.45.48	4		
5	Lars Simper	Björns SK	2.48.51		1	
6	Sune Hagström	IF Vingarna	2.54.26			1
7	Per Sundberg	IFK Lidingö	2.55.25			
8	Ivar Söderlind	Jalles TC	3.02.04	5		
9	Björn Olsson	Umedalens IK	3.12.04	6		
10	Anders Turen	Sollefteå GIF	3.12.38		2	
11	Sven Grönlund	Gällivare	3.30.45			2
12	Bengt Vestin	IF Vingarna	4.07.24		3	

Loppet som DM för Västerbotten, DM för Ångermanland, DM för Norrbotten och även som Norrländskt mästerskap.

Östhammar

RESULTAT

Östhammar - 1978-10-15 (Östhammars SK)

50	40	35	S	Namn	Klubb	Tid	DM	DM
			1	Jan Eriksson	53 Brottby SK	2.27.27	1	
		1		Ilpo Kettunen	43 Bålsta IF	2.29.07	2	
			2	Mats Lundblad	56 Gävle GIK	2.30.52		
			3	Markku Järnbäck	52 Gimo IF	2.40.01	3	
1				Konrad Hernelind	26 Duvbo IK	2.40.16		
			4	Pauli Pirkanen	50 Häverödals SK	2.40.29	4	
1				Ralph Nilsson	38 Fredrikshofs IF	2.40.36		
2				Taito Salmi	37 IK Westmannia	2.44.02		1
		2		Roger Pistol	41 IFK Västerås	2.44.41		2
			5	Bernt Pettersson	44 IK Westmannia	2.44.58		3
			6	Peter Jansson	55 Östhammars SK	2.52.20	5	
		3		Lars Hammarström	42 Hagunda IF	2.52.52	6	
3				Jaako Tenhunen	32 IFK Västerås	2.52.59		4
4				Unto Rantakokko	38 Rånäs 4H	2.54.27	7	
		4		Lars Nordgren	41 IFK Västerås	2.57.21		5
5				Stig Hellström	36 Fredrikshofs IF	2.58.20		
		5		Milton Flemström	41 Häverödals SK	2.58.26	8	
6				Olle Rydberg	31 IFK Västerås	2.58.43		6
7				Hannu Lahti	37 IK Westmannia	3.00.31		7
8				Sven Johansson	30 Duvbo IK	3.02.16		
9				Tore Billman	30 Fredrikshofs IF	3.03.08		
10				Anders Karlsson	33 Hagunda IF	3.04.38	9	
		6		Sten Lindgren	40 Hagunda IF	3.07.26	10	
11				Olle Svensk	29 IFK Västerås	3.12.48		8
		7		Björn Mattsson	40 Hysingsvik SK	3.13.32	11	
2				Gunnar Nybom	27 Mälarhöjdens IK	3.13.32		
3				Johan Henriksson	28 Upsala OK	3.15.03	12	
		8		Hans Wannehed	42 Sthlms Spårväg-GIF	3.15.44		
4				Lennart Blomqvist	26 IK Westmannia	3.17.12		9
		12		Olavi Lahdensuu	32 IK Westmannia	3.17.19		10
5				Sigfrid Eriksson	21 Upsala OK	3.20.30	13	
6				Lennart Eriksson	25 Österfärnebo IF	3.22.20		
13				Kalervo Telsi	38 IFK Västerås	3.29.30		11
14				Bengt Liffgård	35 Upsala OK	3.34.22	14	
		7		Tord Ronnerfors	44 Upsala IF	4.16.16	15	
7				Yngve Hofvander	28 Upsala IF	4.16.16	16	

Start och mål vid Frösäkershallen, Östhammar. Vändslinga i Öregrund
Temperatur +12°C, soligt, svag vind.

Loppet gäller som DM för Uppland resp DM för Västmanland

Stockholm

RESULTAT Stockholms DM - 1978-10-22 (Järfälla SK)

D	50	40	S	Namn	Klubb	Tid
			1	Gunnar Holm	Bromma IF	2.18.10
			2	Alex Bonn	Turebergs IF	2.19.26
			3	Bo Engvall	Sthlms Studenter	2.19.29
			4	Lars Hansson	IFK Tumba	2.21.21
			5	Lars Martin Ahlgren	Fredrikshofs IF	2.25.10
			6	Willy Berggren	Hammarby IF	2.27.06
			7	Tommy Bergström	Duvbo IK	2.28.23
			8	Mårten Westberg	Fredrikshofs IF	2.30.00
	1			Pentti Meskanen	Boo IF	2.32.16
	2			Anders Låftman	Fredrikshofs IF	2.32.20
	3			Ivar Moline	Boo IF	2.34.40
		9		Sten Odenblad	Fredrikshofs IF	2.35.23
	4			Sture Gustavsson	Täby IS	2.36.16
		10		Jan Burehäll	Sthlms Studenter	2.37.05
		11		Ingvar Falkenby	Värmdö IF	2.38.13
		12		Kari Asikainen	Järä IF	2.41.46
	5			Halvar Jonsson	Järfälla SK	2.41.48
		13		Nils Eklund	Täby IS	2.42.23
		14		Jouko Rastas	IF Triangeln	2.43.22
		15		Thomas Borensjö	Boo IF	2.43.45
		16		Sten Carlsson	Sthlms Spårvägar	2.45.44
		17		Göran Ronge	Fredrikshofs IF	2.46.35
	6			Bengt Sjöberg	Duvbo IK	2.46.53
	7			Stig Hellström	Fredrikshofs IF	2.46.54
	8			Allan Hörnfeldt	Väsby IK	2.47.05
	9			Luis Marmol	Duvbo IK	2.47.09
utom tävlan				Ingemar Lindqvist	Öråns SK	2.50.09
		18		Martti Muttola	Sthlms Spårvägar	2.51.27
		19		Arild Cronstrand	Duvbo IK	2.51.44
		20		Erik Bonn	Mälarö SOK	2.52.43
		21		Anders Lagerberg	IFK Lidingö	2.53.13
		22		Sven-Åke Rydberg	Fredrikshofs IF	2.53.17
		23		Hans Mellberg	Bromma IF	2.53.38
		24		Bengt Nilsson	Fredrikshofs IF	2.55.13
	10			Tore Billman	Fredrikshofs IF	2.56.25
	1			Ebbe Callheim	Järfälla SK	2.56.46
		25		Rolf Norberg	Datema IF	2.57.02
	2			Erik Söderlund	Fredrikshofs IF	3.00.14
		11		Rune Yregård	Järfälla SK	3.05.17
		12		Björn Ekblom	Hammarby IF	3.05.49
		26		Tord Hedström	Mälarö SOK	3.06.43
		27		Sven Söderström	Boo IF	3.09.13
		28		Ulf Wickbom	Fredrikshofs IF	3.12.34
		29		Louis Bodini	Älvsjö AIK	3.13.09
1				Anneli Jonsson	Sabbatsbergs IF	3.14.28
2				Irene Göllas	Täby SOK	3.15.19
		30		Lars Göran Göllas	Täby SOK	3.15.20
	13			Anders Hyllengren	Täby SOK	3.19.42
	3			Karl-Erik Lilja	IFK Lidingö	3.28.59
		14		Pertti Lannermalm	Järfälla SK	3.37.12
		31		Thomas Alldén	Huddinge AIS	3.43.35
		32		Åke Kristiansson	Fredrikshofs IF	4.20.00

SVENSKAR I UTLANDET

RESULTAT

Kaisten, Schweiz - 1978-06-24

1.	Andreas Siegenthaler	SUI	2.28.54
2.	Kurt Ulmi	SUI	2.33.45
3.	Robert Brauchli	SUI	2.36.20
46.	Magnus Nilsson	Fredrikshofs IF	3.01.06

RESULTAT

Hornisgrinde-Marathon, Tyskland - 1978-07-29

1.	Peter Reiher	GER	2.39.58
2.	Kurt Ulmi	SUI	2.40.45
3.	Hermann Wallenstein	GER	2.42.02
26.	Magnus Nilsson	Fredrikshofs IF	3.25.16

RESULTAT

Köpenhamn, Danmark - 1978-09-24

1.	Lars Overskor	DAN	2.32.48
2.	Georg Olsen	DAN	2.35.53
3.	Ove Larsen	DAN	2.36.24
48.	Martin Andersson	Åkulla SK	3.07.33

276 löpare i mål, varav 20 damer

RESULTAT

Unna, Tyskland (100 km) - 1978-09-2--3

1.	Johannes Urbanek	42 GER	7.31.51
2.	Ulrich Schröter	53 GER	7.51.09
3.	Willi Bolten	52 GER	8.01.35
79.	Örjan Ohlsson	46 IK Finish	10.43.21

RESULTAT

Hamm, Tyskland (100 km) - 1978-10-28

1.	Gerd Jungmann	42 GER	7.08.10
2.	Helmut Reitz	38 GER	7.19.35
3.	Hans-Martin Erdmann	44 GER	7.26.32
16.	Örjan Ohlsson	46 IK Finish	8.31.40
40.	Bertil Järlåker	36 Solvikingarna	9.18.57

VINTERPOKALEN

Som vanligt arrangeras en serie träningstävlingar i Stockholmsdistrikt under vintern:

10 dec	Västerhaninge - 18 km	Ribbesskolan	kl 11.00
14 jan	Ängsjö - 25 km	Ängsjö friluftsgård	kl 11.00
11 feb	Lidingö - 15 km	LidingövalLEN	kl 11.00

och avslutningsvis

25 mars	Vällingbymaraton 42 km	Vällingby	kl 11.00
---------	------------------------	-----------	----------

MARATON-UTMÄRKELSER

- o SÄLLSKAPETS PRESTATIONSNÅL tilldelas varje medlem som fullföljer ett maratonlopp under 3.30 (damer 3.55).
Normalt skickas nålen till den nya medlemmen när den första årsavgiften har betalats. En ny medlem är dock inte berättigad till nålen om hans (hennes) maratontid överskrider 3.30 (3.55).
Vi har ingen möjlighet att centralt bevaka senare prestationer.
En medlem som vid ett senare tillfälle klarar stipulationsgränsen skall själv skriva och ansöka om nålen.
- o PRESTATIONSMÄRKEN I GULD OCH SILVER tilldelas medlemmar som fullföljer ett maratonlopp under 2.20 resp. 2.40. Dessa prestationer bevakas centralt och märken delas ut efter styrelsens godkännande.
- o SÄLLSKAPETS DIPLOM tilldelas medlem som fullföljt 5 maratonlopp
- o SÄLLSKAPETS STANDAR tilldelas medlem som fullföljt 25 maratonlopp
- o SÄLLSKAPETS STATYETT tilldelas medlem som fullföljt 50 maratonlopp

ANSÖKAN OM MARATON-UTMÄRKELSE för 5, 25 resp 50 fullföljda maratonlopp sker på en speciell blankett som rekvideras från Sällskapets sekretariat - Box 218, 101 22 Stockholm 1

Följande artiklar kan beställas från Sällskapets sekretariat:

- o OVERALLMÄRKEN à 10 kr
- o BLAZERMÄRKEN à 25 kr
- o TRÖJOR à 35 kr (kort ärm eller lång ärm, ange storlek)
- o SOUVENIRVIMPLAR à 5 kr

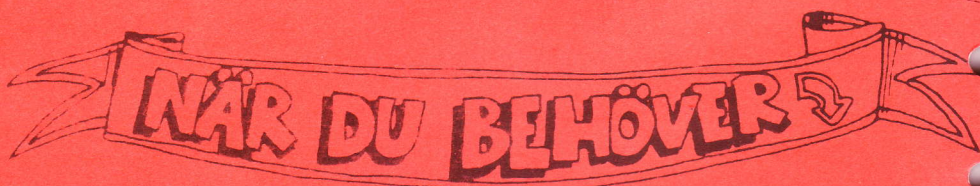
**Vi gratulerar
Dig
till Ditt första
MARATONLOPP**

Så ser det ut på framsidan av en broschyr som vi försöker dela ut till alla debutanter.

Broschyren inkluderar information om Sällskapet och en blankett för medlemsansökan.

Vi har missat några debutanter - hjälp oss att kontakta dem.

Broschyren erhålles från Sällskapets sekretariat, Box 218, 101 22 Stockholm 1.



ljuskopiering · reprografi · 1860-kopiering · 840-kopiering
mikrofilmning traditionell eller i kombination med data
mastertryck · itektryck · offsettryck · zinktryck · ritfilm
ritmateriel · radiodirigerade bilar hämtar och lämnar

Välkommen till resursstarka

arkitektkopia
OSTEN GRANKVIST AB

Eugeniavägen 43 • 113 33 Stockholm • Telefon 08-34 98 30