

Marathon- löparen



Jun 1991

Nr 113

1991 Nr 3



Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Box 218, 101 24 Stockholm
Redaktör och ansvarig utgivare:
Tony Bristow
Resultatredaktör:
Göran Andersson
Tryckning:
Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution:
Berglind & Bergström, Hägersten
ISSN 0283-1015

Svenska Marathonsällskapets Styrelse

Ordförande och resesekreterare
Lennart Granberg, 08-760 96 98
V. ordförande och utmärkelseansvarig:
Owe Westin, 08-711 20 51
Sekreterare:
Göran Gustavsson, 08-760 07 52
Kassör:
Lage Carlson, 08-756 26 45
Medlemssekreterare:
Sven-Erik Eriksson, 08-773 31 03
Informationssekreterare:
Bengt Lönnroth, 0758-706 15
Huvudkontaktombud:
Jan Lind, 08-626 94 49
PR-ansvarig:
Lena Sjöblom, 08-623 00 52
Redaktör:
Tony Bristow, 08-778 03 51
Resultatredaktör:
Göran Andersson, 009358/284 13 14
Bitr. info.sekr:
Tore Andersson, 08-28 55 59
De angivna telefonnumren är till bostäderna där styrelseledamöterna vanligtvis är anträffbara på kvällarna.

Svenska Marathonsällskapets Distriktssombud

Blekinge:
Bengt-Åke Svensson, 0455/507 66
Bohuslän-Dal:
Helge Mikaelson, 0534/115 07
Dalarna:
Yngve Karlsson, 0250/124 06
Gotland:
Lars Mårtensson, 0498/100 35
Gästrikland:
(Se Hälsingland)
Göteborg:
Christina Hildesson, 0303/417 38
Halland:
Martin Andersson, 0340/408 22
Hälsingland:
Roland Ludwischowski, 0650/205 37
Jämtland-Härjedal:
Monika Simson, 063/11 38 03
Medelpad:
Yngve Sohl, 060/17 15 10
Norrbottnen:
Owe Pötter, 0921/203 59
Närke:
Jan-Olov Schagerström, 019/990 05
Skåne:
Bengt Klang, 046/71 22 10
Småland:
Karl-Åke Nyman, 0490/154 89
Stockholm:
Ulf Mellerstedt, 08-626 84 52
Södermanland:
Lars-Olof Israelsson, 0152/136 07
Uppland:
Johan Henriksson, 018/12 19 47
Värmland:
Kauko Kaikkonen, 054/473 23
Västerbotten:
Jarl Kollberg, 090/318 39
Västergötland:
Karl-Gustav Nyström, 0520/961 08
Västmanland:
Sven-Erik Aronsson, 021/35 06 31
Ängermanland:
Kjell Nyberg, 0660/464 06
Östergötland:
Esbjörn Holmquist, 013/13 73 42

Åke Eriksson leder Stockholm Marathon strax efter halvvägsunkten. Foto: Tony Bristow.

Marathon-löparen

Jun 1991

Nr 113

1991 Nr 3



Varannan månad

Varje år vid denna tidpunkt, d.v.s. i det nummer av Marathonlöparen som kommer omedelbart efter det att Stockholm Marathon har gått av stapeln, brukar vi kunna välkomna många nya medlemmar i Svenska Marathonsällskapet, och 1991 kommer säkert inte att vara något undantag. Välkomna!

Nya medlemmar i Sällskapet betyder också nya läsare av tidningen och vi hoppas att Du som är en av dessa nytilkomna läsare kommer att tycka om det som finns att läsa på dessa sidor. Vi försöker att ge en fullständig bild av svensk maratöppning med resultat och reportage från de inhemska loppen samt även rapporter från de utländska loppen där vi har haft ett svenskt deltagande.

Detta är medlemmarnas egen tidning, d.v.s. det är fritt fram för alla att skicka in sina bidrag. Detta gäller förstås även dig som är medlem sedan länge. Ibland måste vi utelämna något bidrag av utrymmesskäl, men detta är tämligen sällsynt. Vanligtvis kan Du räkna med att varje bidrag som Du bemedlar Dig att skriva och skicka in kommer att finna en plats i ett kommande nummer.

Hur ofta kommer tidningen ? —

varannan månad. För att underlätta för Dig att anpassa dina bidrag till vår utgivningsplan skall det understrykas att sista manusdagen är **den 15:e i varje udda månad**. Av olika skäl, varav det viktigaste är att alla som är sysselsatta redaktionellt med tidningen arbetar ideellt och har andra jobb att sköta, är det svårt att garantera en utgivningsdag, men vi siktar på den 20:e i varje jämn månad.

Vare sig Du är en ny eller en "gamal" medlem är det en sak som säkert är av speciellt intresse i detta nummer. Vi visar här en bild av det nya **Sverige 90 Diplomet** som Du kommer att erhålla när Du har anmält att Du har sprungit 10 maratonlopp på olika platser i Sverige under 1990-talet. Redan i nästa nummer av Marathonlöparen hoppas vi kunna berätta om vem som har erhållit Sverige 90 Diplom nr 1, — men en stor upplaga har tryckts. Det finns ett Diplom åt dig — det är bara att anmäla Dig till de olika loppen som finns i Sverige! Du får tillgodoräkna dig sex lopp per år. Hur ofta blir det i genomsnitt ? — varannan månad, precis som med Marathonlöparen!

Tony Bristow



Ulf Mellerstedt och Alvar Asplund sprider kunskap om Svenska Marathonsällskapets verksamhet.
Foto: Tony Bristow.

Ny tävlingsdräkt

Som framgår av beställningssedeln på baksidan kan vi nu erbjuda en ny typ av tävlingsdräkt. Dräkten är tillverkad av Sub 4 i Cool-Max, ett textilmaterial som gör att plaggen känns alltid svala och torra, genom att fibrerna har en struktur som gör att svetten lättare avleds från huden och sedan avdunstar snabbare. Dessutom smiter inte plaggen åt utan förblir mjuka,

bekväma och lätta. Mönstret blir ungefär som förut, med en blå/gul bård och Marathonsällskapets emblem. En viktig nyhet är att det kommer även att framgå av baksidan att man tillhör Svenska Marathonsällskapet — ett återkommande önskemål från våra resenärer till utländska tävlingar, där det kan vara trevligt att kunna känna igen varandra under loppet.

NEW YORK CITY MARATHON

3 NOVEMBER 1991



Följ med till NEW YORK och spring marornas mara eller heja fram Din vän!

Önskar Du sedan göra en förlängning av resan, när Du ändå är "over there", skraddarsyr vi den enligt Dina önskemål.

Ring och boka eller beställ prospekt hos:

TRIVSELRESOR RESEBUREAU AB
Grupp- & konferensavdelningen

Tel 08-728 82 30



Löpande ärenden

Informationsbord

Traditionsenligt deltog Svenska Marathonsällskapet med ett informationsbord i samband med nummerlappsutdelningen inför Stockholm Marathon. Där hade vi som vanligt tillfälle att prata med gamla medlemmar och med våra gamla vänner från våra många resor, samtidigt som vi kunde överlämna informationsmaterial till många som ännu inte har anslutit sig till denna kamratförening. En nyhet var en ny informationsbroschyr och anmälningsblankett som har tagits fram under överinseende av Lena Sjöblom, som sedan ett år tillbaka är ansvarig inom styrelsen för PR-frågor.

Nya stödjande medlemmar

I Marathonlöparen nr 2/91 berättade vi om ett förslag som har gått ut till Sveriges maratonarrangörer att bli Stödjande Medlem i Sällskapet. Nu kan vi meddela att ytterligare två arrangörer har anmält att de är intresserade av denna typ av medlemskap, och vi välkomnar **Östhammar FI** och **Stockholm Marathon** till denna medlemsgrupp, som numera omfattar totalt fem arrangörer. Varje stödjande medlem betalar tio gånger den ordinarie medlemsavgiften och erhåller bl.a. rätt till en gratis tävlingsannons i Marathonlöparen.



Tony Bristow överlämnar Sällskapets Statyett för 50 maratonlopp till Magnus Nilsson. Fredriksbofs IF, numera bosatt i Liechtenstein. Foto: Alvar Asplund.

Maraton-Utmärkelser

- SÄLLSKAPETS DIPLOM tilldelas medlem som fullföljt 5 maratonlopp.
- SÄLLSKAPETS STANDAR tilldelas medlem som fullföljt 25 maratonlopp.
- SÄLLSKAPETS STATYETT tilldelas medlem som fullföljt 50 maratonlopp.
- SÄLLSKAPETS GLASTROFÉ tilldelas medlem som fullföljt 100 maratonlopp.

ANSÖKAN OM MARATON-UTMÄRKELSE för 5, 25, 50 resp 100 fullföljda maratonlopp sker på en speciell blankett som rekvideras från Sällskapets sekretariat — Box 218, 101 24 Stockholm.

Världsbästa 1990

— Sammanställd av Antonin Hejda

Män

2.08.16 1	Moneghetti Stephen	620926	AUS	176-60	3009	Berlin
2.08.19 1	Bordin Gelindo	590402	ITA	180-68	1604	Boston
2.08.32 2	Shahanga Gidamis	570904	TAN	180-57	3009	Berlin
2.09.23 3	Peter Jorg	551023	GDR	173-63	3009	Berlin
2.09.41 1	Pitayo Martin	600110	MEX	173-55	2810	Chicago
2.09.41 2	Niemzak Antoni	551117	POL	176-68	2810	Chicago
2.09.45 4	Freigang Stephan	670927	GDR	179-65	3009	Berlin
2.09.50 1	Tsebe David	661109	RSA		2402	Port Elizabeth
2.09.52 2	Ikangaa Juma	570719	TAN	163-58	1604	Boston
2.10.10 1	Hutton Allister	540718	UK	168-56	2204	London
(10)						
2.10.16 2	Huruk Jan	601027	POL	178-65	2204	Wien
2.10.27 1	Wakiihuri Douglas	630926	KEN	186-65	3001	Auckland
2.10.28 1	Gebre Tadesse	68	ETH		2204	Roma
2.10.34 3	Simon Robert Naali	660309	TAN	168-57	3001	Auckland
2.10.40 2	Bettio Salvatore	611128	ITA	178-57	2204	London
2.10.42 1	Filho Nivaldo	600822	BRA		1811	Roma
2.10.46 3	Vera Rolando	650427	ECU	157-50	1604	Boston
2.10.48 3	Romera Juan Francisco	601031	SPA	173-60	2204	London
2.10.48 3	Wilson Rex	604010	NZL		2810	Chicago
2.10.53 4	Eriksson Åke	620510	SWE		2810	Chicago
(20)						
2.10.56 1	Taniguchi Hiromi	600405	JAP	171-56	2204	Rotterdam
2.10.57 1	Nakayama Takeyuki	591220	JAP	179-56	1102	Tokyo
2.10.59 5	Eyestone Edward	610615	USA	185-66	2810	Chicago
2.11.01 1	Castillo Maurillo	621201	MEX		1410	St. Paul
2.11.04 4	Campbell John	490206	NZL	175-57	1604	Boston
2.11.04 4	Montiel José Esteban	620920	SPA	174-58	2204	London
2.11.05 5	O'Reilly Michael	580423	IRL	168-53	2204	London
2.11.07 6	Tolstikov Yakov	590520	SU	165-59	2204	London
2.11.13 1	Pilkington Paul	581012	USA		1401	Houston
2.11.23 2	Treacy John	570604	IRL	179-59	1102	Tokyo
(30)						
2.11.24 2	Sebata John	560107	RSA		2402	Port Elizabeth
2.11.28 5	De Castella Robert	570227	AUS	180-65	1604	Boston
2.11.32 3	Densimo Balayneh	570628	ETH	168-60	1102	Tokyo
2.11.37 2	Hiroshima Tsutomu	661012	JAP		0212	Fukuoka
2.11.38 1	Kim Won-Tak	640721	SKO	171-58	1803	Seoul
2.11.52 1	Gizaw Zerihun	650321	ETH		1305	Amsterdam
2.11.53 2	Mekonnen Abebe	640109	ETH	158-59	2204	Rotterdam
2.11.54 1	Bernardini Severino	66	ITA		2810	Carpi
2.11.54 1	Ortiz Pedro	560226	COL		0403	Los Angeles
2.11.56 1	Psujek Boguslaw	561122	POL	182-69	0402	Beppu/Oita
(40)						
2.11.57 2	Saktay Nada	590804	TAN		2810	Carpi
2.12.00 2	Yoneshige Shuich	610661	JAP	172-57	0402	Beppu/Oita
2.12.02 8	Wachenbrunner Rainer	610111	GDR	188-75	2204	London
2.12.03 7	Pinheiro Joaquim	601220	POR	164-57	2810	Chicago
2.12.04 2	Gebremedihin Leikun	70	ETH		2204	Roma
2.12.07 2	Kotov Vladimir	580221	SU	170-59	2005	Hamburg
2.12.07 2	Soly Jonathan	630628	UK	183-66	1410	St. Paul
2.12.08 3	Fonseca Peter	601005	CAN		0403	Los Angeles
2.12.10 3	Misker Muluken		ETH		2204	Roma
2.12.12 1	Faustini Alessio	600610	ITA	165-48	0912	Palermo
(50)						
2.12.16 4	Kozasu Toru	640704	JAP	170-56	1102	Tokyo
2.12.16 8	Da Silva Souza Osmiro	611009	BRA	182-65	2810	Chicago
2.12.17 1	Spence Steve	620509	USA	175-61	1111	Colombus
2.12.18 9	Ceron Dionicio	651009	MEX		2810	Chicago
2.12.20 1	Szucs Csaba	650129	HUN	175-68	1703	Szeged
2.12.22 9	Taniguchi Tomoyuki	610721	JAP	172-63	2204	London
2.12.23 3	Tuttle John	581016	USA	185-68	1410	St. Paul
2.12.24 5	David Karel	640208	CSR	180-65		Tokyo
2.12.25 10	Janicki Donald	600423	USA	178-72	2204	London
2.12.35 1	Protais Jean-Baptiste	600815	FRA	168-56	1609	Hauts-de-Seine
(60)						
2.12.35 1	Renner Peter	591027	NZL		0212	Sacramento
2.12.37 3	Moghali Thabiso	671207	RSA		2502	Port Elizabeth
2.12.38 2	Carp Mark	590105	USA	174-52	1111	Colombus
2.12.40 5	Hanninen Harri	631018	FIN	178-61	3009	Berlin
2.12.41 6	Nishimoto Kazuya	620602	JAP	170-53	3009	Berlin
2.12.42 2	Burra John	620620	TAN	162-56	1305	Amsterdam
2.12.44 4	Jones Stephen	550804	UK	178-62	3001	Auckland
2.12.44 7	Steffy Herbert	530905	FRG	179-67	3009	Berlin
2.12.47 11	Hernandez Honorato	560629	SPA	176-60	2204	London
2.12.49 6	Shimizu Satoru	630813	JAP	163-51	1102	Tokyo
(70)						

Kvinnor

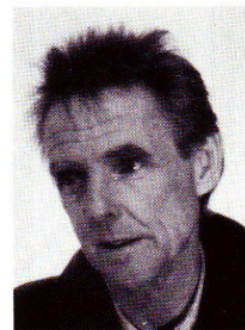
2.25.24 1	Mota Rosa	580629	POR	157-45	1604	Boston
2.25.28 1	Martin Lisa	600512	AUS	166-47	3101	Auckland
2.26.31 1	Panfil Wanda	590126	POL	167-54	2204	London
2.27.36 1	Van der Merwe Frith	640526	RSA		2402	Port Elizabeth
2.28.01 2	Larrieu-Smith Francie	521123	USA	163-48	2204	London
2.28.03 2	Pippig Uta	650907	FRG	167-55	1604	Boston
2.28.15 3	Weidenbach Lisa	580502	USA	176-57	2204	London
2.28.50 2	Kokowska Renata	581204	POL	170-57	3009	Berlin
2.28.53 3	Trujillo Maria	591019	USA	157-52	1604	Boston
2.28.56 4	Gradus Kamila	670319	POL	158-47	1604	Boston
(10)						
2.29.22 1	Bornet Sylvie	600121	FRA	154-37	1410	St. Paul
2.29.35 4	Zhao You-Feng	650505	CHN	168-48	2204	London
2.29.36 2	Hyodo Katsuya	671204	JAP	158-45	2801	Osaka
2.29.45 5	Khremenkova Yekaterina	540106	SU	168-56	2204	London
2.29.47 1	Beurskens Carla	520210	HOL	165-45	2204	Rotterdam
2.29.47 3	Yegorova Valentina	640216	SU	156-52	2801	Osaka
2.30.11 1	Cunha Aurora	590531	POR	176-57	2810	Chicago
2.30.18 6	Xie Lihua	650719	CHN	162-50	2204	London
2.30.25 4	Yoshida Mitsuyo	661029	JAP	174-53	2801	Osaka
2.30.34 1	Ferreira Maria Conceição	620313	POR	148-40	0605	Pittsburgh
(20)						
2.30.34 7	Rasmusson Dorthe	600127	DEN	181-61	2204	London
2.30.38 8	Bogochova Irina	620530	SU	164-50	2204	London
2.30.39 2	Biba Iris	640527	FRG	168-44	2204	Rotterdam
2.30.42 1	Klecker Janis	600718	USA	168-48	0212	Sacramento
2.30.50 2	Jones Kim	580502	USA	170-53	0411	New York
2.31.09 6	Marot Veronique	550916	UK	168-52	1604	Boston
2.31.15 7	Ivanova Zoya	520314	SU	164-52	1604	Boston
2.31.20 9	Bonnet Françoise	570408	FRA	163-48	2204	London
2.31.34 10	Bizioli Antonella	570329	ITA	160-50	2204	London
2.31.35 2	Pressler Kerstin	600202	FRG	160-50	0605	Pittsburgh
(30)						
2.31.41 2	Audain Anne	551101	NZL	165-51	1410	St. Paul
2.31.47 11	Zuyeva Tatyna	580617	SU	154-49	2204	London
2.31.49 12	Geffray Sylviane	530406	FRA	158-47	2204	London
2.32.08 13	Klocho Lyobov	590926	SU	166-54	2204	London
2.32.14 1	Li Yemei	660525	CHN		2109	Beijing
2.32.21 1	Barangulova Ramilia	610611	SU		2204	Kaliningrad
2.32.25 1	Isphording Julie	611205	USA	165-48	0403	Los Angeles
2.32.28 2	Rouillard Carole	600315	CAN	153-44	2810	Chicago
2.32.32 2	Araki Kumi	651011	JAP	153-40	0403	Nagoya
2.32.32 5	Sthpan Birgit	640927	GDR	165-49	2801	Osaka
(40)						
2.32.36 14	Rebello-Lelut Maria	560129	FRA	159-47	2204	London
2.32.47 1	Scaunich Emma	540301	ITA	163-48	2810	Carpi
2.32.51 6	Arimori Yuuko	661217	JAP	165-48	2801	Osaka
2.33.07 15	McCracken Nicola	620411	UK		2204	London
2.33.10 3	Bloch Gordon	610214	USA	168-51	1410	St. Paul
2.33.12 1	Teske Charlotte	491123	FRG	167-55	0605	München
2.33.15 2	Ruckie Tani	620625	AUS	162-52	3101	Auckland
2.33.16 4	Rybicka Anna	630923	POL		3009	Berlin
2.33.17 8	Yamashita Sachiko	640820	JAP	156-43		Osaka
2.33.18 1	Melicherova Ludmila	640606	CS	155-44	2204	Wien
(50)						
2.33.21 3	Dörre Katrin	611006	GDR	170-55	0411	New York
2.33.25 1	Weizel Jane	550424	USA		2306	Pittsburgh
2.33.28 4	Cathay Kellie	611114	USA	157-43	0605	Pittsburgh
2.33.32 2	Villani Anna	660621	ITA		2810	Carpi
2.33.34 4	Mayal Jeanette	630719	BRA	165-48	1410	St. Paul
2.33.36 2	Eichelmann Sirje/DRUG	550716	SU	165-56	0403	Los Angeles
2.33.40 3	Asai Eriko	591020	JAP	150-42	0403	Nagoya
2.33.44 3	Bussières Lizanne	610820	CAN	159-51	0403	Los Angeles
2.33.44 17	Fincke Annette	631010	GDR	155-40	2204	London
2.33.46 5	Machado Manuela	640809	POR	172-55	0506	Pittsburgh
(60)						
2.33.57 5	Narock Marcia	69	BRA		3009	Berlin
2.34.10 3	Tanigawa Mari	62	JAP		0912	Tokyo
2.34.16 1	Nagy Judith	650909	HUN		2005	Hamburg
2.34.20 2	Naumova Alevtina	610116	SU		0212	Sacramento
2.34.21 1	Cucchiatti Silvana		ITA		2204	Roma
2.34.27 3	Hamrin Marie-Louise	570419	SWE	166-54	2810	Chicago
2.34.31 6	Petrova Irina	620112	SU	169-54	0605	Pittsburgh
2.34.31 18	Eastall Sally	630105	UK		2204	London
2.34.34 4	Waitz Grete	531001	NOR	172-52	0411	New York
2.34.34 2	Raunig Deborah	550929	USA	165-47	2306	Duluth
(70)						

Fotnot: För varje löpare visas (a) resultat, (b) plats i loppet, (c) namn, (d) födelse-
dag, (e) nationalitet, (f) längd (cm) — vikt (kg), (g) datum och plats för resultatet.

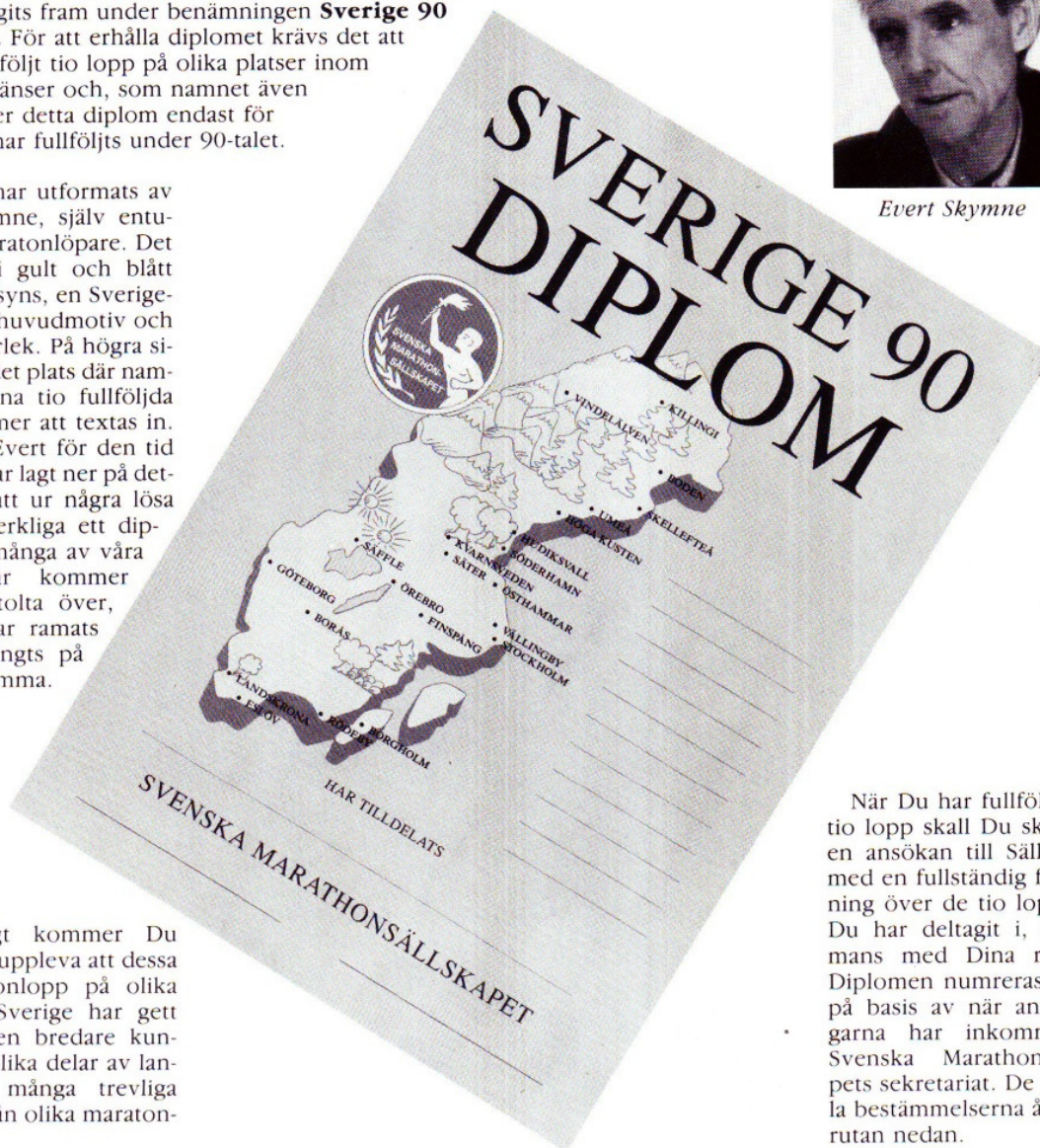
Sverige 90 Diplomet — så här ser det ut!

Nu kan vi med stolthet presentera det nya diplom som har tagits fram under benämningen **Sverige 90 Diplomet**. För att erhålla diplom krävs det att Du har fullföljt tio lopp på olika platser inom Sveriges gränser och, som namnet även anger, gäller detta diplom endast för lopp som har fullförts under 90-talet.

Diplomet har utformats av Evert Skymne, själv entusiastisk maratonlöpare. Det är tryckt i gult och blått med, som syns, en Svergekarta som huvudmotiv och är i A4 storlek. På högra sidan finns det plats där namnen på Dina tio fullföljda lopp kommer att textas in. Vi tackar Evert för den tid som han har lagt ner på detta arbete att ur några lösa idéer förverkliga ett diplom som många av våra medlemmar kommer att vara stolta över, när det har ramats in och hängts på väggen hemma.



Evert Skymne



Samtidigt kommer Du förstås att uppleva att dessa tio maratonlopp på olika platser i Sverige har gett Dig dels en bredare kunskap om olika delar av landet dels många trevliga minnen från olika maratonbanor.

När Du har fullföljt Dina tio lopp skall Du skicka in en ansökan till Sällskapet, med en fullständig förteckning över de tio lopp som Du har deltagit i, tillsammans med Dina resultat. Diplomen numreras i följd på basis av när ansökningarna har inkommit till Svenska Marathonsällskapets sekretariat. De formella bestämmelserna återges i rutan nedan.

Bestämmelser för Sverige 90 Diplomet

1. Sverige 90 Diplomet tilldelas medlem i Svenska Marathonsällskapet som i Sverige under 1990-talet har fullföljt tio maratonlopp på olika platser och med olika arrangörer.
2. Endast resultat uppnådda i sanktionerade tävlingar över 42,195 km som arrangeras under tiden 900101 — 991231 får medräknas.
3. Varje lopp skall fullföljas på en tid som inte överskrider 5 timmar.
4. Endast sex lopp per kalenderår får tillgodoräknas.
5. Medlemsavgiften till Svenska Marathonsällskapet skall ha betalats åtminstone under den tid som gäller för de fem sista loppen i serien.
6. Ansökan skickas till Svenska Marathonsällskapets sekretariat, Box 218, 101 24 Stockholm, med fullständig information om datum, tävlingsplats och resultat för samtliga lopp som återopas.
7. Diplomen numreras i den ordning som ansökningar ankommer till Svenska Marathonsällskapets sekretariat.

(fastställda av styrelsen 91-06-11)

GRÜSS GOTT WIEN

Fredag. Två dagar före Wien Maraton

Efter mycken men kär möda, sitter vi i flygplanet, på väg till Wien. På väg till vad? Jo, Wien Maraton.

Den planerade bussresan till Paris Maraton blev ej av. Anledning? Kriget vid Persiska viken. Polisen i Paris kunde inte garantera säkerheten för 20 000 deltagare. Loppet blev inställt.

Bussgruppen blev nu starkt reducerad, men vi sitter ändå sju tappra på väg till Wien.

Veteranelitlöpare

Av dessa sju skall fem springa maran. Här finns den mycket erfarna löparen Konrad Hernelind med sina 120 maror, här finns Sten Odenblad som löpt 77 st, här finns en glad norrlänning, Bernt Öberg och undertecknad som närmar oss 10 maror. Här finns också gruppens premiärlöperska, Gunilla, operasångerska, som bytt ut scenens tiljor mot den hårda asfalten.

Schnitzel i kolossalformat

Första kvällen hittar vi en restaurang som heter "Figlmüller". Det hör till att äta wienerschnitzel i Wien och det skulle vi också göra, här rör det sig om världens största schnitzel och skriver jag världens största så menar jag något i kolossalformat. Tallriken syns ej under schnitseln.

Lördag. Dagen före maran

Vi måste turista i denna fina kulturella stad. Det skulle behövas ett par veckor för att se allt. Det finns enormt med gamla byggnader och museér.

I brist på tid tar vi en rundtursbuss. Vi passerar den pampiga Stephansdomen, Hofburgpalatset (den kejserliga vinterbostaden), den Spanska ridskolan, rådhuset, operan samt mycket mer.

Denna dag skall kolhydratuppladdningen kulminera. Vi uppsöker en restaurang för att inta en lunch, inte enbart för att stilla hungern.

Tredje mannen

I Pratern, en stor park, finns ett nöjesfält med ett stort pariserhjul, känt genom filmen "Tredje mannen". Detta är ett måste om man är i Wien. Pariserhjulet eller "Der Riesenrad" är 65 m högt och byggt 1897. Utsikten är bedövande.

Maratonlöpare är också turister och turister blir trötta efter allt gående (gång är inte vår likör).

Dags för en siesta.

Pastaparty

På kvällen avnjuter vi det sedvanliga pastapartyt, här inte med den vanliga spagettin utan ett slags bröd, varmt och i små bitar. Till detta sylt. Jättegott!

Hem till hotellet igen för en tidig afton. Vi bor fem minuter från rådhuset, där också målet är beläget. Vi skojar med varandra, man börjar känna efter i kroppen. Man tycker sig ha ont i knän, ryggar och lår. Man undrar vad man gett sig in på. Den psykiska uppladdningen har börjat.

Söndag. Dagen för Wien Maraton

Klockan ringer vid 6-tiden. Jag har sovit mycket dåligt. Nåja, det här skall väl gå bra. En tidig frukost, sedan vila, stretching, smörja in fötter, plåstra på utsatta ställen allt efter invant mönster.

Vi fem lämnar hotellet klockan åtta för att åka tunnelbana till starten som ligger vid Schloss Schönbrunn. Vi har gott om tid och kommer till starten en och en halv timme innan. Allt verkar bra och väl organiserat.



Författaren vill ej vara med på bild.

Starten

5700 löpare står och stampar, 16 grader varmt, vindstilla.

Klockan 10.15. Pång!! Och iväg. Lugn och fin början, kanske lite för hög utgångsfart för min del. Jag har planerat för en sluttid på 3.45. Det är ungefär min kapacitet, tror jag.

Efter nio km kommer vi tillbaka till Schönbrunn igen, passerar starten fast åt andra hållet, så att säga. Ett pampigt slott Schönbrunn, men nu finns ej tid för att turista. Banan går nu in mot stadens centrum och rådhuset passeras efter femton km. Hit skall vi också komma en aning tröttare efter 42 km. Man passerar inuti rådhuset genom en smal gång. Originellt och trevligt.

Vid sexton km vårt hotell, upp i säng igen eller..... Nej, tröttheten har ännu inte satt in. Jag fortsätter.

Indianer och vita

Vi passerar Schwedenplatz och Schwedenbrücke. Här dansar indianer på gatan.

"De vita" (publiken) står i så täta led så att bara två kan springa jämsides.

Prater

Nu springer vi in i en park i storlek som Central Park i New York. Här skall vi nöta vägarna från 23 km till 35 km. Nöjesfältet som vi besökte igår springer vi rätt igenom.

Här i parken som heter Prater börjar det ta emot ordentligt. Jag sänker farten och tar längre pauser vid vattenhålen.

Min tänkta sluttid på 3.45 ändras snabbt till ca fyra tim, dvs gärna sekunden under detta magiska timtal.

Ja nu **börjar** maran, den sista milen. Det är en plåga,

GRÜSS GOTT WIEN

musklerna gör präktigt ont. Men ingen löpare som inte plågats sista milen har gjort någon riktig mara. Jag skall klara av det.

Målet

Hej och hå! Benen rör sig upp och ner, men går det framåt? När jag svänger runt sista kurvan och ser målet vid rådhuset, slår klockan 3.59.00. Järnet! 150 meter kvar. Jag ger allt! Känner inte av de onda musklerna längre. När jag kommer fram till mållinjen kastar jag mig framåt och ramlar in i målställningen (man har väl sett på TV). Fullständigt slut. Jag har sett den digitala klockan framför mig under hela spurtan och såg siffran fyra för timmar när jag gick i mål. Men var sluttiden under eller över den magiska

timmen?

Över4.00.03.

Grinzing

På kvällen avnjuter vi se- gernas sötma på restaurang Wienerwald i vindistriktet Grinzing. Vi äter national- rätten Backhendler (frite- rad kyckling) och dricker massvis av vin.

Maratondagen lider mot sitt slut och vi tar den röda spårvagnen tillbaka till ho- tellet. Alla glada och nöjda. Vi pratar redan om taktiken för nästa maratonlopp. Det på hemmaplan i Stockholm om sex veckor.

En sak är vi överens om, Wien kommer att få se oss flera gånger. Ett välorgani- serat och lagom stort lopp. En mycket trevlig och "lättsprungen" bana. Att dessutom vädret var soligt och varmt gjorde inte upp- levelsen sämre.

Resultat

3.02 Konrad Hernelind,
1:a i 65-årsklassen, Hurra!!!

2.46 Sten Odenblad,
4:a i 50-årsklassen, Bra!

3.16 Bernt Öberg,
coming man från Jokkmokk.

4.00 Roland Knutsson,
1:a i Roland Knutsson klassen:

Gunilla Wallin gjorde en mycket fin prestation i sitt debutlopp. Tyvärr tvinga- des hon ge upp på grund av en gammal skada vid 31 km. Hon har lovat att kom- ma igen.

Vi ses nästa år

Roland Knutsson
Motionsmaratonlöpare



Det våras för veteranerna

Wien Frühlingsmarathon, 16 april den verkliga vår- maran i Österrike, såg en del pånyttfödda veteraner prestera fina resultat. Lop- pets äldste deltagare **Gunnar Lillieroth** (född 1913) gjorde 5.07 medan näst äldste, italienaren Giovanni Bonora (-15) nådde 4.22!

Konrad Hernelind vann M65+ på 3.02. Grat- tis! 5124 deltagare fullfölj- de i perfekta förhållanden.

3211. Ragnar Karlsson	3.46.21
3275. Bengt Åke Svensson	3.47.42
3362. Sture Karlsson	3.49.30
3413. Mikael Simonsson	3.50.30
3465. Ruth Skoglund (K45/25)	3.51.16
3469. Evert Persson	3.51.19
3548. Åke Monikander (M60/31)	3.53.14
3744. Roland Arvidsson	3.56.35
3913. Roland Knutsson	4.00.03
4222. Jörgen Strandkvist	4.09.17
4958. U-B Johansson (K50/27)	4.44.20
5013. Karl-Erik Åberg	4.50.22
5123. Gunnar Lillieroth	5.07.51

M/1 Karel David, TCH	2.12.25
M/2 T Lawichi, POL	2.14.19
M/3 Flemming Jensen, DEN	2.14.48

*

K/1 Ludmilla Melicherova, TCH	2.37.14
K/2 Susanne Ciric, YUG	2.37.33
K/3 Carin Weber, AUT	2.40.47

Kjell-Ove Skoglund

Svenska resultat:

97. Leif Holm (M45/5)	2.36.45
157. Stefan Ulmestål	2.41.00
292. Sten Odenblad (M50/10)	2.46.06
302. K-O Skoglund (M50/13)	2.46.19
365. Göte Ivarsson (M50/17)	2.48.57
412. Peder Hunnes	2.50.11
936. Konrad Hernelind (M65/1)	3.02.33
992. Anders Tegerup	3.04.12
1091. Håkan Grönqvist	3.06.56
1411. Ludwig Suchomel	3.13.03
1456. Krister Åstrand	3.13.46
1639. Bernt Öberg	3.17.04
1760. Sarne Appelros	3.19.33
1768. Joachim Åberg	3.19.35
2064. Bo Wemme	3.25.03
2314. Håkan Eriksson	3.29.16
2466. Gösta Eberstein	3.31.59
2536. J Massinen (M60/16)	3.33.28
2842. Sten Sandberg	3.38.37

BORÅS MARATHON

MED PAR-
LÖPNING

Lördagen den 31 augusti

HELMARA: Vändpunktsbana, full- ständig klassindelning. DM för Västergötland och Halland.

HALVMARA: Lättsprungen, full- ständig klassindelning.

KVARTSMARA: M och K Motion.

PARLÖPNING: Tjej + kille.

Sträcka 1: 10,5 km, sträcka 2: 5 km.
Lättsprunget i centrala Borås.

Anmälan senast 16 augusti.

Upplysningar på tel 033-761 70.

Äspereds IF, PI 2148,
516 00 Dalsjöfors

I huvudet på ...



Cecilia Petersson

Så länge Colosseum står, ska Rom bestå. När Colosseum faller, ska Rom falla, och med Rom hela världen.

Jag gjorde mitt bästa för att bringa världen på fall där jag stod och stretchade mot Colosseum strax före nio på annandagens morgon nu i påskas.

Men nu går jag händelserna i förväg. På långfredagen lyfte ett plan från Köpenhamn med destination Rom. Ombord fanns bland andra jag, med siktet inställt på några dagars avkoppling i kulturens och gastronomins tecken. *Med i bagaget fanns som alltid löparskor*na. (just dessa exemplar hade dittills bara lagt 32 km bakom sig). Enligt min åsikt finns det nämligen inget lättare sätt att se en ny plats på än att ge sig ut på ett träningspass med kartan i näven och alla sinnen vidöppna!

Till en början gick allt enligt planerna. Påskaftonens morgon inledde jag med en milrunda, som bl.a. tog mig förbi Colosseum, Forum Romanum och Piazza Venezia. Sämre inspirationskälla kan man ha! Jag avslutade med att äntra Spanska Trappen. Och sedan var det bara ett par minuters jogging till hotellet. Det had känts tungt några dagar, men idag var det underbart att springa, och jag började fundera på en längre tur på landsbygden någon av de följande dagarna. Men ödet skulle visa sig vilja något helt annat ...

Resten av dagen ägnade jag mig åt att i något långsammare takt bekanta mig med staden. Vid fyratiden på eftermiddagen var jag på trötta turistfötter på väg till St. Petersplatsen, då mitt intresse av någon anledning fångades av en man som

stod och läste på en affisch. Kanske var det någon form av intuition som drev mig att gå närmare så att jag kunde läsa texten: Maraton di Roma, 1 aprile 1991 ore 9,30. Mina kunskaper i italienska inskränker sig till ett fåtal glosor, men detta budskap kunde inte missuppfattas.

Ett utmärkt tillfälle att för en gångs skull agera åskådare i ett maratonlopp, något som de i konsten bevandrade uppger kan ge många intressanta stilstudier, speciellt under loppets senare hälft. Gick ni på det? Nej, det gjorde inte jag heller; jag försökte inte ens förstå mig att tro att jag skulle kunna vara så ståndaktig! I stället kände jag ett buspojks- (eller varför inte busflicks-) leende sprida sig över mitt ansikte, samtidigt som hjärnan, som jag växlat ner till semesterläge, alldeles av sig själv växlade upp till femman. Här hade jag ett angenämt problem att tackla. Affischen gav ingen information om anmälningsrutiner och dylika världsliga ting, och klockan var sen på påskaftonseftermiddag.

Polisen! är min första tanke. De måste vara inkopplade på ett sådant här evenemang! Men de poliser jag pratade med kände inte till något maratonlopp, eller i varje fall inga detaljer, och deras engelska var inte mycket bättre än min italienska. Hotellet då! Jodå, receptionisten lyckades få tag på den sponsrande tidningen, och jag fick veta att det gick utmärkt att efteranmäla sig!

Om man tänkt sig att kolhydratladda, finns det sämre länder än Italien för

maratonförebereelser. Min laddningsperiod blev kort men intensiv, på påskdagen blev det tortellini till lunch och pizza och frukt till middag. På kvällen styrde jag mina ännu lätta och spänstiga steg mot Colosseum. En TV-tekniker, som var i färd med förberedelserna inför morgondagen, kunde tala om för mig var "maratoncentralen" låg. Inte var det som de stora exponer jag sett i tidigare lopp, inte. Nej, det här fanns inhyst i en liten lokal i anslutning till ett hotell i en smal gränd. Jag betalade 20.000 lire, anmälde mig såsom tillhörande Sydloeparerna från Sweden och fick i utbyte en bag med diverse souvenirer, den eftertraktade nummerlappen samt informationsbroschyrer på italienska! **Den kvällen blev mitt ficklexikon mer råbråkat än under hela den övriga Italienvistelsen sammanlagt!**

Hotellet jag bodde på höll turistklass och frukosten var därefter. Så här i elfte timmen tyckte jag det kunde vara bra att komplettera kaffet och croissanten med en frukt. Yes, they had no bananas, men en apelsin kunde de uppbringa — till det facila priset av tio kronor, fick jag veta när jag skulle betala min hotellräkning! Nåväl, iklädd shorts, T-shirt med svenska flaggan på bröstet och löpskor, som nu hunnit tillryggelägga en hel mara sammanlagt — en sträcka som skulle fördubblas idag — omväxlande gick och joggade jag ner mot Colosseum där starten skulle gå. Inte förrän jag var helt nära den ståtliga ruinen fick jag syn på en annan löpare.

Vilken skillnad mot de stora loppens lämmeltåg, där man kan gå till startplatsen med förbundna ögon, endast orienterande sig efter linimentdoften!

Här deltar ca 350 personer och jag är över startlinjen på fem sekunder!

Vi springer förbi Forum Romanum och över Piazza Venezia. Solen skinner, men så här på morgonkvisten är luften fortfarande aningen hygglig. Det känns härligt att springa! När jag tittar på klockan ser jag att jag avverkat de två först kilometrarna i 4.50 tempo. Mitt personbästa är 3.52.45, vilket innebär en genomsnittshastighet på strax över 5.30 per km... Jag påminner mig själv att jag har fyra mil kvar att springa, och mitt andra jag, det som styrs av benen, drar lydigt ner något på tempot. Men kilometer efter kilometer går i 5 minuterstempo eller strax därunder, och löpningen känns avslappnad och skön.

DU, säger jag till mitt andra jag. Kör så här så länge du håller. Detta är ändå vansinne från början till slut, så du kan lika gärna fortsätta på den inslagna vägen. Och det gör mitt andra jag. Hon tackar för förtroendet genom att glida över Piazza Novana, där många människor sitter i solen med en kopp kaffe och njuter av att se andra anstränga sig, ta ett varv på St. Petersplatsen... och plötsligt är jag åter vid Colosseum för varvning vid 16 km! Tiden håller ännu, och halvmaran gör jag på ca. 1.45.

Som svensk och kvinna därtill får jag en del tillrop.



Bravo, Bella! ropar någon. **Få av oss är väl riktigt till sin fördel när vi hunnit till andra halvan av ett maratonlopp**, men det känns ändå uppmuntrande. Allez Svecial! hörs också emellanåt. och t.o.m. Allez Suomi! Att jag inte är ensam svensk om att uppleva Rom denna vackra vårmåndag får jag bekräftat när jag då och då hör ett klingande rent Heja Sverige! från någon uteservering.

Ännu vid 25 km håller tempot, och jag börjar ana en rejäl putsning av "persen", om nu bara inte den s k "väggen" är lika stark som Colosseums visserligen hårt åtgångna men ändå dock stolt högresta väggar! Vid 28 km ligger jag för första gången över fem minuter, men det är inte många sekunder jag tappar per kilometer. En halvmil senare börjar jag dock äntligen fatta vad jag gett mig in på!

Varvet runt S:t Petersplatsen, som första gången ingav mig en härlig känsla, känns nu bara som en omväg! Ute vid Olympiastadion, vid vätskekontrollen efter 35 km, övertalar mig mitt andra jag att gå ett par hundra meter. Jag är mycket mottaglig för övertalningsförsök i det här läget! Promenaden ger mig krafter för ytterligare några kilometer, men jag inser plötsligt att **de långpass som var inplanerade i april och maj hade suttit utmärkt i mina ben just nu!**

De sista kilometrarna springer vi på gator och torg. Det är många människor i rörelse, en del av dem tycks fullkomligt omedvetna om oss sentida ättlingar till en forntida grek, och ibland måste jag ropa Attention! för att få fri väg. Att väja undan är nu för mig en

omöjlig rörelse, mitt andra jag har helt upphört att kommunicera med hjärnan, och koncentrerar all kvarvarande energi på den krävande uppgiften att röra benen framåt.

Och där är 40-km-markeringen! Men avståndet till 41 känns som en engelsk mile, eller varför inte en svensk mil! När skylten äntligen dyker upp visar klockan på 3.33.30, men vad det innebär orkar jag inte reflektera över, jag bara gör en mekanisk registrering av tiden. 195 meter senare förkunnar ytterligare en skylt att vi nu är inne på **Ultimo Kilometer — sista kilometern**. Så kommer vi åter ut på Piazza Venezia, där de turister som är klokare än jag flanerar i sakta mak.

Och där — Colosseum! Jag var inspirerad av dig redan första kvällen på långfredagen, när du strålkastarbelyst bildade bakgrund till högläsning om Jesu korsfästelse, men aldrig har du synt mig så vacker som nu! Men hur långt är det kvar? Det är svårt att bedöma sträckan. När ska jag börja spurt — och orkar jag öka? Ca 100 meter från mål hör jag Heja Sverige! från publiken. Samtidigt får jag syn på klockan över målet 3.39.30. Och visst orkar jag dra upp tempot nu. 3.39.50 visar klockan när jag korsar mållinjen, med armarna över huvudet och med bröstet, ja, hela kroppen, fylld av en berusande lyckokänsla. Liksom på sin tid Julius Caesar hade jag kastat tårningen. Den rullade med mig i 42.195 meter, saktade visserligen in något på slutet men den stannade ändå på en sexa.

Cecilia Petersson

London Marathon 1991

1. Jakov Tolstikov, URS	2.09.17
2. Manual Matias, POR	2.10.21
3. Jan Hurek, POL	2.10.21
4. Dave Long, GBR	2.10.30
5. J. Pinheiro, POR	2.10.38
6. A Shahanga, TAN	2.11.20
7. S Brace, GBR	2.11.45
8. P Maher, CAN	2.11.46
9. J Assemat, FRA	2.11.49
10. S Bettiol, ITA	2.11.53

nit två lopp på hemmaplan. Tiobäсталistan, som samtidigt kvalade in till OS-92, innehöll två f.d. motionärer (!), som vi berättat om förut: Dave Long (debuterade 1983 med 3.08) och Peter Maher.

Sovjeten Tolstikov låg diskret i tätklungan som passerade halva på omkring 1.04.45. Sex minuter senare "klev" han plötsligt fram och ryckte. En femmannagrupp, de som senare blev placeringarna två till sex, hakade på men fick aldrig direktkontakt. Chansningen och sololöpingen höll för Tolstikov, som tidigare vun-

1. Rosa Mota, POR	2.26.14
2. F Larrieu-Smith, USA	2.27.35
3. Valentina Jegorova, URS	2.28.18
4. Katrin Dörre GER	2.28.57
5. M Lelut, FRA	2.29.04

Rosa Mota gjorde nästan som ryssen Tolstikov. Täten passerade halva på 1.13 och sex minuter senare tackade Mota för sig.

GA

Anne-Marie Eriksson har avlidit

Vi noterar med sorg att Anne-Marie Eriksson, Säters, avled den 24 april 1991, i cancer.

Anne-Marie var född 1922 i Norberg och växte upp i Avesta där hon gifte sig 1947 med Gustaf Eriksson.

Makarna Eriksson bodde på olika platser innan de 1962 flyttade från Skänninge i Östergötland till Säters i Dalarna, där Anne-Marie tjänstgjorde i Säters sjukhus under 25 år

Anne-Marie var mycket idrottsintresserad och deltog i många terräng- och landsvägslöpp. Hon vann många tävlingar inom Skönviks IK, klubben vid Säters sjukhus, och då bland annat en rad segrar i riksmästerskap för sjukhusanställda.

Tävlande för Säters IF, sprang hon flera maratonlopp, varav två Stockholm Marathon. Vid hennes första start i Stockholm vann hon D60-klassen.

Det första året Sätermaraton avgjordes vann hon en resa till Athen och deltagande i det klassiska marathon-



Anne-Marie Eriksson

loppet, som hon fullföljde på ett förnämligt sätt.

Terrängloppet "Marschen går till Tuna" 33 km, sprang hon tio gånger.

Hon åkte även mycket skidor, bl.a Raid Norvegia Svezia, Femundsleden Idre-Särna 110 km, och Vasaloppets Öppet Spår åtta gånger.

När Anne-Marie nu 1990 tränade för Stockholm Marathon, (det hade blivit hennes femte) och var i härlig form kom beskedet om hennes sjukdom.

Sällskapets löptest — mot effektivare träning

Sanne klarade målet!

I Marathonlöparen nr 1/91 och nr 2/91 ha vi berättat om två entusiastiska löpare, **Tomas Berg**, Täby Långlöpare, och **Sanne Hermelin**, Hässelby SK, som har satsat på en speciell träningsidé baserad på resultat av en löptest som dessa två har genomgått i samarbete med läkaren **Peter Kaiser**, föreståndare för Sport och Testkliniken i Stockholm. Som nämndes i Marathonlöparen nr 1/91 hade dessa löpare ambitionen att sänka sina personbästatider på maratonsträckan från 2.59 till 2.46 i Tomas fall och från 3.43 till under 3.30 för Sanne del.

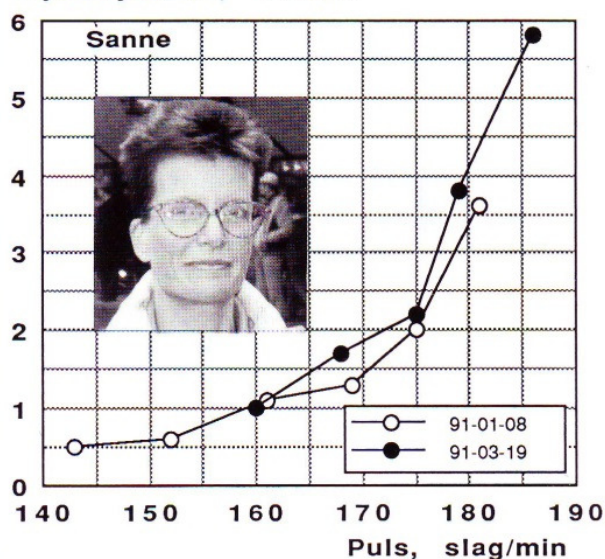
Nu kan vi meddela att Sanne klarade detta redan i Stockholm Marathon men att Tomas tyvärr inte kunde ställa upp p.g.a. en av maratonlöpares mardrömmar — en öm hälsena.

Sanne nådde Stockholms stadion med en tid av 3.27 och verkade vara snarare ledsen över att hon inte nådde 3.20 än glad över att hon hade klarat det första målet att komma under 3.30. Vi påpekade i Marathonlöparen nr 2/91 att 85% av hennes mjölksyratröskelhastighet skulle ge en tid av 3.20 (en viss förvirring uppstod dock eftersom tryckfellsse hade ändrat angivelsen för Tomas från 2.50 till 5.20), och mycket riktigt låg hon på en sådan tid vid halvvägs-punkten, som hon passerade på 1.35.

Meningsfull träning

Sanne säger att sista milen var tung, men hon menar att den extra satsning har betytt mycket. Detta att köra snabbdistans med en gi-

Mjölksyrakalt, mmol/l



vare på bröstet som ger en signal så fort hastigheten inte är riktigt anpassad till den individuella tröskelpulsen har varit meningsfullt. Denna s.k. *Sport Tester* hade hon dock inte med sig under Stockholm Marathon. Den sitter hårt kring bröstkorget och blir jobbig under längre pass, men den är en klar hjälp under träningen. Under våren har Sanne noterat personbästa på 10 km, halvmaran och mara. Nu siktar hon på 3.20 i Berlin.

Dessförinnan kommer hon återigen att testas av Peter Kaiser i syfte att se hur hennes mjölksyratröskel har ändrats så att hennes träning kan anpassas därefter; i den intressanta kurvan visar vi relationen mellan mjölksyrakalten i blodet och hennes puls vid två tillfällen under våren, men förändringarna under denna tid är knappast signifikanta.

kan tolereras under någon längre tid. Kurvan ger således kunskap om löparens tröskelpuls, vilken i sin tur utgör grunden för hur träningen skall planeras för att vara optimalt meningsfullt. Sanne's träning har t.ex. ökat så att ett pass med långsamma intervaller har förvandlats till ett pass innefattande 5 x 1000 m vid ungefär 95 % av tröskelfarten. Rent praktiskt betyder detta att *Sport Testern* har programmerats att ge en signal när Sanne's puls understiger 165 eller överstiger 185 slag/min.

I nästa nummer av Marathonlöparen räknar vi med att kunna ge resultat från en senare undersökning av dessa löpare samt rapportera mer om hur Tomas har återhämtat sig från sin skada — han siktar fortfarande på en tid under 2.46!

Tony Bristow

Augusti '91

1 Torsdag 213
Per Peder Pernilla

2 Fredag 214
Karin Karen Käre

3 Lördag 215
Tage Tanja Truls

4 Söndag 216
Arne Arne Arnevi

5 Måndag 217
Ulrik Ulnn Ulnn

6 Tisdag 218
Sixten Solve Solve

7 Onsdag 219
Arnold Annika An

8 Torsdag 220
Silvia Silja Silvia

9 Fredag 221
Roland Ronald Ro

10 Lördag 222
Lars Lasse Lorent

11 Söndag 223
Susanna Sanna Si

12 Måndag 224
Klara Clarence Cl

13 Tisdag 225
Hillevi Hilja Irja

14 Onsdag 226
Ebbe Eberhard Eb

15 Torsdag 227
Stella Estelle Stellan

16 Fredag 228
Brynn Benjamin Bennv

17 Lördag 229
Verner Verr

18 Söndag 230
Helena Hel

19 Måndag 231
Magnus M

Du har väl planerat
in Söndag 18 Augusti
i Söderhamn.

TjejStimm, MixMara,
StrömmingsMara

Best. Folder.

0270-753 53

kvällst. 107 85 Torbjörn

adr. Köpmangatan 8,
826 00 Söderhamn

Kraftisepremiär

Kraftisepremiär Surströmmingspremiär



Löptröskeln

Undersökningen går ut på att man springer med stegvis ökande hastighet på en rullande bana (4 min vid varje hastighet), varvid man antecknar löparens puls i slutet av varje hastighet och tar ett blodprov ur fingertoppen. En mjölksyrakalt av 4 mmol/l anses utgöra gränsen för vad som



Stockholm Marathon

Årets Stockholm Marathon blev ett fint lopp ur svensk synvinkel därför att, för första gången sedan 1986, svenska löpare segrade i såväl herr- som damklassen. Vi gratulerar **Åke Eriksson**, Hässelby SK, och **Midde Hamrin**, Mölndals AIK, som vann var sin klass i år och därmed försvarade sina SM-titlar från ifjol.

Att Åke faktiskt var en av de stora favoriterna redan från början framgår av världsstatistiken för 1990, som återfinns på sid. 4. Genom sitt fina resultat i Chicago i höstas hade Åke placerat sig på 20:e plats på fjolårets världslista, och det är med glädje att vi noterar att Åke kommer att vara med vid årets VM-tävlingar, med Barcelona 1992 i sikte. Midde Hamrin var också välplacerad på 1990 års världsstatistik. Hon kommer också att vara med i VM, men kommer, sägs det, att välja 10.000 m i stället för maran.

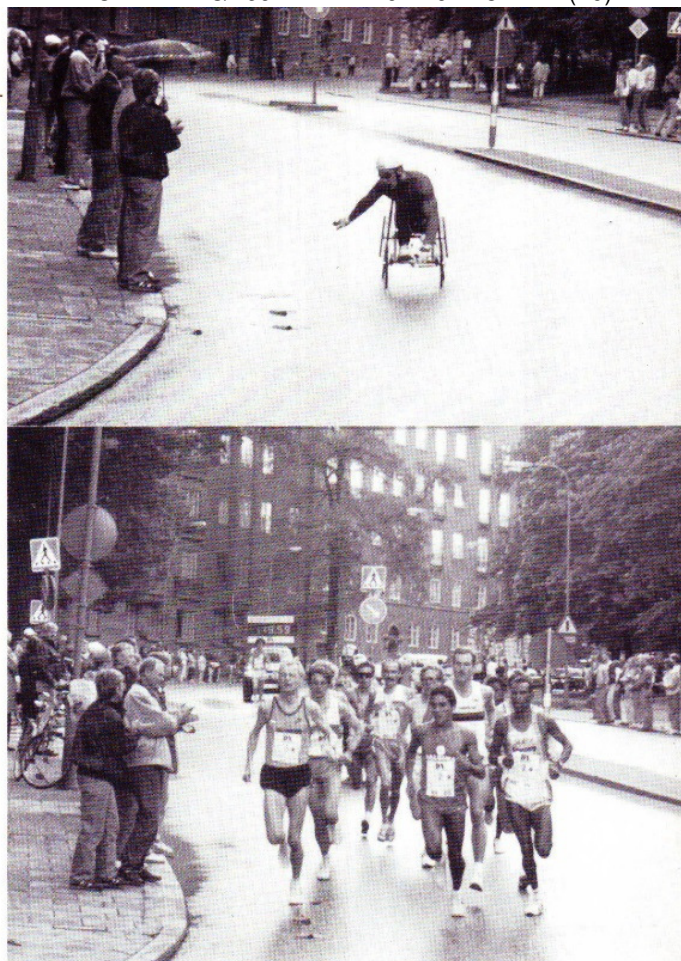
Vi gratulerar även **Kjell-Erik Ståhl**, Enhörna IF, som har fyllt 45 år men fortsätter att år efter år visa en fantastisk hög klass som placerar honom bland rekordhållare i veteranklasserna.

Resultat SM-1991-Män

1	Åke Eriksson, Hässelby SK	2.12.38
2	Kjell-Erik Ståhl, Enhörna IF	2.16.58
3	Carl-J Olofsgård, Södra Vi IF	2.19.14
4	Hans Nilsson, Enhörna IF	2.19.39
5	Lars Andervang, IK Ymer	2.19.56
6	Jan Lindblom, Hässelby SK	2.25.45
7	Gert-Inge Nilsson, Härleövs IF	2.25.49
8	Brian Reinhold, Hässelby SK	2.26.09
9	Ulf Andersson, Hässelby SK	2.26.18
10	Lars Lundqvist, IK Sisu	2.26.40

Resultat SM-1991-Kvinnor

1	Midde Hamrin, Mölndals AIK	2.36.15
2	Jutta Pedersen, Enhörna IF	2.39.00
3	Maria Andersson, IK Sisu	2.43.27
4	Anita Andersson, IK Sisu	2.43.28
5	Eva Gustafsson, SÖK Sisu	2.43.48
6	Marie Larsson, IF Kville	2.45.07
7	Pia Westin, IF Göta	2.49.50
8	Molly Ginley, IFK Lidingö	2.49.57
9	Liz Hjalmarsson, IF Göta	2.51.06
10	Berit Nordh, Degerfors IF	2.59.27



Först kommer den rullstolsåkande Håkan Eriksson (1.47.33 i mål) sedan kommer tätklungan. Foto: Tony Bristow.

Maratonhösten i Finland

1.9 Adidas-Maraton, Björneborg.

Stadion klockan 10.00. Jukka Viitanen, tel 939-33 55 67.

7.9 8:e Ruskamaraton, Kittilä.

Hotell Kittilä 12.00. Allan Naukkarinen, tel 9694-121 56. Kittilä ligger norr om Pajala på finska sidan. Loppet lär vara ett av de vackraste ur natursynpunkt eftersom fjällvärden just då står brinnande gul och röd. Ruska betyder ungefär "höströd".

7.9 Karttula-Maraton, Karttula.

Start 13.00. Matti Nenonen, tel 971-53 11 80.

7.9 7:e Vasa Marathon.

Start 13.00. Raimo Eriksson, Kaptensgatan 36 D, SF-652 00 VASA, Finland. Tel 961-11 31 48.

8.9 18:e Motionsmaraton, Nivala.

Centralidrottsplanen 12.00. Mauno Niemelä, 983-44 00 03.

14.9 3:e Kempele-Maraton.

Idrottscentrum 12.00.

15.9 3:e Savonlinna Maraton, Nyslott.

Kyröniemi idrottsplats 12.00. Loppet gäller samtidigt som finska veteranmästerkap och äger rum i det natursköna sjödistriktet nära ryska gränsen. Voitto Poikolainen, tel 957-27 74 22.

21.9 10:e Kulervo-Maraton, Joutseno.

Idrottscentrum 11.00. Jaakko Lehtonen, 953-32 08 06 eller 344 04.

27.10 Lammi höstmaraton.

Uljas Kiuru, tel 917-13 51 18.

27.10 10:e Åland Marathon, Mariehamn.

Irottsplan 10.00. ÅID, Styrmanngatan 10, SF-221 00 MARIEHAMN, Åland. Kansli 928-111 70. Göran Andersson, 928-413 14 (kl 18-21). Ålandsresor 928-280 40.

2.11 18:e Rautaveden Maraton, Vammala.

Start 11.00. Mikko Rautakallio, SF-381 00 KARKKU, Finland. Tel 932-341 19.

6.12 11:e Kuopio Självständighetsmaraton.

Brukar vara en riktig vintermara på finska nationaldagen! Yrjö Ponto, tel 971-22 08 46. Start 10.00.

Telefon till Finland: 009358 - (9) + numret. (9:an utelämnas)

Sommarens maratonlista publicerades i aprilnumret (nr 112).

Hans Orsing — 200 maror

Vi gratulerar **Hans Orsing** som nyligen fullföljde sin 200:e mara.

Att springa 200 maror kräver tämligen mycket tid och energi och det är inte många löpare som kommer att vare sig orkar eller hinna göra det, men nu — strax efter det att vi noterade att Bertil Järlåker hade gjort det — får vi uppmärksamma ytterligare en entusiast som har passerat denna gräns.

I kontrast till Bertil, som har ägnat sig åt ultralöpning och har räknat som maratonlopp ett antal tävlingar över betydligt längre distanser, har Hans nästan uteslutande ägnat sig endast åt maratonlöpning. I den bifogade förteckningen över hans samtliga lopp hittar vi endast ett 100-km lopp, Lejonbragden i Lund 1989.

Vi återger här inte bara en fullständig förteckning över samtliga dessa lopp, utan även en uppställning som visar år för år de 68 olika lopp som Hans har sprungit. Att Hans springer drygt 30 maratonlopp per år har vi redan anmält i Marathonlöparen. Av denna tabell framgår det dock att de flesta av dessa 205 lopp har sprungits i Sverige.

Ändå kostar det mycket

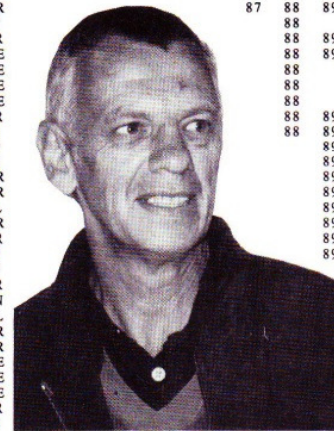
pengar att springa så mycket. Hans menar att utlägget i fjol var ungefär en tusenlapp per lopp, 30.000:— i resor och 5.000:— i anmälningsavgifter.

En gång i tiden var Hans, född 1940, boxare och det var först som 40-åring som han deltog i sin första mara — och kunde inte träna på en månad efteråt! Ett år senare när han ställde upp i sin andra mara var han vältränad och sedan dess har det blivit allt fler och tätare lopp. 1983 vågade han springa två lopp med 14 dagars mellanrum. 1984 sprang han 31 maratonlopp på 38 veckor. Lopp två dagar i följd har han nu fullföljt nio gånger.

Till vardags kör Hans en stor betongbil och han ser löpningen som ett bra sätt att bygga upp muskulaturen i ryggen. Åtta mil i veckan har blivit ett behov. Tävlingsarna blir ett roligare avbrott, där han kan komma ut, träffa folk och se sig om. ... Och när man pratar med Hans är det klart att han har inga planer på att sluta springa. Flera arrangörer kan nog räkna med att se Hans Orsing på startlinjen när det är deras tur att bjuda på en maratonbana.

Hans Orsings Maratonlopp

Copenhagen(Nike)	DEN	81	82	83	84																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
------------------	-----	----	----	----	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



Hans Orsings Maratonlopp

Datum, Marathonlopp	Tid		
810620 Copenhagen, Den	4.16.37	840721 Helsinki City, Fin	4.29.08
820619 Copenhagen, Den	3.46.39	840728 Wisby, Swe	4.15.38
820814 Ölandsbro, Swe	3.38.41	840804 Djurklou, Odensbacken	3.58.22
820912 Malmö, Swe	3.43.21	(30)	
830507 Landskrona, Swe	3.52.49	840811 Ölandsbro, Swe	3.56.58
830521 Wonderful Copenhagen	3.39.59	840818 Jönköping, Swe	3.58.19
830604 Stockholm, Swe	3.49.48	840825 Höga Kusten, Swe	4.12.34
830618 Copenhagen Nike	3.43.45	840901 Oslo, Nor	3.59.31
830702 Örebro City, Swe	3.37.38	840908 Malmö, Swe	3.50.57
830730 Wisby, Swe	3.46.32	840915 Karlstad 400 år, Swe	3.54.45
(10)		840923 Umeå, Swe	3.53.08
830811 Helsinki City, Fin	3.43.29	840930 Berlin, Frg	3.57.15
830827 Oslo, Nor	3.50.58	841007 Drammens, Nor	4.08.04
830911 Malmö, Swe	3.27.59	841014 Athens Open, Gre	4.05.44
831002 Drammen, Nor	3.46.20	(40)	
831112 Vinterm., Stockholm	3.48.59	841021 Dacke, Strömsborg	4.10.37
840331 Vällingby, Swe	3.53.28	841028 Danders, Den	4.03.25
840414 Trollmaran, Swe	3.55.35	841104 Holger Danske, Den	3.57.44
840428 Copenhagen Nike	3.51.28	841110 Vinterm., Stockholm	3.58.01
840506 Östgöta, Swe	3.53.28	841202 Bikubens Esbjerg	3.47.04
840512 Landskrona, Swe	3.52.40	841217 Seaofgalile, Tiberias	3.53.29
(20)		850331 Landskrona, Swe	3.59.06
840519 Wonderful Copenhagen	3.54.12	850504 Gävle, Swe	4.18.15
840602 Stockholm, Swe	3.58.09	850518 Wonderful Copenhagen	4.17.22
840616 Luleå-Boden, Swe	3.56.08	850601 Stockholm, Swe	4.19.10
840623 Älvdalens Midsommar	3.46.27	(50)	
840630 Örebro City, Swe	3.55.34	850629 Örebro City, Swe	3.59.09
840707 Bromölla, Swe	3.44.59	850706 Bromölla, Swe	4.09.07
840714 Knalleland, Borås	4.16.54	850810 Ölandsbro, Swe	3.47.53
		850817 Ölandsbro, Swe	3.46.50

850831 Oslo, Nor	3.56.44	861102 Holger Danske, Hels	4.17.27
850907 Malmö, Swe	3.58.58	(80)	
850914 Dana, Fredrikshavn	3.49.02	861109 Vinterm., Vällingby	4.24.17
851013 Athens Open, Gre	3.53.02	861123 Bikubens, Esbjerg	4.14.29
851027 Randers, Den	3.47.52	870328 Vällingby, Swe	4.38.23
851103 Holger Danske, Hels	3.52.51	870404 Landskrona, Swe	4.23.29
(60)		870411 Mjölklöppet, Dalsland	4.15.46
851109 Vinterm., Vällingby	3.57.38	870425 Säter, Swe	4.14.51
851124 Bikubens, Esbjerg	3.56.58	870502 Gävle, Swe	4.18.40
860322 Vällingby, Swe	4.33.46	870503 Östgöta, Swe	4.30.06
860405 Landskrona, Swe	4.19.28	870516 Wonderful Copenhagen	3.58.52
860419 Säter, Swe	4.14.56	870530 Stockholm, Swe	3.55.04
860503 Gävle, Swe	4.23.18	(90)	
860517 Wonderful Copenhagen	4.15.31	870627 Örebro City, Swe	3.57.17
860607 Stockholm, Swe	4.09.41	870704 Bromölla Swe	4.06.27
860628 Örebro City, Swe	4.06.50	870808 Ölandsbro, Swe	3.47.13
860705 Bromölla, Swe	4.15.25	870816 Ström., Söderhamn	3.55.46
(70)		870822 Lejonbr, Lund 10 mil	11.36.25
860712 Köge Sommeraften, Den	4.13.01	870829 Borås, Swe	3.55.34
860802 Wisby, Swe	3.58.31	870830 Randers, Den	4.01.03
860809 Ölandsbro, Swe	3.56.12	870912 Oslo, Nor	3.53.55
860816 Malmö, Swe	3.54.27	871004 Berlin, Frg	3.38.44
860830 Borås, Swe	3.37.16	871011 Athens Open, Gre	3.38.41
860913 Oslo, Nor	4.27.12	(100)	
861013 Athens Open, Gre	3.53.33	871017 Mjölklöppet, Dalsland	3.37.31
861019 Dacke, Strömsborg	4.07.54	871101 Holger Danske, Hels	3.27.30
861025 Köping, Swe	4.09.20	871108 Vinterm., Vällingby	4.00.04

Hans Orsing — 200 maror

871115	Bikubens, Esbjerg	3.38.04	891104	Vinterm., Kvarnsveden	3.54.41
871122	Jessheim, Nor	3.52.05	891105	Holger Danske, Hels	3.39.44
880207	Valencia, Esp	3.52.43	891112	Bikuben, Esbjerg	3.41.47
880326	Vällingby, Swe	3.50.42	891119	Jessheim, Nor	3.43.42
880409	Mjölklöppet, Dalsland	3.59.11	891210	Costa de Calvia, Esp	3.41.25
880424	Hamburg, Frg	3.48.01	900225	Sevilla, Esp	3.47.51
880430	Säter, Swe	4.10.56		(160)	
	(110)		900310	Bramsche, Frg	3.49.05
880507	Finspång, Swe	4.13.26	900325	Playa de Palma, Esp	3.48.16
880528	Wonderful Copenhagen	4.03.37	900331	Vällingby, Swe	3.59.19
880604	Stockholm, Swe	3.53.22	900407	Ålborg, Den	4.00.01
880702	Örebro City, Swe	3.49.10	900422	Rotterdam, Hol	4.08.00
880806	Ölandsbro, Swe	3.46.29	900428	Säter, Swe	3.48.48
880813	Säffle, Swe	3.46.40	900429	Landskrona, Swe	4.11.03
880821	Ström., Söderhamn	3.41.39	900501	Dalsland, Swe	4.09.48
880827	Göteborg, Swe	3.39.06	900505	Finspång, Swe	4.01.20
880903	Oslo, Nor	3.46.43	900602	Stockholm, Swe	4.13.46
880910	Eslöv, Swe	33.44.34		(170)	
	(120)		900609	Fjellmaraton, Nor	4.22.12
880911	Bremen, Frg	4.00.52	900616	Köge Sommeraften	4.11.39
881002	Drammen, Nor	3.42.18	900619	Trondheim, Nor	3.53.22
881009	Berlin, Frg	3.35.43	900630	Örebro City, Swe	4.13.55
881016	Dacke, Strömsborg	3.48.04	900707	Dalam., Kvarnsveden	4.15.17
881023	Athens Open, Gre	3.41.05	900714	Skellefteå Midnight	4.12.36
881030	Åland, Mariehamn, Fin	3.46.23	900721	Lemland, Åland, Fin	3.54.26
881106	Holger Danske, Hels	3.21.24	900729	Eslöv, Swe	3.47.36
881113	Bikubens Esbjerg	3.32.58	900804	Ölandsbro, Swe	3.58.34
881120	Jessheim, Nor	3.54.10	900811	Säffle, Swe	3.57.18
890319	Playa de Palma, Esp	3.52.40		(180)	
	(130)		900825	Höga Kusten, Swe	4.08.10
890401	Vällingby, Swe	3.49.52	900901	Borås, Swe	3.56.21
890408	Landskrona, Swe	3.40.57	900908	Roslagen, Swe	3.50.16
890409	Bremen, Frg	3.50.59	900930	Berlin, Frg	3.57.47
890429	Säter, Swe	3.51.20	901007	Drammen, Nor	3.58.48
890501	Mjölklöppet, Dalsland	3.47.30	901014	Dacke, Strömsborg	4.11.09
890513	Finspång, Swe	3.53.15	901021	Statoil, Stavanger	4.06.57
890521	Hamburg, Frg	3.48.20	901028	Mariehamn, Åland, Fin	4.09.12
890527	Wonderful Copenhagen	3.59.29	901103	Vinterm., Borlänge	3.58.09
890603	Stockholm, Swe	3.53.35	901104	Holger Danske, Hels	4.33.47
890624	Köge Sommeraften	3.46.22		(190)	
	(140)		901111	Esbjerg, Den	4.24.06
890701	Örebro City, Swe	3.56.10	901128	Jessheim, Nor	4.17.04
890722	Lemland, Åland, Fin	3.57.44	901209	Costa de Calvia, Esp	3.52.35
890812	Ölandsbro, Swe	3.45.02	910120	Berliner Team, Frg	4.01.30
890819	Hamar, Nor	3.56.01	910309	Bramsche, Frg	3.58.34
890820	Ström., Söderhamn	3.55.39	910317	Barcelona, Esp	4.03.16
890902	Borås, Swe	3.41.15	910324	Playa de Palma, Esp	3.47.54
890909	Oslo, Nor	3.46.47	910406	Vällingby, Swe	3.55.39
890917	Mandal, Nor	3.46.10	910413	Ålborg, Boulevard	3.57.31
890924	Warszawa, Pol	4.03.32	910414	Landskrona, Swe	3.47.04
891001	Drammens, Nor	3.49.03		(200)	
	(150)		910420	Säter, Swe	3.58.22
891007	Statoil, Stavanger, Nor	3.46.02	912428	Bremen, Frg	4.03.20
891015	Dacke, Strömsborg	3.44.49	910504	Finspång, Swe	4.16.22
891022	Frankfurt, Frg	3.56.03	910526	Hamburg, Frg	4.16.55
891029	Mariehamn, Åland, Fin	3.44.12	910601	Stockholm, Swe	4.11.50



Hans Orsing hälsade på vid Marathonsällskapets bord i samband med nummerlappshämtning inför Stockholm Marathon
Foto: Tony Bristow

ROSLAGEN MARATHON

ÖSTHAMMAR - ÖREGRUND tor.

LÖRDAG 21 SEPT 1991 kl. 13.00

Start och mål på Frösåkersvallen, Östhammar.

M + K: fullst. klassindelning, motion.

Anmälan: 125:— på p.g. 21 32 14-0

SENAST 4/9.

Efteranm. tävl.dagen till 12.00 175:—.

MARATHONSTAFETT (7 sträckor)

För 5:e året i samband med Roslagens Marathon (ca. 8,3-5-4,9-5,2-4,3-4,9-9,5 km)

Start kl 13.10: M, K, motion.

Anmälan: 455:—/lag på p.g. 21 32 14-0

SENAST 4/9

OBS! Ingen efteranm. i stafetten!

Uppl. o utf. inbj: ÖSTHAMMAR FI,

Box 52, 742 21 Östhammar, 0173-128 30

0173-410 57 (Jan-Joel Blomqvist)

0173-112 96 (Bengt Sjöberg)

0173-173 10 (Peter Jansson)



Har du skaffat Dig Marathonsällskapets tröja?



Beställ Nu! — Se baksidan



Björn Videfors tar täten direkt vid starten

Foto: Bertil Persson

Björn vann Landskrona Marathon.



Årets Landskrona Marathon var den tolfte upplagan genom åren. 20 grader varmt i solen gjorde årets tävling extra festlig med ovanligt många deltagare, cirka 100 stycken på den fulla distansen, samt med mycket folk utanför banan.

Egentligen är tävlingen tre tävlingar i en, eftersom det även tävlas på halv- och kvartsmaraton.

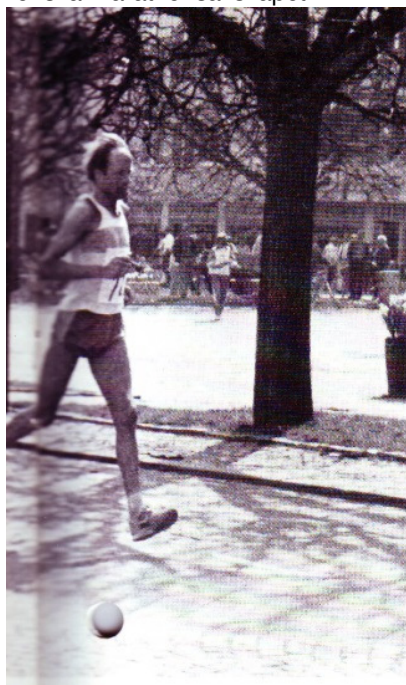
Helmaran utgjorde DM för Skåne för såväl seniorer som veteraner samt ingick i Skånes Veterancup.

Snabbast av alla på maratonsträckan var arrangörs-

Landskrona Marathon 1991

Plac	Namn, Född, Klubb	Tid							
M50/1	Björn Videfors , -40, GF Idrott	2.46.43	M50/3	Kjell Damstedt, -41, Heleneholm	3.18.19	M45/8	Dan Reinhardt, -45, DEN	3.46.10	
M40/1	Bruno Nordlöf , -49, Malmö	2.51.33	M45/4	Jan Krantz, -42, Volvo IF	3.19.51	M50/9	Hans Orsing, -40, IFK Helsingb.	3.47.04	
M40/2	Mats Leandersson, -49, LV 6 IF	2.53.42	MS/6	Håkan Lindell, -62, Malmö	3.20.40	M50/10	K-G Nyström, -38, TV 88, Trollh.	3.47.04	
M40/3	Peter Hansen, -47, Volvo IF	2.57.34				M45/9	Martin Andersson, -45, Åkulla	3.47.34	
M45/1	Lennart Hansson, -42, Dynapac IF	2.58.05	K117/3	Bengt Pettersson, -50, Malmö	3.22.53	M65/1	Jacob Lundström , -25, Snapph.	3.47.39	
MS/1	Eddy Hultgren, -59, OK Dacke	2.59.52	M50/4	Johannes Likar, -38, JFF Motion	3.23.36	M50/11	Kjell Selin, -38, IF Kville	3.51.27	
M40/4	Tord Svanfelt, -49, Heleneholms IF	3.00.10	K117/4	Lars-Göran Olavsson, -52, OK Orion	3.24.41				(60)
MS/2	Martin Lindell-Frantz , -63, Helsingb.	3.01.08	M45/5	Lars Ekström, -45, Högsbo AIK	3.25.27	MS/9	Jonas Andersson, -69, LU AIK	3.51.55	
M35/1	Anders Persson , -55, GF drott	3.01.46	M50/5	Gert Nilsson, -41, Björntorps IF	3.25.45	M70+/1	Gösta Andersson, -20, GF Idrott	3.52.12	
M45/2	Stellan Zaff, -46, Laholms IF	3.05.19	M45/6	Frank Brodin, -43, Solvikingarna	3.26.02	K117/10	Jan Jönsson, -46, Kävlinge	3.54.34	
		(10)	M50/6	Bertil Lenzén, -38, Ryssbergets IK	3.26.27	M65/2	Hernetz Gustavsson, -24, Heleneh.	3.56.29	
M35/2	Anders Krappe, -52, Laholms IF	3.05.23	MS/7	Sten Oddmo, -57, Härlövs IF	3.27.00	K117/11	Aldo Olsson, -52, Volvo IF	3.58.49	
M45/3	Lennart Skoog, -46, Stenungsunds	3.05.46	M50/7	Sven Svanfelt, -39, Heleneholms IF	3.28.05	K117/12	Lars Jonasson, -52, IF Sjukv.	3.59.16	
M55/1	Kjäll-Aage Larsson , -36, IS Göta	3.05.58	K117/5	Björn Nilsson, -46, Greenpeace	3.29.23	KS/1	Pia Pettersson, -58, DEN	3.59.43	
M40/5	Lennart Hagmar, -48, Heleneholm	3.06.04			(40)	M50/12	Sven-Olof Sjöström, -39, Åkulla	4.07.35	
M50/2	Bertil Claesson, -39, Heleneholm	3.07.42	MS/8	Richard Cornelius, -60, IFK Tumba	3.31.10	K45/1	Anna Frank, -42, DEN	4.08.57	
MS/3	Jerry Krook, -57, Ryssbergets IK	3.08.36	K117/6	Sven-Erik Strand, -46, Lunds Las.	3.32.07	M40/15	Claes-Gustavsson, -51, Lidköp.	4.10.20	
K117/1	Anders Gyhlenius, -52, Djurgården	3.09.02	M35/3	Anders Edberg, -56, Åkulla SK	3.33.16				(70)
M40/6	Nils-Olof Engfeldt, -50, Heleneholm	3.11.19	M50/8	Martin Pedersen, -40, Laholms IF	3.33.41	M35/5	Bo Fagerholm, -53, Laholms IF	4.15.27	
M40/7	Jörgen Krappe, -50, Laholms IF	3.11.23	K117/7	Leo Rakkonen, -41, Volvo IF	3.34.19	MS/10	Svein H Moe, -63, NOR	4.17.14	
M40/8	Christer Gidevall, -49, IFK Tumba	3.12.43	M40/12	Mats Persson, -47, Laholms IF	3.34.55	M50/13	Leif Karlsson, -39, Gnosjö FK	4.27.02	
		(20)	K117/8	Jan Lövgren, -45, Scan Syd	3.40.07	M55/2	Sven-Erik Åkerman, -34, IK Pallas	4.27.44	
MS/4	Sven-Ingvar Sundin, -57, LUGI	3.13.21	K117/9	Roger Mårtensson, -57, Malmö	3.40.07	M70+/2	Stig Johansson, -21, OK Orion	4.44.25	
MS/5	Carl Bjartmar, -63, Falköpings AIK	3.14.38	M35/4	Tommy Olsson, -55, Heleneholm	3.40.52	M65/3	Börje Reis, -23, SOK Knallen	4.44.33	
M60/1	Joh Lilja , -30, IK Pallas	3.14.51	M40/13	Sven-Åke Falkeby, -49, Gnosjö SK	3.42.33	K117/13	Karl-Gustav Bergvall, -28, Motala	4.44.47	
M40/9	Peder-Emil Hansen, -48, DEN	3.16.05			(50)				
M40/10	Sune Sandén, -47, Perstorp AB IF	3.17.14	M45/7	Kjell-Åke Åkesson, -44, Wäxjö	3.43.48				
K117/2	Manfred Trieb, -53, Malmö	3.17.28	K50/1	Kirsti Takkinen, -40, LUGI	3.44.18				
M40/11	Olle Svensson, -51, Simrishamn	3.18.03	M60/2	Ingemar Johnsson, -29, Heleneholm	3.46.05				
			M40/14	Kai Nielsen, -47, DEN	3.46.10				

Fotnot: Namn i **fet stil** är klass-segrarna i DM för Skåne.



klubben GF IDROTT:s egen **Björn Videfors**, som sprang in på 2.46.43. Tvåan **Bruno Nordlöf** från Malmö FK var närmare fem minuter efter i mål. Björn har varit med ett tag, tävlar i klass M 50. Han var nöjd med vinsten och tyckte att de yttre förhållandena hade varit perfekta.

—Det gäller att hushålla med krafterna, det var många som tröttnade mot slutet, menade han.

Bäst bland kvinnorna blev **Kirsti Takkinen** från LUGI, som sprang in på tiden 3.44.18.

Förra årets segrare **Bengt Klang** drabbades av en "blackout" och begav sig till den tidigare startplatsen. För sent insåg han sitt misstag och sprang därför en annan första kilometer än övriga löpare. När han kom fram till målet sprang han därför till den riktiga startplatsen och kunde avsluta sitt lopp med den första kilometern sist och passerade mållinjen efter att ha sprungit uppskattningsvis 43,5 km.

Bengt uteslöts naturligtvis ur resultatlistan, men det är arrangörernas önskemål att Marathonsällskapet låter honom räkna detta lopp som en fullbordad mara.

En nöjd arrangör var undertecknad.

Kurt Holmgren

Fredslopp -91

— Stämningsfull invigning i Kungsträdgården

Fredsloppet:s svenska etapp från Stockholm till Malmö invigdes tisdagen den 21 maj i ett något kyligt men ändå ganska skönt vårväder.

Inledningsvis spelade en rockorkester från Eskilstuna iklädda Fredsloppet:s speciella T-shirts. Därefter berättade Eva Norén från arrangörsföreningen Sri Chinmoy Marathon Team om bakgrunden till Fredsloppet och presenterade Ulf Adelson, som talade om vad vi kan göra för att bidra till fred på jorden. Efter att en kör från Adolf Fredriks Musikkola framfört en sång om freden fick jag chansen att säga några ord, och berättade då om maratonloppets utbredning över världen och möjligheten för oss maratonlöpare att i samband med dessa träffa människor av alla nationaliteter och diskutera deras problem och eventuella glädjeämnen.

Ofta är regeringschefer och andra makthavare knutna till dessa lopp som beskyddare, prisutdelare eller rentav som avfyrare av någon startkanon. Detta tror jag kan vara ett sätt att



Anita Wall och Ulf Adelson bär fredsflaggan vid invigningsceremonien.

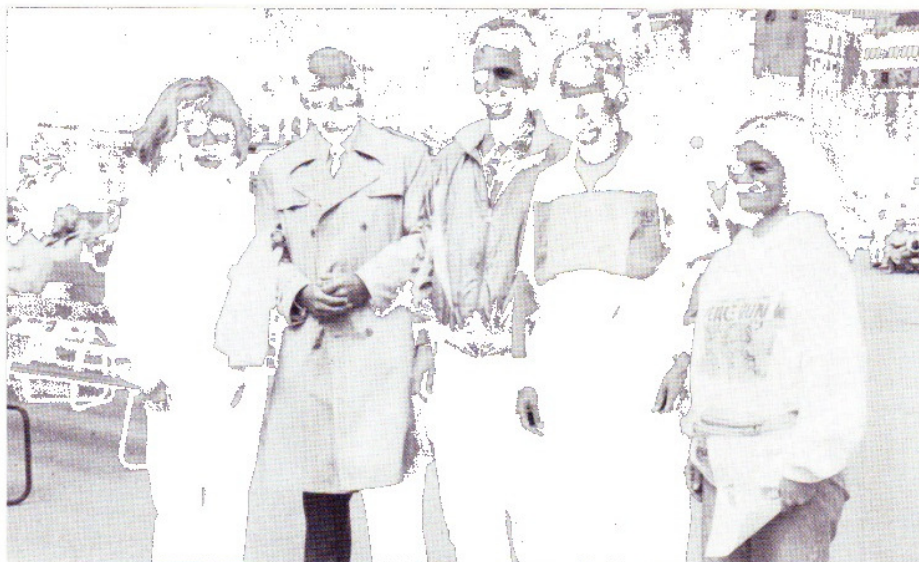
Foto: Jan Lind

bevara freden och att öka förståelsen mellan folken.

Avslutningsvis läste Dramatens skådespelaren Anita Wall en dikt och fick mottaga fredsflaggan av Eva Norén. Med spänstiga steg tog Anita täten i ett varv runt Kungsträdgården och vi andra hade fullt sjå med att hänga med. Vid Skeppsbron lämnade hon ifrån sig flaggan med ursäkten att hon måste tillbaka för en

repetition på Dramaten. Från att ha varit ett tjugotal deltagare vid starten kom vår grupp utefter Hornsgatan att bestå av tre personer som presenterades på en stor färgbild i Svenska Dagbladet dagen efter. Vid Hornstull lämnade vi över flaggan till nästa team. Vad som sedan hände känner jag i skrivande stund inte till...

Jan Lind



Anita Wall, Ulf Adelson, Tony Akkanen, Jan Lind och Eva Norén

Foto: Birgitta Magnusson

Marathon i Tulpanernas land

Vi maratonlöpare har en stor fördel framför andra resenärer: vi kombinerar nytta med nöje. Samtidigt som vi ser oss omkring i världen har vi den stora glädjen att få springa genom en stor del av den stad eller plats vi besöker, så vad som är nytta resp. nöje kan man ju diskutera.

Vårens utlandslopp blev i år **Rotterdam Marathon** som gick den 21 april. Tågresan med många byten klaffade perfekt, och sent på fredagen kom vi fram till Tulpanernas land och staden Rotterdam, världens största hamnstad där det pratas ett språk, som t.o.m. är värre än danskan vad det gäller att prata långt nere i halsen och låta som om man har svalt heta potatisar. Om vi trodde att vi skulle mötas av yrvärme, sol och ett prunkande blomsterhav, så misstog vi oss grundligt, för precis tills vi kom ner följde också den skandinaviska kylan med. Det var blåstigt och kallt, och tulpanerna hade förmodligen gömt sig och ville vänta på vacker sol och azurblå himmel.

Vårt hotell låg riktigt vackert och lugnt vid hamnen för utflyktsbåtar på Willemsplein c:a 1 km från centrum och stadshuset, där både start och mål skulle vara.

Frukt till middag

Ingen var pigg på att organisera någon gemensam middag sista kvällen före start. Vi hade ätit en sen lunch på ett mycket trevligt ställe en liten bit ifrån stadshuset — Lasagne tar vi allihop — så min 'middag' blev bara en massa frukt. Därefter hade jag en lugn hemmakväll på rummet med förberedelser inför Dagen M som i Marathon.

Jag låg raklång på sängen, slappnade av, blundade och samlade tankarna. Om och igen sa jag till mig själv: "Imorgon ska du springa Marathon. Marathon är det roligaste du vet! Du älskar att springa Marathon! Det kommer att gå jättebra! Gå

ut löst, spring i *din* takt, det är *ditt* lopp och *din* kropp som springer! Håll en jämn fart, slappna av! Vädret är perfekt, din kropp är bra tränad för det här!" Sedan sov jag underbart skönt.

En annorlunda tävling

Vid frukosten kom reseledaren Jan Lind med en rolig och annorlunda tävling. Han ville att vi skulle skriva upp den tid vi trodde vi skulle få samt också tiden vi trodde segaren skulle springa in på. Jag fortsatte med min s. k. psykologisk krigsföring och skrev 3.53, en tid som jag aldrig behövde känna mig pressad av.

Nu kände jag suget efter att få springa, suget och lusten att få dra iväg och sträcka ut och känna hela kroppen arbeta. Banan skulle vara mycket flack, ungefär som i Berlin, men eftersom vi skulle passera över en stor och lång bro två gånger, måste det ändå vara uppför i vardera riktningen.

Långsamt i början

Startskottet small, ingenting hände, först efter ett tag kunde jag börja springa, men enligt min taktik var detta perfekt: att gå ut löst och öka långsamt till den hastigheten som passade mig bäst.

I tåta led stod människorna överallt, och ska jag så här efteråt summera just detta, tycker jag att publiken i Rotterdam är en av de bästa jag upplevt. Inga högljudda koskällor, och inga ilska trumpeter som i Berlin, inga dumma rop i stil med "Öka! Spring fortare!" som här i Stockholm, utan bara handklappningar och rop som säkert betydde: "Very good! You're doing it well!" som dom ropar i New York. Och överallt folk i massor. Efter ett tag kom jag i min jämna fart och höll den. Vid 5 km — markeringarna var gjorda med gul färg i gatan — hade jag tiden strax över 26 min och vid 21 km strax över 1 timme 46 min. vilket jag var mycket nöjd med.

Uppför och nedför

Bron gick bra att springa över, och det blev lite uppför och lite nedför. Vid vätskekontrollerna tog jag både vatten och ostar, en alla tiders sportdryck.

Flera av löparna på resan sprang om mig efter ett tag på lätta steg och frågade hur det gick, och jag kunde varje gång svara: "Det går bra!" Väl i mål och därefter fick både dom och jag erfara att jag var före i tid. Jag gjorde precis som jag sagt till mig själv: "Håll din fart och spring inte för fort!"

Det är aldrig för sent

Orkestrar fanns också på flera ställen, mot slutet kom en man ifatt mig, klappade mig på axeln och sa: "very good running!" Han måste ha sett att jag var en dam i mina bästa år, d.v.s. inte så ung utan t.o.m. dubbel mormor! Det har nog tidningen Jogging också upptäckt, i den finns jag på stor färgbild med text under som lyder: "det är aldrig för sent att börja jogga", och sedan en artikel, där bl.a. 70-åringar nämns. Nåja, än har jag några år kvar till den åldern, men har man passerat 50-års strecket så rinner åren fort iväg.

På målrakan — inte en enda gång under hela lopp-



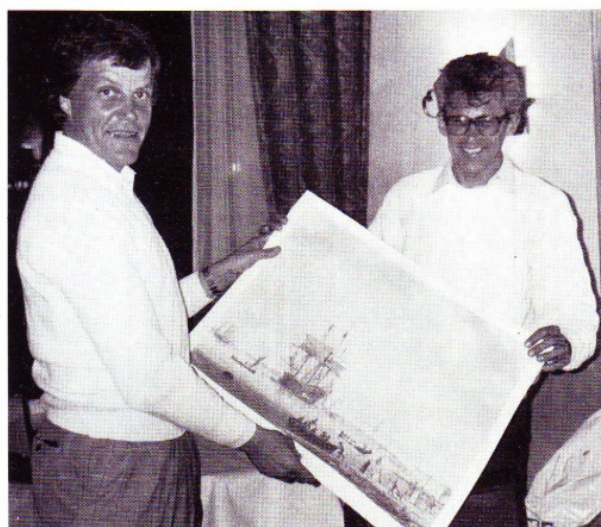
Monika Simson — med medalj. Foto: Jan Lind.

pet kändes benen sega eller trötta — slet jag av mig solskärmen och viftade med den mot publiken, och då började den hurra och ropa mot mig.

Jag sträckte ut och gled in under målet på en tid som gjorde att jag log för mig själv, 3.38 var en bra bit från 3.53, men det var också meningen med det hela. Min 12:e Mara var avklarad.

Holland är dessutom ett trevligt land så varför inte Amsterdam Marathon nästa gång? Den staden lär vara underbar med sina kanaler och små hus. Och jag lovar att läsa på innan detta!

Monika Simson



Jan Lind överlämnar en bild över hamninloppet till Rotterdam på 1600-talet till segaren i tiptävlingen, Stig Mariedahl. Foto: Monika Simson.

Om att öka spänningen

Det är skillnad på att vara åskådare till ett lopp och att delta i samma lopp. Åskådaren står ofta på samma ställe, går kanske en runda ut på banan och tar ett foto, men återvänder till målet för att invänta loppets avslutning.

Löparen springer, runt och runt, det blir liksom inte riktigt samma upplevelse att stå och titta.

Tony Bristow hade varit och tittat på Vällingby Marathon i år. Det var inte kul. Ja, det var faktiskt väldigt tråkigt och ospännande, löparna gjorde inte någonting för att öka (öka?) spänningen i loppet.

Segraren Hans Johansson från Karlstad hade den utomordentliga dåliga smaken, att lämna sina medtävlare redan efter 25 km för att sedan komma ensam till målet 4 (fyra) min. före nr 2

och det var nästan lika tråkigt och ospännande som att tvåan, Mikael Bränn, var hela 5 min. före trean Per Grip.

Så kan vi inte ha det. Det måste vi ändra på inför nästa års tävling och där har jag ett bra och genomtänkt förslag.

För att öka spänningen i 1992 års Vällingby Marathon måste löparna ha en belöning. Inte sånt där trams som en ökaspanning-medaljen, nä-nä, en mera kontant belöning måste till.

Nu är det ju så, att Vällingby Marathon är ett litet lopp, de har inte råd med så mycket, så i detta fall kan det alltså bara bli tal om att öka spänningen om själva segern.

Segraren får 100 kr. för varje gång han ökar spänningen. Det är givetvis svårt att avgöra just när

man gör det, så för enkelhetens skull, så får han 100 kr per km, för varje gång han ökar spänningen.

Överfört till årets lopp skulle det betyda, att Hans Johansson skulle kamma in 1600 pix om han lät bli att springa ifrån sina medtävlare redan vid 25 km och i stället väntade till 41 km skylten

Då skulle ingen sportjournalist kunna skriva att loppet var tråkigt.

Istället skulle hon kanske skriva, att det "tidigt bildades en tätklunga, ledningen övertogs snart av det ene snart av den andre, från 25 km drog Hans J. upp farten, dock utan att gå loss och först vid 41 km kunde han, genom att sätta sitt längsta högerben före och samtidigt slå en kullerbyta över ett närintilliggande dike (detta var ett ytterst drama-

tiskt skede i loppet), skaka av sig sina medtävlare och ohotat, men ensam, springa mot målet. Tätt, Tätt följt av Mikael B., Per G. och dom andra, verkligen spännande".

Se där, ett bra och konstruktivt förslag för att öka spänningen i Vällingby Marathon.

Nu väntar jag med glad förväntan på nästa nr. av Marathonlöparen, vari jag hoppas att Tony B. ska lägga fram ytterligare konkreta förslag för att skapa spänning i Vällingby Marathon, ett lopp som, på grund av sitt låga deltagarantal, har så gles mellan löparna, att det blir så väldigt tråkigt att bevittna för en **åskådare**.

Henrik Hallkvist

Fotnot: För att undvika missförstånd vill jag påpeka, att detta inlägg har skrivits i satirisk anda.



Hans Johansson, segrare i Vällingby 1991

Foto: Tony Bristow

Fotnot till Vällingby Marathon

I februari numret av Marathonlöparen berättade vi om det speciella priset som skulle tillfalla den som enligt Veteranernas poängtabell skulle bedömas ha gjort den bästa prestationen i Vällingby Marathon. I april numret letade man dock förgäves i resultatlistan och i reportaget efter namnet

på den som hade erhållit priset.

Nu kan vi berätta att svaret är att det var loppets segrare, **Hans Johansson**, IF Göta, som med 83% som värde på den internationella skalan, hade gjort loppets bästa prestation. Hans tävlade i klassen M40 och hade tiden 2.37.27.

Vad är det som är mest spännande?

Henrik Hallkvist har med all rätt undrat vad det var som jag menade när jag i mitt reportage från Vällingby "klagade" över att löparna inte hade bidragit till att öka spänningen för åskådarna på torget. Henriks kommentar har gjort att jag har känt mig tvungen att fundera en smula över vad det är som egentligen gör ett lopp spännande.

I Vällingby har jag tydligen antytt att Hans Johansson förstörde spänningen genom att lämna de övriga bakom sig för tidigt, men hur var det nu i Stockholm? Nog var det så att Åke Eriksson **höjde** spänningen när han gick fram till täten "för tidigt", redan vid 20 km? Där stod vi ute efter banan och höll andan och undrade hur det nu skulle gå.

Men var det Åke som höjde spänningen, eller var det kanske Nada Saktay från Tanzania som, tack vare att han inte släppte, egentligen var den som skall avtackas eller premieras för att lop-

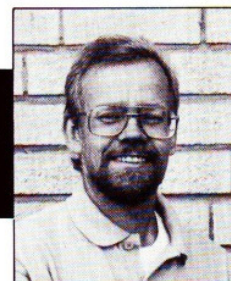
pet förblev spännande? Och när han äntligen släppte, vem var det som då bidrog till att loppet behöll sin spänning? Åke Eriksson? Knappast! — nej, nu var det väl Jose Santana från Brasilien, han som var närmast efter Åke, och kanske skulle komma ikapp — eller var det? Jag börjar tvivla.

Kanske var det ändå vi åskådare som gjorde loppet spännande för oss själva **genom att vara engagerade** i vad som hände, genom att Åke var svensk, genom att det betydde så mycket för oss alla att se en svensk som segrare.

Följaktligen börjar jag misstänka att det var **mitt** fel att jag inte upplevde Vällingby som spännande — genom att själv inte visa tillräckligt intresse och engagemang? Fast en sådan slutsats är också för enkel. Man kan inte ha ett maratonlopp utan maratonlöpare!

Tony Bristow

Plock från banorna



Göran Andersson

Tillbaka på toppen!

Minns ni det prestigeladdade mötet i Rotterdam 1983? Det var första VM-året och fyra månader före Helsingfors fick den holländska arrangören ihop ett raskt elitgäng — kungamötet blev loppet kallat. Carlos Lopez, Alberto Salazar, Robert de Castella, Armand Parmentier samt Rodolfo och Jose Gomez bildade en flyfotad sextett. de Castellás segrartid då, 2.08.37, var en handfull sekunder från australienrekordet medan Lopez 2.08.39 var nytt europabästa.

Efter en tids tystnad gjorde nu de Castella 34 år comeback i Rotterdam den 21 april. Två harar gjorde sitt med passeringarna 30.14 och 45.14 samt cirka 1.00.30 på 20 km, där Robert de Castella plötsligt var ensam. Han hade ensam gått med farthållarna efter 35 minuter.

Blåsten gjorde dock sitt och vid 25 km noterade han för 1.15.56. Segern var dock aldrig hotad utan de Castella höll lätt undan för två "runners-up": Ceron och Dadi.

Noteras bör också att redan efter ett par sekunders löpning föll favoriten Ahmed Saleh och skadades; eventuellt armbrott!

1. Robert de Castella, AUS	2.09.42
2. D. Ceron, ETH	2.10.02
3. T Dadi, ETH	2.10.08
4. M Castilla, MEX	2.10.47
5. B Densimo, ETH	2.11.34

1. J Kleiweg, HOL	2.34.18
2. A Gezahgene, ETH	2.35.04
3. A Buia, ROM	2.38.52

En svettig dag i juli 1990

Åtminstone två tappra finländare klarade av två maratonlopp på en dag i fjol somras. Det var den 21 juli som förmiddagsmaran i Jakobstad och kvällsmaran i Peräseinejoki lockade till en utmaning. **Jan-Erik Sjöblom** (årsbästa 1990 med 2.54.55) löpte på 3.45.50 respektive 5.07.48! En vecka senare sprang han på 3.14 i Tavatehus....

Den kände **Kalevi Saukonen**, som passerade 340 maror i fjol, noterade 3.55.32 respektive 5.12.54 denna minnesvärda och ömma 21.7 1990 i Österbotten.

Något liknande kan göras i år då Varpasjärvis nattmaran startar klockan 22.00 den 5.7 och efter det en kvällsmara den 6.7 i Alajärvi. Man får ungefär sexton timmars vila emellan.

Men det är förstås inget Sällskapet rekommenderar!



IAAF Världscupen

1985 Hiroshima	
Salah, DJI	2.08.09
Dörre, GDR	2.33.30

1987 Söul	
Salah, DJI	2.10.55
Ivanova, URS	2.34.39

1989 Milano	
Zeke, ETH	2.10.28
Marchiano, USA	2.30.48

1991 London	
Tolstikov, URS	2.09.17
Mota, POR	2.26.14

Fångvaktare bröt sig ur

Det blev nytt banrekord med drygt två minuter i det fjortonde Madrid maraton söndagen den 21.4 när tanzaniern **John Burra** vann på 2.12. Vi noterar att nyhetsbyrån AP skriver följande i sitt telex: "Den 25-årige fångvaktaren Burra bröt sig loss ur klungan efter 25 kilometer och gjorde sedan loppet till sitt."

Resultat

1. John Burra, TAN	2.12.19
2. Antoni Niemczak, POL	2.14.47
3. Fedor Rishov, URS	2.14.54

Kort och långt om Rosa Mota!

Född den 29 juni 1958. Debuterade med att vinna EM i Aten den 12 september 1982 på 2.36.04 omkring halvminuten före Fogli och Kristiansen. Fjorton segrar på nitton starter. EM-titlar: 1982, 1986 och 1990! Segrar i VM 1987 och OS 1988 samt världscuptiteln 1991.

Med sitt personbästa, 2.23.29 satt i Chicago 1985 då hon blev tvåa (!) efter Benoit (2.21.21), ligger hon trea i statistiken.

BA

Pelle Ruus

... var finns han?

Åtminstone har Oslo Marathon-arrangören inte noterat att han löpte i mål i höstas efter 3.48! Man har från norskt håll inte ens bemödat sig om att besvara Pelles brev, än mindre att försöka reda ut missen vid målet.

Känns lite bittert att oemärkt prestera 42 km.

Vi förmodar dock att Ruus rusar vidare mot Sällskapets utmärkelser och lägger målfotot till handlingarna, som ett litet bevis.

Resultat Boston 1991

1. Ibrahim Hussein	2.11.06
2. Abebe Mekonnen	2.11.22
3. Andy Ronan	2.11.27
4. Alejandro Cruz	2.12.11
5. C Grisalee	2.13.00

1. Wanda Panfil	2.24.17
2. Kim Jones	2.26.40
3. Uta Pippig	2.26.52
4. Joan Benoit-Samuelsson	2.26.55
5. Ingrid Kristiansen	2.29.14

Hussein och Ronan passerade halva på 1.05.58. Först på det långa upploppet "dök" Mekonnen upp framför TV-kamerorna och spurtade till sig en andraplats.

Strax efter att Wanda, Joan och Ingrid passerat 21,1 på 1.10.53 fick norskan släppa och tio minuter senare ryckte Wanda ifrån Joan. Även kär kom fräscha "runners-up" på upploppet i form av Jones och Pippig, som snuvade Joan på prispallen.

Bostonbästa genom åren

2.07.51 Robert de Castella	-86
2.08.19 Gelindo Bordin	-90
2.08.43 Ibrahim Hussein	-88
2.08.44 Juma Ikangaa	-88
2.08.51 Alberto Salazar	-82
2.08.53 Dick Beardsley	-82
2.09.00 Greg Meyer	83
2.09.06 Abebe Mekonnen	-89
2.09.15 John Treacy	-88
2.09.26 Toshihiko Seko	-81
2.09.27 Bill Rodgers	-79

2.22.43 Joan Benoit	-83
2.24.17 Wanda Panfil	-91
2.24.30 Rosa Mota	-88
2.24.33 Ingrid Kristiansen	-89
2.24.55 Ingrid Kristiansen	-86
2.25.21 Rosa Mota	-87
2.25.24 Rosa Mota	-90
2.26.40 Kim Jones	-91
2.26.46 Allison Roe	-81
2.26.52 Uta Pippig	-91
2.26.55 Joan Benoit-Samuelson	-91
2.27.35 Carla Beurskens	-86
2.27.51 Patti Catalano	-81
2.28.03 Uta Pippig	-90

Fotnot: Bästa passertid 21,1 km har Juma Ikangaa med 1.02.01 från 1990 och Joan Benoit på 1.08.22 (1983).

Svenskar i utlandet

Mandalsmaraton, NOR, 1990-09-23

M/1 Peter Novak, CS	2.31.20
M50/4 Bertil Järlåker, SWE	3.35.34
K/1 C Jonsbråten, NOR	3.52.19

"Det här är verkligen ett lopp att rekommendera. Du löper i ett naturskönt landskap utefter en skummande älv och blir rikligen belönad i mål. Du får keramikmugg, pokal, plakett och diplom med färgfoto av starten. Adresser till norska maratontopp fås genom Jan Lind."

Bertil Järlåker

2:a Kempele Maraton, FIN, 1990-09-15

M35/1 Markku Järnbeck, FIN	2.30.56
M50/6 Bertil Järlåker, SWE	3.34.17

"Ett av mina trevligaste maratomminnen. Dels återsåg jag de vägar jag löpte på 1982 under mitt långa nordkalottlopp genom hela Finland från söder till norr. Dels blev jag mycket väl mottagen av en grupp entusiastiska maratonsvänner. Klubben hade bara 18 medlemmar, vilket kan förklaras av att medlemskravet gällde ett personbästa på 3.30 eller långsammare."

Bertil Järlåker

Drammen Marathon, NOR, 1990-10-07

M/1 Edvard Dahl, NOR	2.22.16
M45/53 Jan-Erik Ullström, SWE	3.19.03
M45/63 Johnny Johansson, SWE	3.23.49
M50/43 Bertil Järlåker, SWE	3.37.30
M50/51 Gösta Lindquist, SWE	3.52.14
M50/60 Hans Örsing, SWE	3.59.08
K50/3 Margareta Lundquist, SWE	4.04.45
M60/16 Per Adolfsson, SWE	4.08.22
M35/109 Conny Adolfsson, SWE	4.42.02



**Bär
Sällskapet
överallmärke**

10:e Kuopio Självtändighets- maraton, FIN, 1990-12-06

M/1 Matti Tiilikainen, FIN	2.52.55
M/50/3 Bertil Järlåker, SWE	3.45.53
K/1 Ljuba Semjonova, URS	3.50.19
M50/10 Gösta Lundquist, SWE	4.22.17
K/3 Margareta Lundquist, SWE	4.45.24

"Fem tappra svenskar reste på olika vägar till detta jubileumslopp. Vi fick verkligen uppleva ett vintermaraton, som gör skäl för namnet! I sträng kyla, isande vind från sjön, halt och dessutom tunglöpt i snömodden, fick de flesta deltagare finna sig i en halvtimme sämre tider än "normalt". Segraren, som två månader tidigare löpt i Berlin på 2.22.44, fick erfara skillnaden på lätt- och tungsprungen bana! Två ur svenskängnet fick bryta. Själv jubilerade jag med mitt 200:e maratontopp och var således väldigt inspirerad och gjorde efter omständigheterna mitt bästa lopp för 1990".

Bertil Järlåker

Fotnot: För inbjudan, skriv till Yrjö Ponto, Valkeisenkatu 12 B 6, SF-70600 KUOPIO, Finland.

Los Angeles Marathon, 1991-03-03

1. Mark Plaatjes, USA	2.10.29
4. John Campbell, (M40), NZ	2.24.33
72. Peter Jansson, SWE	2.36.57
85. Jouni Kortelainen, FIN	2.38.22
104. Örjan Fröjd, SWE	2.40.42

Stavanger Marathon, NOR, 1990-10-20

M45/1 Arne Ommundsen, NOR	2.37.31
M50/4 Bertil Järlåker, SWE	3.24.50
M50/5 K G Nyström, SWE	3.44.24
M50/6 Hans Örsing, SWE	4.06.57
M60/3 Per Adolfsson, SWE	4.06.58
M35/9 Conny Adolfsson, SWE	4.15.17

Hannover maraton 1991-04-21

1. Marek Adamski, POL	2.15.04
2. Heiko Klimmer, GER	2.15.47
3. Z Mezulianki, CS	2.18.13

1. Jelena Jegerova, URS	2.36.29
2. Luisa Balajeva, URS	2.38.41
3. Annabel Holtkamp, GER	2.39.04

Maratonlopp i Norge

Antalet maratontopp i Norge har ökat väsentligt inför årets säsong och man har nu passerat Sverige vad detta beträffar. Tio lopp har redan avverkats och fenton återstår under året enligt nedanstående förteckning. Man får nog räkna med att många av loppen bara kommer att samla 20—30 deltagare, men i samtliga fall arrangeras ett halvmaratontopp. Ytterligare upplysningar om dessa lopp kan erhållas genom **Jan Lind**, som är Den Norske Maratonklubbs svenska kontaktombud.

6 juli	: Imås Maraton	041/43 405
"	: Midnight Sun Maraton, Tromsø	083/22 583
"	: Jølster Maraton	057/27 520
3 aug.	: Kongsvinger Maraton	066/17 907
"	: Hardangervidda Maraton	067/86 469
10 "	: Nordvest Maraton, Hareid	070/92 678
"	: Hadsel Maraton	088/52 538
17 "	: Halden Maraton	09/18 37 39
25 "	: Grensemaraton, Sandnes	*
7 sept.	: Oslo Maraton	02/56 53 70
22 "	: Mandalsmaraton	043/62 630
6 okt.	: Drammensmaraton	03/88 64 70
12 "	: Øystad Maraton, Nedenes	041/94 482
19 "	: Stavanger Statoil Maraton	04/52 59 91
17 nov.	: Jessheim Vintermaraton	06/97 21 80

* Inget tel.nummer uppgivet. Adress: Sandnes IL, Langfjordvegen, 9910 Bjørnevæn.

ölandsbro marathon

Lördag 3 augusti från Kalmar till Borgholm Årets semester- och familjemarathon

Gratis camping-, husvagns- eller båtsemester för hela familjen i 14 dagar. Halva priset på campingstugor. Bokning 0485-827 00.

Välkommen till den elfte upplagan av ÖLANDSBROMARATHON, årets stora semester- och familjemarathon.

ALLT DET HÄR FÖR STARTAVGIFTEN

- Gratis camping för dig och familjen på Lundegårds camping veckan före och efter loppet — 14 dagar — alternativt fri hamnplats i Borgholms gästhamn under samma tid.
- Campingstuga, Lundegård, till halva priset. 1125 kr.
- Gratis spagettifest på Lundegård den 2/8.
- Väska och förtäring vid 9 depåer och mål.
- Vår exklusiva plakett.
- Resultatlista gratis hemsänd.
- Många priser utdelas.
- Resa till sydeuropa för segrare i Herr/Damklass.

Vill du veta mer om tävlingen — skriv till ÖLANDSBROMARATHON, Box 133, 387 00 Borgholm, eller ring 0485-205 64, 100 95.

TÄVLINGSFAKTA

Start: Fredriksskans Idrottsplats, Kalmar, kl. 14.00.

Mål: Turisthamnen i Borgholm.

Klasser: Fullständig klassindelning av startavgiften 175:— till postgiro 286699-4, ÖLANDSBROMARATHON senast den 14 juli.

Ange namn, adress, födelseår, klass, förening/företag, bästa tid, samt om du vill ha transport till starten i Kalmar före loppet. Bussar avgår från Lundegård.

Massbrev

MARATON

Avsändare:

Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 STOCKHOLM

MARATHONLOPP I SVERIGE 1991

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson
7/7	Hudiksvall	0650-177 50	0650-175 06	Ragnar Sundberg
13/7	Skellefteå	0910-143 30		
20/7	Killingi		0980-180 90	Lennart Rantatalo
3/8	Kalmar-Borgholm	0485-205 64	0480-285 39	Carl-Gustaf Nilsson
10/8	Säffle		0533-403 41	Thage Söljemo
17/8	Örebro	019-36 10 80	019-36 04 70	Birgitta Schortz
17/8	Höga Kusten	0613-103 36	0613-107 83	Helge Norberg
18/8	Söderhamn		0270-107 85	Torbjörn Olsson
31/8	Borås	033-761 70	033-760 01	Lars-Åke Ekberg
8/9	Eslöv	0413-152 05	0413-136 30	Gösta Bengtsson
21/9	Östhammar-Öregrund	0173-128 30	0173-410 57	Jan-Joel Blomqvist
12/10	Rödeby (Blekinge)	0455-401 25	0455-242 90	Gert-Ove Olsson
13/10	Umeå	090-16 54 57	090-11 51 68	Ivar Söderlind
13/10	Göteborg	031-21 15 89	0520-620 13	Lennart Bengtsson
2/11	Kvarnsveden	0243-322 44		Inga-Britt Holmberg

Tävlingsdräkt, Tröjor, Märken, Nålar...

Till: SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET,
Box 218, 101 24 STOCKHOLM



Härmed beställer jag mot postförskott följande artiklar:

Tävl.dräkt "Sub 4" à 470:— dam S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

herr M ☐ L ☐ XL ☐

Tävlingsdräkt "New Line" à 280:— herr L ☐ XL ☐

(linne + byxa) restlager dam L ☐

Tröjor st à 70:— S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Overallmärken st à 15:—

Overallmärken st à 50:— för 25 ☐ 50 ☐ 100 ☐ maratonlopp

Souvenirvimplar st à 15:—

Klisterdekaler ark à 10:— (1 ark = 4 dekaler)

Klubbnålar st à 20:—

Namn:

Adress: