Marathon-löparen

Jun 1992 Nr 119 1992 Nr 3

SVENSKA MARATHON-SÄLLSKAPET

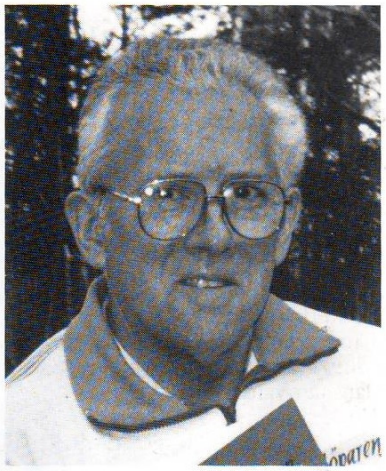
Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Box 218, 101 24 Stockholm
Redaktör och ansvarig utgivare:
Tony Bristow
Resultatredaktör:
Göran Andersson
Tryckning:
Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution:
AB Bergström Grevius, Farsta
ISSN 0283-1015

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:
Sanne Hermelin, 08-761 11 07
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 Distriktsombud
Blekinge:
Bengt-Åke Svensson, 0455-507 66
Bohuslän-Dal:
Helge Mikaelsen, 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 Ludwichowski, 0650-205 37
Jämtland-Härjedalen:
Monika Simson, 063-11 38 03
Medelpad:
Yngwe Sohl, 060-17 15 10
Norrbotten:
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
Ångermanland:
Kjell Nyberg, 0660-464 06
Östergötland:
Esbjörn Holmquist, 013-13 73 42

Segraren i Landskrona var Rodrigo Camacho, Björntorps IF. Foto: Jan Nyander.

Marathon-löparen
Jun 1992 Nr 119 1992 Nr3



Tillbaka till vardagen ...

Förra numret av Maratonlöparen var ett annorlunda nummer som enbart handlade om Svenska Marathonsällskapets historia under de gångna fyrtio åren, men nu är vi tillbaka igen — med en tidning med reportage och resultatlistor, en tidning med reseberättelser och kåserier, en tidning med tävlingsinbjudningar och reseannonser. Nu går vi framåt igen.

Men det har väl varit värdefullt att stanna upp en kort stund och begrunda det som har hänt och reda ut var vi står. Vi hoppas att medlemmarna tyckte att det var intressant att läsa om det som har varit, att läsa om olika beslut som fattades och om hur Sällskapets verksamhet undan för undan utvecklades. Med denna återblick som stöd kan vi fortsätta framåt och söka nya vägar att verka till gagn för svensk maratonlöpning.

Återigen har vi anledning att fundera över vad som kan göras för att säkerställa att det finns ett svenskt deltagande i OS- och VM-loppen på maratonsträckan. Vi finner i Sällskapet ett gemytligt kamratskap men det räcker inte. I stadgarna konstaterar vi att Sällskapets syfte är inte bara **att utgöra en kamratsammanslutning** utan även **att aktivt verka för att få fram svenska maratonlöpare av internationell klass.** Det finns ingen anledning att tro annat än att Sällskapet har en viktig roll att spela i detta sammanhang. Det finns ingen anledning att ge upp och slå oss till ro.

När festen är slut måste vi tillbaka till vardagen. Det är det vardagliga arbetet som motiverar festen. Det är den vardagliga träningen som ger tävlingens triumfer. Det är den vardagliga verksamheten inom Sällskapet som skall bidra till att få fram framtidens internationella maratonlöpare.

Men styrelsen behöver hjälp. Har Du något förslag vill vi att Du tar kontakt med styrelsen utan dröjsmål. Under hösten förresten kommer styrelsen att granska stadgarna i syfte att se om de behöver förnyas. Vad tycker Du? — vi skall väl inte ändra syftet? Även på vardagarna tvivlar vi väl inte på vår huvudinriktning eller hur?

Tony Bristow

Årsmötet

Svenska Marathonsällskapet firade sitt fyrtio års jubileum i samband med Årsmötet som ägde rum i Östhammar den 14:e mars. Tyvärr var antalet deltagare lägre än normalt — men det visade sig vid närmare granskning att det kanske var något av en missräkning att för ett årsmöte välja en ort som faktiskt är ganska långt borta från alla de närmaste städerna och i ett område där Sällskapet egentligen har tämligen få medlemmar.

Men de som hittade fram till möteslokalen kände sig varmt välkomnade av Östhammar FI:s representanter och alla enades om att årsmötet hölls i en mycket gemytlig miljö och i en varm idrottskamratlig anda.

Årsmötesförhandlingarna avklarades snabbt under ledning av Örjan Wedin som mötesordförande och, efter en paus för kaffe och smörgåsar, kunde deltagarna lyssna på Tony Bristow's berättelse om Sällskapets verksamhet under dessa fyrtio år. Föredraget illustrerades med en del material som Tony hade samlat på sig under de senaste tjugo åren sedan han valdes in i styrelsen.

Under de senaste två åren har Tony Bristow varit adjungerad till styrelsen i egenskap av redaktör för Marathonlöparen men nu valdes han åter in som suppleant i stället för Göran Andersson, som dock adjungerades i egenskap av resultatredaktör så fort styrelsen hade hunnit träffas och konstituera sig.

Som vanligt delades ett antal utmärkelser ut, diplom, standar, statyetter m.m. i samband med årsmötet. Speciellt bör nämnas att Sällskapets Förtjänstdiplom utdelades vid detta tillfälle till **Nils Lodin** för hans insatser med tidningen Springtime, till **Peter Fredriksson** för hans arbete inom SRRC, till **Owe Westin, Tore Andersson** och **Göran Gustavsson** för deras arbete inom styrelsen, till **Peter Jansson** och **Jan-Joel Blomqvist** i Östhammar, samt till **Alvar Asplund** och **Johan Henriksson** för deras insatser som distriktsombud.

Slutligen överlämnade Anders Jansson Östhammar FI:s klubbstandar till Svenska Marathonsällskapet.

Årsmötet i Östhammar leddes av Örjan Wedin med Tony Bristow som bisittare. Foto: Göran Gustavsson.

Tack och Grattis Lage!

Till Lage Carlson säger vi ett stort tack när han nu lämnar styrelsen efter fjorton år som kassör, en post han tillträdde 1978 efter att ha varit revisor under ett antal år. Många miljoner har passerat igenom Lages händer under dessa år, huvudsakligen medlemsavgifterna från flera tusen medlemmar, men kostnader har visat en oavbruten tendes att öka och utgifterna har också varit höga. Genom att styra utgifterna inom en rimlig budget har Lage dock under de flesta åren lyckats rapportera ett överskott i Sällskapets bokslut och en ökning av Sällskapets reservfond. Samtidigt har han som maratonlöpare hunnit bibehålla sin plats bland världseliten i sin klass, som numera har beteckningen M65.

Nu när han känner sig tvungen att undanbe sig omval till styrelsen har årsmötet godkänt styrelsens enhälliga förslag att Lage väljs till hedersmedlem i Sällskapet. Vi gratulerar Lage till denna välförtjänta utnämning och önskar honom lycka till på maratonbanan i fortsättningen när han nu kan träna utan att behöva bekymra sig över huruvida böckerna balanserar eller inte.

Lage Carlson, kassör sedan 1978, avtackades och valdes till hedersmedlem. Foto: Göran Gustavsson.

Sanne Hermelin, vår nya kassör, visar upp Sällskapets tävlingsdräkt. Foto: Tony Bristow.

Ny kassör: Sanne Hermelin

Vid årsmötet valdes Sanne Hermelin in i styrelsen som ersättare för Lage Carlson, som hade undanbett sig omval. Sanne ersätter Lage inte bara som styrelsemedlem utan även som kassör, och hon har redan tagit hand om kassaskrinet och bankböckerna och har åtagit sig att se till att Sällskapets reservkapital förvaltas väl.

Vår nya kassör är inte okänd för våra läsare eftersom det är Sanne som vi har skrivit om under det senaste året i samband med Sällskapets Löptest. Alla känner ju till allt om Sannes puls och blodmjölksyra. Tyvärr har sjukdom förhindrat henne från att fullfölja sina idrottsliga intentioner, men till detta återkommer vi.

Sannes idrottskarriär började på vattnet där hon var med i juniorlandslaget i rodd, men nu idrottar hon på fast mark helst på långdistansbanor. Hon har nu sprungit ett halvdussin maratonlopp med ett personbästa på 3.24.05, och har fortfarande ambitionen att förbättra sina tider.

Vällingby Marathon, 1992-03-28

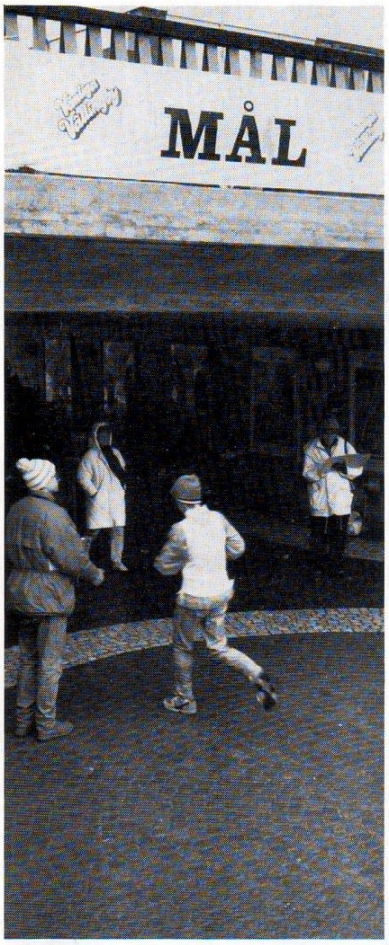
Den svenska maratonsäsongen började som vanligt i Vällingby, men i år hade arrangörerna gjort en väsentlig förändring.

Målplatsen hade flyttats ett par hundra meter och placerats under en vägbro, vilket medförde att funktionärer vid målplatsen hade tak över huvudet samtidigt som målet låg strax intill varvningspunkten vilket hade som följd att speakern bättre kunde informera om såväl förbipasserande löpare som de som sprang i mål.

Nackdelen var kanske den att man totalt förlorade kontakt med publiken på torget. Dessutom blev själva målområdet tämligen mörkt och dystert, så att flera löpare sågs tveksamt titta sig omkring, osäkra på om mållinjen hade passerats eller ej, men banan var snabb och vädret var lugnt.

Loppet vanns av en 27-årig engelsman **David Stokle,** Hässelby SK, med tiden 2.37.42. David växte upp i USA i närheten av Boston och berättar att han fullföljde sin första mara på 3.25 vid 13 års ålder då han inofficiellt deltog i Boston Marathon. Officiellt har han fullföljt 7 maratonlopp med 2.26 i Boston Peace Marathon vid 19 års ålder som personbästa. David har nu varit fem år i Sverige och hans första ambition vad gäller den personliga utvecklingen som maratonlöpare är att göra en bra tid i Stockholm Marathon.

Överlägsen bland damerna och på nionde plats totalt bland 120 fullföljande var **Åsa Schumann** från Piteå med tiden 2.53.56.



Målgången i Vällingby. Foto: Tony Bristow.

Klass K Seniorer

Åsa Schumann, Piteå IF	2.53.56
Sari Mäkinen, Maarian Mahti	3.20.28

Klass K40

Maria Illés, Enhörna IF	3.42.56

Klass K 45

Ann-Britt Rönnerfjäll, Fredrikshofs IF	3.26.41
Irene Göllas, Täby LLK	3.38.35
Gunilla Franzén, IFK Strängnäs	3.51.25
Seija Väli-Tainio, Lugi Friidrott	3.53.09

Klass K 50

Monika Simson, Täby LLK	3.57.08

Klass M Seinorer

David Stokle, Hässelby SK	2.37.42
Örjan Persson, Huddinge AIS	2.45.00
Birger Fält, Bollnäs FK	2.53.36
Marcus Sokolowski, Polisen Friidrott	2.55.02
Raimo Mikkola, Forssa BK Friidrott	2.56.29
Tapio Koivu, Marian Mahti	3.06.29
Stefan Peters, Merlin Gerin	3.08.11
Torbjörn Hultqvist, Vällingby	3.08.31
Richard Cornelius, IFK Tumba	3.09.38
Conny Hillerberg, Trångsund	3.11.28
(10)	
Bengt Göransson, Falu IK	3.12.27
Jens Porne	3.14.21
Christer Johansson, Iggesunds SK	3.18.43
Peder Jonsson, Ålems RC	3.20.01
Lars Orbring, Team Skavsåret	3.24.23
Jonathan Bäckstrand, Whak	3.43.00
Peter Blommark, Vin&Sprit IF	3.58.11
Tomas Olsson, Kompassen	3.59.01

Klass M 35

Lars Björnfot, Umeå	2.41.49
Tommy Andersson, Tele IF Karlstad	2.46.26
Peter Backlund, Lenkki-Boys	2.56.35
Lasse Qvarnström, Råby-Rekarne IF	3.14.15
Bengt Jansson, SJ IF Borås	3.14.54
Leif Terävä, IK Jordbänningarna	3.19.07
Anders Johansson, Mälarö SOK	3.29.06
Sakari Välsänen, V-S VU	3.34.11
Hans Jonsson, Forssa BK	3.38.33
Conny Adolfsson, Hyltebruk	4.43.03

Klass M 40

Roland Thörn, IF Start	2.44.18
Bo Johansson, Mariestads AIF	3.05.49
Tommy Stonsebro, Motala AIF	3.12.48
Christer Gidewall, IFK Tumba	3.13.03
Olle Eriksson, Iggesunds SK	3.18.44
Leif Danielsson, Iggesunds SK	3.18.45
Göran Lännström, Hultfreds LK	3.19.05
Hans-Ove Lindström, Bälinge IF	3.23.02
Jan Terje Nilsen, NOR	3.25.10
Curt Sandberg, Väsby IK	3.27.23
(10)	
Jan-Erik Sjöblom, Finlands Vet.	3.33.46
Anders Karlsson, SUF, Sundsvall	3.37.00
Gunnar Haagensen, Åsrennarna	3.42.32
Pelle Ruus, Eskilstuna IK	3.46.18
Anders Gyhlenius, Djurgårdens IF	3.58.02

Klass M 45

Kari Kelja, Järfälla SK	2.52.44
Bengt Backamen, Flemingsbergs SK	2.53.57
Anders Hansson, Råby-Rekarne IF	2.55.20
Per-Olov Nordin, Söderhamns IF	3.04.50
Frank Bodin, Solvikingarna	3.05.15
Bernt Öberg, Vuollerims SK	3.07.11
Björn Finholm, Flemingsbergs SK	3.09.19
Göran Hybinette, —	3.19.33
Reijo Höglund, Finlandia	3.22.56
Frans Svendsen, VIK skidor	3.24.48
(10)	
Bo Enbom Jansson, Lustebo LK	3.25.07
Sven-Olof Bood, IF Göta	3.27.04
Leif Wängman, Iggesunds SK	3.28.47
Matti Kauppinen, Sporttiveter.	3.29.35
Mikko Soininen, Volvo IF	3.32.03
Per Wallström, Sollentuna	3.33.45
Christer Bergfoth, Tierps IF	3.35.48
Birger Höglund, IK Jordbänningarna	3.36.25
Lars Ekström, Högsbo AIK	3.36.42
Stig Söderström, Kvarnsvedens GoIF	3.36.47
(20)	
Roland Lindell, Fredrikshofs IF	3.38.21
Jan Höijer, Fredrikshofs IF	3.38.50
Björn Dufva, Uppsala	3.41.44
Kjell-Åke Åkesson, Växjö löparklubb	3.43.14
Kalevi Saukkonen, V-S VU	3.49.44
Stig Mariedahl, Söderhamns OK	3.52.06
Kenth Svedberg, OK Jordbänningarna	3.52.55
Anders Andersson, Vilsta IK	4.07.53
Kenneth Berggren, Lycksele Energi	4.15.03
Gunilla Lillimägi, Älvängen	4.17.01
(30)	
Matti Kekki, Huddinge	4.27.36

Klass M 50

Riku Kyllönen, Sundbybergs IK	2.52.13
Roger Pistol, Hallstahammar SK	2.56.41
Evert Moberg, IF Göta	3.09.48
Åke Ödmark, Flemingsbergs SK	3.14.16
Göran Ericsson, Stockholms Posten	3.20.20
Sven-Bertil Rönnåker, Stockholm RRC	3.21.01
Jean Forsgren, Fredrikshofs IF	3.21.05
Runo Dahlberg, IK Jordbänningarna	3.23.52
Kjell Damstedt, Heleneholm	3.28.03
Roger Dahlbom, IK Jordbänningarna	3.28.46
(10)	
Per Oscar Holm-Olsen, Metemarkens V.	3.30.14
Gunnar Eriksson, Täby	3.31.27
Rune Almström, Stockholm	3.32.59
Kim Nyberg, Stockholm RRC	3.33.17
Gösta Johansson, IF Linden	3.41.23
Esko Saarela, Finlandia	3.48.48
Stig Nyholm, Södertälje	3.49.39
Hans Örsing, IFK Helsingborg	4.01.17
Harry Björling, Stockholm RRC	4.01.28
Roland Blom, Metallcentralen IF	4.05.55
(20)	
Leif Karlsson, Gnosjö FK	4.38.02

Klass M 55

Karl-Johan Lundström, IF Åland	3.16.36
Bengt Wallin, Falu IK	3.27.10
Stig Asplund, IF Göta	3.31.11
Sture Andersson, Mariestad	3.45.25

Klass M 60

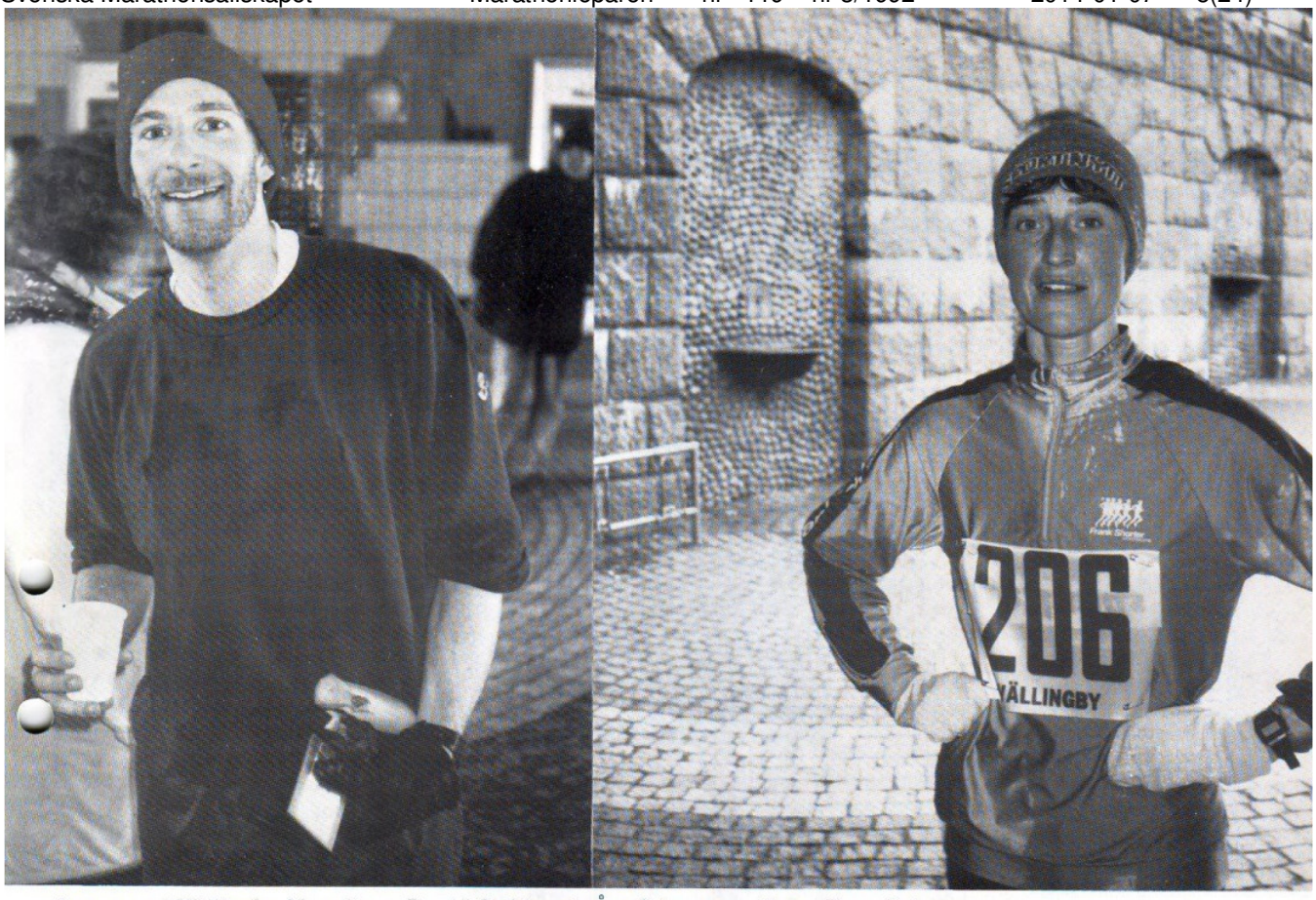
Lennart Carlander, Tureberg IF	3.25.39
Sigurd Falk, IFK Hedemora	3.34.16
Eskil Ejderfall, Saltsjö-Boo	4.04.31
Vollrad Lundström, Skellefteå AIK	4.09.31
Per Adolfsson, IK Ymer	4.13.43

Klass M 65

Ebbe Callheim, Järfälla SK	3.36.53
Gösta Ekström, Säters IF	3.44.29
Gunnar Karlsson, Rydö ASK	3.57.33
Nils Larsson, IF Linden	4.47.28
Stig Eriksson, Lima IF	5.02.01

Klass M 70

Erik Östbye, Solvikingarna	3.27.43
Karl-Olof Tillman, Frösö IF	4.21.04
Erling Mårshagen, IK Jarl	4.26.40



Segrarna i Vällingby Marathon: David Stokle och Åsa Schumann. Foto: Tony Bristow.

SFIF:s Förtjänstmärke till fyra

Det framgick av den återblick över Svenska Marathonsällskapets historia, som delgavs medlemmarna i Marathonlöparen nr 2/92, att relationerna mellan Sällskapet och Svenska Friidrottsförbundet inte alltid varit helt tillfredsställande ... men detta hör ju till historien.

Efter det att årsmötesförhandlingarna avklarats begärde Rolf Hellman som representant för SFIF ordet och överlämnade Friidrottsförbundets Förtjänstmärke till **Tony Bristow, Lage Carlson, Owe Westin** och **Jan Lind.**

När det gäller de två sistnämnda var det deras insatser till gagn för svensk friidrott även i de egna klubbarna som premierades, men speciellt i fallen Tony Bristow och Lage Carlson var det deras mångåriga insatser inom Sällskapet som uppmärksammades.

Det uppskattades mycket att Friidrottsförbundet på detta sätt ville markera Sällskapets fyrtioårs jubileum och genom sitt förtjänstmärke uppmärksamma de insatser för svensk friidrott och speciellt långdistanslöpning som har gjorts under dessa år inom ramen för Svenska Marathonsällskapets verksamhet.

Svenska Marathonsällskapet har måhända en något säregen ställning inom det idrottsliga samhället men att dess verksamhet är till gagn för svensk långdistanslöpning har vi genom dessa utmärkelser nu fått kvitto på.

SUCCÉMARAN
i SÖDERHAMN "Sveriges mittersta skärgård"
10 ÅR
STRÖMMINGSMARAN Söndagen den 16 aug 1992

HELMARATON Damer — Herrar 10 klasser. Anmälan till StrömmingsMaran, Köpmangatan 8, 826 00 Söderhamn. Postgiro 25 57 92-4. Sista anmälningsdag 31/7. Anmälningsavgift 150 kr.

TJEJSTIMMET 8 km landsvägslöpning för Damer. Ingen tidtagning. Anmälningsavgift 60 kr.

MIX-MARAN Startar med stora maran. En tjej springer 1:a varvet 20 km. En kille 2:a varvet 22 km. Anmälningsavgift 180 kr.

POLIS-SM i halvmaraton. Anmälningsavgift 50 kr.

Upplysningar och Maranfolder. Dagtid Söderhamns Turism 0270-753 53. Kvällstid 0270-107 85 Torbjörn Olsson.

Midwinter Marathon 1992-02-01
— gråväder och + 3° i Apeldoorn

Pang! Klockan är 12.00 och uppskattningsvis 2000 löpare börjar korsa startlinjen i det 19:e Apeldoorn Midwinter Marathon. Hälften kommer dock att vika till vänster och gå i mål efter 27,7 km då det stora första varvet, kallat Asselronde, avverkats. Aspiranter på maratonsträckan rekommenderas att inte snegla till vänster utan ha blicken stadigt riktad framåt och koncentrera sig på det mindre 15 km-varvet som ännu återstår. Det sistnämnda gäller för 12 av oss i vårt gäng.

''Vi'' är bara en av ett flertal svenskgäng på besök i Apeldoorn. Just vårt består av 13 löpare, från Bengtfors i norr till Varberg i söder, hitresta under ledning av Lennart Bengtsson/Solvikingarna. Många av oss är gamla maratonveteraner. En summering visade att vi samlat på oss totalt 670 stycken med ''värstingen'' K-G Nyström i topp med över 200.

Med bil och minibuss körde vi ombord på Kiel-färjan i Göteborg torsdag kväll. Efter en lugn natt ombord kunde vi starta bilfärden genom Tyskland lite efter kl nio på fredagsmorgonen och anlända till det utmärkta motellet ''De Cantharel'', beläget 4 km från startområdet, redan tidigt på eftermiddagen. Detta trots ett bensinstopp just innan holländska gränsen. Vi struntade i arrangörens spaghetti-party på kvällen utan ordnade detta själva på motellet genom en specialbeställning.

Startområdet i Apeldoorn 15 min före start. Foto: Peter Hansen.

Som avtalat träffades vi alla, ombytta och klara, utanför motellet på lördag morgon kl. 10.15 för gemensam avfärd till nummerlappsutdelningen i Willem III:s kasernområde. Efter en promenad på 1,5 km var vi framme vid starten.

Banan visade sig vara trevligt omväxlande utlagd i ett stort parkområde med tämligen flacka stigningar och utförslöpor. Underlaget var asfalterade väg- & cykelbanor med visst inslag av grusväg och skogsstig. Själv bedömer jag banan som klart lättare än Stockholm.

Det måste vara underbart att springa här på våren när all grönska just börjat spira och tiden för kortbyxor är inne! Banan kan dock även rekommenderas första lördagen i februari.

Övriga synpunkter:

— Iskallt vatten och sportdryck vid nästan alla kontroller.

— Trevlig medalj som dock ej fås vid målgång utan måste hämtas på olika ställen beroende på vilken sträcka man sprungit.

En gemensam kväll tillbringades sedan på motellet med god mat och dryck samt mycket eftersnack. Söndagen blev en lugn resdag och när färjan lade till i Göteborg på måndag morgon kunde vi alla se tillbaka på en mycket lyckad resa i gott sällskap.

Peter Hansen/Volvo IF

Samling utanför motell inför avfärden till nummerlappsutlämningen. Foto: Peter Hansen.

Apeldoorn Midwintermarathon, Hol, 1992-02-01

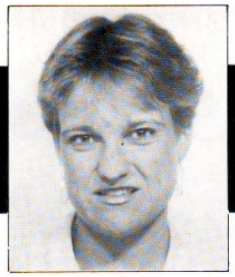
Män seniorer (Totalt 353 i mål)

1	Petre Novak, TCH	2.19.47
170	B. Gustafsson, IFK Strängnäs	3.14.17
179	Anders Edberg, Varberg	3.15.54
192	P. Skotten, Karlskrona	3.17.53
250	C-G. Gabrielsson, Bengtsfors	3.28.09

M40 (Totalt 301 i mål)

1	Alan Caroll, GBR	2.34.56
36	Lars Boqvist, SLK Oxelösund	2.55.01
63	Peter Hansen, Volvo IF	3.01.29
121	S. Remar, Ulricehamn	3.14.34
135	Leif Skogland, Bengtsfors	3.17.49
191	Stig Mariedahl, Söderhamns OK	3.27.05
195	S. Ankarfjord, IFK Strängnäs	3.27.56
214	Hallqvist, IFK Strängnäs	3.32.08
215	Jan Krantz, Volvo IF	3.32.14
297	G. Franzén, IFK Strängnäs	4.18.52

I huvudet på ...



Cecilia Petersson

Man ska vara glad åt fötter

Man ska vara glad åt fötter, påstod Birgitta Andersson en gång. Nu har jag så smått börjat förlika mig med mina apostlahästar, men för några veckor sedan stod jag inte på god fot med dem. Ja, i varje fall inte den vänstra, och åtminstone inte med hälen.

En ängels tålamod är litet jämfört med mitt när det gäller att nöta landsvägsmil — de må vara i stekande sol, i storm, hagel, snö, regn eller drivis. Men när det kommer till att vänta ut en envis hälsporre, är jag inte ett dugg bättre än ett barn, som *vill* ha en glass, som vill ha den *nu* och inte sen, och som tycker mamma är jättedum som säger att vi kan inte köpa någon glass nu; först måste vi komma till en kiosk och sedan får vi hoppas att kiosken har öppet och att de säljer glass. Alla andra får ju... Och allra mest längtar man förstås när vårsolen börjar värma...

Jag har fått tabletter och annan medicinsk behandling, jag har fått skoinlägg av skilda slag, jag har dragit ner på tempo och träningsmängd, och jag har till slut kapitulerat och vilat helt några veckor. Och **visst har jag syndat och tagit några kilometer för mycket ibland när vårsolen har varit för oemotståndlig,** men nu tror jag att det börjar gå åt rätt håll, och jag hoppas kunna genomföra Copenhagen Marathon i slutet av maj.

Vid sådana här tillfällen inser man hur priviligerad man är som löpare. För att hålla formen och humöret uppe har jag simmat, cyklat och gått på gym. Det är inga dåliga alternativ, men... Att dela en bana i en bassäng med ett halvdussin andra, att trampa på Skåneslätten i motvind på en cykel som inte skulle gjort någon större lycka i Tour de France, och att träna i en liten gym-lokal under konstant syrebrist (ger det månne samma effekt som höghöjdsträning???) — det är liksom inte samma sak... Och vad mer är, det känns som om **jag förlorar en del av min identitet när jag inte kan springa.** Löpningen är så starkt integrerad i min tillvaro att en del av mig hela tiden är just detta — löpare.

Det jag uppskattar mest med löpningen är nog friheten. Inga tider att passa, inga redskap som kan begränsa eller hjälpa. Det är bara att dra på sig skorna och ge sig ut. Det beror bara på mig själv om jag ska klara det och endast jag själv kan påverka min tid. Klockan må vara sex på morgonen eller elva på kvällen, jag må befinna mig på vidsträckta skånska fält, på hårt trafikerade gator i någon storstad eller på en öde sandstrand, någonstans på andra sidan jordklotet, jag må vara på semester eller tjänsteresa, ensam eller bland tiotusen andra — jag kan alltid springa. Det enda jag behöver är ett par bra skor.

Skor, ja. Jag läste i tidigare nummer om löparskor som legat i en någonstans mellan incheckningsdisken och flygplanet försvunnen resväska, och vars ägare hade för avsikt att springa maraton några dagar senare. Jag har alltid skorna i handbagaget.

I somras mellanlandade jag på Heathrow på väg till ett lopp. Kön till säkerhetskontrollen var lika kort som toalettkön vid starten för de stora loppen brukar vara lång, d v s där stod inte en kotte. Bakom disken stod däremot tre personer. De kunde inte göra annat än att stoppa mig och undersöka min väska. Jag undrade vad kommentaren skulle bli när de plockade fram ett par väl insprungna löparskor, men de bara la tillbaks skorna i väskan igen. Det var tur för dem att det inte var de dojorna som var med om Lidingöloppet 1990. Det var det året speakern sa att det var fritt simsätt på uppploppet.

Åker man sedan nattåg ner till den sydligaste delen av vårt land och inte har egen kuppe är det av humana skäl bara att låta skorna ligga kvar i sin hermetiskt tillslutna plastpåse under natten. Annars kanske det kunde bli en bra intrig i en deckare...

De skorna blev sedermera portförbjudna hos min familj och mina vänner; detta efter det att grannens stackars katt oskyldigt blivit anklagad för att markera revir på altanen. Som den djurvän jag är blev jag då tvungen att komma med min bekännelse, vilket resulterade i ett rött kort för mina dojor.

I normala fall vill jag oftast göra tvärtemot vad Povel Ramel uppmanar oss — jag vill ta på mig skorna — men efter sådana lopp som det ovannämnda är jag böjd att hålla med honom att det är ganska skönt att ta av sig fotbeklädnaden emellanåt också. Men i ett har han fel, denne fantastiske ordkonstnär. Underbart är inte kort. Det är långt. Det är mycket långt. Det är 42195 meter.

Cecilia Petersson

M50 (Totalt 103 i mål)

1	Karel Leewangh, HOL	2.48.15
9	Kurt Karlsson, Solvikingarna	3.04.24
23	Kjell Jonsson, Öckerö	3.16.12
37	Stig Hellström, Fredrikshofs IF	3.22.28
39	Söderberg, IFK Strängnäs	3.24.39
67	L. Israelsson, IFK Strängnäs	3.34.12
68	S-O Sjöström, Varberg	3.34.29
79	K-G Nyström, TV 88	3.44.31
84	Hans Örsing, IFK Helsingborg	3.47.36
96	Gösta Eberstein, SAF IK	4.03.46

M60 + (Totalt 12 i mål)

1	Kjell Linder, SWE	2.56.35
3	B.A Svensson, SWE	3.26.23
12	Börje Reis, Borås	4.38.30

Kvinnor Seniorer (Totalt 10 i mål)

1	Birgit Lennartz, GER	2.47.14

K40 + (Totalt 20 i mål)

1	Maya Hoogeboom, HOL	3.08.30
14	Ingrid Karlsson, Solvikingarna	4.06.10

Fotnot: Det är Peter Hansen som lagt ner mycket arbete med ovanstående resultat vilket vi varmt tackar för!

OS nästa för Camacho

Trettonde upplagan av Landskrona Marathon blev en härlig tillställning för såväl de tävlande som påhejande publik. Den store vinnaren blev Rodrigo Camacho som med sin segertid 2.21.58 dels raderade ut det tidigare banrekordet med sex minuter dels med eftertryck visade att det går att springa fort i Landskrona. Enligt Rodrigo är banan i Landskrona mycket snabb och lättsprungen.

Förutom själva huvudtävlingen, maratonloppet, tävlas det även i halv- och kvartsmaraton. Deltagarna springer fyra, två respektive ett varv på samma bana. Rodrigo Camacho upplevde inte detta som negativt, tvärtom. Han var strålande glad efter målgången, eftersom han med sin tid med säkerhet kvalificerat sig för det bolivianska OS-laget till Barcelona. Rodrigo tävlar för Björnstorps IF men är boliviansk medborgare. Hans målsättning är att komma bland de trettio bästa i Barcelona i sommar. Han har representerat Bolivia i Los Angeles och Seoul.

I Landskrona tog han kommandot direkt efter start och genomförde loppet i ensamt majestät. Hans segertid var drygt 16 minuter bättre än tvåan Per Grip, Skillingaryds FK, som fick den utmärkta tiden 2.38.10. Per Grip var i sin tur endast två sekunder före trean Stefan Rosén från LUGI.

Av omkring 75 anmälda tog sig 64 löpare i mål och av dessa var 12 stycken under tre timmar. Arrangerande GF Idrott gladde sig åt att ha två stycken löpare bland de tio första i mål, nämligen Anders Persson, segrare i M 35 och Björn Videfors, segrare i M 50. Bästa kvinna blev Agneta Ohmes fråm Elmhults Sportclub, som med sin tid 3.19.48 endast var 16 sekunder över banrekordet för kvinnor. Nöjd tävlingsledare i det perfekta maratonvädret var undertecknad.

Kurt Holmgren

Landskrona Marathon 1992

MS/1	**Rodrigo Camacho,** -57, Björntorps IF	2.21.58
MS/2	Per Grip, Skillingaryds FK	2.38.10
MS/3	Stefan Rosén, -65, Lugi Friidrott	2.38.12
MS/4	Johnny Kamstedt, -62, Halmstad	2.48.15
M45/1	Göran Bengtsson, -46, Laholms IF	2.49.31
M35/1	**Anders Persson,** -55, GF Idrott	2.50.52
M40/1	**Tord Svanfelt,** -49, Heleneholm	2.51.49
M50/1	**Björn Videfors,** -40, GF Idrott	2.52.25
M45/2	Bengt Olofsson, -47, Östhammar	2.52.46
M45/3	**Klas Paulsson,** -47, Eslövs AI	2.56.43
	(10)	
M35/2	Manfred Trieb, -53, Malmö Frisksp.k	2.58.45
M45/4	Bengt Klang, -47, Lugi Friidrott	2.59.45
M40/2	Roger Bäckström, -49, FIF Gnistan	3.02.42
M40/3	Anders Krappe, -52, Laholms IF	3.04.45
M40/4	Bo Göransson, -52, Läckeby GoIF	3.05.51
M40/5	Göran Önnerby, -49, Anderstorps OK	3.08.01
Mot/1	Urban Warberg, -62, Black Adders IF	3.08.11
M50/2	Gert-I Nilsson, -41, Björnstorps IF	3.09.23
M60/1	Kurt Karlsson, -32, Solvikingarna	3.09.39
M35/3	Torbjörn Persson, -54, IS Skanne	3.12.12
	(20)	
M45/5	Frank Brodin, Solvikingarna Gbg	3.12.57
Mot/2	Matti Pylkkänen, -50, Överums OK	3.14.06
M40/6	Jörgen Krappe, -50, Laholms IF	3.16.49
M35/4	Gert-Inge Tapper, -57, Björnstorps IF	3.18.49
M50/3	Åke Nilsson, -42, Överums OK	3.19.09
M40/7	Lennart Hagman, -48, Heleneholm	3.19.12
M60/2	**John Lilja,** -30, IK Pallas	3.19.16
M45/6	Stig-Å Jonasson, Elmhults Sport Club	3.19.47
K40/1	Agneta Ohmes, -51, Elmhults SC	3.19.48
M40/8	Gerhard Ohmes, Elmhults Sport Club	3.23.10
	(30)	
M45/7	Lennart Skog, -46 Stenungsund OK	3.23.56
M40/9	Bo-Inge Randau, -52, Ryssberget	3.26.45
Mot/3	Bo Christianson, -38, Malmö L-trafik	3.26.50
M55/1	**Kjell Martinsson,** -35, IK Pallas	3.29.28
M45/8	Jan-Erik Olsson, Ålsne 90, Friidrott	3.31.50
K50/1	**Kirsti Takkinen,** -40, Lugi Friidrott	3.31.59
M45/9	Henrik Hallkvist, -46, IF Linden	3.32.10
M40/10	Anders Madsen, -48, DEN	3.33.46
Mot/4	Bo-I Åkerlundh, -38, Älmhults Bruk	3.34.38
Mot/5	Lars Åkerman, -48, Linjeflyg FK	3.35.04
	(40)	
Mot/6	Eivon Henningsson, -46, Laholms IF	3.35.24
Mot/7	Stig Johansson, -53, Lund	3.36.34
Mot/8	Sten Ylmén, -46, Mälilla-Mörlunda	3.37.06
M50/4	Johannes Likar, -38, JFF Malmö	3.37.22
Mot/9	Jan Jönsson, -46, Kävlinge	3.38.18
M35/5	Sven-I Sundin, -57, Lugi Friidrott	3.39.14
M55/2	Rasmussen, -34, Lomma FIK	3.39.57
K45/1	Seija Väli-Tainio, -47, Lugi Friidrott	3.40.55
Mot/10	Christer Larsson, -46, Lund	3.42.08
M60/3	Ingmar Johnsson, -29, Heleneholm	3.43.06
	(50)	
Mot/11	Kjell Levin, -52, Team Blekingarna LK	3.43.39
M60/4	Vollrad Lundström, -29, Skellefteå	3.48.35
KS/1	Pia Pettersson, -58, DEN	3.49.10
M50/5	Erhard Filtinborg, -39, DEN	3.52.32
M65/1	Jacob Lundström, -25, Snapphanarna	3.53.35
M40/11	Olle Svensson, -51, Simrishamn AIF	3.54.50
Mot/12	Krister Andersson, -69, Malmö	3.55.05
M45/9	Harry Smedts, -44, BEL	3.57.30
M50/6	K-G Nyström, -38, TV 88 Trollhättan	3.58.20
Mot/13	Lars Wäkerås, -50, Kinnaströms SK	4.01.29
	(60)	
M45/10	Dag Blixt, -46, IK Akele	4.01.41
M45/11	Sten Johansson, -44, IF Kville	4.02.26
M50/7	Kjell Selin, -38, IF Kville	4.02.26
Mot/14	Sten-Åke Rosendahl, -43, Berol-Nobel	4.24.32

DM-segrare för Skåne angivna med **fet stil.**

GF Idrotts medaljer

Vi i GF Idrott är stolta över de medaljer som vi delar ut till deltagarna i våra lopp, eftersom vi sedan 1982 har olika motiv på medaljerna varje år. Mannan bakom verket är Bo Thomaeus, som varje år ritar ett nytt motiv. Varje år är motivet en kulturhistorisk byggnad i Landskrona. Detta att ändra motiv varje år är ganska unikt som vi tror att vi i Sverige endast har gemensamt med Stockholm Marathon, åtminstone bland maratonlopp. Det medför naturligtvis större kostnader och mer arbete, men vi tror att deltagarna i Landskrona Marathon, halvmaraton samt Hildesborgsloppet uppskattar att få en annorlunda medalj varje år. Medaljerna får ju faktiskt något av ett samlarvärde.

Deltagarna i helmaran får en medalj, som skiljer sig från de övriga på så sätt att det står ''Marathon'' på baksidan. I år 1992 inträffade den malören att deltagarna i helmaran fick medaljer utan detta betydelsefulla ord. Vi ber därför dessa deltagare att kontakta undertecknad per telefon 042-853 05 (arb) eller 0418-197 46 (bost) så att vi kan avtala om byte i samband med vårt Hildesborgslopp den 14 juni eller något annat motionslopp. Det går även bra att sända in medaljen för byte till Kurt Holmgren, Hagåkersgatan 87, 261 42 Landskrona tillsammans med namn och adress.

Kurt Holmgren

I huvudet på ...

Cecilia Petersson

Tag det roligt i starten — der er lang vej hjem

Jag kunde inte låta bli att le när jag läste informationsbladet om Wonderful Copenhagen Marathon. Efter några mil var det dock inte lika roligt (i betydelsen skojigt) längre. Kanske borde jag ha tagit det lite ''roligare'' i starten, men **när benen vill en sak och hjärnan en annan blir det ofta benen som vinner — de är ju två mot en...** Och 4.50 per kilometer är ju inte, som benen också påpekade, någon svindlande hastighet. Förresten så tar det på krafterna även att hålla igen, och dessutom gällde det att utnyttja den relativa svalka som ännu dröjde sig kvar denna vackra söndagförmiddag, och...

Jag tror nog att mina ben har rätt i och för sig; det är bara att jag trots att jag nu är kvitt min hälsporre från i vintras inte riktigt är i fatt vare sig med tempoträningen eller den riktigt långa distansträningen. Nå, nu är jag här, och alla förberedelser, både de gjorda och de försummade, är historia. Nu är det bara den kortaste (tillåtna) vägen mellan start och mål som gäller. Men det är sannerligen inte fågelvägen arrangörerna har valt — om det inte är en berusad pippi? varför inte en fyllkaja — som har visat vägen!

Vi löper i slingor, och vid 16 kilometer passerar vi åter starten. Jag har en tung halvmil mellan 15 och 20 och försöker tänka på allt annat än den återstående sträckan. Vid vätskekontrollen vid 20 km tar jag god tid på mig att dricka och ta en dusch, vilket bidrar till att det hunnit gå 1.47 när jag passerar halvmaran. För visst känns värmen, trots vinden och trots de långa sträckor där vi kan springa i skugga. En liten flicka står och sprutar vatten på löparna med en blomduschflaska. **Det svalkar inte kroppen, men det värmer hjärtat** — om det till äventyrs ännu inte skulle ha uppnått sin optimala arbetstemperatur...

Banan är mycket flack, omväxlande och vacker. Vissa partier går i närheten av centrum, medan vi under andra avsnitt springer mellan hägg och syrén. Det är också en fin syn att springa längs Sortedams Sjö och se karavanen av löpare på andra sidan.

Publiken är med på noterna och vi blir vederbörligen påhejade. Go' tur! blir jag tillönskad vid 25 km. Då har jag 17 km kvar och tänker att det enda civiliserade sättet att förflytta sig en sådan här dag egentligen är per cykel. Många danskar har också insett detta. På sina multiväxlade fordon glider de, till synes utan någon ansträngning, lättjefullt fram mellan oss svettiga ättlingar till Feidippes. Men trots att **det börjar kännas att jag närmare mig de 30** — nej, jag tänker inte på åldern; bland maratonlöpare skulle man nästan kunna vara junior vid den ålder då man i andra idrotter av många tidningar betecknas som färdig för ålderdomshemmet, utan på sträckan — är det inte så illa som jag trodde det skulle bli när jag började få problem redan efter en och en halv mil.

Det är först då jag passerat tremilen som jag börjar gå på andra ställen än vätskekontrollerna. Det är inga långa sträckor jag promenerar, och jag undrar om det inte är psykiska orsaker snarare än fysiska som ligger bakom att jag överhuvudtaget går. Ibland, under de perioder då benen känns förhållandevis pigga, kommer jag på mig med att tänka att **det på sitt sätt vore skönt om benen vägrade att ta ett löpsteg till,** för då kunde jag gå med gott samvete och strunta i tiden, som ju alltid finns där som ett spöke. Om chansen till ''pers'' är borta, finns det alltid en annan gräns att sikta mot. Nästbästanotering, kanske, eller, om det är riktigt illa, den fyratimmarsgräns om vilken jag har sagt mig att det ska vara mycket speciella omständigheter om jag ska överskrida. I det här fallet är det ''näst-perset'' som jag har i bakhuvudet, låt vara insvept i en dimma, så jag slår dövörat till för frestaren som åker snålskjuts på min axel och viskar i mitt öra — även om han ibland skriker så högt att jag inte riktigt förmår stå emot.

Men när vi vid 40 kilometer åter kommer ut till vattnet får jag nya krafter av den friska vinden, och härifrån springer jag in i mål, med den efter omständigheterna fantastiska hastigheten av 5.25 per kilometer. 3.48.40 blir min sluttid.

Jag blir i och med detta slagen av kronprins Fredrik(!) med 26 minuter, och det är 9 minuter över mitt pers, men det är den näst bästa tid jag gjort på mina 11 maror.

Med hänsyn till vädret och att jag ännu inte är riktigt fullträtnad, är jag mycket nöjd med min prestation och det är med ett leende på läpparna jag korsar mållinjen. Jag lyckas tydligen ändå inte se helt oberörd ut, för killen bakom mig lägger handen på min axel och frågar hur jag mår. Bara bra, svarar jag. Då ler han och säger ''flodt löbt'' — och det kan jag ju hålla med om.

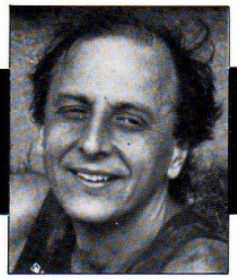
Det gäller för övrigt för de flesta av oss. När jag kommer in i området efter målfållan, som ju alltid mer eller mindre för tankarna till ett slagfält minuterna efter en avgörande strid, tycker jag att merparten av löparna ser betydligt mer oberörd ut än efter andra lopp jag sprungit. **På något sätt tycks det danske smilet finnas överallt.** Vi har fixat det här.

Trots att vi på papperet tävlar mot varandra har vi klarat av denna kamp tillsammans och det råder en stark gemenskap mellan oss. Det där lilla leendet, en blick av samförstånd, några ord som växlas... Och när vi sitter där i solen och högtalarna låter Bruce Springsteen sjunga Thunder Road så det hörs över hela målområdet — då förstår jag varför jag gång på gång kämpar mig igenom de 42.195 metrarna.

Och en stund senare har jag även svaret på den klassiska frågan ''Hvornår smager en Tuborg best?'' Det är naturligtvis en solig försommardag, efter Wonderful Copenhagen Marathon!

Cecilia Petersson

På god fot med läkaren



Erik Ståhl

Idrottshjärta — myt eller verklighet?

Redan på 1800-talet varnade läkarna för den hjärtförlamning, som kunde drabba ''långgångarna'' — den tidens ultralöpare — och senare när velicopeden kom på modet de vansinniga landsvägscyklisterna. Man trodde sig också veta att sådan långvarig och intensiv ansträngning gav upphov till förstorat hjärta. Senare myntades uttrycket ''sporthjärta'' eller ''idrottshjärta''. Det gick historier om hur man plötsligt över en natt drabbades av denna hjärtförändring om man idrottade tillräckligt mycket.

Ännu i vår upplysta(?) tid finns det läkare som likställer ett förstorat hjärta med ett sjukt hjärta. Men ett nytt medvetande om detta är på gång, tack vare idrottsmedicinens ökade status och kanske har även löpar''boomen'' varit av bidragande betydelse. Får man som löpare beskedet att hjärtat är förstorat och man skall akta sig för att anstränga sig, bör man i första hand uppsöka en annan läkare. Självklart kan även löpare drabbas av en sjuklig hjärtförstoring, men detta bör ha givit symptom, som t.ex. försämrad kondition. Är man osäker så skall man förstås låta sig undersökas av hjärtspecialist.

Utan tvivel är det så att hjärtat liksom övriga muskler anpassar sig till en ökad belastning. Hjärtat växer och därmed ökar dess pumpkapacitet. Detta uttrycker sig som sänkt pulsfrekvens i vila. Normal vilopuls för en maratonlöpare brukar väl ligga mellan 40 och 50 slag per minut, medan oträna de individer brukar ligga mellan 70 och 80.

Ibland kan denna långsamma hjärtrytm leda till blockad av den elektriska impulsen. Hjärtat stannar upp och hoppar över ett slag. När det sätter igång igen brukar det kännas som om hjärtat hoppade till, beroende på att de två nästkommande slagen kommer tätt inpå varandra. Denna rytmstörning anses vara helt ofarlig.

I extrema fall kan man få ett totalt block av impulsöverföringen. Man får en extremt låg puls, ned mot 30 slag per minut, vilket kan leda till kortare ''black-outs''.

Här kanske det är på sin plats att kortfattat beröra hur impulsöverledningen i hjärtat fungerar. Hjärtats arbete styrs av samordnade elektriska impulser, vilket kan registreras som ekg (elektrokardiogram) från utsidan av bröstkorgen. Från en knuta i hjärtats högra förmak, som stimuleras av nervimpulser, leds strömmen nedåt genom hjärtväggen till en omkopplingsstation högt upp i kammarskiljeväggen, som modulerar den elektriska impulsen. Härifrån sprids den solfjäder ut över hjärtkammarväggarna, som drar ihop sig synkroniserat och pressar ut blodet i kroppen. Det är tiden för denna impuls som förlängs hos den vältränade individen och som ibland kan blockeras i omkopplingsstationen, man får ett s.k. AV-block.

Ett normalt hjärta väger någonstans mellan 250 och 450 gram. Män har i genomsnitt större hjärtan än kvinnor eftersom hjärtstorleken visar ett nära samband med kroppsvikten, men däremot inte med kroppslängden. Ett hjärta kan tyvärr inte vägas i levande livet. Man får istället uppskatta hjärtats volym på röntgen. Detta är dock en grov undersökning. Med s.k. eko-kardiografi, undersökning av hjärtat utifrån med ultraljud, uppskattas både hjärtats volym och hjärtväggens tjocklek. Detta ger en säkrare uppskattning av hjärtats tillstånd. Med denna metod finns också möjlighet att studera hjärtat medan det arbetar. Man kan t.ex. se om hjärtat tömmer sig ordentligt eller om hjärtmuskelns elasticitet är nedsatt. Man kan således i många fall skilja på en fysiologiskt förstorat idrottshjärta och ett sjukligt förstorat dito.

Med sådana undersökningar har man även funnit skillnader mellan konditionsidrottares hjärtförstoring och den man ser hos t.ex. tyngdlyftare och kroppsbyggare.

Maratonlöparens hjärtkamrar ökar i volym, hjärtat vidgas, medan vägg tjockleken ökar endast obetydligt. I tyngdlyftarens hjärta ses en ren förtjockning av hjärtväggen speciellt den mellan hjärtkamrarna. Detta beror troligen på den enorma blodtrycksökning som äger rum just i lyftningsögonblicket. Eventuellt kan här ett samtidigt missbruk av stereoider bidra, men åsikterna om detta går isär bland forskarna. Då i vissa undersökningar det visat sig att över 95% av alla styrkelyftare använder sig av denna typ av dopingpreparat, kan det vara svårt att skilja på effekten av styrketräningen i sig och dopingen.

Har man som löpare fått diagnosen hjärtförstoring och rytmstörningar och om man trots undersökning inte kan utesluta en sjuklig hjärtförstoring, kan man genom att vila några månader finna att hjärtat minskar i storlek och pulsen ökar. Detta tyder på att hjärtförändringen var fysiologisk och man kan lugnt träna vidare. Hur lugnt det är frågan?

Finns det något samband mellan idrottshjärtats rytmstörningar och plötslit hjärtdöd? Man kan inte bortse från att det finns löpare som plötsligt faller döda ned under träning eller tävling. I de flesta fall har de drabbats av ett akut hjärtkammarflimmer, hela den fina synkroniseringen av den elektriska impulsen har brakat ihop, och hjärtats olika delar står och slår okoordinerat, som en symfoniorkester under uppvärmning. Hjärtats förmåga att pumpa har upphört. En elchock mot hjärtat kan återställa impulsflödet. Redan efter 10 min har hjärnan p.g.a. syrebrist tagit obotlig skada och hjärtat självt slutar snart slå även där p.g.a. syrebrist.

Vad man vet finns inget direkt samband mellan idrottshjärtats rytmstörningar och akut hjärtdöd. Löpare som dör på detta sätt lider ofta av åderförkalkning och kan få blodproppar och hjärtinfarkt vid plötslig ansträngning, överhettning eller uttorkning. När det gäller yngre personer kan det röra sig

om en medfödd överretbarhet i hjärtmuskeln, som gör att ett flimmer kan utlösas när som helst och risken kan öka vid olika typer av stress. I sällsynta fall finner man medfödda tidigare okända missbildningar, hjärtmuskelinflammation och ''stresshjärta''. Det senare anses vara en av stresshormoner orsakad kramp i hjärtats egna blodkärl. Detta kan ge upphov till små infarkter och dessa i sin tur leder till en störd hjärtkammarrytm.

Så vi med 30 i vilopuls, blockerade och hoppande hjärtan kan troligen lugnt kila vidare på vägen mot Marathon. De som får black-outs, speciellt under pågående löpning, bör dock kolla upp saken med någon idrottsläkare eller hjärtspecialist.

Erik Ståhl

Utsikt från en sjuksäng — men med ambitioner

Den 24 augusti händer det som inte får hända. Jag springer Stockholmsloppet. Jag går ut med fart, här skall sättas pers. Passerar Vasaparken, svänger höger Fleminggatan. Men vad nu? Jag känner smärta på höger smalben. Jag har haft ont där tidigare, en efterhängsen benhinneinflammation som jag under två år inte riktigt fått bukt med. Nåja, man får inte vara blödig. Det skall nog gå bra, det är ju bara fråga om en halvmara.

Smärtan ökar emellertid. Jag passerar vätskekontrollen vid 4,6 km. Slänger i mig lite vätska och fortsätter. Nu gör det präktigt ont men jag har inte den minsta tanke på att bryta. Jag har ännu inte brutit något motionslopp. En motionens Gunde Svan. (I övrigt inga jämförelser).

Stannar vid Västerbroplan och känner utanpå det onda benet. Det känns inget speciellt utanpå. Fortsätter. Aj, aj, aj, det gör ont så jag börjar linka. Söker mig mot mitten av Västerbron för att inte hindra andra löpare.

Plötsligt smäller det till, som ett pistolskott. Jag vänder mig om för att se om jag sparkat till något, nej det finns inget. Gick benet av? Jag känner inget speciellt. Det smärtade kraftigt innan smällen och jag känner nu efter ingen skillnad. Jag segnar ned och sätter mig på räcket på Västerbron. Två vänliga damer har hört pistolskottet, kommer springande och undrar hur det gått. Jodå, det är säkert ingen fara. Jag kan emellertid ej stå på benet. Vi kommer överens om att benet måste ha gått av. Ett smärtsamt faktum. De löpande massorna passerar förbi.

De vänliga damerna tillkallar en ambulans och sen är det roliga för den här dagen slut. Det blev inte som jag trott ett bra genomfört femte Stockholmslopp. Det blev heller ingen kräftskiva som var planerad senare på kvällen.

Väl uppe på Sabbatsbergs sjukhus konstaterar man bara misstänkt faktum. Stressfaktur på höger smalben. Mycket ovanligt säger läkaren, en sådan skada får mest tjejer i 20-års åldern. Jag är man och 44 år.

Jaha här sitter jag nu på sjukhuset iförd löparkläder, gips upp till grenen och utan nycklar till min lägenhet i Bromma. Efter mycket telefonerande får jag kontakt med en klubbkompis i Fredrikshov. Deltagandet är fullständigt.

Nästa dag kommer två snälla klubbkamrater och hämtar mig på sjukhuset och kör mig hem. Tack Marita och Gunilla.

Jag har suttit hemma i sex veckor med gips och det skall så förbli ytterligare 4-5 veckor. Sedan följer sjukgymnastik i två månader för att träna upp de muskler som förtvinat. Det blir en jobbig pånyttfödelse. Fram i januari kanske jag kan börja småspringa igen. Ni trodde väl inte att jag skulle lägga mig ner och dö. Jag har sprungit nio maror och i första hand måste jag avverka mitt tionde. Blir det inte Paris så blir det Stockholm till våren.

Vad har jag lärt mig?

— att inte springa med felaktiga skor.

— att springa på asfalt så lite som möjligt.

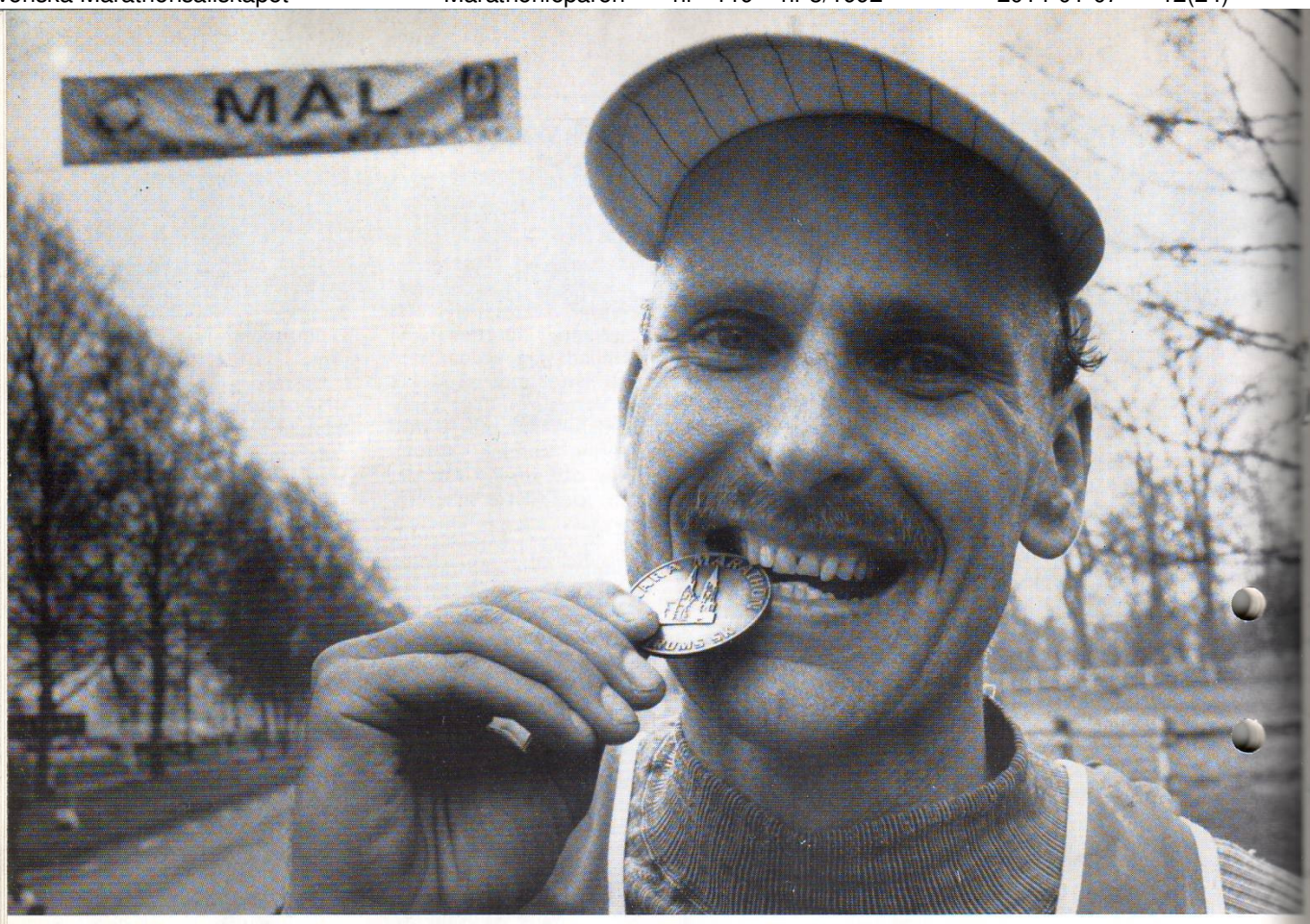
— att se till att skador läks fullt ut innan träning fortsättes.

— att löpning inte är allt, men nästan.

Motionslöpare vid gott mot trots allt.

Roland Knutsson

***Glöm inte** att det finns speciella overallmärken för medlemmar som har sprungit 25, 50 eller 100 maratonlopp!*



Leif Daruk segrade i Skara maraton på 2.37.52. Foto: Thomas Kühnel.

SKARA MARATHON

Att maratonlöpningen i Sverige är på väg att dö ut är ett påstående som Istrums SK raskt avlivade genom att arrangera sitt Skara Marathon den 11 april 1992. Trots en kort förberedelseperiod och ganska mager marknadsföring kom 60 deltagare till start, ett resultat som arrangörerna är mycket nöjda med. Nöjda var även löparna när de efter de dryga 42 kilometrarna kom tillbaka till start/målplatsen. Lovorden haglade över tävlingsledningen, som på stående fot lovade att detta skall bli ett återkommande arrangemang.

— Jättebra, det syns att det är långlöpare som håller i trådarna de vet precis hur det skall vara, var segraren Leif Daruks kommentar.

Banan, som är i det närmaste helt flack, är av typen vändbana, vilket uppskattades av de flesta löparna. Vädret var mycket gynnsamt för löpning, med hög luftfuktighet, temperatur på 8—10° och vindstilla. Detta bidrog säkert till att mycket få löpare bröt och Röda Kors-personalen hade en helt lugn dag. Enda ingripandet var att plåstra om ett fnger på damen som öppnade korvburkar i serveringen.

Skara Marathon 1992-04-11

M35/1	**Leif Daruk, IF Tivo**	2.37.52
M35/2	Rune Larsson, TV -88	2.41.37
M35/3	Leif Dietz, ÖIS	2.43.04
M45/1	Ilpo Kettonen, Bålsta IK	2.53.42
Ö/1	Jonas Blom, Götenehus	2.55.03
M45/2	**Urban Apell, Lidköpings IS**	2.56.54
M40/1	**Bo Johansson, Mariestads AIF**	2.56.59
M45/3	Bertil Palmqvist, Bälinge IF	2.57.47
M60/1	Kjell Linder, Väckelsångs IK	2.58.25
M35/4	Ove Martinsson, Vänersborgs AIK	2,59,02
		(10)
M55/1	**Göte Ivarsson, IF Tivo**	2.59.46
M55/2	Bernt Adolfsson, Istrums SK	3.01.53
M35/5	Lennart Mether, Vänersborgs AIK	3.02.20
M50/1	**Pentti Hulkkonen, Istrums SK**	3.04.43
M/1	Richard Cornelius, IFK Tumba	3.06.32
M45/4	Lennart Skoog, Stenungsunds OK	3.07.07
M50/2	Lennart Hjalmarsson, Lidköpings IS	3.08.31
Ö/2	Christer Svantesson, Scan Väst	3.10.14
Ö/3	Tomas Frost, IFK Skövde	3.13.17
M/2	Urmet Hüekivi, EST	3.14.56
		(20)
M45/5	Bengt Wårdén, Istrums SK	3.15.59
Ö/4	Jiri Holasek, Sollentuna	3.16.41
M40/2	Sören Remar, Tvärreds IF	3.18.52
Ö/5	Torleif Carlsson, Vedums AIS	3.19.54
M50/3	Sten-Åke Willson, P4 IF	3.23.52
M35/6	Ferike Pasthy, Täby LLK	3.25.24
M45/6	Ulf Gustavsson, Vilsta IK	3.26.57
Ö/6	Hans-Olof Andersson, Scan Väst	3.27.38
M45/7	Lars Ekström, Högsbo AIK	3.28.26
M50/4	Jan Krantz, Finnlandia-Pallo IF	3.29.21
		(30)
M45/8	Kent Johansson, Solvikingarna	3.34.10
K/1	**Mary Larsson, TV -88**	3.38.51
M/3	Lars Lindblom, Kungsängen	3.41.36
M40/3	Hans Fryestam, Tibro AIK	3.43.13
M50/5	K-G Nyström, TV -88	3.43.13
M60/2	Sigurd Falk, IFK Hedemora	3.44.56
M50/6	Georg Karlsson, Granberg/Dals IF	3.45.39
M50/7	Sigurd Ryndal, Rydboholms SK	3.46.46
M40/4	Jan-Olof Zetterup, Stenungsunds OK	3.49.34
M55/3	Sture Andersson, Mariestads AIF	3.50.34
		(40)
M45/9	Dan Jarl, Håfreströms IF	3.51.05
M50/8	Veli Pajari, Vilsta IK	3.53.15
K40/1	Birgitta Wiklund, OK Skogsvargarna	3.53.35
M55/4	Bo Johansson, Trollhättans SK	3.54.17
M35/7	Anders Edberg, Åkulla SK	3.58.14
M/4	Bengt Sandgren, Lidköpings IS	3.58.45
M60/3	Per Adolsson, IK Ymer	3.58.48
Ö/7	C-G Gustafsson, Rosen o söner	3.59.39
Ö/8	Sten-Höran Yngvesson, IK Vista	4.06.28
Ö/9	Gunnar Lillimägi, Älvängen	4.09.00
		(50)
M50/9	Sven-Olof Sjöström, Åkulla SK	4.14.14
Ö/10	Lasse Skog, Landsbro IF	4.17.43
M50/10	Harry Björling, SRRC	4.24.50
Ö/11	Conny Adolfsson, Hyltebruk	4.33.22
M50/11	Leif Karlsson, Gnosjö FK	4.33.23
M60/4	Bernt Johansson, Krylbo IF	4.47.38

Dem-segrarna är satta med **fet stil.** Leif Daruk segrade i M och M35.

Maratonlopp i Finland — sommaren och hösten 1992

10.7 Varpasjärvi Nattmaraton, klockan 22.00. Ahti Kirtola 977-71331, 71688.
18.7 Sydän Nattmaraton, Joensuu kl 21.00. Kari Kuikka 973-24062.
19.7 Åland Semestermaraton, Lemland 09.00. Sture Ackrén 928-34252.
25.7 16:e Jakob-Marathon, Jakobstad kl 10.00. IF Drott 967-235864.
25.7 Tavastehus Stadsmaraton kl 12.00. Kansli 917-23773.
26.7 Paavo Nurmi Marathon, Åbo kl 10.00, Veteran-NM och —FM. Pirkko Martin 921-503526. Adress: Idrottsparken, SF-20810 ÅBO. Tvåvarvsbana.
26.7 Terjärv marathon kl 12.00. Gustav Lövnäs 968-75090.
15.8 Helsinki City Marathon, Helsingfors kl 16.30. 90-1582045.
22.8 Woikka Marathon, Voikka kl 15.00. Marjo Ukkonen 951-889060.
23.8 Savonlinna Maraton, Nyslott kl 12.00. Voitto Poikolainen 957-277422.
29.8 10:e Chymos-Maraton, Villmanstrand kl 14.00. Kansli 953-50606.
5.9 9:e Ruskamaraton, Kittilä 12.00. Risto Huttunen 9694-81301.
5.9 8:e Vasa Maraton kl 13.00. Sven Norrgård 961-155755.
12.9 Kempele-Maraton kl 12.00. Matti Teirikko 981-516600.
13.9 Finska Mästerskapen, Karttula kl 13.00. Helmi Tarvainen 971-531340.
19.9 11:e Kullervo-maraton, Joutsen kl 11.00. Jaakko Lehtonen 953-320806.
26.9 Ässämaraton, Kajaana kl 12.00. Kalevi Keränen 986-37881.
11.10 Korso Maraton. Helsingfors kl 12.00. Pentti Perttula 90-8727179.
17.10 Lammi höstmaraton kl 12.00. Uljas Kiuru 917-135118.
31.10 19:e Rautaveden Maraton, Vammala kl 11.00. Mikko Rautakallio 932-34119.
6.12 12:e Självständighets-maraton, Kuopio kl 10.00. Yrjö Ponto 971-220846.

Vid telefonsamtal från Sverige till Finland:
t.ex. 971-220846, slå 009358 - ton - 71220846!

GA

Bär Sällskapets overallmärke

Välkommen till 14:e

ROSLAGEN MARATHON
ÖSTHAMMAR - ÖREGRUND tor.

LÖRDAGEN DEN 19 SEPT. 1992

11.00 **MARATHON.** Män—Kvinnor fullständig klassindelning, Motion. Max.tid 5.30.
11.10 **MARATHONSTAFETT** 7 sträckor (mellan 4,3—9,5 km).

Flack (14 m) vändbana. Start och mål i Östhammar.

Anmälan: Senast 1/9 på p.g. 21 32 14-0.
Marathon **150:—**, Stafett **450:—**.

Efteranmälan: (endast marathon) till 10.00 tävl.dagen **200:—**.

Präglad plakett till samtliga ind. el. stafett.
VPR.-hederspriser-lottpriser.

Utförligare inbj./upplysningar
Östhammar FI, Box 52, 742 21 Östhammar.
Tel. 0173-128 30 eller
0173-410 57 (Jan-Joel Blomqvist),
0173-112 96 (Bengt Sjöberg).

Roslagen Marathon ingår i "Springtime Grand Prix" och gäller som DM/VDM för Uppland samt Roslagsmästerskap.

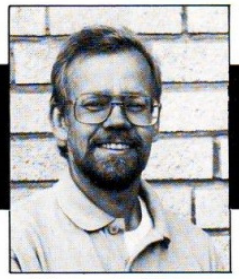
Maratonlopp i Norge

Antalet maratonlopp i Norge fortsätter att öka. Under de senaste två åren har närmare ett tiotal nya tävlingstillfällen på denna sträcka tillkommit. Nya för året är bl.a. två lopp i Finnmark fylke med ganska exotisk klang: Nordkapp Maraton (20 juni) och Arctic Border Marathon (5 september). Ifjol tillkom f.ö. två norska maratonlopp med start i Sverige: Meråker Maraton med start i Enafors i Jämtland och Halden Maraton med start i Mon i Dalsland (10 km söder om Kornsjø).

Ytterligare upplysningar om maratonloppen och andra långlopp i Norge kan lämnas av Jan Lind, som också förmedlar kontakten om medlemskap i Den Norske Maratonklubb och prenumeration på löpartidningen KONDIS.

Datum	Tävling	Tel.nummer
4 juli:	Midnight Sun Marathon, Tromsø	083-22 583
	Jølster Maraton, Vassenden	057-27 273
25 juli:	Hornindalsvatnet Maraton	057-79 513
1 aug:	Hardangervidda Maraton	067-81 800
8 aug:	Nordvest Maraton, Hareid	070-92 678
	Kongsvinger Maraton	066-17 907
15 aug:	Hadsel Maraton, Stokmarknes	088-52 955
	Halden Maraton	09-18 37 39
5 sept:	Arctic Border Marathon, Kirkenes	085-91 701
12 sept:	Oslo Maraton	02-56 53 70
20 sept:	Mandalsmaraton	043-62 630
4 okt:	Drammensmaraton	03-88 64 70
24 okt:	Stavanger Statoil Maraton	04-52 59 91
	Trolløpet, Bergen 100 resp. 63 km	05-13 41 69
15 nov:	Jessheim Vintermaraton	06-97 63 14
19 dec:	Adventmaraton, Meråker	07-97 85 46

Plock från banorna



Göran Andersson

Ryska löpare kom l(oss) 1991!

Under fjolåret fullföljde **Konstantin Santalov** sju 100 km lopp på tider mellan 6.24 — 7.02. Särskilt under hösten presterade han ypperliga resultat: 7.9 Winschoten 6.26.20 (1), 5.10 Santander 6.37.20 (2) och 19.10 Amiens 6.24.24 (1). Däremellan noterade Santalov 226 km under ett 24 h-lopp.

Just ''ettdygnslöpning'' på bana verkar vara modellen för **Valeri Hristenek.** Han segrade i två sådana lopp i Frankrike i höstas. 12 — 13 oktober med 255,269 km och 2 — 3 november med 260,118 km! Vadå återhämtning?!

Ståhls sägner och andra historier

Varje gång **Lotta Svärds** namn och maratonresultat noteras i den finska löpartidskriften Juoksija, får hon ett prydligt utropstecken noterat bakefter. Det beror på att ''Lotta Svärd'' är en berömd person i Runebergs ''Fänriks Ståhls sägner'' och det namnet har en alldeles speciell klang och historia för vårt broderfolk i öster! Vår Lotta tävlar för Jalles TC, Umeå.

I väster noterar vi att det grönländska maratonrekordet är 2.46.10. Det sattes i Nuuk den 11 augusti 1991 av **Kim Godtfredsen.** Elva av sexton kom i mål i stormvindar och ösregn i denna polcirkelmara. 1992 arrangeras loppet den 8 augusti.

Åttonde brittiska under 2.30 blev **Sally Eastall** när hon vann Sacramento Marathon den 8 december på 2.29.29 (pers. med fem minuter)!

Den åttonde januari 1992 i Israel avlöptes Tiberias Marathon med en blott 18-årig segrare: **Lemi Chengere,** ETH, 2.17.07! Hemmalöparen **Dov Kremer** blev tvåa, 2.20.37. Kremer var israelisk mästare på 800, 1500, 5000 m, hinder- och terränglöpning!

Slutsiffra 2

Så här i jubileumstider, Sällskapet 1952—1992, gör vi en tillbakablick till Boston Marathon under mottot ''slutsiffra 2''!

1962 vann finländaren **Eino Oksanen** sin tredje Bostontitel. Tiden var 2.38.48. Eino, kriminalare vid Helsingforspolisen, fick vid sin första vinst i Boston, smeknamnet ''The Ox''. Det var 1959 och han sluggade sig fram i isande motvind tillsammans med John J. (''Den Yngre'') Kelley. På ett ''tjuraktigt'' sätt enligt samtida pressklipp trotsade han både vintervädret och Kelleys nio utbrytningsförsök. Tiden blev 2.22.42, en minut före John. 1961 var det också bara ett par plusgrader och åter var det Kelley som utmanade Oksanen. Efter 26 km fick Eino oväntad ''hjälp''. En hund sprang plötsligt ut och fällde Kelley! Blödande från knän och armbågar hann John upp Eino men den senare höll undan i spurten med 25 sekunder på tiden 2.23.39.

1972 går till historien för det första året då kvinnor officiellt fick delta! **Nina Kuscsik,** USA, vann med 3.10.26. I ''Guinness Book of the Marathon'' anges hennes segrartid till 3.08.58. Den manlige segraren var finnen **Olavi Suomalainen** (2.15.39): ''en finsk löpare fylld av vokaler, konsonenter, långt hår och ett stort leende.''

Tio år senare, **1982,** vann **Charlotte Teske,** GER, med 2.29.33 respektive **Alberto Salazar,** USA, på 2.08.51!

Fyra harar i Rotterdam -92

Så länge en kvartett harar drog framför Salvador Garcia och Isidoro Rico var det snudd på världsbästafart (45.06 resp 1.00.22 och 1.15.22). Efter 1.38 ryckte Rico och hade minuten som mest i ledning. Tjugo minuter senare var Garcia ifatt och vid fyra mil ''ifrån''. De båda mexikanarna noterade 2.09.16 resp 2.09.29, två minuter före Jörg Peter. Portugisiskan Aurora Cunha vann med sex minuter på 2.29.15.

Plock ur brevlådan

I högen av långdistanspost finner vi att **K G Nyström** hinner med annat än maratonlöpning också! För hand har han sammanställt löpkalendern 1992 innehållande närmare 400 lopp jorden runt på maratonsträckan eller längre.

Vidare hittar man maratonstatistiken för Medelpad och Sundsvalls Friidrottsförening (SUF), som **Johan Norberg** redovisar. Med några undantag kan man konstatera att listans överdel för Medelpad och SUF är identisk! Dock finns det ytterligare omkring fyrtio män som löpte maran under 4.00 och högst fem damer under 4.30.

Toppar Medelpad gör Suf:aren **Jan Östman** med 2.29.20. Värda att särskilt omnämna är M55:orna **Bertil Eriksson** (2.43.55) och **Esbjörn Wiberg** (2.50.29), båda sundsvallslöpare. SUF har två dussin löpare under fyra timmar och deras samt Medelpads snabbaste tjej är **Anna-Maija Lehtovirta** med 3.27.26.

Team Blekinge Löparförening har kommit ut med sitt första nummer av *''Blekingelöparen''* där lokal ranking, maratonreportage och berlinäventyr ingår. Ordförande är **Bengt-Åke Svensson** (0455-507 66). Under året arrangeras resor för de egna löparna till Hannover, Stockholm (maraton, halvmaran och Tjejmilen), Göteborg och Berlin. Därutöver kommer föreningen att vara representerad i ett trettiotal andra lopp!

Erfarna ''banditer'' i Las Vegas!

Första februari vann 42-årige mexikanen Navarro med 2.16.53 i Las Vegas före **Kjell Erik Ståhl,** 46, 2.17.27. Därefter följde två fyrtiotvååringar till: Costa Ricas Lopez, 2.18.48 och kolumbianen Tibaduiza med 2.18.51!

I Vietnam vann Hongkongadvokaten och skotten Tim Soutar i Ho Chi Minh City Marathon på 2.43.26. Det var över 30° och hög luftfuktighet. På en elfte plats återfann man Don Kardong (USA, 42 år) och längre ner i listan 44-årige Bill Rodgers.

Svenskar i utlandet

En och annan mara i påskas!

Vi var en del maratonlöpare som tillbringade påsken ute på Hitra utanför Trondheim. Firandet var nog av det mer ovanliga slaget eftersom det arrangerades två maratonlopp i dagarna två.

Påskdagen var vi tio som fullföljde och annandagen 31, därav sju som också hade löpt dagen innan!

Vädret var det mest omväxlande jag upplevt i maratonsammanhang med stark vind, snö, solsken, hagel, regnskurar samt tolv "motbakker" och lika många "unnanbakker" per mara.

Rikligt prisbord med pokaler till alla klassegrare, lax och medalj till alla fullföljande och utlottningspriser därutöver! Finaste priset på den fronten var en veckas hjortjakt — jag tror att man inte behövde springa ifatt hjortarna!

Hamburglöparen Horst Preisler, 57 år och 275:e maran (+98 ultra!) samt undertecknad, jubilerande med 250:e loppet, fick speciella minnespriser.

Hans Orsing
Helsingborg

Hitra Skärgårdsmaraton, NOR, 1992-04-19 (dag 1)

1.	Asbjörn Skarpnes, NOR	2.59.25
6.	K G Nyström, SWE	3.59.05
7.	Hans Orsing, SWE	4.24.23
9.	Margaretha Lundquist, SWE	4.41.47

Resultat 1992-04-20 (dag 2)

1.	Jan Kjölsjö, NOR	2.41.59
23.	K G Nyström, SWE	4.06.14
28.	Hans Orsing, SWE	4.35.00

Öyestad Maraton, NOR, 1991-10-12

1.	Arne B. Björge, NOR	2.46.53
18.	Per Adolfsson, SWE	4.01.22
19.	Conny Adolfsson, SWE	4.38.04

Två röda sekunder i Herten-Bertlich!

Översänder härmed resultaten från det åttonde "Winterstrassenlauf" i tyska Herten-Bertlich. Eftersom loppet arrangeras tre gånger per år (!), betyder det att funktionärerna har omkring 25 lopp bakom sig.

Det märks att de var intrimmade för allt klaffade perfekt från början till slut.

Vi var denna gång ett sällskap på fem svenskar och alla återvände nöjda även om Per hade en och annan besk kommentar över att han missade fyratimmarsgränsen med futtiga två sekunder.

Nästa lopp går söndagen den 6 september.

Hälsningar
Hasse Orsing

Resultat maraton 1992-02-09

1.	Wolfgang Thamm, GER (M45/1)	2.43.50
2.	Thomas Hightower, GER (M35/1)	2.50.13
9.	Udo Pohl, GER (M50/1)	3.04.36
13.	Werner Mertsch, GER (M60/1)	3.07.19
60.	K G Nyström, SWE (M50/8)	3.43.08
76.	Hans Orsing, SWE (M50/13)	3.54.43
80.	Ingvar Lundberg, SWE (M60/3)	3.57.17
83.	Per Adolfsson, SWE (M60/4)	4.00.20
91.	Conny Adolfsson, SWE (M35/13)	4.28.48

Los Angeles Marathon, USA, 1992-03-01

1.	John Treacy, IRL	2.12.29
2.	Joseildo Rocha, BRA	2.12.54
3.	Peter Renner, NZE	2.14.13

*

1.	Madina Biktagirova, Vitryssland	2.26.23
2.	Ramilia Burangulova, Ryssland	2.28.12
3.	Kerstin Pressler, GER	2.29.40
4.	Valentina Jegerova, Ukraina	2.29.41
5.	Lizanne Bussiers, CAN	2.31.24
6.	Tatjana Tujeva, Moldavien	2.33.17

Fotnot: John Treacy återkom alltså till Los Angeles efter sin silvermedalj i OS -84 och fick nu äntligen vinna i LA! Damsegraren putsade sitt pers med dryga tre minuter och vinsten (plus nytt banrekord?) gav henne drygt 100 000 kronor, en bil och en guldklocka!

Halden Maraton, NOR, 1991-08-17

M/1	Per Slungård, NOR	2.45.34
M35/3	Conny Adolfsson, SWE	4.45.15
M40/1	Jan T Nilsen, NOR	3.08.23
M45/1	Per Eriksen, NOR	3.14.07
M45/5	Kent Johansson, SWE	3.32.11
M50/1	Håvard Breili, NOR	3.17.07
M60/1	Per Adolfsson, SWE	4.01.52
K40/1	Jane K. Moe, NOR	3.34.30

Bergen Maraton, NOR, 1991-06-15

1.	Öystein Björnerud, NOR	2.37.00
7.	Gudrun Lövås (K/1), NOR	2.58.40
133.	Leif Karlsson, SWE	4.14.23
124.	Per Adolfsson, SWE	4.14.23
144.	Einar Mundal, NOR (73 år)	4.53.25

AOK-Marathon, Bramsche Osnabrück, Ger, 1992-03-14

1.	Hartmut Bergmann, GER (M40/1)	2.38.00
5.	Eckard Krätzig, GER (M50/1)	2.52.47
12.	Göte Ivarsson, SWE (55/1)	2.58.47
26.	Manuela Köhne, GER (K/1)	3.12.15
94.	Ingvar Lundberg, SWE (M60/1)	3.52.00
97.	K-G Nyström, SWE (M50/12)	3.52.52
102.	Hans Orsing, SWE (M50/13)	3.53.14
105.	Per Adolfsson, SWE (M60/2)	3.54.35
132.	Conny Adolfsson, SWE (M35/26)	4.30.14

I blåsigt och regnigt väder såg svenskgruppen (enda utländska representation) till att få tre man på prispallen! Under extra kraftiga applåder avtackades vi också med diplom, vilket samtliga ickepristagare fick.

Hans Orsing

96:e Boston Marathon, USA, 1992-04-20

1.	Ibrahim Hussein, KEN	2.08.14
2.	J Pinheiro, POR	2.10.39
3.	A Espinoza, MEX	2.10.44
4.	J Ikangaa, TAN	2.11.44
23.	Pekka Roto, FIN	2.18.29
26.	Ilkka Väänänen, FIN	2.19.39

***

1.	Olga Markova, OSS	2.23.43
2.	Y Yamamoto, JAP	2.26.26
3.	U Pippig, GER	2.27.14
4.	M Machado, POR	2.27.42
5.	M Birbach, POL	2.28.11
6.	W Panfil, POL	2.29.29
9.	Ritva Lemettinen, FIN	2.34.30

Fotnot: Segrarna noterade nationsbästa och årsbästa! Markova persade med hela fem minuter och tiden är den fjärde bästa genom tiderna! Yamamoto är endast 21 år och färsk inom maratonbranschen.

17:e Int Bienwald Marathon, GER, 1992-03-XX

1.	Ulrich Roetzheim, -68, GER	2.19.02
3.	Karl Henniger, -51, (M40/1), GER	2.27.12
7.	Walter Koch, -39, M50/1), GER	2.28.29
74.	Birgit Lennartz, -65, (K/1), GER	2.44.50
627.	Magnus Nilsson, -44, SWE	3.37.34
689.	K G Nyström, -38, SWE	3.48.01
704.	Hans Orsing, -40, SWE	3.51.01

I soligt och skönt vårväder, +10°, stötte KG och jag ihop med utlokaliserade medlemmen Magnus Nilsson, sedan flera år bosatt i Lichtenstein. Därefter gav vi oss ut på en helt flack bana! Bästa prestationen stod snart 53-årige Walter Koch för: 2.28.29! Under fem timmar presterade 779 löpare.

Hans Orsing

Budapest Marathon 1992-05-10

Söndagen den 10 maj kl 11 startade 9e IBUSZ Budapest Marathon. Vi var ett dussin deltagare, som med SAS eller ungerska MALEVA flugit till Donaustaden.

Sommaren hade redan varit i Ungern några veckor med temperaturer över 30°. En timme före starten kom dock ett åskregn, som rensade bort kvalmigheten och gjorde loppet uthärdligt. Ytterligare ljumt regn sköljde då och då över oss. Det var 940 startande, av vilka 879 nådde målet.

Banan startade vid NEP-stadion, fortsatte vid Olof Palmes gata till stadens centrala delar och följde därefter i stort sett Donau, varför den var utan större höjdskillnader.

Det blev hemmasegrare både bland herrar och damer men inga topptider.

Deltagarna fick inte bara T-shirt och medalj utan inbjöds till såväl pastaparty på lördagen som bankett på söndag kväll! Eftersom allt övrigt i landet var oerhört billigt, sett med svenska ögon, vill jag meddela att jubileumsloppet nästa år går den 9 maj. Lagom som genomkörare före Stockholm?

I ett samtidigt startande halvmarathon startande 1126 deltagande och i ett lopp på 6,5 km mer än 7000 deltagare!!

Karl-Gustav Bergvall

Resultat

1	Geza Farkas	2.22.08
74	Ulf Persson	2.57.25
K1	Marta Vass	3.00.09
94	Bengt Göransson	3.00.43
311	Bo Göran Hahne	3.28.38
344	Göran Ericsson	3.31.23
397	Leif Svensson	3.36.07
442	Gösta Ekström	3.40.51
475	Sven Fryxén	3.42.46
681	Johannes Likar	4.09.12
694	Tage Grip	4.11.55
725	Gösta Jörlin	4.18.09
796	Erling Mårshagen	4.31.53
831	Karl-Gustav Bergwall	4.43.59

100 km Amiens, FRA, 1991-10-19

1.	K. Santalov, -66, CIS	6.24.24
2.	J-P. Praet, -55, BEL	6.33.41
11.	Ulf Andersson, -59, SWE	7.04.37

III Marathon International de Santiago

Nu i proffsigt arrangemang och med både svenskt och norskt deltagande

Årets upplaga höjde sig många klasser över fjolårets, beroende på en ny organisatör. Tävlingen övertogs i år av min gode vän Rodrigo Salas, som driver ett eget gym, samt fungerar som bisittare i TV, när det sänds löpning från något land.

Klassindelningen var densamma som ifjol d.v.s. för män i 5 årsklasser upp till 65 år och sedan en klass över 65 år och för damer detsamma upp till 50 år och äldre.

Till den dam som slog banrekordet 2.45.11 stod en ny citroën och väntade vid målet och detsamma gällde för den herre som underskred 2.14.28.

Segraren i såväl damsom herrklassen erhöll USD 850, stor pokal samt guldmedalj. 2:orna fick USD 500, pokal och silvermedalj samt 3:orna USD 350, pokal och bronsmedalj. 4:orna fick USD 250 och 5:orna USD 150.

Till bästa dam och bästa herre över 40 år utgick dessutom en gratis resa till New York Marathon i år.

Vid nummerlappsutlämningen fick var och en en T-shirt med ''Tercera Maratón de Santiago'' på och samtliga fullföljande fick medalj.

Lars Bonnedahl från Sverige — medlem i Maratonsällskapet — och Björn Erik Kristianssen från Norge, vilken gjorde sin 39:de mara — 38:de i London 2 veckor tidigare — företog resan uteslutande för att delta i tävlingen.

Deras omdöme var att tävlingen måste betraktas som mycket EXOTISK, där den ibland drar fram på 6 och 8 filiga gator mitt i stan. Deras helhetsintryck var att det var ett mycket bra arrangemang. Polisen fick ett högt betyg för sin insats, liksom ambulanserna, som åkte upp vid sidan av de som såg lite mera än normalt trötta ut och kollade upp att de inte tagit ut sig för mycket, samt gav dem vätska.

På minussidan noterade de att det mellan 25—30 km var lite pirrigt, eftersom de bitvis hade biltrafik på båda sidor om sig, innebärande att de fick problem med avgaserna, som plågade deras ögon och hals.

Själv fick jag titta lite grann bakom kulisserna i det att jag åkte med tävlingsledaren i hans bil, varvid jag gjorde följande iakttagelser.

— Vätskekontroller skulle finnas för varje 5 km, men när vi kom till 10 km fanns varken vätska eller personal.

— Strax efter 10 km var gatan plötsligt avstängd för vägarbete. Vi hann nätt och jämt få gatan ren innan löparna kom.

— Vid 15 km var bord utställda, men ingen bemanning och inga muggar. Vi fick fort ut en trädgårdsslang samt lånade glas av grannarna, så att åtminstone täten fick vatten.

— Vid 25 km fanns allt, men det var bara det att de var på fel sida om vägen, med trafik emellan samt 150 m efter skylten. Vi klarade dock av att i tid få kontrollen på rätt plats.

— Liksom föregående år fick löparna samsas med bil- och busstrafiken, men p.g.a. polisens fina insats, var det på inga vägar samma problem som föregående år.

* * *

Damernas banrekord slogs av Monica Regonesi, varvid bilen till allmänt jubel omedelbart kördes fram till målområdet. Herrarnas banrekord förblev dock vad det tidigare varit.

Herrarans tävling vanns av chilenaren Omar Aquilar på tiden 2.16.49 och damernas av Monica Regonesi med 2.44.19.

Den skandinaviska insatsen bestod i att Björn Erik Kristiansen blev totalt 149:a och 8:a i sin klass på tiden 3.30.00 samt Lars Bonnedahl totalt 260 på tiden 4.47.11.

* * *

Söndagen efter tävlingsdagen sände TV en 1 1/2 timme lång upptagning av loppet, varvid man inte följde bara de främsta, utan även de lite mera motionsbetonade.

Enligt tävlingsarrangören kommer nästa års upplaga som går den 25 april att likna årets.

Enär tävlingarna nu fått en proffsigare uppläggning med även hyggliga priser undrar jag om inte Marathonsällskapet skulle undersöka om det finns intresse för en gruppresa hit, så blir ju genast priset billigare. Hotell och restauranger håller mycket bra standard och synnerligen moderata priser.

Santiago de Chile
KJELL LINDGREN

Sätermaran 1992-04-25

Klass: K 50

Carina Rovenpärä, Ess LL	4.16.20

Klass: K 35

Lisa Nikkinen, Ess LL	3.58.47

Klass: MS

Tomas Johansson, Kvarnsvedens GolF	2.45.32
Bengt Göransson, Falu IK	3.07.30
Richard Cornelius, IFK Tumba	3.09.32
Tommy Gustavsson, Ludvika CK Tria	3.16.34
Karl Johan Envall, Envikens IF	3.21.09

Klass: M 35

Peder Estelli, IFK Mora	2.49.32
Matti Jokikokko, Motala AIF	3.05.33
Leif Önnestam, SUF	3.23.34
Ferike Pasthy, Täby CLK	3.33.05
Lennart Skansgård, Lustebo LK	3.58.59
Conny Adolfsson, Hyltebruk	4.36.50

Klass: M 40

Björn Claesson, SLK Oxelösund	2.50.25
Tage Björkback, Västerås Fri	2.53.31
Leif Danielsson, Iggesunds SK	3.15.07
Jan Joel Blomqvist, Östhammar FI	3.24.19
Anders Karlsson, SUF Sundsvall	3.29.40
Pelle Ruus, Eskilstuna IK	3.40.12
Matti Pylkkänen, Överums OK	3.42.19
Roger Månsson, SL Stockholm	3.47.36

Klass; M 45

Ralf Bredarholm, FIN	3.08.52
Göran Hybinette, Ludvika	3.10.03
Lennart Skoog, Stenungsunds OK	3.16.14
Veino Rovenpärä, Ess LL	3.30.46
Leif Wångman, Iggesunds SK	3.32.52
Svante Nordin, SUF	3.39.19
Stig Mariedahl, Söderhamns OK	3.45.55
Christer Bergfoth, Tierps IF	3.48.11
Stig Söderström, Kvansveden GolF	3.48.56
Per Westin, Lustebo LK	3.49.15
	(10)
Magne Stridh, SBK MK	4.07.30
Anders Andersson, Vilsta IK	4.24.40
Christer Magnusson, Ösmo GIF	4.39.49

Klass; M 50

Leif Engstrand, Råby Rekarne FFI	3.01.41
Eino Alatalo, Saab Scania	3.22.21
Bo Göran Hahne, Högbo AIK	3.27.22
Åke Nilsson, Överum OK	3.36.09
Anders Hidefjäll, Västerås	3.38.39
Bo Inge Åkerlund, Älmhultsbruk	3.48.57
Kim Nyberg, Stockholm	3.51.23
Assar Johansson, Dagab	4.08.15
Harry Björling, SRRC	4.08.43
Veli Pajari, Vilsta IK	4.20.21
	(10)
Hans Orsing, IFK Helsingborg	4.25.38

Klass: M 55

Leif Forsgren, IK Valhall	4.18.56

Klass: M 60

Vollrad Lundström, Skellefteå AIK	4.09.23
Per Adolfsson, Hyltebruk	4.10.13
Martin Henriksson, SRRC	4.24.09

Sällskapet vid Stockholm Marathon

Som vanligt vid Stockholm Marathons nummerlappsutdelning och expo var Svenska Marathonsällskapets representerat med en monter, denna gång med nytt informativt utställningsmaterial utformat av Ewert Skymne.

Under tiden som expon pågick, turades Sällskapets styrelsemedlemmar om att stå i montern och dela ut ett informationsblad om Sällskapets verksamhet till förbipasserande löpare. De som hade tid att stanna och prata kunde få ytterligare information om resor, tröjor m m ... och några kunde dessutom mottaga en statyett eller ett standar...

Vilken mara i Valsernas stad!

Efter utflykten i Prag fortsatte vår resa till huvudmålet Wien. Vi var två stycken som var där 1990. Då var vädret grått och kallt, så vi hoppades på varmare väder, men att vi skulle bli mer än bönhörda hade vi inte trott. Redan på lördagen anade vi dock att det skulle bli sommarväder. Alla följde med på en bussrundtur i 3 timmar som tog oss bl.a. till Schönbrunn och Belvedere. Värmen blev mer och mer intensiv, så koftor och jackor åkte av och de flesta förstod att söndagens maratonlopp kunde bli, ja, en riktig mara.

Vi hämtade nummerlapparna fick var sin tröja och kollade alla utställningar som firmorna hade. Våra depåer hade vi fyllt kvällen innan med stora pizzor och spaghetti på en jättemysig italiensk restaurang, och på lördagen var vi med på pasta-partyt i Rådhuset, ett enormt jippo med massor av människor, dunkande musik och glada kockar som portionerade ut ''fjärilar'' med någon grönsaksröra till och mineralvatten.

Några av oss var fortfarande hungriga och vi ställde oss snällt i en lång kö för att få ett smakprov på en österrikisk specialitet, Kaiserschmarren med sylt och pudersocker. Mums!

Innan vi gick till hotellet för skön sömn inför loppet satte vi oss på en uteservering, drack kaffe och åt Gelati, italiensk glass. Det var som att sitta ute en kväll i svensk sommarvärme när den är som bäst.

Ingen av oss var van vid denna värme, allra minst jag som kom direkt från en påsk uppe till fjälls på skidor, så när jag vaknade på söndagsmorgonen kände jag direkt att här skulle det inte bli min 18:e Mara som jag hade tänkt. Halsen var skrovlig, näsan var täppt, huvudet var tungt, benen också tunga. Det var inte svårt ta det rätta beslutet: avstå från löpning.

Åtta glada löpare tillsammans med Monika Simson (4:e fr.v.) samlad i Wien. Foto: Jan Lind

Alla tyckte det var jättesynd, men det var någon mening med detta, för vid frukosten hörde jag att Jan Lind också var dålig, så dålig att han låg till sängs.

Han var bekymrad över hur allt skulle klaffa vid start och målgång, men då kunde den räddande ängeln inträda = jag.

Vi for med tunnelbanan ut till starten vid Schönbrunn. Jag gav vatten till de som ville ha, fotograferade, passade kassar för toalettbesök, knöt blågult hårband om Birgittas hår och såg till att alla kom in i sina startfållor.

Efter starten for jag tillbaks med U-Bahn till Schwedenplatz där vi bodde på City Hotel, gick upp till Jan för att se hur han hade det och kunde då se att jag nog fick vara reseledare resten av dagen och kvällen också.

Klockan 19.00 gick vi iväg i sommarkläder i denna ljuva och ljusa vårkväll för att tillsammans äta gott på någon restaurang och prata, förstås, lopp och vad som hör till det. Vi hittade en liten utifrån sett ganska oansenlig restaurang på en tvärgata till Kärntnerstrasse, den stora shopping-gatan där bl.a. Stephans-domen ligger, och där var det idealiskt: god mat, bra betjäning, inte rökigt och inte för mycket folk.

Alla åt Wienerschnitzel, ja, vad annars, drack österrikisk Bier, vi fotograferade, pratade och till slut i egenskap av vikarierande reseledare förrättade jag en liten prisutdelning till de två bästa herrarna och till de tre damer som sprang. Alla var nöjda och glada och jag var nog lyckligast av alla: ingen hade behövt bryta.

Solen och värmen gjorde ju inte min förkylning bättre, så tågresan hem i mer än ett dygn var förfärlig, *så* förkyld har jag inte varit på många år. Passkontrollanterna tyckte visst att vi flickor var något alldeles extra — ja, det tyckte visst våra manliga löpare också — för en av dem räckte över stämpeln till oss och sa att vi kunde stämpla själv, och en annan fick oss att skratta hejdlöst. Vi satt i restaurangvagnen, jag hade glömt passet i kupén, han tittade på mig, han tittade i Birgittas pass, pekade på hennes foto och sa till mig på tyska ''Är du också en sån där?''

Jag får återkomma till Wien vid ett senare tillfälle, kanske 1995 då jag går in i nästa åldersklass.

Alla tåg- och U-Bahn byten fungerade perfekt i Wien. *Mitt* Marathon-lopp gjorde jag i Sthlm, T-banan krånglade, så från Birger Jarlsgatan genom Humlegården och upp till Östra station fick jag löpa gatlopp med mina tunga väskor för att hinna med Roslagsbanan ut till Vallentuna. Jag hann med några minuters marginal.

Monika Simson

Anne-Marie Andersson vilar efter att ha avverkat 42 km.

Ulf Agrell var snabbast i gruppen.

Birgitta Jarring med medalj efter målgång.

Marie-Louise Wängqvist ser fundersam ut.
Foton: Monika Simson.

SVENSKA MARATHON SÄLLSKAPET

SJ

Följ med till

Bryssel Marathon

10—15 september 1992

Priset för tågresan, platser i sitt- och liggvagn och tre nätter på dubbelrum på Hotel Ibis inkl. frukost är beroende på avreseort, t.ex. **2756:—** från Helsingborg, **3396:—** från Stockholm och Dalarna

eller

Berlin Marathon

24—29 september 1992

Priset för tågresan, platser i sitt- och liggvagn, båtresa Trelleborg-Sassnitz t.o.r., transfer till och från hotellet och tre nätter i dubbelrum på Hotel Sorat inkl. frukost är beroende på avreseort, t.ex. **3290:—** från Skåne, **3770:—** från Stockholm och Dalarna.

Begränsat antal hotellplatser resp. startplatser (gäller Berlin).

Ring Gun-Britt Andersson 08-762 32 28 eller Eva Norberg 08-762 28 90.

SVENSKA MARATHON SÄLLSKAPET

FRITIDSRESOR

Res med oss till

Athens International Marathon

18 oktober 1992

Avresa: fredagen den 16 oktober; Återresa: fredagen den 23 oktober. Priset för flygresa, transport mellan flygplats och hotell, inkvartering i dubbelrum på hotellet Margi House i Vouliagmeni, frukost, sightseeing i Athen, anmälan och transport till maratonloppet: **3210:—** från Göteborg, **3825:—** från Stockholm.

Marrakesh Marathon

10 januari 1993, kl 08.30

Avresa: fredagen den 8 januari; Återresa: fredagen den 15 januari. Priset för flyg till Agadir, inkvartering i dubbelrum i mellanklasshotell i Agadir, bussresa Agadir-Marrakesh, stadsrundtur i Marrakesh, en övernattning i Marrakesh och startavgift till maratonloppet blir **c:a 4000:—**

Anmälningsblanketter: Agneta Köhler, Fritidsresor, 08-84 00 40.

Information: Lennart Granberg, 08-790 96 98 (kvällstid).

Brevlådan

Varför har vi ett så fult emblem?

Mina löparkompisar bär inte märket på overalljackan och folk som inte känner till Sällskapet frågar om min prestationsnål (3,30-nålen) är ett simborgarmärke (på fullt allvar). Om jag inte missminner mig så har insändare om emblemet tidigare förekommit i Sällskapets tidning.

Symbolerna på nuvarande emblem är fina, men det är också allt.

Nu till mitt förslag. **Skapa en tävling där medlemmarna får komma in med förslag på ett nytt märke.** Om något är tillräckligt bra så byter vi. Lämpligt pris till vinnaren förstås.

Slutligen — när kommer prestationsnålen för 3 timmar?

Brian Nilsson
Sundbyberg

Visst kan vi bära Sällskapets märke med stolthet!

Vad som är fult eller snyggt är en smaksak vilket innebär att det som tilltalar en person inte alls faller i smaken hos en annan.

Visst är designen på ett klubbmärke eller emblem viktigt, men för oss är märket också mycket mer än att det skall vara av senaste design. Jag får en fin känsla av samhörighet när jag i samband med någon tävling utomlands i vimlet av löpare upptäcker vårt märke på någons tävlingsdräkt eller overall. På liknande sätt kan jag känna när jag t.ex. i en bilkö hamnar bakom någon som har Sällskapets emblem på rutan.

Efter ingående diskussioner (det finns även i en styrelse olika uppfattningar om vad som är snyggt och fult) har styrelsen beslutat att Sällskapets emblem skall ha nuvarande design, bl.a. för att bevara en känsla av kontinuitet i Sällskapets verksamhet.

Vad gäller frågan om en prestationsnål för löpare som klarat 3 timmar kan sägas att styrelsen behandlade frågan för något år sedan och beslutade att ytterligare nålar inte behövs.

Det är ett friskhetstecken att vi får synpunkter, idéer och förslag från Sällskapets medlemmar. Det är det som gör Sällskapet aktivt och levande. Hör gärna av Dig!

Till sist, även om smaken varierar är det min förhoppning att alla medlemmar bär Sällskapets emblem. Det visar att man tillhör Svenska Marathonsällskapet, en kamratkrets med intresse att sprida så mycket som möjligt av maratonlöpningens alla fördelar.

Göran Gustavsson
Sekreterare

Har du skaffat Dig Marathonsällskapets tröja?

Beställ Nu! — Se baksidan

Följ med på vår tågresa till Berlin!

Vi har fortfarande platser kvar på årets resa till Berlin Marathon. Avresa torsdagen 24 september från Stockholm C kl. 14.30 resp. Malmö C kl 21.20 med hemkomst till Malmö tisdagen 29 september kl 8.04 resp. Stockholm kl. 15.53.

Grundpriset 2950:— för Hotel Sorat resp. 3700:— för Hotel Berlin* inkluderar tågresa 2 klass Sassnitz gräns—Berlin t.o.r., tre nätter i dubbelrum inkl. frukost på resp. hotell samt busstransfer Berlin Hbf—hotellet.

Budgetpris gäller på anslutningsresan från hemorten till Sassnitz t ex 420:— från Stockholm, Uppland och Dalarna.

Tilläggsavgifter:

Liggplats Malmö—Berlin t.o.r.	180:—
Sovplats — " —	364:—
Avbeställningsskydd	100:—
Startavgift (inkl. hemsänd resultatlista)	260:—

*) På Hotel Berlin finns också trebäddsrum, varvid grundpriset blir 3075:—.

Hör av Dig snarast till Gun-Britt Andersson tel 08-762 32 28 eller Eva Norberg tel 08-762 28 90 på SJ Specialresor. Ytterligare information genom Jan Lind tel. 08-626 94 49.

Verksamhetsberättelse 1991

Styrelsen för Svenska Marathonsällskapet får härmed avgiva följande verksamhetsberättelse för tiden 1991-01-01 — 1991-12-31.

Årsmötet

Sällskapets årsmöte hölls lördagen den 16 mars i Medborgarhuset i Stockholm. Efter årsmötet kåserade ultralöparen Rune Larsson kring träning och tävling i ultralöpning.

Styrelsen

Styrelsen har under verksamhetsåret haft följande sammansättning:

Ordförande:	Lennart Granberg, Vällingby
Vice ordf./utmärkelsesekreterare:	Owe Westin, Huddinge
Sekreterare:	Göran Gustavsson, Spånga
Kassör:	Lage Carlson, Täby
Medlemssekreterare:	Sven-Erik Eriksson, Älta
Info.sekreterare:	Bengt Lönnroth, Kungsängen
Huvudkontaktombud:	Jan Lind, Sollentuna
PR-ansvarig:	Lena Skymne, Sollentuna (suppl.)
Resultatredaktör:	Göran Andersson, Åland (suppl.)

Adjungerade till styrelsen har varit Tore Andersson, biträdande informationssekreterare och Tony Bristow, redaktör för tidningen Marathonlöparen.

Styrelsen har haft 8 protokollförda sammanträden.

Firmatecknare

Firmatecknare har under året varit ordföranden Lennart Granberg, för bank och postgiro kassören Lage Carlson, samt i rutinmässiga administrativa ärenden sekreteraren Göran Gustavsson.

Revisorer

Sällskapets revisorer har varit Sven-Erik Humla och Stig Hellström med Sten Odenblad som suppleant.

Valberedning

Sällskapets valberedningskommitté har bestått av Ewert Skymne, Bengt Backman och Rolf Hellman.

Medlemmar

Vid årets slut var antalet medlemmar 2328 mot 2427 vid föregående årets slut, en minskning med 99. Under året har 178 nya ansökningar om medlemskap beviljats av styrelsen, men 277 personer har av olika anledningar sagt upp sitt medlemskap.

Stödjande medlemmar

Under året har maratonarrangörer inom Sverige erbjudits möjlighet att bli stödjande medlemmar i Sällskapet och fem arrangörer har anslutit sig på detta sätt.

Sällskapets tidning

Sällskapets tidning "Marathonlöparen" har utkommit med sex nummer. Redaktör och ansvarig utgivare har varit Tony Bristow och resultatredaktör har varit Göran Andersson. Tidningen har delvis finansierats genom annonser. Det redaktionella materialet har utökats med regelbundna inslag från Cecilia Petersson (I huvudet på ...), Erik Ståhl (På god fot med läkaren) och Jan Lind.

Förtjänstutmärkelser

Ingen förtjänstutmärkelse har utdelats under året.

Prestationsutmärkelser

Sällskapets **Prestationsutmärkelse i Silver** (män 2.40, och kvinnor 3.10) har tilldelats:

Nr 353	Benny Flodin	IK Sisu
Nr 354	Ove Martinsson	Vänersborgs AIK
Nr 355	Kent Spowe	Flemingsbergs SK

Sällskapets **Statyett** för 50 maratonlopp har tilldelats:

Nr 76	Kjell Kjellberg	Laholms IF
Nr 77	Gösta Jörlin	Falu IK
Nr 78	Björn Nilsson	Nordsjö IK
Nr 79	Stig Eriksson	Lima IF
Nr 80	Bertil Larsson	IF Saab
Nr 81	Stig Söderström	Kvarnsvedens GoIF
Nr 82	Kjell Danstedt	Heleneholms IF
Nr 83	Sven-Olof Sjöström	Åkulla SK
Nr 84	Margareta Lundqvist	Mälarhöjdens IK
Nr 85	Kjell Jonsson	Solvikingarna
Nr 86	Leif Nilsson	IF Göta
Nr 87	Kjell Owe Skoglund	Strands IF
Nr 88	Aleksanteri Kuivanen	Surte Sisu

Sällskapets **Standar** för 25 maratonlopp har tilldelats:

Nr 415	Halfdan Mustad	Rigor IF
Nr 416	Aivo Lahesulu	Östansjö IF
Nr 417	Gunnar Gustavsson	Hällefors IK
Nr 418	Arne Blomqvist	OK Gisle
Nr 419	Lennart Nennedahl	—
Nr 420	Hans Danelid	Högby IF
Nr 421	Holmar Leitmeyer	Orresta IF
Nr 422	Bengt Åke Larsson	IK Wilske
Nr 423	Staffan Landström	Lidköpings IS
Nr 424	Kjell Rendahl	Enhörna IF
Nr 425	Mikael Bränn	Luleå LDK
Nr 426	Leif Wängman	Iggsunds SK
Nr 427	Hernetz Gustavsson	Heleneholm IF
Nr 428	Ingvar Franssoh	Växjö Norra IF
Nr 429	Björn Ekblom	Hammarby IF
Nr 430	Raine Heikkelä	Värmdö IF
Nr 431	Christer Magnusson	Ösmo GIF
Nr 432	Bernt Hildingsson	Vin & Sprit
Nr 433	Martin Karlsson	Ellos IF
Nr 434	Evald Välivainio	OK Renen
Nr 435	Björn Tobionsson	NSD IF
Nr 436	Rune Kapell	IF Vingarna
Nr 437	Bengt Wallin	Falu IK
Nr 438	Matts Leandersson	Lv 6 IF
Nr 439	Sven-Åke Norberg	Iggesund IK
Nr 440	Thomas Krantz	Solvikingarna
Nr 441	Ruth Skoglund	Strands IF
Nr 442	Sten Widell	IFK Mora
Nr 443	Dag Blixt	—
Nr 444	Vihlo Kiuttu	Hofors LK
Nr 445	Gunnar Hallberg	Hemlingby LK
Nr 446	Rolf Dietrichsson	Fredrikshofs IF
Nr 447	Mats Alm	Kvarnsvedens GoIF
Nr 448	Lennart Hansson	Dynapac IF
Nr 449	Stig Gleisner	—
Nr 450	Bengt Wetterberg	Örebro Polisen
Nr 451	Bo Göran Hahne	Högbo AIK
Nr 452	Stig Johansson	OK Orion
Nr 453	Hans Eriksson	Älta

Sällskapets Diplom för 5 genomförda maratonlopp har tilldelats:

Björn Henriksson	Åtvidaberg IF
Rosita Karlsson	Rånäs 4H
Pentti Puro	Forssa BK
Peter Johansson	Lidköpings IS
Lennart Bergqvist	SISU
Bo Hansen	—
Nils Robert Hermansson	—
Lars Andervang	IK Ymer
Conny Andersson	IK Akele
Stefan Amqvist	—
Thomas Robarth	—
Bengt-Olov Gustavsson	Växjö Norra IF
Eddy Hultgren	OK Dacke
Börje Carlsson	Kiruna Run For Fun
Tommy Berg	Kumla SF
Sakari Myllykangas	—
Jan-Erik Smeds	—
Gunnar Sjöberg	Srene IF
Thomas Paulsson	Forssa IF
Anders Eriksson	Växjö LK
Laila Söderlind	Järlåsa IF
Birger Fält	Bollnäs FIK
Britt Forsstömsson	—
Gert Olsson	FK Snapphanarna
Bo Fagerholm	Laholm IF
Jan Nyqvist	IK Spring
Jan Krantz	Finnlandia
Karl-Johan Lundström	IF Åland
Mogen H Andersson	—
Olle Peterson	Flemingsbergs SK
Annikki Nieminen	Söderhamns SK
Pauli Nieminen	Söderhamns SK
Håkan Sjöqvist	Solvikingarna
Bernt Öberg	VSK
Lisbeth Bengtsson	Ale 90 IK
Ewert Skymne	Fredrikshofs IF
Lena Sjöblom	Fredrikshofs IF
Magnus Lundgren	Vilsta IF
Lars Johansson	—
Lars Orbring	Team Skavsåret
Kjell Strid	Heleneholm IF
Jan-Olof Ahlin	Åsarp IF
Sten-Göran Yngvesson	IK Vista
Bengt Olsson	Husum IF
Bengt Liffgård	Rånäs 4 H
Hans Dahlén	Mälarhöjden
Paul Nordberg	—
Gunnar Karlsson	Rydö ASK
Bengt Boll	SS IF
Lennart Skansgård	Lustebo LK
Rolf Carlsson	—
Anita Hansen	Hede IK
Rolf Bonin	Linné RR
Jack Larsson	IK Vilsta
Mats Persson	Laholm IF
Sven Persson	Televerket IF
Per Söderberg	IK Garparna
Lennart Vänström	Backe IF
Rune Bergqvist	Överums IK
Peter Johansson	Ericson NG
Kristina Olsson	—
Catharina Eriksson	Spårvägens GoIF
Christer Pettersson	—
Mercedes Abrander	Fredrikshofs IF
Erik Westman	—
Robert Thim	FK Snapphanarna
Sten Johansson	IF Kville
Jure Bogatic	Växjö LK
Anita Gustavsson	Hässelby SK
Lars-Åke Dahlberg	—
Conny Sjöqvist	Enhörna IF
Ernie Jonsson	Järnboden
Sune Cederpil	LUGI
Roland Knutsson	Fredrikshofs IF
Gunnar Haagensen	Asrennarna
Wanda Mases Rundlöf	Fredrikshofs IF
Kari Keija	Järfälla SK
Stig Sundström	Jakobsberg IF
Monica Udd	Jalles TC
Pekka Püronen	—
Thomas Iiver	—
Gert Nachmansson	—
Lena Källqvist	—
Gösta Bengtsson	LK Myran
Gert Nisson	Björnstorp IF
Per Krister Stenmark	Team Esplanad
Hans Dahlgren	Hellas
Jan-Erik Olausson	Solvikingarna
Roger Dahlgren	GoIF Tjalve
Cecilia Nilsson	LK Myran
Jörgen Strandqvist	FK Asen
Susanne Hermelin	Hässelby SK
Bo Göran Hahne	Högbo AIK
Sven-Olof Aronsson	Spårvägens GoIF
Roland Berglund	OK Västerbotten
Anders Jansson	Östhammar FI
Margareta Melin Sederholm	Fredrikshofs IF
Mats Olof Olsson	IK Hakarpspojkarna
Ove Martinsson	Vänersborgs AIK
Catharina Jönsson	Heleneholms IF
Per Uno Berggren	Skellefteå AIK
Wincent Edlund	—
Anna-Lisa Lindahl	Hafo IF
Jan-Erik Sjöberg	—
Torgny Bergqvist	GoIF Tjalve

Sverige 90-Diplomet har tilldelats:

Nr 1	Lennart Skoog	Stenungsunds OK
Nr 2	Hans Orsing	IFK Helsingborg
Nr 3	Stig Mariedahl	Söderhamns OK
Nr 4	Per Adolfsson	—
Nr 5	Conny Adolfsson	—
Nr 6	Harry Björling	—
Nr 7	Kenneth Berggren	Forsholm IF
Nr 8	Sture Wahlqvist	Strands IF
Nr 9	Leif Danielsson	Iggesunds IF
Nr 10	Frank Brodin	Solvikingarna
Nr 11	Kent Johansson	Solvikingarna
Nr 12	Peter Hansen	Volvo

Kontaktombud

Som huvudkontaktombud har Jan Lind med hjälp av distriktsombuden bedrivit ett aktivt arbete för att om möjligt nå ut med information om Sällskapets verksamhet till alla svenska maratondebutanter.

Distriktsombuden har varit:

BLEKINGE	Bengt-Åke Svensson, Jämjö
BOHUSLÄN/DAL	Helge Mikaelsen, Ed
DALARNA	Yngve Karlsson, Mora
GOTLAND	Lars Mårtensson, Visby
GÄSTRIKLAND	Se Hälsingland
GÖTEBORG	Christina Hildesson, Nol
HALLAND	Martin Andersson, Tvååker
HÄLSINGLAND	Roland Ludwichowski, Iggesund
JÄMTLAND/ HÄRJEDALEN	Monica Simson, Östersund
MEDELPAD	Yngve Sohl, Sundsvall
NORRBOTTEN	Owe Pötter, Boden
NÄRKE	Jan-Olof Schagerström, Vintrosa
SKÅNE	Bengt Klang, Lund

SMÅLAND	Karl-Åke Nyman, Västervik
STOCKHOLM	Ulf Mellerstedt, Sollentuna
SÖDERMANLAND	Lars-Olof Israelsson, Strängnäs
UPPLAND	Johan Henriksson, Uppsala
VÄRMLAND	Kauko Kaikkonen, Vålberg
VÄSTERBOTTEN	Jari Kollberg, Umeå
VÄSTERGÖTLAND	Karl-Gustaf Nyström, Trollhättan
VÄSTMANLAND	Sven-Erik Aronsson, Västerås
ÅNGERMANLAND	Kjell Nyberg, Själevad
ÖSTERGÖTLAND	Esbiörn Holmqvist, Linköping

För våra medlemmar på Åland har Göran Andersson, Godby, ställt upp som kontaktombud.

Representation

Sällskapets styrelse har svarat för information vid Stockholm Marathon, Roslagen Marathon och Vintermarathon i Kvarnsveden, samt besökt maratonloppen i Vällingby och Söderhamn.

Reseverksamhet

I samarbete med Fritidsresor ordnades traditionsenligt en resa till **Athén International Marathon** med 34 deltagare varav 22 löpare. Reseledare var Lennart Granberg, Bengt Lönnroth och Sven-Erik Eriksson.

I samarbete med Trivselresor arrangerade Sällskapet en resa till **New York City Marathon,** med 26 resenärer och med Göran Gustavsson som reseledare.

I samarbete med SJ-Specialresor ordnades en resa med tåg till **Rotterdam Marathon** med 16 resenärer, varav 15 deltog i loppet, och med Jan Lind som reseledare. Tillsammans med SJ-Specialresor arrangerades även en resa med tåg till **Berlin Marathon** med Lena Sjöblom, Owe Westin och Lennart Granberg som reseledare. I denna deltog 33 resenärer varav 33 fullföljde maratonloppet.

Sällskapets Vandringspriser

Individuella vandringspriser är uppsatta av Sällskapet att tävlas om i samband med Vintermarathon, som 1991 arrangerades av Kvarnsvedens GoIF på uppdrag av Sällskapet. Pokalen för damer över 40 år vanns för alltid av Lotta Svärd som uppnådde 21 poäng.

Ledarna i poängtabellen är:

Seniorer	Anders Edgren	7 poäng
Veteraner över 40 år	Mats Alm	17 poäng
	Lars G Eriksson	17 poäng
Veteraner över 50 år	Konrad Hernelind	17 poäng
Veteraner över 60 år	Konrad Hernelind	14 poäng
Damer	Åsa Schumann	18 poäng

Reebok-pokalen för 5-mannalag vanns av Kvarnsvedens GoIF.

I loppet från Marathon till Athén gick vandringspriset "Marathon Ynglingen" till Per-Erik Bohman.

Materialförvaltare

Ansvarig för lagring och distribution av tröjor, overallmärken m m under året har varit Britt Lönnroth.

Slutord

1991 års verksamhet har kännetecknats av lugn och stabilitet, där det mesta av det som har gjorts har haft karaktären av rutinaktiviteter, samtidigt som den satsning på en ansiktslyftning som nämndes i slutet av 1990 års verksamhetsberättelse fortsätter. Frågan om hur Sällskapet bäst skall förnya sig i syfte att effektivt arbeta för framtidens maratonlöpning är en återkommande punkt på sammanträdenas dagordningar.

En nyhet under året har varit att arrangörer har erbjudits tillfälle att knyta ett starkare band med Marathonsällskapet genom att bli **stödjande medlemmar.** Ett sådant medlemskap innebär bl.a. att arrangörens tävling får en gratis annonsplats i Marathonlöparen.

Sveige 90 Diplomet har blivit en realitet, och att detta har mottagits med entusiasm av såväl arrangörer som löpare visar sig i att tolv medlemmar i Sällskapet redan har erhållit detta diplom.

När Sällskapet nu avslutar sitt fyrtionde verksamhetsår finns det många tecken som tyder på att det är av stort värde för svensk långdistanslöpning att Svenska Marathonsällskapet finns. Inte sällan visar det sig t.ex. att den som har planer på att börja verka inom maratonlöpning snart tar kontakt med Sällskapet i syfte att inhämta synpunkter och råd eller diskutera möjligheterna till samarbete. Svenska Marathonsällskapet är en verklighet, en kamratförening med en given plats inom svensk långdistanslöpning, och det finns all anledning att tro att Sällskapet kommer att fortsätta att spela en viktig roll, inte minst just därför att det finns.

Svenska Marathonsällskapets Bokslut för 1991-01-01 — 12-31

Balansräkning

Tillgångar	**1990**	**1991**
Kassa	1.176	1.042
Postgiro	7.314	168.058
Bank	174.491	120.511
Försäljningsartiklar, lager	28.951	60.461
Debitorer	10.580	2.000
	222.512	352.072
Skulder		
Medlemsavgifter, förskott	9.425	160.875
Kreditorer	68.541	34.200
Reservfond	56.000	61.000
Kapital, överskottsmedel	88.546	95.997
	222.512	352.072

Vinst- och förlusträkning

Intäkter		
Medlemsavgifter	295.510	287.835
Försäljning	8.282	5.373
Räntor	24.927	21.094
	328.719	314.302
Utgifter		
Marathonlöparen	173.984	198.067
Allmänna omkostnader	35.149	35.394
Priser och utmärkelser	36.173	18.557
Lokalhyra	5.000	5.000
Portokostnader	12.893	11.031
Resekostnader	25.261	20.260
Trycksaker	1.850	2.376
Sammanträdeskostnader	9.803	11.167
Reservfond, avsättning	5.000	5.000
Överskott	23.606	7.450
	328.719	314.302

Stockholm den 31 december 1991
SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPETS STYRELSE
Lennart Granberg ordförande
Göran Gustavsson **Owe Westin**
Lage Carlson **Jan Lind**
Sven-Erik Eriksson **Bengt Lönnroth**

v

Marknadstidning

Avsändare:

Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 STOCKHOLM

TERNHAG JAN **MARATON**
HÖGBERGSGATAN 46
118 26 STOCKHOLM ****

MARATONLOPP I SVERIGE 1992

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson
4/ 7	Bromölla	0456-296 71	0456-287 13	Leif Pettersson
18/ 7	Killingi		0980-180 90	Lennart Rantatalo
1/ 8	Ljungdalen	0687-202 00	0687-202 53	
8/ 8	Kalmar-Borgholm	0485-205 64		
8/ 8	Säffle	0533-106 00	0533-173 88	Thage Söljemo
15/ 8	Höga Kusten	0613-103 36	0613-107 83	Helge Norberg
16/ 8	Söderhamn	0270-753	530270-107 85	Torbjörn Olsson
22/ 8	Vänersborg		0520-295 09	Dan Jonasson
29/ 8	Borås	033-27 61 70	033-27 60 01	Lars-Åke Ekberg
5/ 9	Örebro	019-36 10 80	019-36 45 22	Birgitta Schortz
19/ 9	Östhammar-Öregrund	0173-128 30	0173-410 57	Jan-Joel Blomqvist
10/10	Rödeby	0455-401 25	0455-242 90	Gert-Ove Olsson
11/10	Göteborg	031-21 15 89	0520-620 13	Lennart Bengtsson
11/10	Umeå	090-16 54 57	090-11 51 68	Ivar Söderlind
7/11	Kvarnsveden	0243-322 44		

Kommentarer: Helags Fjällmara i Ljungdalen, som tidigare gått i fjällterräng, arrangeras nu på asfalt- och grusvägar och räknas därför enligt Svenska Friidrottsförbundets bestämmelser som ett godkänt maratonlopp.

Stora Vänerloppet i Vänersborg är ett 100 km-lopp med officiell tidtagning på maraton resp 50 km.

Örebro City Marathon inkluderar årets veteran-SM.

Från Malmbergets AIF har inte erhållits något besked angående "Gruvmaran" 1/11, vilket sannolikt betyder att man ännu inte lyckats lösa säkerhetsbestämmelserna.

Utöver ovanstående lopp tillkommer sista sträckan i Vindelälvsloppet 25/7, som är ett kontrollmätt maratonlopp.

Jämfört med de platser som finns inprickade på Sverige 90-diplomet arrangeras maratonloppen i Hudiksvall och Eslöv inte i år, men däremot tillkommer Skara, Bovallstrand, Bromölla, Ljungdalen, Vänersborg (som tidigare inte hade tidtagning på maraton) och ev. Malmberget.

Antalet maratonlopp i Sverige detta år, 25 eller 26, är det största sedan mitten av 80-talet, en utveckling som naturligtvis noteras med glädje.

Jan Lind

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 ☐	
(linne + byxa) restlager	dam			L ☐	
Udda byxor ..... st à 80:—		S ☐	M ☐	L ☐	
Tröjor ..... st à 70:—		S ☐	M ☐	L ☐	XL ☐
Overallmärken ..... st à 25:—					
Overallmärken ..... st à 50:—	för	25 ☐	50 ☐	100 ☐	maratonlopp
Souvenirvimplar ..... st à 15:—					
Klisterdekaler ..... st à 20:—					

Namn: .....

Adress: .....