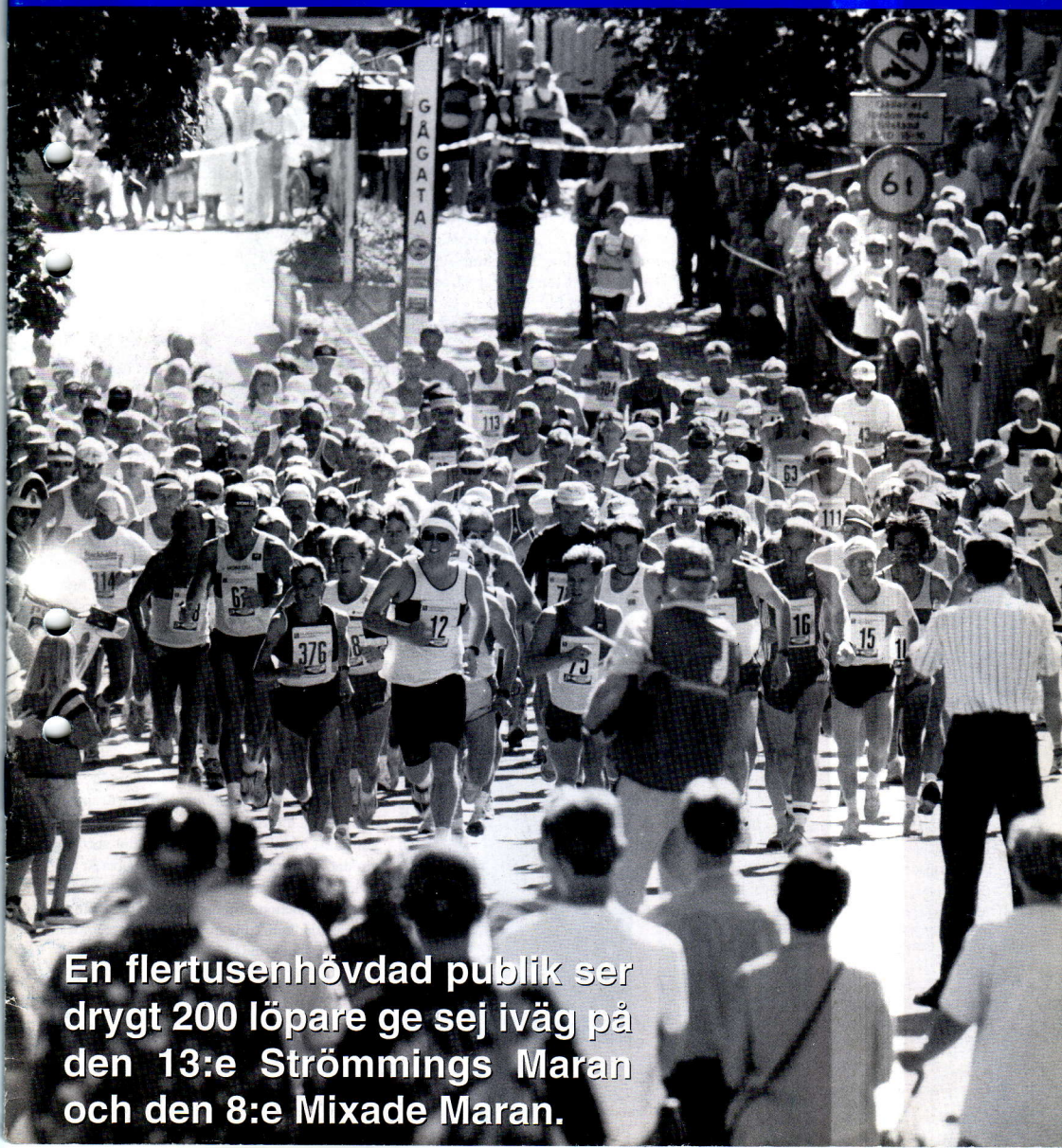


Marathon - löparen

November

Nr 139

1995 Nr 5



En flertusenhövdad publik ser
drygt 200 löpare ge sej iväg på
den 13:e Strömmings Maran
och den 8:e Mixade Maran.

Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Box 218, 101 24 Stockholm
Ansvarig utgivare: Sanne Hermelin
Redaktör: Jan Lind
Resultatredaktör: Ulf Mathiasson
Tryckning: Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution: AB Bergström Grevius, Farsta
ISSN 0283-1015

Svenska Marathonsällskapets styrelse
Ordförande:
Sanne Hermelin, 08-761 11 07

V. ordförande och utmärkelseteansvarig
Evert Skymne, 08-623 00 52

Sekreterare:
Mikael Hill, 08-530 370 91

Kassör:
Elisabeth Westerlund, 08-511 780 48

Medlemssekreterare:
Birgitta Jarring, 08-753 08 28

PR-ansvarig och resekreterare:
Göran Gustavsson, 08-38 79 86

Informationssekreterare:
Sanne Hermelin

Redaktör: Jan Lind, 08-626 94 49

Resultatredaktör: Ulf Mathiasson, 08-765 13 32

Huvudkontakombud: Birger Fält, 08-87 31 06

Fax: 08-755 38 15 (Birgitta Jarring)

Bitr. info. sekr.: Tore Andersson, 08-28 55 59

Matr. förvaltare: Britt Lönnroth, 08-581 706 15

De angivna telefonnumren är till bostäderna där styrelseledamöterna vanligtvis är anträffbara på kvällarna.

Svenska Marathonsällskapets distriktombud

Blekinge: Bengt-Åke Svensson, 0455-507 66

Bohuslän-Dal: Leif Skogland, 0531-104 48

Dalarna: Bengt Göransson, 023-177 59

Gotland: Björn Jungnelius, 0498-27 23 17

Gästrikland: Kenneth Zettergren, 026-68 75 01

Göteborg: Jan Krantz, 031-49 38 71

Halland: Anders Edberg, 0340-892 73

Hälsingland: Leif Danielsson, 0650-340 46

Jämtland-Härjedalen: Monika Simson, 063-11 38 03

Medelpad: Jan-Olov Larsson, 060-61 11 69

Norrbottnen: Leif Strömbeck, 0921-107 37

Skåne: Bengt Klang, 046-71 22 10

Småland: Jan-Erik Olsson, 0476-123 71

Stockholm: Lennart Carlander, 08-754 31 22

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: Kurt Andersson, 0511-211 50

Västmanland: Hans Andersson, 021-35 17 34

Ängermanland: Kent Sjölund, 0611-61019

Östergötland: Esbjörn Holmquist, 013-13 73 42

Internationella ombud:

Cecilia Peterson, tel 44-1608 737 639

K-G Nyström, tel 0520-48 11 77

Omslag: En flertusenhövdad publik ser drygt 200 löpare ge sej iväg på den 13:e StrömmingsMaran och den 8:e Mixade Maran.

Växlande intressen

Hej, mitt namn är Ulf Mathiasson och jag är Er ledarskribent i det här numret av Marathonlöparen. Det lät ju ganska så skrytigt för att vara av mig men det beror på att jag har blivit så förhåvad av något som blivit mitt favoritprogram i TV: Late Show with David Letterman. Sänds från Ed Sullivan Theatre, 53rd Street, Manhattan, och kan betittas i ZTV. Faktum är att det mesta från USA numera är högintressant för mig och orsaken till det är förstås New York Marathon, det lopp som alla marathonlöpare måste springa som det sägs.

Men det är det som är det bästa med marathonlöpning, att det blir något annat också som följer med liksom. Framförallt resor med nya intryck och nya intressen men lika viktigt är de nya människor man möter, både löpare och andra. Även resor till lopp inom Sverige för med sig något som berikar livet. Nyligen gjorde min klubb ett par uppskattade resor till Växjö och Mariehamn. Mycket trevlig samvaro med klubbkompisarna och mycket vacker natur att njuta av.

Men i övrigt är ju ett marathonlopp mycket slitsamt och det är inte alltid man tänker på loppet med någon större entusiasm veckan före. Mycket allvarligt har jag övervägt att sluta med marathon, det finns annat i motionsväg som är kul, cykel till exempel. Vätternrundan är precis lika bra som utmaning och dessutom finns ju den för mig ännu oprövade Finnmarksturen. Men nu har det slumpats så att Boston snart skall ha sitt 100:e marathonlopp och vem vill missa det? Inte jag i alla fall. Och sen ska ju också Norge fira ett 100-årsjubileum den 19 maj. Det finns och kommer väl alltid att finnas morötter.

Resultatredaktören måste också få komma till tals lite. Som den högt ärade läsaren märkt har tabellerna olika uppställningar. Det beror huvudsakligen på att jag får materialet i olika skick. Personligen föredrar jag klassvis uppställning, då blir det lättare att jämföra med sina egna tider, men jag vet att många vill ha en uppställning där också den totala placeringen framgår. Med lite arbete går det att få fram båda sätten, men vad föredrar läsekretsen? Hör gärna av Er i denna fråga.



Arbetet med resultaten tar onekligen en hel del av fritiden (träningstid?) men ger också tillfälle till många roliga funderingar när man lärt sig känna igen namnen. Särskilt nöjsamt är det när tiden för halva sträckan med. Då kan man frossa i funderingar om hur han/hon har disponerat loppet. De flesta gör ju som jag själv gör, öppnar för optimistiskt och får betala för det senare.

Resultatmaterialet sparas förstås på disketter och en dag, det är ännu blott en dröm hos mig, har vi det samlat i en databas och kan enkelt få fram var och ens årsbästa eller antal maror under året. Fullständigt komplett blir det väl aldrig, men det vore kul om det fungerade. Vem vet, om några år har vi kanske allt på Internet. Vårt svett, våra tårar och förhoppningar omvandlade till datoriserade "bits", för evigt dömda att snurra runt i "Cyberrymden".

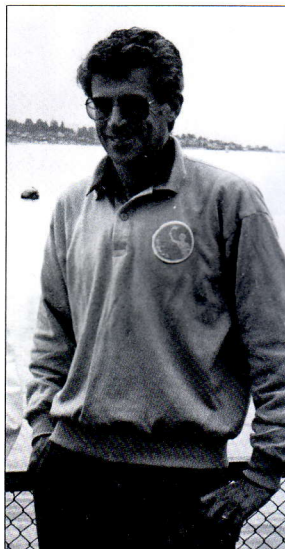
Vi ses på marathonbanorna

Ulf Mathiasson

Redaktören har ordet:

Vi ber om ursäkt för att höstnumren av Marathonlöparen har blivit kraftigt försenade. Detta är till största delen beroende på att redaktören, arbetslös sedan oktober i fjol och med gott om tid att bearbeta innehållet i vår medlemstidning, nu ett heltidsjobb i en sjukvårdsaffär. Detta innebär att tiden inte vill räcka till. Tidningen har blivit försenad vilket vi beklagar, men hoppas ändå att den skall kunna sprida glädje, när den väl dimper ned i brevlådan.

Till nästa år kommer därför redaktörsjobbet att delas upp och i



nästa nummer (Nr 6/95) som förhoppningsvis skall komma ut i januari) kommer vi att presentera en utgivningsplan för 1996, som vi skall göra allt för att hålla.

Med dessa ursäkter och förklaringar ber redaktören att Sällskapets vägnar få tillägga medlemmar en

Slutspurt i årets värvnings- kampanj

Värvningskampanjen

Lennart Carlander har utökat sin ledning i värvningskampanjen och drygt 70 nya medlemmar har tillkommit genom hans försorg. Tack för detta! Ställningen är annars oförändrad med Kauko Kaikkonen och Lennart Bengtsson närmast med 5 resp. 4 värvningar. F.ö. har många nya medlemsvärvare anmält en eller två nya medlemmar. Årets kampanj fortsätter t.o.m. 31 december (anmälningar skall vara inkomna senast 2 januari) och för att räknas med i kampanjen måste de nya medlemmarna ha betalat sin årsavgift senast 18 januari!

Kom ihåg att tre tävlingsdräkter (se bilderna på annan plats i detta nummer) utlottas bland dem som lyckas värva minst tre nya medlemmar! (En lottsedel per tre värvningar)

Samtliga som värvar minst tre medlemmar tilldelas dessutom vär T-shirt. Vidare lottar vi ut sex T-shirts bland dem som värvar en eller två nya medlemmar.

Samma person kan inte vinna mer än en dräkt resp. T-shirt; däremot kan man vinna bådaddera. Alla som värvas får för 1996 års medlemsavgift även nummer 5 och 6 av Marathonlöparen för 1995 utan extra kostnad!

I nästa nummer, som beräknas utkomma under januari, publiceras en fullständig förteckning över alla medlemsvärvare.

Vi ser fram emot en intressant slutspurt i årets värvningskampanj!

Jan Lind

God Jul
och Ett Gott Nytt
Löparår
1996



Tåten i Umemaran efter en mil. Slutsegraren Örjan Gustafsson, Skellefteå IF (490) drar före klubbkamraten Lars-Gunnar Skoog (484), Karl Nieminen, Öbacka LK (479) och Klas-Göran Berg, Örns SK. Den senare bröt loppet efter 35 km. Foto: Ivar Söderlind.



Umemaran - 23 år ung

Segraren i damklassen Annika Terngård, Jallies TC passerar vid 10 km. Foto: Ivar Söderlind.



Vem var det som sa, att svensk maratonlöpning är död? Själva har vi i Marathonsällskapet faktiskt varit bekymrade över vikande deltagarantal i våra svenska maratonlopp med åtföljande nedläggningar, samt över våra egna medlemsiffror, som vi får kämpa för att behålla.

Efter att själv nu ha sprungit Umemaran, 15 okt, och känt mig alldeles förskräckt gammal, omgiven som jag var av idel ungdomar (seniorer), måste jag säga, att jag fått nytt hopp inför framtiden. Detta är ett maratonlopp där M23 är den största klassen (23 st) och nästan dubbelt så stor som M40! Det verkar som om det finns hopp om en återväxt, som kan fylla de glesnande leden, när vi äldre troppar av så småningom.

Deltagarrekord

Men nu ska jag ta det här från början. Umemaran är ett anrikt lopp, som arrangerats varje år sedan 1973. Loppet är för våra förhållanden medelstort. Man brukar räkna femtiotalet deltagare, men i

år blev det minsann **deltagarrekord** (68st). Dessutom anordnades en kvartsmara med 70 fullföljande. Det såg länge ut som om vädret skulle bli det sämsta tänkbara. Dagarna före placerade Pohlman envist ett maffigt regnområde över Umeå med omnejd och jag beredde mig på en mycket blöt tillställning. Men när rullgardinen åkte upp på tävlingsdagens morgon, var det en sådan där underbar oktobermorgon med någon minusgrad, vindstilla och strålände sol från en klarblå himmel. Detta bådade nog för såväl deltagarrekordet som det nya banrekordet i herrklassen, 2.28.54, satt av Örjan Gustafsson från Skellefteå IF. Gratias! Han sprang här sin andra mara och gjorde förstås personbästa. Är möjligen årgång -70 av speciellt

gott virke? Såväl Örjan som totalsegrarinnan i damklassen, Annika Terngård från arrangörsklubben Jalles TC, är nämligen födda detta år.

Bra väder

Loppet gynnades av bra väderförhållanden. Visserligen försvann solen efter halva loppet, men det var fortfarande vindstilla och jag tror, att de enda som frös mot slutet var de tappra funktionärerna, som visade väg och serverade oss **varma** drycker. Man hade lånat välisolerade stora kantiner från regementet I20 som höll vätskan behagligt varm. Mycket bra!

Snabb bana - snäll lutning

Banan, som är en vändpunktsbana med start i Teg, en av de södra stadsdelarna, går söderut genom ett antal små samhällen och vänder sedan i Strömbäck. Den erbjuder inte några speciella svårigheter utan får anses vara ganska snabb. Backarna är få och har snäll lutning. Jag kan emellertid förstå hur det kändes 1992, när man på hemvägen kämpade mot en mycket kraftig motvind och temperaturen var tre plusgrader. Då blev också segertiden därefter - 2.41.55. På något sätt tycker jag, att vändbanor är ganska trevliga. Jag för min del ser fram emot mötet med täten och sedan är man ju sysselsatt en bra stund med att notera alla mötande, spekulera över utgången och -förstås- heja på löparna. På hemvägen kan man ju också konstatera, att man inte ligger allra sist! För övrigt får man vara beredd på att springa ensam nästan hela tiden, om man inte tillhör tätklungan. Denna årstid är ju av förklarliga skäl inte heller åskådarleden särskilt tät.

"Jalles tjejer" vann

Resultaten redovisas som vanligt på annan plats i tidningen, men några kommentarer gör jag i alla fall. På damsidan var det i år så mycket som sju deltagare, varav

sex fullföljde, vilket är rekord. För året satte *Lotta Svärd* från Jalles TC banrekord (3.12.01). I år ställde hon inte upp p.g.a. ett antal besvärliga infektioner, som hindrat henne från att träna. Hon återfanns emellertid glatt hejande bland funktionärerna. I hennes frånvaro knep som sagt en annan av "Jalles tjejer" segern. Annika Terngård tog sig i mål på 3.29.55. *Birgitta Eklund* från Skellefteå är alltid ett säkert kort och blev tvåa på 3.39.03. Birgitta blev ju i somras silvermedaljös i sin åldersklass på maran under veteran-VM i Buffalo. Vi i Marathonsällskapet ber att få gratulera! Noteras kan, att mångsidiga Birgitta tävlar på distanser mellan 800m och maraton!

mar i *Kjell-Göran Holmberg* och *Åke Carlsson*, som båda sprang för tionde gången. I M55 segrade "trötjänaren" *Östen Mukkavaara* (13:e Umemarar), medan M35 vanns av debuterande *Dan Agnarsson* från Öbacka LK.

Överdådigt prisbord

Efter loppet blev det bastu och fika i Tegs Centralskola-Prisutdelning förrättades i aulan. Prisbordet är av tradition överdådigt här i Umeå. Synd bara att många lämnar prisutdelningen så snart som deras egen klass är avklarad. Det vore ju trevligare om man stannade kvar och applåderade även dom som får sina priser sist av alla. Skärpning önskas! Applåderorna blev



Trefaldig segrare

På herrsidan var förstas striden hårdare om tätplaceringarna. Tvåa i mål var fjolårssegraren *Lars-Gunnar Skoog* (Skellefteå IF) på 2.32.54. *Lars-Gunnar* står förresten med tre segrar i Umemarar (1984, 1993 och 1994). Inte illa! Ytterligare en seger och han passerar legendariske Kurt Andersson, som också segrat tre gånger. En trogen umemamaralöpare tog hem M50-klassen. *Urban Bengtsson* (Jalles TC) har sprungit här alla år sedan 1987. Nästa år blir det 10-årsmedalj och medlemskap i "Guldklubben". I år fick denna klubb två nya medlem-

tråkigt nog lite tunna när arrangörer och funktionärer till slut avtackades. Jag hoppas att dom ändå får uppskattning för sitt fantastiska arbete med att ro i land en perfekt arrangerad tävling, som jag tror många kommer att återvända till. Nedläggningsshotad är i alla fall inte Umemarar. *Ivar, Roland, Leif, Jarl, Östen, Lotta* och alla deras medhjälpare är fulla av tillförsikt och planerar förstås för 25-årsjubileum 1997. Lycka till!

Birgitta Jarring

Starten för Umemarar vid Tegsskolan har just gått. *Lars-Gunnar Skoog, Skellefteå IF* (484) tar ledningen före Örjan Gustavsson, Skellefteå IF längst till vänster. Foto: Leif Johansson.

Hakarpspojke och Skövdetjej

vann SM-maran för veteraner

1995-08-26



Erik Gerdin och Lena Eriksson, vem känner till dem? Ja, det var nog inte så många som före starten i årets veteran-SM visste så mycket om att deras kapacitet, trots att Erik i Stockholm Marathon sprungit in på en 35:e plats med tiden 2.29.05 och att Lena kommit 30:e i damklassen.

Tillsammans med Hans Jansson, Stefan Ulmeståhl och Owe Olsson gick Erik snabbt upp i ledningen efter starten från Ryavallen. Efter c:a 15 km lämnade han även dessa elitveteraner efter sig för gott. Owe gjorde dock ett tappert försök att hinna ikapp direkt efter varvningen i Åspered, men Erik lyckades hålla undan och mot slutet även öka försprånget, så att segermarginalen i mål blev dryga två minuter. Aimo Hakola svarade för en fin långspurt, vilket räckte till en total tredjeplats och

seger i M35-klassen. Loppets stora överraskning var Nils-Anders Torstensson, tävlande för Frödinge Mejeri AB, som utklassade sitt personrekord, men blev utan medalj därför att han inte tävlade för en förening ansluten till Svenska Friidrottsförbundet.

Damklassen blev spännande med tre flickor i mål inom loppet av dryga två minuter. Här segrade Lena Eriksson före Ylva Ragne och Cecilia Björklund. Glädjande nog var 14 damer anmälda till årets SM-tävling, men nog tyck-

er man att ändå flera skulle ställa upp med tanke på klassindelningen i femårsklasser. Nu var det bara en av damerna som blev utan SM-medalj.

Tiderna i loppet visar med all tydlighet att banan inte är särskilt lättlopt. Inne i Borås är den mycket knixig, men samtidigt mycket publikvänlig, där den går rakt igenom de centrala delarna innan den går vidare uppför en långsträckt backe ned mot riksvägen mellan Göteborg och Jönköping. Endast ena vägbanans vägren är tillgänglig för löparna och här möter maratonlöparna deltagarna på halvmaran, som startar i Åspered, vilket gör att det bitvis blir mycket trångt, när man skall passera varandra. Annars är bansträckningen trivsamt och omväxlande.

En otroligt stark prestation gjorde Lasse Andervang genom att i renilska överlandslagsuttagningen springa halvmaran på 1.05.20 och vinna med sex minuters marginal. Torsdag kväll ringde man till Lasse och frågade om han inte kunde komma till Helsingfors och springa 10000 meter i helgens Finnkamp. Snacka om framförhållning!

C:a 170 maratonlöpare var anmälda till årets lopp, varav endast ett fåtal uteblev, och detta är en siffra som Åspereds IF har all anledning att vara nöjda med. Konkurrensen är tuff under augusti månad, med ett flertal av årets populäraste maror inom en tvåveckorsperiod.

Arrangörsföreningen med tävlingsledaren Lars-Åke Ekberg i spetsen hade inte lämnat någon

I främre startledet syns nästan idel SM-medaljörer, Björn Videfors (160), Erik Gerdin (45), Stefan Ulmeståhl (53), Owe Olsson (90), Aimo Hakola (21) och Hans Jansson (63). Snett bakom Erik syns Josef Sunna (175).



Huggsexa vid vätskekontrollen. Jan Furunger, Kennet Svensson och Rune Gustavsson får tag i sina muggar, men hur är det med Tellalöparen Rune Svensson?

möda osparad för att genomföra tävlingen på bästa möjliga sätt. Självt hade jag nöjet att få övernatta hos banchefen *John Bylin* och han gav sig iväg hemifrån redan vid 5-tiden på lördagsmorgonen, åtta timmar före start, för att hinna genomföra sina åtaganden. För honom gällde det bl.a. att sätta ut koner på riksvägen Göteborg-Jönköping, som löparna skulle vistas på under nästan en tredjedel av loppet. Ytterligare några nyckelfigurer i arrangörsstaben måste nämnas i detta sammanhang. Liksom *Lars-Åke* och *John* har *Per-Olov Olsson* som starter, *Bengt* och *Stig Persson* som vätskechefer och *Lennart Alex* som bitr. banchef medverkat vid samtliga tolv upplagor av Borås Marathon, som startade 1984 som Marathon i Knalleland.

I samband med prisutdelningen hade *Sanne*, vår ordförande, glädjen att dela ut en statyett och flera standar. De som denna gång öttog våra utmärkelser var synnerligen kvalificerade löpare. Vad sägs t.ex om *Owe Olsson* med 45 lopp under 2.40, 2.25.09 som personligt rekord och fyra år i rad 2.27-2.28 i Stockholm Marathon? (Se omslagsbilden i oktobernumret) Även *Stefan Ulmeståhl* och *Lars Hansson* (Umeå), tillhör svenska veteraneliten.

Stefan känner vi som Blekinges bästa långlöpare, men hur många vet att *Lasse* med 2.38.31 som personrekord sprungit 24 lopp under 2.50?

Et förnämligt prisbord hade dukats upp med bl.a. en konstsamling, som hade skänkts av vår medlem *Ingemar Johannesson* (alla Atenresenärer känner honom som en hyvns kille och givmild prisdonator vid Sällskapets resor till det klassiska maratonloppet). Han delade själv ut sina tavlor till samtliga klassegrare. Mycket populärt!

Smolk i glädjebägaren är att det inte kommer att bli någon fortsättning på Borås Marathon. Under tecknad fick ta del av arrangörernas problem redan vid ett möte dagen efter årets tävling och vid ett möte med huvudstyrelsen i Åspereds IF för några veckor sedan framkom att det ekonomiska bi-

drag, som var en av förutsättningarna för ett fortsatt arrangemang, inte kunde beviljas.

Vi kommer att sakna Marathon i Knalleland - Borås Marathon! Tack för tolv års fina arrangemang med veteran-SM som kronan på verket! Kanske finns det ett litet hopp att vi till 1997 skall kunna skissa på ett maratonlopp runt Åsunden med start och mål i Åspered? Det kan vara ett alternativ, eftersom inte bara vi maratonlöpare utan säkerligen även Åsperedsborna kommer att sakna sitt maratonlopp!

Text och foto: Jan Lind

Sejerintervju på Ryavallen. Erik Gerdin berättar om sig själv.



Lausanne Marathon

1995-10-15

Rapport från Karl-Gustav Bergvall:

Schweiz blev mitt tjugonde maratonland och till de flesta har jag själv ordnat med resa och logi.

Denna gång flög min fru och jag till Geneve, tog tåget till Lausanne och bodde som "marathondeltagare" med 50 % rabatt på ett bra hotell, beläget vid järnvägsstationen.

Det var få svenskar med i loppet, som ju tidsmässigt konkurrerade med Göteborg och Växjö.

Banan var med vändpunkt och målet låg vid det olympiska museet. Den var ganska kuperad, inte stora men många backar. På lördagseftermiddagen var det pasta-party och vid souvenirshopen kunde man förutom T-shirts, pins mm köpa vitt vin!

På söndagen hade vi gratis resor med bussar och spårvagn. Dagen blev utan vind, solen sken härligt från klarblå himmel och temperaturen var en bra bit över 20°.

Banan gick genom flera vinbyar, vars invånare med eller utan musik visade sin uppskattning. Tyvärr hade arrangörerna ordnat starttiderna för halv- och kvartsmaran så att det för oss långsamma blev samtidiga slutkilometrar och målgång med en enda målfälla. Det gällde att se upp, så att man fick "rätt" medalj.

De sjutton sekunderna skylles dock på tiden fram till startlinjen!

Det är ju i Lausanne som huvudkontoret för IOK finns och här är sedan några år tillbaka också världens förnämsta idrottsmuseum. Hundra års modern olympisk historia och minnen från antiken finns samlade i tre våningar. Museet lär ha kostat cirka 600 miljoner kronor, men en stor del har done-rats eller sponsrats. Det blir en märklig men ändå aptitlig blandning av dramatik, nostalgi, kalla fakta, teknik och framtidsvision, som serveras bland annat med hjälp av video och filmer. Den stora frimärkssamlingen är för övrigt donerad av IOK-presidenten Juan Antonio Samaranch. Museet är naturligtvis ett måste för alla idrottsintresserade.

I mål kom 1238 deltagare fördelade enligt nedan plus 15 rullstolsdeltagare.

	M	K
sen	182	25
30-	388	34
40-	372	28
50-	192	17

Som synes bara 4 årsklasser. Dessutom arrangerades halvmarathon, 406 i mål kvartsmaraton, 734 i mål och för ungdom (4,2 km) minimarathon, 279 i mål

Karl-Gustav Bergvall

Resultat

1	M/1	Jakob Ngunzu	KEN	2.18.37
2	M30/1	Hans Peter Gerger	SUI	2.27.02
13	M40/1	Peter Gschwend	SUI	2.28.47
17	K/1	Valentina Enaki	MOL	2.33.35
52	M50/1	Herbert Roeder	GER	2.49.09
72	K30/1	Krystyna Pieczulis	POL	2.52.24
348	K40/1	Ruth Scwander	SUI	3.17.56
461	K50/1	Jacqueline Lac	FRA	3.25.53
494	M/85	Hans Erlandsson	Malmö	3.27.45
847	M50/69	Marcel Fragniere	Stockholm	3.37.52
895	M50/115	Magnus Nilsson	Scaan, FL	3.56.10
957	M30/329	Lennart Johansson	Uppsala	4.02.40
1220	M50/187	Karl-Gustav Bergvall	Motala	5.00.17

VINTERTRIATHLON

Sönd 11 Feb 1996
Skidor Löpning Skridsko
Sveiges enda Vintertriathlon

För upplysningar:

VLDK:s kansli Tel/Fax 0670 - 131 66

IFK:s kansli 0670 114 75

Örjan Sandler 0670 - 61 16 16

Vattudalens LDK och IFK Strömsund

12 augusti 1995

Första hemmasegern i Säffle Maraton

Sture Åhs tog den första hemmasegern när Säffle Maraton, mellan Åkershus och Sporthälla, arrangerades den 12 augusti. Detta trots att han fick kramp efter 35 km och sprang i en tryckande värme.

Direkt efter starten tog Tommy Andersson från Karlstad ledningen och satte upp farten. Vid Rosenborg ledde Tommy med 100 m före dansken Hans Therkelsen. I Millesvik var Sture tvåa ca 200 m efter ledaren och vid 15 km kom Sture ikapp.

– Jag sprang förbi direkt och drog ifrån honom hela tiden, sa Sture. Resten av loppet var en ren defilering. Sture drog ifrån och hade

en 7 min ledning vid 35 km. Då började problemen smyga sig på, kramp, vilket gjorde att han fick slå av på takten. Sommarens hårda träning, 15 mil i veckan, och hans envishet gjorde att han lyckades hålla klungan bakom sig tills målet på Sporthälla där kranskulan Michaela Källstrand väntade. Segern innebar även att Sture vann DM.

– Tiden betyder ingenting, det

är segern som räknas, sa den löpande folkskoleläraren.

Tvåa kom Tomas Hagstrand från SISU Forshaga.

I damklassen var 2 anmälda, men bara en startande, Monika Udd från Örebro. Totalt genomförde 45 löpare marathonloppet.

Inalles var det 1000 löpare i gång som sprang hel-, halv-, minimara och motionsloppet Näslunken. En prestation utfördes också av arrangörerna som än en gång lyckades ro det stora evenemanget i land. Säffle Maraton är årets idrottsfest i Säffle och den vill vi inte vara utan.

Sammanställning av ref från lokaltidningarna

Jan Ternhag

9 september 1995

Örebro City Marathon

Utan större åthävor genomfördes i år den 15e upplagan av Örebro City Marathon. Banan är en lättlöst och omväxlande tvåvarvsbana. Två gånger per varv passeras citykärnan och det utnyttjas örebroarna till att flitigt heja på sina bekanta. Som deltagare i den långsammare filen känns det också roligt att få möta sina konkurrenter i det främsta ledet. Förutom helmaran genomförs också en halvmaravars deltagare man också får möta.

Almby IK har all heder av de genomförda arrangemangen, framförallt den fina banmarkeringen och hjälpsamma, glada funktionärer. En mycket stor fördel har arrangörerna i den stora idrottshallen som används både för omklädnad, servering och prisceremoni. Enda skönhetsfläcken var att det sakna-

des högtaleri vid prisutdelningen, trots att det hålls inomhus blir det svårt att höra vad som sägs.

Marathonsällskapet togs gott om hand och fick möjlighet att ställa fram utställningsmaterialet och svara på frågor. Före prisceremonin delade representanter för Sällskapet ut en standar för 25 marathonlopp till Veijo Hietala och en statyett för 50 lopp till Bo Telander. Arrangörerna uppmärksammade särskilt Stig Söderström som denna dag genomförde sitt 100:e marathonlopp. Sitt allra första genomförde han just på Örebros första marathonlopp. Även Sten Odenblad uppmärksammades för att han genomfört alla Örebros marathonlopp.

Ulf Mathiasson

Värvningskampanjen 1994-95

Vid Vintermaran i Luleå utlotades sju ex. av Sällskapets T-shirt bland Norrbottens medlemmar, det distrikt som segregerade i **distriktstävlingen**.

De lyckliga vinnarna blev: Hans Apelkvist, Leif Apelkvist, Göran Dahlgren, Sven Fridesjö, Ingemar Olofsson, Leif Rantatalo och Jan Åström. GRATIS!

Vårt distriktsombud Leif Strömbäck ansvarar för att dessa medlemmar får sina tröjor.

Minnen på och utanför banan

Den välkände marathonvännen **Olle Wallin**, "Marathon-Olle", har varit medlem i Sällskapet sedan 1961 och skrivit ner några av sina minnen på och vid sidan av banan som "Marathonlöparen" gärna publicerar:



Mitt intresse för långlopp kom när jag träffade dåvarande ordföranden i Sällskapet *Per Inge Johansson* som var lärare på KF:s Vår Gård. Jag hade inte sprungit marathon men han tyckte att jag skulle gå med i Sällskapet. Jag gick med och min första uppgift blev att starta en tidning. Så kom 'Marathonlöparen' till. Vi hade tillgång till Svenska Friidrottsförbundets dubliceringsapparat på Humlegårdsgatan. Tidningen gjordes mycket amatörmässigt, men blev väl mottagen.

Marathonlöparens förste redaktör

Genom mitt medlemskap i Sthlm Frii TTK Utskott kom jag i kontakt med många arrangörer av långlopp. Jag försökte få till flera marathonlopp. Då fanns bara *Juni-maran* och *SM*. Min klubb *Fredrikshof* började därefter att 1963 arrangera *Vintermaran*, 18 startande.

Efter det skrev jag till flera utländska arrangörer att vi sällan fick inbjudan till deras lopp. Då fanns det inte så många utländska lopp. Dom mest kända var *Schwartzwald Marathon* i Tyskland, *Enschede* i Holland, *San Sebastian* i Spanien och *Kosice* i Tjeckoslovakien. Jag fick genom dessa resor många vänner som jag fortfarande har kontakt med.

Under dessa år kom jag i kontakt med dåtidens stjärnor.

• *Abbebe Bikila* vid *Enschede Marathon* -72 då han satt i rullstol

efter sviterna av en trafikolycka.

• *Norman Bright*, den blinde amerikanen, befälhavare vid Pearl Harbur, och som jag träffade i Japan -82.

• *Ron Hill* i *Maxwell Marathon*. Han berättade då för mig att han aldrig tränar mer än 1 tim åt gången.

• *Emil Zatopek* träffade jag i hans hem -70 då han var fockad som militär och regimen tagit bort huvudet på hans staty i *Kosice*.

• *Denise Wolde* som gjorde ett remarkabelt lopp i *Kosice* -69, då han släppte klungan efter 30 km men hann upp igen 5 km senare och vann. Nu politisk fånge. Bror till kände *Mamo Wolde*.

Utformade veteranregler

Senare blev jag Sällskapets kontaktman och fick som sådan vara med att utforma regler för Veteranklasserna. Det första veteranmästerskapet hölls i *Baarn Holland* -68. Genom mina kontakter med *Erik Östbye* och *Arne "Uno X" Sandberg* fick Sverige arrangera *Veteran-VM* 1970 i *Skövde* då *Billingehus* konferenscenter skulle invigas och samtidigt stå som värd för evenemanget. I USA bildade *David Pain* US JOGGERS som ett led i kampen mot hjärt- och kärlsjukdomar. Senare ombildades detta sällskap till *US Masters*. När *David* och *frun Helen* var i Stockholm 1971, för att planera *US MASTERS* europaresan året efter, träffade han mig och *Tony Bristow*. Han



Vid Hofvets 90 års jubileum 1991 erhöll Olle Idrottsförbundets högsta utmärkelse, Guldmedalj samt blev s. k. Stor Grabb.

ville att Sällskapet skulle ta ansvaret för deras besök i Stockholm. Vi fick problem när dom hade med sig fotbollsproffs. Svenska Friidrottsförbundet tillät inte att dessa proffs tävlade på *Stockholm Stadion*. Det löste sig genom att *Stockholm Korpen* tog på sig arrangemanget. Så uppstod det lopp som ännu finns kvar, *Eldprovet*.

Redan 1968 träffade jag japanen och mångmiljonären *Hideo Okada*. Han berättade att veteranföreningen i Japan heter 'Nippon Turtle Ass'. När jag frågade hur sköldpaddorna kom med i bilden fick jag veta att översättningen från japanska blir 'Japans Långsamma Gubbars Org'.

Marathon med ryggskäck och käpp

På 60-talet var *Schwartzwald* Maraton Europas största lopp med 1000 startande. När vi kom dit fick vi en chock då vi såg att löparna hade med sig ryggskäck och käpp. Jag hade inte läst PM ordentligt. Maxtid var 24 tim. Många promenerade upp till vändpunkten och övernattade. Tävlingsledaren, Roland Mall, blev en kär vän till mig, tills han dog 1993.

Kylskåp på prisbordet

Prisborden vid *San Sebastian* och *Enschede* Marathon måste nämnas. Våra aktiva fick kylskåp som dom omöjligt kunde ta med sig hem. I *Enschede* fick man Cigarraskar och Wermutflaskor/Konjak i pris. I *Kosice* har jag varit 9 ggr. Under dessa år har jag endast fått uppleva en svensk segrare, *Nedo Farcic* från Västerås. Vid priscermonin sa jag att han tävlade för Jugoslavien trots att han åkt dit på en svensk inbjudan. När jag var i *Karl Marx*

Stadt i dåvarande DDR och såg KMU-marathon som gick på en 8-varvsbana är jag är övertygad om att segraren sprang ett varv för lite.

Det finns många minnen att berätta. Frågan är om inte mina besök hemma hos marathonlegenden *Gustav Kinn* varje höst, tillsammans med *Oscar Björk* och *Erik From*, är dom som man helst inte vill glömma.

Olle Wallin

Flygande marathonpremiär på fd Skarpnäck Flygfält

Vi stockholmare får oftast ge oss utanför staden för att springa. Det var därför glädjande att IFK Strängnäs den 11 november arrangerade det första Skarpnäck Marathon i och runt det nybyggda bostadsområdet 8 km söder om stan på det nedlagda flygfältet. Det visade sig att detta kom att bli Stockholms näst största marathon i år.

Daniel van Berlekom

In november månad är vädret oftast osäkert, även nu. För både helgen innan och efter var det olidligt kallt och inget springväder. Just denna lördag var vädret något blåsigt, men acceptabelt. Detta osäkra väder innebar många efteranmälningar. Jag har inte varit lika flitig på maratonbanan den senaste tiden. I år har det bara blivit Berlin för min del, men när det nu gick ett lopp som man kan åka T-bana till start tänkte jag att jag skulle ställa upp i mitt 73:e marathon. Vi samlades i Tåtorp-skolan kl 10 och genomgick den vanliga proceduren inför loppet. Många välkända ansikten uppenbarade sig både från Norge och Finland. I spridda skurar gick vi så mot starten på den numera avstängda Skarpnäcksvägen.

Startskottet small av

Innan start fick vi några förmännande ord av arrangören *Henrik Hallkvist*, så small startskottet av. Först ett kortare extravarv och därefter gav vi oss ut på det första varvet av 7. *Bosse Engvall* tog täten direkt. Banan var flack och gick i en "åtta" så vi passerade vätskekontrollen 2 gånger på varje varv. Först sprang vi på parkvägarna i Bagarmossen och därefter rundade vi bostadsområdet på Skarpnäcksfältet. Man kan knappast påstå att åskådarliden stod täta utefter banan. Endast lördagsflanörer och nyfikna balkongtittare som gav oss löpare sin uppmärksamhet. Däremot hade många kända ansikten ibland maratonvännerna kommit ut till Skarpnäck denna lördag. På 3:e varvet hörde jag hur

någon satte in en spurt bakom mig, men snart förstod jag att den var tätmannen som kom susande förbi mig.

Nummerlappar med reklam för fel lopp

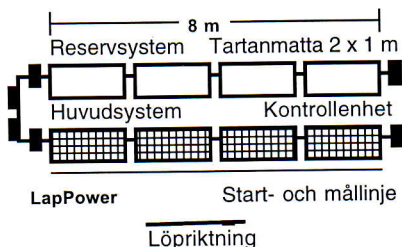
Hedras bör också dom funktionärer som stod ute i blåsten som flaggvakter utefter banan. Servicen var alls inte att klaga på. Anmälningsavgiften föredömligt låg. Då får man acceptera att det står reklam för "Strängnäs två broar" på nummerlappen. Vid prisutdelningen efteråt fick alla ta emot pris, själv fick jag en handduk. Tack IFK Strängnäs för initiativet att ordna en mara i Stockholm och ett bra arrangemang.

■

Nya elektroniska tider på gång

När löparna i Berlin Marathon kom i mål kunde dom direkt efter målgång gå fram till en disk och hämta ut ett diplom där alla mellantider och sluttiden fanns noterade. Detta tack vare den nya tekniken utav tidsmätning. Löparen hade ett data-chip på skon och sprang över läsare som läste av detta data-chip utefter banan.

Denna nya teknik som ursprungligen kommer från Holland finns sedan ett år tillbaka och har används vid dom större evenemangen på kontinenten. En undersökning vid ett av dom stora loppen visade att merparten av deltagarna var positiva till den nya tekniken. Vid lopp som har denna form av tidsmätning får deltagarna hyra alternativt köpa ett data-chip. Vill man köpa kostar det 40 DM och att hyra 5 DM (ca 25 kr). Kostnaden tillkommer utöver startavgiften. Löpare som inte har något chip på sig får heller ingen tid noterad och kommer därför inte med i resultatlistan. Det visade sig i Berlin Marathon att merparten av löparna tyckte det var värt att skaffa sig detta chip. I detta chip finns löparens startnummer noterat. Löparen monterar detta chip på sin sko. Det ramlar inte av om man snör på sig det ordentligt kring sina skosnören. Själva data-chipet är bara 3-4 cm stort och består inte av några lösa delar utan är inkapslat i helgjuten i hårdplast.



Principskiss över hur man tar tid på löparna

Bättre och säkrare start

Nu behöver inte löparen oroa sig för att stå långt bak vid starten. Tiden mäts när löparen passerar startlinjen. Med denna nya teknik spelar det inte så stor roll i vilken startgrupp löparen placeras. Detta betyder mindre stress vid starten. Dessutom behöver arrangörerna inte pricka av löparna vid starten, som vanligt är. Istället ser man på datalistan efteråt vilka och hur många som har startat. I resultatlistan kan man se både netto- och bruttotider och därmed hur lång tid det tog innan löparen kom fram till startlinjen efter det att startskottet gått.

Utefter banan kan man lägga ut läsare på valda platser som kan notera löparnas mellantider. Det betyder också att arrangörerna efteråt kan se att löparna verkligen har sprungit hela banan. Mindre fusk.

Öppet målområde

Vid målgång kommer så löparna vällande in i målområdet. Alla känner vi till den trängsel som brukar uppstå vid dom stora loppen när löparna ska motas in i olika fällor. Med denna nya teknik springer bara löparna över breda mattor på mållinjen och går vidare. Inga stockningar utan målområdet kan vara helt öppet. Det går inte åt lika många funktionärer i målområdet och dom som finns kan inrikta sig på att serva löparna istället. Löpa-

re som springer sida vid sida i mål kan få olika sluttider i mål beroende på när löparen passerade startlinjen. Vid årets Berlin Marathon kom en löpare lunkande över startlinjen 10 min efter det att startskottet gått. Om han bara hinner upp klungan har han lika goda möjligheter att få en bra tid som övriga löpare.

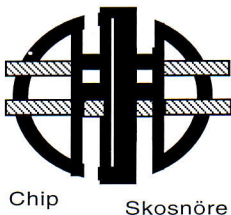
Breda mattor i banan

Avläsarna av dom chip som varje löpare bär med sig består utav ett antal breda mattor som läggs i rad utefter banan där man vill läsa av tider. Mattorna är gjorda av tartan och läsarna ligger därför väl skyddade undertill. Man kan lägga hur många kontrollstationer som helst utefter banan. Stationerna är inte förbundna med varandra utan efteråt sammanställs alla tider för respektive löpare. Mattorna är 1 x 2 m och kan läggas upp till 4 st i rad. Den längsta bredd som en sådan kontrollstation kan ha för att mäta mellantider är 8 m. Men man kan lägga flera kontrollstationer bredvid varandra och täcka upp hela banans bredd. Varje matta kan läsa av 16 st löpare per sekund och kopplar man samman flera mattor i rad kan man vid varje mellantid låta 150 löpare passera per sekund och få allas mellantider noterade. När man lägger ut mattorna för att notera tider finns även ett reservsystem ifall läsarna i den första mattan skulle falera. Tider kan läsas av i båda riktningarna, om man springer en vändbana. Tillförlitligheten på den noterade tiden är under 1 sekund.

Snabbare resultatlistor

Efter målgång kan löpare och massmedia snabbt få ut resultatlistor. Resultaten finns att tillgå i samma

stund som löparen passerar mållinjen. Vill man ha resultatet för ett visst lag, en klass eller en nation av löpare kan man enkelt göra en selektering och få ut en separat resultatlista. Något som underlättar mycket för väntande massmedia.



Chip

Skosnöre

Detta nya system kan med fördel även användas vid andra former av lopp med många deltagare. Som t.ex. cykel, triathlon och skid. Det måste dock vara många deltagare för att det ska löna sig för arrangörerna att satsa på denna nya form av tidmätning. Bara man kan sätta dit ett chip på deltagaren och läsa av tiden utefter banan. I år har det system används vid marathontoppen i Rotterdam, Hamburg, Frankfurt och Wien. Dessutom Ironman på Lanzarote och ett 24-timmarslopp på mountainbike i Schweiz. Utvecklingen pågår och vi är bara i början av denna nya teknik som säkert snart når Sverige.

Text & ill.
Jan Ternhag

Exemplet visar vilka data som man kan få fram om segerloppet i årets Berlin Marathon. Löparens startnummer finns lagrat i detta chip och övriga uppgifter om löparen finns noterade före start.

Typ	Data	Förklaring
Plats	1	Placering
Startnr	8	Startnummer
Namn	Sammy Lalie	Löparens namn
Födelseår	64	Löparens födelseår
Förening	Kenya	
Nation	KEN	
Klass	M30	
Klass-Plac	1	Placering i klassen
Nettotid	2.07.02	Sluttid
Bruttotid	2.07.03	Tid startskott-målgång
Halv1	1.03.30	Tid efter halva loppet
Halv2	1.03.32	Tiden på andra halvan
10 km	29.30	Tiden efter 10 km
20 km	58.04	Tiden efter 20 km
20 km / varv	29.44	Tid mellan 10-20 km
30 km	1.29.08	Tiden efter 30 km
30 km / varv	29.50	Tid mellan 20-30 km
40 km	159.06	Tiden efter 40 km
40 km / varv	29.30	Tid mellan 30-40 km

HÖJDARE I - Hultsfred Ultra

En rejäl höjdare fick vi som antog utmaningen att springa 100 km i Hultsfred den 9 september vara med om. Inte så att banan var kuperad - tvärt om. En arrangörmässigt var loppet mycket nära en fullträff.

Efter två år i Bälunge med formidabelt prisbord och idel entusiastiska funktionärer men också praktiskt taget ren asfalt såg jag fram emot vad Hultsfred med sin övergång till en stor andel grus skulle kunna prelera. Med Kurt Gustavsson vid rodret förstod man att något extra var på gång.

Det myckna gruset var en klar fördel, åtminstone tyckte jag det. Banan gick i 8-form. Med matkontroll i mitten och vätskekontroller vid 8:ans ändpunkter blev ingen delsträcka längre än så där 2,5 km. Tio åttor fick vi avverka. Vi sprang på en mycket omväxlande bana. Bondgårdar, asfaltgator, vatteny och skogspartier i en härlig blandning. Och uppmärksammade vid matkontrollen blev alla. Inlämna-

de meritlistor hjälpte speakern, som naturligtvis hette Kurt.

Kilometeris med marschaller

Vi som var sena fick uppleva något unikt. Arrangörerna hade förutsett att de sista skulle komma att löpa i skymning eller mörker. Följaktligen var marschaller utplacerade runt en hel slinga där inte gatulus fanns. Och på upploppet dubbla rader. Ett oförlömligt minne. Vid den efterföljande festmåltiden delades pokaler med färdiggraverat namn och tid ut. Ännu en fullträff.

Inofficiellt SM?

Kurt & Co funderar nu på om man kan få nästa års Hultsfreds Ultra utnämnd till inofficiellt SM för att

året därpå ta bort den inofficiella beteckningen. Det vore naturligtvis en höjdare till. Och fler löpare skulle dyka upp, inte minst av elitklass. Men lyckas det inte så kan jag lugnt ändå rekommendera Hultsfreds Ultra. Bättre arrangemang är svårt att finna. Nu återstår det emellertid två frågor:

- Varför gör man inte större reklam för loppet (liksom de allra flesta andra lopp)? Det finns mycket att göra med mycket små medel för att locka fler till ett ultraäventyr.
- Hur länge skall den där 65-åringen (red: dvs vår rapportör) få härja i det äldsta skiktet? Det måste finnas många som kan slå honom!

Sune Hjalmarsson

Långa sträckor ute i Europa

Vårt distriktsombud på Gotland, Björn Jungnelius, har varit ute i Europa och sprungit ultralopp och rapporterar här om sina vedermödor.

Likhet med många andra upptäckte också jag min odödlighet vid uppnådda 40 år och för att övergå från att vara "periodare" till att bli mer regelbunden motionär skickade jag en kall novemberkväll 1988 in min anmälan till *Stockholm Marathon*. Efter 6 månaders konsekvent och målinriktad träning genomfördes loppet helt enligt planerna med 1 minut till godo till den uppgjorda tiden på 3.20. Fem år och tio maror senare kände jag för något nytt, och efter att ha funderat på ultralopp i ett halvår ställde jag sommaren -89 upp i *Bälingsloppet*. Efter knappa 7 mil sade benen ifrån, men trots detta fick jag mersmak. Några månader senare lyckades jag genomföra *Troll-loppet* i Bergen, 100 km på 9 timmar blankt.

Kjell Ove Skoglund, veteran inom svensk ultralöpning och medtävlare i loppet, uppmuntrade mig att fortsätta med ultralöpning. Vi träffades en underbar majdag i Basel i år vid Sri Chinmoy 12/24



Björn Jungnelius, under 24-timmarsloppet i Niort.

timmarsultramarathon. KJELL OVE som deltagare i 24 timmarsloppet och jag själv på halva distansen. Bättre tränad än någonsin lyckades jag genomföra loppet planenligt och uppnådde målet på 130 km så när som på några hundra meter vilket räckte till en tredje plats. Dessvärre gick det sämre för alla övriga nordbor.

Start ibland mellaneuropeer

Stärkt av framgången kände jag mig nu mogen för att pröva ett 24 tim lopp. Öppna tjeckiska ultramästerskapen i *Pilsen* passade bäst i tid och i slutet av juli stod jag en morgon bland tjecker, tyskar, fransmän och andra mellaneuropeer på startlinjen till en kilometerlång oval runt *Rapid Pilzn Policie* sportklubb's idrottsanläggning med Skodaverkens skorstenar märkbart nära. Dessvärre råkade denna dag vara årets varmaste och säkert fuktigaste, + 34°C.

Redan efter några km övergav jag klokt nog min förhoppning om att uppnå 200 km och lyckades att inte stressas av alla som redan den första timmen varvade mig. Trots intag av vatten och annan vätska varje km i små doser fick jag intorkningsymtom och tvingades gå långa stunder under em. Med mörkret kom så en utlovad åskfront och bjöd på ett magnifikt skådespel men dessvärre också ihållande regn och byig frisk vind under en stor del av natten.

Tältet som bortblåst

När det blåste som värst visade mitt tält tydliga tecken på att ge sig av och det tog mig närmare en halv-

timme att i mörkret hitta tältpinarna och resa det igen. Lyckligtvis blåste även värmen bort och jag återfick humör och krafter nog för att springa mig genom en stor del av det som återstod av deltagarfältet som nu närmast halverats. Dock hade värmen och vätan gått hårt åt mina fötter som blivit för stora för mina skor och priset blev stora blåsor under bägge fötter och 4 förloerade tånaglar. De sista 3-4 timmarna joggade eller gick jag bara så mycket som behövdes för att hålla min 3:e plats i mål, vilket lyckades. Vann gjorde en tjeckisk 2.15-maratonlöpare med i dessa sammanhang måttliga 210 km. Jag var förstas mycket nöjd med min placering och mina 192 km under de förhållanden som rådde.

Sri Chinmoy, Basel, 12 timmars 6-7 maj

1	Sandormusci	HUN	135.695
2	Jean-Claud Jamin	FRA	131.277
3	Björn E. Jungnelius	SWE	129.479
4	Eric Salathe	CH	117.347
5	Michael Misteli	CH	114.017
6	Jan Van De Hoek	HOL	108.928

30 startande

Öppna tjeckiska mästerskapen & Europe Cup. Pilsen 24 timmars 22-23 juli

1	Jaroslav Kocourek	TCH	210,259
2	Jiri Hofman	TCH	201,098
3	Björn Jungnelius	SWE	192,110
4	Otto Seilt	TCH	183,644
5	Frantisek Broz	TCH	182,457

20 fullföljande

Kvalitet viktigare än kvantitet

Själv har jag svårt att se meningen i att samla på en massa maratonlopp när detta blir den huvudsakliga målsättningen. Kvalitet tycks mig lika viktigt om inte viktigare än kvantitet enbart. Som småbarnsfar och med arbete som narkosläkare och oregelbundna arbetstider får jag dessutom ransonera

Vindelälvsloppet 26-29 juli 1995

Världstider i Vindelälvsloppet

När världsstjärnor uträttar storverk på jungfrulig mark blir det propaganda för sporten. Det är svårt att tänka sig att Alfred Schemweta just nu skulle vara mer populär i sitt hemland Tanzania än han är här i Västerbotten. I den 12:e upplagan av Vindelälvsloppet sprang Schemweta den näst snabbaste halvmaran någonsin på svensk mark, 1:03:00

Ake "Biten" Eriksson har det svenska rekordet på halvmaraton, 1:02:59. Men det är frågan om han skulle ha kunnat presterat den tiden på den kuperade öppningssträckan av Vindelälvsloppet, en kontrollmätt halvmaran. Vindelälvsloppet är en landsvägsstafett som sträcker sig över 4 dagar mellan Ammarnäs och Vännäs by. 35 mil och 24 sträckor. Stafetten inleds med en halvmaran och avslutas med en helmara. I den 12:e upplagan deltog 235 lag varav 13 i tävlingsklassen, 13 i damklassen och 209 i den öppna klassen.

Stenhård öppningsfart

Den 25-åriga Alfred Schemweta sprang i den öppna klassen för lag Hilding Holmqvist. När startskottet gick i Ammarnäs kunde inga

löpare matcha tanzanien Den ende som försökte hänga med i hans hårda öppningstempo var boråsaren Lars Andervang.

– Jag har aldrig sprungit snabbare, men kunde ändå inte hänga med, konstaterade Lars.

Tanzaniern verkade närmast oberörd av sitt höga tempo. Han höll kilometertider under 3 min.

– Jag försökte bara springa så fort som möjligt, som formtest inför Stockholmsloppet senare i sommar, sa Alfred.

Marathonsträckan Vindeln - Vännäs by

På marathonsträckan mellan Vindeln och slutmålet i Vännäsby var det länge en envig kamp mellan Per-Åke Sandström, Skellefteå IF, och Jan Lindblom, Hässelby. Efter

30 km hade Janne Lindblom plockat in de 39 sek försprång Sandström hade efter första sträckan. Kampen gällde segern i sista dags-etappen och den ville Skellefteå vinna.

Efter 35 km sa Per-Åke :s ben ifrån i den tryckande värmen och på dom sista 7 km tappade han 3 1/2 min till Janne som till sist segrade på 2:27:33 före Per-Åke på 2:31:34. Damklassen vanns av Agneta Lantto, Skellefteå IF, på 2:58:37.

Totalsegrade i herrarnas tävlingsklass blev Skellefteå IF och i damklassen Skellefteå AIK. Den öppna klassen vanns av SCA lag 2 på bästa lagtiden 19:31:06 över dom 35 milen.

Gunnar Falk

Gen.sekr Vindelälvsloppet

tävlandet och istället koncentrerat mig på några få tävlingar med högre målsättning. Som tur är har jag genom att gå ner till deltid kunnat balansera arbete, familjeliv och löpning på ett så tillfredsställande sätt att de existerar i harmoni med varandra, förutsättningen för att det skall fungera i längden.

Perfekt med minusgrader

Nästa tävling blev Niort, Frankrike som avslutade världscupen i 24-tim löpning, "Open Europe Cup". Ett starkt startfält med ca 100 star-

tande från 13 länder varav närmare 30-talet 200+ km:s löpare. För egen del gick allt perfekt. Det kalla något blåsiga vädret med minusgrader under natten passade mig perfekt. Efter en lugn första halva (12 tim - 118 km) avancerade jag under natten till en 3:e plats med ett helt koppel löpare strax efter. Dock lyckades jag hålla undan, mycket tack vare samarbete under 6 nattimmar med en av de bästa ryssarna, Enver Balabekov (personbästa på 258 km), som dessvärre bröt efter 18 tim. Jag hade en tjeck bara 200 m efter mig vid målskottet. Vann gjorde japanen ARITA, fjöl-

årets världstvåa, med vilken jag fick tillfälle att umgås en hel del samt prova min numera sällan praktiserade japanska, (jag bodde i ungdomen ett flertal år i Japan och lärde mig då språket).

Niort 24-timmars, Europe Cup. 4 nov

1	Seigi Arita	JAP	240,010 km
2	Alain Malleriaux	FRA	233,925 km
3	Björn Jungnelius	SWE	217,170 km
4	Jindrich Laky	TCH	216,970 km

81 fullföljande löpare

Björn Jungnelius

HÖJDARE II - Skogsmaran

I nr 1/95 försökte jag berätta om ett äventyr i Bohuslän - Skogsmaran. Här följer ett litet reportage från Ivar Fjeldbos andra försök att arrangera. Det blev en riktig höjdare - i dubbel mening.

Den 29 oktober träffades ett antal nära nog galningar i Bovallstrand för att se vad Ivar hittat på i år. Man kan bara lita på en sak. Inget för nybörjare! I fjol gick mycket på kryckor och blev därmed extra äventyrligt. I år var det raka motsatsen bortsett från terrängen som är tre gånger så svår som Lidingöloppet.

Vi startade t.o.m. i (nästan) rätt tid. Visserligen fick vi vänta några minuter på *Jesus Rodrigues*, som fått motorhaveri. Men, som något ljushuvud i startfältet framhöll: Jesus har vi väntat på i två tusen år så vi kan ge oss till tåls ett par minuter till. Dessutom var visst startklockan på villovägar. Det är inte så lätt att hitta i skogen!

Idel förbättringar

Men nu skall vi vara snälla. Starten är enda tillfället då man är samlade. Här haglar det utav mer eller mindre grova skämt och stämningen är på topp. Sedan får ju nästan alla så väldigt bråttom och spridningen blir stor.

Nu hade *Ivriga Ivar* lagt en trevarvsbana. Utomordentligt trevlig och omväxlande i vackra höstfärger. Vad sägs om klättring, Vi följde ett rejält rep som man måste hålla sig i för att inte falla tillbaka till botten, varpå backen fortsatte uppåt. Vilken höjdare! Men vilär ju ha klättrat i träden en gång och takterna satt åtminstone delvis i.

Snitsling, kilometermarkering och vätskekontroller var perfekt ordnade. Vilken skillnad mot i fjol. Segrartiden 3.38 är makalöst bra på denna bana. Men jag sätter nog ändå 5.09 främst. Presterad av *Allan Lindh* från Uddevalla. Allan är nämligen 70 år fyllda! Som gammal klubbkompis hade jag tänkt ge Allan en match men insåg i tid faran och försåg mig med en passande bortförklarande förkylning.

Nu återstår som alltid frågan om varför reklamen är så svag för ett så perfekt arrangemang. Det måste Ivar förbättra till nästa år. Det räcker inte med fakta. Man måste tala om vad man är särskilt bra på! 1996 skall jag f.ö. bland alla

alternativa klädesplagg ta med mig två plastpåsar - en till diplom och en till den färskklimmade medaljen. För jag kommer förstås i slutet som vanligt.

Tack till sist, Ivar & Co, för en riktig höjdare. Vi vill alla komma tillbaka nästa år!

Skogsmaran Bovallstrand 28 okt 1995

1	Lennart Hansson	DalsjöIK Framåt	3.38.24
2	Sten Karlsson	Uddevalla IS	3.41.47
3	Christer Bengtsson	Tjörn-Nösås	3.52.04
4	Frank Brodin	Solvikingarna	4.07.38
5	Jesus Rodriguez	Kungshamn IF	4.15.00
6	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	4.17.28
7	Olle Rundberg	Bovallstrands IF	4.18.00
8	Ragnar Hjärpe	Tjörn-Nösås	4.30.38
9	Allan Lindh	Uddevalla SK	5.09.13
10	Per Adolfsson	IK Ymer	5.38.35
11	Sune Hjalmarsson	Uddevalla SK	5.48.08
12	Conny Adolfsson	IK Ymer	5.55.51

Sune Hjalmarsson

Spring Maraton i Köpenhamn Copenhagen Marathon

Söndag den 19. maj 1996

Copenhagen Marathon avgörs 1996 söndagen den 19. maj. Loppet startar kl. 9.30 på Vester Voldgade vid Rådhuspladsen.

I Köpenhamn får du T-shirt, medalj, varm chokolat, honungskakor m.m., om du är i behov av det, när du har kommit i mål.

Dagen före loppet är det prisutdelning på Tivoli. Den börjar kl. 16.00 och det är gratis entré för löparna. Bestäm dig redan nu och sänd in kupongen till kansliet, så skickar vi inbjudan till dig så snart.

PS. Behöver du bra och billig övernattningsring CAB INN +45 31 21 04 00. Hotellet ligger 200m från Forum.

KUPONGEN SKICKAS TILL:

Copenhagen Marathon, Århusgade 85, DK-2100 Köpenhamn, Danmark Tlf. +45 35 26 69 00

Ja, jag vill ha en inbjudan till Copenhagen Marathon 1996

Namn _____

Adress _____

Postnr./by _____



Spring globalt!
res med

RUNNING WORLD WIDE

till loppen i:

London 21 april	4.500:-
Sevilla 25 februari – halvmara	4.800:-
Glasgow 18 augusti – halvmara	4.900:-
New York 3 november	6.850:-
Längre bort: Havanna 17 november även halvmara	11.900:-
Honolulu 8 december	11.900:-
Hong Kong 10 mars	12.600:-
Vietnam 20 januari även halvmara	12.800:-
Auckland 20 oktober även halvmara	16.800:-
Sydney 25 augusti	17.800:-

Privärda förlängningsmöjligheter • Boka tidigt! Även Grupp-rabatt!

Välkommen med en intresseanmälan eller ring för närmare information 08-742 32 30

Intresseanmälan sändes till
RWW • Box 27 • 135 21 Tyresö

Sänd mig inbjudan till loppet

.....

.....

Namn:

Adress

Post nr Ort

"Gusten" sprang sin 32:a mara

Lördagen den 11 nov genomförde jag, Gustav "Gusten" Gustavsson, min 32:a mara. Det är ju inte så mycket att skryta med, många som deltog hade ju hunnit med betydligt flera, men för min del var det åtta år sedan förra gången.

Då jag 1980 sprang Stockholm Marathon, var det tänkt som en engångsföreteelse, något som man gör en gång i livet. Av någon anledning blev det inte så. Den stora marathonvågen bröt ut och det fanns många lopp att välja på. Målsättningen blev så småningom att springa 'tillåtna' sex lopp per år, vilket också funkade under en tid.

Jag kände mig osårbar

Sällskapets standar för 25 lopp erövrades. Även om någon skada gärna uppträdde i stort sett varje år så kände jag mig osårbar. Några veckors vila för lättare skador hade snarast bara goda effekter, eftersom antalet träningsmil blev ganska många och kroppen ibland behövde vila.

Hälsenorna började krångla

Våren 1986 började hälsenorna krångla och efter Stockholm Marathon var det bara att inse att nu skulle det bli fråga om ett längre uppehåll. Upphållet blev ett år, med eviga försök att springa och ytterligare vila. På sommaren 1987 kändes det dock bättre och jag kunde genomföra Vintermaran, dåligt tränad och mest på rutin.

Förbättringen var dock tillfällig. Skadan ledde så småningom fram till operation av ena hälsenan på våren 1989. Då jag återupptog

träningen kändes hälsenan någorlunda bra, men efter någon tid uppträdde skador på div andra ställen.

Trenden bröts

På detta sätt har åren förflutit med eviga skador. Jag befann sig alltid i en uppbyggnadsfas och kom inte längre. Trenden bröts dock i år då jag har kunnat träna i stort sett hela tiden. Hela tiden har det legat i bakhuvudet att åter springa ett marathonlopp. Drömmen kunde jag förverkliga den 11 nov då jag genomförde Skarpnäck Marathon, 7,5 varv runt Skarpnäck. Visserligen långt från 3 tim, som förr. Eftersom jag närmar mig de 60 åren, så får jag väl acceptera nedgången.

Jag lyckades i alla fall genomföra min 32:a mara. Kan jag i fortsättningen springa 2 om året upp till jag 50 lopp år 2004. Kanske en målsättning.

GUSTAV 'Gusten' GUSTAVSSON
standar nr 131



Starten vid Åland Marathon.

Välorganiserat Åland Marathon

Åland Marathon avlöptes i år den 29 okt lika välorganiserat som tidigare. Vädret var mycket bra ur löparsynpunkt med några plusgrader, näst intill vindstilla och strålande sol.

Anders Edgren, vann herrklassen.



Detta år vanns damklassen av Ing-Marie Hjort-Hägglund, Fredrikshofs IF, som i sitt andra marathonlopp någonsin gjorde den utmärkta tiden 3.11.01. Med tanke på att hennes uppladdning bestod av dans med klubbkamraterna kvällen innan och en natt utan sömn bådär detta resultat gott för framtiden. Bra resultat gjorde även vår medlemssekreterare Birgitta Jarring med tiden 3.30.51, hennes bästa tid sedan 1989.

Herrklassen vanns av Anders Edgren, Enhörna IF, med tiden 2.24.22. Tvåa var klubbkamraten Mikael Jansson med tiden 2.32.55.

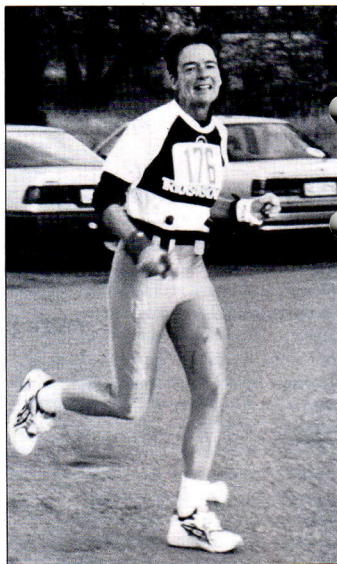
Idel svenskt bland de bästa i loppet. Totalt startade 142 deltagare och 137 löpare tog sig i mål där funktionärerna utdelade saft, bananer, öl ! mm.. Detta var ett ordentligt deltagarreord jämfört med förra som då det var 87 deltagare i detta trevliga lopp.

Text och foto: Sanne Hermelin

Ing-Marie Hjort-Hägglund, vann damklassen i Åland Marathon.



Birgitta Jarring gjorde också bra ifrån sig.



Maratonlopp i Norge 1996

Långt innan man har bestämt tävlingsdagar för de svenska maratonloppen är det norska tävlingsprogrammet för nästa år klart. Årets "höjdare" är Den Norske Maratonklubbs arrangemang av **Jubileumsmaraton** till minne av det första nordiska maratonloppet som ägde rum i Oslo för 100 år sedan. Detta var det fjärde maratonloppet i världen, så det är således inte bara Boston och Aten som firar 100-årsjubileum under året. Den historiska dagen är utsatt till **19 maj**.

Ytterligare upplysningar om dessa lopp kan fås genom undertecknad, som är svenskt kontaktombud för Sällskapet norska motsvarighet, Den Norske Maratonklubb.

En karta med datum och tävlingsplatser inriktade för samtliga nordiska maratonlopp kommer genom K-G. NYSTRÖM:s försorg att införas i ett kommande nummer av Marathonlöparen.

Jan Lind

Tävlingsprogrammet i övrigt ser ut som följer:

5 april	Påskemaraton 1	Meråker
6 april	Påskemaraton 2	Meråker
20 april	Rett Vest	Florø
4 maj	Ålesund Maraton	Ålesund
19 maj	Jubileumsmaraton	Vestby-Oslo
25 maj	Molde Maraton	Molde
25 maj	Hadeland Maraton	Vestre Gran
8 juni	Det Norske Fjellmaraton	Beitostøien
8 juni	Alstahaug Maraton	Tjøtta
22 juni	Bergen	Bergen Maraton
6 juli	Nordmarka Skogsmaraton	Oslo
6 juli	Midnight Sun Marathon	Tromsø
27 juli	Hornindalsvatnet Maraton	Hornindal
3 aug	Hadsel Maraton	Stokmarknes
3 aug	Hardangervidda Maraton	Geilo
10 aug	Kongsvinger Maraton	Kongsvinger
10 aug	Nordvest Maraton	Hareid
17 aug	Ringeriksmaraton	Ringerike
24 aug	Halden Maraton	Halden
1 sept	Mack Maraton	Tromsø
14 sept	Oslo Maraton	Oslo
5 okt.	Drammen Maraton	Drammen
19 okt	Stavanger Statoil Maraton	Stavanger
3 nov	Trolløpet 100 resp. 63 km	Bergen
17 nov	Jessheim Vintermaraton	Jessheim/
	Oslo	
21 dec	Adventmaraton	Meråker

Inställd Athenresa

Marathonsällskapets resa till Athen Marathon blev detta år tyvärr inställd. Orsaken till detta var att bokningarna av totalt antal flygstolar på charterplanet ner var ytterst få och Air Olympic ej kunde åka med ett näst intill tomt plan och de ställde därför in resan. I år hade arrangörerna av loppet senarelagt loppet, 5 nov, ca 3 veckor jämfört med tidigare. Detta innebär att nästan alla charterbolag avslutat sin säsong till Athen.

Jag tycker att det är mycket tråkigt att Sällskapet resa till Athen för första gången sedan 1977 fått ställas in. Jag har skrivit till arrangörerna av loppet och påpekat att det är att föredra att loppet går på sedvanlig tidpunkt, eftersom det är annars är svårt för oss nordbor att ta sig ner till Athen.

Det är min förhoppning att Marathonsällskapet skall kunna återuppta resan 1996.

Sanne Hermelin

5 aug 1995 Hardangervidda Marathon, NOR

Resultat

Vackert och varmt väder. Buss till starten. Banan startar på kalvfället, först ca 15 km slätt, därefter några km utför, andra halvan kuperad. Mycket vackert och trevligt. Resultatlistan var gjord med klassnummer utan ref till ålder, varför jag är något osäker på om resp klass är riktig. Utöver helmarathon fanns även halvmarathon och byrunda, några km. Lämpligt som semesteralternativ för hela familjen. Var själv där en hel vecka och vandrade före loppet.

Ferike Pastyh

M35	12	Roger Andersson	Spring Väst	3:29:02
M40	30	Ferike Pastyh	Täby LK	3:59:17
M40	34	Conny Adolffson	IK Ymer	4:32:57
M45	12	Lennart Skoog	Stavangerund	3:22:53
M50	21	Stig Söderström	Kvarnsveden	3:54:44
M65	2	Per Adolffson	IK Ymer	4:06:21
M65	3	Ingvar Lundberg	Gnosjö	4:18:31
M65	4	Sven Monander	Karlstad	4:21:40

(Tack! Ferike Pastyh för resultaten/red)

Unga flemingsbergare dominerade Vintermaran!

Torleif
Rekkebo,
Mats-Olof
och Owe
Olsson
samt Pon-
tus Ejder-
hamn fick
ta emot
Sällskapets
vandrings-
priser.



Det blev en klang- och jubelföreställning av det unga Flemingsbergsgaraget när den 33:e Vintermaran avgjordes i Luleå den 28 oktober.

Robert Söderman tog snabbt hand om ledningen och behöll denna i två varv (28 km), då *Hans Schultz* gick upp i täten, men inte heller han kunde hålla undan utan fick ge sig för *Pontus Ejderhamn* och även *Torleif Andersén*. Samtliga representerar Flemingsbergs IF och genom att *Bengt Otterström* gick in på en fjärdeplats så erövrade Stockholmsklubben de fem främsta placeringarna i seniorklassen. Suveränt!

Pontus, som vann årets tävling, satte personligt rekord i Beijing två veckor tidigare, och nu förbättrade han detta med ytterligare 20 sekunder. Blott 25-årige *Torleif* är ett verkligt löfte för svensk maratonlöpnig, om han tränar och tävlar förståndigt och chansen finns onekligen med *Micke Hill* som rådgivare.

Owe Olsson och *Bosse Nyström* var de enda som kunde matcha kvintetten från Flemingsberg och de placerade sig till slut på en total fjärde resp. femte plats. *Owe* tog sin andra inteckning i Sällskapets vandringsprisi 40-årsklassen, medan storebror *Mats-Olof* fick sin första inteckning i 50-årspokalen.

Pokalen i 60-årsklassen hade "vandrart" sedan 1989 och ställning-

en före årets tävling var den att *Sigurd Falk* ledde med 20 poäng, medan *Torleif Rekkebo*, med två tidigare segrar, hade 14 poäng. Reglerna säger att den löpare som först uppnår 21 poäng erövrar vandringspriset för alltid, men med tillägget om flera löpare uppnår 21 poäng i samma tävling tillfaller vandringspriset den löpare som har den högsta poängsumman efter att tävlingen avslutats."

Torleif gick som vanligt i mål som överlägsen segrare i 60-årsklassen och spänningen var stor om *Sigurd* skulle placera sig bland de fem främsta och därmed erövrade två eller flera poäng och ta hem vandringspriset. Mycket riktigt, en femteplacering för *Sigurd Falk* gav till resultat att pokalen var hans för alltid. Själv var *Sigurd* tveksam till detta sätt att räkna och meddelade omgående att han ville att vandringspriset skulle tillfalla norrmannen och på hans inrådan fick *Torleif Rekkebo* mottaga detta vid prisutdelningen! Heders *Sigurd* och grattis *Torleif*!

Liksom föregående två år har arrangörsföreningen Luleå LDK all heder av sitt arrangemang, men precis som för två år sedan kunde undertecknad konstatera att det fanns åtminstone ett ställe på banan, där det var lätt att springa fel.

Även om snitslingen var bra, så borde man ha placerat en flaggvakt i denna vägkorsning, där man till sin överraskning skulle vika av från den större parkvägen. Detta eftersom det är frågan om ett maratonlopp och inte ett terränglopp! Flera löpare tappade värdefulla sekunder här.

F.ö. finns ingenting att anmärka mot arrangemanget, tvärtom, medalj runt halsen, varma duschar, bastu och massor med korvmackor, som funktionärsfruarna iordningställt, och ett välfyllt prisbord är saker som värdesätts av hungriga och trötta löpare!

Tack för dessa tre vintermaror, *Henry* och Luleå LDK!

Jan Lind

Torleif och Pontus, här vid 23 km, jagar sina klubbkamrater Robert och Hans.



Napa Valley - Loppet genom vinodlingar

*Richard Kingstad,
Spårvägen FK, se-
mestrade i våras i
Kalifornien och pas-
sade på att springa
ett maratonlopp norr
om San Francisco.
Han delar här med
sig av sina upplevel-
ser från loppet.*

Efter det att jag har rest runt i USA några månader befann jag mig den 5:e mars i år på startlinjen till det 15:e Napa Valley Marathon. Dagen innan hade jag i den lokala tidningen läst en artikel om den årliga senapsfestivalen som genomförs utanför San Francisco och som avslutas med ett maratonlopp. Där stod att banan är en av USA:s vackraste. Den slingrar sig genom vindsträckt Napa Valley, från vingård till vingård. Detta tyckte jag verkade lockande så jag bestämde mig för att ta den lokala Greyhound-bussen de 7 milen från San Francisco norrut till Napa. På bussen träffade jag andra löpare som var ute i samma ärende och som varit där tidigare, vilket gjorde att jag snabbt och smidigt hamnade på nummerlappsutdelningen. För ca 200 kr gick det bra att efteranmäla sig. Då ingick uppladningsparty.

Cheesecake och muffins

Uppladningspartyet bestod liksom i Sverige av en pastabuffé som huvudrätt. Till dessert bjöds en rad amerikanska specialiteter som t.ex. cheesecake och muffins. Under midnatten träffade jag några 'gamla räv' som genomfört loppet ett antal gånger och gladeligen delade med sig av sina erfarenheter. En herre i 50-års åldern från Reno, USA, vars favoritsysselsättning är 100-miles lopp, tyckte detta var en lagom genomkörare inför kommande längre strapatser. Han återkommer årligen till loppet för den fina och lättlöpta banans skull, samt den trevliga stämningen. Tävlingsdagen vaknade jag kl 4 för starten gick kl 7.

Linimentdoftande skolbussar

Allt var mycket välplanerat vid start 40 km från Napa. Gamla gulfärgade skolbussar användes för transport till start. Jag halvsvo i den linimentdoftande bussen. Solen gick upp samtidigt som 1500 löpare laddade upp. Kl 7 släpptes vi iväg. Från start gick banan längs en asfalterad bilväg kallad 'Silverado Trail'. Luften var syrerik. Hög luftfuktighet.

Vingård efter vingård passerades

Det gick lätt i början och det kändes som om jag flög fram genom det

otroligt sköna och gröna vinlandskapet där vindruvorna den här tiden på året låg och 'vilade' inför blomningen till sommaren. Vingård efter vingård passerades och nyvakna vinodlare gnuggade ögonen för att se vad som passerade likt ett lemmeltåg utanför deras gårdar. Jag öppnade snabbt och låg efter 10 km på 3:e plats vilket gjorde att jag saktade ner. Halva loppet passerades av täten på 1.08. Halvvägs började långdragna uppförsbackar dyka upp vilka var svåra att urskilja på banskissen. Backarna kändes i benen och temperaturen steg. Jag föll tillbaka i fältet. Då beslöt jag mig för att njuta av omgivningarna. Jag stannade vid vätskekontrollerna och pratade. Vi passerade huset där TV-serien 'Falcon Crest' spelades in.

När herrsegraren, en barten-der från San Francisco, gick i mål på 2.26 hade jag fortfarande några sevärda och oförglömliga miles kvar. Det var skönt att inte stressa mot klockan, vilket gav mig ett nytt perspektiv på löpning. Strax före kl 10 passerade jag mållinjen många upplevelser och intryck rikare. Alla löpare fick medalj, t-shirt och inbjudan till en avslutningsfest. Jag stannade kvar några dagar för att närmare bekanta mig med vingårdarna man sprungit förbi, vilket gav ett minne för livet.

*Richard Kingstad
elitlöpare i Spårvägen FK*

Komplettering Copenhagen Marathon 950521

Två av våra medlemmar har meddelat att de saknar sina namn i den resultatlista som vi publicerade i julinumret; dels *Kristina Härfstrand* (ny medlem från GF Idrott), som med tiden 4.00.15 kom på 15:e plats

i K50, dels *Jan-Eric Månsson*, som till sin stora förvåning ser att hans saknas i listan som 191:e man i M50 med tiden 4.23.05. (Enl. Politikens resultatlista, som är den enda officiella, läser vi namnet *Palle Quist* på denna

tid och placering). Vitackar både *Kristina* och *Jan-Eric* för dessa påpekanden.

I M35 har vi dessutom en rättelse: Tiden för *Björn Mårtensson* med placering 363 skall vara 4.12.15.

Resultat

Vintermarathon Luleå 28 okt 1995

Tävlingsledare: Harry Granlund

Banmätare: Jan Åström

Väder: +2C sol frisk nordlig vind

Arr: Luleå LDK

Sen	1	Pontus Ejderhamn	Flemingsbergs SK	2:38:32
	2	Torleif Andresen	Flemingsbergs SK	2:39:32
	3	Hans Schultz	Flemingsbergs SK	2:45:08
	4	Bernt Otterström	Flemingsbergs SK	2:45:30
	5	Robert Söderman	Flemingsbergs SK	2:50:31
	6	Niklas Grip	Högskolans IF	3:03:12
	7	Eyob Kiflemaryam	Skellefteå AIK	3:08:11
	8	Rolf Svanö	Kalix LK	3:15:14
	9	Stefan Senling	Luleå LDK	3:15:43
	10	Mikael Ronnle	Luleå LDK	3:15:43
	11	Terence Fell	Bodens SK	3:19:44
	12	Tom Petersen	Nobel Aktiv	3:36:46
	13	Hans Hökfors	Luleå LDK	3:57:08

M35	1	Tony Hedlund	Luleå LDK	3:44:56
	2	Lars Eriksson	Hellys RC	3:54:54

M40	1	Trods Michelsen	NOR	3:00:44
	2	Leif Artbäck	Luleå LDK	3:07:47
	3	Leif Hultman	Jalles TC	3:08:31
	4	Marek Perlinski	Jalles TC	3:28:53

M45	1	Owe Olsson	Kvarnsvedens FIK	2:48:00
	2	Bo Nyström	Tväråselets IF	2:48:54
	3	Kjell Lundberg	Luleå LDK	3:02:42
	4	Mauri Niva	Luleå LDK	3:15:00
	5	Leif Strömback	Bodens SK	3:37:52
	6	Roger Nordin	Lycksele LDK	3:46:44
	7	Ivan Forsgren	Jalles TC	3:49:29
	8	Bo Holmberg	Skellefteå AIK	3:54:18

M50	1	Mats-Olof Olsson	Kvarnsvedens FIK	3:13:56
	2	Bengt Thylander	Bodens SK	4:04:48
	3	Stig Söderström	Kvarnsvedens FIK	4:09:44
	4	Rune Larsson	NOR	4:10:06
	5	Allan Rattama	Skellefteå AIK	4:10:38

M55	1	Åke Jansson	Uppsala LK	3:15:04
	2	Sven Johansson	Vindeln	3:47:17
	3	Hans Ahlsvd	FIN	3:49:00
	4	Arto Hietala	FIN	3:49:32

M60	1	Torleif Rekkebo	NOR	3:14:38
	2	Folke Magnusson	Luleå LDK	3:33:35
	3	Örjan Nordmark	Bodens SK	3:51:50
	4	Sture Carlström	Norabygdens IK	3:56:46

M65	1	Sigurd Falk	IFK Hedemora	3:59:10
	2	Bengt Arenvall	Luleå LDK	4:13:36
	42	fullföljde		

Lag	1	Flemingsbergs SK	13:39:13
	2	Luleå LDK	15:56:55

Säffle Maraton 12 aug 1995

Tävlingsledare: Tage Söjemo

Banmätare: Kauko Kaikkonen

Väder: +25C

Arr: Säffle SK

MSen	1	Sture Åhs	Säffle Fridrott	2:50:10
	2	Tomas Hagstrand	SISU Forshaga	3:03:51
	3	Benny Flodin	SISU Forshaga	3:09:33
	4	Mats Hamnerin	Stora Kvarnsveden	3:13:10
	5	Leif Högborg	Pripps IF	3:14:12
	6	Hans Therkelsen	DEN	3:15:19
	7	Peter Estell	IFK Mora	3:17:28
	8	Jonas Andersson	Karlstad Löparklubb	3:18:41
	9	Erik Östman	Hedemora	3:19:53

10	Raimo Palokangas	Gruvöns Sägverk	3:22:53
11	Jens Walles	Kupolens LK	3:27:49
12	Bo Johansson	Stora Nymölla	3:28:07
13	Lennart Jonsson	Ekshärad Friid.	3:28:11
14	Ronny Bätz	Trollhättans IF	3:29:04
15	Poul Ganer	DEN	3:33:38
16	Magnus Mossberg	Kopparbergs IF	3:40:07
17	Benny Olofsson	IF Skattmasarna	3:41:26
18	Jan-Erik Ullström	Säffle	3:42:11
19	Rolf Ottersten	Nol	3:48:41
20	Gunnar Löfberg	Hagfors	3:50:37
21	Bertil Danielsson	Stora Kraft	3:54:19
22	Glas-Göran Späles	Gustafs	3:54:40
23	Christer Högborg	Luffarfsverket	3:55:41
24	Tommy Oskarsson	IFK Kristinehamn	3:58:14
25	Hans Söderström	IF Skattkärr	3:59:16
26	Torbjörn Ottersten	Nol	4:08:47
27	Kjell Svensson	IF Göta	4:08:56
28	Anders Radesjö	Karlskoga	4:09:19
29	Benny Skoog	Gbg's Tullens IF	4:09:21
30	Göran Remborg	S-E-Banken	4:10:24
31	Conny Abrahamsson	Hässelby SK	4:13:06
32	Ferike Pasthy	Täby LK	4:13:41
33	Stellan Herberstson	IK Bergaström	4:15:22
34	Per-Göran Olsson	Luffarfsverket	4:17:55
35	Christer Szczepanski	Säffle	4:21:36
36	Arne Erikson	NOR	4:29:50
37	Sune Hjalmarsson	Uddevalle SK	4:32:55
38	Rune Lindström	Källbottens IK	4:44:08
39	Sten-Åke Rosendahl	AK20-Nobel	4:56:07
40	Nils Rogne	Säffle	4:59:29
41	Joakim Gustafsson	Saab Korpen	5:03:13
42	Tommy Larsson	Eskilsåters IF	5:09:06
43	Mats Olsson	Eskilsåters IF	5:09:06
44	Kerth Lindström	S-E-Banken	5:26:33

KSen	1	Monika Udd	Örebro AIK	3:59:05
------	---	------------	------------	---------

Oslo Maraton 9 sept 1995

MSen	1	Göer Glöersen	NOR	2:36:47
	17	Jonas Brunzell	KFUM Arvika	2:57:53
	27	Kerth Jansson	3:04:22	
	59	Stefan Johansson	3:21:36	
	63	Henrik Petersson	3:22:37	
	82	Johan Schenning	3:27:35	
	100	Jan Karlsson	Strömstors IK	3:33:45
	110	Jan Olof Svensson	3:38:07	
	167	Joakim Allquist	3:57:12	
	172	Nicklas Fridén	3:58:25	
	182	Johan Gustafsson	4:02:14	
	203	Stefan Johansson	4:30:22	

KSen	1	Gry Wilhelmson	NOR	3:09:13
	11	Malin Andersson	4:18:01	

K30	1	Ann Sissel Vehus	NOR	3:05:46
	12	Kristina Grunerwald	3:47:09	
	19	Britta Holmgren	4:06:28	
	21	Ellinor Ången	4:07:13	

M30	1	Helge Dolsvåg	NOR	2:23:23
	8	Rolf Johansson	2:44:49	
	36	Gunnar Skagelund	2:57:03	
	49	Mats-Göran Petsson	3:01:35	
	73	Lasse Övarnström	Råby-Rekarne	3:06:55
	77	Christer Jansson	3:07:28	
	79	Jari Heikkinen	Strömstorp	3:08:25
	83	Roberg Alnebring	3:10:17	
	101	Conny Karlsson	Vänersborg	3:15:10
	102	Henric Gartz	3:15:17	
	162	Jan-Erik Ullström	3:26:34	
	164	Per-Ola Jonsson	3:26:42	
	166	Richard Karlsson	3:27:23	
	167	Magnus Lindell	3:27:37	
	188	Peter Adolfsson	3:32:58	
	198	Håkan Jonsson	Falkenberg	3:34:51
	250	Peter Marklund	3:48:14	
	258	Kent Åke Eriksson	Jössefors	3:47:58
	266	Clas-Åke Westin	3:52:52	
	274	Sven Klemm	OK Gyngre	3:54:40
	275	Christer Olsson	Vänersborg	3:54:41
	288	Magnus Holm	Friskis & Svettis	3:57:16
	311	Lars Gyllenbrink	4:07:46	
	329	Robin Bränders	4:16:59	
	330	Klas Gustavsson	4:17:10	
	334	Jan Marklund	4:23:02	
	335	Pär Bratt	Vänersborg	4:24:33

K40	1	Bodil Sandvik	NOR	3:04:31
	9	Rauni Järnström	3:39:37	
M40	1	Mons Bale	NOR	2:33:28
	32	Lars Magnus Larsson	3:06:36	
	36	Tommy Lindholm	3:07:49	
	41	Olov Martinsson	Vänersborg	3:09:50
	82	Bror Wahlsten	Fredrikshof	3:27:19
	96	Francois Dommange	3:31:14	
	106	Bengt Persson	Jössefors IK	3:35:04
	125	Göran Svenson	3:39:13	
	127	Stefan Karlsson	3:39:55	
	158	Stig Brantålg	3:53:49	
	189	Nils-Olof Karlsson	Vänersborg	4:17:09
	197	Paul Nordberg	Vänersborg	4:30:50
K45	1	Karin Nordlund	Falkenberg	3:15:00
	6	Mona Lindh	3:35:47	
M45	1	Gunnar Pedersen	NOR	2:37:08
	26	Kar-Erik Härmälä	Osthammars IF	3:09:41
	27	Bo Semmelhack	3:09:56	
	36	Göran Önnertby	Anderstorp	3:12:09
	65	Bengt Winterdahl	Borlänge	3:21:36
	68	Birger Höglund	IK Jöröbänningarna	3:27:17
	110	Ole Abinsson	Flyinge RF	3:35:52
	134	Håkan Petersson	3:44:36	
	159	Jan Johansson	3:51:30	
	166	Nils-Olof Björnsson	Heleneholm	3:55:11
	172	Aif Nilsson	3:59:17	
	180	Åke Rondin	4:04:34	
	191	Stig Staffansson	4:09:00	
	199	Jonny Karlsson	4:17:23	
	211	Thomas Johansson	4:30:41	

K50	1	Vera Nystad	NOR	3:24:55
	8	Kristina Härstrand	3:59:49	
	9	Siv Hansson	4:03:29	

M50	1	Oddvar Hausken	NOR	2:38:31
	13	Anders Hansson	Råby-Rekarne FIF	3:03:04
	22	Jörgen Kentze	3:10:43	
	78	Halldan Mustad	IK Stern	3:37:21
	96	Jörn Hårfstrand	3:44:52	
	99	Leif Fahlander	3:46:08	
	130	Leif Eriksson	SLK Oxelösund	4:13:11
	138	Lennart Hermansson	4:28:12	
	144	Björn Bäckström	Stihl Road Runners	4:37:52

K55	1	Kari Westhagen	NOR	3:41:42
	5	Margareta Lundqvist	5:02:48	

M55	1	Arne Øvrebo	NOR	2:52:43
	6	Åke Jansson	Uppsala LK	3:10:19
	13	Ove Engman	Elvans IF	3:19:00
	29	Gert Johansson	Falkenberg RR	3:39:47
	34	Sigurd Ryndal	3:41:18	
	57	Bertil Carlsson	3:59:11	
	66	Carl Johan Bratt	4:11:50	
	67	Benny Johansson	4:14:16	
	71	Stig Magnell	4:24:21	
	77	Klas-Gunnar Appel	SLK Oxelösund	5:12:06

M60	1	Torleif Rekkebo	NOR	3:01:55
	3	Ingvar Lundås	3:06:06	

M65	1	Hans Rostad	NOR	3:07:48
	5	Sigurd Falk	Hedemora IFK	3:43:59

M70	1	Morten Lossius	NOR	3:46:28
	3	Sverre Nilsen	Ludvika	3:50:04
		(1 433 fullföljde varav 92 svenskar)		

15:e Helsingfors Marathon 29 juli 1995

MSen	1	Tesfaye Bekele	ETH	2:16:59
	48	Lars Utter	2:58:38	
	59	Rolf Johansson	3:01:06	
	127	Dag Nilsson	3:13:01	
	151	Kari Leskelä	3:15:54	
	174	Jarmo Julhola	3:19:08	
	225	Guy Utter	3:25:31	
	318	Ingemar Frostmyr	3:33:48	
	321	Leif Hirvelä	3:34:02	
	342	Lennart Zakrisson	3:35:09	

361	Per-Ola Jonsson	3:36:52
635	Antti Äijö	3:56:00
693	Mikael Holmgren	3:58:42
1052	Peter Persson	4:28:57
1095	Per Johansson	4:33:03
1266	John Evenden	4:54:09
1282	Erkki Tuokko	4:56:29

M40	1	Håkan Löfgren, FIN	2:37:15
	8	Peter Jansson	2:49:36
	13	Tauno Myllymäki	2:53:59
	67	Curt Sandberg	3:18:28
	76	Kurt Sätterström	3:20:51
	83	Esko Hindikka	3:22:05
	132	Kjell Gustavsson	3:30:46
	145	Clas-Erik Slott	3:32:56
	227	Anders Renlund	3:41:08
	236	Jorma Pitkanen	3:42:46
	244	Anders Rehnman	3:43:26
	287	Sven Barthel	3:48:08
	308	Lars-Gö Ehnström	3:49:45
	456	Kari Sillanpää	4:06:01
	578	Ivan Drozibob	4:19:24
	596	Alf Brodin	4:21:43
	650	Heikki Hiekkä	4:27:44
	702	Stefan Karlsson	4:34:54
	749	Eero Sokka	4:41:30
	896	Leif Söderling	5:17:59
	917	Bengt Larsson	5:32:28

M50	1	Pavlo Kettunen, FIN	2:48:07
	5	Kari Keija	3:03:41
	113	Lenart Nilsson	3:51:30
	117	Bengt Rydström	3:51:54
	129	Ove Engman	3:54:57
	198	Leo Raitonen	4:10:14
	245	Ewert Hammarsson	4:23:06
	251	Sten Örtengren	4:24:15
	325	Per-Ove Hvittfeldt	4:43:48
	331	Bo Johansson	4:47:10
	333	Risto Tervämäki	4:47:40
	389	Urban Persson	5:13:43

M60	1	Pekka Rötty, FIN	3:10:36
	44	Ole Bromark	4:34:07
	81	Karl-Gö Bergvall	5:21:37

KSen	1	Roza Vladimirova, RUS	2:54:03
	15	Carina Olofin	3:40:05

K35	1	Marita Yli-Ikka, FIN	3:02:31
	143	Marjo Sokka	4:55:35
	160	Marita Norman	5:15:46

K45	1	Seija Vidlund, FIN	3:22:59
	14	Britta Berg	3:57:23
	91	Marianne Linse	5:00:49

(54 svenskar, totalt 244 uttänningar från 29 nationer)

Klass	Anm	I mål
KSen1	743	1 394
M40	101	918
M50	507	424
M60	113	90
KSen	226	162
K35	213	165
K45	143	120
	4046	3 273

Valencia Marathon 5 feb 1995

Ny Intressant tävlingsform

När den 15:e upplagan av Valencia Marathon avgjordes i vintras testades en ny och intressant tävlingsform. Olika former av åldershandikapp har provats tidigare, men detta var första gången som de olika åldersklasserna i ett lopp har haft olika starttider. Starttiderna grundades på världsrekordtiderna i resp klasser. Tävlingsklockan sattes igång när sista grup-

pen startade och ordningsföljden i mål bestämde resultatlistan. Starttiderna var enl följande:

Tid	Klass
8.30.00	K60+
8.46.46	K50-54
8.52.51	K45-49
8.58.06	K40-44
9.03.05	K35-39
9.05.15	K18-34
8.32.45	M70+
8.42.22	M65-69
8.50.42	M60-64
8.58.06	M55-59
9.03.58	M50-54
9.08.51	M45-49
9.13.12	M40-44
9.17.09	M35-39
9.18.55	M18-34

Enl *Ulf Andersson*, Hässelby (tid 2:35) som var en av två svenska deltagare var det god ordning vid starterna och tiderna hölls exakt. Det blev en spännande tävling där 70-åriga amerikanen *Johan Keston* var på väg mot seger och nytt världs-bästa i sin klass (3.01.14), men tröttnade på slutkilometerna då temperaturerna stigit till 24 grader. 800m före mål passerades han av den 41-åriga ryssen *Jurij Michailov* som blev den historiska segraren. På 3:e plats kom 31-åriga Boråslöparen *Lars Andervang* som var loppets snabbaste löpare. Loppet blev en stor succé och arrangeras i samma form 1996. Startfältet är begränsat till 2 500 löpare, vilket är lagom. Som alltid finns det förlorare, i detta fall de som är äldre i respektive klasser. Den 59-åriga spanjor som kom fyra hade tjänat drygt 7 min och vunnit loppet om han varit ett år äldre. Men det skulle vara praktiskt omöjligt att ha skilda starttider för varje klass.

1	Jurij Michailov	RUS	M40	2:41:55	(2:20.38)
2	John Ketton	USA	M70	2:16:40	(3:02.50)
3	Lars Andervang	SWE	M18	2:19:20	(2:19.20)
4	Manuel Rosares	ESP	M55	2:21:43	(2:42.32)
17	Valentina Liachova	RUS	K35	2:30:44	(2:46.34)

Nästa års lopp går söndagen den 4 februari. Anmälningstiden går ut den 23 januari. För inf och anmälan: S.D Corracminos Pintor Perito 10-7 460 10 Valencia Spanien

Birger Fält

New York City Marathon 12 nov 1995

I ett kylskaget, +4C, och blåsigt New York avgjordes årets maratonlopp. Efter en hård kamp på upploppet vann mexicanen *German Silva* före engelsmannen

Paul Evans. Kenyanskan *Tegla Loroupe* gjorde som *Grete Weitz* brukade göra, vann först Lidingöloppet och sedan NY marathon i ohotad stil.

MSen	1	German Silva	MEX	2:11:00
	2	Paul Evans	ENG	2:11:04
	3	William Koech	KEN	2:11:18

KSen	1	Tegla Loroupe	KEN	2:28:06
	2	Manuela Machado	POR	2:30:37
	3	Lieve Siegers	BEL	2:32:08

Vi återkommer med svenska resultat i ett kommande nummer.

Skarpnäck Marathon 11 nov 1995

Tävlingsledare: Gösta Johansson, Henrik Hallkvist, Jan Paraniak
Bammätare: Lennart Bresky
Väder: +3C vid starten, under tävlingen -2C

Arr:IFK Strängnäs

MSen	1	Torbjörn Niklasson	Flemingsbergs SK	2:47.11
	2	Patrik Karlsson	CAP Programator	2:58.55
	3	Mikael Bränn	Skellefteå IF	3:02.59
	4	Birger Fält	Bollnäs FIK	3:05.21
	5	Staffan Lundblad	Sundsvall	3:23.43
	6	Frans Bodvredault	Stockholm	3:28.26
	7	Rune Stjernström	SK Flås	3:35.10
	8	Krister Stöckenstam	Eskestuna	4:22.56
M35	1	Tommy Sjöström	Kvarnsveden	2:50.47
	2	Mats Hammerin	Kupolen	3:01.27
	3	Mats Allaskog	Kista	3:06.07
	4	Mikael Leitner	Enköping	3:08.58
	5	Bengt Göransson	Falun	3:09.09
	6	Erik Tyksind	Bollnäs FIK	3:15.21
	7	Lars-Göran Berggren	Flemmingsberg	3:18.03
	8	Lasse Övarnström	Räby Rekarne	3:23.17
	9	Hans-Göran Göransson		3:50.28
	10	Staffan Gagneid	Äsrennarne	3:58.18
	11	Lasse Karlsson	SSIF	4:00.45
	12	Christer Ohlsson	Värnersborg	4:09.14
M40	1	Anders Gyllenius	Djurgårdens IF	3:04.54
	2	Lars-Gunnar Persson	Fredrikshofs IF	3:25.18
	3	Brian Nilsson	Sundbyberg	3:33.11
	4	Dan Norberg		3:37.28
	5	Markku Pihlajaniemi		3:42.42
	6	Göran Remborg	S-E-Banken	4:02.58
	7	Daniel v Berbekom	SPIK	4:28.02
	8	Conny Adolfsson	IK Ymer	4:39.29
M45	1	Håkan Palling	Tureberg	2:46.34
	2	Tage Winter	HAIK	2:53.12
	3	Göran Lenström	Hälsfreds LK	3:01.28
	4	Jan Holmgren	SLK Oxelösund	3:02.39
	5	Lars Boqvist	SLK Oxelösund	3:05.29
	6	Svante Mattsson	Edsbro	3:09.28
	7	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3:12.24
	8	Esko Hindikka	Astra IF	3:12.45
	9	Öyvind Zackow	Enhöra IF	3:13.40
	10	Birger Höglund	IK Jordbänningarna	3:37.34
	11	Göran Tillsius	Falköping	3:42.30
	12	Stig Mariédahl	Iggesunds SK	3:50.37
	13	Kent Svedberg	IK Jordbänningarna	3:51.50
	14	Hans Mannsten	FIN	4:00.29
	15	Erkki Honkanieniemi	FIN	4:01.48
	16	Nils-Gunnar Stedt	Linköping	4:04.36
	17	Dag Blixt	Linköping	4:04.59
	18	Lars Åkerman	Märsta	4:07.47
	19	Tuomo Vilminen	FIN	4:20.40
	20	Jan Ternhag	Res&Spring	4:31.40
M50	1	Göran Andersson	Enhöra IF	3:11.13
	2	Anders Hansson	Räby Rekarne	3:20.42
	3	Ippo Kettunen	Bålsta	3:27.47
	4	Jan Höjjer	Fredrikshofs IF	3:28.17
	5	Runo Dahlberg	IK Jordbänningarna	3:28.33
	6	Ulf Gustavsson	Vista IK	3:36.55
	7	Kim Nyberg	SRRC	3:37.41

8	Wans Wannehed	Östhammar	3.42.08
9	Wilhelm Juhl	Lidingö	3.42.50
10	Sture Bodare	Glanhammar	3.45.25
11	Mauri Volma	FIN	3.46.19
12	Kjell Åkesson	Växjö	3.52.26
13	Stig Söderström	Kvarnsveden	4.04.22
14	Leif Wängman	Iggesund SK	4.11.09
15	Gunnar Lillemägi	Älvängen	4.44.09
16	Kalevi Saukkonen	FIN	4.56.24
M55	1 Anders Lätman	Fredrikshofs IF	3.09.07
	2 Ove Engman	Elvans IF	3.21.27
	3 Lars Vinger	EK Viking	3.30.52
	4 K-G Nystrom	TV 88	3.50.39
	5 Reijo Kunttu	FIN	3.50.50
	6 Hans Ahved	FIN	3.53.22
	7 Thorsten Bergsten	Örebro AIK	3.56.50
	8 Bertil Larsson	IK Jordbänningarna	4.03.57
	9 Gustav Gustavsson	Pripps	4.06.11
	10 Roland Bodén	Täby LK	4.10.50
	11 Lennart Norén	Verdi	4.25.44
	12 Harry Björin	SRRC	4.29.40
M60	1 Torleif Røskilde	NOR	3.15.35
	2 Birger Forskelbo	Boo IF	3.33.40
M70	1 Martin Henriksson	Stockholm RRC	4.13.39
	2 Nils Larsson	IF Lindem	4.34.59
M75	1 Torsten Ståle	Fredrikshofs IF	4.11.37
K35	1 Stipa Munne	SLK Oxeölund	4.06.21
	2 Anne Margit Bygeland	NOR	4.31.40
K40	1 Ylva Ragne	Fredrikshofs IF	3.21.18
K50	1 Gudrun Fleetwood	Upsalla LK	3.20.37
	2 Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	3.52.48
	3 Ann-Britt Rönnerfjäll	Fredrikshofs IF	4.00.24
	4 Eva Brorsson	Växjö	4.51.32
	5 Kerstin Liljefjord	Ränås H	5.02.45
K55	1 Margareta Lundqvist	Mälårhöjden	5.25.20

14:e Åland Marathon 1995-10-29

IF Åland r.f./IFK Mariehamn r.f.
DM för Ålands idrottsdistrikt

Plac	Namn	Klubb/Ort	Tid	Kl/Pl
1	Edgren Anders-67	Enhöma IF/SWE	2.24.22	1/M
2	Jansson Mikael-71	Enhöma IF/SWE	2.32.55	2/M
3	Claesson Björn-51	SLK Oxeölund/SWE/2	3.00.00	1/M40
4	Harjamäki Sauli-58	HÄJYT	3.28.57	1/M35
5	Rantanen Jarkko	Helsingin Jyry	3.43.49	3/M
6	Eklund Thomas	Örebro AIK/SWE	2.44.50	4/M
7	Tennare Mikael-65	Ränås 4 H/SWE	2.45.12	5/M
8	Koivu Tapio	Äbo Ultra Löpare	2.48.53	2/M35
9	Aleberg Sören-57	Ockelbo LK/SWE	2.49.16	3/M35
10	Rönkvist Peter-74	Vallentuna FK/SWE	2.49.35	6/M
11	Rensala Reino-50	VSVU	2.50.31	1/M45
12	Robart Thomas-50	Flemingsberg/SWE	2.53.20	2/M45
13	Backman Bengt-47	Flemingsberg/SWE	2.53.28	3/M45
14	Eriksson Lars-48	Flemingsberg/SWE	2.54.15	4/M45
15	Sunneborn Staffan	Örebro AIK/SWE	2.54.22	7/M
16	Andersson Roger-55	IFK Sala/SWE	2.55.01	2/M40
17	Svensson Kjell	Örebro AIK/SWE	2.55.38	4/M35
18	Väisänen Sakari	VSVU	2.56.30	3/M40
19	Hammerlin Mats-60	Kupolen Löp./SWE	2.56.40	5/M35
20	Finnholm Bjørne-45	Flemingsberg/SWE	2.56.37	1/M50
21	Mattsson Svante-46	Edro/SWE	2.59.08	5/M45
22	Lindén Jan-58	Raumo	3.00.06	6/M35
23	Bourdon Alain-51	Rauman Triathlon C	3.00.20	4/M40
24	Jonsson Hans-53	Kupolen Löp.k./SWE/3	3.01.00	5/M40
25	Nordin Per-Olof	Söderhamns IF/SWE/3	3.01.51	6/M45
26	Berggren L-Göran	Flemingsberg/SWE	3.02.16	7/M35
27	Karjalainen Martti	Hämeenlinnan Hlsat	3.03.19	7/M45
28	Boudreau Frank-67	HÄJYT	3.03.32	8/M
29	Sjöblom Jan-Erik-48	SSIF Triathlon/SWE	3.03.46	9/M
30	Sjöblom Jan-Erik-48	Äbo Ultra Löpare	3.04.52	8/M45
31	Stenberg Per-59	Hemlingby LK/SWE	3.04.55	8/M35
32	Pihlakala Mikka-66	Rauman Triathlon Club	3.05.10	10/M
33	Rimoldi Gunnar-44	Upsalla IF/SWE	3.06.14	2/M50
34	Eriksson Tommy-47	Hargsrunningclub/SWE/3	3.06.58	9/

M45	35 Pausu Kari-42	Kunnon Pojat	3.07.49	3/M50
	36 Danielsson Leif	Iggesunds SK/SWE	3.08.47	10/M45
	37 Klättberg Clarence-39	Fredrikshofs IF/SWE/3	3.08.53	1/M55
	38 Nordin Rune-55	Jomala IK/ÅL	3.09.54	6/M40
	39 Hellström Magnus-75	Kyrkslätt IF	3.10.56	11/M
	40 Kallioniemi Matti-51	HÄJYT	3.11.01	7/M40
	41 Hört-Hägglund I-M-49	Fredrikshofs/SWE	3.11.01	10/M45
	42 Malmgren Anders-45	Fredrikshofs/SWE	3.12.04	4/M50
	43 Carlberg Petter	Ingå IF	3.12.14	12/M
	44 Vierola Teijo-67	HÄJYT	3.13.42	12/M
	45 Kujanpää Timo-56	YK	3.13.51	8/M40
	46 Joutila Veikko-44	TS Kunto Klubi	3.14.36	9/M35
	47 Hietala Veikko-44	HÄJYT	3.14.55	5/M50
	48 Harteva Kauko-52	Kemijön Jy	3.15.04	9/M40
	49 Broderholm Ralf-46	IK Falken	3.15.04	11/M45
	50 Sillanpää Kari-54	Eskestuna/SWE	3.17.27	10/M40
	51 Lundström K-J-37	IFK Mariehamn/ÅL	3.17.38	2/M55
	52 Edman Michael-59	Sigtuna/SWE	3.18.36	10/M35
	53 Johansson Gösta-41	IFK Strängnäs/SWE	3.19.16	6/M50
	54 Odenblad Sten-39	Fredrikshofs/SWE	3.20.14	3/M55
	55 Wennberg Dick-45	ICA Handlamas/SWE/3	3.20.24	7/M50
	56 Holmberg John-67	IFK Mariehamn/ÅL	3.20.27	14/M
	57 Pärss Lars-49	Kupolen Löp/SWE	3.20.33	12/M45
	58 Persson Lars G-51	Fredrikshofs/SWE	3.20.44	11/M40
	59 Karlsson Rolf-43	Nästorp BK/SWE	3.20.55	8/M50
	60 Saarela Mauri-44	IF Fram/ÅL	3.21.32	9/M50
	61 Andersson H-41	Hallstamhammars SK/SWE	3.21.46	10/M50
	62 Walters Claes-41	Täby LK/SWE	3.22.02	11/M50
	63 Thoman Jan	GöIF Tjälve/SWE	3.22.06	4/M55
	64 Range Yva-55	Fredrikshofs/SWE	3.22.41	10/M40
	65 Renman Olof-61	Hammalands IK/ÅL	3.22.41	15/M
	66 Karlsson Stefan-55	Ockelbo LK/SWE	3.23.09	12/M40
	67 Pelander Bo-43	Club Z/SWE	3.23.14	12/M50
	68 Magnusson Kjell-49	Club Z/SWE	3.23.52	13/M45
	69 Petola Antti-47	HÄJYT	3.24.49	14/M45
	70 Eriksson L-63	Nykvarns Brandk./SWE/3	3.26.08	16/M
	71 Paulsson Thomas-62	Kupolen Löp./SWE	3.26.26	17/M
	72 Lukarinen Esa-55	VSVU	3.27.02	13/M40
	73 Kaperi Sulo-42	Vantaa	3.28.39	13/M50
	74 Saarinen Pirjo-48	Kerava	3.28.51	2/K45
	75 Vahonen Tomi-71	Rauman Triathlon Club	3.30.06	18/M
	76 Hallberg Per-65	Järvelä/SWE	3.30.12	19/M
	77 Huhtamäki Seppo-48	HÄJYT	3.30.13	15/M45
	78 Saari Paavo-47	HÄJYT	3.30.31	16/M45
	79 Kentala Sirpa	YK	3.30.39	1/K35
	80 Järnberg Birgitta-44	Täby LK/SWE	3.30.51	1/K50
	81 Hjeltnor Sören-47	Stockholm/SWE	3.31.33	17/M45
	81 Gustavsson Ulf-44	Eskestuna/SWE	3.31.33	14/M50
	83 Takala Seppo-49	Kerava Urh.	3.33.52	18/M45
	84 Lundby Christer	GöIF Tjälve/SWE	3.33.57	19/M45
	85 Hallqvist Jan-Ola-57	LME IK/SWE	3.34.17	11/M35
	86 Tähkävuori Maria-62	Kemijön Sisu	3.34.46	1/K50
	87 Hallqvist Henrik-46	IFK Strängnäs/SWE	3.35.29	20/M45
	88 Andersson Märten	Iggesunds SK/SWE	3.35.49	14/M40
	89 Höjjer Jan-44	Fredrikshofs IF/SWE/3	3.36.08	15/M50
	90 Westin Per-47	Falun/SWE	3.37.38	21/M45
	91 Pihlajaniemi M-55	HÄJYT	3.37.53	15/M40
	92 Helin Anja-50	Uudenkaupungin Roima	3.38.06	3/K45
	93 Markkila Raija-62	HÄJYT	3.38.15	2/K
	94 Skymne Ewert-31	Fredrikshofs IF/SWE/3	3.39.14	1/M60
	95 Wiiskanta Antero-38	Helsingfors	3.40.21	4/M55
	96 Kunttu Reijo-36	Turku	3.40.45	5/M55
	97 Volama Mauri-45	HÄJYT	3.41.08	10/M50
	98 Hietala Veijo	GöIF Tjälve/SWE	3.43.04	22/M45
	99 Kerkela Matti	GöIF Tjälve/SWE	3.44.49	23/M45
	100 Blom Ingemar-51	Stockholm/SWE	3.44.45	16/M40
	101 Mathiassen Ulf-38	Fredrikshofs/SWE	3.45.54	6/M55
	102 Ahonen Veikko	Kunnon Pojat	3.45.56	17/M40
	103 Lindblom Richard-59	IFK Mariehamn/ÅL	3.48.28	12/M35
	104 Viljunen Tuomo-49	HÄJYT	3.48.32	24/M45
	105 Harjamäki Tuula-58	HÄJYT	3.48.32	2/K35
	106 Frickén Sven-29	Falun/SWE	3.49.29	1/M65
	107 Nordberg Kjell-53	Iggesunds SK/SWE	3.49.31	18/M40
	108 Lukarinen Mja-55	VSVU	3.50.02	2/K40
	109 Hansen Bo-35	Stockholm/SWE	3.52.15	2/M60
	110 Karlsson Lars-60	SSIF Triathlon/SWE	3.52.23	13/M35
	111 Franzén Gunilla-44	IFK Strängnäs/SWE	3.53.41	2/K50
	112 Wikström Bengt-54	Ålands Motions/ÅL	3.53.45	19/M40
	113 Åström Kjell-49	Kalamora KIF/SWE	3.54.29	25/M45
	114 Franzén Leif-46	IFK Strängnäs/SWE	3.54.34	26/M45
	115 Jansson Bertil-52	Kalamora KIF/SWE	3.54.36	20/M40
	116 Rönnerfjäll A-B-45	Fredrikshofs SWE	3.57.22	3/K50
	117 Heino Markku-49	Raumo	3.58.33	27/M45
	118 Nurmi Esko-36	VSVU	4.00.21	7/M55
	119 Mannsten Hans-47	HKV	4.01.43	28/M45
	120 Lindgren Pauli-52	Helsinki	4.01.50	21/M40
	121 Jonsson Jan	GöIF Tjälve/SWE	4.02.13	8/M55
	122 Räsänen Matti-44	Sibbo-Vargarna	4.03.11	17/M50

123 Wiklund Lena-40	Jomala IK/ÅL	4.03.34	1/K55
124 Välimäki Paavo-45	VSVU	4.03.59	18/M50
125 Wängman Leif-45	Iggesunds SK/SWE	4.07.08	19/M50
126 Kuusisto U-M-45	Raumo	4.07.42	4/K50
128 Rekola Aulis-28	Raumo	4.07.42	2/M65
128 Ståle Torsten-17	Fredrikshofs/SWE	4.07.59	3/M65
129 Kainulainen Matti-39	Porlammi	4.08.48	2/K55
130 Hannula Pentti-34	Raumo	4.10.16	3/M60
131 Sjöberg Jan-Erik-41	Electro Stand/SWE	4.11.36	20/M50
132 Bodén Roland-39	Täby LK/SWE	4.12.01	9/M55
133 Skoglund Per-Erik-27	Åga IF/SWE	4.12.49	4/M65
134 Saukkonen Kalevi-43	VSVU	4.13.20	21/M50
135 Schmidt Walter-43	Duvbo IK/SWE	4.19.09	22/M50
136 Orsing Hans-40	IFK Helsingborg/SWE/2	29.00	10/M55
137 Lundqvist Marg-39	Mälårhöjdens IF/SWE/5	03.26	3/K55

Start och mål i idrottsparken i Mariehamn.

Väder: vackert, temperatur + 2 C, vid starten kl. 09.00
senare ca. + 7 C

Rekordantal deltagare (tidigare 87 st 1994)
142 startande, 5 bröt

DM-segrare är markerade med fet stil
Svenskar och ålänningar är markerade med SWE resp ÅL.
Ej markerad nationalitet är FIN.

I inbjudan har arrangörerna nämnt att fullständig resultatlista kommer att publiceras i Mariehamnsbladet. Det tycker vi är så reklam för oss att vi gärna hjälper dem med detta!

Ölands Marathon Löttorp 1995-08-12 Högbj IF

Vädret: +25.23 grader, svag vind.
Tre-varvsbana.
Tävlingsledare: Lars Hansson.

Plac	Kl/Pl	Namn	Klubb/Ort	Tid
1	M/1	Imants Erkens	Högbj IF	2.42.08
2	M45/1	Hartmut Häber	GER	2.56.08
3	M45/2	Roger Bräckström	Ronneby OK	3.12.27
4	M40/1	Anders Krappes	Laholms IF	3.13.40
5	M55/1	Gert-Inge Tapper	Björntorps IF	3.14.41
6	M55/1	Ake Jansson	Upsalla IK	3.16.47
7	M45/3	Hans-Ove Lindström	Bålänge IF	3.18.35
8	M45/4	Göran Önnertby	Andersstorps OK	3.19.08
9	M55/2	Håkan Sjö	Växjö LK	3.19.22
10	M/2	Tommy Hagberg	Växjö LK	3.19.31
11	M/3	Kenneth Forsberg	Färjestadens Motion	3.20.10
12	M40/2	Uwe Lehnart	GER	3.21.43
13	M45/5	Ronny Mandelthorn	Gränåns IF	3.29.11
14	M40/3	Johan Arfvid	IFK Borgholm	3.30.35
15	M55/2	Anders Edberg	Åkulla SK	3.35.29
16	M45/6	Birger Höglund	IK Jordbänningarna	3.42.46
17	M45/7	Karl-Erik Ohlsson	LK Myran	3.43.48
18	M55/3	Johannes Lika	JFF Motion Malmö	3.47.37
19	M/4	Christer Jonsson	Kälmar OK	3.48.13
20	M40/4	Cecilia Sennerstål	Björntorps IF	3.48.56
21	M/5	Jörgen Strandqvist	FK Åsen	3.49.28
22	M40/5	Tommy Klippvik	Färjestadens Motion	3.55.20
23	M50/1	Anders Eriksson	Växjö LK	3.56.57
24	M55/4	Bo-Inge Åkerlund	Ålmhult	3.58.36
25	M/6	Toni Wennerberg	Gränåns IF	3.58.41
26	M40/5	Kjell Levin	Team Blekinge LF	3.59.35
27	M45/8	Gunnar Johansson	IFK Borgholm	4.01.06
28	M45/9	Anders Madsen	DAN	4.03.46
29	M35/3	Jens Rydberg	Växjö LK	4.04.17
30	M50/2	Kjell-Ake Åkesson	Växjö LK	4.05.18
31	M55/5	Reijo Kunttu	FIN	4.08.17
32	M55/6	Per Adolfsson	IK Ymer	4.09.29
33	M50/3	Ole Persson	GF Idrott	4.09.42
34	M40/7	Kent Larsson	Hargs Runners	4.13.16
35	M45/10	Jan Brågård	IFK Helsingborg	4.17.43
36	M50/4	Kalevi Saukkonen	FIN	4.20.15

37	M45/11	Bengt Wårdén	Istrums SK	4.21.15
38	M45/12	Dag Blåst	Linköping	4.21.40
39	M50/5	C-G Ljunggren	Kalmar RC	4.22.16
40	M40/8	Jan Haldén	IF Saab Trollhättan	4.27.54
41	M45/13	Kent Johansson	Solvikingsarna	4.28.28
42	M50/6	Göran Holmer	Huddinge	4.32.17
43	M40/9	Joachim Sofka	GER	4.32.20
44	M45/14	Rolf Dietrichson	Fredrikshofs IF	4.35.29
45	M40/10	Conny Adolfsson	IK Ymer	4.41.08
46	M45/15	Jan-Eric Månsson	Malmö Frisksport.	4.45.04
47	M45/16	Sig Sköld	IF Göta	4.47.20
48	M55/7	Lennart Norén	Verdi FC	4.52.35
49	M50/7	Gerd Jantzen	Glen	4.54.01
50	M40/11	Olof Johansson	Glen	5.45.18

K				
1	K50/1	Elisab. Westerlund	Sv. Marathonsällsk.	4.05.23
2	K50/2	Anita Gustafsson	Fredrikshofs IF	4.20.17
3	K40/1	Birgitta Eriksson	Stockholm	5.45.19

Örebro City Marathon Almby IK 1995-09-09 DM för Närke

Plac	Ögötd	Kl/plac	Namn	Klubb
1	1/M	Widström Torbjörn	IFK Nora	2.39.24
2	2/M	Hill Mikael	Flemingsbergs SK	2.43.37
3	3/M	Schmid Kurt	Äria IF, Fridrott	2.45.30
4	4/M	Månsson Tony	Garphyttans IF	2.46.01
5	1/M35	Svensson Kjell	Örebro AIK	2.47.16
6	2/M35	Sjöström Tommy	Kvarnsvedens Golf	2.50.44
7	1/M40	Olofsson Olle	Garphyttans IF	2.51.00
8	3/M35	Olsson Anders	Kvarnsvedens FIK	2.51.50
9	2/M40	Andersson Roger	IFK Sala	2.52.36
10	3/M40	Estelli Peder	IFK Moras FK	2.53.06
11	4/M40	Björkbacka Tage	Hallstahammars SK	2.53.07
12	5/M	Pevac Marko	TV 88	2.53.36
13	6/M	Nilsson Greger	IFK Strängnäs	2.54.05
14	1/M45	Pariatiak Jan	IFK Strängnäs	2.56.51
15	4/M35	Jonsson Sören	TV 88	2.57.33
16	5/M35	Görransson Bengt	Falu IK	2.59.34
17	7/M	Gustavsson Robert	Garphyttans IF	3.00.04
18	2/M45	Hietala Veijo	Golf Tjälve	3.01.13
19	1/M50	Jonsson Hans	Hargs Runners	3.03.26
20	2/M50	Andersson Göran	Enhörna IF	3.05.04
21	6/M35	Högborg Christer	LFV KSD	3.05.28
22	3/M45	Zackow Öyvind	Enhörna IF	3.06.44
23	3/M50	Sjöström Björn	Idkerberg/Rämsby,IF	3.08.29
24	4/M45	Nordin Per Olov	Söderhamns IF	3.10.20
25	8/M	Eriksson Anders	Kristinehamns CK	3.10.32
26	4/M50	Söderlund Sture	Valentuna FK	3.12.31
27	9/M	Gulberg Henric	Järsjö BTK	3.14.07
28	5/M45	Svensdens Frans	Vik Skidor	3.17.14
29	10/M	Lövränd Conny	RSO Aktiv LK	3.20.10
30	5/M40	Mourujarvi Jouko	Kupolen Löparklubb	3.21.43
31	16/M45	Gustavsson Bo H	Örebro AIK	3.23.22
32	14/M55	Vinger Lars	IK Viking Fridrott	3.24.52
33	5/M50	Karlsson Rolf	Nästörps BK	3.24.58
34	6/M50	Andersson Hans	Hallstahammars SK	3.25.17
35	2/M55	Wallin Bengt	Falu IK	3.26.23
36	7/M50	Nilsson Gert	Dhaka H 3	3.28.02
37	7/M45	Renstrand Dag	KFUM Örebro	3.31.01
38	8/M50	Pelander Bo	Club Z	3.31.26
39	3/M55	Olsson Arne	Bodens Skidklubb	3.32.20
40	8/M45	Giovanni Marcella	Degerfors	3.33.03
41	9/M50	Gustavsson Ulf	Vilsta IK	3.33.17
42	9/M45	Mariadahl Stig	Ilggesund SK	3.33.28
43	4/M55	Odenblad Sten	Fredrikshofs IF	3.33.43
44	10/M45	Persson Egon	Filipstad	3.35.36
45	11/M	Söderlund Lars	Svarta	3.38.15
46	7/M35	Claesson Per Ove	Istrums SK	3.38.59
47	10/M50	Åkesson Kjell-Åke	Växjö Löparklubb	3.39.18
48	11/M45	Skogland Leif	IK Fåvör	3.40.09
49	11/M50	Fjällrot Klas	Heleneholms IF	3.40.11
50	12/M45	Sundqvist Tommy	Lilkyrka IF	3.41.11
51	13/M45	Rus Pelle	Esklustuna IK	3.41.47
52	12/M	Gustavsson Christer	Hällefors LK	3.41.57

53	8/M35	Lindskog Peter	Alfta	3.42.25
54	5/M55	Bergsten Thorsten	Örebro AIK	3.42.47
55	6/M55	Hahne Bo-Göran	Högbö AIK	3.43.33
56	14/M45	Lundell Jan	SK Gid	3.44.35
57	6/M40	Larsson Kent	Hargs Runners	3.45.58
58	12/M50	Vilenius Timo	IFK Strängnäs	3.46.50
59	13/M	Karlsson Stig	Scania-Bilar, Öre.3.49.48	
60	7/M55	Mathiasson Ulf	Fredrikshofs IF	3.49.55
61	14/M	Söderlund Denny	Svarta IF	3.51.40
62	13/M50	Söderström Stig	Kvarnsved. Golf	3.52.25
63	16/M50	Andersson Sven	Västströms IF	3.52.36
64	14/M65	Johansson Sven-A.	Fredrikshofs IF	3.53.22
65	15/M45	Johansson Kent	Solvikingsarna	3.54.01
66	15/M	Erikson Arne	NOR	3.55.05
67	16/M45	Dahlberg Bengt	Adolfsbergs IK	3.55.31
68	16/M	Frisk Jan	Ludvika	4.00.49
69	9/M35	Örling Janerik	Linköping	4.03.00
70	2/M60	Lager Arne	IK Akele	4.04.20
71	17/M45	Hiekkä Heikki	Köping	4.05.35
72	7/M40	Gustafsson P-O	Tekn.Förvalt.	4.07.42
73	1/M70	Folkesson Roy	Kumla Skidför.	4.08.42
74	17/M	Bergendahl Sven Erik	Kvismaredalen	4.10.35
75	8/M55	Johansson Assar	Dagab, Borlänge	4.16.38
76	10/M75	Ståle Torsten	Fredrikshofs IF	4.20.19
77	10/M35	Nilsson Gunnar	Uppsala Löpark.	4.20.53
78	2/M65	Lundin Bertil	Jäderfors SK	4.22.30
79	3/M60	Ungethug Eugen	Göteborg	4.27.54
80	18/M	Brågård Jan	IFK Helsingborg	4.29.39
81	2/M70	Larsson Nils	IF Linden	4.37.15
82	14/M50	Magnusson Christer	Osma GIF	4.48.51
83	3/M65	Bergvall Karl-Gustav	Motala AIF	4.49.26

Kvinnor				
1	1/K45	Udd Monika	Örebro AIK	3.39.35
2	2/K45	Hiltunen Päiviikki	Hallstahammars	3.56.41

Rullstol				
1		Tyrén Anders	Motala	2.30.42

Vattudalsmaran Strömsund 1995-09-09 Vattudalens LDK DM för Jämtland

Banan kontrollmätt av förbundsbanmätare Stig Ulvild
Kontrolltid: 1995-08-29

Pl.	Namn	Klubb/Ort	Halva sträcken	Tid
M				
1	Lars-Erik Olsén	Vattudalens LDK	1.23.06	2.54.27
2	Göran Sverman	Vattudalens LDK	1.24.18	3.02.00
3	Roger Häglund	Lycksele LL	1.42.39	3.51.39

M35				
1	Dag Wassdahl	Jornvattnets IF	1.23.04	3.00.30
2	Aron Kjellgren	Vattudalens LDK	1.28.25	3.11.54
3	Lars Eriksson	Hellys RC	1.44.40	3.39.02

M40				
1	Anders Krappe	Laholms IF	1.30.53	2.59.39
2	Lars Mårtensson	Vattudalens LDK	1.27.27	3.08.16
3	Marek Perlinski	Jalles TC, Umeå	1.30.21	3.28.29
4	Sven Sjöberg	Vattudalens LDK	1.25.21	3.08.41

M45				
1	Birger Karlsson	Vattudalens LDK	1.26.47	3.03.58
2	Kjell Krans	Ilggesunds SK	1.32.04	3.13.08
3	Ivan Forsgren	Jalles TC, Umeå	1.44.40	3.34.59
4	Roger Nordin	Lycksele LL	1.42.39	3.42.04

M50				
1	Lennart Vänström	Backe IF	1.23.04	2.58.31
2	Ulf Berggren	Vattudalens LDK	1.40.13	3.32.10

K				
1	Margot Andersson	Lycksele LL	1.42.38	3.24.11
2	Monika Simson	Åsrennarna	1.56.59	3.55.11
3	Kerstin Sjöberg	Vattudalens LDK	1.57.02	4.07.18

DM-segrare för Jämtland är markerade med fet stil

Hultsfreds Ultra 9 sep 1995

		100 km-tävlingen	maraton	100 km
M5en	1	Ulf Widing	Södertälje	3.29.06 8.43.59
	2	Stefan Lagerkvist	Sävsjö	3.44.30 9.44.25
M40	1	Bertil Palmqvist	Uppsala	3.39.18 8.59.14
	2	Lennart Skoog	Stenungsund	3.38.28 10.11.45
	3	Kjell Magnusson	Stockholm	3.53.18 10.34.42
	4	Veikko Luotomäki	Fagersta	4.11.42 11.48.10
	5	Kalevi Selonen	Västerås	4.11.44 11.48.10
M50	1	Christer Bergföhl	Tierp	3.31.54 8.48.11
	2	Roland Karlsson	SKF FK	3.52.02 9.38.38
	3	Lars Sandgren	Lidköping	3.47.03 9.50.41
	4	Frank Brodin	Solvikingsarna	3.27.27 9.56.18
	5	Leif Eriksson	Uppsala	4.34.28 12.46.06
M60	1	Sune Hjalmarsson	Uddevalla	4.32.12 12.23.39

		50 km-tävlingen	maraton	50 km
M5en	1	Joakim Andersson	Hultsfreds LK	3.28.39 4.07.21
	2	Anders Nilsson	Hultsfreds LK	3.30.03 4.10.39
	3	Ingemar Westberg	Hultsfreds LK	3.39.22 4.28.15
	4	Rickard Hallgren	K1	4.01.18 4.55.47
M40	1	Conny Adolfsson	Ymer	4.12.43 5.31.48
M50	1	Lars Hansson	Högbö	4.01.22 4.51.19
M60	1	Per Adolfsson	Ymer	4.12.43 5.00.25
K5en	1	Boel De Geer	Lund	4.07.18 4.53.34
K50	1	A-M Andersson	Linköping	4.51.57 5.59.16

Växjö Marathon 1995-10-14 Växjö Löparklubb DM för Småland

Åttavarsbana runt Växjösjön.

Väder: 14-15 grader, sydvästlig vind, 1 m/sek.

Tävlingsledare: Bo Hansen.

Banmätare: Lars Ydreborg.

Plac	Namn	Klubb	Tid
M22			
1	Ericsson Ingemar	Ljungby FIK	3.04.39

M				
1	Stjernberg Per	Högbö IF	2.35.00	
2	Åkesson Peter	Högbö IF	2.36.14	
3	Johansson Håkan	IK Hakarpssjöarna	2.36.21	
4	Wikner Niklas	Tranås AIF, friidrott	2.38.43	
5	Ryman Christer	Skillingaryds FK	2.39.51	
6	Gustavsson Patrik	Brittatorps TK	2.54.33	
7	Jonsson Patrik	Kyrkhults SK	2.54.39	
8	Nilsson Niklas	Högbö IF	2.55.15	
9	Gustafsson Jonatan	Brittatorps TK	3.01.16	
10	Johansson Mikael	Team Blekinge	3.02.35	
11	Carlsson Henrik	Högbö IF	3.04.06	
12	Forsberg Kenneth	Kalmar OK	3.04.53	
13	Svensson Joakim	Hultfreds LK	3.07.37	
14	Adolfsson Lennart	Ånderstorp OK	3.07.50	
15	Hagbom Tommy	Växjö Löparklubb	3.09.54	
16	Andersson Robert	Högbö IF	3.13.52	
17	Lundvall Patrik	Växjö Löparklubb	3.29.05	
18	Karlsson Paul	Lessebo OK	3.30.16	
19	Barkseel Christer	Kalmar RC	3.37.15	
20	Jonsson Christer	Kalmar OK	3.41.28	
21	Bridlund Kjell	Strömlund IF	3.42.02	
22	Fodenholm Bjørne	Högbö IF	3.46.54	
23	Persson Christer	Högbö IF	4.09.29	
24	Ludvigsson Lars	Högbö IF	4.09.29	
25	Karlsson Hans	Lenhovda IF	4.16.24	
26	Rundqvist Dan	Lessebo	4.23.39	
M35				
1	Grip Per	Skillingaryds FK	2.41.14	
2	Nilsson Dag	Växjö Löparklubb	2.45.30	
3	Torstenesson Nils-Allan	Storebro SC	2.48.03	
4	Nordin Håkan	LK Myran, Åkarp	2.50.29	
5	Johansson Bertil	Alvesta Friidrott	2.53.52	
6	Krawe Kent	Hultsfreds LK	3.01.11	
7	Pettersson Peter	Växjö AIS	3.06.57	

8	Göransson Bengt	Falu IK	3.07.01
9	Thorsson Sven-Gunnar	Andersborg OK	3.07.08
10	Edberg Anders	Åkulla Sportklubb	3.21.58
11	Krok Jerry	Ryssbergets IK	3.23.11
12	Eliasson Thomas	Växjö Löparklubb	3.32.20
13	Rydberg Jens	Växjö Löparklubb	3.48.16
14	Yngvesson Sten-Göran	IK Vista	3.53.07

M40

1	Nilsson Carl-Gustaf	Högy IF	2.40.25
2	Björkbacka Tage	Hallstahammar SK	2.55.31
3	Safouane Slimo	Hultsfreds LK	3.01.15
4	Sälström Rolf	IF TIVO, Karlsborg	3.05.03
5	Karlsson Jan-Olov	Örjansklubben	3.05.25
6	Alm Åke	FK Finn	3.12.55
7	Fransson Anders	Gälskrets RC	3.22.58
8	Svahn Göran	IFK Mora	3.33.59

M45

1	Eriksson Hans	Älvesta Friidrott	2.55.19
2	Svensson Lars-Olof	VAIS	2.57.17
3	Jonasson Jan	Gränums IF	3.05.01
4	Önnerby Göran	Andersborgs OK	3.07.27
5	Ohlsson Karl-Erik	LK Myran, Åkarp	3.07.29
6	Björnstrom Mats	IFK Mora	3.08.58
7	Gustafsson Lars-Erik	Älvesta Friidrott	3.21.08
8	Wärden Bengt	Istrums SK	3.30.38
9	Persson Mats	Laholms IF	3.32.27
10	Thelander Erling	IF Verda	3.33.47
11	Fernlund Börje	VAIS Skidor	3.34.42
12	Ohmes Gerhard	Elmhults Sport Club	3.41.30
13	Hallkvist Henrik	IFK Strängnäs	3.42.27
14	Runeberg Lars	IFK Halmstad	3.43.01
15	Samuelsson Leif	IFK Växjö	3.46.17
16	Johansson Kent	Solvikingska	3.53.01
17	Dietrichson Rolf	Fredrikshofs IF	4.02.47
18	Skogland Leif	IK Favor	4.11.16

M50

1	Holst Göran	Botnaryds IF	2.52.30
2	Andersson Ingemar	Kalmar OK	3.14.08
3	Malmgren Anders	Fredrikshofs IF	3.15.22
4	Hörberg Stig	Växjö Norra IF	3.17.13
5	Ericsson Ronny	Wärnamo SK	3.21.51
6	Eriksson Anders	Växjö Löparklubb	3.23.32
7	Andersson Hans	Hallstahammar SK	3.24.43
8	Jonasson Stig-Åke	Elmhults SC	3.27.55
9	Bodare Sture	Glanhammars IF	3.28.36
10	Nicklasson Allan	Skrufs IF	3.30.42
11	Krantz Jan	Solvikingska	3.33.19
12	Åkesson Kjell-Åke	Växjö Löparklubb	3.40.53
13	Holmgren Sven-Olof	Högy IF	4.03.47
14	Olsson Jan-Erik	Älme 90	4.25.01

M55

1	Ivarsson Göte	IK Tivo, Karlsborg	3.11.27
2	Fransson Ingvar	Växjö Norra IF	3.21.37
3	Claesson Bertil	Heleneholms IF	3.24.15
4	Sjö Håkan	Växjö Löparklubb	3.27.46
5	Sandberg Sten	Högsbo AIK	3.34.39
6	Mathiasson Ulf	Fredrikshofs IF	3.41.21
7	Andersson Conny	Vilstads G&F	3.45.43

M60

1	Holmqvist Göran	Växjö Löparklubb	3.36.37
2	Skymme Ewert	Fredrikshofs IF	3.56.20

M65

1	Linder Kjell	Väckelsångs IK	3.06.41
2	Lingfors Bengt	IF Hallby, Jönköping	3.34.13
3	Lundberg Ingvar	Gnosjö FK	4.20.20
4	Adolfsson Per	IK Ymer	4.20.41

M70

1	Östbye Erik	Solvikingska	4.01.04
2	Johansson Stig	Team Blekinge	5.27.21

M75

1	Ståle Torsten	Fredrikshofs IF	4.06.43
2	Spångberg Gunnar	Vittsjö OK	4.50.21

MMot

1	Trudu Salvatore	Sölvesborg	3.08.04
2	Johansson Vilhelm	Älvesta	3.13.08
3	Adolfsson Joakim	Växjö	3.17.09
4	Reimar Peter	FK Snapphanama	3.18.34
5	Blomqvist Mikael	Torsmaskinen	3.21.29
6	Elfsström Tomas	Löparfolket Kosta	3.29.44
7	Nilsson Lennart	Löparfolket Kosta	3.30.34

8	Ekvall Curt	Ystads Gymnastikrets	3.30.48
9	Pettersson Anders	Electrolux, Västervik	3.31.14
10	Wennerberg Tony	Gränums IF	3.35.46
11	Nordlund Björn	Istrums SK	3.39.21
12	Södersten Bernt	Lönshults Golf	3.41.46
13	Andersson Henrik	Lv 4 IF	3.43.21
14	Levin Kjell	Team Blekinge	3.46.33
15	Ångeskog Thomas	Uppvinge Kommun	3.47.43
16	Magnusson Jan-Ingemar	Hörtsberga IF	3.49.23
17	Karlsson Leif	UF Contact	3.49.29
18	Henningsson Eivon	Postens IF Växjö	3.56.00
19	Örneholm Johnny	Rimbo	3.59.01
20	Karlsson Stefan	Finspångs AIK	4.04.29
21	Söderström Stig	Kvarnsvedens IF	4.07.38
22	Johansson Göran	VAIS Skidor	4.10.13
23	Jonasson Börje	Högsbols, Växjö	4.11.05
24	Isaksson Bill	Hultsfred	4.11.35
25	Olausson Lars-Göran	Team Blekinge	4.13.20
26	Stedt Nils-Gunnar	Lindköping	4.19.37
27	Danielsson H-J	Växjö	4.21.51
28	Wikell Ulf	Växjö	4.26.09
29	Adolfsson Conny	IK Ymer	4.28.36
30	Norén Lennart	Verdi FC	4.33.03
31	Lillimägi Gunnar	Älvängen	4.40.09
32	Ekborg Bernth	Töreboda	4.58.29
33	Bergfäst Rune	Ringhals IF	5.05.28
34	Löfstrand Kenneth	Kungsbacka PIF	5.14.47

K

1	Signahl Monica	Brittatorps TK	3.07.22
2	Magnusson Mie	Växjö Löparklubb	3.30.49
3	Jonsson Viktoria	Stranda LK	3.46.44
4	Jonsson Helen	Högy IF	3.47.11
5	Lindblad Carina	Högy IF	4.09.29
6	Svensson Ann-Sofie	Högy IF	4.36.43
7	Davidsson Pernilla	Elmhults Sportclub	4.38.53

K35

1	Nilsson Katarina	Högy IF	3.31.03
2	De Geer Boel	LUGI Friidrott	3.46.03
3	Pettersson Lena	Elmhults Sport Club	3.50.05

K40

1	Ohmes Agneta	Elmhults Sport Club	3.18.46
---	--------------	---------------------	---------

K45

1	Bengtsson Else-Marie	Elmhults Sport Club	3.52.12
2	Björklund Marita	Fredrikshofs IF	4.12.14

K50

1	Gustafsson Anita	Fredrikshofs IF	4.07.27
---	------------------	-----------------	---------

K55

1	Carlsson Anna-Greta	Högy IF	4.26.09
---	---------------------	---------	---------

KMot

1	Hammaräng Marie	Växjö	3.30.32
2	Harrysson Solveig	Rottne	4.25.52
3	Eriksson Elsie	T. Jeppsson Pac	6.18.58

DM-segrare är markerade med fet stil.

19 augusti 1995 Höga Kusten Marathon, Ullånger

M5en

1	Tommy Larsson	Stockvik	2.46.23
2	Åke Harlin	Öbacka LK	2.47.07
3	Karl Nieminen	Öbacka LK	2.49.16
4	Örjan Öberg	IK Åkele	2.54.23
5	Per Boström	Råby Rekarne	2.58.26
6	Stefan Nyberg	IFK Nyland	3.12.52
7	Roger Nyberg	Öbacka LK	3.17.45
8	Mats Sahlén	IFK Nyland	3.21.12
9	Keji-Åke Dahlin	Öbacka LK	3.30.32
10	Staffan Sjöberg	Umeå	3.33.13
11	Hans Gradin	Mattfors	3.53.55
12	Kåre Wahlberg	Uppsala	3.58.02
13	Anders Nordenberg	Jalles TCc	4.10.51

M35

1	Dan Agnarsson	Öbacka	2.46.06
---	---------------	--------	---------

2	Jon-Arild Sesseng	Stjörda	2.56.42
3	Åge Nielsen	Mölnådal	2.58.45
4	Kent Anderson	IFK Nyland	2.59.39
5	Leif Önerstam	Sundsvalls FI	3.24.49
6	Erik Westman	IFK Nyland	3.33.21
7	Robert Alenbring	Boo IF	3.36.03
8	Mats Moberg	Lövåvics BIF	4.56.11

M40

1	Kjell Jönsson	IFK Nyland	2.45.05
2	Jan-Erik Sandström	Degelesjö FK	3.07.30
3	Lars-Göran Bjerrmet	Hänsand	3.08.19
4	Kenneth Pihl	IFK Nyland	3.16.12
5	Marek Perliniski	Jalles TC Umeå	3.19.45
6	Åke Lindgren	Jalles TC	3.20.05
7	Leif Hultman	Jalles TC	3.21.02
8	Tommy Lindgren	Laisvall SK	3.25.34
9	Arne Söderlind	Häggdals	3.36.35
10	Anders Wiberg	Örebro	3.39.03
11	Jan Wallin	Assi Domän	3.43.07
12	Ulf Engström	Sundsvall	3.52.32
13	Rune Nystedt	Vännäs SK	3.58.35
14	Tommie Pihl	Nalle	3.59.52
15	Conny Adolfsson	IK Ymer	4.45.48

M45

1	Thomas Sigurdson	IKS Umeå	3.09.36
2	Roland Lundqvist	IF Vingarna	3.16.54
3	Hjalmar Enroth	Suif	3.26.00
4	Hans Holmdahl	Lycksele LK	3.40.40
5	Kent Pettersson	IF Vingarna	3.47.50
6	Göran Englund	Sidnäs	3.51.03
7	Anders Karlsson	SUF Sundsvall	3.59.43
8	Lennart Vestin	Sollefteå	4.24.39

M50

1	Sune Westman	Team Esplanad	3.12.49
2	Börje Carlsson	Miners RC Kiruna	3.38.49
3	Bertil Andersson	Mjällom	3.59.50
4	Hasse Sundell	Sundsvallspol.	4.03.33
5	Klas Fjällrot	Heleneholm	4.09.00
6	Bertil Persson	Räddningsst.	4.11.21
7	Stig Söderström	Kvarnsveden	4.11.45
8	Allan Rattama	Skelelleå	4.29.56
9	Bo Viklund	Telia	4.56.10
10	Göte Wikström	Umeå	4.59.33

M55

1	Esbjörn Persson	Sundsvalls FI	3.44.26
2	Rolf Wiberg	Iggesunds SK	4.00.38
3	Hans Orsing	IFK Helsingborg	4.59.23

M60

1	Torleif Rekkebo	NOR	3.13.34
2	Lennart Carlander	Mjällom	3.51.53
3	Sven-Erik Åkerman	Bömtorp IF	5.08.23

M65

1	Per Adolfsson	IK Ymer	4.28.06
2	Per-Erik Skoglund	Aga-IF Lidingö	4.40.59
3	Åke Carlsson	Volvo	4.49.38

K5en

1	Ann-Britt Rönnerfjäll	Fredrikshofs IF	3.49.10
2	Edith Hult	Lärarförbundet	4.00.52
3	Gunnilla Franzén	IFK Strängnäs	4.14.30
4	Maj Hedberg	Waxholm	4.21.22
5	Maria-L Pettersson	IF Vingarna	4.21.34

Press-stopp

Vårt internationella ombud K-G Nyström arrangerar tillsammans med klubben ETV ett maratonlopp i Kiel 4 februari. Han ordnar dessutom bätresa från Göteborg för 600:-, som inkl. hyttplats, måltider och startavgift. Närmare upplysningar genom K-G, tel 0520-48 11 77.

29 juli 1995

Vindelälvsloppet Vindeln-Vännäs by

Öppenklass

1	Jan Lindblom	SCA Lag 2	2:27.33
2	Johan Dahl	Trygg Hansa	2:31.12
3	Peter Klemets	Harry Boy	2:33.03
4	Aimo Hakola	Kopparvågen	2:39.35
5	Robert Söderman	Hampusson Bugg	2:39.59
6	Lars Johansson	Fjällvinden	2:45.23
7	Hans Källberg	Flygplatsen	2:48.19
8	Tommy Sjöström	IK Skabbråvarna	2:49.34

9	Hans Schultz	Hilding H	2:51.06
10	Tord Elveljung	Volvo Umeå	2:52.49
	192 fullföljde		

Dam Klass

1	Agneta Lantto	AIK-Tjejerna Lag1	2:58.37
2	Katarina Sandström	IK Studenterna	3:07.28
3	Maj-Britt Sundqvist	Skellefteå Tjejerna	3:27.19
4	Lisa Andersson	Dallasörudarna	3:33.45
5	Hannelet Sjögren	Jalles Tjejer	3:34.33
6	Birgitta Holmgren	Lahnåvåri Tjejer	3:42.18
7	Gunnel Jonsson	Tärnåvåri	3:44.06
8	Margareta Calbäck	AIK-Tjejerna Lag2	3:48.46
9	Mia Wänqvist	IK Akele	3:50.32
10	Anita Jönsson	För.Kass.	4:07.06
	13 fullföljde		

Tävings- Föreningsklass

1	Per-Åke Sandström	Skellefteå IF	2:31.34
2	Klas-Göran Berg	Örns SK	2:38.59
3	Fredrik Johansson	IFK Umeå	2:43.55
4	Fredrik Andersson	Kopparbergs IF	2:47.39
5	Lars Björmot	IK Studenterna	2:48.44
6	Urban Viklund	Storhamns HC	2:54.38
7	Fredrik Miegel	Jalles TC	2:54.47
8	Örjan Öberg	IK Akele	2:55.28
9	Sven Dahlbeck	Sandvik IK	2:58.52
10	André Zjukov	Karelia Ryssland	3:11.31
	13 fullföljde		

Svenskar i utlandet

2 sep 1995

Kempele Marathon, FIN

MSen			
10	Ari Järvinen	FIN	2:41:48
	Terence Fell	Bodens SK	3:16:53
M45			
1	Jorma Nuopponen	FIN	2:46:49
23	Leif Strömback	Bodens SK	3:52:49

Kempele ligger 10 km söder om Uleåborg, totalt 140 fullföljde

10 juni 1995

9:e Ålborg Marathon, DEN

Jag och K-G var de enda svenskarna beroende på att Stockholm Marathon gick samma dag. Vanligtvis brukar det vara 8-10 svenskar. Tidigare gick loppet i april men pga försämrat deltagarantal tog arrangörerna det djärva greppet att byta tävlingsdatum. Det var gott om jubileer. K-G gjorde sitt 350:e, själv nöjde jag mig med mitt 65:e, men det var mitt 10:e i Ålborg.

Vädret: +15C måttlig vind, mulet vid start så småningom en del sol.

Per Wengström

MSen			
1	Björn Aanesen	DEN	2:35:52
	K-G Nyström	TV-88	3:33:43
77	Per Wengström	Uby IK	3:41:31
	148 fullföljde		

(Tack! Per Wengström för resultaten/red)

21 juli 1995

Jakobstad Marathon, FIN

MSen			
1	Tarmo Tynnelä	FIN	2:39:59
K50			
1	Bjarne Finnholm		2:58:38
7	Jan-Erik Smeds	Örnköldsvik	3:52:20
	74 fullföljde		

14 maj 1995

Hannover Marathon, GER

1	Msen	Wachenbrunn	GER	2:14:40
711	M55/56	K-G Nyström	TV-88	3:44:42
897	M55/80	Hans Örsing	IFK Helsingborg	3:59:39
1058	M65/16	Per Adolfsson	IK Ymer	4:39:14
1067	M40/175	Conny Adolfsson	IK Ymer	4:43:45
	1212 fullföljde			

4 dec 1994

California Int. Marathon, Sacramento, USA

1	Graeme Fell	CAN	2:16:13
60	Kurt Sätterström	Borlänge	2:42:45
65	Peter Janson	Östhammar	2:44:07
	2 200 fullföljde		

5 mars 1995

Napa valley Marathon, San Fransisco, USA

Väder: sol. +15C vid start, +25C vid mål

1	Aaron Person	USA	2:26:18
64	Richard Kingstad	SWE	2:59:06
	1 500 fullföljde		

11 dec 1994

22:a Honolulu Marathon, Hawaii, USA

MSen			
1	Benson Masya, 24	KEN	2:15:04
73	Peter Jansson, 39	SWE	2:49:10
231	Tom Svensson, 26	SWE	3:05:00
293	Karl Kella, 50	SWE	3:08:53
381	Åke Lindgren, 41	SWE	3:14:08

Ksen			
1	Carla Beurskens, 42	NED	2:37:06
95	Kristina Lambert, 41	SWE	3:35:19
155	Kirsti Takinen, 58	SWE	3:46:41

29 okt 1995

Frankfurt Marathon, GER

MSen			
1	Oleg Otmakov	RUS	2:12:35
12	Ulf Olsson	IF Hagen	2:20:39
14	Carl Johan Olofsgård	Hässelby	2:23:11
38	Stefan Hall	Enhörna	2:31:37
44	Pekka Anderman	Flemingsberg	2:32:58
98	Jan Lindblom	Hässelby	2:37:41
	8500 fullföljde		

22 april 1995

Rett Vest Marathon, Florø, NOR

1	Odd Gunnar Tveit	NOR	2:44:33
14	Liss Lundberg-Bakke	NOR	3:10:54
72	Kjell Kvarfordt	Nacka	4:04:02
86	Hans Örsing	IFK Helsingborg	4:31:27
	88 fullföljde		

20 maj 1995

Hadeland Marathon, Vestre Gran, NOR

1	Jörgen Lien	NOR	2:52:38
18	Jan Nyqvist	SWE	3:32:13
24	Dan Jari	Hälsjöströms IF	3:45:16
27	Kjell Kvarfordt	Nacka	3:48:46
29	K-G Nyström	TV-88	3:53:12
30	Roger Andersson		3:54:04
37	Hans Örsing	IFK Helsingborg	4:28:50
39	Per Adolfsson	IK Ymer	4:33:01
41	Anne-Margit Bygland	NOR	4:37:59
44	Conny Adolfsson	IK Ymer	4:51:50
	44 fullföljde		

1 okt 1995

Drammen Marathon, NOR

1	Ole Mörck	NOR	2:28:32
80	Anita Ström	NOR	3:09:00
92	Bengt Göransson	Falu IK	3:11:03
208	Jan Nyqvist	IK Spring Vest	3:32:36
249	Roger Andersson		3:39:31
296	K-G Nyström	TV-88, SWE	3:48:59
300	Kjell Kvarfordt	Nacka, SWE	3:50:34
	410 fullföljde		

(Tack! Kjell Kvarfordt för resultaten/red)

Marknadstidning
Avsändare:
Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 STOCKHOLM

Jan Ternhag
Högbergsgatan 46
11826 Stockholm



Overall, Tävlingsdräkt, Tröjor, Märken, Nålar ...

Till: SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET
BOX 218, 101 24 STOCKHOLM

Härmed beställer jag mot postförskott följande artiklar

Overall Silva à 700:-

XS ☐ S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Tävl. dräkt "Sub 4" à 470:-

dam S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

herr M ☐ L ☐ XL ☐

S ☐ M ☐ L ☐

Tröjor st à 70:-

Overallmärken st à 25:-

Overallmärken à 50:-

för 25 ☐ 50 ☐ 100 ☐ maratonlopp

Souvenirvimplar st à 15:-

Klisterdekalor ark à 20:- (1 ark = 4 dekalor)

Klubbnålar st à 20:-

Namn:

Adress: