

Marathon



L Ö P A R E N Årg. 31 Nr 153 Feb. 1/98



Spartathlon 97
Björn Jungnelius strax
innan målgång i Sparta.

Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Box 218, 101 24 Stockholm
Hemsida: www.geocities.com/HotSprings/1363/index.html
Postgiro: 82607-3
Fax: 08-766 06 82
Ansvarig utgivare: Susanne Hermelin
e-post: sanne.hermelin@hotmail.com
Redaktionskommitté:
Jan Lind
Birger Fält
Ulf Mathiasson (Resultat red)
e-post: ulf.mathiasson@mbox200.swipnet.se
Tryckning: Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution: AB Bergström Grevius, Farsta
ISSN 0283-1015

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

Sekreterare:
Rebecka Gräsmän, 08-520 183 74
Kassör:
Elisabeth Westerlund, 08-511 780 48

Medlemssekreterare:
Dennis Sjöblom, 070-492 19 09

Utmärkelseansvarig:
Ewert Skymne, 08-623 00 52

PR-ansvarig och resesekreterare:
Mikael Hill, 08-532 540 01

Informationsekreterare:
Susanne Hermelin

Redaktör: Jan Lind, 08-626 94 49

Resultatredaktör: och vice ordförande:
Ulf Mathiasson, 08-765 13 32

Huvudkontaktombud: Birger Fält, 08-531 703 03

Bitr. info. sekr: Lennart Carlander, 08-754 31 22

Matr. förvaltare: Birgitta Jarring, 08-753 08 28

De angivna telefonnumren är till bostäderna där styrelse-
ledamöterna 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: Thomas Krantz, 031-28 73 12

Halland: Anders Edberg, 0340-892 73

Hälsingland: Leif Danielsson, 0650-224 12

Jämtland-Härjedalen: Monika Simson, 063-51 38 03

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

Närke: Rolf Johansson, 019-23 53 69

Norrbottnen: Leif Strömbäck, 0921-107 37

Skåne: Gert-Inge Tapper, 046-588 59

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, 054-54 73 23

Västerbotten: Jarl Kollberg, 090-318 39

Västergötland: Kurt Andersson, 0511-211 50

Västmanland: Roger Pistol, 0220-146 97

Ängermanland: Kent Sjölund, 0960-123 30

Östergötland: Ann-Marie Andersson, 013-14 81 04

Internationella ombud: Cecilia Peterson, 44-1608 737 639
K-G Nyström, 0520-44 44 21

Ledaren

Snart är det dags för årsmöte igen

Tiden går fort och snart är det dags för årsmöte igen. I år kommer årsmötet att hållas i samband med Sätermaran den 25 april. Det har framgått att Sällskapets medlemmar vill att årsmötet skall hållas i samband med ett marathonlopp. Vi försöker dessutom att variera platsen för årsmötet och i år är det därför Sätters tur. Passa därför på att springa maratonloppet innan.

Som framgår av den officiella kallelsen på annan plats i tidningen så kommer vi även att ha en gästföreläsare samt en enklare kamratmåltid innan årsmötet startar.

Vid årets årsmöte kommer jag att överlämna ordförandeklubban till min efterträdare då jag avsat mig omval. Jag har arbetat i Marathonsällskapets styrelse i 6 år. Detta arbete har tagit stor del av min fritid i anspråk, men samtidigt givit mig mycket tillbaka. Jag har fått många trevliga bekantskaper under mina år som styrelserepresentant.

Orsaken till att jag avsat mig omval är flera; bl.a. går jag en ledarskapsutbildning på halvtid vid sidan om mitt heltidsarbete. Jag behöver även ägna lite mer tid till mina två tonåringar samt till min egen träning, som det blivit alldeles för lite tid till under de senaste åren. Det är tyvärr svårt att få tiden att räcka till allt.

Det är även viktigt att man får in lite nytt blod i styrelsen för Sällskapets fortsatta utveckling.

Vi ser fram emot ett trevligt maratonlopp samt ett givande årsmöte.

Sanne Hermelin

Innehållsförteckning:

Sid. 2	Ledaren	Sanne Hermelin
Sid. 3	Spartathlon	Björn Jungnelius
Sid. 6	Copenhagen Marathon	
Sid. 7	Kallelse till årsmöte	
Sid. 8	Millau de 100 km	Robert Alnebring
Sid. 9	Medoc Marathon	Robert Alnebring
Sid.11	Resa till Hamburg	
sid.12	Havanna Marathon	Birgitta Jarring
sid.15	Värvningskampanjen 1997	
sid.16	Stjärnglans över Bovall	Sune Hjalmarsson
sid.17	Blandad statistikkompett	Åke Lutner
sid.20	Jakobsberg Marathon	Jan Lind
Sid.22	Berlin Marathon	Allensten/Carlander
Sid.23	Svenska Maratonlopp -98	
Sid.24	Säter 980425 Kom-Kom-Kom-Kom	
Sid.25	Resultatbörs	

Manusstopp för nästa nummer:
Utgivningsdag

27 mars
24 april

Spartathlon 97



Första huvudkontrollen efter drygt 81 km i Korinth (71.15') tillsammans med Rune Larsson (171).

Det hårdaste av alla lopp

Björn Jungnelius

Förra vintern, efter två års erfarenhet av ultralöpning med bl.a. 4 st. 24-timmarslopp i bagaget, kände jag mig mogen för att ställa upp i ultraloppet framför alla andra – Spartathlon.

Inte bara det faktum att dess rötter står att finna i antikens Grekland utan också för att det med sina 246 km och sammanlagda höjdskillnad på över 4000m med passage av flera bergspass på 1000m eller mer är det kanske hårdaste loppet av alla. I brist på VM för långa ultralopp har det blivit ett slags inofficiellt sådant.

Efter min inte allt för lyckosamma insats vid 24-timmars EM i Basel i maj i fjol där jag dock bidrog till att ultralandslaget fick en 6:e

plats i nationstävlingen beslöt jag att för resten av året bara inrikta mig på att göra ett bra Spartathlon. Jag var ju den ende i landslaget som inte sprungit där.

Rune Larsson är med sina vinster, en 2:a och 3 fjärdeplatser den vid sidan av Yiannis Kourouos bäste Spartathlonlöparen sen loppets början. Men både Kjell-Ove Skoglund och Ulf Widing har klarat maxtiden 36 timmar och placerat sig bland de 20 bästa

Så från början av juni levde jag med detta lopp i tankarna. Jag samlade via mina landslagskamrater all information om loppet som behövdes. Rune bidrog med videos från två tidigare år och från organisationen kom en lunda med informa-

tion om loppet inklusive en mängd uppgifter om varenda en av de 75 servicestationer som fanns utmed banan. Innan jag satt min fot i Grekland hade jag skaffat mig en bra uppfattning om vad som väntade (och som med några få undantag visade sig stämma).

Trots betydligt färre mil i benen än jag planerat kände jag efter ett träningspass på cirka 80 km tillsammans med Rune tre veckor före start att jag var redo. En dryg veckas värmeanpassning, löpning i kuperad terräng och mental träning på en grekisk ö före loppet gjorde att jag kände att allt jag kunde göra var gjort. Jag var, bortsett från tillräcklig träning i bergslöpning maximalt förberedd.

Maran på 3.25

När jag tillsammans med Rune, Kjell Ove och ytterligare en svensk, Bertil Palmqvist, så stod på startlinjen uppe vid Akropolis i Athen var jag mer laddad än någonsin tidigare. Mitt i hemlighet uppgjorda "bästaschema" plockades fram ur minnet och jag bestämde mig att satsa på en tid under 30 timmar och kanske en plats bland de 10-12 bästa av de 130-talet startande.

I gryningen klockan 7 gick starten ifrån Akropolis. För att inte snubbla på stenplattorna vilka beklädde de första 3-4 hundra meterna av backen nerför la jag mig sist i klungan, men väl ute på jämn asfalt satte jag fart för att hinna ifatt Rune. Vi hade bestämt att löpa tillsammans till Korinth (83km) om jag kände mig stark. När jag efter att ha sträckt ut ordentligt efter 3,5 km nådde tätklungan kunde jag konstatera att någon Rune inte fanns där. Jag måste ha sprungit förbi honom och därför släppte jag av på farten. Den första vätskestationen passerades efter 5,2 km och klockan visade då 19:40. Att tempot inte var det rätta för ett 25 milslopp insåg jag förstas snabbt och saktade ner betydligt.

Strax efter soluppgången, efter någon mil, körn Rune i en klunga med ett tiotal löpare ifatt mig och jag hängde på.

Väl ute ur Athen och framme vid den gamla kustvägen till Korinth kunde jag börja njuta av det vackra grekiska landskapet. Solen började värma lagom mycket och benen hade ännu inga problem att hålla ett bra tempo trots ideliga rejäla backar. Den första maratondistansen avverkad på 3.25 och det kändes då som en perfekt öppningsfart. Men 5 maratondistanser varav några i betydligt tuffare terräng var kvar att löpa.

Bra väder

Vissa störs av att springa tillsammans och prata. Som tur var är varken Rune eller jag av den sorten, vi hann avverka många samtalsämnen allteftersom kilometern avlöste varandra. Inte en lång-tråkig minut. Stoppen vid de med

ca. 3 km's avstånd från varandra belägna vätske- och matstationerna gjordes sekundkorta, lämplig föda stoppades snabbt i midjeväskan och med drickat i näven bar det åter iväg.

När vi nådde den första av 7

uppenbarat sig. Nu passade vi på att gå i varje uppförsläcke och jag "pressade" i mig risgröt och vatten under gångperioderna. Halvtimmen senare kom nya krafter och tempot ökade igen.

Från cirka 95 km, efter att ha



Stax innan målgång i Sparta. Tillsammans med José Miguel Arrambide från Baskien. Tid 28 t. 50' 40".

större kontroller (med sjukvårdspersonal, massörer och allsköns mat och dryck) i Korinth efter nästan 2 maraton och 7.15 hade vi passerat flera löpare under de sista timmarna och vi fick veta att vi låg på en 13:e plats. Två trötta löpare satt och åt med samtidig massage av benen, men vi fortsatta genast och vann så ytterligare två placeringar.

Termometern hade denna dag nått för grekisk sensommar beskedliga 26-27°, ett tunt molntäcke hade den senaste timmen tagit udden av solskenet och torra måttliga vindar blåste mestadel med oss. Det var med andra ord ett för detta lopp ovanligt snällt väder.

Några kilometer efter Korinth kom min första svacka. Ett måttligt besvärande illamående hade hindrat mig från att äta som planerat de sista timmarna med energibrist som följd och "väggen" hade

passerat en polack samt Seppo Leinonen från Finland, kom vi in i en grönskande dal omgiven av trädbevuxna berg. Med 3-4 kilometers mellanrum klättrade vägen i serpentinerna upp till byar på bergsidan där också vätskestationerna låg. Molntäcket hade lättat men solskenet kändes inte alls besvärande, tvärtom bidrog det till att jag nu efteråt minns denna sträcka som den kanske vackraste på hela loppet. Och vi passerade här ytterligare ett par löpare.

Dåliga vägar och berg

Vid byn Nemea, (den 2:a stora kontrollen) efter 124 km, hade jag placerat den stora pannlampan jag fått från Silja samt en liten reservpannampa, varma kläder för natten, den 4:e av barnmatsburkarna (torskgröta) samt ett par skor. Jag räknade med 5-10 minuters paus för att hinna byta men Rune som

placerat sina saker vid nästa kontroll 4 km längre fram fortsatte. Det var nu bergen och de dåliga jord- och grusvägarna började och framför allt mörkret. Till skillnad från mig är Rune en bergslöpare av världsklass och det var därför bätt-



re att vi skildes åt och valde våra egna tempon.

När jag lämnade byn kom tre löpare in och de två som satt där när jag kom satt fortfarande kvar och åt. Efter dryga kilometern i en serpentin uppför en drygt hundra meter hög bergås åt jag min barnmat och drack en flaska vatten samtidigt som solen gick ner. 12 timmar hade gått och mer än halva loppet. Jag hade 24 timmar på mig att avverka återstående 12 mil och visste att endast en katastrof kunde hindra mig från att klara maxtiden. Inte var jag särskilt sliten även om benen förstas var märkta av 3 maratondistanser. Men med bara 7 löpare framför mig hade jag alla möjligheter till en bra placering.

Min taktik var att gå snabbt i alla branta uppforsbackar, inte stanna länge och inte sätta mig ner vid någon kontroll. Och framför allt försöka äta ordentligt varje timme.

När mörkret sänkt sig kom en spanjor ifatt och förbi mig men jag

hängde på. Eftersom min pannlampa var så pass mycket bättre på de steniga vägar vi nu sprang på gjorde han inga försök att gå ifrån, tvärtom slängde han missbelåten sin egen ficklampa i ett dike och blev därför tvungen att följa mig. Utanför var och en av de byar vi kom fram till väntade ända in på natten skaror av barn som eskorterade oss till bytorgen och tavernorna där matkontrollerna var belägna. I några byar mötte oss grekisk musik och doften av grillat lammkött men dessvärre kunde vi inte stanna mer än den minut det tog att stoppa på sig mat och få snabbkaffe eller påste.

Med händer och fötter

Efter byn Kaparelli kommer loppets höjdpunkt, klättringen över Parthenionberget på närmare 1300 meter. Efter en flera km lång och brant serpentinväg vidtar en av blinkande röda lampor markerad stig. Eller vad som var kvar av den efter det att ett par jordbävningar för flera år sedan strött stenblock över den. Med både händer och fötter tog vi oss sakta uppför, spanjoren var nu mycket trött och det blev min tur att sakta ner och mana på. Precis vid midnatt stog vi på toppen, huttrande av köld från en stark kall (5°) vind, och såg glittrande ljus från byarna närmare tusen meter nedanför. 160 km var nu avverkade. Rune som nu nått byn Sangas 3 km längre fram (och åtskilliga hundra höjdmeter nedanför) såg plötsligt min starka Silvalampa komma över toppen och nerför berget och glädde sig åt att jag inte var långt efter. Trots att jag tog mig nerför så fort som möjligt kom 2 österrikare farande förbi i ett tempo jag trott vara omöjligt på stettiga smala bergstigar mitt i natten.

Efter Sangas löpte vi sakta men utan större avbrott genom Arkadiens högslett. Fortfarande fick jag tvinga i mig mat och dryck men magen behöll allt och jag producerade urin som tecken på tillräckligt vätskeintag. Jose Miguel Arrambido, min spanske följeslagare, underhöll mig med spanska marscher och jag tog till nubbvisor i brist på mer passande repertoar, vi lyckas

des framgångsrikt bekämpa bristen på ett dygns sömn. Med ett visst gemensamt franskt ordförråd till hjälp utvecklades snabbt en vänskap.

I vad jag trodde var den sista (5 km långa) uppforsbacken efter 20 mil började det ljusna. Efter 24 timmar hade 206 km avverkats. Men jag började bli mycket sliten och mitt sedan kvällen smärtande knä hade blivit rejält besvärat. Det började bli svårt att böja högerbenet utan smärta vilket gjorde de branta utforsbackarna ordentligt plågsamma. Men vi kämpade vidare och min baskiske vän som fått nya krafter manade på mig de sista milen. När en ny jättebacke plötsligt uppenbarade sig började mitt psyke svikta. Den ingick inte alls i min information och humöret sjönk ordentligt. Inte ens när Sparta skymtades långt nere i dalen med 13 km kvar kände jag lättnad. Jag stängde då av alla onödiga tankar och tänkte bara på statyn av kung Leonidas som utgör målet längst bort på Spartas paradgata. Nu var det bara utför och jag beslöt mig för att inte stanna för målet. Jose Miguel hade åter börjat sjunga och uppmuntrade mig hela tiden. Passerande och mötande bilar tutade och passagerare samt åskådare hurrade. Ju närmare Sparta ju fler och intensivare. Men allt detta hörde jag knappt.

Den olympiska andan

Till slut kom vi i alla fall fram till stadsgränsen där den poliseskort vi haft efter oss sista halvmilen förstärktes med ytterligare en polisbil framför oss. Fem unga flickor med olivkvistar i händerna slog följe den sista biten genom Sparta och till slut nådde vi hand i hand statyn på vars fot vi la händerna samtidigt, 28 timmar och 51 minuter efter start, och därmed delade 8:e platsen. Helt tömd på både fysisk och psykisk energi hade jag svårt att känna den ohämmade glädje jag föreställt mig skulle komma. En olivkrans placerades på mitt huvud och vatten från Evrotaflorens källa erbjöds mig av unga spartanskor i gudinneliknande kläder.

Spartathlon är ett lopp i den äkta olympiska andan utan multi-

nationell reklam och prispengar. Åran är, förutom medalj och diplom, det enda pris som finns.

Sveriges bästa löpgren

Jag hjälptes in i en väntande ambulans och kördes till sjukhuset. Alla genomgår en obligatorisk läkarkontroll samt ompysslas av sjukgymnaster och sköterskor. Eftersom jag var i dåligt skick behövde jag tankas upp med dropp (viktsförlust 4,9 kg och saltbrist) men därefter kom krafterna snabbt och jag kunde krypa ur det skal jag stängt in mig i de sista timmarna. Nu kom också den riktiga glädjekänslan över att ha lyckats så bra.

Jag upptäckte att Rune låg i en

säng mitt emot mig och mädde dåligt. Han orkade i alla fall berätta att han klarat tredjeplatsen med några sekunders marginal efter en spurtstrid sida vid sida med en jugoslav de sista hundra metrarna från mål. Och detta efter 246 kilometer och 28 timmar 11 minuters löpning. Senare fick jag veta att Kjell Ove som vanligt gjort en stark insats och med 30 timmar 40 minuter klarat 15:e platsen varför Sverige otroligt nog blev bästa nation före Tyskland och Japan i detta inofficiella världsmästerskap i ultralöpning. Tråkigt bara att detta nästan inte uppmärksammats alls i svenska media, löparframgångar växer ju inte på träd i detta

land.

Vann gjorde en ung grek, Konstantinos Reppos, som liksom två tidigare gånger startat i ett våldsamtempo men nu för första gången lyckats hålla hela distansen ut. Favoriten, japanen Okiyama, kom på en klar 2:a plats.

Spartathlon kommer sannolikt ingå i OS i Athen 2004 vilket förstås blir ett rättmätigt erkännande av ultralöpning. Då ultra för närvarande är Sveriges starkaste löpgren (tillsammans med damernas korta häck) och ultralöpare håller länge inger det vissa förhoppningar.

□

COPENHAGEN MARATHON

-ett lopp med garanti

Insändare

I ett brev till Svenska Maratthonsallskapet beklagar tävlingsledaren Niels Jorgen Holdt de fel som svenska löpare har drabbats av, men meddelar samtidigt följande:

Vi har den politik i Köpenhamn att vi gärna vill bevisa, att vi kan göra det bättre nästa gång, och därför bjuder vi på startavgiften för nästa års lopp till de löpare, som vi har gjort fel för. Vi betalar också hotellrum i en eller två dagar om det finns behov för detta.

Niels Jorgen berättar också att de löpare som kontaktat tävlingskontoret p.g.a. fel i tidningen Politiken har fått rättelse och har fått korrekt diplom hemsänt. Om det kommer senare anmärkningar har dessa fått ett nytt diplom. Nu har vi dock inte längre kvar materialet från 1997 års tävling, så därför kan vi nu inte göra några ändringar.

Han tillägger: - Hvis man vil have et fejlfrit lob skal man ikke lobe i Kobenhavn. Det var väl en skön kommentar!!!

Var löper man ett felfritt lopp? Kanske i Berlin, Hamburg eller Frankfurt, där man prioriterar noggrannhet framför flexibilitet och spontanitet.

Du som anser Dig orättvist behandlad vid fjolårets maratonlopp, och i likhet med Åsa och Tommy Crusenborg ej fått rättelse trots påstötning, kontakta undertecknad så skall jag vidarebefordra vederhöftiga klagomål till Niels Jorgen!

Jan Lind

Spring Maraton i Köpenhamn

Copenhagen Marathon

Söndag den 17. maj 1998 - 6.000 löpare och kanske Du?

Copenhagen Marathon avgörs 1998 söndagen den 17. maj. Loppet startar kl. 9.30 på Vester Voldgade vid Rådhuspladsen.

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

På tävlingsdagen 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 snarast.

KUPONGEN SKICKAS TILL:

Copenhagen Marathon, Gunnar Nu Hansens Plads 11,
DK-2100 Kbh. Ø, Tlf. +45 35 26 69 00 - Fax +45 35 38 69 03

Jag vill ha en inbjudan till Copenhagen Marathon 1998

Namn _____

Adress _____

Postadress _____

KALLELSE

Svenska Marathonsällskapets medlemmar kallas härmed till

ÅRSMÖTE

Dag och tid: Lördagen den 25 april 1998 kl. 17.00. Direkt i anslutning till Säter Maratons prisutdelning.

Plats: Klockarskolan, Säter.

Innan årsmötet finns möjlighet att springa Sätermaran med start kl. 11.00.

Mötet börjar med en enklare förtäring som Sällskapet bjuder på.

Varje medlem äger rätt att inkomma med motioner till årsmötet. Stadgarna föreskriver att motioner inlämnas till styrelsen senast 14 dagar före årsmötets hållande.

Motioner skickas till *Svenska Marathonsällskapet*,
Box 218, 101 24 Stockholm.

Såsom tidigare år kommer någon intressant gästföreläsare.

Vi sätter stort värde på att just Du deltar i mötet och att Du föranmäler Dig.

Föranmälan till mötet lämnas till Marathonsällskapets ordförande Sanne Hermelin, tel 08-7611107 (kvällstid) eller e-mail: sanne.hermelin@hotmail.com, som även kan bidra med ytterligare upplysningar.

Upplysningar om Säter Maraton kan erhållas av Evert Jonsson, tel 0225-51563.

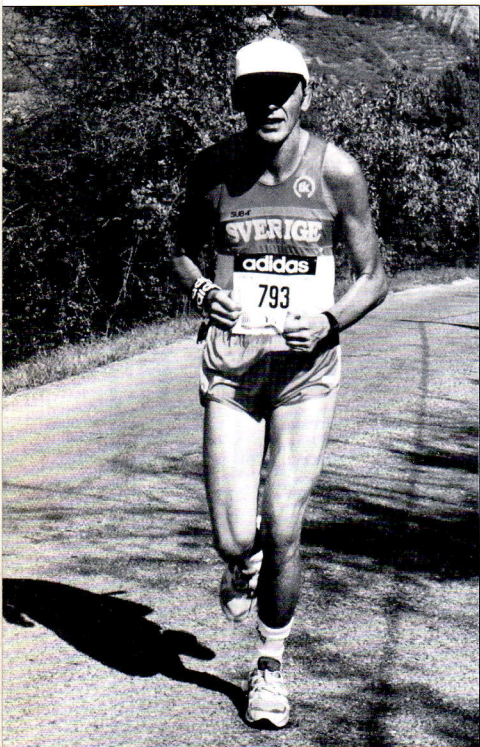
För styrelsen 20 januari 1998

Sanne Hermelin

Ordförande

Millau de 100 km

27 september



Robert Alnebring under 100 km de Millau, 1997.

I Skandinavien är lopp längre än maran något utöver de flestas begreppsvärld. Eftersom jag ville ha något längre och varken Hultsfred eller Trollöpet låg passade i tiden sökte jag mig till Frankrike där långloppen är betydligt vanligare. Det blev Millau 100 km.

Millau ligger 10 mil norr om franska Medelhavskusten. Jag

kom dit med buss från Montpellier. En fransman bredvid mig berättade att det var en tuff bana med mycket backar. När jag såg det vackra bergslandskapet insåg jag det här nog var något annat än Hultsfred eller Bålinge.

Omkring 1500 löpare stod på startlinjen vilket kan låta mycket men betydligt färre än toppnoteringen på 3600 startande. Av vad jag såg i startlistan så var 6 av dessa 1500 utlänningar. Klockan 10.00 ger vi oss iväg på den "lätta" första slingan om fyra mil. Flera löpare hade intygat att svårigheterna började först på andra varvet. Ja den biten var så lätt att den inte ens fanns med på banprofilen. Min uppfattning om dessa är att det var mer backar där än i Stockholm och Oslo Maraton, tillsammans.

Välfyllda – men långt emellan

Vätskestationerna var välfyllda med mat och dryck, Nackdelen var att det på sina håll var långt mellan dem. Speciellt med tanke på att det är soligt och ganska varmt, lite drygt 25 grader. Att det var långt mellan kontrollerna var de flesta medvetna om. De hade nämligen försett sig med en hjälprea som cyklade bredvid och servade med mat, dryck, dusch och musik efter önskemål. Lite avundsjuk var jag allt men å andra sidan, när jag började se tillräckligt trött och eländigt ut så bistod "hjälptryttarna" gärna med något att dricka.

Efter fyra mil är vi tillbaka i Millau och varvar inne i idrottshallen. Den återstående biten är en vändpunktsbana med två mindre berg att passera. Strax efteråt börjar den första riktiga backen. När det är som tyngst går jag med händerna på knäna. Det bättrar inte på självförtroendet när Pélrot Foo-

tings damlag joggar förbi i backen.

En mil innan vändpunkten i St Affrique kommer det andra berget. Vändpunkten hägrar och de sista 7 km dit gick på 35 minuter. Att det var kontinuerlig nerförsbacke hjälpte lite också. Att komma tillbaka till backkrönet tog dubbelt så lång tid. Totalt låg höjdskillnaden på cirka 1000 m. Vilket gör Millau till ett av de tuffaste 100 km i Frankrike.

Finns det växlar på rullstolar?

Först i mål var rullstolsåkaren Alexandre Calaze, 6.24 behövde han för de tio milen. Finns det växlar på rullstolarna eller hur kom han upp för backarna? Backarna var av den kalibern att inte alla cyklister orkade upp. Segrade i herrklassen gjorde för tredje gången Bruno Larroche. Han genomförde ett taktiskt lopp och tiden blev för honom ganska måttliga 7.44, trekvart över sitt pers på banan. I damklassen vann debutant på 100 km, Corinne Favre, det var nu inte någon större sensation då hon tillhörde världseliten i långa bergslopp. Jag tog 12.12 på mig att komma runt.

Det var en positiv upplevelse att springa i Frankrike. Jag blev mycket väl bemött, kanske beroende på att jag var den mest långväga gästen, så det blir nog något mer lopp nästa år. I Frankrike går det årligen omkring 20 stycken 100 kms lopp. De tre främsta efter vad jag förstått är Millau, Clerder och Belvès. Clerder går vid Bretanges kust i slutet av augusti. Det är det största loppet efter Millau. Belvès har en vacker och ganska tuff bana i natursköna omgivningar och historiska minnesmärken. 1998 går loppet 25/4. Jag har inbjudningar för den som är intresserad.

Robert Alnebring

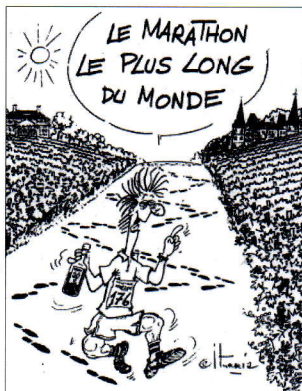
Medoc Marathon 6/9

Det har varit en del diskussioner om vad seriös marathondlöpning är. En sak är säker, Medoc Marathon är inte seriöst, men skoj är det. Det är även känt som vinmaran, eller världens längsta marathons.

Antalet deltagare har stigit år

romare mm. Det verkar även vara någon form av lagtävling i utklädnad då man ser hela flockar av ankor, grottmänniskor, dalmatiner (minst tre flockar) kedjefångar och kilometerskyltar (inte riktigt alla 42 kilometrarna men nästan).

Till feststämningen bidrog även



Löpning en idrott med långa traditioner. Något som dessa grottmänniskor vill visa.

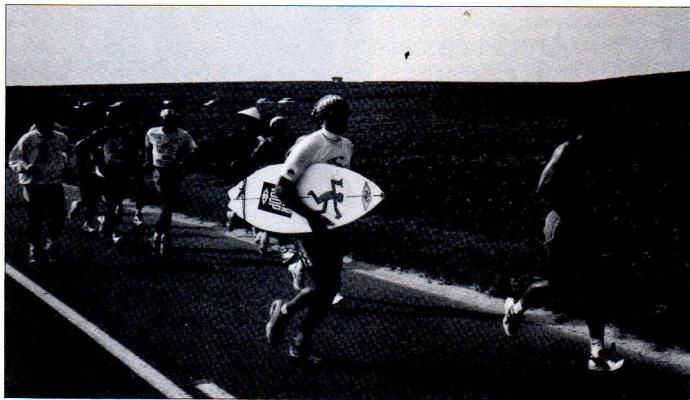
Text och foto:
Robert Alnebring

från år. Det här var 13:e upplagan och 7800 löpare hade anmält sig. En stor nordisk kontingent var där; svenskar, norrmän och även danskar, som jag inte såg så mycket av på banan men deras fans vann supporterkriget klart.

Som vanligt innan en större mara är det pastaparty, här är det med betoning på party. Nåja, det dansas inte på borden. Så länge jag var kvar höll man sig till att dansa på stolarna.

Väl på startlinjen uppenbarar sig en brokig skara och då menar jag brokig skara. Mer än hälften av löparna är utklädda. Det mesta man kan tänka sig och en del därtill förekommer. Bland annat påfåglar, hippies, obskyra transvestiter,

"Surfs up, dude" men var är stranden? För övrigt kan noteras att tekniken går framåt. Denna moderna surfare med plastbräda var betydligt snabbare än sin kollega i bastköl och träbräda. I alla fall på land.





Runners high, bilderna av runners low censureras av hänsyn till inblandade parter. Här är det vår norska reseledare Norunn som verkar trivas.

det 30-tal orkestrar som spelade efter banan. Rock & Roll Maran i Californien får anstränga sig om de ska kunna konkurrera. Det här med att över hälften skulle vara utklädda gäller bara löparna. Andelen utklädda i publik och bland funktionärer var något lägre. Fantasin var det dock inget fel på.

Ryktet till trots så var det ont

om vin vid kontrollerna de två första milen och vi fick nöja oss med att titta på vinrankor och vinslott. Därefter blev det lite ordning. Jag fick det till att det var 12 ställen med vin. Det serverades genomgående rött förutom vid 37 km. Där fick vi vitt till ostronen. Vid nästa kontroll serverades entrecote och följaktligen rött igen. Det var för

övrigt sista kontrollen om man bortser från sminkkontrollen vid 41, som under mottot "Gå i mål som en skönhet" fräshade upp löparna.

Först i mål var var Philippe Remond med tiden 2.27. Endast segerusig enligt uppgift men med tanke på att han är Frankrikes bästa maratonlöpare, god för minst en kvart bättre, så vet jag inte. Sin egen vikt i vin fick han i alla fall. Första dam i mål var Anne Dieltiens på 2.55. Man kan inte säga att resultatnivån var jättehög, lite drygt 1% av löparna kom i mål under 3 timmar Cirka 20 % kom i mål under 4 timmar, med en koncentration runt 3.50. Så om någon vill placera sig högt upp i ett stort lopp kan det här vara något, men då har man nog missat något ändå.

Dagen efter loppet var det vinpromenad. Deltagarna fick en varsin kåsa att låta sig smaka av vinet vid kontrollerna. Kontrollerna låg lite tätare än under loppet så även om det bara var en mil så tog det några timmar. Efter promenaden var det lunch och fortsatt fest. Som sagt inte något av det mest seriösa men roligt var det.

Ölands Marathon

med veteran- SM

Årets semester-
och familjemara

Lördagen den 15 aug. 1998
kl. 16.00

Inbjudan och upplysningar:

Höby IF
Box 92, 380 74 Löttorp
Tel och fax: 0485/205 64

STOCKHOLM ROAD RUNNERS CLUB	
	1998 LÖPRESOR 
26 april Flora London Marathon 24 maj Prag International Marathon 19-25 juli Tour of Tameside-Manchester GB Nyhet! Sex etapper totalt dubbla Maratondistansen 20 september Berlin Marathon Nytt Datum! 10 oktober Peking International Marathon Nyhet! 1 november New York Marathon 22 november Lissabon Marathon 31 december Sylvesterloppet Sao Paulo Boka redan nu Millennium-resan (1999/2000)	
Information & Katalog SRRC, Box 446, 18426 Åkersberga. Telefon 08-540 66948 (vardagar mellan 15.00-17.00) Fax 08-540 66949, e-mail: peterf.ronhill.srrc@swipnet.se Peter Fredriksson Intertours: Box 19014, 10432 Stockholm. Telefon: 08-159590 Fax: 08-159540. Resetekniska frågor: Carl-Eric Nilsson	

Vi reser till Hamburg -Följer Du med?

Vi reser till Hamburg Marathon fredagen 17 april med båt från Göteborg till Kiel och därifrån på lördag f.m. med buss vidare till Hamburg. Vi tar in på Hotel St.Raphael, som är ett hotell av mycket hög standard (4 stjärnor av 5 möjliga) i hjärtat av Hamburg.

Där stannar vi två nätter och startar hemresan via Kiel på måndag e.m. Hemkomst till Göteborg tisdag morgon.

Totalpriset från Göteborg inkl. båtresa i fyrbäddshytt, dubbelrum på Hotel St.Raphael och frukost alla fyra dagarna (lördag-tisdag) blir **2320:-**. Avbeställningsskydd tillkommer.

Enkelrum resp. bättre hyttplats kan ordnas mot tillägg.

För buss- eller tågresa Stockholm-Göteborg tillkommer 340-600:- beroende på resväg och bussbolag. Billigast är Sjöfölebus med avgång från Cityterminalen i Stockholm kl.10.30. Denna går via Kristinehamn-Karlstad-Säffle (naturligtvis)-Mellerud. För samma pris, 340:- t.o.r. kan Du även åka från Cityterminalen kl.9.55 via Strängnäs-Eskilstuna-Örebro-Lidköping-Trollhättan.

För de som ställer upp i maratonloppet tillkommer **startavgiften c:a 400:-**.

Vi har endast preliminärbokad tre enkelrum och sex dubbelrum så sätt in Din **anmälningsavgift 400:-** snarast möjligt om Du vill vara säker på att komma med.

Förhoppningsvis kan vi ordna flera hotellrum, men Hamburg är en populär stad och flertalet hotell är fullbokade långt i förväg. Först till kvarn

Anmälningsavgiften 400:-, eller hela kostnaden 2320:- om Du så vill, insättes på postgirokonto 45 72 11-1, JFF Resor.

13. Shell Marathon in Hamburg am 19. April 1998

Deutschlands größter Marathon im Frühjahr

AUSSCHREIBUNG
anfordern über:

Shell Marathon
Postfach 60 62 20
22254 Hamburg

Telefon 040-616773
Telefax 040-614978

HLV.SHELL
Marathon
@t-online.de

http://www.championchip.de/SHELL_Marathon



AIMS

Hamburg Messe



Märk talongen "Hamburg Marathon".
Ytterligare information kan Du få per
tel. 08-532 540 01 (Micke), 08-626 94 49
(Janne) eller 08-580 306 14 (Per-Arne).

Stefan Karlsson, Göran
Önnerby, Leif Svens-
son, Leif Skogland och
Börje Mattisson m.fl. vid
kamratmåltiden efter
1994 års Hamburg
Marathon.

När novemberdimmorna här hemma var som mest deprimerande, var jag och ett gäng andra maraton- och halvmaratonlöpare med åtföljande supporters lyckliga nog att kunna fly eländet för en semester på Cuba och i samband med den delta i Havanna Marathon. Vi var 20 personer som valt att följa med RWW, d.v.s. Sven och Carola Boquist, på detta äventyr.

Havanna Marathon

Nummerlappsutdelningen bakom galler – en tålamodsprövande tillställning.



På utresan hade vi en övernattnig i Madrid, innan den verkliga maratonfligheten (i dubbelbemärkelse) tog oss till José-Marti-flygplatsen i Havanna. Vi blev snart varse, att vi befann oss i Castros "förlovade land", med dess märkliga blandning av ineffektivitet och kontrollhysteri. Våra resväskor slängdes ut i ankomsthallen i en enda röra, och vi sprang hinderlopp för att hitta dem. Innan vi släpptes ut ur hallen, stod några bistra poliser och kontrollerade, att numren på bagagetagarna stämde överens med numren på våra inlämningskvitton.

På bussen ut till hotellet stirrade vi storögt på halvt fallfärdiga gamla palats och patriciervillor i pampig stil med fantastiska pelargångar mot gatan. Vi konstaterade snabbt, att målarfärg, putsbruk och glasrutor måste vara bristvaror här.

Men Havanna är också kont-rasternas stad. När bussen körde upp utanför vårt hotell, visade det sig vara ett tjuusigt komplex med saltvattenspool och flera restauranger, ja överhuvudtaget möttes vi av en lyx, som vi inte kunnat drömma om att finna HÄR, bara några kvarter från de bedagade, halvt förstörda husen.

Cuba satsar på turisterna

På Cuba satsas emellertid allt på turisterna, medan lokalbefolkningen lever på ransoneringskortens knappa tilldelning. Månadslönerna för alla yrkeskategorier ligger på motsvarande 12-20 dollar, fast de utbetalas förstas i pesos, den lokala valuta, vilken man som turist knappast kommer i kontakt med. Eftersom bensin är en bristvara, tar man sig ofta till jobbet cyklande eller med kollektivtrafikens gratisbussar, som kallas "Kameler" p.g.a. sin buckliga form. Det är trängsel och evig väntan varje dag på väg till jobbet. Busstidtabeller existerar inte. "Kamelerna" sägs kunna rymma över trehundra personer, förmodligen i dubbla lager ovanpå varandra. Vi tyckte, att risken att bli ihjälklämd verkade vara alltför stor, så vi avstod från att pröva detta färdmedel.

Dollarn är hårdvaluta på Cuba, och den är också det enda som accepteras av "The American way of life". Det har följaktligen vuxit fram en ny överklass, som består av dem som arbetar i turistnäringen och kan få några dollarsedlar i dricks. Lycklig är också den som äger en

gammal risig amerikanare från för-castroisk tid. En sådan kan nämligen användas som "svarttaxi" för turisttransporter. Otaliga var de Impala och Customline som vi såg stående längs gatorna med uppfällda motorhuvar omgivna av ett gäng svettiga kubaner med huvudena nere i motorrummet frenetiskt arbetande på att få ögonstenen körduglig igen. Körduglig och körduglig! Jag åkte med flera av dessa bilar och satt med hjärtat i halsgropen och magen på ungefär samma nivå, för fjädring och fungerande bromsar verkade betraktas som en onödig lyx här.

Före ett maratonlopp måste man ju anmäla sig och hämta ut en nummerlapp, och detta blev en farsliknande historia. Efter ett långt köande utanför ett galler blev vi till sist lotsade till en annan kö innanför galleret, vilken ledde fram till ett litet rangligt skrivbord, där vi lyckades få ut ett registreringsbevis, men att samtidigt få betala och ta med sig sin nummerlapp därifrån var alltför enkelt. Detta fick man inte göra förrän nästa dag, fastän vi såg nummerlapparna ligga där i en prydlig hög på samma skrivbord. Följande dag upprepades alltså proceduren, men det tog då dub-

Text: Birgitta Jarring • Foto: Stig Jarring

belt så lång tid, innan nummerlappen äntligen var betald och överlämnad.

Nervpåfrestande upplevelse

Det här kan ju tyckas vara enbart gnäll, och då undrar säkert någon, varför man utsätter sig för sådant frivilligt och inte väljer andra resmål. Då måste jag anföra till försvaret, att det just är dessa annorlunda och ofta nervpåfrestande upplevelser, som gör resorna så roliga och minnesvärda – framför allt EFTERÅT. Effektivitet och perfektionism har vi ju hemma i rikt övermått. Vem kommer ihåg särskilt mycket från nummerlappsutdelningen vid Stockholm Marathon? Förresten måste den ju vara hopplost överorganiserad och överdimensionerad, eftersom det här räckte med ett skrivbord och tre kubaner, för att alla i sinom tid skulle få sin lapp! Mässan var ersatt med en intensiv byteshandel på platsen utanför Capitolio Nacional (kopia av Capitoleum i Washington), där start- och målplats var belägen. Irättvisans namn får man väl nämna, att de båda maratontoppen skiljer sig något åt i storlek. Här sprang ca 200 personer helmaran, och två till tre gånger så många deltog på halva distansen.

Att loppet skulle bli en rätt plägsam upplevelse, det anade vi redan efter första morgonjoggen torsdagen före loppet då vi kände hettan och luftfuktigheten slå emot oss när vi stegade ut från hotellet. Med stor möda lyckades vi tillryggalägga 6-7 km i ynkligt tempo.

Vi hade emellertid några dagar på oss att akklimatisera oss och njuta av solen, bada i den naturliga saltvattensbassängen, strosa omkring i den vackra Habana Vieja ("Gamla Stan" – sedan 1982 av FN skyddat kulturminnesmärke) och besöka en cigarrfabrik där flinka händer rullade cigarrer till ackompanjemang av en högtalarröst som oavbrutet eldade på med propaganda och uppbygglig information. Guiden hade stora problem med att göra sig hörd. Vi såg husväggar med bilder av Che Guevara och Fidel Castro i jätteformat och poli-



Starten har gått.

tiska slagord målade på plank och fasader. När vi promenerade omkring, kunde man mitt i allt förfall ändå ana, hur vacker staden en gång varit – en verkligt bedagad skönhet.

Sex förhoppningsfulla

Så kom då äntligen maratondagen. På helmaratonsträckan var vi sex förhoppningsfulla från vårt gäng som ställde upp. Men vi fruktade värmen, som på dagen stiger upp till ca 30 grader. Redan vid starten klockan sju var det otroligt hett.

Stig Johansson från Tibro, genomblöt men med spänst i steget. Foto: Stig Jarring.



Luftfuktigheten låg på runt 90 % och det var nästan vindstilla. Glada kubaner flockades runt oss och ville prata. Ack, om man behärskat spanska! Teckenspråk fick duga. Bristen på löparkläder och framför allt löparskor var påfallande. En del sprang barfota, några flickor sprang i sockiplastliknande fotbeklädnader (förekom på flickgymnastik på 50- och 60-talet), en del hade något som liknade gamla basketkängor med nerslitna sulor och lufthål vid tårna. De tittade förstås långtansfullt på våra fantastiska fotbeklädnader.

Märkligt nog blev vi vid starten utrustade med var sitt chips (!) fastsatt på ett armband, vilket vi vid målgång skulle trycka mot en platta och sedan lämna ifrån oss. Detta IT-ålderns under hade vi absolut inte väntat oss att finna här! Nämnas kan också, att vi fick både medalj och T-shirt som minne av loppet.

Iväg bar det alltså, och i bakhuvudet ringde alla varningsord om att dricka mycket, gå ut försiktigt och hålla huvudet kallt i alla bemärkelser. Det var utlovat vätskekontroll varannan kilometer, och ibland stämde det, men långtifrån alltid, och på en del kontroller var

vattnet slut när jag kom. Tack och lov för vätskebältet! Vatten delades ut i helt vanliga plastpåsar, ibland hopknutna, ibland inte. Jag använde det mesta av vattnet jag fick till att hålla över mig, eftersom jag såg hur tunnorna, som vattnet togs ur, såg ut. Det verkade emellertid som om de som drack av det "officiella" vattnet inte blev dåliga av det. Våra reseledare och närmast sörjande familjemedlemmar stod utposterade vid 18, 31 och 39 km. Banan var en tvåvarvsbana inne i centrala Havanna. C:a 6 km gick längs Malecón, strandpromenaden utmed Floridasundet, och jag hade hoppats på lite svalkande vindar på denna sträcka. Men ack, vad jag bedrog mig! Om det överhuvudtaget fanns någon vind, så kom den bakifrån och kändes absolut inte. Det var bara att bita ihop, och varje kilometer kändes som minst fem. Till råga på allt fanns det några ganska långa backar på banan.

Jag såg inte mycket av reskamraterna, men fick många tillfällen att prata engelska, tyska och franska. Det var faktiskt 26 olika nationer representerade i loppet. För första gång var även löpare från USA där, men säkerligen hade de kommit på omvägar via Kanada eller Mexiko.

Här gäller det att överleva

När jag hade tillryggslagt första varvet, kände jag mig ungefär lika matt som efter en hel mara hemma. Jag blev allvarligt oroad, när jag tänkte på, att jag skulle springa ett varv till. Publikstödet var inte speciellt upphetsande. Ibland hördes några enstaka tillrop på spanska, och en del förbipasserande i bilar sträckte ut handen och gjorde tummen upp. En cykeltaxiförare cyklade vid sidan av mig flera kilometer, skattande, grimaserande och ivrigt pekande på baksätet. Men jag lät mig inte övertalas. När jag äntligen kom fram till 31 km, där några av de våra stod, drack jag rejält med coca-cola (inhemsk kopia förstås), fick vätskeflaskorna påfyllda och stapplade vidare. Jag passe-

rade förbi några lösa getter, som betade på en liten grässträng invid gatan, jag såg det pompösa Revolutionsmonumentet på avstånd och gnetade vidare...vidare. Äntligen stod Sven där vid 39 km och bjöd på sockerkaka! Först nu kände jag mig tämligen säker på att jag skulle klara mig i mål. Kilometertider och kalkylerad sluttid intresserade mig inte ett dugg. Här gällde det att överleva! Och så såg jag då MÅLET! Äntligen framme! Jag fick min medalj, blev avprickad och konstaterade, att Swiss Alpin (67 km) varit rena barnleken jämfört med detta. En del av halvmarans manliga deltagarna, som gått i mål långt tidigare, hade vid målgången fått några lustiga saker som de först trodde var ballonger. Det visade sig vara något helt annat, kanske utdelat med tanke på att det fanns massor av moderna varianter av "flickan i Havanna", som gärna ville tjäna ihop dollar!

Inte en enda ur resällskapet

lyckades pressa sig under fyratim-marsgränsen på helmaran, och en av oss fick tyvärr åka ambulans till sjukhuset efter att ha drabbats av kollaps bara någon kilometer före målet. Honom var det verkligen synd om. Emellertid dök han upp på hotellet lite senare, fullpumpad med näringslösning, ganska pigg men självklart besviken.

Åskväder

Tio minuter efter min målgång bröt ett tropiskt oväder ut. Det var som om himlen öppnat sig. Målområdet och alla gator förvandlades till decimeterdjupa sjöar. Trappan ner från Capitolio blev ett brusande vattenfall. Blixterna var av ett format som jag aldrig förut skådat, och åskknallarna var så starka att det gjorde ont i öronen. Många löpare var fortfarande kvar ute på banan, däribland en av de våra. Han lyckades med Svens hjälp vada i mål. De flesta av de vägvisande

Strax målgång för Lars Sundström från Luleå.



funktionärerna hade nämligen tagit skydd mot ovädret, så det gällde att själv veta vägen till målet. Även jag och några av kamraterna tog skydd i en pelargång. Så småningom vadade vi emellertid iväg och haffade en rostig gammal Lada, som hackande och hostande forslade oss genom vattenmassorna ut till hotellet på omvägar. Den vanliga vägen var nämligen oframkomlig efter att en vägtunnel blivit helt vattenfylld.

På kvällen blev det förstås en segermåltid, och alla plågor var bortglömda.

Följande dag åkte en del av gänget till Varadero, en badort 15 mil öster om Havanna. Där fick vi

njuta av sol och bad, cykelturer i omgivningarna och härliga joggingturer längs den långa sandstranden på morgnarna. Varadero är emellertid inte Cuba "på riktigt", utan till största delen uppbyggt för att tilltala turisterna. Det äkta Cuba hade vi fått uppleva i Havanna, och det är de dagarna som kommer att stanna kvar i minnet, dagar och upplevelser som var annorlunda, låt vara ibland irriterande, men mycket kubanska.

Till sist en summering:

ResINTE till Havanna Marathon, om du är mycket beroende av ordning, reda och effektivitet, eller om

du absolut vill göra en bra tid.

RES DIT om du vill uppleva något annorlunda, spännande och kan överse med att allt inte fungerar lika bra som hemma och kan acceptera, att din tid blir sämre än vanligt.

P.S. Om ni vill skänka avlagda joggingskor eller andra löparprylar till Cubas fattiga löpare, så har Sven Boqvist lovat, att ta emot detta i RWW:s monter vid nummerlappsutdelningen inför Stockholm Marathon, och sedan ta med dem som extra bagage när han åker till Cuba nästa år. Kanske följer du förresten själv med dit?

Värningskampanjen-97:

Lennart Carlander åter förkrossande överlägsen!

Naturligtvis var det ingen som kunde hota **Lennart Carlander** från att för tredje året i rad överlägset vinna värningskampanjen. 2 av 3 nya medlemmar är det Lennart, som svarat för.

Nedanstående slutsummering är preliminär, eftersom alla inbetalningar ännu inte har registrerats.

1. Lennart Carlander	55
2. Anders Jansson	4
3. Anita Hansen	2
Ing-Marie Hugosson	2
Göran Andersson	2
Gunnar Sundstrand	2

En ny medlem har värvats av Börje Mattsson, Matz Zetterlund, Ann-Marie Andersson, Richard Friedl, Paul Medeson, Gunilla Franzén, Karl-Erik Törnqvist, Kauko Kaikkonen, Lars-Olof Israelsson, Roger Pistol, Stig Hörberg,

Åke Mattsson, Lotta Svärd och Johan Olausson.

Lennart får ett resestipendium (100:- per tre värningar). Anders får välja mellan T-shirt, löparmossa eller Ulf Johanssons nya löparbok, som ges ut av Svenska Marathon-sällskapet senare i år.

Övriga får välja mellan klubbhål, souvenirvimpel, klisterdekal (1 ark å 4 st.) eller överallmärke.

Hör av er per brev, fax, E-mail eller per tel. direkt till Birgitta Jarring och tala om vilket pris som önskas.

Förutom dessa priser kommer vi i samband med årsmötet i Säter att lotta ut 1 st. tävlingsdräkt och 10 st. T-shirts.

I och med årsskiftet börjar en ny värningskampanj under tiden 1 januari-31 december 1998. Mera om denna i nästa nummer! VÄRVA OCH VINN!

Jan Lind

STJÄRNGLANS ÖVER BOVALL



Bovallstrand i norra Bohuslän är numera etablerad ort för marathonlopp. I maj springer vi två gånger runt Botnafjorden för en helmara. I oktober går den omskrivna Skogsmaran och sedan 1996 finns också en mara på luciadagen i karg bohuslänsk miljö.

Premiären drog bara dussinet löpare. Nu i december utökades deltagandet till

26. Vilket marathonlopp kan redovisa en sådan procentuell ökning?

Enstjärna delar jag ut inte bara för att det var Lucia. Ivar Fjeldbo & Co skall ha stort beröm för

- en utomordentligt vacker och omväxlande bana. Vi sprang 8 varv och log (om vi orkade) igenkännande mot alla husknutar, sjöbodar, havsvikar och skogspartier. Vi hade tur med vädret +2 grader och uppehåll. Som alltid när Ivar är i farten blir det tufft. Bohuslän inbjuder inte ofta till slätlöpning men Ivar hade lyckats med en populär kombination.

- fina arrangemang med klara kilometermarkeringar och snitslingar. Vätska och tilltugg vid varvning. Marschaller lyste upp och ärtsoppa, kaffe och bröd serverades efter tävlingen. Jag försäkras - ingen gick hungrig från det bordet.

- lågt pris, vänligt bemötande och gemytlig stämning. Diplom och plakett till alla. Specialpriser till de bästa.

Ett tack också till Friluftsrådet i Sotenäs men vi fick en känsla av att det är Ivar som ligger

bakom allt. Men nog är han väl ensam. Tävlingsdagen behövs flera hjälpande händer.

Med hemmasonen Olle Rundberg i hälsarna segrade Mats Leandersson från Solvikingarna. Extra roligt är att notera att veteranen Per Adolfsson åter är på väg uppåt i resultatlistorna efter sin skada. Alla tider på annan plats.

Ivar har alltid idéer. Nu funderar han allvarligt på att lasta på oss ännu mer. Han spekulerar en-

ligt uppgift i att ordna en parloppning längs hela Soteleden. Det borde bli så där 6 mil. Och 5 kg gemensam packning är utlovad. Den starke får hjälpa den svaga. Nej förresten, svaga gör sig icke besvär. Att vi dras mer och mer åt överlevnadsprojekt finns det många tecken på. Lagg Dig i träning - lär Dig koka soppa på lav och fånga fisk i bäckar. I väntan på en ny inbjudan.

Sune Hjalmarsson



Boovallstrand:

Lucialopp; maraton, halvmaraton, 10 km 5 km:

Maraton 42 km

M 45

1. Mats Leandersson Solvikingarna	3.09.24
(totalvinnare)	

M seniorer

1. Christer Svantesson Lidköpings IS	3.23.02
2. Magnus Frisén do	3.59.57

M 35

1. Conny Persson Volvo IF	3.33.53
2. Göran Åberg Chalmers OL	4.31.22

M 40

1. Per Wengström SK Efsborg	4.03.18
2. Conny Adolfsson IK Ymer	4.50.26

M 45

1. Anders Krappe Laholms IF	3.22.09
(Krappe 100:e maratonlopp)	

2. Claes-Gunnar Ragéres Lidköpings IS	4.22.51
3. Håkan Pettersson Enator Gbg	4.24.24

M 50

1. Olle Rundberg Bovallstrands IF	3.11.38
2. Peter Hansson Solvikingarna	3.28.51

3. Lennart Skoog Stenungsunds OK	3.32.30
----------------------------------	---------

4. Kaj Johansson Lear Tanum	3.46.15
-----------------------------	---------

5. Bosse Holm Solvikingarna	4.16.40
-----------------------------	---------

6. Stig Söderström Kvamsvedens GOLF	4.18.35
-------------------------------------	---------

7. Kent Johansson Solvikingarna	4.40.16
---------------------------------	---------

M 55

1. Kjell Birkeland IK Grane, Norge	4.05.30
------------------------------------	---------

M 60

1. Gilbert Hermansson Brattås CK	3.26.35
----------------------------------	---------

M 65

1. Börje Mattiasson Laholms IF	3.56.30
--------------------------------	---------

2. Sune Hjalmarsson Uddevalla SK	4.23.24
----------------------------------	---------

3. Per Adolfsson IK Ymer	4.29.13
--------------------------	---------

Maraton K

1. Gunilla Franzén IFK Strängnäs	4.42.43
----------------------------------	---------

1. Bertil Hellberg Fjällbacka	2.01.40
-------------------------------	---------

1. Bertil Hellberg Fjällbacka	2.01.40
-------------------------------	---------



Blandad *statistisk* kompott ...

Det centrala inom all tävlingsidrott är själva tävlingen och kampen om segern och placeringarna därefter. Det primära är då resultatlistan och det sekundära statistikredovisningen! Om det viktigast inte är att hålla statistikerna sysselsatta uppkommer frågorna: Är maratonsstatistik självbedrägeri, och är det verkligen nödvändigt? Ni, bästa läsare, minns nog frågeställningen från nr 6/97 – men var förstås inte nöjda med svaren, därför kommer här och nu en utförligare analys.

Som alla vet är ett maratonresultat ett givet resultat uppnått en viss dag på en viss plats oavsett kontrollmätning av banan, när tävlingen utlysts som ett maratonlopp dvs 42195 meter. Då är givetvis placeringen och resultatlistan det "enda" intressanta. Eftersom det är omöjligt att jämföra olika vägbaner på grund av de växlande banprofilerna – skall därför vägstatistik slopas? Blir därför alltid maratonsstatistik kurios? Svaren på båda frågorna blir NEJ! Vägstatistik är alltid meningsfull och blir aldrig kurios om banorna kontrollmäts... om det garanteras att ingen springer för kort distans. Då blir det aldrig självbedrägeri och alltid nödvändigt! Om en vägbana aldrig ändras blir vägstatistik ännu mer meningsfull och seriös. Årsbästatistik (maraton) från 1982 har varit sann och meningsfull, men absolut inte genom-tiderna-statistik med resultat medtagna före det året då ingen visste de sanna banlängderna. Då är ordet kurios... Om man inte vill vänta sisådär hundra år på att alla resultat före 1982 blir för dåliga vid en listning av alla svenska löpare under 3 timmar – hur gör man då lämpligast? Jo, gör två listor: en med alla resultat från 1982; den andra med resultat t.o.m. 1981, men "krydda" inte med "korta maran" cirka 40 km... De "gamla" skall inte behöva lida därför att det saknades banmätarkurser, men gör det nog ändå när deras resultat inte accepteras i seriösa listor...

I banlöpning t.o.m. 30000 m noteras officiella rekord, därför att banprofilerna är identiskt lika och statistiskt jämförbara oavsett tävlingsort. Det är klart att väder och vind kan påverka resultaten så att förutsättningarna blir olika och jämförelserna orättvisa av pseudokaraktär, som det ofta blir i utomhustävlingar. Den allra största roll spelar väd-

ret vid maratonlöpning, men statistik blir ändå aldrig kurios om banlängden är korrekt. Däremot blir alltid manuella sprintertider pseudostatistik för att exemplifiera. Officiella maratonrekord blir det endast om reglerna ändras, så att 42195 m får rekordstatus på bana/arena, och förstås att det finns rekordsugna löpare. Masstävlingar som på väg blir det aldrig naturligtvis, och det är heller inte meningen. Visst går det att argumentera mot banmaror och halvmaror också för den delen, och påstå att dessa distanser är hävdvunna landsvägslopp. Men å andra sidan är just maraton en klassisk internationell sträcka, som borde få officiell rekordstatus, eller hur! Det är en framtidsvision... Men det är inte förbjudet att testa banmaraton redan nu, men resultaten medtas då inte i SFIF:s statistik och betecknas "privat uppvisning"...

Eftersom årsbästa- och genom-tiderna statistik presenteras i nästan vilken löpartidning som helst som "var mans egendom" – skall Ni för första gången i "Marathonlöparens" över trettioåriga historia få tillfälle att studera rekordutvecklingen eller om Ni vill svenska- och världsrekorden genom tiderna. En del tider får man ta med en stor skopa salt på grund av bristande kontrollmätning...

Svensk rekordutveckling – Maraton

MÅN				
3.07.50,8	John Svanberg	London	24,7	1908
2.40.34(bana)	Thure Johansson	Stockholm	31,8	1909
2.36.05,6	Alexis Ahlgren	London	31,5	1913
2.31.32	Henry Palmé	Halmstad		1938
2.31.12	Gösta Leandersson		5,9	1948
2.29.19	Gustaf Jansson		3,8	1951
2.29.02	Gustaf Jansson			1952
2.26.07	Gustaf Jansson	Helsingfors	27,7	1952
2.25.40	Evert Nyberg	Kosice	16,0	1955
2.22.05,4	Thomas Nilsson	Kosice	7,10	1956
2.18.32	Erik Östbye	Helsingborg	26,8	1961
2.18.04	Urban Larsson	Handen	17,6	1972
2.17.58	Owe Malmqvist	Åbo	7,4	1974
2.15.38	Peter Fredriksson	Boston	21,4	1975
2.15.01,9	Göran Bengtsson	Prag	3,9	1978
2.11.02	Tommy Persson	Columbus/Ohio	16,11	1980
2.10.38	Kjell-Erik Ståhl	Helsingfors	14,8	1983

Kommentar: Förteckningen är inte invändningsfri, men kan inte sammanställas mer konsekvent. Vid en kontrollmätning med nuvarande säkra metoder skulle inte många banor hålla måttet. Därför valdes hellre "fria än fälla". Om jag offrat min bekvämlighet och tyckt det var livsviktigt skulle de

få faktaluckorna fyllas. Nu vet vi vilka som blev först under de magiska gränserna 3 timmar, 2.40, 2.30, 2.20, 2.15 men inte under 2.10. Den professionella löparen Gösta Ljungström lär ha sprungit fulla maratonsträckan på 2.34.08 i New York 1910. Men omständigheterna kring tävlingen är osäkra och hur och med vad mättes banan? På den tiden skilde man på amatörer och proffs i sann olympisk anda...

Kvinnor

4.10.58	Elin Åbom	Södertälje	30.11	1970
4.04.04	Elin Åbom	Sollentuna	21.11	1971
3.24.47	Christina Borglund	Göteborg	19.11	1972
3.12.43	Birgitta Andersson	Göteborg	22.8	1974
3.05.06	Siv Jansson	Södertälje	24.11	1974
2.59.26	Ulla Engelby	Södertälje	23.11	1975
2.59.00	Ulla Engelby	Klinthehamn	3.7	1976
2.56.36	Christina Johansson	Winnipeg		1979
2.54.35	Christina Johansson	Stockholm	4.8	1979
2.51.45	Lena Holmann	Philadelphia	11.11	1979
2.50.51	Lena Holmann	London	3.8	1980
2.50.28	Christ Johansson	Östhammar	14.9	1980
2.49.40	Meeri Bodelid	Stockholm	15.8	1981
2.43.03	Marie-Louise Hamrin	Ottawa	23.8	1981
2.37.06	Karoline Nemetz	New York	25.10	1981
2.34.29	Marie-Louise Hamrin	Houston	27.2	1982
2.33.53	Marie-Louise Hamrin	Boston	16.4	1984
2.32.47	Evy Palm	Boston	21.4	1986
2.31.35	Evy Palm	London	17.4	1988
2.31.05	Evy Palm	London	23.4	1989

Kommentar: Solveig Harryssons 2.33.36 i Lyon 1985 på en cirka 200 m för kort bana motsvarar med "spurt" (+ 40 sek) på fulla sträckan 2.34.16 – så Middes "rekord" 1984 var som synes litet bättre. Fråga: Skall Evys 2.31.05 stå sig under hela nittiotalet?

VÄRLDSREKORDENS UTVECKLING – MARATON

Män					
2.55.18,4	John Hayes	USA	London	24.7	1908
2.52.45,4	Robert Fowler	USA	Yonkers	1.1	1909
2.46.52,6	James Clark	USA	New York	12.2	1909
2.46.04,6	Albert Raines	USA	New York	8.5	1909
2.42.31	Harry Barrett	Storb.	London	26.5	1909
2.40.34,2(bana)	Thure Johansson	Sverige	Sthlm	31.8	1909
2.38.16,2(bana)	Harry Green	Storb.	London	12.5	1913
2.36.06,6	Alexis Ahlgren	Sverige	London	31.5	1913
2.32.35,8	Hannes Kolehmainen	Finland	Antwerpen	22.8	1920
2.29.01,8	Al Michelsen	USA	Port Ch.	12.10	1925
2.27.49	Fasashige Suzuki	Japan	Tokyo	21.3	1935
2.26.44	Yasuo Ikenaka	Japan	Tokyo	3.4	1935
2.26.42	Kitei Son	Japan	Tokyo	3.11	1935
2.25.39	Yun Bok Suh	Korea	Boston	19.4	1947
2.20.42,2	Jim Peters	Storb.	London	14.6	1952
2.18.40,2	Jim Peters	Storb.	London	13.6	1953
2.18.34,8	Jim Peters	Storb.	Åbo	4.10	1952
2.17.39,4	Jim Peters	Storb.	London	26.6	1954
2.15.17	Sergey Popov	Sovjet	Sthlm	24.8	1958
2.15.16,2	Abebe Bikila	Etiopien	Rom	10.9	1960
2.15.15,8	Toru Terasawa	Japan	Beppu	17.2	1963
2.14.28	Buddy Edelen	USA	London	15.6	1963
2.13.55	Basil Heatley	Storb.	London	13.6	1964
2.12.11,2	Abebe Bikila	Etiopien	Tokyo	21.10	1964
2.12.00	Morio Shigematsu	Japan	London	12.6	1965
2.09.36,4	Derek Clayton	Austral.	Fukuoka	3.12	1967
2.08.33,6	Derek Clayton	Austral.	Antwerpen	30.5	1969
2.08.12,7	Alberto Salazar	USA	New York	25.10	1981
2.08.05	Steve Jones	Storb.	Chicago	21.10	1984
2.07.12	Carlos Lopes	Portugal	Rotterdam	20.4	1985
2.06.50	Belayneh Dinsamo	Etiopien	Rotterdam	17.4	1988

Kommentar: Självklart är inte alla tider överensstämmande med sanningen, men skulle en del resultat uteslutas måste även nästan alla övriga i konsekvensens namn underkännas också, så är det när kontrollmätning före inte var så viktigt tidigare...

Kvinnor

3.40.22	Violet Piercy	Storb.	London	3.10	1926
3.27.45	Dale Greig	Storb.	Ryde	23.5	1964
3.19.33	Mildred Sampson	Nya Zeel.	Auckland	21.7	1964
3.15.22	Maureen Wilton	Canada	Toronto	6.5	1967
3.07.26	Anni Pele-Erdkamp	Västyskl.	Waldniel	16.9	1967
3.02.53	Caroline Walker	USA	Seaside	28.2	1970
3.01.42	Beth Bonner	USA	Philadel.	9.8	1971
2.46.30	Adrienne Beames	Austral.	Werrbee	31.8	1971
2.46.24	Chantal Langlancé	Frankrike	Neuf Bris.	27.10	1974
2.43.54,5	Jackie Hansen	USA	Culver City	1.12	1974
2.42.24	Liane Winter	Västyskl.	Boston	21.4	1975
2.40.15,8	Christa Vahnsieck	USA	Dulmen	3.5	1975
2.38.19	Jackie Hansen	Västyskl.	Eugene	12.10	1975
2.35.15,4	Chantal Langlancé	Frankrike	Oyarzun	1.5	1977
2.34.47,5	Christa Vahnsieck	Västyskl.	West Berlin	10.9	1977
2.32.29,8	Grete Waitz	Norge	New York	22.10	1978
2.27.32,6	Grete Waitz	Norge	New York	21.10	1979
2.25.41	Grete Waitz	Norge	New York	26.10	1980
2.25.28,8	Allison Roe	Nya Zeel.	New York	25.10	1981
2.25.28,7	Grete Waitz	Norge	London	17.4	1983
2.22.43	Joan Benoit	USA	Boston	18.4	1983
2.21.06	Ingrid Kristiansen	Norge	London	21.4	1985

Kommentar: Observera att första officiella kvinnliga maratonresultatet noterades redan 1926, därefter tog det cirka 37,5 år innan nästa tjej-maratid rapporterades. Ingrid K världsbiatid har i april 98 stått sig i 12 år. En av de svåraste maratonfrågorna är vilken kvinna som blev först under 3 timmar och under 2.40? Nu vet Ni det! Visst var banan i New York 1981 för kort efter kontrollmätning efter loppet, men medtar ändå Salazars och Roes tider. Hur många andra banor skulle också bli för korta efter kontrollmätning? Maratonlistor är bara schematiska...

För att nu plötsligt bli provinsiall kan man undra hur rekordutvecklingen ser ut i olika distrikt. Finns det någon statistik? Och hur ser Er egen maratonutveckling ut i siffror? Här har Ni min (Åke Lutner):

bröt(skada)	Stockholm	8.6	1988
3.35.53	Sollentuna	7.6	1969
3.23.59	Täby	10.8	1969
3.18.10	Malmö	14.5	1972
3.06.51	Hamn	17.6	1972
3.02.25	Göteborg	19.11	1972
2.51.24	Bromölla	25.5	1974
2.42.17	Vällingby	9.3	1975
2.41.11	Bromölla	24.5	1975
2.37.05	Stockholm	6.6	1982
2.35.35	Lindköping-Norrköping	6.5	1984

Kommentar: 15 år mellan första och sista "perset" kan behöva en kort förklaring. Jag sprang sönder mig redan i slutet på 60-talet i överambition och dumhet; skador som jag ännu lider av och begränsar löpträningen! Men skador hör också till... Om det skulle anordnas en "tävling" över världens mest skadade löpare, skulle jag anmäla mig och tillhöra segeraspiranterna...

STATISTIK (vad annars?)

Hur ser det ut i klubbstatistiken då? Tja, vad ska man säga när en manlig släggkastare (finns kvinnliga också) hamnade i en damlista på 400 meter. Efter att ha tjuvtittat i ett hundratals alster kan jag försäkra Er att resultatet (ej aktivt) är nedslående. Förutom uppsjöar av ofullständigheter och brist på

djupare listor, är det vanligaste felet att ta med väglopp på 20-30 km i rekordtabellerna. Banlöpning var ordet. Den genomgående bristen är att ej ange tävlingsort och -datum, och i synnerhet för väglopp är det missvisande, ja förödande... Den prätigaste klubbstatistik jag sett är Mölndals AIK:s, som borde vara normbildande för alla föreningar. Men... statistik är något man gör när och om det blir tid över och skall givetvis inte rymmas i någon budget...

Att bli publicerad i statistikböcker är belöning för allt tränings slit, ungefär som skolbetyg efter skolavslutningen! Men alla är ju förstas inga statistiklöpare, när upplevelserna är nirvana och resultatlistan lika spännande som en deckare. Ni har rätt; jag tror också att alla människor i grund och botten är sig själva närmast och vill veta sin egen tid och placering, och om det finns chans att komma med i nån statistik, och vad kostar boken och när kommer den? Men annars är GUINNES REKORDBOK intressant och inspirerande läsning, i synnerhet för de som tänkt byta aktivitet... för de mer avancerade böjelseorna rekommenderas SUPERREKORDBOKEN.

Att vara statistikskunnig har jag haft stor glädje och nytta av i olika sammanhang som t ex vid sammanträffande med okända personer, som uppgett sig vara f d löpare. I de flesta fall har de överskattat sin förmåga och uppgivit alldeles för bra tider och i en del fall skulle de idag varit världsrekordhållare. Man blir ganska frågvis och noterar omgående namn, födelsedata, klubb och karriärperiod och åker hem och kollar; om tiderna är lögn skall personen ifråga få veta det! Ibland när man minst anar det kan rena fyndet dyka upp som den gången när jag kom i samspråk med den gamle friidrottsentusiasten från Åbo i samband med en Ron Clarke-gala på Stadion 1968. Finnen visste "allt" om Nurmi och tidig finländsk löparhistoria; gissa om jag ville bjuda honom på fika?

En förlorad barndom och ungdom är priset man fått betala för sina statistikskunskaper, men inget offer är mer värt än statistikgläden och lyckan att kunna avslöja och genomskåda statistiska lögn, som ger samma tillfredsställelse som att uppdaga en otrogen hustru. När mängdträningen blev en modetrend på sjuttioalet trodde många att vilken motionär som helst sprang 15 mil/vecka, men aldrig jag förstås med min statistiska skepsis och sinne för realiteter. Att dividera årsmängden med 52 blir alltid den sanna veckomängden under förutsättning

att milen i träningsboken inte är för korta. För flertalet var det viktigare att visa upp stora årsmängder än själva tävlingsresultatet, och själv kom jag upp till 730 mil år 1978, efter att ha läst att Lasse Virén år 1972 avverkade 730 löpmil. Men annars är det flera löpare som haft större årsmängder som t.ex. Göran Högberg, Magnus Bergh, Hans Jonsson... men allra värst lär ultrafenomenet Bertil Järlåker vara med fabulösa 1457 mil + 2,6 km exakt bokförda; visserligen med ett okänt antal gångmil inpressade, men ändå... Först då kan man snacka om 28 mil i veckan! Dessutom är träningsboken en förträfflig motivationsfaktor. Själv har jag lagt ned många tusen timmar på min egen statistik och hittat på oräkneliga statistikvarianter, som skulle ta för stor plats att rada upp här. Utan träningsboken skulle inte löpning och surrogatträning dvs alternativträning vara lika rolig och dessutom skulle jag aldrig motiveras till 0 vilodagar under de första 30 löparåren från 1/0 -65 till 30/9 -95, nej aldrig i livet och gett upp löpningen för länge sen efter alla tusen "skador". De som bokför sin träning har lättare att behålla motivation och löpa hela livet om kroppen pallar... än de som inte gör det. Rune Larsson skriver detaljerade redogörelser varje dag om sina rundor och upplevelser, medan exempelvis Magnus Berg bara noterar mängd och alla mellantider under träning/tävling i en almanacka. Erik Östbye skriver inte och vet ingenting om sin träning, men har ändå fullständig kontroll på det han gör. Vi är så olika...

Det har hunnit bli 8 januari 1998 och vi har reflekterat och analyserat vår kära träningsbok. Inför kommande säsong vill jag uppmärksamma Er på en viktig sak som godtrogna löpare aldrig tänkt på! Väglopp kring milen har blivit allt vanligare och populärare de senaste åren bland nästan alla kategorier löpare. Tro inte att dessa banor är kontrollmätta – för det är de inte i de flesta fall. I inbjudan skall det alltid anges vem som kontrollmätt banan; bojkotta alla lopp och arrangörer som inte vill kontrollmätta sina banor! De förtjänar att straffas med 0 deltagare!!! De löpare som ändå deltar i såna lopp bedrar sig själva och får bara falska mellantider och sluttider. Egentligen följer arrangörerna reglerna att ej ha skyldighet kontrollmätta banor utöver halvmaror, maror och 25 km, men bojkott av bekväma och slöa arrangörer är det effektivaste sättet att få samtliga väglopp kontrollmätta...

Åke Lutner (664 lopp/löpning från 1966-1997)

Janne Lindblom helt suverän i Jakobsberg



Fredrikshofstjejen Sisko AlaUotila gjorde en fin insats.

Jakobsberg Marathon avgjordes för tredje gången lördagen 17 januari i ett mycket löpvänligt väder på torra, fina parkvägar och en temp. på c:a + 4 C.

I och med den valfria starttiden, kl.10 eller 11 tillgodosågs visserligen löparnas intressen, men för den som likasom undertecknad inte fanns på plats från början blev det ganska svårt att följa loppet.

Huvudsaken var dock att funktionärerna hade situationen under kontroll och det hade givetvis kunnige spealkern **Janne Morén** med bittare **Conny Kyrk**.

Vem som var loppets suverän var dock inte att ta miste på. **Janne Lindblom** ledde loppet från start till mål, och såg ut att ännu en gång gå under 2.30, men tappade farten något på det sista varvet.

Janne vann loppet närmare nio minuter före tvåan, Flemmingsbergs **Nick Berrill** med **Dag Nilsson** ytter-

ligare minuten efter.

Totalfyran, **Mats Teneryd**, tävlade liksom Janne och Dag i M 40 och dessa tre belade enl. WAVA:s beräkningsmetod de tre främsta platserna.

I 50-årsklassen var det hård konkurrens med **Håkan Palling** som segrare på 2.57 fölld av **Matz Zetterlund**, **Tage Winter**, **Tauno Myllymäki** och **Anders Wilin**. Den sistnämnde femma i klassen på 3.03.

Samtliga placerade sig före segraren i 45-årsklassen, **Janne Paraniak**. Även Janne hade dock hård konkurrens av **Göran Mårtensson** och **Anders Krappe**.

Hela 16 damer fullföljde, vilket är mycket glädjande och i klass med deltagarantalet i Växjö Marathon. Segrade gjorde Fredrikshofstjejen **Ing-Mari Hjorth-Hägglund** åtta minuter före klubbkamraten **Ylva Rangne**. Här måste dock den annars så noggranne tävlingsledaren **Lars-Göran Berggren** gjort ett misstag vid beräkningen enl. WAVA. Ing-

Maris totalplacering som 41:a och tillhörande klass K 45 måste ha gett henne en betydligt bättre placering än 38:a enl. WAVA, som resultatlistan utvisar. Överhuvudtaget verkar damerna vara missgynnade. Som bekant är undertecknad ingen anhängare av WAVA, men skall systemet användas så skall det göras på rätt sätt!

Fö. skall ingen skugga falla över arrangemanget, som är ett mästerverk av **Lars-Göran Berggren**, initiativtagare och praktiskt taget ensam om förberedelsearbetet. Frånsett att det tar tid att få fram resultaten och en något förvirrad prisutdelning, så är löparnas intressen väl tillgodosedda på alla sätt och vis. Lättsprungna bana, valfri starttid, en välfylld vätskek kontroll (+ en vattenkontroll), varmvatten i duscharna, bastu, rymliga lokaler, kafeteria med billiga priser och bra utbud samt duktiga funktionärer med erfarenhet från Stockholmsloppet.

Jan Lind

Spurtstrid mellan Stefan Härmälä (2) och Mats Zetterlund (154). Alf Granvik (165) har två varv kvar.



Peking Marathon

Helmarathon, halvmarathon, 10 km, Fun-Run.

10 oktober 1998

Följ med till det stora landet i öster. För första gången är detta spännande lopp öppet för motionslöpare. Starten äger rum på Himmelska fridens torg.

Omfattande utflyktsprogram till Kinas många historiska skatter.

New York Marathon

New York är kontrasternas stad. Men var längs banan man än

1 november 1998

befinner sig; i det brokiga Brooklyn, det svarta Harlem eller miljonärskvarteren på den östra sidan av Central Park möts man som löpare av samma fantastiska jubel.

Publikstödet i New York Marathon är unikt. Det går inte att beskriva, utan måste upplevas.

Medoc Marathon

Inom loppet av några få år har Medoc Marathon utvecklats till

5 september 1998

ett av världens populäraste maratonlopp. Banan går genom Medocs vindistrikt norr om Bordeaux och passerar ett 20-tal vinslott och där bjuds man smaka slottens olika viner.

En riktig mara för finsmakare!

Honolulu Marathon

Det är svårt att med ord göra Hawaii rättvisa.

13 december 1998

Att i december resa från vårt vintriga Sverige till detta sommarparadis är faktiskt en drömräsa.

Vill man, kan man också fira jul i denna härliga miljö.



**Vill du veta mer? Kontakta oss på: tel 08-654 33 30,
fax 08-650 89 89, e-mail. info@springtime.se**

• NEW YORK MARATHON • NEW YORK TJEJL • HONOLULU MARATHON • HONOLULU TJEJL • ROCK'N ROLL MARATHON • BOSTON MARATHON • LONDON MARATHON
• LONDON TJEJL • MEDOC MARATHON • PARIS MARATHON • SWISS ALPINE MARATHON • REYKJAVIK MARATHON • BERLIN MARATHON • BERLIN HALVMARATHON •
VENEDIG MARATHON • PEKING MARATHON • KAPSTADEN MARATHON • THE MILLENIUM MARATHON • HELSINGFORS MARATHON • HOOD TO COAST

Rapport från Berlin

Bakre raden: P-E Svedlund, Anders Malmgren, Clarence Klättborg, Pa. Allensten, Ulf Persson, Tore Billman och Mats Hellberg. Främre raden: Per Valegren, Shawbo Bahratli, Gunilla Thulin, Ewa Wahlberg, Stig Hellström och Torsten Ståle.



Sällskapetets tågresa, med Per-Arne Allensten som reseledare, samlade 21 st. intresserade resenärer, 8 st. från Uppsala Löparklubb, 5 st. från Fredrikshof och 8 st. "övriga".

Berättat av Per-Arne Allensten för Jan Lind

Framme i Berlin på lördagsmorgonen begav sig gänget från Uppsala iväg till Frukostjoggen, medan övriga checkade in på hotellet för en lugn frukost.

Lördagen användes annars mest till att hämta nummerlappar och chips samt att äta pasta och bestämma vilken typ av S-Bahne kort, som skulle köpas. Dessutom blev naturligtvis vätskebehovet väl tillgodosett.

Söndagen började med tidig frukost, där Madam såg till att vi åt ordentligt. Sedan skulle chipset sättas fast efter konstens alla regler, vilket inte var så lätt. Efter detta gick vi till startområdet, som bara låg 2 km från vårt hotell. Under promenaden dök det upp löpare från alla håll. En hel hord av människor hade siktet inställt på Charlottenburger Tot denna söndagsmorgon.

Först startade rullstolarna och i år också Roller Blades. Löparna hade gemensam start, men eftersom alla har datachips på skorna blir tiderna individuella från start till mållinje. Ingen större trängsel

med andra ord, och dessutom byggde ju den gamle Kaisern stora, breda paradgator på sin tid. Detta skall vi tacka honom för, även om han just då när han lät bygga dem, inte tänkte direkt på maratonlopp.

Berlin Marathon är en lätt-sprungnen varvbana, varför många gärna vill börja sin maratonkarriär just här. Det märks i viss mån under själva loppet. Visst är det skönt att slippa en massa uppförlut!

Efter loppet visade det sig att de allra flesta var nöjda med sina insatser. **Torsten Ståle** hade dock siktat på världsrekord i 80-årsklassen, men klarade inte av det denna gång. Strax innan Berlinresan satte han, som de flesta säkert vet, ett närmast otroligt världsrekord på halvmaran, 1.47.....

Gruppen stannade kvar i Berlin under hela måndagen och tisdagen för att få den kulturella balansen och även med lämpliga uppehåll den lekamliga.

På tisdagskvällen kröp alla trötta och nöjda ned i sina sovbäddar för att anträda hemresa.

Lennart Carlander, nybliven informationssekreterare i Sällskapet, rapporterar att han tillsammans med några träningskamrater från Sollentuna åkte med Peter Fredriksson, som kunde erbjuda flygalternativ i sin gruppresa.

God maratonstämning på dit-och hemresa samt under vistelsen i Berlin med de festliga arrangemangen där, berättar Lennart.

Från Berlin rapporteras också att **Jennie Åkerberg**, som av Sällskapet utsågs till 1996 års "uppstickare", placerade sig på elfte plats i damklassen på den förnämliga tiden 2.40.25. Därmed har denna 23-åriga talang från Spårvägen pressat sin maraton-tid med 25 minuter på ett år.

Utmärkta insatser noteras också för **Anders Szalkai**, som med tiden 2.14.45 placerade sig som 21:a och **Bjarne Thysell** på 30:e plats på 2.19.49. I övrigt sprang ytterligare fyra av våra medlemmar under 2.40, nämligen **Stefan Hall**, **Martin Rappe** (vår manlige "uppstickare" ifjol), **Örjan Öberg** och **Mats Tenergy**.

Samtliga gratuleras till förenämliga insatser!

Jan Lind

Svenska maratonlopp 1998

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson	Övrig information
7 mars	Källered, Göteborg	031-211589	031-7952143	Frank Brodin	Vändpunktsbana sju gånger
4 april	Vällingby	08-284474	08-366990	Jonny Karlsson	Fyra varv
10 april	Sunne		0565-12756	Roger Grann	Torsby-Sunne, öster om Fryken
18 april	Skara		0511-21150	Kurt Andersson	Vändpunktsbana tre gånger
19 april	Landskrona	042-85305	0418-19746	Kurt Holmgren	Fyra varv
25 april	Säter		0225-51563	Evert Jonsson	Vändpunktsbana
26 april	Uthy, Lilla Edet		0520-51175	Bertil Johansson	Runt Öresjön, grusväg
3 maj	Bovallstrand, Bohuslän	0523-51223	0523-51143	Ivar Fjeldbo	Två ggr t.o.r. runt Botnafjorden
20-24 maj	Trollhättan	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Fyra gånger t.o.r. längs kanalen
27 maj	*Trollhättan (stafett)	0520-29040	0520-14959	Kjell Larsson	Arton varv, terräng
29 maj	Vänersborg	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Ursand-Tun
7 juni	Stockholm	08-6671930			SM, två varv
4 juli	Skellefteå	0910-14330			Vändpunktsbana två gånger
4 juli	Bromölla	0456-29671	0456-28713	Leif Pettersson	Vändpunktsbana
4 juli	Svågadalen, Hälsingland		0653-30272	Majlis Wikström	Vändpunkt+två olika varv
4 juli	Östergarn, Gotland		0498-52130	Torbjörn Sköldfors	Tre varv
11 juli	Kristianopel	0455-14277	0455-24290	Gert-Ove Olsson	Vändpunktsbana
11 juli	Killingi, Kiruna		0980-18090	Lennart Rantatalo	Flera vändpunkter, grusväg
25 juli	Vindeln-Vännäsby	0950-10001	0950-15207	Rolf Pehrsson	Ingår i Vindelälvsloppet
1 aug.	Kalmar (triathlon)		0480-70050		SM, vändpunktsbana två ggr
1 aug.	Trollhättan	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Satmaran, kraftigt kuperad
2 aug.	Trollhättan	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Fyra ggr t.o.r. längs kanalen
8 aug.	Säffle	0533-10600	0533-17388	Thage Söjemo	Värmlandsnäs-Säffle
15 aug.	Löttorp, Öland	0485-20564	0480-28539	Carl-Gustaf Nilsson	Tre varv, veteran-SM
15 aug.	Nordingrå, Höga Kusten	0613-20641	0613-23119	Bernt Dahlqvist	Fyra varv
16 aug.	Söderhamn	0270-75353	0270-10785	Torbjörn Olsson	Två olika varv
22 aug.	Hultsfred (50/100 km)	0495-16400	0495-60317	Kurt Gustavsson	Fem resp tio varv, mest grusväg
sep.	Strömsund	0670-13166	0670-12288	Mats Zetterlund	Flera vändp, blandat underlag
12 sep.	Örebro	019-361080	019-235369	Rolf Johansson	Två varv
19 sep.	Vänersborg		0520-79553	Dan Jonasson	Fem varv, mest grusväg
11 okt.	Göteborg	031-211589	0303-338401	Lennart Bengtsson	Vändpunktsbana två gånger
17 okt.	Växjö	0470-47830	0470-13618	Lars Thorstensson	Åtta varv runt, Växjösjön
17 okt.	Umeå	090-165457	090-775168	Ivar Söderlind	Vändpunktsbana
25 okt.	Mariehamn, Åland	00935818-19170	-19177	Allan Korpi	Vändpunktsbana
31 okt.	Trollhättan	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Fyra gånger t.o.r. längs kanalen
1 nov.	Trollhättan	0520-444421	0520-444421	K-G Nyström	Fyra gånger t.o.r. längs kanalen
7 nov.	Huddinge	08-6086817	08-7112051	Owe Westin	Vintermaran, åtta varv
31 dec.	Kvarnsveden, Borlänge		0243-229539	Jens Wallis	Tre varv

OBS! I förra numret stod det felaktigt att veteran-SM skulle gå i Söderhamn, men det är Löttorp som gäller.

Det lopp som är markerat med * räknas ej som officiellt maratonlopp då det huvudsakligen går i terräng. På långfredagen kommer en intressant nyhet då Bastulaget i Sunne arrangerar en mara mellan Torsby och Sunne. Sällskapet årsmöte hålls i samband med loppet i Säter den 25 april. Loppet i Vänersborg den 29 maj startar gemensamt med lopp på 100 km, 24 timmar och Vänern Runt på ca 45 mil. Den 4 juli är det en olycklig krock mellan tre lopp och vi hoppas att åtminstone någon av arrangörerna väljer ett annat datum. Ett av dessa lopp går i Östergarn på Gotland och blir det första maratonloppet på Gotland sedan 1985. Killingi Marathon återkommer efter ett års uppehåll. I Vindelälvs-

loppet går det bra att anmäla sig till arrangörerna som sedan placerar ut intresserade maratonlöpare i lag som saknar maratonlöpare. Triathlontävlingen i Kalmar, Järnmannen, består av 3860 m simning, 180,2 km cykling och det avslutande maratonloppet. Maxtiden är 15 timmar. Observera att tävlingsprogrammet kan komma att ändras.

loppet går det bra att anmäla sig till arrangörerna som sedan placerar ut intresserade maratonlöpare i lag som saknar maratonlöpare. Triathlontävlingen i Kalmar, Järnmannen, består av 3860 m simning, 180,2 km cykling och det avslutande maratonloppet. Maxtiden är 15 timmar. Observera att tävlingsprogrammet kan komma att ändras.

Birger Fält

Medlemsförmåner:

Fothälsan AB

Regeringsgatan 77, Stockholm tel.08/24 56 95
25 % rabatt på ortopedisk undersökning + personliga inlägg
10-25 % rabatt på Sixtus'kropps- och fotvårdsprodukter.

Ortopedingenjören

Solnavägen 51, Solna tel. 08/735 75 54
15 % rabatt på fotanalys + individuell fotbädd.

Löplabbet

Solnavägen 51, Solna tel. 08/734 90 30 - Kungsgatan 23, Stockholm 08/ 791 75 00
- Norrlandsgatan 23, Stockholm 08/791 45 30 - S:t Eriksgatan 55, Stockholm
08/653 72 72. Upplysning om rabatter via Bo Jönsson tel. 08/734 90 30.

Running Center

Odengatan 12, Stockholm tel. 08/612 04 97.
10 % på alla produkter.

Åhléns City, Urmakare Henrik Hallkvist

tel. 08/676 60 00.
33,3 % rabatt på batteribyen i löparklockor och armbandsur.

Syster Toras

Nybrogatan 2, Eskilstuna tel.016/13 35 85
25 % rabatt på ortopedisk undersökning + personliga inlägg.

Restaurang Michelangelo

Västerlånggatan 62, Stockholm.
10 % rabatt för grupper om minst 10 personer, varav någon måste vara medlem i Svenska Marathonsällskapet.

Team Blekinge inbjuder till

Kustmaran i Kristianopel

Lördagen den 11 juli 1998, kl 10.00.

Marathon med fullständig klassindelning. Anmälan senast 6 juli.

Anmälningavgift 140:- till postgiro 415 79 69-9.

Upplysningar och inbjudan: Kansli 0455-142 77,

tisdag kvällar kl 18.00-20.00, söndagar kl 11.00-13.00.

Gert-Ove Olsson 0455-242 90 (kv), Göran Mattsson 0455-223 70 (kv).

Resultat

Skellefteå Midnight Marathon 1997-06-28 Skellefteå AIK Friidrott

M23			
1	Comstock Mica	Flemingsbergs SK	02:31:13
2	Grip Niklas -70	Luleåmaratona	03:01:49
3	Granvik Alf	FIN	03:06:03
4	Killemarian Eyob -66	Skellefteå AIK Fri	03:46:53

M35			
1	Eklund Håkan	FIN	03:09:08

M40			
1	Klementz Peter -53	FIN	02:49:42
2	Backlund Peter	FIN	03:17:50
3	Perlinski Marek -55	Jalles TC	03:30:57
4	Pihlajaniemi Markku -55	FIN	04:05:27

M45			
1	Keskinen Jorma -51	FIN	03:00:57
2	Mårtensson Göran -51	Täby	03:03:25
3	Zetterlund Mats -48	Vattudalens LDK	03:05:01
4	Eklund Birger -52	Fredrikshofs IF	03:10:07
5	Renberg Thomas -52	Lykkele LK	03:36:40
6	Holmberg Kjell-Göran -48	Jalles TC	03:43:30

M50			
1	Östholm Rolf	FIN	03:30:23
2	Westman Sune -43	Team Esplanad	03:38:46
3	Forsgren Ivan -47	Jalles TC	03:43:52
4	Kvandal Viktor	NOR	03:46:18
5	Björk Kjell -46	Hemlingby LK	03:53:59
6	Alavippola Erkki -45	FIN	04:05:53

M55			
1	Klättnberg Clarence -39	Fredrikshofs IF	03:18:34
2	Rantatalo Leif -42	Killinge AIF	03:59:45

M60			
1	Hellström Stig -36	Fredrikshofs IF	03:53:48
2	Forsberg Lars -36	Spölands IF	06:26:50

M65			
1	Lindström Rune -28	Källbotten IK	04:21:23

M70			
1	Arrenvall Bengt -26	Luleå LDK	04:23:07

K40			
1	Sjöberg Kerstin-53	Vattudalens LDK	04:45:07

M Motion			
1	Backman Kenneth -61	Skellefteå	03:18:43
2	Vesterli Odd -71	Data Polainc AB	03:27:20
3	Backström Lennart -55	Kalix LK	03:48:15

K Motion			
1	Sjölund Rebecca -58	Skellefteå	03:55:18

Väder: Sol, 23 grader, hård västlig vind.



Association of International Marathons and Road Races
AIMS



Paavo Nurmi Marathon 1997-07-06

Förra året var det 100 år sedan Paavo Nurmi föddes i Åbo. Att detta firades bl.a. genom att arrangera ett jubileums-marathon är därför helt naturligt. En tvåvarvsbana, något ändrad från ett tidigare Veteran-VM, med start vid stadstestern och mål på Paavo Nurmis Stadion. Då banan följde Aura å, var den jämn och asfalterad men på ön Runsala fanns små kullar och grusväg. Backarna efter c:a 20 km och 40 km upp till varvning respektive mål var inte de mest önskvärda.

Ett positivt inslag var att vi fick låna ett chips, som man genom kardborreband enkelt satte fast vid ena ankeln. Alla fick alltså sin nettotid från start till mål noterad. Alerta målfunktionärer plockade efter målgången enkelt bort chipset. Istället fick man en elegant medalj och T-shirt, båda med Nurmi-anknytning. Dessutom mycket rikligt med mat, frukt och dricka.

Ungefär 400 utländska deltagare från 37 länder ställde upp. I marathon var 1168 anmälda; 982 (468 M + 118 D) kom i mål. Halvmarathon, löpning eller gång, hade 1550 anmälda och 1346 (891 M + 455 D) i mål. På lördagen deltog cirka 600 i frukostjogg på 3 km eller 6,5 km.

Med båt kan man åka från Stockholm lördag eftermiddag och vara tillbaka på måndag morgon. Men varför inte stanna lite längre och ge Åbo chansen att få visa sitt slott, sin domkyrka där Karin Månsdott är begravd, sina intressanta museer? Eller, om barn är med, åka till Mumindalen och träffa lilla My och Snork-fröken?

Eftersom inget pastaparty finns, rekommenderar jag Änglahuset, Köpmangatan 16, där det serverades tårtbuffé på Happy Hour tid, kl 17-18. Läckert!

Årets hel- och halvmarathon anordnas söndagen den 5 juli med start kl 12.00. Maxtiden är 6 timmar.

Karl-Gustav Bergvall

PAAVO NURMI MARATHON
1997-07-06

Plac	Namn	Nettotid
1	Cephas Matafi, ZIM	2.20.11
2	Alexander Prokopchuk, LAT	2.21.11
3	Emmanuel Sarawaath, TAN	2.24.17
4	Jim Hage, USA	2.25.15
5	Lutz Kuhardt, GER	2.30.47
11	Peter Carlsson	2.37.46
13	Dag Nilsson	2.46.26
116	Erik Bonn	3.16.08
148	Kari Leskelä	3.21.33
170	Johannes Mourujärvi	3.24.20
188	Gösta Johansson	3.27.13
240	Hans Jonsson	3.33.34
260	Henrik Skaldin	3.36.05
313	Lars Eklström	3.42.02
314	Sten Sandberg	3.42.02
320	Kjell Ström	3.42.17
348	Eero Kohvakka	3.45.39
356	Peter Domert	3.46.27
382	Mikko Soininen	3.49.07
462	Leif Franzén	3.58.02
578	Magnus Karlsson	4.11.34
627	Per-Owe Hvitfeldt	4.18.31
634	Mauno Niskasaari	4.19.38
638	Leo Rahkonen	4.20.14
660	Sten Ortelos	4.23.59
725	Thomas Paulsson	4.34.34
777	Pauli Nieminen	4.52.50
780	Sören Domert	4.53.46
786	Leif Eriksson	4.55.54
802	Bengt Dahlström	5.04.05
804	Jan Brågård	5.04.21
821	Jan Åkerlund	5.11.21
829	Christer Magnusson	5.17.56
840	Karl-Gustav Bergvall	5.22.04

K			
1	Nadejda Efremova, RUS	2.51.13	
2	Eija Nurkula, FIN	3.06.58	
3	Ulla Östling	3.14.22	
47	Gunnilla Franzén	4.06.03	
68	Asta Parkkinen	4.22.05	
85	Brita Backström	4.34.33	
112	Nadja Edwards	5.17.03	

Anm: Nationalitetsbeteckning anges för andra än svenska deltagare

Utdrag från resultatlistan från Medoc Marathon 27-09-1997

Tot plac		Tid	Klass	Plac i klass
1	Remond Philippe	2:27:36	SEH	1
2	Latester Michel	2:27:47	SEH	2
50	Delliens Anne	2:55:05	SEF	1
54	Leroy Sophie	2:55:45	SEF	2
468	Norshammar Lars	3:27:59	V1H	201
719	Sjögren Steen	3:38:37	V1H	306
890	Engfeldt Nils-Olof	3:43:47	V1H	387
942	Claesson Bertil	3:45:20	V2H	92
964	Andersson Lars	3:45:51	V1H	418
1078	Nordstrand Kenneth	3:49:25	V1H	470
1089	Björnsson Nils-Olof	3:49:42	V2H	104
1134	Ainebring Robert	3:50:54	SEH	466
1318	Svensson Stefan	3:55:19	V1H	560
1359	Andersson Birgitta	3:56:02	V2F	13
1957	Alm Lars-Göran	4:09:31	V1H	785
1985	Guldstrand Jan-Erik	4:10:02	V2H	239
2216	Sjöberg Lisbeth	4:14:46	V1F	75
2219	Ullander Jan	4:14:53	SEH	848
2432	Nyberg Pär	4:19:42	V2H	310
2616	Larsson Thomas	4:23:26	V1H	1054
2969	Gustavsson Britt	4:30:17	V1F	121
3201	Sjöberg Age	4:35:28	V1H	1285
3243	Bagenholm Dan	4:36:11	V2H	419
3323	Pettersson Ewa	4:37:55	V1F	152
3333	Odesjö Björn	4:38:03	V2H	437
3345	Adelberg Erica	4:38:17	SEH	105
3444	Hansson Siv	4:40:20	V2F	42

3824	Martinson Allan	4:47:45	V1H	1525
4012	Ryberg Lars	4:50:51	V2H	541
4109	Karlfeldt Anders	4:52:45	V1H	1625
4194	Gabriellson Camilla	4:54:40	SEF	148
4239	Nilsson Britt-Marie	4:55:26	V1F	228
4243	Nilsson Lennart	4:55:29	V1H	1659
4291	Christianson Steve	4:56:26	V2H	588
4354	Berg Britta	4:57:39	V2F	68
4358	Holmestrand Benny	4:57:41	SEH	1468
4395	Härftstrand Kristina	4:58:28	V2F	69
4396	Härftstrand Jörn	4:58:30	V2H	604
4526	Larsson Ulla	5:01:20	V2F	73
4527	Larsson Stig	5:01:23	V2H	627
4582	Garbe Ingeborg	5:00:26	V2F	76
4623	Hedberg Magnus	5:03:12	SEH	1522
4700	Holmström Sven	5:04:24	V2H	650
4706	Martinson Sune	5:04:29	V2H	651
4729	Andersson Leif	5:04:51	V2H	656
4754	Lund Lillian	5:05:28	V1F	288
4790	Björneke Britt	5:06:32	V2F	86
4836	Ryden Anders	5:07:48	V2H	667
4850	Andersson Benny	5:08:17	V2H	670
4922	Eriksson Leif	5:10:02	V2H	679
5182	Holmestrand Anette	5:16:17	SEF	206
5274	Mattsson Christer	5:18:30	V2H	733
5278	Lundh Sten	5:18:40	V2H	734
5349	Pettersson Conny	5:20:52	V1H	2043
5391	Nordstrand Mauritz	5:22:08	V3H	132
5417	Jansson Torbjörn	5:22:40	SEH	1750
5586	Engberg Johan	5:26:40	V1H	2108
5697	Strandlund Olof	5:29:43	V2H	804
5900	Sonesson Lars	5:34:24	V2H	823
5901	Nilsson Siv	5:34:26	V1F	409
5943	Ottens Ralf	5:35:40	V1H	2224
5971	Andersson Anneli	5:36:07	V1F	416
6184	Andersson Kaj	5:40:41	V2H	851
6555	Andersson Sören	5:53:40	V1H	2441
7047	Bygland Anne-Margit	6:39:46	V1F	527

Benidorm Marathon Spanien 1997-11-23

Plac	Klubi	Namn	Klubb/Nat	Tid
1	M/1	Koech, Gideon	KEN	2.19.51
2	M/2	Rotich, Paul Kibet	KEN	2.19.59
3	M/3	Gonzalez Martinez, Jose Manuel	ESP	2.24.12
26	K/1	Paz Gago, Fatima	ESP	2.46.08
37	M/36	Bergström, Torgny	Golf Tjälve	2.51.23
41	K/2	Martin Alvarez, Conchi	ESP	2.52.48
52	K/3	Prat Vidal, Marina	ESP	2.56.18
251	M/228	Filipsson, Jan	Golf Tjälve	4.11.08
252	M/229	Jonsson, Jan	Golf Tjälve	4.11.15

Antal fullföljande: 260 män, 28 damer.

Tvåvarvsbana. Tidig start, temperaturen steg till 15-17°C, sol.

Jan Filipsson har tillsänt oss resultatlistan och följande utdrag ur Norrköpings Tidningar:

Tjälvetrio i form i Benidorm

Ohotat kunde kenyanen Gideon Koech vinna Benidorm marathon på 2.19.51, ett par minuter under gällande banrekord.

Inblandad i tätstriden var inte Tjälvetrio som gästade den spanska semesterorten, men insatsen var ändå mycket god.

Torgny Bergström gick i mål på fina 2.51.23. Elitmotionärerna Janne Filip-

son och Janne Jonsson sprang på 4.11.08 och 4.11.25.

– Det var ett härligt lopp, publiken hejade på bra längs med banan. Fast det var en j-la backe i slutet, säger Torgny i telefonluren.

Nivåskillnaden var på 50 meter att jämföra med Stockholm Marathons 15. Norrköpingstjejen Gunilla Lindh sprang sin första halvmaras som ordnades i samband med loppet på tiden 2.24.

Luciamarathon Bovallstrand 1997-12-13

Plac	Namn	Klubb/Ort/Nat	Tid
M			
1	Mats Leandersson	Solvikingarna	3.09.24
2	Olle Rundberg	Bovallstrand	3.11.38
3	Anders Krappe	Laholm	3.22.09
4	Krister Svantesson	Lidköping	3.23.02
5	Gilbert Hermansson	Brattås	3.26.35
6	Peter Hansen	Solvikingarna	3.28.51
7	Lennart Skoog	Stenungsund	3.32.30
8	Conny Persson	Volvo	3.33.53
9	Kaj Johansson	Lear Tanum	3.46.15
10	Börje Mattsson	Laholm	3.56.30
11	Magnus Frisen	Lidköping	3.59.57
12	Per Wängström	SK Elfsborg	4.03.18
13	Kjell Birkeland	NOR	4.05.30
14	Bosse Holm	Solvikingarna	4.16.40
15	Stig Söderström	Kvarnsveden	4.18.35
16	Claes-Gunnar Rageus	Lidköping	4.22.51
17	Sune Hjalmarsson	Uddevalla	4.23.24
18	Håkan Pettersson	Enator Göteborg	4.24.24
19	Per Adolfsson	IK Ymer	4.29.13
20	Göran Åberg	Chalmers OL	4.31.22
21	Kent Johansson	Solvikingarna	4.40.16
22	Conny Adolfsson	IK Ymer	4.50.26

K

1 Gunilla Franzén IFK Strängnäs 4.42.43

Bana: Kontrollmått åttavarvsbana.

Väder: Klart och någon plusgrad.

25th Honolulu Marathon 1997-12-14

Peter Kujanpaa och Lars Nordlund har haft vänligheten att var för sig sända över resultaten från årets lopp. De rapporterar följande:

Loppet startade kl 05.00 (ändrad från kl.05.30) med mänsken och ett jättefyverkeri i den mörka natten och temperaturen var då ca 20°C för att sedan stiga till över 25°C. Vinden var svag och luftfuktigheten kändes mycket hög. 26.495 deltagare av 33.682 anmälda fullföljde loppet.

Totplac	Namn	Ort/Nat	Tid
1	Eric Kimalyo	KEN	2.12.17
2	Jimmy M. Mundi	KEN	2.12.50
3	Thabiso Mochali	LES	2.13.11
26	Svetlana Vasilieva	RUS	2.33.14
32	Irina Bogacheva	RUS	2.34.01
33	Wataru Nemoto	CHI	2.35.53

Svenska deltagare			
101	Peter Kujanpaa	Kungsör	2.48.34
211	Lars Jakobsson	Huddinge	3.00.40
270	Tom R. Svensson	Stockholm	3.04.54
299	Kurt Säterström	Herräng	3.06.09
349	Peter Ohlin	Malmö	3.08.32
465	Andres Dingvall	Kiruna	3.13.47
614	Ture Tjämström	Arjeplog	3.18.52
680	Michael Leitner	Enköping	3.21.28
1418	Kent Larsson	Göteborg	3.37.51
1568	Bengt Ekdahl	Sjömärken	3.40.49
2020	Kenneth Lundström	Vellinge	3.47.29
2120	Rune Johansson	Hindås	3.48.55
2473	Christer Pettersson	Alunda	3.53.11
3116	Bror Olsson	Alvängen	4.00.29
3405	Magnus Sundström	Örnsköldsvik	4.05.26
3412	Erlend Sundström	Örnsköldsvik	4.05.29
3607	Olov Hellström	Luleå	4.08.05
4474	Carl-Gustaf Sjöby	Göteborg	4.18.01
5049	Gunnor Andreasson	Stillingen	4.23.54
5236	Sven Göran Åsare	Traslövsläge	4.25.53
5497	Levi Bergström	Kage	4.28.18
5861	Jan Castlin	Haninge	4.31.34
7250	Gün Axelsson	Gagnef	4.43.20
7355	Bo Olsson	Grycksbo	4.44.10
7606	Girard De Leye	Södertälje	4.46.22
7998	Kristina Olsson	Enköping	4.48.58
8000	Charlotte Johansson	Hindås	4.48.58
8526	Gunilla Lundström	Vellinge	5.01.05
10768	Sten Lundh	Oxelösund	5.13.43
10968	Lars Nordlund	Alingsås	5.15.36
10999	Birgitta Nordlund	Alingsås	5.15.50
12729	Leif Eriksson	Oxelösund	5.30.33
13272	Bo Axelsson	Gagnef	5.35.52
14146	Ann Ekdahl	Sjömärken	5.43.23
14147	Gösta M. Jörin	Falun	5.43.23
19062	Maria De Leye	Södertälje	6.32.12

Adventsmarathon Meråker, Norge 1997-12-20

Det 7:e Adventsmarathon avgjordes traditionsenligt lördagen före jul i norska Meråker, endast 2,5 mil från Storlien.

Efter tövåder och nykommen kyla var banan delvis isbelagd, men arrangörerna hade sandat de värsta avsnitten.

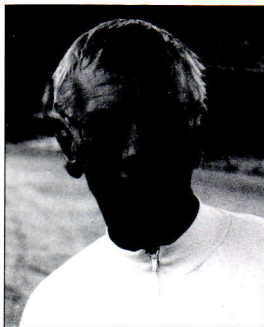
Tävlingen hade i år samlat cirka femtio deltagare, varav en hel del svenskar. Temperaturen höll sig i år runt fem minusgrader och många av deltagarna sprang fortare än i exempelvis Stockholm Marathon. Att springa marathon i december på dessa breddgrader går alltså riktigt bra och kan även rekommenderas.

Mats Zetterlund
Strömsund



Mats Zetterlund, tv och Birger Karlsson, th, efter Adventsmaran i Meråker. Foto: Gar Garåsen.

Resultat				
Plac	Namn	Nat	Tid	
M				
1	Odd Tveit	NOR	2.47.17	
3	Patrik Norberg	SWE	3.14.29	
M40				
1	E. Eivindsen	NOR	3.05.44	
4	Kalle Lennartsson	SWE	4.21.31	
M45				
1	Mats Zetterlund	SWE	3.11.10	
2	Kjell Krans	SWE	3.17.08	
4	Birger Karlsson	SWE	3.20.07	
10	Lars Åkerman	SWE	4.10.42	
12	Willy Sundström	SWE	4.30.39	
M50				
1	Richard Bergman	NOR	3.15.25	
5	Rune Jonsson	SWE	3.59.07	
6	Stig Söderström	SWE	4.00.35	
M55				
1	Rolf Persson	SWE	4.07.09	
3	Hans Orsing	SWE	6.52.03	
K				
1	Ingela Persson	SWE	4.30.39	
K40				
1	Kerstin Sjöberg	SWE	4.51.40	



Hans Orsing. Foto: Gar Garåsen.

Borlänge Nyårsmarathon 1997-12-31 (Kupolen LK)

Plac		Namn	Klubb	
Tid				
1	M35/1	Mats Hamnerin	Kupolen LK	3.13.55
2	M35/2	Bengt Göransson	Falu IK	3.25.23
3	MS/1	Jens Walles	Kupolen LK	3.36.33
4	M40/1	Hans Jonsson	Kupolen LK	3.47.20
5	M50/1	Stig Söderström	Kvamsved	4.07.54
6	M35/3	Lennart Olsson		4.13.12
7	M45/1	Lars Åkerman		4.16.36
8	M35/4	Thomas Paulsson	Kupolen LK	4.37.30

Väder: -2° - 0°C, nästan vindstilla, snöfall, snömodd och halka

Antal startande: 10

Banmätare: Gösta Ekström

Arrangörsklubben byter namn till Borlänge Löparklubb

Tävlingen återkommer nästa nyårsloft.

Jakobsberg Marathon 1998-01-17

Plac	Klass/Pl	Namn	Klubb/OrtNat	
Tid				
1	M40/1	Lindblom Jan	Hässelby SK	2.33.54
2	M/1	Berrill Nick	Flemingsbergs	2.42.32
3	M40/2	Nilsson Dag	Våxjö LK	2.43.43
4	M40/3	Teneyrd Mats	Eksjö Södra IK	2.46.14
5	M35/1	Rantanen Antti	Enhöma IF	2.48.50
6	M35/2	Sjöström Tommy	Kvamsved Golf	2.53.22
7	M/2	Bentinger Peter	Flemingsberg SK	2.56.56
8	M50/1	Palling Håkan	Turebergs IF	2.57.15
9	M/3	Dahlén Hans	SMIK	2.57.50
10	Mmot/1	Holm Mats		2.58.28
11	Mmot/2	Åman Per-Olof		3.01.16
12	M/4	Härmälä Stefan	IF Pedersöre Pojk.	3.01.23
13	M50/2	Zetterlund Matz	Vattudal. LDK	3.01.29
14	M50/3	Winter Tage	Sverige	3.02.57
15	M50/4	Myllymäki Tauno	Bålsta IK Långsk	3.03.18
16	M/5	Svensson Joakim	HLK	3.03.37
17	M50/5	Willin Anders	Xerox IF	3.03.38
18	Mmot/3	Gustafsson Arne		3.03.39
19	Mmot/4	Hulten Patrick		3.04.06
20	M45/1	Paraniak Jan	IFK Strängnäs	3.05.29
21	M45/2	Mårtensson Göran	Täby LK	3.06.01
22	M35/3	Hamnerin Mats	Borlänge LK	3.06.18
23	M50/6	Mattsson Svante	Edsbro	3.07.11
24	M45/3	Krappe Anders	Laholm IF	3.08.16
25	Mmot/5	Olausson Johan	Team Skavsåret	3.09.18
26	M/6	Hagberg Tommy	Våxjö LK	3.12.28
27	M35/4	Göransson Bengt	Falu IK	3.14.15
28	Mmot/6	Leitner Michael		3.15.12
29	Mmot/7	Gyhlenius Anders		3.15.15
30	M45/4	Backlund Peter	FIN	3.15.24
31	Mmot/8	Håkansson Magnus	Team Skavsåret	3.15.40
32	M40/4	Jinghoit Stefan	Bollebygd IF	3.15.41
33	M45/5	Nilsson Anders	Studenterna	3.16.49
34	M55/1	Andersson Göran	Enhöma IF	3.17.20
35	M45/6	Larsson Jack	Vilsta IK	3.18.31
36	M45/7	Persson Lars Gunnar	Fredrikshofs IF	3.19.11
37	M50/7	Skog Lennart	Stenungs. OK	3.19.14
38	M/7	Eriksson Anders	Kristinehamns CK	3.19.20
39	M40/5	Sulonen Pauli	Hässelby SK	3.19.41
40	M50/8	Ryhänen Pertti	FIN	3.19.51
41	K45/1	Hjorth-Hägglund I-M	Fredrikshofs IF	3.20.45
42	M50/9	Boqvist Lasse	SLK Östersund	3.20.52
43	M45/8	Almén Pierre	IBM-Klubben	3.21.43
44	M40/6	Reys Rui	Jäms IF	3.22.34
45	M/8	Dahlén Thomas	IFK Strängnäs	3.22.46
46	M/9	Oskarsson Tommy	IFK Kristinehamn	3.23.00
47	M50/10	Agemark Bengt	Fredrikshofs IF	3.23.40
48	M55/2	Fredlund Mattz	Uppsala LK	3.23.53
49	M45/9	Lennström Göran	Hultsfreds LK	3.24.20
50	Mmot/9	Petersson Bengt		3.24.55
51	M45/10	Danielsson Leif	İggesunds SK	3.25.56
52	M50/11	Krans Kjell	İggesunds SK	3.25.57
53	Mmot/10	Rejbrand Bo		3.27.58
54	K40/1	Rangne Ylva	Fredrikshofs IF	3.28.47
55	M60/1	Ivarsson Göte	Tibro AIK Fridrott	3.28.56
56	KMOT/1	Ekedahl Eva		3.31.14
57	M55/3	Röhr Kaapo	Järfälle SK	3.34.42
58	M50/12	Saari Paavo	FIN	3.34.47
59	M60/2	Lundström Kar-Johan	FIN	3.34.50
60	M50/13	Peltola Anni	FIN	3.35.02
61	M50/14	Svedberg Kenth	IK Jordbänning.	3.35.17
62	M40/7	Nilsson Anders	Hultsfreds LK	3.35.18
63	M/10	Peltström Ir	Exclusive car wash	3.36.28
64	M50/4	Söderström Stig	Kvams. Golf	3.36.31
65	M60/3	Åkerlund Bo-Inge	Vi som springer	3.36.54
66	M40/8	Denander Odd	Vilsta IK	3.37.18
67	K35/1	Koskela Anna-Majja	FIN	3.37.38
68	M50/15	Volama Mauri	FIN	3.37.42
69	M/11	Linder Anders	Järfälle SK	3.38.20
70	M50/16	Gustavsson Kurt	Hultsfreds LK	3.38.43
71	K40/2	Hamberg Mariann	Mälard SOK	3.39.58
72	M45/11	Remborg Göran	S-E Banken	3.41.41
73	M50/17	Hultamäki Seppo	FIN	3.42.28
74	M50/18	Gustavsson Ulf	Vilsta IK	3.42.29
75	M60/4	Skaldin Henryk	Vi som springer	3.42.55
76	Mmot/11	Åkesson Kjell		3.43.00
77	M35/5	Koponen Kauko	FIN	3.45.13
78	K45/2	Ekberg-Falk Mona	Duvbo IK	3.45.29
79	Mmot/12	Magnusson Kjell	Club Z	3.45.34
80	KMOT/2	Ala-Uotila Sisko	Fredrikshofs IF	3.46.16
81	Mmot/13	Vägen Tor		3.46.26
82	K45/3	Vägen Eva	Spectra Precision IF	3.46.27
83	Mmot/14	Conney Sean		3.47.37
84	M35/6	Sjyonen Kenneth	Luigi Fridrott	3.48.03
85	M55/5	Hidelfjäll Anders	Västerås FK	3.48.07
86	K50/1	Göllas Irene	Täby LK	3.48.25
87	M55/6	Pelander Bo	Club Z	3.49.34
88	M65/1	Carlander Lennart	Turebergs IF	3.50.20
89	Mmot/15	Röhdin Jan	Simply the Best	3.51.05
90	Mmot/16	Olsson Lennart		3.51.33
91	Mmot/17	Blom Ingemar		3.52.13
92	M40/9	Nieminen Jouni	Hagunda IF	3.53.47
93	M45/12	Kuulasa Kalevi	FIN	3.54.18
94	Mmot/18	Attheli Andreas		3.55.21
95	M40/10	Lennartsson Kalle	Vattudalens LDK	3.56.00
96	Mmot/19	Ocklind Anders	Älvsjö AIK SOK	3.56.55
97	Mmot/20	Amér Kjell	Bålsta IK Långsk	3.57.23
98	M/12	Lantz Roger	ASG IK	3.59.56
99	M55/7	Martikala Ossi	FIN	4.00.43
100	KMOT/3	Nykvist Kerstin		4.01.23
101	MMOT/21	Blom Roland		4.01.32
102	M60/5	Kunttu Reijo	FIN	4.02.53
103	M60/5	Damstedt Kjell	Hargs Runners	4.03.05
104	M65/2	Skyrme Ewert	Fredrikshofs IF	4.03.42
105	K60/1	Hedberg Maj	Fredrikshofs IF	4.03.52
106	MMOT/22	Hansson Bo	Fjäderholmen RR	4.04.03
107	M50/19	Granvik Alf	Mirka	4.05.44
108	MMOT/23	Nylander Bo		4.08.28
109	M35/7	Kvarforde Kjell	Fredrikshofs IF	4.08.44
110	Mot/16	Phlajaniemi Markku	FIN	4.09.12
111	M50/20	Hindikka Esko	IFK Strängnäs	4.09.55
112	K40/3	De Geer Boel	Hultsfreds LK	4.10.02
113	K50/2	Fernán González	IFK Strängnäs	4.10.29
114	Mmot/24	Bergqvist Mats		4.10.30
115	KMOT/4	Bergqvist Pernilla		4.10.31
116	M65/3	Hjalmarsson Sune	Uddevala SK	4.10.49
117	Mmot/25	Karlsson Sune	Arlanda SK LKV	4.10.53
118	M65/4	Adolfsson Per	IK Ymer	4.11.12
119	M40/12	Rundgren Arto	FIN	4.13.51
120	M50/21	Ninilä Esko	FIN	4.13.52
121	M70/1	Caltheim Ebbe	Järfälle SK	4.14.53
122	M65/5	Billman Tore	Fredrikshofs IF	4.16.17
123	M60/6	Norén Lennart	Vi som springer	4.19.09
124	Mmot/26	Henriksson Martin	SRRC	4.19.28
125	Mmot/27	Åström Kjell	Kolmora	4.20.48
126	Mmot/28	Mariedahl Stig	İggesunds SK	4.21.15
127	K55/1	Simson Monika	Täby LK	4.21.59
128	K55/2	Andersson Ann-Maria	Hultsfreds LK	4.24.44
129	Mmot/29	De Leye Girard	Sneider Electric AB	4.24.44
130	Mmot/30	Saukkonen Kalevi	FIN	4.30.00
131	M65/6	Skogäng Lars	Bålsta IK Långsk	4.42.43
132	K45/4	Hiltunen Päivikki	Halstahor. SK	4.43.00
133	M55/9	Ternlund Göran	NOR	4.43.24
134	M60/7	Nurmi Esko	FIN	4.44.34
135	Mmot/31	Andersson Kent		4.46.52
136	M55/10	Bergholtz Hans	J Buss Homsberg	4.50.53
137	Mmot/32	Bjarnhag Holger	Sahléns IF	4.51.30
138	Mmot/33	Lindström Kenth	S-E Banken	4.59.36
139	M50/22	Manntén Hans	HVK	5.11.45

Antal startande: 154

Väderlek: Plus 5 grader, lätt vind och halvmulet.

Banmätare: Lennart Bresky

Tack i alla fall, Ingvar Magnusson i Älvsjö

Nej, jag glömde inte ange maratontäckornas längd i OS, det var bara det att dessa fakta hade underordnad betydelse i artikelsen "Olympiska maratonmästare ..." med improviserade texter som mest hade "rock'n'roll" över sig. Enda logiska statistiska mönstret var segrartiderna och tidsmarginalerna till tvåorna, som inte heller alltid nämndes med namn. Dock kan jag glädja dig

med att i min nästa delartikel (den 14:e av 25) "Svenska maratonlöpare i OS" kommer att betona statistiska fakta som banlängd, antal startande/brytande, tävlingsdatum och t.o.m. antal nationer i samtliga maratonlopp.

Rättelser: Nr 6/97. Sid 7 tredje övre spalten skall stå ...och isolerats på annan plats... Sid 8 tredje spalten något över mit-

ten skall stå: Maratonstatistik blir därför alltid kurios. Sid 22 första spalten högst upp är det förstås staden Söul som arrangerade OS 1988, inte nationen Sydkorea. Sid 23 tredje övre spalten blev det förstås tre afrikanska maratonmedaljer i Atlanta-OS (Roba, Thugwane och Wainaina). Detta är de viktigaste rättelserna och kompletteringarna.

Åke Lutner

Ansökan om utmärkelser !

Vi vill påpeka att vi vill ha alla ansökningar om utmärkelser på den speciella blankett som finns. Den rekvideras från Marathonsäll-

skapet eller från ditt distriktsombud. Vi vill även ha angivet önskemål om var utmärkelsen skall delas ut. Detta underlättar för vår

utmärkelseansvarig och det blir lättare att arkivera alla ansökningar.

Maratonutmärkelser

• **SÄLLSKAPETS PRESTATIONSNÅL** tilldelas varje medlem som fullföljer ett maratonlopp under 3.30 (damer 3.55).

Normalt skickas nålen till den nya medlemmen när den första årsavgiften betalats. En ny medlem är dock inte berättigad till nålen om hans (hennes) maratontid överskrider 3.30 (3.55).

Vi har ingen möjlighet att centralt bevaka senare prestationer. En medlem som vid ett senare tillfälle klarar stipulationsgränsen ska själv skriva och ansöka om nålen.

• **PRESTATIONMÄRKEN I GULD, SILVER OCH BRONS** tilldelas medlemmar som fullföljer ett maratonlopp under 2.20 (damer 2.45), 2.40 (damer 3.10) resp. 3.00 (damer 3.30).

• **SÄLLSKAPETS DIPLOM** tilldelas medlem som fullföljt 5 maratonlopp.

• **SÄLLSKAPETS STANDAR** tilldelas medlem som fullföljt 25 maratonlopp.

• **SÄLLSKAPETS STATYETT** tilldelas medlem som fullföljt 50 maratonlopp.

• **SÄLLSKAPETS GLASTROFÉ** tilldelas medlem som fullföljt 100 maratonlopp.

ANSÖKAN OM MARATONUTMÄRKELSE för 5, 25, 50 resp. 100 fullföljda maratonlopp sker på en speciell blankett som rekvideras från Sällskapets sekretariat:

Box 218
101 24 Stockholm