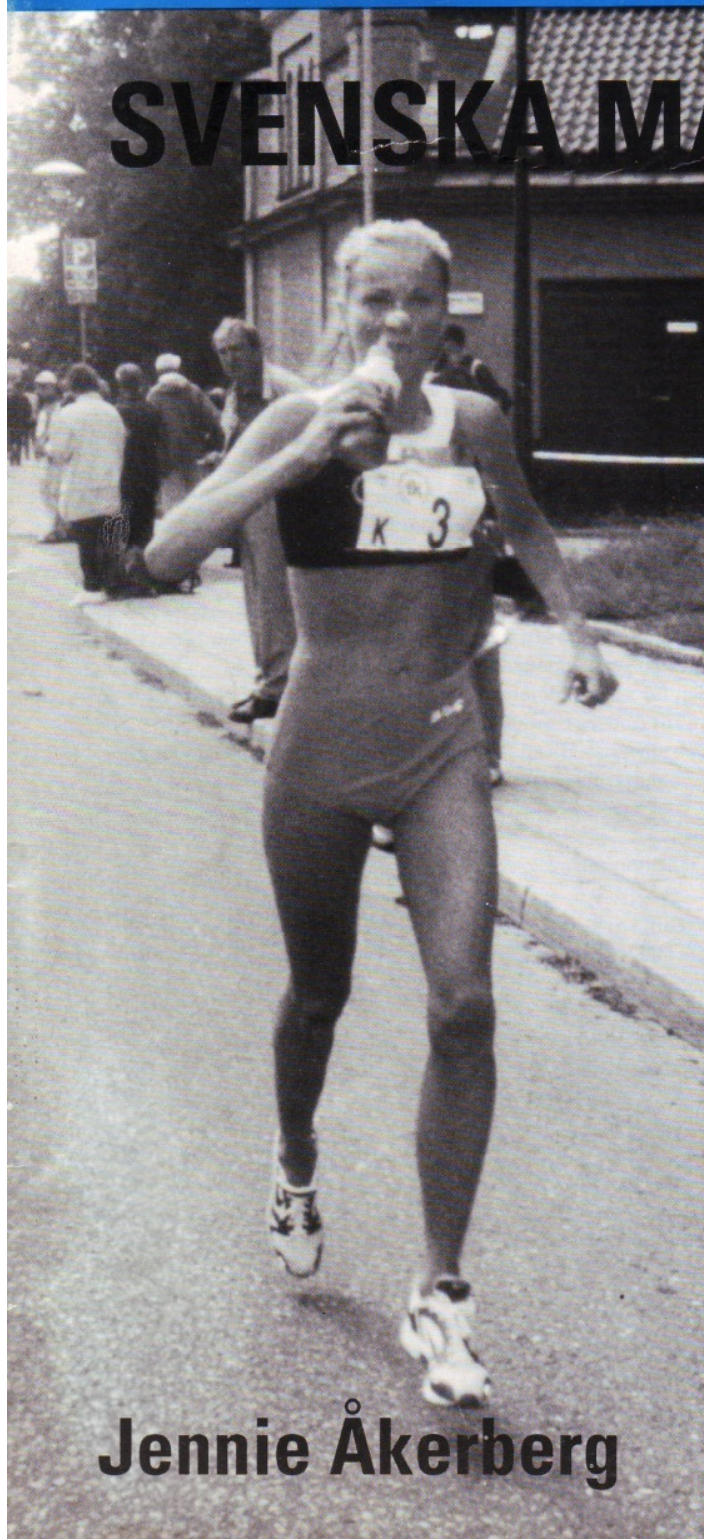


Marathon



L Ö P A R E N Årg. 31 Nr 155 Juli 3/98

SVENSKA MÄSTARE 1998



Jennie Åkerberg



Anders Szalkai

Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Box 218, 101 24 Stockholm
Hemsida: www.maraton.se/marathonsallsskapet
Postgiro: 82607-3
Fax: 08-611 21 80
Ansvarig utgivare: Mikael Hill
e-post: mikael.hill@hills.se
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:

Mikael Hill, 08-532 540 01

Sekreterare:

Rebecka Gräsman, 08-520 183 74

Kassör:

Elisabeth Westerlund, 08-511 780 48

Medlemssekreterare:

Anita Gustafsson, 08-26 61 18

Utmärkelseansvarig:

Ove Engman, 08-99 31 15

PR-ansvarig och resesekreterare:

Per-Arne Allensten, 08-580 306 14

Informationssekreterare:

Lennart Carlander, 08-754 31 22

Redaktör: Jan Lind, 08-626 94 49

Resultatredaktör: och vice ordförande:

Ulf Mathiasson, 08-765 13 32

Huvudkontaktombud: Birger Fält, 08-531 703 03

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



Foto: Jan Lind.

Nu har det gått tre månader sedan årsmötet i Säter. Susanne Hermelin har efter tre år som ordförande valt att lämna över klubban. Hon avtackades på årsmötet, och jag börjar nu förstå hur mycket tid hon har lagt ner.

Det kommer att bli stimulerande i denna anrika förening att få fortsätta utvecklandet av Svensk maratonlöpning. Naturligtvis klarar jag mig inte utan alla duktiga styrelserepresentanter. Den nya styrelsen har blivit insatta i de nya arbetsuppgifterna, och det har visat sig att de nya styrelsemedlemmarna är mycket kompetenta. Vi välkomnar Anita Gustafsson, Per-Arne Allensten och sist men inte minst Ove Engman.

Jag kan informera om att vi har en hemsida som byggs ut kontinuerligt. Där kan ni även kontakta oss via e-mail. Vi har flera resor på gång varav Berlin, Athén och New York Marathon i höst skall anmälas snarast. Informationsmaterialet ses över och ny konfektion kommer att beställas hem.

Jag kommer att återkomma med intressanta nyheter från våra styrelsemöten här på ledarspalten.

Sen får vi inte glömma bort att heja på de våra i EM-maraton. Lycka till Anders Szalkai och Bjarne Thysell

Och allra sist. Ha en skön sommar med goa träningsrundor inför höstens maratonsäsong.

Med maratönhälsningar

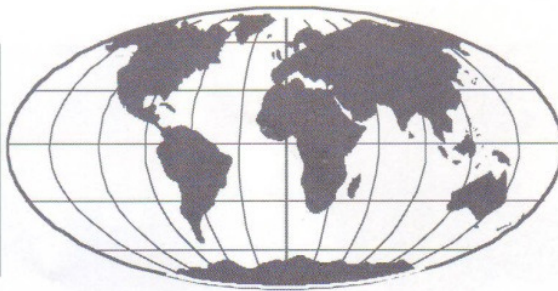
Micke Hill

Ordförande

1997 blev året då Kenya slog igenom på allvar även på maratonsträckan. Hela tolv kenyaner sprang snabbare än 2.09 och damlistan toppades av Tegla Loroupe med 2.22.07. På herrsidan var 1997 det klart bästa året hittills, det enda som saknades var ett "världs-

rekord". Allra snabbast var marockanske debutanten Khalid Khanouchi som vann i Chicago på 2.07.10, 20 sekunder från "världsrekordet". Åtta man sprang under 2.08, hela 25 under 2.09 och 46 under 2.10. Inför denna vår trodde väl de flesta att rekordet skulle slås. Men nu vet vi att Densimos tio år gamla 2.06.50 överlevde ännu en vår. Spaniens Fabian Roncero var dock på väg att slå "rekordet" i Rotterdam då han efter en enorm forcering efter 25 km passerade 38 km på en tid som var 50 sekunder bättre än Densimos på samma bana. Sedan fick han kramp och tvingades att stanna två gånger för att stretcha. Tiden blev dock så god som 2.07.26. I samma lopp förbätt-

skillnad mot banlöpning. London Marathon låter elitdamerna starta 30 minuter före herrarna för att det skall bli ett lopp på "kvinnliga" villkor. Dagen efter i Boston passerade en stor klunga halvmaran klart under rekordtempo men Moses Tanui nöjde sig med att gå ifrån på slutet och vinna på 2.07.34. I London helgen efter var det Marockanen Abdelkader El Mouaziz som sprang enormt starkt den fjärde milen och var på väg mot en klar seger på en tid omkring 2.07.00. Men han tröttnade och fjolårets världsmästare Abel Anton från Spanien sprang lätt förbi och vann på 2.07.57. Efter denna vår känns det nästan givet att rekordet ryker i höst, vem som gör det är dock



Internationell utblick

svårare att tippa. Det finns minst tio löpare som har kapacitet för det. Nu börjar även tider ned mot 2.05 att kännas möjliga.

Abel Anton, VM-segraren från i fjol, har sagt att han inte tänker springa EM i Budapest i augusti. Han satsar på att försvara sitt VM-guld på hemmaplan i Sevilla nästa år. I Spanien planeras ett revanschlopp mellan ettan och tvåan från VM i Aten i somras, spanjorerna Abel Anton och Martin Fiz. Loppet som skall gå i höst någonstans i Spanien utlovar över en miljon dollar till segraren förutsatt att han heter Anton eller Fiz.

Birger Fält

Inför EM i Budapest

I augusti avgörs EM i friidrott i den ungerska huvudstaden Budapest. EM hölls på samma plats även 1966. Herrarnas maraton går den 22 och damernas den 23. Bägge loppen startar klockan 9.05 vilket betyder att det kan bli ordentligt varmt under loppen. Banan består av en tiokilometers-slinga som löps tre gånger plus sträckan från och till Nepstadion. Liksom 1994 i Helsingfors avgörs Europacupen för landslag i samband med maratonloppen. Det inne-

bär att varje land får starta med maximalt sex löpare varav de fyra bästa tiderna räknas. Alla deltagare räknas som EM-deltagare. De kvalltider som Svenska Friidrottsförbundet har satt upp är; på herrsidan 2.15.00 och på damsidan 2.37.00. För att Sverige skall ställa upp med lag i Europacupen krävs att fem svenskar sprungit på i genomsnitt 2.16.00 resp. 2.40.00.

De svenskar som klarat kvalltiderna är Anders Szalkai som noterade 2.14.45 i Berlin i höstas och

Bjarne Thysell som i Sevilla i februari förbättrade sitt personliga rekord från 2.19.27 till 2.14.42. Stockholm Marathon som var sista chansen att kvala in innebar inga fler svenska EM-löpare. Marie Söderström-Lundberg låg länge under kvalltiden men krokade på sista milen. Åke Eriksson, Ingmarie Nilsson m.fl. bröt loppet.

Birger Fält





Evvy Palm i diskussion med Midde Hamrin strax före start. På bilden i övrigt ryggtavlan av Mutai-Kipyatol och Linda Ström, Alfred Shemweta (13), Ing-Marie Nilsson (K2) och snett bakom henne Marie Söderström-Lundberg.

Fotograf på villovägar vid Stockholm Marathon

Som vanligt hade undertecknad tänkt att i samband med Stockholm Marathon fotografera löparna på några väl valda platser utefter banan.

På plats ett femtiotal meter framför främre startlinjen längs en bergvägg på Lidingövägen, och efter att ha tagit ett tiotal bilder, snubblar plötsligt en välkänd profil, **Karl-Gustav Bergvall**, omkull bara några meter ifrån mig, får ett ymnigt blödande sår i pannan och glasögonen spräckta.

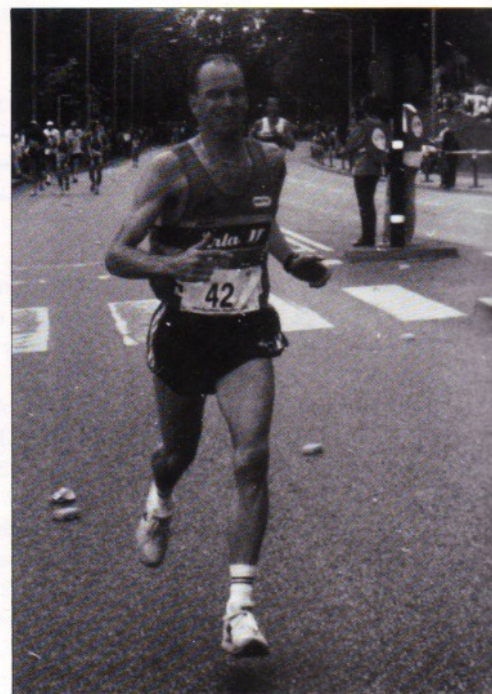
Nu är det inte längre tal om att hinna till Dramaten innan täten passerar, utan istället vill jag hjälpa KG, eftersom alla som känner honom förstår, att han inte tänker bryta loppet för denna incident.

Efter att ha fått tag i en ren tröja, som han kan stoppa blodflödet med, tar jag hand om hans glasögon, som han lyckligtvis kla-

rar sig utan, och springer en bit framför honom längs Valhallavägen och ned mot frihamnen för att söka hjälp. En polisman har bara en pappersservett att erbjuda, men strax efter Kaknästornet i en 90-graderskurva får jag syn på ett sjukvårdstält dit jag föser en något motsträvig maratonlöpare, eftersom han nu anar att det kanske är nål och tråd som gäller och att det kommer att stjäla dyrbar löptid.

Eftersom jag nu befinner mig ute på Djurgården är det lika bra att fortsätta maratonbanan framåt i sällskap med massor av trevliga motionärer, syn- och hörbarligen många finländska damer bland dessa. Väl framme vid Dramaten möts man av rockmusik och publikjubel och man tänker tillbaka på tidigare upplevelser i Stockholm, New York, Berlin och Wien. Vid Kungsträdgården kantas banan av

Stefan Hall 2.28 för tredje gången i rad - Berlin, London och nu Stockholm





Stefan Ulmeståhl (58), Grete Kirkeberg (K1), Mutai-Kipyator (1), Kjell-Erik Ståhl (26) m.fl. strax efter startskottet.

åskådare med ölmuggar i händerna (det är ju Restaurangernas dag idag!) och det är ytterst nära att jag beblandar mig med dessa.

Trots allt fortsätter jag mot Slussen, ledsagad av countrymusik, in i den mörkaste delen av Slusskarusellen, där spröda flöjttoner ekar mot väggarna ut på Söder Mälarstrand och erinrar mig att det var tio år sedan jag sprang här senast, då med ansiktet täckt av en mask med luftfilter, som skulle utprovas av en målerigrossist på Lidingö. Belöningen för att springa med mask och tröja med texten "Jag andas lugnt. Lätt." Maraton med SR 90 var inte så illa; en ny cykel, nya träningsskor, overall, tävlingsdräkt, T-shirt och gratis startavgift. Enda förutsättningen för detta för oss tio maskbeklädda löpare var att loppet fullföljdes.

Just innan stigningen upp mot Västerbron svishar de två främsta rullstolsåkarna förbi och jag förbereder mig med kameran för den uppgift jag egentligen har denna dag, att ta några representativa bilder för "Marathonlöparen". På Västerbrons krön passerar tidtagarbilen och jag får möjlighet att vila mina f.n. mycket otränade ben. Stannar där en bra stund och tar bilder på kenyaner och svenskar och min norske favorit, **Terje Naess**, som jag lärde känna i Frank-

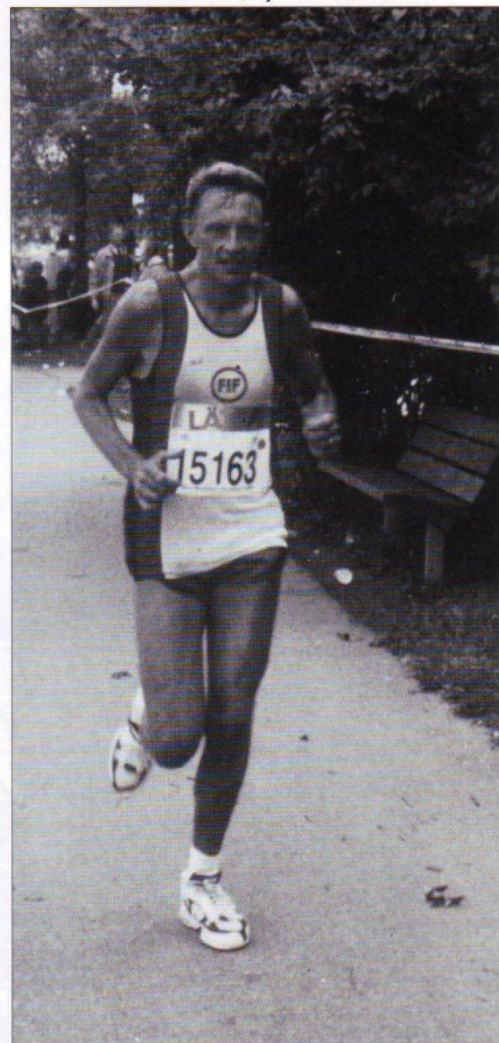
furt. Väl nere på Söder Mälarstrand vänder jag mig om och får se vår verkliga kämpe, **Kjell-Erik Ståhl**, som åter gör ett kanonlopp, 52 år gammal.

Efter ytterligare några minuter uppenbarar sig **Stefan Hall**, **Janne Lindblom**, **Dan Agnarson**, **Stefan Ulmeståhl** m.fl. av våra medlemmar och jag förstår att åtminstone de båda Stefans har goda chanser att förbättra sina personrekord.

Närmare Stadshuset stannar jag en bra stund och pratar med min gode vän sedan 60-talet, **Bernt Israelsson**, som nu i drygt 30 år oförtröttligt har ställt upp som "pappa" för sina Enhörnalöpare. Samtidigt hör jag på radion att 1998 års segrare går i mål inne på Stadion.

Medan jag tänker på att det var just här som jag för första gången blev frånsprungen av en kvinnlig löpare, nämligen Heidi Brenner, vid första Stockholm Marathon 1979, **Grete Kirkeberg**, och inte långt därefter, **Jenny Åkerberg**, som uppenbarligen är på väg mot en tid under 2.40. Inte illa av en tjej som redan ifjol erhöll Sällskapets stipendium som 1996 års "uppstickare" för sin dåvarande maratontid 2.55. Ungefär samtidigt passerar en "omplåstrad" K.G. Bergvall med dryga 25 km kvar att springa, som beklagar sig över den långa tidsför-

Mikael Videfors vid Klara Sjö.





Björn Videfors passerar sambaorkestern vid Running Center.

lusten i sjukvårdstältet.

I Fleminggatans uppförbacke, där löparna springer med solen rakt i ansiktet, passerar jag av 1997 års "uppstickare", **Linda Ström**, som även hon är på väg mot personrekord.

Sambaorkestern utanför Running Center i Odengatsbacken gör att jag fördröjs ytterligare, men så småningom, efter c:a tre timmar och ett varv på 22 km, når även jag fram till Stadion utan att bli bortplockad från banan, med många glada minnen, två exponerade filmer och träningsvärk i benen.

Jan Lind

Fantastiskt världsbästa i Australien

Vid maratonloppet i Brisbane i Australien den 24 maj presterades flera utmärkta veteranresultat. Segrade i loppet gjorde 45-åriga australiensaren Ron Peters på 2.30.43. På åttonde plats kom 62-åriga Colin McLeod, Australien på fina 2.45.59. Det allra bästa resul-

tatet presterades dock av deras 80-åriga landsman Bob Horman. Horman noterade otroliga 3.39.18, vilket underskred belgaren André Osselaers världsbästa från veteran-EM i Malmö 1996 med hela 28 minuter och 53 sekunder. I följande imponerades vi av Torsten Ståles

världsbästa på halvmaran på 1.47, men denne australiensare sprang alltså nästan lika fort i ytterligare 21 km.

Det skall bli intressant att se om han kan upprepa denna tid.

Birger Fält

Medlemsförmån

Medlemmar i Svenska Marathonsällskapet är VIP-kunder hos



**Odengatan 12
114 24 Stockholm
Tel: 08-612 04 97
och erhåller
10 % rabatt på alla produkter.**

Medlemsförmån

Ont i fötterna?

På Fothälsan AB, får Du som medlem 25 % rabatt på medicinsk, ortopedisk undersökning – idrottsinlägg – kontroll (totalt 750:- istället för 150:- + 750:- + 100:-) 10–25% på Sixtus Olympiaprodukter (Balsam, cremer m m tillverkade på extrakt från alpörter).

Ring för tidsbeställning.

FOTHÄLSAN

Ortopedisk verkstad

Regeringsgatan 77 • 111 39 Stockholm
08-24 56 95

” Vi har mottagit ett brev med tack från Ewert Skymne för de år han som styrelsemedlem resp. adjungerad deltagit i styrelsearbetet. Egentligen är det inte Ewert som skall tacka oss utan vi som skall tacka honom för allt jobb han lagt ned med allra största noggrannhet och för alla utmärakta initiativ och förslag som han lagt fram inför styrelsen. Ewert var heller inte sen att tacka ja till att fortsätta som adjungerad och utmärkelseansvarig, när vår nyvalde styrelsemedlem på denna post, backade ur innan han ens hunnit påbörja sitt arbete ifjol. ”

TACK EWERT!

På bilden växlar Lena Skymne över till sin man Ewert vid mix-maran i Söderhamn för några år sedan. Även inom Sällskapetets styrelse övertog Ewert 1995 "stafettinnen" efter Lena, som var PR-ansvarig. Foto: Jan Lind.



Sollentuna i april 1998

*Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 Stockholm*

Med dessa rader vill jag tacka för mina år i Marathonsällskapetets styrelse. Som vice ordförande, som ansvarig för reklam-material och ansvarig för Sällskapetets utmärkelser; inköp av statyetter och standar; utformning av Sverige 90-diplomet; registrering av alla utmärkelser, textning av diplomerna och utskick till medlemmarna.

Det har varit en trevlig tid, inte minst att få lära känna svensk maratonlöpning genom alla de utmärkelser jag tagit del av under dessa år. Det har väl också varit ganska jobbigt ibland när uppgifterna hopat sig på skrivbordet eller enskilda medlemmar ifrågasatt mitt sätt att sköta mina uppdrag.

Samarbetet inom styrelsen har jag bara positiva erfarenheter av.

Avslutar nu mina år i Svenska Marathonsällskapetets styrelse - det senaste året som adjungerad - med en förhoppning om att den som övertar mina uppgifter har gott om tid, har ordningssinne, tycker om maratonlöpare och förstår vilken skattkammare vi har i den här dokumentationen av svensk maratonlöpning.

Tack för mig!

Ewert Skymne

Från föredraget vid Sällskapets årsmöte med lite tillägg



Ensam med sina tankar, bara med hjälp av egen kraft – och hur jag förberett mig – Bertil forcerar en tunnel 3000 m lång uppe i Nordnorge under 353-milaloppet.

Ultrornas Ultraman

Bertil Järlåker presenterar sina långlopp

I dag, här i Säter, har jag gjort maratondebut – jo, faktiskt – jag gjorde debut på maran som åskådare. Efter alla år ute på maratonbanor, land och riken runt, så fick jag nu chansen, att – *vid sidan om banan* – studera mina gamla polare och heja på dom, utan risk att i nästa ögonblick bli omsprungna... Skämt åsido, så kände jag nu väldigt starkt, att vi är – och skall så förbli – en kamratförening. Här finns en stark känsla av kamratskap i vår stora maratonfamilj. Det skall vi vara tacksamma för och vårda. Eventuellt medlemskap i Friidrottsförbundet gör ingen ändring.

Med tanke på alla nya maratonskubbare på senare år, så följer här en presentation över vad jag hann uträtta. Säger hann uträtta, för jag slutade av främst knäproblem sommaren 1992. Och all min löpning är *inte* skuld till det. Dåliga skor, med alltför dålig stötupptagning, i början av karriären, tillsammans med svår pronerings sen födseln, är den direkta orsaken i mitt fall. Så alla rykten om vart Järlåker tagit vägen är uppåt väggarna fel.

Jag har *inte* emigrerat till någon okänd söderhavsö, för att träna i hemlighet och slå något nytt udda ultrarekord. Peppar, peppar, dröm-

men finns ju att komma igen – vi får se i 75-årsklassen. Konkurrenten börjar ju tunnas ut då. Jag har gott om tid att träna bort kalaskulan, jag är bara 62 ännu. Efter fingranskning nu i veckan i tabeller, så gjorde jag 188 stycken rena maraton, sista fullföljda i Söderhamn augusti 1991 med 3.29. Några veckor senare åkte jag till New York för att i Sri Chinmoys regi, springa ett 700-mileslopp, alltså drygt 112,6 svenska mil. Vi löpte på en milebana, 1.609 m, så det blev ju en förskräcklig massa varv. Alldeles i närheten, för övrigt av tennisbanan, där Stefan Edberg och Mats Wilander vunnit segrar i US Open. På grund av vägarbeten, så hade man hastigt fått lägga om banan, med feldoseringar, helt olämplig för långlöpning av det här slaget. Att vi hade Kennedy-flygplatsen som nära granne, med ett ständigt dunner och dån, så luften fullständigt vibrerade, och fick skrika till varann, för att göra oss hörda, tröttade ut oss extra, förstås. Hur som helst: flertalet fick bryta, så också jag. Men jag fick mina knappt 30 svenska mil på två dygn med i resultatlistan, och en liten trofé som minne. Så jag får väl trots allt räkna det som mitt hittills sista och det 30:e ultraloppet. Synd, förresten, för jag låg tvåa ganska länge innan

problemen började. Den fot, jag pronerar mest på, vägrade att fungera, trots upptejpning och smärt-sprutor och tabletter. Jag kunde inte stödja på benet på flera dar, utan gick med kryckor. Jag ger inte upp i första taget. Jag blev intervjuad i TV och reportern sa: "Your face looks so painful?!" Ditt ansikte ser så plågat ut. "Jo, det tro fasen det, svarade jag, med en sån konstig bana." Men för säkerhets skull svarade jag på småländska, för amerikanerna är lite känsliga för kritik...

Av den här beskrivningen skulle man kunna tro, att man borde helt ta avstånd från allt vad ultralopp heter. Visst får man plåga sig många gånger i ett ultralopp, om man vill nå resultat. Jag ville alltid vara med och kriga i toppen. Vi har sett plågade ansikten i TV många gånger i stortävlingar, och tjejer som raglat i mål i Olympiska spel – och sen har vi förfasat oss. Men sanningen är ju den, att alla de här personerna är topptränade och väl vuxna sina uppgifter. Utan några jämförelser med dessa yppersta elitidrottsmän i prestanda, så har vi ändå ett gemensamt, vi som tar ultralopp på allvar är tränade och vet vad det handlar om: vi hämtar oss snabbt, får inga bestående men, och kan återuppta träningen i full

skala kort tid efter tävlingen. Att föra dagbok över träningen är självklart, notera allt viktigt som händer så man kan blicka tillbaka och jämföra, lyssna noga till kroppens alla signaler och ta lärdom av det. Att lära sig konsten med mat och dryck i rätt tid, i ett långt ultra, är en annan viktig sak – är man orutinerad, blir det ofta för sent och kroppen orkar inte ta igen, varken psykiskt eller fysiskt. Att springa långa ultralopp handlar mycket om rutin, du lär dig efterhand av varje lopp.

Väl förberedd och ordentligt tränad

Elit- eller motionslöpning har det gemensamt med ultra, att man skall vara väl förberedd, ordentligt tränad, för att undvika skador. Sen är det upp till var och en att använda omdöme och förnuft – om man skall bryta en tävling eller ställa upp till start över huvud taget när man känner att nånting är allvarligt fel. Det gäller, att bygga upp sig från grunden, att låta det ta lite tid, innan man är mogen för en stor uppgift. Kosten och drycken du får i dig i ditt dagliga liv hör till byggsstenarna. Man kan inte hålla vilken bensin som helst i en bensintank för att motorn skall gå bra. Min motor fungerade bäst på enkel husmanskost, inga konstigheter, mycket potatis, ris i massor, filmjölk och müsli, pasta, makaroner – spagetti, vitkål, lök och hur mycket som helst av frukt och grönsaker – men bananer brukar ju alltid finnas i en maratonlöpares bagage. Gatuköksmat undvek jag som pesten, då svalt jag hellre, och coca-cola och pepsi tror jag inte ett dugg på. Vanligt friskt vatten duger i alla sammanhang. Grovt bröd, knäcke, aldrig vitt bröd, och sparsamt med kaffebröd, hörde till. Nu har jag blivit en sämre människa, på grund av familj och ändrade matvanor – men vänta bara, när lilltjejen blivit större, och jag får mer tid för mig själv, så kommer jag tillbaka. Så, ungmör och ungarlar – gift er aldrig, ni blir bara sämre som maratonlöpare!

Mitt intresse för ultra går egent-

ligen tillbaka till 15-20-årsåldern, då jag ville ut ur smålandsskogarna och se lite mer med hjälp av en vanlig trampcykel utan växel. Hela Europa, Afrika två gånger och arabländerna i Främre Orienten. 1.600 mil som längsta tur på 4 månader, till Kairo i Egypten och tillbaka till Sverige. Jag cyklade varenda meter med upp till 40 kg packning, dagsetapper upp till 20-25 mil. – 16.000 mil på cykel under 10 år gjorde mig stark i benen, men framför allt: som blivande ultralöpare, längre fram i livet, hade min respekt för distans totalt avtrubbats. När jag steg iland nånstans i Europa efter turer i Afrika, kändes det nästan som att vara hemma – och då hade jag ändå 3-400 mil kvar hem till Småland. En svår olycka i en cykeltävling, höll på att kosta mig livet våren 1970. Med bland annat bestående men av en ryggskada – jag var alltid helt beroende av ryggsträckningar, massage och annan rygghjälp med täta mellanrum i mina ultralopp längre än 24 timmar. Kortare ultra kunde jag plåga mig igenom, för det mesta, helt utan sådan hjälp – men fick lida pin efteråt förstås. Självklart blev mina resultat sämre med de här problemen och tidsavbrotten.

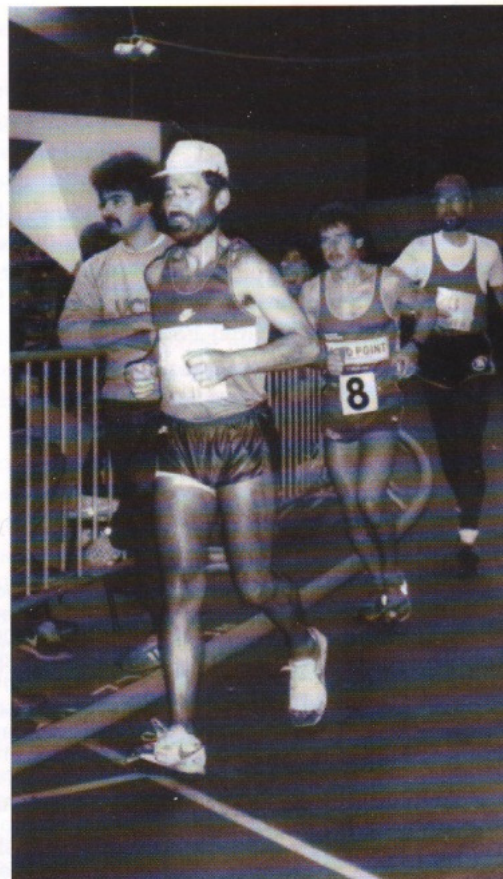
En kille som påverkade mitt ultraintresse, var skåningen Örjan Ohlsson. Vi som läste Marathonlöparen i mitten av 70-talet, glömmar inte hans täta rapporter från alla hans 100-kilometerslopp, särskilt från Tyskland. En bit in på 80-talet, hade han klarat av 30 st sådana lopp, och möjligen har det blivit fler i det tysta. En annan kämpe jag tog intryck av, var klubbkompisen i Solvikingarna, Gösta Hallberg. Ett ytterst litet antal ägnade sig åt 100 km då och då den här tiden i Sverige. Och något eget lopp hade vi inte förrän långt in på 80-talet.

Av mina 30 ultras bestod 9 st av 100 km med 8.38 som bäst. 7 st 24-timmars, med personligt på 220, 100 km i Niort, Frankrike – en tävling jag sprang tre gånger och alltid bäste veteran och utländske löpare. Vidare 4 st 6-dagars, med 730, 400 km som personbästa, och 6:a i La Rochelle i officiella VM 87. Jag var 51 år fyllda när jag nådde

de här resultaten i Frankrike – resultat, som ännu idag torde ligga högt på veteranlistorna. Jag hann även med att pröva lyckan i ett 48-timmars i England, drygt 30 mil och trea.

Sparathlon Aten – Sparta

Till de stora äventyren, hör avgjort, Spartathlon Aten - Sparta. Jag deltog som förste nordbo i premiären 1983, via en inbjudan, som först hamnade på ambassaden i Stockholm, sen vidare till Riksidrottsförbundet, och slutligen via Ulf Ekelund på Friidrottsförbundet, hem till mig. Jag var totalt ensam på den här tiden, och hade så varit i många år, som riktigt långt-springande, så det fanns just ingen annan att skicka inbjudan till. Enligt informationen som följde, tänkte man sig i Grekland de här 245 kilometrarna som ett uthållighetsprov, i stil med en del tyska 100 kilometerslopp, med hela 24 timmar som maxtid. I sådana lopp kan man få se små och stora grupper av taktfast fotvandrande soldater och andra marschintresserade, i grova kängor, visslande och sjungande, kanske med en ölflaska i nypan. Dom ser ut att ha jättekul! Man har ju 24 timmar på sig och kan ta det

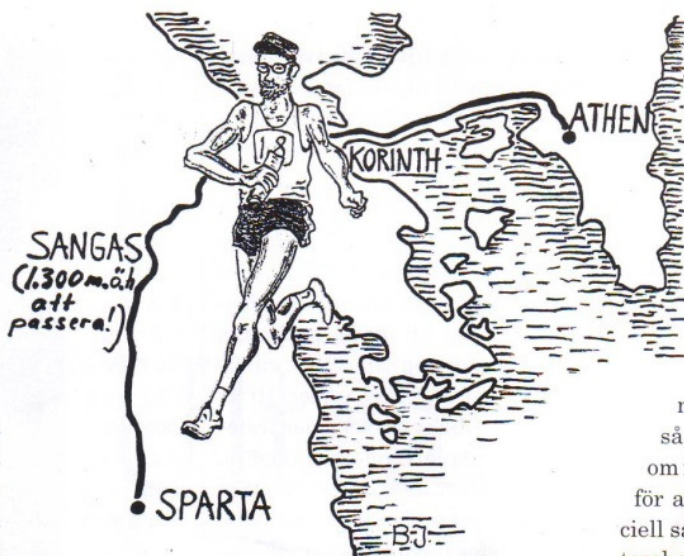


Bertil i aktion under VM i 6-dagars i La Rochelle -84, tillsammans med franska superstjärnorna Boussiquet, främst och Simonne (8).

lugnt! Med andra ord: kunskaperna om att hitta rätt sorts folk, till det första Spartathlon, var inte stora i Grekland för 15 år sen. Vi skulle även ha med oss ett antal rekommendationer. Och sådana hade jag från Svenska Friidrottsförbundet, Marathonsällskapet och Linköpings Kommun. Sen var tanken, att precis som den forntida kuriren Pheidippides, när han 2.500 år tidigare sprang med bud om krigarhjälp från Sparta till slaget vid Marathon, så skulle vi manifestera denna händelse, med breven i ena handen och fackla om natten i den andra. Så loppet har ju allt av spänning, äventyr och historisk bakgrund. Vi 45 löpare från olika delar av världen, var helt upprymda av tanken, och, det fascinerande, att få springa i Pheidippides fotspår! I verkligheten utan breven, av praktiska skäl.

Världens hittills främste ultralöpare, greken Yiannis Kourou, då helt okänd, gjorde sensation och vann på 21 tim. 53 min. Man fick väcka borgmästaren i Sparta, mitt i natten, för det var han som skulle välkomna oss vid målet med lagerkrans på huvudet. Ingen trodde det var möjligt att avverka sträckan så snabbt, så engelsmännen, som från början fick idén till loppet och hade testlöp distansen året innan, dom protesterade högljutt – vilket i sin tur upprörde grekiska känslor. Det var ett fasligt rabalder!

För praktiskt taget alla, var det, i detta premiärlopp, en fråga om att leta sig fram och fråga efter vägen, på oländiga, smala bergsvägar med näst intill ren bergsklättring, upp till 1.300 m höjd, mitt i natten, som kulmen. Och fellöpingarna var legio, på dåligt markerade bergvägar och stigar. Ofta utan makering alls. Så inte konstigt, att bara 15 man fullföljde. Yiannis var den ende som riktigt väl kände till vägarna, uppväxt i bergstrakterna som han var. Så han kunde springa på känsla i mörkret. Senare har han visat, många gånger om, att han var överlägsen alla andra i olika typer av ultralopp. Själv kom jag 6:a och var nöjd med det, under omständigheterna. Det fåtal svenskar, som senare har deltagit och fullföljt, kan



Precis som när Pheidippides 2500 år tidigare sprang med bud till kung Leonidas av Sparta om krigarhjälp i slaget vid Marathon så skulle vi löpare i det första Spartathlon 83 manifestera den historiska händelsen med brevhälsningar hemifrån. I sista stund bestämdes dock av praktiska skäl, att breven nådde borgmästaren i Sparta lite före oss – och säkrare – med bil.

skatta sig lyckliga att dom slapp vedermödorna i det första Spartathlon, för redan året därpå blev banan mycket bättre markerad.

För alla, som provat på 100 km eller längre några gånger och känner sig mogna för det stora äventyret, rekommenderar jag Spartathlon. Men det behövs en verkligt långsiktig planering och satsning för en sån här uppgift. Loppet har ju nu, ännu mera än då, en prägel av elitävling. Själv lämnade jag aldrig nånting åt slumpen i mina ultra, förberedde mig minutöst, kollade utrustningen i god tid, skrev lappar, noteringar och nummer på skor och andra prylar. Det var inte bara jag, som snabbt som ögat skulle hitta rätt pryl, när man yrvaken kom på fötter på stela ben efter en kort vila i ett flerdygnslopp, mitt i nattmörkret. Också de servicemän, som alla löpare har i sådana sammanhang, måste hitta rätt. Det gällde att vara heffeaktiv och ta vara på tiden under den korta rasten. Bra support, killar som hade tid och lust att jobba med service dygnet runt i flerdygnslopp, med bara lite sömn, var alltid ett jätteproblem att få tag i. När inte arrangören kunde ordna folk – och det var i så fall bara åt de stora hemmaidolerna – så fick jag betala resa och uppehälle för en eller två servare. Utan support av det här slaget har man inte skuggan av en chans i exempelvis ett 6-dagars.

Hopp om högre status

Så här i efterhand, passar jag på att rätta ett missförstånd i Marathonlöparen, angående mina ultra. Alla utom 5–25 st ultralopp således – har varit sanktionerade tävlingar och några med inofficiell status av VM eller öppna mästerskap. Det är ju tyvärr så, att ultraentusiaster runtom i världen i årtal har kämpat för att ultralöpning skall få officiell sanktion och status som mästerskapstävling i ultralopp. Men motståndet från Friidrottsförbundet – nationellt och internationellt – har varit i stort sett kompakt. Som att köra huvudet i en vägg. Och när inte ens maratonlöpnin



Vättern Runt 19983.

blir ordentligt erkänt på samma sätt som friidrottens arenatävlingar, ja, då skall vi väl inte hoppas för mycket inom ultrakretsar...

anm: Underförstått, så har man inte saknat sanktion för ultralopp – men att det varit stora svårigheter att få loppet erkänt som mästerskapstävling via Friidrottsförbunden. Exempelvis i Hartola 100 km i Finland (där jag löpt två gånger) har Finska Friidrottsförbundet ställt sig avvisande år efter år – fastän det här ultraloppet tillhör ett av världens äldsta sen mer än 20 år tillbaka.

En som jobbat hårt för officiell sanktion och status som mästerskapstävlingar i ultralopp är storentuiasten Harry Arndt i Rodenbach, Tyskland.

Den som vill känna på ett riktigt äkta 100 kilometerslopp i internationell anda ska springa i Rodenbach i april. Fulländat arrangerat på en 10-km slinga, platt som en pannkaka och massor med mat, dryck och service av olika slag. Senast jag sprang, april 1991 hade jag 8.56, fyllda 55 år och kom 4:a i klassen. Möjligen är det svenskt åldersrekord, men det kan kvitta lika. Det är upplevelserna, utmaningen, äventyret i sig, jag minns i mina ultratävlingar. Sanktion "Ja", kontrollmätt bana "Ja" – men har det inte gått att ordna sanktion, så ville jag göra några lockande solo-lopp i alla fall. Som exempelvis tre gånger runt Vättern, första redan 1978, vilket väckte stor upståndelse, för ingen hade hört talas om lopp i den storleksordningen. Sen blev det Vättern Runt igen 1983 med bästa tiden 47 tim. 11 min. Distans: 303 km. Det kan tilläggas, att i samtliga mina ultra har passertiden på maraton varit klart under 5 tim. Dom kortare lopp, 100 km och 24-timmars, passertid på 3.30–3.50. Jag var så inkörd under allt mitt maratontävlande och likaså på träning med 4.30 - 5.30-tempo per kilometer att jag kunde hålla ett hyggligt tempo, väldigt, väldigt länge. Det var bara mina ryggproblem, som förr eller senare, stoppade mitt tempo. Så alla som undrat över mitt maratonkutande: det var *inte* en fråga om att samla

maraton på hög. Tävlings på maran var från senhösten 1976 – då jag bestämde mig att satsa på ultra efter uteblivna maratonresultat, 2.53 var jag inte alls nöjd med – *var ett led i min träning för ultra*. Jag sprang oftast maran, mitt under träningsveckor på 20-30-40 mil – och kunde fortsätta med ett pass på kvällen, samma dag som maran gick. För mig var det viktiga, att nöta in ett stryktåligt tempo, som jag kunde hålla så länge som möjligt i ett ultralopp. Det var så jag nådde mina framgångar. Därmed inte sagt, att jag inte gjorde mitt bästa på maran – det gjorde jag alltid – jag kunde bara inte köra *slut* på mig på maran. Sträckan var för *kort*, helt enkelt.

Vande kroppen vid nattlöpning

1987 gjorde jag ett sololopp som rörde upp en del känslor. Jag skulle utmana stafettlöparna i Vindelälvsloppet, hette det i tidningarna. Och när det gäller tidningar och massmedia och att vara korrekt, så har vi ju lärt oss, att så inte alltid är fallet. Att vara förståsigpåare är populärt på sina håll, utan att kontakta personen i fråga och ta reda på fakta. Det hette i Spring-Time en gång, att jag tränade på natten på grund av sömnproblem! Jo, mycket har jag fått höra under årens lopp... Jag tränade nattpass inför flerdygnslopp för att vänja kroppen också vid nattlöpning. *Vet* inte kroppen annat, än, att du skall sova dina 7-8 timmar *som vanligt*, så skickar den signaler till det – och du förlorar en ruskig massa tid. Samtidigt gällde det att somna kvickt, när jag *behövde* sömn under ett dyrbart 2-timmarsavbrott i ett flerdygnslopp. Mer än 2-4 timmar per dygn totalt brukade jag *aldrig* sova under ett 6-dagarslopp.

Åter till Vindelälvsloppet: sanningen var den, att jag redan 1986, ett år innan, träffat Staffan Ling, TV-reportern och programmakaren. Idén föddes, att i samband med Vindelälvsloppet äntligen ge ultralöpningen chans genom TV. En ensam kille, som glider fram i ett storslaget landskap med fors-

ande vatten, djupa skogar, snöklädda fjäll – och över det hela, midnattssolen, som gjorde natt till dag och möjligt att filma alla tider på dygnet. Ja, så där såg Staffan bilden framför sig. Det fanns inte minsta tanke att stjäla tid från arrangören. Staffan ville visa min löpning som nån slags inramning till själva tävlingen, men främst tände han på tanken, att visa upp den vackra norrlandsnaturen på ett annorlunda sätt.

Nåväl, jag startade en hel dagsetapp *senare* än stafettlöparna. Sen var moroten, att med hjälp av nattlöpningen försöka ta igen försprånget på 91 km till Sorsele. Med ett par timmar tillgodo, lyckades jag komma i mål i Vännäsby, innan de första stafettlöparna dök upp. Tid: 60 tim och 43 min. Distans: 351 km. Doktor Michael Sjöström följde upp sista maratonsträckan, som jag löpte på hyggliga 3.55 tim.

Hur det gick med TV? Ja, inte blev det så mycket som var tänkt: arrangören tryckte måhända på – men främst berodde det på Davis Cup i Tennis – *som vanligt* blev det viktigare att visa tennis istället för långdistanslöpning... Men, för all del, nog såg man den ensamme mannen glida fram i den ljusa sommarkvällen, och uttala sig om att: "vi långdistansare är sega utav attan, vi kan hålla på till åtminstone 96". Sen nämnde jag visst nåt om, att en seg yngling från Grekland kutat maran vid just 96 års ålder. Man ska inte ge upp i första taget. Det hör till saken, att jag kontaktede arrangören om att få delta i Vindelälvsloppet som ett *enmanslag*. Men detta fick jag avslag på. Då ville jag göra ett lopp på mitt sätt.

Av mina 30 ultras var det alltså bara 5 st rena sololopp utan sanktion. Fredsloppet 1989, då jag ensam sprang med facklan 78 km till Jönköping, räknar jag till dom. I 30 graders värme och med facklan högt i vädret, med bara en pendelarm, avverkade jag sträckan på 7.30 tim.

"The Greatest Run"

Att få springa i "The Greatest Run" Sydney to Melbourne, 1006 km, 1986, var förstås ett äventyr i sig.

Två månader innan hade jag löpt Colac's 6-dagars på gräsbanan, med 642 km och en 9:e placering som resultat. Det var nu feb-mars och ännu vinter i Sverige. Men här i Australien hade jag härliga dagar i kortbyxor och lagom varmt höstväder. De två månaderna mellan loppet använde jag till, som regel dagliga, långa pass om 30 upp till 60 km. På kvällen ett pass till, lite lugnare och kortare. Kravet, att få ställa upp i Westfield Run, som loppet också heter, var att jag måste betala motsvarande 30.000 svenska kr till arrangören – genom egna pengar eller via sponsorer. Så mycket tid gick åt att ringa runt i Australien till Svenska storbolag, Asea, Eriksson, Electrolux med flera. Ingen av dom kunde ställa upp med svensktalande personal, så det var ingen lätt match att snacka in sig, så att dom tog mig på allvar. Jag var tvungen att åka in till Melbourne. Med hjälp av ett ungt par jag lärt känna i Colac's 6-days, så svidade vi upp oss i hyrda kostymer och flotta affärsportföljer. Sen tog vi taxi till Eriksson Tele Company, tog hissen upp till reklamdirektören och försökte se världsvana ut. Jag presenterade mina följeslagare som managers, som skötte mina affärer. "Are You going to win?" Jo, visst attan tänker jag vinna Westfield Run svarade jag, utan betänkan. Försöka duger.

Nåväl, direktören bakom det stora, blanka skrivbordet blev väl imponerad av vårt flotta framträdande, så han lovade att hjälpa oss med de pengar vi behövde. No problem – och Eriksson hade råd redan på den tiden före yuppienallarnas tid. Sen ordnade arrangören vänligt nog folk i servicen, mellan 6-10 personer gav support till varje löpare. Varje löpare hade följe av en husbil och en minibuss, som ständigt, enligt reglerna hade ögonkontakt med löparen. Yiannis Kourou fick i sista stund tacka nej – han hade klämt och skadat en tå – men vi andra 24 löpare dammade iväg ut ur det stora varuhuset Westfield, som om det gällt ett helt vanligt maraton. Mycket dramatik och många äventyr följde under de dryga 100 svenska milen ner till Melbourne. Vi passerade igenom två

årstider: sensommar med värme, ibland så man storknade, uppe i New South Wales kring Sydney ned mot Canberra och kuperat värre. Ner mot Victoria i söder, innan Melbourne kom vi in i riktigt höst-rusk med våldsamma skyfall, som prövade hårt på humöret och psyket. Det tilltagande mörkret, regnet och blåsten ökade på ensamhetskänslan. Många hade redan brutit och de som var kvar fanns utspridda över åtskilliga mil. Det var sällan eller aldrig man såg till sina medtävlare.

Jag lyckades ta mig i mål som 5:a i herrklassen. Fyra topptränade tjejer hade startat och hela tre av dom tog sig i mål. Mycket strongt! Ultratjejer klarar många gånger sådana här lopp bättre än killarna. Min tid blev 8 dagar 15 timmar och 13 minuter. Prispengarna räckte att betala resan tur och retur.

Europas längsta sololopp

Det längsta lopp jag sprungit, är, så vitt jag vet, fortfarande Europas längsta sololopp, 3529 km, år 1982, alltså nära 353 mil på 50 dagar 1 timme och 48 minuter. Och ännu efter 16 år noterat i Guinness Rekordbok. Distansen kan inte vara mera korrekt: vi hade tripelmätare i foljebilen med husvagn, vi kollade med lokala kartor, hade en nyinköpt KAK-atlas och kollade upp även med vägskytarna utmed vägen. Och vägen var med start i Helsingfors den 4 maj och mål i Stockholm 23 juni. Men jag löpte inte närmaste vägen till

Stockholm, utan tog en lång omväg utmed Torne älv. Jag vände inte söderut förrän i Skibotn i närheten av Tromsö, långt, långt ovanför Polcirkeln. På slutet var jag så piggt att jag, till mina servicemäns förtret, bestämde mig för en extra banansväng inåt landet vid Hudiksvall och djupt in i Dalaskogarna. Mina killar hade fått nog för länge sen och ville till varje pris hem till midsommar och färskpotatisen och sillen. De funderade på olika sätt att få stopp på den här galningen. Nåja, de piggnade till de också efterhand vi närmade oss Stockholm och det hägrande midsommarfirandet.

Före start hade muskelfiberprover tagits på GIH i Stockholm av Björn Ekblom. Sådana prover hade tagits redan två år tidigare i samband med de nära 57 milen på 5 dygn runt Vättern med start och mål i Norrköping. Men nu skulle man för första gången i idrottsmedicinsk historia få besked om, vad som händer med musklerna under ett så långt lopp. Och resultaten förvånade alla fysiologer, läkare och idrottsmedicinare runt om i värl-

3529 km på 50 dagar, 1982 blev det längsta lopp någon har sprungit i Europa.



den. Egentligen skulle jag ha Jan Fridén, Michael Sjöström och Björn Ekblom här, de som utvärderade proverna. Men på normalspråk utan medicinska facktermer så visade proverna en omfördelning av den muskelmassa, typ 1 och typ 2, som alla löpare har. Typ 1 kallas populärt för långsamma fibrer och typ 2 för snabba fibrer. Under lopets gång skedde en gradvis omgruppering, på så sätt, att typ 1-fibrerna slog ut typ 2-fibrerna, som antingen dog ut eller förvandlades till långsamma fibrer. Från att, från starten, varit mera i balans med varann i fibersammansättning, så var fördelningen vid målgång omkring 85 % långsamma fibrer och 15 % snabba fibrer. Att "långsamma fibrer" bara är ett uttryck, har alla förstått. Enligt den internationella New Scientist skulle musklerna ha fått *omfattande* skador. I utvärderingen hette det vidare, att "den grava neuromuskulära patologin torde endast delvis återställas."

Lite spekulation alltså. Jag kan bara säga, att jag aldrig fick något men av loppet. Tvärtom kände jag mig starkare än nånsin och stärkte mitt mentala. Efter det här så klarar jag vad som helst, det var känslan efteråt. Två veckor senare kutade jag Svanstein Maraton på 3.23, fastän jag var långt ifrån återhämtad. Dom där 353 milen runt Nordkalotten kunde skett på snabbare tid än 50 dagar, vilket innebar drygt 70 km i snitt per dag. Det skedde även andra fysiologiska mätningar som pulsfrekvens, kolla vikten flera gånger per dag och inte minst kaloriförbrukning. Jag kunde inte stoppa nånting i mun, varken föda eller vätska, utan att vi mätte och doserade. 7000 kalorier per dag förbrukade jag eller 350.000 totalt. Det är tre gånger mera, än vad man behöver normalt. Vikten var densamma vid start som vid mål: 73,8 kg. Kroppstemperatur och löphastighet kollades. Hastigheten varierade från 6 km, om jag gick något litet stycke, när man var genomtrött. Men så plötsligt, piggnade man till igen och var inne i ett mera normalt arbetstempo, kring 9-10 km per timme. Ibland fick man verkliga piggelinryck och var uppe

i 12-14 km per timme. Detta är typiskt för flerdygnslopp, för nästan alla ultralöpare, att tempot varierar kolossalt, med humör och krafter – man har ju hela tiden sömnbristen att slåss med. Man måste vara stark och hård mot sitt psyke, för att driva sig vidare.

Stenhård disciplin – drivkraften

Det som ständigt drev på mig var en stenhård disciplin. Bortsett från *en enda dag* (inryckningsdagen på en rep-månad 1970) så hade jag absolut daglig träning i 19 år. Så småningom utvecklande sig till, för det mesta, 3 pass om dagen under ultraåren på 80-talet. Mindre än 2 pass/dag var ovanligt. 60-80 km per dag flera månader före ett viktigt ultra, någon enstaka gång över 100 km, hörde till. Jag kände mig inte fulltränad förrän jag gradvis hade trappat upp från c:a 20 mil/vecka till c:a 45, veckan före loppet. Sista veckan lugnare, ladda med massor av kolhydrater och försöka *lagra sömn*. 260.000 km blev det under löparåren 1970 - 1992, inräknat några terräng- och kolstybbsårtonåren. Dagbok över träningen började jag föra redan som 17-åring.

Som exempel minns jag hur engelsmännen spärrade upp ögonen, när de såg mig jog-

ga iväg morgonen efter Spartathlon -83 på ett 20-kilometerspass. Jag var nog inte mindrest i hela kroppen än dom. Men jag gjorde helt enkelt aldrig några avsteg från dagliga träningen hur motigt det än kändes.

Som avslutning vill jag säga, att med få undantag, räcker det för de flesta med ett mindre antal maror per år. Men att man gott – för de som känner för det – kan kombinera med något enstaka, kortare ultra, *utan att förlora i snabbhet*. Det finns lockande ultralopp också kring 50–100 km.

Vi får inte glömma bort, att uppmuntra *kvalitetstänkandet* i maraton inom de grupper av motionsmaraton, som Sällskapet i huvudsak företräder – att just bara fullfölja skall vi väl inte nöja oss med?

Bertil Järlåker



PUBLIKFESTEN

FÖR SEXTONDE ÅRET
SÖNDAGEN 16 AUGUSTI

Maraton

Fullst. Klassind. Dam och Herr
Anmälningavg. 140 kr.

MIXAD MARA (enda i Sverige)

Dam 1:a varvet 20 km. Herre 2:a 22 km.
löpes tillsammans med Helmaran

TJEJSTIMMET 8 KM

Gå – Lunka – Löp utan tidtagning

Info: Dagtid 0270-753 53

Kvällstid 0207-107 85, Torbjörn

Beställ vår folder

Adress. Nygatan 5 B, 826 30 Söderhamn

TOMMY SJÖSTRÖM

överlägser i Säter



Tommy Sjöström uppvaktas efter målgång. Foto: Jan Lind.

Det blev som väntat **Tommy Sjöström** som tog hem årets upplaga av Säter Marathon och därmed också DM-segern för Dalarna. Efter två andraplaceringar 1996 och 1997 vann Tommy nu på tiden 2.47.36. Fram till 23 km leddes dock loppet av **Mikael Bränn**, men han tog totalt slut och Tommy hade inga svårigheter att passera och successivt öka avståndet in mot mål. Att Tommys seger var populär var inte att missta sig på. En stor barnaskara, dock endast två egna barn, jublade och uppvaktade vid målet.

Annars var det glest med åskådare både vid målet och ute på banan och även glest med löpare på helmaran. 68 löpare och en rullstol nådde fram till mål. Rullstolsåkaren **Nagy Bendeguz-Lorand**, som f.ö. sedermera vann Stockholm Marathon, noterade

den förnämliga tiden, 2.08.55, och det var kanske irkonstigt att publiken tröttnade på att invänta övriga löpare.

Starten däremot på Klockargårdens skolgård tilldrog stort publikintresse, då samtliga löpare "i en salig röra" på alla distanser, kvarts-, halv- och helmaraton gav sig iväg samtidigt. Inledande 3 km springs kors och tvärs inne i Säter under 10-15 minuter är Sätermaran mycket intressant som publiksynpunkt, men sedan springer man ut på en bana med vändpunkter efterhand för resp. distanser. Kanske när publiken kvar till kvartsmaratonlöparna går i mål i del fram tills de bästa halvmaratonlöparna återvänder efter 3-4 timmar, när maratonlöparna kämpar sig fram mot målet, ja, då är åskådarna lätt räknade. Kanske skulle istället ha kvarts- och halvmaran som varvlopp inne i Säter med lämpliga starttider i väntan på maratonlöparnas komst för att behålla publikintresset?

Endast tre man sprang under tre timmar, men bland garna på de kortare sträckorna fanns åtminstone ett tiotal noterat tider under 2.45.

Vid vätskekontrollen efter 5 km: Leif Önerstam(92), Gurran Franzen(105) och Håkan Forsberg(121). I bakgrunden i tröja, Sällskapets kassör, Elisabeth Westerlund.



Den verkliga behållningen av årets Sätermara var **Jonny Larssons** prestation att springa halvmaran på 1.12.43. Jonny stod över årets terräng-SM för att istället komma till Säter för att mottaga Sällskapets stipendium som "årets uppstickare 1997", ett pris som han tilldelats för sitt förnämliga debutlopp (2.35) på maran i Växjö och sitt beslut att på sikt satsa på maratonsträckan! Samtidigt visade Jonny med sitt halvmaratonlopp att han var en synnerligen värdig stipendiat!

Jonny hade sällskap med en annan löpare fram till vändpunkten för kvartsmaran och blev ytterst förvånad när denne plötsligt vände och han blev lämnad ensam, eftersom han inte hade en aning om att man tävlade även på denna kortare distans. Så mycket bättre gjort att ändå kunna hålla farten (segertiden på kvartsmaran var 36.27)!

Säters IF har all heder av sitt arrangemang även om banan är ganska tråkig och, som sagt, föga publikvänlig. Man har en väl uppbyggd funktionärsstab, som bl.a. har hand om "världsberömda" Säters Triathlon. Allt tycks dock handla om en enda person, **Evert Jons-**



Starten har gått för samtliga klasser samtidigt. På bilden syns bl a Jonny Larsson(663), Mikael Bränn (139) och tvåan på kvartsmaran, Tommy Nilsson(904). Foto: Jan Lind.

son och svaret på flertalet frågor är: "Det får Du fråga Evert om". En annan välkänd personlighet är **Gösta Ekström**, som ansvarade för tidtagningen vid målet. Både Evert och Gösta tilldelades **Sällskapets Förtjänstdiplom**, men

ingen av dem hade tyvärr möjlighet att närvara vid årsmötet, som hölls på Hotell Myntmästaren senare på kvällen.

Jan Lind

Ärrade långlöpare med massor av maratonlopp i benen: Bo Inge Åkerlund (116), K-G Nyström (148), Stig Mariedahl (86), Klas-Gunnar Ragéus (149) och Monika Simson (73). Foto: Jan Lind.



Ölands Marathon

med veteran- SM

Årets semester-
och familjemara

Lördagen den 15 aug. 1998
kl. 16.00

Inbjudan och upplysningar:

Högby IF

Box 92, 380 74 Löttorp

Tel och fax: 0485/205 64

Vem är seriös maratonlöpare?

Har ni hört talas om skidåkare, cyklist, skridskoåkare och hinderlöpare som reser land och rike runt med främsta ambitionen att fullfölja så många lopp som det någonsin är möjligt under ett år, flera år, ja under hela livet, där sluttiden är ointressant. Nej, inte jag heller. Men maratonlöpare är annorlunda funtade och har gjort loppssamlandet till ett självändamål samtidigt som de har oförsämdheten kräva att bli tag-

na på allvar för de prestationer, de tror sig utföra – och så gärna stoltserar med och rabblar löjlig mängdstatistik som det är mycket lätt att inte imponeras av. Låt gå, att jag kallar dem maratonlöpare utan citationstecken

Oavsett ålder är seriös maratonlöpning, för mig, den tuffa och brutala attityd att komma i mål så snabbt som möjligt, totalt slut och utsugen. För den viljestarke tävlingslöparen gör det ont, medan den bekväme loppssamlaren befinner sig i njutningsstadiet, att inte manglas för hårt till mål... Seriös är alltså t.ex. den 90-åring som löper maran på 4.30, men inte 60-åringen som gör motsvarande tid. Det gäller att träna rejält också! Fullfölja på mediokra tider kan man göra otränad och måttligt tränad, men då blir stämpeln – icke seriös. Grovt sett kan maratonlöpare indelas i tre klasser, nämligen tävlingslöpare, loppssamlare och upplevelselöpare, som hellre springer exklusiva utlandsmaror än tränar hemma i vardagslunken.

Angående maraton-utmärkelser

Trots det faktum att tävlingsidrott är så odemokratisk och orättvis där inte minsta spår av jämlikhet kan skönjas, har jag inom vår sport inte ens skyttat nån svensk avundsjuka (som är så vanlig i samhället) där det accepteras olikheter att vissa individer är högrepresterande och bättre än andra. Om jag ska vara riktigt ärlig är maratonlöpningens verkliga tjusning att alla personligheter och kapaciteter står på startlinjen samtidigt; denna blandning av kontraster står knappast att finna i någon annan folkrörelse. Varje avverkad mara blir en pre-

station, som upprepas kontinuerligt tills man blir överlastad med standar, statyett och bekräftelsen på den verkliga bragden: glastrofén för 100 maror.

Måste jag skriva att det svåraste är att göra tid, och det lättaste att samla lopp. Men det är varje individs ensak vad inriktningen är... Även loppssamlarna, med de sämre förutsättningarna, ska respekteras för vad de gör. Ja, mängdprestationer är och skall endast förbli kuriösa. Även om några loppssamlare skrämmts att hoppa av, när Sällskapet flaggat elitistiskt, dvs kvalitet framför kvantitet och inte uppmuntra till mängdprestationer och fullfölja fler än sex maror under ett kalenderår för Sällskapets utmärkelser. Denna begränsning är intressant och innebär för första gången i något idrottsligt sammanhang att man sätter käppar i hjulet för den ambitiösa att erövra priser på så få år som möjligt. Det är ungefär som att Thomas Ravelli endast skulle få räkna sex landskamper per år för att godkännas i den officiella statistiken. Som det nu är har Sällskapet devalverat sina egna priser och vad blir då kvar av den s.k. prestationen. Inte mycket mer än att få en medalj intryckt i handen vid målgång som siste man i vilken tävling som helst. Dessutom anser jag att vuxna människor inte behöver någon förmyndare som talar om vad som är hälsosamt och hur lång tid man måste vänta på att få göra sin prestation för utmärkelserna. Jämlikhet är nog bra i många sammanhang, men här blundar man för individens olika förutsättningar och inbillar sig och tror på mängdhysteri om begränsningen inte fanns...

Åke Lutner

VÄXJÖ MARATHON

**Lördagen den
17 oktober 1998**

Helmarathon med fullständig klassindelning på en mycket flack och snabb åttavarvsbara runt Växjösjön i centrala Växjö. DM för Småland.

Starttid:

Kl 11.00

Anmälan:

Senast den 9 oktober till Växjö Marathon postgiro 1 46 77-9

Avgift:

200:-

Efteranmälningar:

Efteranmälningar kan ske fram till kl 10.00 tävlingsdagen mot förhöjd avgift med 50:-

Upplysningar:

Växjö Löparklubb, Box 2010, 350 02 Växjö
Tel/fax: 0470-478 30
(säkrast måndag 19-21, i övrigt tel-svarare)

Lars Thorstensson 0470-136 18 (bost)
E-post: lars.thorstensson@mailbox.swipnet.se

Denna tidning handlar i mångt och mycket, av naturliga skäl, om olika aspekter av att vara marathonlöpare. Nu ska jag skriva lite grann om att, temporärt, märk väl, inte vara marathonlöpare. Ummm... Åh... Nehej, det gick inte. Och det är inte så konstigt. För även om jag för närvarande inte a) tränar för, b) springer eller c) återhämtar mig efter ett marathonlopp, så är jag likväl en marathonlöpare, om än

en i klubben blev ännu bättre efter den här resan, och vi funderar redan på vart vi ska ta vägen nästa år! Jag sprang in på 3.42 utan större fotproblem, och jag sprang bra i Oxfordshire's stafett ett par veckor efter. Allt verkade ljus - men så återkom skadan.

Även om jag inte har haft träningsförbud, tvärtom har jag uppmuntrats till lätt träning, har jag känt mig som en skolkande skolelev när jag gett mig ut på mina - i

klart att jag sprang ut. Ååååhhh! Mmmmm! Att känna vinden och doften av hav, att höra vågorna med kraft slå in mot stranden, att se färgspelet som hav och himmel bjöd på, att se hundarna som sprang runt i pur livslust... Om man undrar varför hundar outtröttligt springer efter pinnar som deras husse eller matte kastar till dem - då behöver man bara springa på stranden en sådan här kväll för att förstå. Vi har inte ens några pinnar

Att inte vara marathonlöpare

en tillfälligt och högst ofrivilligt och motvilligt, passiviserad sådan.

Säsongen började bra. Efter att ha tagit det lugnt under senhösten trappade jag upp träningen under december och passade på att få in ett antal mil i dagsljus under julhelgen. Årets första tävlingar såg ut att lova en fortsättning på förra året, som var mitt bästa hittills, men sedan blev allt koncentrerat till en enda öm punkt under min häl. Otroligt att något som inte motsvarar ens en promille av min kroppsvikt eller volym ska kunna störa mina högtflygande planer, men ibland måste man böja sig...

I mars verkade det som om inflammationen tänkte ge med sig. Jag sprang några långpass utan alltför stora problem och gav mig själv klartecken för Paris Marathon. Inte för att jag hade några ambitioner på personbästa, men vi var ett ganska stort gäng från min klubb, Hook Norton Harriers, som hade planerat att åka ner, och ett sådant tillfälle får man bara inte missa. Maran, med över 20000 deltagare och en omväxlande och ganska flack bana, kan rekommenderas. Naturligtvis hade vi också en härlig långhelg, trots att en grupp fick fel på bilen redan innan vi kommit på färjan i Dover och tvingades ta tåget - men vi håller inte på med en uthållighetssport för intet! Den redan mycket fina stämning-

mitt tycke för korta och för långsamma, men dock livs- och formuppehållande - rundor. Det känns underbart - men oron finns där, kommer det att hålla? Kommer jag att straffas för det här? Jag kastas mellan hopp och förtvivlan.

Och så det här med vatten. Jag har en passion för att springa vid vatten. Mitt jobb tar mig allt som oftast till Holland. Inte nog med att kanalerna som bekant är många - landet har också en härlig kuststräcka. När jag får syn på strandremsan vid inflygningen till Schiphol grips jag alltid av en lust att snöra på mig skorna och fallskärmen, hoppa ut och börja springa. På ett ställe finns en lång pir, och jag föreställer mig att springa intervaller på den, för att sedan avsluta med ett långt, avslappnande pass i sanden...

Några gånger har jag blivit inbokad på ett hotell vid stranden. Jag hade tänkt vara ständaktig och avstå från löpning, men när jag öppnade fönstret första gången och såg utsikten - jag skulle vilja se den löpare som kan motstå en sådan frestelse. Det var ingen idé att jag tittade i spegeln, för där skulle jag inte få syn på en så sällsynt varelse. (Och naturligtvis hade skorna intagit sin reserverade plats i bagaget - om i fall att...) Det är

att springa efter - vi springer ändå.

Av pur livslust, av pur löpglädje. Personrekord och placeringar spelar ingen roll, här gäller andra värderingar. Och inte kunde jag motstå ett dopp heller. Det var inte särskilt kallt, i början av maj. Mina kollegors kommentar vid frukosten var: "Ja ja, hon är ju svensk..." Och det ska de säga, excentrisk engelsmän!

Det är inte helt lätt att för inbitna icke löpare förklara tjusningen i att ta ut sig fullkomligt. Jag fick frågan, ställd med uppriktigt intresse och nyfikenhet, av en kollega i hotellbaren vid ett-tiden på natten. Det var ett sådant där tillfälle då det inte lönar sig att tacka nej till påfyllning av glaset, men där man får inskränka sig till



Svenska maratonlopp 1998

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson	Övrig information
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	0520-481177	0520-481177	K-G Nyström	Satmaran, kraftigt kuperad
2 aug.	Trollhättan	0520-481177	0520-481177	K-G Nyström	Fyra ggr t.o.r. längs kanalen
8 aug.	Säffle	0533-10600	0533-17388	Thage Söljemo	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
29 aug.	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
26 sep.	*Bovallstrand, Bohuslän	0523-51223	0523-51143	Ivar Fjeldbo	Tre varv, terräng
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	0520-481177	0520-481177	K-G Nyström	Fyra gånger t.o.r. längs kanalen
1 nov.	Trollhättan	0520-481177	0520-481177	K-G Nyström	Fyra gånger t.o.r. längs kanalen
7 nov.	Huddinge	08-6086817	08-7112051	Owe Westin	Vintermaran, åtta varv

Det lopp som är markerat med * räknas ej som officiellt maratonlopp då det huvudsakligen går i terräng. Triathlontävlingen i Kalmar, Järnmannen, består av 3860 m simning, 180,2 km cykling och det avslutande maratonloppet. Maxtiden är 15 timmar. I Vindelälvsloppet finns det alltid lag som saknar maratonlöpare, så är du intresserad av att springa hör av dig till arrangörerna.

Birger Fält

smuttar för att inte råka ut för otrevliga bieffekter dagen efter. Alltnog, frågan gällde hur man känner sig när man i ett lopp som Swiss Alpine Marathon efter att ha varit fullkomligt slutkörd plötsligt får nya krafter. Jag försöker jämföra det med föreställningen att man har ett stort problem som hängt över en länge, och att lösningen till slut kommer. Man känner en enorm lättnad, blandad med glädje... Ja, det är en del av sanningen, men inte hela sanningen. Jag tror man måste ha upplevt det själv för att förstå.

Och mitt fotproblem – plantar

fascitis på romarnas tungomål – jag hoppas att det ska ge med sig nu. Jag fick en kortisonspruta för två dagar sedan av en sympatisk läkare som själv sprungit marathonen. Efter några dagars aktiv vila (jag är mycket tacksam mot uppfinnarna av cykeln och roddmaskinen!) räknar jag med att i övermorgon ge mig ner till klubblokalen igen och se vilken effekt det har haft. Medan jag skriver det här har en magnifik och helt perfekt regnbåge brett ut sig över hustaken. Jag skulle gärna byta den legendäriska guldkrukan vid dess ände mot ett lyckat behandlingsresultat!

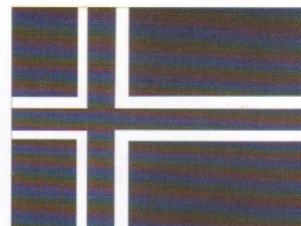
PS. En klar förbättring har visat sig! Jag kan springa i princip utan problem och är bara lite öm efteråt. En spruta till och det bör ge med sig...

Red:s anm.

Som fotvårdskonsult skulle jag ej tillråda flera kortisonsprutor. Detta bör endast ges i akutstadiet. I stället rekommenderas avlastning i form av vadderade skor med lätt förhöjd häl (2.5–4 cm) och fotvalvsströd för att minska trycket på hälen.

Cecilia

Öresjö Marathon



NORWAY

Sista söndagen i april var det dags för andra upplagan av Öresjö Marathon i Utby, som ligger mellan Lilla Edet och Trollhättan. Loppet, som har en naturskön bana med bara ett varv på 42 km, var i år kontrollmätt av banmätare Harry Lindell, Trollhättan. Trots att det endast var 10 förnamlda hoppades arrangerande IK Bergaström på över 30 startande. Något som man inte kom upp till premiäråret. Timmarna innan start kom så löparna och mycket riktigt var det en hel del efternamlda. Med löparna kom så också regnet.

Men lagom till start tittade solen fram och löparna kunde se fram emot en härlig dag på en fin bana, men också krävande, med 3 rejäla backar efter 8, 15 resp. 29 km att ta sig upp för. Det hade tagits lärdom av förra årets löpare och den första slingan på ca 2,5 km som började

uppför förra året hade slopats. Nu fick de kilometrarna löpas när man kom fram till Trollhättan istället.

Norrman tog täten

Direkt efter starten tog en av vara norska gäster täten omgående. Jörgen Lien, Sandefjord TIF, satte upp en fart som ingen ens försökte hänga med i. Vid första vätskestationen, 6,5 km, ledde han med nästan 3 minuter till tvåan Stefan Hornebrant, Trollhättans IF, och trean Jan-Terje Nielsen, Norske Maratonklubb.

Efter halva loppet började hemmaklubbens Ulf Johansson, som öppnat lugnt några placeringar bakom, ta in på Stefan och Jan-Terje. Vid ca 26 km var han både ikapp och förbi. Ulf kände sig i detta läget stark och löpte på i ett, för honom, bra tempo. Bakom tas-

sade Sören Jonsson, TV 88, på lätta ben. Sören, som slog Jörgen Lien i Skara Marathon, tog loppet som träning och slet därför inte allt för hårt. Han tycker att banan är så fin, så man känner inte tröttheten på samma sätt då.

På ganska pigga ben löpte Jörgen som enda löpare under 3-timmarsgränsen. Med sina 2.55 var han 3 minuter långsammare än förra årets segrare Patrik Nyström.

Ulf, som mattades på slutet, lyckades hålla undan för Sören med knappa halv minuten. På sin 2:a plats var han, trots nytt pers.rek, 21 minuter efter segraren.

En som kan stoltsera med två segrar i Öresjö Marathon är Anne Margit Bygland, Telenor, Norge. Som i år i alla fall hade en kvinnlig kollega på startlinjen.

Resultat i resultatlistan

Korrigeringar i åldersvärldsbästa

Åldersvärldsstatistiken av Hans Dahln i Marathonlöparen nr 2/98 är intressant men det finns enligt mina statistikböcker (ATFS Athletics, bl.a.) en del felaktigheter och en del nytt.

Herrar

19 år: Michael Heist gjorde ej 2.09.30. Det var *Michael Heilmann* född 611026 (23år).

Bästa 19-åringar är (Juniorvärldsbästa enligt IAAF):

Negash Dube ETH 680520 2.12.49 Beijing 871018

Tesfaye Dadi ETH 690319 2.12.49 Västberlin 881009

24 år: Banan i Beijing 19881016 anses av en japansk expert, Tatsumi Senda, vara c:a 400 m för kort (Athletics 1991). Noteringen finns dock med i IAAF:s lista.

Näst bästa 24-åring är:

Rob de Castella AUS 570227 2.08.18 Fukuoka 811206

27 år:

Gert Thys RSA 2.07.52

28 år:

Fabian Roncero ESP 2.07.26 Rotterdam ej 2.07.06

34 år:

Domingos Castro ESP 631122 2.07.51 Rotterdam 970420

Damer

18 år: födelsedata korrigeras, 20 år, för:

Dong Yanmei CHN 770216 2.28.09 Dalian 971026

Bästa 18-åring:

Jiang Bo CHN 770313 2.32.18 Dalian 951103

30 år:

Yegorova's notering i Boston 1994 gjordes i kraftig medvind!

Näst bäst:

Rosa Mota USA 580629 2.24.30 Boston 880418

34 år:

Peterkova's notering i Boston 1994 gjordes i kraftig medvind!

Näst bäst:

Veronique Marot GBR 550916 2.25.56 London 890423

Månadsrekord:

Damer

Feb: Bättre: *Frith van der Merwe* RSA 2.27.36 900224 Port Elizabeth

Mars: Bättre: *Naoko Takahashi* JPN 2.25.48 980308 Nagoya

April: Bättre: *Tegla Loroupe* KEN 2.20.47 980419 Rotterdam

Dec: Bättre: *Sally Eastall* 2.29.29 911208 Sacramento

Hälsningar Hans-Erik Pettersson

Örebro

hanserik.pettersson@swipnet.se

Besök gärna min hemsida med friidrottsstatistik:

<http://home4.swipnet.se/~w-42314>



Marianne Hamberg segrare i K40.



Ewert Skymne och Lennart Carlander gör upp om segern i K40.

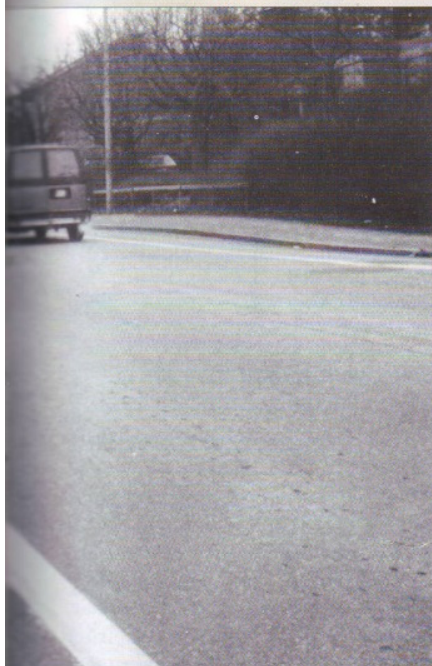
Vällingby



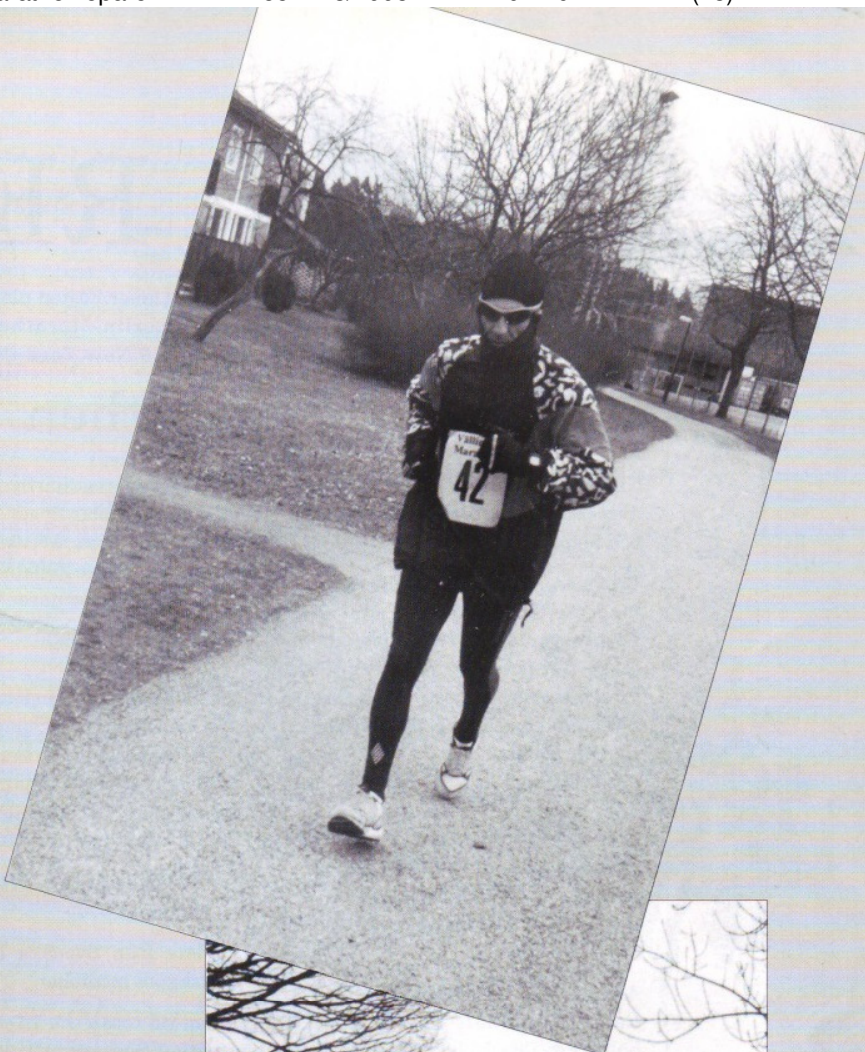
Monica Simsson segrare i K55.



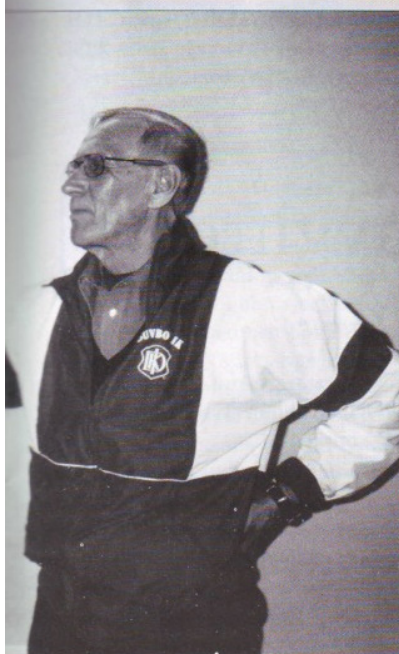
Kjell Kvarfordt mottar Sällskapets statyett av f.d. ordförande.



Rui Reis, 5:a i M40,
förberedd för snöstorm?



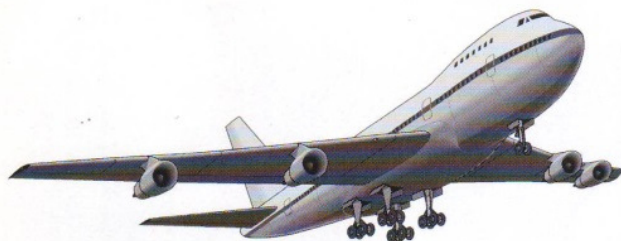
Marathon



ledersmedlemmen Konrad Hermelind.



Gösta Johansson segrare i M55.



RESOR

Under hösten planeras tre resor i Sällskapets regi, till **Berlin Marathon** 20 september, **Athen Marathon** och **New York City Marathon** 1 november.

Berlin

Till Berlin blir det tågresa med avresa från Stockholm/Malmö 18/9 och hemkomst 23/9.

Pris från Malmö **3170:-**. Detta inkluderar tågbiljetter t.o.r Malmö-Berlin, sovplastser i trebäddskupé, inkvartering i delat dubbelrum 19-22 september, frukost, färdledare, resehandbok och avbeställningsförsäkring

Enkelrumstillägg **620:-**.

Startavgift: **100 DM** vid inbetalning före 15/8 och **120 DM** vid inbetalning senast 19/9. Tänk dock på att antalet reserverade hotellrum är begränsat!

Anmälan till resan görs till: JFF-Resor, Box 21051, 100 31 Stockholm. Fax 08 - 762 32 73

Närmare upplysningar genom Per-Arne Allensten tel. 08-580 306 14 (kvällstid) el. e-mail pa.allensten.@tr.se

Athen

Till Aten blir det reguljärflyg (inget svenskt charterbolag flyger så sent på säsongen) med avresa från Stockholm torsdagen 29 oktober och hemresa en vecka senare. Vi kan även erbjuda avresa från Göteborg, Köpenhamn och Oslo.

Pris inkl. flygresor, transfers, dubbelrum med frukost på Golden Sun Hotel i Glyfada samt alla skatter är för Sällskapets medlemmar 5150:- (Detta betyder 300:- rabatt) Avbeställningsskydd 200:-.

Startavgift inkl. busstransport t/r hotell-start/mål 400:-

Reseledare från Svenska Marathonsällskapet medföljer.

Anmälan till resan och ytterligare information: Springtime Travel Tel. 08- 654 33 30 Fax 08- 650 89 39. Närmare upplysningar även genom Micke Hill Tel. 08-532 540 01.

New York

Till **New York City Marathon** arrangerar vi i samarbete med Springtime Travel en veckoresa med avresa 28/10 och hemkomst 5/11.

Pris inkl. flygresor Stockholm/Köpenhamn-New York med Icelandair, transfers, sju nätter i dubbelrum på Hotel Olcott på 72:a gatan, endast ett par hundra meter från målgången i Central Park och reseledare från Svenska Marathonsällskapet: **8560:-**. (11675:- i enkelrum, 8105:- i delat trebäddsrums resp. 7475:- i delat fyrbäddsrums).

Ev. pristillägg beroende på faktureringsdagens dollarkurs.

Startavgift: C.a **800:-** beroende på dagskursen för dollarn.

Minsta deltagarantal är 15 personer.

Senaste anmälningssdag: **15 augusti skriftligen till Springtime Travel, Box 225, 104 22 Stockholm.**

Hur är det med medlemsavgiften – har du betalat för i år?

Detta nummer av Marathonlöparen går ut till alla medlemmar som betalat sin medlemsavgift, men också till de drygt 370, som av någon anledning varken betalat eller anmält sitt utträde.

Vi har nu reviderat vårt dataregister och är övertygade om att Du som betalat Din avgift resp. anmält adressändring hädanefter skall få Din medlemstidning i rätt brevlåda.

Vi har i år inte sänt ut någon betalningspåminnelse och har stor förståel-

se för att Du kanske inte har reflekterat över om Du betalat in Din avgift eller ej.

Det är många som varit medlemmar i ett tjugotal år som saknas bland dem som betalat, och tre distriktsombud!

Vi hoppas att Du som läser detta och är medveten om att Du "glömt" att betala snarast möjligt sätter in 200:- (100:- för familjemedlem) på vårt postgiro-konto **82 607 - 3**.

Om Du är osäker på om Du missat betalningen så hör av Dig till vår nya

medlemssekreterare Anita Gustafsson eller till någon annan styrelsemedlem så får Du besked!

Om Du mot förmodan inte längre vill stå kvar som medlem är vi tack-samma om Du meddelar oss detta, så att vi slipper onödiga utgifter för betalningspåminnelser. (Dessutom är Du faktiskt enl. stadgarna skyldig att skriftligt meddela detta.)

Jan Lind

Resultat

Venice Marathon 1997-10-26

Plac	Namn	Ort/Nat.	Tid
1	M/1 Antonio Serrano, -65	ESP	2.11.59
2	M/2 Zebedayo Bayo, -76	TAN	2.12.12
3	M/3 Daniel Kirwa Too, -76	KEN	2.13.28
4	M/4 Salvatore Bettiol, -61	ITA	2.14.18
5	M/5 Giovanni Ruggiero, -74	ITA	2.14.41
36	K/1 Irina Kazakova, -68	FRA	2.33.44
50	K/2 Gigliola Borghini, -69	ITA	2.38.05
67	K/3 Irina Yagodina, -64	RUS	2.40.49
169	M/165 Cédric Schwartzler, -74	Stockholm	2.52.05
324	M/317 Lars Röhne, -55	Stockholm	2.59.31
452	M/443 Lorenzo Nesi, -65	Stockholm	3.05.21
695	M/631 Dieter Schneider, -55	Stockholm	3.12.06
754	M/735 Jordi V. Civill, -64	Stockholm	3.15.03
822	M/801 Anders Abrahamsson, -71	Umeå	3.16.41
1094	M/1058 Anders Nilsson, -52	Stockholm	3.24.15
1155	M/1117 Rolf Andersson, -52	Umeå	3.25.46
1310	M/1265 Ulf Georgson, -52	Åhus	3.29.37
1417	M1364 Lars Hedström, -58	Malaga	3.31.47
1512	M/1451 Carl-Peter Hellberg, -54	Ystad	3.33.54
1555	M/1492 Jonas Jaenecke, -67		3.34.47
2047	M/1959 Sven Linderöth, -46	Åhus	3.45.27
2129	M/2035 Kent-Åke Eriksson, -58	Arvika	3.47.46
2413	M/2386 Sven Andersson, -34	Hallsberg	3.56.44
2454	M/2333 Bengt Klingheim, -47	Kristianst.	3.55.11
2600	M/2465 Peter Axelsson, -57	Vetlanda	3.58.34
2616	M/2479 Bruno Oredsson, -44		3.58.52
2656	M/2516 Henrik Mollwing, -75	Umeå	3.59.37
2657	M/2517 Marko Suojanen, -72	Umeå	3.59.37
3200	M/3004 Åke Hultquist, -51		4.15.38
3214	M/3016 Cent-Åke Käck, -45	Sollentuna	4.16.10
3272	M/3062 Peter Stodola, -54	Salzburg	4.18.11
3366	M/3142 Mats Molin, -44	Åhus	4.21.57
3680	M/3405 Lennart Nennedal, -48	Stockholm	4.36.07
3689	M/3413 Mauritz Nordstrand, -35	Stockholm	4.36.27
3810	M/3516 Kristan Sivander, -63		4.42.16
3932	M/3616 Per-Arne Lindberg, -43	Umeå	4.50.30
3936	M/3619 Hans Jansson, -49	Umeå	4.50.47
4119	M/3770 Karl Sivander, -34		5.06.14

Källa: Internet

Apeldoorn Midwinter Marathon 1998 02 07

Årets upplaga av Midwinter Marathon i Apeldoorn, Holland, det 25:e i ordningen, lockade sju svenska deltagare. Sex av dessa tog sig i mål medan en tvingades bryta loppet. Det blev tjeckisk dubbelseger i herrklassen och holländsk seger i damklassen. Vädet var gråkallt med snöfall i inledningen av loppet. Temperatur omkring 0 vid start.

Utdrag ur officiella resultatlistan:

Placering:

M	Namn	Tjeckien	Tid
1	Peter Novac	Tjeckien	2.23.17
2	Kolich Rosta	Tjeckien	2.23.56
443	Stig Hellström	Sollentuna	3.54.13
542	Tore Billman	Stockholm	4.16.16
554	Stig Mariédahl	Söderhamn	4.20.29
555	Lennart Nennedal	Ekerö	4.20.30
565	Daniel Van Berlekom	Norsborg	4.28.34
584	Leif Eriksson	Oxelösund	4.41.45
K			
1	Elisabeth Freriksen	Holland	2.58.55

Insänt av

Stig Mariédahl, Söderhamn

Maui Marathon, Hawai 1998-03-15

Pl	KI/PI	Namn	Nat	Tid
1	M30	Aaron Pierson	USA	2.25.50
2	M30	Koichi Imacho	JAP	2.28.38
3	M40	Udo Reeh	USA	2.33.10
6	K30/1	Mari Tanigawa	JAP	2.40.37
8	K35/1	Eriko Asai	JAP	2.43.15
18	K25/1	Yoshiko Yamamoto	JAP	2.56.49
178	M50	Georg Hanssen	SWE	3.44.24

Antal fullföljande: 1099

Källa: Internet

Hannover Marathon 1998-04-05

Tot Namn	Nat	KI/PI	Tid
1	Freigang, Stephan, -68	GER	M30/1 2.12.16
2	Kundrotas, Ceslovas, -61	LIT	M35/1 2.15.37
3	Glinka, Waldemar	POL	M/1 2.15.52
13	Yendenkova, Olga, -67	BLS	K30/1 2.20.47
15	Galushko, Natalia, -71	BLS	K/1 2.26.11
18	Biba, Iris, -64	GER	K/2 2.30.08

Svenska deltagare

Tot Namn	M/PI	KI/PI	Tid
575	Hast, Juoni, -64	M/545	M30/109 4.02.13
687	Van Berlekom, Daniel, -55	M/643	M40/91 4.25.45

Antal fullföljande: 702 män, 55 kvinnor

Källa: Internet

Landskrona Marathon 1998-04-18 (GF Idrott)

Plats	Namn	Född Klubb/Ort/Nat	Tid
KL17/1	Johansson, Rolf	-63 Skogsökarna	2.44.03
MS/1 DM1	Bengtsson, A	-66 Härjölvs IF	2.47.06
KL17/2	Mårtensson, Bo	-52 Malmö	2.58.31
M40/1 DM1	Persson, Anders	-55 GF Idrott	3.03.31
M45/1 DM1	Meurling, Sören	-49 Helenehol. IF	3.03.39
MS/2	Hagberg, Tommy	-68 Växjö LK	3.05.34
M45/2 DM2	Svanfeldt, Tor	-49 Helenehol. IF	3.06.14
M35/1 DM1	Öredsson, Ulf	-63 Råby FK	3.06.48
KL17/3	Persson, Jens	-72 Malmö	3.13.04
M40/2 DM2	Gunnarsson, K	-54 Helenehol. IF	3.15.02
M55/1 DM1	Videfors, Björn	-40 GF Idrott	3.17.45
M35/2 DM2	Petersen, Tom	-63 Björnstorps IF	3.18.28
M45/3 DM3	Svensson, Kennet	-51 IFK Helsingb.	3.20.54
M55/2	Pedersen, Martin	-40 Laholms IF	3.21.13
M40/3	Persson, Torbjörn	-54 IS Skanne	3.21.51
MS/3 DM2	Larsson, Stefan	-71 Helenehol. IF	3.23.05
M45/4 DM4	Engfeldt, Nils-Olof	-50 Helenehol. IF	3.23.13
KL17/4	Vehekari, Buukka	Lund	3.24.26
M50/1 DM1	Hagmar, Lennart	-48 Helenehol. IF	3.28.55
KI 17/5	Svensson, Ronnie	-68 Landskrona	3.30.18

M60/1 DM1	Namn	Född Klubb/Ort/Nat	Tid
M50/2	Gustavsson, Kurt	-46 Hultsfreds LK	3.35.01
M45/5	Carlsson, Hans	-50 Laholms IF	3.35.13
M55/3 DM2	Nilsson, Gert I	-41 Björnstorps IF	3.36.02
M55/4	Brodin, Frank	-43 Solvikingarna	3.37.10
KL17/6	Håkansson, A	-61 H-borgs Dagb.	3.41.08
M55/4	Sjöö, Håkan	-40 Växjö LK	3.41.26
KL17/7	Johansson, J	-73 Landskrona	3.41.56
M65/1	Mattsson, Börje	-32 Laholms IF	3.43.29
M55/5 DM3	Svensson, Jan	-40 Niko, Osby	3.44.19
M50/3	Skoog, Lennart	-46 Stenungs. OK	3.48.48
M55/6	Nilsson, Åke	-42 Överums OK	3.49.28
M35/3 DM3	Jonsson, Kenneth	-61 LUGI Friidrott	3.50.48
M60/2 DM2	Lanzén, Bertil	-38 Niko, Osby	3.55.07
M55/7	Eriksson, Anders	-43 Växjö LK	3.55.44

KL17/8	Madsen, Anders	-49 DEN	3.57.52
M40/4	Edberg, Anders	-56 Åkulla SK	4.02.08
KL17/9	Palmgren, Ulf	-68 Intersport Väla	4.03.15
M40/5	Malmberg Staffan	-54 Solvikingarna	4.05.01
M50/4	Åkesson, Kjell-Åke	-44 Växjö LK	4.06.28

M70/1 DM1	Lundström, Jacob	-25 FK Snapph.	4.10.10
M45/6 DM5	Andersson, Ulf	-50 FK Snapph.	4.10.46
M60/3 DM3	Lindberg, Urban	-38 IFK Helsingb.	4.12.55
M55/8	Söderström, Stig	-43 Kvamsv. Golf	4.15.19
KL17/10	Persson, Tonny	-74 Eslöv	4.18.14
M50/5 DM2	Fjällrot, Klas	-44 Helenehol.s IF	4.19.20
M60/4	Åkerlundh, Bo-Inge	-38 Älmhult	4.20.26
KL17/11	Pykkänen, Matti	-50 Överums OK	4.24.01
M65/2	Adolfsson, Per	-29 IK Ymer	4.24.30
M50/6	Johansson, Kent	-46 Solvikingarna	4.28.15

KL17/12	Bengtsson, Bengt	-68 Ängelholm	4.33.30
M40/6	Adolfsson, Conny	-54 IK Ymer	4.36.54
M60/5	Nyström, K-G	-38 Vi som Spring	4.36.54
M70/2 DM2	Andersson, Gösta	-20 GF Idrott	4.45.57
M55/9 DM4	Orsing, Hans	-40 IFK Helsingb.	4.59.26

KL17 = Öppen klass



Rotterdam Marathon 1998-04-19

Tot	Namn	Nat	KI/PI	Tid
1	Roncero, Fabian	ESP	M/1	2.07.26
2	Ju-Lee, Bong	KOR	M/2	2.07.44
3	Goffi, Danilo	ITA	M/3	2.08.33
4	Kiprono, Josphat	KEN	M/4	2.09.11
5	Saho, Nozomi	JPN	M/5	2.09.23
26	Loroupe, Tegla	KEN	K/1	2.20.47
34	Asari, Junko	JPN	K/2	2.26.11
46	Ilyina, Nadesja	RUS	K/3	2.30.08
60	Munoz, Maria-Luisa	ESP	K/4	2.31.54
74	Matsuyama, Nuboko	JPN	K/5	2.34.14

Svenska deltagare

Tot	Namn	M/PI	KI/PI	Tid	Nettotid
45	Rappe, M	M/43	M/38	2.30.00	2.29.56
370	Wanstadius, H.	M/2354	M/1185	3.30.33	3.29.18
2740	Nieminen, S.	M/2640	M/1298	3.34.17	3.30.17
3507	Strandkvist, J.	M/3358	M/1605	3.42.57	3.41.31
4270	Gustavsson, A.	M/4048	M/1881	3.50.07	3.48.03
4487	Hallden, J.	M/4241	M40/969	3.52.24	3.51.08
4636	Carlsson, P.	M/4376	M45/811	3.53.53	3.49.49
5714	Konberg, M.	M/5314	M50/523	4.05.04	3.59.52
6712	Lindner, S.	M/6152	M2726	4.19.57	4.15.09
7498	Jonasson, L.	M/6820	M40/1467	4.36.43	4.32.12
7868	Lindner, J.	M/7138	M45/1354	4.48.36	4.43.38
8123	Keskikangas, S.	M/7340	M50/775	5.01.45	4.56.47
8134	Ericson, L.	M/7349	M45/1380	5.03.09	4.58.18

Antal fullföljande: 8162 män, 791 kvinnor

Källa: Internet

Shell Marathon Hamburg 1998-04-19

Tot	Namn	Nat	KI/PI	Tid
1	Chimusa, Tendai, -71	ZIM	M/1	2.10.57
2	Kiprono, John, -68	KEN	M30/1	2.11.30
3	Ngolesbus, Samson, -70	KEN	M/2	2.11.44
4	Eyapan, Andrew, -68	KEN	M30/2	2.11.47
5	Zeruk, Anatoli, -67	UKR	M30/3	2.11.50
31	Dörre-Heinig, Katrin, -61	GER	K35/1	2.25.21
51	Veith, Manuela, -74	GER	K/1	2.30.58
62	Malikova, Larissa, -69	UKR	K/2	2.33.43
64	Dubovik, Rima, -64	UKR	K30/1	2.33.56
75	Renz, Sylvia,	GER	K/3	2.35.38

Svenska deltagare

Tot	Namn	Klubb/Ort	KI/PI	Nettotid
79	Ulmestål, Stefan	Team Blekinge	M45/1	2.36.10
97	Hag Dahl, Lars	Malmö AI	M30/27	2.37.37
111	Nilsson, Dag	Växjö LK	M40/13	2.38.23
166	Nilsson, Jörgen	Heleneholms IF	M35/35	2.44.01
433	Andersson, Stefan	Bor	M30/110	2.54.40
917	Karlsson, Ulf	Stigen OK	M40/162	3.04.31
1041	Ask, Catharina, -64	Heleneholms IF	K30/15	3.06.56
1413	Alterio, Dan	Heleneholms IF	M/228	3.12.58
1976	Andersson, Lars	Heleneholms IF	M45/243	3.20.19
2975	Svanfelt, Sven	Heleneholms IF	M55/120	3.30.43
3315	Alvarez, Gilberto	Heleneholms IF	M55/137	3.34.13
3824	Nilsson, Lennart	Kosta	M45/492	3.38.51
4793	Aronsson, Sivert	Buxtehude	MJ/11	3.47.15
4972	Svensson, Be.-Åke	Team Blekinge	M 50/370	3.49.05
6329	Tilosius, Göran	Vi Som Springer	M45/809	4.00.44
6313	Möller, Mats	Busso IF	M35/1116	4.00.35
6368	Hall, Per	Busso IF	M40/941	4.01.23
7130	Wallenborg, Lars	Busso IF	M50/544	4.10.52
7277	Svensson, Jan	Väckelsång IK	M45/923	4.12.50
7448	Fors, Lars	Oxie	M50/568	4.15.34
7847	Nordlund, Birgitta	Alingsås	K60/13	4.21.37
7848	Nordlund, Lars	Alingsås	M60/190	4.21.38
8401	Ahrend, Kurt	Golf Tjalve	M60/215	4.31.14
8559	Nilsson, Roland	Malmö	M55/463	4.34.50
8612	Gleisner, Stig	Vara	M60/223	4.35.56
8799	Johannsen, Karl	Skogshugg. IF	M35/1451	4.40.50
8861	Linde, Sten	Skogshugg. IF	M30/1446	4.42.50
9398	Sonesson, Lasse	Busso IF	M55/521	5.19.49

Antal fullföljande: 9452, Män: 8235, Kvinnor: 1217
Källa: Internet



102:a Boston Marathon 1998-04-20

PI	KI/PI	Namn	Ort/Nat	Tid	Nettotid
1	M/1	Moses Tanui	KEN	2.07.34	
2	M/2	Joseph Chebet	KEN	2.07.37	
3	M/3	Gert Thys	RSA	2.07.52	
4	M/4	Andre Ramos	BRA	2.08.26	
5	M/5	John Kagwe	KEN	2.08.51	
27	K/1	Fatuma Roba	ETH	2.23.21	
32	K/2	R. Paradowska	POL	2.27.17	
35	K/3	Anuta Catuna	ROM	2.27.34	
43	K/4	Manuela Machado	POR	2.29.13	
45	K/5	Colleen De Reuck	RSA	2.29.43	
54	M/47	Toby Tanser	Hofors	2.31.35	2.31.35
272	M/252	Peter Jaktlund	Borlänge	2.44.52	2.44.35
1557	M/1479	Anders Eriksson	Södertälje	3.07.01	3.06.28
4025	M/3600	Ove Löfström	Östersund	3.28.20	3.26.16
4499	M/3937	Erik Majling	Stockholm	3.32.03	3.25.26
5556	M/4583	Bengt I. Lundqvist	Blidsberg	3.41.14	3.35.26
8477	M/6167	Hugues A. Caulier	Stockholm	4.17.08	4.10.30
9904	M/6941	Ulf G. Molin	Jonstorp	4.59.31	4.54.20

Källa: Internet

Sätermaran 1998-04-25 (Säters IF Fri)

Plac	Namn	Klubb/Ort	Tid
Totalsegrare			
M/1	Tommy Sjöström	Kvarnsved. Golf	2.47.36
K/1	Ylva Rangne	Fredrikshofs IF	3.22.14

Klassvis

Rullstol	Namn	Klubb/Ort	Tid
1	Nagt Bendegvz	Boss	2.08.55

K35	1	Maria Persson	IFK Kristinehamn	3.38.44
-----	---	---------------	------------------	---------

K40	1	Ylva Rangne	Fredrikshofs IF	3.22.14
-----	---	-------------	-----------------	---------

K50	1	Irene Göllas	Täby LLK	4.01.03
	2	Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	4.16.05

K55	1	Monika Simson	Täby LLK	4.19.39
-----	---	---------------	----------	---------

MSen	1	Kari Leskelä	Fagersta RC	2.58.44
------	---	--------------	-------------	---------

	2	Michael Leitner	Enköping	3.08.30
--	---	-----------------	----------	---------

	3	Anders Genstam	Kvarnsved. Golf	3.15.00
--	---	----------------	-----------------	---------

	4	Tommy Oskarsson	IFK Kristinehamn	3.39.48
--	---	-----------------	------------------	---------

	5	Kent Andersson	Storådalens SK	4.39.52
--	---	----------------	----------------	---------

M35	1	Tommy Sjöström	Kvarnsved. Golf	2.47.36
-----	---	----------------	-----------------	---------

	2	Per Erik Norman	Kvarnsved. Golf	2.53.51
--	---	-----------------	-----------------	---------

	3	Mikael Bränn	IK Märsta	3.00.38
--	---	--------------	-----------	---------

	4	Bengt Göransson	Falu IK	3.15.42
--	---	-----------------	---------	---------

	5	Karl Johan Envall	Envikens IF	3.17.21
--	---	-------------------	-------------	---------

	6	Staffan Gagneid	Åsrennarna	3.24.51
--	---	-----------------	------------	---------

	7	Torbjörn Svensson	Falu IK	3.47.59
--	---	-------------------	---------	---------

M40	1	Mats Danielsson	IF Garparna	3.05.38
-----	---	-----------------	-------------	---------

	2	Odd Denander	Vilsta IK	3.23.47
--	---	--------------	-----------	---------

	3	Robert Alnebring	Boo IF	3.27.19
--	---	------------------	--------	---------

	4	Per Anders Hansson	Säters FIK	3.30.36
--	---	--------------------	------------	---------

	5	Leif Önerstam	Sundsvall IK	3.47.37
--	---	---------------	--------------	---------

	6	Lars Göran Berggren	Fredrikshofs IF	4.10.00
--	---	---------------------	-----------------	---------

M45	1	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3.03.43
-----	---	--------------	---------------	---------

	2	Erik Östman	Gustafs Golf	3.22.42
--	---	-------------	--------------	---------

	3	Jack Larsson	Vilsta IK	3.25.51
--	---	--------------	-----------	---------

	4	Pelle Ruus	Eskestuna IK	3.29.10
--	---	------------	--------------	---------

	5	Veikko Luotomäki	Fagersta RC	3.36.05
--	---	------------------	-------------	---------

	6	Göran Ingebrand	Jämtlandsp. IF	3.36.31
--	---	-----------------	----------------	---------

	7	Lars Hedlund	Åsrennarna	3.37.07
--	---	--------------	------------	---------

	8	Lars G. Persson	Fredrikshofs IF	3.47.15
--	---	-----------------	-----------------	---------

	9	Kjell Åström	Kolarmora KIF	3.58.30
--	---	--------------	---------------	---------

	10	Klas Gunnar Rageus	Lidköpings IS	4.10.58
--	----	--------------------	---------------	---------

	11	Håkan Forsberg	Åkers Styckeby	4.23.10
--	----	----------------	----------------	---------

	12	Kent Sjödin	Vi som springer	4.43.21
--	----	-------------	-----------------	---------

M50	1	Kjell Krans	Iggesunds SK	3.04.18
-----	---	-------------	--------------	---------

	2	Mats Alm	Kvarnsved. Golf	3.06.11
--	---	----------	-----------------	---------

	3	Svante Mattsson	Edsbro	3.09.40
--	---	-----------------	--------	---------

	4	Lennart Olsson	Korsnäs SK	3.10.34
--	---	----------------	------------	---------

	5	Sven-Åke Norberg	Iggesunds SK	3.16.41
--	---	------------------	--------------	---------

	6	Mats Ekman	Stockholm	3.27.18
--	---	------------	-----------	---------

	7	Tommy Englund	SK Glid	3.32.03
--	---	---------------	---------	---------

	8	Markku Sillanpää	Vikmanshytt. IF	3.33.56
--	---	------------------	-----------------	---------

	9	Esko Ahola	Köping	3.39.28
--	---	------------	--------	---------

	10	Svante Nordin	Sundsvall IK	3.50.39
--	----	---------------	--------------	---------

	11	Heikki Heikka	Köping	3.57.13
--	----	---------------	--------	---------

	12	Jan Lundell	SK Glid	3.57.26
--	----	-------------	---------	---------

	13	Henrik Hallkvist	IFK Strängnäs	4.16.27
--	----	------------------	---------------	---------

	14	Girard De Leye	Schneider El.	4.26.53
--	----	----------------	---------------	---------

	15	Stig Mariadahl	Iggesunds SK	4.29.01
--	----	----------------	--------------	---------

M55	1	Roger Pistol	Hallstah. Skidf	3.20.04
-----	---	--------------	-----------------	---------

	2	Gösta Johansson	Fredrikshofs IF	3.28.22
--	---	-----------------	-----------------	---------

	3	Hans Andersson	Hallstah. Skidf	3.32.39
--	---	----------------	-----------------	---------

	4	Stig Söderström	Kvarnsved. Golf	3.35.22
--	---	-----------------	-----------------	---------

	5	Reino Paakkunainen	KOG Sport	3.53.09
--	---	--------------------	-----------	---------

	6	Anders Hedefjäll	Västerås FK	4.18.34
--	---	------------------	-------------	---------

	7	Christer Magnusson	Ösno	4.46.51
--	---	--------------------	------	---------

	8	Hans Orsing	IFK Helsingborg	4.59.32
--	---	-------------	-----------------	---------

	9	Leif Eriksson	Uppsala LK	5.00.05
--	---	---------------	------------	---------

M60	1	Lars Vinger	IK Viking FIK	3.33.34
-----	---	-------------	---------------	---------

	2	Bengt Wallin	Falu IK	4.08.14
--	---	--------------	---------	---------

	3	Jan Jonsson	Tjalve Golf	4.23.15
--	---	-------------	-------------	---------

4	Bo Inge Åkerlund	Vi som springer	4.26.52
5	Roland Blom	Norsborg	4.29.20
6	K G Nyström	Vi som springer	4.40.39
M65			
1	Kjell Linder	Väckelsångs IK	3.21.38
2	Lennart Carlander	Turebergs IF	3.52.06
3	Bertil Lundin	Ockelbo IF	5.35.32

Väder: Något regn vis starten, annars uppehållsväder, omkring 10°C

Tävlingsledare: Evert Jonsson
Banmätare: Gösta Ekström

London Marathon 1998-04-26

Förstaplaceringar klassvis

M	1	Anton Abel	ESP	2.07.57
	2	el Mouaziz Abdelkader	MAR	2.08.07
	3	Antonio Pinto	POR	2.08.13

K	1	McKiernan Catherina	IRL	2.26.26
	2	McColgan Liz	GBR	2.26.54
	3	Chepchumba Joyce	KEN	2.27.22

Svenska deltagare

Totpl	Namn	Klubb/Ort	Tid
44	Ibrahim Idris		2.23.57
73	Hall Stefan	Arla IF	2.28.37
117	Jonsson Ole	Västerås FK	2.33.19
297	Johansson Lars	Vintrosa	2.42.47
468	Safouane Abdeslam	Åkersberga	2.47.34
581	Börjesson Thomas	Team Blekinge	2.50.21
2699	Källqvist Göran	Stockholm	3.15.27
3272	Persson Marcus	Valda	3.20.01
4196	Engberg Maria	Söderhamn	3.26.30
4497	Brinck Leif	Stockholm	3.28.10
4575	Jonsson Rune	Stockholm	3.28.30
5454	Brodin Alf	Mölnådal	3.33.26
5482	Berntsson Paul	Kungälv	3.33.34
5595	Kapusta Sigfrid	Stockholm	3.34.13
6084	Backelin Christer	IK Svane	3.37.04
6268	Persson Christopher	London	3.37.56
6491	Ingvarsson Torbjörn	Åkersberga	3.38.58
6876	Helberg Carl Peter	Ystad	3.40.56
7166	Svahn Göran	IFK Mora	3.42.18
7247	Lindström Jonas	Upplands Väsby	3.42.42
7403	Forsberg Magnus	Linköping	3.43.20
8430	Lundqvist Bengt	Blidsberg	3.48.14
9312	Lantz Torsten	Växjö	3.52.07
9404	Archibald Gordon	Stockholm	3.52.35
9646	Danielsson Bo	Åkersberga	3.53.39
10191	Dahlberg Ulf V	Åkersberga	3.55.55
10694	Karlsson Stefan K	Åkersberga	3.57.41
10821	Sandberg Mikael	Spåråvågen FK	3.58.06
10836	Dahlberg Charlotte	Åkersberga	3.58.10
11052	Eriksson Kent Åke	Arvika	3.58.51
11155	Möller Thomas	Vintrosa	3.59.14
11389	Hulthén Patrik	Kista	4.00.04
11444	Tosic Severino	Påarp	4.00.22
12524	Castenhag Jan	Åkersberga	4.05.04
13324	Sjöberg Jan Erik	Katrineholm	4.08.32
13503	Israelsson Lars	Åkersberga	4.09.21
13928	Hörnqvist Nils Tomas	Stockholm	4.11.25
15584	Yderberg Patrik	Stockholm	4.19.05
15889	Ahlbom Annie	Manama	4.20.27
16058	Halde Rolf	Åkersberga	4.21.14
16077	Hansson Eva	Åkersberga	4.21.18
16099	Hedberg Maj	Vaxholm	4.21.22
16113	Wallner Klaus	Gaoghare	4.21.27
16539	Andersson B Tell	Bockstenslöp	4.23.12
16761	Höglund Greger	Stockholm	4.24.12
16776	Vedung Andreas	London	4.24.15
16955	Nelje Stephan	Åkersberga	4.25.05
17096	Bryant Jane	Heathfield RR	4.25.45
17107	Furberg Anders	LME IK Ö-sund	4.25.48
17951	Persson Ing Marie	Montorp	4.29.26
18779	Andersson Solweig	Österlens Sjuk	4.33.33
19062	Persson Ingvar	Hede LK	4.34.45
19311	Almroth Mikael	Göteborg	4.35.57
19317	Åberg Göran	Chalmers OL	4.35.58

19741	Lejerskog Sten Erik	Örebro	4.38.03
20550	Cederberg Leif		4.42.22
21150	Sjöö Solweig	Krivsta	4.45.20
21175	Johansson Curt	Arboga	4.45.26
21414	Knutsson Johan C	Uddevalla	4.46.45
21507	Tivendale Craig	Borås GIF	4.47.16
21762	Westerlund Tina	Södertälje	4.48.33
21925	Hayward Eva	Bockstenslöp	4.49.34
22392	Bjoernoer Hans	Enskede	4.52.38
22720	Nieminen Pauli	Söderhamns IF	4.54.37
23008	Linder Sten	Åkersberga	4.56.21
23711	Nelje Gert	Åkersberga	5.00.42
23713	Nelje Andreas	Åkersberga	5.00.42
23714	van Lorrorst Lisbeth	Åkersberga	5.00.42
23957	Lidvall Christina	Balham	5.02.33
23993	Bertilsson Barbro	Bromma	5.02.45
24517	Molin Ulf G	Jonstorps IF	5.06.25
24760	Hansen Anita		5.08.16
24921	Sandström Ingemar	Åkersberga	5.09.34
25194	Salenmark Ola	Linköping	5.12.03
25239	Zetterholm-Rainbi Brenda	Bockstenslöp	5.12.38
25299	Lundholm Mats	Eskilstuna	5.13.13
25302	Lamme Stefan	Österlens Sjuk	5.13.13
25657	Aronsson Sven-Olof	Spårvagen FK	5.16.45
25856	Lembke Tommy	Åkersberga	5.18.42
25976	Nelje Rebecca	Åkersberga	5.20.02
25978	Nelje Joel	Åkersberga	5.20.03
26073	Rowell Ann	Tenby	5.21.12
26717	Ivegård Gunnar	Åkersberga	5.28.44
28315	Meurling Christine	Österlens Sjuk	5.57.29
28880	Nieminen Annikki	Söderhamns IF	6.15.20
29027	Sarland Tord	Stockholm	6.20.21
29492	Samuelsson Barbro	Stockholm	6.52.39

Källa: Internet

Copenhagen Marathon 1998-05-17

Plac	Namn, ort/nat	Tid
Totalt		
M/1	Janusz Samicki, POL	2.24.12
M/2	Christian Wolfsberg, DEN	2.25.02
M/3	Brian Lauridsen, DEN	2.26.00
K/1	Karin B Andersen, DEN	2.51.49
K/2	Louise Helmer, DEN	2.54.25
K/3	Annette Aagaard, DEN	2.55.45

Klassvis

M under 19 år

1	Jeppe Farsøht, DEN	2.48.22
2	Hassan A Husein, DEN	2.55.58
3	Esben Krog	2.56.06
41	Ryan van Duzer, Svedala	3.49.25

M 20-24 år

1	Martin Falle, DEN	2.40.38
2	Carsten Jensen, DEN	2.47.38
3	Flemming Krabbenhoft, DEN	2.48.45
82	Peter Palven, Malmö	3.26.12
112	Gustaf Møllerup, Svedala	3.32.15
359	Andreas Andersson, Helsingborg	4.11.21
402	Tonny Persson, Harlösa	4.24.22
419	Magnus Malm, Åkarp	4.30.18

M 25-29 år

1	Brian Lauridsen, DEN	2.26.00
2	Carsten Thyssen	2.30.52
3	Pawel Lisiecki, POL	2.34.15
34	Steen Samuelsson, Malmö	3.04.16
230	Bo-Arne Olsson, Eslöv	3.38.46
341	Peter Svensson	3.51.47
412	Magnus Persson, Harlösa	4.00.39
547	Fredrik Hederstierna, Lund	4.26.19
623	John Strand, Malmö	4.54.58

M 30-34 år

1	Janusz Samicki, POL	2.24.12
2	Kaupo Sabre	2.29.25
3	Helge Gommessen, DEN	2.29.41

61	Lars Rask, Huddinge	3.06.13
103	Kyosti Meronen, Helsingborg	3.15.04
144	Ove Eklund, Enköping	3.19.57
166	Stig Nielsen, Oxie	3.23.10
240	Per-Olof Rydzen, Lund	3.32.38
246	Lennart Andersson, Kristianstad	3.33.10
248	Ronnie Svensson, Landskrona	3.33.36
253	Ola Cedergren, Kristianstad	3.34.04
307	Thorbjörn Svensson, Fallin	3.39.44
337	Matti Nieminen, Saltsjö-Boo	3.42.40
395	Patrik Wennebro, Umeå	3.49.27
425	Per-Axel Magnusson, Kvånum	3.51.51
447	Henrik Bjerkre, Göteborg	3.54.01
465	Ulf Palmgren, Helsingborg	3.55.19
470	Peter Sand, Stockholm	3.55.45
480	Henrik Harr, Stockholm	3.56.41
525	Lars Lundin, Göteborg	4.02.32
543	Bengt A Palm, Halmstad	4.05.00
559	Magnus Bodin, Lund	4.06.29
569	Roger Ströberg, Växjö	4.07.57
702	Sven Nilsson, Lomma	4.33.54
721	Stefan Molnar, Malmö	4.40.17
738	Klaus Palm, Malmö	4.48.24
764	Par Persson, Tumba	4.58.03
772	Bo Berglund, Värnamo	5.01.07
791	Anders Lundholm, Töreboda	5.17.42

M 35-39 år

1	Peter H Møller, DEN	2.32.15
2	Peter Ellehaug, DEN	2.32.59
3	Lars Fogtmann, DEN	2.35.48
161	Björn Ekmech, Lomma	3.33.32
245	Magnus Woxblom, Malmö	3.46.39
297	Mikael Strussenfelt, Karlskoga	3.53.58
350	Jan Lövgren, Svedala	4.00.29
404	Karsten Sørensen, Malmö	4.14.50
452	Lars Wendel, Lund	4.24.27
487	Åke Wiklund, Åkarp	4.35.53
499	Bob Reuterberg, Klippan	4.45.59
519	Rune Östrem, Malmö	5.00.05

M 40-44 år

1	Christian Wolfsberg, DEN	2.25.02
2	Ivan Nielsen, DEN	2.41.57
3	Bernd Kaland	2.42.42
4	Wacek Piatkowski, POL	2.43.55
5	Per A Simonsen, DEN	2.44.28
22	Kenneth Gunnarsson, Malmö	3.04.05
73	Anders Tenggren, Malmö	3.22.47
171	Sören S Sondergaard, Malmö	3.47.50
218	Jörgen Hammenskog, Malmö	3.56.52
245	Ola Olsson, Sundbyberg	4.02.37
276	Göran Ståvad, Helsingborg	4.11.50
318	Leif Hellstrand, Havås	4.23.02
343	Dan Erichsen, Norköping	4.28.25
374	Per Asklund, Malmö	4.50.56
375	Paul Jonsson, Malmö	4.51.15
386	Jerker Åkeson, Malmö	5.05.52

M 45-49 år

1	Göran Poulsen, Malmö	2.45.09
2	Thor Svendsen, NOR	2.49.10
3	Mogens Jacobsen, DEN	2.50.37
26	Tord Svanfelt, Oxie	3.11.22
27	Bengt Petersen, Malmö	3.11.23
66	Matti Pylkanen, Överum	3.27.24
69	Anders Gyllenius, Kungsängen	3.28.34
105	Manfred Trieb, Malmö	3.42.31
132	Göran Svahn, Mora	3.47.17
143	Hans-Erik Åkerlund, Lund	3.49.54
161	Cehå Sennerstig, Eslöv	3.53.22
206	Dennis Svegard, Markaryd	4.00.58
234	Carl Andersson, Malmö	4.10.41
241	Carl-Henrik Hansson, Trollhättan	4.12.38
272	Kjell Åström, Månkarbo	4.24.09
285	Ole Svinth, Helsingborg	4.27.49
286	Göran von Rosen, Malmö	4.27.52
292	Ulf Karlsson, Farsta	4.29.41
297	Sven Gudmundsson, Staffanstorps	4.31.40
353	Stefan Lingarde, Malmö	5.49.40

M 50-54 år

1	Egil Malling, DEN	2.52.36
2	Hans E Jensen, DEN	2.56.44
3	Erling Fredvig	3.01.19
45	Jennart Hagmar, Malmö	3.33.34
52	Eddy Hedlund, Mirarp	3.39.27
94	Claes-Göran Sjöholm, Stenungsund	3.52.48
100	Kjell Hågestad, Köpingsvik	3.53.58
152	Bertil Jansson, Månkarbo	4.13.25
188	Sten Örtfors, Täby	4.28.39

191	Klas Fjällrot, Oxie	4.29.10
199	Krister Thelin, Lund	4.32.03
214	Rune Larsson, Eugerdal, NOR	4.40.26
226	Henrik Åberg	4.46.36
239	Per O Åberg, Torslanda	4.56.12
250	Bengt Littorin, Löddeköpinge	5.09.59

M 55-59 år

1	Dieter Dr Nau, GER	2.53.37
2	Allan Hansen, DEN	2.59.00
3	Finn Jacobsen, , NOR	3.06.03
4	Hugo Liss, Örebro	3.10.54
28	Stig Söderström, Falun	3.56.59
30	Tommy Crusenborg, Sösdala	3.59.56
96	Hans Orsing, Helsingborg	5.29.35

M 60-64 år

1	Stig Lassen, DEN	2.53.04
2	Birger Johansen, DEN	3.30.01
3	Jørgen Nymann, DEN	3.35.25
4	Henrik Skaldin, Nynäshamn	3.37.50
12	Bengt Wallin, Falun	3.50.34
13	Alexander Peczenik, Lund	3.50.53
16	Bertil Lantzén, Ösby	3.53.42
19	Johannes Likar, Malmö	3.58.52
25	K G Nyström, Sjuntorp	4.15.31

M 65-69 år

1	Jakob Ravn, DEN	3.41.55
2	Carl Chr Pedersen, DEN	3.42.15
3	Klaus Kammerer	4.11.55

M över 70 år

1	Holger Ørsted, DEN	4.52.14
2	Kuno Pape, DEN	5.30.28
3	Stig Eriksson, Lima	5.56.19

M över 75 år

1	Otto Levin-Pedersen, DEN	5.16.11
2	Frøde Fevel, DEN	5.35.45

K under 19 år

1	Pernille Jensen, DEN	3.57.41
2	Signe Køgerskov, DEN	4.04.01
3	Camilla Andersen	4.15.47

K 20-24 år

1	Annette Aagaard, DEN	2.55.45
2	Mette M Andersen, DEN	3.15.24
3	Karina Berner-Magnusson,	3.29.03

K 25-29 år

1	Louise Helmer, DEN	2.54.25
2	Tina Jørgensen, DEN	3.20.27
3	Annik Petersen, DEN	3.26.27
11	Katarin Lunder, Sundbyberg	3.43.35
15	Kristina Bodin, Lund	3.53.42
43	Helen Duvander, Malmö	4.27.15

K 30-34 år

1	Helene Thopholm, DEN	3.07.28
2	Vibeke M Dalsberg, DEN	3.10.17
3	Malene W Plas, DEN	3.12.03
37	Anette Nygård	3.59.03

K 35-39 år

1	Karin B Andersen, DEN	2.51.49
2	Inger Andersen, DEN	3.13.24
3	Anette H Christensen, LUX	3.26.26

K 40-44 år

1	Connie Vinkel, DEN	3.03.58
2	Lisbet Alling, DEN	3.09.08
3	Vibeke Hansen, DEN	3.15.21
25	Inger Waxell, Sala	4.18.17
26	Carina Rydberg, Sala	4.18.29
36	Anne Margit Bygland, NOR	4.29.46

K 45-49 år

1	Lene Ibsen, DEN	3.17.58
2	Bodil Sørensen, DEN	3.18.32
3	Grete Nielsen	3.27.46
69	Maarit Kiuru, Svalöv	5.32.38

K 50-54 år

1	Hanne Christensen, DEN	3.29.10
2	Mariann Munkø, DEN	3.31.40
3	Esther Jørgensen, DEN	3.37.37
13	Åsa Crusenborg, Sösdala	3.59.55

55-59 år		
Lise Espersen, DEN	3.43.39	
Lissi Nielsen, DEN	3.49.22	
Sigrid Simonsen, DEN	4.02.56	

60-64 år		
Kamma Bjerggaard, DEN	3.25.41	
Kirsten Bay, DEN	4.12.59	
Wen Shi Yu, USA	4.33.02	

65-69 år		
Vibeke Fosgrav, DEN	4.21.22	
Ellen Carlsen, DEN	4.32.13	
Eva Jern, Lomma	5.39.40	

Antal fullföljande: 3826 män, 477 kvinnor.

Fem dagars maraton Trollhättan 1998-05-20

	Göransson Bengt	3.11.09
	Skoog Lennart	3.32.47
	Jidefur Torbjörn	3.32.54
	Olsen Reidar	3.40.38
	Preisler Horst	3.54.09
	Söderström Stig	3.56.58
	Nyström K-G	3.58.09
	Amman Hugo	4.03.55
	Almqvist Lars	4.09.27
0	Johansson Kent	4.10.56
1	Holm-Olsen Per	4.12.41
2	Huhtamäki Seppo	4.20.11
3	Damstedt Kjell	4.22.42
4	Patriksson Hans	4.25.08
5	Birkeland Kjell	4.29.14
6	Bygland Anne Margit	4.43.13
7	Franzén Gunilla	4.48.14
8	Orsing Hans	4.59.43

Fem dagars maraton Trollhättan 1998-05-21

	Brodin Frank	3.21.28
	Olsen Reidar	3.33.21
	Göransson Bengt	3.35.05
	Preisler Horst	3.57.37
	Amman Hugo	4.12.16
	Huhtamäki Seppo	4.27.14
	Damstedt Kjell	4.29.00
	Holm-Olsen Per	4.32.31
	Johansson Kent	4.34.52
0	Bygland Anne Margit	4.39.50
1	Almqvist Lars	4.42.16
2	Söderström Stig	4.43.15
3	Franzén Gunilla	4.45.58
4	Ackenhausen Östeinn	4.47.51
5	Birkeland Kjell	4.49.25
6	Eriksson Leif	4.55.00

Fem dagars maraton Trollhättan 1998-05-22

	Skoog Lennart	3.25.10
	Olsen Reidar	3.37.37
	Preisler Horst	3.51.58
	Nyström K-G	3.59.43
	Amman Hugo	4.01.17
	Damstedt Kjell	4.06.52
	Jannerling Jon-Håkan	4.08.33
	Söderström Stig	4.14.19
	Holm-Olsen Per	4.20.45
0	Johansson Kent	4.21.39
1	Huhtamäki Seppo	4.26.12
2	Birkeland Kjell	4.32.07
3	Patriksson Hans	4.33.44
4	Göransson Bengt	4.38.54
5	Franzén Gunilla	4.40.32
6	Orsing Hans	4.49.41
7	Bygland Anne Margit	4.54.26

18	Ackenhausen Östeinn	5.07.33
----	---------------------	---------

Fem dagars maraton Trollhättan 1998-05-23

	Brodin Frank	3.18.17
1	Olsen Reidar	3.34.54
2	Preisler Horst	3.47.52
4	Söderström Stig	3.53.37
3	Madsen Anders	3.53.49
3	Amman Hugo	3.55.08
5	Huhtamäki Seppo	4.04.50
6	Holm-Olsen Per	4.11.11
1	Nyström K-G	4.26.36
4	Jannerling Jon-Håkan	4.30.06
2	Birkeland Kjell	4.31.35
3	Franzén Gunilla	4.36.30
5	Orsing Hans	4.59.31
6	Eriksson Leif	5.07.33

Fem dagars maraton Trollhättan 1998-05-24

1	Skoog Lennart	3.18.00
2	Olsen Reidar	3.27.25
3	Jidefur Torbjörn	3.30.45
4	Madsen Anders	3.51.27
5	Huhtamäki Seppo	3.52.55
6	Amman Hugo	3.58.01
7	Preisler Horst	4.15.48
8	Holm-Olsen Per	4.19.08
9	Söderström Stig	4.19.30
10	Nyström K-G	4.26.36
11	Patriksson Hans	4.33.29
12	Bygland Anne Margit	4.42.44
13	Orsing Hans	4.49.34
14	Ackenhausen Östeinn	4.52.51

Källa: Internet

15th Vienna City Marathon 1998-05-24

Plac	KI/PI	Namn, -år	Klubb/Ort/Nat	Netto tid
1	M/1	Taye Moges, -73	ETH	2:09:21
2	M30/1	Grzegorz Gajdus, -67	POL	2:09:45
3	M30/2	Tesfaya Taff, -65	ETH	2:12:43
44	K/1	Irina Kazakova, -70	FRA	2:35:09
47	K30/1	Lucia Subano, -67	KEN	2:35:16
82	K/2	Rima Dubovik, -70	UKR	2:43:15
467	M30/130	Stefan Kimming, -65	SKF FK	3:00:20
731	M45/67	Curt Sandberg, -51	Arlanda Märsta SK	3:08:04
795	M60/2	Göte Ivarsson, -37	Tibro AIK	3:09:27
1370	M45/133	Ulf Ring, -49	Arlanda Märsta SK	3:20:03
1778	M35/399	A Malmberg, -62	Telemark Union	3:25:58
2913	K30/22	Carina Simm, -66	Leo's Sport Club	3:40:42
5082	M40/834	Peter Stodola, -54	Personal Fitness	4:11:52
5725	K60/4	Birgitta Nordlund, -38	Alingsås	4:25:49
5726	M60/58	Lars Nordlund, -35	Alingsås	4:25:49

Antal fullföljande: 6654
Källa: Internet

Öresjö Maraton 1998-04-26 IK Bergaström

Plac	Namn	Klubb	Tid
Män			
1	Jörgen Lien, -69	NOR	2.55.42
2	Ulf Johansson, -73	IK Bergaström	3.17.10
3	Sören Jonsson, -56	TV 88	3.17.35
4	Jan-Terje Nilsen, -48	NOR	3.20.00
5	Stefan Homebrandt, -62	Trollhättans IF	3.21.12
6	Lennart Skoog, -46	Stenungsunds OK	3.26.13
7	Hans Falkind, -44	Solvikingarna	3.37.27
8	Torbjörn Jidefur, -58	Hovslätts IK	3.41.58
9	Lars Holm, -52	Trollhättans IF	3.43.22
10	Dan Jarl, -44	Häfreströms IF	3.43.52
11	Håkan Sjö, -40	Växjö LK	3.45.35
12	Jan Krantz, -42	Solvikingarna	3.46.14
13	Kjell-Åke Åkesson, -44	Växjö LK	3.47.57
14	Reidar Olsen, -49	NOR	3.50.19
15	Stellan Herbertsson, -72	IK Bergaström	3.50.22
16	Jon Håkan Jannerling, -49	Ale 90 IK	3.57.16
17	Hans Nyberg, -63	Ångered	3.58.24
18	Kent Johansson, -46	Solvikingarna	4.03.35
19	Stig Allansson, -49	Sjöviks SK	4.05.53
20	Rolf Fröcklin, -51	Västra Frölunda	4.06.54
21	Lars Almqvist, -51	IFK Helsingborg	4.09.23
22	Stefan Björk, -55	Västra Frölunda	4.12.58
23	Mikael Eriksson, -71	Växjö LK	4.20.25
24	Kjell Damstedt, -41	Hargs Runners	4.21.04
25	Stig Söderström, -43	Kvamsvedens Golf	4.27.58
26	Hans Patriksson, -47	TV 88	4.37.45
27	Tore Sandberg, -52	Karlstads LK	4.44.05
28	Kjell Birkeland, -38	NOR	4.44.05
29	Wilhelm Lind, -39	NOR	4.54.15
30	Bo-Inge Åkerlund, -38	Vi som springer	5.00.30

Kvinnor			
1	Anne Margit Bygland, -57	Telenor	4.37.45
2	Solveig Ekeheilen, -54	Karlstads LK	5.27.37

Tävlingsledare: Bertil Johansson
Banan kontrollmätt av förbundsnämndare Harry Lindell, Trollhättan



Resultat Stockholm Marathon Svenska Marathonsäll- skapetets medlemmar:

2.	Anders Szalkai,	Spårvägen	2.16.33
14.	Kjell-Erik Ståhl,	Enhörna	2.26.23
18.	Stefan Hall,	Ärla IF	2.28.34
19.	Jan Lindblom,	Hässelby	2.30.00
25.	Dan Agnarsson,	Brännan	2.32.43
27.	Stefan Ulmestahl,	Team Blekinge	2.33.52

28.	Patrik Gustafson,	Brittatorp	2.34.30
29.	Carl-Johan Olofsgård	Hässelby	2.34.31
35.	Örjan Öberg	IK Akele	2.37.49
37.	Per Grip	Skillingaryd	2.38.52
46.	Mats Ekman	Spårvägen	2.41.08
51.	Nils-Allan Torstensson	Frödinge	2.42.25
54.	Jocke Svensson	Brittatorp	2.43.16
63.	Anders Wedin	Hofors	2.45.08
65.	Magnus Alsén	Fredrikshof	2.45.20
70.	Mikael Videfors	Fredrikshof	2.45.53
72.	Tommy Sjöström	Kvarnsveden	2.46.02
74.	Patrik Nyström	TV-88	2.46.18
97.	Hans Dahlén	SMIK	2.48.41
98.	Peter Kujanpää	Hässelby	2.48.42
104.	Leif Holm	Team Blekinge	2.49.00
110.	Tommy Larsson	Sundsvalls FI	2.49.25
132.	Lars Vinås	Vittangi	2.51.19
134.	Torgny Bergström	Golf Tjalve	2.51.23
153.	Peter Jaktlund	Kvarnsveden	2.52.47
154.	Björn Sennersjö	IK Jari	2.52.50
157.	Zbigniew Grobelniak	BBM	2.53.02
159.	Slimo Safouane	Oskarshamn	2.53.05
180.	Mikael Hedqvist,	SÄFIF	2.53.53
207.	Perter Engman	Flemingsberg	2.55.09
213.	Staffan Lundblad	Sundsvall	2.55.22
220.	Taisto Nikkarinen	Ovansjö	2.55.41
222.	Erik Lundqvist	Hemlingby LK	2.55.43
224.	Bengt Olofsson	Östhammars FI	2.55.45
225.	Aron Kjellgren	Vattudalen	2.55.55
227.	Aimo Stenfors	IK Westmannia	2.55.57
270.	Johan Hetz	Lenhovda IF	2.57.51
273.	Mats Zetterlund	Vattudalen	2.57.58
276.	Greger Nilsson	IFK Strängnäs	2.58.04
279.	Rolf Säfström	Tibro AIK	2.58.08
282.	Svante Mattsson	Edsbro	2.58.11
284.	Peter Jansson	Östhammar FI	2.58.17
290.	Tord Elveljung	Umeverken Volvo	2.58.30
291.	Anders Persson	GF Idrott	2.58.33
294.	Ove Martinsson	Vänernsberg	2.58.43
301.	Alf Johansson	Södertälje	2.58.57



302.	Patrik Skoglund	Sandvik	2.58.59
305.	Kari Kelja	NCC IF	2.59.13
306.	Bo Wallsten	Flemingsberg	2.59.13
309.	Åke Lindgren	Laisvall	2.59.16
322.	Lars Jakobsson	Flemingsberg	2.59.42
325.	Thomas Robarth	Flemingsberg	2.59.48
326.	Tommy Hagberg	Växjö LK	2.59.55
330.	Leif Danielsson	Iggesunds IF	3.00.00

Förhoppningsvis skall denna resultatlista för Sällskapets medlemmar under tre timmar vara så komplett som möjligt. Vi kan tyvärr ha missat någon och vi reserverar oss för ev. nyttillkomna medlemmar efter årets Stockholm Marathon.

Damer:			
2.	Jennie Åkerberg	Spårvägen	2.39.27
7.	Annika Nyberger	Hässelby SK	2.44.38
10.	Linda Ström	Wedevägs IF	2.50.47

11.	Ingela Gahne	Hässelby SK	2.53.43
14.	Margareta Rutqvist	Spårvägen	2.56.08
16.	Ulla Östling	Östhammar	2.57.26
20.	Catarina Ask	Heleneholm	3.02.43
21.	Evy Palm	Mölnåls AIK	3.04.27
25.	Annelie Buller	Flemingsberg	3.07.37
28.	Maria Sollerman	Fredrikshof	3.09.44
37.	Ylva Rangne	Fredrikshof	3.16.08
39.	Ursula Turtinen	Råby Rekarne	3.16.54
43.	Monica Carlsson	Örbyhus	3.18.14
58.	Ing-Marie Hjort-H.	Fredrikshof	3.23.40
70.	Britt Lindberg	Ess LK	3.26.25
71.	Maria Persson	Kristinehamn	3.26.25
94.	Berit Nordh	Degerfors IF	3.33.07
112.	Eva Ekedahl	Fredrikshof	3.37.09
115.	Annika Skarin	Hässelby SK	3.37.18
116.	Mie Magnusson	Växjö LK	3.37.56
128.	Marja Unkuri	Täby	3.39.56
145.	Mona Ekberg-Falk	Duvbo IK	3.42.09
157.	Lena Söderqvist	Råby Rekarne	3.43.53
168.	Monika Udd	Örebro AIK	3.45.04
182.	Cecilia Nilsson	LK Myran	3.46.02
200.	Barbro Nilsson	IK Kville	3.47.51
236.	Mariann Hamberg	Mälare SOK	3.51.35
240.	Anette Fasth	Team Skavsåret	3.51.39
243.	Monika Westergren	Jalles TC	3.52.00
244.	Mia Wänqvist	IK Akele	3.52.02
257.	Wanda Mases-Rundlöf	Fredrikshof	3.53.25
309.	Gun Nilsson	Team Skavsåret	3.58.10
324.	Eva Vågen	Spectra Prec.	3.59.15

Dessa är våra kvinnliga medlemmar under fyra timmar, som vi lyckats identifiera från resultatlistan på Internet. DN publicerade endast resultaten för de tio främsta (t.o.m. 2.50.47), medan man publicerade 380 herresultat (t.o.m. 3.02.38). Vari ligger logiken! Fy skäms, DN!!!
Man som kvinna, om Du saknar Ditt namn, är medlem och vet Dig ha sprungit under fyra resp. tre timmar, så hör av Dig till oss! Vi ber om ursäkt för att vi har missat just Dig!



Glad sommar!

Löpning på Internet:

www.marathon.se

Marknadstidning
Avsändare:
Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 STOCKHOLM

TRANS
11

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

Till: SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET
BOX 218, 101 24 STOCKHOLM

Härmed beställer jag mot postförskott följande artiklar

Overall Silva blå/gul à 700:- 100% polyester

S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Tävl. dräkt "Sub 4" à 470:-

dam S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Cool Max, byxa: blå, linne: blå/gul/vit

herr ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Tävlingsdräkterna för herrar är f.n. slut, men vi har dem snart i lager igen! Dammodellerna reas för 250:-

Löparmössa st à 100:-

Tröjor st à 90:-

S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐

Overallmärken st à 25:-

Overallmärken à 50:-

för 25 ☐ 50 ☐ 100 ☐ maratonlopp

Souvenirvimplar st à 15:-

Klisterdekaler ark à 20:- (1 ark = 4 dekaler)

Klubbnålar st à 20:-

Namn:

Adress:

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 enl. WAVA:s poängberäkning (Se nr 4/96)

• **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.

• **SVERIGE 90-DIPLOMET** tilldelas medlem som fullföljt tio maratonlopp på olika platser i Sverige under 90-talet.

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