

Marathon



L Ö P A R E N Årg. 32 Nr 163 Nov. 5/99

Kolarmora Marathon

Växjö Marathon

**Långlöparens vanligaste
idrottsskador**

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

Jan Lind
e-post:jan.berit.lind@hem.ufors.se
Birger Fält

Ulf Mathiasson (Resultat red)

e-post:ulf.mathiasson@mbox200.swipnet.se
Tryckning: Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution: AB Bergström Greivius, 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 resekreterare:
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

Matr. förvaltare: Jan Paraniak, 08-746 61 11

De angivna telefonnumren är till bostäderna där styrelse-
ledamöterna vanligtvis är anrättbara 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: Börje Mattisson, 0430-711 34

Hälsingland: Leif Danielsson, 0650-224 12

Jämtland-Härjedalen: Mats Zetterlund, 0670-122 88

Norrboten: Leif Strömbäck, 0921-107 37

Skåne: Gert-Inge Tapper, 046-588 59

Småland: Lars Thorstensson, 0470-136 18

Stockholm: Monika Simson, 08-756 07 92

Södermanland: Lars-Olof Israelsson, 0152-136 07

Uppland: Johan Henriksen, 018-12 19 47

Värmland: Kauko Kaikkonen, 054-54 73 23

Västerbotten: Jarl Kollberg, 090-318 39

Västergötland: Kurt Andersson, 0511-211 50

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

Västmanland: Roger Pistol, 0220-146 97

Örebro: Rolf Johansson, 019-23 53 69

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

Omslag: Birger Ström, Stefan Andersson och Arnold
Kosmalski höll ihop under första halvan av i Växjö
Marathon.

LEDAREN

Då har vi åter igen sett en förbättring av världsbästa i maraton. Denna gång av en USA-marockan vid namn Khalid Khanouchis. Han är inte helt obekant, vann i Chicago redan för två år sedan. Efter ett väl disponerat lopp, (hur gör man det? när dom har högsta fart hela tiden), blev han i Chicago först i världen under 2:06, och förbättrade gamla världsbästa-tiden med 23 sekunder.

Var går gränsen? Rekordet kan inte slås i all evighet. Någonstans finns det en gräns, men tjusningen med rekord är att ingen vet var gränserna är. Brukar själv påstå att rekord är till för att slås. Troligen finns det ett par minuter till att hämta på världsbästa tiden. Gissar att 2:03 är en gräns för vad människan kan springa på i framtiden. Men med tillräckligt mycket pengar kan rekord som verkar omöjliga idag slås i framtiden. Intressant vore att se Haile Gebreselassie äntligen göra en helhjärtad satsning på maraton. Han förbättrade som bekant 5.000- och 10.000-meters rekordet rejält.

Men vän av ordning frågar sig hur man måste vara skapt för att komma ner på dessa tider. Räcker det bara med talang, rätt föräldrar och ett bra träningsintellekt? Det har florerat otillåtna medel i världstoppen, och det gäller inte bara i maraton, utan i alla sporter med höga penningssumor. Det är dock svårt att bevisa att otillåtna medel används och det är ett fåtal som blir ertappade.

Med framtida rekordhälsningar

Micke Hill
Ordförande

Påminnelse!

Styrelsen vill påminna om att motioner som skall behandlas på årsmötet och som motionären vill ha publicerade i Marathonlöparen skall vara styrelsen tillhanda före årsskiftet

Innehåll

- Sid 3 Hultsfred – en odysse över tio mil.
- Sid 5 Spring de fyra milen vid Nilen.
- Sid 5 Informationsbord vid Lidingöloppet.
- Sid 6 De som inte platsade i EM, VM och OS-Marorna.
- Sid 8 Spitsbergen Marathon.
- Sid 10 Kolarmora Marathon.
- Sid 12 Växjö Marathon.
- Sid 14 Långlöparens vanligaste idrottsskador.
- Sid 16 Landskrona Marathon.
- Sid 17 Resultat.

"Idyllen är fullkomlig. En spegelblank sjö, röda stugor, vita björkstammar – kan det bli mera svenskt? Morgonen började mulen, men det ser ut som om molntäcket skulle kunna spricka upp. Där är det visst någon som springer. Och där en till - och ännu en. Aha, de har nummerlappar på bröstet; det är visst en tävling. Men varför springer de så sakta? De ser ju vältränade ut, ändå ser de inte ut att anstränga sig det minsta? Nåväl, det är deras sak. Själv är jag på väg att lördagshandla.

HULTSFRED – EN ODYSSE ÖVER TIO MIL

Text: Cecilia Petersson

Några timmar senare går jag hem genom parken. De springer fortfarande. Jag lagar lunch och vi äter, jobbar lite i trädgården. Framåt sena eftermiddagen går jag ut med hunden. Men – springer de fortfarande? Vad håller de på med? Jag kan inte låta bli att fråga en av dem. "Hur långt springer ni egentligen?" "Tja, en del av oss springer fem mil, de andra tio." Mil? Hon måste mena kilometer? Eller?"

Nej, det handlar faktiskt om mil. Tio mil. Eller hundra kilometer, vilket som nu låter mest överkomligt. När jag började springa marathon för tolv år sedan var jag övertygad om att den distansen var det längsta en människa kunde springa. Så tunga som benen var... Och om någon hade talat om för mig att det faktiskt var möjligt att springa den dubbla sträckan och mer därtill, hade jag varit säker på att det var förbehållet elitidrottare. Och här är jag nu, fulltidsarbetande (som de allra flesta deltagarna med all säkerhet är) och med en massa restid förknippad med jobbet, kommen till Hultsfred vid halvtolvtiden kvällen innan, efter tolv timmars resa, så långt ifrån en proffsidrottare man kan komma – och jag springer ett hundrakilometerslopp!

Jag hade planerat att springa i sexminuterstempo – men det är sjutton vad det är svårt att springa sakta i början! De första kilome-

trarna springer jag i femminutersfart med Maria, men även om tempot i sig är långt ifrån mördande, inser jag att det är lite för snabbt med tanke på vad som komma skall, så jag saktar ner en smula. Snart får jag sällskap med Frank, en rutinerad ultralöpare som ger mig en trevlig pratstund och några värdefulla tips. Tempot är behagliga 5.20-5.30, och det känns bra. Men redan efter två mil börjar jag stelna till. Det ska inte hända i det här tempot. Var förra veckan för stressig? Var det för sent att komma fram bara halvtimmen före midnatt? Det är en lång väg kvar...

Men stelheten blir inte värre. Efter ett tag har jag vant mig vid den, och maran passeras på 3.47. Jag är inne i en skön lunk, och banan är omväxlande och mycket inspirerande för en utlandssvensk! Efter femmilspasseringen, som sker på 4.30, börjar det gå lite saktare. Men jag är inte orolig. Det känns fortfarande bra, och jag har sprungit ihop en extra halvtimme som kan bli mycket användbar i jakten på de tio timmarna. Ja, egentligen är tolv timmar den absoluta maxtid jag satt upp för mig själv, men jag är nu en gång för alla tävlingsmänniska...

Det känns alltjämt som om milmarkeringarna passeras ganska fort, och jag börjar bli alltmer förundrad över vad inte bara kroppen, utan också själen kan åstadkomma. Det är inte långa perioder som

jag aktivt tänker på något, och det känns nästan som meditation. Att springa en och samma bana tio gånger skulle kunna bli långtråkigt, men istället fascinerar jag av hur sceneriet ständigt förändras. Sträckan inne i Hultsfred är till en början öde. Så småningom börjar folk röra på sig för att lördagshandla, och efter ytterligare några timmar är gatorna åter öde och det enda man hör är klonket av klot som träffar käglor på en bowlingbana nere i en kallare. På himlen skingrar sig molnen för att släpa fram en augustisol som värmer skönt men inte för mycket för svettiga långdistanslöpare. Några varv senare börjar ett dramatiskt skådespel ta form i skyn. Blåsvarta moln tornar upp sig ovanför sjön, och frågan är inte om, utan när, det hela ska braka löst. Och vattenytan, som tidigare låg spegelblank som hos Bellman, krusas nu alltmer av vågor.

Vi springer tio varv på en bana som är formad som en åtta. Jag tar en liten smakbit av den förträffliga buffen varje gång jag passerar åttans mitt. Inte mycket åt gången, men en bit rostat bröd med honung, en halv banan, en slurk blåbärs-soppa eller coca-cola, och ibland potatis och saltgurka. Och funktionärerna är lika löparvänliga som maten. Det är skönt att gå några steg och växla några ord med dem innan jag sätter fart igen. Märkligt egentligen, hur så lite mat kan hål-



la energinivån hög och jämn, trots att jag under denna färd förbrukar lika mycket energi som en inaktiv människa på fem dagar! Och lika jämn som energinivån, konstaterar jag förundrat, är också farten. Mil efter mil går på strax under timmen. En funktionär säger att han ställer sin klocka efter mig! Vid sju mil dyker Shakespeare-citat upp i huvudet – Henry V:s tal till de sina innan de ger sig ut i slaget vid Agincourt. Ett fåtal mot en mångfald; till synes en klar förlust – men den unge kungen vägrade acceptera detta. "...If we are marked to die, we are enough to do our country loss; and if to live, the fewer men, the greater share of honour. God's will, I pray thee wish not one man more..." "Wish not one kilometer less..." "...Then will he strip his sleeve, and show his scars, and say, these wounds I had on Crispin's day... And gentlemen in England, now a-bed, shall think themselves accursed they were not there..." Jag har också ett ärr; på knät. Det fick jag när jag var ute på en träningsrunda på min cykel och blev påkörd av en bil, för precis ett år sedan idag. Och finns det ett bättre sätt att fira den lyckliga utgången av det äventyret än att springa längre än jag någonsin gjort förut?

Vid åtta mil är jag extatisk. Jag känner mig urstark, och min glädje blir inte mindre av den uppmaningen jag – och alla andra löpare också – får varje gång vi passerar målet. Jag har ingen förklaring till hur man kan känna sig så här efter nästan två maror på raken, men liksom humlan inte undrar hur det kommer sig att han kan flyga – om han gjorde det skulle han förmodligen störta – skjuter jag undan alla frågor och ägnar mig helt åt att njuta. Fältherren i himlen har nu definitivt dragit samman sina molntrupper för strid. Jag hör några åskknallar i fjärran, och just när jag passerar ängen med hästarna igen, kommer det en blix och en knall, så nära varandra att jag inte hinner räkna till en tiondelen gång. Hästarna sätter av i galopp. Him-

len är blåsvart och ängen intensivt grön. Det är mycket, mycket vackert. Så börjar regnet. Inte mycket att göra åt det, bara att fortsätta. När jag passerar vid nittio kilometer börjar jag för första gången tänka att det vore rätt skönt om det var över nu. För första gången måste jag medvetet jobba mentalt för att muntra upp mig själv. Grusvägen som var så skön att springa på tidigare är nu blöt och tungsprungen. Men det är inte långt kvar! Och när jag åter kommer ut på asfalt strax före 98 km, är mitt steg åter lätt, och i och med det stiger humöret igen. Nu kan jag njuta av den sista lilla biten. 99 km-passeringen blir



mycket känsloladdad. Jag har sprungit 99, 1 kvar...

Så svänger jag för sista gången i i parken, förbi loket och järnvägsbommen. Jag passerar några killar i tioårsåldern och jag tänker – om ni bara visste, grabbar! Om ni bara visste vad man kan uträtta om man bara ger sig den på det, och vad lycklig man kan vara! Hoppas ni får uppleva något sådant här en gång! När jag ser mållinjen börjar

jag spurta. Maurice Greene har inget att frukta, det medges, men jag njuter av att känna kraften i min egen kropp transportera mig dessa sista meter mot målet. Jag vinkar och viftar med armarna och hojtar: "Ja! Jag klarade det!" Jag är uppfyllt av allt. 9.28.54. Efter mållinjen stannar jag och skakar på huvudet. Är det sant? Ja, det är sant. Jag har nått mitt mål och mer än så. Mycket mer än så. Jag stannar kvar och pratar en stund med andra löpare och funktionärer – det finns mycket att prata om! Sedan erbjuder sig Rune och Mary att köra mig till hotellet, något som jag tacksamt tar emot. Därpå följer en varm dusch, några telefonsamtal, en öl och en stund på sängen, innan det är dags för en långsam promenad ner till banketten. Fortfarande kommer löpare in – de har presterat minst lika mycket som vi som sprang lite snabbare! Här finns det bara vinnare!

Egentligen finns det mycket mer att tillägga, men jag tror att spaltcentimetrarna börjar ta slut, så jag nöjer mig med följande:

Först och främst ett stort tack till Kurt och alla funktionärer som gjorde vårt lopp till vad det var! Och vilka fina priser!

Sedan, men inte mindre angeläget, eh vädjan på arrangörernas vägnar om en ny världklubb som kan ta över stafettpinnen år 2001. Nästa års Ultra kommer också att arrangeras i Hultsfred, men om Din klubb vill och kan åta sig att säkerställa detta loppets fortlevnad efter nästa år, kontakta tävlingsledaren Kurt Gustavsson (0495-60317)! Kanske kan två grannklubbar samarrangera?

Och till slut en uppmaning till alla som, liksom jag, har sprungit ett antal maror och vill prova på något nytt – här har Du Din chans! Det är en helt ny upplevelse – en som jag med varmt hjärta kan rekommendera!

SPRING DE FYRA MILEN VID NILEN !

1997 fick jag och globetrottern Göte Ivarsson förmånen att följa med löparna från Den Norske Maratonklubb till Egyptien Marathon. Resebyråchefen och maratonlöparen Gerhard Kraft arrangerade för tredje gången en resa från Norge till Egyptien Marathon. 17 norrmän (och kvinnor) och vi två svenskar, startade från Gardemoen en kall februari morgon, för att några timmar senare landa i Hurgarda vid Röda Havet i 25-30 graders värme.

Fjorton dagar varav fem dagar i Luxor och två dagar i Kairo, med mycket sol och bad och många utflykter. Lyxhotell och fantastisk mat genom hela resan. Trots daglig mor-

gonjogg vid Röda Havet eller längre kvällsturer uti öknen samt ett maratonlopp, kom undertecknad hem till Sverige flera kilo tyngre.

Egyptien Marathon arrangeras i Luxor, denna fantastiska plats vid Nilen. Loppet går alltid en fredag. År 2000 - fredagen 11 februari. Tidig start - kl. 7.30. Inga tidsbegränsningar; start samtidigt för halv- och kvartsmaran. Medaljen var mycket speciell, diplom av papyrus. Loppet var väl arrangerat, säkert p.g.a. att tyskarna hade ett finger med. Vi hade resultatlistan från loppet redan i bussen hem till hotellet. Marathondagen avslutades med en galamiddag för alla utländ-

ska deltagare. Prisutdelning, underhållning och återigen mycket mat.

Nu till år 2000 har Gerhard Kraft givit mig uppdraget att tillsammans med honom arrangera ytterligare en resa till Egyptien Marathon. 8 februari flyger vi från Arlanda, Landvetter och Gardemoen, för att senare sammanträffa i Hurgarda.

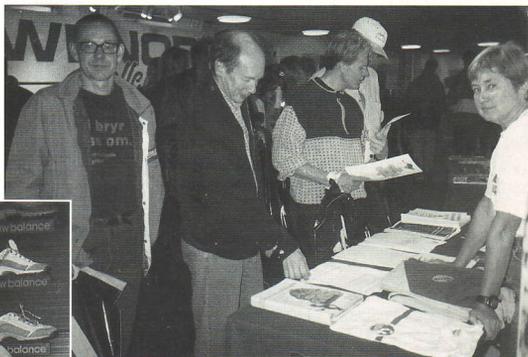
I skrivande stund finns det platser kvar från Sverige. Totalt kan vi som mest bli 50 deltagare. Denna resa till det fantastiska Egypten vänder sig inte enbart till maratonlöpare, utan är öppen för alla.

Text: Stig Hörberg

INFORMATIONSBORD VID LIDINGÖLOPPET

Text och foto: Jan Lind

För första gången, åtminstone på mycket länge, fick Sällskapet möjlighet att sätta upp ett informationsbord vid Lidingöloppetets Sportmessa i Lidingö Stadshus. Vi träffade många av våra medlemmar och fick tillfälle att besvara frågor och förmedla dagsfrisk in-



Intresset var tidvis ganska stort. Här besöks vi av bl.a. Göran Ingebrand från Östersund.



Mitt emot oss stod en av våra tidsmässigt främsta medlemmar, Mats Erixon, numera representant för New Balance, här i glatt samspråk med Mehmet Abbeholm.

formation, bl.a. angående det förestående Jubileumsloppet i samband med årets Vintermaraton.

Vi träffade också många, som inte tidigare kände till Svenska Marathonsällskapet, men som visade sig vara intresserade av vår verksamhet och anmälde sitt intresse för medlemsskap.

Vårt varma tack går till arrangörerna, som lät oss få ett väl tilltaget utrymme och en mycket fin placering nära ingången, där vi lätt kunde "fånga in" deltagarna på väg till nummerlappsutdelningen.

DE SOM INTE PLATSADDE I E

Del 2

Text: Åke Lutner

(På grund av redigeringsmiss bröts artikelserien av på ett olyckligt sätt i förra numret. Här kommer en direkt fortsättning på avsnittet som handlar om *Urban Larsson*.)

Han fick asyl inom Enhörnamaffian och tillhörde dess inre kärna, träningsdisciplin som en svensk biskop i celibat. Monstruöst temperament som ni redan anat och humorn hade samma färg som röken i en engelsk kolkamin har ni inte anat, men likväl sant. Få söker hans like.

Svenska idrottsmannadygder som uthållighet, vilja, träningsflit och naturintresse är viktigt för orienteringslöpare, en sådan var **Nils-Bertil Karlsson**, före sin storhetstid när han blev riktig löpare i Enhörnakoketteriet och en del i dess inre cirkel. Men varför lämna idealen för något mindre ädelt...? Till vad nytta och glädje? Maskerad fåfånga... medfödd önskan få uppmärksamhet eller lön för mödan? som är en berusande känsla av erövring när man i hela kroppen känner sig utvald, som unikt geni, behärskande kroppen – när årslönen var mindre än en halvdan vänsterforward i Buffalo Sabres fjärdefemman kan tjäna på en dag. Men gnagande ångslan för skador stör. Framgång eller kortvarig Pyrrhusseger? Rojalistisk trosglöd. Men viljan försöka och längtan nå målet är starkare än ett (o)möjligt misslyckande. Det var den för "Nisse", han försökte verkligen som få eller ingen, men skador knäckte Sveriges förste löpare med "under 2.10 kapacitet". Det blev bara 2.17 som 32-åring 1977 för denne enastående löparbegåvning och allergiske smålänning. Dock blev det krossat svenskt rekord vid DN-galan på 10000m med 28.08. Gång på gång försökte han komma igen men skadorna var lika envisa som en förföljare i en agentfilm.

Sidsteppningen av **Owe Malmqvist** till EM74 är en av svensk

maratonlöpnings "största katastrofer" och mest ofattbara när man kunde skicka tre okvalificerade svenska löpare till EM 71. Owe var 30 år och i sitt livs form och kunde komma sexa. Han var essensen av Enhörnas trupper och organisation. Fenomenalt ambitiös och hängiven sin löpning. Till slut sviktat motivation och livskriser övervinns och nya intressen tar vid. Så var det även för Owe, när han klarade livhanken i en trafikolycka...

Samma fyrtiotalsgeneration i Enhörna som ovanstående gotlänning, tillhörde **Hans Jonsson, Bertil Rehn** och **Gert Eriksson** (alla under 2.20) med mästerskapskvaliteter, var egentligen aldrig aktuella för mästerskap då **Göran Bengtsson** var ett rött skynke för dem som de ville slå, som boxare sin motståndare. Under 80-talet var det ju Kjell-Erik Ståhl och Tommy Persson, som grusade alla svenska elitlöparens förhoppningar om mästerskapsplatser. Även om inte Ståhl och Persson konkurrerade under 90-talet var det svårt nog att mästerskapskvalificera sig. Kraven höjs, internationella toppen bredas och allt färre svenska löpare profffsatsar för mästerskapskarriärer. **Lars-Erik Nilsson** hade kvaliteter och skulle kunna prestera nedåt 2.10 om han var intresserad, nu blev det pliktskyldigast 2.19, som en lämplig avslutning på en fin ban- och terrängkarriär. **Jan Hagelbrand** har bästa svenska debutanttid med 2.15.42 från 86, men var egentligen ännu bättre 87, men bröt i Stockholm, förmodligen på grund av överträning sista veckorna före... Därefter tog hans utmärkt karriär slut. Rimligtvis borde han ha gjort några minuter bättre om han fortsatt och satsat på maran utan att ett ögonblick tänka på hinder och Finnkamper. **Sören Hellmark, Urban Hallberg, Martin Hafström** och **Bo Engwall** låg strax under mästerskapskvalitet och kunde knappast bli bättre.

Men varför utelämna **Håkan Börjesson** då, han gjorde ju 1.38 på Lidingöppet och gav Mats Erixon fullt jobb på Göteborgsvarvet, säger denne någon med samma glöd som en irländsk patriot. Det är bara det att maraton passar inte alla, även om man skulle råka löpa skjortan av de flesta på en tremilare. Visst hade Håkan den fysiska och mentala styrkan, men vad hjälper det när isättningen är hårdare än brutal. Visst skulle han kunna göra 2.15 om han låg på träningsläger i Colorado halva året...

Men **Jörgen Mårtensson** då, han skulle väl kunna ta medaljer i mästerskap, står ju i tidningarna att han kan bli lika bra i alla idrotter, men knappast troligt. Han hade hjärta och lungor för 2.05, men löpsteg för ca 2.15 med specialträning. Även gångaren **Bo Gustafsson** satsade på rätt gren med avseende på internationella framgångar. Från sitt "pers" 2.30 skulle han väl kunna kapa en kvart om han fortsatt sin ungdomslöparkarriär, då han var Jan Hagelbrands jämlike. Inte heller skidornas **Christer Majbäck**, som många hävdar... skulle bli någon mästerskaps löpare av internationell klass, ännu mindre **Sven-Åke Lundbäck**, trots eller tack vare sin rekordsyreupptagningsförmåga. Inte heller **Karl-Åke Asp** och **Bjarne Andersson** och andra löpbegåvade skidlöpare skulle bli bättre i löpning än i skidor. Men du glömde världens mest begåvade konditionsidrottare som vi har läst kan bli världsmästare i alla grenar han skulle satsa på, men **Gunde Svan** skulle väl knappast krypa under 2.20, kan man tänka. Cyklisten **Bernt Johansson**, som kom under 2.40 på kort tid, borde väl kunna springa halvtimmen snabbare om han ägnat "hela" sitt liv åt maratonlöpning kanske, inte vet jag; stora under kan hända och man ska väl inte vara alltför kategorisk. Dock tror jag att de flesta hamnat i rätt gren, där de kan konkurrera

EM, VM OCH OS-MARORNA

framgångsrikast. Man märker nog ganska tidigt vad man passar och inte passar för, åtminstone om uppväxten sker i storstäder med brett idrottsutbud. Säkert har vi förlorat många världslöpare som aldrig upptäckts, uppväxta på landsbygden... men maratonlöpare är man inte utan blir... Dessutom krävs det mer specifik talang, och är svårare med hårdare konkurrens, att nå världseliten i löpning än i exempelvis skidor och cykel. Hade så inte varit fallet skulle det vimla av svenska (och nordiska) världsstjärnor under de senaste 20 åren, då konkurrensen blev mördande med alla afrikaner...

Av de utlandssvenskar med mästerskapskvalitet, kan nämnas **Chris Wade**, som med svenskt medborgarskap 1972 lagom till OS, skulle vara givna deltagare och konkurrensduglig. Avstår här från att rada upp en massa kvalificerade utlandssvenskar till igenkännandets glädje, men jag återkommer med en Svensk genomtiderna-statistik t.o.m 1999 (män under 2.40 och kvinnor under 3.00) näån gång nästa årtusende.

Antal svenska maratondeltagare i mästerskap

År	Ort	Antal	Övrigt
1900	Paris	2	
1906	Aten	3	
1908	London	4	
1912	Stockholm	12	
1020	Antwerpen	4	
1924	Paris	2	
1928	Amsterdam	2	
1936	Berlin	2	
1948	London	3	
1952	Helsingfors	3	
1956	Melbourne	3	
1960	Rom	2	
1976	Montreal	1	
1980	Moskva	3	
1984	Los Angeles	3	inkl 1 kvinna
1988	Söul	1	
1996	Atlanta	1	

År	Ort	Antal	Övrigt
1983	Helsingfors	6	inkl 3 kvinnor
1987	Rom	1	
1991	Tokyo	1	
1995	Göteborg	3	inkl 1 kvinna
1999	Sevilla	3	inkl 1 kvinna
EM			
1934	Turin	1	
1938	Paris	1	
1946	Oslo	2	
1950	Bryssel	2	
1954	Bern	2	
1958	Sthlm	2	
1962	Belgrad	1	
1971	Helsingfors	3	
1978	Prag	2	
1982	Aten	3	inkl 1 kvinna
1986	Stuttgart	4	inkl 2 kvinnor

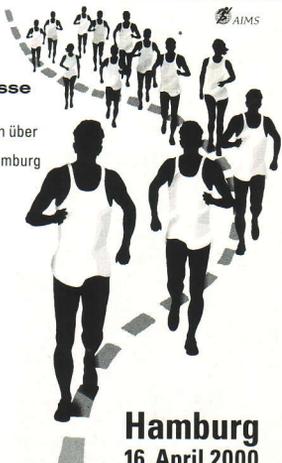
1994	Helsingfors	6	(Europacupen ingick)
1998	Budapest	2	
Mästerskap utan svenskt maratondeltagande OS			
1896	Aten		
1904	St. Louis		
1932	Los Angeles		
1964	Tokyo		
1968	Mexiko		
1972	München		
1992	Barcelona		
VM			
1993	Stuttgart		
1997	Aten		
EM			
1966	Budapest		
1969	Aten		
1974	Rom		
1990	Split		

Forts sid 23.

15.

Hansplast Marathon



Ausschreibung anfordern über
 Hansplast Marathon Hamburg
 Postfach 606220
 22254 Hamburg

Telefon 040/616773
 oder 040/615020
 Telefax 040/614978

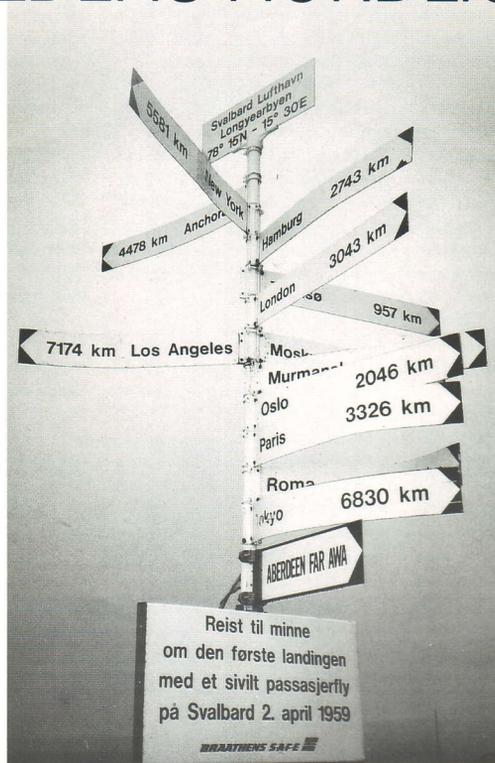
HLV.Marathon-Hamburg
 @t-online.de

[http://www.
Marathon-Hamburg.de](http://www.Marathon-Hamburg.de)



Hamburg 16. April 2000

SPITSBERGEN MARATHON - VÄRLDENS NORDLIGASTE



Text och foto: C.G. Sibby

*I Marathonlöparen 3 / 99 kunde vi berätta om **Carl-Gustaf Sibby** strapatser i **Antarctica Marathon**, världens sydligaste maratonlopp. Samtidigt som vi andra samlades omkring **Stockholm Marathon** 12 juni begav sig **Carl-Gustaf** till världens nordligaste maratonlopp, **Spitsbergen Marathon**, och här följer hans rapport därifrån:*

Vill man inte resa ända till Sydpolen för att springa maraton går det utmärkt att resa till arktiskt klimat och springa maraton i **Svalbard**, detta tämligen okända maraton, som löpes på 78:e breddgraden. Därifrån är det endast 130 mil till Nordpolen. Svalbard är en ögrupp som ligger mellan 74:e och 81:a breddgraden. Största ön är **Spetsbergen**. De första som kom till Svalbard, norr-männens benämning på ögruppen,

var holländarna 1596 under ledning av **Willem Barent**, därav Barents hav. De döpte också ögruppen till Spetsbergen efter fjällformationerna. Fram till 1900-talet har valfångst varit den huvudsakliga näringen för de flesta nationer här uppe. Det har även varit utgångspunkt för olika expeditioner, bl.a. för **Andrée** och **Amundsen**. I början av 1900-talet startade amerikanen **John Longyear** kolbrytning, som sedan 1906 varit

basnäringen på Svalbard, dock mestadels olönsam. Longyearbyen med 1200 norska invånare är också döpt efter amerikanen. På Spetsbergen finns dessutom en rysk och en polsk bosättning, varav den förra utgör den största befolkningen. Från början var det ingen som ägde Svalbard, men genom olika konflikter om rättigheter på öarna tillkom Svalbard-traktaten 1920, som gav Norge suveräniteten. Traktaten ger alla samma rätt och

hittills har 45 länder skrivit under att driva kol- och mineralverksamhet på Svalbard.

Effektiv flygtid från Göteborg via Oslo och Tromsø är fyra timmar med åtta timmars väntetid. För att resa till Svalbard erfordras att man bokar minst två månader i förväg. Ögruppen är idag ett populärt turistmål med ca 2000 turister årligen. Turistsäsongen är kort, eftersom det är ljusst 24 timmar / dygn från 21 april till 21 augusti. 28 oktober till 14 februari är det mörkertid.

“Huvudstaden” Longyearbyen ser ut som en “Vilda Västerstad” med ca 500 hus. Här finns allt som behövs med t.o.m. ett shoppingcenter. Totalt finns ca 400 gästängar, från hotell till gästhus. Svalbard är taxfree-område, vilket gör att det är billigt att turista här. På kvällarna kan man mest hänga i någon av barerna.

Svalbard är ett arktiskt område, men västkusten har ett mildt klimat p.g.a Golfströmmen. Vintertemperaturen är i snitt 8 till 16 minusgrader och sommardag 5-6 grader varmt. Svalbard är egentligen semi-öken med 2/3 täckt av is.

Årets maraton är det 5:e i ordningen och skall gå av stapeln lördagen 12 juni. Nummerlappsutdelningen sker på fredagskvällen i den nya Svalbardhallen. Årets upplaga har ökat med 130 % från 11 till 25 deltagare. Startfältet är internationellt med deltagare från Hol-



land, Sydafrika, England, Senegal, Tyskland, Danmark och Norges samt en svensk, undertecknad.

Vi är fem deltagare från Antarktis Marathon som nu har kommit hit för att springa.

På kvällen går vi ut på “Huset” och äter valstek resp. sälstek. Självt tycker jag att valsteken är delikat, medan sälsteken, som är svart till

färgen och ser oaptitlig ut, inte smakar särskilt gott.

Klockan 12 på lördagen är det dags för start. Loppet är en ganska kuperad tvåvarvsbana med långa sugande backar. Först ett varv inne i Longyearbyen och sedan ut i naturen och en sväng runt flygtornet på flygplatsen. Temperaturen höll sig omkring 3 grader med solsen och halva loppet i motvind. Detta är garanterat det enda maratonlopp i världen där funktionärerna vid vätskestationerna är beväpnade med mausegvar! Anledningen är faran för isbjörnar! Dock såg jag inte några och inga incidenter hände under loppet.

Segrare i loppet blev en holländare, som sprang på 2.47 i sitt första maratonlopp. Alla kom i mål och själv sprang jag på 4.04.

För undertecknad återstår nu att springa världens östligaste maratonlopp, vilket lär vara **Fiji Marathon**, som går i november. Världens sydligaste, nordligaste och västligaste, Honolulu Marathon, är redan avklarade!

Kvällen avslutades med bankett på Hotel Svalbard med ett imponerande prisbord.

Spitsbergen Marathon är ett trevligt maratonlopp som med fördel kombineras med en veckas naturupplevelser. Glöm dock ej att boka flyg i mycket god tid, då dessa oftast är fullsatta.



PREMIÄRMARAN I KOLARMO

USLA TIDER MEN FINT ARRANGEMANG

Text och foto: Jan Lind

När man i resultatlistan placerar sig i främre hälften på en tid av 4.26.29, ja, då har det varit extrema förhållanden. Så var fallet vid premiärupplagan av **Kolarmora Marathon**, som anordnades söndagen 5 september av **Kolarmora KIF** (Kamrat- och Idrottsförening) med hjälp av den rutinerade arrangörsföreningen **Rånäs 4 H**. Temperaturen uppmättes till 27 C vid start och mål i **Knutby** och 26 C vid vändpunkten vid **Kolarmora Behandlingshem**.

Tävlingsledaren **Bertil L Jansson** rapporterar: - Vi har idag genomfört vårt första "Kolarmora Marathon Knutby Uppland" med 59 deltagare. Det var en mycket varm septembersöndag med toppstemperatur på 27grader i skuggan, och eftersom det var sol hela dagen var det betydligt varmare i solen. Det gick åt stora mängder vätska och det var knappt vi klarade efterfrågan.

Det var en mycket tapper skara löpare som trotsade värmen och genomförde loppet på ett strålande sätt. Snabbast i mål blev **Mikael Sandberg**, som tävlade i en rullstolsklass, med tiden 2.42.39. Bland löparna blev det **Tommy Sjöström** från Kvarnsveden, som satte det första banrekordet med 2.57.17. Tvåa blev **Håkan Albinsson** från Östhammar med tiden 3.13.33. Tredje man blev **Svante Mattsson** från Edsbro på tiden 2.17.32. Svante segrade även i klass M 50 och får en pokal för detta, om än i efterhand. (Rätt skall vara rätt.) **Jonas Lännerstål** från Sala blev trea i herrklassen, men fyra totalt på tiden 3.18.25. Snabbast i H 40 blev **Karl Erik Härmälä** från Östhammar på 3.34.19. (Enl. resultatlistan vardock **Kurt Sätterström**

snabbare med 3.30.18 Red.s anm.) I klass H 60 var **Karl Johan Lundström** från Mariehamn först med 3.26.32. I damklassen deltog fyra damer och snabbast blev **Ylva Ragne** från Fredrikshof (11:a totalt) med 3.43.09. P.g.a hettan var det fem man som bröt loppet.

Vi tackar alla löpare som kom. Intresset var stort och vi är jättenöjda över det stora antalet deltagare i vårt premiärlopp.



Anders Jansson mottar sitt standar för 25 fullföljda maratonlopp.

Vi riktar ett speciellt tack till **Kolarmora Behandlingshem AB** för ekonomisk garanti, förutan detta inte hade varit möjligt. Vi tackar **Knutby IF** för att vi fick

använda den fina idrottsplatsen, och särskilt klubbens skidsektion för all med verkan på fältet. Vi tackar **Rånäs 4 H** för all medverkan i uppläggnings av loppet, lån av material, förbunds kontakter och även medverkan i form av funktionärer. Vi riktar också ett varmt tack till de företag som sponsrat vår satsning.

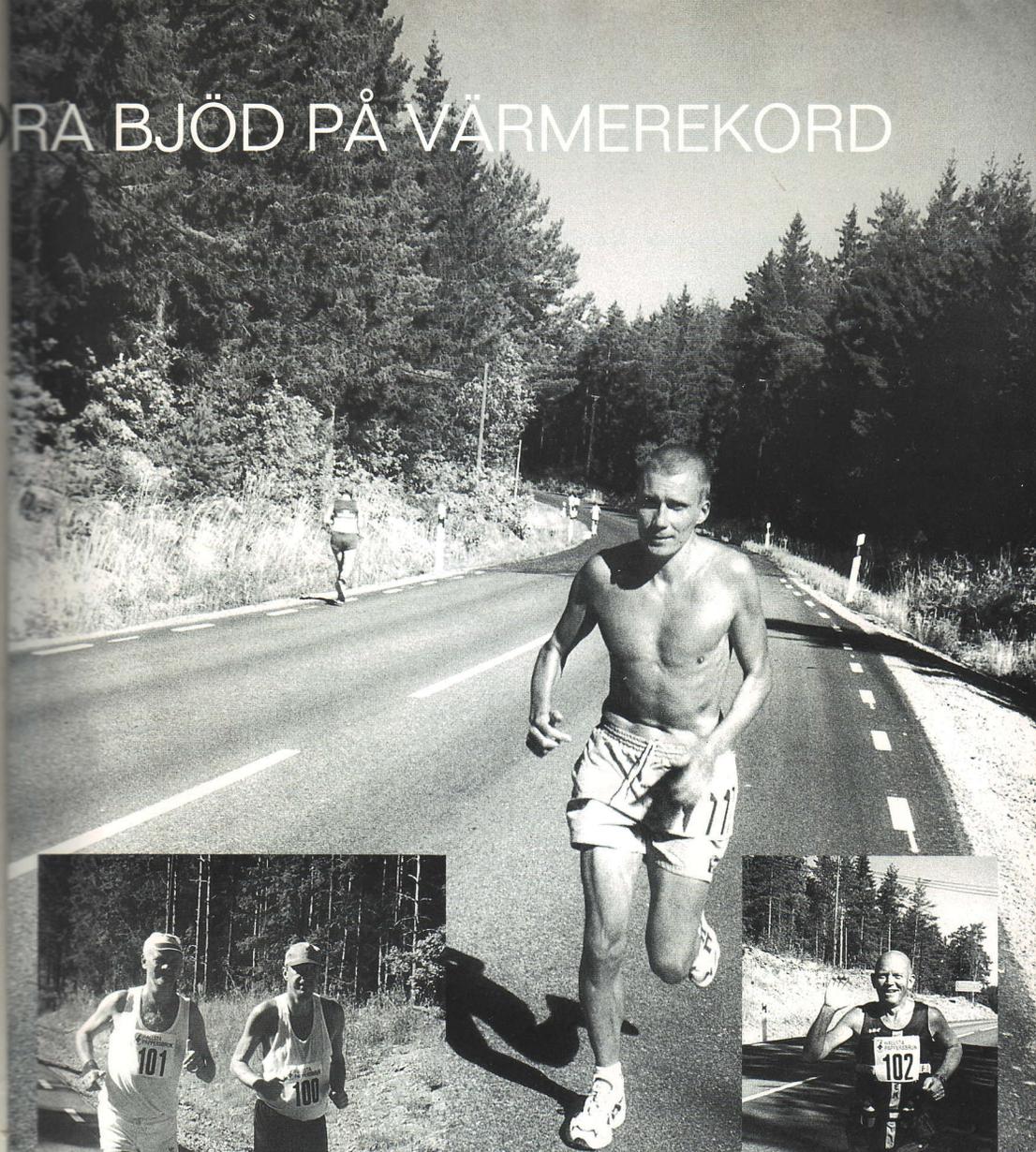
Det är många enskilda insatser som gjort det möjligt att anordna detta lopp. Vi hoppas att ni löpare kommer igen nästa år och att ni tar med er en kompis var. Då blir vi en av de stora marorna i landet! Vi hoppas att arrangörstrion kan jobba vidare mot ett nytt lopp nästa år. "Kolarmora Millenium Marathon Knutby Uppland". Det här kändes verkligen rätt! Så här lite preliminärt bör vi kunna lägga loppet till första helgen i september 2000. Alla som varit med i år kommer att få ett nyhetsbrev med aktuell information.

Tack för dessa ord Bertil och tack för ett mycket trevligt arrangemang! Efter detta finns det inte så mycket mer att tillägga för Red., som var Sällskapets representant vid täv-

lingen. Eftersom tävlingen genomfördes med endast 22 funktionärer, framstår det klart för mig att samtliga var mycket välinformerade och skötte sina jobb på bästa sätt. Till nästa år är det dock viktigt att lägga vätskekontrollerna tätare med tanke på att det kan hända att det åter blir en värmebölja vid denna tidpunkt.

Vid prisutdelningen fick Red. tillfälle att informera om Sällskapets verksamhet, förevisa vår nya overall, tacka arrangörerna för en synnerlig väl genomförd tävling samt utdelade vårt standar till **Anders Jansson** från Östhammar. Anders var tävlingsledare för nu tyvärr nedlagda Roslagsmaran och tillhörde säkert dem, som hade goda råd att ge för att denna mara nu tycks få en värdig efterföljare.

ORRA BJÖD PÅ VÄRMEREKORD



Hemmalöparna Kjell Åström (101) och Roger Lindström (100) slog följe större delen av loppet.

Lättklädd, jättloppande och överlägsen segrare: Tommy Sjöström efter 27 km.



Bo-Inge Åkerlund försäkrar att allt är OK efter 25 km.

“PGUZ” SUVERÄN I VÄXJÖ

Text och foto: Jan Lind

Grattis “Pguz”, Patrik Gustafson, till Din suveräna uppvisning i Växjö Marathon! Närmare åtta minuters segermarginal till tvåan Nicklas Wikner, är imponerande. Då skall man veta att Nicklas tillhör skiktet strax under den svenska eliten och att Nicklas inte alls gjorde något dåligt lopp.

Tankarna går onekligen till Pegasus, den bevingade hästen i den grekiska mytologin, när under tecknad för första gången får höra detta smeknamn på Patrik. Denne f.d. fotbollsspelare slog för två år sedan sitt personrekord med åtta minuter i Växjö, då han vann på nytt banrekord, 2.31.20, vilket han ifjol förbättrade med 11 sekunder och nu vann han alltså för tredje året i följd.

Första halvan av loppet hade Patrik sällskap med en löpare från Litauen, **Volikas Eduardos**, som liksom Stig Söderström sprang lättklädd, i singlet och kortbyxor, i det ganska kyliga vädret. På fjärde varvet (av åtta) sprang Volikas ifrån Patrik och passerade halvmaran på en tid på c:a 1.11.30 med Patrik 35 efter. Strax därefter bröt litauern. Om han kände till att tävlingen gällde helmaraton är ovisst.

Nåväl, detta var en perfekt öppning för den 29-åriga kronobergaren, som kunde kosta på sig att slå av lite på tempot för att säkert orka

distansen ut. För två år sedan låg han fint till för en tid ned emot 2.28-2.29, men tappade då några minuter på slutvarvet. Nu blev alltså sluttiden förnämliga - 2.27.59. Efter loppet får jag en pratstund med “Pguz” och frågar då vilket eller vilka,

som är hans närmaste mål. Till min överraskning får jag höra att han satsar lika mycket på triathlon, som på maraton i fortsättningen. **2.20 på maraton** och **under 9 timmar på triathlon** är en hög men fullt realistisk målsättning. Han har avverkat ett triathlon på drygt 10 timmar i Kalmar och ett duathlon på alpvägar i Schweiz. Kan man lyckas på både triathlon och maraton samtidigt? - Genom min variation i träning mellan cykel och löpning tror jag att det är mindre risk att jag kommer att



Ordföranden Karin Eidevåg och tävlingsledaren Lars Thorstensson mottar Sällskapets förtjänstdiplom.

tröttna på träningen, som jag kanske skulle göra om jag enbart satsade på löpningen. Jag tränar på heltid just nu och tar några enstaka jobb då och då och försöker hålla kostnaderna nere. Min förening, Brittatorp TK, stöttar mig helhjärtat på alla sätt och jag bor kvar hos mina föräldrar. Mitt närmaste mål är att kvala in till **Ironman på Hawaii**, och då behövs det att man gör under 2.45 på maran efter 3.8 km simning och 18 mil cykelåkning. Sedan vill jag gärna göra 2.20 på något maratonlopp ute i Euro-



Ö - 2.27.59 I KYLA OCH BLÅST

pa. **Lycka till, Patrik!**

Bakom Patrik sprang alltså Nicklas Vikner in på andraplatsen medan **Håkan Josefsson**, som även han fick göra sitt eget lopp, sprang i mål som tredje man.

M 40-klassen blev en riktig rysare med fem man under tre timmar. **Nils-Allan Torstensson** drog det längsta strået och sprang ifrån **Dag Nilsson** på slutvarvet. **Per Grip-Hammaräng** hängde länge med de båda, men tvingades släppa efter ca tre mil. En tävling i tävlingen var fem av landets främsta gångare, som gick maratondistansen.

Birger Fält fick denna gång (!) se sig slagen av hemmagångaren **Fredrik Svensson**, som till skillnad från Birger ej är maratolöpare. Tiderna är dock imponerande; 3.33.38 resp. 3.37.55.

I damklassen ledde länge en löftesrik gångare (hon sprang denna gång!), 21-åriga **Monica Svenson**, men hon fick ge sig mot slutet för duktiga **Duvbotjejen, Annie**

Hedlund. Arrangemangen omkring loppet sköttes mycket profes-

sionellt, trots att man i sista stund fick veta att Strandbjörkshallen, där man tidigare hållit till, blivit dubbelbokad och att där skulle hållas en mäsia för ekonomi och aktieplacering. I all hast fick man låna lokaler i Växjö fina simhall, som lyckligtvis ligger utefter banan, och detta gjorde att man på köpet fick extra publicitet omkring loppet. En detalj, som löparna säkert uppskattade, var de rejält tilltagna skyltarna, säkert halvmeterhøga, som markerade var 5:e kilometer. Dessutom fanns varje kilometer markerad med mindre skyltar. Massage och bastu efter loppet är också något man sätter värde på och som



Tre DM-segrare; Kjell Linder (73), Göran Önerby (47) och Stig Hörberg (21) och ytterligare två smålänningar, som kämpade väl, Åke Alm (130) och Ronny Ericsson (69).

bidrar till en snabbare återhämtning av trötta muskler.



Även damklassens segrare sprang i solglasögon - Annie Hedlund.

Fler åskådare än vanligt, några 100-tal personer, fanns utefter banan, men fortfarande förväntar man sig ännu fler i en idrottsstad som Växjö. Tänk bara på Strömmingsmaran i Söderhamn där ca 10.000 människor kantar banan!

Fördelningen av prisbordet kan man kanske ifrågasätta. Samtliga motionärer fick pris, medan många i tävlingsklasserna blev utan. Skall man inte istället uppmuntra löparna att ställa upp i sina resp. åldersklasser? I övrigt var prisbordet av sedvanlig hög klass! Undertecknad hade nöjet att utdela Sällskapets **glastrofé** för 100 genomförda maratonlopp till **Ingvar Lundberg** från Gnosjö och standar (25 maratonlopp) till **Inger Knutsson** och **Björn Nordlund**. **Växjö Löparklubb** fick mottaga Sällskapets **förtjänstdiplom**.

Som slutsummering kan man konstatera att Växjö Löparklubb har lagt ned mycket arbete och mycken omtanke för att alla skall trivas! Ett fint arrangemang och en tävling man gärna rekommenderar.



Patrik hade god hjälp av Volikas under den första halvan av loppet, men fick fortsätta på egen hand (fot), får medalj och blommor vid målet, tar av sig solglasögonen och tackar publiken.

LÅNGLÖPARENS VANLIGASTE IDROTTSSKADOR

Text : Paul Medeson, Ortoped- podologtekniker

I föregående nummer av Marathonlöparen gavs råd om hur man behandlar skador i akutstadiet, hur olika hälproblem bör behandlas, liksom fotledsstukning, behinneinflammation och nedsjunkna fotvalv. I detta avsnitt kommer att vi att beröra diverse fot-, tå- och nagelproblem.

HALLUX VALGUS (Sned stortå)

Hallux Valgus är i första hand en ärftlig åkomma, som mest drabbar kvinnor, men som även kan förorsakas av trauma eller trånga skor.

Behandling: Hallux Valgus avlastas i första hand med hjälp av inlägg och tåspridare (tåskiljare) för att avlasta och bromsa ökad snedhet. Om besvären fortsätter med konstant smärta vänd Dig till fotkirurg, som kan göra ett operativt ingrepp.

HALLUX RIGIDIS (Stel tåled)

Hallux Rigidis är liksom Hallux Valgus i första hand ärftlig, men kan även förorsakas av trauma, en skada i falangial ledkapsel, som gör att brosket förkalkas och blir stelt.

Behandling: Hallux Rigidis avlastas med en bra (tjock) sviktande sula samt avlastning i form av klassisk korrigering med skovagga (som byggs upp) eller ännu hellre speciella inlägg, som ersätter ingrepp i skon, som ger bra avlastning och väsentligt minskar besvären. Vid fortsatta besvär rekommenderas kirurgi (se ovan).

HAMMARTÅ:

Hammartå är ärftlig och tåställningen (med upphöjning av tån i mitten som en hammare) accentueras om man har Pius Valgus (högt fotvalv).

Behandling: Använd tåledskudde som sträcker ut tåleden och kontakta ortoped, som kan tillverka speciella inlägg. Använd rymliga skor som inte klämmer tån. Vid

konstanta besvär rekommenderas kirurgiskt ingrepp.

MORTONS SYNDROM:

Orsakas av nedsjunkning av främre fotvalvet. Oftast är det tredje och fjärde tåleden som sjunker ned, varvid en nerv mellan dessa kan komma i kläm.

Behandling: Kontakta ortoped för inlägg och använd bra sulor. Kirurgiskt ingrepp rekommenderas ej och antiinflammatoriska medel ger mycket liten hjälp!

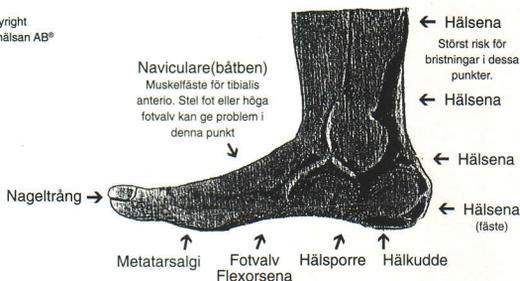
NAGELTRÅNG

Nageltrång beror på snedställning i stortån. Detta medför en ojämn tillväxt av nageln som kläms av nagelbanden, varvid nageln växer snett.

Behandling: Uppsök specialist som genom speciell behandling kan behandla och förebygga fortsatta besvär genom att nagelkanterna lyfts upp av en s.k. Clip-platta.

Kirurgiskt ingrepp rekommenderas ej. Använd rymliga skor och avlasta med tåspridare.

copyright
Fothälsan AB*



LIKTÅ (LIKTORN):

Liktår (eller liktornar) orsakas oftast p.g.a klämning av för trånga skor dels ovanpå tårna och dels mellan tårna. Mest utsatt är den person som har hammartå och som lätt får en liktå på ovasidan av tån men även mellan tårna.

Behandling: Använd tåspridare och rymliga skor. Vid akuta problem rekommenderas fotvårdsbehandling. Det finns även dels liktåplåster som luckrar upp liktån och dels liktåringar som skyddar.

KARTNAGLAR

Orsakas av trauma, skada i nageln, som angrips i alla skikt. (Nageln har ett antal skikt levande benvävnad). Vid trauma dör blodkapillärerna i nageln och nageln angrips av svamp och kan ej längre andas. Nageln växer på höjden i flera skikt.

Behandling: En fotvårdsspecialist kan slipa nageln (naglarna) ned till det friska skiktet. Därefter egenvård genom borstning, rensning och behandling med nagel-svampmedel.

BLÅNAGLAR

Orsakas av trauma (nötning genom friktion eller slag på tån) så att nageln dör eller ger upphov till kartnagel.

Behandling: Vid skada bör man punktera omgående. Vänd Dig till Vårdcentral eller om Du gör det själv tänk på infektionsrisken (använd nål som upphettas). Om nageln lossnat dras den bort, vilket ger möjlighet för tillväxt av ny nagel. Använd tåhätta som skydd. Kartnaglar behandlas enl. ovan.

BLÅSOR

Blåsor under fotsulan orsakas av fotens friktion i skon ofta genom att man har sulor i syntetmaterial. (Syntet ökar värmen och friktionen ger upphov till blåsor).

Använd därför bomullsstrumpor och byt ut sulan mot t.ex lädersula för att minska friktionen.

Behandling: Duscha foten i kallvatten. Blåsan drar då ihop sig. Stick ej håll på blåsan, då detta lätt kan förorsaka infektion.

SKAVSÅR

Skavsår på hämlarna orsakas av friktion mot hälkappan, ofta när man använder nya skor. Om Du vet med Dig att Du lätt får skavsår av nya skor mjuka upp hälkappan med mjukmedel eller våt trasa och torka med t.ex hårtork.

Behandling: Plåstra om direkt med t.ex Compead och behandla med speciell skavsårssalva, gärna tillverkad av örtextrakt, i förebyggande syfte.

NAGELSVAMP OCH FOTSVAMP

Bland många fotåkommor har fotsvamp blivit en folksjukdom. P.g.a. dålig fothygien och instängda, varma sportskor med syntetsulor drabbas man av olika typer av fot- och nagelsvamp beroende på hormoner och ämnesomsättning. Fotsvamp orsakar klåda eller fjällning och blåsor mellan tårna eller på fotsulan. Nagelsvamp angriper naglarna (se kartnaglar!)

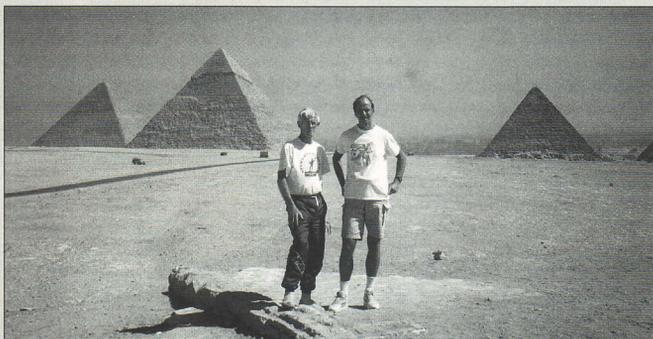
Behandling: Svampangrepp kräver en adekvat medicinsk behandling! Använd rena bomullsstrumpor (ej syntet) och gå ej barfota på fuktiga golv, utan använd badtofflor i inre fuktig miljö (typ simhallar och solarier). Tvätta skor och strumpor ofta. Alla sportskor är tvättbara vid 40 grader. Glöm bara inte att ta ur inläggen! Dessa torkas av med en fuktig trasa.

FOTVÅRTOR:

Vårtor är hudvirus som är hormonellt betingade. Vårt immunförsvar och förmåga att bilda antikroppar avgör om vårtorna så småningom försvinner eller ej utan behandling.

Behandling: Frysning, diathermi (bränning) och laser är beprövade metoder, som är effektiva mot flertalet typer av vårtor. Även vissa vårtmedel (typ acetocaustin) kan vara effektiva. I övrigt samma rekommendationer som för nagel- och fotsvamp.

EGYPTEN 2000



Stig Hörberg och Göte Larsson vid pyramiderna i Kairo 1997.

Familjeresa till Egypten.

En- eller tvåveckorsresa med "Egyptien Marathon"
i Luxor den 11:e Februari

Finns även halv och kvarts mara.

Avresa den 8:e Februari från Stockholm eller Göteborg.

Vi bor i Hurgarda vid Röda Havet och tillbringar 5 dagar i Luxor
vid Nilen samt 2 dagar i Kairo.

För vidare information ring Stig Hörberg

Telefon 0470-291 83, 070-66 91 688.

Senaste anmälningsdag 27 November.

LANDSKRONA MARATHON= VETERAN-SM99

Undertecknad rapportör – i sällskap med paret Gunilla och Sten Odenblad – SWE-bussade ner till rubricerade tävlingar lördag morgon 28:e augusti. Jag själv och mitt trevliga resesällskap checkade in för boende på hotell Öresund där vi även intog

st med ca 3,5 km avstånd från varandra. Nyssnämnda har jag god erfarenhet från ett par andra maror nu i sommar. Enl Friidrottsförbundet är 5 km högsta avstånd. En arrangör kan dock frivilligt – för löparnas bästa – använda kortare avstånd.

stateras att segrare totalt och i M35 blev Dan Agnarsson, Öbacka löparklubb, Härnösand på tiden 2.38.35. (Dan vann även halvmaran i Höga Kusten i mitten av augusti.) Tvåa totalt och segrare i M40 blev Dans klubbkamrat Karl Nieminen på tiden 2.40.24. I övrigt

”Höga Kustenlöpare slog till i M35/M40”

Text: Lennart Carlander

middag samt frukost söndag morgon. (Hotell Öresund 150 m från start.)

LOPPET: 110 startande varav 13 bröt loppet. Trevlig bana – park och div. vanliga småvägar. 23-24 gr varmt + sol med växlande molnighet. Säkert en perfekt dag för vältränade, värmetåliga löpare. Tyvärr ej någon dag för en för sommaren lat och dåligt tränad adjungerad styrelsemedlem !!!!. Sammantaget ger jag med tveksamhet arrangören GF Idrott näst högsta betyg (på en skala typ 1-5 = en 4:a). Minusavdraget enl ovan avser vätskeservicen. Endast 2 depåer på milbanan som löptes 4 varv, samt avsaknaden av svabbsvampar i den värmen. 5 km avstånd mellan varje depå, kan för en del löpare vara väl långt när det gäller en maraton. Vätskedepåerna kunde ökas till 3

Prisutdelning som påbörjas 4 timmar efter start kan man ju också ha sin mening om.

Själv kom jag in i mål i prisutdelningens slutskede. Samtidigt som 3 st medlemmar i Sällskapet väntade på utdelning av utmärkelser (statyetter och standar) av en trött, svettig och skakig Lennart Carlander. Även löpare som gick i mål tidigare, säg från ca 3.45 och uppåt hade liten chans för dusch och ombyte och kunna följa prisutdelningen på ett bra sätt.

Statyetter för 50 fullföljda maratonlopp utdelades till Jan Krantz och Lasse Boqvist samt standar för 25 fullföljda till Kenneth Gunnarsson. Arrangören fotograferade och jag utlyste applåder för våra medlemmar.

Saxat ur resultatlistan kan kon-

kan nämnas Josef Sunna, Umeå i M55 på tiden 2.54.32. Samt Sten Odenblads sekundstrid med Gilbert Hermansson i M60 på tiden 3.08.55 resp. 3.08.59. Och utgången i M65 är ju alltid given när herrarn Håkan Olofsson och Kjell Linder medverkar, 3.17.10 resp. 3.17.50. (Still going strong avsamtliga ovannämnda.)

På damsidan tunt deltagande med endast 7 st deltagande (Orsak = Tjejmilen Sthlm ???) Men Ingrid Holmgren K45 var där på tiden 3.34.40, liksom Marie-Louise Wänqvist K50 på tiden 3.46.50.

I övrigt se resultatlistan.

Svenska maratonlopp vintern 1999-2000 (prel.)

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson	Övrig information
11 dec.	Bovallstrand, Bohuslän		0523-51223	0523-51143	Ivar Fjeldbo Åtta varv
31 dec.	Kvarnsveden, Borlänge			0243-229539	Jens Waller Tre varv
15 jan.	Jakobsberg, Stockholm			08-58016369	L-G Berggren Sju varv
11 mars	Källered, Göteborg	031-211589	031-7952143	Frank Brodin	Vändpunktsbana sju gånger
1 april	Vällingby	08-284474	08-366990	Jonny Karlsson	Fyra varv

Glädjande nog blir det en luciamara i Bovallstrand även i år. Sedan avslutas året och millenniet med nyårsmaran i Borlänge. Till våren blir det 30-årsjubileum i Vällingby. I nästa nummer presenterar vi hela tävlingsprogrammet för år 2000.

Birger Fält

Paris Marathon

1999-04-04

Pl	Kl	Namn	Nat	Bruttotid	Nettotid
Totalt					
M					
1	M	Ruto, Julius	KEN	2:08.10	2:08.10
2	M	Kipsambu, Paul	KEN	2:08.25	2:08.25
3	M	Kalombo, M	COD	2:08.40	2:08.40
4	M	Kiprop, Fred	KEN	2:08.44	2:08.44
5	M	Lagat, Elijah	KEN	2:08.50	2:08.50
6	M	Ouadi, M	FRA	2:09.17	2:09.16

K					
48	K/1	Costea, Cristina	ROM	2:26.10	2:26.08
58	K/2	Timofeyeva, Irina	RUS	2:27.46	2:27.44
64	K/3	Yamanouchi, M	JPN	2:28.52	2:28.51
76	K/4	Tecuta, Alina	ROM	2:30.14	2:30.14
82	K/5	Pomacu, Cristina	ROM	2:30.56	2:30.55
86	K/6	Staicu, Simone	ROM	2:31.45	2:31.45

Svenska deltagare					
55	M	Olsson, Ulf		2:26.56	2:26.56
99	M	Andersson, Hans		2:33.15	2:33.08
203	M	Johansson, Rolf		2:40.37	2:40.34
214	K	Nyberger, Annika		2:41.11	2:41.09
340	M	Utter, Lars		2:46.28	2:46.17
363	M	Utter, Guy		2:46.54	2:46.44

London Marathon

1999-04-18

Totalt	Pl	Namn	Ort/Nat	Bruttotid
M				
1		El Mouaziz, A	MAR	2:07.57
2		Pinto, Antonio	POR	2:09.00
3		Anton, Abel	ESP	2:09.41
K				
1		Chepchumba, Joyce	KEN	2:32.22
2		Fernandez, Adriana	MEX	2:24.06
3		Machado, Manuela	POR	2:25.09

Svenska deltagare				
M				
14		Szalkai, Anders	Stockholm	2:13.19
148		Grellen, Orjan	Uppsala	2:34.59
591		Torlander, Jakob	Åkersberga	2:49.25
918		Jakobsson, Lars	Åkersberga	2:54.58
1243		Aim, Mats	Åkersberga	2:58.33
1757		Wallsten, Bo	Åkersberga	3:05.27
2749		Johansson, Stefan	Norrköping	3:15.17
2891		Petersson, Henrik	Göteborg	3:16.32
3612		Boqvist, Lasse	Oxelösund	3:22.32
4122		Konstenius, Börje	Mörsil	3:26.27
4646		Hanson, Henning	Kista	3:29.52
4794		Plantinger, Kenneth	Ostersund	3:30.42
4905		Måbrink, Mats	Kristianstad	3:31.17
5048		Blomqvist, Bengt	Åkersberga	3:32.15
5808		Asplund, Johan	Linköping	3:36.49
5937		Björkman, L-G	Malmö	3:37.28
5936		Wennerg, Per	Gävle	3:37.28
5984		Hagström, Greger	Jäms	3:37.49
6186		Gustavsson, Ulf	Esklästuna	3:39.03
6714		Hagedal, Kjell	Kärlingsvik	3:42.10
7044		Wyatt, Terence	Märlingefors	3:43.53
7364		Marlansson, Torbjörn	Stockholm	3:45.39
8233		Karlsson, Mikael	Åkersberga	3:50.03
8301		Livinson, Bo	Göteborg	3:50.24
8890		Björnsson, Nils Olof	Malmö	3:53.25
9633		Wennerg, Benny	Borgholm	3:56.59
9743		Wennerg, Dick	Åkersberga	3:57.30
11394		Tronstad, Johnny	Stockholm	4:05.26
12317		Andersson, Jan	Söderhamm	4:10.05
12649		Poulsen, Dan	Stockholm	4:11.56
13043		Jernström, Per	Norrköping	4:13.59
14300		Berg, Kristofer	Källered	4:22.31
14703		Hawi, Gunnar	Bromma	4:23.00
14845		Söderqvist, Jan	Täby	4:24.13
15808		Höfvendahl, Henrik	Lund	4:29.20
15988		Hultström, Anders	Uppsala	4:30.17
16061		Sundberg, Mats	Solum	4:30.47
16081		Sandberg, Mikael	Stockholm	4:30.55
16083		Aronsson, Sven-Olof	Stockholm	4:30.55
17742		Eriksson, Leif	Oxelösund	4:41.27

18759		Westerberg, Sven	Österbybruk	4:48.10
18898		Gehlin, Rolf	Täby	4:49.10
19042		Nygren, Jan	Stockholm	4:50.13
19161		Errump, Per	Borgholm	4:51.11
19303		Johansson, Curt	Arboga	4:52.21
19507		Langdren, Kjell-Arne	Malmö	4:53.49
19710		Nordén, Lars	Aingsås	4:55.27
20022		Lundquist, Margareta	Täby	4:57.59
20188		Johansson, Tomas	Fagersta	4:59.02
21913		Ringberg, Michael	Nyköping	5:06.18
20605		Gullberg, Jan-Åke		5:14.17
22196		Apel, Klas Gunnar	Oxelösund	5:22.37
22630		Norén, Lennart	Täby	5:30.21
22655		Andersson, Jan-Erik	Åkersberga	5:30.48
23165		Svensson, Karl Gustav	Kungsbacka	5:40.51
23191		Norén, Christer	Täby	5:41.38
23257		Ringberg, Leif	Nyköping	5:43.28

K				
233		Måbrink, Eva	Kristianstad	3:25.44
1730		Wanhuson, Inger	Gävle	4:08.32
1486		Heuberg, Maj	Vaxholm	4:11.58
2103		Jansson, Catrine	Söderhamm	4:27.59
2299		Gehlin, Vibeke	Täby	4:32.12
2394		Ringberg, Rauni	Nyköping	4:34.00
2439		Munne, Sirpa	Oxelösund	4:34.49
2851		Sjöb, Solweig	Kivstada	4:43.00
3173		Langdren, Gudrun	Stockholm	4:50.13
3430		Nordlund, Birgitta	Aingsås	4:55.27
3693		Ros, Anna	Göteborg	5:01.16
3840		Raub-Segall, Elke	Åkersberga	5:05.16
4049		Haraldsson, Linda	Åkersberga	5:11.24
4278		Bengtsson, Annette	Oxelösund	5:19.24
4459		Rosth, Ewa	Oxelösund	5:25.00
4562		Andreasson, Gunvor	Stillingen	5:28.38
5029		Wilberfors, Ulla	Tumba	5:48.21
5072		Henriksson, Flgimor	Söderhamm	5:50.30

Antal fullföljande: ca 30.350

Tampere Marathon

1999-07-25

Totalt				
Msn/1	Raimo Salmi	FIN	2:42.22	
Ksen/1	A-M Koskela	FIN	3:32.21	

Klasser med svenska deltagare				
M50/1	J Rouhinen	FIN	2:54.23	
M50/43	S Söderström	Kvarnsv. GoIF	4:46.07	

K40/1	M-L Väanänen	FIN	3:43.38	
K40/3	S Ala-Uotila	Fredrikshofs FIF	3:56.45	

Antal fullföljande: 200 män och 33 kvinnor

Strömmingsmaran

1999-08-15

Pl	K/Pl	Namn	Föd.år	Klubb/Ort/Nat	Tid
1	Msn/1	Mikael Forsling	-66	Edsbyns IF	2:46.01
2	Msn/2	Anders Holmqvist	-75	Hofors LK	2:48.02
3	M40/1	Bengt Sjöberg	-57	Iggesund SK	2:52.42
4	M50/1	Kenny Högjer	-46	Söderhamns IF	2:58.33
5	M45/1	Bo Nordin	-54	Edsbyns IF	2:59.43
6	M35/1	Håkan Ahlinsson	-63	Osthammar Fri	3:01.21
7	M40/2	Christer Johansson	-59	Iggesund SK	3:03.10
8	M45/2	Jonas Ståhlis	-51	Edsbyns Hyreshus	3:03.18
9	M35/2	Tommy Sjöström	-60	Kvarnsvedens GoIF	3:04.50
10	M45/3	Kurt Setterström	-83	Osthammar Fri	3:05.57
11	M50/2	Angus Thomson	-47	Söderhamns SK	3:09.16
12	M50/3	Svante Mattsson	-46	Edsbo	3:09.23
13	M50/4	Per Olov Nordin	-46	Söderhamns IF	3:09.34
14	M40/3	Bo Ohlsson	-58	Ljusne Ala OK	3:14.15
15	Msn/3	Johan Sand	-72	Sös IF	3:14.57
16	M35/3	Jonas Lennestahl	-63	Sala	3:17.24
17	M35/5	Björn Suneson	-48	IFK Enskede	3:17.51
18	M45/4	Leif Danielsson	-50	Iggesund SK	3:19.48
19	M55/1	Börje Carlsson	-43	Miners RC	3:20.59
20	M45/5	Bobby Feild	-50	Kungävs SK	3:21.24

21	M35/4	Jan Erik Söderqvist	-62	Ericsson	3:21.56
22	M50/6	Kjell Krans	-48	Iggesund SK	3:21.59
23	K35/1	Susanna Ostlund	-60	Söderhamns IF	3:22.05
24	M60/1	Jörgen Larsson	-38	IFK Västerås	3:24.08
25	M50/7	Sven Olov Jonsson	-47	Hällstamhammars SK	3:25.07
26	M40/4	Mats Hagberg	-58	STFI	3:25.14
27	M35/5	Mikael Malmberg	-64	Söderhamns Alpina	3:26.36
28	M55/2	Dan Jari	-44	Hällestads IF	3:27.51
29	M35/6	Anders Hansson	-44	Råby Reklame IF	3:28.34
30	M45/6	Peder Estell	-63	IFK Mora	3:28.52
31	M50/8	Antti Rappana	-48	Söderhamns SK	3:29.34
32	M60/2	Lars Vinger	-36	IK Viking, Hagfors	3:30.45
33	M35/4	Bert Persson	-44	IFK Mora	3:32.04
34	M55/5	Ulf Gustavsson	-44	Vista IK	3:32.46
35	M40/5	Lars Göran Berggren	-67	Fredrikshofs FIF	3:33.48
36	M50/9	Tuomo Vilminen	-49	FIN	3:34.58
37	M35/6	Bengt Göransson	-60	Falu IK	3:35.49
38	M50/10	Bo Hedlund	-49	Iggesund SK	3:37.36
39	M50/11	Anders Willin	-47	Xerox IF	3:38.00
40	M50/12	Leif Franzén	-46	IFK Strängnäs	3:38.38
41	M50/13	Mauri Volama	-45	FIN	3:38.59
42	Msn/4	Per Wiklund	-67	Solica	3:39.28
43	M40/6	Anders Andersson	-58	Göteborg BK	3:39.49
44	M60/3	Åvar Jönsson	-66	Söderhamns OK	3:40.23
45	M45/7	Knut Hemphälä	-51	ESS LK	3:40.48
46	M60/4	Lars Olof Iralaisten	-35	IFK Strängnäs	3:45.49
47	M60/5	Bengt Wallin	-37	Falu IK	3:47.18
48	M50/14	Jan Röhlin	-47	Simply The Best	3:52.21
49	M45/8	Per Sjödin	-50	Söderhamns IF	3:55.01
50	M35/7	Carlos Lopez	-62	Skutskär	3:56.09

51	M50/15	Gunnar Åhlund	-49	Kilators IF	3:56.20
52	M50/16	Sven Berg	-45	Polisen Edsbyn	3:57.20
53	M60/6	Torbjörn Sjödal	-39	Söderhamns SK	3:58.32
54	M40/7	Åvar Dahl	-59	Hemlingby LK	3:58.53
55	M40/8	Sune Forsmark	-55	Ljusne Ala OK	3:59.24
56	M50/17	Stig Marielad	-47	Iggesund SK	4:00.36
57	M70/1	Sven Johansson	-29	Sundboms GoIF	4:01.37
58	M55/6	Stig Söderström	-43	Kvarnsvedens GoIF	4:01.55
59	M35/8	Per Persson	-63	Tumba	4:07.42
60	M50/18	Sten Yimén	-46	Måilla/Marlunda OK	4:09.25

61	M55/7	Torsten Bergsten	-40	Örebro AIK	4:13.37
62	M55/8	P-O Hvitfeldt	-43	Hammarby IF	4:14.36
63	M55/9	Kurt Åsberg	-44	Sundsvall	4:16.13
64	M50/19	Nils-Olov Eriksson	-49	Ljusne Ala OK	4:16.59
65	M45/9	Kent Larsson	-51	Härgs Runners	4:18.15
66	M55/2	Monika Simon	-40	Täby LK	4:18.44
67	M40/9	Roger Lindström	-58	Månkarbo IF	4:18.57
68	M50/20	Kjell Åström	-49	Kolamora KIF	4:18.58
69	M55/10	Anders Jansson	-42	Osthammar Fri	4:19.38
70	M50/21	Lars Åkerman	-48	Naturapötket	4:22.47

71	M50/22	Leif Skogland	-49	IK Fåvör	4:24.34
72	M70/2	Kjell Mossberg	-27	Åle 90 IK	4:25.23
73	M35/9	Stefan Larsson	-61	Västerås	4:27.27
74	M55/11	Hans Orsing	-40	IFK Helsingborg	4:32.55
75	M50/23	Hans Mannsten	-47	FIN	4:34.36
76	M75/1	Martin Svensk			

Hultsfreds Ultra 1999-08-21

Arrangör: Hultsfreds Löparklubb
Tävlingsledare: Kurt Gustavsson
Bannmätare: Lars Vredberg
Väder: Växlande molnighet, mätlig vind och några regnskurar, +17 grader
Antal startande/fullföljande 100 km: 27/19 st
Antal startande/fullföljande 50 km: 24/31 st

100 km

	Maran	50 km	100 km
--	-------	-------	--------

M5en				
1	Rolf Johansson	IF Linden	3:16.18	3:52.29 8:23.31
2	Kenneth Forsberg	Kalmar SC	3:32.10	4:12.02 9:02.42
3	Anders Eriksson	Kristneh. CK	3:34.51	4:18.06 9:34.15
4	Caj Gauffin	Nervens IK	3:55.29	4:52.47 12:25.17
5	Ulf Eriksson	Exudo	4:04.40	5:04.54 12:59.10

M40

1	Rune Larsson	TV 88	3:22.05	3:57.35 7:55.03
2	John Wölsing	DEN	3:35.25	4:18.28 10:19.39
3	Kenny Wilhelmsson	Örebro AIK	4:01.13	4:48.11 11:09.46
4	Hans-Erik Pettersson	Örebro AIK	4:10.46	5:28.31 13:24.20

M50

1	Kjell Krans	Iggesunds SK	3:33.24	4:13.02 8:41.08 12:42.15
2	Toshio Ohmori	JAP	3:41.15	4:24.15 9:14.47
3	Urban Apell	Lidköpings IS	3:42.10	4:24.10 4:47.06 10:47.01
4	Bo Pelander	Club Z	4:01.06	4:47.06 10:54.48 15:48.33 13:54.06
5	Frank Brodin	Solvikingarna	3:46.39	4:29.35
6	Bertil Palmqvist	Bällinge IF	4:44.18	5:48.33 13:54.06

M60

1	Sune Hjalmarsson	Uddevalva SK	4:46.01	5:45.08 12:47.52
---	------------------	--------------	---------	---------------------

K5en

1	Maria Solerman	Fredrikshofs FIF	3:27.59	4:09.29 8:57.34
2	Cecilia Pettersson	GBR	3:47.10	4:30.37 9:28.54

K40

1	Boel De Geer	Hultsfreds LK	4:12.26	5:0647 11:46.27
---	--------------	---------------	---------	--------------------

50 km

	Maran	50 km
--	-------	-------

M5en			
1	Joakim Svensson	Gjutal IF	3:09.44 3:49.42
2	Jan Ljungkvist	Sunne LK	3:58.44 4:42.22
3	Daniel Sundqvist	EIK Triathlon	4:01.55 4:52.02
4	Göran Smögelin	Smögens IF	4:09.25 4:58.43

M40

1	Kent Krawe	Oskarshamns SK	2:59.24	3:34.53
2	Jan Isberg	Hultsfreds LK	3:13.28	3:54.41
3	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3:18.02	3:59.05
4	Kjell Rindahl	Enhöma IF	3:27.09	4:12.43
5	Mikael Lindström	MMSKI	3:29.19	4:15.40
6	Kaj Bergman	Storens SC	3:42.48	4:24.43
7	Kjell Kvartfort	Fredrikshofs FIF	4:01.20	4:54.32

M50

1	Göran Lennström	Hultsfreds LK	3:18.17	4:00.49
2	Leif Franzén	IFK Strängnäs	3:43.51	4:24.25
3	Ingemar Karlsson	Hultsfreds LK	3:37.30	4:34.17
4	Kjell Magnusson	Club Z	4:01.17	4:52.00
5	Klas Fjällrot	Heleholm	4:19.29	5:07.02
6	Stig Söderström	Kvamsveden	4:20.56	5:19.45
7	Girard De Leye	SEAB	4:35.52	5:35.29
8	Håkan Forsberg	IFK Strängnäs	4:47.11	5:53.28

M60

1	Bo-Inge Åkerlundh	Vi som springer	4:11.29	4:59.
---	-------------------	-----------------	---------	-------

K40

1	Barbro B-Paraniak	IFK Strängnäs	4:34.24	5:46.58
---	-------------------	---------------	---------	---------

K50

1	Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	4:41.15	4:31.19
2	Ann-Marie Andersson	Hultsfreds LK	4:35.52	5:35.29

Byte från 100 km till 50 km

1	Thomas Lummi	Telia IF	4:25.30	4:37.42
1	Christer Svantesson	Lidköpings IS	3:41.30	4:30.31
1	Rune Fosshelm	NOR	3:32.10	4:12.16
1	Karel Ligocki	TCH	3:53.24	4:49.29
1	Bengti Dok	Kista	3:49.13	4:32.05
1	Inge-Asbjørn Haugen	NOR	4:09.48	5:09.30
1	Stig Johansson	Team Blekinge	5:40.09	6:56.54
1	Mary Larsson	TV88	3:28.12	4:09.29

Vattudalsmaran 1999-08-28

DM för Jämtland/Härjedalen

Plac.	Klass	Namn	Klubb	Tid
1	Msen/1	Niclas Runudde	Duveds IF	2:56.29
2	M40/1	Aron Kjellgren	Vattud. LDK	3:03.20
3	M50/1	Birger Karlsson	Vattud. LDK	3:06.23
4	Msen/2	Erik Grinde	Duveds IF	3:07.45
5	Msen/3	Patric Norberg	A4 IF	3:08.43
6	M50/2	Mats Zetterlund	Vattud. LDK	3:09.09
7	M35/1	Klas Heimling	LM IK	3:11.27
8	M40/2	Christer Johansson	Iggesunds SK	3:18.42
9	M45/1	Peder Estell	IFK Mora	3:18.21
10	M35/2	Staffan Gagnelid	Vattud. LDK	3:28.22
11	M45/2	Leif Danielsson	Iggesunds SK	3:30.08
12	M50/3	Kjell Krans	Iggesunds SK	3:30.09
13	M60/1	Axel Andersson	Vattud. LDK	3:34.50
14	M50/4	Lennart Skoog	Stenungs-OK	3:35.24
15	Msen/4	Anders Mebius	Östersunds SK	3:41.12
16	M50/5	P-O Eriksson	IFK Kyrtåsjö	3:42.11
17	M45/3	Lars Hedlund	Åsrennarna	3:42.41
18	M55/1	Ingemar Fritz	Vattud. LDK	3:43.06
19	M40/3	Thomas Zemturs	SK 65	3:48.26
20	K40/1	G-M Persson	Vattud. LDK	3:50.35
21	M40/4	K-A Lennartsson	Vattud. LDK	3:54.49
22	M55/2	Stig Söderström	Kvamsveden	3:58.37
23	K35/1	Ingela Persson	A4 IF	4:19.57
24	M50/6	Martin Fällid	Vattud. LDK	4:23.35
25	K45/1	Kerstin Sjöberg	Vattud. LDK	4:26.07
26	M45/4	Kjell Abrahamsson	Vattud. LDK	4:45.20
27	M50/7	Bengt Regin	Vattud. LDK	5:07.41

DM-segrare med fäst till.

Med glädje mottog res.-red. följande e-mail:
Sänder Dig resultatet från vår mara, 28 anmälda och 27 imål.
Den negativa trenden med vikande deltagarantal verkar ha vänt, 1997 var det 21 fullföljande och i fjol 18!

Niclas Runudde från Duved vann liksom i fjol och även damklassen fick se samma flicka överta på sprisfallen, nämligen arrangörsklubbens egen Grote-Marie Persson. Vattudalsmaran avgjordes i 15 graders värme och vackert höstväder. Som viktligt i Strömsund fick alla deltagare pris och DM-medaljer för Jämtland/Härjedalen utdelades.
Marathonhälsningar från Mats Zetterlund och Kalle Lennartsson i arrangörstaben.

ÅTERFÖRSÄLJARE SÖKES

Sixtus Olympiaprodukter innehåller extrakt från alpörter som är erkänt verk-samma och har använts vid OS och andra stora mästerskapstävlingar sedan 1952.

Sixtus sponsrar många internationella friidrottsarrangemang och är störst i sin bransch i flertalet europeiska länder.
Vill Du bli återförsäljare för dessa lätt-sal-da produkter med bra provision?

Kontakta FOTHÅLSAN tel. 08 - 24 56 95

Landskrona Marathon 1999-08-29 Veteran-SM

Plac.	Namn	föd-år	Klubb/Nat	Tid
-------	------	--------	-----------	-----

1	S Herbertzon	-57	IF Rigor	4:21.37
2	Sirpa Munne	-59	SLK Oxelösund	4:27.07

K45

1	I Holmgren	-52	Team Blekinge	LF 3:34.40
---	------------	-----	---------------	------------

K50

1	M-L Wängqvist	-47	IK Akele	3:46.50
2	K Ljungman	-45	I 16 IF	4:16.01

K55

1	G Franzén	-44	IFK Strängnäs	4:35.22
---	-----------	-----	---------------	---------

M35

1	D Agnarsson	-60	Öbacka LK	2:38.35
2	R Johansson	-63	SK Graal	2:53.58
3	L Adolffson	-62	Anderstorps OK	3:09.08
4	Tom Petersen	-63	Björnstorps IF	3:22.27
5	G Andersson	-61	Heleholms IF	3:39.55
6	Ola Bäckström	-63	FRC	4:12.33

M40

1	Karl Nieminen	-56	Öbacka LK	2:40.24
2	Torsten	-59	Storebo S. Club	2:45.10
3	Eddy Hultgren	-59	Team Blekinge	LF 2:56.55
4	Åke Alm	-55	FK Finn	3:18.03
5	R Alnebring	-58	Boo IF	3:20.14
6	L Appelqvist	-57	Team Blekinge	LF 3:20.31
7	Anders Edberg	-56	Åkulla SK	3:24.14
8	A Persson	-55	GF Idrott	3:26.20
9	T Jidefur	-58	Hovslätts IK	3:37.42
10	L Warebring	-56	Östhammar Fri	3:46.04
11	S Hermansson	-56	Heleholms IF	4:12.10

M45

1	S Umestål	-52	Team Blekinge	LF 2:40.36
2	B Johansson	-54	IFK Helsingborg	2:53.00
3	K Svensson	-51	IS Skanne	3:03.55
4	K Gunnarsson	-54	Heleholms IF	3:10.50
5	Bobby Feldt	-50	Kungsörs SK	3:28.28
6	L Herbertzon	-53	IF Rigor	3:52.43
7	P Wengström	-52	SK Eilsborg	3:56.45
8	S Malmberg	-54	Solvikingarna	3:58.10

M50

1	O Rundberg	-47	Bovalstrands SK	3:03.46
2	B Olofsson	-47	Östhammar Fri	3:06.27
3	G Önerby	-49	Anderstorps OK	3:14.25
4	Lasse Boqvist	-46	SLK Oxelösund	3:27.24
5	H Robertson	-46	Laholms IF	3:33.42
6	B-A Svensson	-45	Team Blekinge	LF 3:57.58
7	Leif Skogland	-49	IK Favör	4:19.05

M55

1	Josef Sunna	-40	Umedalens IF	2:54.32
2	Björn Videfors	-40	GF Idrott	3:14.05
3	K Meronen	-43	FIN	3:14.10
4	Stig Hörberg	-43	Våxjö Norra IF	3:14.38
5	Dan Jarl	-44	Håfröstrens IF	3:25.38
6	Frank Brodin	-43	Solvikingarna	3:27.00
7	M Pedersen	-40	Laholms IF	3:31.10
8	L Hansson	-42	Team Blekinge	LF 3:34.41
9	H Wiktorsson	-43	Hasselby SK	3:38.40
10	Håkan Sjö	-40	Våxjö LK	3:42.25
11	A Eriksson	-43	Våxjö LK	3:42.42
12	L Bengtsson	-42	Solvikingarna	3:48.23
13	Jan Krantz	-42	Solvikingarna	4:06.45
14	Gert Harrysson	-42	Åkulla SK	4:08.17
15	Gert J Nilsson	-41	Björnstorps IF	4:27.50
16	Hans Örsing	-40	IFK Helsingborg	4:29.13

Plac 3 ej VSM

M60

1	Sten Odenblad	-39	Fredrikshofs FIF	3:08.55
2	G Hermansson	-35	Brattå CK FN	3:08.59
3	Olle Ahman	-39	Ulriksbergs IK	3:24.18
4	G Bengtsson	-36	LK Myran	3:29.32
5	L Hjalmarsson	-39	Lidköpings IS	3:35.19
6	Bl Claesson	-39	Heleholms IF	3:45.22
7	J Lika	-38	JFF Motion	3:50.50
8	Arne Nilsson	-35	LK Myran	4:04.40
9	U Lindberg	-38	IFK Helsingborg	4:18.30

10	B-I Åkerlundh -38	Vi Springer	4:19.56
11	J-O Jonsson -38	Golf Tjälve	4:24.58
12	Ake Jönsson -38	Laholms IF	4:27.41
13	C Andersson -37	Villstad GIF	4:36.34

M65

1	H Olofsson -30	IF Linden	3:17.10
2	K Linder -30	Väckelsångs IK	3:17.50
3	G-A Åkerberg -31	Laholms IF	3:26.21
4	E Andersson -34	Björkfors Golf	3:35.26
5	L Carlander -31	Turebergs IF	4:25.26
6	G Invegård -33	SRRC	4:57.07

M70

1	J Lundström -25	FK Snapph.	4:12.54
2	Per Adolffson -29	IK Ymer	4:38.58
3	I Lundberg -28	Gnosjö FK	4:54.22

M75

1	R Folkesson -23	Kumla Skidför.	4:36.51
---	-----------------	----------------	---------

I klasserna K45 och K55 räckte tiderna ej till för stipulationskravet för ensamstart, däremot i M75. I övrigt är första-placeringarna lika med VSM-segrare.

Msen (E) VSM

1	R Andersson -69	Skillingaryds FK	2:46.20
---	-----------------	------------------	---------

Öppen klass, kvinnor och män (E) VSM

1	Thomas Furu -62	DEN	3:03.40
2	Ronny Wallin -53	Simrish. Kom. IF	3:31.02
8	Bo Olofsson -46	PLM Fosie	3:36.58
3	Thomas Busch	Draco IF	3:44.48
4	M Eriksson -71	Växjö LK	3:47.18
5	J Lindgren -69	Handelsbanken	3:54.28
6	F Sundson -55	Lomma	3:56.45
7	R Svensson -68	Landskrona	4:00.12
9	Göran Wallin -65	Miljöp. de gröna	4:03.24
10	S G Thorsson -57	OK Gisle	4:11.58
11	M Woxblom -60	Malmö	4:14.39
12	U Reichenauer -60	Ängelholm	4:17.38
13	S Olofsson -59	Olofström Fritidsk.	4:24.08
14	E Filtensborg -39	DEN	4:27.41
15	Jan Brågård -46	IFK Helsingborg	4:30.27
16	Ulf Palmgren -68	Helsingborg	4:37.09
17	Eva Petterson -62	Trelleborg	4:39.09
18	S Johansson -53	Lund	4:43.03
19	Per Törnstrand -46	Ängelholm	5:06.44

Tävlingssledare: Kurt Holmgren

Banmätning: Gösta Andersson

Väder: Sol, 18-20 grader

Jungfrau Marathon 1999-09-04

Pl	Kl/pl	Namn	Ort/Nat	Tid
M	M20/1	Kaminski Marco	SUI	2:54.35
2	M20/2	Dinka Bekele	ETH	2:55.33
3	M20/3	Alemayehu Simletu	ETH	2:56.23
4	M20/4	Meltsaev Vitaly	MDA	2:59.10
5	M40/1	Tichonow Leonid	FRA	2:59.20
6	M20/5	Kadlec Petr	CZE	3:03.48
338	M40/73	Andersson Ulf	Uppsala	4:05.09

K

1	F20/1	Netchaewa S	FRA	3:23.39
2	F20/2	Mura Evelynne	FRA	3:25.41

3	F20/3	Romanens M-L	SUI	3:31.00
4	F20/4	Lernartz Birgit	GER	3:31.55
5	F20/5	Enaki Valentina	MDA	3:33.25
6	F20/6	Heim Maria	SUI	3:38.11
226	F55/12	Simson Monika	Täby	5:32.21

Antal fullföljande: 2426 män och 340 kvinnor

Kolarmora Marathon Knutby 1999-09-05

Plac	Kl/Pl	Namn -föd.år	Ort/Nat	Tid
1	M/1	Tommy Sjöström -60	Borlänge	2:57.17
2	M/2	Håkan Albinsson -63	Herräng	3:13.33
3	M50/1	Svante Mattson -46	Edsbro	3:17.32
4	M/3	Jonas Lännestål -63	Sala	3:18.25
5	M/4	Alf Jernberg -61	Enköping	3:23.43
6	M60/2	K-J Lundström -37	Maneh/FIN	3:26.32
7	M40/1	Kurt Sätterström -53	Norrålle	3:30.18
8	M40/2	Karl-Erik Härmälå -51	Osthammar	3:34.19
9	M50/2	Ulf Gustafsson -44	Eskestuna	3:40.20
10	K/1	Ylva Rangne -55	Farsta	3:43.09

11	M40/3	L-G Persson -51	Farsta	3:43.09
12	M40/4	Jan Paraniak -50	Huddinge	3:44.53
13	M50/3	Leif Lundholm -47	Norrålle	3:44.56
14	M40/5	L-G Berggren -57	Järfälla	3:44.30
15	M40/6	Kurt Hemphälå -51	Sandviken	3:48.06
16	M40/7	Kalle Ekblot -57	Edsbro	3:55.01
17	M50/4	Leif Franzén -46	Strängnäs	3:58.04
18	M50/5	Kjell Magnusson -49	Sorunda	3:58.27
19	M60/3	Jörgen Larsson -38	Västerås	3:58.31
20	M60/4	Stig Hellström -36	Sollentuna	3:58.56
21	M40/8	Bror Wahlsten -53	Lidingö	4:00.21
22	M50/5	Bengt Wallin -37	Falun	4:04.03
23	M60/5	Lennart Skog -46	Stenungs	4:09.32
24	M60/6	K-G Nyström -38	Sjuntorp	4:10.49
25	K/2	Monika Udd -49	Örebro	4:11.32
26	M50/7	Jan Röhdin -47	Bandhagen	4:17.07
27	M40/9	B-A Skoglund -53	Sandviken	4:24.27
28	M60/7	Bo-Inge Åkerlund -38	Älmhult	4:24.38
29	M50/8	Stig Söderström -43	Falun	4:26.29
30	M50/9	Per-Olof Hvitfeldt -43	Haninge	4:32.57

31	M40/10	Roger Lindström -58	Månkarbo	4:33.06
32	M50/10	Stig Mariedahl -47	Söderhamn	4:33.06
33	M50/11	Göran Andersson -41	Rönninge	4:33.16
34	M50/12	Lars Åkerman -48	Märsta	4:34.58
35	M40/11	Jouni Mieminen -57	Vänge	4:35.26
36	K/3	Monica Stavem -55	Örebro	4:37.43
37	M50/13	Kjell Åström -49	Månkarbo	4:40.17
38	M50/14	Christer Nordahl -46	Örebro	4:42.12
39	M50/15	Birger Höglund -47	Haninge	4:42.46
40	M/5	Stefan Larsson -61	Västerås	4:51.32
41	K/4	Gunnilla Franzén -44	Simrishamn	4:53.48
42	M50/16	Bosse Pelander -43	Södertälje	4:54.12
43	M40/12	Bo Dahlström -55	Sandviken	4:55.51
44	M/6	Jörgen Ekvall -68	Knista	4:57.05
45	M60/8	Sune Hjalmarsson -30	Uddevalle	4:58.09
46	M40/13	Alf Andersson -51	Farsta	4:58.45
47	M40/14	Bengt Wikström -54	Mariehamn	4:59.00
48	M50/17	Kent Sjödin -48	Östersund	5:10.07
49	M40/15	Gunnar Nilsson -56	Uppsala	5:11.44

50	M60/9	Tore Billman -30	Stockholm	5:18.40
51	M50/10	Martin Henriksson -22	Sundbyberg	5:28.02
52	M40/16	Kent Lindström -52	Södertälje	5:44.36
53	M50/11	Leif Eriksson -42	Uppsala	5:48.06

Rullstol

1	Mikael Sandberg	Mjölby	2:42.39
---	-----------------	--------	---------

Skräckklanmaran Vänersborg 1999-09-18

Placering	Namn	Klubb/Ort/Nat	Tid
K			
1	K40/1	Siv Herbertzon	Kungsbacka 4:24.45
2	K21/1	Pirkko Väisänen	Uddevalle SK 4:29.45

M

1	M40/1	Sören Jonsson	TV-88 2:56.25
2	M50/1	Olle Rundberg	Bovallstr. SK 3:01.05
3	M40/5	Hans Jansson	Kils AIK 3:06.00
4	M60/1	Gilbert Hermansson	Brattås CK 3:11.00
5	M50/2	Matts Leandersson	Solvikgarna 3:14.42
6	M35/1	Tommy Oskarsson	Vi som springer 3:17.35
7	M40/2	Anders Edberg	Åkulla SK 3:26.35
8	M21/1	Anders Eriksson	Kristineh. CK 3:27.40
9	M50/3	Dan Jakt	Hälleforsöms IF 3:28.10
10	M40/10	Göran Fronth	IF Sisu 3:28.38
11	M50/3	Lennart Skog	Stenungs. OK 3:29.41
12	M55/2	Frank Brodin	Solvikgarna 3:33.45
13	M40/4	Ole Forsling	Lerum 3:35.20
14	M45/2	Göran Ingebrant	Jämtlandsf. IF 3:39.40
15	M21/2	Magnus Eriksson	Trollhättan 3:43.59
16	M35/2	Lars Bennehage	Trollhättan 3:43.59
17	M50/4	Anders Madson	DEN 3:46.40
18	M40/5	Per-Olof Jacobsson	Uddevalle SK 3:47.20
19	M55/3	Gert Harrysson	Åkulla 3:53.40
20	M60/2	Johannes Likar	IFF Malmö 3:55.00
21	M35/3	Christer Långström	Vedums AIS 3:56.10
22	M50/5	Sten Ymen	Mörlunda SKI 4:00.38
23	M50/6	J-H. Jannerling	Ale 90 IK 4:06.30
24	M60/3	Bo-Inge Åkerlund	Vi som springer 4:12.40
25	M55/4	Stig Söderström	Kvamsv Golf 4:19.00
26	M40/4	Bernt Ekberg	Töreboda 4:24.39
27	M45/3	Larry Herbertzon	Kungsbacka 4:24.45
28	M45/4	Håkan Andersson	Bovallstrand 4:34.45
29	M45/5	Conny Adolffson	IK Ymer 4:40.35
30	M70/1	Per Adolffson	IK Ymer 4:41.05

Hälsingeleden

Bollegården, Bollnäs -Harsa 50 km terräng.

1	Johan Gustavsson Mora	4:16.45
2	Hans Dahlén Fredrikshof	4:46.38
3	Kjell-Ove Skoglund Strand	5:13.23
4	Peder Estelli Mora	5:16.55
5	Anders Melin Bergsjö	5:31.03
6	Gunnar Åhlund Kilafors	6:37.53
7	Stig Söderström Kvamsveden	7:37.51

Löpning på Internet:

www.marathon.se

Berlin Marathon

1999-09-26

Totalt			
Plac	Kl	Namn	Nat
1	MH	Kiprono, Josephat	KEN
2	MH	Inubushi, Takayuki	JPN
3	MH	Kandhi, Samson	KEN
4	MH	Chatt, Hicham	MAR
5	MH	Cheronon, Henry	KEN
6	M30	Glinka, Waldemar	POL
7	MH	Nascimento, E	BRA
8	M30	Ndungu, Stephen	KEN
9	M30	Tokunaga, Daisuke	JPN
10	MH	de Souza, José Teles	BRA

Plac	Kl	Namn	Nat
34	KH	Loroupe, Tegla	KEN
49	K30	Renders, Marleen	BEL
58	KH	Zakharova, Svetlana	RUS
60	K30	Sobanska, Malgorzata	POL
67	K30	Nikiel, Anila	POL
73	KH	Terasaki, Shiki	JPN

Svenska deltagare

Plac	Kl	Namn	Klubb/Ort	Bruttid
163	K35	Johansson, Susanne		2:38.15
192	M35	Nilsson, Jörgen	Heleneholms IF	2:40.15
261	M30	Lind, Jörgen	Upsala IF	2:44.30
279	M40	Jaktlund, Peter		2:45.27
333	KH	Lindh, Anna		2:47.03
512	MH	Schriever-Abelin, F	Heleneholms IF	2:52.49
533	M30	Thörnqvist, Sören	LF Hagen	2:52.59
613	M35	Wallsten, Bo	Stockholm	2:54.34
639	M35	Cain, Tomas	Toggan Tommys	2:56.33
746	M45	Rosengren, Kenneth	LK Myran	2:57.14
947	MH	Kullingsjö, Johan		2:59.37
1043	M30	Johala, Jarmo		3:00.39
1094	M35	Bylund, Björn	IF Hagen	3:02.42
1106	M45	Haren, Anders	Hallstammars	3:01.16
1174	K30	Skari, Annika		3:02.39
1278	MH	Sandin, Johanna	SÖS IF	3:06.59
1334	M45	Carlsson, Christer	Elmhults SK	3:05.56
1369	M30	Dalson, Erik	Stockholm RRC	3:06.53
1385	M40	Kläjö, Hans	Team Skavsåret IF	3:05.36
1548	MH	Munkelt, Martin	Uppsala Universitet	3:08.19
1667	M55	Videfors, Niclas	GF Idrott	3:09.00
2067	M30	Gusting, Björn	Skanska	3:13.13
2086	M50	Holmgren, Jan	SLK Ovelönsund	3:13.13
2125	M45	Sandberg, Curt	Årlanda Märsta SK	3:13.36
2363	M40	Bonander, Per-Erik	SKÅ Road R	3:15.40
2434	M50	Bonn, Erik	MSÖK	3:16.33
2527	M50	Björkqvist, Hans	Högbo AIK	3:17.07
2775	M30	Nielsen, Stig	Heleneholms IF	3:19.36
2857	M50	Ring, Ulf	Årlanda Märsta SK	3:20.05
2890	M35	Hedqvist, Mikael	Stockholm RRC	3:20.04
3064	M35	Jacobson, Mats	Naked Bread Runner	3:22.30
3273	M45	Helberg, Anders	Emmalunga AB	3:25.38
3281	M30	Svensson, Tom	Skanska	3:23.05
3307	M35	Ramström, Peter		3:24.06
3534	KH	Lindholm, Anna	Skanska	3:26.21
3742	M40	Emmanuelsson, B	Terminx Europe	3:26.35
3925	M30	Nelson, Jakob		3:28.22
4041	M40	Lindqvist, Peter	Växjö LK	3:28.35
4042	M35	Nilsson, Jan	Triathlon Syd	3:28.09
4391	M45	Petersson, Bengt		3:30.37
4411	M50	Rosen, Steffen	IK Uvan	3:31.53
4476	M50	Ålund, Fred	Stockholm RRC	3:30.46
4481	MH	Ivarsson, Tony		3:32.00
4512	M60	Agrell, Ulf	Heleneholms IF	3:30.39
4672	M35	Simfors, Inge		3:35.41
4794	M45	Gransström, Gösta	Mölnåld	3:31.48
4821	M40	Persson, Anders	GK Idrott	3:31.41
4910	M50	Finström, Leif	IFK Strängnäs	3:34.21
4946	M30	Gustavsson, Glenn	Solvikingsarna	3:34.12
5056	M50	Hansson, Gert	Busso IF	3:35.39
5065	M55	Lahesalu, Aivo	Östansjö IF	3:34.20
5157	M35	Wademark, Per	Compaq	3:35.44
5166	MH	Falkenberg, Torbjörn		3:35.14
5299	M30	Lindqvist, Tommy	Hutt IBK	3:36.35
5454	M40	Nilsson, Håkan	Busso IF	3:38.29
5584	M45	Thimberg, Pelle	IF Hagen	3:37.47
5619	M50	Ljungström, Tomas	Sjötörps LK	3:40.57
5718	M35	Johnson, Robert	Toggan	3:36.56
5736	K45	Ohmes, Agneta	Elmhults Sportclub	3:37.41
6011	M40	Bonzéby, Håkan	Svenska Skidförbundet	3:39.37
6096	M60	Peczenik, Aleksander	IFK Lund	3:40.08
6169	M30	Fransson, Weine	Skillingsgårds FK	3:39.44
6230	M35	Simaček, Peter	Stockholm RRC	3:39.33

6237	M45	Karlsson, Tomas	Föreningsparbanken	3:40.05
6361	M35	Hålen, Stefan	Åbergs GIF	3:41.15
6646	MH	Rydman, Per-Olof		3:43.37
6660	M35	Kjörbo, Peter	FM HS IF	3:43.12
6746	M55	Uggis, Nils	Stockholm	3:42.24
6748	M45	Laxell, Kenneth	Svenska Mässan	3:43.55
6805	M50	Hult, Lars	Busso IF	3:46.02
6822	M35	Lindgren, Kenneth		3:42.37
6856	MH	Schwallion, Sebastian		3:47.26
6895	M45	Wede, Jan-Ola	Lomma/Burlöv Friskis	3:44.31
6947	M40	Majling, Erik		3:43.32
6939	M60	Ivarsson, Lars-Olof	Stockholm RRC	3:43.03
6952	M30	Skoug, Simon		3:44.50
7112	M40	Nilsson, Bo		3:47.26
7263	MJA	Persson, Patrik		3:44.38
7299	K35	Heggenmann, Ulla		3:47.22
7423	M35	Edin, Per	IF Hagen	3:48.08
7479	M30	Stenesson, Håkan	MLK Myran	3:49.05
7689	M40	Ålerström, Magnus	Skanska	3:46.25
7784	M40	Grönlund, Mats	Skanska	3:48.42
8026	M35	Björkman, Erik		3:47.34
8127	M55	Manderius, Gert	GF Idrott	3:48.42
8137	M55	Ekvall, Curt	Busso IF	3:48.31
8172	M45	Wallen, Torbjörn		3:51.02
8383	M50	Kolby, Kennet	Busso IF	3:53.17
8446	M50	Johansson, Sven-Arne		3:52.06
8492	K60	Martensson, Gunilla		3:51.19
8566	M55	Wiktorson, Hans	Nike	3:52.33
8600	M40	Hall, Per	Busso IF	3:52.43
8780	M40	Larsson, Tomas		3:52.29
8817	M40	Olofsson, Stefan	Olofstöms Fritid	3:53.01
8953	K40	Åhlund, Agneta	SRRC	3:53.05
8960	K30	Nilsson, Ingela	Friskis & Svettis	3:53.42
8963	M35	Blomqvist, Anders	Terminx Europe	3:54.29
9113	M50	Matsch, Karl	Ormsåla	3:55.18
9131	M35	Hedin, Andreas	IF Skattmasa	3:57.20
9471	M50	Sköld, Åke	HARC Runners	3:56.35
9498	M50	Broberg, Ernst	DK Kroppefäll	3:55.23
9547	M45	Castenhag, Jan	Stockholm RRC	3:56.11
9612	K40	Ålm, San		3:56.30
9712	M40	Andersson, Kjell	Prize Waterhouse	3:58.38
9751	M50	Josefsson, Sören	Club Benita	3:57.58
9823	M35	Wnberg, Stefan		3:58.39
9860	MH	Gråslund, Torbjörn	HC Sprinters	3:56.38
9981	M45	Ekström, Billy		3:56.50
10012	M45	Ruberg, Lars	Terminx Europe	3:57.14
10016	M30	Ivarsson, Martin	Terminx Europe	3:57.14
10026	M40	Fajermo, M I	Polarna	3:56.21
10136	M45	Westesson, Göran	Rysbergets IK	3:59.01
10307	M50	Persson, Kerth		3:57.33
10573	M50	Knutsson, Gunnar	HD Jönköping	4:02.25
10735	M30	Andersson, Lasse	Göteborgs Vänner	4:01.20
10893	M30	Hallerstig, Hans		4:03.27
10980	M30	Kjellberg, Håkan	Terminx Europe	4:02.34
11002	M30	Hillebrink, Rickard	Team Skavsåret	4:01.31
11050	M35	Palm, Klaus		4:02.28
11112	M45	Andersson, Carl	Malmö AI	4:02.33
11226	MH	Ekelund, Gunnar	Busso IF	4:04.11
11413	K55	Renvall, Ulla	Stockholm RRC	4:02.39
11420	M35	Nilsson, Sven		4:04.35
11438	MH	Junkel, Henrik	Frontec	4:06.37
11537	M50	Örnholm, Johnny	Stockholm RRC	4:05.00
11655	M55	Björnum, Jan		4:05.52
11720	M60	Holmgren, Kurt	GF Idrott	4:05.13
11794	M50	Andersson, Hans		4:07.41
11888	M50	Nordgren, Lars		4:06.34
11897	M45	Lindgren, Stefan		4:07.01
11921	M30	Holvendahl, Henrik	Lunds Universitet	4:08.44
12194	M50	Kronblad, Fritjof	Sonoforn	4:10.23
12238	M60	Andersson, Lennart		4:11.06
12247	M30	Redzepovic, Safet	Netconnection	4:09.49
12255	M50	Smeets, Jar-Erik		4:10.38
12304	M55	Allensson, Per-Arne	Fredrikshöjs FIF	4:12.22
12342	M35	Svensson, Conny	IF Skattmasa	4:11.55
12359	M50	Persson, Mats		4:08.24
12375	M30	Somrell, Peter	Globens Vänner	4:10.11
12428	MH	Ramborg, Ola	Sveriges Ara	4:12.34
12509	M45	Persson, Thomas		4:13.12
12596	M30	de Mare, Mathias	Malmö AI	4:12.11
12616	MH	Sivars, Stefan	Skanska	4:14.05
12657	M50	Andersson, Sven-Erik	Busso IF	4:12.17
12724	M50	Falkner, Sten		4:11.57
12830	K35	Sihli, Anneli	FK Snappanama	4:16.22
12961	M50	Fridh, Hans	Rydebäck	4:15.33
13001	M45	Hallbö, Stefan		4:16.14
13280	M35	Petersson, Clas		4:16.44
13282	M50	Nilsson, Sune	Örebro	4:13.48
13334	K55	Franzén, Gunilla	IFK Strängnäs	4:15.00
13373	M50	Johansson, Kaj	Bullarens Gymf	4:17.15
13414	M45	Lingström, Bengt	Skillingsgårds	4:18.37
13598	M35	Galambos, Robert	Kulladals BK	4:17.01

13668	M40	Persson, Lars		4:15.47
13679	M50	Anestén, Åke	Skanska	4:17.08
13796	MH	Rendrup, Magnus	RM 697	4:21.03
13799	M30	Lånjörger, Erik	RM 697	4:21.03
13820	MH	Bronsson, Håkan	Terminx Europe	4:16.36
13836	M45	Bergvall, Rolf		4:19.15
14005	M50	Thibaud, John		4:21.32
14040	M30	Del Fua, Ewa		4:19.29
14113	M60	Anderson, S-O	SL Fritid Stockholm	4:21.57
14138	M50	Saoluna, Lennart	Jostra Team	4:22.18
14150	M35	Persson, Jan-Erik	Skanska	4:18.23
14273	M35	Jegppsson, Fredrik	EXET Hållsälholm	4:23.29
14377	M40	Bärdid, Christian	ASG Kof	4:22.20
14419	MH	Sahlström, Anders		4:21.55
14459	K45	Malin Martensson, H	SRRC	4:20.55
14460	M45	Martensson, Åke	Stockholm RRC	4:20.56
14536	M45	Karlsson, Stefan	Stockholm RRC	4:22.59
14538	M35	Magnusson, Bertt	Terminx Europe	4:21.48
14673	M55	Sandh, Oia		4:23.11
14689	M50	Edfeldt, Raoul	Björnstorps IF	4:27.12
14697	M50	Thein, Krister	Lund	4:26.28
14752	M55	Svensson, Lof	IK Åkele	4:26.31
14758	M30	Wedin, Kenti		4:22.30
14797	KH	Persson, Ingrid	Team Step In	4:26.51
14819	M35	Andersberg, Yvona	Kode IF	4:22.53
14972	K55	Bergqvist, Thomas	IK Finish	4:25.34
15127	M55	Sedacek, Peter	Umedalens IF	4:26.25
15176	M40	Gustafsson, Åke	Svenska Mässan	4:27.19
15255	M40	Håkansson, Stellan	Lear Tanum	4:29.54
15257	M30	Ridestad, Anders	Skanska	4:26.03
15355	M50	Göransson, Per	Stockholm RRC	4:27.50
15369	M30	Tullgren, Marc		4:26.37
15501	KH	Strömberg, Anne-Lie		4:33.49
15531	M50	Berggren, Dag	IFK Helsingborg	4:34.04
15706	M45	Andersson, Bo	Bjäre Grafings	4:32.49
15764	MH	Forstén, Jonas	Emmalunga AB	4:34.59
15795	M35	Åwskog, Gunnar	Skanska	4:30.06
15798	K30	Woxholm, Cecilia	Stockholm Police	4:37.45
15849	M40	Collander, Per	Terminx Europe	4:31.18
15926	MH	Persson, Christian	Emmalunga AB	4:36.24
15938	M45	Björjesson, Erling	Tyringe IK	4:35.42
16012	K50	Sjölund, Margareta	Jostra Team	4:34.03
16149	M50	Sohlgrén, Tomas	SSAB Almöland	4:34.45
16235	M55	Gullberg, Jan-Åke	Malmö AI	4:34.48
16284	M60	Skog, Ragnar	Stockholm RRC	4:37.58
16403	M40	Brandar, Robin	Kullavik Trackclub	4:38.14
16614	K40	Hyttö, Jolanta Maria		4:42.23
16629	MH	Wengberg, Lars		4:42.08
16630	K40	Claren, Karin	Busso IF	4:42.12
16762	M40	Sveden, Bertt	Hallstad OK	4:41.05
16824	K40	Wede, Getrud	Lomma/Burlöv Friskis	4:44.20
16868	M40	Rising, Gustaf	Teampass Sweden	4:42.05
16930	MH	Hansson, Magnus	Expressen	4:41.04
17018	MH	Berggren, Ebstjörn	Järo GIK	4:47.45
17121	M35	Petersson, Mikael	GF Idrott	4:48.28
17129	M60	Johansson, Curt		4:43.25
17408	M35	Redzepovic, Mirsad	Net Connection	4:49.14
17510	K30	Björmeke, Britt		4:49.04
17542	M50	Björnum, Sten		4:51.03
17673	M40	Ollsson, Hans-Åke	Busso IF	4:53.49
17674	M50	Andersson, Kaj	Busso IF	4:53.49
17701	M40	Andersson, Tommy	Emmalunga AB	4:55.34
17709	M50	Svensson, Roland	Spårbanen Team	4:55.50
17738	M60	Bergqvist, Bo	IK Finish	4:54.12
17766	M45	Kalldhed, Gunnar	Price Waterhouse	4:54.53
17809	M55	Nilsson, Roland	Terminx Europe	4:54.42
17994	MH	Larsson, Håkan		4:56.12
18001				

18663	M60	Sonesson, Lasse	Busso IF	5.25.09
18990	M30	Stenberg, Mikael		5.29.28
19005	M50	Ohmes, Gerhard	Einheits Sportclub	5.26.49
19859	M55	Alvemarcker, Ane		5.32.47
19861	M45	Ursfält, Hasse	Ursfält IF	5.36.01
19894	M75	Larsson, Nils	Stockholm RRC	5.39.29
19074	M60	Appel, Gunnar-Klas	SLK Oxeålund	5.52.08
19098	K55	Järs, Anna	HD Jogging	5.55.52

Peking Marathon 1999-10-09

Total	Namn	Tid
M		
1	Kenichi Suzuki	2.11.33
2	Mogaka Rolade	2.12.58
3	Turbo Turbo	2.13.42

K		
1	Kinesiska	2.29.20

Svenska deltagare

Plac	Namn	Tid
M		
150	Nils Tryggve Olsson	3.06.47
238	Söderman	3.24.43
260	Ove Löfström	3.28.11
280	Kjell Arne Svensson	3.30.49
303	Sven Bertil Bengtsson	3.34.55
351	Tryggve Oredsson	3.45.18
365	Anders Uhlin	3.46.48
377	Lars Westerlund	3.48.01
415	Göte Ivarsson	3.54.04
421	Bertil Länsmän	3.55.04
428	Yngve Ritterdahl	4.01.23
444	Göran Tillous	4.02.23
463	Magnus Jönsson	4.05.25
470	Fredrik Jeppsson	4.06.26
528	Mats Karlberg	4.20.26
579	Anders Pettersson	4.37.57

K		
51	Birgitta Jarring	4.09.52
61	Elisabeth Westerlund	4.32.41
72	Jessika Pettersson	4.47.14

Göteborg Marathon 1999-10-10 DM för Göteborg

K/Pl	Namn	År	Klubb/Ört/Nat	Tid
M				
1	M35/1 Roger Pettersson	62	IF Kvilla	2.44.59
2	Msen/1 Henrik Sahl	73	Lidöpings IS	2.46.07
3	M40/1 Björn Gjerd	55	NOR	2.51.51
4	Msen/2 Stefan Kinning	65	SKF FK	2.52.25
5	Msen/3 Björn Semnersjö	IK Jarl	2.54.14	
6	M40/2 Zbigniew Grobelnich	58	Solvikigarna	2.55.33
7	M35/2 Kim Astril Larsson	64	NOR	2.56.16
8	M50/1 Björn Svensson	48	IFK Eskede	2.57.40
9	M40/3 Arne Håkan Vik	59	NOR	3.00.31
10	Msen/4 Jens Ottosson	71	Lerums FI	3.01.46
11	M45/1 Stefan Jinghott	54	Bollebygd IF	3.06.00
12	M45/2 Anders Gylienus	52	Dalbydagens IF	3.06.26
13	M50/2 Sten-Åke Jansson	48	Solvikigarna	3.06.38
14	M50/3 Mats Zetterlund	48	Vårdalens LDK	3.06.33
15	M40/4 Kaj Hedberg	59	Solvikigarna	3.06.40
16	M45/3 Torsten Olsson	51	Snigel	3.13.01
17	Msen/5 Jens Wallies	Börlinge LK	3.13.11	
18	M35/3 Norman Grefrath	GER	3.15.56	
19	Mn01/1 Frank Simonson	64	Häktet IF	3.16.24
20	M55/1 Frank Brinod	43	Solvikigarna	3.17.10
21	Mn02/2 Leif Stigsson	60	Vair	3.18.58
22	Mn03/3 Carl-Johan Lindgren	68	Ilorum AB	3.21.59
23	M35/4 Christer Svantesson	64	Lidöpings IS	3.22.08
24	Mn04/4 Peter Eriksson	65	IFK Skövde F	3.23.54
25	M50/4 Lennart Skoog	46	Stenungsunds OK	3.26.16
26	Mn05/5 Peter Lindqvist	76	Öckerö Triathlon	3.27.48
27	M35/5 Staffan Gagnell	60	Vårdalens LDK	3.27.52
28	Msen/6 Thomas Dennebo	72		3.28.08
29	M40/5 Anders Edberg	56	Åkulla SK	3.28.53
30	M55/2 Per Holm-Olsen	40	NOR	3.31.06

31	M50/5 Leif Franzén	46	IFK Strängnäs	3.33.36
32	M45/4 Per Wengström	52	IK Stern	3.36.48
33	M60/1 Henrik Skaldin	36	Vi som springer	3.36.58
34	M40/6 Christer Högberg	58		3.39.45
35	Msen/7 Anders Kymmer	71	Sävedalens AIK	3.40.03
36	Mn06/6 Benny Skoog	53		3.40.26
37	Mn07/7 Anders Madsen	49	DEN	3.40.28
38	M55/3 Stellan Sahl	40	Lidöpings IS	3.41.32
39	M50/6 Ove Werner	47	IF Kvilla	3.41.46
40	M55/4 Bo Pelander	43	Club Z	3.41.49

41	M35/6 Joacim Comstedt	62		3.45.43
42	M45/5 Nils-Olof Engfeldt	50	Heleneholms IF	3.46.20
43	Mn08/8 Grel Antoni	77	HUN	3.47.15
44	Mn09/9 Jan Hallden	54	IF Saab	3.47.31
45	Mn01/10 Ulf Palmgren	68	Intersport Väla	3.48.12
46	Mn01/11 Sigurdur Valdimarsson	57		3.49.11
47	M55/5 Stig Söderström	Kvamsv. Golf		3.49.36
48	M50/7 Gunnar Olsson	46	Solvikigarna	3.50.03
49	Mn01/12 Brian Newman	55		3.50.55
50	Mn01/13 Kristian Palm	71	Landvetter	3.50.57
51	M35/7 Ragnar Hjärpe	62	Sävedalens AIK	3.51.40
52	Msen/8 Mikael Eriksson	71	Växjö LK	3.52.23
53	M55/6 Geri Harrysson	42	Åkulla SK	3.53.33
54	Mn01/14 Jan Holgersson	50	Naväsens SK	3.55.55
55	M45/6 Lev Blaha	GER		3.57.22
56	Mn01/15 Thomas Sjölander	62	Sjötorp	3.58.12
57	M55/7 Roland Karlsson	41	SKF FK	3.58.16
58	M50/8 Martin Andersson	45	Åkulla SK	4.04.51
59	Mn01/16 Lars Almqvist	51	IFK Helsingborg	4.07.16
60	M40/7 Uwe Preisel	GER		4.09.23
61	M50/9 Johnny Tronstad	47	VOAC	4.17.29
62	Mn01/17 Staffan Lindblad	52		4.17.51
63	M45/7 Christer Szczepanski	53	Säffle kommun	4.21.55
64	Mn01/18 Stefan Larsson	64		4.24.53
65	M45/8 Manfred von Cyron	GER		4.27.15
66	Mn01/19 Sten-Åke Rosendahl	43	Akzo - Nobel AB	4.34.19
67	Mn01/20 Torry Persson	74	Hälsostudien	4.38.28
68	M55/8 Hasse Orsing	40	IFK Helsingborg	4.39.15
69	M60/2 Torvo Harju	37	IK Stern	4.42.51
70	M55/1 Sune Hjalmarsson	30	Uddevalla SK	4.43.52

71	M50/10 Hans-Werner Kuhn	GER		4.59.47
72	M40/8 Peter Krus	57	Volvo Aero	5.04.50
73	M55/9 Kjell Persson	43		5.05.18
74	Mn01/21 Bo Wierst	47	Volvo IF	5.26.47
75	M35/8 Göran Smögelin	64	Smögens IF	5.33.27
76	M65/2 Bertil Lundin	30	Oxebo SK	5.33.38
77	Msen/9 Holger Pertz	GER		5.51.10

K				
1	K35/1 Karin Schön	62	IF Kvilla	3.03.44
2	K50/1 Lena Linder	49	Solvikigarna	3.16.17
3	K45/1 Angelika Borghert	GER		3.41.12
4	Kn01/1 Elisabeth Johansson	60	Störinge	4.03.26
5	K55/1 Gillula Franzén	44	IFK Strängnäs	4.48.12

DM-sigare med fet stil

Växjö Marathon 1999-10-16 DM för Småland

Total	K/Pl	Namn	född	Klubb/Ört/Nat	Tid
K					
1	K40/1	Hedlund Annie	-55	Duvbo IK	3.25.27
2	K1	Svensson Monica	-78	Vais	3.26.39
3	K50/1	Udd Monica	-49	Örebro AIK	3.35.01
4	K40/2	Nordin Margaretha	-51	Örebro AIK	3.38.15
5	K45/1	Stevan Margaretha	-51	LK Myran	4.06.27
6	K50/2	Knutsson Inger	-45	Lenhovda IF	4.12.30
7	K55/1	Franzén Gunilla	-44	IFK Strängnäs	4.30.30
M					
1	M1	Gustafson Patrik	-70	Brittatorp TK	2.27.59
2	M35/1	Wikner Nicklas	-64	Tranås AIF	2.35.51
3	M35/2	Johansson Håkan	-64	IK Hakarpspojarna	2.40.39
4	M40/1	Torntesson NA	-57	Storebro SK	2.42.32
5	M40/2	Nilsson Dag	-57	Växjö LK	2.46.17
6	M2	Hedrönn Klas	-68	IFK Skövde	2.47.44
7	M3	Andersson Richard	-69	Skillingaryds FK	2.48.41
8	M4	Palmgren Mikael	-71	Sörångens SK	2.51.22
9	M40/3	Hammarling-Grip Per	-59	Skillingaryds FK	2.52.10
10	M40/4	Göran Björn	-55	NOR	2.54.10
11	M50/1	Rundberg Olof	-47	Bovallstrand SK	2.58.33
12	M40/5	Nordmark Carl-Magnus	-56	Lidöpings IS	2.59.03

13	M35/3	Adolfsson Lennart	-62	Andersorp OK	2.59.51
14	M5	Gustafsson Patrik	-71	Sörångens LK	3.06.16
15	M6	Thuresson Mikael	-73	Mällås-Mörklunda SK	3.07.20
16	M7	Johansson Per	-57	Skillingaryds FK	3.11.54
17	M40/6	Karlsson Hans	-55	Växjö LK	3.12.32
18	M40/7	Johansson Bertil	-56	Åvesta FI	3.14.15
19	M55/1	Hörberg Stig	-43	Växjö Norra IF	3.15.59
20	M50/2	Önnerby Göran	-49	Andersorp OK	3.16.04

21	M60/1	Svensson Lennart	-39	Sommen-Bygd SK	3.16.16
22	M50/3	Paulsson Klas	-47	Eslov AI	3.16.31
23	M50/4	Hietala Veejo	-49	Göfö Tjåve	3.16.50
24	M40/8	Alk Åke	-55	FK Finn	3.17.04
25	M8	Hägberg Tommy	-68	Växjö LK	3.17.34
26	M45	Carlsson Hans	-50	Laholms IF	3.18.00
27	M55/1	Linder Kjell	-30	Väckelång IK	3.20.37
28	M19	Pajers Peter	-66	Pajers IF	3.20.52
29	M55/2	Ericsson Plomy	-44	Värnamo SK	3.20.59
30	M55/3	Brodin Frank	-43	Solvikigarna	3.21.58

31	M45/2	Feldt Bobby	-50	Kungälv SK	3.24.06
32	M10	Johansson Fredrik	-71	Mörfyllo IF	3.24.33
33	M514	Pettersson Peter	-60	VAIS-Skideröföning	3.24.39
34	M514	Jarl Dan	-44	Hällestads IF	3.27.10
35	M40/9	Thonsson Sven-Gunnar	-57	OK Gäddede	3.27.20
36	M11	Johansson Thorbjörn	-66	SPFF Triathlon	3.27.51
37	M65/2	Åkerberg Ger-Arne	-51	Laholms IF	3.30.28
38	M50/5	Gustavsson Lars-Erik	-47	Åvesta FI	3.31.02
39	M50/6	Fernlund Boje	-48	Vais	3.33.07
40	M40/10	Edberg Anders	-56	Åkulla SK	3.33.10

41	M45/5	Albihn Arne	-51	Växjö LK	3.33.36
42	M12	Svensson Fredrik	-73	VAIS-Skideröföning	3.33.38
43	M50/7	Nicklasson Allan	-45	Skruve IF	3.35.08
44	M555	Jonasson Stig	-62	Einheits SK	3.36.56
45	M45/4	Magnus Per-Åke	SK Etlings Triathlon	3.37.09	
46	M35/5	Månsson Peter	-63	Växjö LK	3.37.51
47	M60/2	Fansson Ingar	-36	Växjö Norra IF	3.39.34
48	M55/8	Haryson Gerl	-42	Åkulla SK	3.41.37
49	M57/2	Eriksson Anders	-43	Åkulla SK	3.42.00
50	M40/11	Kvarforst Kjell	-59	Fredrikshofs FIF	3.42.50

51	M40/12	Andersson Kenneth	-58	Kisa SK	3.44.14
52	M60/3	Hällström Stig	-36	Fredrikshofs FIF	3.45.06
53	M13	Eriksson Mikael	-71	Växjö LK	3.46.28
54	M55/8	Söderström Stig	-43	Kvamsveden Golf	3.47.03
55	M14	Svensson Christer	-69	VAIS-Skideröföning	3.48.48
56	M15	Åberg Håkan	-73	FK Finn	3.54.00
57	M40/13	Yngvesson Sten-Göran	-58	IK Vasta	3.55.04
58	M50/8	Holm Bosse	-45	Göteborg	3.57.18
59	M50/9	Gustafsson Wåge	-61	Tranås AIF	3.57.21
60	M35/6	Andersson Göran	-46	Heleneholms IF	3.57.39

61	M50/10	Aschan Thomas	-47	Växjö Polisen	4.00.53
62	M35/7	Karlsson Hans	-62	Lenhovda IF	4.01.07
63	M50/11	Skogland Leif	-49	IK Favorit	4.01.51
64	M55/9	Sjöb Håkan	-40	Växjö LK	4.05.28
65	M55/10	Akesson K-Å	-44	Växjö LK	4.08.20
66	M60/4	Åkerlundh Bo-Inge	-38	Vj springer	4.09.23
67	M35/8	Bergmark Gunnar	-61	Växjö LK	4.11.24
68	M40/14	Rydberg Jens	-58	Växjö LK	4.12.10
69	M65/3	Bilman Tore	-30	Fredrikshofs FIF	4.14.31
70	M35/9	Stålgeren Christer	-64	F17 IF	4.14.40

71	M55/11	Krantz Jan	-42	Solvikigarna	4.15.13
72	M40/15	Gustavsson Owe	-56	IK Vasta	4.15.42
73	M55/12	Hvellid P-O	-43	Hammarby IF	4.16.33
74	M75/1	Henningson Martin	-22	Stockholm RRC	4.17.59
75	M16	Magnusson Tomaz	-70	Växjö LK	4.19.49
76	M50/12	Nordahl Christer	-46	Örebro AIK	4.23.59
77	M40/16	Adolfsson Conny	-54	IK Myrer	4.30.30
78	M70/1	Adolfsson Per	-29	IK Ymer	4.33.47
79	M45/5	Forsberg Håkan	-49	IFK Strängnäs	4.41.48
80	M65/4	Madsen Sven-Olof	-54	Hägers Runners	4.44.25
81	M55/13	Damstedt Kjell	-41	Hägers Runners	4.46.16
82	M50/13	Papp Kalman	-46	NIKO	4.48.16
83	M55/14	Orsing Hasse	-40	IFK Helsingborg	4.49.12
84	M75/2	Johansson Stig	-21	Team Blekinge LF	5.33.41

Endast DM				
K55	Andersson Ann-Marie	Hultfreds LK	4.34.44	
M45	Fylkianen Matti	Överums OK	4.14.44	
M55	Nilsson, Åke	Överums OK	3.54.47	

Dahlén Hans	Mälarenhöjens gång	3:54.39
Hälgren Per-64	Kalmar	4:00.55
Eckberg Bernth-37	Töreboda	4:04.37
Frisén Magnus-65	Lidköping	3:55.53
Fält Birger-68	Mälarenhöjens gång	3:37.55
Grönung Peter-67	Kalmar RC	3:37.09
Hörsvall Tommy-65	Ljufvikalet Kosta	3:27.37
Hörnberg Per-69	Växjö	3:13.21
Hulkvikt Ings-67	Sandsbro AIK	3:38.21
Jannerling Jon-Håkan-49	Ale 90 IK	4:19.42
Johansson Göran-60	Vais	3:46.26
Johansson Kjell-65	Aboda Klints Utsikt	4:05.20
Jonsson Jan-38	GöUF Tjalve	3:49.01
Jonsson Kenneth-61	Lunds lasarett	3:32.18
Karlén Nils-Olof-51	Lerhovda IF	3:55.41
Klein Jürgen-51	Info & Graph AB Häs	3:39.24
Kosmalaki Arnold-69	Värnamo	3:24.18
Lagerman Leif-57	Värnamo	4:04.29
Lindhe Ulf-61	ABB Business syst.	4:28.50
Linné Kent-70	Blåbäck bank AB	4:17.01
Lundström Bertil-52	Kalmar	4:43.28
Mendel Michael-73	POL	3:29.01
Nensen Dan-37	Team Bieklinge LF	4:07.07
Nilsson Hasse I-57	Info & graph AB	3:34.59
Nilsson Lennart-51	Ljufvikalet Kosta	3:50.11
Nilsson Nils-Olof-46	Team Bieklinge	3:23.54
Närenbäck Bertil-42	Växjö	5:10.26
Oivestad Tommy-54	Stockholm	3:19.49
Olsson Göran-66	Mörbylånga	3:40.13
Pettersson Eva-62	Trelleborg	4:36.43
Roslund Patrik-73	Kristinehamn	4:17.01
Sennerstig Cehå-53	TST IF	3:38.16
Stedt Nils-Gunnar-46	Linghem	4:52.19
Ström Birger-65	Vilstad GIF	3:10.42
Svensson Jan-52	Väckelsångs IK	4:17.45
Svensson Leif-44	IK Akele	4:03.41
Thörmlad Mats-61	Glasrikets RC	3:51.16
Tröger Jochen-41	Kalmar	4:25.40
Tromczanz Aina-39	Tingsryd	4:53.48
Varnarar Danny-74	Triathlon Väst	3:22.09
Wikell Ulf-67	GIK	4:40.59
Visén Bengt-60	Örebro AIK	4:53.24
Yrmen Sten-46	Mällila-Mörunda Ski	3:54.58
Ötman Ronny-67	Vais	3:48.59

DM-segrare med fet stil

VM99 Sevilla 1999-08-28

M			
1	Abel Antón-62	SPA	2:13.36
2	Vicenzo Modica-71	ITA	2:14.03
3	Nobuyuki Sato-72	JAP	2:14.07
4	Luis Novo-	POR	2:14.27
5	Danilo Goffi-72	ITA	2:14.50
6	Atsushi Fujita-76	JAP	2:15.45
7	Koji Shimizu-69	JAP	2:15.50
8	Martin Fiz-63	SPA	2:16.17
9	Simon Biwott-72	KEN	2:16.20
10	Daniele Caimmi-72	ITA	2:16.23
28	Alfred Shermweta-70	SWE	2:20.27
32	Anders Szalkai-70	SWE	2:23.18

Antal fullföljande: 65

VM99 Sevilla 1999-08-29

K			
1	Song-Ok Jong-74	PRK	2:26.59
2	Ari Ichihashi-77	JAP	2:27.02
3	Lidia Slavuteanu-Simon-73	ROM	2:27.41
4	Fatuma Roba-73	ETH	2:28.04
5	Eilfenes Alemu-75	ETH	2:28.52
6	Sonja Krollik-Oberem-73	GER	2:28.55
7	Maria Manuela M-63	POR	2:29.11
8	Kayako Obata-71	JAP	2:29.11
9	Claudia Dreher-71	GER	2:29.22
10	Chang-Ok Kim-75	PRK	2:29.26

18	MSöderström-Lundberg-60	SWE	2:35.25
----	-------------------------	-----	---------

Antal fullföljande: 42

RESULTAT NORGE

Under året har vi uppmärksammat norska maratonlopp lite mer än vanligt. Här kommer en uppföljning med resultat från lopp där svenskar deltagit. Maratonloppen Rett Vest i Florö, Ålesund, Suleskar, Namsos, Spetsbergen och Den norske fjellmaraton presenterades i Marathonlöparen nr 3.

I samtliga resultat står först de främsta totalt i M och K i tidsordning, därefter kommer klasser med svenska deltagare.

Hadeland Maraton 1999-05-22

KI/PI	Namn	Klubb/Nat	Tid
Totalt			
M			
Msen/1	Vidar Kværnvold	NOR	2:57.04
M40/1	Bjørn Gjerde	NOR	2:58.16
M30/1	Ole Tom Amlien	NOR	3:02.09
K			
K40/1	Å S. Smedhaugen	NOR	3:32.45

Klasser med svenska deltagare

M50/1	Reidar Olsen	NOR	3:16.30
M50/4	J H Jannerling	Ale 90 IK	3:57.04
M50/5	Leif Skogland	IK Favör	4:19.57
M55/1	Kjell Skogvang	NOR	3:22.21
M55/3	Dan Jarl	Håfrest. IF	3:43.30
M55/4	Hans Orsing	IFK Helsingb	4:39.22
M70/1	Kjell Mossberg	Ale 90 IK	4:28.59

Antal fullföljande: 31 män och 3 kvinnor

Jölster Maraton 1999-07-03

Totalt			
M			
Msen/1	Helge Hafås	NOR	2:31.11
M35/1	Jon Gjelle	NOR	2:43.01
Msen/2	S M Moen	NOR	2:50.38
M40/1	Bjørn Gjerde	NOR	2:55.55
M40/2	Rune Fosshelm	NOR	2:58.05
K			
K45/1	B E Birkeland	NOR	3:33.45
K50/1	Randi Wie	NOR	3:58.27

Klasser med svenska deltagare

M50			
1	Åge Årdal	NOR	2:58.59
15	Lennart Skoog	Stenungs. OK	4:09.17
M55			
1	S Esperås	NOR	3:00.51
13	Hans Orsing	IFK Helsingborg	4:52.38

Antal fullföljande: 66 män och 2 kvinnor

Midnight Sun Marathon Tromsø 1999-07-03

Totalt			
M			
M30/1	Nyquist, Tor Erik	NOR	2:26.48
M30/2	Skarpsno, Egil	NOR	2:26.51
M30/3	Sotiriopoulos, Christos	GRE	2:37.25
K			
K40/1	Karlishoj, Gitte	DEN	2:46.03

Klasser med svenska deltagare

M45			
1	Haug, Birger	NOR	2:49.30
14	Elding, Torbjørn	SWE	3:32.14
32	Sandberg, Tore	SWE	5:17.41
M50			
1	Parisotto, Carlo	ITA	2:56.20
24	Halde, Rolf	SWE	4:20.37

Antal fullföljande: 224 män och 34 kvinnor

Hardangervidda maraton 1999-07-31

Totalt			
M			
M35/1	Hafsås Helge	NOR	2:34.19
M40/1	Hoel Jan	NOR	2:44.47
M35/2	Berntsen F-T	NOR	2:52.24
M35/3	H K Magnar	NOR	2:55.48
M45/1	Lybeck Torodd	NOR	2:56.04
M35/4	Kloster Ivar	NOR	2:59.15
K			
K35/1	Tobiassen Kamilla	NOR	3:07.40
K45/1	Birkeland Britt-Elin	NOR	3:45.30
K35/2	Grieg Camilla	NOR	3:56.41

Klasser med svenska deltagare

M45			
	Adolfsson Conny	Ymer IK	4:54.45
M50			
1	Olsen Reidar	NOR	3:05.40
14	Jannerling J-H	Ale 90 IK	4:06.18
20	Skogland Leif	IK Favör	4:45.38

M55			
1	Esperås Steinar	NOR	3:06.27
12	Orsing Hans	Helsingb. IFK	4:39.11
M70			
1	Lundberg Ingvar	Gnosjö FK	4:31.37
2	Adolfsson Per	Ymer IK	4:36.57

Antal fullföljande: 93 män och 7 kvinnor

Kongsvinger Maraton 1999-08-07

Totalt			
M			
M17/1	Halland Jan	NOR	2:43.00
M35/1	Lien Steinar	NOR	3:04.09
M35/2	Thorsberg Finn	NOR	3:07.31
M45/1	Furholt Harald	NOR	3:08.43
K			
K65/1	Lorås Ingeborg	NOR	5:13.06

Klasser med svenska deltagare

M40			
1	Iversen Einar	NOR	3:13.52
3	Ainebring R	Boo IF	3:29.27
4	Nyqvist Jan	Vi Som Springer	3:39.51
M50			
1	Nyflot Ole	NOR	3:56.05
4	Söderström Stig	Kvamsveden	4:37.38

Antal fullföljande: 26 män och 1 kvinna

Ringeriksmaraton 1999-08-14

Totalt

M				
M40/1	Dick Arvidsson	NOR	2.50.16	
Msen/1	Erik Bjørnstad	NOR	2.56.24	
M35/1	Ole Tom Amlien	NOR	3.00.07	
K				
K35/1	Tove Lund	NOR	3.36.01	

Klasser med svenska deltagare

M40				
1	Dick Arvidsson	NOR	2.50.16	
4	Johnny Ringsby	SWE	3.20.02	

Antal fullföljande: 38 män och 1 kvinna

Halden Maraton 1999-08-21

Totalt

M				
M40/1	Gjerde Bjørn	NOR	3.03.36	
M40/2	Vik Arne Håkon	NOR	3.07.11	
K				
Ksen/1	Antonsen Hilde	NOR	4.35.19	
K40/1	Bygland A M	NOR	4.53.22	

Klasser med svenska deltagare

M50				
1	Olsen Reidar	NOR	3.19.56	
2	Baldursson Pall	NOR	3.29.21	
3	Englund Tommy	SK Glid	3.47.26	
7	Jannerling J-H	Ale 90 IK	4.21.27	
M55				
1	Engmo Terje	NOR	3.40.35	
3	Orsing Hasse	IFK Helsingb.	4.53.11	

Antal fullföljande: 25 män och 2 kvinnor

Trondheim Maraton 1999-08-29

Totalt

M				
M40/1	Stavö Arve	NOR	2.38.23	
M35/1	Gjeilo Jon	NOR	2.46.42	
M55/1	Siraas Per Magne	NOR	2.51.48	
Msen/1	Baglo Hans Jörgen	NOR	2.52.32	
M40/2	Gjerde Bjørn	NOR	2.54.12	
M45/1	Sergei Ivanov	NOR	2.58.48	
K				
K50/1	Sandvik Björg	NOR	3.33.07	
K45/1	Birkeland Britt-Elin	NOR	3.40.34	
K55/1	Bergsmyr Ama	NOR	3.56.24	

Klasser med svenska deltagare

M50				
1	Hansen Tormod	NOR	3.21.45	
7	Söderström Stig	Kvarnsv. Golf	4.35.25	

Antal fullföljande: 41 män och 6 kvinnor

Oslo Maraton 1999-09-04

Totalt

K				
K35/1	Mæhlum, Hilde	NOR	3.11.53	
K40/1	Ribe, Ellen	NOR	3.20.43	
M				
M21/1	Lau, Henrik Allan	NOR	2.34.07	
M21/2	Johansen, Helge	NOR	2.47.54	
M35/1	Schlytter, O A	NOR	2.51.07	
M55/1	Lunde, Tor Olav	NOR	2.54.18	
M40/1	Karlsen, Oddvar	NOR	2.54.47	
M35/2	Helland, K M	NOR	2.55.08	
M35/3	Hjermann, B K	NOR	2.56.10	
M45/1	Hunderup, Kaj	NOR	2.57.08	
M50/1	Frandsen, Poul	NOR	2.57.59	

Klasser med svenska deltagare

Msen				
1	Lau, Henrik Allan	NOR	2.34.07	
13	Löwendahl, Per	Team Ötrevligt	3.18.15	
17	Larsson, Niclas	Team Ötrevligt	3.25.02	
21	Wahlgren, Björn	Hällefors LK	3.29.31	
35	Mattsson, Bengt	Team Blekinge	3.42.13	
48	Nordfäll, Jens	Sverige	3.52.55	
69	Skollerhag, H	IK Sprint Väst	4.07.45	
70	Ehlinger, Peter	Sverige	4.08.43	
87	Gustafsson, A	Sverige	4.25.11	
105	Helmer, Fredrik	Sverige	4.47.24	

M35

1	Schlytter, Ole Arne	NOR	2.51.07	
20	Furhoff, Björn	IFK Skövde	3.35.24	
29	Simonsen, Frank	Häklet IF	3.44.38	

M40

1	Karlsen, Oddvar	NOR	2.54.47	
6	Karlsson, Göran	Team Blekinge	3.05.44	
20	Tapper, Gert-Ingve	Björntorps IF	3.34.33	
56	Nyquist, Jan	Vi Som Spring	4.22.44	
62	Berntsson, Göran	Sverige	4.34.05	
65	Osterdahl, Eric	Sverige	4.40.30	

M45

1	Hunderup, Kaj	NOR	2.57.08	
46	Johansson, Rune	Sverige	4.05.48	
67	Svensson, Göran	Sverige	4.44.38	
68	Englén, Lars-Ove	Husby AIK	4.53.19	

M50

1	Frandsen, Poul	NOR	2.57.59	
11	Orterfors, Sten	Orterf. Market.	3.33.12	
20	Nilsson, Nils-Olaf	Team Blekinge	3.39.39	
36	Englund, Tommy	SK Glid	3.53.11	
48	Barthel, Sven	Sverige	4.01.31	
50	Albinsson, Olle	Sverige	4.06.36	
52	Nilsson, Alf	Sverige	4.07.57	
55	Brågård, Jan	Sverige	4.10.49	
67	Jannerling, J-H	Sverige	4.22.11	
75	Mellkvist, A P M	Sverige	4.39.50	
76	Eriksson, Torbjörn	Sverige	4.41.52	
77	Skogland, Leif	IK Favör	4.46.10	

M55

1	Lunde, Tor Olav	NOR	2.54.18	
31	Ljungkvist, B-A	Team Blekinge	4.02.05	
34	Langemar, T	Sverige	4.09.03	
43	Söderström, Stig	Kvarnsv. Golf	4.38.23	
44	Orsing, Hasse	IFK Helsingb.	4.57.08	

M60

1	Stranna, Olav	NOR	3.36.30	
14	Engman, Ove	Elvans IF	4.52.20	

Antal fullföljande: 495 män och 41 kvinnor

Stemshaug Maraton 1999-09-25

Totalt

M				
Msen/1	Hans Jörgen Baglo	NOR	2.47.03	
K				
K65/1	Ingeborg Lorås	NOR	4.45.43	

Klasser med svenska deltagare

M55/1	Stig Söderström	SWE	4.19.55
M55/2	Hans Orsing	SWE	4.49.51

Antal fullföljande: 12 män och 1 kvinna

Drammensmaraton 1999-10-03 NM

Totalt

M				
M35/1	Terje Næss	NOR	2.20.44	
M35/2	Petter Antonsen	NOR	2.21.46	
Msen/1	Elliv Gjesdal	NOR	2.22.57	
K				
K35/1	Jorunn Rekkedal	NOR	2.46.03	
Ksen/1	Gry Wilhelmssen	NOR	2.50.21	
K35/2	Berry van den B	NOR	2.53.17	

Klasser med svenska deltagare

M55				
1	Oddvar Hausken	NOR	2.48.16	
18	Stig Söderström	Kvarnsved.	3.38.31	
30	Hans Orsing	IFK Helsingb.	4.41.49	

Antal fullföljande: 248 män och 21 kvinnor

Forts. från sid 7.

Kommentar: Värre än parodiska uttagningar är ingen uttagning alls. Den mest makabra, ja rena justitiemordet var sidsteppningen av Owe Malmqvist till Rom EM. Owe tålde värme, sexan i Rom hade 2.20 och tian 2.22, och ni kan räkna ut vad jag syftar på. Även ignorering av Östbye till Rom OS 60, var lika oförlätlig. Han var även kvalificerad för Mexiko OS, men ansågs för gammal (47 år) och inte värd denna resa heller. Trots att han ville betala resan själv, tack vare en privat insamling, tvingades han stanna hemma. Shooore Järnmyr vann OS-uttagningen 32, men fick inte resa av ekonomiska skäl. Till OS 72 fanns två kvalificerade (Urban Larsson och Ulf Håkansson) men ingen fick resa. Generositet sägs vara en dygd och i så fall var EM uttagningen 71 ett lysande föredöme, när tre löpare togs ut, men ingen var färdig för ett mästerskap. Man kan inte gärna begära att aktiva visar moral genom att tacka nej, vid exempelvis skada eller inte räcker till i konkurrensen. Detta misslyckande 71 medförde att det ställdes orimliga krav på dem som borde fått delta 72 och 74. Ju fler svenska misslyckanden, desto svårare för dem som kommer efter så att säga. Det är psykologiskt. År 1984 var det meningen att Annichen Kringstad (orienteringsvärldsmästare) skulle få OS-resan om hon gjorde under 2.40, men hon klarade inte tiden, och fick stryk i Stockholm av 18 (!) år äldre Evy Palm, som myglades bort från OS, trots att hon presterade klart under 2.40. Inkonsekvens, godtycke, åldersfixering och oförlätliga diffusa uttagningskriterier, skäms!!! Men fyra år senare kunde ingen förbigå 46-åringen, även om de försökte och ville sätta krokben igen, men det är inte så lätt när en svenska gör 2.31 i hård konkurrens och på kontrollmätt bana i London. Även öisaren Bo Johansson var kvalificerad till Mexiko 68, när 2.20 blev faktum på NM 68. Bosse var mer löpbegåvad än intresserad i sin korta löparkarriär utbytt mot modellflygintresse.

VÄRVNINGSKAMPANJ ? - JAVISST

Många av våra medlemmar har frågat om vi inte har någon värvningskampanj under 1999 och hur det gick i fjolårets kampanj.

Svaret är att vi officiellt inte har gått ut med någon aktiv värvningskampanj, men vi har noterat vilka som har rapporterat att de värvat en eller flera nya medlemmar. Tanken var att vi vid årsmötet i mars skulle lotta ut några priser i form av Ulf Johanssons löparbok "Att bli en bättre långlöpare", men som framgick i Marathonlöparen och i årsmötesprotokollet, så måste årsmötesförhandlingarna skyndsamt avslutas, då lokalen skulle utrymmas vid en tidpunkt som vi i förhand inte kände till. Någon tid för utlottning fanns helt enkelt inte!

Därför inbjuder vi nu sent omsider till en **värvningskampanj under tiden 980101-991231**. Vi kommer att lotta ut prylar ur vår egen kollektion och en del löparböcker samt ett speciellt pris till den som har värvat flest medlemmar. Precis som vid tidigare kampanjer gäller **en värvad medlem = en lottsedel**.

De nya medlemmar som nu värvas betalar årsavgiften för år 2000 och får dessutom det sista numret för detta årtusende (Nr 6 / 99), som beräknas utkomma lagom till julhelgen!

ALLTSÅ - VÄRVA OCH VINN !



Värva och vinn Värvningskampanjen

Namn: _____ Födelsedatum: _____

Adress: _____

Postadress: _____ Telefon: _____

Klubb: _____

Datum, ort, resultattid för mitt första maratonlopp: _____

Antal fullföljda maratonlopp: _____ Bästa tid: _____

Underskrift: _____

Rekomenderas av: _____

Insändes till Svenska Marathonsällskapet, Box 218, 101 24 Stockholm.
(Kopiera gärna denna blankett för medlemsansökan)