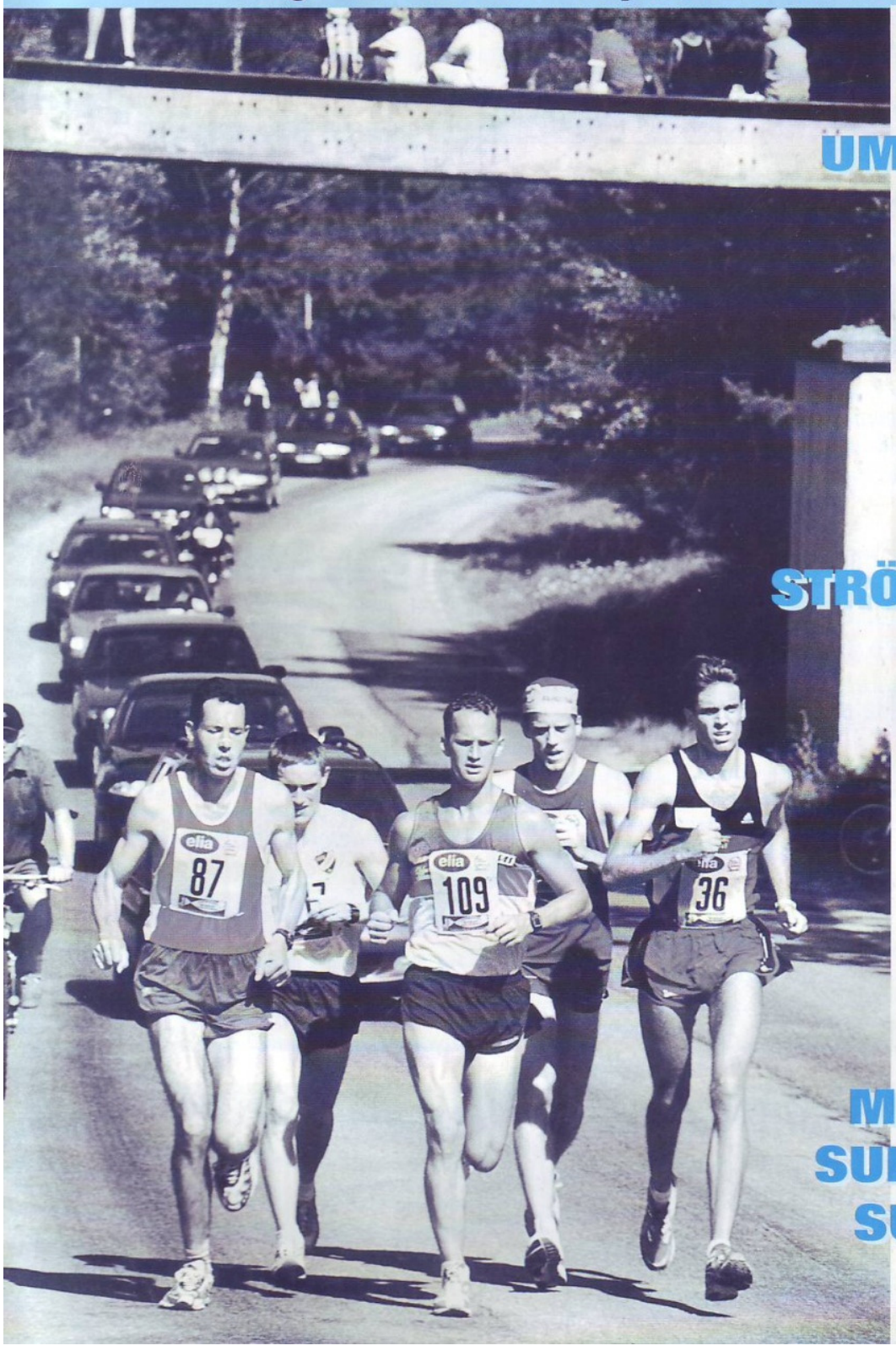
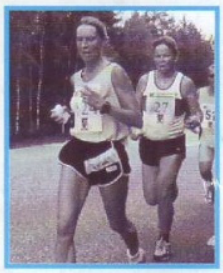
Marathon LÖPAREN

Årg. 35 Nr 180 September 4/2002



UMEMARAN



STRÖMMINGS MARAN



MONGOLIA SUNRISE TO SUNDOWN

Marathonlöparen
Box 218, 101 24 Stockholm
Utgiven av Svenska Marathonsällskapet,
Postgiro: 82607-3
Hemsida: www.marathon.se/marathonsallskapet

Ansvarig utgivare: Per-Arne Allensten
e-post: per-arne.allensten@home.se

Chefredaktör: Jan Lind
e-post:jan.berit.lind@hem.utfors.se

Redaktionsråd:
Jan Lind: 08-626 94 49
Leif Stening: 090-13 64 97
Jan Paraniak: 08-746 61 11
Per-Arne Allensten: 08-580 306 14

Layout och Tryckning: Trycksakskonsult, Stockholm
Distribution: AB Bergström Grevius, Farsta
ISSN 0283-1015

Svenska Marathonsällskapets styrelse
Ordförande/Reseansvarig:
Per-Arne Allensten, 08-580 306 14
per-arne.allensten@home.se

Vice ordförande/utmärkelseansvarig:
Jan Paraniak, 08-746 61 11
jan.paraniak@telia.com

Sekreterare:
Rebecka Gräsman, 08-520 183 74
rebecka.grasman@user.bip.net

Medlemsregistrator:
Anita Gustafsson, 08-26 61 18
anita.gustafsson@mbox304.swipnet.se

Kassör:
Robert Alnebring, 018-23 55 78
robert.alnebring@posten.se

Resultatredaktör:
Leif Stening: 090-13 64 97
leif stening@umehus7.ac.se

Kontaktombudsansvarig:
Ove Engman, 08-99 31 15

Informationsansvarig:
Annelie Buller, 08-798 72 08

Revisorer:
Jan Höijer, 08-651 27 88
Jan Lindblom, 08-520 165 52

Revisorsuppleant:
Tore Billman, 08-16 94 09

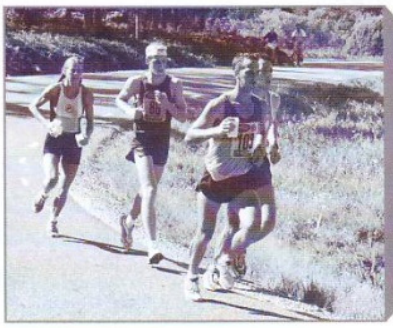
Valberedning:
Monika Simson, 08-756 07 92
Ann-Marie Andersson, 08-718 58 73
Mikael Hill, 08-532 540 01

Svenska Marathonsällskapets distriktombud

Blekinge: Bengt-Åke Svensson, 0455-507 66
Bohuslän-Dal: Leif Skogland, 0531-104 48
Gotland: Björn Jungnelius, 0498-27 23 17
Gästrikland: Kenneth Zettergren, 026-68 75 01
Göteborg: Frank Brodin, 031-795 21 43
Halland: Börje Mattisson, 0430-711 34
Hälsingland: Leif Danielsson, 0650-224 12
Jämtland-Härjedalen: Mats Zetterlund, 0670-122 88
Norrbotten: 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: Bertil Jansson, 0174-410 68
Värmland: Kauko Kaikkonen, 054-54 73 23
Västerbotten: Jarl Kollberg, 090-318 39
Västmanland: Roger Pistol, 0220-146 97
Örebro: Hugo Liss, 019-13 86 79

Nästa nummer utkommer c:a 10 december
Manusstopp: 15 november

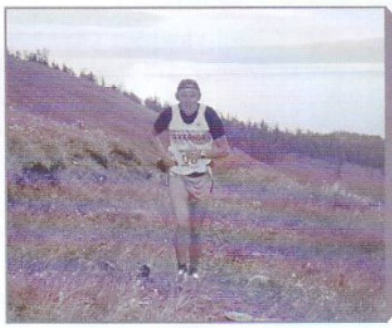
INNEHÅLL



6 **Strömmings Maran**



Öland Marathon 10



14 **Mongolia Sunrise to Sundown 100 km**

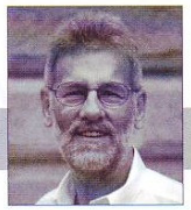


Umemaran 22

Varför minskar medlemsantalet?	**11**
Der Spielbanken Marathon Hannover	**12**
Turku Marathon	**20**
Kolarmora Marathon	**21**
Nattmara	**24**
21st Shakespeare Marathon	**25**
Säffle Maraton	**26**
Resultat	**27**

Omslagsbild: Täten i Strömmingsmaran i Sandarne efter 11.5 km *Foto: Jan Lind*

LEDAREN



Vilken härlig sommar vi har haft på de flesta ställen i landet, sol och värme i nästan två månader, men handen på hjärtat har inte träningen gått lite tungt och visst var det lätt att hoppa över några pass och bara njuta i solen. Men trots detta har vi haft några händelserika sommarmånader. EM i friidrott blev ju till något vi sent skall glömma och med en maratonavslutning där ålänningen Janne Holmén gav Finland en guldmedalj. Janne bor sedan ett antal år i Uppsala, vilket gör att som hans mamma sa i en tidningsintervju: ”alla svenskar kan ta åt sig lite av äran till guldet”.

Lena Gavelin fick sitt uppstickarstipendium i samband med prisutdelning vid S:t Olavsloppet i Östersund. Vi stod på Rådhustrappan i strålande solsken, och med tanke på applåderna så är Lena en mycket populär person och vårt stipendium blev en fin avslutning på prisutdelningen.

Midnattsloppet i Stockholm är tydligen ett lopp som många av våra medlemmar springer för där träffar man många bekanta. Som vanligt var stämningen på högsta nivå bland löpare och åskådare. Vi hoppas nu att det blir lika bra vid S:t Eriksloppet i september.

Efter att ha läst reportaget i Runners World från Dundret Dygnet och även fått muntliga rapporter, så ångrar jag att jag inte var med. Det verkar ha varit något alldeles extra, det var löpning i fjällterräng, gruvgångar, asfaltsvägar, och avslutningsvis upp till toppen på Dundret. Ove Engman som var med sa –”otroligt jobbigt, har aldrig varit med om dess like, men nästa år är jag här igen”, och han var inte ensam om den inställningen. Strömmingsmaran i Söderhamn blev en mycket varm och svettig historia. Själv passade jag på att springa mix-maran vilket räckte till. Många slet hårt och blev trots allt vatten uttorkande. Vätskekontrollerna var ungefär vid varje 5 km, vilket i denna värme kan tyckas var lite för få. Men å andra sidan var det många hemmalöpare som fick vattenlangning av cyklande kompis. Vad säger regelboken om denna typ av extra service till vissa löpare, det sker både på stora och mindre tävlingar. Men vi ser framåt och då vet ju alla att Vintermaran går i Kvarnsveden den 2 november och Veteran-SM i Maraton går i Umeå den 12 oktober

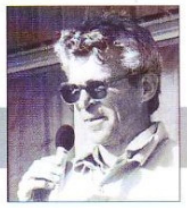
Hälsningar

PA

"Titta gärna in på vår hemsida marathon.se/marathonsallskapet och det nya "diskussionsforum" där du kan framföra dina åsikter."

MARATHON.SE
Löparnas plats på Internet
– direktanmälan till de stora loppen – träningsråd
– nyheter – idrottsmarknad – forum – butiker
Tel: +46 (0)498-25 86 00 | Fax: +46 (0)498-521 30
E-mail: webmaster@marathon.se | http://www.marathon.se

REDAKTÖREN TALAR



Jubileumsår:
2002 är för oss ett jubileumsår i flera sammanhang.

Som bekannt firades **Sällskapets 50-årsjubileum** på Piperska Muren i mars och nu i september fyller vår systerorganisation, **Den Norske Maratonklubb, 40 år.**

I **Söderhamn** sprangs i augusti den **20:e** och tyvärr sista **Strömmingsmaran.**
Den **30:e Umemaran** arrangeras i oktober (tillika veteran-SM) och i november anordnas **Vintermaraton** för **40:e året** i följd. Utöver dessa tre lopp har givetvis flera andra av våra maratonarrangörer firat olika årsjubiléer under året. Egentligen är det oegentligt, om man säger så att tala om jubiléum, när det gäller maratonloppen, eftersom dessa startade 1983, 1973 resp. 1963.

Tidningen Marathonlöparen:
Efter styrelsebeslut kommer Marathonlöparen liksom ifjol endast ut med fem nummer under året, i första hand beroende på det nuvarande ekonomiska läget. Detta nummer, liksom det dubbelnummer som beräknas utkomma omkring **10 december** hoppas vi dock skall bli fullmatade med intressant läsning för våra medlemmar.
Anledningen till svackan i vår ekonomi är främst de allt högre priserna på utmärkelserna (statyetten och glastrofén), att allt flera erövrar dessa, vilket vi finner glädjande och i och för sig har räknat med, samtidigt som medlemsavgiften varit oförändrad under åtta år. Enl. årsmötets beslut höjs avgiften nästa år med 50:- , vilket räcker för att ekonomin skall komma i balans igen.

Hemsidan:
Vi fortsätter att utveckla hemsidan och kommer där att speciellt uppmärksamma **Vintermaran** med fortlöpande information inför det fyrtionde loppet. Redan nu finns historik och poängställning i de olika klasserna inför årets tävling.
Snälla, snälla .... Glöm inte **diskussionsforum,** där Du kan ställa frågor och framföra Dina åsikter, och där vi i styrelsen ger aktuell information.

Med detta vill vi önska alla en riktigt god fortsättning på löparåret och hoppas på flitigt deltagande i de maratonlopp som återstår, Vänersborg, Göteborg, Umeå, Växjö, Vintermaran i Kvarnsveden och Luciamarathon i Bovallstrand.

Jan Lind

Inlägg

Vem bör hedras?

Har med nöje läst Rebeckas hyllning i senaste Marathonlöparen till dem som alltid kommer sist. Dock har jag vissa invändningar i hennes sätt att utse dem som verkligen skall hedras.
Man kan ju vara bäst på olika sätt. Det traditionella sättet är ju att visa sig bäst genom att segra. Sen finns det ju antisättet; kan man inte höra till segrarna så kan man ju vara bäst på att vara sämst. Jämför backhopparen Eddie "The Eagle" Edwards som ju var en urusel backhoppare men som pga. av detta fick närmast hjältestatus.
Så jag anser att de som alltid kommer sist redan får den uppmärksamhet de förtjänar. Jag har själv varit med och hyllat de sista när de gått i mål.
De som verkligen skall hedras, här talar jag i egen sak det medges, är den stora massan av löpare som aldrig vinner eller kommer sist. Det är vi som älskar löpningen, tränar för att bli så bra vi kan bli ställer upp i tävlingar för vår egen skull. Vi vet att vi aldrig har med slutsegern att göra . Vår insats är att fylla ut startfältet och gå i mål utan att uppmärksammas och aldrig få några utmärkelser. Möjligen en medalj på veteran-DM, tack vare få startande.
Nej, kära Rebecka, det är där de som verkligen bör hedras finns. Om jag inte är helt fel ute så tror jag att du också hör hemma där.

Sven Molin

BREV TILL REDAKTIONEN:

Hej Jan,

I nummer 166 (Maj 2/2000) av Marathonlöparen, återfanns en artikel om mig, som Du avslutade med orden: "Ja, Per är onekligen en intressant personlighet och det skall bli spännande att se vad han företar sig i fortsättningen.
Jag ger Dig nu möjligheten att följa upp denna "utfästelse" med en artikel som handlar om mig och en långdistanssimning i Kroatien. (Delvis till min egen förundran har jag faktiskt genom koncentrerad träning klarat av något som jag inledningsvis såg som en stor utmaning, framför allt genom tidsgränsen, trots att det handlar om min specialitet.)

Jo, jag är fullt medveten om att detta inte har speciellt mycket med Marathon att göra annat än i den bemärkelsen att denna simning i de flesta fall skulle rubriceras som en, just det, "marathonsimning".
Dock finns det här åtminstone ett prejudikat. I nr 159 (Febr. 1/99) finns en artikel med rubriken "Lotta och Monika siktar på Grönland", vilken följs upp i nr 161 (Juli 3/99) med artikeln "Lottas och Monikas grönländska äventyr". Två artiklar alltså som är långt ifrån det sedvanliga innehållet.
Inte för att simning kanske ligger så där väldigt mycket närmare, men jag har i åtskilliga seriösa artiklar om idrottsskador, också i Marathonlöparen, läst att kan man inte löpträna så finns det alternativträning varav simning brukar nämnas.
Jag har hållit på med simning sedan jag var åtta år och jag kan fortfarande inte förstå hur det skall gå till att alternativträna med simning, om man inte redan är en god simmare, d.v.s. kan crawla en längre distans utan besvär. Och om man nu **är** en så god simmare, och det **är** så bra med simning också för löpare, varför då inte prova på en utmaning istället för det vanliga löpharvandet år efter år. Och om man inte är det. Desto mer utmaning. Göta Kanal-simmet är 7200meter.

Artikeln om simningen kan broderas ut med åtskilligt kulturellt material, Stari Grad har minnen av såväl greker som romare, men innan jag skriver någonting ytterligare, så vill jag veta om artikeln kommer att beredas plats eller inte.

Uthålliga hälsningar

Per Wengström

(Detta är en något förkortad version av Pers brev, som han har godkänt för publicering.)

Ja Du Per!

Du har helt rätt i att jag avslutade min artikel om Dig med ..... det skall bli spännande att se vad han företar sig i fortsättningen. Lika sant är att jag har skrivit och publicerat artiklarna om Lottas och Monikas skidäventyr på Grönland.
Eftersom Din artikel har publicerats i K-G. Nyströms löpartidning "Vi som springer", så har 10-15 % av våra medlemmar redan haft möjligheten att läsa den, men då den innehåller mycket som kan ha intresse även för oss maratonlöpare med Dina förberedelser, själva tävlingen, återhämtningen, prisceremonien m.m. och atmosfären omkring detta evenemang, så kommer vi att ta in den på vår hemsida, där även andra intresserade kan ta del av den. På så vis tror jag Du når ut till ännu flera, än om vi skulle publicera den i Marathonlöparen. Dock vill jag inte gärna uppmuntra någon av våra medlemmar att försöka sig på 15760 meter simning i Adriatiska Havet. Då bör man, som Du själv påpekar, ha tränat simning sedan unga år. Red.

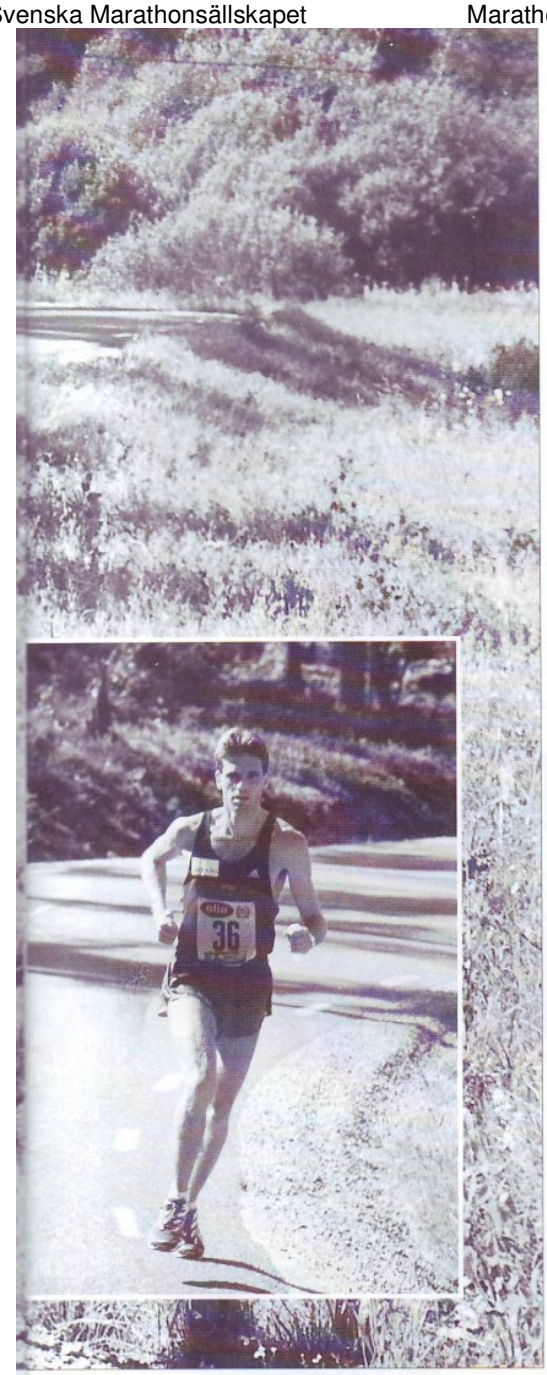


Pär Södergren, Mikael Forsling och Anders Ekström efter 25 km ..... jagas av en sammanbiten Johan Sand (infälld).

Starten gick i 27 graders värme och mycket riktigt var det just dessa fyra tillsammans med **Anders Ekström** från Kilafors, som snabbt gick upp itäten och höll ihop i c:a 15 km, då Martin tvingades släppa. Johan, som haft magproblem under flera kilometer, nödgades uppsöka toalett efter 23.5 km och tappade därmed närmare tre minuter. Han satsade sedan hårt på att hinna ikapp trion framför sig och lyckades ta in två minuter, men tappade sedan mark. Under tiden hade Anders tvingats bryta, så Johan sprang in på



Starten för sista Strömmingsmaran har just gått.



VARMT SOM VANLIGT I ÅRETS STRÖMMINGS-MARA

Årets lopp, som lockade 140 anmälda, och ytterligare ungefär lika många på Mix-maran och Tjejstimmet, innehöll flera intressanta namn, vilket borgade för en oviss utgång av loppet. På startlinjen fanns bl.a. fjolårssegraren ***Martin Gidewall,*** *vinnaren –98 och –99,* ***Mikael Forsling,*** *skidåkaren* ***Pär Södergren*** *(bror till Anders, som vann femmilen på årets SM) och* ***Johan Sand,*** *segrare i Bromöllamaran i år.*



Lars-Erik Larsson (47), Åke Lindgren (206), Joakim Önnemar (92) och Jan Paraniak kämpar på i ett uppförslut.

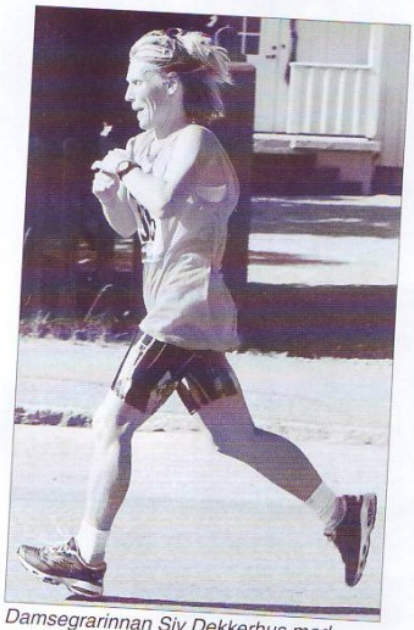
en meriterande tredjeplats efter segrande Pär och tvåan Mikael.

F.ö. kan noteras att **Tommy Sjöström** (4:a totalt) gjorde ett av sina bästa lopp på länge, att pappa **Christer Gidewall** endast kom två placeringar efter sonen Martin och att **Sten Odenblad** gjorde en gedigen insats i 60-årsklassen, som han vann fem minuter före **Kjell-Ove Skoglund.**

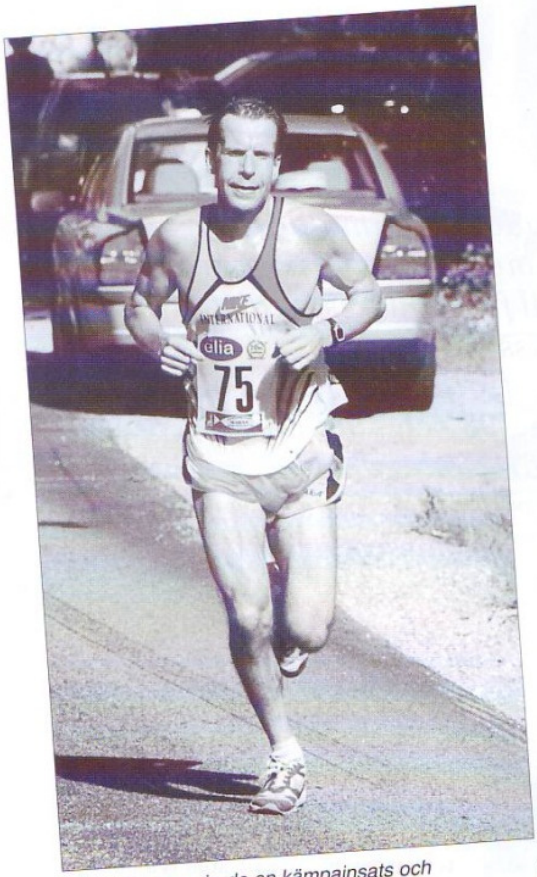
Banrekordet 2.18.14 är från år 1987 och hålls av **Mohamed Rutiginga** från Tanzania, som numera enl. obe-



Bosse Olsson, som sprungit samtliga Strömmingsmaror, kollas in av Christer Gidewall.



Damsegrarinnan Siv Dekkerhus med speciell armföring.



Bengt Sjöberg gjorde en kämpainsats och kom 10:a totalt.



Håkan Albinsson (232) låg bra till i Sandarne, men tappade mark mot slutet. (Sprang han med 50-skylten hela vägen?)

kräftade rykten är taxichafför i Mexiko! Bäste svensk är **Jan-Ivar Westlund** som vunnit loppet två gånger med 2.25.42 som bästa tid. Damrekordet hålls av **Meeri Bodelid** från 1986 på 2.54.20, f.ö. enda dam under tre timmar. Nu skall man dock veta att bansträckningen har ändrats flera gånger, men delar av banan har alltid varit ganska tuffa med några långa motlut

I samband med prisutdelningen tackade vår ordförande Per-Arne arrangörsföreningen för tjugo års förtjänstfulla arrangemang och överlämnade vårt standar som ett ringa tack för vår uppskattning!

20:e Strömmingsmaran:

SISTA MARAN MED GÄNGET

Söndagen 18 augusti var det tack- och avskedsföreställning för en av våra populäraste maror, nämligen ***Strömmingsmaran i Söderhamn,*** *den enda mara, som mig veterligen, fått en egen musiklåt (genom* ***Thore Skogman****, som själv har sprungit loppet).*

Text och foto: *Jan Lind*

Inspirerade av Stockholm Marathon drog **Torbjörn Olsson** och **Gösta Frunk** 1983 igång det första maratonloppet, som kom att bli en del av stadens sommarfestival, Strömmingsleken. Eftersom man lyckades övertala Brobergs bandylegend **"Dallas" Sedvall** att ställa upp blev loppet direkt en stor succé och ett verkligt folknöje. Varje år sedan dess har Söderhamnsborna gått man ur huse för att heja fram löparna. Stor hjälp har man också haft av **Hälsinge-Kuriren,** som varje år tävlingsdagen kört runt och gratis delat ut sin tidning med hela startlistan och intressanta specialartiklar om deltagarna och dagen efter har det funnits utförliga reportage och fullständiga resultatlistor. Heders åt en lokaltidning och en lokalbefolkning, som har stöttat Strömmingsmaran på detta suveräna sätt!

Torbjörn Olsson berättade för mig vid något tillfälle att Strömmingsmaran behöver 330-350 funktionärer tävlingsdagen, så man kan verkligen förstå att det ligger mycket jobb bakom arrangemanget. (Som jämförelse kan nämnas att Ölands Marathon, som jag besökte veckan innan, förvånansvärt nog klarar sig med 22 funktionärer. Så det beror ju väldigt mycket på banans beskaffenhet och det geografiska läget.)

Banrekordet, 2.18.14 är från 1987 och hålls av **Mohamed Rutiginga** från Tanzania, som numera enl. obekräftade uppgifter är taxichaufför i Mexiko! Bäste svensk är **Jan-Ivar Westlund**, som vunnit loppet två gånger med 2.25.42 som bästa tid. Damrekordet hålls av **Meeri Bodelid** från 1986 på 2.54.20, f.ö. enda dam under tre timmar.



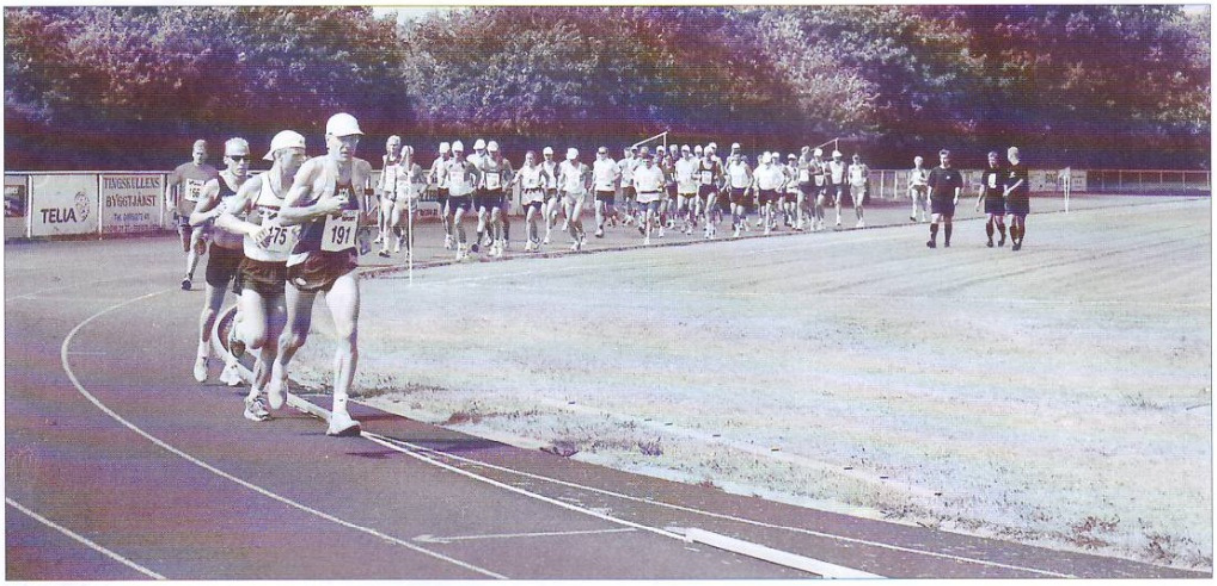
Per-Arne Allensten delar ut Sällskapets standar till Strömmingsmarans representant. Tävlingsledaren Gösta Frunk i bakgrunden.

Nu när maratonloppen i Hudiksvall, Svågadalen och Söderhamn lagts ned är det givetvis vår förhoppning att någon annan förening i Hälsingland skall känna sig manad att ta vid där Strömmingsmaran slutade, och tankarna går osökt i första hand till **Iggesunds SK** med sina många duktiga maratonlöpare, eller kanske ett samarrangemang mellan flera Hälsingeklubbar.
Det vore synd och skam med tanke på det stora publikintresset för maratonlöpning i detta distrikt och med möjligheten att få Hälsinge-Kuriren som sponsor, om inte detta blir verklighet! Kan vi i Sällskapet hjälpa till så gör vi det mer än gärna!

Slutligen vill vi från Sällskapets sida tacka alla funktionärer med **Torbjörn Olsson** och **Gösta Frunk** i spetsen för alla de tjugo år, som vi har fått glädja oss åt detta storartade evenemang.
Tyvärr fick inte Torbjörn uppleva årets jubileumslopp p.g.a. en utställning i Göteborg, där man inte kunde undvara honom, men 18 gånger har varit "marangeneral" och speaker. **Hjärtligt tack!**

Erik Gerdin överlägsen i Öland Marathon

*Det blev som väntat **Erik Gerdin**, som segrade i årets **Öland Marathon,** som avgjordes lördagen 10 augusti i c:a 26 graders sommarvärme med en lätt nordostlig vind.*



Erik Gerdin ledde loppet från start .....

Text och foto: *Jan Lind*

Från första steget inne på Högby IP och ända fram till målet efter 2.45... låg Erik i "pool position". – Ett av de tuffaste lopp, som jag har sprungit, konstaterade Erik, värre än i Kristianopel t.ex, som även det var mycket tufft.



.....till mål.

I damklassen segrade **Susanne Johansson** från Växjö LK, som passerade hemmafavoriten **Anita Jönsson** (f.d. Jalles TC) på det sista 14-kilometersvarvet.

Detta var tionde gången som **Högby IF** arrangerade Öland Marathon om man räknar med premiären i november 1980. 1981-1993 arrangerades istället **Ölandsbro Marathon** med start i Kalmar och målgång i Borgholm tillsammans med **IFK Borgholm,** men därefter tröttnade denna förening, sägs det, p.g.a. för mycket arbete och för lite inkomster.
Högby IF, däremot tog tag i arrangemanget igen, som numera anordnas i **Löttorp**, på norra Öland.
I samband med prisutdelningen hade undertecknad nöjet att dela ut **Sällskapets hedersstatyett** till **Högby IF,** samt **förtjänstdiplom** till **Lasse Hansson, Carl-Gustaf Nilsson, Sten Medelius** och **Rune Persson.**

Utförligt reportage med flera bilder kommer i nästa nummer av Marathonlöparen.



Sällskapets förtjänstdiplom utdelades till Carl-Gustaf Nilsson, Sven Medelius, Lars Hansson (och Rune Persson som saknas på bilden)

Del 1 av 2

VARFÖR MINSKAR MEDLEMSANTALET?

... och vad är det för fel på oss andra som fortfarande är medlemmar i Sällskapet? Som ett rakt streck uppåt steg medlemsantalet från c:a 10 år 1952 till 455 år 1971, och efter en medlemssanering följande år sjönk det till 310 för att åter stiga år 1973 till 444, och därefter en brant linje uppåt som ***kulminerade år 1985 med rekordet 3212.*** *Därefter har kurvan konstant planat nedåt (utom år 1995 då ökningen blev 55) till* ***1624 medlemmar*** *det senaste året* ***2001. Medlemsantalet har alltså ungefär halverats från toppåret 1985.***

Text:*Åke Lutner*

Ett bekant faktum är att den svenska elitbredden var som störst under åttiotalet med hundra löpare på 2.32 eller bättre under toppåret 1983, för att sedan sjunka till 2.46 år 1993 och sju år senare till 2.50.
För tjejerna är tendensen den motsatta med 3.56 för 100:e plats år 1982 och 3.43 år 2000. Dock är detta ingen adekvat jämförelse då 1982 var första året som den kvinnliga statistiken kunde uppvisa minst 100 löpare. Om vi däremot studerar den tionde bästa löperskan, så visar åren 1986 och 1991 de bästa med 2.47 resp. 2.48. Det var förresten också de åren som de värsta barnsjukdomarna hade övervunnits vad gäller korrekt banmätning i Sverige.

Maratonintresset var alltså i många avseenden störst under åttiotalet, men har detta satt avtryck i Sällskapets medlemskartotek? Vilka slutsatser kan man dra av korrelationen antalet deltagare på årsmötena och medlemsantalet? År 1984 kom rekordet 70 årsmötesdeltagare till Vällingby och det året var medlemsantalet 2873 (fjärde högsta någonsin till antalet). Den näststörsta årsmötesfrekvensen; 60 deltagare i Landskrona 1985 och Stockholm / Jakthornet 1997. För det senare året kan nämnas att medlemsantalet var 1917; en mångårig konstant minskning alltså. En studie av statistiken kan övertygande visa att det inte finns något samband mellan årsmötesfrekvens och högt medlemstal. Det måste vara något speciellt som attraherar medlemmarna, men vad? Det intressanta är väl kanske inte hur många som befolkar årsmöteslokaler; antalet genom historien har mestadels legat mellan 20 och 40, och det är väl ingen vågad gissning att det så kommer att förbli. Bara för styrelsen att inrätta sig.

Är månne medlemstidningen för ointressant? Innehåller den för få kändisreportage om kvinnor som på ett lysande sätt förverkligat sin könsroll, för många resultatlistor, för få novelltävlingar och korsord, för mycket text och för få bilder, för lite bergsklättring och äventyrssporter och för mycket maratonlöpning???

Visst är det enkelt att hävda att många yngre avskräcks redan i skolan att satsa på en maratonkarriär senare i livet, när den sympatiske idrottsläraren småretas med ungarna efter en kilometertävling, att de springer saktare än de bästa maratonlöparna gör på hela distansen. Det finns ju så många andra sporter som är roligare än maraton. För att inte tala om dataspel och umgås med tjejen eller killen o.s.v.

Vi kan alla fortsätta att gissa varför medlemsantalet sjunkit, men endast en enkät bland dem som gått ur kan ge objektiva svar. Följande frågor kan ställas: Varför blev Du medlem? Hur länge var Du medlem? Varför gick Du ur? Vad var bäst och sämst med Sällskapet? Vad måste förbättras? m.fl. frågor.

Allt kan bli bättre
Styrelseledamöterna kan ju börja med att presentera sig själva i "Marathonlöparen" och berätta om sin bakgrund, varför de vill satsa sin tid och vilka visioner de har för Sällskapet o.s.v. Det skulle säkert uppskattas av de nya medlemmarna, och även av oss äldre ....
Eftersom medlemspotentialen finns inom Stockholm Marathon krävs effektivare marknadsföring, och överhuvudtaget ....
Om bara medlemmarna vill ställa upp kan man göra mycket som t.ex. telefonrådgivning, som i regel styrelsen inte har så mycket tid för ....

Tack Åke för detta inlägg, som skrevs innan föregående nummer av tidningen, och som verkligen manar till eftertanke. Som Du såg presenterades där vår nye styrelsemedlem Leif Stening. Vi kommer att fortsätta att presentera styrelseledamöter och kontaktombud och har också en hel del andra idéer inför den närmaste framtiden. *Red.*

En mara i Mäss-staden Hannover.

Text: Barbro Bertilsson Paraniak

Hannover Marathon gick iår av stapeln söndagen den 5:e maj. Dit reste Janne, Henrik och jag i full förhoppning om att lägga en ny stad till våra tidigare marathonerövringar.

Bakom oss hade Janne och jag detta år en motvindsmara i Kållered, en kall och hård motvindsmara i Vällingby, och en Sätermara i konstant ösregn plus motvind mot slutet.

Frågan var om vi skulle ha vädrets makter med eller emot oss den här gången. Det såg dystert ut. När vi på fredagen landat, hittat till hotellet och beslutat oss för att gå ner till nummerlappsutdelningen, satte det igång att regna och fortsatte hela kvällen, hela lördagen, och alla väderprognoser talade om regn även på söndagen.

Bortsett från vädret fann vi Hannover vara en mycket trevlig och gästvänlig stad. Nummerlappsutdelningen var väldigt ståndsmässigt placerad i "Neue Rathaus" (eftersom Henrik är ganska väl bevandrad i tyska språket kunde han förklara för en orolig anglikanskt influerad undertecknad att Rathaus inte hade något med råttor att göra utan att det betydde "Rådhus"). Där kunde man bland alla funktionärsbord även beskåda glasmontrar med modeller över Hannover i medeltid, strax före andra världskriget, efter detsamma (stor grushög) och i modern tid. Det visade sig också morgonen före loppet att Rådhuset också fick fungera som provisoriskt omklädningsrum.

När vi gick ut för att äta mötte vi också en varm gästvänlighet och fick glada tillrop om lycka till, när man såg på vår klädsel (Svenska Marathonsällskapets overallsjackor och T-shirts från diverse marathon-



Barbro och Jan Paraniak.

lopp) att vi skulle delta i söndagens arrangemang. Maten serverades i stora portioner – inte för att vi såg ut att behöva det utan det verkade helt enkelt vara standard där i Hannover.

Hotellet vi bodde på var ett litet familjedrivet (tror vi) hotell med härliga duntäcken och lite "bed and breakfast"-stuk över matsalen. Litet nedslitet var det kanske, men vi sov väldigt gott och frukosten var fräsch, väl tilltagen och god, och det är ju huvudsaken. Mycket prisvärt i alla fall. Några av de övriga gästerna skulle tydligen också springa maran, för det visade sig att frukosten skulle serveras en timme tidigare på söndagsmorgonen än normalt, dvs. kl 6.00. Starten skulle gå kl 9.00. Vi blev dock lite förvånade att vi var de enda som kom ner och åt frukost så tidigt. Kanske de andra hade missat pastaladdningen och kört med "humle- och malt-laddning" istället.

Hur blev det med vädret då? Jo faktiskt, uppehåll hela tiden och nästan lite sol t.o.m. då och då. Vilken tur! Janne och jag sprang "tillsammans". Vi har en liten metod att Janne får kuta på i full karriär och sedan stanna upp och vänta på mig vid varje kilometermarkering, samt vid vätskekontrollerna. Det brukar vara bra för att hålla mig motiverad att "röra på sidfläsket" även när jag blir lite trött och drabbas av min obligatoriska tre-mila-depression, men frampå slutet har vi upptäckt att det kan reta lite gallfeber på andra trötta löpare som inte känner till vår överenskommelse. En tysk dam, som jag senare passerade, verkade väldigt irriterad och trodde förmodligen att Janne bara var ute efter att glänsa och driva gäck med övriga löpare.

Tråkigt nog var Henrik tvungen att bryta men Janne slutade på 4:38.51 (brutto) efter att ha lotsat runt mig som lyckades göra årsbästa på 4:40:48 trots att det bara var en vecka sedan vi sprungit Sätermaran.

Normalt efter att ha erövrat ännu en stad, och cashat in troféen i form av en medalj brukar man ju vilja gå ut och äta festmåltid tillsammans – det hör ju till på nå't sätt. Dessutom var det ju också Henriks födelsedag. Men jag skulle vidare till en konferens i Annecy för jobbets räkning och hade ett tåg till Hamburg för vidare flygtransport att passa. Det skulle gå kl 16.18 så med tanke på att vi gått imål klockan 13:45 ca fanns ju inte så mycket utrymme för firande för min del. Det var också lite nervöst att behöva tänka på det under loppet, så det där är något jag inte rekommenderar. Jag fick helt sonika lämna grabbarna åt sitt öde. Vad jag har förstått hade de i alla fall haft väldigt trevligt och blivit väl omhändertagna av en godsint krögare som bjöd på öl. Och dagen efter när de skulle åka hem så regnade det igen.

Lite mera fakta kring Hannover-maran:
Tvåvarvsbana som startar och slutar vid nya rådhuset.
Ett tiokilometerlopp, en halvmara och inlines-lopp arrangeras samtidigt. Halvmaran startar samtidigt med helmaran.
Antal deltagare på helmaran i mål år 2002: Damer: 129 Herrar: 1017

Resultat: Marathonlöparen 3/2002.

40:e Vintermaran

den 2 november 2002

Bor du i Stockholmsområdet?
Följ med på vår bussresa till Kvarnsveden och Vintermaran den 2 november.
Vi kommer att chartra en buss som avgår från Stockholm Central kl. 07.00 och med återresa efter prisutdelningen.
Bussen kommer i år att gå Stockholm - Uppsala - Sala - Kvarnsveden.
Priset för denna resa är sek 300:-
Sista anmälningsdagen är den 1 oktober, (men vänta inte för länge redan nu finns ett antal bokningar).
Anmälan direkt till Per-arne.allensten.home.se eller telefon 08-58030614 (18-22), 070-762 3964.

Mongolia Sunrise to Sundown 100 km

Låter det inte spännande att springa i Mongoliets berg. Det tyckte jag också. Spänningen började redan när det var dags att planera resan. Egentligen tycker jag inte om att trötta läsarna med praktiska detaljer om resan men i detta fallet gör jag ett undantag. Första resebyrån, som bevisligen hade resor till Mongoliet, kunde inte göra något för mig eftersom jag ville stanna minst en vecka. Nästa resebyrå svarade inte men senare fick jag klart för mig att de inte kunde boka flyget. Tredje resebyrån, som alltid tidigare har plockat fram bra resor till konstiga ställen, ville inte ha privat personer som kunder längre.

Text och foto: *Robert Alnebring*

Nästa sak att ordna är visum. Det borde bara vara att ringa ambassaden. Nu finns det ingen ambassad Sverige. Utrikesdepartementet skickade mig till Mongoliets London ambassad. De behagade inte svara. Via resebyrån, den tredje som jag via bakvägar fått att bokat biljetter, fick jag tag på ett konsulat i Göteborg som kunde ordna visum, trodde jag. Dagen innan avresa uppdagade jag att det bara var ett honorär konsulat och sådana kan inte utfärda vilka visum som helst. Och inte var det någon på konsulatet som svarade så jag fick lov att åka utan att veta om de skulle släppa ut mig ur landet på det visum jag hade fått.

Loppet ska gå vi Hovsgol sjön i norra Mongoliet. Det går inrikesflyg dit men de klarar inte sådana här invasioner, vi är nästan åttio personer som kommit för loppet som deltagare funktionärer, skeppsbyggare eller supportrar. Utan vi tar oss dit med ett chartrat plan. Piloten sätter ner planet mjukt och fint. Därefter börjar det studsa över grästuvorna. Det finns 26 flygplatser i Mongoliet, 18 av dessa med en "naturlig" landningsbana, det här en av dem. Någon ankomsthall finns inte men några jeepar står och väntar på att ta vårt bagage. Själva får vi jogga 3-4km till närmsta by där vi ska ta båten (en av tre passagerarbåtar i hela Mongoliet) till vår destination. Om någon undrar över skeppsbyggare ovan så var det två personer som skulle hjälpa till med att bygga en ny båt.



Robert vid starten.



Kämpar i en backe.

Under resan hit, speciellt under sju timmars väntan i Moskva, hade jag funderat lite på om det var värt alla bekymmer med dessa udda resmål och om jag inte i fortsättningen skulle hålla mig till mer lättåtkomliga ställen. Men väl framme i Camp Toilogt, som ligger mycket vackert mellan bergen och sjön, så infinner sig friden och jag inser att visst var det värt det resan.

Camp Toilogt är en liten tältby för turister. Den är stationär så man har



Skön musik efter banan.

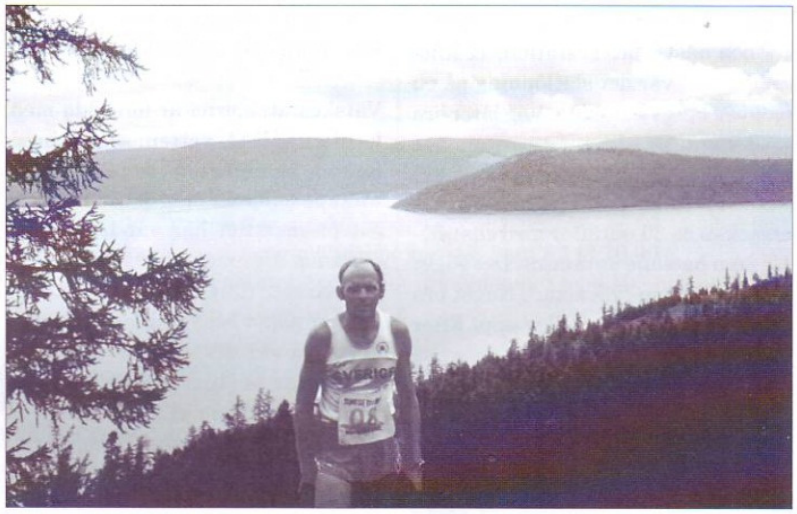
lyxat till det med ordentligt golv annars är det de vanliga tälten, ger, som större delen av landsortsbefolkningen bor i.
Mongoliet låter avlägset, speciellt om man säger Yttre Mongoliet (Inre Mongoliet är en del av Kina idag). Så avlägset borde det inte vara det är ju trots allt världens 15:e största land som dessutom ligger mitt i Centralasien. Men befolkning uppgår bara till ca 2,5 miljoner Särskilt folkrikt har landet aldrig varit. Men tidvis har det varit mäktigt. T ex för 800 år sedan erövrade mongolerna halva den då kända världen och det var mongolfolk som inspirerade kineserna att bygga den kinesiska muren för 2000 år sedan.

Förberedelser

Dagen före loppet är det obligatorisk läkarundersökning. Säkerhetsmedvetandet är ganska stort rent allmänt. Till exempel så ska den obligatoriska utrustningen som varje löpare har med sig bland annat innehålla: Regnkläder, lampa, överlevnadsfilt, nödproviant och kompass.

Vad gäller regnkläder så hade jag lyckats hitta väderprognoser för området innan jag åkte. Det verkade regna stup i ett så jag var beredd på en våt och kall dag. Dagarna innan loppet hade det dock varit fint, soligt och 25-30 grader varmt. Hellre det än att under en massa timmar bli nedkyld. Dessutom skulle ju regnet göra sankmarkerna ännu blötare och i värsta fall skölja bort den biologiskt nedbrytbara färgen som markerade banan.

Kvällen innan var det förstås pastaparty med, den i det här sammanhanget inte alltför ovanliga rätten, spagetti och köttfärssås. Det var påfallande många av västerlänningarna som var vegetarianer, så dom fick sin spagetti utan köttfärssås. Mongoler, som är ett köttätande folk, gjorde tvärt om. De åt köttfärssåsen och lämnade spagettin.



Robban poserar i en otrolig vy.

Loppet

Tävlingsdagen startar med att tävlingsledaren blåser revelj 3.15. Det är första gången som jag blivit väckt av en riktig revelj. Till frukost har vi dagarna innan fått pankakor och korv, denna dag har pankakan ersatts av en extra korv. Mongolerna är som sagt ett köttätande folk.

Det lilla men internationella startfältet, vi är 59 löpare från 18 länder, samlas nere vid sjön. Fast på startlinjen är vi bara 58 den sista hade blivit fördröjd av den marokanska rättvisan. Han var på väg och skulle starta lite senare.

Starten går halv fem. Det är lite kyligt och regnet hänger i luften. Att vi är vid sjöstranden gör inte saken bättre. Det skiljer ca fem grader från strandkanten och 75 meter upp på land. Sjön är kall och djup, 800 meter, den lär innehålla mellan en och två procent av jordens sötvattens reserver. Den första milen går mer eller mindre nära sjön så temperaturväxlingarna kommer snabbt. Det regniga vädret håller i sig hela dagen men det blir aldrig något kraftigare regn. I efterhand kunde jag konstatera att det var perfekt väder, inte så kallt att man blev nedkyld och inte så varmt att vätskeintaget blev ett bekymmer.

Den första biten går på en smal skogsstig. Loppets namn är som sagt "sunrise to sunset" och det är en antydan om den tid man har på sig. Nu stämde det inte riktigt vid starten så är det fortfarande mörkt. Visserligen har alla en lampa med sig men jag hade dimensionerat min efter att möjligen i värsta fall behöva den sent på natten. Inte använda när jag med på friska ben startade. Nåväl dagen är lång och det ingick hursomhelst i mina planer att starta lugnt.

Några olyckor händer inte på denna stig men när vi kommer ut på en jeepväg står ett par på öronen. Bland annat en av de fyra deltagande läkarna. Hon springer resten av loppet med blodig. Som läkare kan man väl inte låta några amatörer behandla sig.

Än så länge har vi hållit oss nära sjön men snart svänger vi inåt landet och upp mot den första backen och loppets högsta punkt 2300 m över havet, en stigning på drygt 700 meter. Efter krönet börjar vi åter komma in på små stigar. Dessa försvinner snart ut i gräsfält och sankmark. Nästa backe kommer strax efteråt. Den är något lägre än den första men nu är det inga stigar alls ett tag utan rätt ut i skogen.

Efter denna backe är det åter lite vägliknande igen och tillbaka till lägret och marathonpasseringen. Trettio av de startande var anmälda till 100 km men endast 14 av dessa vågade sig ut på det andra, 58 kilometer långa, varvet. För min del var passeringen ca två och en halv timma långsammare än vad jag borde ligga på en vanlig mara. Jag borde alltså inte vara speciellt tagen. Nu var det dessutom dags för den etapp som borde vara lättast. Från 42 kilometer och nästa vätskestation, 12 kilometer bort var det slätlöpning på en jeepväg längs stranden. Väg låter bra med väg men någon autostrada var det inte riktigt. Ett par dagar senare åkte vi jeep längs den vägen. Då tog sträckan ca 30 minuter med chaufförer som hetsade varandra. Det säger kanske lite om "vägarna". Något bra tempo fick jag inte heller upp. Efter halva sträckan till stationen får jag eskort av en ryttare som hindrar att jag sjunker alltför mycket i tempo. Exakt vad syftet med eskortryttaren är vet jag inte. Här var det i alla fall inte någon risk att springa fel. Det kanske var tänkt lite som sällskap. Med fjorton löpare på 100 kilometer så blir det lite glest. Jag ser för övrigt inte någon löpare under hela det andra varvet.



Gunnar Fahen kämpar på.

Förutom på vätskestationerna ser jag inte många personer. Några som har slagit upp sina tält längs banan tittar ut och jag möter några ryttare som är ute på tur. Annars är det mest hästar, jakar och kor som utgör åskådarna.

Efter lite salt te på 54-kilometers stationen är det dags för den tredje rejäla backen. Naturen har förändrats. På den första rundan var det mest rejäl granskog. Nu uppe på denna högplatå är det betydligt mer öppen terräng. En början på den grässtäpp som Mongoliet är känt för.

Vätskestationerna är försedda med, förutom salt te, vatten, soppa, bröd, torkade bananer mm. Jag förknippar torkade bananer med chips liknande skivor men det här var hela minibananer som mer påminde om russin och som fungerade utmärkt. Om det var något bekymmer med stationerna så var det inte servicen utan att det var så långt mellan dem. Det fanns sju stycken vilket gör att den som springer på banrekordet har i genomsnitt drygt en och en halv timma mellan varje station. För den som utnyttjar maxtiden är det två och en halv timma mellan varje station.

Uppe på högplatån får jag sällskap av eskort nummer två. Han manar på hästen med "cho, cho" för att hålla jämna steg med mig. Jag vill åtminstone tro att han manar på och inte håller igen den. Efter några torra flodfåror och någon halvmil så vänder min eskort och jag får fortsätta ensam ner mot sjön.
Väl nere vid sjön är det raka vägen tillbaka. Så "bara" var det inte jag hade totalt glömt småbackarna på slutet. Det är lite som på Lidingöloppet. Där pratas det mest om Aborrbacken, men som alla löpare vet är golfbanebacken som ställer till bekymmer där den lömskt dyker upp när man tror att det bara är slutspurten kvar. Likadant är det alltså här även om en proportionerna är något annorlunda här är spurten två mil och backarna upp till 100 meter höga.

Vid några tillfällen blockerar en bligande jak vägen. Jag funderar lite på hur en ilsken jak beter sig. Nu är det inga ilska djur jag möter så jag slipper få reda på det. Dagarna innan loppet var det däremot några som blivit attackerade av en folkilsken ko. Strategiskt nog höll till alldeles utanför lägret så vi under loppet fick passera den två gånger vid varvningen samt vid målgången. Den fick snabbt namnet den "galna kon" men under loppet så sker inga incidenter.

Då kon inte är något hinder kan vi raskt storma vidare mot målet och sista hindret, nämligen målskynket. Skulle det vara ett hinder? Ja det är ett hinder, det sitter nämligen 1,50 över marken. Jag funderar ett tag på att dansa limbo under men av någon anledning så är jag stel i kroppen och litar inte riktigt på min smidighet och avstår.

Det blev mongolisk seger i de båda marathonklasserna och i herrarnas 100 km. Medan en brittiska var snabbast av damer på 100 km. Snabbaste herre på 100 km hade 11:12, vilket var en förbättring av det gamla banrekordet med över en timme. Officiellt var maxtiden 18 timmar men det var inga protester mot de som var ute längre tid och de sista löparna gick i mål efter solnedgången. Fast riktigt



Robban sliter.



Målgång.

sist var de inte, den försenade löparen hann bara första varvet första dagen och fullföljde det andra varvet dagen efter. Segertiden på maran var 5:09 och genomsnittstiden nästan 8 timmar. Jag kommer bara på ett lopp i Europa där maxtiden är så hög som åtta timmar. Till saken hör att det inte var några nybörjare som ställde upp, en av mongoliskorna hade fått äran att representera Mongoliet i OS.

Efter loppet kunde en hel del intressanta gång stilar iakttas. Men inget av detta märktes under banketten där det dansas friskt.

VÄXJÖ MARATHON

LÖRDAGEN 19 OKTOBER 2002

Helmarathon med fullständig klassindelning på en mycket flack och snabb åttavarvsbana runt Växjösjön i centrala Växjö.

Start:
Kl 11.00 vid Simhallen.

Avgift:
200:-

Anmälan:
Senast 12 oktober till Växjö Löparklubb postgiro 24 99 90-3

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

Upplysningar:
Växjö Löparklubb, Alegatan 20, 352 40 Växjö, Tel/fax: 0470-478 30,
(säkrast måndag 19-21, i övrigt tel-svarare).
Epost vaxjoloparklubb@telia.com www.run.to/vaxjoloparklubb

UPPSTICKAREN



I samband med prisutdelningen för S:t Olavsloppet fick Lena Gavelin mottaga Sällskapets "uppstickar"-stipendium på Rådhustrappan i Östersund.

Del 3 av 3

ERIK ÖSTBYE – 80 ÅR (i fjol)

Som utlovades i nr 5-6 / 2001 följer här äntligen fortsättningen på ***Åke Lutners*** *artikel med Erik Östbyes resultat i mästerskapstävlingar och samtliga 156 maratonlopp, som han hittills har sprungit.*

Text: *Åke Lutner*

ALLA DM-GULD

1954	25 km	1.25.08	Falköping
1955	25 km	1.21.51	Skövde
1959	10000m	1.42.06	
lag Örgryte IS (Erik Östbye, Hans Henriksson, Sven Eriksen)			
1959	25 km	1.23.31	
1960	10000m	31.59.8	
1961	30 km	1.50.28	
1962	30 km	1.41.22	
1963	10000m		
lag Örgryte IS (Bengt-Åke Olsson, Erik Östbye, Olle Engman)			
1964	10000m	1.37.29	
lag Örgryte IS (Bo Johansson, Erik Östbye, Olle Engman)			
1965	10000m	1.37.29!!!	
lag Örgryte IS(Bo Johansson, Erik Östbye, Olle Engman)			
1968	30 km	1.44.05	
1969	Maraton	2.38.28	
1970	Maraton	2.24.34	Sävedalen
1971	Maraton	2.38.19	Sävedalen
1972	30 km	1.49.35	Hindås
1973	30 km	1.43.31	Hindås
1974	Maraton	2.34.51	Hisingen
1975	Maraton	2.34.43	Hisingen
1976	Maraton	2.26.35	Hisingen
1977	Maraton	2.27.05	Göteborg/Särö

ALLA SM-LOPP

Pl	Dist	Tid	Plats	Datum
10.	25 km	?	Gävle	21.9.1952
5.	25 km	1.25.02	Arboga	2.8.1953
10.	25 km	?	Halmstad	26.6.1954
5.	Maraton	3.08.25	Sätrabrunn	31.7.1995
3.	25 km	1.23.15	Ljusdal	25.9.1955
?	25 km	?	Trollhättan	21.10.1956
16.	Maraton	3.00.19	Arboga	13.7.1957
3.	Maraton	2.40.03	Stockholm	13.7.1958
2.	25 km	1.22.09	Göteborg	28.9.1958
1.	Maraton	2.32.28	Köla	19.7.1959
2.	25 km	1.21.15	Kungsbacka	4.10.1959
2.	25 km	1.26.47	Sundsvall	25.7.1960
1.	Maraton	2.18.32	Hälsingborg	26.8.1961
4.	30 km	1.41.21	Visby	5.7.1962
2.	Maraton	2.34.08	Gävle	12.8.1962
10.	30 km	1.47.34	Göteborg	1.9.1963
10.	Maraton	2.59.43	Göteborg	15.9.1963
4.	30 km	1.40.26	Ludvika	16.8.1964
1.	Maraton	2.25.57	Södertälje	13.9.1964
2.	30 km	1.38.09	Uppsala	10.7.1965
1.	Maraton	2.23.55	Tibro	10.10.1965
9.	30 km	1.44.26	Umeå	26.6.1966
2.	Maraton	2.27.32	Olofström	25.9.1966
3.	Maraton	2.25.58	Skövde	13.8.1967
3.	30 km	1.44.15	Hindås	27.7.1968
3.	Maraton	2.26.31	Malmö	21.8.1968
2.	30 km	1.37.08	Falkenberg	13.7.1969
3.	Maraton	2.32.18	Sollentuna	17.8.1969
8.	30 km	1.42.08	Enhörna	25.7.1970
16.	Maraton	2.38.16	Skänninge	19.9.1970
8.	Maraton	2.30.57	Håverödal	29.6.1974
18.	Maraton	2.38.46	Skänninge	22.5.1976
14.	Maraton	2.31.03	Karlstad	5.6.1977
46.	Maraton	2.46.17	Karlskrona	6.8.1980
25.	Maraton	2.42.52	Stockholm	27.6.1981

ALLA NM-LOPP

Pl	Dist	Tid	Plats	Datum
6.	Maraton	2.33.01	Pori, FIN	30.8.1959
12.	Maraton	3.02.50	Göteborg	13.7.1963
7.	Maraton	2.29.56	Helsingf,FIN	15.8.1965
2.	Maraton	2.27.24	Köpenh,DEN	16.9.1967
5.	Maraton	2.20.55	Reykjav, ISL	6.7.1968
5.	Maraton	2.26.11	Kongsv, NOR	28.6.1969



Erik som segrare i 65-års klassen vid Ölandsbro Marathon 1990. Foto: Jan Lind.

VETERAN MÄSTERSKAPS MERITER

Pl	Dist	Tid	Plats	Datum
2. VM M40-49 år	maraton	2.29.24	Baarn, HOL	25.5.1968
2. EM M40-49 år	25 km	1.22.07	Bensberg, BRD	17.5.1969
5. VM M40-49 år	maraton	2.31.42	Skövde	17.5.1970
1. VM M50-59 år	25 km	1.25.27	Karlovy Vary,	11.7.1971
1. RM M50+	maraton	2.29.42	Sollentuna	21.11.1971
1. VM M50-59 år	maraton	2.25.19	Bensberg, BRD	16.9.1972
1. RM MSO-59 år	maraton	2.29.14	Göteborg	19.11.1972
1. VM M50-59 år	25 km	1.30.34	Isle of Man, GBR	20.5.1973
1. RM M50-59 år	maraton	2.45.29	Södertälje	25.11.1973
1. VM M50-54 år	maraton	2.33.04	Paris, FRA	19.5.1974
1. RM M50-59 år	maraton	2.35.04	Enhörna	24.11.1974
1. RM M50-59 år	maraton	2.44.20	Enhörna	23.11.1975
1. VM M55-59 år	maraton	2.34.22	Coventry, GBR	15.8.1976
1. RM M50-59 år	maraton	2.34.08	Stockholm	21.11.1976
1. VM M55-59 år	10 km	?	Brügge, BEL	juli 1977
1. VM M55-59 år	25 km	1.28.48	Brügge, BEL	juli 1977
1. VM M55-59 år	10000 m	34.13.4	Göteborg	8.8.1977
2. VM M55-59 år	5000 m	16.35.3	Göteborg	10.3.1977
1. VM M55-59 år	maraton	2.38.38	Göteborg	13.8.1977
5. RM M50-59 år	maraton	2.53.53	Väckelsång	20.11.1977
2. RM M50-59 år	maraton	2.42.00	Göteborg	18.11.1978
1. RM M50-59 år	maraton	2.46.17	Karlskrona	6.8.1980
1. RM M60-69 år	maraton	2.42.52	Stockholm	27.6.1981
1. NM M60-65 år	maraton	2.44.54	Kil	26.9.1982
1. EM M65-69 år	maraton	3.05.21	Malmö	2.8.1986
1. SM M65-69 år	maraton	2.54.00	Östhammar	13.9.1986
2. SM M65-69 år	maraton	3.18.50	Säffle	8.8.1987
1. SM M65-69 år	maraton	3.17.02	Göteborg	8.10.1989
1. NM M65-69 år	maraton	3.10.17	Eslöv	29.7.1990
1. SM M70-74 år	maraton	3.15.57	Eslöv	8.9.1991
1. SM M70-74 år	maraton	3.20.03	Söderhamn	15.8.1993
1. SM M70-74 år	maraton	3.35.11	Borås	26.8.1995
1 SM M75-79 år	maraton	4.00.15	Borgholm	15.8.1998

LAGTÄVLINGAR (VM OCH EM

1. EM Solvikingarna (Erik Östbye, Gösta Hallberg, Alf Spångberg) 1969
2. EM Sverige (Erik Östbye, Gösta Hallberg, Peder Malm) 1969
1. VM Solvikingarna (Erik Östbye, Gösta Hallberg, Evert Nyberg) 1970

1. VM Sverige (Bo Nordqvist, Erik Östbye, Gösta Hallberg) 1970
1. VM Solvikingarna (Erik Östbye, Evert Nyberg, Gösta Hallberg) 10,71
2. VM Sverige (Erik Östbye, Evert Nyberg, Bo Nordqvist) 1971
1. VM Solvikingarna (Erik Östbye, Evert Nyberg, Gösta Hallberg) 1972
3. VM Sverige (Erik Östbye, Carry Jansson, Bengt Järnhester 1972
1. VM Solvikingarna (Erik Östbye, Gösta Hallberg, Walter Berggren) 1974
2. VM Sverige (Erik Östbye, Gösta Hallberg, Walter Berggren) 1974
l. VM Sverige (Erik Östbye, G Andersson, H Ekström, H Åberg) 1977

Anm.: I RM 1971 i Sollentuna var äldsta tävlingsklassen M50,därför endast plustecken som markering.

ALLA MARATONLOPP T.O.M. ERIK ÖSTBYES 80 ÅRSDAG

3.08.25	Sätrabrunn	SM	5	M		31.7	1955
3.00.19	Arboga	SM	16	M		13.7	1957
2.40.02	Stockholm	SM	3	M		13.7	1958
2.32.27	Köla	SM	1	M		19.7	1959
2.33.01	Pori, FIN	NM	6	M		30.8	1959
2.20.20	Klintehamn		1	M		2.10	1960
2.18.32	Hälsingborg	SM	1	M		26.8	1961
2.38.38	Kosice, TCH			M		8.10	1961
2.39.07	Stockholm		2	M		16.6	1962
2.34.09	Gävle (10)	SM	2	M		12.8	1962
2.40.42	Kosice, TCH		8	M		7.10	1962
2.40.45	Stockholm		7	M		15.6	1963
3.02.50	Göteborg	NM	12	M		13.7	1963
2.59.43	Göteborg	SM	10	M		15.9	1963
2.33.44	Stockholm		1	M		13.6	1964
2.48.58	Kosice, TCH		30	M		8.8	1964
2.25.56	Södertälje	SM	1	M		13.9	1964
2.23.05	Boston, USA		10	M		19.4	1965
2.31.07	Stockholm		1	M		12.6	1965
2.29.56	Helsingfors (20)	NM	7	M		15.8	1965
2.24.17	Elverum, NOR		2	M		12.9	1965
2.27.32	Olofström	SM	2	M		25.9	1965
2.23.55	Tibro	SM	1	M		10.10	1965
2.20.21	Stockholm		4	M		20.11	1966
2.31.52	Lund		1	M		27.5	1967
2.34.54	Stockholm		5	M		10.6	1967
2.25.58	Skövde	SM	3	M		13.8	1967
2.27.24	Köpenhamn	NM	2	M		16.9	1967
2.20.12	Handen		1	M		26.11	1967
2.29.25	Baarn, HOL (30)	VVM	2	M40		25.5	1968
2.28.06	Lund		1	M		1.6	1968
2.28.33	Stockholm		2	M		8.6	1968
2.20.55	Reykjavik	NM	5	M		6.7	1968
2.26.30	Malmö	SM	3	M		21.8	1968
2.30.34	Täby		4	M		1.12	1968
2.23.56	Sollentuna		3	M		7.6	1969
2.26.11	Kongsvinger, NOR	NM	5	M			
28.6	1969						
2.32.18	Täby	SM	3	M		10.8	1969
2.27.09	Husum, BRD		2	M			23.8
1969							
2.38.28	Göteborg (40)	DM	1	M		14.9	1969
2.26.04	Skövde		6	M		30.11	1969
2.31.42	Skövde	VVM	5	M40		17.5	1970
2.32.35	Klintehamn		5	M		8.8	1970
2.38.16	Skänninge	SM	16	M		19.9	1970
2.24.34	Sävedalen	DM	1	M		18.10	1970
2.30.06	Enhörna			M		22.11	1970
2.28.48	Malmö		1	M		16.5	1971
2.37.00	Klintehamn		2	M40	(6)	7.8	1971
2.38.19	Sävedalen	DM	1	M		9.10	1971
2.29.42	Sollentuna (50)	RM	1	M50	(5)	21.11	1971
2.27.50	Malmö		3	M		14.5	1972
2.25.19	Bensberg, BRD		VVM	1	M50	(3)	
	16.9	1972					
2.29.14	Göteborg	RM	1	M50	(12)	19.11	1972
2.31.30	Malmö		2	M		8.4	1973
2.39.45	Lund		1	M		29.9	1973
2.45.29	Enhörna	RM	1	M50	(21)	25.11	1973
2.29.20	Malmö		1	M50	(4)	7.4	1974
2.33.04	Paris, FRA	vvm	1	M50	(3)	19.5	1974
2.30.57	Häverödal	SM	8	M		29.6	1974
2.33.59	Skänninge (60)		1	M40	(3)	17.8	1974
2.34.51	Göteborg	DM	1	M50	(3)	1	22.9	1974
2.35.04	Enhörna	RM	1	M50	(12)		24.11	1974
2.35.45	Klintehamn		1	M50	(8)		12.7	1975
2.36.01	Skänninge		1	M50	(5)		16.8	1975
2.34.43	Göteborg	DM	1	M50	(3)	1	21.9	1975
2.44.20	Enhörna	RM	1	M50	(36)		23.11	1975
2.29.32	Vällingby		1	M50	(3)		14.3	1976
2.31.02	Malmö		1	M50	(6)		4.4	1976
2.38.46	Skänninge	SM	18	M			22.5	1976
2.34.22	Coventry, GBR (70)		VVM	1	M55		(15)	
	15.8	1976						
2.26.35	Göteborg	DM	1	M50	(1)		19.9	1976
2.34.08	Rinkeby	RM	1	M50	(18)		21.11	1976
2.29.51	Vällingby		1	M50	(6)		13.3	1977
2.34.01	Malmö		1	M50	(12)		3.4	1977
2.31.03	Karlstad	SM	14	M			5.6	1977
2.38.38	Göteborg	VVM	1	M55	(21)		13.8	1977
2.27.05	Göteborg	DM	1	M50	(1)		18.9	1977
2.32.01	Lund		1	M50	(2)		24.9	1977
2.53.53	Väckelsång	RM	5	M50	(51)		20.11	1977
2.42.00	Göteborg (80)	RM	2	M50	(32)		18.11	1978
2.40.43	Bromölla		1	M50	(6)		5.7	1980
2.46.17	Karlskrona	RM/SM	1	M50	(46)		6.8	
1980								
2.51.48	Vällingby		1	M60	(16)		22.3	1981
3.05.36	Malmö		2	M60	(25)		5.4	1981
2.41.36	Landskrona		1	M60	(2)		9.5	1981
2.58.42	Trollhättan		1	M60	(7)		12.6	1981
2.42.52	Stockh.	RM/SM	1	M60	(25)		27.6	1981
2.42.03	Stockholm		1	M60	(90)		15.8	1981
2.45.14	Göteborg	DM	1	M60	(22)	8	19.9	1981
2.45.39	Aten, GRE (90)		16	M			20.10	1981
2.53.08	Linköping		1	M60	(137)			
14.11	1981							
3.15.42	Malmö		2	M60	(64)		4.4	1982
3.08.00	Trollhättan		1	M60			17.4	1982
3.04.00	Stockholm			M			5.6	1982
2.45.27	Örebro		1	M60			3.7	1982
2.49.39	Uddevalla		1	M60	(23)		14.8	1982
2.47.55	Göteborg	DM	1	M60	(28)	12	18.9	1982
2.44.54	Kil	VNM	1	M60	(4)		26.9	1982
2.56.44	Köping		1	M60	(64)		23.10	1982
2.59.46	Stockholm (100)		1	M60	(324)			
13.11	1982							
3.15.27	Landskrona		1	M60	(29)		7.5	1983
3.01.47	Skellefteå		1	M60			2.7	1983
2.55.05	Uddevalla		1	M60	(20)		6.8	1983
2.51.33	Göteborg	DM	1	M60	(21)	6	17.9	1983
3.07.28	Köping		1	M60	(70)		22.10	1983
2.58.30	Stockholm		1	M60	(211)			
12.11	1983							
2.57.57	Vällingby		1	M60	(49)		31.3	1984
2.58.06	Trollhättan		1	M60	(18)		14.4	1984
3.10.25	Säter		1	M60	(37)		28.4	1984
2.52.01	Landskrona (110)		1	M60	(10)		12.5	1984
2.47.26	Örebro		1	M60	(73)		30.6	1984
2.53.24	Borås		1	M60	(16)		14.7	1984
3.05.52	Norrköping		2	M60	(137)			5.5
1985								
2.58.16	Borås		1	M60	(23)		27.7	1985
2.57.32	Uddevalla		1	M60	(27)		17.8	1985
3.03.15	Landskrona		1	M65	(10)		5.4	1986
3.00.14	Norrköping		1	M65	(32)		4.5	1986
3.05.21	Malmö	VEM	1	M65			2.8	1986
2.54.00	Östhammar	VSM	1	M65	(38)		13.9	1986
3.14.03	Vällingby (120)		1	M65	(154)			9.11
1986								
3.10.50	Landskrona		1	M65	(21)		4.4	1987
3.18.50	Säffle	VSM	2	M65	(92)		8.8	1987
3.02.16	Köping		1	M60+	(33)			
17.10	1987							
3.06.07	Stockholm		1	M65	(96)		8.11	1987
3.10.51	Säter		1	M60+	(40)			
30.4	1988							
3.03.08	Göteborg	DM	1	M65	(7)	7	27.8	1988
3.22.35	Eslöv		1	M65	(20)		10.9	1988
3.17.10	Borgholm		1	M65	(60)		12.8	1989
3.10.33	Borås		1	M65			2.9	1989
3.17.02	Göteborg (130)	VSM	1	M65	(59)		8.10	1989
3.14.01	Vällingby		1	M65	(33)		1.3	1990
3.28.52	Landskrona		1	M65	(38)		29.4	1990
3.10.17	Eslöv	VNM	1	M65	(21)		29.7	1990
3.18.23	Borgholm		1	M65	(61)		4.8	1990
3.13.29	Borås		1	M65	(34)		1.9	1990
3.22.08	Göteborg	DM	1	M65	(43)	17	14.10	1990
3.15.57	Eslöv	VSM	1	M70	(38)		8.0	1991
3.26.05	Göteborg	DM	1	M70	(32)	13	13.10	1991
3.27.34	Vällingby		1	M70	(55)		28.3	1992
3.44.08	Vänersborg (140)		1	M70	(8)		22.8	1992
3.28.54	Göteborg	DM	1	M70	(41)	24	11.10	1992
3.20.03	Söderhamn	VSM	1	M70	(77)		15.8	1993
3.25.19	Borås		1	M70	(29)		28.8	1993
3.20.49	Vänersborg		1	M70	(17)		11.9	1993
3.24.17	Göteborg	DM	1	M70			10.10	1993
3.53.45	Trollhättan		1	M70	(36)		29.1	1994
3.40.56	Skara		1	M65	(38)		9.4	1994
4.14.29	Trollhättan		1	M70	(29)		14.5	1994
3.33.47	Vänersborg		1	M70	(28)		10.9	1994
3.52.48	Oslo, NOR (150)		5	M70	(63)		24.9	1994
3.35.11	Borås	VSM	1	M70	(78)		26.8	1995
3.56.16	Vänersborg		1	M70	(31)		16.9	1995
4.01.04	Växjö		1	M70	(85)		14.10	1995
3.54.35	Vänersborg		1	M70	(26)		14.9	1996
3.56.09	Växjö		1	M75	(81)		12.10	1996
4.00.45	Borgholm (156)		1	M75	(80)		15.8	1998

Anm: Inom parentes manlig totalplacering. Siffra därom till höger (senior) DM placering. DM 1993 saknas Östbye i Marathonlöparens resultatbörs. Smärre kompletteringar finns att göra ...

Källor: Marathonlöparen, Idrottsboken, Friidrott (bok och tidning), Konrad Hernelinds veteranskrift 70-talet, Solvikingen, egna resultatlistor, Erik Östbyes anteckningar och klippböcker.

I Marathonlöparen nummer 49/1979 sammanställde Tony Bristow, A Lennart Julin och Åke Lutner Östbyes 80 första maratonlopp t o m 18.11. 1978. Därefter hittade ÅL ytterligare 62 maror i Marathonlöparen och de 14 saknade i samarbete med Erik Östbye, som hjälpt till med övriga fakta i meritförteckningen.

TURKU ÅBO MARATHON

Fredagen den 28 juni på kvällen åkte vi en grupp bestående av 14 personer med Viking Line till den 773-åriga finska staden Åbo, där omfattande 775-årsfestligheter utlovas för år 2004.

Text : *Anita Gustafsson*

Vi anlände tidigt på lördagens morgon till Åbo och tog in på Hotel Marina Palace, Slottsgatan 32, Åbo. Till start utanför Stadsteatern hade vi endast en bro över floden Aura.

Söndagen den 30 juni klockan 12.00 startade Paavo Nurmi Marathon, detta marathon som har sprungits sedan år 1910. Först på förmiddagen var det ett kraftigt ösregn, som slutade plötsligt strax före start så vi fick även lite sol på vår löpning

I vår grupp var det 8 stycken, som sprang helmarathon och jag sprang halvmarathon.

Liksom 2001 sprang vi i år på MicroChip tidtagning med Champion chip på ena skon, detta gav oss nettotider. Banan är trevlig först förbi statyn av Paavo Nurmi, en dublett av statyn i Helsingfors, sedan ut i Ruissalo utanför Åbo åter in i city längs Aura upp förbi stadion och ytterligare ett varv för att sedan springa i mål på stadion.

Ulf Gustavsson som sprang sitt 105:e Marathon lider av svår diabetes och hans fru Viola brukar stå vid banan och se honom springa. Vid mindre lopp kan hon ha med något att äta till honom, men vid större finns det alltid vad han behöver, han brukar ha med eget vätskebälte. Stockholm Marathon 2001 var hans 100:e lopp. Bra att veta är att om Du anmäler Dig till Åbo Marathon i förväg är det bäst att betala samtidigt, då Du annars får betala sista dagens avgift som kan vara betydligt mer. Om Du till exempel i år hade betalat före 2002-03-31: avgift 33 Euro, före 2002-05-31: avgift 36 Euro, före 20002-06-20: avgift 45 Euro och 20002-06-21 - 20002-06-30: avgift 59 Euro, det är skillnad eller hur? Som svensk måste Du förstäss i förväg betala 60:- - 80:- kr i avgift för utlandsporto.

Vi åt hos Dennis, Slottsgatan, ett trevligt matställe med lämplig mat för Marathonlöpare.

Hotellet Marina Palace kan jag verkligen rekommendera, närmre kan Du inte vara starten, trevlig personal och efter loppet kan Du basta och simma på översta våningen eller sitta på balkongen och se ut över Aura.



Birgitta Jarring blev 2:a i 55- årsklassen för damer och Elisabeth Westerlund 4:a. Bästa tiden i vår grupp hade Robert Frykstedt 3.02.00 6:a (40år). Foto: Viola Gustavsson.



Från vänster Ulf Gustavsson och Olle Åhman. Ulfs tid: 3.48.23 (55 år) Olle blev 4:a (60 år) med tiden 3.35.49 efter Hugo Liss, som var 3:a. Foto: Viola Gustavsson.

Det var en ganska kall morgon när vi började förberedelserna för årets lopp. Vädret blev det bästa vi haft under loppets fyraåriga historia. En aning sol och mellan 16-19 grader varmt.

Kolarmora Marathon 2002

Tex: *Bertil L Jansson, tävlingsledare*

Vi hade 46 löpare föranmälda varav dock inte alla kom till start men kl 11.00 när starten gick bestod fältet av 48 löpare varav 42 män och 6 kvinnor. Procentuellt sett den största andelen kvinnor i fältet vi har haft på de fyra år vi tävlat.

Vi fick även i år en ny segrare i herrklassen nämligen Anders Karnfält från SEB IF. I damklassen vann Anna-Lena Hällgren, Bälinge IF, för andra året i följd.

Loppet utgjorde även VDM för Uppland och efter loppet under prisutdelningen delade Miles Fleetwood priser till förtjänta veteraner i olika klasser. Leif Eriksson från Uppsala fick av Jan Paraniak Marathonsällskapets statyett för 50 genomförda lopp enligt sällskapets regler.

Som vanligt noterades en del personrekord varav vi nämner Bo Dahlström (3:41:09) och Barbro Paraniak (4:24:22).

Prisbordet till löparna efter loppet var som vanligt mycket välfyllt och alla som var kvar på prisutdelningen (och de var de flesta) fick ett pris.

För första gången deltog en manlig hemmalöpare som även blev loppets genom tiderna yngsta deltagare. Bra jobbat David Wincent, Knutby IF och 21 år gammal (5:10:32).

Årets lopp fick ett så positivt mottagande bland de tävlande att vi direkt lovade att köra ett lopp 2003 (Femårsjubileum). 4 stycken löpare anmälde sig direkt. Ring 0174-41068 och anmäl er!

Lite statistik över åren:

Tävlande	Män	Kvinnor	Totalt
1999	56	4	60
2000	46	4	50
2001	60	8	68
2002	42	6	48

Segrare bland män och kvinnor

1999	TommySjöström, Kvarnsveden	2:57:17
	Ylva Ragne, Fredrikshof	3:43:09
2000	Bengt Olofsson, Östhammars FI	3:04:42
	Ylva Ragne, Fredrikshof	3:42:15
2001	Leif Hansson, Rånäs 4H	2:45:56
	Anna-Lena Hällgren, Bälinge IF	3:49:15
2002	Anders Karnfält, SEB IF	2:47:24
	Anna-Lena Hällgren, Bälinge IF	4:00:24

"Titta gärna in på vår hemsida marathon.se/marathonsallskapet och det nya "diskussionsforum" där du kan framföra dina åsikter."

Svenska maratonlopp 2002

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson	Övrig information	Arrangör
21 sep.	Vänersborg		0520-79553	Dan Jonasson	Fem varv, mest grusväg	LK TV-88
12 okt.	Göteborg	031-211589	0303-338899	Kent Johansson	Vändpunktsbana två gånger	Solvikingarna
12 okt.	Umeå	090-7865457	090-775168	Ivar Söderlind	Vändpunktsbana,Veteran-SM	Jalles TC
19 okt.	Växjö	0470-47830	0470-26572	Bengt Olsson	Åtta varv runt Växjösjön	Växjö LK
27 okt.	Mariehamn, Åland	+35818-19170	+35818-19177	Allan Korpi	Vändpunktsbana	IF Åland
2 nov.	Kvarnsveden, Borlänge	0243-232244			Tre varv, Vintermaran	Kvarnsvedens FIK
14 dec.	Bovallstrand, Bohuslän	0523-51143	Ivar Fjeldbo	Tio varv	IK Granit	

Birger Fält

Upplysningar om maratonloppen, och andra långlopp, i Norge kan erhållas av Jan Lind tel. 08- 626 94 49 eller mail jan.berit.lind@hem.utfors.se och i Finland av Leif Stening (f.d.Johansson) tel. 090-136497 eller Leif.Stening@soc.umu.se
På K-G:s hemsida, som Du når genom www.marathon.se finns tävlingskalender för Sverige, Norden och övriga världen. **Jan Lind**

UMEMARAN – pigg veteran

Umemaran jubilerar i år med sin 30:e upplaga och är därmed ett av landets äldsta levande marathonlopp. Andra helgen i oktober ståtar loppet med status som Veteran-SM i marathon.

Text: *Leif Stening*

Umeå har dock en marathon tradition som sträcker sig betydligt längre bak i tiden. Redan vid Stockholms-OS 1912 fanns Umeå representerad av marathonlöparen Carl Nikanor Andersson. "Svarten", som han ofta kallades, blev 24:e man på tiden 3.06. Långdistanslöpning utövades därefter flitigt i trakten och utgjorde ett viktigt komplement sommartid till skidåkningen. Vasaloppsvinnaren Artur Häggblad var exempelvis också en mycket god långdistanslöpare i slutet av 1920-talet och början av 1930-talet. Framför allt löptes distanser på 25000 meter och 30000 meter. År 1922 löptes det första distriktsmästerskapet i marathon i Västerbotten. Distansen var då 40000 meter.

Först i början av 1970-talet tog idéerna om ett permanent marathonlopp i Umeå formerna. En grupp inom IFK Umeå med nyinflyttade västeråsaren Timo Malmberg som pådrivare såg till att planerna förverkligades. Den 31 september 1973 löptes den första Umemaran. Detta var således några år innan den stora marathonvågen i Sverige brakade loss. Det första loppet samlade endast 11 entusiaster. Segrade gjorde Roger Antonsson, Skellefteå AIK, på mycket goda 2.32.38. Det är för övrigt samme Roger Antonsson, numera Solvikingarna, som sprungit alla Lidingölopp sedan starten! Längre bak i resultatlistan finner vi Timo Malmberg, 7:a (3.07) och Jalle Kollberg, mannen bakom Jalles TC, 10:a (3.38).

Umemaran, som de första åren arrangerades av IFK Umeå, hade en helt annan sträckning än idag. Fram till och med 1977 var starten förlagd till Gammlivallen med vändbana i riktning mot kusten och gamla vägen till Yttertavle. Banprofilen var relativt kuperad, men erbjöd i gengäld övervägande grusunderlag. Med tanke på dåtidens löpskor var detta en viktig ingrediens för banläggarna att ta hänsyn till.

Den nybildade skid- och långlöparklubben Jalles TC tog efter ett par år över arrangörsskapet för Umemaran. År 1978 fick loppet en helt ny och betydligt flackare sträckning på södra sidan om Umeälven. Loppet löptes under de följande åtta åren som varvbana, 6 x 7 km, med start och mål förlagd vid Umåkers travbana. År 1978 arrangerades också SM i marathon på samma bana med Jalles TC och IFK Umeå som arrangörer.



Första Umemaran 1973 med start på Gammliavallen.

Varvbanan hade många fördelar, inte minst funktionärsmässigt. Den stora nackdelen var dock att den upplevdes vara för monoton av löparna. Arrangörerna, varav de flesta själva aktivt utövande marathonlöpare, var lyhörda för detta argument. Från och med 1986 har Umemaran återgått till att vara klassisk vändbana. Omkring fyra kilometer av den tidigare varvbanan är "återanvänd" i nuvarande sträckning. Start och mål är förlagd till Tegs Centralskola vid södra infarten till Umeå. Efter en U-sväng genom den gamla stadsdelen Teg löper man ett par km i västlig riktning och passerar det kilometerlånga komplexet Volvo Umeverken. Efter knappt fyra kilometers löpning svänger banan i sydlig riktning och passerar Umåkers travbana. Vid sex kilometer når man via slätterna"världsmästarbyn" Röbäck och kanske får en skymt av en rullskidåkande Per Elofsson. Från sjunde kilometern och till vändpunkten följer loppet i stort sett den gamla björkalléprydda Kustlandsvägen: Denna väg är den äldsta körbara landsvägen runt Bottniska vikens kust och med anor tillbaka till 1600-talet. Jordbruksbyn Stöcksjö passeras efter nio km, samtidigt som E4-an korsas via en flack viadukt. Vid Stöcke går, den eljest mycket snabblöpta banan, över ett svagt krön genom byn. På återvägen, vid knappt 29 löpta km, och för övrigt banans högsta punkt (ca 30 m-ö-h), har arrangörerna ett sprurtpris, Ron Hill pokalen. En lång björkallé leder vidare till byn Ström och därefter till Strömbäck, platsen för ett glasbruk i

mitten av 1700-talet och numera folkhögskola. Mindre än en kilometer söder om Strömbäck siktas den hägrande vändpunkten. Då har du en minst lika vacker väg tillbaka till målet. De sista fyra km sluttar mycket passligt svagt utför.

Liten, men naggande god – kan vara en passande beteckning för Umemaran. Loppet har aldrig samlat några stora massor av löpare. Deltagarnivån, som dock tenderat att stiga, har under senare år legat mellan 80-100 löpare. Räknat från starten 1973 har ändå 1233 löpare från åtta olika länder passerat mållinjen. Det motsvarar en sammanlagd distans på 51786 km, dvs mer än ett varv runt jorden! Många löpare har träget sprungit Umemaran. Lars Forsberg, Spölands IF, toppar ligan med 20 lopp i Umeå. Ytterligare 12 löpare har erövrat Umemarans guldmedalj, dvs fullföljt minst tio lopp.



Lars Forsberg, Spölands IF, nestor i Umemaran med 20 lopp. Foto Leif Stening

Att banorna varit lättlöpta och att temperaturen ofta är gynnsam, omkring 8-10 grader, antyder banrekorden. På den gamla varvbanan var Kurt Andersson, Skellefteå AIK, snabbast på 2.23.57. På den nya



Minna Pihala, Finland, fyra i årets Stockholm Marathon har också banrekordet i Umemaran. Foto: Tom Juslin



Esko Lilleberg, Haparanda FI, har det manliga banrekordet i Umeå.

vändbanan innehar Esko Lilleberg, Haparanda FI, banrekordet på 2.28.42 (2001) och Minna Pihala, Finland, 2.53.19 (2000).
Den mest segerrika i Umemaran är, Lars-Gunnar Skoog, IFK Umeå/Skellefteå IF. Han har vunnit fyra lopp. Kurt Andersson, Skellefteå AIK/ Jalles TC, och Lotta Svärd, Jalles TC har tre gånger varit först över mållinjen.

Till årets jubileumslopp räknar arrangörerna med en sedvanlig invasion av finländska löpare, som också deltar i Kvarken Marathon Cup, samarrangemanget med Vasa Marathon. Ett samtidigt veteran-SM kom-



Lotta Svärd, Jalles TC Umeå har stått överst på pallen i Umemaran tre gånger. Här grillas manliga medtävlare i Vindelälvsloppet 2002. Foto: Leif Stening

mer att göra tävlingarna extra spännande med samlad svensk veteranelit på plats och kommer säkerligen att sätta banrekorden och många personrekord i gungning.

Segrare i Umemaran

Män			
1973	Roger Antonsson	Skellefteå AIK	2.32,38
1974	S-E Kristiansson	Kvarnsveden GoIF	2.37,05
1975	Jan-Ivar Westlund	Bergs IK	2.33,20
1976	Danny Flynn	Jalles TC Umeå	2.32,14
1977	Danny Flynn	Jalles TC Umeå	2.25,48
1978	Kurt Andersson	Skellefteå AIK	2.32,31
1979	Kurt Andersson	Jalles TC Umeå	2.28,24
1980	Erland Sundström	MoDo AIK	2.29,45
1981	Göran Malm	Dalasjö IK Framåt	2.32,58
1982	Torbjörn Jakobsson	Hammerdals IF	2.31,10
1983	Kurt Andersson	Skellefteå AIK	2.23,57
banrek			
1984	Lars-Gunnar Skoog	IFK Umeå	2.30,20
1985	Torbjörn Jakobsson	IK Student. Umeå	2.38,02
Vändbana 1986-			
1986	Elon Lindwall	Skellefteå AIK	2.31,31
1987	Elon Lindwall	Skellefteå AIK	2.30,25
banrek			
1988	Lars Björnfot	IFK Umeå	2.35,10
1989	Jan Eriksson	LK Jemtrennarna	2.37,41
1990	Lennart Tollgren	Stockholms RRC	2.31,25
1991	Asko Ristimäki	Häjyt, FIN	2.35,54
1992	Peter Zetterström	Sundsvalls FI	2.41,55
1993	Lars-Gunnar Skoog	Skellefteå IF	2.32,54
1994	Lars-Gunnar Skoog	Skellefteå IF	2.35,45
1995	Örjan Gustafsson	Skellefteå IF	2.28,54
banrek			
1996	Lars-Gunnar Skoog	Skellefteå IF	2.38,13
1997	Örjan Gustafsson	Skellefteå IF	2.36,03
1998	Arto Hyytiäinen	Viipurin Urh., FIN	2.28,52
banrek			
1999	Dan Agnarsson	Öbacka LK Härnö.	2.37,14
2000	Ahti Honkola	Soinen Sisu, FIN	2.41,05
2001	Esko Lilleberg	Haparanda FI	2.28,42
banrek			
Kvinnor			
1982	Siv Larsson	IFK Umeå	3.17,38
1983	Kristina Fors	Luleå LDK	3.40,00
1984			
1985			
Vändbana 1986-			
1986	Ingrid Nilsson	IFK Umeå	3.21,35
1987	Birgitta Eklund	Skellefteå AIK	3.32,52
1988			
1989	Ingrid Nilsson	IFK Umeå	3.26,59
1990	Karin Elstade	B&OI Bodö, NOR	3.21,58
1991			
1992	Lotta Svärd	Jalles TC Umeå	3.20,47
banrek			
1993	Birgitta Eklund	Skellefteå AIK	3.31,51
1994	Lotta Svärd	Jalles TC Umeå	3.12,01
banrek			
1995	Annika Terngård	Jalles TC Umeå	3.29,35
1996	Birgitta Eklund	Skellefteå AIK	3.31,22
1997	Lotta Svärd	Jalles TC Umeå	3.18,02
1998	Ann-Katrin Haga	IF Femman, FIN	3.09,14
banrek			
1999	Maria Lundgren	Hässelby SK	3.00,26
banrek			
2000	Minna Pihala	Eurajoen Veikot, FIN	2.53,19
banrek			
2001	Maj-Britt Sundqvist	Skellefteå IF	3.15,49

Nattmara.





Nattmara låter som titeln på Pugh Roger-feldts gamla hit-låt, men i detta fall så gäller det K-G Nyströms otroligt trevliga marathonlopp som han arrangerade i Trollhättan den 13 juli med start kl 23:00. Samtidigt med detta arrangemang pågick även ett 24 tim-marslopp och lite till, men jag överlåter åt Robert Alnebring att berätta om dessa evenemang och nöjer mig med marathonloppet.
(Roberts rapport, liksom Christer Svenssons upplevelser under ett dygn i Trollhättan, publiceras i nästa nummer).

Text: *Jan Paraniak*

Det var med stor spänning som vi lämnade Varberg för att ta en liten paus i vår semester för att åka till Trollhättan och uppleva K-G:s nattmara. Om man nu skulle ha kommit vilse på vägen till Spikön när man väl var i centrala Trollhättan, var det bara att följa löparna som man såg. Det var de stora pojkarna och flickorna (eller var det herrar och damer) - dvs inte "stora" till volym utan "stora" för att de höll på med 24 timmars-loppet. Så det var lätt för oss tunna löpare som "bara" skulle springa sprinter-sträckan på 42 195 m att hitta till tävlingsplatsen.

Väl framme på Spikön så var det heller inte svårt att hitta K-G., då omklädningsrum, sekreteriat och vätske/matkontroll befann sig inom en radie av ca 20 meter. Det är så kul att möta en sådan positiv och entusiastisk person som K-G. Man känner sig så välkommen och har jämt roligt, precis som man vill ha det. Tack K –G.

Nu till loppet.
Start kl 23.00. Mörkt men bra temperatur. Efter en inledande sträcka gick vi ut för att springa en varvbana 18 ggr!!! Ja, ni läste rätt, vi skulle springa 18 varv!! Kan tyckas tråkigt, men där har ni fel, det var jättekul. Man hann träffas många gånger under loppet och växla några ord med varandra samtidigt som vi även hade kontakt med 24 timmarslöparna. Inledningsvis fick vi också musikunderhållning med jämna mellanrum när vi passerade en dansbana. Men sedan tystnade musiken, och med undantag av en och annan överförfriskad festprisse lullandes hemåt, var det bara hängivna löpare man såg längs med banan.

Tack vare upplägget med relativt korta varv, så kunde man klara loppen med enbart en vätske/matkontroll där man samtidigt fick sitt varv registrerat. Sekretariatet var uppbyggt i ett partytält där man bland annat kunde se Rune Larsson och Sören Rehmar, plus några andra duktiga medhjälpare. När man kom i mål fick man en lista prydligt utskriven där man kunde se alla sina varvtider, mycket intressant läsning. Man skulle kunna skriva hur mycket som helst om detta lopp för det var en helt otroligt trevlig natt, bra väder, trevliga människor och som sagt ett fantastiskt arrangemang av K-G och hans medhjälpare.

Ni som inte var med i år, tag chansen nästa år, slit er från hängmatta, stranden eller sängen! Men ett tips - om maran går på natten nästa år också - se till att sova en stund på eftermiddagen. Det missade vi att göra.

Ett stort tack igen, K-G! Vi ses nästa år i Trollhättan.
Janne och Barbro Paraniak. (redan anmälda till 2003 – men nöjda med att fortsätta tillhöra kategorin "tunnisar".)

Något som lade sordin på den trevliga nattmaran var att vi senare på dagen fick reda på att vår vän och kamrat Stig Mariedahl hade gått bort. Vi är många som har lärt känna Stig under årens lopp och vi vet att han lämnar ett stort tomrum efter sig.
Stig, vi är många som saknar dig.

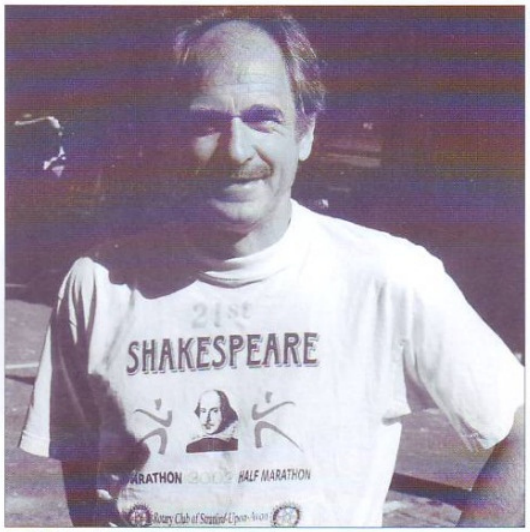
När jag skulle hälsa på min dotter som bor i England så kollade jag i K-G Nyströms kalender om det fanns något marathonlopp i England att springa.

21st Shakespeare Marathon

2002 - 04 - 21

Text: *Leif Danielsson*

Jag hittade en mara i Stratford-upon-Avon, fram med kartan och kollade var det låg, det låg nordöst om London strax före innan man kommer till Birmingham. Då min dotter bor strax söder om London så var det inte så långt att åka dit, det tog ca 2 timmar med bil. Jag tog sedan fram uppgifter om Stratford-upon-Avon via Internet www.stratford-upon-avon.co.uk. Där fick jag reda på att Shakespeare var född i staden och marathonloppet därför hette Shakespeare Marathon och att de hade en egen hemsida www.shakespearemarathon.org.uk där det fanns uppgifter om loppet och hur man skulle anmäla sig, så då var det bara att anmäla sig.
När jag kom till England så var det varmt där, så dagen för loppet var det ca 22 grader varmt och klarblå himmel och blåsigt, när jag sprang hemma innan jag for till England så var det 0 gradigt så jag hade på känn att det skulle bli en jobbig mara.



Leif Danelsson. Foto: Jan Lind

Starten gick utanför teatern i stadens centrum sedan sprang man ett varv i stadens centrum innan det bar iväg ut på landsbygden, vid ca 4 miles var den första backen den var ungefär som Västerbron. När vi kommit upp för backen var det en liten by Luddington och där stod det en man och spelade säckpipa för oss.
Uppiggad av den musikaliska trudelutten så var det dags för nästa backe vid ca 5 miles den var ungefär lika som den första, sedan var det lugnt ett tag det var bara blåsten som var jobbig. Vid ca 7 miles kom det en backe som dubbelt så lång som de 2 första, direkt efter den var det en brant nerförsbacke, sedan var det platt fram till varvningen. När jag kom till 9 miles var det en löpare som hade kollapsat i värmen men det var folk där som hjälpte honom. När vi kom till 11 miles så varvade vi och det var före innan man kom till start och målområdet, så på det andra varvet sprang man en extra sväng efter 18 miles. Men dom tre jobbiga backarna klarade vi oss inte ifrån, men som tur var så stod säckpipeblåsaren kvar och spelade för oss. Som jag nämnde i början så blåste det och när det var motvind märkte man inte av värmen så mycket men när det blev medvind märktes den desto mer. Så vid 18 miles där vi gjorde extrasvängen på andra varvet så var det motvind och den hade börjat redan vi 16 miles, vi sprang till 19 miles innan banan svängde så att man kom att springa på en parallell väg tillbaka, där fick man solen rakt framifrån och vinden bakifrån så att det var som att springa i en bakugn och så sprang vi i drygt 3 miles. Vid 20 miles så hade en dam kollapsat men en funktionär var där och hjälpte henne, strax efter så mötte jag ambulansen som var på väg för att hämta henne. Och i takt med att svetten rann av mig i strida strömmar så rann också orken ur mig för vid 23 miles fick jag börja att gå. Så resten av sträckan fick jag springa en bit och sedan gå igen, men jag var ej ensam att vara så trött för alla medtävlare som jag hade följe med gjorde likadant. Men till slut så närmade jag mig målet och när vi gick i mål så sa speakern namnet och klubb på alla före mig som gick i mål och alla som kom efter han vågade sig troligtvis ej på att uttala mitt namn och namnet på klubben. När jag sedan tittade i resultatlistan så var jag ende svensk som deltagit. Min tid blev 3.39.37 och min placering 84:a totalt och 12:a i H50. Det var 395 fullföljande i helmaran och ca 1300 i halvmaran och det var bra service efter banan med vätska med ca 2 miles mellanrum. Avslutningsvis så kan jag ju säga att det var kul att springa en mindre mara i England trots att det blev jobbigt i värmen, och att Stratford-upon-Avon verkade vara en gammal trevlig liten stad, så jag rekommenderar fler att fara dit och springa.

SÄFFLE MARATON – ÅTERIGEN EN VÄRMEMARA

Tävlingsledaren Thage Söljemo rapporterar:



Tvåa i årets Säffle Maraton, Per Ericsson, Säffle SK.
Foto: Per-Åke Nilsson, Säffle Tidning.



Segraren Tommy Bäckström. Foto: Per-Åke Nilsson, Säffle Tidning.

Tyvärr eller inte, alla år vi arrangerat Säffle Maraton, 19 gånger, har det varit varmt. Dock inte alltid lika varmt som nu, 26 – 28 grader, vilket givetvis syns på tiderna.

Tommy Bäckström från Solvikingarna segrade på 2.53.54 och då skall man veta att banrekordet ligger på 2.16 på denna klassiska bana från Ekenäs till Säffle. Thage undrar samtidigt hur många sådana det nu finns i landet! Mig veterligt är det nu det enda sedan Ölandsbro Marathon övergick i Öland Marathon och Höga Kusten Marathon ändrade sträckning.

Thage påpekar även att nästa år är det 20-årsjubiléum och att alla då är välkomna.

RESULTAT

Sätermaran 2002-04-27

Säters IF

Pl.	Pl/klass			
Män				
1	1/M45	Tommy Nilsson	Kvarnsv. FIK	2.39.47
2	1/M40	Arto Rantanikunen	Enhörna IF	2.49.05
3	2/M45	Ilpo Hakola	Kungsörs SK	2.50.26
4	1/M23	Johan Ställberg	IFK Tumba	2.51.26
5	1/M35	Peter Östman	Exupo	3.00.08
6	2/M23	Tony Eriksson	St Skedevi IK	3.06.04
7	3/M23	Petter Norlin	Stockholm	3.06.45
8	1/M50	Mats Zetterlund	Vattudalens LDK	3.08.26
9	2/M50	Joulo Mourujärvi	Borlänge LK	3.08.34
10	3/M50	Lennart Olsson	Korsnäs SK	3.10.34
11	3/M45	Torbjörn Karlsson	Arvika LK	3.12.16
12	2/M35	Patrik Norberg	A4 IF	3.15.37
13	4/M45	Sylve Björkman	SK Glid	3.18.28
14	4/M50	Kjell Kranz	Iggesunds SK	3.19.26
15	5/M50	Birger Karlsson	Vattudalens LDK	3.20.01
16	6/M50	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3.20.07
17	1/M55	Sture Wahlqvist	Iggesunds SK	3.22.13
18	2/M40	Mikael Leitner	Enhörna IF	3.22.36
19	3/M40	André Bitén	Vattenfall IF	3.22.44
20	2/M55	Lasse Boqvist	SLK Oxelösund	3.24.37
21	3/M35	Torbjörn Svensson	Stockholms LK	3.26.19
22	5/M45	Hans Jonsson	Borlänge LK	3.26.26
23	3/M55	Stig Söderström	Kvarnsv. FIK	3.28.16
24	4/M35	Göran Åkedsson	Hallstah. SK	3.30.15
24	7/M50	Olle Modin	Vi som springer	3.30.15
26	8/M50	Leif Danielsson	Iggesunds SK	3.33.51
27	1/M60	Olle Åhman	Ulriksberg	3.35.46
28	4/M55	Bertil Palmqvist	Bälinge IF	3.36.15
29	4/M40	Kjell Qvarfordt	Fredrikshofs FIK	3.39.32
30	2/M60	Lars Vinger	Östhammars FIK	3.41.27
31	5/M55	Dan Jarl	Håfredström IF	3.42.36
32	6/M55	Markku Sillanpää	Vikmanshyttan	3.46.35
33	5/M40	Roger Lindström	Månkarbo IF	3.47.05
34	6/M45	Gunnar Hallberg	Hemlingby LK	3.47.30
35	7/M55	Sven-Olov Jonsson	Hallstah. SK	3.51.19
36	9/M50	Kjell Magnusson	Klubb Z	3.53.49
37	8/M55	Jan Röhdin	IFK Strängnäs	3.57.56
38	7/M45	Bo Dahlström	Sandviken	3.58.12
39	10/M50	Jan Lundell	SK Glid	4.03.29
40	8/M45	B-Å Skoglund	Postens IF Sand.	4.19.34
41	3/M60	Anders Hidefjäll	Västerås FIK	4.19.51
42	9/M55	P-O Hvitfeldt	Hammarby IF	4.30.39
43	10/M55	Rolf Halde	Vi som springer	4.39.02
44	4/M60	Hans Orsing	IFK Helsingborg	5.26.07
Kvinnor				
1	1/K45	Karin Hildingsson	Örebro AIK	3.36.58
2	1/K60	Monika Simson	Täby LLK	4.29.30
3	2/K45	Barbro Paraniak	IFK Strängnäs	4.45.39

47 fullföljande, +7 grader, regn

XXV Madrid Marathon 2002-04-28

Spanien

Män			
1	Daniel Too Kirwa	Kenya	2.16.12
Svensk deltagare			
1904	Jonas Lennestål	IFK Sala	3.26.15
2199	Curt Sandberg	Arlanda-Märsta SK	3.29.30
3192	Ulf Ring	Arlanda-Märsta SK	3.40.50
7651	Roland Farime	SWE	4.44.22
7887	Winson Wong	SWE	4.51.24
8091	Robert Tille	SWE	5.00.26
Kvinnor			
1	M Torres Gonzalez	Cuba	2.50.49
Svensk deltagare			
8090	Beatrice Sutter	SWE	5.00.26

8567 fullföljande, +28 grader

Stockholm Marathon 2002-06-08

Åldersklasser,Sv Marathonsällskapets medlemmar bland de 50-bästa

Män 40			
1	Dan Agnarsson	Öbacka LK	2.39.24
8	Uhlie Evertsson	Boo IF	2.48.20
9	Tommy Sjöström	Kvarnsveden FIK	2.48.48
11	Per Hammaräng Grip	Skillingaryds FK	2.51.07
44	Christer Johansson	Iggesunds SK	3.07.40
Män 45			
3	Dag Nilsson	Växjö LK	2.47.33
11	Jan Lindblom	Hässelby SK	2.57.41
14	Peter Jaktlund	Kvarnsveden FIK	3.02.23
17	Aron Kjellgren	Vattudalens LDK	3.04.49
24	Per-Håkan Persson	IF Göta	3.06.15
27	Kjell Lundahl	Hultsfreds LK	3.08.07
29	Ove Martinsson	Vänersborgs AIK	3.08.36
46	Anders Persson	GF Idrott	3.15.41



Patrik Gustafson springer i på Stadion.

Män 50			
1	Stefan Ulmeståhl	Team Blekinge	2.40.43
4	Magnus Bergh	Heleneholms IF	2.50.34
5	Lars Jakobsson	Flemingbergs SK	2.56.40
7	Stig Burén	LME IK	3.02.03
18	Tord Svanfelt	Heleneholms IF	3.12.07
20	Anders Krappe	Laholms IF	3.12.27
33	Leif Stening	Jalles TC Umeå	3.15.41
36	Lars Vinås	Vittangi SK	3.16.57
38	Mats Zetterlund	Vattudalens LDK	3.17.04
44	Carl-Erik Härmälä	Östhammar FI	3.19.23
Män 55			
6	Bengt Olofsson	Östhammar FI	3.09.33
16	Olle Rundberg	IK Granit	3.20.32
19	Peter Hansen	Solvikingarna	3.22.31
23	Sture Wahlqvist	Iggesunds SK	3.23.52
39	Kennet Svensson	Öbacka LK	3.31.10
47	Bo H Gustafson	Örebro AIK	3.33.23
Män 60			
7	Sune Mattsson	Rånäs 4H	3.25.13
9	Sten Odenblad	Fredrikshofs FI	3.28.01
10	Håkan Olofsson	IF Linden	3.30.05
14	Hugo Liss	Örebro AIK	3.32.14
18	Jörgen Larsson	Västerås IK	3.40.33
20	Lars Vinger	Östhammar FI	3.41.59
24	Gert-Åke Åkerberg	Laholms IF	3.45.54
29	Göte Ivarsson	Tibro AIK	3.47.38
32	Ingvar Fransson	Växjö Norra IF	3.49.49
35	Axel Andersson	Vattudalens LDK	3.50.16
36	Åke Ödmark	Flemingbergs SK	3.50.27
39	Runo Dahlberg	IK Jordbänningarna	3.52.28
41	Birger Forslund	Boo IF	3.53.35
43	L Hjalmarsson	Lidköpings IS	3.54.22
Kvinnor 45			
23	Mariann Hamberg	Mälarö SOK	3.48.49
26	Agneta Jonsson	Team Skavsåret IF	3.53.22
31	Marita Andreasson	Saltsjö-Boo	3.55.28
Kvinnor 50			
13	Barbro Nilsson	IF Kville	3.57.53
24	Monika Udd	Örebro IK	4.09.58
Kvinnor 55			
9	Sinia Carlsson	IFK Strängnäs	4.07.16
14	Ann-Marie Dolk	Electrolux IF	4.22.20
16	Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	4.23.54
21	Gunvor Jonsson	Barsele SK	4.27.53
23	Karen Ljungman	H.G. IF	4.29.29
31	Solweig Sjöö	Knivsta	4.44.50
32	Birgitta Jarring	Täby LLK	4.45.44
38	Inger Knutsson	Lenhovda IF	4.48.16
40	Sonja Hansson	Marieby GIF	4.49.28
Kvinnor 60			
2	Ingegerd Öhberg	Jalles TC Umeå	3.59.39
3	Maj Hedberg	Fredrikshofs IF	4.18.49
7	Eina Roxström	Strängnäs IF	4.44.52
9	Monika Simson	Täby LLK	4.45.45
18	Gunilla Wallin	Fredrikshofs IF	5.15.13
20	Margareta Åhré	Offerdal SK	5.19.05
24	Lena Skymme	Fredrikshofs IF	5.22.47
27	Anita Gustafsson	Fredrikshofs IF	5.25.24

Midnight Sun Marathon 2002-06-15

Tromsö, Norge

Män				
1	Salvatore Calderone		Italien	2.24.24
2	Runar Hölom		Alingsås IF	2.25.22
3	Mounir Benoumma		Norge	2.39.07
Övriga svenska deltagare				
72	13M40	Roger Larsson	Sverige	3.50.39
139	18M	Jakob Saeed	Sverige	4.46.53
Kvinnor				
1	1K30	Trude Kvanli	Norge	3.27.25
2	1 K	Molly Mullens	ej uppgift	3.30.53
3	2 K30	Tjasa Burnik	Slovenien	3.35.29
Svensk deltagare				
20	4 K 50	Marita Simonsson	Sverige	5.07.32

184 fullföljande

Lappland Ultra 2002-06-28

Adak

100 km

Män

1.	1M40	Eiolf Eivindsen	Norge	8.28.34
2	2M40	Trond Sjåvik	Norge	8.58.35
3	3M40	Kenny Wallström	Skelle. AIK	9.35.27
4	1M60	Kjell-Ove Skoglund	Strands IF	10.13.50
5	4M40	Marek Perlinski	Jalles TC	10.58.12
6	5M40	Anders Thunberg	VSMRÄ	11.05.49
7	6M40	Kenny Wilhelmsson	Örebro AIK	11.58.39
8	1M50	Seppo Huhtamäki	Häjyt, FIN	12.05.42
9	1M23	Johan Lexell	K4 Arvidsj.	12.21.23
10	1Gång/jo.	Karin Beyersdorff	Kexholm. FK	13.32.31
11	7M40	Bernt Pfeifer	Köln, Tyskl.	14.57.27
12	2Gång/jo.	Ingo Beyersdorff	VC Alstermo	15.15.06
13	8M40	Bengt Mattson	Gråbo	16.26.06
13	2M50	Bertil Palmqvist	Bälinge IF	16.26.06
15	3M50	Bengt-Åke Permats	Lusterbo LK	17.49.00
16	3Gång/jo.	Lennart Gabrielsson	Postens IF	20.21.03
16	4Gång/jo.	Annlill Permats	Lusterbo LK	20.21.03

Kvinnor

1	1K40	Barbro Nilsson	IF Kville	11.43.33

81,6 km

Män

1	1M23	Peter Burman	Tväråse. AIF	10.11.00

63,9 km

Män

1	1M23	Peter Koolmeister	UBSS Triath.	5.23.55
2	2M23	Marcus Einarsson	Spring för l.	6.15.23
3	1Gång/jo.	Alrik Lundmark	Slagnäs IF	9.23.20

Marathon

1	1M50	Bernt Johansson	Byske SK	4.13.08
2	1M60	Peter Rheinländer	DUV, Tyskl.	4.24.18
3	1M23	Fredrik Riström	Tväråse. AIF	4.41.42
4	2M50	Reijo Auvinen	Skellefteå	5.10.53
5	2M23	Loca Eriani	Italien	7.45.17
6	1Gång/jo.	Stig Asp	Adak	8.50.37
6	1Gång/jo.	Anna Bjurén	Adak	8.50.37

VÅR DOTTER

14-6-2002

Henrik och Johanna Hallqvist



Skogsmaraton 2002-06-29

Nordmarka, Norge

Män

1	1M40	Jan Hoel	Norge	2.52.52
2	1M	Lars Bjarne Reed	Norge	2.57.12
3	2M	Espen Stueland	Norge	2.57.40

Svenska deltagare

11M35	Tommy Oskarsson	Vi som springer		3.37.16
7M40	Johnny Ringsby	Töckfors		3.39.46
21M45	Torbjörn Karlsson	Arvika LK		3.56.58
37M45	Jan Nyqvist	Vi som springer		4.24.48
Motion	Hans Orsing	IFK Helsingborg		5.52.44

295 fullföljande

Sommarmarathon 2002-06-29

Borlänge

Män

1	1M23	Andreas Hårrskog	IFK Mora FI	2.42.13
2	1M40	Tommy Sjöström	Vi som springer	2.50.53
3	2M40	André Bitén	Vattenfall IF	3.14.46
4	1M50	Kjell Krans	Iggesunds SK	3.19.27
5	1M60	Jörgen Larsson	IFK Västerås	3.20.54
6	1M55	Sture Wahlquist	Iggesunds SK	3.21.31
7	3M40	Bengt Göransson	Falu IK	3.25.57
8	4M40	Harri Typpö	Borlänge	3.32.43
9	1M45	Inge Gunnarsson	IFK Kättbo	3.37.18
10	2M60	Evert Moberg	IF Göta	3.37.23
11	2M23	Torkel Gustafsson	Göteborg	3.41.22
12	2M45	Bo Dahlström	Sandviken	3.45.38
13	2M55	Mikko Soininen	Södertälje	3.47.10
14	1M35	Thomas Johansson	Bålsta	3.48.08
15	2M50	Matti Pylkkänen	Överums OK	3.50.52
16	3M55	Stig Söderström	Kvarnsvedens FIK	3.52.58
17	3M50	Erik Arro	Vattudalens LDK	3.59.16
18	3M45	B-Å Skoglund	Postens IK Sandv.	3.59.33
19	4M50	Kjell Åström	Kolarmora KIF	3.59.34
20	3M60	Anders Hidefjäll	Västerås FIK	4.08.46
21	4M55	P-O Hvittfeldt	Hammarby IF	4.14.59
22	5M40	Stefan Larsson	Västerås	4.22.29
23	5M55	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	4.22.49
23	4M60	Åke Nilsson	Överums OK	4.22.49
25	4M45	Gunnar Nilsson	Uppsala LK	4.50.34
26	5M60	Leif eriksson	Uppsala LK	4.54.04

Kvinnor

1	1K60	Monika Simson	Täby LLK	4.14.18

27 fullföljande

Paavo Nurmi Marathon 2002-06-30

Åbo, Finland

Pl. Pl/klass

Män

1	1M23	Teppo Ronkainen	Finland	2.38.31
2	2M23	Atef Haj	Finland	2.40.40
3	1M40	Josef Fuchs	Tyskland	2.46.26
4	2M40	Christian Haller		2.47.37

Svenska deltagare

4	3M23	Peter Kujanpää	Hässelby SK	2.47.54
x	1M45	Ilpo Hakola	Kungsörs SK	2.49.52
x	6M40	Robert Frykstedt	Bålsta IK	3.02.05
x	9M23	Magnus Kevin		3.08.55
x	2M55	Anders Renlund		3.20.18
x	3/M60	Hugo Liss	Örebro AIK	3.25.31
x	17M23	A Lundin		3.28.31
x	4/M60	Olle Åhman		3.35.52
x	15M55	Ulf Gustavsson	Vilsta IK	3.48.28
x	25M40	Kjell Kvarfordt	Fredrikshofs FIF	3.48.41
x	43M45	Sven Molin	Uppsala LK	3.59.47
x	23M55	Birger Höglund		4.03.53
x	5/M65	Stig Hellström	Fredrikshofs FIF	4.09.45
x	13/M60	Christer Mattisson		4.31.15
x	51M35	Sten Westerlund		4.40.28
x	56M35	Tommy Björklund		4.46.05
x	63M45	Bengt Wikström		4.59.51
x	9/M65	Tore Billman		5.17.30

Kvinnor

1	1K40	Kerstin Jescke	Team KBC	3.16.34
2	2K40	Eija Apunen	Varalan MK, Fin	3.18.27
3	1K23	M Pankakoski	Finland	3.27.02

Svenska deltagare

x	2K55	Birgitta Jarring	Täby LLK	4.26.59
x	4K55	E Westerlund	Vallentuna	4.46.05

XIV Tallin Marathon 2002-07-07

Estland

Placering Pl/klass

Män

1	1/MS	Tarm Toomas	Tallin, Estland	2.30.15

Svenska deltagare

9	1/M40	Anders Karnfält	Skärholmen	2.55.56
68	9/M50	Curt Sandberg	Arlanda-Märsta SK	3.54.14
75	5/M60	Göran Ericsson	Haninge	4.09.09

132 fullföljande, +27 grader, sol

Alajärvi Marathon 2002-07-13

Alajärvi, Finland

Män

1		Jukka Kuoppala	Alajärvi, FIN	2.55.28
2		Kaj Lindskog	IK Myran, FIN	2.55.53
3		Kenneth Högholm	IF Femman, FIN	3.01.21

Svensk deltagare

12M50		Vesa Murtokangas	Sverige	4.23.55

24-timmarsloppet 2002-07-13

Trollhättan

Tillryggalagd sträcka på 24 timmar i km.

Män

1	Kenny Wallström	TKI Umeå	185,012
2	Peter Weineke	Tyskland	174,165
3	Bertil Palmqvist	Bälinge IF	158,857
4	Frank Brodin	Solvikingarna	158,044
5	Lars Almqvist	IFK Helsingborg	155,515
6	Christer Svensson	Växjö	151,602
7	Robert Alnebring	Boo IF	149,422
8	Sune Hjalmarsson	Uddevalla SK	139,072
9	Mikael Nielsen	Danmark	138,481
10	Birger Fält	Bollnäs FIK	133,544
11	Kurt Sätterström	Östhammar FI	132,181
12	Bengt-Åke Permats	Dala-Floda	117,147

Kvinnor

1	Gurli Hansen	Danmark	140,117
	Jette Jensen	Danmark	140,117
3	Clarinda Larsson		132,768
4	Annlill Permats	Dala-Floda	103,365

100 km

1	Mattias Bramstång		10.58.35
2	Tommy Hagberg	Växjö LK	11.19.08
3	Tommy Oskarsson	Vi som springer	11.36.16
4	Niklas Grip	Lulekamraterna	12.50.07
5	Johan Eskilsson		13.55.43
6	Lars Hansson	Högby IF	14.23.12
7	Kim Rasmussen	Danmark	16.01.08
8	Kim Larsen	Danmark	22.29.57

Marathon

Män

1	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3.09.13
2	André Bitén	Vattenfall IF	3.28.36
3	Hans Carlsson	Laholms IF	3.31.43
4	Jörgen Larsson	IFK Västerås	3.37.08
5	Dan Jarl	Håfreströms IF	3.51.00
6	Ulf Lännerberg	IFK Kristinehamn	4.05.50
7	Matti Pylkkänen	Överums SK	4.08.44
8	Erling K Hansen	Danmark	4.09.42
9	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	4.11.56
10	Ragnar Hjärpe	Ale 90 IK	4.14.04
11	Henryk Skaldin	Vi som springer	4.19.25
12	Magne Christiansen	Fredrikstad IF	4.22.25
13	Göran Tilosius	Vi som springer	4.28.06
14	Anders Madsen	Danmark	4.31.25
15	Åke Nilsson	Överums OK	4.32.52
16	Thomas Lansenheim	Ale 90 IK	4.36.37
17	Stefan Larsson	IFK Västerås	4.39.16
18	Staffan Malmberg	Solvikingarna	4.56.31
19	Åke Jönsson	Laholms IF	4.56.52
20	Jochen Tröger	Vi som springer	5.00.06
21	Leif Andersson	Vi som springer	5.09.00
22	Kjell Åström	Kolarmora KIF	5.13.36
23	Lars Åkerman	SAS	5.27.02
24	Jan Hellgren	Vi som springer	5.28.48
25	Stig Gleisner	Vi som springer	5.29.10
26	Leif Eriksson	Uppsala LK	5.48.31

Kvinnor

1	Anette Holmestrand	Vi som springer	4.52.22
2	Barbro Paraniak	IFK Strängnäs	5.14.02

Hämeeenlinna Stadsmarathon 2002-07-20

Tavastehus, Finland

Män

1	1M23	Raimo Salmi	Finland	2.40.01
2	1M45	Eero Luhtala	Finland	2.47.38
3	2M23	Torbjörn Nilsson	IFK Lidingö	2.50.58

Bromölla Marathon 2002-07-27

Ryssbergets IK, Bromölla

Män

1	1M23	Johan Sand	Flemingbergs SK	2.43.21
2	1M45	Ilpo Hakola	Kungsörs SK	2.58.24
3	1M40	Thomas Malmgren	Flemingbergs SK	3.05.49
3	1M50	Lars Jacobsson	Flemingbergs SK	3.05.49
5	1M35	Jonas Håkansson	Kyrkhults SK	3.07.49
6	1Mot	Tomas Persson	Lund	3.08.25
7	2M50	Tord Svanfelt	Heleneholms IF	3.09.18
8	2M35	Kim Rasmusson	Danmark	3.09.39
9	2M45	Anders Persson	GF Idrott	3.12.15
10	1M55	Olle Rundberg	IK Granit	3.14.13
11	2M40	Kenneth Jonsson	JFF Motion Malmö	3.20.52
12	3M40	Gert-Inge Tapper	Björntorps IF	3.23.36
13	2M23	Jonas Bengtsson	GF Idrott	3.25.03
14	4M45	K Gunnarsson	Heleneholms IF	3.26.48
15	3M45	Eddy Hultgren	Team Blekinge	3.27.56
16	1M60	Hugo Liss	Örebro AIK	3.31.39
17	2Mot	Joakim Eriksson	Lund	3.34.45
18	3M35	Torbjörn Pettersson	IK Fyris triathlon	3.39.28
19	4M40	Erling K Hansen	Danmark	3.41.26
20	4M35	Ulf Evaldsson	Ystads IF	3.42.07
21	2M55	Leif Franzén	IFK Strängnäs	3.42.45
22	3M55	Frank Brodin	Solvikingarna	3.44.02
23	5M45	Niels R Hansen	Danmark	3.44.20
24	3M50	Henrik Espersen	Danmark	3.46.20
25	6M45	Manfred Trieb	Malmö FK	3.50.45
26	4M50	Anders Madsen	Danmark	3.51.52
27	3Mot	Anders Gyhlenius	IKEA Moskva	3.55.56
28	2M60	Sven Svanfeldt	Heleneholms IF	3.56.19
29	4M55	Lennart Skoog	Stenungsunds OK	4.04.58
30	4Mot	Henrik Stewenius	SDK Malmö Triton	4.07.20
31	5M35	Peter Ivarsson	Villstad GolF	4.09.48
32	5Mot	Jan Halldén	Vänersborg	4.10.05
33	6Mot	KenthAndersson	Kisa SK	4.12.12
34	3M23	Mikael Eriksson	Vi som springer	4.14.20
35	4M23	A N Christoffersen	Danmark	4.15.36
36	3M60	Håkan Sjöö	Växjö LK	4.21.30
37	6M35	Peter Eriksson	IFK Skövde	4.22.37
37	7M45	Ulf Nilsson	SEB IF	4.22.37
39	5M55	Klas Fjällrot	Heleneholms IF	4.25.09
40	7Mot	Sten Ylmén	Mälilla-Mörl. Ski	4.27.11
41	8Mot	Arne Andersson	Jönköping	4.27.24
42	6M55	P-O Hvitfeldt	Hammarby IF	4.27.44
43	9Mot	Joakim Bengtsson	Göteborg	4.28.09
44	10Mot	Erhard Filtenborg	Danmark	4.28.37
45	4 M60	Bo-Inge Åkerlundh	Vi som springer	4.33.41
46	7M55	Bo Holm	Solvikingarna	4.36.34
47	11Mot	Per Sikö	Lund	4.38.55
48	12Mot	Lars Moberg	Hyllie SDF	4.42.33
49	1M70	Erik Lindstedt Ryssbergets IK		4.47.37
50	13Mot	Jonas Bengtsson	Kristianstad	4.48.53
51	5M60	K-G Nyström	Vi som springer	4.55.14
51	1M75	Kjell Mossberg	Ale 90 IK	4.55.14
53	1M65	Helge Svensson	Heleneholms IF	4.57.10
54	5M40	Bengt Visén	Storådalens SK	5.09.18
55	14Mot	Nils-Börge Nilsson	Lindabs FK	5.11.55
56	6M60	Eiry Ranvide	Malmö Spårv. IF	5.53.51
56	2M65	Sven-Erik Åkerman	FK Snapphanarna	5.53.51

Kvinnor

1	1K23	Susanne Löfgren	Heleneholms IF	3.35.17
2	1K40	Eva Bak	Danmark	4.09.36
3	2K40	Eva Brengdahl	LK Myran	4.23.52
4	1K55	Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	4.36.04
5	3K40	A Holmestrand	Vi som springer	5.00.18

62 fullföljande

Hornindalsvatnet Marathon 2002-07-27

Hornindal, Norge

Män

1	1M35	Helge Hafsås	Norge	2.50.23
2	1M45	Björn Gjerde	Norge	2.52.48
3	1M40	Per-Gunnar Alfheim	Norge	2.57.16

Svensk deltagare

x	6M55	Stig Söderström	Kvarnsveden	4.35.04

49 fullföljande

Vindelälvens Marathon 2002-07-27

Vindeln-Vännäsby

Samlad resultatlista från stafetten och individuella starter(*).

Män

1	Peter Tefke	Team Esplanad/Elek.	2.37.57
2	Staffan Gagnelid	Kattisavans IF	2.57.31
3	Aron Kjellgren	Agnäs-joggarna	2.58.04
4	Jonas Lenneståhl	IFK Sala	3.00.02*
5	Jörgen Asplund	Graningealliansen	3.02.33*
6	Patrik Norberg	Lycksele LLK	3.04.38
7	Reginald Sholz	Norrbyberg	3.16.11*
8	Stig Holmberg	Sandviks IK/Lindh.	3.17.08
9	Olof Andersson	Norrfjärden	3.17.32*
10	Ture Tjärnström	Ångeschläkta	3.17.40
11	Lars-Erik Larsson	Sliptensjöns IF	3.21.38
12	Arne Södergren	IK Skabbräven	3.22.34
13	Bo Renström	Notdraget Kokträsk	3.23.41
14	Marek Perlinski	Jalles Mix	3.24.13
15	Mikael Eriksson	Slagnäs Benhinnor	3.24.28
16	Jan-Erik Pettersson	Kåge	3.32.30*
17	Håkan Nyman	Blattnicksele IF	3.33.18
18	Per-Ivan Sandström	IFK Kristineberg	3.35.37
19	Toshio Ohmori	Japan Ultra Club	3.41.32*
20	Dan Jarl	Håfreströms IF	3.41.58*
21	Lars Wikberg	Husums SK	3.43.12
22	Stefan Backgård	Spölands IF Llen	3.43.35
23	Herik Westerlind	Skellefteå	3.44.51*
24	Pavio Grzelewski	Jalles TC Umeå	3.48.54*
25	Stig Lindberg	Vännäs SK	3.50.39*
26	Kenneth Granberg	Partek Forest	3.51.22
27	Jonas Nilsson	FormSCAparna	3.51.37
28	Allan Raattamaa	Thailand Temple Run	4.18.53*
29	Thomas Norlund	Sorsele	4.29.33*
30	Eskil Jonsson	Björksele SK	4.49.36

Kvinnor

1	Gunvor Jonsson	Tärnajänten/Fjällvi.	4.05.09

31 fullföljande

Östergarn Marathon 2002-07-27

Män

1	1M23	Anders Szalkai	Spårvägens FK	2.36.39
2	2M23	Olof Thunegard	Roma IF	2.45.59
3	3M23	Mats Ekman	Vallentuna FK	2.50.05
4	4M23	Anders Hansson	Solvikingarna	2.54.11
5	5M23	Roger Lantz	Norsborg	3.05.50
6	1M40	Lennart Lundahl	SEB IF	3.08.21
7	6M23	Fredrik Svensson	IF Vingarna Övik	3.09.53
8	7M23	F Hildebrandsson	Romelanda	3.11.18
9	2M40	Christer Johansson	Iggesunds SK	3.13.10
10	3M40	Mats Hammerin	Borlänge LK	3.15.45
11	4M40	Mats Schenström	St. City Triathlon	3.16.55
12	8M23	Stefan Hedborg	Stockholms LDK	3.17.17
13	9M23	Andreas Heurlin	Stockholm	3.17.25
14	10M23	Per Persson	Stockholm	3.18.13
15	5M40	Kaj Hedborg	Solvikingarna	3.22.06
16	6M40	Lars Samuelsson	Östergarns IK	3.26.40
17	11M23	Mårten Eidmann	Stockholm	3.26.53
18	1M50	Erik Östman	Gustafs GolF	3.28.00
19	7M40	Tore Johansson	Stockholm	3.29.18
20	8M40	Patrik Karlsson	SEB	3.29.37
21	9M40	Kenneth Gadestedt	Iggesunds SK	3.30.14
22	12M23	Lars Ericsson	Stockholm	3.32.08
23	13M23	Stefan Medbom	IK Tjelvar	3.35.30
24	10M40	Jacques Ramsay	Australien	3.38.53
25	14M23	Patrik Östberg	Ekeviken	3.39.14
26	15M23	Mads Tevebring	Medicinska IF Up	3.42.37
27	16M23	Peter Månsson	Växjö LK	3.45.50
28	2M50	L-G Persson	Fredrikshofs IF	3.50.53
29	3M50	Rene Westra	Nederländerna	3.52.13
30	17M23	Eric Hoh	SEB IF	3.54.32
31	18M23	Fredrik Pettersson	Nacka	3.55.04
32	19M23	Mattias Dahlbeck	Roma FF	4.05.36
33	20M23	Jimmy Rönn	Hobbe FC Göte.	4.08.50
34	21M23	Joakim Roupé	Värnamo	4.08.51
35	22M23	Magnus Hedborg	Café Indus	4.09.55
36	23M23	Mathias Hansson	Örebro AIK	4.10.28
36	23M23	John Jansson	Vänge IK	4.10.28
38	25M23	Simon Athlin	Fålhagen Allst.	4.12.52
39	1M60	L-O Israelsson	IFK Strängnäs	4.14.50
40	11M40	Göran Karlsson	Östergarns IK	4.17.59
41	26M23	Jonas Nielsen	Danmark	4.20.41
42	27M23	Peter Lembke	Stockholm	4.21.20
43	4M50	Harald Norbelie	Kungsholmen	4.28.48
44	28M23	Peter Svanberg	Täby	4.36.39
45	29M23	Håkan Ahlgren	Västerortspolisen	4.40.52
46	30M23	Torvald Asplund	Systembolaget	4.42.55
47	31M23	Peter Östergren	Östergarns IK	4.45.09
48	5M50	H-I Lindeskow	Hargs BK Run.	4.46.42
49	12M40	Anders Löfström	Järna	4.50.05
50	32M23	Mats Gahnström	Suderspring Va.	4.50.33
51	33M23	Johan Gråberg	Norrköping	4.54.24
52	6M50	Jan Urwitz	Bunkeflostrand	5.09.35
53	34M23	Olof Laurin	Fålhagen Allst.	5.14.00
54	13M40	Georg Kanegärd	Vaxholm	5.14.02
55	2M60	Leif Eriksson	Uppsala LK	5.31.49

Kvinnor

1	1K40	Agneta Jonsson	Team Skavsår. IF	3.28.40
2	2K40	Monika Gullström	Finland	3.34.09
3	3K40	Ylva Ragne	Fredrikshofs IF	3.35.34
4	4K40	Margareta Erikhans	Gustafs GolF	3.59.59
5	1K60	Maj Hedberg	Fredrikshofs IF	4.05.59
6	5K40	Linda Werneman	Lund	4.08.56
7	1K50	Birgitta Jarring	Täby LLK	4.18.02
8	2K50	Anne Herzog	Östergarns IK	4.23.45
9	3K50	Solweig Sjöö	Knivsta	4.33.02
10	1K23	Monica Ahlvin	Östergarns IK	4.36.21
11	2K23	Ulrika Ljung	Danderyd	4.42.55
11	2K23	Catahrina Nelson		4.42.55
13	4K50	E Westerlund	Vallentuna	4.49.46
14	6K40	Ulla Lembke	Stockholm	5.51.45
15	5K50	A-L Lundmark	Gällivare	6.04.09

70 fullföljande

Kongsvinger Maraton 2002-08-03

Norge

Placering	Pl/klass			
Män				
1	1/M30	Morten Tronböl	Norge	2.50.05
2	1/M35	Jan Halland	Norge	2.52.03
3	2/M35	Ross Wakeli	Norge	3.03.59
Svenska deltagare				
21	5/M35	Tommy Oskarsson	Vi som springer	3.34.36
27	2/M40	Bengt Ekbom	Arvika LK	3.39.17
31	8/M45	Torbjörn Karlsson	Arvika LK	3.46.37
43	8/M55	Lennart Skoog	Stenungs. OK	4.09.48
48	12/M55	Stig Söderström	Kvarnsv. GoIF	4.27.03
52	5/M60	Gert Harrysson	Åkulla SK	4.43.17

73 fullföljande

Tampere Marathon 2002-08-03

Tammerfors, Finland

Män				
1	1M50	Jaakko Rouhainen	Finland	2.55.56
2	1M45	Tuomo Halonen	Finland	3.01.55
3	2M45	Jarmo Juurikorpi	Finland	3.02.55
Svensk deltagare				
39	6M40	Kjell Kvarfordt	Fredrikshofs FIF	3.51.26
21,1 km				
1	K40	A Nurmisto-Perä	Finland	1.27.10
Svensk deltagare				
76	1K55	A-M Andersson	Hultsfreds LK	2.19.17

127 fullföljande

Höga Kusten Marathon 2002-08-10

Nordingrå

Män				
1		Tommy Larsson	Sundsvalls FI	2.50.20
2		Thomas Sigurdsson	IKS Umeå	3.17.17
3		Tomas Sjölund	IFK Nyland	3.18.00
4		Marek Perlinski	Jalles TC Umeå	3.28.07
5		Arne Söderlind	Hägglunds IoFK	3.33.23
6		Roger Lantz	Norsborg	3.36.15
7		Bengt Göransson	Falu IK	3.36.37
8		Frank Brodin	Solvikingarna	3.48.20
9		Bengt Lenö	Örnsköldsviks Brand.	3.52.36
10		Roger Lindström	Månkarbo	3.53.18
11		Jörgen Larsson	Västerås	3.53.57
12		Anders Viberg	ITPS Norrköping	3.58.58
13		Urban Åkerlind	Njurunda	3.59.51
14		Ove Forsström	Timrå	4.01.50
15		Tommy Kjellsson	Team Skavsåret IF	4.08.56
16		Kjell Magnusson	Klubb Z	4.23.15
17		Rune Nystedt	Vännäs SK	4.25.38
18		Erik Berglund	Sundsvall	4.27.31
19		Bo Dahlström	Sandviken	4.29.30
20		Kjell Åström	Kolarmora KIF	4.37.06
21		Ulf Engström	Sundsvall	4.39.05
22		Thomas Zemturis	SK 65	4.39.43
23		Stig Söderström	Kvarnsveden GoIF	4.45.47
24		Bo Sjödin	PRV Bolag	4.45.48
25		Hans Holmdahl	Umeå	4.48.49
26		Mikael Norrstrand	Mikaelgården	4.51.35
27		Stefan Larsson	Västerås IK	4.53.04
28		Jan Dahlgren	Åkarp	5.06.52
Kvinnor				
1		Christina Forslund	IFK Nyland	3.29.29
2		Maj Hedberg	Vaxholm	4.29.32
3		Solweig Sjöö	Knivsta	4.55.35

31 fullföljande

Ölands Marathon 2002-08-10

Högby IF, Löttorp

Män				
1	1M50	Erik Gerdin	IK Hakarpspojk.	2.45.48
2	1M35	Robert Ögren	Skillingaryds FK	2.50.41
3	1M40	P Grip-Hammar.	Skillingaryds FK	2.55.32
4	1M23	Per-Åke Rosvall	Åre	3.04.49
5	2M35	Patrik Pettersson	IFK Strängnäs	3.09.16
6	2M40	Lennart Adolfsson	Anderstorps OK	3.16.47
7	2M50	Göran Önnerby	Anderstorps OK	3.22.04
8	2M23	M Westerlund	Norberg	3.23.25
9	1M45	S-G Thorsson	Anderstorps OK	3.27.17
10	3M23	Klas Rawe	Alvesta FI	3.28.08
11	3M35	Peter Wranéus	Stockholm	3.29.06
12	1M55	Allan Nicklasson	Skruvs IF	3.30.13
13	4M35	Sandy Bentsson	Oskarhamns SK	3.32.23
14	3M40	Mikael Bergqvist	Växjö LK	3.34.48
15	5M35	K-M Krona	Jönköping	3.37.47
16	2M55	Nils-Olof Nilsson	Team Blekinge	3.38.43
17	3M55	Ronny Eriksson	Värnamo SK	3.39.05
18	4M23	Tommy Hagberg	Växjö LK	3.42.13
19	3M50	Allan Madsen	Danmark	3.42.44
20	6M35	Klas Blomberg	LK Livsnjutarna	3.43.15
21	4M55	Leif Franzén	IFK Strängnäs	3.43.37
22	2M45	Manfred Trieb	Malmö FK	3.45.57
23	4M40	Anders Heder	SBAB IF	3.47.10
24	4M50	Göran Brattberg	Växjö LK	3.47.25
25	5M55	Anders Eriksson	Växjö LK	3.48.46
26	7M35	Roger Ljungqvist	OK Njudung	3.49.14
27	5M23	Björn Tibbelin	Växjö	3.51.40
28	8M35	J Strandqvist	FK Åsen	3.52.40
29	6M55	Erling Thelander	Emmab. Verda OK	3.52.57



Göran Brattberg och damsegrarinnan Susanne Johansson.

30	5M50	Matti Pylkkänen	Överums OK	3.53.23
31	5M40	Kenth Andersson	Kisa SK	3.55.15
32	7M55	Kjell Hågestad	IFK Borgholm	4.03.01
33	8M55	S-Å Jonasson	Elmhults SC	4.08.40
34	1M60	Håkan Sjöö	Växjö LK	4.08.59
35	6M40	Gunnar Bergmark	Växjö LK	4.09.10
36	6M50	Michael Precher	Tyskland	4.14.25
37	3M45	Jan Halldén	IF SAAB	4.14.28
38	9M55	L-E Gustavsson	Alvesta FI	4.17.10
39	10M55	P-O Hvitfeldt	Hammarby IF	4.21.57
40	7M40	Jens Rydberg	Växjö LK	4.26.22
41	2M60	Jochen Tröger	Högby IF	4.33.31
42	4M45	Ingo Beyerdorff	Vi som springer	4.41.16
43	1M65	Benny Brytsch	HV 71	4.49.37
44	2M65	Bernth Ekberg	Töreboda	5.00.39
45	3M60	Åke Nilsson	Överums OK	5.01.26
46	3M65	S-B Karlsson	Solvikingarna	5.20.26
Kvinnor				
1	1K35	S Johansson	Växjö LK	3.47.01
2	2K35	Anita Jönsson	Högby IF	3.57.04
3	1K23	Viktoria Johnsson	Stranda LK	4.04.33
4	1K55	Inger Knutsson	Lenhovda IF	4.30.59
5	3K35	Karin Beyerdorff	Kexholms SK	4.33.08
6	2K55	Gunilla Franzén	IFK Strängnäs	4.41.13
7	1K50	Berit Lundström	Palaestra Kalmar	5.01.28

53 fullföljande

Helsinki City Marathon 2002-08-17

Helsingfors, Finland

Pl.	Pl/klass			
Män				
1	1/MS	Sebastian Panga	Tanzania	2.18.31
2	2/MS	Francis Kurui	Kenya	2.21.20
3	3/MS	Dmitry Kondrashov	Ryssland	2.22.58
Svenska deltagare				
x	44/MS	Tor Almgren	Sverige	2.57.23
x	18/M40	Age Nielsen	Sverige	3.02.18
x	362/MS	Rikaro Mendel	Sverige	3.34.55
x	66/M50	Curt Sandberg	Sverige	3.38.53
x	5/M65	Göte Ivarsson	Sverige	3.43.39
x	92/M50	Bengt Smedmyr	Sverige	3.45.36
x	114/M50	Pentti Salonen	Sverige	3.49.31
x	228/M40	Jan Söderkvist	Sverige	3.56.18
x	897/MS	Jan Sigurdsson	Sverige	3.59.06
x	87/M55	Risto Barsk	Sverige	3.59.30
x	247/M45	Tore Persson	Sverige	4.02.41
x	17/M60	Göran Eriksson	Sverige	4.02.48
x	199/M50	Lars Agnezon	Sverige	4.03.05
x	100/M55	Erkki Pesonen	Sverige	4.05.58
x	368/M40	Ulf Hinricksen	Sverige	4.14.53
x	120/M55	Pekka Luukko	Sverige	4.15.14
x	132/M55	Georg Matcheko	Sverige	4.20.38
x	306/M50	Lars Bonnedahl	Sverige	4.26.15
x	154/M55	Ulf Arvidsson	Sverige	4.27.51
x	364/M45	Bo Levinsson	Sverige	4.28.08
x	180/M55	Klas Fjällrot	Sverige	4.36.53
x	407/M45	Ulf Nilsson	Sverige	4.41.07
x	40/M60	Ove Engman	Sverige	4.41.26
x	421/M45	Wincent Edlund	Sverige	4.46.13
x	396/M50	Jan Hökerberg	Sverige	4.49.21
x	1814/MS	Mikael von Delwig	Sverige	4.53.31
x	225/M55	Sten Örtefors	Sverige	5.08.42
x	472/M45	Magnus Renlund	Sverige	5.23.00
Kvinnor				
1	1/KS	Tatiana Zolotareva	Ryssland	2.50.10
2	2/KS	Olga Loginova	Ryssland	2.56.30
3	1/K45	Marita Yli-Ikka	Finland	2.58.10
Svenska deltagare				
x	4/KS	Anja Auvinen	Sverige	3.11.22
x	1/K55	Gunilla Juthback	Sverige	3.44.44
x	41/K45	Enel Hyvönen	Sverige	4.14.28

5029 fullföljande

Reykjavik Marathon 2002-08-17

Island

Pl	Pl/klass			
1	1/MS	Piotr Uciechowski	Polen	2.45.25
2	2/MS	Thorlakur Jónsson	Island	2.52.45
3	3/MS	Folka Schenk	Tyskland	2.54.35
Svenska deltagare				
8	6/MS	Jonas Lennestal	Sverige	3.03.34
172	8/M60	Ulf Melander	Sverige	4.51.07

194 fullföljande

Strömmingsmaran 2002-08-18

Söderhamns IF

Män

Pl.	Pl/Klass			
1	1/M23	Pär Södergren	Jämtrännarna BIF	2.50.11
2	1/M35	Mikael Forsling	Edsbyns IF	2.51.13
3	2/M23	Johan Sand	Flemingsb. SK	2.53.18
4	1/M40	Tommy Sjöström	Vi som springer	2.56.05
5	1/M45	Dag Nilsson	Växjö LK	3.07.27
6	3/M23	Martin Gidewall	IFK Tumba	3.11.25
7	2/M35	M Bruneskogh	Sundsvalls FI	3.13.59
8	1/M50	Christer Gidewall	IFK Tumba	3.22.31
9	2/M45	Åke Lindgren	Laisvalls SK	3.23.59
10	3/M45	Bengt Sjöberg	Iggesunds SK	3.24.51
11	1/M60	Sten Odenblad	Fredrikshofs FIF	3.25.18



Sten Odenblad still going strong.

12	4/M45	Marek Perlinski	Jalles TC Umeå	3.27.16
13	4/M23	D Rickardsson	Iggesunds SK	3.29.21
14	5/M23	Lars Ericsson	Stockholm	3.29.29
15	2/M60	K-O Skoglund	Strands IF	3.30.30
16	2/M40	Roger Tünong	Ljusne Ala OK	3.32.28
17	3/M35	Mikael Malmberg	Söderhamns Alp.	3.33.13
18	1/M55	Angus Thomson	Söderhamns SK	3.34.35
19	3/M40	Robert Alnebring	Boo IF	3.35.39
20	4/M40	André Bitén	Vattenfall IF	3.35.55
21	5/M40	Bengt Olsson	Ljusdals RC	3.37.00
22	6/M40	Mats Hagberg	STFI	3.38.22
23	2/M55	Dan Jarl	Håfreströms IF	3.41.59
24	5/M45	Hans Jonsson	Borlänge LK	3.42.18
25	4/M35	Håkan Albinsson	Östhammar FI	3.44.11
26	5/M35	Bengt Öhrn	Ljusne Ala OK	3.44.13
27	1/M65	Lars Viger	Östhammar FI	3.46.00
28	7/M40	Bo Olsson	Ljusne Ala OK	3.46.20
29	3/M55	Erik Lindblom	Postens IF Gävle	3.47.10
30	2/M50	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3.47.47
31	4/M55	Mauri Volama	Häjyt, FIN	3.49.34
32	3/M60	Hans Andersson	Hallstah. SK	3.50.21
33	5/M55	Per-Olov Nordin	Söderhamns IF	3.50.40
34	6/M35	Martin Myhrberg	Ockelbo SK	3.52.03
35	6/M55	Sture Wahlqvist	Iggesunds SK	3.52.41
36	7/M35	Jörgen Jilka	Ess LK Sandviken	3.53.37
37	3/M50	Ulf Ring	Arlanda Mär. SK	3.54.00
38	6/M45	Kåge Bergqvist	Iggesunds SK	3.55.05
39	8/M40	T Sköldefors	Östergarns IK	3.56.15
40	8/M35	Peter Erixon	Team Prostata	3.56.42
41	7/M55	Frank Brodin	Solvikingarna	3.59.12
42	9/M40	Lars Eriksson	Söderala AIK	3.59.26
43	7/M45	Bo Dahlström	Sandviken	4.06.10
44	8/M55	Jan Röhdin	IFK Strängnäs	4.06.51
45	4/M50	Tommy Lindgren	Laisvalls SK	4.08.40
46	8/M45	Peder Estelli	IFK Mora	4.09.30
47	5/M50	Nils-Olov Eriksson	Ljusne Ala OK	4.12.47
48	2/M65	L-O Israelsson	IFK Strängnäs	4.14.27
49	6/M50	Kjell Åström	Kolarmora KIF	4.12.31
50	7M50	Tuomo Vilmunen	Häjyt, FIN	4.15.32
51	10/M40	Lars Svensson	Pripps IF	4.15.54
52	4/M60	Rolf Persson	Iggesunds SK	4.16.23
53	8/M50	Kjell-Arne Bladh	Timrå SOK	4.19.59
54	9/M50	Jan Een	Ess LK Sandviken	4.21.33
55	10/M50	Urban Tjernberg	Emerson SK	4.21.42
56	11/M40	Thomas Zemturis	SK 65	4.22.44
57	9/M55	Stig Söderström	Kvarnsved. GoIF	4.23.35
58	9/M35	G Grundén Svens.	Kustbevakn IF	4.24.11
59	11/M50	Ulf Lindholm	Timrå TK	4.24.29
60	10/M55	Anders Wilin	Iggesunds SK	4.24.51
61	12/M50	Pär Sjölin	Söderhamns IF	4.25.17
62	11/M55	Pauli Alsing	Lindesberg	4.26.30
63	13/M50	Kent Larsson	Triathlon Öst	4.27.22
64	10/M35	Pär Wiklund	Sundbybergs IK	4.28.56
65	14/M50	Bo Hedlund	Iggesunds SK	4.30.34
66	6/M23	Christer Svensson	Växjö LK	4.32.32
67	9/M45	Arne Persson	Stugsunds IK	4.33.54
68	12/M40	S-Å Brandås	Budbilen Söderh.	4.34.06
69	5/M60	Sven Persson	Söderhamns SK	4.39.52
70	6/M60	Göran Andersson	Enhörna IF	4.39.57
71	7/M60	Anders Hidefjäll	Västerås FIK	4.40.57
72	12/M55	P-O Hvitfeldt	Hammarby IF	4.53.56
73	13/M40	Stefan Larsson	Västerås	4.58.12
74	15/M50	Gunnar Åhlund	Kilafors IK	4.58.52
75	16/M50	Leif Skogland	IK Fävör Bengtsf.	4.59.03
76	13/M55	Sven Berg	Polisen Edsbyn	5.01.07
77	14/M55	Hans Mannsten	Häjyt, FIN	5.02.26
78	14/M40	Pär-Olov Blom	Söderhamns SF	5.03.07
79	17/M50	Kent Sjödin	Optandsjoggarna	5.06.27
80	18/M50	Matts Dahlkvist	Universitetets IF	5.09.18
81	19/M50	Göran Igelström	Sollefteå BHK	5.09.57
82	10/M45	Sune Forsmark	Ljusne Ala OK	5.10.25
83	15/M55	Stig Eriksson	Söderhamn	5.10.31
84	20/M50	Bengt Östlund	Söderhamn	5.10.45
85	21/M50	S Å Lindberg	IFK Bergvik	5.12.00
86	16/M55	Kurt Åsberg	Sundsvall	5.12.02
87	8/M60	Hans Olsson	Enänger	5.13.55
88	11/M45	Gunnar Nilsson	Uppsala LK	5.15.59
89	12/M45	Göran Nordgren	Bollnäs SK	5.16.35
90	1/M75	Sven Ol-Mårs	Strands IF	5.18.32
91	3/M65	Tage Grip	Hälleforsnäs IF	6.46.38

Kvinnor

1	1K35	Siv Dekkerhus	Slussfors IK	3.41.11
2	1K45	Mariann Hamberg	Mälarö SOK	3.43.36
3	1K55	Måd Thorsell	Växjö LK	4.32.32
4	1/K60	Monika Simson	Täby LLK	4.53.44
5	2K45	Barbro Paraniak	IFK Strängnäs	4.55.26
6	3/K45	Vivianne Karlsson	Roslagsbro SK	5.07.14

97 fullföljande, +30 gr

Vattudalsmaran 2002-08-31

Vattudalens LDK, Strömsund

Pl. Pl/klass

Män

1	1/M40	Dag Wassdahl	Hammerdals IF	3.00.29
2	1/M45	Tore Torstensson	Duved	3.00.46
3	2/M40	Staffan Gagnelid	Vattudalens LDK	3.02.30
4	2/M45	Aron Kjellgren	Vattudalens LDK	3.05.26
5	1/M35	Patrik Norberg	A4 IF	3.11.45
5	1/M50	Birger Karlsson	Vattudalens LDK	3.11.45
7	2/M50	J-E Pettersson	Skellefteå	3.20.51
8	2/M35	Lars Björk	IFK Lit	3.22.14
9	1/M23	Jörgen Asplund	Graningealliansen	3.25.43
10	3/M45	Marek Perlinski	Jalles TC Umeå	3.25.56
11	4/M45	Anders Kejving	Vattudalens LDK	3.34.35
12	3/M50	Göran Ingebrand	Jämtlandspolis. IF	3.48.45
13	1/M60	Ulf Berggren	Vattudalens LDK	4.07.16
14	5/M45	Klaes Karlsen	Sundsjö IF	4.08.46
15	6/M45	Kalle Lennartsson	Vattudalens LDK	4.11.39
16	1/M55	Stig Söderström	Kvarnsveden GoIF	4.17.53
17	2/M55	Martin Fälldin	Vattudalens LDK	4.26.42
18	3/M40	M Hemmingsson	Marieby SK	4.30.27
19	2/M60	K-G Nyström	Vi som springer	4.31.05

Kvinnor

1	1/K35	Eva Blomqvist	Vattudalens LDK	3.34.34
2	1/K40	Gr-M Persson	Vattudalens LDK	3.35.14
3	1/K45	Eva Hanning	Vattudalens LDK	3.55.17
4	2/K45	Kerstin Sjöberg	Vattudalens LDK	4.54.05

23 fullföljande

Kolarmora Marathon 2002-09-01

Rånäs 4H, Knutby IF, Kolarmora KIF

Pl. Pl/Klass

Män

1	1/M40	Anders Karnfält	SEB IF	2.47.24
2	1/M23	Fredrik Henriksson	Arvika LK	2.55.12
3	1/M50	Jan Paraniak	IFK Strängnäs	3.07.04
4	2/M23	A Johansson	Uppsala	3.08.48
5	1/M35	Staffan Lundblad	Sundsvalls FI	3.12.10
6	2/M40	Michael Leitner	Enköping	3.20.53
7	1/M45	Roger Andersson	IFK Sala	3.22.58
8	2/M35	Jonas Lennestål	IFK Sala	3.25.00
9	2/M45	Kenny Wilhelmsson	Örebro AIK	3.27.04
10	2/M50	Ulf Ring	Arlanda-Mä. SK	3.29.16
11	3/M35	Bo Rapp	Vagnhärad	3.29.40
12	1/M60	Hugo Liss	Örebro AIK	3.32.28
13	1/M55	Bertil Palmqvist	Bälinge IF	3.34.32
14	3/M50	Lars-G Persson	Fredriksh. FIK	3.37.45
15	1/M65	Lars Vinger	Östhammars FI	3.38.27
16	3/M45	Bo Dahlström	Sandviken	3.41.09
17	2/M60	Jörgen Larsson	Västerås IK	3.41.23
18	3/M40	Kjell Kvarfordt	Fredriksh. FIK	3.44.35
19	2/M65	K-J Lundström	Mariehamn,Fin	3.47.27
20	2/M55	Lennart Skoog	Stenungs. OK	3.48.45
21	4/M35	Tomas Johansson	Uppsala	3.51.09
22	5/M35	Christer J Jonsson	AstraZeneca IF	3.56.09
23	3/M55	Birger Höglund	IK Jordbänn.	3.56.31
24	4/M55	Stig Söderström	Kvarnsve. GoIF	3.56.39
25	4/M45	B-Å Skoglund	Postens IF Sand.	3.57.40
26	4/M50	Kjell Åström	Månkarbo IF	3.58.09
27	3/M60	Anders Hidefjäll	Västerås FK	3.59.09
28	5/M55	Jan Röhdin	IFK Strängnäs	4.00.50
29	5/M50	Kjell Magnusson	Club Z	4.01.54
30	6/M55	Ola Sandh	Flemingb. SK	4.02.47
31	5/M45	Sven Molin	Uppsala LK	4.05.37
32	3/M65	Stig Hellström	Fredrikshofs FIK	4.07.14
33	6/M50	H-I Lindeskow	Harg BK Runn.	4.09.27
34	7/M55	Rolf Halde	Vi som springer	4.17.28
35	8/M55	P-O Hvitfeldt	Hammarby IF	4.25.54
36	6/M35	Niclas Damm	Uppsala	4.34.59
37	4/M65	Gunnar Irvegård	Arlanda-Mär. SK	4.49.17
38	3/M23	David Vincent	Knutby IF	5.10.32
39	4/M60	Leif Eriksson	Uppsala LK	5.14.29
40	1/M70	Gustaf Carlsson	Enköping	5.27.14

Kvinnor

1	1/K55	A-L Hällgren	Bälinge IF	4.00.24
2	1/K60	Maj Hedberg	Fredrikshofs FIK	4.08.32
3	2/K55	Birgitta Jarring	Täby LLK	4.11.37
4	2/K60	Monika Simson	Täby LLK	4.15.13
5	1/K45	Barbro Paraniak	IFK Strängnäs	4.24.22
6	3/K55	Solveig Sjöö	Knivsta	4.38.09

46 fullföljande

Marknadstidning
Avsändare:
Svenska Marathonsällskapet
Box 218
101 24 STOCKHOLM

Kvarnsvedens FIK inbjuder till

Vintermarathon och Vintervarvet (motion 14 km)

Lördagen den 2 november 2002
Start Vintermarathon kl 1100, Vintervarvet 1120

KLASSINDELNING VINTERMARATHON

Tävlingsklasser	Öppna endast för medlemmar i idrottsklubbar anslutna till Svenska Friidrottsförbundet eller annat lands friidrottsförbund. M, M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70. K, K35, K40, K45, K50, K55, K60, K65, K70.
Motion	Män motion, kvinnor motion. Max tid 5 timmar.
Lagtävling	5-mannalag.

VINTERVARVET HAR ENDAST EN KLASS: Motion

Omklädning och nummerlappsutdelning	Kvarnsvedens IP.
Start och mål	Kvarnsvedens IP.
Banan	Lättlöpt 3-varvsbana (Vintervarvet ett varv, 14 km) i naturskönt område längs Dalälven. Kontrollmätt av godkänd banmätare (Gösta Ekström).
Priser	Minnesmedalj till alla som fullföljer maratonloppet. Hederspriser till de främsta i tävlingsklasserna. Utlottning av priser i motionsklasserna.
Anmälan	Göres på postens inbetalningskort pg nr 14 83 63-5. Ange namn, adress, födelseår, klubb, klass. Kan även göras via vår hemsida www.kfik.nu. Anmälningsavgift för VINTERMARATHON ..... 180 kr. Anmälningsavgift för VINTERVARVET ..... 90 kr. **Sista anmälningsdag fredag 25 oktober 2002.**
Efteranmälan	Efteranmälan till förhöjd avgift kan göras per telefon 0243-23 22 44 vardagar kl 8.00-16.00 t.o.m. den 31 oktober. Efteranmälan kan även göras på tävlingsdagen (vid nummerlappsutdelningen) fram till kl, 10.00. Anmälningsavgift efteranmälan VINTERMARATHON... 250 kr Anmälningsavgift efteranmälan VINTERVARVET ..... 120 kr
Logi	Stugor med hög standard och förmånliga priser finns att hyra på Mellsta Camping inom gångavstånd från start och mål. Grupplogi på hårt underlag 50 kr/natt. Stugor och grupplogi beställs på telefon 0243-23 22 44
Upplysningar	Kvarnsvedens GoIF:s kansli tel. 0243- 23 89 80.
Övrigt	Vintermarathon arrangeras på uppdrag av SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET