

Marathon löparen

ÅRGÅNG 40 NR 206 JULI 3/2007



Sunne Marathon - en succé!

- **Stockholm Marathon**
- **Köpenhamn Marathon**

- **Maratonfamiljen**
- **Maraton i Polen**



Postadress:
Svenska
Marathonsällskapet
Box 218
101 24 Stockholm
Postgiro 82607-3

Tidningen Marathonlöparen
Medlemsblad för Svenska Marathonsällskapet
grundat 1952
www.marathonsallskapet.se

P A Allensten, ansvarig utgivare

Redaktionskommittén
Richard Kingstad, redaktör
richard.kingstad@springtime.se
Jan Lind, redaktör
Jan Paraniak
Leif Stening
Layout, repro: Springtime Publishing AB, Ann Lodin

Tryckning: Elanders Gummessons Tryckeri AB, Falköping

Ordförande
Per-Arne Allensten
08-580 30614
ordforande@marathonsallskapet.se

Vice ordförande, utmärkelseansvarig
Jan Paraniak
08-7466111
viceordforande@marathonsallskapet.se

Sekreterare
Rebecka Gräsman
08-59033459
sekreterare@marathonsallskapet.se

Medlemssekreterare
Jan Ternhag
08-644 5136
medlemssekreterare@marathonsallskapet.se

Kassör
Robert Alnebring
018-235578
kassor@marathonsallskapet.se

Redaktör
Jan Lind
08-6269449
marathonloparen@marathonsallskapet.se

Resultatansvarig
Leif Stening
090-136497
resultatansvarig@marathonsallskapet.se

Informator
Annelie Buller
08-7987208
informatior@marathonsallskapet.se

Kontaktombudsansvarig
Robert Rydén
063-12 46 46
kontaktombud@marathonsallskapet.se

Distrikt kontaktombud, telefon, mail, landskap

- 1 Leif Strömbäck, Boden 0921-10737
leif.stromback@bredband.net
Lappland, Norrbotten, Västerbotten
- 2 Mats Zetterlund, Strömsund 0670-12288
mats.zetterlund@zonline.se
Jämtl./Härjedalen, Ångermanland, Medelpad
- 3 Robert Rydén, Östersund 063-124646
kontaktombud@marathonsallskapet.se
Dalarna, Hälsingland, Gästrikland
- 4 Kauko Kaikkonen, Vålberg 054-547323
Kauko_Kaikkonen@yahoo.com
Värmland, Närke, Södermanland
- 5 Bertil L Jansson, 0174-41068
bertil.41068@telia.com
Uppland, Västmanland
- 6 Styrelsen
Stockholm, Gotland
- 7 Frank Brodin, Källered 031-7952143
fab@comhem.se
Göteborg
- 8 Reima Hartikainen, Skövde, 0500-433493
rhartika@volvocars.com
Bohuslän-Dal, Västergötland, Östergötland
- 9 Lars Thorstensson, Växjö 0470-13618
lars.thorstensson@mailbox.svipnet.se
Småland, Halland, Öland
- 10 Bengt-Åke Svensson, Jämsjö, 0455-50766
bengt-ake.svensson@jamjo-flak.se
Skåne, Blekinge

Ledaren

Reflektioner och sifferexercis för Stockholm Marathon 2007

Satt några dagar före Stockholm Marathon och läste lite fakta om loppet.

Direkt slogs man av hur stort Stockholm Marathon är, inte bara inom Sverige utan även i ett internationellt perspektiv.

The Ultimate Guide to International Marathons har klassat Stockholm Marathon som nummer ett, före storheter som New York, London, Paris och Berlin.

I år var 17655 anmälda till loppet, varav 4110 kvinnor. Hela 23 procent av det rekordstora startfältet var alltså kvinnor!

Antalet utländska deltagare var 9152, vilket gör att det för första gången var mer utländska löpare än svenskar anmälda. De flesta kom som vanligt från Finland (6270), följt av Tyskland med 942. Men det fanns även deltagare från bl a Costa Rica, Chile, Cypern, Zimbabwe, Israel, Palestina och Saudiarabien.

Den snabbaste svensken genom tiderna är Kjell-Erik Ståhl som 1986 sprang på 2.12.33 och på damsidan är det Marie Söderström-Lundberg som 2001 sprang på 2.31.28.

Årets lopp blev som alla säkert läst ett mycket varmt och soligt lopp.

Svenska mästare blev Kent Claesson på 2.28 och Anna Rahm på 2.39. Stort grattis till Er båda!

14 319 löpare startade och 12 435 kom i mål. De flesta som bröt gjorde det vid varvningen. Av de svenska lag som deltog var nog Vattudalens LDK bland de större med 27 deltagare. Det är uppe hos dem i Strömsund som Vintermaran skall gå i höst, något att tänka på i värmen.

Som parentes kan nämnas att under maratonhelgen så spenderade löparna och deras anhöriga över 51 miljoner kronor.

Med sommarhälsningar



**PA ALLENSTEN
ORDFÖRANDE**

Innehåll

Ledaren	2
Redaktörerna har ordet	3
Stockholm Marathon	4
EM i 24-timmars	7
Maratonfamiljen	8
Sunne Marathon	10
Marnix Schussler	11
Torunski och Lodz Marathon	12
Köpenhamn Marathon	16
Resultat	18



Välförtjänta medlemmar har just mottagit sina utmärkelser i Sunne för 50 respektive 25 fullföljda maratonlopp. Sigvard Koplimäe (statyett), Lars Agnezon (standar), Lennart Olsson (statyett) och Evert Moberg (statyett).

**På omslagsbilden: Några av de löpare som sprang Sunne Marathon.
FOTO: JAN LIND**

NÄSTA NUMMER UTKOMMER DEN 21 SEPTEMBER.

Redaktörerna har ordet

Mina minnen från Stockholm Marathon

Tyvärr tillät inte min hälsa mig att bevista årets Stockholm Marathon, det lär knappast bli möjligt i fortsättningen heller. Dock kunde jag sitta framför teven och bevittna loppet "live". Det är ofrånkomligt att tankarna går tillbaka till tidigare lopp. Innan premiärloppet 1979 hade jag aldrig blivit besegrad av någon kvinnlig deltagare, vare sig på maraton eller någon annan distans. Det var helt enkelt så att tjejerna innan dess oftast inte varit välkomna att springa långa distanser på bana. Själv hade jag sprungit 3000 meter under nio minuter, 5000 meter på 15.45 under 60-talet. Min maratontid från 1974 var 2.43.

Starten 1979 gick på Gärdet. Redan vid Djurgårdsbrunnsbron kom den första "bromsklossen" i form av trängseln p g a det oant höga deltagarantalet. Jag trodde givetvis att inga tjejer låg före mig, men det visade sig på Strandvägen att jag hann ikapp Christina Johansson (Hildesson), som låg på andra plats i damklassen. Jag sprang tillsammans med henne någon halvmil, men ökade tempot för att se om jag kunde hinna ikapp västtyskan Heide Brenner, vilket jag också gjorde någonstans vid halvmaratonmarkeringen. Eftersom jag tränat för en tid under 2.45 kändes det ganska lätt att springa både uppför och nedför Västerbron, men vid Stadshuset tog det stopp pga magbesvär. Avlastning fick jag med hjälp av en toa vid Odenplan, men denna manöver kostade mig cirka tre minuter. Banan gick då förbi Stureplan, och där dök Christina åter upp framför mig och vi hade en intressant slutspurt ända fram emot målet. Där fick jag denna gång ge mig. Tiderna blev 2.54.35 och svenskt rekord för damer respektive 2.54.39 för mig.

Fem veckor senare lyckades jag nå mitt stora mål på SM-maran i Östhammar att springa på en tid under 2.40, nämligen 2.39.14 i jämnt tempo. Vad sägs om 3.42-3.47 per kilometer under de första tre milen? Efter denna tuffa transportsträcka var det bara att minska farten något genom att låta min följeslagare, musikern Bengt Ernryd, långsamt dra ifrån och själv njuta av löpningen, men ändå känna mig säker på att klara 2.40-gränsen!

För övrigt har jag, vad gäller Stockholm Marathon, endast sprungit Stockholm Extra 1982, där jag under första halvan genom Sollentuna och förbi maratonstenen i Rotebro låg bland de 15-20 främsta. Jag klappade dock igenom ordentligt mot slutet och kostade på mig massage i Bergshamra för att överhuvudtaget orka i mål. 1988 erbjöds jag att tävla i en målarmask av en målarfirma för att bevisa att man kan använda denna vid oavbrutet arbete under 3-4 timmar. Detta inbringade presentkort + träningsoverall m m för cirka 3500 kronor.

Mycken glädje har jag haft i samband med Stockholm Marathon, även om jag bara sprungit tre gånger (inklusive Extraloppet 1982), oftast som funktionär, där Fredrikshof respektive min motionsförening MF VIRUS svarat för en viss bansträckning. Som "Cloetta-gubbe" var jag en gång ansvarig för utdelning av choklad till löparna under loppet. En annan gång hjälpte jag till i fotvårdstältet och de senaste åren har jag som pressfotograf fått möjlighet att ta intressanta bilder från loppet även på innerplan. Vid 25-årsjubileet 2003 kunde jag glädja mig åt att få delta i lunchen på Grand Hotel för att ta några bilder på dem som det året sprang sitt 25:e Stockholm Marathon.

En annan sak som gläder mig är att jag har fem barnbarn, varav fyra som har sprungit i minimaran och som jag hoppas så småningom kan bli intresserade av att tävla på längre sträckor, inte nödvändigtvis maraton.

JAN LIND



FOTO: BERT LIND

I hetaste laget

Min elfte stockholmsmara blev också den tuffaste. Många av Er som sprang håller nog med om att asfalten var glödhet. I stekande sol och 30 plusgrader såg de flesta ut att svettas mer än vanligt. Har aldrig druckit så mycket under ett maratonlopp och kepsen har aldrig varit så blöt. Att inte bryta blev målet och lyckas man nå sitt mål ska man självklart vara nöjd. Med mycket hjälp från de rekordstora åskådarmassorna lyckades jag till slut ta mig in till det hägrande målet på Stockholms Stadion. Årets medalj kommer definitivt att få en framskjuten plats i bokhyllan.

Grattis alla Ni som klarade maratonhettan! Njut av sommaren nu. Det är ni väl värda!

RICHARD KINGSTAD



FOTO: PÅR LODIN

Löparnas plats på Internet

- direktanmälantill de stora loppen - träningsråd
- nyheter - idrottsmarknad - forum - butiker

MARATHON.SE

Tel: +46 (0)49 8 -25 86 00 | Fax: +46 (0)49 8 -521 30
E-mail: webmaster@marathon.se | e | http://www.marathon.se

Stockholm Marathon 2007

Guld, silver och svett



VM-klara Anna Rahm försvarade sin SM-titel från ifjol. Här tillsammans med bl a Johan Olsson (66), Kvarnsveden, som blev sjunde svensk på 2.36.16. FOTO: PÅR LODIN.

Den 29:e upplagan av Stockholm Marathon kommer att gå till historien som ett av de svettigaste loppen. Det råder lite olika uppfattningar om årets lopp var varmare än rekordåret 1982, men det är mera en akademisk fråga. Hur som helst, solen var av det intensivaste slaget under hela loppet.

Temperaturen satte också respekt hos elitlöparna, där de flesta intog en avvaktande hållning i början. Passeringen vid 5 km indikerade redan här på en måttlig sluttid. Unge Lars Johansson, Enhörna och australiensaren Phil Sly vågade trotsa vädergudarna nere på Strandvägen och fick snabbt en lucka. Men det skulle snart straffa sig och Johansson fick bryta efter dryga milen. Ett nytt utbrytningsförsök vågade den relativt okände John Supsic, USA och låg länge ensam i tätposition. På andra varvet började ordningen återställas med fjolårssegraren Philip Bandawe, Zimbabwe som anförare.

Trots en krånglande mage lyckades

Bandawe upprepa fjolårsbedriften och vinna på en tid strax under 2.21. Kent Claesson, Spårvägen kunde ohotad ta hem SM-tecknet på 2.28. Sista kilometrerna blev dock inte helt odramatiska. Kristoffer Österlund, IFK Umeå anstörade med tillsynes friska ben den allra sista biten in mot Stadion och krympte luckan till Claesson till dryga minuten. Trea i SM blev Jonas Larm, Hässelby på 2.31.

I kvinnliga klassen var det aldrig något snack om att segern skulle gå till Norge och Kirsten Melkevik Otterbu. Anna Rahm, Rånäs 4H avancerade successivt i startfältet upp till en andra plats, men avståndet till norskan var oftast dryga minuten och blev nästa två i mål. Rahms sluttid och samtidig SM-seger var imponerande i den tryckande värmen, 2.39.

SVENSKA MARATHONSÄLLSKAPET fick därmed genom medlemmarna Rahm och Österlund både guld och silver i SM. Bakom dessa finner vi ett enda långt

pärlband av medlemmar, som givet sina förutsättningar kämpade minst lika väl denna heta junilördag.

TEXT OCH FOTO: LEIF STENING



Kristoffer Österlund med kenyanen Kipkorir i sikte, avancerar till tiondeplatsen på Sturegatan.

Stockholm Marathon 2007



Agneta Jonsson, Team Skavsåret IF, läskar sig på Strandvägen.



Kristin Berglund, Jalles TC (1436), efter 20 kilometer.



Martti Mustonen (143), Carl-Johan Olofsgård (65) och Dan Agnarsson passerar Karlavägen på första varvet.



Lars Idhult, Jalles TC, Jan Rhodin, Team Skavsåret IF och Ivar Palo, Jalles TC

I samband med Stockholm Marathon hade Svenska Marathonsällskapet nöjet att utdela en rad utmärkelser. Monika Simson fick motta glasstatyetten för 100 lopp inne på Stadion.



Jörgen Strandkvist, FK Åsen (4.43.48), fick statyetten av Leif Stening



Sven Molin, Uppsala LK (4.08.09), har genomfört 25 maratonlopp.



Folke Olsson, Ale 90 IK (4.33.31), tog emot statyetten av Leif Stening.



Solweig Sjöo, Knivsta (5.52.23), fick sin statyett av PA.

Att hala en flagga!

Att hala en flagga i stridens hetta är aldrig förknippat med glädje. Det kan vara en fysisk befrielse men i samma stund kan ett moralisk haveri inträffa. Allt detta hände mig under årets upplaga av Stockholm Marathon. Jag fick kämpa för att åter känna moraliskt mod och återfå en tro på mig själv som löpare.

Jag hade fått förmånen att springa som farthållare i årets lopp. Att axla uppgiften att hålla en jämn och stabil fart var en utmaning. Detta sporrade mig och det kändes jättekul att få bära en farthållarflagga och på så vis vara delaktig i årets lopp på ett alldeles speciellt vis. Jag förberedde mig lika omsorgsfullt som vid mina mest högrepresterande lopp. De andra farthållarna i samma grupp var mycket mer meriterade, men det oroad mig inte. Jag vet vad jag kan och jag är inte rädd för 42 kilometer. Distansen dödar inte, endast farten kan döda men inte heller den skrämde mig. Det varma vädret gjorde mig dock nervös dagarna före.

STÄMMNINGEN OCH snacket med vänner i startfällan var som en injektion av energi. Startskottet gick och snart var allt som det skulle. Livet kändes enkelt och lagom jobbigt. Vi stormade inte fram de första kilometrarna som så många andra, vi höll emot och hittade snart vår planerade fart. Efter sex-sju kilometer kände jag mig uppvärmd och kroppen arbetade på en behaglig pulsnivå. Efter tio-tolv kilometer var det inte riktigt lika bra. Värmen gick inte att komma undan, jag kände hur temperaturen steg inom mig. Jag var noggrann med att besöka varje vätskestation, varenda vattenränna och varje dusch. Det hjälpte inte för att hålla ner temperaturen, jag kände hettan i ansiktet och det var inte bra. Jag fortsatte tillsammans med de andra farthållarna. Det gick bra men mina tankar skenade händelserna i förväg och jag blev orolig för andra halvan av loppet. Medan jag fortsatte fick jag feedback från duscharna om min status. Varje dusch jag passerade medförde en chock. Otroligt skönt att bli översköld av vatten, men det gav en kort stunds andnöd som betalning. Varje dusch jag passerade var dyrare än den tidigare.

NÅGRA KILOMETER senare var min temperatur ännu högre och jag insåg att det

inte var hållbart att fortsätta hela loppet igenom utan någon drastisk förändring. Jag var min egen tickande bomb, en härdsmalta var förestående, något måste ske. Jag fortsatte i den mycket disciplinerade fart vi höll men med ett uppgivet sinne.

Jag tänkte "hur skall det gå nu? Jag springer ju som farthållare och det förväntas att jag skall kunna hålla farten in i mål oavsett omständigheter. Det är ju det farthållarna skall göra. Ett stöd även under hårda omständigheter".

Jag kände missmod, något jag inte känt på många år i idrottsliga sammanhang. Inte sedan den tid mitt idrottsliga intresse begränsade sig till lagsporter hade jag känt denna osunda känsla. Den känsla som växer och finner sin näring i felpassningar, missade brytningar eller förspillda målchanser. Känslan av tillkortakommande. Det var det jag kände dör på den heta asfalten när vi närmade oss varvningen. Då hade jag bestämt mig för att hala min flagga och svika de andra löparna. Jag stannade vid varvningen.

JAG VAR INTE kapabel att fortsätta med flaggan i topp. Jag fick hjälp att sänka den och det kändes som en fysisk belastning togs bort från mig. Samtidigt försvann något än viktigare. Glädjen. Jag stod där vid varvningen och tyckte jag var mitt i helvetet. Det var brinnande hett. Jag tog av mig farthållartröjan och det var som att stiga ut ur en bastu. Jag hade haft två tröjor på mig och det var verkligheten för mycket. Jag lämnade ifrån mig farthållarutrustningen till en arrangör och fick välja om jag ville stiga av eller fortsätta. Jag kände värmen lämna min kropp och jag stod stilla en stund och drack ett par klunkar sportdryck. Jag ville bort, jag ville bli plockad av banan, nersprungen, påkörd eller vad som helst bara jag försvann. Jag valde det för mig enklaste alternativet bort från denna helvetesplats. Jag valde att fortsätta om än i lägre fart. Det kan te sig jobbigt med två mil, men för mig kändes allt annat så mycket mer jobbigt att hantera.

Jag gick och sprang långsamt en kilometer eller så och kände hur överhettningen släppte och temperaturen sjönk till en behagligare nivå. Sedan försökte jag springa jämnt men lugnare än tidigare. Jag tyckte det var tråkigt och tvivlade på mig själv som löpare. Jag skall



Mattias Bramstång var en av de farthållare som hade en tuff uppgift i värmen. FOTO: PÅR LODIN.

aldrig mer springa, träna eller tävla tänkte jag. Aldrig mer utsätta mig för jobbiga stunder. Alla mina självdestruktiva tankar tog sig in i huvudet och jag kunde inte stänga dem ute. Jag försökte helt enkelt bara fly från dem.

NÅGOT SENARE hittade jag en toalett som passade bra för en stunds reflektion. Jag lämnade banan kort och när jag kom tillbaka så hade jag inte sällskap av mina negativa tankar. Jag hade även släppt tanken på att jag var en misslyckad farthållare. Jag bestämde mig för att njuta av omgivningen och springa hela vägen in i mål.

Jag sprang jämnt och behagligt, pulsen var aldrig över 150 slag per minut. Jag återhämtade mig fysiskt och mentalt och då jag passerade 35 kilometer var jag oberörd. Samtidigt kändes det roligt igen. Jag slappnade av och plötsligt hade löpningen bjudit upp mig att springa. Jag ökade tempot och sprang med pigga ben de sista kilometrarna in mot mål. Inne på stadion spurtade jag för att det var så roligt att springa igen. Äntligen!

Det var mitt femte Stockholm Marathon. Det är inte utan besvikelse jag ser tillbaks på det. Jag förväntades klara min uppgift men misslyckades. Jag känner skuld mot arrangörerna och de andra löparna. Jag vet inte om jag var modig eller dum som antog utmaningen att springa som farthållare så nära min maximala prestationsförmåga. Även om frågan aldrig kommer att besvaras har jag lärt mig något från årets lopp, jag räckte inte till. Jag var inte tillräcklig. Så är det bara. Mitt dåliga samvete släpper väl någon gång och då står nog mina nya erfarenheter som dyrköpta sådana.

FARTHÅLLARE I framtiden? Får jag frågan så tackar jag nog ja. Redan nu känner jag revanschlust. Kanske får jag utmana en (annan) flagga nästa år?

MATTIAS BRAMSTÅNG



EM i 24-timmars – Hartikainens fyra!

Det blev fjärdeplaceringar för såväl Reima som för Torill Fonn Hartikainen, när EM i 24-timmarslöpning ägde rum i Madrid 5-6 maj. Oerhört imponerande i den hårda konkurrensen med framförallt ryssar, spanjorer och italienare.

Skådeplatsen för EM:et var en friidrottsarena i centrala Madrid, där tävlingen sprangs på befintliga 400-metersbanor. Starten gick klockan tolv på lördagen med målgång klockan tolv på söndagen. 39 män och 14 kvinnor kom till start.

Segrare i herrklassen blev Anatolij Kruglikov, Ryssland, med 257.358 km, medan Reima på sin fjärdeplats noterade 237.231 km. Christian Ritella blev nionde man med 224.189 km, medan Otto Elmgart fick nöja sig med 188.390 km, då han tvingades lämna banan under några timmar.

I damklassen segrade Ludmila Kalinina på 233.307 km medan Torill Fonn Hartikainen på fjärde plats noterade 203.554 km, endast 906 meter från sitt nordiska rekord som hon ifjol satte som norsk medborgare. Nästa ultratävling för Hartikainens blir VM i Kanada i slutet av juli.

Grattis, grattis!

JAN LIND

SPRING SKRÄCKLANMARAN lördagen den 15 september

Loppet går i Vänersborgs natursköna Skräcklepark i direkt anslutning till Vänerns strand

Distanserna är maraton (42,2 km) på en snabb 5-varvsbana och halvmarathon (21,1 km) på samma bana

Anmälan: Vid anmälan ange namn, klubb, distans, bostadsadress, e-postadress och födelseår. Anmälan görs senast den 10 september till plusgironr 12 50 91 – 9, betalningsmottagare TV-88.

Anmälningssavgifter: Marathon (42,2 km): 225 kr. Halvmarathon (21,1 km): 175 kr

Efteranmälan: Senast 1 timma innan start: +50 kr.

Klassindelning: Fullständig i båda distanserna.

Omklädning: Huvudnässkolan som ligger 500 m från startområdet.

Start: 12:00 (både 42,2 km och 21,1 km) vid cafeterian i Skräckleparken.

Maxtid: 5,30 tim (Marathon)

Vätskekontroller: Vid varvning och efter 4 km (halva varvet).

Priser: Fotodiplom (endast maratondistansen) och priser.

Maratonloppet ingår i VFIF:s långloppscup

Maratonloppet gäller som DM i Västergötland

Upplysningar: Dan Jonasson, Österlånggatan 3b, 461 31 Trollhättan,

telnr: 0520-260 171, 0512-318 16,

e-post: dan_jonasson@msn.com, dan.jonasson@bredband.net

VÄLKOMNA

Löparklubben Trollhättan-Vänersborg 88



Maratonfamiljen, del 3

Detta är den tredje delen i serien om Maratonfamiljen, där de 22 löpare som uppnått det ärofulla priset Marathonvikingen presenteras. Så här löd de 15 frågorna som löparna fick svara på under januari och februari i år:

1. Ålder?
2. Personrekord på maraton resp. ev. något ultralopp?
3. Hur många maraton- resp. ultralopp har Du sprungit?
4. Vad vill Du uppnå genom att tävla så ofta?
5. Tävlrar Du ofta utomlands?
6. Hinner Du med någon sightseeing i samband med loppet?
7. Hur mycket pengar lägger Du ut på Dina resor per år?
8. Har Du några andra fritidsintressen?
9. Hur ofta tränar Du mellan loppet?
10. Hur många mil springer Du per år?
11. Varför började Du springa maraton?
12. Idrottade någon förälder, syskon, släkting?
13. Idrottade Du under skoltiden?
14. Vilka fördelar har du märkt tack vare all motion?
15. Vilken typ av lopp föredrar Du? Stora, små, stad, landsväg, skog – ett varv, många varv.

Och så här löd svaren:

Barbro och Jan Paraniak

1. 50 och 56.
2. 4.14 respektive 2.54.
3. 102 maror och tre ultra respektive 174 maror och fyra ultra.
4. Upplevelser, kamratandan, livsnjutningen. Det blir också mindre tid att lägga på träning när det är tätt mellan marorna.
5. 46 långlopp utomlands, 59 långlopp i Sverige respektive 64 lopp utomlands och resten i Sverige.
6. Ja, vid utlandsresor. Oftast åker vi till loppet en eller två dagar före och hem igen dagen efter.
7. Varierar mycket. Beror på hur stor andel av resorna som är inom Sverige, Europa och övriga världen.
8. **Barbro:** Sjunger i gospelkören Consensus. Läser mycket böcker.
- Jan:** Matlagning, böcker, fotografering.
9. 4-5 gånger i veckan utom veckan före och efter en mara. Då blir det bara någon enstaka gång, om än alls.
10. Cirka 300 mil.
11. **Barbro:** En friskvårdskampanj på jobbet 1990 fick mig att börja med långdistanslöpning. Debuterade på maran 1996.



Att jag valde löpning var ren bekvämlighet – inga tider att passa, ingen träningslokal behövs mm mm.

Jan: När jag såg på TV att Ingemar Johansson genomförde ett maratonlopp.

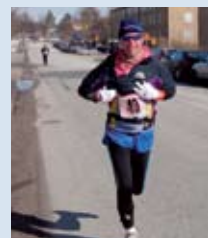
12. Barbro: Har en systerdotter som varit duktig banlöpare och t o m varit med i Finnkampen. **Jan:** Pappa åkte skidor, andra har hållit på med banlöpning.

13. Barbro: Nej, gympan var sämsta ämnet i skolan och det jag var minst intresserad av. **Jan:** Ja, med handboll och friidrott.

14. Att inte behöva spåka sig vad gäller kost och dylikt och ändå vara vid god hälsa. Ger ökat tålamod, bättre nattsömn och hjälper till att hantera jobbet på ett avslappnat sätt. Allmänt välbefinnande.

15. Barbro: Alla typer, favoriten är nog ändå vändbanor där man möter sina medlöpare. Dock ej för många varv (för att slippa bli varvad så många gånger). Sedan uppskattar jag loppet där jag upplever att arrangemanget är till för mig och inte tvärtom.

Jan: Föredrar envarvsbanor, men har även börjat uppskatta fler-varvsbanor där man möter varandra.



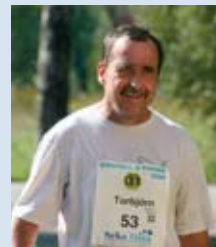
Jörgen Larsson

1. 68.
2. 2.48 i Västerås.
3. 96 maratonlopp.
4. Det är roligt att komma ut och se nya platser och att träffa likasinnade.
5. 1-2 lopp per år.
6. Ja vid utlandsloppen blir det flera sightseeingturer.
7. 7 000-10 000 kronor.
8. Fjällvandring och fritidsstugan tar en stor del av min tid som pensionär.
9. 3-4 pass/vecka.
10. Cirka 300 mil.
11. Motionerade mina hundar genom att jogga och springa skogsrundor ibland. Insåg efter några år att kondisen blev så pass bra att det skulle räcka för att klara ett maratonlopp. På den vägen är det.
12. Nej.
13. Ja, fotboll i IFK Västerås.
14. Bra kondition betyder bättre livskvalitet. Det har jag märkt då jag hänger med ungdomarna i fjällvärlden.
15. Trevligt med lopp som t ex Stockholm Maraton, men även natursköna banor som Östergarn och Höga kusten.



Torbjörn Karlsson

1. Fyller 54 i år.
2. 2.38.55 Rom 1982. 1.13.30 på halva (Göteborgsvarvet).
3. 128 maror och 15 ultralopp.
4. Det är nog att testa lite gränser, träffa likasinnade samt att det känns bra efteråt. Sugan på att få ihop 200 stycken.
5. Nej, om man inte räknar Norge som utomlands. (43 stycken norska)
6. De få utlandslopp jag gjort (10-15) har kombinerats med semester och sightseeing.
7. Cirka 15 000 kronor.
8. Musik och film (egna företaget tar mycket tid)
9. 3-5 mil samt cykel.
10. 250-300 mil
11. Joggingvågen på 80-talet.
12. Hela familjen, löpning skidåkning fotboll orientering.
13. Ja. Fotboll, skidåkning och ishockey.
14. Bra fysik gör att jag orkar med mitt jobb, hemmet och familjen. Jag mår bra!!
15. Mindre maratonlopp, gärna varvbanor. Norska Fjelltonmaran är min favorit. Favoriter i Sverige: Skräcklanmaran samt skogsmaratonlopp som t ex Säfsbanan i Fredriksberg.



forts. Maratonfamiljen

Göran Önnerby

1. I april fyller jag 58 år.
2. Mitt personliga rekord på maraton är 3.04.16, satt i Stockholm 1988.
3. Jag har hittills sprungit 88 maratonlopp, men ännu inte något ultra. Jag och Lennart Adolfsson har faktiskt tänkt testa Skövde 6-timmars i mars.
4. Det viktigaste är att må bra och ha en god hälsa. Men även gemenskapen med andra löpare och att uppleva nya platser och miljöer betyder mycket.
5. Jag brukar springa 1-2 lopp utomlands varje år.
6. Det brukar inte bli tid till så mycket sightseeing, själva loppet i sig innebär oftast den bästa sightseeingen. Fast kommer man till en ny stad i ett annat land, brukar jag försöka få tid att se mig omkring.
7. Jag har inte någon större koll på kostnaderna, men uppskattningsvis 10 000-12 000 kr om året på resor, uppehälle och avgifter.
8. Jag gillar bl a att läsa och pyssla med min sommarstuga i Mellbystrand.
9. Jag brukar träna 4-5 gånger i veckan, mest löpning men då och då också vattenlöpning, cykling eller inomhusträning (styrka/rörlighet/spänst) med klubben.
10. De senaste åren har jag sprungit 270-290 mil.
11. Det var en arbetskompis som övertalade mig att springa Stockholm Marathon 1984.
12. Min pappa sysslade med orientering och terränglöpning på 40- och 50-talet.
13. Under skoltiden var fotboll mitt stora idrottsintresse, men jag var också med i några små klubbtävlingar i terränglöpning.
14. Jag tycker att jag mår bra och har en god hälsa. Vidare har jag fått många trevliga vänner och bekanta.
15. Jag kan inte säga att jag har någon favorittyp av lopp. Jag tycker det är roligt att blanda.



Ove Engman

1. 68 år.
2. 2.48.20.
3. 192.
4. Jag tycker helt enkelt att det är kul. Jag har ofta ont i mina fötter, men det spelar ingen roll. Jag fortsätter att gmeta på.
5. Ja, flera gånger per år.
6. Jag har oftast någon dag före och efter loppet, så det blir naturligt att försöka lära sig något om staden och landet där man är.
7. 30 000-40 000 kronor.
8. Jag är mycket intresserad av teater och är medlem i Parkteaterns Vänner i Stockholm.
9. Beror på hur långt det är mellan loppen. Jag tränar inte alls under 3-4 dagar efter ett maratonlopp.
10. Det varierar en hel del från år till år. Cirka 225-250 mil.
11. De första maratonloppen berodde på nyfikenhet om hur det skulle kännas.
12. Nej.
13. Knappast alls, endast när man tvingades att t ex springa 60 meter, hoppa längd och höjd o s v.
14. Att jag praktiskt aldrig varit sjuk anser jag helt och hållet beror på min motion. Under slutet av 70-talet, när jag nästan lagt av helt, gick jag upp kraftigt i vikt. Detta motverkades snabbt när jag ökade min träning.
15. Jag gillar både stora och små lopp, skulle helst se att alla lopp hade en vändpunkt, men jag tycker också att några varv är helt okej. Helst springer jag på landsväg.



Tommy Englund

1. Jag är född 1948, dvs jag fyller 59 i år.
2. Personrekord på maraton: 2.58.56.
3. Jag har sprungit 140 maratonlopp inklusive tre 6-timmars, där jag kände mig nöjd och avbröt efter dryga maratondistansen.
4. Löpningen är en livsstil. Tävlingarna är en bekräftelse på att träningen har fungerat. Dessutom är de ett mål för träningen. Genom att delta i många tävlingar så får man tillfälle att träffa många löparkompisar och vänner som man fått genom löpningen.
5. Det brukar bli 4-5 lopp i Norge varje år. Jag försöker dessutom komma iväg till något lopp i övriga Europa varje år. Har bl a deltagit i Paris, Barcelona, Aten och Lanzarote Marathon.
6. Vid lopp ute i Europa tar vi till några extra dagar för att se oss omkring. Dessutom är ju alla naturscenerier i Norge fantastiska.
7. Det blir nog 7000-10 000 kronor per år.
8. Friluftsliv, resor, mountainbike, skidor samt musik.
9. Det beror på hur tätt det är mellan loppen, men jag försöker träna tre gånger i veckan under säsong. Cirka fem mil i veckan.
10. Cirka 150-160 mil per år.
11. Efter att ha cyklat Vätternrundan två gånger så kändes det intressant att köpa joggingskor och börja löpträna. Efter att ha avverkat ett antal kvarts- och halvmaror tyckte jag att det var dags att prova Stockholm Marathon 1989. Har sedan dess deltagit i samtliga Stockholm Marathon - 18 stycken.
12. Min yngre bror Lars-Erik deltog i Vätternrundan och har sprungit på motionsnivå samt deltagit i mindre lopp i Värmland.
13. Nej, jag var inte intresserad då.
14. Bra sömn, stresstålig, mår bra. Känslan man upplever då man ger sig ut på en löptur en härlig vårmorgon är en känsla av frihet och välmående.
15. Varje lopp har sin charm. Stockholm Marathon är ett fantastiskt lopp. På samma gång är Skräcklan Marathon i Vänersborg också ett härligt lopp, litet men familjärt. Skogslopp som Kongsvinger Skogsmarathon med grusvägar, spångar och stigar är också härliga. Lopp med ett eller två varv blir inte så tråkiga, å andra sidan så ger flervarvslopp med många varv tillfälle till många möten med andra löpare, vilket också är trevligt.



Hugo Liss

1. Född 1942.
2. 2.31.45 Stockholm 1983, 100 km 7.07.20 Lund 1985.
3. 185 maror och 17 ultralopp.
4. Tycker om att tävla och att resa plus den sociala gemenskapen. Har även blivit loppsamlare
5. Två-tre lopp per år.
6. Ja, i samband med övernattnig.
7. Varierar år från år. 2006 blev det cirka 25 000 kronor.
8. Naturen, musik, böcker, schack och att spela "plump".
9. Fem-sex dagar per vecka.
10. Cirka 500 mil.
11. Tyckte att Lidingöloppet var för kort.
12. En kusin som har spelat bandy i finska landslaget.
13. Friidrott och ishockey.
14. Fysiskt och psykiskt välbefinnande.
15. Alla lopp har sin tjusning, vill se det positiva.



JAN LIND



Herrsegraren Anders Hansson (73) och Jan Halland (63) lämnade tidigt det övriga fältet.

Sunne "Sunny" Marathon – vilken dundersuccé!

Soligt väder, sol i alla sinnen hos deltagare och funktionärer och allt in i minsta detalj förberett: förutsättningarna kunde inte ha varit bättre inför premiärupplagan av Sunne Marathon. Bansträckningen var storslagen längs Frykens vatten och våren stod dessutom i blom med utslagna björkar, körsbärsblom och t o m magnolia. Detta är Värmland när det är som allra bäst.

Många efteranmälde sig på tävlingsdagen, bla Solvikingarnas Anders Hansson, som kände sig sugen på att springa. Sålunda stod hela 88 löpare på startlinjen, långt mer än vad tävlingsledningen förväntat sig. Att sedan bara två löpare bröt, och detta på en sjukilometersbana, tyder på att alla trivdes och trängde bort eventuella problem.

Tävlingsledaren Marnix Schussler har åkt runt till olika maratonlopp i och utanför landet och plockat upp de bästa bitarna, t ex service vid vätskekontrollerna, massage, priser till samtliga, lagtävling med vandringspokal, som för

övrigt vanns av Team Skavsåret IF. Lägg därtill den pastasallad med superfräscha ingredienser som serverades!

Marnix var före loppet lite orolig för hur funktionärerna skulle klara sina uppgifter, men det fanns inte minsta anledning till oro. De skötte detta på ett strålande sätt med vänlighet, kunnsighet och glada miner.

Loppet vanns av Anders Hansson, som segrade på nytt personrekord, 2.47.44, före norrmännen Jan Halland och Björn Gerde. På fjärde plats kom Lars Olsson, SISU, Forshaga, som därmed blev distriktsmästare för Värmland. Av våra medlemmar gjordes stronga insatser av bl a Mats Hammerin, Ted Tryggvesson och Mats Zetterlund, I damklassen segrade Elisabeth Schelin, tävlades för hemmaföreningen Sunne LK före Anna-Karin Barhammar.

Årets succé gör att många redan nu ser fram emot nästa års tävling, som då rimligtvis bör locka ännu flera deltagare - kanske dubbelt så många.

TEXT: JAN LIND
FOTO: BERIT LIND



Klart för start. Jan Lind debuterar som starter.



Glada miner i Sunne: Curt Sandberg och Mats Zetterlund.

Porträttet

Vem är Marnix Schussler?

Efter succén med Sunne Marathon undrar säkert många vem Marnix Schussler är? Vad är naturligare än att låta honom berätta om sig själv?

JAN LIND

Som tjugoföring hade jag en pojkdrom om att någon gång kunna springa ett maratonlopp.

Att det skulle dröja 25 år innan det var dags att genomföra 4.2 mil visste jag inte då.

Som före detta fotbollsspelare tog min aktiva karriär slut för sex år sedan, på grund av att vi inte längre hade ett veteranlag i Sunne.

För att hålla igång började jag med löpning. Den åttonde juni 2002 sprang jag mitt första maraton på 4.24 i Stockholm.

Efter loppet var jag helt slut och mätte riktigt dåligt. Inte så konstigt med tanke på att träningsmängden inte var mer än sju mil per månad.

Efter loppet tänkte jag: "antingen lägger jag av nu och blir gammal eller så fortsätter jag och mår bra"

Jag tog ett klokt beslut och sprang Amsterdam Marathon samma år. Det



Tävlingsledaren Marnix Schussler tillsammans med Jan Lind.

"Det är det som gör att alla är likvärdiga"

gick bra och jag fick mersmak.

Nu, fem år senare, har jag sprungit 24 maratonlopp och tre ultralopp. Mitt personliga rekord är på 3.36.36 som jag sprang på i Växjö 2005.

Jag har upptäckt löpningen som en livsstil och en social sysselsättning trots att man tränar och tävlar ensam.

JAG HAR OCKSÅ lärt mig att respektera alla som utmanar sig själva, oavsett vilka förutsättningar man har.

Det jag uppskattar bland löpare som jag möter på små maratonlopp i Sverige, är att man frågar varandra hur det har gått - inte vilken tid eller placering man fick.

Det är det som gör att alla är likvärdiga, oavsett ålder, placering eller tid.

Att löpningen tar tid vet alla som springer och har man barn hemma som också idrottar så krävs det en hel del planering.

Eftersom jag är säljare på ett flexogra-

fiskt företag och reser en del, är det inte alltid lätt att planera in löpträning.

En lösning blev att springa till eller från de fotbollsmatcher eller friidrottstävlingar som min son (14 år) eller min dotter (12 år) har utanför Sunne.

Efter att jag sprungit mitt första Stockholm Marathon år 2002 fick jag en Runner's World-tidning. Där läste jag bl a om Sune Hjalmarsson som hade sprungit runt Väneren och som sprang vilse de sista två milen.

Detta gjorde stort intryck på mig och han är därför en av mina hjältar.

EN ANNAN HJÄLTE hade vi i Sunne den 5 maj 2007.

Efter Sunne Marathon tog Mats Zetterlund mikrofonen och nämnde vid prisutdelningen att alla hade kämpat sig in i mål, men att den största kämpen av alla är Jan Lind. Jag håller fullständigt med Mats.

Detta säger rätt mycket om vilket underbart gäng långdistanslöparna är.

Min pojkdrom var inte att arrangera ett maratonlopp, men den femte maj 2007 fick Sunne ändå sitt första egna maratonlopp.

Många maratonloppssamlare hade frågat mig varför inte Värmland hade något maraton längre.

Efter samråd med bl a Torbjörn Karlsson och med hjälp av Ted Tryggvesson och Kauko Kaikkonen bestämde vi oss för att köra igång ett maraton i Sunne.

Målsättningen skulle vara att genomföra ett lopp för löpare. Efter alla positiva reaktioner efteråt tror jag att vi lyckades med det.

En bra bana, positiva funktionärer och trevliga löpare gjorde det första Sunne Marathon till en succé.

Det viktigaste var nog att vi hade prisutdelning, mat och massage i målområdet. Det innebar att ingen av de 83 löparna kom ensam i mål.

Kalaset började redan kvällen före loppet hemma hos oss med att Tanja, min hustru, fixade pasta till 20 fantastiska löpare, varav några bodde hemma hos oss eller någon annanstans i Sunne.

EN TÄVLINGSLEDARE som arrangerar sin första mara och funktionärer som aldrig varit med om ett liknande lopp, innebar att vi inte alls visste hur det skulle gå.

Alla kom dock till Kolsnäs med en positiv inställning och alla hjälpte till och framförallt tyckte alla att det var roligt och gick runt med ett stort leende på läpparna

Resultatet blev en fantastisk dag för de 83 startande löparna (86 var anmälda) och för oss som arrangörer, med minst åtta efteranmälda och med bara två löpare som tvingades bryta.

Mer än hälften av alla deltagare svarade på enkäten på vår webbsida och Sunne Marathon fick betyget 9.2 på en skala från 1 till 10.

Nu kommer vi att göra en sammanställning och ta beslut om och framförallt när, nästa Sunne Marathon kommer att äga rum.

Vi kommer förmodligen inte undan uppgiften att arrangera ett nytt Sunne Marathon år 2008.

Tyvärr kommer dock loppet med största sannolikhet att hamna på samma dag som GöteborgsVarvet (den 16 maj 2008) p g a av ett antal andra aktiviteter och lopp i början av maj 2008.

MARNIX SCHUSSLER

Torunski Marathon – en härlig mara i Polen!



Det här är nog en plats vi inte skulle ha upptäckt på kartan om det inte varit för att de har ett maraton, och det skulle ha varit väldigt synd. Torun ligger i Polen, cirka 20 mil från Gdansk. Alltså inte Italien som en del trodde när vi berättade var vi skulle.

Vi som reste tillsammans var Astrid Häger, Stig Åsberg, Janne och jag. Avfärden gick från Skavsta med Wizzair till Gdansk, därefter tåg mellan Gdansk och Torun. Vi bodde på hotell Kopernik (loppets sponsorhotell) som låg 200-300 meter från målgång. Tog en övernattningsnatt i Gdansk natten till måndagen och planet tillbaka till Skavsta 9.40 på morgonen så att vi var hemma till lunchtid. Det blev en riktig lågbudgetresa, och om vi så hade spenderat fem gånger så mycket hade vi ändå fått full valuta för pengarna.

Mest känt är Torun för att ha varit födelse- och uppväxtstad för den store

Copernicus. Detta märktes tydligt när vi gick omkring och spatserade. Han tronar bl a i form av en stor staty på gamla stadens torg. Universitetet och andra institutioner bar också hans namn. För övrigt kändes Torun lite som Visby och staden hade anslutning till Hansa genom sitt fina läge längs floden Wisla (som även rinner genom Warsawa och Krakow). Detta kunde tydligt skönjas av byggnaderna och ringmuren runt staden. Invånarna är inte heller särskilt långsinta. Trots att Kalle Dussin varit här och ställt till med en hel del förstörelse så blev vi fredliga svenskar varmt välkomnade.

NUMMERLAPPSUTDELNING OCH pasta-laddning var på Nya torget. Logistiken var inte alltid exemplarisk, vare sig vid nummerlappsutdelningen eller pastapartyt – det brukar vara de flesta maratonlopps stora dilemma. Och inte kunde arrangörerna hjälpa att det var

några inte så värst belevade typer där som girigt glufsade i sig den framdukade desserten med bakelser och frukt innan pastan var klar att serveras – meningen var att det skulle hållas en jubileumsremon med tal och dylikt först. Några misstänkta icke-löpare hade dessutom slunkit in i tältet, bl a såg vi en tant som gjorde det klassiska ”packa-handväskan-full-med-godsaker”-tricket. Jösses!

Så kom då tävlingsdagen. Solen lyste i all sin glans och molnen med sin frånvaro. 20 grader visade termometern klockan nio då starten gick. Banan ringlade sig först norrut ut på landsbygden cirka 12 kilometer. Vi rundade en by och fortsatte sedan tillbaka in mot staden igen. Påminde lite om Kolarmora faktiskt och även Skara Marathon på den tiden det begav sig. Trevligt var det, och några pigga hejklackar var också i farten. Det var mycket varmt och vätskekontroller fanns bara var femte kilometer. Lite panikslagen blev

vi som sprang längre bak när vi upptäckte att vattnet var slut vid första kontrollen. Men de hade ställt ut flaskor vid varje 5.5-6 kilometerspassering längs vägen som man kunde ta, och efter ett tag kom man bakvägen till 32 kilometerskontrollen där det fanns vätska. Redan då konstaterade jag att det förmodligen skulle vara lite längre att springa efter 25 kilometer innan det fanns skaffning att hämta – och mycket riktigt, så var det.

NÅGRA BOENDE längs med sträckan hade välvilligt ställt fram små baljor med vatten som man kunde svalka sig med här och där. En del ställde dessutom gärna upp och sprutade vatten på löparna med en vattenslang. 28 grader i skuggan rapporterades det efteråt. Medhavda vätskebälten blev guld värda i detta sammanhang – Janne och jag klarade därför värmen rätt bra. Det



Barbro och Jan Paraniak springer gärna flera maratonlopp i Polen.



Med sin ringmur påminner Toruń en del om Visby.



Astrid Häger njöt i solskenet och värmen.

gjorde inte många andra löpare.

Det var riktigt skönt att komma i mål. Hotellet vi bodde på lät oss dessutom behålla ett rum till klockan 16.00 så att vi kunde duscha innan tågfärden till Gdansk direkt efter loppet. Tyvärr hade vi inte tid att stanna under hela prisutdelningen. Eftersom jag efteråt läste att jag vunnit K50 misstänker jag att jag hade fått chansen att stoltsera på en prispall (för andra gången på åtta dagar – vi sprang ju i Łódź veckan innan).

Nåja, det kanske blir fler tillfällen... Det här var inte vår sista mara i Polen!

BARBRO PARANIAK



Stig Åsberg (213) höll stilen ända in i mål..

Lodz Marathon - ännu en härlig Polen-mara

Redan i maj år 2005 då vi var i Krakow för att springa, fann vi broschyrer om ett nyligen startat maratonlopp i Polens näst största stad, Lodz. Då var det andra gången som loppet gick. I maj i år var det dags för den fjärde upplagan och vi hade bestämt oss för att delta.

Vi flög med Norwegian Air till Warszawa och tog tåget därifrån. Det tog två och en halv timme trots att sträckan bara är 14 mil. På att man satsar helhjärtat i dessa trakter för att bygga ut tågtrafiken, pågick många banarbeten längs sträckan. Rent kostnadsmässigt var detta en budgetresa.

Vi visste inte mycket alls om staden. Vi hade varit inne på Poland-Hotels hemsida och bokat rum på Grand, men vi hade bara en vag aning om att hotellet skulle ligga centralt och vara trestjärnigt.

NÄR VI KOM fram på torsdageftermiddagen före loppet så lyckades vi med hjälp av en karta hitta hotellet direkt. Det visade sig ligga nära stationen och längs med den fyra kilometer långa gatan som likt Ströget i Köpenhamn var full av liv och rörelse. Butiker, restauranger och uteserveringar hela vägen. Ännu mera så på lördagen och söndagen då det var marknadsdagar och ett vimmel likt forna tiders Vattenfestival i Stockholm.

Hotellet kändes mycket flott trots humana priser med en härlig frukostbuffé och lite av forna tiders lyx. Det är ju bara moderna hotell som klassas



Loppet hade strålande väder. Cirka 25 grader varmt.

som fyra-femstjärniga nuförtiden, men Grand var nyrenoverat, fräscht och mycket trevligt.

LODZ ÄR en gammal textilindustristad som likt Norrköping inte kunnat klara sig i konkurrensen från Asien, och som efter Sovjetunionens fall inte längre kunde räkna med ett tidigare givet exportmål. Därför finns för närvarande ingen textilindustri kvar och man har haft några tunga år att hitta andra näringar att ägna sig åt. Vi såg dock att man börjat resa sig, bl a med hjälp av turism-satsningar och filmindustri ("HollyLodz" var ett begrepp som var ständigt återkommande).

Staden är också genomsyrad av sin gamla historia av samexistens mellan judar och polacker och av de tragiska skeendena kring andra världskriget. Man är också mäktigt stolt över "hemmasönerna" Artur Rubinstein och Roman Polanski.



Annorlunda konst i stadsmiljö.

DET VAR EN bit att gå till start- och målområde samt nummerlappsutdelningen, så på morgonen då loppet skulle gå av stapeln valde vi att ta en taxi. Loppet går på en fyravarvsbana i södra utkanten av staden, ganska lättsprunget – kanske inte så mycket att se – men trevligt ändå. Vi börjar bli igenkända av polska löpare numera, så lite extra glada tillrop fick vi då vi passerade varandra. Cirka 700 deltagare uppdelat på kvarts-, halv- och helmara. Vädret var vackert trots alla svartmålade prognoser vi fått dagarna innan.

Vi var förstås lite sega i benen – dels efter den sightseeing vi ägnat oss åt under fredagen och lördagen – dels för att detta var femte maran på lika många veckor.

JAN OCH BARBRO PARANIAK



Barbro med sitt fina pris.



Lodz by night.



Vårt hotell i Lodz.

Mattias Bramstång vann Stige 100 km



Mattias Bramstång svarade för en mycket fin prestation när han lördagen den 19 maj segrade i danska Stige 100 km på den utmärkta tiden 8.17.

Dansken Ole Karlsen öppnade starkast med 2.10 efter de första 30 kilometerna med norrmannen Kjetil Havstein tre minuter bakom sig.

Vid 40 km, där Kjetil låg fyra minuter efter Ole, fick han problem och måste ta en paus på tio minuter. Därmed var loppet praktiskt taget kört för hans del, och senare vid 60 km så bröt han. Strax efteråt bröt även Ole, som då låg 20 minuter före Mattias Bramstång,

Mattias höll en jämn och bra fart och kunde ohotad defilera in i mål på 8.17. Bakom honom hade han närmast tre norrmän, Rune Axelsen (9.03), Ole-Arne Schlytter (9.04) och Ragnar Nygård (9.19).

Grattis Mattias! Nästa uppgift är att vara farthållare för tretimmarslöporna i Stockholm.

JAN LIND

Utmärkta resultat i Sätermaran

Våra medlemmar svarade för fina insatser i Sätermaran 28 april, med segrar i såväl herr- som damklassen. Johan Eriksson, med personrekord från Karlstad Marathon 2004 på 2.33.39, vann på 2.36.55 före Henrik Olsson 2.41.36 och Daniel och Måns Lindholm på 2.47.08 respektive 3.02.11.

I damklassen förbättrade Aurore Byström sitt personbästa till 3.16.13, en tid som kvalificerar henne för deltagande i maraton-SM.

Grattis till dessa fina prestationer!

JAN LIND

ALLE VINNER!

RUN GLITNIR OSLO MARATON
30. SEPTEMBER 2007

VG

ICELANDAIR

RUN

GLITNIR
SMART BANKING

FOR MER INFO: www.oslomaraton.no
eller telefon +47 23 33 18 00

Glitnir Copenhagen Marathon

Solen lyste med sin allra varmaste vårglans, när Köpenhamn sprang maraton och värmen gynnade förmodligen åskådarna mer än deltagarna. Men det vore en synd att klaga över varmt väder redan i maj.

Det blev nytt deltagerrekord i loppet. Av 6694 anmälda, 5610 hämtade ut sina nummerlappar och 5229 kom i mål. Tävlingsledaren Nils Jörgen Holdts framtida mål är, att evenemanget inom ett antal år ska tillhöra några av de riktigt stora loppen i Europa.

Tilläggsnamnet "Glitnir" är inte ett spädbarns första joller, inte heller ett ord uttalat baklänges. Det är i stället nya sponsorn för fd Copenhagen Marathon. De har inte bara krävt att färgen på all reklam skulle ändras till "deras" färg, nämligen rött. Även tröjorna, som löparna inkasserade i samband med uthämtning av nummerlappar, upprätt-höll sponsorns färg. Och hade man inte den helröda tröjan på sig under loppet, så blev man ändå en rörlig reklamstolpe för Glitnir-banken, eftersom solen transformerade alla vinterbleka löpar-kroppar till en rödblommig nyans.

ETT AV GLITNIRS krav var att loppet skulle korrigeras till en mer central och publikvänlig bana. Löparna fick till följd därav springa förbi en del av Köpenhamns turistattraktioner såsom Rådhusplatsen, Nyhavn, Rigshospitalet ("Riget" i TV-serien med Ernst Hugo Järegård ("Danskjävlar!")), Carlsbergbryggerierna, Idrottsparken



Anders Wiberg (24:a i M50).



Majvi Wiberg (1:a i K50).

och Langelinje med Den lille havsfrue, som ofta har råkat ut för olika former av manifestationer, dagens bestod i att hon ikläts en burka. På andra varvet pas-

serade vi Christiansborg där den danska riksdagen, Folketinget, residerar. Fältet sprang vid varvning och målgång även förbi Den Sorte Diamanten (huvudbibliotek), som sen några år är köpenhamnarnas stora stolthet. Att löparna sprang igenom några av de vackraste och grönaste delarna av "Kongens By" bidrog till att banan kändes angenäm.

Vinnarna Julius Mutai (2.23.24) och Anne Sofie Pade Hansen (2.47.57) var högst sannolikt nöjda med sin dag. Själv var jag till fullo belåten med min mer moderata tid (4.31.41); men kanske mest med dagens behagliga avslut, som fullbordades med smörrebröd konsumerat på min lilla favoritrestaurang, Gröften, inne på Tivoli, under det att försommarskvällen kändes både ljummen och mjuk inunder en klar stjärnhimmel och till tonerna av Tivoliensemblens "Champagnegaloppen" av Hans Christian Lundby.

TEXT: REBECCA GRÄSMAN

FOTO: PHOTOMOTION



Startnr 1398 Bernth Ekberg (2:a i M75).

Från Oregon till Virginia

Vad får någon till att försöka springa tvärsöver den amerikanska kontinenten? Frihetskänslan och löpglädjen, är mitt svar.

Den 11 juni startade mitt försök att springa från Oregon till Virginia, en sträcka på 520 mil genom mestadels ödligt land. Jag skriver försök, för här kan inte ges några garantier för att en gammal gubbe på 59 år skall klara denna distans, dessutom på 100 dagar. Många har försökt, de flesta misslyckas, men skulle det gå vägen, ja då kanske jag blir den äldste "solorunner" som sprungit över USA utan hjälp från följeväl.

Men det handlar inte om några rekordförsök, göra sig märkvärdig eller att tjäna pengar. Nej, jag gör det bara för att jag tycker det är så roligt att springa. Och för friheten, äntligen bestämmer jag allt själv. Som tidningsman har jag visserligen ett fritt yrke, men jag lever alltid under hotet att det är någon som bestämmer agendan för dagen.

Rent vansinne? Så ser jag det naturligtvis inte, men helt riskfritt är det inte. Trafiken är nog det största hotet. Och klarar man att vara borta från familjen så länge? Ja, det kan också bli en prövning.

ANNARS ÄR JAG väl förberedd, såväl löpmässigt som mentalt. Jag har legat på 12-15 mils träning i veckan de senaste åren och har nog aldrig känt mig starkare. Jag har också en hum om vad som väntar eftersom jag sommaren 2005 sprang mellan Chicago och New Orleans, en sträcka på 160 mil. Då låg dagsdoserna på fem mil om dagen och jag hade inga vilodagar.

Även den här gången tänker jag köra på känsla. Rutten är i grova drag planerad men hur långt jag skall springa varje dag får kroppen avgöra. Det kan enstaka dagar bli dagsdoser på uppåt åtta mil, andra dagar kanske bara några enstaka mil. Motellens placering avgör också hur långt det blir, men jag räknar ändå med att sova utomhus flera nätter.

Brrr! Det är kallt i öknen och så skall det visst finnas skallerormar...

Jag hoppas att du som läser det här följer mig på bloggen (www.suneson.se). Den här gången har jag med mig en superlätt bärbar dator och tänker lämna rapporter så fort det går. På min hemsida kan du ställa frågor om löpningen, det är alltid roligt att ha lite skrivbordsarbete på kvällarna.

För du skall veta, man kan känna sig ganska ensam ibland i det stora landet över there. Keep on running!

BJÖRN SUNESON



Björn Suneson på väg över USA - igen!
FOTO: INGVAR KARMHED, SvD.

RUN ÅLAND

26:e Åland Marathon & 1/2 Marathon

”Åland Marathon & 1/2 Marathon är den perfekta säsongsavslutningen. Välarrangerat och trevligt evenemang kombinerat med god mat, kul resa och skön avkoppling gör loppet till en årlig höjdpunkt.”

Jan Paraniak, Svenska Marathonsällskapet

28.10.2007

www.marathon.aland.fi

marathon@aland.net

VIKING LINE

www.vikingline.se

ECKERÖ LINJEN

www.eckerolinjen.se

Resultat

Boston Marathon 2007-04-16

Män	
1 Robert Cheruiyot, Kenya	2.14.13
2 James Kwambai, Kenya	2.14.33
3 Stephen Kiogora, Kenya	2.14.47
svenska deltagare	
1931 Henrik Jaensson, Farsta	3.11.18
2222 Federico Hernandez, Göteborg	3.14.01
2569 Mikael Gustavsson, Göteborg	3.16.28
3405 Bertil Lind x	3.22.20
7360 Anders Almgren x	3.47.50
10292 Sven Blomstrand, Stockholm	4.22.27
Kvinnor	
1 Lidiya Grigoryeva, Ryssland	2.29.18
2 Jelena Prokopovska, Lettland	2.29.58
3 Madai Perez, Mexico	2.30.16
svenska deltagare	
1727 Charlotta Thunberg x	3.40.03
3218 Linda Arvberger x	3.52.26
4474 Mia Eriksson, Stockholm	4.02.58

Beograd Marathon 2007-04-21

Antal fullföljande: 177	
Män	
1 John Mauni, Kenya	2.11.53
2 Nicholas Chelimo, Kenya	2.11.56
3 John Kioke, Kenya	2.13.30
svenska deltagare	
34 Patric Fahlander, Uppsala	2.51.47
42 Anders Svensson x	2.54.28
45 Mattias Bramtång, Halmstad G IF	2.57.06
46 Andreas Falk, Försvarsmakten	2.57.07

London Marathon 2007-04-22

Antal fullföljande: 35688	
Män	
1 Martin Lel, Kenya	2.07.41
2 Abderrahim Goumri, Marocko	2.07.44
3 Felix Limo, Kenya	2.07.47
svenska deltagare	
21 Runar Höim, Alingsås	2.26.23
756 Jakob Skott, FK Studenterna	2.58.38
939 Jan-Olof Nilsson, Team Blekinge	3.02.02
1181 Ulf Andersson x	3.06.26
1300 Jens Linnér, Triathlon Väst	3.08.11
1704 Marcus Ingman, Nordic M Sup	3.13.36
2373 Tony Malmqvist, Alfa Print	3.21.19
2577 Torbjörn Tambour, Stockholm	3.23.46
2841 Lennart Adolfsson, Anderstorp	3.26.24
3083 Anders Berglund x	3.28.25
3149 Jan Magnusson x	3.28.50
4025 Einar Nortima, Trysö	3.36.23
4187 Mikael Svanberg x	3.37.50
4276 Martin Hagman, Stockholm	3.38.25
5011 Mikael Björnsson, Kristianstad	3.43.43
5558 Göran Önerby, Anderstorks OK	3.47.47
6666 Jan V Gullbrandsson x	3.54.28
6760 Henrik Borg x	3.55.01
6796 Manfred Trieb, Malmö FK	3.55.11
6928 Mikael Lind x	3.56.01
7406 Ulf Wallin x	3.58.31
7643 Henrik W Hamilton x	3.59.44
7924 Jan D Fridén, Kullavik RC	4.01.31
7965 Stefan Lindblom x	4.01.47
8135 Bengt A Ljungkvist x	4.03.02
8226 Jaako Fagerlund x	4.03.44
8234 Bengt Hall x	4.03.47
8633 Pontus Aspenström x	4.06.26
9006 Fredrik Rosenqvist x	4.09.00
9683 Lars O Johansson x	4.13.08
9939 Per E Persson x	4.14.32
10185 Kent Johansson x	4.15.56
10759 Björn Thorén x	4.19.03
10797 Roger Johansson x	4.19.13
10920 Erik Skansberg x	4.19.49
10949 Gunnar S Löfgren x	4.19.56
11360 Marcus Möller x	4.22.13
12185 Thomas Björnermark x	4.26.47
12524 Bengt-Åke Svensson, Blekinge	4.28.31
12718 Christer Andersson x	4.29.30
13012 Tibor Tarnai x	4.31.19
13112 Anders Ek x	4.32.03
14557 John Holthuis x	4.40.18
14733 Lars Söderberg x	4.41.10
15704 Magnus Jansson x	4.46.52
16623 Bengt Mattsson x	4.52.31
16750 Markus Rantanikunen x	4.53.09
16759 Greger Larsson x	4.53.12
17475 Mikael Heinig x	4.57.30
17615 Mats Warstedt, Linköping	4.58.22
17729 Byern Evers x	4.59.11
18678 Håkan Liljeborg x	5.06.39
20089 Åke Johansson x	5.17.51
23340 Göran Andersson x	5.59.46
23603 Per-Hans Berg x	6.06.21
23765 Jan Boris Möller x	6.10.39
24597 Tommy Bäckstrand x	7.03.21
Kvinnor	

1 Chunxiu Zhou, CHN	2.20.38
2 Gete Wami, ETH	2.21.45
3 Constantina Tomescu-Dita, ROM	2.23.55
svenska deltagare	
238 Agneta Jonsson, Team Skavsåret	3.19.44
815 Anne Andersson x	3.43.46
1876 Solveig Ohlsson, Team Blekinge	4.07.33
2532 Petra Söderquist, Uppsala	4.18.22
3170 Susanne Wallin, IFK Sala	4.27.51
3780 Marie-Louise Ek x	4.36.26
5658 Lena Bäckstrand x	5.00.03
6373 Helena Rantanikunen x	5.10.03
7291 Maj Hedberg, Fredrikshofs FIF	5.23.20
7752 Ellinor Fridén, Kullavik RC	5.30.27
7761 Solveig Sjö, Knivsta	5.30.36
8736 Margot Möller x	5.48.15
9270 Birgitta Welander, Fredrikshof	6.01.02
9464 Monica Behm x	6.06.21
10463 Nadja Edwards x	6.53.07

Munkastigen Trailrun Laxå 2007-05-01

Antal fullföljande: 48	
Män 44 km	
1 Per Sjögren, Löpex Sport	3.09.29
2 Oskar Arlebo, Löpex Sport	3.10.47
3 Sören Forsberg, IF Start	3.13.47
4 Per Eklöf, Löpex Sport	3.18.23
5 Lars Lindbäck, Strömtorps IK	3.20.59
6 Johan Fridlund, Järna	3.25.20
7 Anders Bagge, IK Akele	3.31.13
8 Henrik Junkell, FK Herkules	3.40.23
9 Hans Byrén, IF Spartacus	3.50.23
10 Benny Frost, Östansjö SK	3.52.40
11 Kenneth Karlsson, Åsbro Golf	3.57.28
12 Pär Ericsson, IK Pepper	3.58.18
13 Thomas Carlson, Kumla SF	4.01.33
14 Johan Johansson, Mag. Karlstad	4.06.30
15 Peo Nilsson, Magazinet Karlstad	4.09.22
16 Jakob Nilsson x	4.13.06
17 Mikael Larsson, OK Hällen	4.14.24
18 Henrik Sjövall, Karlunds IF	4.14.56
19 Erik Jurander, Trailrunner West	4.16.00
20 Järry Bårnsten, Trailrunner West	4.17.38
21 Tomas Pinni, IFK Nora	4.17.56
22 Torbjörn Karlsson, Arvika LK	4.18.23
23 J-O Henriksson, Vattudalens LDK	4.19.57
24 Jonas Uller, Kils OK	4.21.47
25 Tommy Karlsson, Golf Tjalve	4.22.03
26 Kjell Kvarfordt, Fredrikshofs FIF	4.22.12
27 Jonas Ekstam, Scandic	4.32.26
28 Tord Blücher, Storådalens SK	4.33.14
29 Christer Svantesson, Vi Som Spr.	4.45.23
30 Jonas Alpsten, SISU Forshaga	4.45.34
31 Ola Lagerström, IFK Enskede	4.45.56
32 Sune Carlsson, OK Hällen	4.47.57
33 Christer Högberg, IF Göta	4.50.47
34 Daniel Gillberg, Vi Som Springer	4.54.57
35 Niklas Tyni, Konsum Gävleborg	5.00.19
36 Mathias Mellgran, Kristinehamn	5.03.19
37 Tobias Lindström, Kristinehamn	5.03.21
38 Stefan Zetterström, IFK Enskede	5.03.45
39 Valdemar Andersson, IF Spartacus	5.07.58
40 Carl-Johan Robertsson, Stenhall	5.13.40
41 Lennart Skoog, Stenungsunds OK	5.47.48
42 Stig Söderström, Kvarnsveden	6.12.05
43 Jan Brågård, IFK Helsingborg	6.19.52
Kvinnor 44 km	
1 Åsa Carlsson, Laxå OK	4.09.46
2 Mimmi Andersson, Uppsala LK	4.22.17
3 Maria Gustavsson, FK Herkules	4.26.05
4 Barbro Nilsson, Solvikingarna	4.41.12
5 Birgitta Almström Alpsten, SISU	4.45.33

Marathon del Custozza ITA 2007-05-13

Män	
1 Emanuele Zenucchi, ITA	2.35.16
2 Massimiliano Bogdanich, ITA	2.36.36
3 Marco Boffo, ITA	2.39.28
svensk deltagare	
509 Göran Lennström, Huultsfreds LK	5.18.20

Prag Marathon 2007-05-13

Antal fullföljande: 3185	
Män	
1 Ornelas Helder, Portugal	2.11.49
2 Luka Chelimo, Kenya	2.12.36
3 Paulo Gomes, Portugal	2.12.51
svenska deltagare Bruttotid/nettotid	
534 Vili Kamhi x	3.34.11
552 Johan Tilly x	3.34.37
859 Sune Ingman x	3.46.41
1677 Håkan Fredriksson x	4.16.31
1702 Stig Pettersson x	4.17.33
1932 Pär Olsson x	4.28.06
2074 Morgan Adolfsson, Bokenäs	4.35.43
2086 Tomas Hultfelt x	4.35.34
2193 Alge Edin x	4.43.11
2214 Anders Malmqvist x	4.46.07

2362 Jens Hellgren x	4.53.58
2499 Dag Andreasson x	5.08.15
2554 Leif Andersson x	5.19.27
2555 Stig Hofling x	5.19.28
Kvinnor	
1 Nailiya Yulamanova, Ryssland	2.33.08
2 Malgorzata Sobanska, Polen	2.35.01
3 Veronika Brychynova, Tjeckien	2.40.49
svenska deltagare	
105 Ulrika Möller, Trollhättan	3.57.26
207 Siv Ingman, Trollhättan	4.17.39
244 Anne Sahlin x	4.24.57
298 Annika Johansson x	4.34.20
338 Carin Madsen Kollberg x	4.44.23

ING Eur. Marathon Luxembourg

07-05-19

Antal fullföljande: 1663	
Män	
1 Alex Malinga, Uganda	2.17.17
2 Mustapha El Riyad, BHR	2.17.39
3 Samson Kosgei, Kenya	2.18.06
svenska deltagare (bruttotid + total plac)	
294 Curt Sandberg, Ärl.-Märsta SK	3.34.54
466 Peder Hunnes, Bele Barkarby	3.44.36
548 Magnus Kristensson, Hagen BK	3.49.24
1225 Mattias Fredriksson, IK Stern	4.28.24
1451 Thomas Sandegård, Sverige	4.49.51
1455 Claes-Johan Geijer, Sverige	4.50.36

Copenhagen Marathon 2007-05-20

Antal fullföljande: 5247	
Män	
1 Julius Mutai, Kenya	2.23.54
2 Torben Juul Nielsen, Danmark	2.27.09
3 Peder Trolldborg, Danmark	2.28.16
svenska deltagare (ofullständig pga bristfällig uppgift nationalitet)	
11 Per Nilsson x	2.44.49
25 Odd Nyheim, IFK Trelleborg	2.50.04
35 Seppo Hiltunen, Heleneholms Tri T	2.53.15
48 Manus Hansson, Kvarnsveden	2.55.30
86 Frederic Rabenne, Heleneholms IF	2.59.48
125 Martin Svensson, IFK Trelleborg	3.04.49
152 Björn Bylund, IF Hagen	3.07.27
159 Lionel Rieloff, Heleneholms IF	3.07.52
194 Björn Kjellberg, Djurgårdens IF	3.10.16
206 Ralf Schuh, Heleneholms IF	3.11.04
215 Olof Olsson, IFK Trelleborg	3.11.29
233 Rune Thieme, IFK Trelleborg	3.12.19
268 Allan Montan, Karoliska	3.14.03
294 Per M Eriksson, Brogatans IF	3.14.55
319 Frederik Saarnak, Outlaw Runners	3.16.19
360 Joakim Hector x	3.18.20
362 Björn Furhoff x	3.18.33
376 Anders Wiberg, Högskölevärdet	3.19.04
379 Magnus Strömsten x	3.19.04
401 Sava Iancovici x	3.19.54
503 Sigvard F Lindvall x	3.23.52
509 Torbjörn Holmberg x	3.24.08
543 Sven Andersson, IK Akele	3.25.13
590 Morten Persson x	3.26.48
711 Staffan Malmberg, Solvikingarna	3.28.50
764 Anders Nilsson x	3.29.44
765 Michael Gustafson x	3.29.46
779 Tönu Pullerits, Björnstorps IF	3.30.03
797 Jon Delin, Örestadsstyckisterna	3.30.31
808 Jan Bergqvist x	3.30.45
877 Kenneth Jönsson, Heleneholms IF	3.32.52
918 Peter Karlström, Heleneholms IF	3.34.04
979 Martin Trulsson, Gärd. Köpinge	3.35.25
1018 Peter Lemcke, Team Fakta	3.36.30
1088 Simon Andersson x	3.38.04
1091 Thomas Welvert, Vellinge F&S	3.38.10
1092 Henrik Svensson x	3.38.10
1151 Tony Björk x	3.39.22
1187 Björn Agertoft, KKL-92	3.40.13
1216 Lars Jahnfors, Kiviks AIF	3.40.59
1225 Manfred Trieb, Malmö FK	3.41.08
1416 Mikael Tranholm x	3.44.44
1441 Christer Månsson x	3.45.18
1461 Jakob Fälling x	3.45.45
1529 Stefan Gerstädt, Volvo IF	3.47.08
1539 Anders Olander x	3.47.17
1555 Christoffer Bäckman x	3.47.39
1593 Peter Kautsky x	3.48.32
1616 Rickard Linnér x	3.49.04
1618 David Jern x	3.49.11
1627 Gert-Ingge Tapper, Björnstorps IF	3.49.19
1629 Stefan Svensson, Infocare	3.49.21
1680 Damir Pjanic x	3.50.22
1730 Fredrik Almqvist, Brättingstorp	3.51.11
1781 Ralf Andersson x	3.52.06
1794 Martin Magnusson x	3.52.20
1824 Tony Söder x	3.52.58
1825 Claes Björjesson x	3.52.58
1827 Mats Rønefjord x	3.53.02
1859 Anders Hinderoth x	3.53.37

1920 Martin Bergqvist, Växjö LK	3.54.45
1950 Ulf Carlsson x	3.55.10
1957 Roland Isaksson, Byggnadsbrånn	3.55.21
1960 Carl-Johan Ekström, IK Vilsta	3.55.23
2001 Magnus Wallin x	3.56.09
2004 Björn Tibbelin, Växjö LK	3.56.11
2103 Per Olofsson, Växjö LK	3.57.46
2107 Mats Carlsson x	3.57.49
2109 Tommy Törnqvist, Helsingborg	3.57.49
2129 Per Johansson x	3.58.01
2140 Thomas Cahling, Ljusdals RC	3.58.11
2163 Christian Rimmerfeldt, Royal M.	3.58.25
2189 Zelko Krajcar x	3.58.49
2273 Bengt Mattsson, Team Blekinge	3.59.58
2306 Jörgen Dahlgren, H+H	4.00.26
2370 Peter Jepsen, Kopparberg	4.01.59
2413 Jan Herbertson x	4.03.25
2418 Hans Nördén, Ordservice	4.03.30
2420 Marcus Trulsson, Gärd. Köpinge	4.03.35
2445 Lars Rabell, Friskis & Svetits	4.04.24
2459 Anders Mjörnman, IBM	4.04.46
2480 Peter Svensson, Rörservice Mora	4.05.20
2488 Thomas Risberg x	4.05.39
2496 Anders Ström, Stroms.biz	4.05.54
2513 Lars Mellberg x	4.06.24
2542 Henrik Löfqvist x	4.07.11
2589 Jim Sandell, Infocare	4.08.02
2612 Rasmus Kümmel Holtze x	4.08.48
2622 Jan Wiberg x	4.08.53
2631 Jonas Larsson x	4.09.01
2643 Torbjörn Härle, Wackes AB	4.09.21
2644 Henrik Pihl, HULK 92	4.09.23
2654 Robert Zezulka, Artistic Int.	4.09.38
2673 Niklas Örnfelt x	4.09.58
2709 Olle Svensson, Simrishamns AIF	4.10.58
2714 Lars Agnezon, Kongahälla AIK	4.10.59
2716 Lennart Hallqvist x	4.11.02
2717 Anders Blomqvist x	4.11.02
2744 Fredrik Rosenqvist, Diamo AB	4.11.38
2891 Bengt Rosenkvist x	4.15.26
2936 Lars Hammergren x	4.16.26
2950 David Andersson x	4.16.49
2999 Gustav Mellervu, Vi som spr.	4.17.54
3036 Andreas Lundberg x	4.19.12
3077 Daniel Dietmann, Bradypus	4.20.02
3135 Erik Karlsson, Laholms IF	4.21.48
3163 Håkan Fornander x	4.22.56
3192 Anders Ek x	4.23.40
3243 Johan Olsson x	4.25.01
3256 Bengt Palm, Halmstadspolisen	4.25.30
3282 Ingo Beyersdorff, Vi som spr.	4.26.28
3331 Frederik Eriksson x	4.27.34
3332 Jonas Tullberg, Run Away	4.27.35
3337 Stilianos Theofanous x	4.27.44
3340 Paul Svensson x	4.27.55
3369 Lennart Skoog, Stenungsund	4.28.36
3370 Anders Schultz, Bygma Grupp	4.28.38
3376 Sten Tyrberg, IFK Helsingborg	4.28.42
3399 Vesa Murtokangas, Borlänge LK	4.29.20
3515 Bertil Lanzén, Ryssbergets IK	4.33.34
3528 Christer Mattissson x	4.34.05
3610 Thomas Olsson x	4.37.20
3616 Steven J Linton, Linton Edu	4.37.38
3627 Alfred Sköld, SISU Forshaga SK	4.38.02
3631 Bernth Ekberg, Mariestads AIF	4.38.09
3672 Fredrik Hellqvist x	4.39.23
3677 Håkan Österlund, Forty IF	4.39.37
3689 Jonas Hammerberg, Monarchs	4.40.18
3751 Sven-Erik Jönsson x	4.43.13
3822 Johan Sjöström x	4.47.20
3858 Jens T x	4.49.22
3878 Lars-Ivar Ericson, FK Åsen	4.50.51
3879 Bengt Persson x	4.50.52
3936 Robin Pervan x	4.54.16
3989 Claus Aronsson x	4.57.22
4032 Kjell Jönsson, Heleneholms IF	5.01.04
4117 Jan-Åke Gullberg x	5.12.52
4222 Peter Matthiasson x	5.33.22

Kvinnor

1 Anne-Sofie Pade Hansen, Danmark	2.47.56
2 Nina W Madsen, Danmark	2.57.50
3 Clarie Peacock x	2.58.38
svenska deltagare (ofullständig pga bristfälligt uppgift nationalitet)	
18 Majvi Wiik, IFK Trelleborg FI	3.20.53
61 Sandra Biggsdóttir, IFK Halmstad	3.34.27
170 Asa Broberg x	3.51.16
238 Anna Hammer x	3.57.21
246 Anna Svensson, Projekt 6	3.57.31
247 Tove Kjellberg, Projekt 6	3.57.31
277 Katarina Wetterström, Feelgood	3.59.21
290 Jenny Malmstedt, Länsrätten Dal.	4.00.40
296 Margareta Warstedt x	4.01.26
318 Marie-Louise Ek x	4.04.41
365 Josefina Ahnström x	4.09.28
421 Anna Zackrisson x	4.13.25
430 Christel Olsson x	4.14.51
436 Ann-Charlotte Linton, Linton Edu4.	14.39

Resultat

Åldersindelade lopp

Rotterdam Marathon 2007-04-15

Antal fullföljande: 4339

Män

1 Joshua Chelanga, Kenya	2.08.21
2 Takayuki Matsumiya, Japan	2.10.04
3 William Kipsang, Kenya	2.11.04

svenska deltagare

915 169M45 Heinz Sjögren, Tyresö	3.41.18
1049 251M40 Thomas Gustafsson, Nacka	3.44.31
1617 292M35 Stellan Rönnkvist, Stockholm	3.59.39
4166 459M50 Tomas Becher, Malmö	4.57.52
4201 854M40 Urban Nilsson, Karlshamn	4.59.29

Wroclaw Marathon 2007-04-22

Antal fullföljande: 1199

Män

1 Taras Salo, Ukraina	2.18.04
2 Viktor Starodubtcev, Ukraina	2.20.41
3 Reuben Toroitich, Kenya	2.21.30

svenska deltagare

16M45 Dag Nilsson, Sverige	2.59.08
73M45 Jan Paraniak, Sverige	3.39.09
6M60 Stig Åsberg, Sverige	3.40.54
131M45 Bo Edenfall, Sverige	4.06.36

Kvinnor

1 Katarzyna Dziwosz, Polen	2.49.06
2 Tetyana Bulushechnko, Ukraina	2.51.43
3 Lucyna Petka, Polen	2.55.18

svenska deltagare

2K60 Inger Knutsson, Sverige	4.20.30
6K50 Barbro Paraniak, Sverige	4.42.33
4K55 Astrid Häger, Sverige	4.47.55
8K50 Sisko Allensten, Sverige	5.00.10

Leipzig Marathon 2007-04-22

Antal fullföljande: 524

Män

1 Marcel Matanin, Slovakien	2.26.19
2 Evgeny Ulanov, Tyskland	2.30.05
3 Jens Gersonde, Tyskland	2.37.52

svensk deltagare

70 13M30 Jonas Malmström, Sverige	3.17.11
-----------------------------------	---------

Säter Marathon 2007-04-28

Antal fullföljande: 65

Män

1 1M35 Johan Eriksson, Kopparbergs IF	2.36.55
2 1M23 Henrik Olsson, TV 88	2.41.36
3 2M23 Daniel Lindholm, Dalregementets IF	2.47.08
4 2M35 Måns Lindholm, Dalregementets IF	3.02.11
5 1M50 Arne Andersson, Hässelby SK	3.07.53
6 1M45 Tommy Sjöström, Vi som springer	3.08.16
7 2M45 Per Busk, Lillhärda IS	3.08.35
7 3M35 Magnus Westerlund, AB Karl Hedins IF	3.08.35
9 1M40 Patrik Pettersson, IFK Strängnäs	3.09.51
10 2M50 Marek Perlinski, IKSu Friidrott	3.12.07
11 3M45 Krister Lindh, Kvarnsvedens FIK	3.12.17
12 4M35 Jonas Davidsson, FK Studenterna	3.13.28
13 3M23 Ola Nordahl, Ulriksbergs IK	3.14.35
14 4M23 Mats Liljegen, Team Skavsåret IF	3.18.46
15 2M40 Staffan Lundblad, Sundsvalls FI	3.19.00
16 5M23 David Erneskog, Stockholm	3.19.11
17 1M55 Lennart Olsson, Korsnäs SK	3.20.46
18 3M40 Per Gisslén, Dala Floda IF	3.21.51
19 4M40 Ulf Wallander, Boo IF	3.24.57
20 2M55 Curt Sandberg, Arlanda-Märsta SK	3.26.33
21 3M50 Roger Andersson, IFK Sala	3.27.34
22 1M60 Angus Thomsson, Söderhamns IF	3.28.05
23 6M23 Tomas Carlsson, Kvarnsvedens FIK	3.34.00
24 3M55 Mats Zetterlund, Vattudalens LDK	3.34.31
25 4M55 Birger Karlsson, Vattudalens LDK	3.34.32
26 4M45 Mikael Leitner, Enköpings AIK	3.35.36
27 1Mot Mikael Jacobs, Sundbyberg	3.39.31
28 5M35 Jerker Steneland, Avesta IK Stål	3.40.56
29 5M45 Bengt Göransson, Falu IK	3.41.56
30 2M60 Jan Röhdin, Team Skavsåret IF	3.42.53
31 7M23 Andreas Falk, Försvarsmakten	3.45.10
32 5M40 Peter Johansson, Stockholm	3.45.11
33 8M23 Tomas Melin, Dalregementets IF	3.47.53
34 3M60 Leif Franzén, IFK Strängnäs	3.51.10
35 2Mot Christer Winnige, Falu IK	3.52.16
36 4M50 Sven Molin, Uppsala LK	3.53.19
37 6M45 Tord Blücher, Storådalens SK	3.57.15
38 5M50 Bengt-Åke Skoglund, Postens IK	4.00.30
39 3Mot Bengt Dolk x	4.03.26
40 4M60 Birger Höglund, IK Jordbänningarna	4.04.27
41 5M60 Stig Söderström, Kvarnsvedens FIK	4.05.29
42 5M55 Erik Östman, Gustafs Golf	4.09.14
43 6M60 Lennart Skoog, Stenungsunds OK	4.14.14
44 4Mot Thomas Olsson, Rumpmas Runners	4.25.20
45 6M55 Kjell Magnusson, Vi som springer	4.29.52
45 6M35 Christer Svensson, Växjö LK	4.29.52
47 1M65 Christer Mattisson, Uppsala LK	4.36.26
48 7M60 Per-Ove Hvitfeldt, IFK Mora FI	4.48.54
49 5Mot Leif Bäckman, Insjöns IF OK	4.51.22
50 7M55 Sigvard Koplimäe, Vattudalens LDK	4.55.53

51 6Mot Michael Johansson, Rumpmas Runners	5.10.13
52 2M65 Lennart Carlander, SPIK	5.46.46
53 8M60 Christer Magnusson, Ösmo GIF	5.52.08

Kvinnor

1 1K40 Aurore Byström, Team Blekinge	3.16.13
2 1K50 Rita Eriksson, Borlänge LK	3.50.20
3 1K23 Linda Carlsson, IK Heros	4.04.07
4 1Mot Matilda Petersson, Uppsala	4.08.13
5 2K40 Marielle Wallander, Boo IF	4.11.28
6 1K60 Sonja Carlsson, IFK Strängnäs	4.13.51
7 2Mot Anne-Marie Dolk x	4.21.46
8 2K60 Eva Thibaud, Fredrikshofs FIF	4.39.57
9 2K23 Sofia Kay, Vi som springer	4.46.39
10 3K60 Gunilla Franzén, IFK Strängnäs	4.48.55
11 1K65 Monika Simson, Täby LLK	4.57.05
12 2K65 Maria Karlsson, IK Heros	5.46.47

Hamburg Marathon 2007-04-29

Antal fullföljande: 16483

Män

1 Rogers Rop, Kenya	2.07.32
2 Wilfred Kigen, Kenya	2.07.33
3 Kiprotich Kinei, Kenya	2.07.42

svenska deltagare

100 23M30 Daniel Nilsson, FK Studenterna	2.43.45
190 48M35 Ulrik Snygg, IS Göta	2.49.15
732 118M30 Christer Holm, Rånäs 4H	3.02.36
1587 217M30 Patrick Raab, Accelerators	3.16.17
1790 318M45 Anders Lif, Norrköping	3.18.27
2598 205M50 Per-Erik Bonander, Skara R Runners	3.26.06
2694 570M35 Patrick Sjöö, Öbacka IK	3.26.52
2799 84M55 Erik Hamrén, Killings AIK	3.27.28
3585 745M35 Peja Lindholm, Bet4E.com	3.33.10
3714 971M40 Håkan Persson, IS Göta	3.34.08
3777 708M45 Christer Carlsson x	3.34.47
4169 777M45 Christian Turban x	3.37.34
4232 788M45 Jan Rosenström x	3.38.00
4374 166M55 Börje Lidén x	3.39.06
4631 61M60 Sven Linderöth, Kronoskogen	3.41.05
5026 1304M40 Thomas Jönsson x	3.43.47
5068 930M45 Jürgen Weiss x	3.44.02
5953 1534M40 Magnus Jando x	3.49.34
6446 1649M40 Håkan Wikström x	3.52.33
6909 117M60 Ingemar Mellbris, IS Göta	3.55.09
8839 935M50 Anders Eliasson x	4.08.11
9216 471M55 Åke Hultqvist, Kronoskogen	4.11.31
9515 206M60 Thomas Enström, Stockholm	4.14.07
9760 518M55 Olle Svensson x	4.16.24
9910 1060M50 Ingo Beyersdorff, Vi som springer	4.18.00
10325 1879M35 Roger Andersson x	4.22.09
10956 2682M40 Martin Schabbauer, IK Tjalve	4.28.46
11359 2770M40 Niklas Leverenz x	4.34.14

Kvinnor

1 Ayelech Worku, Etiopien	2.29.14
2 Rose Kerubo Nyangacha, Kenya	2.29.22
3 Beatrice Omwanja, Kenya	2.30.46

svenska deltagare

12 5K30 Anna Rahm, Rånäs 4H	2.35.08
31 9KS Liivi Eklund, IS Göta	2.59.55
119 16K45 Kerstin Thiele, IF Sparta	3.23.11
528 34K50 Christina Hartman, Andrarums IF	3.48.17
1538 379K40 Karin Beyersdorff, Vi som springer	4.17.52
1716 239K30 Matilda Mellby x	4.23.02
1944 221KS Anna Lundén, IK Tjalve	4.28.46

Wien Marathon 2007-04-29

Antal fullföljande: 5579

Män

1 Luke Libet, Kenya	2.10.07
2 James Mwangi, Kenya	2.10.27
3 Abel Kirui, Kenya	2.10.41

svenska deltagare

104M35 Roger Karlsson x	3.11.59
209M30 Fredrik Nyström x	3.34.07
62M55 Jan Paraniak, Team Skavsåret	3.45.08
16M65 Stein Degerlid x	4.07.26
366MS Martin Thor x	4.09.27
24M65 Jan-Åke Davidsson, Göteborg	4.23.17
441MS Johan Westerlund x	4.25.07
239M55 Bo Gullberg, Vellinge	4.51.31
242M55 Peter Englund, Sundsvall	4.52.52

Kvinnor

1 Luminita Talpos, Rumänien	2.32.21
2 Martha Markos, Etiopien	2.35.45
3 Susanne Pumper, Österrike	2.37.55

svenska deltagare

35K30 Angelica Samuelsson x	3.53.37
72K30 Malin Eriksson x	4.24.56
74K50 Barbro Paraniak, Team Skavsåret	4.47.33
77K50 Ingrid Gullberg, Vellinge	4.51.32

Geneve Marathon 2007-05-06

Män

1 Tesfaye Etich, Etiopien	2.18.36
---------------------------	---------

svenska deltagare

13M50 Kennet Svensson, Öbacka LK	3.43.33
91M40 Göran Ingebrand, Östersund	4.28.21
95M40 Mikael Hammarin, Göteborg	4.34.43

Lodz Marathon 2007-05-13

Antal fullföljande: 214

Män

1 Artur Osman, Polen	2.20.31
----------------------	---------

svensk deltagare

8M55 Jan Paraniak, Team Skavsåret IF	3.40.07
--------------------------------------	---------

Kvinnor

1 Julia Soroko, Polen	3.07.24
-----------------------	---------

svensk deltagare

1K50 Barbro Paraniak, Team Skavsåret IF	4.52.06
---	---------

Sunne Marathon 2007-05-23

Antal fullföljande: 81

Män

1 1M40 Anders Hansson, Solvikingarna	2.47.44
2 2M40 Jan Halland, Norge	2.53.09
3 1M50 Björn Gjerde, Norge	3.02.21
4 1M35 Lars Olsson, SISU Forshaga	3.09.51
5 3M40 Hans Byrén, IF Spartacus	3.11.39
6 1M45 Mats Hammerin, Borlänge LK	3.12.09
7 1M55 Hans Jansson, Kils AIK FI	3.14.51
8 2M55 Ted Tryggvesson, Kils AIK FI	3.16.04
9 3M55 Mats Zetterlund, Vattudalens LDK	3.20.35
10 4M55 Anders Krappe, Laholms IF	3.21.03
11 2M50 Oscar Hernandez, Eklunda Vargarna	3.21.11
12 5M55 Curt Sandberg, Arlanda-Märsta SK	3.24.23
13 4M40 Peter Nord, OK Grane	3.29.09
14 5M40 Tomas Pinni, IFK Nora	3.30.32
15 1M60 Tord Lundberg, Norge	3.30.52
16 2M45 Karwan Tahir, IF Spartacus	3.31.52
17 6M40 Tom-Rune Bertelsen, Norge	3.32.26
18 3M45 Robert Alnebring, Boo IF	3.33.42
19 3M50 Erik Nossun, Norge	3.33.55
20 2M60 Stig Åsberg, IFK Nyland	3.34.46
21 4M45 Christer Högberg, IF Göta	3.36.53
22 5M45 Tord Blücher, Storådalens SK	3.36.11
23 6M55 Ulf Ring, Arlanda-Märsta SK	3.38.02
24 3M60 Jan Röhdin, Team Skavsåret IF	3.38.12
25 6M45 Bengt Göransson, Falu IK	3.39.21
26 1M65 Jörgen Larsson, IFK Sala	3.39.28
27 4M50 Torbjörn Karlsson, Arvika LK	3.39.53
28 7M55 Jan Paraniak, Team Skavsåret IF	3.40.59
29 4M60 Christer van den Bergh, Arvika LK	3.41.44
30 7M45 Lennart Olsson, Laholms IF	3.42.39
31 8M45 Per-Anders Liljemärk, Sunne LK	3.42.59
32 9M45 Bo Edenfall, Vallentuna FK	3.45.17
33 5M50 Henrik Aasbø, Norge	3.46.45
34 8M55 Jan Lundell, OK Grane	3.47.11
35 7M40 Tommy Oskarsson, Vi som springer	3.50.37
36 10M45 Jonas Alpsten, SISU Forshaga	3.50.56
37 5M60 Kurt Gustavsson, Hultsfreds LK	3.51.47
38 6M50 Lars-Göran Berggren, Team Skavsåret IF	3.52.39
39 8M40 Henrik Sköllerhag, IK Spring Väst	3.53.37
40 7M50 Roger Andersson, Töcksfors IF	3.53.50
41 6M60 Ulf Björk, Vilsta IK	3.54.18
42 9M55 Olle Modin, Vilsta IK	3.54.59
43 7M60 Stig Söderström, Kvarnsveden Golf	3.55.03
44 9M40 Lars Palmgren, IFK Sunne FI	3.55.37
45 1M23 Ola Elander, Friskis&Svettis	3.57.55
46 2M65 Evert Moberg, IF Göta	3.59.05
47 10M55 Björn Hägesen, Norge	4.01.32
48 11M55 Lars Agnezon, Kongahälla AIK	4.05.48
49 1Mot Anders Alin, Karlstad	4.08.02
50 11M45 Ari Pohjola, Örnsköldsvik	4.11.03
51 12M55 Lars Almqvist, IFK Helsingborg	4.13.00
52 12M45 Kent-Åke Eriksson, Arvika LK	4.14.12
53 2Mot Stefan Larsson, Vi som springer	4.15.46
54 13M55 Tommy Englund, OK Grane	4.20.58
55 8M60 Lennart Skoog, Stenungsunds OK	4.23.35
56 13M45 Jan-Erik Ullström, Vi som springer	4.24.01
57 14M55 Göran Tilosius, Vi som springer	4.25.50
58 3Mot Mattias Olsson, Sunne	4.26.45
59 15M55 Hans-Inge Lindeskow, Hargs BK Runners	4.27.04
60 9M60 Rolf Halde, Vi som springer	4.27.49
61 8M50 Valdemar Andersson, IF Spartacus	4.28.21
62 16M55 Wiggo Bakken, Norge	4.32.09
63 1M70 Stig Hellström, Fredrikshofs FIF	4.32.50
64 4Mot Lars Moberg, Oxie	4.32.57
65 5Mot Bernt Rünell x	4.37.09
66 14M45 Arne Arvidsson, Sunne LK	4.39.48
67 6Mot Sigvard Koplimäe, Vi som springer	4.46.00
68 3M65 Jan Krantz, Solvikingarna	4.48.11
69 4M65 Lennart Bengtsson, Solvikingarna	4.48.12
70 2M70 Gunnar Irevgård, Arlanda-Märsta SK	5.04.32
71 5M65 Rolf Carlén, IFK Sunne FI	5.09.03
72 7Mot Jan Brågård, IFK Helsingborg	5.13.16
73 17M55 Tore Sandberg, IFK Sunne FI	5.17.50

Kvinnor

1 1K40 Elisabeth Schelin, Sunne LK	3.47.55
2 1K35 Anna Karin Berhammar, SK Bore	4.01.32
3 1K55 Ingela Mattsson, Sunne LK	4.34.00
4 1K23 Sofia Key, Vi som springer	4.41.03
5 2K55 Astrid Häger, Fredrikshofs FIF	4.49.52
6 1K50 Barbro Paraniak, Team Skavsåret IF	4.55.03
7 2K50 Birgitta Eriksson, IF Hammaren	5.16.24
8 1K45 Tanja Schussler, IFK Sunne FI	5.39.20

Resultaten från Stockholm Marathon kommer i nästa nummer.

Avsändare: Svenska Marathonsällskapet, Box 218, 101 24 Stockholm

Svenska maraton- och ultralopp 2007

Datum	Tävlingsplats	Tel. kansli	Tel. bostad	Kontaktperson	Övrig information	Arrangör
29 juni	Adak, Malå (100 km)		0953-320 15	Erik Tjärnlund	Ett varv, grus/asfalt, RM	Lönås IF
30 juni	Trollhättan (12/24-timmar)	0520-444421	0520-44 44 21	K-G Nyström	Rundbana 1510 m, RM	Vi Som Springer LK
30 juni	Kristianopel, Blekinge	0455-142 77	0455-36 02 85	Åke Johansson	Vändpunktsbana	Team Blekinge LF
30 juni	Jockfall-Överkalix	0926-10942		Kansliet	Klassisk maratonbana	Överkalix IF
5 juli	Levanger-Sandvika 62.5 km	063-12 28 30		Kansliet	St Olavs Ultra dag 2	Jämtland-Härjedalens FIF
6 juli	Sandvika-Åre 63.4 km	063-12 28 30		Kansliet	St Olavs Ultra dag 3	Jämtland-Härjedalens FIF
7 juli	Kuröen, Norge (Töcksfors)		0573-299 01	Jan Nyqvist	Ett varv, kuperat, asfalt/grus	Römskog IL, Bovikens SK
14 juli	Ludvika-Fredriksberg		0591-200 29	Ola Nordahl	Blandat underlag	Ulriksbergs IK
21 juli	Östersund	0640-165 13	063-12 46 46	Robert Rydén	Runt Brunfloviolen	Trångsvikens IF
28 juli	Kalmar (triathlon)	0480-869 43		Ewa Fredriksson	Vändpunktsbana tre ggr	Kalmar Simsällskap
28 juli	Östergarn, Gotland	0498-520 52	0498-25 86 00	Torbjörn Sköldefors	Tre varv	Östergarns IK
28 juli	Löttorp, Öland	0485-205 64	0480-285 39	Carl-Gustaf Nilsson	Tre varv	Högby IF
4 aug	Ystad 50/100 miles			Stefan Samuelsson	Ett varv, blandat underlag	Heleneholms IF
11 aug	Nordingrån, Höga Kusten	0613-206 41	0613-231 19	Bernt Dahlkvist	Fyra varv	Nordingrån SK
11 aug	Vålådalen		073-319 87 86	Patrik Nordin	Fjällterräng	Vertex
12 aug	Killingi, Kiruna		0980-180 90	Lennart Rantatalo	Flera vändpunkter, grusväg	Killingi AIF
18 aug	Finspång (72 km)	0122-14466		Kansliet	Ett varv, asfalt/grus	Finspångs AIK
25 aug	Mariestad	0501-109 38		Kansliet	Tre varv	Mariestads AIF
26 aug	Landskrona		0418-197 46	Kurt Holmgren	Fyra varv	GF Idrott
1 sep	Bromölla	0456-296 71	0456-267 11	Mats Lindblad	Två varv	Ryssbergets IK
15 sep	Vänersborg		0520-26 0 171	Dan Jonasson	Fem varv, mest grusväg	LK TV-88
6 okt	Göteborg	031-21 15 89		Kansliet	Vändpunktsbana två gånger	Solvikingarna
6 okt	Björkhammar-Haninge (50 km)	08-798 66 45		Thomas Lummi	Sörmlandsleden, terräng	Stockholms LDK
13 okt	Umeå		090-13 64 97	Leif Stening	Vändpunktsbana	Jalles TC
13 okt	Växjö	0470-478 30	0470-257 37	Claes-Peter Davidsson	Åtta varv runt Växjösjön	Växjö LK
28 okt	Mariehamn, Åland	+35818-19170	+35818-19177	Allan Korpi	Vändpunktsbana	IF Åland
3 nov	Strömsund (Vintermaran)	0670-123 50	0670-122 88	Mats Zetterlund	Sex varv	Vattudalens LDK
8 dec	Bovallstrand, Bohuslän		0523-511 43	Ivar Fjeldbo	Sex varv	IK Granit

Nytt maratonlopp arrangeras i Överkalix. Stafetten i Trollhättan har individuell klass.

Ultraloppet i Adak har även tidtagning vid maratonpasseringen. Maxtiden är 22 timmar. 7 juli arrangeras Unionsmarathon i gränstrakterna mellan Norge och Sverige. Triathlontävlingen i Kalmar består av 3860 m simning, 180.2 km cykling och det avslutande maratonloppet. Maxtiden är 15 timmar. Nya 6-timmarlopp i Lilla Edet. Riksmästerskap på 24-timmar i Trollhättan och 100 km i Adak. St Olavs Ultra består av andra och tredje dagen av St Olavsloppet. Loppet på 100/50 miles med start och mål i Ystad följer Skåneleden och maxtiden är 30 timmar.

BIRGER FÄLT

Riksidrottsmuseet invigdes den 15 juni

Äntligen har det blivit klart - det efterlängade Riksidrottsmuseet. Det första försöket var redan 1992 i Globenområdet där man förväntade sig många besökare. Men ack så fel, det var inte många som hittade dit. Efter fem år lades allt i malpåse och jakten på bättre lokaler inleddes.

2003, i samband med Riksidrottsförbundets 100-årsjubileum, blev förbundet lovat av den dåvarande regeringen ett bidrag på cirka 10 miljoner per år för

driften när man väl hittat lämpliga lokaler. Lokalfrågan löste sig när Telemuseet på Djurgården flyttade ur sina lokaler. Där kommer nu Riksidrottsmuseet tillsammans med det kommande Polismuseet att samsas. Museet blir granne med både Tekniska museet, Sjöhistoriska museet och Etnografiska museet. www.riksidrottsmuseet.se heter hemsidan. Så när ni är Stockholm nästa gång, gör ett besök. Buss 69 stannar alldeles utanför.

PA ALLENSTEN