



Hammarby IF Friidrottsförening VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2003



Några av våra duktiga löpare på medeldistans
Björn G. – Per S. – Rickard P. – Per-Henrik S. – Daniel N.

”När de invanda mönstren bryts, kan helt nya värdar uppstå”



PROSILIA.se

Innehållsförteckning

Ordförandens sida	1
Organisation	2
Yngreverksamheten 7-13 år	3-7
Ungdomsverksamheten 14-17 år	8-15
Junior- & seniorverksamheten	16-20
Tävlingsarrangemangskommittén – TAK	21
Midnattsloppet	22
Särskilda utmärkelser	23



Björn Lindén och Linda Wikström
Två av våra duktiga ledare

Midnattsloppet och Tunnelloppet – vart är Hammarby Friidrott på väg?

Efter fem år som ordförande i klubben konstaterar jag att det skett stora förändringar i klubbens utseende och inriktning. Vi är på väg att bli en storklubb i friidrott!

En jämförelse 1993 – 2003 ...

Då hade klubben ca 300 medlemmar, en anställd (Midnattsloppet) och vi låg ca 30-35 i landet när det gällde standarpoäng (poäng på SM-tävlingar). Herrklubblaget höll till i Regionsserien. Vi hade ett litet klubbkansli på Paternostervägen i Hammarbyhöjden... goda löpare på medeldistans.

Nu har klubben 650 medlemmar, fyra anställda på kansliet nere vid Enskede IP. På herrsidan ligger vi 8:a när det gäller SM-poäng. Herrarna deltog på Lag-SM och damerna i Svenska Cupen.

Vi har byggt såväl klubbhus som styrkelokal samt ansvarar för Enskede Sportstuga – en fantastisk fest och samlingslokal.

De närmaste åren ...

Ser oerhört positivt ut! Hammarby har en lyskraft som aldrig förr. Vår stora tränarkår andas kompetens och framåtanda. De aktivas skara växer så det knakar. Ett välskött Midnattsloppet måste vårdas av oss alla, Tunnelloppet har idag (mitten av december) 14 000 anmällda! Många vill vara med att arbeta i vår förening, det är väldigt roligt. Vi ska vara stolta över vår klubb, Hammarby!

Men vi måste vårda varandra!

Det är kul att vara med i framgången, men det är aldrig gratis. Det kräver någonting av dig och mig. För att vår klubb, dess verksamhet och anda ska fortsätta den positiva vägen, måste vi hjälpas åt.

Vi måste ställa upp och fixa våra arrangemang tillsammans. Hammarby Ungdomsspel, Midnattsloppet, och Tunnelloppet behöver din funktionärsinsats för att fungera väl. Klubbens årsmöte och andra medlemsmöten behöver din närvaro för att demokratin och den goda andan ska få näring.

I vår idrottsliga vardag vill vi ha ditt stöd som god kamrat vid träningar, resor och tävlingar. Att ”ställa upp för varandra och klubben” får inte bara vara tomma ord – utan betyder handling och din närvaro. Men, å andra sidan ... tänk vad skönt det är att inför arbetskamrater och andra kunna säga ”jag är med och arbetar i Hammarby”. Det är tunga argument!

Friidrottssverige håller andan ... vi är på G!

Med Hammarby IF Friidrottsförening mot 2004!

Jag ber att få önska er alla en riktig God jul och ett Gott Nytt År.

Willy Berggren
Ordförande

ORGANISATION

Styrelse

Willy Berggren ordförande, Ingvar Åström kassör, Birgitta Granlund sekreterare, Gustaf Malmros, Linda Wikström.

Mats Jonson och Robert Zander avgick under mandatperioden.

Gunnar Grönqvist, Peter Wikström och Anette Grinde-Rehbinder har varit adjungerande vid några möten.

Personal

Anette Grinde-Rehbinder Midnattsloppsansvarig, Peter Wikström sportchef, Lars E Andersson till 030228 (pension), Anders Lagersten till 030531 (pension). Mia Nicklasson kanslist från 030422, Dan Lundmark deltid som naprapat.

Anställda del av året eller tillfälligt anställda: Mats Jonson, Birgitta Ernstell, Johanna Aderö, Veronica Flügge, Henrik Karlsson, Linda Wikström, Lisa Boström.

Tävlings- och arrangemangskommitté TAK

Peter Wikström sammankallande, Lars E Andersson, Christer Björkman, Lars Ahlqvist, Monica Holm, Per Holm.

Yngrekommitté YK

Peter Wikström sammankallande, Linn Hellstrand, Linda Wikström, Johanna Aderö, Björn Lindén, Corinne Schmitz, Håkan Florestedt, Jan Pihlblad, Lina Karlsson, Jan Wulff.

Valberedning

Niklas Häggström sammankallande, Linn Hellstrand, Mattias Wallén

Revisor

Mikael Fors

Ungdomskommitté UK

Vi har inte haft någon fungerande kommitté under året. Den är under uppbyggnad.

Junior-seniorkommitté JK/SK

Vi har inte haft någon fungerande kommitté under året. Den är under uppbyggnad.

YNGREVERKSAMHETEN 7-13 år

Vi har många ungdomar som vill börja hos oss just nu och har fått upprätta kölistor i alla åldersgrupper. Vi ser detta som en resurs som borgar för en fortsatt bred ungdomsverksamhet. Kjell Hägglund, Matilda Berglund, Peter Gustafsson och Niklas Bergenfelt har startat upp en löpgrupp under hösten -03 för löpintresserade ungdomar födda 89-91. Vi har bjudit in 175 ungdomar från våra kölistor vilket resulterat i att vi i dag har en grupp på ca 40 ungdomar. Vi kom i år tvåa bland Stockholmsklubbarna för åldrarna 12-14 år efter Huddinge om man räknar samman samtliga distriktstävlingar! Att vi inte tog hem segern i år beror till stor del på att anmälan till tävlingarna har fungerat dåligt. Här måste det till en skärpning till nästa år. Vi tog igen det på höstkanten då vi vann STH-Cup finalen i samtliga klasser! Vi har många duktiga och ambitiösa ungdomstränare som gör en imponerande insats. Vi är ändå i konstant behov av nya ledarkrafter för att utveckla verksamheten. Det är viktigt att vi höjer kompetensen bland ledare/tränare genom externa och interna utbildningar. I Saltsjöbaden har vi en filial där Anders Nylander m.fl. gör en mycket fin insats. Här finns det många duktiga och talangfulla ungdomar som redan har visat framfötterna. Anders har tre grupper i gång, en yngre 8-10 år, en mellangrupp 11-12 år och en äldre 13-14 år. Från 14 års ålder tävlar de för Hammarby. Vi har en filial ute i Spånga/Bromma där Jan Lindelöw är ansvarig för en grupp tillsammans med några före detta Hammarbyare som bor i närområdet.

Ekonomi

Trots stora neddragningar i budget inför 2003 har yngreverksamheten varit bra på att hålla sin budget.

Utbildning

Utbildningarna har kommit igång bra, mycket tack vare Dejan Mirkovic fina insats som utbildningsansvarig på Stockholm Friidrottsförbund. Det är Svenska Friidrottsförbundets nya kurser som har genomförts med stort deltagande.

Barnledarutbildning 7-10:

Corinne Schmitz, Karin Österberg, Ellen Söderhult, Lovisa Lagerblad, Lina Karlsson, Jan Pihlblad, Håkan Florestedt och Roger Axelsson.

Ungdomstränarutbildning 10-14:

Jan Lindelöw, Linda Wikström, Linn Hellstrand, Johanna Aderö, Björn Lindén, Lisa Wallgren och Patrik Löwendahl.

Tävlingsresor/Läger

Årets **inomhustävlingsresa** gick till **Karlstad och Götaspele**n 24-26 januari.

Hammarbyungdomarna skötte sig bra och gjorde mängder med personliga rekord.

Sommarlägret hade vi på **Öland/Löttorp 15-20 juli**. Vi deltog även i två tävlingar,

Ölandsspelen den 16 juli och **Kalmar Sommarspele** den 17 juli.

Höstläger den 3-5 oktober hade vi som vanligt på **Väddö**. Det var ca 50 ungdomar som i år hade hörsammat inbjudan och 8 tränare/föräldrar. Det blev två fina höstdagar med träning och annat skoj.

Friidrottsskolan

Eftersom vi förra året inte kunde ta med alla ungdomar som ville vara med, gjorde vi i år så att Friidrottsskolan på Enskede IP gick under tre veckor. Vi hade skolor vecka 24, 25 och 32. Det var totalt ca 550 ungdomar som deltog under de tre veckorna.

Ett stort tack till alla ungdomar, tränare och föräldrar som hjälpte till under dessa veckor.

Distriktsfinaler i mångkamp inomhus

Avgjordes i **Sätra Friidrottshall den 17 januari**. Vi var dåligt representerade i denna tävling, endast 4 deltagare och ingen med i klasserna F12 och P13!

Tyvärr fortsätter Stockholms Friidrottsförbund med det gamla grenprogrammet vilket gör att mångkampsresultat inte kan gälla som rekord.

Sofia Carls tog en seger i klassen F13 efter en jämn och stabil serie. På pojksidan gjorde Erik Älvebrand en bra mångkamp och slutade sjua i P12.

F13	Sofia Carls	1:a	4-kamp	2 748 p
	60mh 10.55 - höjd 1.30 - längd 4.54 - kula 9.84			

Hammarby Ungdomsspel inomhus

Hammarby Ungdomsspel avgjordes i **Sätra Friidrottshall söndagen den 9 februari**.

Årets upplaga hade dragit till sig stort intresse. 1900 starter var anmälda och då hade vi fått säga nej till alla efteranmälningar. Nu blev det till slut 1 586 starter under en hektisk dag. Tävlingarna flöt i stort sett på bra förutom några missar i tidsprogrammet som gjorde att det körde ihop sig i några åldersklasser. Tack alla funktionärer som gjorde en mycket fin insats! I äldsta pojkklassen P15 vann Jonas Segerlind 200m och satte nytt KR. Erik Thorstensson vann även han men i stav på nytt KR i P14 med det fina resultatet 3.52. Jonathan Eklund verkar vara på gång efter div. sjukdomar. Nu blev det 9.25 på 60mh och 3.42 i stav. I F15 visade Linn Johansson att hon är tillbaks på allvar igen. Nu blev det 9.43 på 60mh, samma tid som Fatima Makakala (9.41 i försök). Jana Pikkarinen kom två i kula med en stöt på 9.93. Moa Thorstensson vann stav på 2.42.

I P13 visar Per Molin fortsatt utveckling. Nu kom han tvåa på 600m med 1.51.76, placeringen före August Ek 1.53.86 som även han har gjort stora framsteg. Per och August tog sig även till final på 60mh. Här vann Saltsjöbadens Isiaka Ceesay på en mycket imponerande tid, 9.52. August vann 3-steget på 9.93 följd av Daniel Thunström 9.33. I F13 hade vi två duktiga tjejer på 600m. Alessandra Graziosi vann på 1.48.10 och Paulina Engfors kom fyra med 1.51.19. Sofia Carls ställde som vanligt upp i många grenar Det blev ett silver, två brons och en fjärdeplats. Gabriella Görhed överraskade med 1.39 i höjd vilket räckte till silver. I klassen P12 hade vi stora framgångar. Philip Nilsson tog en överraskande seger på 60mh med 10.93. Han gjorde även en kämpainsats på 600m där han efter en ursinnig öppning kom trea med 1.52.48. Philip knep även bronset i 3-steg på 9.32. I höjd imponerade Love Fältström och tog hem segern på 1.39 före William Frykholm som klarade 1.36. Erik Älvebrand vann tresteg på 9.48. I F12 hade vi inte lika stora framgångar men Ulrika Jakobsson vann 600m på 1.55.47 och hon knep ett brons i tresteg med 8.69.

I de yngre pojkklasserna utmärkte sig Philip Green som kom trea i längd på 3.82 och fyra på 40mh med 7.96 och fyra på 400m efter seger i sitt heat på 1.14.39, Philip tävlar i klassen P10. I yngsta klassen P8 tog Nicolas Palmberg silver i längd med 2.95 och brons på 40mh på 8.36. Bland tjejerna blev det tre medaljer genom Mikaela Gustavsson på 400m F10 som kom tvåa med 1.26.36. Josefine Sandelius tog medalj av ädlaste valör på 40mh F9 med 8.34 och Anna Allert kom trea på 400m F8 med 1.33.16.

Distriktsfinaler inomhus

Klubben hade inte så stora framgångar på distriktsfinalerna inomhus som gick den **8-9 mars i Sätra Friidrottshall**. Vi hade 32 deltagare som totalt tog 13 medaljer varav en av den ädlaste valören. Vi har tyvärr lite tunt i några av åldersklasserna för tillfället.

F13	Moa Thorstensson	1:a	stav	2.33
-----	------------------	-----	------	------

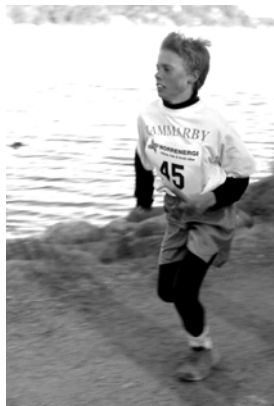
Distriktsfinaler i terräng

DF i terräng avgjordes i **Vallentuna den 13 april**. Det var uselt deltagande från vår sida i de yngsta klasserna. Endast fyra ungdomar ställde upp! Här måste det bli bättring.

Gatu- och parkstafetten

Hammarbyungdomarna hade inte så stora framgångar på **Turebergsstafetten** som gick den **24 april i Sollentuna**. Bäst lyckades tjejerna i F13 som kom tvåa.

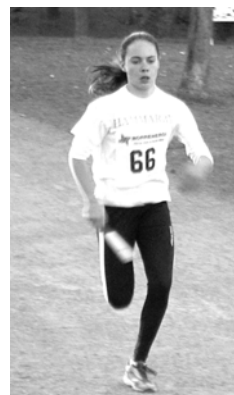
På **Dagbladsstafetten den 17 maj** sprang Flickor 13 bra och kom 2:a, P13 kom 4:a. I yngsta klassen P/F11 hade vi inte med toppstriden att göra.



Philip Nilsson



Per Allert och Peter Wikström



Alessandra Graziosi

Hammarby Ungdomsspel utomhus

Hammarby Ungdomsspel avgjordes på **Enskede IP den 14 juni** i bra väder. Vi hade många Hammarbyungdomar med som gjorde flera fina resultat. Det sattes bl.a. åtta nya klubbrekord. I P15 satte Jonas Segerlind KR på 300m med den mycket goda tiden 39.77. Övriga som satte KR var Filip Hayenhielm på 600m P13, Max Doyle i boll P11, Philip Green på 400m P10, Paulina Engfors 600m F13, Frida Retsloff 400m F11, Jasmine Sabir tresteg F11 och Emilie Nyström boll F10.



Linn Göth, Anna Bristrand och Kristin Öster



Stilstudie av Sofia Carls

Distriktsfinaler i stafett

DF i stafett gick i år på **Enskede IP den 21-22 juni**. Det blev två silver på 3x600m för P/F13. På 4x80m blev det en hel del strul, pojkarna blev diskade och Sofia Carls blev skadad.

Regionsfinal 13-14 år i mångkamp utomhus 12-13 juli i Enköping

Vi hade endast en deltagare med då tävlingen gick mitt i sommaren. Paulina Engfors gjorde en stabil serie utan missar vilket räckte till brons.

F13	Paulina Engfors	3:a	5-kamp	4 115 p KR
			80m 11.16 - höjd 1.36 - 200m 27.90 - längd 4.62 - 600m 1.50.42	

Distriktsfinaler utomhus

DF avgjordes på **Enskede IP den 23-24 augusti** i strålande sensommarväder.

Ett problem är att tävlingen ligger för tidigt efter sommaruppehållet vilket gör att det är många som inte anmäler sig. På killsidan är det ganska tunt (25 starter) medan det på tjejsidan ser betydligt bättre ut (78 starter)

Vi gjorde totalt 106 starter vilket gav 13 medaljer varav 2 guld.

F13	Sofia Carls	1:a	längd	5.17
P13	Per Molin	1:a	60mh	10.27

Distriktsfinaler i mångkamp utomhus

DF i mångkamp genomfördes endast för 12-åringar på Spårvägens säsongsavslutning på **Kristinebergs IP den 9 september**. Tyvärr så är det inte den riktiga 5-kampen som körs utan en 3-kamp. Vi hade fyra deltagare med. Bäst gick det för Ulrika Jacobsson som knep bronset.

Regionsfinal (Folksammästerskapen) 13-14 år utomhus

Vi hade 9 Hammarbyungdomar som hade blivit uttagna att representera Stockholmslaget på Regionsfinalen i **Eskilstuna den 20-21 september**.

De gjorde totalt 17 grenstarter vilket resulterade i 8 medaljer varav 2 av den ädlaste valören.

F14	Fatima Makakala	1:a	tresteg	10.99w 10.89 KR
F14	Fatima Makakala	1:a	80mh	12.42
F14	Fatima Makakala	3:a	längd	5.13
F14	Sofia Peterson	3:a	80m	13.06
F14	Camilla Dahlén	3:a	diskus	32.40
P14	Jimmy Zakrisson	3:a	diskus	35.64
F13	Sofia Carls	2:a	längd	4.96
P13	Per Molin	3:a	60mh	9.88 KR



Ibland är det skönt att sträcka ut i gröngräset – Per Molin

STH-CUP 13 år

I år provades ett nytt grepp genom att lägga kvaltävlingarna till STH-CUP på redan befintliga tävlingar. Den nya åldersklassen P/F11 var inlagd.

Den första matchen genomfördes under Brommaspelen den 10 maj på Kristinebergs IP.

Den andra matchen var förlagd till Danderyds ungdomsspel den 24 maj på Danderyds Gymnasiums IP.

Tyvärr så fungerade tävlingarna mycket dåligt och stora förseningar gjorde att många aktiva åkte hem innan tävlingarna var avgjorda. Vi lyckades till sist komma till final i samtliga klasser. Även vår paraplyförening Saltsjöbadens IF kom till final!

Finalen gick på Vilundavallen ute i Upplands Väsby den 27 september i ihållande regn. Det gjorde inget för vi hade en härlig stämning i truppen och det presterades många bra resultat. Till sist stod Hammarby som segrare i samtliga klasser! Saltsjöbaden kom trea i båda klasserna.

Finalmatch P/F11

	<u>F11</u>	<u>P11</u>	<u>Totalt</u>
1. Hammarby IF	105,5	102	207.5 p
2. Hanvikens SK	88.5	115.5	204 p
3. Saltsjöbadens IF	82	92	174 p
4. Sundbybergs IK	78	85.5	163.5 p
5. Bromma IF	74	77	151 p
6. Danderyds SK	82	31	113 p

Kvalmatch P/F13

	<u>F13</u>	<u>P13</u>	<u>Totalt</u>
1. Hammarby IF	163	140	303 p
2. Hässelby SK	134	120	254 p
3. Saltsjöbadens IF	94	127	221 p
4. Hanvikens SK	114	96	210 p
5. Väsby IK	100	96	196 p
6. Danderyds SK	41	62	103 p



Deltagare från det vinnande 11-årslaget med en stolt lagledare Linda Wikström

UNGDOMSVERKSAMHETEN 14-17 år

Under året har 89-gruppen införlivats i verksamheten vilket gjort att den vuxit något.

Samtidigt försvinner nu Mikael Gustavssons ungdomar till juniorverksamheten.

Det har tillkommit ett antal ungdomar från andra föreningar och idrotter som sökt sig till oss.

Vi har lyckats med att behålla de flesta ungdomarna trots att de nu har kommit in i en känslig ålder och där det har varit stort bortfall under tidigare år.

Det har varit lite problem med 89-gruppen som har kommit i kläm mellan yngreverksamheten och ungdomsverksamheten. Problemen har nu löst sig för de flesta i gruppen som nu är integrerad med 87-88 gruppen.

Henry Geywu har under hösten startat upp en nybörjargrupp med ungdomar i aktuell ålder.

Dessa ska på sikt slussas in i befintliga grupper. Det har blivit en tydligare uppdelning i

grengrupper där Dejan är ansvarig för sprint/häck och mångkamp, Peter Pons är ansvarig för

hopp och Fredrik Åkerlind för löpning. I kast har Magnus Mårtensson och Hans "Plutten"

Almström ett stort ansvar.

Ekonomi

Trots en mycket stram budget har UK hållit sig inom budgetramarna.

Utbildning

Ingen tränarutbildning har genomförts under verksamhetsåret. Vi väntar på den nya

Ungdomstränarutbildningen 14-17 år.

Peter Pons, Dejan Mirkovic och Peter Wikström gick utbildarutbildning för 10-14 år på Bosön.

Uppföljning

Maria Teilman var med i sprintuppföljningen för seniorer och Joel Thorén har varit med i mångkampsuppföljningen för ungdom.

Landslagsuppdrag

Maria Teilman blev uttagen i ungdomsfinnkampen som gick i **Helsingfors/Espoo 5-6**

september. I stafetten sprang hon andra sträckan på korta stafetten för det svenska laget.

På 100m individuellt missade Maria lite i starten som brukar vara hennes styrka. Hon gjorde dock en bra avslutning och vann på tiden 12.09 i motvind. Maria fick även springa 200m där hon kom tvåa på 24.97.

Internationella mästerskap

Maria Teilman kvalade in till Ungdoms-OS i Paris den 28 juli – 1 augusti. Maria gjorde

mycket bra ifrån sig och slutade 4:a på 100m med tiden 12.09 i motvind. I semin sprang

Maria på 11.91 vilket hade räckt till seger om hon hade gjort den tiden i finalen! Så ni förstår

att det var knallhårt. I stafetten blev det revansch. De svenska tjejerna tog en överraskande seger efter en bra löpning av Maria på andra sträckan, tiden blev mycket goda 46.57.

Läger/tävlingsresor

Sommarens klubbarrangemang gick till **Kalmar 13-20 juli** där det även tävlades på

Ölandsspelen den 16 juli och **Kalmars sommarspel den 17 juli**. Ungdomarna bodde i

stugor på Stensö Camping där de fick sköta mycket av hushållet på egen hand.

Mickes gäng åkte till **Mariestad 28/6-3/7** för att finslipa formen, för att sedan åka vidare till

Världsongdomsspelen den 4-6 juli. På Världsongdomsspelen anslöt några av "Dejans" ungdomar.



De äldre ungdomarna på läger i Mariestad

UDM i mångkamp inomhus

Avgjordes i **Sätra Friidrottshall den 17 januari**. Tyvärr fortsätter Stockholms Friidrottsförbund med det gamla grenprogrammet vilket gör att mångkampsresultat inte kan gälla som rekord.

Vi var dåligt representerade i denna tävling, endast två deltagare! Fatima Makakala F14 kom 3:a med 2 717 p och Glenn Svensson P14 kom 5:a med 1 326 p.

Något mångkamps-DM för de äldre klasserna genomfördes inte!

IUDM

Klubben hade en hel del framgångar på IUDM som gick **8-9 mars i Sätra Friidrottshall**. Tyvärr så gick SM i mångkamp denna helg, så flera av våra stora medaljplockare hade inte möjlighet att bli distriktsmästare! Vi hade med 24 tjejer och 15 killar som tillsammans skramlade ihop 23 medaljer, varav 7 guld och det blev 5 klubbrekord.

F14	Fatima Makakala	1:a	tresteg	10.46	KR
F14	Fatima Makakala	1:a	60mh	9.38	KR
F17	Maria Teilman	1:a	60m	7.76	
F17	Annika Andersson	1:a	tresteg	11.35	KR
F17	Annika Andersson	2:a	längd	11.35	KR
P14	Erik Thorstensson	1:a	stav	3.63	KR
P15	Niclas Liedberg	1:a	höjd	1.74	
P17	Erik Nordström	1:a	tresteg	12.82	

IUSM i mångkamp

Dejan åkte ner till **Göteborg den 8-9 mars** med ett laddat gäng för att delta på mångkamps-SM. Jonas Segerlind gladdes med en klar seger i P15 med ett resultat som är mycket bra 6 112p är det inte många 15 åringar som har gjort och givetvis är det nytt KR.

Joel Thorén gjorde en bra insats och knep brons på 5 283p vilket är nytt KR i P17.

Bra insatser gjorde även Jonas Elgered som kom sexa i P17 med 4 863p. Emelie Arvidsson satte nytt KR i F17 och kom sjua med 3 328p. Jonathan Eklund gjorde flera pers och fick 5 019 p i klassen P15.

IUSM

På IUSM som gick i **Malmös fina inomhushall Athleticum den 15-16 mars** hade Hammarbyungdomarna stora framgångar. Totalt satte våra 19 deltagare 20 personliga rekord! Maria Teilman (Micke Gustavsson) lyckades pricka in formtoppen perfekt och förbättrade äntligen sitt pers på 60m från förra året. Nu gjorde hon det med besked, 7.59 gav en klar seger i F17 och även nytt KR för seniorer!

Jonas Segerlind kom tvåa på 200m P15 med 23.54 vilket är en mycket bra tid och nytt KR i P15. Han gick även till final på 60m.

Annika Andersson överraskade med 11.62 i tresteg vilket gav brons.

Jonas Elgered kom fyra i stav efter att ha höjt perset till 3.88, han var även nära på nästa höjd som hade gett brons.

Jonathan Eklund knep två sjätteplatser i favoritgrenarna 60m häck och stav (nytt KR P15)

Linn Johansson kom sexa på 60m häck efter personliga rekord i försök, semi och final!

Det nya klubbrekordet lyder nu på 9.37.

Svealandsmästerskapen 14 år

Sex Hammarbyungdomar hade blivit uttagna att representera Stockholm vid årets

Regionsfinal som gick i **Örebro lördagen den 22 mars**.

Våra aktiva bidrog till att Stockholm tog en överlägsen seger. Erik Thorstensson knep guld i favoritgrenen stav och Fatima Makakala kom tvåa på 60mh på nytt klubbrekord.

Övriga som var med var Moa Thorstensson i stav, Cathrin Fahlén på 1000m, Edina Shehu på höjd och Jana Pikkariinen i kula.

P14	Erik Thorstensson	1:a	stav	3.02	
F14	Fatima Makakala	2:a	60m häck	9.32	KR

Poängsammanställning:

1. Stockholm	172 p	2. Närke	95 p
3. Södermanland	94 p	4. Västmanland	75 p
5. Värmland	57 p	6. Uppland	44 p

UDM i terräng

DM-JDM i terräng avgjordes i **Vallentuna den 13 april**. Vi hade endast en deltagare på plats! Linnéa Lord kom 5:a över 4 km i F14.

USM i terräng

Vi hade inga ungdomar med på årets terräng-SM som avgjordes i **Uddevalla 3-4 maj**!

Gatu- och parkstafetter

Hammarbyungdomarna hade stora framgångar på **Turebergsstafetten** som gick den **24 april i Sollentuna**. Vi ställde upp med hela 9 lag. Det blev 6 medaljer varav 2 guld i klasserna P15 och P19

På **Dagbladsstafetten den 17 maj** hade vi en bra utdelning och tog 3 medaljer och en 4:e plats. F17 kom 2:a efter en hård dust med Täby IS. F15 kom trea efter Täby IS och segrande Turebergs FK. P15 kom även de trea, efter Västerås FK och segrande Täby IS. De äldre pojkarna kom fyra.

Parkstafett i Långbropark den 8 maj. Det var en dålig uppslutning från oss! Flickorna tog en seger i klassen F15 med endast två startande lag.



Ett taggat gäng inför Turebergsstafetten – Jonas E, Jonas G, Joel T, John S. och Patrik R.

UDM i stafett

DM i stafett gick i år på **Enskede IP 21-22 maj**. Våra ungdomar skramlade ihop 4 medaljer varav två guld. Det var P15 på 3x800m som gjorde en stark insats och slog favorittippade Täby IS. Det andra guldet togs av F17 på 4x100m vilket inte var någon större överraskning. Det var lite tunt från vår sida då vi inte ställde upp med lag i flera stafetter. F17 3x800m var vi enda anmälda lag. Nu fick tjejerna fick springa individuellt i stället!

UDM i mångkamp

I år genomfördes inget mångkamps-DM!

USM i stafett

Årets SM gick på **Stockholms Olympiastadion den 6-7 juni**. Stafett-SM kommer att under ytterliggare två år gå på Stadion. Arrangemanget var ingen större hit, vi får hoppas på bättre nästa år.

Vi ställde upp med hela 10 lag av vilka de flesta gjorde mycket bra ifrån sig. Det blev 3 medaljer och fyra 4:e platser! Det blev dubbla guld för P17 på 4x100m respektive 1000m. På korta stafetten blev det dramatik där Hässelby SK blev diskade efter felväxling. På stafett 1000m gjorde Patrik Rosencrantz en härlig insats på 300m och Jonas Segerlind kunde slugga sig förbi Turan på upploppet.

P15 gjorde en överraskande stark insats på 3x800m men fick nu se sig slagna av Täby IS på upploppet.

P17 4x100m (Joel T, Patrik R, Henrik N, Jonas S)	1:a	44.35	
P17 1000m (Henrik N, Joel T, Patrik R, Jonas S)	1:a	2.01.30	KR
P15 3x800m (Jonathan B, Tobias E, Gustav S)	2:a	6.29.34	KR

Regionsfinal 14 år i mångkamp 12-13 juli i Enköping

Vi hade en deltagare med på årets tävlingar. Det var Fatima Makakala som gjorde en mycket bra insats och stod efter sex grenar som segrare.

F14	Fatima Makakala	1:a	6-kamp	3 726 p	KR
	80mh 12.71 – höjd 1.44 – kula 8.28 – längd 4.76 – spjut 20.41 – 600m 1.52.90				



Glada Hammarbytjejer – Lina K, Annika A, Lovisa L, Maria T. och Camilla C.

USM

Årets USM gick i Malmö där vi hade ett brett deltagande. Vi hade 18 Hammarbyungdomar i elden denna helg som tillsammans gjorde 30 grenstarter. När det gäller resultaten så var det ömsom vin ömsom vatten. En del var i toppform och några var inte helt förberedda för USM! Det blev fem medaljer och många finalplatser samt sju klubbrekord. Vår sprintdrottning Maria Teilman hade toppat formen perfekt och visade på 100m att hon är bäst i landet. Nu gjorde hon nog sitt bästa lopp för året i finalen där hon tog en överlägsen seger på 11.85! Maria tog även brons på dubbla distansen på nytt klubbrekord. Jonas Segerlind har haft en kämpig säsong med sjukdom och skada, ändå knep han två medaljer. Gustav Silén som även han har haft det trögt med meniskoperation under våren överraskade med att ta medalj på hinder.

Patrik Rosencrantz var i final på både 100m och 200m i P17. Jonathan Eklund var i final på 100mh och 5:a i stav på nytt KR i P15. David Olsson fick till det i diskus 5:a på nytt KR. Även Therese Gävert satte nytt KR i diskus F15. Tobias Ekhamre imponerade i P15 på 800m och 2000m där han kom 6:a resp. 5:a. Våra trestegshoppare Erik Nordström och Annika Andersson hoppade bra och gick till final. Vår nya mångkampare Jenny Davidsson ställde upp i hela fyra grenar med bra insatser.

F17	Maria Teilman	1:a	100m	11.85	KR
F17	Maria Teilman	3:a	200m	24.72	KR
P15	Jonas Segerlind	2:a	300mh	40.22	
P15	Jonas Segerlind	3:a	300m	36.94	
P15	Gustav Silén	3:a	1500mh	4.42.38	KR



Jonas Segerlind - ingen risk för islag!



Patrik Rosencrantz



Gott med en korv – Peter Pons



Eller bara sitta och slappa – Mikael Gustavsson

Distriktsfinaler 14 år

DF avgjordes på **Enskede IP den 23-24 augusti** i strålande sensommarväder. Det var ett betydligt tunnare DF i år än förra året för vår del. Endast två killar och fem tjejer deltog. Det blev totalt 16 grenstarter som resulterade i fyra medaljer varav tre distriktsmästare.

F14	Catrin Fahlén	1:a	800m	2.30.45
F14	Fatima Makakala	1:a	80mh	12.04
P14	Jimmy Zakrisson	1:a	diskus	34.61

Lag-USM 17 år

Avgjordes i år på hemmaplan, **Källbrinks IP den 23 augusti** med hela 14 lag. Vi ställde i år upp med två lag för att så många som möjligt skulle få delta. Ett mycket bra förstalag och ett hyfsat andralag. Nu blev det ett antal återbud så andralaget tappade en hel del kraft och fick inte fullt lag. Vi tillhörde favoriterna men fick till sist ge oss för ett laddat lag från Växjö. Våra killar höll jämna steg med Växjö, medan tjejerna inte alls var i form och tappade många poäng. Patrik Rosencrantz vann 400m på 51.38 vilket var pers. Fredrik Björneman hade hittat formen och satte KR på 300mh, 41.37. Så även Joel Thorén som satte KR i spjut med 58.94.

Slutställning:	1 IFK Växjö	202 p	8. Huddinge AIS	127 p
	2. Hammarby IF lag 1	177 p	9. Täby IS	120 p
	3. IF Göta	172 p	10. Uppsala IF	104 p
	4. Västerås FK	160.5 p	11. Mölndals	102 p
	5. Malmö AI	156 p	12. Gefle IF	88 p
	6. Turebergs FI	154.5 p	13. Valbo IF	85 p
	7. Ullevi FK	154.5 p	14. Hammarby IF lag 2	76.5 p



Samling vid Lag-SM på Källbrink

USM i mångkamp

Vi skickade iväg tre formstarka mångkampare till **Gefle** där mångkamps-SM avgjordes **30-31 augusti**. Joel Thorén gjorde en stabil serie utan några missar ej heller några riktiga toppar och kom 2:a i P17 trots ett år kvar i klassen på nytt KR med 7 560 p
Emelie Arvidsson kom 7:a i F17. Hon fick till 1.62 i höjd, är dock lite för svag i kasten för att konkurrera med de bästa.

I klassen F15 visade Jenny Davidsson fin höstform. Det blev en bronspeng på nytt KR i 6-kampen med 4 451 poäng. Bästa grenar för Jenny blev 80mh (12.86) och 600m (1.43.17). Det hon behöver förbättra är hoppgrenarna.

UDM

Årets UDM gick på **Enskede IP 30-31 augusti**. Tyvärr kolliderade DM med mångkamps-SM så vi tappade många medaljer p.g.a. detta.

Vi hade 19 deltagare som tog hela 31 medaljer varav tio blev distriktsmästare.

David Olsson ställde upp i sex grenar och tog sex medaljer! Nu när Maria inte var med, så steg Tittchi-Lii Eriksson fram och vann 100m. Fredrik Björneman fortsätter att förbättra sig på 300mh, nu på nytt KR 41.04. Gustav Silén ställde upp i lite udda grenar och tog fyra medaljer bl.a. 15.14 på 100mh! Therese Gävert fortsätter att utvecklas i diskus och slägga och tog två medaljer. Distriktsmästare blev:

F17	Tittchi-Lii Eriksson	1:a	100m	13.19
F17	Annika Andersson	1:a	tresteg	11.22
F17	Rozafa Krasniqi	1:a	spjut	34.50
P17	Patrik Rosencrantz	1:a	100m	11.44
P17	Patrik Rosencrantz	1:a	200m	22.95w
F15	Nadja Trygg	1:a	tresteg	9.74
F15	Nadja Trygg	1:a	spjut	34.71
P15	Niklas Liedberg	1:a	höjd	1.73
P15	David Olsson	1:a	diskus	44.90
P15	David Olsson	1:a	längd	5.19

Skol-SM

Skol-SM avgjordes som vanligt på **Stockholms Olympiastadion den 12-14 september**.

Vi hade med en stor trupp. Det var 13 pojkar och 7 flickor som kämpade i totalt 36 grenstarter. Det blev en hel del fina resultat och totalt tre medaljer. Joel satte KR i kula P17 och vann spjut och kom 2:a i stav. Nadja Trygg satte KR på 80mh F15 med 12.89. Patrik Rosencrantz visade stigande form på 400m (50.92) liksom Mikael Thulin som knep brons.

P18+	Mikael Thulin	3:a	400m	51.13
P15	Joel Thorén	1:a	spjut	55.58
P15	Joel Thorén	2:a	stav	3.61

Distrikts-Cup 17 år

Vi hade endast en deltagare med på Distrikts-Cupen för 17-åringar som gick i **Nyköping på Rosvalla IP den 20 september**. Det var Joel Thorén som vann spjut på goda 56.74 och kom 2:a i stav på 3.60. Han sprang även 110mh utan tävlan där han kom först i mål på 15.53w vilket är en mycket bra tid.

Regionsfinal (Folksammästerskapen) 14 år

Vi hade tre flickor och två pojkar som hade blivit uttagna att representera Stockholmslaget på Regionsfinalen i **Eskilstuna den 20-21 september**.

Det blev totalt sex medaljer varav två av den ädlaste valören. Det var den allsidige Fatima Makakala som visade framfötterna med hela tre medaljer.

F14	Fatima Makakala	1:a	tresteg	10.99w	10.89 KR
F14	Fatima Makakala	1:a	80mh	38.62	KR
F14	Fatima Makakala	3:a	längd	12.42	
F14	Camilla Dahlén	3:a	diskus	32.40	
F14	Sofia Peterson	3:a	100m	13.06w	13.12 förs.
P14	Jimmy Zakrisson	2:a	diskus	35.64	

STH-CUP 15 år

Vi hade inga problem att nå finalen efter de två kvalomgångarna. Finalen avgjordes på **Vilundavallen i Väsby den 27 september** i höstruskväder. Resultaten blev därför lidande. David Olsson klämde i med 13.39 i kula och Sofia Hellberg-Jonsén löpte fint på 300m och fick 44.68. Fatima Makakala vann 80mh (12.36) och längd (5.03).

Final, 27 september på Kristinebergs IP

Pojkar & Flickor 15 år

1. Hammarby IF	89 p
2. SoIK Hellas	78 p
3. Väsby IK	66 p
4. Hanviken/Tyresö	48 p
5. Danderyds SK	33 p
6. IFK Lidingö	Deltog ej

JUNIOR- & SENIORVERKSAMHETEN

Vi har haft en ganska bra säsong på äldresidan trots knapert ekonomiskt. Detta gäller framförallt bland herrarna och till stor del på löparsidan. I lagsammanhang har vi haft framgångar, både för klubblagen och i stafetter.

Vårt stora affischnamn Rickard Pell har haft en mycket bra säsong när det gäller mästerskapstävlingar. Det stora målet VM missades dock med några tiondelar.

Fredrik Karlsson, Johan Klinteskog, Rachid Benjira, Johan Attersand och Maria Teilman har etablerat sig i Sverigeeliten. Johan Attersands SM-medalj kändes extra härligt då han varit nära så många gånger. Nu blev det även landslagsdebut i Finnkampen!

Totalt sätt har det tävlats för lite, det känns som om flera av våra aktiva måste våga tävla betydligt mer. Det måste finnas en tydligare struktur med målsättningar, årsplaneringar, tävlingsplaneringar, dokumentation och uppföljning!

Ekonomi

Budgetförslaget som gjordes under hösten fick snabbt revideras då det ekonomiska utfallet inte var till belåtenhet. Det har gnetats på alla håll och kanter för att få ordning på vår ekonomi. Tack alla som har haft förståelse för klubbens situation, förhoppningsvis kan vi inför 2004 gå tillbaks till mer normala ekonomiska hanteringar. Det är viktigt att vi inte blir vidlyftiga utan använder våra resurser på ett effektivt sätt.

Utbildning

Mikael Gustafsson var med på Förbundstränarkongressen i Karlstad i oktober. Annars är våra tränare på äldresidan inte så utbildningsbenägna. Det är viktigt att hitta forum för alla våra tränare att kunna förkovra sig. De tränare som har aktiva i elituppföljningen får bra tillfällen att uppdatera sina kunskaper och utbyta erfarenheter.

Elituppföljningen

Rickard Pell och Johan Klinteskog har varit med i löpuppföljningen, Johan Attersand har varit med i hoppuppföljningen och Maria Teilman i sprintuppföljningen.

Landslagsuppdrag

Rickard Pell gjorde en härlig insats på Europacupen i Finnländska Lappenranta. På upploppet svängde Rickard ut, stack ifrån till en klar seger på tiden 1.49.13 HÄRLIGT.

I Finnkampen hade vi med förutom Rickard Pell, Johan Attersand. Det var ytterst nära att vi fick med ytterligare några löpare (Rachid Benjira, Fredrik Karlsson och Johan Klinteskog).

Rickard var lite sliten men knep 3:e platsen på 1.49.71. Johan Attersand satte årsbästa i tresteg och kom 4:a på 15.47.

Internationella tävlingar:

Rickard Pell får till ett kanonlopp i Holländska Arnhem den 25 juni. Stärkt av segern i Europacupen klev han nu in på 1.46.50 och kom fyra i A-heatet. Två dagar senare tävlade Rickard i Oslo på Bislett Games. Här blev det en 3:e plats i B-heatet på måttliga 1.49.52.

Vann gjorde en viss Rizak Dirshe som senare snuvade Rickard på VM-biljetten.

Rickard Pell och Johan Klinteskog tävlade i Belgien, Hechtel den 24 augusti. Rickard kom 3:a i A-heatet på 1.48.21. Johan Klinteskog vann ett stökigt B-heat på 1.52.46.

Helgen efter fortsatte Rickard och Johan till en tävling i Glasgow den 30 augusti på BMC Nike Grand Prix incorporating UKA Endurance Initiative races.

Johan gjorde sin näst bästa tid för året med 1.50.34 med vilket han kom 4:a i A-heatet.

Rickard hade ingen bra dag utan kom in som 5:a på 1.54.01.

Folksam Grand Prix

Det har varit fyra GP-tävlingar under året. De som har deltagit är:

Deltagare Wexiö Games 1/7

Fredrik Karlsson	800m	1.50.20
Rickard Pell	800m	1.50.89
Johan Klinteskog	800m	1.52.85
Rachid Benjira	5000m	14.58.2
Emil Lerdahl	5000m	15.09.8

Deltagare GötaGalan 24/7

Daniel Norberg	800m	1.51.29
Per Synnerman	800m	1.53.31
Fredrik Karlsson	800m	1.56.85
Rickard Pell	800m	1.57.65
Johan Klinteskog	400m	50.33
Johan Attersand	tresteg	15.11
Björn Gustafsson	3000mh	9.31.40
Emil Lerdahl	2000mh	6.11.13

Deltagare MAI-Galan 12/8

Rickard Pell	800m	1.47.97
Johan Klinteskog	800m	1.50.14 1:a B-heat
Daniel Norberg	800m	1.51.59
Rachid Benjira	3000m	8.19.63
Johan Attersand	tresteg	15.40

Deltagare Göteborg GP 2/9

Fredrik Karlsson	800m	1.50.54 2:a
Johan Klinteskog	800m	1.51.29
Daniel Norberg	800m	1.51.98
Rachid Benjira	1500m	3.50.69
Per Synnerman	1500m	3.57.29
Johan Attersand	tresteg	15.16

Läger/tävlingsresor

Rickard Pell och Johan Klinteskog tillbringade tre veckor i Sydafrika runt nyår.

Teknikarna åkte till Italien-Formia 10 dagar under påsken.

Ett stort löpargång besökte Cypern 24 mars till 7 april.

Ett gäng åkte ner till Världssingdomsspelen i Göteborg 4-6 juli.

Sommarens löparläger förlades till Gotland 14-20 juli.

IDM

Öppna IDM i Sättra Friidrottshall den 15-16 februari.

I år fanns det förutom seniorklass en 19-årsklass. Dagsprogrammet var så lagt att juniorena även skulle kunna tävla i seniorklassen. Vi fick endast en seniormästare. Det var Johan Attersand som vann tresteg på blygsamma 14.53. Övriga medaljer togs av Rachid Benjira som kom tvåa på 800m med 3.58.64. Emil Lerdahl fick även han silver men på 3000m på tiden 8.57.54, placeringen före Martin Rappe som fick 9.05.66. På 1500m kom Daniel Norberg trea på måttliga 3.58.64. Fredrik Karlsson satte årsbästa på 400m med 50.20. Maria Teilman kom tvåa på 200m med 25.26. Tvåa kom även Moa Bergsten i längd med 5.24 och i tresteg med 11.86. Det sistnämnda resultatet är KR i K22.

Övriga som sprang bra var Mikael Thulin på 200m med 22.95. Anders Huss och Tobias Nylander som satte pers på 800m med 2.00.45 resp. 2.00.95. Till sist Jonas Segerlind som satte nytt KR igen på 200m P15 med 23.84.

I DM för 19-åringar var det lillebror, Henrik Attersand som tog den enda segern i tresteg på 12.78. Mickael Thulin var tvåa på 60m med 7.36 och Lovisa Lagerblad satte ett fint pers över 400m med 60.56 vilket belönades med brons.

IJSM

JSM i Västerås avgjordes den 22-23 februari i PEAB-hallen.

Vi hade en väldigt tunn trupp till årets JSM, det blev inte heller något medaljskrammel. Johan Klinteskog som egentligen skulle springa 400m fick byta till 1500m pga av sin lårkänning. Nu gjorde Johan ett bra lopp och slutade femma på 4.00.66. Moa Bergsten fick det inte att lossna i tresteg nu heller utan slutade femma på för henne blygsamma 11.82. I 19-årsklassen gick Mikael Thulin till final på 400m efter två stabila lopp i försök och semi. I finalen räckte inte Micke till utan han slutade fyra på 51.55. Henrik Attersand satte årsbästa i tresteg med 13.00 och Lovisa Lagerblad gjorde 61.29 på 400m vilket inte räckte till vidare avancemang.

ISM

Vi hade 11 deltagare med på årets ISM som avgjordes på hemmaplan i **Sätra Friidrottshall den 1-2 mars**.

I försöken på 800m såg Rickard inte helt återställt ut efter en veckas sjukdom, han lyckades ändå ta en klar seger i finalen på 1.50.62 där han ledde från start till mål, mycket starkt gjort. Nu missade Johan Klinteskog finalen med några tiondelar efter ett blekt lopp.

Johan Attersand har haft en seg inomhussäsong och fick det inte att lossna nu heller, han blev ändå femma i tresteg på 14.76. Moa fick det äntligen att lossna i tresteg efter en period med mindre bra resultat, nu blev det en sjunde plats på 12.35, nytt KR i K22.

Daniel Norberg gick till final på 1500m, men väl där blev fick han hjärnsläpp. Rachid Benjira missade 1500m finalen med några hundra delar. Maria Teilman hade inte heller hon hundra delarna på sin sida. Nu missade hon finalen på 60m med fyra hundra delar.

Övriga som deltog var Mikael Thulin på 200m, Fredrik Karlsson på 400m, Emil Lerdahl på 3000m och Marie Wasserman i stav.

DM-JDM i terräng

DM-JDM i terräng avgjordes i **Vallentuna den 13 april**. Vi hade endast manligt deltagande på korta och långa banan. På långa banan 12 km knep Martin Rappe brons tätt följd av Johan Faskunger. På korta banan 4 km kämpade Rachid Benjira till sig silverpengen och Rickard Pell knep bronset. Daniel Norberg kompletterade det vinnande laget med att komma sexa.

SM-JSM i terräng

Avgjordes på regntunga banor i **Uddevalla 3-4 maj**. Hammarbylöparna gladdde ingen dessa två dagar. Om man inte var sjuk eller magsjuk så hamnade man långt ner på resultatlistan. Det var Daniel Norberg som blev bästa löpare på korta banan 4 km.



Ett trött gäng efter korta banan på terräng-SM

Rachid Benjira, Martin Rappe, Rickard Pell, Daniel Norberg och Fredrik Karlsson

Gatu- och parkstafetter

Parkstafett i Långbropark den 8 maj. Herrarnas förstalag blev tvåa efter ett mycket starkt Turebergslag. Damerna slutade fyra.

På **Dagbladsstafetten den 17 maj** kom Hammarbys herrar trea knappt slagna av Hässelby som spurtade om på upploppet. Åt segrande Tureberg fanns inget att göra denna dag. Veteranerna kom tvåa efter Rånäs 4H.

DM i stafett

DM i stafett gick i år på **Enskede IP 21-22 maj**. Vi ställde endast upp med ett lag! P19 vann 4x100m med 44.54. Det snackas alltid om att det är så roligt med stafett!

SM i stafett

Stafett-SM gick i år på **Stockholms Stadion 7-8 juni**. Våra herrar skötte sig bra med en överlägsen seger på 4x800m och silver på 4x1500m efter Tureberg.

P19 4x400m blev tyvärr inställt pga för få anmälda lag, där hade vi annars guldläge.

M	Daniel N, Fredrik K, Johan K, Rickard P.	1:a	4x800m	7.23.35
M	Per S, Daniel N, Per Henrik S, Rickard P.	2:a	4x1500m	15.35.19

DM

DM avgjordes under tre dagar på **Enskede IP den 11, 12 och 17 juni**. Om denna tävling ska överleva så måste distriktets föreningar fatta beslutet att satsa på DM.

Vi hade 20 deltagare med som gjorde 29 grenstarter och tog sex medaljer varav tre guld.

På herrarnas 800m tog Hammarbypojkarna en dubbel! Det var Fredrik Karlsson som kämpade ner Johan Klinteskog. En dubbel blev det även i tresteg för kvinnor där Moa Bergsten vann före Annika Andersson. Taktikern Per-Henrik Sundell vann 1500m. Junioren David Andersson och Patrik Rosencratz gick till final på 100m med tiderna 11.25 resp. 11.32. Patrik gick även till final på 200m med 22.86.

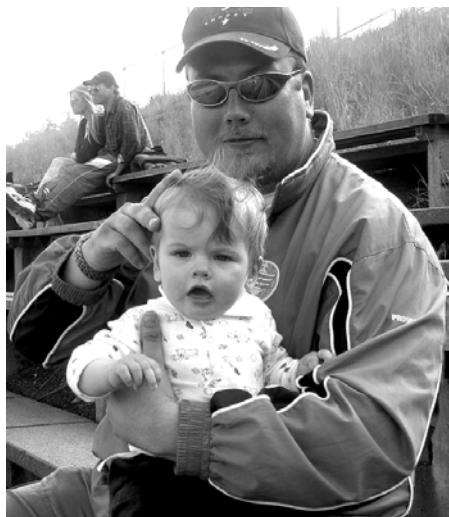
K	Moa Bergsten	1:a	längd	12.14
M	Fredrik Karlsson	1:a	800m	1.51.11
M	Per-Henrik Sundell	1:a	1500m	3.59.24

Lag-SM män

Efter förra årets bragdinsats i Svenska Cupen var vi nu där, i Lag-SM final. Målet var att komma sämst fyra för att hålla oss kvar på en finalplats. Efter en hård kamp slutade vi femma endast sju poäng upp till IF Göta. Det var framförallt på kastsidan vi tappade många poäng. Det blev tre segrar som togs av Johan Attersand i tresteg, Per-Henrik Sundell på 1500m och Rickard Pell på 800m. Daniel Norberg gjorde en stark insats på 5000m och kom 2:a. Joel Thorén passade på att sätta KR i spjut nu när han fick kasta med stora spjutet, 54.24 lyder det nya rekordet på.

Lag-SM final på Arosvallen i Västerås den 10 juli.

1. Ullevi FK	73 p	4. IF Göta	61 p
2. Hässelby SK	73 p	5. Hammarby IF	54 p
3. Spårvägens FK	64 p	6. Mölndals AIK	52 p



Magnus Mårtensson, deltagare i slägga, tränare och nybliven pappa!



David Andersson och Mikael Thulin på SAYO

SM

Det var **Norrtälje och Rånäs 4H** som stod som värd för SM **den 1-3 augusti**. Det var ett trevligt mästerskap med mycket publik framförallt under fredagen.

Vi hade hela 12 deltagare med i år och där de flesta hade prickad in bra form. Våra tre 800m killar gick samtliga till final. Rickard vann sedan finalen och Johan Klinteskog kom 4:a.

Fredrik Karlsson lyckades inte i finalen utan slutade 8:a.

Johan Attersand fick äntligen marginalerna på sin sida i ett utomhusmästerskap. Johan blev 3:a efter en bra genomförd tävling. För Moa Bergsten såg det mycket bra ut i kvalet med ett säkert hopp på 12.38, i finalen hände ingenting.

Per-Henrik Sundell och Daniel Norberg tog sig till final på 1500m, comebackande Per Synnerman missade tyvärr. I finalen lyckades PH bäst i ett taktiklopp med en 7:e plats på tiden 3.54.28.

Rachid Benjira gjorde ett tappert lopp över 3000mh och kom 4:a. Rachid måste förbättra hindertekniken för att få bättre löpekonomi. Rachid sprang även 5000m liksom Emil Lerdahl som båda gjorde godkända lopp.

M	Rickard Pell	1:a	800m	1.50.91
M	Johan Attersand	3:a	tresteg	15.33

JSM

Vi hade sex Hammarbyare som gjorde 10 grenstarter med på årets JSM som gick i Vellinge **15-17 augusti**. Johan fick revansch efter förra årets sjukdom och vann nu 800m i M22. I K22 tog Moa Bergsten medalj på tresteg och kom 4:a i längd. Mikael Thulin kom 4:a på 400m i P19 på 51.21. Emil Lerdahl hade chans på medalj på 2000mh och 5000m men var ej i bästa form och missade precis.

K22	Moa Bergsten	2:a	tresteg	12.17
M22	Johan Klinteskog	1:a	800m	1.50.71

SM i mångkamp

Vi hade inga deltagare med på mångkamps-SM för juniorer och seniorer!

Skol-SM

Skol-SM avgjordes som vanligt på **Stockholms Olympiastadion den 12-14 september**.

Vi hade fyra killar med i den äldsta klassen. Bäst lyckades Mikael Thulin som med en sen formtopp knep brons på 400m.

P18+	Mikael Thulin	3:a	400m	51.13
------	---------------	-----	------	-------

Svenska Cupen kvinnor

Det blev en knallhård kamp i tjejernas kvalgrupp till Lag-SM. Målet var naturligtvis att hålla sig kvar i Svenska Cupen och inte harva i Regionsserien. Nu lyckades tjejerna hålla sig kvar då det kom 5:a. Det var mycket tight med poängen till lagen framför. Maria Teilman vann 400m på 57.95 och kom 2:a på 100m på 12.06w efter Jenny Kallur. Moa Bergsten vann tresteg på 12.02 och blev 2:a i längd på 5.37. Marie Wasserman kom 2:a i stav på 3.15. Till nästa år får tjejerna tävla tillsammans med killarna vilket blir trevligt.

Kvalmatch till Lag-SM på Enskede IP den 24 maj

1. Spårvägens FK	76 p	4. Turebergs FK	60.5 p
2. Huddinge AIS	67.5 p	5. Hammarby IF	60 p
3. Falu IK	61 p	6. Råby-Rekarne	42 p

TÄVLINGSARRANGEMANGSKOMMITTÉN – TAK

Under året har TAK varit huvudarrangör till 10 tävlingar inomhus och utomhus. TAK har även varit medarrangörer i ett antal tävlingar, bl.a. Svenska Handikappspelen för ungdomar på Stockholms Stadion den 30 augusti.

9 februari	Hammarby Ungdomsspel	Sätra Friidrottshall
15-16 feb.	IDM	Sätra Friidrottshall
26 april	KM i terräng	Vårflodsparken
8 maj	Parkstafetten	Långbropark
24 maj	Svenska Cupen	Enskede IP
25 maj	Happy meal	Vårflodsparken
3 juni	Vårproppen	Blev inställd pga strejk.
14 juni	Hammarby Ungdomsspel	Enskede IP
16 sept.	Höstproppen	Enskede IP
26 oktober	Spiken	Segeltorp

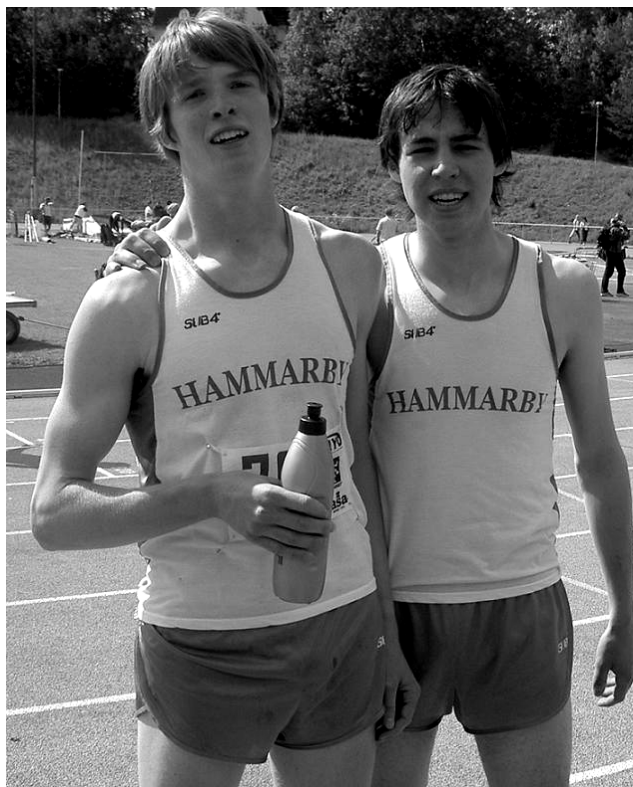
Utbildning:

Lasse E Andersson och Lasse Ahlqvist höll en intern kurs, Funktionärens ABC i klubbhuset den 27 maj med 6 deltagare.

Monica Larsson
Ronald Utterström
Marita Utterström
Monica Holm
Pär Holm
Christer Björkman



Lasse Ahlqvist alltid på plats



Tobias Nylander och Anders Huss, två lovande löparjuniorer

MIDNATTSLOPPET 16 AUGUSTI 2003

Midnattsloppet upplaga nr 22, avlöpte väl.

Arrangemanget drog en stor publik, trots det mindre positiva vädret under dagen. Skurarna var inte milda under dagen men temperaturen gav ett bra löparväder under kvällen, då skurarna upphörde.

Två duktiga Hammarbylöpare återfinns i resultatlistan, bland de 8 främsta männen.

Ett stort antal Hammarbyare var funktionärer under Midnattsloppshelgen, liksom ett stort antal utomstående personer.

Antal anmälda löpare stora Midnattsloppet: 14 028 st

4 160 kvinnor

9 868 män

I mål kom: 10 982 st.

Bästa tid: 29.49 min

Sämsta tid: 1.52.56 min

Lilla Midnattsloppet:

Antal anmälda löpare: 1 349 st

614 tjejer

735 killar

Total mängd anmälda Midnattsloppslöpare: 15 377 st

Resultatet på män:

- | | | |
|----------|-------------------|-----------------------|
| 1. 29:49 | Ojuku, Martin | Kenya |
| 2. 30:37 | Mogava, Fred | Kenya |
| 3. 30:51 | Regragui, Said | Hässelby SK |
| 4. 31:07 | Bergman, Magnus | Enhörna IF |
| 5. 31:37 | Söderberg, Martin | IK Hakarpspojkarna |
| 6. 32:04 | Urbom, Fredrik | Söderköpings FIK |
| 7. 32:11 | Rappe, Martin | Hammarby IF Friidrott |
| 8. 32:14 | Benjira, Rachid | Hammarby IF Friidrott |

Resultatet på kvinnor:

- | | | |
|----------|--------------------|---------------|
| 1. 35:28 | Willix, Heléne | Spårvägens FK |
| 2. 36:01 | Olofsson, Helena | Rånäs 4H |
| 3. 36:03 | Wenngren, Annica | IFK Mora |
| 4. 36:06 | Kazlauskaitė, Inga | SoIK Hellas |
| 5. 36:13 | Nyberger, Annika | Spårvägens FK |
| 6. 36:19 | Fransson, Anneli | Rånäs 4H |
| 7. 36:24 | Åkerberg, Jennie | Spårvägens FK |

Anette Grinde Rehbinder

SÄRSKILDA UTMÄRKELSER 2003

Bästa ungdomar 17 år **Bästa manliga ungdom** **Joel Thorén**
 Bästa kvinnliga ungdom **Maria Teilman**

Herbert Östrings minne **Bästa prestation** **Rickard Pell**



Tidigare inteckningar i Herbert Östrings minne

Nr	Namn	Årtal	Nr	Namn	Årtal
1	Björn Femtén	1967	19	Lars Abrahmsén	1985
2	Marie Louise Olsson	1968	20	Caroline Plüss	1986
3	Ulla Ekblom	1969	21	Monica Signal	1987
4	Marie-Louise Olsson	1970	22	Monica Signal	1988
5	Göte Rosenqvist	1971	23	Monica Signal	1989
6	Kjell Andersson	1972	24	Mats Edlund	1990
7	Siw Sörensen	1973	25	Johan Danelius	1991
8	Bright Ebenezer	1974	26	Julie Leonard	1992
9	Roland Fröderberg	1975	27	Johan Attersand	1993
10	Örjan Wallin	1976	28	Johan Attersand	1994
11	Elisabeth Lundin	1977	29	Johan Attersand	1995
12	Gunnar Wärngård	1978	30	Petra Kapell	1996
13	Johan Wikström	1979	31	Rickard Pell	1997
14	Örjan Wallin	1980	32	Per Synnerman	1998
15	Bengt Lundgren	1981	33	Rickard Pell	1999
16	Lars Abrahmsén	1982	34	Johan Attersand	2000
17	Lars Abrahmsén	1983	35	Rickard Pell	2001
18	Lars Abrahmsén	1984	36	Rickard Pell	2002

Om du saknar statistiken i denna verksamhetsberättelse så har du helt rätt. Lasse E Andersson håller på att uppdatera all statistik i klubben.

Detta är ett jättearbete som tar tid. Vi kommer att göra ett särskilt statistikdokument som kommer att vara klart i februari. Hoppas du har förståelse för detta.

ARENA BINGO

Måndag-fredag	10.00 – 22.00
Lördag	10.00 – 18.00
Söndag	11.00 – 17.30

Blekingegatan 32,
Tel 08-556 00 850

PROSILIA.se



Stöder Hammarby Friidrott!