

fri- idrottsnytt

IFK TUMBA

Nr. 3

Årgång 14

April 1984

- Innehåll:**
- Sid 2: Redaktörstankar
 - Sid 3: Egna tävlingöarrangemang och klubbagsinformation
 - Sid 4: Uppvärmning
 - Sid 5: Hur vi har skött oss på tävlingsbanorna
 - Sid 6-8: ÖST-kampsresultat
 - Sid 9: HSDK (=Hasard, Spel & Dobbel Kommittén) rapporterar från KM i poker
 - Sid 10: Tävlingsdax

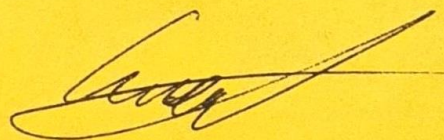
Utgivningsplan
med manusstopp
för 1984.

Utg. dag ca	Manus stopp
1/2	15/1
1/4	15/3
1/6	15/5
1/9	15/8
1/11	15/10
15/12	1/12

Material till
tidningen sänds
till:
Ewert Engstedt
Alice Tegnér's väg 18
146 00 TULLINGE
eller rings in på
telefonnummer:
08/778 03 02 bost.
08/16 11 81 arb.
eller överlämnas
på träningarna

Äntligen så börjar man märka att utomhussäsongen är på väg. Snön börjar minska, fågelhannarna visslar på fågelbrudar, dagarna blir längre och vi har även infört sommartid, så snart är myggen här. Det märks även på träningarna, man börjar prata om mål, formtoppar, tävlingar m m. Även träningsprogramen har ändrat karaktär och det börjar märkas att det är friidrott vi håller på med, även om uppvärmningen i Storstadshallen ibland får en att tro att det är basket. På tävlingsfronten börjar det oxå märkas att åskregnens tid är på väg. Än så länge är det bara långtradarna som trotsar väglaget, och det verkar vara en lönande affär för arrangörerna med tanke på hur det dräller av lopp för dessa. Men snart är även övriga igång ute på tävlingsarenorna, och i väntan på något vänligare klimat så tränas det för fullt i våra lokaler i Botkyrka men även i Djurgårdshallen och i den nya Bosöhallen. Men som sagt snart är våren och sommaren här och med den utomhusträning, tävlingar och mygg, dit vi alla längtar.

Jag vill oxå passa på att tacka för det bemötande jag har fått för det förra numret och ett särskilt tack till dem som har bidragit med materiel till det här numret. Tack!



Pengar

är något vi behöver för att kunna existera som idrottsförening. Ett sätt att få in sådana är att arrangera tävlingar. Därför så ska vi även i år se till att Roffe Norman med flera veteraner ska få sitt DM. Detta sker på Brunna den 8, 15 och 22 maj med start kl 18.30. Tumbaspelen den 11 juni kl 10.00 på Brunna är oxå en tävling som bör ge några kronor i kassakistan. Men det vi verkligen hoppas ska ge oss inkomster är vårt lopp "Från Saltsjön till Mälaren" den 13 maj med start kl 13.00. Utöver dessa inkomstbringande tävlingar så ska vi arrangera KM-terräng för 10-åringar den 8 april kl 10.30 i Skyttbrink och en knattetävling på Rödstu hage den 6 juni kl 17.00, den är för 10-åringar och kommer att omfatta 60m, längd och 800/1000 m. Dessutom har förbundet satt upp oss som arrangör för Svealandsregionens serie för män div III den 31 maj kl 18.30 på Brunna. Detta är vad vi ska åstadkomma under våren, hösten återkommer vi med senare. Tyvärr vet vi inte hur det är med Brunna i år, men vi har ju Rödstu hage i bakfickan så det ska nog gå bra.

SVEALANDSREGIONENS SERIER är de serier där våra A-lag deltar. Serien är till för seniorlag. Det hindrar inte att alla lag har med såväl juniorer som ungdomar. Vi i Tumba har ett hopp om att så småningom få ihop två seniorlag med åtminstone huvudparten seniorer. Medelåldrarna i såväl herr- som damlaget har dock ökat under de senaste åren och det är glädjande.

Damlaget håller till i div II och möter i år Södertälje IF, Rånäs 4 H, Huddinge AIS, Hanvikens SK och Hässelby SK.

Laget kom 1983 4:a i sin grupp som bestod av 5 lag.

Herrlaget möter Boo, IFK Södertälje, Ösmo, Järla och Föreningen Finlandia i sin div III-grupp.

Laget kom förra året 2:a i sin grupp vilket ledde till finalomgången. I den kom Tumba 7:a.

Tävlingsdagar blir torsdagen den 31 maj och lördagen den 30 juni. Finalerna går den 4 eller 5 augusti.

Som arrangörer föreslås för kvinnor Nyköping och Tumba för herrar Tumba och Södertälje.

Leif

ps Strax före pressläggningen fick jag reda på att även IF Linden kommer att ingå i herrlagets grupp. Samtidigt fick jag reda på att det är bestämt att Tumba (som även framgår av artikeln ovanför) och Södertälje ska stå som arrangörer. ds

UPPVÄRMNING ÄR INLEDNINGEN TILL FRAMGÅNGEN! OLIKA TESTER HAR VISAT ATT EN ORDENTLIG UPPVÄRMNING GER BÄTTRE TÄVLINGSRESULTAT! DET ÄR NÅGOT ATT TÄNKA PÅ FÖR MÅNGA AV VÅRA AKTIVA. TYVÄRR SLARVAS DET EN HEL DEL MED DENNA VIKTIGA DETALJ. SLARV MED UPPVÄRMNING KAN OCKSÅ LEDA TILL SKADOR. FÖR ATT DU SKA VETA HUR DU SKA VÄRMA UPP FÅR DU HÄR ETT EXEMPEL PÅ EN UPPVÄRMNING SOM VÄRMER UPP HELA KROPPEN! LÄS OCH ANVÄND!

ALLMÄNT UPPVÄRMNINGSPROGRAM

Jogging på avslappnade vrister, hela foten
1 mark, 4 - 5 min.

† 3

Häl-tågång med vriststräckning, 1 min.

Tänjning av vadmusklerna, 1 min.

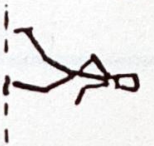
Fortsatt jogging med betonat vristarbete.

Löpning med hälkick mot sätet, 2 x 15 - 20
dubbelsteg.

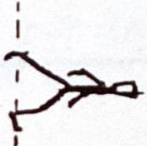
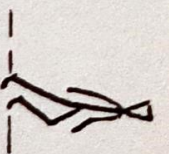
Tänjning av lårens baksidor. Minst 15 ggr
på vardera benet.

Skipping (löpning med hög knälyftning under
långsam förflyttning) 2 x 15 - 20 dubbelsteg.

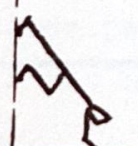
Tänjning av höftpartiet, 15 ggr på vardera
benet.



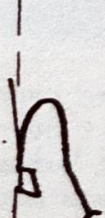
9. Snabb travlöpning med avsläpnt hängande armar, 1/2 min.



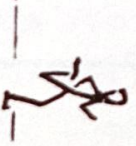
10. Framliggande arm-böjning-sträckning. Individuell dos.



11. Ryggliggande benlyft över huvudet, raka knän, 2 x 10.



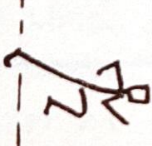
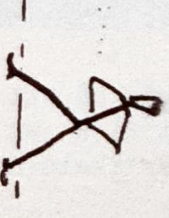
12. Framliggande haluppdragning mot, sätet om möjligt med partner-motstånd.



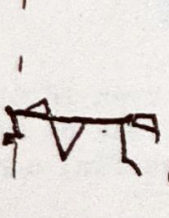
13. Framliggande hälrövning. Statiskt 5 x 1 sek.



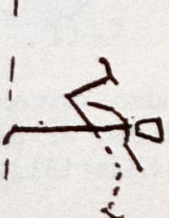
14. Höftullningar höger - vänster 15 ggr åt vardera hållet.



15. Tånhävningar på ett ben, på förhöjt underlag, 2 + 2 x 20.



16. Benvändningar framåt - bakåt 15 ggr på vardera benet.



17. Valsluta uppvärmningen med andningsryck. Alternera stegringslopp eller wind-sprints enligt program.

Tumba representat i inomhus-SM och regionsfinalen för 14-åringar?
Jo visst!

Vid inomhus-SM hade vi två ungdomar med. Det var Patrik Wallin och Camilla Sjöberg.

Patrik ställde upp på 1500 m för pojkar 18. Genom att vinna det första försöksheatet på 4.05,04 så gick han till final. I finalen ledde de två norrmännen Steinar Opheim och Siemen Bakken med Patrik på tredje plats. När det blev dags för spurt kom Patrik som skjuten ur en kanon och vann loppet med tiden 3.54,40 (Patriks klubbrekord - för seniorer - utomhus lyder på 3.57,79). Patrik ser ut att gå mot ytterligare en fantastisk säsong. Tilläggas kan att det kom 38 löpare till start.

I flickor 16 kom det 54 flickor till start på 60 m. Camilla sprang i försöksheat 7. Hon vann heatet på 8,02. I semifinalen kom Camilla 2:a med tiden 8,04 vilket räckte till final. I finalen var Camilla den enda 15-åringen! Hon kom här 6:a med tiden 8,09. Alltså presterade Camilla tre mycket jämna lopp. En mycket fin prestation!

I regionsfinalen för 14-åringar hade Mattias Rehn kvalificerat sig till två grenar. 60 m häck och 60 m slätt. Han hade kvalat in genom att bli bland de tre bästa i Stockholmsmästerskapen.

Mattias vann båda sina försöksheat och återfanns alltså i finalen i båda grenarna. Bäst gick det där på häcken där Mattias hamnade på pallen genom en tredjeplats. I den andra grenen kom han femma totalt.

Dagen avslutades för Mattias del med att han även deltog i Stockholms kurirstafettlag.

Leif

För att få en bakgrund till Leifs sammandrag av ÖST-kampstävlingen i Idrottshuset så får ni här resultaten från Ösmos tävling först.

F 10 Höjdhopp

1	Anna Hellströmmer	-74	S	1.00
2	Jennie Barremer	-75	S	1.00
3	Anna Danielsson	-75	Ö	1.00
4	Sara Alsén	-74	S	95
5	Ulrica Nilsson	-74	Ö	95
6	Johanna Åslund	-74	Ö	90
7	Mirja Santala	-74	S	85
8	Linda Hamin	-74	S	85
9	Sofie Sjölander	-76	S	80
10	Tove Tudare	-75	T	65

F 10 Kulstötning

1	Sara Alsén	-74	S	5.26
2	Anna Hellströmmer	-74	S	4.91
3	Johanna Åslund	-74	Ö	4.67
4	Ulrica Nilsson	-74	Ö	4.22
5	Jenny Barremer	-75	S	3.98
6	Anna Danielsson	-75	Ö	3.85
7	Linda Hamin	-74	S	3.71
8	Mirja Santala	-74	S	3.64
9	Petra Sjölander	-75	S	3.53
10	Tove Tudare	-75	T	3.27
11	Sofie Sjölander	-76	S	2.64

F 10 Höjdhopp

1	Henrik Kjell	-74	T	1.10
2	Anders Nettelblatt	-75	T	1.05
3	Robert Söderberg	-74	S	1.00
4	Tobias Pettersson	-75	Ö	1.00
5	Hjalmar Didriksson	-74	Ö	1.00
6	Calle Hjerne	-75	T	95
7	Niklas Hägglund	-75	Ö	90
8	Niklas Andersson	-76	T	90
9	Henrik Andersson	-75	Ö	85
10	Johan Laukkanen	-75	Ö	85

F 10 Kulstötning

1	Robert Söderberg	-74	S	7.48
2	Henrik Kjell	-74	T	6.89
3	Tobias Pettersson	-75	Ö	5.97
4	Anders Nettelblatt	-75	T	5.90
5	Hjalmar Didriksson	-74	Ö	5.37
6	Niklas Hägglund	-75	Ö	4.89
7	Johan Laukkanen	-75	Ö	4.65
8	Henrik Andersson	-75	Ö	4.54
9	Calle Hjerne	-75	T	4.54
10	Niklas Andersson	-76	T	3.61

F 12 Höjdhopp

1	Malin Ewerlöf	-72	S	1.50
2	Gabriella Wizler	-72	T	1.50
3	Ebba Danielsson	-72	Ö	1.25
4	Maria Adolfsson	-72	Ö	1.15
5	Susanne Lindström	-73	S	1.15
6	Petra Wallenbro	-72	Ö	1.15
7	Malin Ångrund	-73	Ö	1.05
8	Catrin Sjöberg	-73	T	1.05
9	Ulrika Petersson	-72	Ö	1.05
10	Anna Oback	-73	T	1.05
11	Marianne Lundin	-73	Ö	95

F 12 Kulstötning

1	Ulrika Petersson	-72	Ö	7.11
2	Cecilia Larsson	-72	Ö	7.01
3	Malin Ewerlöf	-72	S	6.72
4	Susanne Lindström	-73	S	6.69
5	Gabriella Wizler	-72	T	6.26
6	Maria Adolfsson	-72	Ö	6.23
7	Petra Wallenbro	-72	Ö	6.03
8	Ebba Danielsson	-72	Ö	5.95
9	Pernilla Wallenbro	-72	Ö	5.93
10	Anna Oback	-73	T	5.34
11	Malin Ångrund	-73	Ö	5.29
12	Marianne Lundin	-73	Ö	5.10
13	Catrin Sjöberg	-73	T	5.06

P 12 Höjdhopp

1	Per Nilsson	-72	T	1.43
2	Christian Granskog	-72	Ö	1.25
3	Peter Holmgren	-72	T	1.25
4	Mats Rundqvist	-72	T	1.20
5	Peter Sundkvist	-72	S	1.20
6	Johan Steen	-72	T	1.20
7	Jonas Andersson	-72	Ö	1.20
8	David Werner	-72	Ö	1.15
9	Henrik Scherp	-73	T	1.15
10	Mattias Gidlund	-72	T	1.15
11	Mikael Danielsson	-72	Ö	1.15
12	Magnus Norberg	-72	S	1.10
13	Henrik Östensson	-72	S	1.10
14	Niklas Andersson	-72	T	1.10
15	Fredrik Andersson	-73	T	1.00
16	Christer Clerwall	-73	Ö	1.00

P 12 Kulstötning

1	Jonas Andersson	-72	Ö	7.54
2	Christian Granskog	-72	Ö	7.20
3	Per Nilsson	-72	T	7.20
4	Magnus Norberg	-72	S	6.50
5	Mattias Gidlund	-72	T	6.48
6	Mats Rundqvist	-72	T	6.38
7	Henrik Scherp	-73	T	6.00
8	Niklas Andersson	-72	T	5.76
9	Henric Östensson	-72	S	5.75
10	Mikael Danielsson	-72	Ö	5.75
11	David Werner	-72	Ö	5.74
12	Johan Steen	-72	Ö	5.73
13	Peter Holmgren	-72	T	5.67
14	Christer Clerwall	-73	Ö	5.40
15	Fredrik Andersson	-73	T	4.51

P 14 Höjdhopp

1	Ulrika Åslund	-71	Ö	1.40
2	Jessica Heed	-71	S	1.40
3	Jenny Samuelsson	-71	Ö	1.35
4	Katarina Lindström	-71	S	1.30
5	Jenny Ögren	-71	T	1.30
6	Maria Veneti	-70	S	1.30
7	Marica Långing	-70	T	1.30
8	Lotta Barremer	-70	S	1.30
9	Anna Rylander	-70	Ö	1.20
10	Malin Andersson	-70	Ö	1.15
11	Eva Söderman	-71	T	1.15
12	Katharina Svennewall	-71	T	1.15
13	Laila Holmström	-71	T	1.10
14	Tina Santala	-70	S	1.05

F 14 Kulstötning

1	Malin Andersson	-70	Ö	9.00
2	Katarina Lindström	-71	S	8.50
3	Katarina Söderberg	-70	S	8.14
4	Jessica Heed	-71	S	7.99
5	Lotta Barremer	-70	S	7.31
6	Jenny Samuelsson	-71	Ö	7.12
7	Maria Veneti	-70	S	6.66
8	Marica Långing	-70	T	6.56
9	Ulrika Åslund	-71	Ö	6.09
10	Tina Santala	-70	S	5.96
11	Jenny Ögren	-71	Ö	5.79
12	Eva Söderman	-71	T	5.65
13	Laila Holmström	-71	T	5.19
14	Anna Rylander	-70	S	4.93
15	Katharina Svennewall	-71	T	4.57

P 14 Höjdhopp

1	Johan Grahn	-70	Ö	1.60
2	Lars Holmgren	-70	T	1.40
3	Henrik Steen	-71	S	1.30
4	Anders Lindh	-71	S	1.30
5	Joachim Thornell	-71	S	1.30
6	Mikael Lifvergren	-71	Ö	1.30
7	Anders Nilsson	-71	T	1.30
8	Jonas Widerström	-71	T	1.30
9	Pontus Hellgren	-70	S	1.30
10	Christer Lundin	-71	Ö	1.30
11	Roger Karlsson	-71	T	1.25
12	Mattias Rehn	-70	T	1.20
13	Thomas Clerwall	-71	Ö	1.15
14	Matias Rydell	-71	T	1.15

P 14 Kulstötning

1	Mattias Rehn	-70	T	10.23
2	Johan Grahn	-70	Ö	10.71
3	Pontus Ewerlöf	-70	S	7.96
4	Pontus Hellgren	-70	S	7.69
5	Anders Lindh	-71	S	7.68
6	Joachim Thornell	-71	S	7.30
7	Mikael Lifvergren	-71	S	6.70
8	Lars Holmgren	-70	T	6.71
9	Anders Nilsson	-71	Ö	6.06
10	Henrik Steen	-71	Ö	6.05
11	Christer Lundin	-71	Ö	5.92
12	Roger Karlsson	-71	T	5.77
13	Jonas Widerström	-71	T	5.74
14	Matias Rydell	-71	T	5.49
15	Thomas Clerwall	-71	Ö	4.79

F 16 Höjdhopp

1	Heléne Kjell	-69	T	1.51
2	Annica Sjöberg	-69	T	1.45
3	Carina Ödmark	-68	T	1.35
4	Tusse Hogrell	-	S	1.30
5	Anette Johansson	-68	T	1.30
6	Anna Gustavsson	-69	T	1.25
7	Tanja Nyholm	-	S	1.25

F 16 Kulstötning

1	Åsa Hildeby	-68	T	8.69
2	Annica Sjöberg	-69	T	7.93
3	Anna Gustafsson	-69	T	7.27
4	Carina Ödmark	-68	T	6.81
5	Tanja Nyholm	-	S	6.78
6	Heléne Kjell	-69	T	6.68
7	Anette Johansson	-68	T	6.23
8	Tusse Hogrell	-	S	5.80

P 16 Höjdhopp

1	Roger Edman	-69	S	1.75
2	Conny Moqvist	-68	T	1.75
3	Johan Bjelke	-69	T	1.70
4	Anders Bengtsson	-69	S	1.70
5	Jim Andersson	-69	S	1.65
6	Anders Sennerb	-68	T	1.60
7	Mikael Oback	-69	T	1.55
8	Mats Nevelius	-68	T	1.55
9	Olle Hjerne	-69	T	1.55
10	Håkon Larsson	-69	Ö	1.50
11	Henrik Ögren	-69	Ö	1.40
12	Tomás Eriksson	-68	T	1.35

P 16 Kulstötning

1	Mats Nevelius	-68	T	10.25
2	Conny Moqvist	-68	T	10.19
3	Roland Lindberg	-68	T	10.01
4	Jörgen Andersson	-68	Ö	9.93
5	Roger Edman	-69	S	9.32
6	Henrik Ögren	-69	Ö	8.83
7	Mikael Oback	-69	T	8.79
8	Jim Andersson	-69	S	8.35
9	Anders Sennerb	-68	T	7.72
10	Håkon Larsson	-69	Ö	7.70
11	Johan Bjelke	-69	T	7.69
12	Anders Bengtsson	-69	S	7.54
13	Tomás Eriksson	-68	T	7.49
14	Olle Hjerne	-69	T	7.14
15	Jonny Öberg	-68	Ö	6.19

Så har vi då arrangerat den andra av våra omgångar i ÖST-kampen.
Hur gick det?

Vi delade segrarna med Ösmo. 2 var! Vi vann 12- och 16-åringarnas tävling medan Ösmo tog hem segern för 10- och 14-åringarna. Det var ovanligt få tävlande denna omgång. Varför?

De grupper som vi har behov av fler tävlande verkar vara främt bland flickor 10 och flickor 12. Känner du någon flickor i de åldersgrupperna så är de hjärtligt välkomna till våra träningar!

Hur gick det då individuellt?

Jo så här: (Segraren i varje gren + alla tumbaresultat)

Flickor 10 40 m häck

40 m

1. Sara Alsén, S	8,3	1. Louise Carlsson,	7,0
6 Jenny Elmqvist	9,4	10. Jenny Elmqvist	7,9

Pojkar 10 40 m häck

40 m

1. Henrik Kjell	7,8	1. Henrik Kjell	6,5
2. Martin Rosenkvist	7,9	2. Martin Rosenkvist	6,6
3. Anders Nettelblatt	8,4	4. Niclas Andersson	7,2
7. Calle Hjerne	8,9	Calle Hjerne	7,2
9. Niclas Andersson	9,3	Anders Nettelblatt	7,2

Flickor 12 2x40 m häck

2x40 m

1. Gabriella Vizler	15,5	1. Gabriella Vizler	12,5
4. Catrin Sjöberg	16,9	2. Catrin Sjöberg	13,2

Pojkar 12 2x40 m häck

2x40 m

1. Christian Granskog, Ö	14,8	1. Jonas Andersson, Ö	12,3
2. Mattias Gidlund	15,3	2. Peter Holmgren	12,5
4. Mats Rundqvist	15,9	4. Mattias Gidlund	12,7
5. Peter Holmgren	16,0	7. Mats Rundqvist	13,6
6. Per Nilsson	16,1	11. Per Nilsson	13,8
12. Fredrik Andersson	18,0	12. Fredrik Andersson	13,9

Flickor 14 2x40 m häck

2x40 m

1. Marica Lansing	14,9	1. Lotta Barremark, S	11,8
6. Laila Holmström	16,0	3. Laila Holmström	12,6
Åsa Hällgren	16,0	5. Marica Lansing	12,7
8. Eva Söderman	17,0	9. Åsa Hällgren	13,3
8. Eva Söderman	17,0	10. Katharina Svennewall	14,2
		11. Eva Söderman	14,6

Pojkar 14 2x40 m häck

2x40 m

1. Johan Grahn, Ö	13,7	1. Robin Thörn, S	11,1
4. Fredrik Rosenkvist	15,9	3. Fredrik Rosenkvist	12,3
5. Lars Holmgren	15,9	4. Lars Holmgren	12,4
8. Jonas Widerström	16,6	10. Jonas Widerström	13,3
11. Matias Rydell	18,7	13. Matias Rydell	15,5

Flickor 16 2x40 m häck

2x40 m

1. Anna-Karin Nilsson	13,4	1. Camilla Sjöberg	11,6
2. Camilla Sjöberg	13,8	2. Carina Ödmark	11,9
3. Anette Johansson	14,7	3. Anette Johansson	12,1
		4. Anita Johansson	12,2
		5. Anna-Karin Nilsson	12,4
		6. Lena Sennerö	12,7

<u>Pojkar 16 2x40 m häck</u>		2x40 m	
1. Conny Moqvist	12,5	1. Roger Edman, S	10,9
2. Mikael Oback	12,8	2. Conny Moqvist	11,1
4. Anders Sennerö	13,5	3. Tomas Ericsson	11,3
Mats Nevelius	13,5	4. Olle Hjerne	11,7
7. Olle Hjerne	13,9	Roland Lindberg	11,7
8. Johan Bjelke	14,6	Mats Nevelius	11,7
10. Tomas Ericsson	15,1	7. Mikael Oback	11,9
		Anders Sennerö	11,9
		10. Johan Bjelke	12,4
		11. Robert Söderman	12,9

Ställningen efter 5 omgångar är följande:

<u>P+F 10</u>		<u>P+F 12</u>	
1. Üsmo	17 716 p	1. Üsmo	25 678 p
2. Södertälje	15 207 p	2. Tumba	25 001 p
3. Tumba	12 020 p	3. Södertälje	21 579 p
<u>P+F 14</u>		<u>P+F 16</u>	
1. Üsmo	31 212 p	1. Tumba	36 588 p
2. Södertälje	30 837 p	2. Södertälje	31 645 p
3. Tumba	26 942 p	3. Üsmo	14 931 p

I 12- och 14-årsgrupperna verkar det vara chans för Södertälje resp Tumba att ta hem segern. Det beror på hur det går i Södertälje den 31 mars. Då avslutas ÜST-kampen för denna gång. I 10- och 16-årsgrupperna verkar Üsmo och Tumba klara för seger.

Leif

VARNING FÖR NISSE!

Så har det då äntligen hänt. Tumba friidrott har fått sin första klubbmästare i poker. Denna stora dag inträffade den 23 mars och hade samlat tio skickliga kort-hajar. Efter ett kort snack om reglerna lottades dom tio in i två grupper och spelet kunde starta. Man började med att spela två timmar efter den indelning som lotten bestämt. Efter denna första period räknades var och ens spelmarker och dom fem som hade flest marker fortsatte spelet vid bord 1, dom fem som inte hade haft samma tur vid spelbordet fick ta bord 2 i besittning i ytterligare två timmar. Efter den andra perioden företogs en ny räkning och dom fem spelare som nu hade flest marker fick spela final.

Nu när ni vet förutsättningarna så kan vi övergå till själva spelet:

Den första perioden präglades av ett nervöst och försiktigt spel och differanserna blev inte speciellt stora. Efter markerräkningen visade det sig att de båda initiativtagarna till detta KM, Lelle och Jocke, varit ofin nog att lägga sig i täten. Med sig till vinnarbordet fick dom Lars J, Nique och Thomas. Nisse som varit en av dom som nämndes oftast i förhandssnacket hade inlett oväntat blekt, men vänta bara.

I den andra perioden fortsatte "fiskliret" vid vinnarbordet, men vid bord 2 fick Tom och Kenta snart veta hur man skall lira poker. Efter en knapp timme satt de båda helt utan en enda marker kvar av dom 250 som alla fick starta med. Vem var det som hade skinnat dom stackarna då?

Nisse, förstås! Med hjälp av dessa marker spelade Nisse upp sig till en ganska betryggande ledning inför finalen. Till finalen kvalificerade sig förutom Nisse; Jocke, Thomas, Lelle och Nique.

När så finalen gick igång så började alla att plötsligt agera "dyngspridare" och det var sällan spelet riktigt hettade till och alla behöll sina positioner och vi fick en resultatlista som fick följande utseende:

KLUBBMÄSTARE - Nisse "Ässet" Väfors	526	marker
2:a - Jocke Hildeby	440	"-
3:a - Thomas Bezzina	413	"-
4:a - Lelle Kanth	300	"-
5:a - Nique Hildeby	147	"-

Utslagna i kvalet:

Feffe Nordén	230	marker
Lars Johansson	229	"-
Leif Hildeby	220	"-
Tom Fransson	0	"-
Kent Waltersson	0	"-

Efter finalens avslutande vidtog en högtidlig pris-ceremoni där Nisse fick mottaga klubbmästarbricka att bära på samtliga träningar (hjälp till och kolla) och en magnumbutelj Pommac.

Till sist: Håll i plånböckerna vi utfärdar stormvarning för Nisse "Ässet" Väfors!

TÄVLINGSDAX !

Nu när alla förhoppningsvis fått sin matrikel och kunnat ta del av fjolårets resultat så kan det vara dags att se fram emot den kommande säsongen. Den här tävlingen går nämligen ut på att du skall blicka in i framtiden och redan nu försöka tala om vilka som kommer att bli senior klubbmästare 1984 för Damer och Herrar i dom grenar som ingår i klubbmatcherna. Så nu är det bara att lusläsa matrikeln, ringa runt och få ställtips samt besöka närmsta Sibylla och se i kristallkulan. När det är gjort så fyller du i blanketten nedan och skickar den till; Jocke Hildeby, Kyrkvärdsv. 59 III 140 30 UTTRAN, senast den 30 April. Segraren kommer att hurras för och tilldelas exklusivt pris på nästa års årsfest.

Lycka till!

<u>Damer</u>	<u>Herrar</u>
100m- _____	100m- _____
200m- _____	200m- _____
400m- _____	400m- _____
800m- _____	800m- _____
1500m- _____	1500m- _____
3000m- _____	3000m- _____
Längd- _____	5000m- _____
Höjd- _____	110mh- _____
Kula- _____	400mh- _____
Diskus- _____	Längd- _____
Spjut- _____	Höjd- _____
Du som är aktiv! Var inte så blygsam när du tippar. Tro på dig själv. Jag heter _____ Jag bor på _____	Tresteg- _____
	Stav- _____
	Kula- _____
	Diskus- _____
	Spjut- _____
_____	Slägga- _____