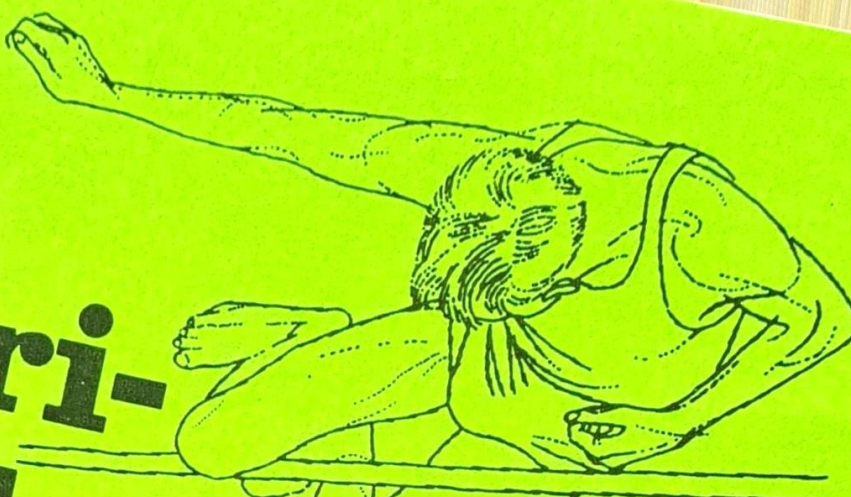




fri- idrottsnytt

IFK TUMBA

Årgång 16

Nr 5

1986 07 07

Tumba 86-07-01

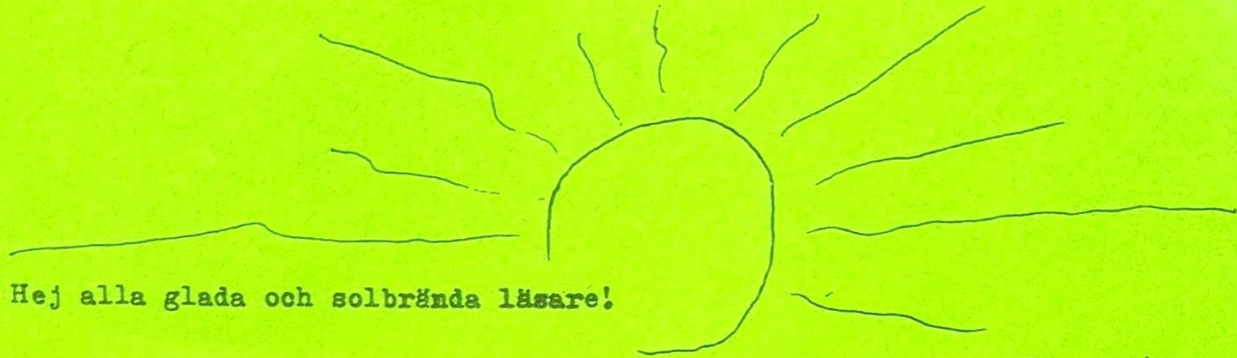
Hej!

Tänk att få vakna upp när myggorna surrar kring
öronen och solen redan står högt på himmelen och
släpa sig till brevlådan med svetten rinnande ef-
ter ryggen bara för att hitta ett rykande färskt
nummer av Friidrottsnytt!

Inte mindre än 35 sidor med allt från sista inom-
husträningens basketmatch, klubbblagslägret, res-
ultatstatistik, Örebroresan, Nävekvarnslägret
till Damlagets div II-final.

Grattis, du har just gjort detta!

Jocke
Jocke



Hej alla glada och solbrända läsare!

Det var ett tag sedan ni senast fick ett välmatat nummer av denna utmärkta tidning i brevlådan, men nu är det alltså äntligen dags igen för en högtidsstund i bästa läsfåtöljen.

Inledningsvis lite gnäll av det vanliga slaget. Trots upprepade uppmaningar så får jag in skrämmande lite material från just DIG! Det blir nästan bara familjen Hildeby som sitter bakom skrivmaskinen och producerar material för inbördes beundran. Handen på hjärtat, blir det inte ganska tjatigt att få allt material vinklat från ett och samma håll?

Till dig som håller i ett Buster Cup-lag vill vädja med lite extra eftertryck. Eftersom jag inte själv är inblandad i dessa lag så har jag "ingen aning om" vad som händer i dessa matcher. Skulle inte du kunna ta dig i kragen och skriva några rader om vårens matcher och ställningen inför hösten så alla kan få denna information i nästa nummer av Friidrotts-nytt???

Såja, genast känns det bättre och man kan börja se lite ljusare på framtiden. Säsongen har äntligen startat på allvar och vi kan glädjas åt en hel del goda resultat. Två nykomlingar har verkligen visat framfötterna: Janne har putsat klubbrekordet ordentligt på 400m trots att han gjort de allvarligaste loppen på ytterbana. Rekordet lyder nu på 50.05 och under 50 är bara en tidsfråga. Janne har också varit under klubbrekordet på 200m (23.08) med tiden 23.07. Tyvärr hade han vid detta tillfälle hjälp av 2.1 sekundmeters medvind varför denna tid inte kan godkännas som klubbrekord. Men det blir fler tillfällen att klippa denna tid! Bland P16 har det kommit en kille med basketförflutet i Kantarellen och sprungit 800m på goda 2.05. Ett stort framtidslofte som Kjell Wallin tagit sig ann! Bland P16 återfinns också Mattias "Marwin" Rehn som redan hunnit med att putsa sitt personliga rekord på 300mh två gånger till strax över 41 sekunder. Bravo!

Bland tjejerna rör det sig mest om gamla beprövade namn. Marie har vaknat till på nytt och presterat goda tider på alla sprintdistanser, eller vad sägs om: 12.81, 26.3 och 62.87. 26.3 på 200m är fak-

tiskt 0.1 sek under gällande klubbrekord, men p g a en årsfärs bestämelse som säger att klubbrekord på sprint/häck skall slås med eltider så får Marie försöka igen, och det går säkert bra.

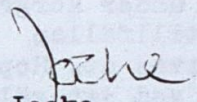
Tjejerna har också varit mycket framgångsrika med klubblaget och vunnit sin grupp och därmed avancerat till final den 28/6. Mer om detta i separat reportage.

Den 17 augusti arrangerar föräldrakommittén och Inger Karlsson en resa till Kolmården om det finns intresse för detta. Resan går med buss och i kostnaden 115:- för medlemmar, 175:- för icke medlemmar ingår förutom resan inträde till: Safariparken, Delfinariet, Vaxkabinettet och Terrariet. Missa inte detta fina erbjudande!!! Det bör kunna bli en skön söndag på Kolmården för hela sektionen.

Det är nyheter på gång för dig som är aktiv! Undertecknad tycker att det har blivit lite svårt att skriva program och hjälpa drygt 15 aktiva. Med anledning av detta har jag tagit kontakt med ytterligare några tränare för att lösa detta problem. Som det ser ut i nuläget har vi en bra lösning på gång inför vinterns träning. Undertecknad får chansen att koncentrera sig på häcklöparna, Roffe Norman tar sig an alla sprinters och Leffe tar hopparna. Problemet i nuläget ligger på medeldistanssidan men vi tror att vi har en lösning i bakfickan. Mer information kommer du att få när höstmörkret sänker sig och det är dags att samla alla aktiva inför vintern. Tills dess kan du fundera på vad du helst vill satsa på och om du ev vill kombinera olika grenar. Vi kommer naturligtvis försöka hålla ihop hela gänget på träningarna trots olika inriktning!!!

Nu kan inte ens jag hitta på något mer att svamla om! Tills nästa nummer av Friidrottsnytt...

ha en riktig kvalmig, svettig, solig och myggig sommar!


Jocke

SPRINTERS VANN

... på sju lyckliga minuter!!!

Den 23 april var det dags att köra sista inomhusträningen i Idrottshuset och killarna hade valt att avsluta med en utmaningsmatch i basket mellan Sprinters och Hoppers. Matchen spelades i 2x22 min med rullande klocka. Riktiga domare hade också lånats från Tumba GIF:s div II-lag, Mattias Thiel och Staffan Wähleman.

Lagen kom till spel med följande laguppställningar:

Hoppers - Leffe Hildeby, Fredde Moqvist, Kent Waltersson, Nique Hildeby, Johan Bielke, Anders Gren.

Sprinters - Tomas Eriksson, Jörgen Karlsson, Thomas Bezina, Janne Rodi, Jocke Hildeby, Tom Fransson, Christer Bornström, Björnstjerne Antonson.
Coach: Mattias Rehn.

Efter att båda lagen gjort allt för att psyka varandra i en timmes tid under den sedvanliga uppvärmningen, var det dags för första uppkast 21.00.

Uppkastet vanns av sprinters och matchen var i full gång. Direkt kunde man konstatera att lagen valt helt olika försvarstaktik. Hoppers spelade med ett s k zonförsvar där resp man försvarar ett område. Sprinters spelade man-man där var och en håller en gubbe. Sprinters coachades för dagen av Mattias Rehn som lagt upp taktiken och som sedan med den äran skötte byten och taktiska omdispositioner under hela matchen.

Första poängen blev Hoppers genom Leffe som visade ett fint skytte matchen igenom och bli briljerade med en mycket snygg hook. Sprinters kunde svara tämligen omgående och gå till ledning med 6-2. Spelet började sedan fram och tillbaka med omväxlande ledning för lagen med en eller ett par poäng. Vid ställningen 14-13 efter ca 15 minuters spel kom sprinters in i "flytet" och kunde via sju minuters utmärkt anfallsspel skriva halvtidssiffrorna till 23-15.

När sedan andra halvlek tog sin början så började Hoppers äta in försprånget så smått. Med dryga tio minuter kvar av matchen hade de flyt och var på gång. I detta läge visade Tomas Eriksson fin speluppfattning

och kunde via ett par utmärkta långpassningar friställa lagkompisar som utan problem satte dit bollen. I detta läge började samtliga aktörer känna av det höga tempo som matchen öppnades i och skotten hoppade mycket på ringkanten samtidigt som det blev en del "trötthetsfoul". Detta ledde till att matchen blev lite avslagen mot slutet och Sprinters kunde hålla undan till vinst med 36-28. Andra halvlek var dock helt jämn 13-13.

På de följande två sidorna kan den som vill ta del av allehanda statistik som kunnat tas fram med hjälp av Niten, Nöten, Lotta, Åsa, Ani och Alma-Bi, ett stort tack till er!

Av statistiken kan man bli utläsa att sprinters satte 31% av sina skott medan Hoppers hade 22% som gick rätt väg. Detta kan ev bero på det försvarssystem som Mattias valt åt sitt lag. Med man-man spelet kunde man sätta press på Hoppers och tvinga dom till skott i svåra lägen. Hoppers hade dock stora problem under korgen där de vid ett flertal tillfällen missade poäng som såg givna ut. Hoppers var dock överlägsna vad det gällde returtagning under motståndarkorgen och visade där utmärkt aggressivitet.

Om ett år får vi hoppas att det är dags igen. Gardera med kryss den gången!

Här nedan skall du få all statistik du kan begära runt den stora basket-matchen!

<u>Returer</u>		<u>Sprinters</u>	<u>Hoppers</u>
Sammanlagt antal returer	66	34 / 52%	32 / 48%
Antal Försvarsreturer	42	25 / 60%	17 / 40%
Antal Anfallsreturer	24	9 / 38%	15 / 42%
Antal returer under sprinters korg	40	25 / 62%	15 / 38%
Returer under hoppers korg	26	9 / 35%	17 / 65%

Individuellt

<u>Sprinters:</u>	<u>Anfall</u>	<u>Försvar</u>	<u>Sammanlagt</u>	<u>% av sammanlagda</u>
Jocke	4	10	14	21%
Thomas B	1	1	2	3%
Tom		2	2	3%
Christer	2	2	4	6%
Janne		4	4	6%
Jörgen				
Tomas E	1	4	5	8%
Björne	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4%</u>
	9	25	34	
<u>Hoppers:</u>				
Nique	8	4	12	18%
Johan		2	2	3%
Kenta	5	2	7	11%
Leffe		8	8	12%
Fredda		3	3	4%
Anders	<u>2</u>	<u>2</u>	<u>4</u>	<u>6%</u>
	15	17		

OBS! Även straffkast är inräknade i skottstatistiken.

Skott Sprinters Hoppers

Sammanlagt

antal

skott 125 61 / 49% 64 / 51%

Antal skott

missade

satta

Sprinters 61 42 / 69% 19 / 31%

Hoppers 64 50 / 78% 14 / 22%

Individuellt

Sprinters:

antal poäng

Jocke	18	10 / 56%	8 / 44%	17
Thomas B	19	14 / 74%	5 / 26%	10
Tom	2	1 / 50%	1 / 50%	2
Christer	11	10 / 91%	1 / 9%	2
Jörgen	2	1 / 50%	1 / 50%	2
Tomas E	3	2 / 66%	1 / 33%	2
Janne	5	4 / 80%	1 / 20%	1
Björne	1	1 / 100%		

Hoppers:

Nique	25	21 / 84%	4 / 16%	9
Leffe	11	7 / 64%	4 / 36%	8
Kenta	11	7 / 64%	4 / 36%	7
Anders	4	3 / 75%	1 / 25%	2
Freda	10	9 / 90%	1 / 10%	2
Johan	3	3 / 100%		

Foul

Sammanlagt

antal

Sprinter

Hoppers

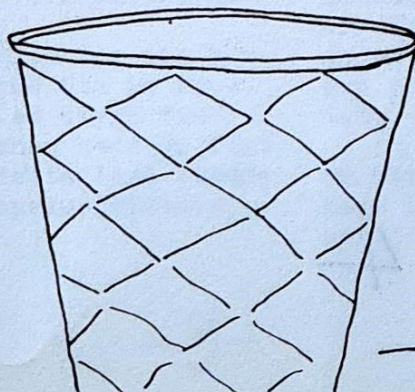
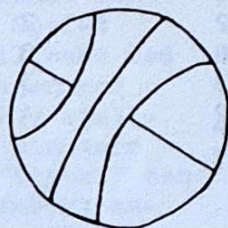
foul 14 7 / 50% 7 / 50%

Sprinters:

Jocke	2
Tomas E	2
Björne	2
Thomas B	1

Hoppers:

Leffe	4
Nique	1
Anders	1
Johan	1



Här har ni äntligen det vi alla längtat efter:
Stjärnreportern Björnstjerne Antonsson har släppt loss sina författartalanger
och berättar förtjänstfullt om

KLUBBLAGSLÄGRET PÅ GRÄVLINGSBERGS FRILUFTSGÅRD 9-10 MAJ ANNO 1986.

En strålande vårmorgon var vad som mötte oss som skulle tillbringa helgen på klubbblagslägret. En del av oss tog oss dit med bilar och några av oss tog buss 421 från Slussen.

När undertecknad kom fram till Grävlingsberg i sällskap med E M Rehn och Jocke så åkte frisbeen och softtennisracketen fram. De flesta sysselsatte sig med dessa fysiska kroppsövningar eller med att installera sig i rummet eller kanske med att ta sig en promenad i omgivningen.

Klockan 1300 var det dags för lunch i huvudbyggnaden. Därefter när alla hade hittat sina rum och packat upp, ca 1500, skulle de olika stafettlagen träna stafettväxlingar på grusgången utanför huvudbyggnaden.

1730 serverades soppa och mackor till de hungrande friidrottarna. Efter kvällsmålet samlades de allra flesta i den övre baracken. Där förflöt kvällen med kortspel, stickning och filosofiska kvälldiskussioner om allt mellan himmel och jord ackompanjerat av Nique "Flemming" Hildebys "Mountain blower" (läs bergessprängare").

Klockan 2000 togs damlaget ut till säsongens två klubbmatcher och vid 21-tiden bjöds det på mackor och dricka. Nu togs herrlaget ut och det visade sig att det behövs en del uttagningstävlingar innan platserna är säkrade i laget.

0850 väcktes undertecknad, Jecke, Tomas Ericsson och allas vår Mattias Rehn av en otrevligt morgonpigg Leffe som manade oss att inta startgroparna inför frukosten.

Som trevlig start på dagen annordnades en brännbollsmatch efter frukosten och denna drabbning utspelade sig på en grusplan strax nedanför friluftsgården.

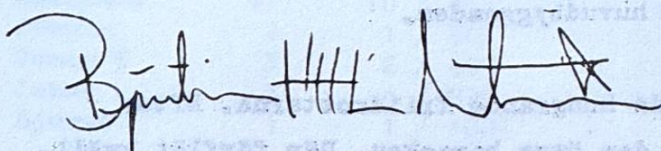
Efter matchen tränade stafettlagen växlingar återigen och undertecknad och Jocke körde en fartlek efter träningsprogrammet. Vad resten gjorde under tiden är jag osäker på men de sysselsatte sig säkert med något trevligt.

Efter allt springande mellan duschar och baracker, och allt städande och packande, så var det dags för lägrets avslutningslunch i samlingssalen som bestod av en superb potatissallad och rostbiff!

Bra mat, härligt väder och glada och trevliga friidrottare var ingredienser som gjorde detta läger lyckat.

Så här avslutningsvis vill jag passa på att ge de arrangerande ledarna ett stort tack för en mycket trevlig helg!

Jag vill avsluta det här referatet med ett väl myntat citat från allas vårt hopparrakel, Nique Hildeby - "1986, det år då IFK Tumba gör sina bästa prestationer hittills och blir ett namn på allas läppar"!



Björne Antonsson

MUBBKLATCER!

Förlåt, klubbmatcher har vi hunnit avverka inte mindre än fyra stycken i skrivande stund (25/6). Damerna har haft två stycken och herrarna exakt lika många!

Vi gör väl som vi brukar = damerna först. Jag kan tyvärr inte berätta så värst mycket om några resultat från dessa matcher vad det gäller individuella prestationer. Däremot kan sägas att tjejerna gjort en enormt fin lagprestation!

I vintras när det diskuterades klubbtag var det flera stycken, bl a undertecknad, som ansåg att det inte fanns någon anledning att anmäla ett damlag p g a av det fåtal tjejer som deltagit i vinterträningen. Men ack vad fel vi hade! Tjejerna har verkligen visat att de förtjänar att få representera klubben i Svealandsregionsmatcher. Tumba tog hand om förstaplatsen redan i första matchen och fick många att häpna. Sedan följde de upp den fina första matchen med en lika gedigen insats i den andra och när krutröken skingrats över slagfältet visade det sig att Tumba gått segrande ur leken och därmed kvalificerat sig för finalen på Kristinebergs IP den 28 juni. Jag hoppas att någon som följt tjejerna på närmre håll kan förbarma sig och skriva några om denna match och de tidigare!

Grattis tjejer!

Hoppsan, ett glädjande resultat har jag fått höra talas om och

det skall jag inte undanhålla er. I den andra matchen skog Marie till på 200m och landade på sluttiden 26.3. Klubbrekordet lyder på 26.4 men dessvärre för Marie så måste klubbrekord slås med eltid på sprintdistanserna nuförtiden. Moraliskt sett kan dock Marie gott betrakta sig som klubbrekordinnehavarinna då även 26.4 uppnåddes med manuell tidtagning.

Och så till ett lite sorgligare kapitel= Herrarna. Målet för året var att hänga kvar i div I, men det gick inte riktigt vägen. I den första matchen gick det mesta snett och det visade sig att många var långt ifrån väntad form. Mest glädjande var Janni som som vanligt tackade övriga för sällskapet efter 300m på 400m och helt sonika sprang ifrån övriga. Tiden i mål var återigen klubbrekord, 50.05 blev det denna gång. Om jag inte missminner mig så var det också vid denna klubbmatch som Janni gjorde 23.07 på 200m = klubbrekord, om det inte varit för medvinden på 2.1 sekundmeter. Fjuttiga 0.1 över den tillåtna gränsen.

Ewert som har haft problem ryggen i vinter kom ganska otränad till tävlingarna men klände i alla fall i

med fina 35.72 i diskustävlingen. En längd som det mig veterligen var några år sedan Ewert senast presterade. På 3000m hinder hade Feffe "fakiren" Norden inkallats och efter att ha plågat sig runt loppet svårt knäande sista 2600 metrarna kunde han inkassera 3 poäng till klubben eftersom två klubbar inte lyckats hitta någon som sprang distansen. Tack Feffe! Hoppas att krampen släppt nu! En annan fighter är Pärre Duwe som gav sig in i hetluften på 1500m och sin vana trogen gjorde ett kämpalopp. Pärre är en jättefighter, tänk om han kunde komma in i en av sina 14-dagars träningsperioder snart!!! Efter första dagen låg Tumba näst sist och allmänt fanns väl hoppet kvar om att hänga kvar i 1:an. Det ville sig dock inte riktigt den andra dagen heller. Denna gång lyckades dock så gott som samtliga förbättra sina resultat sedan första matchen men det räckte tyvärr inte. Inför sista grenen, 4x100m, krävdes det att Tumba vann och Hedemora blev diskade för att målet skulle uppnås. Tyvärr så strulade det till sig redan i första växeln för Tom och Tomas E. På något sätt så hamnade pinnen på banan och när Tomas hämtade upp pinnen igen så beslöt växlingsfunktionärerna att han skulle diskas. Om vi bortser från denna diskningsdom så var killarna trots "pinn-tappningen" nära att hinna ikapp Hedemora på upploppet. Härligt kämpat!!!

Nu får herrlaget ladda inför nästa säsong då målet måste sättas till att göra rent hus i tvåan. Om vi får behålla hela gänget till nästa år och formen prickas lite bättre på några händer så skall även herrarna gå till final 1987.

Bakom skrivmaskinen satt (som vanligt)

Jocke

LILLA
VAR TOG DEN LILLA TOMMEN VÄGEN????
INGEN SOM VET,
INGEN SOM VET!!!!
Kompisarna på träningen

PLAC:1	PILPOANG	NAMN
	24	BEZZ
PLAC:2		
	23	CHRIS
PLAC:3		
	22	JOCKE
PLAC:4		
	21	JÖRGEN
	21	MARIKA
	21	PATRIK
PLAC:7		
	18	NIQUE
PLAC:8		
	17	LORANGA
	17	MARIE
	17	NØT
	17	PETER
PLAC:12		
	15	TOM
	15	TOMAS
PLAC:14		
	14	JOSE
PLAC:15		
	13	BARKEKNARR
	13	GABI
	13	ASA
PLAC:18		
	12	ANI
PLAC:19		
	11	BJØRNE
	11	JANNI
	11	NIT
	11	TIAS
PLAC:23		
	7	KICKI

	KANONPOANG	NAMN
PLAC:1	4600	NØT
	4600	PATRIK
PLAC:3	4200	PETER
PLAC:4	4000	BEZZ
PLAC:5	3900	CHRIS
	3900	TOMAS
PLAC:7	3800	KICKI
PLAC:8	3600	JØRGEN
PLAC:9	3400	JANNI
	3400	TIAS
PLAC:11	3200	NIQUE
PLAC:12	2900	ANI
PLAC:13	2800	BARREKNARR
PLAC:14	2600	JOCKE
	2600	MARIE
PLAC:16	2400	LORANGA
PLAC:17	2200	JOSE
	2200	MARIKA
	2200	NIT
	2200	TOM
	2200	ASA
PLAC:22	2000	RJØRNE
PLAC:23	1900	GABI

	LUFTGEVÆRSSKYTTE	NAMN
PLAC:1	46	NIQUE
PLAC:2	45	CHRIS
PLAC:3	44	TOM
PLAC:4	42 42	GABI LORANGA
PLAC:6	40	PATRIK
PLAC:7	39 39 39 39	BJØRNE JOSE KICKI PETER
PLAC:11	36 36	JANNI JØRGEN
PLAC:13	35 35	BARREKNARR JOCKE
PLAC:15	34	MARIKA
PLAC:16	33	BEZZ
PLAC:17	24	TIAS
PLAC:18	22	ANI
PLAC:19	9	ASA
PLAC:20	4	NØT
PLAC:21	3	TOMAS
PLAC:22	0 0	MARIE NIT

PLAC	FOLLRULLNING	NAMN
PLAC:1	280	JÖRGEN
PLAC:2	270	CHRIS
PLAC:3	250	PETER
PLAC:4	230	BEZZ
	230	LORANGA
	230	NIT
PLAC:7	210	JANNI
PLAC:8	200	ANI
	200	NÖT
	200	ASA
PLAC:11	190	MARIE
PLAC:12	180	KICKI
	180	TIAS
PLAC:14	170	PATRIK
PLAC:15	160	BARKEKNARR
	160	JOSE
PLAC:17	150	BJÖRNE
	150	NIQUE
	150	TOM
PLAC:20	140	GABI
	140	MARIKA
PLAC:22	130	JOCKE
PLAC:23	110	TOMAS

	STOCKSTÖTNING	NAMN
PLAC:1	210	JANNI
PLAC:2	190	PETER
PLAC:3	170	LORANGA
PLAC:4	140	JÖRGEN
PLAC:5	120	TOMAS
PLAC:6	100	BJÖRNE
PLAC:7	90 90 90	ANI BARREKNARR BEZZ
PLAC:10	80 80 80 80 80 80	GABI JOCKE MARIE MARIKA NIQUE PATRIK
PLAC:16	70 70	JOSE TIAS
PLAC:18	60 60 60	CHRIS NIT ASA
PLAC:21	50 50	NØT TOM
PLAC:23	0	KICKI

	NAMN	PLACERING					TOTALPOANG
		PIL/KAN/GEV/BOL/STO					
PLACERING TOTALT:	1						
	PETER	8 3 7 3 2					23
PLACERING TOTALT:	2						
	JØRGEN	4 8 11 1 4					28
PLACERING TOTALT:	3						
	CHRIS	2 5 2 2 18					29
PLACERING TOTALT:	4						
	BEZZ	1 4 16 4 7					32
PLACERING TOTALT:	5						
	LORANGA	8 16 4 4 3					35
	PATRIK	4 1 6 14 10					35
PLACERING TOTALT:	7						
	NIQUE	7 11 1 17 10					46
PLACERING TOTALT:	8						
	JANNI	19 9 11 7 1					47
PLACERING TOTALT:	9						
	NØT	8 1 20 8 21					58
PLACERING TOTALT:	10						
	JOCKE	3 14 13 22 10					62
PLACERING TOTALT:	11						
	BARREKNARR	15 13 13 15 7					63
	ANI	18 12 18 8 7					63
PLACERING TOTALT:	13						
	MARIE	8 14 22 11 10					65
PLACERING TOTALT:	14						
	TOMAS	12 5 21 23 5					66
	MARIKA	4 17 15 20 10					66
PLACERING TOTALT:	16						
	JOSE	14 17 7 15 16					69
PLACERING TOTALT:	17						
	TOM	12 17 3 17 21					70
PLACERING TOTALT:	18						
	BJØRNE	19 22 7 17 6					71
PLACERING TOTALT:	19						
	KICKI	23 7 7 12 23					72
	GABI	15 23 4 20 10					72
PLACERING TOTALT:	21						
	TIAS	19 9 17 12 16					73
PLACERING TOTALT:	22						
	ASA	15 17 19 8 18					77
PLACERING TOTALT:	23						
	NIT	19 17 22 4 18					80

TÄVLINGSSTATISTIK för maj och hälva juni...(t o m 860617)...

...kan vi nu presentera. Tyvärr har statistikansvarige Leffe inte fått resultatlistor från alla tävlingar så det finns en del luckor bland resultaten. Bl a saknas resultaten från Lilla Fredrikshofsspelen, Seaspelen, senaste klubbmatchen och Turebergsspelen. Jag hoppas ändå att ni kan finna ett visst nöje i att botanisera bland de resultat som vi har fått! Självklart återkommer vi framåt augusti med fler resultat!

DAMERNA först

		eltid	manuellt
60m	F10 Ann-Charlotte Luziak -76	9.09	
	F12 Veronika Håkansson -75		9.4
	F12 Elvira Lindqvist -75		9.5
	F10 Pia Johansson -76		11.1
80m	F14 Gabriella Vizler -72		11.1
	F14 Malin Gullbrand -73	11.35	11.3
	F14 Anneli Nygårds -73	11.39	11.3
	F14 Catrin Sjöberg -73		11.9
	F14 Anna Käll -73	12.13	
	F14 Anna Oback -73	12.23	
100m	F18 Anita Johansson -68	13.13	
	F16 Gita Neelakantan -70	14.19	
200m	K22 Marie Ekström -66	27.40 (w)	
	F18 Anita Johansson -68	27.55	
	F18 Anette M Johansson -68	28.75	
	F16 Ani Rojas -71	31.43	
	F16 Laila Holmström -71	32.10	
	F16 Eva Söderman -71	32.73	
400m	inga resultat		
800m		blandade tider	
	F14 Annika Nettelbladt -72	2.37.54	
	F14 Gabriella Vizler -72	2.37.7	
	F18 Maria Jaki -68	2.41.9	
	F16 Ani Rojas -71	2.43.56	
	F14 Åsa Pettersson -72	2.44.12	
	F14 Anna Käll -73	2.58.4	
	F10 Ann-Charlotte Luziak -76	2.59.1	
	F14 Nina Pettersson -73	3.00.7	
	F12 Caroline Fridell -74	3.07.0	
	F12 Camilla Wesström -75	3.13.9	
	F18 Pia Skog -69	3.14.19	
	F12 Sylvia Maliosch -75	3.29.5	
1500m	inga resultat		
3000m	F16 Ani Rojas -71	12.50.2	

		eltider	manuellt
60mh	inga resultat		
80mh	F14 Gabriella Vizler -72	13.68 (w)	
	F14 Annika Nettelblatt -72	16.37	
100mh (76.2)	F16 Laila Holmström -71	19.89	
100mh (84.0)	K22 Kristina Ericsson -66	17.34	
300mh	F18 Anette M Johansson -68	50.34	
	F18 Maria Jaki -68	51.12	
	F16 Gita Nellakantan -70	55.00	
400mh	inga resultat		
Höjd	F18 Åsa Danielsson -69	152	
	F14 Gabriella Vizler -72	147	
	F16 Gita Neelakantan -70	134	
	F14 Anneli Nygårds -73	130	
	F14 Malin Gullbrand -73	130	
	F14 Catrin Sjöberg -73	125	
	F16 Ani Rojas -71	123	
	F18 Nina Jaki -69	100	
Längd (hoppzon)	F14 Anneli Nygårds -73	438	
	F14 Malin Gullbrand -73	434	
	F10 Ann-Charlotte Luziak -76	413	
Längd	K22 Marie Ekström -66	485	
	F18 Anita Johansson -68	433	
	F18 Camilla Sjöberg -69	424	
	F18 Anette M Johansson -68	397	
	F16 Laila Holmström -71	388	
Kast med liten boll	F12 Camilla Wesström -75	1802	
	F12 Sylvia Malirsch -75	1122	
Kula (2.0 kg)	F12 Caroline Fridell -74	754	
Kula (3.0 kg)	F14 Malin Gullbrand -73	590	
	F14 Anna Oback -73	558	
	F14 Madeleine Adriansson -73	496	
Kula (4.0 kg)	K22 Marika Rydell -67	958	
Diskus (0.6 kg)	F14 Anna Oback -73	1880	
	F14 Malin Gullbrand -73	1638	
	F14 Madeleine Adriansson -73	1254	

Diskus (1.0 kg)	K22	Marika Rydell -67	3146
	F18	Nina Jaki -69	1996
	F18	Åsa Danielsson -69	1934
	F16	Eva Söderman -71	1708

Spjut (600 g)	K22	Marika Rydell -67	2356
	F18	Åsa Hildeby -68	1904

Stafett 5x60	F12	Veronika Håkansson -75	
		Pia Johansson -76	
		Camilla Wesström -75	
		Elvira Lindqvist -75	
		Ann-Charlotte Luziak -76	48.9

Stafett 4x80	F14	Anna Käll -73	
		Catrin Sjöberg -73	
		Anneli Nygårds -73	
		Gabriella Vizler -72	45.7

Stafett 4x100	F16	Laila Holmström -71	
		Gita Nellakantan -70	
		Eva Söderman -71	
		Ani Rojas -71	57.38

och så HERRARNA

			eltider	manuellt
60m	P12	Mats Danielsson -74		8.8
	P10	Niklas Andersson -76	9.17	9.1
	P10	Jim Franzen -76		10.1
80m	P14	Rickard Persson -72	10.23	
	P14	Ola Carseberg -73		11.3
	P14	Martin Söderberg -73	11.71	11.7
	P14	Fredrik Andersson -73	11.83	11.7
	P14	Jan Hanell -73		12.3
100m	M22	Giovanni Rodi -64	11.61	
	M22	Jonny Sjöberg -67	12.03	
	MS	Jonas Hildeby -62	12.07	
	P16	Anders Green -71	12.45	
	P16	Roger Karlsson -70		14.5
200m	M22	Giovanni Rodi -64	23.38	23.07 (w)
	M22	Tom Fransson -67	23.61	
	P18	Tomas Ericsson -68	24.10	
	MS	Jonas Hildeby -62	24.38	
	P16	Stefan Sabel -70	26.24	
	P16	Peter Söderberg -71	26.32	
	M22	Christer Bornström -65	26.37	
	P18	Björn Antonsson -68	26.76	25.5
400m	P18	Johan Bielke -69	28.01	
	M22	Giovanni Rodi -64	50.05	

800m	MS	Jonas Hildeby -62	2.04.66
	P16	Jon Ansnes -70	2.08.94
	P16	Stefan Sundblad -70	2.14.83
	P16	Peter Söderberg -71	2.16.23
	P16	Matias Rydell -71	2.21.61
1000m	P14	Jörgen Karlsson -72	3.01.54
	P14	Henrik Scherp -73	3.17.32
	P14	Daniel Brüntesson -73	3.19.5
	P14	Oscar Gidewall -73	3.26.1
	P14	Fredrik Andersson -73	3.29.8
	P10	Niclas Andersson -76	3.30.5
	P12	Anders Nettelbladt -75	3.39.52
	P12	Calle Hjerne -75	3.58.5
1500m	M22	Pär Duwe -66	4.30.75
	P18	Anders Sennerö -68	4.33.8
	P18	Björn Antonsson -68	4.51.3
3000m	P16	Stefan Sundblad -70	9.56.64
	P16	Matias Rydell -71	10.34.01
Halvmara	M35	Håkan Blom -48	1.31.44
Mara	M35	Christer Gidewall -49	2.59.33
	M35	Håkan Blom -48	3.10.12
80mh (84.0 cm)	P14	Martin Söderberg -73	15.46
110mh (91.4 cm)	P16	Mattias Rehn -70	17.75
	P16	Peter Söderberg -71	19.60
110mh (106.7 cm)	MS	Jonas Hildeby -62	16.76
300mh (76.2 cm)	P16	Mattias Rehn -70	41.29
	P16	Anders Green -71	45.06
	P16	Peter Söderberg -71	46.15
400mh (91.4 cm)	MS	Jonas Hildeby -62	58.32
	M22	Tom Fransson -67	63.10
3000mH	MS	Leif Nordén -63	12.10.82
Höjd	M22	Niklas Hildeby -64	180
	P18	Johan Bielke -69	180
	M22	Kent Waltersson -65	180
	P18	Olle Hjerne -69	173
	P16	Anders Green -71	160
	P16	Peter Söderberg -71	155
	P14	Ola Carseberg -73	152
	P14	Per Nilsson -72	151
	P14	Martin Söderberg -73	140

Stav	P16	Matias Rydell -71	190	
Längd (hoppzon)	P12	Mats Danielsson -74	456	
	P14	Fredrik Andersson -73	412	
	P10	Niklas Andersson -76	380	
	P12	Anders Nettelbladt -75	364	(375 (w))
	P10	Morgan Damberg -76	353	
Längd	M22	Fredrik Moqvist -65	580	
	P18	Olle Hjerne -69	547	
	P16	Anders Green -71	542	
	P18	Johan Bielke -69	519	
	P16	Roger Karlsson -70	381	
Tresteg	M22	Niklas Hildeby -64	1314	(1316 (w))
	MS	Jonas Hildeby -62	1281	(1287 (w))
	M22	Fredrik Moqvist -65	1264	
	P16	Anders Green -71	1172	
	P16	Mattias Rehn -70	1155	
	M22	Tom Fransson -67	1153	
	P18	Johan Bielke -69	1126	(1143 (w))
	P16	Peter Söderberg -71	1022	
	P16	Roger Karlsson -70	988	
Kast med liten boll	P10	Shadin Kordasti -76	2174	
	P10	Morgan Damberg -76	2056	
	P10	Jim Franzén -76	2036	
	P10	Mikael Pettersson -76	1636	
Kula (3.0 kg)	P12	Mats Danielsson -74	793	
Kula (4.0 kg)	P14	Fredrik Johansson -72	953	
	P14	Rickard Persson -72	952	
	P14	Mats Rundqvist -72	937	
	P14	Jörgen Karlsson -72	883	
	P14	Henrik Scherp -73	775	
	P14	Martin Söderberg -73	669	
Kula (7.26 kg)	M22	Christer Bornström -65	1009	
Diskus (1.0 kg)	P14	Mats Rundqvist -72	2694	
	P14	Per Nilsson -72	2306	
	P14	Fredrik Johansson -72	2154	
	P14	Rickard Sandberg -73	1968	
	P14	Daniel Brüntesson -73	1950	
Diskus (1.5 kg)	P16	Peter Söderberg -71	2620	
	P16	Mattias Rehn -70	2504	
Diskus (1.75 kg)	P18	Roland Lindberg -68	2720	
	P18	Peter Karlsson -69	2546	
	P18	Mickael Hansson -68	2172	

Diskus (2,0 kg)	MS	Ewert Engstedt -59	3572
Spjut (600 g)	P16	Mikael Närvä -70	3004
	P16	Matias Rydell -71	2290
Spjut (800 g)	M22	Kent Waltersson -65	4546
	M22	Christer Bornström -65	4044
Slägga (7,26 kg)	MS	Ewert Engstedt -59	26.24
Stafett 5x60m	P12	Mats Danielsson -74 Calle Hjerne -75 Morgan Damberg -76 Mikael Pettersson -76 Niclas Andersson -76	48.9
Stafett 4x80m	P14	Mats Rundqvist -72 Martin Söderberg -73 Fredrik Andersson -73 Rickard Persson -72	44.5
	P14	Jan Hanell -73 Daniel Brüntesson -73 Oscar Gidewall -73 Henrik Scherp -73	48.0
Stafett 4x100m	MS	Tom Fransson -67 Tomas Ericsson -68 Jonas Hildeby -62 Giovanni Rodi -64	44.89
	P16	Mattias Rehn -70 Anders Green -70 Peter Söderberg -71 Stefan Sabel -71	49.39
	P16	Mattias ^R Rehn -70 Roger Karlsson -71 Mikael Närvä -70 Peter Söderberg -71	52.47
Stafett 1000m (100m-200m-300m- 400m)	P18	Tomas Ericsson -68 Johan Bielke -69 Anders Sennerö -68 Björn Antonsson -68	2.19.38
	P18	Tomas Ericsson -68 Olle Hjerne -69 Johan Bielke -69 Björn Antonsson -68	2.20.75