

Årgång 30 Nr6 2001-12-13

FRIIDROTTSNYTT

I detta nummer kan ni läsa om följande

Första inomhus tävlingen.

Minsta gruppen har avslutat sin terrängserie, vi har alla resultat.

Roffe tycker att nu måste vi hjälpas åt om det skall gå vägen.

Ni kan även läsa mångkampen i Gävle där vi har alla resultat och synpunkter.

Glöm inte träningen på julafton.

Årsmöte och årsfest i februari

m.m

REDAKTIONEN HAR ORDET

Är det någon mer än jag som tycker att hösten bara har sprungit iväg och att man inte hinner med allt som man skulle vilja hinna med?? Nu är det nog så att jag skall sluta och lova massa saker som jag inte kan hålla, för som ni ser så är det inte mycket som jag har med i detta nummer som jag sa att jag skulle ha med i den förra redaktionsrutan. Jag hoppas att inte blir halshuggning för det och jag hoppas även att ni är nöjda med att ni nu läåser ett nytt nummer av FN, det sista för i år.

Vi närmar oss både jul och nyår med stormsteg. I år ser det ganska bra för oss jobbar, man behöver bara 2 dagar ledigt så har man nästan 2 veckors ledighet att ta igen sig på. Jag själv har lyckats att få nästan 3 veckor ledigt under dessa helger. Under den tid så skall jag försöka att få klart med allt som har med statistik att göra.

Jag önskar alla en god jul och gott nytt friidrottsår och ser fram emot ett nytt år med många bra resultat.

Redaktionen tackar alla som har kommit med bidrag till detta nr, fortsätt med det.

Redaktionen vill ha fler bidrag. Skicka eller lämna dina bidrag till redaktionen. Redaktionen vill helst ha bidragen via mail (adress, se nedan) men det går även bra med en handskriven läslig lapp.

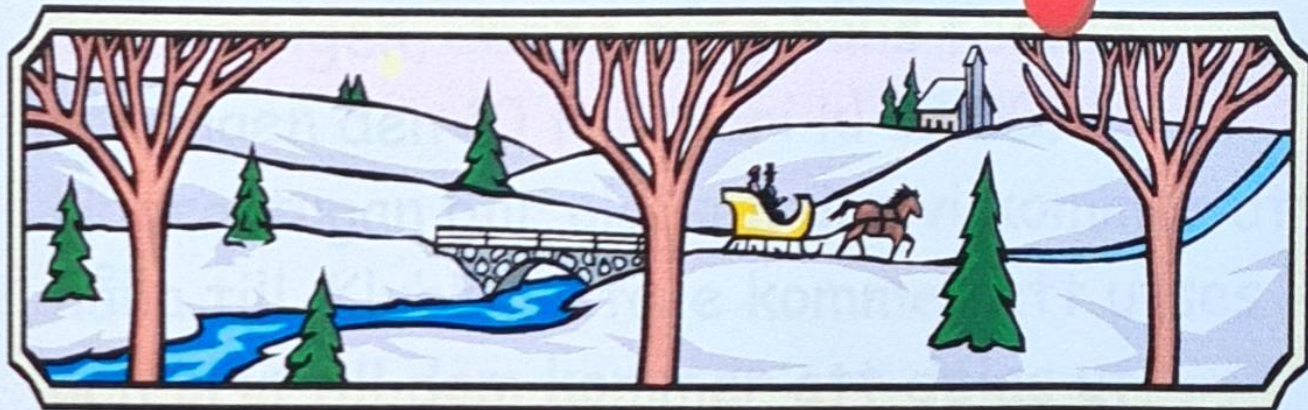
Micke: sss.mma@alfa.telenordia.se

Manus stop 2002:

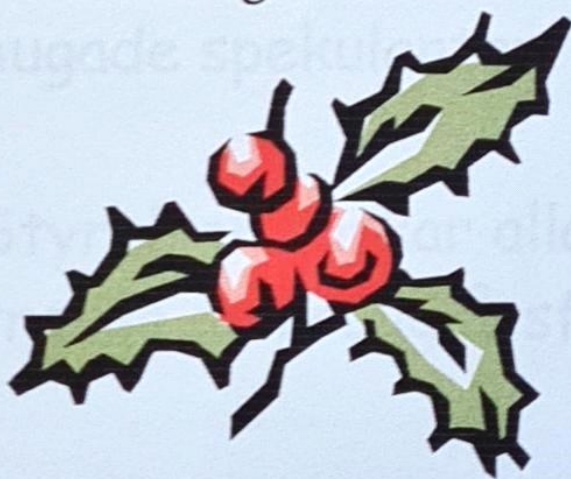
Nr 2	15 februari	kommer i slutet av februari
Nr 3	15 april	kommer i slutet av april
Nr 4	30 juni	kommer i mitten av juli
Nr 5	15 september	kommer i slutet av september
Nr 6	1 december	kommer i mitten av december

Då var det åter dags för den årliga

Julaftonsträningen!



Platsen är Pelletäppan
och tiden är som
vanligt 10:00.



Förhoppningsvis
bjuder Roffe på
choklad även i
år :-)

Årsfest 10/2-2002

Så var det nu åter dags att inbjuda till årsfest igen, denna gång hålls festen söndagen den 10 februari kl 13.00.

Habrostugan blir platsen där vi kommer att hålla till. Klubbmästare kommer att utses och pris till dom kommer att delas ut, även hederspriser kommer att delas ut. Fika med tilltugg kommer att serveras och även lotter kommer att finnas att köpa för hugade spekulanter.

Styrelsen önskar alla varmt välkomna till en trevlig och rolig årsfest.

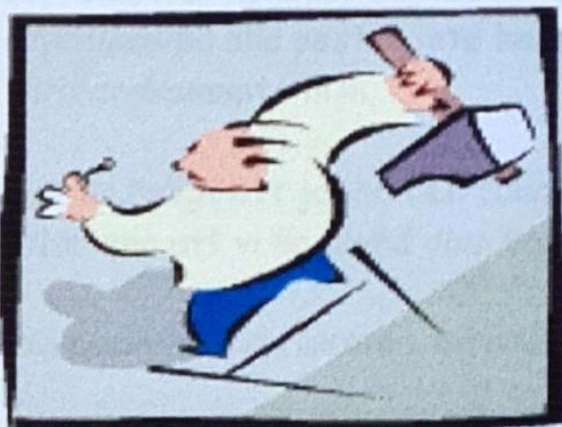
Styrelsen önskar eder alla välkomna till ett trevligt och intressant årsmöte.

Årsmöte 20/2-2002

Så var det nu åter dags att inbjuda till årsmöte igen, denna gång hålls mötet onsdagen den 20 februari kl 19.00. Vår klubblokal är även denna gången värd för arrangemanget och som vanligt blir det sedvanliga årsmöteshandlingar som kommer att gås igenom.

Så pricka in detta datum redan nu och se till att närvara på mötet. Årsmötet är en chans att kommentera året som har gått och lämna sina åsikter om föregående och kommande år.

Motioner skall vara styrelsen till handa senast den 1 februari för att vi skall hinna behandla dom och få med dom i kallelsen till årsmötet.



Många beslut kommer att klubbas under årsmötet. Så om ni vill vara med och besluta div saker och ting så kom på årsmötet 2002-02-20.

Styrelsen önskar eder alla välkomna till ett trevligt och intressant årsmöte.

Föräldrar!!! Hur tycker ni?

Vart har du tagit vägen som har känslan för friidrott? När vi ber om hjälp med olika aktiviteter som att sälja lotter eller vara funktionär blir svaret har inte tid eller jag kan inte (jag tror att du/ni kan läsa av ett måttband, kratta en längdhoppsgröp eller rulla tillbaka en kula m.m). Dina barn har kommit till oss för att ha roligt samt att tävla mot andra kompisar och utmana dig som förälder i någon tävling.

En ledare idag har upp till 30-40 barn där behöver vi din hjälp. Jag förstår om man är jäktad, men tänk med hjärtat och stanna upp ett tag och hjälp dina barns tränare.

Jag tycker att det har gått för långt när vi på dom få tävlingar vi har måste begära hjälp från andra föreningar för att kunna genomföra dom tävlingar vi har.

Vi har ett årsmöte att se fram emot (se inbjudan på annan plats). Hur kommer det att gå när vi inte får fram folk till styrelse och andra poster som vi skall besätta? Om vi inte får en fungerande styrelse hur kommer det då att gå? Kom fram med namn till styrelsen på alla poster inte bara styrelsen utan även föräldrakommité m.m.

Det är roligt att jobba i en fungerande styrelse. Våra ungdomar skall väl känna att vi är bland dom bättre ungdomsklubbarna i Stockholm.

Vid pennan Rolf Norman, en oroligt och besviken ordförande.

Ps Att umgås med varandra kan vara en stor lycka. Ds

Höstavslutning i Gävle med mångkamp på programmet!!!

Efter ett års uppehåll så begav sig en trupp på 9st personer till Gävle för att genomföra Gävles traditionella höstmångkamp. Vädret var väl ganska ok för den här tiden på året, i alla fall på lördagen, söndagen regnade det lite småspik och var ganska kyligt och blåsig.

Dom som var med till Gävle var följande: Christer Norin Mikael Magnusson Niclas Rysjö Alexander Hanning Martin Gidewall Michel Tornéus Anna Wikström. Ledare var Roger Karlsson och Gunnar Wellmar.

Vi börjar med Anna som även denna gång fick göra debut i en mångkamp, denna gång gällde det F16 betingelser vilket inte är så stora skillnader mot vad Anna är van vid. Längre häcklopp, planka i längd och tyngre spjut var det som skilde.

Vi börjar med 100mh där det var en lätt medvind och som sagt debut i grenen. Loppet klarades av på ett smidigt sätt, 18.87 får betecknas som klart godkänt lopp, mot loppets 1:a fanns det inget att göra. Den tjejen var ca 3s före, men hon är också 2 år äldre än Anna.

Nästa gren för Anna var höjdhoppet, den här grenen har varit Annas stora problem i år där inget har stämt som det gjorde förra året. Men den här dagen gick det bra för henne. 1.40 är ett bra resultat med tanke på hur det har gått i år. Hon kan mycket bättre än så och det kommer vi att få se under vintern och under nästa utomhus säsong.

Som gren nummer 3 har vi Annas bästa gren nämligen kula. Här var det inga problem med teknik, stegrytm eller något annat som kan ställa till det. Här vart det 11.88 och inte så värst långt ifrån perset som lyder på 12.10 och gör Anna till Sverigeetta i sin åldersklass.

Som avslutning på första dagen så kom 200m som borde passa Anna ganska bra. Med en medvind på 1.3 som hjälp så vart

det 30.37. Det var en bit från hennes bästa och kanske hade en tid under dröm 30 varit till mer belåtenhet.

Andra dagen inledda Anna med lite lek i sandlådan som var ganska blöt och geggig. Så var det även debut med planka som kan ställa till ett ordentligt trassel. Nu var det inga större problem med att hitta plankan. Hon hoppade fina 4.47 i sin första tävling med planka, hon hade lite för stark medvind för att det skulle räcka till en klubbmästartitel.

Dagens andra gren var spjut och även det var en debut för Anna med det tunga spjutet. Men inte heller det var några som helst problem, 26.38 som bäst. Klubbrekordet som ligger lite drygt 4m fram för seniorer känns inte så långt borta för Anna som det ser ut.

Den sista grenen för Anna var för henne den beryktade 800m, en gren som Anna helst vill slippa, vilket även dom flesta andra mångkampare vill. Hon gjorde ett mycket bra första varv som var över förväntan,

dom första 200m på ca 39s och så fort har inte Anna startat ett 800m lopp någonsin. Krafterna räckte till ca 450m innan dom tog slut. 3.12.15 vart det nu som sluttid. Slutpoängen för Annas sjukampsdebut blev 3521p.

Det tråkiga i den här tävlingen var att av 4 startande var det bara 2st som fullföljde hela mångkampen. Annas poäng hade med största sannolikhet varit lite bättre om alla hade varit med till slutet.

Nu över till herrarna som hade 10st grenar på sitt program. Det fanns en del intressanta grendueller att se fram emot där det kunde bli lite tajt om Tumba placeringarna. Grenarna som på pappret kunde ha blivit det var 100m, längd, kula, 110mh, diskus, stav, och spjut. Hur det nu vart skall jag försöka att förklara med några ord. Alla resultat som inte står texten kan ni kolla in i tabellen efter all text.

100m var på förhand en gren som skulle vinnas av Michel med Niclas som förste utmanare. Och så vart det med, Michel vann på

12.13 och Niclas var 2:a på 12.32. Sen följde i tur och ordning Alexander, Martin, Christer och Micke.

Även nästa gren var Michel favorit till segern. Och det trysktet höll han för, 6.11 blev det. Det roliga i kräksången var att det vart samma ordning i längd som på 100m så när som på att Christer och Micke bytte plats med varandra.

Den tredje grenen var kula där det skulle visa sig bli mycket jämt. Martin fick vara en liten favorit där nästan alla andra var utmanare till segern. Visst vart det jämt om segern, efter första omgången så hade Martin tagit kommandot med ett par dec. Och dom övriga hamnade i stor sett i samma nedslagshål allihopa och det skilde nog bara 30-40cm mellan dom övriga 5. När alla 3 omgångarna var färdiga så stod Martin som segrare på 8.29 och 2:a var Michel på 8.28.

Näst sista gren för dagen var höjdhopp där åter igen Michel var favorit till segern. Men här satt det ganska hårt åt för Michel, Niclas ville ha ett ord med i tävlingen och pressade Michel ganska hårt genom att ta 1.70, men Michel redde ut den attacken och klarade 1.73.

Den sista grenen för dagen var 400m. Och här var inte Michel favorit utan det var Niclas och Alexander som var klara favoriter till segern, att någon annan skulle ge dom en match var nästan helt uteslutet. Och det visade sig att det stämde till 100%, Niclas gjorde ett kanonlopp och spräckte 53s vallen med en ganska bred marginal, 52.85. Alexander var klar 2:a på 55.02.

Ställningen efter första dagen är som följer:

1. Niclas 2699
2. Michel 2671
3. Alexander 2403
4. Martin 2006
5. Christer 1580
6. Micke 1359.

Vid pannen Micke.

När andra dagen började så vart det lite regn och ganska blåsigt när vi kom till arenan.

Det var med andra ord inte skönt att springa i kortbyxor men det gjorde man ändå.

Första gren för dagen var 110mh och favorit till segern var Michel och han hade ingen som utgjorde något större hot. Och visst vann han grenen, han gjorde det ganska klart, med ca 1.2s till 2:an som var Niclas. Tiderna var 17.99 och 19.22.

Andra grenen var diskus där det på förhand var en av dom mest svårtippade grenar. Favoriter till segern var Christer, Martin och Micke.

Och dom 3 höll nästan för trycket, det var bara Christer som inte orkade med, Niclas kom upp och störde ordningen, slog Christer med ynka 6cm.

Segern gick till Martin som slog till med 25.66 med Micke på 2:a plats med 25.05.

Nästa gren var den nästan alltid lika roliga stav. Som även den såg ut att vara väldigt oviss och svårtippad, det var i stort sett så att nästan vem som helst

kunde vinna denna gren. Det vart nu mycket jämt och hårt där till slut Christer drog det längsta strået och vann med 2.56 som är lika med klubbrekord i klassen M35. 2:a var Michel och Alexander som båda klarade 2.46. Micke som har hoppat en del stav gick det inte alls bra, bara 2.06 och därmed gick luften helt ur Micke som tyckte att nu var det dags att åka hem, nu vart det inte så drastiskt utan det vart en gren till för Micke innan han gav upp helt.

Spjut som nästa gren var även den ganska svårtippad. Martin, Niclas och Michel slog om segern. Martin gick segrande ur den här striden med ett kast på 36.25 och var ca 3m före Michel.

Som avslutning på en 10 kamp är det 1500m och här var Martin helt klart en favorit till grensegern. Och det trycket höll han för, han var ca 9s före Niclas. Niclas som med den fina avslutningen höll undan för Michel och vart därmed klubbmästare i 10 kamp.

Vid pennan Micke.

Namn/gren	100m	Längd	Kula	Höjd	400m	110mh	Diskus	Stav	Spjut	1500m	Summa
Niclas Rysjö	12.32	5.66	7.96	1.70	52.85	19.22	23.60	2.06	32.88	4.30.54	4684p
Michel Tornéus	12.13	6.11	8.28	1.73	58.01	17.99	17.87	2.46	33.22	5.35.74	4377p
Martin Gidewall	13.42	4.92	8.29	1.43	57.08	20.28	25.66	2.06	36.25	4.21.25	4055p
Alexander Hanning	12.68	5.44	7.16	1.64	55.02	20.01	14.14	2.46	28.79	4.55.78	4033p
Christer Norin	14.41	3.93	7.75	1.43	59.29	DNF	23.54	2.56	15.80	5.19.59	2732p
Mikael Magnusson	14.55	4.45	7.60	1.34	66.47	22.98	25.05	2.06	27.67	DNS	Bröt

Som slutkommentar kan man säga att alla som var med på denna höst avslutning tyckte att det var helt ok och i och med dessa positiva kommentarer så kommer undertecknad att ordna en likadan resa nästa år. Datum för den är inte klart men det verkar som om det blir helgen den 20-22 september dvs en vecka efter skol SM. Då hoppas jag på att vi kan bli lite fler som åker med till Gävle och avslutar säsongen, skulle vara kul om vi kunde bli 20 st och av dom typ 15 st aktiva.

Väl möt nästa år.

Vid pennan Micke

Träningsstider för Christers och Mickes grupp

Tisdag	Kl 18.15	Klubblokalen
Torsdag	Kl 17.30	Idrottshuset
Lördag	Kl 09.00	Sätra

Eftersom vi tränar utomhus på tisdagarna så skall vi ha reflex på oss, mössa kan vara bra att ha för att undvika förkylningar och liknande sjukdomar som vi inte vill ha.

Eventuella frågor kan ställas till Christer i första hand, han nås på något av följande sätt.

1. e-post christer.norin@ymex.net
2. tel 070 4542058
3. eller på någon av våra träningar

Lite att fundera över

Varför finns det flytväst under flygplansstolarna, när det hade varit bättre med fallskärm.

Varför heter det utbildning, när man sitter inne? Det borde ju heta inbillning.

Varför säljs det cigaretter på bensinmackarna när det är förbjudet att röka där?

Hur kommer killen som kör snöplogen till jobbet på morgonen?

Om seven-11 är öppet dygnet runt, 365 dagar om året - varför finns det då lås på dörrarna?

Om en ko skulle skratta, skulle det då komma mjölk ur nosen på henne?

Om inget fastnar på teflon, hur får de teflonet att fastna på pannorna?

Om du åker i ett fordon med ljuset hastighet, vad händer då du sätter på strålkastarna?

Varför tillverkar de inte plan i samma material som den svarta lådan, den håller ju alltid.

Alla paket har skriften 'Öppna här' någonstans på sig. Hur stor är chansen för att det skulle stå 'Öppna någon annanstans'?

Varför vrider man ner volymen på radion då man sitter i bilen och letar efter en speciell adress?

Behöver du en ljuddämpare då du ska döda en mimare?

Om det är förbjudet att dricka sprit och köra bil, varför efterfrågas körkortet när man handlar sprit och varför har krogarna parkeringsplatser?

Varför är ordet 'förkortning' så långt?

Finns det ett annat ord för synonym?

Om 75% av alla olyckor händer inom en gräns av fem mil från hemmet, varför inte flytta 10 mil från hemmet?

Får fisk kramp då de har ätit?

Varför stannar fotgängare alltid i dörröppningar, nedanför rulltrappor och på de smalaste ställena på trottoarerna, där de är som mest i vägen?

Hur slänger man bort en soptunna?

Om majsolja kommer från majs, var kommer då barnolja ifrån?

Är vindkraft resultatet av en måltid som bara bestod av bönor?

Varför skäller inte kastrerade hundar i falsett?

Om en dödsattest skrivs på returpapper. betyder det då att personen kommer att återfödas?

Om det blev jordbävning på Mars, vad skulle det då kallas?

Hur landar en fluga i ett innertak - gör den en roll och landar eller loopar den in?

Om en sköldpadda förlorar sitt skal - är han då hemlös eller naken?

Har en man fortfarande fel om han står i en skog och det inte finns någon kvinna i närheten?

Om en döv tecknar en svordom, tvättar då mamman hans händer med tvål?

Vad skulle det stå på skyltmålarnas skyltar om de skulle gå ut i strejk?

Om man har sex i baksätet och har säkerhetsbälte på sig - klassas det som då som säker sex?

Varför heter det extrapris när det inte alls kostar extra mycket?

Första Chansen 2001-11-18

Det var en jobbig dag för många av barnen. Första grenen var kanske vid 10-tiden och den sista grenen efter kl 15. Det är svårt att vara i toppform så länge, men det gick mycket bra för alla. Alla gjorde sitt bästa. Vi hade med 6 killar och 8 tjejer och fick 8 medaljer!!!!!!

Gruppens yngsta tävlande var 7 år och äldsta 12 år. Det blev många PB (personbästa). Det var lite tråkigt att vi alla "supportrar" från Tumba inte kunde sitta tillsammans utan vi var spridda på olika håll. Kanske kan vi försöka reservera en plats för oss alla tillsammans på nästa tävling. Jag tror att alla tycker att det blir roligare så.

P91:

Längdhopp:

Vi hade 3 killar med – Marcelo Burgos, Joel Håland och Felix Sonebäck.

Motståndet var hårt – 35 killar som hoppade. Bäst gick det för Felix som hoppade 369 och fick en 8:de plats. Marcelo kom 30:nde (296) och Joel 34 (238).

Kula:

Våra 2 killar Felix och Joel stötte kula mot 18 andra killar. För Felix gick det mycket bra

och han kom 3:a (6.87 m). För Joel gick det inte så bra den här gången, resultatet 3.97 m (20). Felix skulle ha velat bli tvåa, men enligt honom var det "2 st gladiatorer" som vann honom.

400 meter:

Det var sammalagt 31 pojkar som sprag 400 meter i 4 finalheat. I första heatet spang Felix och Joel. Felix blev 7:a (1.25,79) och Joel 8:a (1.39,06) i heatet. I tredje heatet sprang Marcelo som blev femma i heatet (1.27.34). I de sammanlagda resultaten blev Felix 19, Marcelo 23 och Joel 31. Det var tufft att springa 400 meter på eftermiddagen. Våra killar hade ju tävlat i andra grenar under förmiddagen.

P93:

60 m:

60 meter sprangs i 4 försöksheat. I andra försöket sprang Andy Fridén-Karlström. Han kämpade hårt och kom på tredje plats (10.77). Pontus Danielsson sprang i 3:dje försöket och blev 5:a (11.26). Andy missade finalplatsen med 0,13 sekunder!

400 m:

400 m sprangs i 3 finalheat. I första heatet sprang Andy ifrån alla och vann med tiden 1.21,63. Pontus kämpade strax bakom Andy och blev fyra med tiden 1.28.73 och strax efter honom kom Elias Burgos 1.33,34 (6:a). I de sammanlagda resultaten kom Andy trea (igen), Pontus nia och Elias femtonde. Det var totalt 24 killar som spang 400 m.

Längd:

32 pojkar var med i längdhoppet varav 3 var våra killar. Andy blev 13 (286), Pontus 20 (261) och Elias 22 (257).

F89:

60 m:

3 st försök med totalt 20 tjejer. I första heatet sprang Emelina Soto (9.55), andra plats. I tredje heatet sprang Engely Olivares och blev sju (9,85). Tyvärr kom ingen av tjejerna till final!

800 m:

Loppet sprangs i 2 finalheat med totalt 14 tjejer. Emelina sprang i andra heatet och blev 6:a i sitt heat och totalt blev hon tionde med tiden 3.01,44.

Längd:

Det var totalt 25 tjejer som hoppade och vi hade med bara en tjej, Engely. Hon hoppade 330 och blev 25.

Kula:

Totalt 11 tjejer med. Vi hade med 2 st. Engely stötte 7,06 m och blev 6:a och på nästa plats kom Emelina med 6,52 m.

F91:

60 m:

Totalt 8 försöksheat med 53 tjejer!!!! Fjärde heatet vann Johanna Brünteson med tiden 9,27. Hon kom också till finalen där hon sprang ännu snbbare och kom 5:a med tiden 9.22. Johanna var nöjd med dagens andra grenar men inte med 60 m.

400 m:

3 finalheat med 23 tjejer. Vår Sara Österberg sprang i första heatet och var trea mycket länge under loppet, men på sista metrarna fick hon ge med sig, så hon kom fyra med tiden 1.23,29. I de sammanlagda resultaten blev hon 13.

Längd:

46 tjejer som hoppade!! Johanna blev trea med resultatet 386. Louise Anebygd blev 19:nde med resultatet 338, Sara 36:a med resultat 296.

Kula:

Totalt 22 tjejer som deltog. Vår Johanna kom 4:a med 6,85 m. Sara stötte 6,15 m och 9:a (sommarens extra träning har börjat ge resultat). Louise kom på 15:nde plats med 5,35 m.

F92:**60 m:**

6 försöksheat med totalt 48 tjejer! Sana Rehman sprang i andra heatet och kom 5:a med tiden 10,84. Tyvärr kom hon inte till finalen.

Längd:

40 tjejer som hoppade. Sana hoppade 307 och blev 17:nde.

Kula:

17 tjejer med. Sana blev 11 med 4,34 m. Det gick inte så bra, därför att första stöten landade utanför sektorn, och sen var det svårt för henne att koncentrera sig på följande 3 stötar.

F93:**60 m:**

5 försök med 36 tjejer. Jenny Håland sprang i försök nr 4 och "sopade golvet" med de andra. Hon vann med tiden 10,30. I finalen kom både ettan och tvån i mål med samma tid 10,05. Det gick alltså bara fortare och fortare för henne. Målfotot fick avgöra vinnaren och enligt det kom Jenny tvåa i finalen!!!

400 m:

3 finalheat med sammanlagt 23 tjejer. Jenny sprang i andra heatet och vann överlägset med tiden 1.19,15. I de sammanlagda resultaten blev hon också etta. Hon kom över 3 sekunder före tvåan!!

Längd:

35 tjejer med. Jenny fortsatte att vinna - resultat 350. Linda Österberg (-94) kom 14:nde med 282.

F94:**Kula:**

12 tjejer var med. Linda Österberg kom 2:a med 4,34 (resultat av sommarens extra kulträning)!

60 m:

3 heat med 18 tjejer totalt. Linda vann första heatet med tiden 11,26. I finalen kom hon tvåa med tiden 11,03. Det gick alltså mycket fortare i finalen.

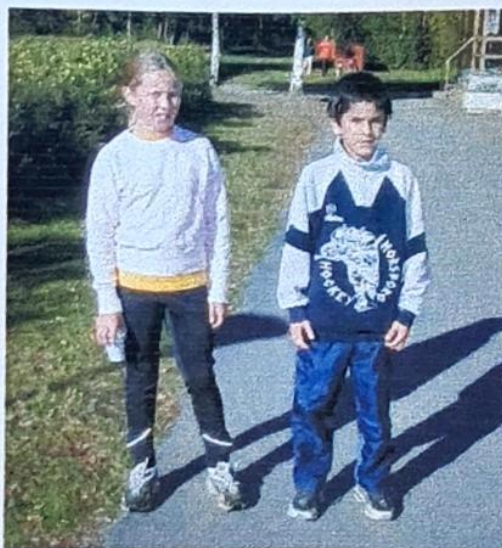
Jag hoppas att alla resultat blev rätt.

Tack alla barn, ni var mycket duktiga och hoppas att vi ses på nästa tävling som kanske kommer i januari.

/Mariam/

**Klubbmästerskap i Terränglöpning. Lördagen den 29 september 2001.
Avslutning Serieterräng Höst-2001
Broängsskolan. Tumba**

Flickor 10 år. 2000 meter	
1. Johanna Brünteson-91	8.23 min
2. Sara Österberg-91	8.59
3. Louise Anebygd-91	9.07
4. Sana Rehman-92	11.24
Pojkar 10 år 2000 meter	
1 Marcelo Burgos-91	8.34 min
2. Felix Sonebäck-91	9.55
3. Lukas Udell-92	9.59

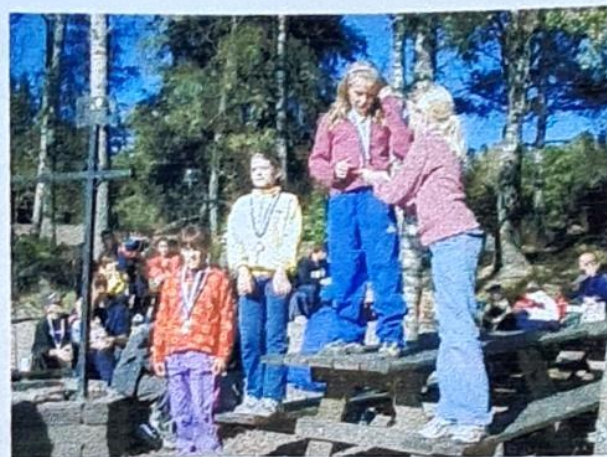


Flickor 12 år. 2000 meter	
1. Emelina Soto-89	7.55 min
2. Tereza Ortiz Venegas-89	8.00
3. Linda Öhman-90	9.18
4. Mimmi Jostell-89	9.36
5. Linnea Sande-89	9.43
6. Martina Rossland-90	10.33

Pojkar 12. 2000 meter	
1. Andreas Jansson-90	7.58 min



Flickor 8 år. 1000 meter (utanför KM)		Pojkar 8 år. 1000 meter (utanför KM)	
1. Linda Österberg-94	4.52 min	1. Erik Holm-93	4.27 min
2. Astrid Molander-94	5.19	2. Pontus Danielsson-93	4.37 min
		3. Elias Burgos-93	4.38 min



Pojkar 14 år. 3000 meter (utanför KM)		Män. 4000 meter (utanför KM)	
Amir Rehman-88	16.17 min	Anders Jansson	16.39 min



Fotograf : Marium Rehman

IFK Tumba Friidrott

Resultat Serieterrängen Höst-2001

Pojkar 8år 3x1000m	tid	Pojkar 12år 3x2000m	tid
1. Andy Fridén Karlström	11.46	1. Andreas Jansson	24.43
2. Erik Holm	13.27		
3. Elias Burgos	13.43	Flickor 10år 3x2000m	tid
4. Pontus Danielsson	13.53	1. Johanna Brüntesson	25.47
5. Gustav Lindström	15.55	2. Sara Österberg	27.57
6. Sebastian Nilsson	20.35	3. Louise Anebygd	28.09
		4. Sana Rehman	32.40
Flickor 8år 3x1000m	tid	Flickor 12år 3x2000m	tid
1. Jenny Håland	11.07	1. Emelina Soto	24.00
2. Linda Österberg	15.26	2. Tereza Ortiz	24.43
3. Astrid Molander	15.49	3. Linda Öhman	28.33
4. Jasmine Vidimlic	18.53	4. Mimmi Jostell	29.17
		5. Martina Rosslund	30.13
Pojkar 10år 3x2000m	tid	6. Linnea Sande	30.49
1. Felix Sonebäck	25.42		
2. Marcelo Burgos	25.51		
3. Fredrik Magnfält	27.30		
4. Lukas Udell	29.39		

OBS: Listan visar de som sprang minst tre gånger.

Juan Carlos

Nästa nummer

N Årets.....

ä Östkampen

t Sammanfattning av 2001

a
n
u
m
m
e
r

M.M

N

ä
t
a

n
u
m
m
e
r

Nästa nummer



God Jul och Gott Nytt År !

