



HAMMARBY FRIIDROTT

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022



Grete Ahlberg fick sitt stora internationella genombrott med 9:e platser på VM och EM! FOTO: Kim Hedbom

"Bättre lyss till den sträng som brast än aldrig spänna en båge"

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Innehållsförteckning	2
Styrelsen sammanfattar 2022	3
Organisation	4
Föreningsfakta & statistik	5
Externa utbildningar/Uppföljningar	6
Interna utbildningar/konferenser	7
Inomhusmästerskap	8-12
Utomhusmästerskap	13-25
Folksam Grand Prix/Folksam Challenge	26
Landskamper och internationella mästerskap	26-27
Läger- och tävlingsresor	28-30
PARA-Friidrott	31
Friidrottsskolan	33
Projektstöd	33
Egna arrangemang.....	34
Midnattsloppet	35
Stockholms Bästa, ARENA RUN	36
Särskilda utmärkelser	37-40
Nya klubbrekord	41-43
Klubbmästare	44-53
Våra sponsorer	54

Styrelsen har ordet

Det var en i stora delar helt ny styrelse som tillträdde vid årsmötet i mars. Det blev den fjärde ordföranden på fem år och flera tunga styrelsemedlemmar lämnade styrelsearbetet. Fokus har under året varit att skapa ökad tydlighet kring ekonomi och ekonomihanteringen samt diverse policys. Det nyskapade prestationsrådet har med hjälp av Mats Ahlberg, Pär Hellstadius samt kansli- och styrelserepresentation tagit fram underlag för beslut som gjorde att alla aktiva och tränare visste sina ersättningsnivåer för kommande år i november. Vi har förståelse för att detta är lite sent så inför säsongen 2024 kommer vi arbeta för att beskedet ska komma senast i mitten av oktober 2023.

Styrelsen fick också starta sitt verksamhetsår med att den nyanställda verksamhetschef avslutade sin anställning under provanställningen och vi fick i stället inventera förutsättningar för att rekrytera en ny, på heltid. Efter en lång rekryteringsprocess kunde vår nya verksamhetschef, Liv Sahlberg, tillträda sin anställning den 15 november. Hon håller på att lära sig allt om föreningen för att, tillsammans med övriga anställda på kansliet, skapa bättre rutiner och struktur för föreningens arbete, såväl det professionella som ideella.

Efter år av pandemi så har vi nu kunnat blicka framåt igen. Midnattsloppet kunde åter genomföras på plats och även om deltagarantalet (13 500 i Stockholm) var långt under våra glansdagar så var upplevelsen hos deltagarna såväl i Stockholm, Malmö och Helsingfors mycket positivt och Midnattsloppet är tillbaka på "riktigt". Den ekonomiska betydelsen för föreningen av Midnattsloppet kan inte överskattas och tack vare de återstödsbidrag vi fick visar föreningen ett betydligt mer positivt resultat än budget.

Friidrottsskolan har också genomförts på ett sedvanligt framgångsrikt sätt. I år blev det 1 043 deltagare under de veckor som den var i gång. Såväl en fantastisk introduktion för blivande aktiva i föreningen, god allmänorientering i friidrott för många barn i vår närhet, en liten intäkt och start på ett tränaruppdrag för många av våra äldre ungdomar samt en fin inkomstkälla till föreningen.

En sak som vi styrelsen har försökt att få i gång är hur vi skapar ännu bättre mötesplatser för att stärka vi-känslan inom föreningen i stort och mellan de olika träningsgrupperna. Hur kan vi använda klubbhuset och styrkelokalen bättre? Hur kan vi samordna tränare, träningar, tävlingsresor och träningsläger där samhörigheten byggs upp? Vi är också glada att vi under året har kunnat starta en paraidrottsverksamhet under ledning av Janne Pihlblad. Än så länge är det en liten skara som tränar men ambitionen är det inget fel på.

De idrottsliga framgångarna under året har varit betydande. Det beskrivs mer utförligt på andra platser i verksamhetsberättelsen, men vi ligger på en tionde plats bland landets alla friidrottsföreningar utifrån de poäng man samlar in på alla SM-tävlingar. Mestadels är detta tack vare våra otroligt framgångsrika yngre och äldre ungdomar. I åldern 15–16 blev Hammarby landets främsta förening på USM och där tränarna Peter och Petra med hjälptränare har lyckats få fram en lång rad medaljörer under året. Esther Sahlqvist var den mest framgångsrika med bl.a. en silver på Ungdoms-OS på 100 m häck i Slovakiska Banská Bystrica.

Våra äldre ungdomar i Lotta Borgius grupp slog förmodligen någon form av rekord i föreningen när hela sex aktiva var uttagna till nordiska juniorlandskampen i Malmö. Största framgångarna i gruppen nådde Markus Moberg som blev uttagen till junior-VM i Cali där han nådde ända fram till semifinal på 110 m häck på nästpers.

För många Hammarbyare var Grete Ahlbergs framstormande på VM och EM ändå de största upplevelserna. Att slå sitt personliga rekord två gånger under VM visar ju verkligen på en förmåga att vara bäst när det gäller! Att hon sedan nådde två niondeplatser i sina första internationella seniormästerskap tyder verkligen på att hon tillhör den absoluta internationella eliten i slägga. Året kröntes sedan mot slutet av året när Grete blev uttagen till SOK:s topp och talang-program med närmaste sikte på OS i Paris 2024.

Grunden i föreningens verksamhet är dock alla våra grupper med hundratals barn och yngre ungdomar. Det är här basen i föreningens arbete äger rum. Vi är med och gör en insats för folkhälsan. Ledare rekryteras och formas samtidigt som många aktiva tar sina första steg inom friidrotten för vad som sen ska kunna bli en lång relation med föreningen. För någon kan det tom leda hela vägen fram till en VM-final!

Styrelsen i Hammarby IF friidrott

ORGANISATION 2022

Styrelse:

Janne Lindelöw, ordförande, Anneli Aaltonen Krantz vice ordförande (t.o.m. augusti), Lars Thörn sekreterare, Jonathan Eklund kassör, Jonas Törnell, Ida Nielsen, Kinna Sahlqvist, ordinarie ledamöter. Carina Aldhammer (t.o.m. augusti) och Mats Fältström, suppleanter. Mats har gått in som ordinarie ledamot.

Kansli:

Liv Sahlberg, verksamhetschef (från november), Mikael Thulin, klubbadministratör, 100%, Peter Wikström, utvecklingsansvarig (60% från 1 juni), Petra Kapell, ekonomiansvarig, 50% Hammarby Friidrott, 50 % Midnattsloppet, Susanne Lindefalk, barnansvarig 75% och projektansvarig Friidrottsskola (50% till mars).

Arvoda/konsulttränare:

Lotta Borgius, Fredrik Nelson, Dennis Acson, Per Söderberg, Tony Darkwah, Eerika Kiili, Patrick Lindfors, Björn Blomberg, Håkan Andersson, Joakim Svedberg, Mattias Jons, Peter Wikström, Petra Kapell.

Anställda del av året eller tillfälligt anställda:

Petra Kapell, städning av gymmet. Filippa Ramberg, Joakim Löfving extraanställda av Midnattsloppet Stockholm (HIF Friidrott) under en kort period.

Statistik: Lars E Andersson timanställd som statistikansvarig (pensionär).

Midnattsloppet Nordic AB: Lars Eriksson, VD , Henrik Balkander, samtliga heltid.

Valberedning:

Filippa Marklund, ordförande, Fredrik Nelson, Ulrika Lingslunde och Noah Bucht Wesslén.

Alliansstyrelsen: Mats Fältström.

Revisorer:

Michael Schultze (Grant Thornton) och Anders Brandt, ordinarie, Filippa Ramberg och en representant från Grant Thornton, suppleanter.

Tävlings- och arrangemangskommittén – TAK: Peter Wikström, Eerika Kiili

Prestationsrådet: Jonathan Eklund, Pär Hellstadius, Mats Ahlberg, Peter Wikström, Mikael Thulin.

Junior- och seniorteam:

Oscar Gidewall, Dejan Mirkovic, Michael Forss, Fredrik Nelson, Eerika Kiili, Steve Berger, Lars Kennmar, Dennis Acson, Pär Hellstadius, Tony Darkwah, Lotta Borgius, Susanne Lindefalk, Charlotte Pettersson Enblad, Fredrik Åkerlind, Annelie Aaltonen Krantz, Anders Brandt, Mattias Lindberg, Björn Blomberg, Per Söderberg, Patrick Lindfors, Håkan Andersson, Joakim Svedberg, Mattias Jons, Carl Alm, Jörgen Karlsson.

Ungdomsteam:

Petra Kapell, Peter Wikström, Kjell Herre, Kristian Hansson, Johan Forsell, Martin Cousins, Linus Brohult, Therese Hjalmarö, Ulrika Holmlund, Cecilia Borg, Johan Attersand, Nicklas Roslund, Sara Wilkinson, John Håkansson, Sara Taube, Per Stenström, Ida Nielsen, Martin Sundberg, Katarina Eklöf, Linda Lindblom, Anders Broberg

Barnteam:

Pär Engholm, Ida Nielsen, Jeroen de Munter, Emma Tholander, John Håkansson, Sara Wilkinson, Anna Morne, Rickard Anjemo, Johan Blidberg, Ulrika Engström, Cristian Söderlund, Tobias Öhman, David Gustafsson, Joar Palm, Katariina Haarla-Heinonen, Pia Wijk, Elin Velander, Jenny Gülich, Johan Viklund, Katrin Ahlford, Mattias Bogren, Jessica Högländer och Martin Skeppstedt, Julia Liv Walerych, Johanna Broth, Madeleine Spjut.

FÖRENINGSAKTIVITET & STATISTIK 2022

Aktivitet	2022	2021 **)	2020 *)	2019	2018	2017	2016	2015
SM-pokalen	170.38 (11)	136,5 (11)	167 (9)	138,5 (11)	139,63 (12)	SM-pokalen startade 2018		
SM-medaljer	63 (4)	32	42	37	31	27	40	47
Medaljpoäng	121 (5)	65	93	69	66	52	87	87
SM-poäng SFIF	19 (11)	17.25 (11)	17.5 (11)	22 (8)	17.25 (10)	18.25 (8)	19.75 (8)	21.6 (6)
Standarpoäng män	22 (9)	20,5 (12)	14 (17)	26 (8)	21 (12)	29 (11)	64 (6)	50 (8)
Standarpoäng kvinnor	9 (18)	14 (16)	16 (12)	23 (10)	28 (8)	10 (28)	11 (19)	23 (13)
Plac. statistik inne	138 (57)	14 (7)	93	64	74	79	82	115
Plac. statistik ute	192 (66)	207 (67)	170	113	109	92	121	132
Landslagsuppdrag Grenar (Antal personer)	22 (11)	14 (8)	16 (13)	21 (11)	21 (13)	19 (9)	23 (12)	22 (10)
Antal betalande medlemmar	1582	1577	1 578	1 448	1 411	1 545	1 470	1 372
	808	789 M	783 M	702 M	708 M	768 M	751 M	707 M
	774	788 K	795 K	746 K	703 K	777 K	719 K	665 K

*) Ny statistik från 2020 med 25 resultat för ungdom och junior, inga 13-åringar med i 14-årstatistiken

**) Coronarestriktioner 2021 medförde att inomhussäsongen blev inställd för flertalet aktiva.

Antal aktiva i olika åldersgrupper

Ålder	P/M	F/K	Totalt			Tränare M/K
7 år (15)	61	37	98			9/13
8 år (14)	60	51	111			15/13
9 år (13)	56	54	110			10/12
10 år (12)	49	60	109			11/7
11 år (11)	42	56	98	*)Tävlande M/K		10/8
12 år (10)	24	27	51	14/15 = 29(41)		5/6
7-12år	292	285	577	14/15 = 29 (41)		60/59 = 119
13 år (09)	24	38	62	11/24 = 35 (26)	Statistik utomhus M/K	5/4
14 år (08)	30	27	57	11/5 = 16 (19)	21 (8) – 13 (3)	5/6
15 år (07)	13	14	27	9/6 = 15 (28)	20 (6) – 19 (5)	9/5
16 år (06)	16	13	28	12/9 = 21 (3)	44 (10) – 25 (7)	
17 år (05)	2	4	6	1/3 = 4 (9)	2(2) – 4 (3)	
13-17 år	85	96	181	44/47 = 91 (85)	87 (26) – 61 (18) = 148 (44)	19/15 = 34
18 år (04)	2	13	15	12/8 = 20 (22)	20 (11) – 7 (5)	6/4
19 år (03)	6	7	13			
18-19 år	8	20	28	12/8 = 20 (22)	20 (11) – 7 (5) = 27 (16)	5/4 = 10
20-25 år	10	13	23	3/7 = 10 (7)	13 (11) – 7 (6)	3/0
26-34 år	4	1	5	6/1 = 7 (8)		
20-34 år	14	14	28	9/8 = 17 (15)	13 (11) – 7 (6) = 20 (17)	3/0 = 4
Veteraner	13	11	24	8/1 = 9 (12)		
S:a 2022	412	426	838			87/78 = 165
S:a 2021	416	470	886			79/68 = 147
S:a 2020	394	464	858			73/67 = 140
S:a 2019	318	392	710			84/52 = 136
S:a 2018	308	371	679			84/43 = 130

*) Minst tre tävlingsdagar under säsongen

EXTERNA UTBILDNINGAR/UPPFÖLJNINGAR 2022

15 januari – Distriktsdomarutbildning, GOST, digitalt

Nio deltagare genomförde denna digitala distriktsdomarutbildning.

18-19 och 29-30 januari – Eltidtagarutbildning, GOST, Sättra och Huddinge

Ylva Jakobsson

24, 31 januari, 7, 14 februari – Grenskola längd, GOST, Sättra Friidrottshall

Theo Cousins, Benjamin Wilkinson Petra Kapell, Linda Lindblom, Ella Johansson, Martin Cousins, Anders C Johansson, Sara Wilkinson, Ulrika Holmlund

23, 30, mars, 6 april – Grenskola höjd, GOST, Sollentunahallen och Jakobsbergs Folkhögskola

Niklas Roslund, Martin Cousins, John Håkansson, Anton Roslund, Anders Ekwall

1-3 april – Mångkampsuppföljning, SFIF, Sollentuna

Peter Wikström, Petra Kapell, Elias Kapell, Carl Bergmark, Aron Gullberg

24 april – Häckutbildning Stockholmskampen, Sättrahallen, Peter Wikström

Anders Broberg, Emma Tholander, Fredrik Sundberg, Helena Djurstedt, Joar Palm, Melissa Kotte och Nina Hagström

24 april, 1, 7, 22 maj – Grenskola slägga, GOST, Enskede IP och Sättra Friidrottshall

Johan Forsell, Linda Lindblom, Katarina Eklöf

15 maj – Clinic Styrketräning, SISU, Sättra Friidrottshall

Peter Wikström, Petra Kapell, Steve Berger, Martin Cousins, Niclas Roslund, Cecilia Borg, John Håkansson

21-23 oktober – Mångkampsuppföljning, SFIF, Sollentuna

Peter Wikström, Petra Kapell, Elias Kapell, Felix Holmqvist och Esther Sahlqvist

22-23 oktober – Kastutbildning spjut, kula breddlager, 22-23 oktober, Falun

Katarina Eklöf, Alma Eklöf, Tyra Sternlind

11-12 november – Utvecklingsträff medel-lång, SFIF, Göteborg

Petra Kapell, Vilmer Karlsson

12-13 november – Utvecklingsträff sprint/häck, SFIF, Falun

Lotta Borgius, Markus Moberg, Alex Pilgrim, Noah Bucht Wesslén

9-11 december – Starterkurs, GOST, Sättra Friidrottshall

Anders Broberg

INTERNA UTBILDNINGAR/KONFERENSER 2022

2-3 april – Kul Friidrott, SISU, kurshållare Lisa Hannula

3 april – Utbildning Ledarskap & Metodik del 1, SISU, digitalt

21 april – Utbildning Ledarskap & Metodik del 2, SISU, digitalt

7 maj – Utbildning friidrottsskoleledare, Enskede IP

9 och 31 maj – Första hjälpen, Enskede IP

4 oktober – Introduktionsutbildning 1, 2015-ledare, Sturebyskolan

8 oktober – Tränarkonferens för tränare till aktiva 14 år-seniorer, Klubbhuset

9 oktober – Tränarkonferens för tränare till aktiva 8-13 år, Hellasgården

12 oktober – Introduktionsutbildning 2, 2015-ledare, Sturebyskolan

27 oktober – Introduktionsutbildning 3, 2015-ledare, Sturebyskolan

4 december – Friidrott i Gymnastiksal 2, Sturebyskolan

"Föreningsträdet"

16 oktober – Självförsvar för tjejer, SFT/SISU, Sturebyskolan

18 oktober – Mental träning för aktiva födda 1990-2005, SISU, klubbhuset

19 oktober, Självkänsla och självförtroende, för aktiva födda 2006-2007, SISU, klubbhuset

20 oktober – Balans i livet för aktiva födda 1990-2005, SISU, klubbhuset

8 november – Självkänsla och självförtroende för aktiva födda 1990-2005, SISU, klubbhuset

Peter Wikström har fortlöpande under året hjälp till med teknikträning för Team 08-09 vid ett antal tillfällen under året på deras ordinarie träningstider i Sättra Friidrottshall.



Hela 32 tjejer medverkade på självförsvarskursen som genomfördes i Sturebyskolan FOTO: Sussi Lindefalk

MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR INOMHUS 2022

25-27 februari – ISM, Växjö

Antal K/Grenstarter	Antal M/Grenstarter	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons
3	4	10p (13)	0	1	0

Vi skickade en liten trupp till Växjö med några få seniorer och några av våra lovande juniorer. Grete Ahlberg som alltid är pålitlig i SM-sammanhang tog den enda pallplatsen då hon kom tvåa i vikt kastning på 20.37, ett resultat hon inte var helt nöjd med. Erik Ehrlin som brukar vara ett säkert medaljkort fick inte till det i trestegget utan slutade som fyra på för honom blygsamma 14.97. Dennis Otieno som hade visat fin form kom aldrig till start då han blev magsjuk. Vår junior Jonatan Borg gjorde en fin insats på 60m och var ytterst nära att ta sig till final efter att ha persat med 6.90 i försöken. En annan av våra juniorer Teodor Borgius tog en meriterande femteplats i stav på nya perset 4.82.



Grete Ahlberg är alltid ett säkert medaljkort på mästerskapstävlingar FOTO: Kim Hedbom



Två av våra lovande juniorer, Jonatan Borg och Teodor Borgius FOTO: Kim Hedbom

4-6 mars – IJSM, Skellefteå

P17	P19	M22	F17	F19	K22	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons
0	4/6	0	1/1	3/3	0	25.13p (10)	3	1	1

Det blev en liten men kvalitativ trupp som begav sig norrut. Våra framgångsrika killar födda 03 visade framfötterna och knep tre guld! Jonatan Borg hade en härlig slutforcering på 60m och vann tämligen överlägset på 6.89. Theodor Borgius som har blivit något av en mästerskapshoppare var bäst när det gällde även denna gång och tog en överlägsen seger i stav på höjden 4.86 och hade även bra försök på drömgränsen 5.00! Arvid Wändesjö visade fin form på 60m häck innan mästerskapet med flera tider strax över 8 sekunder. Arvid hade inga problem att gå till final då han hade tredje bästa tid med 8.19 i försöket. I finalen avslutade Arvid loppet på ett strålande sätt och kunde pressa sig till seger på utomordentliga tiden 7.98! Övriga medaljörer blev Agnas Jansson som kom tvåa i längd efter att ha satt pers med 5.59. Alannah Hellstadius knep ett brons i stav på 3.58. Martin Sundberg persade i kula med 15.26 men hamnade precis utanför pallen.



Arvid, Jonatan, Agnes, Alannah, Teodor och Martin i aktion. FOTO: Kim Hedborn

12-13 mars – IUSM, Göteborg

P15	P16	F15	F16	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons
5/9	6/14	4/9	6/14	17.88p (2)	2	5	3

Det blev en hektisk helg i Friidrottens Hus med många starter och fina prestationer. 10 medaljer, 11 poängplatser (platserna 4-6), fem klubbrekord och 25 personliga rekord! Det blev många minnesvärda dueller med hammarbyare inblandade. Esther Sahlqvist gjorde ett fantastiskt lopp i finalen på 60m häck där hon vann på världstiden 8.31 vilket självklart är nytt klubbrekord. I finalen över 60m blev det en tusendelsduell mellan Esther och Turebergs Ayla Hellberg Hossain. Båda fick tiden 7.60 men Ayla dömdes som segrare. Vilmer Karlsson gjorde en otrolig insats i finalen över 1000m, han gick inte med i det tuffa utgångstempot men arbetade sig upp under loppet och med knappt ett varv kvar satte han in stöten och kunde hålla undan till seger på den fantastiska tiden 2:35.59! Nytt klubbrekord och personligt rekord med 12 sekunder! Bara ca en timme efter 1000m loppet var det dags för A-final på 200m där Vilmer på trötta ben kämpade till sig ett brons – vilken insats! En som hade toppat formen var Ellen Forsell som satte pers och nytt klubbrekord i vikt med 17.96. Det blev även silver i kula på pers och nytt klubbrekord på fina 14.38 – samma resultat som segraren! Elias Kapell har inte kunnat tävlat så mycket pga skadекänningar men kunde nu kamma hem ett silver på 60m häck efter en kämpainsats på tiden 8.45 efter 8.40 i försöken. Det blev även ett brons i kula på goda 12.99. Matilda Borg avstod 1000m och satsade i stället på sprintdistanserna där det blev fina framgångar. 8.06 i försöken på 60m och 8.11 i semi som efter lite dramatik räckte till final då det var två tjejer som hade exakt samma tid och finalplatsen fick lottas. I finalen blev tiden 8.12 vilket räckte till en sjundeplats. Efter ett bra försök på 200m på tiden 26.18 så blev det A-final. Matilda satsade tufft från ytterbanan och belönades med ett brons på perset 26.09. Vår månkamperska Ella Johansson var medaljkandidat i stav och infriade förväntningarna då hon blev delad tvåa på 2.85, ingen höjd hon var nöjd med men ett silver är ett silver!



Esther Sahlqvist slog till med supertiden 8.31 på häcken även Lii Jabbour under 9 sek. FOTO: Kim Hedbom



Tre av våra dubbelmedaljörer, Vilmer Karlsson på 200m och 1000m, Ellen Forsell i kula och viktkastning samt Elias Kapell på 60m häck och kula. FOTO: Kim Hedbom



Den superjämna finalen på 60m mellan Esther Sahlqvist och Ayla Hallberg Hossain som drog det längsta strået tack vare en bättre fällning – segermarginalen blev åtta tusendelar! FOTO: Kim Hedbom



Ella Johansson i stav och Lii Jabbour i tresteg FOTO: Kim Hedbom

19-20 mars – Svealandsmästerskapen 13-14 år, Södertälje

P13	P14	F13	F14	Poäng	Guld	Silver	Brons
4/10	7/16	4/13	5/11	103p (2)	4	5	8

Vi hade 21 ungdomar som blev uttagna och 20 som tackade ja att representera Stockholm på årets Svealandsmästerskap. Det blev stora framgångar med hela 17 medaljer och många fina resultat. Malva Lönn hade stora framgångar då hon kammade hem hela fem medaljer varav tre av ädlaste valör! Stockholm vann som vanligt lagtävlingen ganska överlägset.

Medaljörer blev:

1. Tyra Sparv -08	F14	längd	5.28	3. Vincent Huselius -08	P14	60m	7.92
1. Malva Lönn -09	F13	200m	27.06	3. Benjamin Wilkinson-08	P14	60mh	9.60
1. Malva Lönn -09	F13	60mh	9.78	3. Benjamin Wilkinson-08	P14	stav	3.18
1. Malva Lönn -09	F13	längd	5.19	3. Alessandro Mancinella -08	P14	längd	5.26
2. Alessandro Mancinella -08	P14	60mh	9.84	3. Jumanne Hackett -09	P13	kula	10.78
2. Tyra Sparv -08	F14	200m	27.12	3. Malva Lönn -09	F13	60m	8.41
2. Tyra Sparv -08	F14	tresteg	10.97	3. Tyra Sternlind -09	F13	längd	4.82
2. Malva Lönn -09	F13	tresteg	10.04	3. Alma Eklöf -09	F13	kula	10.94
2. Tyra Sternlind -09	F13	kula	11.06				

19-20 mars – IUSM i mångkamp 15-17 år, Örebro

P15	P16	P17	F15	F16	F17	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons
1	2	0	1	2	0	2.5p (5)	0	2	0

Efter några tunna år på mångkampssidan så hade vi nu sex deltagare med på ett SM som endast bestod av ungdomar. Normalt sett brukar alla åldersklasser genomföras på samma ställe. I klassen F16 överraskade Esther Sahlqvist med ett silver efter ett fint lopp på 60mh men framför allt 1.61 i höjd. Elias Kapell hade som vanligt en tight batalj med Akilles från KA2. Elias hade en liten chans på avslutande 800m men kunde inte stå emot Akilles avslutande spurt utan fick nöja sig med silvret. Hannes Johansson och Ella Johansson genomförde sina första SM-mångkamper i 15-årsklasserna och gjorde det bra med hade inte med topplaceringarna att göra, liksom Maggie Dahllöf i klassen F16

2. F16 Esther Sahlqvist -06 3 712 poäng
60mh 8.52 – höjd 1.61 – kula 11.06 – längd 5.28 – 600m 1:44.95
2. P16 Elias Kapell -06 4 693 poäng
60m 7.27 – stav 3.74 – längd 6.34 / 60mh 8.57 – höjd 1.70 – kula 13.19 – 800m 2:20.07



Esther Sahlqvist och Elias Kapell på hedrande andraplatser! FOTO: Peter Wikström

MÄSTERSKAPSTÄVLINGAR UTOMHUS 2022

21 juni – Kval Lag-SM män och Svenska cupen damer match 1, Tibblevallen i Täby

Våra herrar och damer gjorde en mycket bra insats på Tibblevallen med många fina resultat. Damerna vann betryggande sin match före Motala men har en andra match i Umeå den 20 augusti. Herrarna kom tvåa efter Tureberg och får nöja sig att hänga kvar i högsta serien men missade Lag-SM finalen då endast segraren gick vidare. Jonatan Borg tog en dubbelseger då han vann 100m på goda 10.90 och höjd på 1.96. Det blev även seger för Dennis Otieno på 200m med 21.42. Även på dubbla distansen blev det seger genom Alexander Pilgrim med 50.25.

Poängsammanställning herrar:

1. Turebergs FK	97 p
2. Hammarby IF	82 p
3. KFUM Örebro	81 p
4. Västerås FK	75 p
5. Huddinge AIS	71 p
<u>6. IFK Lidingö</u>	<u>57 p</u>
7. Tjalve FIF	35 p

Poängsammanställning damer match 1:

1. Hammarby IF	55.5 p
2. Motala AIF	45.0 p
3. Råby-Rekarne FIF	33.0 p
4. Täby IS	30.5 p
5. IFK Umeå	28.0 p



Alexander Pilgrim tog en för laget på långa häcken – det finns utvecklingspotential! FOTO: Kim Hedbom

21 juni – Stafett-DM dag 1, Danderyd; 14 september – Stafett-DM dag 2, Källbrinks IP

Tyvärr så kolliderade årets Stafett-DM med klubbmatcherna på Tibblevallen, vilket gjorde att vi inte hade några lag med i män och F17 4x100m. Däremot så skötte sig våra ungdomslag bra och gjorde fina insatser och fick träna växlingar inför Stafett-SM. Våra P15 fick tyvärr springa i ett B-heat som de vann överlägset på 37.35 men fick inte möta det vinnande laget från AIK som sprang på 36.94 i A-heatet! I Huddinge var det många av våra lag som slängde in handduken. Våra F13-tjejer tog en övertygande seger på 3x600m.

Distriktsmästare blev:

P17 4x100m 44.96 Carl Bergmark -06, Elias Kapell -06, Alfred Bergling, Felix Holmqvist -06
F15 4x80m 40.56 Anna Bergin -07, Judith Nielsén -07, Ebba Wennebjer 07, Tyra Sparv -08
F13 3x600m 5:39.62 Tyra Sternlind -09, Linn Elssäter Haldin -09, Malva Lönn -09

28-29 maj – Stafett-SM, Göteborg Slottsskogsvallen

Antal lag F/K	Antal lag P/M	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons
4	9	24.5 (8)	3	2	3

Vi gjorde ett mycket bra mästerskap med de lag vi åkte ned med. Det blev hela 8 medaljer, två fjärdeplatser och två femteplats. Vårt andralag i P17 Svensk stafett var nära att ta sig till final men missade med ca en sekund. Mycket positivt att våra lag på 3x800m P15 och F15 kunde bärga hem segrar. Flickorna var favoriter och tog hem en överlägsen seger på nytt klubbrekord medan våra pojkar överraskade och Vilmer Karlsson gjorde en grym sistastäcka och kunde pressa sig förbi Uppsala på upploppet. Favoriter var även våra P19 på både Svensk stafett och på 4x100. Nu fick de ge sig på Svensk stafett då Lund smet förbi på upploppet men på 4x100m tog de revansch av vann komfortabelt, här hade vi ett andralag som kom fyra.

Våra ungdomar skötte sig mycket bra på sprintdistanserna 4x80m och 4x100m där det blev tre medaljer av fyra möjliga. På Svensk stafett P17 överraskade våra killar då de kunde bärga hem ett brons. Avslutningsvis gjorde våra P17 en mycket bra insats på 3x800m där vår bästa löpare Filip Herre slängde in handduken. Anton Sallnäs fick då hoppa in och löpte strålande på första sträckan liksom mångkamparen Aron Gullberg på den andra. Neo Hall avslutade starkt på sistasträckan och förde upp laget till en slutlig femteplats.

En smolk i glädjebägaren var att vi inte hade några lag med i klasserna, M, M22, K, K22 och F19!

Medaljörer på Stafett-SM blev:

1. P19 4x100m 41.48 Arvid Wändesjö -03, Alexander Pilgrim -03, Jonatan Borg -03, Viktor Wall -03
1. F15 3x800m 7:07.17 Ella Johansson -07, Julia Wändin -07, Matilda Borg -07
1. P15 3x800m 6:30.83 Jonas Atlassi -08, Bill Norlin -07, Vilmer Karlsson -07
2. P19 1000m 1:56.93 Jonathan Borg 03, Niklas Wall -03, Markus Moberg -03, Alexander Pilgrim -03
2. F15 4x80m 39.57 Anna Bergin -07, Matilda Borg -07, My Lindberg -08, Tyra Sparv 08
3. P17 1000m 2:02.82 Felix Holmqvist -06, Alfred Bergling -06, Elias Kapell -06, Filip Herre -06
3. P15 4x80m 37.18 Noah Holmlund -07, Anton Roslund -07, Hannes Johansson 07, Vilmer Karlsson 07
3. F17 4x100m 48.66 Emmy Wolgast -06, Maja Simonsson -06, Lii Jabbour -06, Agnes Jansson -05



Lii Jabbour växlar till Emmy Wolgast och Niklas Wall till Markus Moberg FOTO: Kim Hedbom



Dubbla guld på 3x800m P15 och F15 till våra duktiga löparungdomar. För killarna sprang Jonas Atlassi, Bill Norlin och Vilmer Karlsson som gjorde en heroisk insats på sista sträckan. I tjejlaget sprang Ella Johansson, Julia Wändin och Matilda Borg som satte ett prydligt klubbrekord med tiden 7:06.21! FOTO: Kim Hedbom

6 juni – Kraftmätningen kval, Enskede IP

Hammarby genomförde kvalet på hemmaplan och vi hade bjudit in Tureberg, Täby och Hanviken. Hammarby hade hela fyra lag med och det presterades många fina resultat och vi lyckades med att som enda förening få med två lag till finalen i Göteborg. Vårt förstalag hamnade som näst bästa förening med poängen 28 859 efter Hässelby SK. Vårt andralag hamnade på 16:e plats med poängen 23 237.

20 augusti – Svenska cupen damer match 2, Umeå

Det blev många turer kring den andra matchen i Svenska cupen för damer. Många ville flytta matchen till Mälardalen men till slut blev det ändå Umeå som genomförde arrangemanget. Detta innebar att Råby-Rekarne FIF och Täby IS hoppade av tävlingen. När det gällde avhopp så hade Hammarby extremt många återbud vilket innebar att vi fick sätta in många reserver eller reserver för reserven. Michael Forss, Lotta Borgius och Kim Hedbom åkte upp som lagledare för tjejerna som gjorde en gedigen insats. Esther Sahlqvist tog en övertygande seger på 100m med 12.22w, hon vann även stav på måttliga 2.60. Filippa Ramberg stod för en tuff dubbel men lyckades ändå vinna både 1500 4:41.40 och 3000m10:39.18. Linn Harryson tog en överlägsen seger i slägga på 47.14.

Poängsammanställning damer totalt match 1 och 2:

1. Hammarby IF	55.5 p	+	54.0p	= 109.5
2. Motala AIF	45.0 p	+	54.5p	= 99.5
3. IFK Umeå	28.0 p	+	47.5p	= 75.5
4. Råby-Rekarne FIF	33.0 p			
5. Täby IS	30.5 p			



Ett glatt gäng som i Umeå fixade upp klubblaget i högsta serien! FOTO: Kim Hedbom

Från vänster: Michael, Esther, Linn, Maggie, Lotta, Tove, Filippa, Lii, Emmy och Tuva

27-28 augusti – USM 15-16 år, Uppsala

F15	F16	P15	P16	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
5/11	7/15	6/11	7/16	36.38 (1)	5	8	12	43 (1)

Vi gjorde ett fantastiskt USM i Uppsala där många av våra aktiva presterade på topp, några till och med lyfte sig till helt nya nivåer! Hammarby blev bästa förening utifrån SM-pokalberäkningarna. Utöver våra 25 medaljörer så hade vi ytterligare 12 resultat bland de sex bästa. Under lördagen var det vädret bra men under söndagen bröt det värsta regnvädret ut och några grenar flyttade inomhus.

Esther Sahlqvist vann både korta och långa häcken på ett övertygande sätt och kryddade med ett brons på 100m. Elias Kapell tog en överraskande seger i längd. Matilda Borg och Vilmer Karlsson genomförde den tuffa dubbleringen 300m och 800m med framgång. Matilda vann 800m och kom tvåa på 300m och Vilmer blev tvåa på 800m på en kanontid 1:57.09 och trea på 300m. Hannes Johansson stod för en riktig skräll då han vräkte iväg spjutet i kvalet i första kastat hela 54.35, ingen annan var i närheten! Söndagens final genomfördes i sämsta möjliga förhållanden med Hannes lyckades ändå vinna. En annan kastare som överraskade var Christoffer Bélec som persade kast efter kast och avslutade med 50.42 vilket räckte till silver. En annan som överraskade stort var Ella Johansson som knep ett silver på 300mh när hon dunderpersade med 45.26. Andra överraskningar var Anton Roslund i tresteg och Felix Holmqvist som trots minimal träning bärgade tre brons i längd, tresteg och diskus!

Medaljörer blev:

1. Esther Sahlqvist -06	F16	100mh	13.93	3. Esther Sahlberg -06	F16	100m	12.15
1. Esther Sahlqvist -06	F16	300mh	43.36	3. Lii Jabbour -06	F16	100mh	14.67
1. Elias Kapell -06	P16	längd	6.69	3. Lii Jabbour -06	F16	3-steg	11.58
1. Hannes Johansson -07	P15	spjut	48.25	3. Ellen Forsell -06	F16	slägga	59.04
1. Matilda Borg -07	F15	800m	2:13.55	3. Filip Herre -06	P16	800m	2:03.92
2. Matilda Borg -07	F15	300m	41.57	3. Elias Kapell -06	P16	300mh	38.66
2. Ella Johansson -07	F15	300mh	45.26	3. Felix Holmqvist -06	P16	längd	6.54
2. Tove Olsson -06	F16	spjut	39.82	3. Felix Holmqvist -06	P16	3-steg	13.19
2. Christoffer Bélec -07	P15	diskus	50.42	3. Felix Holmqvist -06	P16	diskus	39.97
2. Ellen Forsell -06	F16	kula	14.09	3. Vilmer Karlsson -07	P15	300m	37.01
2. Anton Roslund -07	P15	3-steg	12.95	3. Quincy Hackett -07	P15	stav	3.91
2. Anton Roslund -07	P15	höjd	1.79	3. Ella Johansson -07	F15	1500mh	7:16.36
2. Vilmer Karlsson -07	P15	800m	1:57.09				



Hannes Johansson hade det tufft i spjutfinalen men tog hem USM-guldet! FOTO: Kim Hedbom



Christoffer Bélec och Felix Holmqvist var bäst när det gällde! FOTO: Kim Hedbom



Våra duktiga löpartjejer, Matilda Borg och Ella Johansson i aktion FOTO: Kim Hedbom



Lite tälthäng under den soliga lördagen, som blev till en sjö under söndagen! FOTO: Kim Hedbom

26-28 augusti – JSM+17 år, Sollentuna

P17	P19	M22	F17	F19	K22	SM-pokal	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
1/1	9/14	0/0	3/3	4/5	0/0	28.5 (13)	2	2	2	12 (14)

Det var framför allt våra P19-killar som visade framfötterna på årets JSM där även ungdomsklasserna PF17 ingick i tävlingen. Frida Krantz som har gått fram ordentligt i favoritgrenen diskus vann på fina 45.28. Markus Moberg stod för klubbens andra guld då han vann 110mh på måttliga tiden 14.47 men då ska man veta att vädrets makter inte var nådiga under söndagens tävlingar. Alexander Pilgrim hade en mycket fin helg då han tog en medaljtrippel på sprintdistanserna! Teodor Borgius som har skämt bort oss med många SM-segrar fick i år nöja sig med bronset i stav. Övriga som placerade sig på poängplats var Noah Bucht Wesslén på långa häcken där han blev fyra på 57.92, Jonatan Borg som kom sexa på 100m med 11.11, Niklas Wall kom sexa i tresteg på 13.53w, Martin Sundberg femma i kula på 14.22. Tyvärr väldigt få ungdomar i P17 och F17 och inga deltagare i 22-årsklasserna!

Medaljörer blev:

1. Frida Krantz -04	F19	diskus	45.28	2. Alexander Pilgrim -03	P19	400m	48.28
1. Markus Moberg -03	P19	110mh	14.47	3. Alexander Pilgrim -03	P19	200m	22.10
2. Alexander Pilgrim -03	P19	100m	10.79	3. Teodor Borgius -03	P19	stav	4.93



Våra två guldmedaljörer Frida Krantz och Markus Mogren FOTO: Sissi Lindefalk



Våra kastare Adam, Acke, Emma, Frida och Linn FOTO: Sussi Lindefalk

5-7 augusti – SM, Norrköping

Antal kvinnor/starter	Antal män/starter	SM-pokalen	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
4/4	6/7	18 (13)	1	2	0	7 (12)

Vi hade en relativt liten grupp till året SM, totalt 10 deltagare. Grete som är säkerheten själv när det gäller mästerskapstävlingar hade inga problem att ta hem segern i slägga på 66.50. Erik Ehrlin som har haft en hel del skadeproblem kunde bärga silvret i tresteg på 15.41. Dennis Otieno fick äntligen kliva upp på pallen på ett SM då han rusade in som tvåa på 100m på tiden 10.47. Våra duktiga juniorer räcker ännu inte riktigt till för att ta sig upp på pallen i seniorsammanhang men Niklas Wall ordnade en poängplats i längd där han slutade som sexa på 7.18w, Arvid Wändesjö sju på pers 7.13. Frida Krantz var även hon sju men i diskus på perset 47.14 liksom Viktor Wall på 100m 10.95 (10.85 i försök). Alexander Pilgrim var nära att gå vidare på både 200m och 400m men det fattades några hundradelar.

Medaljörer blev:

1. Grete Ahlberg -98	K	slägga	66.50	2. Dennis Otieno -91	M	100m	10.47
2. Erik Ehrlin -90	M	tresteg	15.41				



Dennis Otieno knep silvret på 100m före omöjlige Henrik Larsson från IF Göta FOTO: Kim Hedbom



Grete Ahlberg segrare i slägga och Erik Ehrlin som tog hem bronset i tresteg FOTO: Kim Hedbom

20-21 augusti – UDM 12-14 år, Trollbäckens IP

F12	F13	F14	P12	P13	P14	DM-poäng	Guld	Silver	Brons	Medalj-poäng
7/25	16/60	4/9	3/19	7/36	10/30	379 (2)	17	24	15	114 (1)

Det blev stora Hammarbyframgångar för våra ungdomar på Trollbäckens IP. Vi hade 47 ungdomar på plats som genomförde hela 179 grenstarter! På tjejsidan var det Tyra Sparv som knep hela tre förstaplatser och på pojksidan var det vår talangfulle löpare Ivar Jansson som även han kammade hem tre guld. Ett resultat som sticker ut lite extra var Ricky Wahlbergs diskusvinst på 41.34 där han vann överlägset.

Distriktsmästare blev:

Tyra Sparv -08	F14	300m	44.47	Tyra Sternlind -09	F13	spjut	34.43
Tyra Sparv -08	F14	300mh	48.63	Isabella Glod -10	F12	3-steg	9.41
Tyra Sparv -08	F14	3-steg	10.97	Jonas Atlassi -08	P14	2000m	6:10.29
Malva Lönn -09	F13	60mh	9.72	Ricky Wahlberg -08	P14	diskus	41.34
Malva Lönn -09	F13	200m	27.12	Alessandro Mancinella -09	P13	längd	5.19
Amanda Broberg- Ryqvist -09	F13	200mh	31.29	Jumanne Hackett -09	P13	slägga	31.39
Alma Eklöf -09	F13	kula	8.42	Ivar Jansson -10	P12	200m	28.71
Alma Eklöf -09	F13	slägga	36.48	Ivar Jansson -10	P12	600m	1:43.61
				Ivar Jansson -10	P12	1500m	5:10.64



Malva Lönn – en av våra största medalj- och plockare i F14-klassen FOTO: Linda Lindblom

3-4 september– Kraftmätningen final, Göteborg, Ullevi

Efter förra årets rekordnotering var förväntningarna i år inte lika högt uppskruvade, men en medaljchans fanns om allt gick vår väg. Tack vara vår jämnhet där både killarna och tjejerna slutade trea bland 20 deltagande lag kunde vi bärga segern i mixklassen, mycket tack vara vinst i stafetten 6x200m men framför allt tjejernas avslutande 800m där Matilda Borg, Julia Wändin och Ella Johansson löpte strålande och skrapade ihop den högsta poängen någonsin i Kraftmätningens historia! Vi hade fyra ungdomar som placerade sig topp tre individuellt. Matilda Borg vann 800m på 2:16.22, Vilmer Karlsson kom tvåa på 800m med 2:05.06, Anton Roslund kom trea i höjd på 1.75 liksom Hannes Johansson i spjut med 49.88.

Förening	Mix	Plac.	Flickor	Plac.	Pojkar	Plac.	Stafett 6x200m	
Hammarby IF lag 1	32 214	1	12 742	3	13 722	3	2:31.28	1
IFK Göteborg	31 832	2	12 281	4	14 385	2	2:36.54	3
Gefle IF	31 549	3	13 056	2	12 969	7	2:33.29	2
Ystads IF	30 710	4	13 176	1	12 775	8	2:40.36	8
Täby IS	29 431	5	11 847	6	13 207	5	2:44.08	12
Hässelby SK	29 077	6	11 319	8	13 174	6	2:42.05	10
IFK Växjö	28 325	7	12 120	5	11 758	12	2:43.39	11
Upsala IF	29 974	8	9 332	17	13 695	4	2:38.58	5
Turebergs IF	27 588	9	10 469	11	12 751	9	2:44.17	13
Malmö AI	26 500	10	10 929	10	10 578	16	2:38.14	4
KA2 IF	26 479	11	9 859	13	11 753	13	2:39.33	6
Västerås FK	26 228	12	10 177	12	11 242	15	2:39.88	7
Sävedalens AIK	23 792	13	11 161	9	12 631	10	DQ	-
Örgryte IS	23 602	14	7 401	17	12 296	11	2:48.89	15
Bromma IF	22 169	15	7 927	19	9 564	18	2:41.14	9
Hammarby IF lag 2	21 180	16	6 826	21	10 274	17	2:47.08	14



Copyright Hammarby Friidrott / Fotog

Hammarby stod som segrare efter en tuff Kraftmätningssfinal! FOTO: Kim Hedbom

10-11 september – Regionsmästerskapen 13-14 år, Eskilstuna

F13	F14	P13	P14	RM-poäng	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
7/17	3/7	5/12	9/20	127.5 (3)	6	7	4	36 (3)

Målet är att få med minst 20 aktiva på dessa tävlingar och det målet uppfyllades med råge då vi hade hela 24 ungdomar med. 17 medaljer bärgades av dessa duktiga ungdomar! När det gällde medaljer av ädlaste valör så var det våra 09:or som stod för dem. Allesandro Mancinella tog en dubbel i favoritgrenarna 60mh och höjd samt silver i längd. Malva Lönn tog även hon dubbla guld på 60m och 60mh och kompletterade medaljskörden med två silver på 200m och i längd! Tyra Sternlind och Jumanne Hackett tog hem varsitt guld i spjut där båda fick på fina kastlängder.

Medaljörer blev:

1. Allesandro Mancinella -09	P13	60mh	9.46	2. Tyra Sparv -08	F14	300mh	47.25
1. Allesandro Mancinella -09	P13	höjd	1.63	2. Tyra Sparv -08	F14	längd	5.36
1. Jumanne Hackett -09	P13	spjut	38.04	2. Malva Lönn -09	F13	200m	27.42
1. Malva Lönn -09	F13	60m	8.34	2. Malva Lönn -09	F13	längd	5.36
1. Malva Lönn -09	F13	60mh	9.36	3. Albin Wolgast -08	P14	diskus	38.77
1. Tyra Sternlind -09	F13	spjut	34.14	3. My Lindberg -08	F14	80m	10.9m
2. Benjamin Wilkinson -08	P14	stav	3.52	3. Inez Resare -08	F14	2000m	7:03.61
2. Ricky Wahlberg -08	P14	diskus	41.97	3. Alma Eklöf -09	F13	kula	11.43
2. Allesandro Mancinella -09	P14	längd	5.28				



Det vinnande laget från Stockholm i härlig glädjeyra! FOTO: Sara Wilkinsson



Våra duktiga stavhoppsskillar Benjamin Wilkinson och Theodor Håkansson FOTO: John Håkansson

11 september – Lag-USM 15-17 år, Stockholm, Källbrinks IP

Vilken laginsats av våra ungdomar! Efter förra årets fjärdeplats var årets mål att ta en medalj och målet för 2023 är att stå högst upp på pallen! Men redan i år så lyckades vi vinna trots att vi inte hade med någon 17-åring i laget och trots en hel del återbud! Några prestationer är värda att nämnas: Lii Jabbour tog hem en dubbel då hon vann 100m på 14.63 och tresteg på nya perset 11.74. Matilda imponerade stort då hon vann 400m på den fantastiska tiden 56.12 – kanske tävlingens bästa resultat! Elias Kapell stod för ett mäktigt längdhopp där han vann på 6.87 och kompletterade med en tredjeplats på 200m på perset 22.67. Esther Sahlqvist kom tvåa på 100m på 12.32 i motvind. Tvåa kom även Tove Olsson i spjut på 36.84 och hon fick även hoppa in som reserv i diskus. Maggie Dahllöf gjorde en mycket fin insats på 3000m där hon fick rycka in för reserven för reserven och tog viktiga poäng. Inför den avslutande stafetten 4x100m ledde Tureberg med några poäng men efter mycket fina stafettinsatser så stod vi som segrare. Tjejerna vann sin stafett på nytt klubbrekord 47.96 (Emmy Wolgast, Esther Sahlqvist, Lii Jabbour, Matilda Borg). Killarna gjorde också en bra insats i stafetten där de kom tvåa efter MAI:s snabba killar.

Poängsammanställning:

1. Hammarby IF	175 p	8. IFK Växjö	111 p
2. Turebergs FK lag 1	170 p	9. Västerås FK	107 p
3. Hässelby SK	155 p	10. IF Göta	104 p
4. Malmö AI	147 p	11. Turebergs FK lag 2	96 p
5. Upsala IF	144 p	12. IFK Lund	94 p
6. Täby IS	137 p	13. KFUM Örebro	73 p
7. Huddinge AIS	112 p		



Ett riktigt härligt och glatt gäng efter den överraskande segern på Lag-USM FOTO: Kim Hedbom

22-23 september – Terräng-DM, Sollentuna, Edsbergs sportfält

Antal F/K	Antal P/M	DM-poäng	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
2	2	?	1	1	1	6

Årets Terräng-DM genomfördes i samband med Tullingeloppet ute vid Lida. Våldigt få i vår förening som verkar gilla terränglöpning men de som deltog gjorde bra ifrån sig. Hilda Järvinen vann klassen F13 som löpte 2.5km på tiden 11:29. Freja Wallblom löpte långa banan 10km och kom tvåa på 43:35. Elton Hedberg testade formen inför Terräng-SM och kom trea i P17 över 5km på tiden 17:32. Vår ungdomstränare Joar Palm löpa 10km på tiden 39:21.



Freja Wallblom tvåa på långa banan 10 kilometer FOTO: Michael Forss

22-23 oktober – Terräng-SM, Stockholm, Vällingby

Antal F/K	Antal P/M	SM-poäng	Guld	Silver	Brons	Medaljpoäng
1/0	2/2	0.5 (37)	0	0	0	0

Trots hemmaplan så var det tunnsått med deltagare från Hammarby – endast 5 deltagare varav två veteraner! Bäst bland ungdomarna var allsidige Ella Johansson som kom femma i klassen F15 4km på tiden 15:20. Vår superveteran Lars Svidén kom tvåa i klassen M75 4km på tiden 19:44.

FOLKSAM GRAND PRIX 2022

12 juni – Sollentuna GP, Sollentunavallen

Nils Holm gjorde ett mycket fint lopp på 1500m och satte nytt personligt rekord med 4:12.99. Filippa Ramberg sprang även hon 1500m och gjorde en fullgod insats med tiden 4:40.93.

3 juli– Karlstad GP, Tingvalla IP

Erik Ehrlin hoppade tresteg men fick inte till det och stannade på 14.95. Filippa Ramberg gjorde ett kanonlopp på 800m och noterade nytt personligt rekord med 2:13.70.

26 juli – Söderhamn GP, Hällåsen

Erik Ehrlin var en av tre trestegsdeltagare i tävlingen och enda Hammarbydeltagaren i Söderhamn. Han nådde 15.36 och kom trea i tävlingen.



Erik Ehrlin i ett härligt häng

LANDSKAMPER & INTERNATIONELLA MÄSTERSKAP 2022

Nordenkampen, Uppsala, 12-13 februari

Grete Ahlberg gjorde en härlig prestation då hon slog nytt personligt rekord och klubbrekord och kom tvåa i tävlingen på fina 21.38.

Nora Lundin hade en positiv inomhussäsong och fick springa 3000m på Nordenkampen. Hon fick tyvärr Corona och hade inte riktigt återhämtat sig till landskampen och fick nöja sig med en sjundeplats denna gång och noterade 9:37.20.

Europacupen kast, Leiria, Portugal, 12-13 maj

Grete Ahlberg deltog i tävlingen i slägga som blivit en sedvanlig företeelse de senaste åren. Hon slog till med fina 68.77 och tog en sjundeplats.

Bauhausgalan, Stockholm, 30 juni

Här gick en stafett för det svenska P19-laget och vi hade med tre stycken sprintkillar! Arvid Wändesjö inledde fint och växlade till Alexander Pilgrim. Viktor Wall tog hand om sista sträckan. Grabbarna fick springa mot seniorer så det rädde mycket tuff konkurrens. Tiden blev 40.86 och placeringen en åttondeplats.

Nordiska Juniorlandskampen, Malmö, 16-17 juli

Här hade vi ett stort deltagande med sju stycken juniorer med. Markus Moberg och Arvid Wändesjö ordnade en dubbelseger åt landslaget i 110mh med 13.77 respektive 14.10. Teo Borgius klarade 5.00 i stav och tog en andraplats i grenen. Alex Pilgrim gjorde ett fint lopp på 400m och var med tiden 48,82 trea i mål. Han var även med i landslaget på 4x400m-stafetten där de kom trea med tiden 3:173.9. Viktor Wall slog sitt personliga rekord när han fick till ett lopp på 10,76 och med det kom fyra. Viktor sprang även en sträcka i 4x100m-stafetten där landslaget kom tvåa med tiden 40,73. Noah Bucht Wesslén kom på sjundeplats i 400mh med tiden 58.06. Han var även med i landslaget på 4x400m-stafetten där de kom trea med tiden 3:17.39. Nils Holm blev uttagen i 5000m och kom på en åttondeplats med 16:33.66.

VM, Eugene, USA, 15-24 juli

Grete Ahlberg blev oväntat uttagen i sista minuten till VM! Grete gjorde en finfin prestation när hon dessutom lyckades ta sig till final i tävlingen med nytt personligt rekord och för första gången någonsin över 70 meter! Nya perset och klubbrekordet 70.87! I finalen lyckades hon åter kasta över 70 meter med 70.11 vilket räckte till en sensationell niondeplats!

EYOF, Banská Bystrica, Slovakien, 24-30 juli

Här hade vi Esther Sahlqvist i 100mh som på förhand hade en bra chans att ta en medalj. Esther gjorde mycket bra ifrån sig i sitt första internationella mästerskap när hon lyckades ta sig till final med nya personliga rekordet 13.49. I finalen blev det en härlig silvermedalj med ytterligare en snabb tid på 13.56.

JVM, Cali, Colombia, 1-6 augusti

Markus Moberg lyckades kvala in till JVM i Colombia. Sedan tog sig Markus till semifinal i tävlingen med tiden 13.83. Tyvärr gick han inte vidare till finalen men det blev nytt personligt rekord i tävlingen då han i semifinalen noterade 13.76! I helheten var det en suverän insats av Markus, speciellt med tanke på de skador som förföljt honom under säsongen.

EM, München, Tyskland, 15-21 augusti

Grete Ahlberg tog sig även till EM i München efter sina fina prestationer under säsongen. Här tog hon sig till ännu en mästerskapsfinal då hon var fyra i kvalet med 68.73. I finalen fick hon inte riktigt till det då säsongen varit en mental urladdning för Grete. Men hon kom på en niondeplats igen vilket är en åter häpnadsvärd insats, med noteringen 67.29.

Finnkampen, Helsingfors, Finland, 3-4 september

Grete Ahlberg tog hem vinsten i släggan när hon i sista kastet stod för fina 69.30. Gretes första Finnkampsvinst var ett faktum! Erik Ehrlin fick inte till hoppningen riktigt i tresteget och kom femma på 15.06.

Esther Sahlqvist sprang ungdomsstafett på 4x100m i det vinnande laget som noterade 45.87. Hon fick tyvärr ryggproblem som omöjliggjorde hennes individuella start på 100mh.

TRÄNINGSLÄGER 2022

2-8 april – Träningsläger äldre löpgruppen, Portugal – Monte Gordo

Michael Forss åkte ner till löparvänliga Monte Gordo med sex av sina aktiva för en veckas träningsläger och laddning inför försäsongen. Monte Gordo erbjuder både fina löparmöjligheter och en högklassig idrottsanläggning. Det blev en bra vecka med många fina träningspass.



Löpgänget på den härliga idrottsarenan i Monte Gordo FOTO: Michael Forss

6-20 april – Träningsläger äldre teknikgruppen, Spanien – Nerja

Lotta Borgius åkte med 16 aktiva för intensiva träningsdagar. Ett läger med aktiva från flera föreningar. Några aktiva var nere en vecka några 10 dagar och några två veckor. Oturligt härjade magsjuka bland flera aktiva i truppen så lägret blev inte riktigt så bra som det var tänkt för alla. Annars är Nerja ett bra alternativ på läger under våren då vädret brukar vara okej vid denna tidpunkt på året.



Pyramidbygge i Nerja – undrar om den klarar en jordbävning? FOTO: Lotta Borgius?

4-11 augusti – Träningsläger för Team 06-07, Gotland, Visby

Team 06-07 gjorde en favorit i repris när de styrde kosan till Gotland och Visby. Truppen bodde i Gustavsviks stugby som ligger några kilometer norr om Visby i lägenheter där vi hade självhushåll. Hela gänget, 31 aktiva och sju tränare hyrde cyklar så de på ett smidigt sätt kunde ta sig till de olika aktiviteterna.

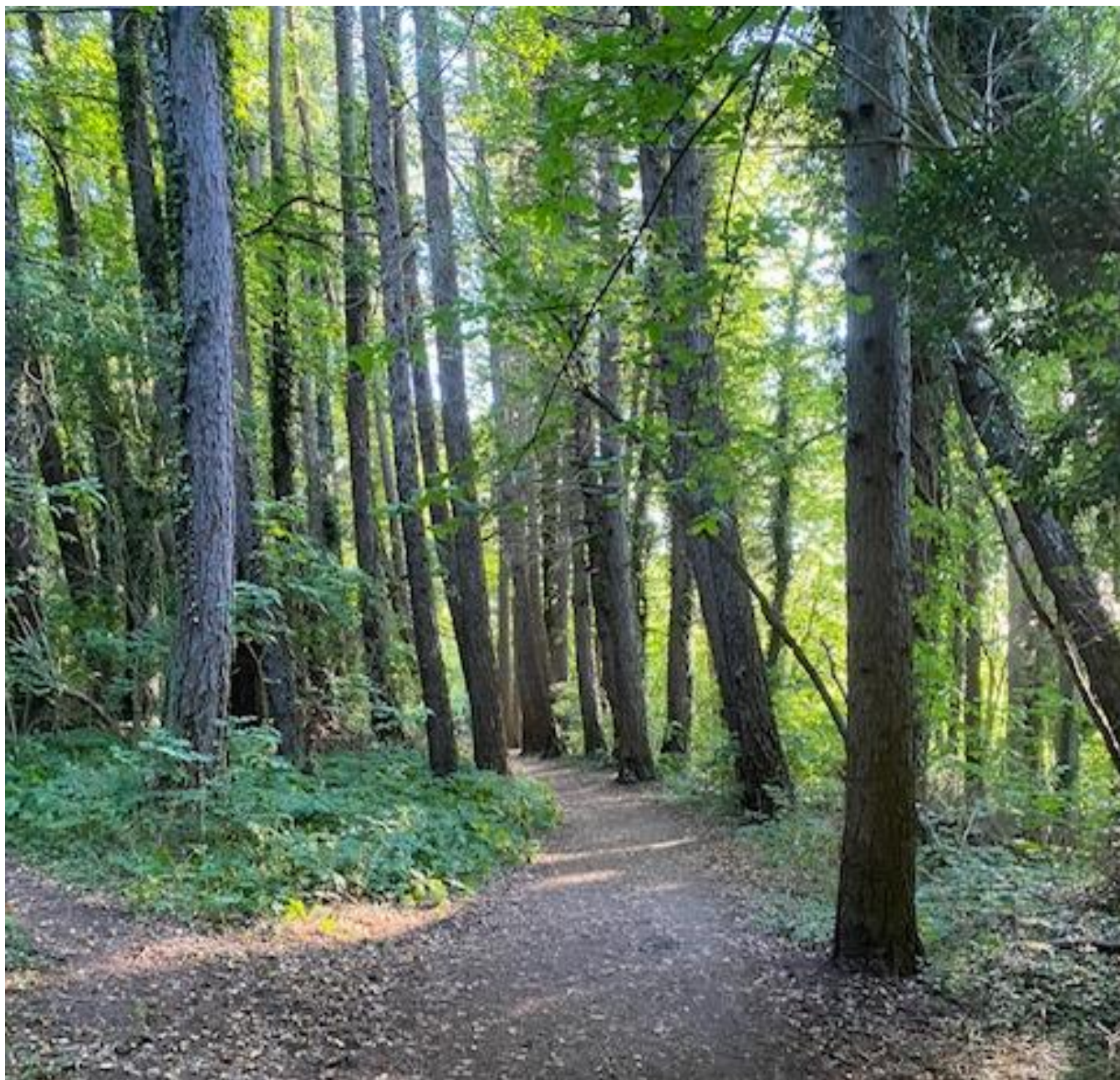
Det genomfördes många bra pass på Gutavallen inne i Visby men också ett antal träningar vid anläggningen i Gustavsvik. Löparna hade fina löparpass på stigarna längs kusten. En av dagarna åkte löpargänget till ett naturreservat som ligger norr om Lummelundagrottorna där ett tufft pass över 15 kilometer genomfördes.

Några av våra kastare åkte till Tingstäde där det genomförs ett antal kasttävlingar varje sommar. Det blev flera fina resultat och ett och annat personligt rekord.

Det hans även med lite sol och bad i det fina vädret, även beachvolleyboll, massagekurs och en grillkväll under denna intensiva lägervecka.



En härlig grillkväll nere vid stranden med Kristian Hansson som grillmästare FOTO: Peter Wikström



Härliga löparstigar "Kärleksstigen" med perfekt underlag på väg in mot Visby FOTO: Peter Wikström



Vy från Galgbacken utanför Visby och en bild från Gustavsviks badvik i solnedgången FOTO: Peter Wikström

PARA-FRIIDROTT, NYSTART I HAMMARBY 2022

Hammarby Funkisidrott är en grupp för personer med intellektuella funktionsvarianter som startades i september 2022 och som ligger inom ramen för Hammarby Friidrott. Initiativet togs redan 2019 av Janne Pilblad, en före detta tränare i Hammarby Friidrott, som länge brunnit för denna grupp av individer. Av olika anledningar försenades starten av gruppen. En stor anledning stavades coronapandemin.



Våren 2022 tog Anneli Aaltonen Krantz, som då satt i Hammarby Friidrotts styrelse, kontakt med Janne Pilblad för att sondera terrängen om att dra i gång denna verksamhet. Beslut togs att bjuda in personer i den aktuella målgruppen i samband med Glada Midnattsloppet samma år. Både Janne och Anneli har jobbat med målgruppen i många år och har en stor erfarenhetsbas, vilket är en stor fördel i arbetet med det pedagogiska tänket kring gruppen. Det bestämdes att erbjuda ett "prova på" datum för de som visade intresse som sattes till söndagen den 4 september på Enskede IP.

Det kom 10 personer i åldrarna 7 – 40 år som fick prova på att hoppa längd, springa över häckar och kurstafett. Av dessa så åtta att de ville fortsätta med friidrott i Hammarby. Vi hade nått målet att få ihop en grupp och en arbetskollega (Sofia Klingborg) till Janne Pilblad kontaktades för att vara behjälplig med träningen.

Gruppen har sedan starten haft 11 sammankomster, varav 10 med friidrott och 1 där de har träffats och spelat bowling samt ätit tillsammans. Gruppen är i åldrarna 7–30 år med tre killar och fem tjejer.

Den icke friidrottsrelaterade aktiviteten (bowlingen) sponsrades av RF-SISU, för så kallade trygghetsskapande åtgärder för en nystartad verksamhet i arbetet att inkludera en specifik grupp individer i en redan etablerad förening. Parasportförbundet i Stockholm har också varit ett stort stöd med deras erfarenhet och kunskap i hur man startar upp en sådan här grupp.

Målet med gruppen är att i ett första steg behålla deltagarna och registrera dem i Hammarby Friidrott samt att fortsätta bedriva träning 1/gång i veckan. På sikt är det också önskvärt att gruppen kan börja tävla och samarbeta med andra föreningar som har liknande verksamhet. Ytterligare ett mål är självfallet att det kommer flera personer som vill hålla på med friidrott i Hammarby.

Av erfarenhet så tas inte denna verksamhet alltid på allvar i samhället vilket vi vill ändra på. Däremot så hälsar Sofia och Janne att de har mötts av positiva hejarop och glada bifall. Vi ser verkligen fram emot 2023 då gruppen kommer att synas och höras ännu mer 😊
@hammarbyfunkisidrott är ett konto ni gärna kan följa.

Text med hjälp av Janne Pilblad och Sofia Klingborg.

FRIIDROTTSSKOLAN 2022

Hammarby Friidrott erbjöd Friidrottsskolan under fem sommarlovsveckor där vi i år kunde ta emot flera barn per vecka. Resultatet för året friidrottsskola blev denna sommar 1043 barn under fem veckor! (Sommar 2021 hade vi 1147 barn under sju veckor)

I år hade vi en platschef på Enskede IP, Tilda Kapell, som tog hand om ledarna och det praktiska under fyra av de fem friidrottsskoleveckorna. Vecka 27 var en lugnare vecka så den kunde vår projektledaren Sussi Lindefalk ta hand om själv. Tilda gjorde ett mycket bra jobb med att få både ledare och barn att trivas och Sussi kunde i stället ägna sig åt att planera för de kommande veckorna.

Vi satsade lite mer på barnpassningen i år och hade bland annat myshörna (på morgonen) med en stor luftmadrass med kuddar, filter och böcker samt lekhörna med många leksaker. Denna utrustning plockade kanslipersonalen med hemifrån för att hålla nere kostnaderna. Annat pyssel vi erbjöd var klippa, klistra måla, pärlor, ansiktsmålning, bollek och vattenkana, samt pyssel med tomma toalettrullar som vi samlat på oss under flera månader, miljövänligt och prisvänligt.

Vi försöker tänka miljö så mycket som det går. Maten levererades från SportsCater och serverades från stora bläck och vi använde riktiga tallrikar och bestick. Våra resurser från Stadsdelsförvaltningen hade hand om serveringen samt disken efteråt.

På Västberga IP tog vi även denna sommar emot två Vittraskolor, Telefonplan och Luma Park, som erbjöd sina elever åk F-6 friidrottsfritids första veckan på sommarlovet. Ida Nielsen var platschef på Västberga IP med åtta ledare och 83 barn som under fem förmiddagar provade på olika friidrottsgrenar.

Familjebostäder, Stockholmshem och Svenska Bostäder var som tidigare år sponsorer och kunde erbjuda sina boende en friidrottsvecka med Hammarby till rabatterat pris.

Våra 65 ledare och nio resurser från Stadsdelsförvaltningen gjorde ett fantastiskt jobb med att göra detta till en riktigt lyckad friidrottsskola. För våra deltagande barn blev det en vecka med skratt, mängder av friidrott, vattenlek, nya kompisar och engagerade ledare.

Av de 65 anställda Hammarbyledarna hade vi ett 15-tal som var med för första gången, de gjorde alla en bra insats! De rutinerade ledarna visar vägen, styr och lär upp de nya. Det är mycket bra stämning mellan våra ledare över åldersgränserna, vilket bidrar till den goda stämningen på hela friidrottsskolan samt att ledarna kommer tillbaka och jobbar fler somrar. Utan ledare blir det ingen friidrottsskola och det är tryggt att veta att vi kan förlita oss på våra engagerade och duktiga ledare! Vår projektledare Sussi Lindefalk var väldigt nöjd med sommarens friidrottsskola!



Några av våra duktiga ledare och glada barn vid mattältet på Sommarfriidrottsskolan. FOTO: Kim Hedbom

PROJEKTSTÖD 2022

Bidrag från RF/SISU och Svenska Friidrottsförbundet 2022

RF-nr: 34766

Ärende ID	Ansökan	Från	Idrottsmedel	Belopp
134358	Tryggare och inkluderande miljö PARA	RF-SISU Sthlm	Föreningsmiljö	4 000
134178	PC Kast utv.träff	SFIF	Utbildning 22/23	1 800
134112	PC Medel/lång utv.träff	SFIF	Utbildning 22/23	1 600
134077	PC Mångkamp utv.träff	SFIF	Utbildning 22/23	3 600
134057	PC Sprint/Häck utv.träff	SFIF	Utbildning 22/23	3 600
134022	SFIF Friidrott 14-17 år	SFIF	Utbildning 22/23	22 000
133598	Fördjupning tränare kast spjut/kula	SFIF	Utbildning 22/23	600
132593	Rörelseförståelse och ledarskap	RF-SISU Sthlm	Föreningsmiljö	4 000
126897	"Nya" föreningslokalen	RF-SISU Sthlm	Föreningsmiljö	10 000
125417	Svealandsmästerskap ute	SFIF	Återstart 21/22	12 000
122143	Grenskola höjd GOST	SFIF	Utbildning 22/23	2 400
122128	Grenskola längd GOST	SFIF	Utbildning 22/23	2 400
120490	PC Mångkamp	SFIF	Utbildning 22/23	3 600
119601	Kraftmäningen kval	SFIF	Utbildning 22/23	32 000
115412	Återstartsstöd material	SFIF	Återstart 21/22	10 000
114437	Stockholmskampen	SFIF	Barn och ungdom 22/23	33 000
114378	Friidrottsskolan	RF-SISU Sthlm	Idrottsövergripande utb.	5 000
114194	Svealandsmästerskap inne	SFIF	Återstart 21/22	12 000
111591	Utveckla ledarna	RF-SISU Sthlm	Föreningsmiljö	9 000
109952	Ledarskapsutbildning	RF-SISU Sthlm	Idrottsövergripande utb.	10 000
109423	Kul Friidrott 1	RF-SISU Sthlm	Idrottsövergripande utb.	4 500
108738	Kul Friidrott 2	RF-SISU Sthlm	Idrottsövergripande utb.	4 500
108640	Mini-KM i Terräng	SFIF	Återstart 21/22	5 000
108638	Lilla Hammarbyspelen	SFIF	Återstart 21/22	5 000

201 600

EGNA ARRANGEMANG 2022

Pandemin slog till igen kring juletid och restriktioner infördes vilket omöjliggjorde genomförandet av Hammarbyspelen som planerat. Vi tänkte om med hänsyn till restriktionerna och genomförde Hammarbyspelen EXTRA i stället. Veckan innan tävlingen så släppte myndigheterna på restriktionerna men då var det för sent att göra ändringar vilket gjorde att vi körde på pandemialternativet. Tävlingen blev mycket lyckad och vi fick beröm för arrangemanget.

Sussi Lindefalk genomförde Lilla Hammarbyspelen i ett nytt koncept med en hel del alternativa grenar där också Bajenmaskoten deltog. Det blev ett mycket lyckat arrangemang där flertalet av de deltagarna var från Hammarby, totalt 267 barn.

SPIKEN är nu nedlagd. I stället senomförde vi KM i terräng i Kärrtorp där det löptes på elljusspåret som är drygt 2,5 kilometer.

Kastarna har genomfört ett antal tävlingar i Sättra Friidrottshall och på Enskede IP med Sussi Lindefalk som härförare.

Sussi Lindefalk och Mikael Thulin återupptog Höstgaloppen med kort varsel då det kom som önskemål från några av klubbens ledare.

Arrangemang inomhus:

	<u>Datum</u>	<u>Tävlingsledare</u>
Bara kast – vikt 1, Sättra Friidrottshall	13/1	Sussi Lindefalk
Bara kast – vikt/kula 2, Sättra Friidrottshall	27/1	Sussi Lindefalk
Hammarbyspelen EXTRA, Sättra Friidrottshall	11-13/2	Peter Wikström
Bara kast – vikt/kula 3, Sättra Friidrottshall	22/2	Sussi Lindefalk
Lilla Hammarbyspelen, Sättra Friidrottshall	20/3	Sussi Lindefalk

Arrangemang utomhus:

	<u>Datum</u>	<u>Tävlingsledare</u>
Triangelkampen match 2	8/5	Sussi Lindefalk/Peter Wikström
Mini-KM i terräng, Vårflodsparken	11/5	Sussi Lindefalk/Peter Wikström
Bara kast 1 - diskus, Enskede IP	24/5	Sussi Lindefalk
Bara kast 2 – kula/slägga, Enskede IP	30/5	Sussi Lindefalk
Stockholmskampen, deltävling 2, Enskede IP	15/6	Peter Wikström
Bara kast 3 – kula/slägga, Enskede IP	31/7	Sussi Lindefalk
Bara kast 4 – diskus/slägga, Enskede IP	9/8	Sussi Lindefalk
Stockholmskampen final 12 år, Enskede IP	17/9	Peter Wikström/Eerika Kiili
Stockholmskampen final 13 år, Enskede IP	18/9	Peter Wikström/Eerika Kiili
Castorama 1, Enskede IP	1/10	Sussi Lindefalk
Castorama 1, Enskede IP	2/10	Peter Wikström
KM i terräng, Kärrtorp	16/10	Peter Wikström/Michael Forss
Höstgaloppen, Enskede IP	25/10	Sussi Lindefalk/Micke Thulin
Bajens Winterkast – slägga och diskus, Enskede IP	20/12	Sussi Lindefalk

Arrangemang där vi har varit delaktiga:

Kval Lag-SM, Tibblevallen, Täby	21/5	Peter Wikström
Bauhaus-Galan, Stadion	28/6	Stadionklubbarna/Mikael Thulin

MIDNATTSLOPPET 2022

Pandemin var över och vi kunde åter igen se fram emot fysiska genomföranden. Vår ambition tonades ner lite efter permitteringar i bolaget och en enad styrelse beslutade att låta Göteborg vara vilande. Stockholm, Helsingfors och Malmö blev de tre städer som genomfördes detta år. Vi hade en förhoppning att deltagarna skulle ha ett uppdämt behov av att få träffas men fick inse att marknaden inte var riktigt redo ännu. Deltagarantalet i stora Midnattsloppet landade på blyga 13 491 i Stockholm, Lilla Midnattsloppet 749 st och Mini Mil 797.

Malmö landade på 2721 deltagare och Helsingfors på 3290 deltagare. Vi har inte haft så låga deltagarsiffror i Malmö och Helsingfors någonsin och för Stockholm får vi gå tillbaka till 2004 för att hitta så lågt deltagarantal.

Med detta utfall har och är det ekonomiska läget i bolaget fortsatt ansträngt trots att vi under senhösten fick ett stort bidrag i form av ett återstartsstöd. Vi erhöll 1 940 000 kr och av dessa har vi nyttjat 1,1 miljon för att balansera 2022 års resultat. Vi ser givetvis fram emot nya Midnattslopp 2023 men behöver fortsätta att vara återhållsamma.

Midnattsloppet/Lars Eriksson Svensk.



Stockholms Bästa

Stockholms Bästa föddes under pandemin och genomfördes nu för tredje gången våren 2022. Det är en loppserie om 6 lopp där alla lopp finns tillgängliga med tidtagning under 10 dagar och under 24 timmar om dygnet.

Målet är att få visa upp nya fina löprundor samtidigt som du får tidtagning och genom det möjlighet att mäta dina träningsinsatser.

Vårens lopp 2022 startade i mars och avslutades i början av juni. Loppen genomfördes av ca 450 löpare och årets lopp var Karlbergskanalen, Grimsta, Flaten, Södra Djurgården, Vinterviken, Södra Magelungen. Stockholm Bästa genomförs även våren 2023.

ARENA RUN

Arena Run fick ställas in på det ordinarie datumet 18-19 februari p.g.a pandemin och flyttades till den 2-3 december 2022. Totalt samlades det drygt 3000 deltagare för att springa en hinderbana på 2, 5 eller 10 km. Deltagarmässigt var det ett tapp med ca 1000 deltagare gentemot 2020 års lopp så trenden att folk är försiktiga efter pandemin håller i sig.

De som vara på plats och deltog vad dock väldigt nöjda med arrangemanget och önskar flera deltagare inför kommande år. Fredagskvällen bjöd på en företagsstafett med ca 150 lag och det blev en väldigt trevlig stämning. Bauhaus var ny huvudpartner för Arena Run, de gillade vad de såg och det gav mersmak inför kommande år. Det var ca 100 Hammarby funktionärer på plats för att sköta alla delar av arrangemanget och det genomfördes väl. Inget nytt datum är satt för 2023.



SÄRSKILDA UTMÄRKELSER 2022

Nomineringskommittén har bestått av: Mats Ahlberg, Mikael Thulin, Pär Hellstadius, Jonathan Eklund, och Peter Wikström samt styrelsen.

Utmärkelser presenteras på årsmötet!

NYA KLUBBREKORD INOMHUS 2022

Datum	Gren	Klass	Namn	Resultat	Tävling/Ort
2022-03-25	3 000m	M45	Persson, Eskil -77	9:26.81	IVSM, Västerås
2022-03-20	7-kamp	P16	Kapell, Elias -06	4 693	IUSM Mångkamp, Örebro
2022-03-19	5-kamp	F16	Sahlqvist, Esther -06	3 712	IUSM Mångkamp, Örebro
2022-03-13	800m	M45	Persson, Eskil -77	2:15.58	Veteran-DM, Sätrahallen
2022-03-13	1 000m	P15	Karlsson, Vilmer -07	2:35.59	IUSM 15-16 år, Göteborg
2022-03-13	Kula	F16	Forsell, Ellen -06	14.38	IUSM 15-16 år, Göteborg
2022-03-12	1 500m	M45	Persson, Eskil -77	4:28.30	Veteran-DM, Sätrahallen
2022-03-12	60 mh	F16	Sahlqvist, Esther -06	8.31	IUSM 15-16 år, Göteborg
2022-03-12	Vikt	F16	Forsell, Ellen -06	17.96	IUSM 15-16 år, Göteborg
2022-03-06	60 m	P19	Borg, Jonatan -03	6.89	IJSM + IUSM 17 år, Skellefteå
2022-03-05	60 mh	P19	Wändesjö, Arvid -03	7.98	IJSM + IUSM 17 år, Skellefteå
2022-03-05	Stav	P19	Borgius, Teodor -03	4.86	IJSM + IUSM 17 år, Skellefteå
2022-02-26	60 m	F16	Sahlqvist, Esther -06	7.70	MAIK-spelen, Göteborg
2022-02-24	Tresteg	M70	Hirvi, Matti -50	9.50	Veteran-EM, Portugal
2022-02-22	60 m	M70	Hirvi, Matti -50	9.69	Veteran-EM, Portugal
2022-02-22	Kula	P19	Sundberg, Martin -03	15.30	Bara Kast 2, Sätrahallen
2022-02-20	Stav	P15	Hackett, Quincy -07	4.00	Lilla HSK-spelen, Sätrahallen
2022-02-19	1 500m	F19	Lundin, Nora -03	4:28.58	Raka Spåret, Sollentunahallen
2022-02-19	Stav	F18	Hellstadius, Alannah -04	3.70	Raka Spåret, Sätrahallen
2022-02-18	1 000m	P14	Atlassi, Jonas -08	2:54.01	Resultattävling, Sätrahallen
2022-02-13	1 000m	F15	Borg, Matilda -07	3:04.07	Hammarbyspelen extra, Sätrahallen
2022-02-12	Vikt	KS	Ahlberg, Grete -98	21.38	Nordenkampen, Uppsala
2022-02-11	Längd	P19	Wall, Niklas -03	7.19	Hammarbyspelen extra, Sätrahallen
2022-02-02	800 m	F19	Lundin, Nora -03	2:13.79	Turebergs expl. 2, Sollentunahallen
2022-01-29	3 000m	KS	Lundin, Nora -03	9:22.24	Turebergs expl. 2, Sollentunahallen
2022-01-19	Vikt	MS	Lindfalk, Alexander -03	11.10	Turebergs expl. 1, Sollentunahallen
2022-01-19	Vikt	P19	Lindfalk, Alexander -03	11.10	Turebergs expl. 1, Sollentunahallen
2021-12-12	Längd	F14	Sparv, Tyra -08	5.48	Luciaspelen, Sätrahallen
2021-11-14	Vikt	M60	Johansson, Håkan -60	15.22	IVSM 2021, Västerås
2021-11-13	60 m	M50	Karlsson, Tobias -69	9.36	IVSM 2021, Västerås

NYA KLUBBREKORD UTOMHUS 2022

Datum	Gren	Klass	Namn	Resultat	Vind	Tävling/Ort
2022-09-18	Slägga	M60	Johansson, Håkan -60	39.29		Veteran-SM, Källbrinks IP
2022-09-18	Kast 5-k	M60	Johansson, Håkan -60	2 835		Veteran-SM, Källbrinks IP
2022-09-17	Slägga	P12	Winterman, Hugo -10	26.41		Sthlm-kampen, Enskede IP
2022-09-11	2 000mh	P16	Herre, Filip -06	6:38.91		Lag-USM, Källbrinks IP
2022-09-11	Stav	P14	Wilkinson, Benjamin -08	3.52		RM 13-14 år, Eskilstuna
2022-09-11	4 x 100m	F17	Wolgast, Emmy -06	47.96		Lag-USM, Källbrinks IP
			Sahlqvist, Esther -06			
			Jabbour, Lii -06			
			Borg, Matilda -07			
2022-08-28	300mh	F16	Sahlqvist, Esther -06	43.36		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-28	Kula	F16	Forsell, Ellen -06	14.09		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-28	Spjut	P15	Johansson, Hannes -07	54.35		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-27	400 m	P19	Pilgrim, Alexander -03	48.28		JSM – USM17, Sollentuna
2022-08-27	800 m	P15	Karlsson, Vilmer -07	1:57.09		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-27	800 m	F15	Borg, Matilda -07	2:13.55		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-27	Diskus	P15	Bélec, Christoffer -07	50.42		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-27	Vikt	M60	Johansson, Håkan -60	14.15		Veteran-SM, Kalmar
2022-08-26	1 500mh	F15	Johansson, Ella -07	5:16.36		USM 15-16 år, Uppsala
2022-08-21	Slägga	P13	Hackett, Jumanne -09	31.39		UDM 12-14 år, Trollbäcken
2022-08-21	Diskus	P14	Wahlberg, Ricky -08	43.04		Goliatspelen, Kil
2022-08-09	Slägga	P19	Lindfalk, Alexander -03	47.81		Bara Kast 4, Enskede IP
2022-08-07	Diskus	KS	Krantz, Frida -04	47.14		SM, Norrköping
2022-08-07	Diskus	F18	Krantz, Frida -04	47.14		SM, Norrköping
2022-08-02	110mh	P19	Moberg, Markus -03	13.76	+0.3	JVM U20, Colombia
2022-07-28	100mh	F16	Sahlqvist, Esther -06	13.49	+1.2	EYOF, Slovakien
2022-07-24	Kula	F18	Krantz, Frida -04	11.87		Turebergskastet, Sollent.
2022-07-24	10-kamp	P16	Kapell, Elias -06	6 706	+0.4	Mångkamp-SM, Västerås
2022-07-24	7-kamp	F16	Dahllöf, Maggie -06	4 267	+0.6	Mångkamp-SM, Västerås
2022-07-24	5-kamp	F13	Broberg Rydqvist, Amanda -09	4 902	-0.3	Kalmar Sommarspel
2022-07-24	5-kamp	P13	Mancinella, Alessandro -09	4 866	+1.3	Kalmar Sommarspel
2022-07-23	Diskus	M40	Brown, Matthew -80	49.82		Turebergskastet, Sollent.
2022-07-15	Slägga	KS	Ahlberg, Grete -98	70.87		VM, USA
2022-07-10	5 000 m	M45	Persson, Eskil -77	15:45.97		Närkeracet, Hallsberg
2022-07-03	200 m	P19	Pilgrim, Alexander -03	21.72	+1.9	Laxaspelen, Halmstad
2022-06-19	200 m	F13	Lönn, Malva -09	26.16	-0.5	VU, Göteborg
2022-06-19	Diskus	F15	Johansson, Ella -07	35.93		VU, Göteborg
2022-06-18	60 m	F13	Lönn, Malva -09	8.10	+0.7	VU, Göteborg
2022-06-18	Stav	P19	Borgius, Teodor -03	5.02		VU, Göteborg
2022-06-17	Längd	F14	Sparv, Tyra -08	5.45	-2.0	VU, Göteborg
2022-06-17	Spjut	F16	Olsson, Tove -06	42.33		VU, Göteborg
2022-06-16	5 km	MS	Jonsson, Niklas -92	15.17		Sthlm 10, Stockholm
2022-06-12	200 m	F16	Sahlqvist, Esther -06	24.75	+0.7	SAYO, Sollentuna

NYA KLUBBREKORD UTOMHUS 2022 forts.

Datum	Gren	Klass	Namn	Resultat	Vind	Tävling/Ort
2022-05-28	3 x 800 m	F15	Johansson, Ella -07	7:07.17		Stafett-SM, Göteborg
			Wändin, Julia -07			
			Borg, Matilda -07			
2022-05-24	Diskus	P19	Sundberg, Martin -03	46.38		Bara Kast, Enskede IP
2022-05-15	Maraton	M45	Persson, Eskil -77	2:39.03		Copenhagen maraton
2022-05-15	Kula	P19	Sundberg, Martin -03	14.43		Vårkastet, Bålsta
2022-05-15	Spjut	P13	Hackett, Jumanne -09	41.24		Täby Open, Tibblevallen
2022-05-14	300m	F15	Borg, Matilda -07	40.28		Täby Open, Tibblevallen
2022-05-12	1 500m	M45	Persson, Eskil -77	4:31.80		Veteran DM, Botkyrka
2022-05-10	800m	M45	Persson, Eskil -77	2:13.91		Veteran DM, Botkyrka
2022-05-07	½ maran	M50	Brohult, Linus -72	1:23.26		Kungsholmen runt
2022-04-15	½ maran	M45	Persson, Eskil -77	1:12.39		Simlångsrakan, Halmstad
2022-04-03	Maraton	M50	Brohult, Linus -72	2:53.56		Paris maraton

KLUBBMÄSTARE 2022			MÄN SENIORER		
Utomhus			Inomhus		
100m			60m		
Dennis Otieno -91		10.42	Dennis Otieno -91		6.84
200m			200m		
Dennis Otieno -91		21.30	Nikolaos Pathiakakis -98		24.11
400m			400m		
Alexander Pilgrim -03		48.28	Nikolaos Pathiakakis -98		52.53
800m			800m		
Vilmer Karlsson -07	*	1:57.09	Aron Gullberg -06		2:15.45
1 500m			1 500m		
Nils Holm -04		4:12.99	Nils Holm -04		4:15.42
5 000m			3 000m		
Niklas Jonsson -92		14:40.49	Eskil Persson -77		9:26.81
10 000m			60m häck (106.7 cm)		
Eskil Persson -77		34:47.47	Vakant		-
5 km gatulopp			Höjd		
Niklas Jonsson -92		15:17	Jonatan Borg -03		1.93
10 km gatulopp			Stav		
Niklas Jonsson -92		31:10	Teodor Borgius -03		4.86
Halvmarathon			Längd		
Eskil Persson -77		1:12.39	Niklas Wall -03		7.19
Marathon			Tresteg		
Eskil Persson -77		2:39.03	Erik Ehrlin -90		15.64
100 km			Kula (7.26 kg)		
Vakant		-	Vakant		-
3 000m hinder (91.4 cm)			Vikt (15.88 kg)		
Kalle Brunnstedt -95		10:45.06	Alexander Lindefalk -03		11.10
110m häck (106.7 cm)			7-kamp		
Arvid Wändesjö -03		44.91	Vakant		-
400m häck (91.4 cm)					
Noah Bucht Wesslén -03		56.65			
Höjd					
Jonatan Borg -03		1.96			
Stav					
Teodor Borgius -03		5.02			
Längd					
Niklas Wall		7.18			
Tresteg					
Erik Ehrlin -90		15.53			
Kula (7.26 kg)					
Martin Sundberg -03		12.70			
Diskus (2.0 kg)					
Matthew Brown -80		49.82			
Slägga (7.26 kg)					
Alexander Lindefalk -03		42.44			
Spjut (800 gr)					
Richard Olsson Petersson -89		56.18			
10-kamp					
Vakant		-			
KM i terräng 5 000m Kärrtorp					
Felix Davidsson-Berndtsson -96		18:26			

KLUBBMÄSTARE 2022			POJKAR 19 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
100m			60m		
Viktor Wall -03		10.76	Jonathan Borg -03		6.89
200m			400m		
Alexander Pilgrim -03		21.72	Elias Kapell -06		53.16
400m			Filip Herre -06		53.16
Alexander Pilgrim -03	*	48.28	1 500m		
800m			Nils Holm -04	*	4:15.42
Vilmer Karlsson -07	*	1:57.09	60m häck (99.1 cm)		
1 500m			Arvid Wändesjö		7.98
Nils Holm -04	*	4:12.99	Höjd		
5 000m			Jonatan Borg -03	*	1.93
Nils Holm -04		15:45.97	Stav		
2 000m hinder (91.4 cm)			Teodor Borgius -03	*	4.86
Vakant		-	Längd		
110m häck (99.1 cm)			Niklas Wall -03	*	7.19
Markus Moberg -03		13.76	Tresteg		
400m häck (91.4 cm)			Alfred Berglind -06		12.54
Noah Bucht Wesslén -03	*	56.65	Kula (6.0 kg)		
Höjd			Martin Sundberg -03		15.30
Jonatan Borg -03	*	1.96	Vikt (15.88 kg)		
Stav			Alexander Lindefalk -03	*	11.10
Teodor Borgius -03	*	5.02	7-kamp		
Längd			Vakant		-
Niklas Wall	*	7.18			
Tresteg					
Felix Holmqvist -06		13.19			
Kula (6.0 kg)					
Martin Sundberg -03		14.43			
Diskus (1.75 kg)					
Martin Sundberg -03		46.38			
Slägga (6.0 kg)					
Alexander Lindefalk -03		47.81			
Spjut (800gr)					
Martin Sundberg -03		48.13			
10-kamp					
Vakant		-			

KLUBBMÄSTARE 2022			POJKAR 17 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
100m			60m		
Elias Kapell -06		11.58	Elias Kapell -06		7.27
200m			400m		
Elias Kapell -06		22.67	Elias Kapell -06	*	53.16
400m			Filip Herre -06	*	53.16
Filip Engström -06		53.36	1 500m		
800m			Filip Herre -06		4:22.72
Vilmer Karlsson -07	*	1:57.09	60m häck (91.4 cm)		
1 500m			Elias Kapell -06		8.40
Elton Hedberg -06		4:29.17	Höjd		
3 000m			Anton Roslund -07		1.78
Nils Holm -04		9:31.49	Stav		
2 000m hinder (91.4)			Quincy Hackett -07		4.00
Filip Herre -06		6:38.91	Längd		
110m häck (91.4 cm)			Elias Kapell -06		6.34
Elias Kapell -06		14.95	Tresteg		
300m häck (83.8 cm)			Alfred Berglind -06	*	12.54
Elias Kapell -06		38.66	Kula (5.0 kg)		
Höjd			Elias Kapell		13.19
Felix Holmqvist -06		1.87	Vikt (11.34 kg)		
Stav			Alfred Berglind -06		13.02
Quincy Hackett -07		3.91	7-kamp		
Längd			Elias Kapell -06		4 693p
Elias Kapell -06		6.87			
Tresteg					
Felix Holmqvist -06	*	13.19			
Kula (5.0 kg)					
Elias Kapell -06		13.62			
Diskus (1.5 kg)					
Felix Holmqvist -06		39.97			
Slägga (5.0 kg)					
Alfred Berglind -06		44.18			
Spjut (700gr)					
Elias Kapell -06		47.05			
10-kamp					
Elias Kapell -06		6 706p			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Vilmer Karlsson -07		8:37			

KLUBBMÄSTARE 2022			POJKAR 15 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
80m			60m		
Anton Roslund -07		9.87	Hannes Johansson		7.79
300m			200m		
Vilmer Karlsson -07		36.97	Vilmer Karlsson -07		24.19
800m			1 000m		
Vilmer Karlsson -07		1:57.09	Vilmer Karlsson -07		2:35.59
2 000m			60m häck (83.8 cm)		
Elton Hedberg -06		6:27.94	Hannes Johansson -07		8.83
1 500m hinder			Höjd		
Jonas Atlassi -08		4:58.54	Anton Roslund -07	*	1.78
80m häck (83.8 cm)			Stav		
Anton Roslund -07		11.63	Quincy Hackett -07	*	4.00
300m häck (76.2 cm)			Längd		
Anton Roslund -07		43.30	Anton Roslund -07		5.85
Höjd			Tresteg		
Anton Roslund -07		1.80	Simon Ek Linterius -07		11.48
Stav			Kula (4.0 kg)		
Quincy Hackett -07	*	3.91	Quincy Hackett -07		11.42
Längd			Vikt (9.08 kg)		
Anton Roslund -07		6.11	Christoffer Bélec -07		14.02
Tresteg			7-kamp		
Anton Roslund -07		12.95	Hannes Johansson -07		3 537p
Kula (4.0 kg)					
Ricky Wahlberg -08		12.30			
Diskus (1.0 kg)					
Chrisoffer Bélec -07		50.42			
Slägga (4.0 kg)					
Christoffer Bélec -07		47.53			
Spjut (600gr)					
Hannes Johansson -07		54.35			
8-kamp					
Anton Roslund -07		4 219p			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Vilmer Karlsson -07	*	8:37			

KLUBBMÄSTARE 2022			POJKAR 13 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
Utomhus			Inomhus		
60m			60m		
Alessandro Mancinella -09		8.53	Jonatan Borg -09		8.44
200m			200m		
Jonatan Borg -09		27.91	Alessandro Mancinella -09		28.14
600m			800m		
Ivar Janson -10		1:42.69	Ivar Janson -10		2:36.42
1 500m			60m häck (76.2 cm)		
Jonas Atlassi -08		4:40.86	Alessandro Mancinella -09		9.72
60m häck (76.2 cm)			Höjd		
Alessandro Mancinella -09		9.41	Alessandro Mancinella -09		1.52
200m häck (68.6 cm) 5 häckar			Stav		
Alessandro Mancinella -09		29.24	Jumanne Hackett -09		2.45
Höjd			Längd (zon)		
Alessandro Mancinella -09		1.63	Alessandro Mancinella -09		5.26
Stav			Tresteg (zon)		
Jumanne Hackett -09		2.90	Alessandro Mancinella -09		10.55
Längd (zon)			Kula (3.0 kg)		
Alessandro Mancinella -09		5.28	Jumanne Hackett -09		10.78
Tresteg (zon)			4-kamp		
Alessandro Mancinella -09		10.65	Vakant		-
Kula (3.0 kg)					
Jumanne Hackett -09		11.36			
Diskus (0.6 kg)					
Jumanne Hackett -09		36.61			
Slägga (3.0 kg)					
Jumanne Hackett -09		31.39			
Spjut (400gr)					
Jumanne Hackett -09		41.24			
5-kamp					
Alessandro Mancinella -09		4 866p			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Ivar Janson - 10		9:51			

KLUBBMÄSTARE 2022				KVINNOR SENIORER			
Utomhus				Inomhus			
100m				60m			
Esther Sahlqvist -06		12.15		Esther Sahlqvist -06		7.70	
200m				200m			
Esther Sahlqvist -06		24.75		Esther Sahlqvist -06		25.88	
400m				400m			
Matilda Borg -07		56.12		Matilda Borg -07		57.89	
800m				800m			
Matilda Borg -07		2:13.55		Nora Lundin -03		2:13.79	
1 500m				1 500m			
Filippa Ramberg -97		4:39.08		Nora Lundin -03		4:28.58	
5 000m				3 000m			
Vakant		-		Nora Lundin -03		9:22.24	
10 000m				60m häck (83.8 cm)			
Vakant		-		Alannah Hellstadius -04		9.12	
5 km gatulopp				Höjd			
Filippa Ramberg -97		18:16		Esther Sahlqvist -06		1.61	
10 km gatulopp				Stav			
Filippa Ramberg -97		38:02		Alannah Hellstadius -04		3.70	
Halvmarathon				Längd			
Vakant		-		Agnes Jansson -05		5.59	
Marathon				Tresteg			
Vakant		-		Lii Jabbour		11.40	
100 km				Kula (4.0 kg)			
Vakant		-		Frida Krantz -04		12.62	
3 000m hinder (76.2 cm)				Vikt (9.08 kg)			
Vakant		-		Grete Ahlberg -98		21.38	
100m häck (83.8 cm)				5-kamp			
Esther Sahlqvist -06		14.63		Vakant		-	
400m häck (76.2)							
Ella Johansson -07		68.54					
Höjd							
Felicia Lindberg -97		1.56					
Stav							
Alannah Hellstadius -04		3.32					
Längd							
Tyra Sparv -08		5.45					
Tresteg							
Lii Jabbour -06		11.74					
Kula (4.0 kg)							
Felicia Lindberg -97		12.28					
Diskus (1.0 kg)							
Frida Krantz -04		47.14					
Slägg (4.0 kg)							
Grete Ahlberg -98		70.87					
Spjut (600 gr)							
Maggie Dahllöf -06		36.13					
7-kamp							
Vakant		-					
KM i terräng 5 000m Kärrtorp							
Filippa Ramberg -97		19:12					

KLUBBMÄSTARE 2022			FLICKOR 19 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
100m			60m		
Esther Sahlqvist -06	*	12.15	Esther Sahlqvist -06	*	7.70
200m			400m		
Esther Sahlqvist -06	*	24.75	Matilda Borg -07	*	57.89
400m			1 500m		
Matilda Borg -07	*	56.12	Nora Lundin -03	*	4:28.58
800m			60m häck (83.8 cm)		
Matilda Borg -07	*	2:13.55	Alannah Hellstadius -04	*	9.12
1 500m			Höjd		
Julia Wändin -07		4:43.65	Esther Sahlqvist -06	*	1.61
3 000m			Stav		
Maggie Dahllöf -06		12:55.78	Alannah Hellstadius -04	*	3.70
2 000m hinder (76.2 cm)			Längd		
Ella Johansson -07		7:45.00	Agnes Jansson -05	*	5.59
100m häck (83.8 cm)			Tresteg		
Esther Sahlqvist -06	*	14.63	Lii Jabbour	*	11.40
400m häck (76.2 cm)			Kula (4.0 kg)		
Ella Johansson -07	*	68.54	Frida Krantz -04	*	12.62
Höjd			Vikt (9.08 kg)		
Tyra Sparv -08		1.50	Linn Harryson		14.23
Stav			5-kamp		
Alannah Hellstadius -04	*	3.32	Vakant		-
Längd					
Tyra Sparv -08	*	5.45			
Tresteg					
Lii Jabbour -06	*	11.74			
Kula (4.0 kg)					
Frida Krantz -04		11.87			
Diskus (1.0 kg)					
Frida Krantz -04	*	47.14			
Slägga (4.0 kg)					
Ellen Forsell -06		53.78			
Spjut (600 gr)					
Maggie Dahllöf -06	*	36.13			
7-kamp					
Vakant		-			

KLUBBMÄSTARE 2022			FLICKOR 17 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
100m			60m		
Esther Sahlqvist -06	*	12.15	Esther Sahlqvist -06	*	7.70
200m			400m		
Esther Sahlqvist -06	*	24.75	Matilda Borg -07	*	57.89
400m			1 500m		
Matilda Borg -07	*	56.12	Vakant		-
800m			60m häck (76.2 cm)		
Matilda Borg -07	*	2:13.55	Esther Sahlqvist -06		8.31
1 500m			Höjd		
Julia Wändin -07	*	4:43.65	Esther Sahlqvist -06	*	1.61
3 000m			Stav		
Maggie Dahllöf -06	*	12:55.78	Ella Johansson -07		3.10
1500m hinder (76.2 cm)			Längd		
Ella Johansson -07		5:16.36	Agnes Jansson -05	*	5.59
100m häck (76.2 cm)			Tresteg		
Esther Sahlqvist -06		13.49	Lii Jabbour	*	11.40
300m häck (76.2 cm)			Kula (3.0 kg)		
Esther Sahlqvist -06		43.36	Ellen Forsell -06		14.38
Höjd			Vikt (7.26 kg)		
Tyra Sparv -08	*	1.50	Ellen Forsell -06		17.96
Stav			5-kamp		
Ella Johansson -07		2.90	Esther Sahlqvist -06		3 712p
Längd					
Tyra Sparv -08	*	5.45			
Tresteg					
Lii Jabbour -06	*	11.74			
Kula (3.0 kg)					
Ellen Forsell -06		14.09			
Diskus (1.0 kg)					
Tove Olsson -06		25.96			
Slägga (3.0 kg)					
Ellen Forsell -06		62.05			
Spjut (500 gr)					
Tove Olsson -06		42.33			
7-kamp					
Maggie Dahllöf -06		4 267p			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Ella Johansson -07		9:36			

KLUBBMÄSTARE 2022			FLICKOR 15 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
<u>Utomhus</u>			<u>Inomhus</u>		
80m			60m		
Judith Nielsén -07		10.43	Matilda Borg -07		8.06
300m			200m		
Matilda Borg -07		40.28	Matilda Borg -07		26.09
800m			1 000m		
Matilda Borg -07	*	2:13.55	Matilda Borg -07		3:04.07
2 000m			60m häck (76.2 cm)		
Julia Wändin -07		6:45.86	Judith Nielsén -07		9.14
1500m hinder (76.2 cm)			Höjd		
Ella Johansson -07	*	5:16.36	Tyra Sparv -08		1.51
80m häck (76.2 cm)			Stav		
Judith Nielsén -07		12.64	Ella Johansson -07	*	3.10
300m häck (76.2 cm)			Längd		
Ella Johansson -07		45.26	Tyra Sparv -08		5.48
Höjd			Tresteg		
Tyra Sparv -08	*	1.50	Tyra Sparv -08		10.97
Stav			Kula (3.0 kg)		
Ella Johansson -07	*	2.90	Ella Johansson -07		11.06
Längd			Vikt (7.26 kg)		
Tyra Sparv -08	*	5.45	Anna Bergin -07		14.22
Tresteg			5-kamp		
Tyra Sparv -08		11.04	Ella Johansson -07		3 031p
Kula (3.0 kg)					
Ella Johansson -07		10.41			
Diskus (0.75 kg)					
Ella Johansson -07		35.93			
Slägga (3.0 kg)					
Anna Bergin -07		49.42			
Spjut (500gr)					
Ella Johansson -07		33.02			
6-kamp					
Vakant		-			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Ella Johansson -07	*	9:36			

KLUBBMÄSTARE 2022			FLICKOR 13 ÅR		
* Finns även med i äldre åldersklass					
Utomhus			Inomhus		
60m			60m		
Malva Lönn -09		8.10	Malva Lönn -09		8.26
200m			200m		
Malva Lönn -09		26.16	Malva Lönn -09		27.04
600m			800m		
Malva Lönn -09		1:45.23	Amanda Broberg Rydqvist -09		2:33.44
1 500m			60m häck (68.6 cm)		
Hilda Järvinen -10		5:56.59	Malva Lönn -09		9.68
60m häck (68.6 cm)			Höjd		
Malva Lönn -09		9.34	Isabella Glod -10		1.38
200m häck (68.6 cm) 5 häckar			Stav		
Amanda Broberg Rydqvist -09		31.29	Filippa Ekener -09		1.95
Höjd			Längd (zon)		
Amanda Broberg Rydqvist -09		1.48	Malva Lönn -09		5.25
Stav			Tresteg (zon)		
Amanda Broberg Rydqvist -09		2.40	Malva Lönn -09		10.57
Längd (zon)			Kula (2.0 kg)		
Malva Lönn -09		5.40	Tyra Sternlind -09		11.08
Tresteg (zon)			4-kamp		
Malva Lönn -09		9.91	Vakant		-
Kula (2.0 kg)					
Alma Eklöf -09		11.97			
Diskus (0.6 kg)					
Alma Eklöf -09		30.04			
Slägga (2.0 kg)					
Alma Eklöf -09		36.48			
Spjut (400gr)					
Tyra Sternlind -08		36.18			
5-kamp					
Amanda Broberg Rydqvist -09		4 902p			
KM i terräng 2 500m Kärrtorp					
Elsie Quellette -10		10:57			

IDROTTENS **BINGO!** EN VINNANDE GEMENSKAP

Arena Bingo – Söder

Adress

Blekingegatan 32, 118 56 Stockholm

Telefon

08-714 35 54

Öppettider

Måndag - torsdag 10.00 – 21.30

Fredagar 10.00 – 22.30

Lördagar 11.30 - 18.00

Söndagar 11.30 – 21.30

Vi stödjer Hammarby IF Friidrotts verksamhet



FAMILJEBOSTÄDER



Svenska Bostäder

Stockholmshem

stadium®

Stockholm
Midnattstoppet