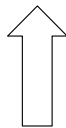




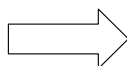
# Västerbottens Friidrottsförbund Årsberättelse 2011



Elias Bjuhr IFK Umeå, 2011 års ungdomsfriidrottare i Västerbotten. Här leder han 800 m vid NLM i Umeå 2011 före klubbkamraterna Joel Bodén och Tobias Lustig.  
Foto: Thomas Björklund



Viktoria Tegenfeldt Ume Friidrott, vinnare av Lars Rydellpriset 2011.  
Foto: Thomas Björklund



# Innehåll

---

|  |    |
|--|----|
| Dagordning .....   | 3  |
| Röstlängd .....  | 4  |
| Årsberättelse .....  | 5  |
| Resultatrapport VFIF .....   | 7  |
| Balansrapport VFIF .....   | 8  |
| Revisionsberättelse .....  | 8  |
| Utbildning 2011 .....  | 9  |
| Regional verksamhet 2011 .....   | 10 |
| Tävlingsresultat, juniorer och ungdomar .....                                | 12 |
| Internationella- och nationellauppdrag samt tävlingsresultat, seniorer ..... | 15 |
| Västerbottens GP i långlöpning 2011 .....                                    | 18 |
| Lars Rydellpriset 2011 .....   | 19 |
| 2011-års ungdomsfriidrottare .....   | 21 |
| Distriktsmästare 2011 .....  | 22 |
| Veteranfriidrott 2011 .....  | 27 |
| Veteranresultat 2011 .....   | 29 |
| Godkända distriktsrekord under kalenderåret 2011 .....                       | 32 |
| Distriktsrekord inomhus 2011-12-31 .....                                     | 33 |
| Distriktsrekord utomhus 2011-12-31 .....                                     | 34 |
| Curt Thylins vandringspris 2011 .....  | 39 |
| Totalpoäng i Curt Thylins vandringspris .....                                | 40 |
| Slutord 2011 .....   | 41 |
| Förslag till budget 2012 .....   | 44 |
| Verksamhetsplan 2012 .....   | 45 |

# Dagordning VFIF:s årsmöte 25/2 2012

---

1. Öppnande
2. Upprop av ombud, godkännande av fullmakter och justering av röstlängd.
3. Val av ordförande och sekreterare för mötet.
4. Val av två justeringsmän tillika rösträknare att jämte ordföranden justera mötets protokoll.
5. Frågan om mötet blivit behörigt utlyst.
6. Behandling av verksamhets- och förvaltningsberättelse:
  - a) Distriktsstyrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret.
  - b) Distriktsstyrelsens förvaltningsberättelse för senaste räkenskapsåret.
  - c) Fastställande av balansräkning.
7. Revisorernas berättelse och frågan om ansvarsfrihet för styrelsen.
8. Beslut om antalet ledamöter i styrelsen förutom ordförande (enligt §48 minst fyra och högst åtta).
9. Val av distriktsordförande, tillika ordförande i distriktsstyrelsen, för tiden till och med nästkommande ordinarie distriktsmöte.
10. Val av styrelseledamöter för en tid av två år (i tur att avgå är: Sven Hanell, Leif Stening och Anne Sundberg).
11. Val av sammankallande till respektive kommitté.
12. Val av en revisor jämte suppleant för tiden till och med nästkommande ordinarie distriktsmöte.
13. Val av valberedningskommitté (ordförande och ledamöter).
14. Val av fyra ombud jämte suppleanter till förbundsmötet.
15. Val av ombud för regional samverkan (valet kan delegeras till distriktsstyrelsen).
16. Fastställande av inkomst- och utgiftsstat. för innevarande verksamhetsår samt verksamhetsplan för tiden fram till nästkommande ordinarie årsmöte.
17. Behandling av styrelseförslag samt motioner, som före den 1 januari inkommit till distriktsstyrelsen från röstberättigad förening samt röstberättigad medlem i sådan förening.
18. Avslutning



Det vinnande svenska laget vid Barentskampen i Harstad, Norge 2011.

# Röstlängd

Rösträtten vid SDF-möte bestäms enligt § 11 i Svenska Friidrottsförbundets stadgar genom röstlängd som har upprättats av Svenska Friidrottsförbundet. Röstlängden upptar de föreningar som senast den 31 december har fullgjort sina stadgeenliga förpliktelser mot Svenska Friidrottsförbundet och de förpliktelser som har bestämts av SDF-mötet. Röstlängden gäller oförändrat till dess ny röstlängd har tillställts SDF. Varje röstberättigad förening har en röst.

Därutöver erhåller de föreningar som enligt 3 Kap 18 § i Svenska Friidrottsförbundets stadgar uppnått SM-poäng tilläggsröster enligt följande: de tio föreningar i Sverige som har det högsta poängtalet får fyra tilläggsröster, de därpå följande tio får tre tilläggsröster, de därpå följande tio får två tilläggsröster och övriga en tilläggsröst. Förenings röstetal får inte överstiga 1/3 av antalet röstberättigade vid SDF-mötet. Förening skall inge fullmakt för ombud. Endast ombud har rösträtt. Varje ombud har en röst. Rösträtten får inte överlåtas.

Detta innebär att vid Västerbottens Friidrottsförbunds årsmöte den 25 februari 2012 har IFK Umeå 3 röster, Ume Friidrott, Skellefteå AIK och Umedalens IF vardera 2 röster samt övriga föreningar på nedanstående lista, som betalt in årsavgiften för 2011 till Förbundet, 1 röst. Detta innebär totalt 47 röster fördelade på 42 föreningar. Som framgår av listan har följande föreningar inte betalt in årsavgiften för 2011: Fredrika IK, Mullsjö IK, Täfteå IK och Östra Falmarks IK. Dessa fyra föreningar har alltså inte rösträtt vid VFIF:s årsmöte.

| Förening                             | SM poäng | Röster | Förening                        | SM poäng     | Röster    |
|--------------------------------------|----------|--------|---------------------------------|--------------|-----------|
| Adak Sportklubb                      |          | 1      | Storuman Runners Club           |              | 1         |
| Bjurholms Idrottsförening            |          | 1      | Stöcke Triathlonsällskap Järnet |              | 1         |
| Björksele Sportklubb                 |          | 1      | Svanaby Idrottsförening         |              | 1         |
| Byske Skidklubb                      |          | 1      | Täfteå IK                       |              | 0         |
| Fredrika Idrottsklubb                |          | 0      | Tärna IK Fjällvinden            |              | 1         |
| Fritidsklubben Volvo                 |          | 1      | Ume Friidrottsförening          | 1,75         | 2         |
| Hissjö Sportklubb                    |          | 1      | Umedalens Idrottsförening       | 1,50         | 2         |
| Hörnefors Idrottsförening            |          | 1      | Vilhelmina Idrottsklubb         |              | 1         |
| Idrottsklubben Studenterna           |          | 1      | Vindelns Idrottsförening        |              | 1         |
| IF Friskis & Svettis Skellefteå      |          | 1      | Vindelälvsloppet IF             |              | 1         |
| IFK Umeå                             | 6,25     | 3      | Vännäs Skidklubb                |              | 1         |
| Jalles TC Umeå                       |          | 1      | Åsjöns Idrottsförening          |              | 1         |
| Kasamarks Idrottsförening            |          | 1      | Öredalens Idrottsklubb          |              | 1         |
| Korpförening Västerbottens Veteraner |          | 1      | Örträsk Sportklubb              |              | 1         |
| Kvarnbergets Sportklubb              |          | 1      | Öråns Sportklubb                |              | 1         |
| Kågedalens SK                        |          | 1      | Östra Falmarks Idrottsförening  |              | 0         |
| Lögdeå Sportklubb                    |          | 1      | Överboda Sportklubb             |              | 1         |
| Lönås Idrottsförening                |          | 1      |                                 | <b>11,25</b> | <b>47</b> |
| Lövånger/Uttersjöbäcken AIK          |          | 1      |                                 |              |           |
| Mullsjö Idrottsklubb                 |          | 0      |                                 |              |           |
| Nyåkers Idrottsklubb                 |          | 1      |                                 |              |           |
| Rentjärn Sportklubb                  |          | 1      |                                 |              |           |
| Röbäcks Skidklubb                    |          | 1      |                                 |              |           |
| Sandviks Idrottsklubb                |          | 1      |                                 |              |           |
| Skellefteå AIK Friidrottsklubb       | 1,75     | 2      |                                 |              |           |
| Slussfors Idrottsklubb               |          | 1      |                                 |              |           |
| Stadslidens Allmänna Idrottsklubb    |          | 1      |                                 |              |           |
| Stensele Sportklubb                  |          | 1      |                                 |              |           |
| Storrödningsbergs Idrottsförening    |          | 1      |                                 |              |           |



# Årsberättelse

---

Västerbottens Friidrottsförbund får härmed avgiva följande berättelse för verksamheten under tiden 2011-01-01 — 2011-12-31.

## Styrelse

|                  |                  |            |
|------------------|------------------|------------|
| Ordförande       | Ivar Söderlind   | Umeå       |
| Vice ordförande  | Leif Stening     | Umeå       |
| Sekreterare      | Sven Hanell      | Holmsund   |
| Kassör           | Gustaf Björklund | Umeå       |
| Övriga ledamöter | Wiveca Ögren     | Skellefteå |
|                  | Anne Sundberg    | Bjurholm   |

## Verkställande utskottet

|                  |          |
|------------------|----------|
| Ivar Söderlind   | Umeå     |
| Gustaf Björklund | Umeå     |
| Sven Hanell      | Holmsund |

## Kommittéer

### Utbildningskommitté

|                        |      |
|------------------------|------|
| Leif Stening, sammank. | Umeå |
| Anna Jonsson           | Umeå |

### Ungdomskommitté

|                        |            |
|------------------------|------------|
| Wiveca Ögren, sammank. | Ursviken   |
| Helena Karlsson        | Umeå       |
| Kimmo Välikangas       | Skellefteå |

### Tävlingskommitté

|                          |      |
|--------------------------|------|
| Ivar Söderlind, sammank. | Umeå |
| Leif Stening             | Umeå |
| Martin Lundberg          | Umeå |

### Teknisk kommitté

|                  |            |
|------------------|------------|
| Gustaf Björklund | Umeå       |
| Per Andersson    | Skellefteå |

### Veterankommitté

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| Ivar Söderlind, sammank. | Umeå       |
| Sven Hanell              | Holmsund   |
| Kjell-Göran Marklund     | Skellefteå |
| Ingrid Nilsson           | Umeå       |
| Douglas Ericsson         | Umeå       |
| Leif Stening             | Umeå       |

Mattias Lindberg, Skellefteå  
AIK svensk juniormästare  
(M22) i slägga med 60.17  
Foto: Thomas Björklund





|                                     |   |   |
|-------------------------------------|---|---|
| <b>Statistikombud</b>               | Roger Lindström, (senior utomhus)<br>Yngve Nilsson (senior inomhus)<br>Yngve Nilsson, (ungdom, inomhus och utomhus)<br>Yngve Nilsson (maraton, halvmaraton) | Skellefteå<br>Skellefteå<br>Skellefteå<br>Skellefteå    |
| <b>GP-ansvariga</b>                 | Ivar Söderlind, kontaktperson<br>Lars Lindgren, ansv. poängberäkn.  | Umeå<br>Umeå  |
| <b>Förbundseltidtagare</b>          | Per Andersson   | Skellefteå  |
| <b>Förbundsbanmätare</b>            | Östen Mukkavaara  | Mukkavaara  |
| <b>Förbundsstarter</b>              | Per Andersson   | Skellefteå  |
| <b>Övriga starters</b>              | Gustaf Björklund<br>Ivar Söderlind<br>Alexander Tegelström<br>Wiveca Ögren  | Umeå<br>Umeå<br>Skellefteå<br>Skellefteå                |
| <b>VFIF:s hemsida - www.vfif.se</b> | Åke Runnman, webmaster<br><br>Ivar Söderlind, inf.ansvarig<br><br>Yngve Nilsson maraton, halvmaraton<br><br>Urban Lindberg, distriktsrekord                 | Örträsk<br><br>Umeå<br><br>Skellefteå<br><br>Skellefteå |
| <b>Valberedningskommitté</b>        | Anna Jonsson, sammank<br>Sven Hanell<br>Marita Sundh  | Umeå<br>Holmsund<br>Skellefteå                          |
| <b>Revision</b>                     | Göran Landmark<br>Mats Bäckström, suppleant   | Skellefteå<br>Umeå                                      |

### **Friidrottens representanter från länet i Barentskommittén**

I Nord-Sveriges Barentskommitté ingår Lennart Hedlund och Wiveca Ögren, Skellefteå. Denna kommitté har till uppgift att arbeta med den aktuella Barentsverksamheten samt att hitta lösningar för Barentsverksamhetens framtid.

### **Distriktsstyrelsens sammanträden**

Under verksamhetsåret har 9 protokollförda styrelsesammanträden hållits.

#### **Närvarande ur styrelsen:**

|                           |   |
|---------------------------|---|
| Ivar Söderlind (ordf.)    | 9 |
| Gustaf Björklund (kassör) | 9 |
| Sven Hanell (sekr.)       | 9 |
| Anne Sundberg             | 6 |
| Wiveca Ögren              | 3 |

#### **Övriga**

Anna Jonsson (Norrlandsprojektet) 1

### **Antalet föreningar i distriktet**

Västerbottens Friidrottsförbund omfattar vid verksamhetsårets slut 42 föreningar som enligt Svenska Friidrottsförbundet betalat in årsavgiften.

# Resultatrapport, Västerbottens Friidrottsförbund

## Resultatrapport

## V-B FRIIDROTTSFÖRBUND

Perioden 2011-01-01 - 2011-12-31 Belopp Kr

Datum 12-01-11 Sida 1

|                                     | Vald period | Procent | Akkumulerat | Procent |
|-------------------------------------|-------------|---------|-------------|---------|
| 3012 Serviceavgifter till VFIF      | 3 800,00    | 3,7     | 3 800,00    | 3,7     |
| 3013 Sanktionsavgifter VFIF         | 7 200,00    | 7,0     | 7 200,00    | 7,0     |
| 3016 Anslag Administration VIF      | 44 500,00   | 43,4    | 44 500,00   | 43,4    |
| 3017 Anslag Administration SFIF     | 53 652,00   | 52,3    | 53 652,00   | 52,3    |
| 3024 Konferanser och ting           | 516,00      | 0,5     | 516,00      | 0,5     |
| 3781 DM                             | 8 900,00    | 8,7     | 8 900,00    | 8,7     |
| 3783 Norrlandsmästerskap 13-14 år   | -14 929,00  | -14,6   | -14 929,00  | -14,6   |
| 3785 Lars Rydells Minnesfond        | -1 150,00   | -1,1    | -1 150,00   | -1,1    |
| 6410 Förbruknings-invent            | -8 308,00   | -8,1    | -8 308,00   | -8,1    |
| 6460 Förbrukningsmaterial           | -3 312,00   | -3,2    | -3 312,00   | -3,2    |
| 6510 Kontorsmaterial                | -77,00      | -0,1    | -77,00      | -0,1    |
| 6551 Kalender, Verksamhetsberättels | -13 068,00  | -12,8   | -13 068,00  | -12,8   |
| 6552 VFIF:s hemsida (föreningspkt)  | -10 381,75  | -10,1   | -10 381,75  | -10,1   |
| 6800 Telefon och porto              | -4 671,00   | -4,6    | -4 671,00   | -4,6    |
| 7670 Tidningar och facklitteratur   | -2 795,00   | -2,7    | -2 795,00   | -2,7    |
| 7690 Diverse övriga kostnader       | -750,00     | -0,7    | -750,00     | -0,7    |
| 7691 Uppvakning och representation  | -1 250,00   | -1,2    | -1 250,00   | -1,2    |
| Avskrivningar                       |             |         |             |         |
| 7810 Årsmöte                        | -2 182,00   | -2,1    | -2 182,00   | -2,1    |
| 7811 Styrelsemöten                  | -3 561,00   | -3,5    | -3 561,00   | -3,5    |
| 7812 Planeringskonferens            | -3 043,00   | -3,0    | -3 043,00   | -3,0    |
| 7813 Konferanser och ting           | -14 281,00  | -13,9   | -14 281,00  | -13,9   |
| 7814 Lökalhyra                      | -4 500,00   | -4,4    | -4 500,00   | -4,4    |
| 7821 Länsmatcher, ungdom            | -2 050,00   | -2,0    | -2 050,00   | -2,0    |
| 7827 Övriga tävlingar               | -120,00     | -0,1    | -120,00     | -0,1    |
| 7829 Grand Prix                     | -9 305,00   | -9,1    | -9 305,00   | -9,1    |
| 7830 DM                             | -7 630,00   | -7,4    | -7 630,00   | -7,4    |
| 7832 Ungdomspris                    | -950,00     | -0,9    | -950,00     | -0,9    |
| Summa Avskrivningar                 | -47 622,00  | -46,5   | -47 622,00  | -46,5   |
| Årets resultat                      |             |         |             |         |
| 8999 Redovisat resultat             | -10 254,25  | -10,0   | -10 254,25  | -10,0   |
| Resultat                            | -10 254,25  | -10,0   | -10 254,25  | -10,0   |
| Beräknat resultat                   | 0,00        | 0,0     | 0,00        | 0,0     |

Verifikationsnummer: 1 - 153



Vid Umeå Öppna kommunmästerskap varje höst deltar alltid många ungdomar. Foto: Thomas Björklund

# Balansrapport, Västerbottens Friidrottsförbund

## Balansrapport

## V-B FRIIDROTTSFÖRBUND

Perioden 2011-01-01 - 2011-12-31 Belopp Kr

Datum 12-01-11 Sida 1

|                              | IB                | Förändring        | UB                |
|------------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Likvida medel/Kortfr.plac.   |                   |                   |                   |
| 1020 Postgiro                | 36 011,45         | 15 520,05         | 51 531,50         |
| 1050 Bank                    | 15,80             | -15,80            | 0,00              |
| Summa likvida medel          | 36 027,25         | 15 504,25         | 51 531,50         |
| Inventarier                  |                   |                   |                   |
| 1820 Inventarier             | 1,00              | 0,00              | 1,00              |
| Summa Inventarier            | 1,00              | 0,00              | 1,00              |
| <b>SUMMA TILLGÅNGAR</b>      | <b>36 028,25</b>  | <b>15 504,25</b>  | <b>51 532,50</b>  |
| Leverantörsskulder           |                   |                   |                   |
| 2110 Leverantörsskulder      | -11 100,00        | -5 250,00         | -16 350,00        |
| Summa Leverantörsskulder     | -11 100,00        | -5 250,00         | -16 350,00        |
| Eget kapital                 |                   |                   |                   |
| 2997 Balanserat resultat     | -76 248,30        | -9 786,34         | -86 034,64        |
| 2998 Föregående års resultat | -9 786,34         | 70 892,73         | 61 106,39         |
| 2999 Redovisat resultat      | 61 106,39         | -71 360,64        | -10 254,25        |
| Summa Bundet eget kapital    | -24 928,25        | -10 254,25        | -35 182,50        |
| <b>SUMMA SKULDER</b>         | <b>-36 028,25</b> | <b>-15 504,25</b> | <b>-51 532,50</b> |
| Beräknat resultat            | 0,00              | 0,00              | 0,00              |

Verifikationsnummer: 1 - 153

## Revisionsberättelse

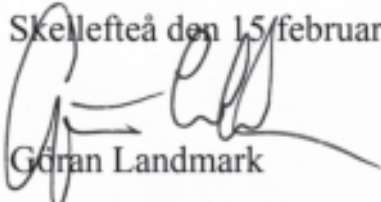
för räkenskapsåret 2011

I egenskap av revisor i Västerbottens Friidrottsförbund har jag granskat räkenskaperna och får på grundval härav avge följande revisionsberättelse.

Jag har granskat årsredovisningen, avstämt verifikaten med huvudboken och konstaterat god överensstämmelse.

Jag tillstyrker att styrelsen beviljas ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Skellefteå den 15 februari 2012



Göran Landmark



# Utbildning 2011

---

Friidrottens utbildningsverksamhet i Västerbotten har under 2011 varit av något högre omfattning än tidigare toppåret 2010. I 14 av Västerbottens 42 föreningar har det gjorts utbildningsinsatser och 114 personer i Västerbotten och Norrbotten har gått någon av friidrottens egna utbildningar. Antalet utbildningstimmar i Västerbotten landade under året på 742 timmar jämfört med 737 timmar 2010 och 412 timmar 2009. En förutsättning för denna imponerande utveckling är de särskilda utbildningsinsatserna på utbildning och utveckling genom UC Norrland och Norrlandsprojektet. De SISU-anställda utbildningsorganisatorerna Anna Jonsson, Umeå och Per Jutterström, Sundsvall har (med hjälp av Idrottslyftet och SISU) gjort en avgörande insats genom att initiera och samordna verksamheten i de fem nordligaste distrikten. I detta viktiga arbete har Anna koncentrerat sig på Västerbotten och Norrbotten.

Som framgår av nedanstående sammanställning är det i Västerbotten framför allt IFK Umeå (19 utbildningar), Umedalens IF (15 utbildningar) och IKSU Löpning (12 utbildningar) som arbetat bra med SISU, utbildat många ledare och utvecklat sin organisation.

|                                  | <b>Antal utbildningar</b> |
|----------------------------------|---------------------------|
| IFK Umeå                         | 19                        |
| Umedalens IF                     | 15                        |
| IKSU Löpning                     | 12                        |
| Skellefteå AIK                   | 8                         |
| IF Friskis & Svettis, Skellefteå | 8                         |
| Ume Friidrott                    | 5                         |
| Öråns SK                         | 4                         |
| Björksele SK                     | 2                         |
| Kasamarks IF                     | 1                         |
| Adaks SK                         | 1                         |
| Jalles TC Umeå                   | 1                         |
| Vännäs SK                        | 1                         |
| Lövånger-Uttersjöbäckens AIK     | 1                         |
| Kågedalens                       | 1                         |
|                                  | <hr/>                     |
|                                  | <b>Summa 79</b>           |

Som sammanställningen visar har utbildningen i stor omfattning inriktats på att arbeta tillsammans med långloppsföreningar och utveckla motionsverksamheten. Ett ökat intresse för löpning har lett till att långloppen fått fler deltagare och i vissa fall även att föreningarnas träningsverksamhet ökat. I IKSU löpning genomfördes under hösten en inspirationshelg för kvinnliga löpare med 75 deltagare. Helgen ledde till att ett tiotal deltagare blev nya medlemmar i föreningen. Glädjande är också att det under november genomfördes ett läger för Västerbottens 13–14-åringar i Skellefteå med cirka 30 deltagare. Lägrer upprepades två veckor innan Norrlandsmästerskapen inomhus och det hela var mycket uppskattat.

Totalt har det utbildats 79 personer (ej unika deltagare) i Västerbotten varav 62 har gått tränarutbildning och 9 personer organisationsledarutbildning. Som framgår under rubriken "Regional Verksamhet 2011" är utbildningsverksamheten i Västerbotten av betydligt högre omfattning än i övriga fyra distrikt som ingår i UC Norrland.

# Regional verksamhet 2011

Ivar Söderlind, Umeå avgick den 31 december 2011 som ordförande i UC Norrlands styrgrupp efter fyra år på posten. Sedan 2008 är Per Jutterström, Sundsvall adjungerad sekreterare. I styrgruppen ingår också Siv Tjärner (ordförande i Norrbottens Friidrottsförbund), Leif Thunman (ordförande i Ångermanland), Gunilla Löthagen Sjöstrand (ordförande i Jämtland/Härjedalen) och Jan Holmsten (ordförande i Medelpad). Styrgruppen har under 2011 haft sju protokollförda möten varav fem telefonmöten och två fysiska möten..

Under 2011 har UC Norrland gått in på sitt fjärde år. Den utbildningsåtgärd som tidigare år startade i FC Norrlands regi har 2008-2011 fortsatt i den ”nya” organisationen UC Norrland med administrativ bas hos Västerbottens Friidrottsförbund och IFK Umeås kansli i Umeå. Under 2011 har det administrativa ansvaret överfört till Ångermanlands Friidrottsförbund. Per Jutterström, Sundsvall och Anna Jonsson, Umeå (med stöd Idrottslyftet och SISU) har varit huvudansvariga för att utbildningsverksamheten i de fem nordligaste distrikten under 2011 har fortsatt på samma höga nivå som tidigare. I detta viktiga arbete har Anna koncentrerat sig på Västerbotten och Norrbotten.

Det är positivt att utbildningsverksamheten under året kommit igång i Medelpad och klart flest har utbildats i Västerbotten. Mindre bra är att det varit klart mindre utbildningsverksamhet i både Norrbotten och Jämtland/Härjedalen jämfört med tidigare år. Stora problem har varit den begränsade tillgången till utbildade instruktörer och att det inte genomfört någon utbildning alls för Ungdomstränare 14-17 år i hela UC-området.

Som framgår av nedanstående tabell är utbildningsverksamheten i Västerbotten av betydligt högre omfattning än i övriga fyra distrikt som ingår i UC Norrland.

## **Antalet utbildade friidrottsledare 2011 i Medelpad (M), Ångermanland (Å), Jämtland-Härjedalen (JH), Västerbotten (VB) och Norrbotten (NB)**

|                     | <b>M</b> | <b>Å</b> | <b>JH</b> | <b>VB</b> | <b>NB</b> |      |
|---------------------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|------|
| <b>Totalt:</b>      | 38       | 17       | 14        | 76        | 38        | =183 |
| <b>Tränare:</b>     | 33       | 2        | 13        | 62        | 30        | =140 |
| <b>Org. ledare:</b> | 3        | 14       | 0         | 9         | 0         | = 26 |
| <b>Övrigt :</b>     | 2        | 1        | 1         | 5         | 8         | = 17 |

Antalet utbildningstimmar i Västerbotten landade under året på 742 timmar jämfört med 737 timmar 2010 och 412 timmar 2009. En förutsättning för denna utveckling är just de särskilda utbildningsåtgärderna på utbildning och utveckling genom UC Norrland och Norrlandsprojektet.

Vid UC Norrlands Friidrottsforum (höstmöte) i Älvsbyn den 11-12 november 2011 deltog 23 representanter från föreningar, SFIF och Norrlandsdistrikten. Representanter för VFIF var Ivar Söderlind och Gustaf Björklund. Mötet beslutade att Norrländska Mästerskap inomhus (INLM och Norrland 13 -14 år) skall anordnas i Umeå den 11-12 februari 2012. NLM utomhus för seniorer och 15-17 åringar avgörs i Skellefteå 28-29 juli och Norrland 13-14 år i Piteå 25-26 augusti.

En viktig programpunkt vid höstmötet liksom vid Västerbottens Friidrottsförbunds Planeringskonferens i december var information och diskussion om ”Friidrottens aktionsplan” inför kommande år. Liksom tidigare år handlar det om fem Fokusområden:

1. Föreningsutveckling, 2. Barn- och ungdomsverksamhet, 3. Tränar- och ledarutveckling, 4. Arrangemang, 5. Elit och landslag.

I Västerbottens remissvar till Svenska Friidrottsförbundet påpekas att alla fokusområden är viktiga och hänger ihop men att elit och landslag är något som vi i distrikt och föreningar inte prioriterar högst. Högt prioriterat i Västerbotten är föreningsutveckling med stödinsatser till vita/grå fläckar.

Den 31 december 2012 avslutas Norrlandsprojektet efter 4,5 år. Det gäller då att med ideella krafter och med stöd från Idrottslyftet och utvecklingsstöd från UC Norrlands fortsätta driva det framgångsrika utbildnings- och utvecklingsarbete som kommit igång i norra Sverige. En förutsättning är ett utvidgat samarbete med SISU Västerbotten och SISU Västernorrland. Det gäller även att hitta nya finansiella intäkter redan nu under projektets 4:e år för att hitta långsiktiga och hållbara lösningar att aktivt utveckla och stödja våra föreningar och distrikt.

Regional samverkan i övrigt har VFIF som vanligt i första hand haft med Norrbotten på tävlingssidan inom Barentskommittén. Västerbotten och Norrbotten samarbetar vad gäller planering och laguttagning inför Barentskamperna (gemensamt lag). 2011 gjorde Nord-Sverige en storstilad insats med seger både på manliga och kvinnliga sidan vid tävlingarna i Harstad, Norge

## **Ivar Söderlind**

### **Ordförande i UC Norrlands Styrgrupp (fram till 31 december 2011)**



Vid Barentskampen i Harstad, Norge segrade Nord-Sverige både på manliga och kvinnliga sidan. Här prisutdelning för den manliga stafetten på 4 x 400 m. Överst på prispallen det svenska laget med fr.v: Alexander Norén, Elias Bjuhr, Markus Johansson och Jonathan Ceder.

# Tävlingsresultat, juniorer och ungdomar

---

## Svenska Mästerskap

### Junior-SM inomhus i Sättra 19-20 februari 2011

#### Pojkar 19

|       |   |                     |     |              |         |
|-------|---|---------------------|-----|--------------|---------|
| 60m   | 1 | O'dain Rose         | -92 | IFK Umeå     | 6.85    |
| 400m  | 1 | Christoffer Ohlsson | -93 | Umedalens IF | 50.63   |
| 1500m | 2 | Elias Bjuhr         | -93 | IFK Umeå     | 4:02.51 |

#### Pojkar 17

|      |   |                    |     |          |      |
|------|---|--------------------|-----|----------|------|
| Höjd | 3 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå | 1.97 |
|------|---|--------------------|-----|----------|------|

#### Flickor 17

|     |   |                 |     |                |      |
|-----|---|-----------------|-----|----------------|------|
| 60m | 1 | Evelina Nilsson | -94 | Skellefteå AIK | 7.78 |
|-----|---|-----------------|-----|----------------|------|

### Ungdoms-SM inomhus i Huddinge 19-20 februari 2011

#### Pojkar 15

|              |   |               |     |                |       |
|--------------|---|---------------|-----|----------------|-------|
| Höjd         | 3 | Oskar Nilsson | -96 | Skellefteå AIK | 1.82  |
| Stav         | 1 | Hannes Burman | -96 | Skellefteå AIK | 3.78  |
| Kula         | 4 | Hannes Burman | -96 | Skellefteå AIK | 14.36 |
| Kula         | 7 | Gustav Burman | -96 | Skellefteå AIK | 13.06 |
| Viktkastning | 6 | Gustav Burman | -96 | Skellefteå AIK | 10.27 |

### Terräng-SM i Uppsala 17 april 2011

#### Pojkar 19

|       |   |             |     |          |       |
|-------|---|-------------|-----|----------|-------|
| 4000m | 8 | Elias Bjuhr | -93 | IFK Umeå | 13:01 |
|-------|---|-------------|-----|----------|-------|

### Junior-SM i Vellinge 26-28 augusti 2011

#### Män 22

|            |   |                     |     |                |       |
|------------|---|---------------------|-----|----------------|-------|
| 400m       | 3 | Markus Johansson    | -90 | Ume FI         | 49.64 |
| 400 m häck | 4 | Markus Johansson    | -90 | Ume FI         | 54.60 |
| Höjd       | 3 | Alexander Håkansson | -91 | Umedalens IF   | 2.06  |
| Slägga     | 1 | Mattias Lindberg    | -90 | Skellefteå AIK | 60.17 |

#### Pojkar 19

|       |   |                     |     |              |            |
|-------|---|---------------------|-----|--------------|------------|
| 100m  | 1 | O'dain Rose         | -92 | IFK Umeå     | 10.63 +2.6 |
| 200m  | 3 | O'dain Rose         | -92 | IFK Umeå     | 21.58 +4.2 |
| 400m  | 2 | Christoffer Ohlsson | -93 | Umedalens IF | 49.72      |
| 800m  | 2 | Christoffer Ohlsson | -93 | Umedalens IF | 1:53.39    |
| 1500m | 3 | Elias Bjuhr         | -93 | IFK Umeå     | 4:01.43    |
| 5000m | 5 | Elias Bjuhr         | -93 | IFK Umeå     | 15:26.70   |
| Spjut | 4 | Erik Olofsson       | -93 | IFK Umeå     | 60.10      |

#### Pojkar 17

|         |   |                    |     |          |            |
|---------|---|--------------------|-----|----------|------------|
| Tresteg | 2 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå | 14.40/+1.0 |
| Höjd    | 3 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå | 1.98       |

### Flickor 17

|      |   |                 |     |                |            |
|------|---|-----------------|-----|----------------|------------|
| 100m | 4 | Evelina Nilsson | -94 | Skellefteå AIK | 12.51 +1.3 |
| 200m | 7 | Evelina Nilsson | -94 | Skellefteå AIK | 26.23 +0.1 |

### Ungdoms-SM i Ystad 26-28 augusti 2011

#### Flickor 16

|        |   |               |     |                |            |
|--------|---|---------------|-----|----------------|------------|
| 100m   | 5 | Fanny Panboon | -95 | Skellefteå AIK | 12.72 +0.8 |
| 200m   | 6 | Fanny Panboon | -95 | Skellefteå AIK | 26.02 +1.7 |
| Längd  | 7 | Fanny Panboon | -95 | Skellefteå AIK | 5.10 +1.8  |
| Slägga | 7 | Frida Norlund | -95 | Skellefteå AIK | 40.58      |

#### Pojkar 15

|        |   |                 |     |                |       |
|--------|---|-----------------|-----|----------------|-------|
| Stav   | 2 | Hannes Burman   | -96 | Skellefteå AIK | 4.01  |
| Stav   | 5 | Gustav Burman   | -96 | Skellefteå AIK | 3.61  |
| Kula   | 6 | Gustav Burman   | -96 | Skellefteå AIK | 12.92 |
| Kula   | 7 | Hannes Burman   | -96 | Skellefteå AIK | 12.89 |
| Slägga | 1 | Anton Andersson | -96 | Umedalens IF   | 51.53 |

### Skol-SM i Växjö 16-18 september 2011

#### Pojkar 18+

|               |   |               |     |          |            |
|---------------|---|---------------|-----|----------|------------|
| 100m          | 1 | O'dain Rose   | -92 | IFK Umeå | 11.08 +0.3 |
| 800m          | 1 | Elias Bjuhr   | -93 | IFK Umeå | 2:04.51    |
| 2000 m hinder | 1 | Elias Bjuhr   | -93 | IFK Umeå | 6:23.94    |
| Spjut         | 2 | Erik Olofsson | -93 | IFK Umeå | 55.69      |

#### Pojkar 17

|        |   |                    |     |                |            |
|--------|---|--------------------|-----|----------------|------------|
| 100m   | 2 | David Andersson    | -94 | Skellefteå AIK | 11.37 +0.5 |
| Längd  | 3 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå       | 6.79 +1.9  |
| Höjd   | 1 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå       | 2.03       |
| Kula   | 7 | Robin Bergqvist    | -94 | IFK Umeå       | 13.67      |
| Diskus | 7 | Robin Bergqvist    | -94 | IFK Umeå       | 39.79      |

#### Flickor 17

|       |   |                  |     |                |            |
|-------|---|------------------|-----|----------------|------------|
| 100m  | 2 | Evelina Nilsson  | -94 | Skellefteå AIK | 12.60 +0.8 |
| Längd | 8 | Evelina Nilsson  | -94 | Skellefteå AIK | 5.06 +0.4  |
| Höjd  | 8 | Elvira Lindström | -94 | Skellefteå AIK | 1.48       |

#### Flickor 16

|        |   |               |     |                |            |
|--------|---|---------------|-----|----------------|------------|
| 100m   | 5 | Fanny Panboon | -95 | Skellefteå AIK | 12.80 +0.3 |
| Slägga | 6 | Frida Norlund | -95 | Skellefteå AIK | 43.94      |

#### Pojkar 15

|        |   |                 |     |              |       |
|--------|---|-----------------|-----|--------------|-------|
| Slägga | 2 | Anton Andersson | -96 | Umedalens IF | 51.94 |
|--------|---|-----------------|-----|--------------|-------|

### Internationella mästerskap

#### Junior-EM 19 år i Tallinn, Estland 21-24 juli 2011

#### Pojkar

|      |              |             |     |          |            |
|------|--------------|-------------|-----|----------|------------|
| 100m | 4 semi2 utsl | O'dain Rose | -92 | IFK Umeå | 10.80 -0.5 |
|------|--------------|-------------|-----|----------|------------|



## Landskamper

### Nordiska juniorkampen 19 år i Köpenhamn, Danmark 3-4 september 2011

#### Pojkar

|        |       |                     |     |              |            |
|--------|-------|---------------------|-----|--------------|------------|
| 100m   | 2     | O'dain Rose         | -92 | IFK Umeå     | 10.83 -1.9 |
| 800m   | 4     | Christoffer Ohlsson | -93 | Umedalens IF | 1:52.10    |
| 1500m  | 4     | Elias Bjuhr         | -93 | IFK Umeå     | 4:02.51    |
| 4x100m | diskv | O'dain Rose         | -92 | IFK Umeå     |            |
| 4x400m | 3     | Christoffer Ohlsson | -93 | Umedalens IF | 3:19.51    |

### Ungdomsfinnkampen 17 år i Leppävaara, Finland 10 september 2011

#### Pojkar

|         |   |                    |     |          |            |
|---------|---|--------------------|-----|----------|------------|
| Tresteg | 4 | Fredrik Konradsson | -94 | IFK Umeå | 14.07 +1.6 |
|---------|---|--------------------|-----|----------|------------|

## Länsmatcher

### INLM 15-17 år i Haparanda 12-13 februari 2011

#### Slutställning

|    |                     |     |
|----|---------------------|-----|
| 1. | Norrbotten          | 481 |
| 2. | Västerbotten        | 235 |
| 3. | Hälsingland         | 77  |
| 4. | Jämtland/Härjedalen | 31  |

### INLM 13-14 år (Nordeamästerskapen) i Haparanda 12-13 februari 2011

#### Slutställning

|    |                     |       |
|----|---------------------|-------|
| 1. | Norrbotten          | 868   |
| 2. | Västerbotten        | 329.3 |
| 3. | Gästrikland         | 190.8 |
| 4. | Hälsingland         | 131.5 |
| 5. | Medelpad            | 111   |
| 6. | Jämtland/Härjedalen | 93.3  |

### Norrlandsmästerskapen 13-14 år (Nordea Regionmästerskap) i Östersund 3-4 september 2011

#### Slutställning

|    |                     |     |
|----|---------------------|-----|
| 1. | Norrbotten          | 940 |
| 2. | Gästrikland         | 482 |
| 3. | Västerbotten        | 452 |
| 4. | Jämtland/Härjedalen | 382 |
| 5. | Medelpad            | 263 |
| 6. | Hälsingland         | 241 |
| 7. | Ångermanland        | 35  |

# Internationella och nationella uppdrag 2011

## Internationella uppdrag

Ivar Söderlind, Umeå

Ledamot i ”Technical Board of European Veterans Athletic Association” (EVAA),

Europarepresentant i Rekordkommittén för ”World Master Athletics” (WMA),

Ledamot i Nordiska Veterankommittén i friidrott

## Nationella uppdrag

Ivar Söderlind, Umeå

Ordförande i Svenska Friidrottsförbundets Veterankommitté

Ordförande i styrgruppen för UC Norrland

## Tävlingsresultat, seniorer 2011

### Landskamper

#### 5-lagslandskamp inomhus i Glasgow, GBR 29/1

|        |    |                     |               |         |
|--------|----|---------------------|---------------|---------|
| 1500 m | 4. | Viktoria Tegenfeldt | Ume Friidrott | 4:23.69 |
|--------|----|---------------------|---------------|---------|

#### Finland-Sverige-Norge inomhus i Tammerfors, FIN 5/2 (överlång bana)

##### Kvinnor

|        |    |                        |               |         |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|
| 1500 m | 2. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 4:23.01 |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|

##### Män

|       |    |                 |          |         |
|-------|----|-----------------|----------|---------|
| 800 m | 2. | Robin Rohlén-90 | IFK Umeå | 1:50.04 |
|-------|----|-----------------|----------|---------|

|  |    |                  |               |         |
|--|----|------------------|---------------|---------|
|  | 3. | Anton Asplund-90 | Ume Friidrott | 1:50.20 |
|--|----|------------------|---------------|---------|

#### Lag-EM i Stockholm 19/6

|        |     |                        |               |         |
|--------|-----|------------------------|---------------|---------|
| 1500 m | 10. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 4:16.01 |
|--------|-----|------------------------|---------------|---------|

#### Finland-Sverige i Helsingfors 9/9-10/9

##### Kvinnor

|       |    |                        |               |         |
|-------|----|------------------------|---------------|---------|
| 800 m | 2. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 2:06.32 |
|-------|----|------------------------|---------------|---------|

|        |    |                        |               |         |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|
| 1500 m | 2. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 4:47.02 |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|

##### Män

|           |    |         |  |       |
|-----------|----|---------|--|-------|
| 4 x 100 m | 1. | Sverige |  | 40.03 |
|-----------|----|---------|--|-------|

(O'dain Rose-92, IFK Umeå sprang sista sträckan)

## Svenska Mästerskap (finalplaceringar)

### Svenska mästerskap inomhus i Göteborg 26-27 februari

##### Män

|      |    |                |          |      |        |
|------|----|----------------|----------|------|--------|
| 60 m | 2. | O'dain Rose-92 | IFK Umeå | 6.82 | (26/2) |
|------|----|----------------|----------|------|--------|

|        |    |                |          |         |        |
|--------|----|----------------|----------|---------|--------|
| 1500 m | 8. | Elias Bjuhr-93 | IFK Umeå | 3:52.89 | (27/2) |
|--------|----|----------------|----------|---------|--------|

|      |    |                        |              |      |        |
|------|----|------------------------|--------------|------|--------|
| Höjd | 6. | Alexander Håkansson-91 | Umedalens IF | 2.05 | (27/2) |
|------|----|------------------------|--------------|------|--------|

##### Kvinnor

|       |    |                        |               |         |        |
|-------|----|------------------------|---------------|---------|--------|
| 800 m | 1. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 2:08.70 | (27/2) |
|-------|----|------------------------|---------------|---------|--------|

|        |    |                        |               |         |        |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|--------|
| 1500 m | 1. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 4:33.07 | (27/2) |
|--------|----|------------------------|---------------|---------|--------|

### Svenska mästerskap i terräng i Uppsala 16-17 april

##### Män

|        |    |               |          |       |        |
|--------|----|---------------|----------|-------|--------|
| 4000 m | 4. | Joel Bodén-83 | IFK Umeå | 12.00 | (16/2) |
|--------|----|---------------|----------|-------|--------|

|             |    |          |  |       |        |
|-------------|----|----------|--|-------|--------|
| 4000 m, lag | 2. | IFK Umeå |  | 37.05 | (16/2) |
|-------------|----|----------|--|-------|--------|

(Joel Bodén-83, Tobias Lustig -88, Jan Westerberg-80)

|          |     |                  |          |       |  |
|----------|-----|------------------|----------|-------|--|
| 12 000 m | 12. | Tobias Lustig-88 | IFK Umeå | 39.54 |  |
|----------|-----|------------------|----------|-------|--|

|               |    |          |  |         |  |
|---------------|----|----------|--|---------|--|
| 12 000 m, lag | 3. | IFK Umeå |  | 2:03.47 |  |
|---------------|----|----------|--|---------|--|

(Tobias Lustig-88, Jan Westerberg-80, Niklas Berglund-79)

**Kvinnor**

|       |     |                  |          |       |
|-------|-----|------------------|----------|-------|
| 8000m | 9.  | Jenny Jansson-76 | IFK Umeå | 31.16 |
|       | 12. | Malin Skoog-88   | IFK Umeå | 31.57 |

**Svenska mästerskap marathon (Stockholm Marathon) 28 maj**

|          |    |                         |          |         |
|----------|----|-------------------------|----------|---------|
| Marathon | 4. | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå | 2:26.35 |
| Marathon | 6. | Jenny Jansson-76        | IFK Umeå | 2:51.11 |

**Svenska mästerskap utomhus (Stora SM) i Gävle 11-14 augusti****Män**

|               |     |                        |                |         |
|---------------|-----|------------------------|----------------|---------|
| 100m          | 5.  | O´dain Rose- 92        | IFK Umeå       | 10.91   |
| 800m          | 9.  | Christoffer Ohlsson-93 | Umedalens IF   | 1:55.45 |
| 3000 m hinder | 8.  | Jan Westerberg-80      | IFK Umeå       | 9:27.77 |
| Höjd          | 9.  | Fredrik Konradsson-94  | IFK Umeå       | 2.00    |
| Spjut         | 4.  | Daniel Ragnvaldsson-76 | IFK Umeå       | 71.39   |
| Slägga        | 12. | Mattias Lindberg-90    | Skellefteå AIK | 57.54   |

**Kvinnor**

|       |    |                        |               |         |
|-------|----|------------------------|---------------|---------|
| 800m  | 1. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 2:08.33 |
| 1500m | 1. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott | 4:28.36 |

**Svenska mästerskap halvmarathon i Stockholm 17 september**

|              |    |                  |          |         |
|--------------|----|------------------|----------|---------|
| Halvmarathon | 2. | Jenny Jansson-76 | IFK Umeå | 1:17.04 |
|--------------|----|------------------|----------|---------|

**Barentskampen i Harstad, Norge 30-31 juli**

|              | Totalpoäng | Män | Kvinnor |
|--------------|------------|-----|---------|
| Nord-Norge   | 240        | 115 | 125     |
| Nord-Sverige | 292        | 166 | 126     |
| Nord-Finland | 229        | 119 | 110     |

**Norrlandsmästerskapen i Umeå 20-21 augusti (medaljörer från Västerbotten)****Seniorer - utomhus****Män**

|         |    |                         |                |            |
|---------|----|-------------------------|----------------|------------|
| 100m    | 1. | O´dain Rose-92          | IFK Umeå       | 10.96 -1.1 |
|         | 2. | Alexander Håkansson-91  | Umedalens IF   | 11.48 -1.1 |
| 200m    | 1. | Christoffer Olsson-93   | Umedalens IF   | 23.37 +2.4 |
|         | 2. | Jonatan A Ceder-92      | Ume Friidrott  | 23.65 +2.4 |
| 400m    | 1. | Markus Johansson-90     | Ume Friidrott  | 50.00      |
|         | 2. | Christoffer Olsson-93   | Umedalens IF   | 50.07      |
|         | 3. | Jonatan A Ceder-92      | Ume Friidrott  | 50.46      |
| 800m    | 1. | Elias Bjuhr-93          | IFK Ume        | 1:55.57    |
|         | 2. | Joel Bodén-83           | IFK Umeå       | 1:58.97    |
|         | 3. | Lars Lindberg-91        | Ume Friidrott  | 2:00.51    |
| 1500m   | 1. | Elias Bjuhr-93          | IFK Umeå       | 4:08.94    |
|         | 2. | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå       | 4:14.04    |
|         | 3. | Testif Tewelde-84       | FK Umeå        | 4:15.38    |
| 5000m   | 1. | Joel Bodén-83           | IFK Umeå       | 14:43.30   |
|         | 2. | Tobias Lustig-88        | IFK Umeå       | 15:30.91   |
|         | 3. | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå       | 15:35.01   |
| 10000m  | 1. | Andreas Brodin-72       | IKSU Löpning   | 34:25.58   |
|         | 2. | Per Liv-79              | IFK Umeå       | 35:01.60   |
|         | 3. | Andreas Oskarsson-81    | IFK Umeå       | 35:05.34   |
| Höjd    | 1. | Alexander Håkansson-91  | Umedalens IF   | 1.95       |
|         | 2. | Fredrik Konradsson-94   | IFK Umeå       | 1.92       |
| Stav    | 3. | Alexander Håkansson-91  | Umedalens IF   | 3.63       |
| Längd   | 1. | Robert Lindberg-88      | Skellefteå AIK | 6.35 +1.2  |
| Tresteg | 1. | Fredrik Konradsson-94   | IFK Umeå       | 14.06 +0,5 |
|         | 2. | Alexander Håkansson-91  | Umedalens IF   | 12.83 +0,5 |
| Kula    | 1. | Thomas Hammarsten-66    | Ume Friidrott  | 14.74      |

|                |    |                        |                |            |
|----------------|----|------------------------|----------------|------------|
|                | 2. | Roger Boström-59       | IFK Umeå       | 11.63      |
|                | 3. | John Sehlberg-90       | IFK Umeå       | 11.35      |
| Diskus         | 1. | Johnny Karlsson-89     | IFK Strömsund  | 53.55      |
|                | 2. | Roger Boström-59       | IFK Umeå       | 36.00      |
|                | 3. | John Sehlberg-90       | IFK Umeå       | 15.36      |
| Slägga         | 1. | Daniel Ragnvaldsson-76 | IFK Umeå       | 50.85      |
|                | 2. | Benny Sehlberg-55      | IFK Umeå       | 32.05      |
|                | 3. | John Sehlberg-90       | IFK Umeå       | 28.92      |
| Spjut          | 1. | Daniel Ragnvaldsson-76 | IFK Umeå       | 71.61      |
|                | 2. | Erik Olofsson-93       | IFK Umeå       | 59.68      |
|                | 3. | Benjamin Hyvönen-90    | IFK Umeå       | 57.57      |
| <b>Kvinnor</b> |    |                        |                |            |
| 200m           | 1. | Paula Israelsson-96    | Umedalens IF   | 28.97 +1.2 |
| 400m           | 1. | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott  | 56.03      |
| 5000m          | 1. | Jenny Jansson-76       | IFK Umeå       | 17:34.45   |
| Längd          | 1. | Emma Granlund-89       | Skellefteå AIK | 4.35 +1.7  |
| Tresteg        | 1. | Emma Granlund-89       | Skellefteå AIK | 9.84 +1.5  |

## Västerbottningar i Sverigestatistiken 2011 (bland de 25 bästa)

Totalt 30 resultat (10 kvinnliga) av Västerbottningar fördelat på 20 personer finns med i Svenska Friidrottsförbundets 25 bästastatistik för 2011. År 2010 fanns 34 resultat fördelat på 24 personer med, 2009 22 resultat fördelat på 17 personer och 2008 31 resultat fördelat på 21 personer.

I den statistik som här presenteras återfinns Jeri Emeru med sina årsbästa på 1500 m (23:a i statistiken) och på 5000m (2:a i statistiken) då hon fortfarande tävlade för Skellefteå AIK. Hon toppar dessutom Sverigestatistiken på både 3000 m (9:15.54) och 10 000 m (32:55.09), men då tävlade hon för Sundbybergs IK.

Högst placerad länsfriidrottare i Sverigestatistiken är Viktoria Tegenfeldt, IFK Umeå som toppar både 800 m (2:03.69) och 1500 m (14.15.62). Båda tiderna är distriktsrekord. Sverigetvåor är Jeri Emeru, Skellefteå AIK på 5000 m (16:23.31) och Jenny Jansson, IFK Umeå på halvmarathon (1:17.04).

### Män seniorer

|               |     |                         |                |          |
|---------------|-----|-------------------------|----------------|----------|
| 100m          | 5.  | O'dain Rose-92          | IFK Umeå       | 10.55    |
| 200m          | 14. | O'dain Rose-92          | IFK Umeå       | 21.9     |
| 400m          | 25. | Markus Johansson-90     | Ume Friidrott  | 49.64    |
| 800m          | 10. | Christoffer Ohlsson-93  | IFK Umeå       | 1:51.37  |
| 1500m         | 18. | Elias Bjuhr-93          | IFK Umeå       | 3:50.29  |
| 5000m         | 19. | Joel Bodén-83           | IFK Umeå       | 14:43.30 |
| 10000m        | 14. | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå       | 31:22.38 |
|               | 15. | Tobias Lustig-88        | IFK Umeå       | 31:23.23 |
|               | 22. | Björn Ferry-78          | Storuman RC    | 31:49.12 |
| Marathon      | 10. | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå       | 2:26.35  |
| 3000 m hinder | 13. | Jan Westerberg-80       | IFK Umeå       | 9:27.77  |
| 400 m häck    | 10. | Markus Johansson-90     | Ume Friidrott  | 53.87    |
| Höjd          | 14. | Alexander Håkansson-91  | Umedalens IF   | 2.06     |
|               | 18. | Fredrik Konradsson-94   | IFK Umeå       | 2.03     |
| Tresteg       | 17. | Fredrik Konradsson-94   | IFK Umeå       | 14.40    |
| Kula          | 23. | Thomas Hammarsten-66    | Ume Friidrott  | 14.74    |
| Slägga        | 12. | Mattias Lindberg-90     | Skellefteå AIK | 60.17    |
| Spjut         | 4.  | Daniel Ragnvaldsson-76  | IFK Umeå       | 74.20    |
|               | 14. | Niklas Wiklund-85       | Skellefteå AIK | 66.36    |
|               | 25. | Erik Olofsson-93        | IFK Umeå       | 60.10    |

### Kvinnor seniorer

|              |     |                        |                |          |
|--------------|-----|------------------------|----------------|----------|
| 400m         | 8.  | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott  | 56.03    |
| 800m         | 1.  | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott  | 2:03.69  |
| 1500m        | 1.  | Viktoria Tegenfeldt-87 | Ume Friidrott  | 4:15.62  |
|              | 23. | Jeri Emeru-89          | Skellefteå AIK | 4:35.48  |
| 3000m        | 17. | Jenny Jansson-76       | IFK Umeå       | 10:07.86 |
| 5000m        | 2.  | Jeri Emeru-89          | Skellefteå AIK | 16:23.31 |
|              | 17. | Jenny Jansson-76       | IFK Umeå       | 17:22.50 |
| 10000m       | 20. | Malin Skoog-88         | IFK Umeå       | 38:26.90 |
| Halvmarathon | 2.  | Jenny Jansson-76       | IFK Umeå       | 1:17.04  |
| Marathon     | 10. | Jenny Jansson-76       | IFK Umeå       | 2:51.11  |

# Grand Prix i långlöpning 2011

För sjunde gången blev Jenny Jansson, IFK Umeå och Kristoffer Österlund, IFK Umeå totalsegrare i GP i långlöpning.

I Grand Prix 2011 ingick **15 långlopp** varav 5 banlopp, 6 landsvägslöpp och 4 terränglopp, sedan Umeå C Nattmil den 16 juni och Marknadsmilen i Storuman den 2 juli blivit inställda.

Man fick räkna högst fyra lopp i **våromgången (GP1–GP8)** och högst fyra lopp i **höstomgången (GP9–GP15)**. Det krävdes totalt minst 2 terränglopp och två banlopp bland de 8 poänggivande loppen.

Följande tre löpare är berättigade till att få vara med i utlottning av träningsbidrag, dvs. deltagit i minst fyra lopp under våromgången och minst fyra lopp under höstomgången samt dessutom i totalt minst två arena- och två terränglopp: Emmelie Ivarsson, Lukas Borgemo och Lars-Åke Ekman.

## Slutställning i GP 2011

### Kvinnor

- 1) Jenny Jansson, IFK Umeå, 120
- 2) Emmelie Ivarsson, Iksu, 112
- 3) Malin Skoog, IFK Umeå, 108
- 4) Cathrin Fjällström, Lycksele, 84
- 5) Mimmi Björn, Fredrika, 48
- 6) Margareta Andersson, Iksu, 45
- 7) Jarri Emeru, Skellefteå, 40
- 8) Therese Bäckström, Bjurholm, 38
- 9) Inger Brännström, Skellefteå, 26
- 10) Madeleine Larsson, Vilhelmina, 25
- 11) Edit Hult, Skellefteå, 23
- 12) Birgitta Lanhede, Jalles, Åsa Lindkvist, Iksu, och Gunilla Büstedt, Skellefteå, 20
- 15) Sofia Lindberg, Robertsfors, 19
- 16) Eva Vikner, Jalles, 18
- 17) Anna-Lena Stenlund, Skellefteå, Elisabet Karlsson, Jalles, Ann-Sofi Johansson, Iksu, och Elin Holmlund, Skellefteå, 16 poäng

### Män,

- 1) Kristoffer Österlund, IFK Umeå, 140
- 2) Lukas Borgemo, Vännäs SK, 111
- 3) Lars-Åke Ekman, Iksu, 92
- 4) Niklas Berglund, IFK Umeå, 76
- 5) Johan Sandberg, dito, 75
- 6) Andreas Ottosson, dito, 66
- 7) Erik Degerman, Umeå, 61
- 8) Göran Kero, Iksu, 56
- 9) Erik Berglund, Lycksele, 44
- 10) Jonas Westberg, Iksu, 42
- 11) Jan Westerberg, IFK Umeå, 36
- 12) Per Liv, dito, 35
- 13) Anders Högdahl, Jalles, 33
- 14) Anders Hemmyr, IFK Umeå, 32
- 15) Tor Larsson, Storuman, 30
- 16) Andreas Brodin, Iksu, och Jonny Hjertröm, Skellefteå AIK, 28
- 18) Olof Häggström, Stöcke, och Rikard Hedelin, IFK Umeå, 25
- 20) Michael Lindgren, IFK Umeå, 24 poäng.

Sammanställt av Lars Lindgren larsg@ume.se



Jenny Jansson, IFK Umeå i täten vid Umemilen 2011. Foto: Thomas Björklund



Kristoffer Österlund, IFK Umeå – totalsegrare på halvmarathon vid Vännäs Halvmarathon 2011. Foto: Thomas Björklund



# Viktoria Tegenfeldt, Ume Friidrott tilldelas Lars Rydellpriset 2011

---

Juryn för Lars Rydellpriset, bestående av Västerbottens Friidrottsförbunds styrelse, har enhälligt beslutat tilldela **Viktoria Tegenfeldt, Ume Friidrott** Lars Rydellpriset för 2011 som erkänsla för att hon varit Västerbottens bästa friidrottare under året.

## **Bakgrund:**

Redan som 15-åring 2002 (född 1987), utsågs Viktoria Tegenfeldt från Tvärålund till "Årets ungdomsfriidrottare i Västerbotten" och ansågs vara landets mest lovande medeldistansare på flicksidan. Hon noterade då fina 2:10.29 på specialdistansen 800 m, blev åtta vid Senior-SM och överlägsen segrare vid USM. I den svenska seniorstatistiken det året var hon, trots sin unga ålder, 15:e på 800 m.

Efter att ha gått ut Friidrottsgymnasiet i Umeå 2006 bestämde hon sig för att sluta med löpningen. Fram till dess hade hon bl a vunnit tio guld och fem silver vid USM/JSM och med framgång deltagit i ungdomsfinnkampen både 2003 och 2004 (segrare på 800 m 2004 med 2:14.86).

Då Viktoria efter tre års uppehåll började träna igen hösten 2009 kände hon att kroppen svarade på träningen och att löpglädjen kommit tillbaka. Redan under utomhussäsongen 2010 visade hon framfötterna på tävlingsarenorna. Hon blev SM-tvåa både på 800 m (2:07.65) och 1500 m (4:28.56) efter Charlotte Schönbeck, Lidingö och deltog i Finnkampen på båda sträckorna. Efter säsongens slut kunde hon summera personbästa 2:07.29 på 800 m och 4:24.35 på 1500 m. Båda tiderna noterade hon i Finnkampen.

## **Den framgångsrika friidrottssäsongen 2011**

Under 2011 har Viktoria imponerat stort på löparbanorna med totalt fyra SM-guld (inomhus och utomhus) och med distriktsrekord på 800 utomhus och 1500 meter både utomhus och inomhus. Hon är det självklara valet av Lars Rydellprisvinnare 2011. En mer meriterad pristagare har vi knappast haft tidigare.

Under året har hon utklassat sina personbästa från 2010 och är Sverigeetta utomhus både på 800 och 1500 m med 2:03.60 och 4:15.62. Inomhus är hon Sverigefyra på 800 m med 2:08.70 och Sverigetvåa på 1500 m med distriktsrekordet 4:21.48.

Redan vid femnationerslandskampen inomhus i Glasgow den 29 januari visade hon sin klass genom att komma fyra på 1500 m med 4:23.69 och vid inomhuslandskampen Sverige-Norge-Finland i Tammerfors den 5 februari genom att bli tvåa på 1500 m (4:23.01 på lång bana). Vid Inomhus-SM i Göteborg i slutet av februari blev hon svensk mästare på 800 m (2:08.74) och 1500 m (4:33.07).

Vid lag-EM på Stockholms Stadion den 19 juni var hon svensk representant på 1500 m. I kamp med Europas bästa löpare slutade hon 10:a med fina 4:16.01.

Vid SM i Gävle i augusti blev Viktoria dubbel svensk mästarinna, på 800 m med 2:08.33 och på 1500 m med 4:30.13 efter ett långsamt taktiklopp. Vid finnkampen i Helsingfors slutade hon tvåa på båda sina specialsträckor efter finskan Karin Storbacka.

Vi i Västerbottens Friidrottsförbund är övertygade om att Viktoria, som från och med 2012 tävlar för IFK Umeå, bara är i början av sin löparkarriär. Om hon får vara skadefri kommer hon säkert att nå ännu större framgångar på löparbanorna i svensk och även internationell konkurrens.

## **Umeå den 8 januari 2012**

**Ivar Söderlind**

**Ordförande i Västerbottens Friidrottsförbund**

## VINNARE AV LARS RYDELLPRISET 1988-2011

1988 Ulf Sedlacek, Umedalens IF  
1989 Morgan Tollofsen, Dorotea IF  
1990 Urban Johansson, Umedalens IF  
1991 Birgit Bringslid, Skellefteå AIK  
1992 Patrick Thavelin, Umedalens IF  
1993 Ingela Sandqvist, Umedalens IF  
1994 Thomas Hammarsten, Umedalens IF  
1995 Catarina Sundelin, Ume Friidrott  
1996 Anneli Johansson, Ume Friidrott  
1997 Ludvig Edman, Skellefteå IF  
1998 Mattias Eriksson, Vännäs FI  
1999 Katarina Lindström, IFK Umeå  
2000 Rikard Hedelin, IFK Umeå  
2001 Joel Bodén, Skellefteå AIK  
2002 Peter Ljungholm, Skellefteå AIK  
2003 Lena Aruhn, Ume Friidrott  
2004 Kristoffer Österlund, IFK Umeå  
2005 Anna Göransdotter-Nilsson, Umedalens IF  
2006 Sandra Asplund, IFK Umeå  
2007 Jonas Almqvist, Skellefteå AIK  
2008 Anton Asplund, Ume Friidrott  
2009 Daniel Ragnvaldsson, IFK Umeå  
2010 Robin Rohlén, IFK Umeå  
2011 Viktoria Tegenfeldt, Ume Friidrott



Försöksheat på 800m vid SM i Gävle med Viktoria Tegenfeldt på andra plats. I finalen utklassade hon de andra löparna och var med 2.08.33 drygt en och en halv sekund före tvåan i mål.  
Foto: Thomas Björklund

## Om Lars Rydellpriset

Lars Rydell är Västerbottens mest framgångsrika friidrottstränare genom tiderna. Till minne av hans insatser för länets friidrott instiftade Västerbottens Friidrottsförbund 1988 LARS RYDELLPRISET att varje år tilldelas en framgångsrik friidrottare i Västerbotten. Pristagaren tilldelas en specialkomponerad keramikvas tillverkad av konstnären Ingemar Nilsson, Skellefteå. Pristagaren får även Västerbottens Friidrottsförbunds specialdesignade diplom. Priset kan endast erövas av samma person en gång och delas i år ut lördagen den 25 februari 2012 i samband med Västerbottens Friidrottsförbunds årsmöte i IFK Umeås klubblokaler på Hyggesvägen.



Blodomloppet 2011  
Malin Skoog, IFK Umeå,  
tvåa på 10 km, får stöd av  
cyklisten Lars Gunnar  
Skoog.  
Foto Thomas Björklund

# Elias Bjuhr, IFK Umeå - 2011 års ungdomsfriidrottare i Västerbotten

För 15:e gången har Västerbottens Friidrottsförbund (VFIF) utsett ”Årets ungdomsfriidrottare i Västerbotten”. VFIF:s styrelse har enhälligt beslutat att ungdomspriset 2011 skall tilldelas det stora löparlöftet Elias Bjuhr, IFK Umeå (född 1993).

## Juryns motivering:

18-åriga Elias Bjuhr är en av Sveriges mest lovande löpare på sträckor från 800 m och uppåt. Under säsongen sänkte han sina personliga rekord med bred marginal och tog totalt hem fyra medaljer vid JSM och Skol-SM.

I Sverigestatistiken utomhus 2011 för 18-åringar toppar han 5000 m (15:26.70) ligger tvåa på 1500 m (3:50.29) och 2000 m hinder (6:23.94) samt trea på 800 m (1:55.57). Hans fina personbästa på 1500 m är noterad i Mannheim, Tyskland den 23 juli.

Redan vid IJSM i Sätrahallen, Stockholm den 20 januari visade han sin klass genom att bli silvermedaljör på 1500 m i P19 med 4:02.51 efter ”omöjliga” Johan Rogestedt, Stenungsund. Vid Stora SM inomhus i Göteborg en vecka senare överraskade han med åttondeplats på 1500 m i kamp med Sveriges bästa seniorer och förbättrade sitt personliga inomhusrekord till suveräna 3:52.89 (statistiktvåa inomhus i P19 och 10:a i årets seniorstatistik).

Hans främsta meriter under utomhussäsongen (förutom loppet på 1500 m i Mannheim) är tredjeplatsen på 1500 m (4:01.43) vid JSM i Vellinge den 27 augusti, där han var bäste 18-åring, och de överlägsna segrarna på 800 m (2:04.51) och 2000 m hinder (6:23.94) vid Skol-SM i Växjö i slutet av säsongen.

Under ledning av entusiastiske tränaren Urban Aruhn på Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå förväntar vi oss att supertalangen Elias, om han får vara frisk och skadefri, kommer att nå ännu bättre resultat redan under 2012.

Vid Västerbottens Friidrottsförbunds årsmöte i Umeå lördagen den 25 februari 2012 delas ungdomspriset ut. Det kan erövras av samma person endast en gång och består av en specialkomponerad keramikvas tillverkad av konstnären Ingemar Nilsson, Skellefteå.

## Umeå den 3 februari 2012

### Ivar Söderlind

#### Ordförande i Västerbottens Friidrottsförbund

#### Vinnare av Ungdomspriset 1997-2011

1997 Mattias Eriksson, Vännäs FI  
1998 Magnus Nilsson, Skellefteå AIK  
1999 Sofia Lundquist, Vännäs FI  
2000 Joel Bodén, Skellefteå AIK  
2001 Tobias Wallström, Skellefteå AIK  
2002 Viktoria Tegenfeldt, Tvärålunds IF  
2003 Lisa Rönnkvist, Skellefteå AIK  
2004 Jonas Almqvist, Skellefteå AIK  
2005 Claes Beverlöv, IFK Umeå  
2006 Robin Rohlén, IFK Umeå  
2007 Anton Asplund, Ume Friidrott  
2008 O'dain Rose, IFK Umeå  
2009 David Andersson, Skellefteå AIK  
2010 Fredrik Konradsson, IFK Umeå  
2011 Elias Bjuhr, IFK Umeå

Elias Bjuhr i ledningen på 5000 m vid NLM i Umeå 2011  
Foto: Thomas Björklund



# DISTRIKTSMÄSTARE 2011 ungdomar, juniorer och seniorer

---

## Ungdoms-DM inomhus 15-16 januari i Skellefteå

### Pojkar 17

|           |                   |                |       |
|-----------|-------------------|----------------|-------|
| 60m       | Ludwig Sjödin-95  | Skellefteå AIK | 7.90  |
| 400m      | Simon Lindberg-94 | Skellefteå AIK | 60.00 |
| 1500m     | Ingen deltagare   |                |       |
| 60 m häck | Ludwig Sjödin-95  | Skellefteå AIK | 9.30  |
| Längd     | Ludwig Sjödin-95  | Skellefteå AIK | 5.52  |
| Tresteg   | Ingen deltagare   |                |       |
| Höjd      | Ludwig Sjödin-95  | Skellefteå AIK | 1.65  |
| Stav      | Ingen deltagare   |                |       |
| Kula      | Ingen deltagare   |                |       |

### Pojkar 15

|           |                  |                |       |
|-----------|------------------|----------------|-------|
| 60m       | Gustav Burman-96 | Skellefteå AIK | 7.75  |
| 200m      | Teddy Edlund-96  | Umedalens IF   | 25.34 |
| 1000m     | Ingen deltagare  |                |       |
| 60 m häck | Hannes Burman-96 | Skellefteå AIK | 9.38  |
| Längd     | Hannes Burman-96 | Skellefteå AIK | 5.60  |
| Tresteg   | Hannes Burman-96 | Skellefteå AIK | 12.00 |
| Höjd      | Oskar Nilsson-96 | Skellefteå AIK | 1.78  |
| Stav      | Hannes Burman-96 | Skellefteå AIK | 3.60  |
| Kula      | Hannes Burman-96 | Skellefteå AIK | 14.13 |

### Pojkar 13

|           |                     |                |       |
|-----------|---------------------|----------------|-------|
| 60m       | Jacob Ottosson-99   | IFK Umeå       | 9.64  |
| 200m      | Jacob Ottosson-99   | IFK Umeå       | 31.68 |
| 800m      | Ingen deltagare     |                |       |
| 60 m häck | Ingen deltagare     |                |       |
| Längd     | Vincent Malm-99     | Skellefteå AIK | 4.17  |
| Tresteg   | Ingen deltagare     |                |       |
| Höjd      | William Rydfjäll-99 | IFK Umeå       | 1.25  |
| Stav      | Ingen deltagare     |                |       |
| Kula      | William Rydfjäll-99 | IFK Umeå       | 7.24  |

### Flickor 17

|           |                    |                |         |
|-----------|--------------------|----------------|---------|
| 60m       | Evelina Nilsson-94 | Skellefteå AIK | 7.88    |
| 400m      | Frida Norlund-95   | Skellefteå AIK | 67.81   |
| 1500m     | Linnea Stenberg-95 | Skellefteå AIK | 5:49.97 |
| 60 m häck | Ingen deltagare    |                |         |
| Längd     | Evelina Nilsson-94 | Skellefteå AIK | 5.26    |
| Tresteg   | Ingen deltagare    |                |         |
| Höjd      | Ingen deltagare    |                |         |
| Stav      | Ingen deltagare    |                |         |
| Kula      | Frida Norlund-95   | Skellefteå AIK | 9.26    |

### Flickor 15

|           |                        |              |         |
|-----------|------------------------|--------------|---------|
| 60m       | Tilda Nordström-96     | IFK Umeå     | 8.55    |
| 200m      | Tilda Nordström-96     | IFK Umeå     | 28.64   |
| 1000m     | Angelica Strandberg-96 | IFK Umeå     | 3:26.90 |
| 60 m häck | Josefine Wännman-96    | Umedalens IF | 11.15   |
| Längd     | Petra Karlsson-97      | IFK Umeå     | 4.65    |
| Tresteg   | Tilda Nordström-96     | IFK Umeå     | 9.50    |

|      |                     |                |      |
|------|---------------------|----------------|------|
| Höjd | Josefine Wännman-96 | Umedalens IF   | 1.40 |
| Stav | Josefine Lohman-96  | Skellefteå AIK | 2.50 |
| Kula | Ingen deltagare     |                |      |

### Flickor 13

|           |                       |                |         |
|-----------|-----------------------|----------------|---------|
| 60m       | Elsa Olsson-98        | Umedalens IF   | 9.13    |
| 200m      | Elsa Olsson-98        | Umedalens IF   | 30.64   |
| 800m      | Saga Backeström-99    | Umedalens IF   | 2:54.84 |
| 60 m häck | Wilma Vidmark-98      | Skellefteå AIK | 12.48   |
| Längd     | Elsa Olsson-98        | Umedalens IF   | 4.34    |
| Tresteg   | Evelina Backeström-99 | Umedalens IF   | 9.06    |
| Höjd      | Evelina Backeström-99 | Umedalens IF   | 1.35    |
| Stav      | Ingen deltagare       |                |         |
| Kula      | Ingen deltagare       |                |         |

## Ungdoms-DM utomhus 18 juni och 17 september i Skellefteå resp. Umeå

### Pojkar 17

|                |                       |                |            |
|----------------|-----------------------|----------------|------------|
| 100m           | David Andersson-94    | Skellefteå AIK | 11.14 +2.4 |
| 200m           | Ingen deltagare       |                |            |
| 400m           | Ingen deltagare       |                |            |
| 800m           | Ingen deltagare       |                |            |
| 1500m          | Ingen deltagare       |                |            |
| 3000m          | Ingen deltagare       |                |            |
| 2000 m hinder  | Ingen deltagare       |                |            |
| 110 m häck     | Ingen AC-deltagare    |                |            |
| 300 m häck     | Ingen deltagare       |                |            |
| Längd          | Ludwig Sjödin-95      | Skellefteå AIK | 5.79 +3.3  |
| Tresteg        | Ingen deltagare       |                |            |
| Höjd           | Fredrik Konradsson-94 | IFK Umeå       | 1.96       |
| Stav           | Ingen deltagare       |                |            |
| Kula           | Robin Bergqvist-94    | IFK Umeå       | 13.65      |
| Diskus         | Ingen deltagare       |                |            |
| Slägga         | Ingen deltagare       |                |            |
| Spjut          | Ludwig Sjödin-95      | Skellefteå AIK | 35.33      |
| Terräng 4000 m | Ingen deltagare       |                |            |

### Pojkar 15

|                |                       |                |            |
|----------------|-----------------------|----------------|------------|
| 100m           | Andreas Pettersson-96 | Umedalens IF   | 12.31 +0.4 |
| 300m           | Semon Zeru-97         | Ume Friidrott  | 43.89      |
| 800m           | Ingen deltagare       |                |            |
| 2000m          | Ingen deltagare       |                |            |
| 1500 m hinder  | Ingen deltagare       |                |            |
| 100m häck      | Ingen deltagare       |                |            |
| 300 m häck     | Ingen deltagare       |                |            |
| Längd          | Jonathan Marklund-97  | Skellefteå AIK | 4.61 +2.9  |
| Tresteg        | Ingen deltagare       |                |            |
| Höjd           | Anton Sjöström-97     | Ume Friidrott  | 1.42       |
| Stav           | Anton Sjöström-97     | Ume Friidrott  | 2.90       |
| Kula           | Hannes Burman-96      | Skellefteå AIK | 15.00      |
| Diskus         | Ingen deltagare       |                |            |
| Slägga         | Anton Sjöström-97     | Ume Friidrott  | 20.14      |
| Spjut          | Anton Sjöström-97     | Ume Friidrott  | 27.46      |
| Terräng 4000 m | Mattias Vesterlund-96 | Vännäs SK      | 16.54      |



**Pojkar 13**

|                |                     |                   |           |
|----------------|---------------------|-------------------|-----------|
| 80m            | Ingen AC-deltagare  |                   |           |
| 200m           | Tintin Burman-00    | Umedalens IF      | 33.49     |
| 600m           | Tintin Burman-00    | Umedalens IF      | 2:07.56   |
| 1500m          | Ingen deltagare     |                   |           |
| 60 m häck      | Ingen deltagare     |                   |           |
| Längd          | William Lindberg-99 | Skellefteå AIK    | 3.89 +2.7 |
| Tresteg        | Tintin Burman-00    | Umedalens IF      | 7.88 +0.7 |
| Höjd           | Ingen AC-deltagare  |                   |           |
| Stav           | Ingen AC-deltagare  |                   |           |
| Kula           | William Lindberg-99 | Skellefteå AIK    | 7.83      |
| Diskus         | Ingen deltagare     |                   |           |
| Slägga         | Ingen deltagare     |                   |           |
| Spjut          | Ingen deltagare     |                   |           |
| Terräng 2000 m | Isak Stenvall-98    | Spöland/Vännäs IF | 9.11      |

**Flickor 17**

|                |                      |                |            |
|----------------|----------------------|----------------|------------|
| 100m           | Evelina Nilsson-94   | Skellefteå AIK | 12.32 +1.0 |
| 200m           | Paula Israelsson-96  | IFK Umeå       | 29.99 +0.4 |
| 400m           | Ingen deltagare      |                |            |
| 800m           | Ingen deltagare      |                |            |
| 1500m          | Ingen deltagare      |                |            |
| 3000m          | Ingen deltagare      |                |            |
| 1500 m hinder  | Ingen deltagare      |                |            |
| 100 m häck     | Ingen AC-deltagare   |                |            |
| 300 m häck     | Ingen deltagare      |                |            |
| Längd          | Evelina Nilsson-94   | Skellefteå AIK | 5.53 +2.6  |
| Tresteg        | Ingen deltagare      |                |            |
| Höjd           | Ingen AC-deltagare   |                |            |
| Stav           | Ingen deltagare      |                |            |
| Kula           | Ingen AC-deltagare   |                |            |
| Diskus         | Ronja Fredriksson-95 | Ume Friidrott  | 22.35      |
| Slägga         | Ronja Fredriksson-95 | Ume Friidrott  | 21.20      |
| Spjut          | Ingen AC-deltagare   |                |            |
| Terräng 4000 m | Ingen deltagare      |                |            |

**Flickor 15**

|                |                        |                |                 |
|----------------|------------------------|----------------|-----------------|
| 100m           | Julia Karlsson-97      | Skellefteå AIK | 14.09 +4.3      |
| 300m           | Ingen AC-deltagare     |                |                 |
| 800m           | Ingen deltagare        |                |                 |
| 2000m          | Angelica Strandberg-96 | IFK Umeå       | 5:24.67 (1500m) |
| 1500 m hinder  | Ingen deltagare        |                |                 |
| 80 m häck      | Linnea Widmark-96      | Skellefteå AIK | 16.10 +4.8      |
| 300 m häck     | Hanna Ögren-97         | IFK Umeå       | 56.72           |
| Längd          | Alva Wästerby-97       | Skellefteå AIK | 4.52 +1.2       |
| Tresteg        | Ingen deltagare        |                |                 |
| Höjd           | Alva Wästerby-97       | Skellefteå AIK | 1.42            |
| Stav           | Ingen deltagare        |                |                 |
| Kula           | Alva Wästerby-97       | Skellefteå AIK | 7.00            |
| Diskus         | Minna Södermark-97     | Ume Friidrott  | 21.01           |
| Slägga         | Ingen deltagare        |                |                 |
| Spjut          | Alexandra Nilsson-97   | Skellefteå AIK | 23.54           |
| Terräng 4000 m | Ingen deltagare        |                |                 |

### Flickor 13

|                |                       |                |            |               |
|----------------|-----------------------|----------------|------------|---------------|
| 80m            | Ebba Broman-98        | Skellefteå AIK | 11.06 +3.6 |               |
| 200m           | Alva Lind-99          | IFK Umeå       | 29.27 +0.8 |               |
| 600m           | Saga Backeström-99    | Umedalens IF   | 1:56.88    |               |
| 1500m          | Saga Backeström-99    | Umedalens IF   | 6:02.13    |               |
| 60 m häck      | Ebba Broman-98        | Skellefteå AIK | 11.26 +4.5 |               |
| Längd          | Amanda Nilsson-98     | Skellefteå AIK | 4.69 +3.2  |               |
| Tresteg        | Elsa Olsson-98        | Umedalens IF   | 9.21 +1.3  |               |
| Höjd           | Amanda Nilsson-98     | Skellefteå AIK | 1.42       |               |
| Stav           | Ingen deltagare       |                |            |               |
| Kula           | Paulina Nilsson-98    | Skellefteå AIK | 7.90       |               |
| Diskus         | Zoe Eneroth-99        | IFK Umeå       | 16.01      |               |
| Slägga         | Evelina Backeström-99 | Umedalens IF   | 22.36      |               |
| Spjut          | Evelina Backeström-99 | Umedalens IF   | 18.27      |               |
| Terräng 2000 m | Saga Backeström-99    | Umedalens IF   | 10.13      | (Vännäs 20/9) |

### Senior-DM inomhus 30 januari i Umeå

#### Män

|           |                        |                |         |                     |
|-----------|------------------------|----------------|---------|---------------------|
| 60m       | O'dain Rose-92         | IFK Umeå       | 7.01    |                     |
| 200m      | O'dain Rose-92         | IFK Umeå       | 22.62   | (mästerskapsrekord) |
| 800m      | Ingen deltagare        |                |         |                     |
| 3000m     | Tobias Lustig-88       | Ume Friidrott  | 8:58.96 |                     |
| 60 m häck | Alexander Norén-91     | Skellefteå AIK | 9.49    |                     |
| Längd     | Jonas Nylén-92         | Umedalens IF   | 5.48    |                     |
| Tresteg   | Ingen deltagare        |                |         |                     |
| Höjd      | Alexander Håkansson-91 | Umedalens IF   | 2.00    |                     |
| Stav      | Alexander Håkansson-91 | Umedalens IF   | 3.20    |                     |
| Kula      | Daniel Ragnvaldsson-76 | IFK Umeå       | 13.12   |                     |

#### Kvinnor

|           |                     |                |          |  |
|-----------|---------------------|----------------|----------|--|
| 60m       | Evelina Nilsson-94  | Skellefteå AIK | 7.94     |  |
| 200m      | Evelina Nilsson-94  | Skellefteå AIK | 26.23    |  |
| 800m      | Johanna Mann-89     | Ume Friidrott  | 2:23.82  |  |
| 3000m     | Jenny Jansson-76    | Kattisavans IF | 10:23.12 |  |
| 60 m häck | Ingen deltagare     |                |          |  |
| Längd     | Evelina Nilsson-94  | Skellefteå AIK | 5.22     |  |
| Tresteg   | Emma Granlund-89    | Skellefteå AIK | 10.27    |  |
| Höjd      | Elvira Lindström-94 | Skellefteå AIK | 1.45     |  |
| Stav      | Moa Grate-93        | Umedalens IF   | 2.50     |  |
| Kula      | Anneli Johansson-69 | Ume Friidrott  | 11.14    |  |

### Senior-DM utomhus 11-12 juni i Umeå

#### Män

|        |                         |                |            |                  |
|--------|-------------------------|----------------|------------|------------------|
| 100m   | André Brännström-87     | Skellefteå AIK | 10.91 +0.6 |                  |
| 200m   | Robin Rohlén-90         | IFK Umeå       | 23.03 +1.0 |                  |
| 400m   | Christoffer Ohlsson-93  | Umedalens IF   | 50.70      |                  |
| 800m   | Christoffer Ohlsson-93  | Umedalens IF   | 1:55.16    |                  |
| 1500m  | Jens Olofsson-94        | Ume Friidrott  | 5:24.99    |                  |
| 5000m  | Jan Westerberg-80       | IFK Umeå       | 15:29.43   |                  |
| 10000m | Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå       | 31:22.38   | (Skellefteå 1/9) |

|                |  |                 |         |                     |
|----------------|--|-----------------|---------|---------------------|
| 3000 m hinder  | Jan Westerberg-80  | IFK Umeå        | 9:47.91 |                     |
| 110 m häck     | Ingen deltagare  |                 |         |                     |
| 400 m häck     | Markus Johansson-90  | Ume Friidrott   | 61.95   |                     |
| Längd          | Fredrik Konradsson-94  | IFK Umeå        | 6.47    |                     |
| Tresteg        | Ingen deltagare  |                 |         |                     |
| Höjd           | Alexander Håkansson-91   | Umedalens IF    | 2.00    |                     |
| Stav           | Ingen AC-deltagare   |                 |         |                     |
| Kula           | Robin Bergqvist-94   | IFK Umeå        | 10.96   |                     |
| Diskus         | Lars Lindberg-91   | Ume Friidrott   | 16.44   |                     |
| Slägga         | Mattias Lindberg-90  | Skellefteå AIK  | 58.77   | (mästerskapsrekord) |
| Spjut          | Niklas Wiklund-85  | Skellefteå AIK  | 61.05   |                     |
| Maraton        | Eric Degerman-72   | IFK Umeå        | 2:47.06 | (Umeå 8/10)         |
| Lag            | (Marko Saranpää-75<br>Anders Högdahl-66<br>Per Helgesson-64)       | Jalles TC lag 1 | 9:29.40 |                     |
| Terräng 4000 m | Kristoffer Österlund-72  | IFK Umeå        | 15.01   | (Vännäs 20/9)       |
| Lag            | (Kristoffer Österlund-72<br>Rikard Hedelin-70<br>Lars Mattsson-68) | IFK Umeå        | 48.13   |                     |
| Terräng 8000 m | Niklas Berglund-79   | IFK Umeå        | 27.25   | (Umeå 24/5)         |
| Lag            | (Niklas Berglund-79<br>Andreas Oskarsson-81<br>Jonathan Edlund-91) | IFK Umeå        | 1:25.51 |                     |

#### **Kvinnor**

|                |                     |                |          |                  |
|----------------|---------------------|----------------|----------|------------------|
| 100 m          | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| 200 m          | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| 400 m          | Malin Forsberg-93   | Ume Friidrott  | 80.15    |                  |
| 800 m          | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| 1500 m         | Cecilia Edström-70  | Umedalens IF   | 5:55.20  |                  |
| 5000 m         | Malin Skoog-88      | IFK Umeå       | 19:06.56 |                  |
| 10000 m        | Gunilla Büstedt-49  | Skellefteå AIK | 45:36.55 | (Skellefteå 1/9) |
| 3000 m hinder  | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| 100 m häck     | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| 400 m häck     | Ingen AC-deltagare  |                |          |                  |
| Längd          | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| Tresteg        | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| Höjd           | Annie Johansson-93  | IFK Umeå       | 1.50     |                  |
| Stav           | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| Kula           | Anneli Johansson-69 | Ume Friidrott  | 11.33    |                  |
| Diskus         | Anneli Johansson-69 | Ume Friidrott  | 34.94    |                  |
| Slägga         | Ingen deltagare     |                |          |                  |
| Spjut          | Annie Johansson-93  | IFK Umeå       | 36.67    |                  |
| Maraton        | Birgitta Lanhede-58 | Jalles TC      | 3:19.40  | (Umeå 8/10)      |
| Terräng 4000 m | Malin Skoog-88      | IFK Umeå       | 18.13    | (Vännäs 20/9)    |
| Terräng 8000 m | Jerie Emeru-89      | Skellefteå AIK | 28.38    | (Umeå 24/5)      |

# Veteranfriidrott 2011

---

Veteranfriidrotten har under de senaste tio åren vuxit sig allt starkare både nationellt och internationellt. Veteranstatistikern Sven Gärderud har räknat fram att 50-60 procent av deltagande män och kvinnor i de stora långloppen är veteraner (35 år och äldre). Detta innebär att det uppskattningsvis finns ca 30 000 veteraner i Sverige som deltar i långlopp och/eller i arenafriidrott! Det är inte resultat, mästerskapsmedaljer och rekord som är den starkaste drivkraften för de flesta veteraners engagemang (internationellt, nationellt och på distriktsnivå) utan den känsla av glädje, livslust och social gemenskap som ofta genomsyrar umgänget på friidrottsarenorna. Det rör sig egentligen om något som de flesta genom livet strävar efter – livskvalitet. Samtidigt visar forskningsrapporter att hög social och fysisk aktivitetsnivå minskar risken för funktionshinder och sjukdomar även högt upp i åldrarna

## **Veteran-SM ett lyft för veteranfriidrotten i länet**

Det blev under 2011 ett lyft för veteranfriidrotten i Västerbotten genom att både Veteran-SM på arena och Veteran-SM på marathon arrangerades i länet. VSM på arena i Skellefteå den 5-7 augusti hade samlat 340 veteraner i åldern 35-91 år (84 kvinnor) som gjorde 1051 starter. Det är sannolikt länets största friidrottstävling på arena genom tiderna. Andelen kvinnor (24,7 procent) är högre än vid något tidigare VSM sedan starten 1979. Det noterades 26 mästerskapsrekord och 8 svenska rekord. Själva tävlingarna genomfördes i det stora hela på ett utomordentligt sätt men slutbetyget dras ned av att en slutlig reviderad resultatlista inte har redovisats.

Av de 1051 starterna svarade Västerbottens friidrottare glädjande nog för 166 varav 48 kvinnliga (29 procent kvinnor). Antalet deltagare från länet var ca 55. Även resultatmässigt svarade deltagarna från länets klubbar för fina insatser med totalt 99 medaljer, varav 35 guld. I föreningstävlingen toppade Skellefteå AIK med 259 poäng före Huddinge AIS (164 poäng) och med IFK Umeå på tredje plats (104 poäng). Totalt hade 137 föreningar deltagare med, varav 13 länsklubbar.

## **VSM på marathon i Umeå**

Enligt förbundskontrollanten var VSM på marathon i Umeå den 8 oktober i samband med Umemaran (start och mål vid Tegs Centralskola) ett uppskattat arrangemang med bra bana, bra speaker, bra prisutdelningar, bra övrig service och gav ett mycket bra helhetsintryck. Det blev deltagarerekord med totalt 225 startande i Umemaran, 114 på marathon och 111 på halvmarathon. I veteranklasserna på marathon (VSM) startade 56 män och 11 kvinnor, också deltagarerekord. De 27 deltagarna från länet på marathon hade stora framgångar med totalt 10 VSM-medaljer, varav tre guld.

## **Skellefteå AK tvåa i VSM:s föreningstävling 2011**

Huddinge AIS tog för fjärde året i rad hem segern i VSM:s föreningstävling (samtliga sju VSM-tävlingar ingår) före överraskningen Skellefteå AIK. Avstånden mellan de första föreningarna var mindre än tidigare år. Huddinge AIS vann på 348,5 poäng före Skellefteå AIK på 291,0 poäng och Rånäs 4 H på 247 poäng. Totalt tog 225 föreningar poäng varav 12 från Västerbotten. Förutom Skellefteå AIK var det IFK Umeå (placering 11), Jalles TC (placering 40), IKSU (61), Umedalens IF (82), Ume Friidrott (94), Sandviks IK (102), Storumans RC (153), Vännäs SK (153), Stöcke TS Järnet (157), Byske SK (187) och Kågedalens SK (187).

## **Svag minskning av veterantävlandet under 2000-talet**

Under 2000-talet har det i Västerbotten varit en svag minskning av veteraner som ställer upp i friidrottstävlingar. Tack vare årets VSM-tävlingar på hemmaplan blev det en uppgång under 2011. Fortfarande är det totalt sett rätt bra med utövare på manliga sidan när det gäller långlopp (landsväg och terräng). Frånsett VSM i Skellefteå är intresset för arenafriidrott inte lika bra. På längre loppsträckor (800-10000m) är det totalt ett 10-tal veteraner som tävlar, kast har knappt 10 utövare, sprint 5-6 aktiva och

hopp lika många. Bland kvinnliga veteraner är intresset för arenafriidrott (frånsett VSM i Skellefteå) fortsatt dåligt. Ett par kvinnliga veteraner tävlar i hopp och kast, några kvinnliga veteraner springer långt på bana och några fler deltar i långlöpning utanför arena. Men i det stora tjejloppet Våruset i Umeå liksom i Blodomloppet är antalet deltagande motionärer i veteranåldrarna imponerande.

### **Veteran-DM**

Veteran-DM i länet har arrangerats utomhus sedan 1978 (arena, marathon, halvmarathon, kort och lång terräng). VDM inomhus har sedan 1999 arrangerats i samband med Stora IDM i Umeå (flyttade tillfälligt till Skellefteå 2010). VDM arena utomhus avgjordes som vanligt i samband med Personliga Rekordens Kvällar i Skellefteå, Noliacupen i Umeå och vid kasttävlingar i Umeå och Skellefteå. Tyvärr har vissa VDM- grenar på arena inte genomförts under 2011 (samma sak 2010). VDM- grenar som enligt tävlingskalendern arrangeras i en tävling skall självklart alltid anges i tävlingsinbjudan. Rättning i leden under 2012!

### **Nationella och internationella uppdrag**

Ivar Söderlind, Umeå är ledamot i Svenska Friidrottsförbundets Veterankommitté sedan 1982 (ordförande sedan 2005). Sedan 1988 har han varit statistiker i Europaorganisationen EVAA och lika länge Europarepresentant i världsorganisationen WMA:s rekordkommitté.

### **Slutord**

Veteranfriidrotten i länet har under 2011, tack vare att VSM arrangerats på hemmaplan, följt den nationella och internationella trenden med totalt sett en tillväxt både kvantitativt och kvalitativt. Vi i Veterankommittén arbetar för att vi under kommande år, utan VSM-tävlingar i länet, skall kunna behålla alla ”nyväckta” veteraner och få dem att fortsätta träna och tävla .

### **VÄSTERBOTTENS FRIIDROTTSFÖRBUNDS VETERANKOMMITTE**

**Sven Hanell                      Ingrid Nilsson                      Leif Stening                      Ivar Söderlind**  
**Kjell-Göran Marklund                      Douglas Eriksson**



Lars Bergsten, Skellefteå AIK, VSM-tvåa i Skellefteå 2011 i M60 stav med 2.70. Här vid IVSM i Huddinge 2012. Foto: Ivar Söderlind



# Veteranresultat 2011

## Svenska mästerskap - medaljörer

### Veteran-SM inomhus i Karlskrona 5-6 mars 2011

|      |     |                     |                |      |
|------|-----|---------------------|----------------|------|
| Höjd | M60 | 2. Lars Bergsten-48 | Skellefteå AIK | 1.42 |
| Stav | M60 | 1. Lars Bergsten-48 | Skellefteå AIK | 2.80 |

### Veteran-SM på halvmarathon i Gävle 8 maj

|     |                        |                |         |
|-----|------------------------|----------------|---------|
| K50 | 1. Birgitta Lanhede-58 | Jalles TC Umeå | 1:33.43 |
|-----|------------------------|----------------|---------|

### Veteran-SM utomhus i Skellefteå 6-8 augusti 2011

|        |                       |                            |                      |                |         |  |
|--------|-----------------------|----------------------------|----------------------|----------------|---------|--|
| 100m   | M50                   | 3. Åke Larsson-57          | Umedalens IF         | 13.01          | -1.5    |  |
|        | M65                   | 3. Stig Ådén-45            | Storumans RC         | 14.75          | +2.4    |  |
|        | M80                   | 1. Signar Norberg-28       | Skellefteå AIK       | 19.13          | +1.9    |  |
| 200m   | M65                   | 2. Åke Larsson-57          | Umedalens IF         | 26.21          | -0.1    |  |
|        | M80                   | 1. Signar Norberg-28       | Skellefteå AIK       | 45.6m          |         |  |
|        | K35                   | 1. Annica Viklund-73       | Skellefteå AIK       | 30.57          | -0.1    |  |
|        | K55                   | 2. Kia Marklund-53         | Skellefteå AIK       | 35.86          | +1.6    |  |
|        | K60                   | 2. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 36.95          | +0.7    |  |
| 400m   | K70                   | 2. Birgitta Eklund-38      | Skellefteå AIK       | 40.90          | +1.8    |  |
|        | M40                   | 2. Jörgen Olsson-71        | Umedalens IF         | 58.07          |         |  |
|        | M65                   | 3. Sune Persson-45         | Sandviks IK          | 1:14.06        |         |  |
|        | K40                   | 2. Anna-Lena Stenlund-71   | Skellefteå AIK       | 1:08.50        |         |  |
|        | K55                   | 2. Kia Marklund-53         | Skellefteå AIK       | 1:18.08        |         |  |
|        | K60                   | 2. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 1:24.78        |         |  |
|        | K70                   | 2. Birgitta Eklund-38      | Skellefteå AIK       | 1:36.54        |         |  |
| 800m   | M35                   | 3. Eric Degerman-72        | IFK Umeå             | 2:17.38        |         |  |
|        | M40                   | 2. Jörgen Olsson-71        | Umedalens IF         | 2:11.69        |         |  |
|        | M50                   | 3. Jens Malmgren-59        | IKSU Löpning         | 2:21.15        |         |  |
|        | K40                   | 2. Kristina Nilsson-67     | IFK Umeå             | 2:59.93        |         |  |
|        | K60                   | 2. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 3:04.69        |         |  |
|        | K70                   | 2. Birgitta Eklund-38      | Skellefteå AIK       | 3:36.30        |         |  |
|        | 1500m                 | M50                        | 1. Jens Malmgren-59  | IKSU Löpning   | 4:50.51 |  |
|        |                       | M80                        | 1. Signar Norberg-28 | Skellefteå AIK | 8:21.54 |  |
|        |                       | 2. Manfred Lundström-28    | Vännäs SK            | 8:23.57        |         |  |
| K35    |                       | 3. Susanne Pettersson-74   | Skellefteå AIK       | 5:31.30        |         |  |
| K40    |                       | 2. Cecilia Edström-70      | Umedalens IF         | 5:41.54        |         |  |
|        |                       | 3. Kristina Nilsson-67     | IFK Umeå             | 5:59.23        |         |  |
| K60    |                       | 1. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 6:08.81        |         |  |
| 5000m  | K70                   | 2. Birgitta Eklund-38      | Skellefteå AIK       | 7:05.78        |         |  |
|        | M35                   | 1. Kristoffer Österlund-72 | IFK Umeå             | 15:36.82       |         |  |
|        | M50                   | 2. Lars-Åke Ekman-60       | IKSU Löpning         | 16:51.00       |         |  |
|        | M80                   | 1. Signar Norberg-28       | Skellefteå AIK       | 28:28.20       |         |  |
|        |                       | 2. Manfred Lundström-28    | Vännäs SK            | 28:28.26       |         |  |
|        | K55                   | 2. Kia Marklund-53         | Skellefteå AIK       | 21:44.67       |         |  |
|        | K60                   | 2. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 21:44.25       |         |  |
| 10000m | K70                   | 2. Birgitta Eklund-38      | Skellefteå AIK       | 25:52.60       |         |  |
|        | M35                   | 3. Eric Degerman-72        | IFK Umeå             | 34:18.94       |         |  |
|        | M50                   | 2. Lars-Åke Ekman-60       | IKSU Löpning         | 35:20.28       |         |  |
|        | M55                   | 3. Åke Larsson-53          | Skellefteå AIK       | 41:30.48       |         |  |
|        | M65                   | 3. Urban Bengtsson-45      | Jalles TC Umeå       | 41:09.09       |         |  |
|        | M80                   | 1. Manfred Lundström-28    | Vännäs SK            | 61:05.66       |         |  |
|        | K35                   | 3. Susanne Pettersson-74   | Skellefteå AIK       | 42:20.91       |         |  |
|        | K40                   | 2. Anna-Lena Stenlund-71   | Skellefteå AIK       | 43:13.36       |         |  |
|        | K55                   | 2. Edit Hult-56            | Skellefteå AIK       | 50:25.81       |         |  |
|        | K60                   | 2. Gunilla Büstedt-49      | Skellefteå AIK       | 45:50.02       |         |  |
| K70    | 2. Birgitta Eklund-38 | Skellefteå AIK             | 54:10.05             |                |         |  |

|   |         |   |                      |                |
|---|---------|---|----------------------|----------------|
| 80 m häck   | M75     | 1. Bengt Eklund-33  | Skellefteå AIK       | 21.18 +1.6     |
| 100 m häck  | M60     | 1. Henning Perneholm-50   | Sandviks IK          | 22.46 +2.1     |
| 300m häck   | M60     | 1. Henning Perneholm-50   | Sandviks IK          | 59.43          |
| 2000 m h  | M60.    | 2. Ove Johansson-51   | Skellefteå AIK       | 9:13.88        |
| Stafett   | K35     | 1. Skellefteå AIK (Susanne Pettersson, Kia Marklund<br>Gunilla Büstedt, Anna-Lena Stenlund) |                      | 5:09.17        |
| Höjd  | M40     | 3. Nils Burström-71   | Skellefteå AIK       | 1.42           |
|   | M45     | 1. P O Sjödin-62  | Skellefteå AIK       | 1.62           |
|   |         | 2. Christer Sjödin-64   | Skellefteå AIK       | 1.62           |
|   | M60     | 1. Lars Bergsten-48   | Skellefteå AIK       | 1.42           |
|   | M75     | 1. Bengt Eklund-33  | Skellefteå AIK       | 1.08           |
|   | K70     | 1. Kerstin Jonsson-39   | IFK Umeå             | 1.04           |
|   |         | 2. Lars Hedlund-72  | Skellefteå AIK       | 2.80           |
| Stav  | M40     | 2. Nils Burström-71   | Skellefteå AIK       | 2.20           |
|   | M55     | 1. Urban Lindberg-55  | Skellefteå AIK       | 2.20           |
|   | M60     | 2. Lars Bergsten-48   | Skellefteå AIK       | 2.70           |
|   | M65     | 1. Sune Persson-45  | Sandviks IK          | 2.40           |
|   | M40     | 2. Peter Mattsson-69  | Skellefteå AIK       | 5.90 +1.4      |
| Längd   | M45     | 3. Mikael Norbeerg-64   | Skellefteå AIK       | 5.20 0.0       |
|   | M60     | 1. Henning Perneholm-50   | Sandviks IK          | 3.46 +0.6      |
|   | K35     | 2. Erica Mattsson-73  | Skellefteå AIK       | 4.45 +1.3      |
|   | Tresteg | M40   | 2. Peter Mattsson-69 | Skellefteå AIK |
| M60   |         | 1. Sune Marklund-48   | Skellefteå AIK       | 8.08 +1.8      |
| Kula  | M35     | 2. Henning Perneholm-50   | Sandviks IK          | 7.99 +2.4      |
|   |         | 1. David Ekström  | Skellefteå AIK       | 9.82           |
|   | M40     | 3. Tommy Rosbäck-67   | IFK Umeå             | 8.75           |
|   | M45     | 1. Thomas Hammarsten-66   | Ume Friidrott        | 11.56          |
|   | M50     | 2. Roger Boström-59   | IFK Umeå             | 13.97          |
|   | K40     | 1. Anneli Johansson-69  | Ume Friidrott        | 13.21          |
|   |         | 1. Gunilla Moraeus-39   | IFK Umeå             | 11.49          |
|   | K70     | 2. Kerstin Jonsson-39   | IFK Umeå             | 6.52           |
|   |         | 1. Lars Hedlund-72  | IFK Umeå             | 5.59           |
|   | Diskus  | M35   | 1. Lars Hedlund-72   | Skellefteå AIK |
| M45   |         | 1. Lars Sundström-65  | Skellefteå AIK       | 37.19          |
| M50   |         | 2. Roger Boström-59   | IFK Umeå             | 39.63          |
| K40   |         | 1. Anneli Johansson-69  | Ume Friidrott        | 40.77          |
| K45   |         | 1. Galina Kluznetsova-62  | Skellefteå AIK       | 27.47          |
| K70   |         | 1. Gunilla Moraeus-39   | IFK Umeå             | 17.53          |
|   |         | 3. Kerstin Jonsson-39   | IFK Umeå             | 12.11          |
| Slägga  | M35     | 1. Daniel Rangvaldsson-76   | IFK Umeå             | 47.97          |
|   | M50     | 3. Sten-Erik Wihlborg-58  | Skellefteå AIK       | 33.18          |
|   | M55     | 3. Urban Lindberg-55  | Skellefteå AIK       | 29.24          |
|   | M75     | 3. Bengt Eklund-33  | Skellefteå AIK       | 20.91          |
|   | K70     | 1. Gunilla Moraeus-39   | IFK Umeå             | 15.48          |
| 2. Kerstin Jonsson-39                               |         | IFK Umeå  | 15.09                |                |
| Spjut   | M35     | 1. Daniel Rangvaldsson-76   | IFK Umeå             | 71.90          |
|   | M40     | 3. Peter Mattsson-69  | Skellefteå AIK       | 47.08          |
|   | M45     | 3. Christer Sjödin-64   | Skellefteå AIK       | 40.12          |
|   | M50     | 1. Roger Boström-59   | IFK Umeå             | 50.95          |
|   | M55     | 2. Urban Lindberg-55  | Skellefteå AIK       | 29.43          |
|   | M75     | 3. Bengt Eklund-33  | Skellefteå AIK       | 21.98          |
|   | Vikt    | M40   | 2. Tommy Rosbäck-67  | IFK Umeå       |
| M50   |         | 3. Sten-Erik Wihlborg-58  | Skellefteå AIK       | 12.00          |
| M75   |         | 3. Bengt Eklund-33  | Skellefteå AIK       | 8.59           |
| <b>Veteran-SM på marathon i Umeå 8 oktober 2011</b> |         |   |                      |                |
|   | M35     | 3. Erik Degerman-72   | IFK Umeå             | 2:47.06        |
|   | M40     | 1. Lars Mattsson-68   | IFK Umeå             | 2:52.59        |
|   |         | 2. Robert Johansson-69  | Skellefteå AIK       | 2:54.54.       |
|   | M45     | 2. Daniel Salguero-65   | IKSU Löpning         | 3:06.22        |

|     |  |                        |                |         |
|-----|--|------------------------|----------------|---------|
|     |  | 3. Anders Högdahl-66   | Jalles TC Umeå | 3:11.32 |
| M50 |  | 2. Lars-Åke Ekman-60   | IKSU Löpning   | 2:53.15 |
| M65 |  | 1. Urban Bengtsson-45  | Jalles TC Umeå | 3:34.03 |
|     |  | 2. Dan Granlund-42     | Skellefteå AIK | 3:36.33 |
| K50 |  | 1. Birgitta Lanhede-58 | Jalles TC Umeå | 3:19.40 |
| K55 |  | 2. Edit Hult-56        | Skellefteå AIK | 3:58.10 |

## Distriktsmästare

### Distriktsmästare för veteraner inomhus i Umeå den 30 januari 2011

|       |     |                       |                |       |
|-------|-----|-----------------------|----------------|-------|
| 60 m  | M45 | Lennarth Johnsson-63  | Skellefteå AIK | 7.81  |
|       | M50 | Åke Larsson-57        | Umedalens IF   | 8.06  |
| 200 m | M50 | Åke Larsson-57        | Umedalens IF   | 25.89 |
|       | M60 | Henning Perneholm-50  | Sandviks IK    | 32.21 |
|       | M65 | Sune Persson-45       | Sandviks IK    | 33.38 |
| Höjd  | M60 | Lars Bergsten-48      | Skellefteå AIK | 1.45  |
|       | M65 | Sune Persson-45       | Sandviks IK    | 1.20  |
| Längd | M60 | Henning Perneholm-50  | Sandviks IK    | 3.74  |
|       | M65 | Sune Persson-45       | Sandviks IK    | 3.46  |
| Stav  | M60 | Lars Bergsten-48      | Skellefteå AIK | 2.80  |
|       | M65 | Sune Persson-45       | Sandviks IK    | 2.40  |
| Kula  | M45 | Lennarth Johnsson-63  | Skellefteå AIK | 9.75  |
|       | M50 | Sten-Erik Wihlborg-58 | Skellefteå AIK | 10.53 |
|       | M55 | Benny Sehlberg-55     | IFK Umeå       | 11.18 |
|       | M60 | Lars Bergsten-48      | Skellefteå AIK | 10.75 |
|       | M65 | Sune Persson-45       | Sandviks IK    | 7.94  |

### Distriktsmästare för veteraner utomhus 2011

|              |     |  |                |          |      |
|--------------|-----|--|----------------|----------|------|
| 200 m        | M45 | Mikael Norberg-64                              | Skellefteå AIK | 29.64    | -4.1 |
| 400 m        | M50 | Lars Eriksson-58                               | Skellefteå AIK | 1:09.06  |      |
| 800 m        | M45 | Mikael Norberg-64                              | Skellefteå AIK | 2:27.35  |      |
| 3000 m       | M35 | Kristoffer Österlund-72                        | IFK Umeå       | 9:15.01  |      |
|              | M40 | Jonny Hjertström-67                            | Skellefteå AIK | 10:01.47 |      |
|              | M50 | Lars-Åke Ekman-60                              | IKSU Löpning   | 10:05.48 |      |
| 5000 m       | M45 | Martin Lundberg-65                             | Fredrika IK    | 17:06.26 |      |
|              | M50 | Lars Eriksson-58                               | Skellefteå AIK | 19:07.38 |      |
| 10 000 m     | M35 | Andreas Brodin-72                              | IKSU Löpning   | 33:18.81 |      |
|              | M40 | Robert Johansson-69                            | Skellefteå AIK | 36:18.76 |      |
|              | M45 | Mikael Norberg-64                              | Skellefteå AIK | 39:20.25 |      |
|              | M50 | Lars-Åke Ekman-60                              | IKSU Löpning   | 35:01.09 |      |
|              | M55 | Carl Boström-55                                | Skellefteå AIK | 49:09.89 |      |
|              | K50 | Inger Brännström-59                            | Skellefteå AIK | 47:56.90 |      |
|              | K55 | Edit Hult-56                                   | Skellefteå AIK | 48:12.32 |      |
|              | K60 | Gunilla Büstedt-49                             | Skellefteå AIK | 45:36.55 |      |
|              | K70 | Birgitta Eklund-38                             | Skellefteå AIK | 52:52.03 |      |
| Terräng 4 km | M35 | Tomas Olofson-72                               | IFK Umeå       | 18.13    |      |
|              | M40 | Rikard Hedelin-70                              | IFK Umeå       | 16.19    |      |
|              | M45 | Stefan Nilsson-64                              | IKSU Löpning   | 18.06    |      |
|              | M50 | Lars-Åke Ekman-60                              | IKSU Löpning   | 16.15    |      |
|              | M55 | Stefan Lindgren-55                             | Vännäs SK      | 19.54    |      |
| Terräng 8 km | M35 | Andreas Brodin-72                              | IKSU Löpning   | 27.40    |      |
|              | M40 | Johan Sandberg-68                              | IFK Umeå       | 28.54    |      |
|              | M45 | Martin Lundberg-65                             | Fredrika IK    | 29.06    |      |
|              | M50 | Lars-Åke Ekman-60                              | IKSU Löpning   | 29.37    |      |
|              | M55 | Stefan Lindgren-55                             | Vännäs SK      | 37.01    |      |
|              | M60 | Thomas Sigurdsson-47                           | IKSU Löpning   | 33.59    |      |
|              | M65 | Urban Bengtsson-45                             | Jalles TC Umeå | 34.45    |      |
|              | K50 | Eva Wikner-61                                  | Jalles TC Umeå | 45.36    |      |
| Lag män      |     | IKSU Löpning lag 1 (Brodin, Ekman, Brändström) |                | 1:28.47  |      |
| Marathon     | M35 | Erik Degerman-72                               | IFK Umeå       | 2:47.06  |      |
|              | M40 | Lars Mattsson-68                               | IFK Umeå       | 2:52.59  |      |

|       |      |                     |                |           |
|-------|------|---------------------|----------------|-----------|
|       | M45  | Daniel Salguero-65  | IKSU Löpning   | 3:06.22   |
|       | M50  | Lars-Åke Ekman-60   | IKSU Löpning   | 2:53.15   |
|       | M55  | Peter Wiesler-55    | Jalles TC Umeå | 4:51.43   |
|       | M60  | Alf Söderlund-51    | FK Volvo       | 4:00.47   |
|       | M65  | Urban Bengtsson-45  | Jalles TC Umeå | 3:34.03   |
|       | K50  | Birgitta Lanhede-58 | Jalles TC Umeå | 3:19.40   |
|       | K55  | Edit Hult-56        | Skellefteå AIK | 3:58.10   |
| Höjd  | M60  | Lars Bergsten-48    | Skellefteå AIK | 1.33      |
| Längd | M50  | Åke Larsson-57      | Umedalens IF   | 4.25 +0.2 |
| Spjut | M45  | Christer Sjödin-64  | Skellefteå AIK | 42.95     |
|       | M 60 | Lars Bergsten-48    | Skellefteå AIK | 36.54     |



Daniel Ragnvaldsson, IFK Umeå vann spjut i M35 vid VSM i Skellefteå 2011 med nya mästerskapsrekordet 71.90. Foto: Ivar Söderlind

## Godkända distriktsrekord 2011

### Inomhus

2011-02-22 Viktoria Tegenfeldt 1 500 m 4:21.48 Seniorrekord  
 XL-galan, Globen, Stockholm Ume Friidrott

### Utomhus

2011-06-28 Viktoria Tegenfeldt 1 500 m 4:15.62 Seniorrekord  
 Folksam GP, Sollentuna Ume Friidrott

2011-07-31 O'dain Rose 100m 10.55 Juniorrekord  
 Windsprint, Sundsvall IFK Umeå Seniorrekord

2011-08-02 Viktoria Tegenfeldt 800m 2:03.69 Seniorrekord  
 Folksam GP, Karlstad Ume Friidrott

2011-08-27 Mattias Lindberg Slägga 60.17 Seniorrekord  
 J-SM, Vellinge Skellefteå AIK

# Distriktsrekord inomhus 2011-12-31

## Män, seniorer

|           |                       |                |         |     |               |
|-----------|-----------------------|----------------|---------|-----|---------------|
| 60m       | O'dain Rose -92       | IFK Umeå       | 6.82    | -11 | Göteborg      |
| 200m      | Ulf Sedlacek -65      | Umedalens IF   | 22.31   | -84 | Åbo, FIN      |
| 400m      | Ulf Sedlacek -65      | Umedalens IF   | 47.29   | -88 | Budapest, HUN |
| 800m      | Anton Asplund -90     | Ume Friidrott  | 1:48.48 | -10 | Stockholm/G   |
| 1500m     | Morgan Tollofsen -70  | Dorotea IF     | 3:48.83 | -90 | Göteborg      |
| 3000m     | Jörgen Marklund -67   | IFK Umeå       | 8:16.18 | -90 | Göteborg      |
| 60 m häck | Ulf Sedlacek -65      | Umedalens IF   | 8.30    | -87 | Haparanda     |
| Höjd      | Patrick Thavelin -70  | Umedalens IF   | 2.22    | -92 | USA           |
| Stav      | Jonas Almqvist -88    | Skellefteå AIK | 5.01    | -06 | Västerås      |
| Längd     | Ulrik Stenberg -72    | Dorotea FI     | 7.22    | -91 | Kuortane, FIN |
| Tresteg   | Mattias Olofsson -73  | Skellefteå AIK | 14.92   | -95 | Skellefteå    |
| Kula      | Thomas Hammarsten -66 | Umedalens IF   | 18.26   | -95 | Skellefteå    |

## Kvinnor, seniorer

|           |                               |                |         |     |              |
|-----------|-------------------------------|----------------|---------|-----|--------------|
| 60m       | Lisa Rönnkvist -86            | Skellefteå AIK | 7.65    | -04 | Göteborg     |
|           | Isabelle Eurenus -89          | Ume Friidrott  | 7.65    | -09 | Göteborg     |
| 200m      | Lena Aruhn -70                | Ume Friidrott  | 24.06   | -05 | Malmö        |
| 400m      | Lena Aruhn -70                | Ume Friidrott  | 52.77   | -05 | Stockholm/G  |
| 800m      | Marie Öhlund -71              | Skellefteå AIK | 2:06.43 | -94 | Florida, USA |
| 1500m     | Viktoria Tegenfeldt -87       | Ume Friidrott  | 4:21.48 | -11 | Stockholm/G  |
| 3000m     | Katarina Lindström -75        | IFK Umeå       | 9:40.22 | -00 | Sätra        |
| 60 m häck | Lisa Rönnkvist -86            | Skellefteå AIK | 8.74    | -04 | Göteborg     |
| Höjd      | Ingela Sandqvist -67          | Umedalens IF   | 1.85    | -93 | Tammerfors   |
| Stav      | Lisa Wälitalo -82             | Umedalens IF   | 3.80    | -07 | Malmö        |
| Längd     | Anna Lundh -74                | Umedalens IF   | 5.89    | -92 | Bosön        |
| Tresteg   | Anna Göransdotter-Nilsson -77 | Umedalens IF   | 13.28   | -06 | Stockholm/G  |
| Kula      | Anneli Johansson -69          | Umedalens IF   | 14.55   | -88 | Oslo, NOR    |

## Pojkar, 18 år

|           |                      |                |         |     |           |
|-----------|----------------------|----------------|---------|-----|-----------|
| 60m       | O'dain Rose -92      | IFK Umeå       | 6.87    | -10 | Göteborg  |
| 200m      | Robin Rohlén -90     | IFK Umeå       | 22.79   | -07 | Bollnäs   |
| 400m      | Robin Rohlén -90     | IFK Umeå       | 49.05   | -07 | Malmö     |
| 800m      | Anton Asplund -90    | Ume Friidrott  | 1.54.1  | -08 | Umeå      |
| 1500m     | Elias Bjuhr -93      | IFK Umeå       | 3:52.89 | -11 | Göteborg  |
| 3000m     | Morgan Tollofsén -70 | Dorotea IF     | 8:16.51 | -88 | Haparanda |
| 60 m häck | Ulf Sedlacek -65     | Umedalens IF   | 8.37    | -92 | Göteborg  |
| Höjd      | Patrick Thavelin -70 | Umedalens IF   | 2.10    | -88 | Umeå      |
| Stav      | Jonas Almqvist -88   | Skellefteå AIK | 5.01    | -06 | Västerås  |
| Längd     | Tommy Persson -60    | Skellefteå AIK | 7.00    | -77 | Falun     |
| Tresteg   | Mattias Olofsson -73 | Skellefteå AIK | 14.48   | -90 | Solna     |
| Kula      | Johan Åsberg -76     | Vindelns IF    | 15.03   | -94 | Umeå      |

## Flickor, 18 år

|           |                             |                |          |     |           |
|-----------|-----------------------------|----------------|----------|-----|-----------|
| 60m       | Lisa Rönnquist -86          | Skellefteå AIK | 7.65     | -04 | Göteborg  |
| 200m      | Louise Johansson -88        | Umedalens IF   | 25.91    | -04 | Umeå      |
| 400m      | Viktoria Tegenfeldt -87     | Ume Friidrott  | 56.79    | -03 | Malmö     |
| 800m      | Viktoria Tegenfeldt -87     | Ume Friidrott  | 2:08.99  | -05 | Malmö     |
| 1500m     | Viktoria Tegenfeldt -87     | Ume Friidrott  | 4:35.84  | -05 | Göteborg  |
| 3000m     | Mari Jonsson -72            | Umedalens IF   | 10:42.32 | -90 | Göteborg  |
| 60 m häck | Lisa Rönnquist -86          | Skellefteå AIK | 8.74     | -04 | Göteborg  |
| Höjd      | Maria Gruffman-Rönnlund -74 | IFK Umeå       | 1.82     | -91 | Haparanda |
| Stav      | Amanda Forsman -90          | Skellefteå AIK | 3.65     | -07 | Nyköping  |
| Längd     | Anna Lund -74               | Umedalens IF   | 5.89     | -92 | Solna     |
| Tresteg   | Annica Johansson -73        | Skellefteå AIK | 11.73    | -91 | Umeå      |
| Kula      | Anneli Johansson -69        | Umedalens IF   | 13.97    | -87 | Luleå     |



# Distriktsrekord seniorer utomhus 2011-12-31

## Män, seniorer

|                |  |                |           |     |                 |
|----------------|--|----------------|-----------|-----|-----------------|
| 100 m          | O' dain Rose -92   | IFK Umeå       | 10.55     | -11 | Sundsvall       |
| 200 m          | Ulf Sedlacek -65   | Umedalens IF   | 21.68     | -88 | Skellefteå      |
| 400 m          | Ulf Sedlacek -65   | Umedalens IF   | 46.98     | -86 | Stockholm       |
| 800 m          | Karl-Uno Olofsson -40  | IFK Umeå       | 1:47.9    | -65 | Zagreb, Jugosl. |
|                | Robin Rohlén -90   | IFK Umeå       | 1:47.94   | -10 | Göteborg        |
| 1500 m         | Karl-Uno Olofsson -40  | IFK Umeå       | 3:41.8    | -65 | Växjö           |
| 5000 m         | Bengt Persson -39  | IFK Umeå       | 13:48.6   | -68 | Stockholm       |
| 10000 m        | Peter Fredriksson -46  | Skellefteå IF  | 29:19.54  | -75 | Stockholm       |
| 110 m häck     | Ulf Sedlacek -65   | Umedalens IF   | 14.70     | -88 | Skellefteå      |
| 400 m häck     | Ulf Sedlacek -65   | Umedalens IF   | 50.22     | -88 | Kvarnsveden     |
| 3000 m hinder  | Bengt Persson -39  | IFK Umeå       | 8.33.8    | -68 | Stockholm       |
| Höjd           | Patrick Thavelin -70   | Umedalens IF   | 2.26      | -92 | Athens, GA,     |
| USA            |  |                |           |     |                 |
| Stav           | Jonas Almqvist -88   | Skellefteå AIK | 5.11      | -07 | Eskilstuna      |
| Längd          | Lennart Lindström -45  | Skellefteå AIK | 7.52      | -69 | Oslo, NOR       |
| Tresteg        | Sven-Olov Åström -47   | Skellefteå AIK | 15.01     | -71 |                 |
| Kula           | Thomas Hammarsten -66  | Umedalens IF   | 19.26     | -95 | Kingsville,     |
| USA            |  |                |           |     |                 |
| Diskus         | Johan Åsberg -76   | Vindelns IF    | 50.18     | -96 | Helsingborg     |
| Spjut          | Daniel Ragnvaldsson -76  | IFK Umeå       | 76.57     | -10 | Falun           |
| Slägga         | Mattias Lindberg -90   | Skellefteå AIK | 60.17     | -11 | Vellinge        |
| 10-kamp        | Lennart Hedmark -44  | Skellefteå AIK | 7 775 p * | -69 | Barcelona, ESP  |
|                | (* 7 658p omräknat enligt 1985-års tabell)                         |                |           |     |                 |
| <u>Stafett</u> |  |                |           |     |                 |
| 4x100m         | IFK Umeå   |                | 42.9      | -66 | Umeå            |
|                | (Ulf Hjertstedt, Sören Olofsson, Örjan Johansson, Åke Lindström)   |                |           |     |                 |
| 4x400m         | Umedalens IF   |                | 3:16.83   | -86 | Nyköping        |
|                | (Urban Johansson, Ulf Sedlacek, Magnus Gerdin, Mikael Eliasson)    |                |           |     |                 |
| 4x800m         | Ume Friidrott  |                | 7:31.21   | -95 |                 |
|                | (Ulf Jonsson, Mikael Svensson, Urban Johansson, Niklas Nygren)     |                |           |     |                 |
| 4x1500m        | IFK Umeå   |                | 15:35.6   | -65 | Göteborg        |
|                | (Stig Hjertstedt, Harry Westman, Bengt Persson, Karl-Uno Olofsson) |                |           |     |                 |

## Historiska rekord (manuella tider, udda grenar)

|                |   |                   |           |     |               |
|----------------|---|-------------------|-----------|-----|---------------|
| 100 m          | Örjan Johansson -47   | Rönnskärs IF      | 10.5      | -68 | Stockholm     |
|                | Lennarth Johnsson -63   | Skellefteå AIK    | 10.5      | -88 | Ljusdal       |
| 200 m          | Gösta Brännström -26  | Skellefteå AIK    | 21.5      | -53 | Budapest, HUN |
| 1000 m         | Karl-Uno Olofsson -40   | IFK Umeå          | 2:21.5    | -64 | Boden         |
| 3000 m         | Morgan Tollofsen -70  | Dorotea IF        | 7:57.22   | -88 | Umeå          |
| 1 eng mil      | Karl-Uno Olofsson -40   | IFK Umeå          | 4:02.2    | -67 | Stockholm     |
| 2000 m         | Bengt Persson -39   | IFK Umeå          | 5:13.8    | -65 | Kramfors      |
| 2 eng mil      | Bengt Persson -39   | IFK Umeå          | 8:41.2    | -68 | Västerås      |
| 1 tim löp      | Timo Malmberg -39   | IFK Umeå          | 17.277m   | -73 |               |
| 20.000 m       | Timo Malmberg -39   | IFK Umeå          | 1:09.10.4 | -73 |               |
| 25.000 m       | Kurt Andersson -51  | Jalles TC         | 1:22.10.0 | -80 |               |
| 30.000 m       | Peter Fredriksson -46   | Skellefteå AIK/IF | 1:37.14.2 | -66 | Skellefteå    |
|                | Sven Bergström -47  | Skellefteå AIK/IF | 1:37.14.2 | -66 |               |
| 200 m häck     | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF      | 23.23     | -88 | Sipoo, FIN    |
| 1500 m hinder  | Bengt Persson -39   | IFK Umeå          | 4.01.9    | -65 | Gimo          |
| 5-kamp         | Lennart Lindström -45   | Skellefteå AIK    | 3 481p *  | -70 | Skellefteå    |
|                | (3 363p omräknat enligt 1985-års tabell)                            |                   |           |     |               |
| Spjut g        | Leif Lundmark -53   | Skellefteå AIK    | 89.92     | -79 | Karlskrona    |
| Längd u.a      | Nils Hänström -34   | IFK Umeå          | 3.17      | -63 |               |
| Höjd u.a       | Lennart Hedmark -44   | Skellefteå AIK    | 1.58      | -62 |               |
| Vikt           | Erik Johansson -04  | Umedalens IF      | 17.40     | -45 |               |
| <u>Stafett</u> |   |                   |           |     |               |
| 4x200m         | IFK Umeå  |                   | 1:32.3    | -61 |               |
|                | (Hans-Erik Eden, Sven-Åke Granberg, Nils-Erik Åberg, Åke Lindström) |                   |           |     |               |
| Sv stafett     | IFK Umeå  |                   | 1:59.0    | -66 |               |
| 1000 m         | (Örjan Johansson, Ulf Hjertstedt, Åke Lindström, Karl-Uno Olofsson) |                   |           |     |               |

## Kvinnor, seniorer

|                |   |                |          |     |             |
|----------------|---|----------------|----------|-----|-------------|
| 100m           | Lena Aruhn -70  | Ume Friidrott  | 11.58    | -05 | Nice, FRA   |
| 200m           | Lena Aruhn -70  | Ume Friidrott  | 23.47    | -05 | Donnas, ITA |
| 400m           | Lena Aruhn -70  | Ume Friidrott  | 52.40    | -05 | Gävle       |
| 800m           | Viktoria Tegenfeldt -87   | Ume Friidrott  | 2:03.69  | -11 | Karlstad    |
| 1500m          | Viktoria Tegenfeldt -87   | Ume Friidrott  | 4:15.62  | -11 | Sollentuna  |
| 5000m          | Katarina Lindström -75  | IFK Umeå       | 16:07.4  | -99 | Stockholm   |
| 10.000m        | Birgit Bringslid -45  | Skellefteå AIK | 33:38.01 | -87 | Gävle       |
| 100 m häck     | Anneli Johansson -69  | Ume Friidrott  | 13.83    | -96 | Karlskrona  |
| 400 m häck     | Marie Öhlund -71  | Skellefteå AIK | 60.97    | -92 | Östersund   |
| Höjd           | Ingela Sandqvist -67  | Umedalens IF   | 1.85     | -94 | Stockholm   |
| Stav           | Lisa Wälitalo -82   | Umedalens IF   | 3.90     | -07 | Karlskrona  |
| Längd          | Lisa Rönnkvist -86  | Skellefteå AIK | 5.90     | -04 | Karlstad    |
| Tresteg        | Anna Göransdotter-Nilsson -77   | Umedalens IF   | 13.15    | -05 | Göteborg    |
| Kula           | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 14.71    | -87 | Stockholm   |
| Diskus         | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 48.38    | -90 | Karlstad    |
| Spjut          | Sofie Linner -90  | IFK Umeå       | 40.32    | -09 | Umeå        |
| Slägga         | Charlotta Hyvönen -92   | IFK Umeå       | 52.71    | -10 | Umeå        |
| 7-kamp         | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 4.775 p  | -86 | Hyrylä, FIN |
| <u>Stafett</u> |   |                |          |     |             |
| 4x100m         | Skellefteå AIK<br>(Johanna Panboon-93, Elvira Lindström-94, Mathilda Sjödin-93, Evelina Nilsson-94) |                | 48.90    | -10 | Norrälje    |
| 4x400m         | Umedalens IF<br>(Anna Granström, Anna-Karin Bäcklund, Agneta Östlund, Kristin Jonsson)              |                | 3:55.06  | -89 | Sollentuna  |
| 4x800m         | Skellefteå AIK<br>(Ann-Kristin Heiskanen, Maria Eriksson, Åsa Johansson, Josefin Burström)          |                | 9:51.23  | -85 | Skellefteå  |

## Historiska rekord (manuella tider, udda grenar)

|                |  |                |         |     |            |
|----------------|--|----------------|---------|-----|------------|
| 1000m          | Anna-Carin Widmark -66   | Skellefteå AIK | 2:51.48 | -88 | Sollentuna |
| 1 eng. mil     | Anna-Carin Widmark -66   | Skellefteå AIK | 5:07.47 | -83 | Ljusdal    |
| 3000m          | Birgit Bringslid -45   | Skellefteå AIK | 9:05.71 | -81 | Oslo, NOR  |
| 80 m häck      | Anneli Johansson -69   | Ume Friidrott  | 11.61   | -96 | Umeå       |
| 200 m häck     | Maj-Britt Dahlgren   | IFK Umeå       | 33.0    | -70 | Visby      |
| Längd u.a      | Agneta Werge   | IFK Umeå       | 2.47    | -61 |            |
| Spjut g        | Malin Nilsson -70  | Robertsfors IK | 55.68   | -90 | Karlstad   |
| <u>Stafett</u> |  |                |         |     |            |
| 4x80m          | Umedalens IF<br>(Anneli Johansson, Agneta Östlund, Anna Nilsson, Anna Nyström) |                | 40.4e   | -90 | Umeå       |
| 4x200m         | Umedalens IF<br>(Lisa Ahlner, Cecilia Lauri, Gabriella Sjöberg, Lena Axelsson) |                | 1:47.59 | -89 | Piteå      |
| 3x800 m        | IFK Umeå<br>(Kerstin Lundholm, Britta Svensson, Siv Larsson)                   |                | 7:05.6  | -66 | Umeå       |
| Sv stafett     | Umedalens IF   |                | 2:17.2  | -88 | Umeå       |
| 1000m          | (Anneli Johansson, Lena Axelsson, Anna Granström, Agneta Östlund)              |                |         |     |            |

Anneli Johansson, Ume Friidrott  
vinner i vanlig ordning DM i kula,  
här på Campusarenan 2011.  
Foto: Ivar Söderlind



## Distriktsrekord, juniorer utomhus (20-års rekord) 2011-12-31

### Män, juniorer

|                |   |                   |          |     |              |
|----------------|---|-------------------|----------|-----|--------------|
| 100 m          | O'dain Rose -92   | IFK Umeå          | 10.55    | -11 | Sundsvall    |
| 200 m          | O'dain Rose -92   | IFK Umeå          | 21.71    | -10 | Karlstad     |
| 400 m          | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF      | 47.19    | -85 | Oslo, NOR    |
| 800 m          | Robin Rohlén -90  | IFK Umeå          | 1:47.94  | -10 | Göteborg     |
| 1500 m         | Morgan Tollofsen -70  | Dorotea IF        | 3:42.07  | -89 | Karlskrona   |
| 5000 m         | Morgan Tollofsen -70  | Dorotea IF        | 14:14.60 | -88 | Sudbury, CAN |
| 10000 m        | Sven Bergström -47  | Skellefteå AIK/IF | 30:46.8  | -67 |              |
| 110 m häck     | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF      | 14.85    | -85 | Pello, FIN   |
| 400 m häck     | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF      | 50.64    | -85 | Mohroe LA    |
| 2000 m hinder  | Stellan Lundqvist -51   | Lövånger AIK      | 5:49.4   | -71 | Västerås     |
| Höjd           | Patrick Thavelin -70  | Umedalens IF      | 2.19     | -90 | Geneve, SUI  |
| Stav           | Jonas Almqvist -88  | Skellefteå AIK    | 5.11     | -07 | Eskilstuna   |
| Längd          | Ulrik Stenberg -72  | Dorotea IF        | 7.17     | -92 | Mora         |
| Tresteg        | Lars Berge -74  | IFK Umeå          | 14.89    | -92 | Mora         |
| Kula           | Johan Åsberg -76  | Vindelns IF       | 15.30    | -96 | Piteå        |
| Diskus         | Johan Åsberg -76  | Vindelns IF       | 50.18    | -96 | Helsingborg  |
| Spjut          | Mattias Eriksson -80  | Vännäs FI         | 73.33    | -99 | Jönköping    |
| Slägga         | Mattias Lindberg -90  | Skellefteå AIK    | 54.92    | -10 | Skellefteå   |
| <u>Stafett</u> |   |                   |          |     |              |
| 4x100 m        | IFK Umeå<br>(Johan Sundholm, Lars Berge, David Variaro, Mattias Berggren)       |                   | 43.54    | -92 | Karlshamn    |
| 4x400 m        | Umedalens IF<br>(Mikael Paulsson, Urban Johansson, Magnus Gerdin, Ulf Sedlacek) |                   | 3:22.53  | -85 | Skellefteå   |
| 4x800 m        | Umedalens IF<br>(Rickard Larsson, Magnus Gerdin, Ulf Sedlacek, Urban Johansson) |                   | 8:09.89  | -85 | Skellefteå   |

### Historiska rekord (manuella tider, udda grenar)

|                    |                       |                |         |     |              |
|--------------------|-----------------------|----------------|---------|-----|--------------|
| 100 m              | Örjan Johansson -47   | Rönnskärs IF   | 10.7    | -65 | Västerås     |
| 1000 m             | Fredrik Söderlund -67 | Skellefteå AIK | 2:25.55 | -87 | Sollentuna   |
| 3000 m             | Morgan Tollofsen -70  | Dorotea IF     | 7:57.22 | -88 | Umeå         |
| 200 m häck         | Ulf Sedlacek -65      | Umedalens IF   | 24.2    | -85 | Umeå         |
| 1500 m hinder      | Yngve Nilsson -43     | Skellefteå AIK | 4:30.8  | -62 |              |
| Spjut g            | Lennart Hedmark -44   | Skellefteå AIK | 80.38   | -64 | Örnsköldsvik |
| Längd u.a.         | Leif Hellgren -35     | Skellefteå AIK | 3.12    | -53 | Skellefteå   |
| Höjd u.a.          | Lennart Hedmark -44   | Skellefteå AIK | 1.58    | -62 | Skellefteå   |
| <u>Sv. stafett</u> |                       |                |         |     |              |
| 1000 m             | Skellefteå AIK        |                | 2:04.8  | -69 |              |

### Kvinnor, juniorer

|                |   |                |          |     |               |
|----------------|---|----------------|----------|-----|---------------|
| 100 m          | Isabelle Eurenus -89  | Ume Friidrott  | 11.94    | -08 | Norrtälje     |
| 200 m          | Isabelle Eurenus -89  | Ume Friidrott  | 24.73    | -08 | Norrtälje     |
| 400 m          | Agneta Östlund -68  | Umedalens IF   | 56.22    | -88 | Malmö         |
| 800 m          | Viktoria Tegenfeldt -87   | Ume Friidrott  | 2:08.21  | -05 | Mannheim, GER |
| 1500 m         | Anna-Carin Widmark -66  | Skellefteå AIK | 4:29.86  | -86 | Karlskrona    |
| 3000 m         | Pernilla Eriksson -70   | Umedalens IF   | 9:38.43  | -90 | Karlstad      |
| 5000 m         | Anna-Carin Widmark -66  | Skellefteå AIK | 18:00.59 | -84 | Stockholm     |
| 100 m häck     | Anna Nyström -76  | Umedalens IF   | 14.37    | -94 | Stockholm     |
| 400 m häck     | Amanda Nilsson -83  | Skellefteå AIK | 62.64    | -02 | Narvik, NOR   |
| Höjd           | Maria Gruffman-Rönnlund -74   | IFK Umeå       | 1.84     | -92 | Budapest, HUN |
| Stav           | Katja Gustafsson -84  | Skellefteå AIK | 3.56     | -03 | Velinge       |
| Längd          | Lisa Rönnkvist -86  | Skellefteå AIK | 5.90     | -04 | Karlstad      |
| Tresteg        | Maria Gruffman-Rönnlund -74   | IFK Umeå       | 12.32    | -94 | Posio, FIN    |
| Kula           | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 14.71    | -87 | Stockholm     |
| Diskus         | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 47.68    | -87 | Umeå          |
| Spjut          | Sofie Linner -90  | IFK Umeå       | 40.32    | -09 | Umeå          |
| Slägga         | Charlotta Hyvönen -92   | IFK Umeå       | 52.71    | -10 | Umeå          |
| 7-kamp         | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 4.775 p  | -86 | Hyrylä, FIN   |
| <u>Stafett</u> |   |                |          |     |               |
| 4x100 m        | Skellefteå AIK<br>(Johanna Panboon-93, Elvira Lindström-94, Mathilda Sjödin-93, Evelina Nilsson-94) |                | 48.90    | -10 | Norrtälje     |

|        |   |         |     |            |
|--------|---|---------|-----|------------|
| 4x400m | Umedalens IF<br>(Kristin Johnsson, Kajsa Ringlöv, Anna Granström, Agneta Östlund)           | 4:09.26 | -88 | Umeå       |
| 4x800m | Skellefteå AIK<br>(Ann-Kristine Heiskanen, Åsa Johansson, Josefin Burström, Maria Eriksson) | 9:51.23 | -85 | Skellefteå |

### Historiska rekord (manuella tider, udda grenar)

|                |   |                |         |         |          |
|----------------|---|----------------|---------|---------|----------|
| 80 m häck      | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF   | 12.05   | -85     | Umeå     |
| 1 eng mil      | Anna-Carin Widmark -66  | Skellefteå AIK | 5:07.47 | -83     | Ljusdal  |
| Spjut (ga)     | Malin Nilsson -71   | Robertsfors IK | 55.68   | -90     | Karlstad |
| <u>Stafett</u> |   |                |         |         |          |
| 4x200m         | Umedalens IF<br>(Lisa Ahlner, Cecilia Lauri, Gabriella Sjöberg, Lena Axelsson)    | 1:47.69        | -89     | Piteå   |          |
| 3x800m         | Skellefteå AIK<br>(Liselotte Ljungholm, Anna-Clara Rullander, Åsa Pettersson)     | 7:15.01        | -83     | Värnamo |          |
| Sv. stafett    |   |                |         |         |          |
| 1000m          | Umedalens IF<br>(Anneli Johansson, Lena Axelsson, Anna Granström, Agneta Östlund) | 2:17.2         | -88     | Umeå    |          |

### Distriktsrekord ungdom utomhus (18-års rekord) 2011-12-31

#### Pojkar 18 år

|                |   |                |          |           |                  |
|----------------|---|----------------|----------|-----------|------------------|
| 100m           | O'dain Rose -92   | IFK Umeå       | 10.74    | -10       | Mannheim, GER    |
| 200m           | O'dain Rose -92   | IFK Umeå       | 21.71    | -10       | Karlstad         |
| 400m           | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF   | 47.43    | -83       | Schwechat, AUT   |
| 800m           | Anton Asplund -90   | Ume Friidrott  | 1:49.43  | -08       | Valbonne, FRA    |
| 1500m          | Morgan Tollofsén -70  | Dorotea IF     | 3:46.99  | -88       | Helsingfors, FIN |
| 5000m          | Morgan Tollofsén -70  | Dorotea IF     | 14:14.60 | -88       | Sudbury, CAN     |
| 110 m häck     | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF   | 14.63    | -83       | Malmö            |
| 300 m häck     | Ulf Sedlacek -65  | Umedalens IF   | 36.83    | -83       | Stockholm        |
| 2000 m hinder  | Stellan Lundqvist -51   | Lövångers AIK  | 6:08.8   | -69       | Vimmerby         |
| Höjd           | Patrick Thavelin -70  | Umedalens IF   | 2.15     | -88       | Skellefteå       |
| Stav           | Jonas Almqvist -88  | Skellefteå AIK | 4.85     | -05       | Gävle            |
| Längd          | Ronny Eriksson -78  | IFK Umeå       | 7.04     | -96       | Umeå             |
| Tresteg        | Lars Berge -74  | IFK Umeå       | 14.89    | -92       | Mora             |
| Kula           | Johan Åsberg -76  | Vindelns IF    | 15.30    | -94       | Stockholm        |
| Diskus         | Johan Åsberg -76  | Vindelns IF    | 52.00    | -94       | Stockholm        |
| Spjut          | Mattias Eriksson -80  | Vännäs FI      | 71.48    | -98       | Helsingfors      |
| Slägga         | Mattias Lindberg -90  | Skellefteå AIK | 54.80    | -08       | Stockholm        |
| Tiokamp        | Matti Pekkanen -71  | Umedalens IF   | 6.207 p  | -89       | Gävle            |
| <u>Stafett</u> |   |                |          |           |                  |
| 4x100m         | IFK Umeå<br>(Johan Sundholm, Lars Berge, David Wariaro, Mattias Berggren) | 43.54          | -92      | Karlshamn |                  |

#### Flickor 18 år

|            |                               |                |         |     |               |
|------------|-------------------------------|----------------|---------|-----|---------------|
| 100m       | Lisa Rönnkvist -86            | Skellefteå AIK | 12.18   | -03 | Malmö         |
|            | Evelina Nilsson -94           | Skellefteå AIK | 12.18   | -10 | Gävle         |
| 200m       | Lisa Rönnkvist -86            | Skellefteå AIK | 25.25   | -03 | Gävle         |
| 400m       | Viktoria Tegenfeldt -87       | Tvärålunds IF  | 57.04   | -02 | Narvik, NOR   |
| 800m       | Viktoria Tegenfeldt -87       | Ume Friidrott  | 2:08.21 | -05 | Mannheim, GER |
| 1500m      | Maria Eriksson -68            | Skellefteå AIK | 4:37.67 | -85 | Eskilstuna    |
| 3000m      | Maria Eriksson -68            | Skellefteå AIK | 9:53.8  | -85 | Eskilstuna    |
| 100 m häck | Anna Nyström -76              | Umedalens IF   | 14.37   | -94 | Stockholm     |
| 300 m häck | Anna Nyström -76              | Umedalens IF   | 43.55   | -94 | Luleå         |
| Höjd       | Maria Gruffman-Rönnlund -74   | IFK Umeå       | 1.84    | -92 | Östersund     |
| Stav       | Amanda Forsman -90            | Skellefteå AIK | 3.55    | -06 | Nyköping      |
| Längd      | Lisa Rönnkvist -86            | Skellefteå AIK | 5.90    | -04 | Karlstad      |
| Tresteg    | Anna Nilsson-Göransdotter -77 | Umedalens IF   | 11.94   | -93 | Borlänge      |
| Kula       | Anneli Johansson -69          | Umedalens IF   | 14.71   | -87 | Stockholm     |
| Diskus     | Anneli Johansson -69          | Umedalens IF   | 47.68   | -87 | Umeå          |



|                |   |              |         |     |             |
|----------------|---|--------------|---------|-----|-------------|
| Spjut          | Annie Johansson-93  | IFK Umeå     | 39.64   | -10 | Skellefteå  |
| Slägga         | Charlotta Hyvönen -92   | IFK Umeå     | 52.71   | -10 | Umeå        |
| Sjukamp        | Anneli Johansson -69  | Umedalens IF | 4.775 p | -86 | Hyrylä, FIN |
| <u>Stafett</u> |   |              |         |     |             |
| 4x100m         | Skellefteå AIK<br>(Johanna Panboon-93, Elvira Lindström-94, Mathilda Sjödin-93, Evelina Nilsson-94) |              | 48.90   | -10 | Norråälje   |
| 4x400m         | Skellefteå AIK<br>(Liselotte Ljungholm, Ann-Kristine Heiskanen, Anna-Carin Widmark, Karin Berglund) |              | 4:12.4  | -84 | Lycksele    |

---



Umemilen 2011  
Startern Gustaf Björklund  
visar att det är 2 minuter  
kvar till start.  
Foto: Thomas Björklund



Åke Larsson, Umedalens  
IF och Robin Rohlén, IFK  
Umeå efter 200 m-loppet  
vid DM på Campusarenan  
i Umeå juni 2011.  
Foto: Thomas Björklund



## Resultat 2011 i kampen om Curt Thylins Vandringspris

Efter att Skellefteå AIK 2010 tog hem segern i kampen om Curt Thylins Vandringspris (DM-poäng) var det återigen dags för IFK Umeå att vinna då Stora DM avgjordes i Umeå på nya Campusarenan. Klubben segrade med bred marginal på 107 poäng, 68 poäng före Skellefteå AIK. Den senare föreningen har en överlägsen poängledning i Curt Thylins maratontabell som startade 1961. Trea på årets lista och även på totallistan sedan 1961 är ungdomsklubben Umedalens med 23 poäng, knappt före Ume Friidrott och marathon- och veteranklubben Jalles TC. På sjätte plats återfinns IKSU Löpning på 16 poäng och sju är Vännäs SK med 9 poäng Sedan följer Fritidsklubben Volvo och nykomlingarna på listan Stöcke TS Järnet och Vilhelmina IK, som båda enbart har långlöpning på programmet. Vilhelmina IK har inte varit med på poänglistan på många år medan Stöcke TS Järnet sökte inträde i Friidrottsförbundet under 2011 och nu debuterar på poänglistan. Sedan i fjol har Fredrika IK och Kattisvanan IIF försvunnit från listan. Den senare klubben har sökt utträde ur Friidrottsförbundet genom att det stora affischnamnet Jenny Jansson under 2011 gick över till IFK Umeå. Totalt 10 föreningar har erövat poäng under 2011, vilket är två fler än året innan.

För femte året i rad sedan starten 1961 har endast Senior-DM räknats in då Junior-DM inte längre arrangeras.

| Klubb            | K  | M  | Totalt |
|------------------|----|----|--------|
| IFK Umeå         | 19 | 88 | 107    |
| Skellefteå AIK   | 13 | 26 | 39     |
| Umedalens IF     | 0  | 23 | 23     |
| Ume Friidrott    | 8  | 14 | 22     |
| Jalles TC        | 11 | 9  | 20     |
| IKSU Löpning     | 4  | 12 | 16     |
| Vännäs SK        | 0  | 9  | 9      |
| FK Volvo         | 0  | 4  | 4      |
| Stöcke TS Järnet | 3  | 0  | 3      |
| Vilhelmina IK    | 1  | 1  | 2      |

## Curt Thylins vandringspris Totalpoäng årsvis 2001 - 2011

Med denna sammanställning vill vi visa de förändringar som inträffat bland länets friidrottsföreningar de senaste åren och också ge ”nya” klubbar chansen att få synas lite mer än i uppställningen från 1961. Genom Stöcke TS Järnets intåg i friidrottsfamiljen har nu 30 föreningar erövat poäng under tidsperioden 1961-2011.

| År               | 2011 | 2010 | 2009 | 2008 | 2007 | 2006 | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 |
|------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Skellefteå AIK   | 39   | 153  | 32   | 31   | 193  | 168  | 226  | 144  | 125  | 147  | 304  |
| IFK Umeå         | 107  | 94   | 154  | 92   | 72   | 161  | 153  | 135  | 109  | 71   | 112  |
| Skellefteå IF    | —    | —    | —    | —    | 8    | —    | 29   | 28   | 46   | 23   | 52   |
| IKSU Friidrott   | 16   | 12   | 26   | 14   | 29   | 22   | 28   | 35   | 23   | 15   | 36   |
| Vännäs Friidrott | —    | —    | —    | 10   | 11   | 5    | 11   | 11   | 12   | 21   | 53   |
| FK Älven         | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | 10   | 12   | 6    | —    |
| Jalles TC        | 20   | 41   | 23   | 24   | 10   | 2    | 2    | 8    | 9    | 16   | 21   |
| Ume Friidrott    | 22   | 41   | 69   | 51   | 17   | 12   | 53   | 24   | 6    | 6    | 41   |
| Fredrika IK      | —    | 4    | —    | —    | 6    | —    | —    | 7    | 5    | —    | —    |
| Umedalens IF     | 23   | —    | 28   | 10   | 5    | 55   | 6    | 22   | 5    | 29   | 33   |
| Storumans RC     | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | 2    | 6    | —    |
| Vännäs SK        | 9    | —    | 14   | 2    | —    | —    | —    | —    | 1    | —    | —    |
| Tvärälunds IF    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | —    | 12   | —    |

|                      |   |    |    |    |    |    |    |   |   |    |    |
|----------------------|---|----|----|----|----|----|----|---|---|----|----|
| Åsjöns IF            | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | 11 | —  |
| Barsele SK           | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | 10 | 13 |
| FK Volvo             | 4 | 2  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | 3  | 1  |
| Öråns SK             | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | 5  |
| Kågedalens SK        | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | 2  |
| Spölands IF          | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Risbäcks IF          | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Sandviks IK          | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Vindelns IF          | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Röbäcks IF           | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Hellys RC            | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Lycksele LK          | — | —  | —  | —  | —  | 4  | 18 | 6 | — | —  | —  |
| Bjurholms IF         | — | —  | 15 | 14 | 10 | 14 | 20 | — | — | —  | —  |
| Kattisavans IIF      | — | 18 | 18 | 18 | 16 | 17 | 14 | — | — | —  | —  |
| Tärna IK Fjällvinden | — | —  | —  | —  | —  | 2  | —  | — | — | —  | —  |
| Nyåkers IK           | — | —  | —  | —  | 6  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| StöckeTS Järnet      | 3 | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |
| Vilhelmina IK        | 2 | —  | —  | —  | —  | —  | —  | — | — | —  | —  |

## Totalpoäng i Curt Thylins vandringspris

Tabellen visar totalpoängen sedan starten 1961 i kampen om Curt Thylins vandringspris. I marathontabellen är Skellefteå AIK och IFK Umeå ohotade i toppen långt före övriga klubbar. Umedalens IF är lika ohotad på tredjeplatsen.

|    |                              |         |    |                       |      |
|----|------------------------------|---------|----|-----------------------|------|
| 1  | Skellefteå AIK               | 14294,0 | 38 | FK Älven              | 28,0 |
| 2  | IFK Umeå                     | 12196,0 | 39 | Barsele SK            | 23,0 |
| 3  | Umedalens IF                 | 3417,0  | 40 | Hörnefors IF          | 22,0 |
| 4  | Skellefteå IF                | 1508,0  | 41 | Storuman RC           | 18,0 |
| 5  | Ume Friidrott                | 1083,0  | 42 | IFK Åkullsjön         | 17,0 |
| 6  | Öråns SK                     | 962,0   | 43 | Oarksnibbs HK         | 16,0 |
| 7  | Jalles TC                    | 772,0   | 44 | Åsjöns IF             | 15,0 |
| 8  | Robertsfors IK               | 727,5   | 45 | Brännland/Holmfors SK | 14,0 |
| 9  | IKSU Friidrott               | 630,0   |    | Risbäcks IF           | 14,0 |
| 10 | Lycksele IF                  | 626,0   | 47 | Sandsele SK           | 12,0 |
| 11 | Burälvens FIF                | 447,5   |    | Tvärälunds IF         | 12,0 |
| 12 | Rönnskärs IF                 | 438,5   | 49 | Öre-Långsele IF       | 11,0 |
| 13 | Vännäs FI                    | 383,0   |    | Röbäcks IF            | 11,0 |
| 14 | Hedlunda IF                  | 374,5   | 51 | FK Volvo              | 10,0 |
| 15 | Lövånger/Uttersjöbäckens AIK | 280,0   | 52 | Vilhelmina IK         | 9,0  |
| 16 | Nordmalings IF               | 264,0   |    | Kågedalens SK         | 9,0  |
| 17 | Dalasjö IK/Framåt            | 212,5   | 54 | Sävar IK              | 8,0  |
| 18 | Sandvik IK                   | 154,0   |    | Obbola IK             | 8,0  |
| 19 | SK Björnen                   | 149,0   | 56 | Röbäcks SK            | 7,0  |
| 20 | Dorotea IF                   | 132,0   |    | IFK Kristineberg      | 7,0  |
| 21 | Vindelns IF                  | 108,0   | 58 | Tavelsjö IK           | 6,0  |
| 22 | Kattisavans IIF              | 101,0   |    | Tegs SK               | 6,0  |
| 23 | Bjurholms IF                 | 73,0    |    | Nyåkers IK            | 6,0  |
| 24 | IFK Rundvik                  | 69,0    | 61 | Täfteå IK             | 5,0  |
| 25 | Fredrika IK                  | 64,0    | 62 | I 20 IF               | 4,0  |
| 26 | Åsele IK                     | 58,0    |    | Överboda SK           | 4,0  |
| 27 | Lycksele LK                  | 56,0    |    | Öredalens IF          | 4,0  |
| 28 | Storumans IK                 | 54,0    | 65 | Malgoviks GoIF        | 3,0  |
| 29 | Bolidens FFI                 | 53,0    |    | Norrfors IK           | 3,0  |
| 30 | Vännäs SK                    | 51,0    |    | Hellys RC             | 3,0  |
| 31 | Dorotea FI                   | 50,0    |    | Stöcke TS Järnet      | 3,0  |
| 32 | Botsmarks SK                 | 47,0    | 69 | Rusksele SK           | 2,0  |
| 33 | Sorsele SK                   | 44,0    |    | Betssele IF           | 2,0  |
| 34 | Spölands IF                  | 40,0    |    | Ersmarks IK           | 2,0  |
| 35 | Malå IF                      | 35,0    |    | Tärna IK Fjällvinden  | 2,0  |
| 36 | Agnäs IK                     | 32,0    |    | Vilhelmina IK         | 2,0  |
| 37 | Svanaby IF                   | 31,0    | 74 | IFK Holmsund          | 1,0  |

# Slutord 2011

---

Trots stora skadeproblem för flera av våra bästa friidrottare var 2011 ett framgångsrikt år för Västerbottnisk friidrott även om vi inte riktigt nådde upp till 2010 års höga nivå. Flera av våra friidrottare tillhör den allra översta svenska eliten och många andra har gjort resultat i svensk elitklass.

Totalt 30 resultat (10 kvinnliga) av Västerbottningar fördelat på 20 personer finns med i Svenska Friidrottsförbundets 25 bästastatistik för 2011. År 2010 fanns 35 resultat fördelat på 24 personer med, 2009 22 resultat fördelat på 17 personer och 2008 31 resultat fördelat på 21 personer (se sid 23).

## Många SM-medaljer

Totalt tog länets friidrottare hem 36 SM-medaljer. I ungdoms- och juniorsammanhang blev det 19 SM-medaljer, i Skol-SM 9 länsmedaljer och vid Senior-SM 8 medaljer. Till detta skall läggas 104 medaljer vid årets sju VSM-tävlingar. De bästa meriterna i seniorsammanhang har Viktoria Tegenfeldt, Ume Friidrott (SM-guld på 800 m och 1500 m både inomhus och utomhus), O' dain Rose, IFK Umeå (SM-tvåa på 60 m inomhus och SM-femman på 100 m utomhus), Jenny Jansson; IFK Umeå (SM-tvåa på halvmarathon och SM-sexa på marathon), Daniel Ragnvaldsson, IFK Umeå (SM-fyra i spjut), Kristoffer Österlund, IFK Umeå (SM-fyra på marathon) Joel Bodén, IFK Umeå (SM-fyra på 4000m terräng, där IFK Umeås lag blev SM-tvåa) och Alexander Håkansson, Umedalens IF (SM-sexa i höjd inomhus). I seniorlandslaget har fyra länsbor deltagit och gjort fina insatser. Det är Viktoria Tegenfeldt, O' dain Rose samt inomhus Robin Rohlén, IFK Umeå och Anton Asplund, Ume Friidrott.

## Toppnamn på junior- och ungdomssidan

Toppnamn på junior- och ungdomssidan med medaljer vid JSM/USM: Mattias Lindberg, Skellefteå AIK (född 1990), Markus Johansson, Ume FI (född 1990), Alexander Håkansson, Umedalens IF (född 1991), O' dain Rose, IFK Umeå (född 1992), Elias Bjuhr, IFK Umeå (född 1993), Christoffer Ohlsson, Umedalens IF (född 1993), Fredrik Konradsson, IFK Umeå (född 1994), Evelina Nilsson, Skellefteå AIK (född 1994), Hannes Burman, Skellefteå AIK (född 1996), Oskar Nilsson, Skellefteå AIK (född 1996) och Anton Andersson, Umedalens IF (född 1996) (se sid 12-14).

## Curt Thylins Vandringspris

Efter att Skellefteå AIK 2010 tog hem kampen om Curt Thylins Vandringspris (DM-poäng) var det återigen dags för IFK Umeå att vinna 2011 då Stora DM avgjordes i Umeå på nya Campusarenan. Klubben segrade med bred marginal på 107 poäng före Skellefteå AIK:s 39 poäng. SAIK har en överlägsen poängledning i Curt Thylins maratontabell som startade 1961 (se sid 39-40).

## Lars Rydellpriset

Under 2011 har Viktoria Tegenfeldt, Ume Friidrott imponerat stort med bl a fyra SM-guld på 800 och 1500 m både inomhus och utomhus och med tre distriktsrekord. Utomhus är hon årets Sverigeetta på båda specialdistanserna. Hon är det självklara valet av Lars Rydellvinnare 2011. En mer meriterad har VFIF knappast tidigare utsett (se sid 19-20).

## Grand Prix i långlöpning

För sjunde gången blev Jenny Jansson, IFK Umeå och Kristoffer Österlund, IFK Umeå totalsegrare i GP i långlöpning som arrangerades för 34 året i rad (premiär 1978). I Grand Prix 2011 ingick till slut 15 långlopp runt om i Västerbotten. Kristoffer vann på 140 poäng före Lukas Borgemo, Vännäs SK med 111 poäng. Jenny vann damklassen på 120 poäng före Emmelie Ivarsson, IKSU Löpning på 112 poäng. Endast tre löpare har deltagit i tillräckligt många tävlingar för att delta i utlottningen av träningsbidrag som äger rum vid VFIF:s årsmöte i Umeå den 25 februari 2012 (se sid 18).

## **Ungdomspriset**

För 15:e året utsågs ”Årets ungdomsfriddrottare i Västerbotten” av VFIF:s styrelse. Priset tilldelades det 18: åriga löparlöftet Elias Bjuhr, IFK Umeå. I Sverigestatistiken för 18: åringar toppar han 5000 m och är statistiktvaå på 800 m, 1500 m och 1500 m. Särskilt imponerande är hans tid 3:50.28 på 1500 m (se sid 21).

## **Norrlandsmästerskapen 13-14 år**

Vid Norrlandsmästerskapen för 13–14-åringar inomhus (Nordea Regionmästerskap) i Haparanda den 12-13 februari vann Norrbotten med 868 poäng före Västerbotten på 329,3 poäng och med Gästrikland på tredje plats på 190,8 poäng. Vid motsvarande tävling utomhus i Östersund den 3-4 september kom Västerbotten trea med 452 poäng. Segrade gjorde Norrbotten med 940 poäng före Gästrikland med 482 poäng (se sid 14).

## **Norrländska Mästerskapen i Umeå den 20-21 augusti**

Norrländska Mästerskapen i Umeå den 20-21 augusti 2011 var en arrangörsmässig fullträff för Umeåklubbarna på den nya eleganta Campusarenan. Även resultatmässigt fanns det en hel del glädjeämnen med resultat i svensk elitklass både på senior- och ungdomssidan. Negativt är det dåliga deltagarantalet. Att antalet starter (179) till och med blev något färre 2011, jämfört med bottennappet 183 starter i Örnsköldsvik 2010, är märkligt. Det är på tjejsidan (både bland seniorer och ungdomar) som det är minskat antal deltagare jämfört med tidigare år. Tävlade från Hälsingland och Gästrikland uteblev helt. En berättigad fråga efter denna ”deltagarutveckling”: Hur gör vi med NLM i fortsättningen? För övrigt är Campusarenan en mycket ändamålsenlig friidrottsarena som ger alla möjligheter att arrangera större tävlingar typ Stora SM i Umeå 2014! (se resultat sid 16-17).

## **Många tävlingar och långlöpare**

Under 2011 har Västerbottens Friidrottsförbund, gett sanktion till 125 tävlingar (70 långlopp och 55 arenatävlingar utomhus och inomhus). 38 av Västerbottens 42 registrerade friidrottsklubbar har i huvudsak långloppsverksamhet på programmet och antalet deltagare totalt i länets långlopp är fortfarande stort även om vissa lopp fått minskat antal deltagare. Grand Prix i långlöpning är fortfarande en viktig stimulans för långlöpare och långloppsarrangörer! Våruset och Blodomloppet i Umeå är länets största friidrottsarrangemang med sina totalt drygt 10 000 löpare. Många deltagare har också Broarna Runt i Skellefteå med sina över 3000 löpare i de sju deltävlingarna.

## **Veteranfriidrott**

Under 2000-talet har det i Västerbotten varit en svag minskning av antalet veteraner som ställer upp i friidrottstävlingar. Men under 2011 blev det ett lyft för veteranfriidrotten i länet genom att VSM på arena arrangerades i Skellefteå och VSM på marathon avgjordes i Umeå. Stora VSM i Skellefteå den 5-7 augusti hade samlat 340 veteraner (55 Västerbotningar) från 137 föreningar i åldern 35-91 år som gjorde 1051 starter. Det är sannolikt länets största friidrottstävling på arena genom tiderna. Även resultatmässigt svarade deltagarna från länets klubbar för fina insatser med totalt 99 medaljer, varav 35 guld. VSM på marathon i Umeå den 8 oktober, som avgjordes i samband med Umemaran, slogs deltagarrekorde med totalt 225 startande, 114 på marathon och 111 på halvmarathon. I veteranklasserna på marathon (VSM) startade 56 män och 11 kvinnor, också deltagarrekorde (se sid 29)

## **Utbildning 2011**

Friidrottens utbildningsverksamhet i Västerbotten har under 2011 varit av något högre omfattning än tidigare toppåret 2010. I 14 av Västerbottens 42 föreningar har det gjorts utbildningsinsatser. Antalet

utbildningstimmar i Västerbotten landade under året på 742 timmar jämfört med 737 timmar 2010 och 412 timmar 2009.

En förutsättning för denna imponerande utveckling är de särskilda utbildningsinsatserna på utbildning och utveckling genom UC Norrland och Norrlandsprojektet. De SISU-anställda utbildningsorganisatorerna Anna Jonsson, Umeå och Per Jutterström, Sundsvall har (med hjälp av Idrottslyftet och SISU) gjort avgörande insatser genom att initiera och samordna verksamheten i de fem nordligaste distrikten (se sid 9)

### **Vad kommer efter Norrlandsprojektet?**

Den 31 december 2012 avslutas Norrlandsprojektet efter 4,5 år. Det gäller då att med ideella krafter och med stöd från Idrottslyftet och utvecklingsstöd från UC Norrlands fortsätta driva det framgångsrika utbildnings- och utvecklingsarbete som kommit igång i norra Sverige. En förutsättning är ett utvidgat samarbete med SISU Västerbotten och SISU Västernorrland.

Förbundsstyrelsen vill till slut tacka alla föreningar, ledare, instruktörer, tävlingsfunktionärer och aktiva för all medverkan och allt stöd för den fria idrotten. Vi tackar även media i länet för bevakningen av friidrotten. Ett varmt tack för stödet under 2011!!

### **Umeå, Holmsund, Skellefteå och Bjurholm i februari 2011**

**Ivar Söderlind  
Wiveka Ögren**

**Leif Stening  
Anne Sundberg**

**Sven Hanell**

**Gustaf Björklund**



Sandviks IK:s Henning Perneholm och Sune Persson blev båda svenska veteranmästare i Skellefteå 2011. Här vid IVSM i Huddinge 2012.

Foto: Ivar Söderlind,



Edit Hult, Skellefteå AIK i sällskap med Mats Zetterlund, Vattudalens LDK. Edit blev tvåa i K55 vid Veteran-SM på marathon i Umeå 2011.  
Foto: Leif Stening



# Förslag till budget 2012

---

## INKOMSTER

|   |                  |
|---|------------------|
| Ingående kapitalbehållning  | 51.532:-         |
| Anslag från Västerbottens Idrottsförbund:<br>-administration samt lägerbidrag | 26.000:-         |
| Distriktsbidrag SFIF (grundbidrag 18000:-<br>+ tilläggsbidrag 17000:-)        | 35.000:-         |
| Serviceavgifter till VFIF   | 3.500:-          |
| Sanktionsavgifter VFIF (distriktssanktion)                                    | 7.000:-          |
| Sanktionsavgifter VFIF (centralsanktion)                                      | 0.000:-          |
| DM  | <u>7.000:-</u>   |
|   | <b>130.032:-</b> |

## UTGIFTER

|  |          |
|--|----------|
| Administration (telefon, porto och avgifter PlusGiro ) | 7.000:-  |
| Förbruknings-och kontorsmaterial, trycksaker           | 1.000:-  |
| Div. övriga förvaltningskostnader                      | 1.000:-  |
| Konferenser och ting                                   | 14.000:- |
| Årsmöte, planeringskonf, styrelsemöte (VFIF)           | 4.000:-  |
| Kalender, verksamhetsberättelse                        | 14.000:- |
| Uppvaktningar och representation                       | 2.000:-  |
| VFIF:s hemsida   | 11.000:- |
| Lokalhyra  | 5.000:-  |
| Lars Rydells Pris + Ungdomspris                        | 2.100    |
| DM   | 7.000:-  |
| Grand Prix   | 10.000:- |
| Övriga tävlingar                                       | 1.000:-  |
| UC- Norrland (årsavgift)                               | -----    |
| Barentskampen (bidrag)                                 | -----    |
| Oförutsett   | 0.532:-  |

## Ungdom:

|   |          |
|---|----------|
| Norrlands Mästerskapen (13-14 år) utomhus | 18.000:- |
| Norrlands Mästerskapen (13-14 år) inomhus | 12.000:- |
| Ungdomslänsmatch                          | -----    |

## Skulder:

|  |                  |
|--|------------------|
| -Grand Prix                                  | 10.000:-         |
| -Lars Rydellspris och ungdomspris            | 2.100:-          |
| -Ny förbundsdator och nytt bokföringsprogram | <u>8.300:-</u>   |
|  | <b>130.032:-</b> |

# Verksamhetsplan 2012

---

## Tävlingar, seniorer

- o SDM och VDM enligt fastställt tävlingsprogram
- o ISDM och IVDM enligt fastställt tävlingsprogram
- o Västerbottens Grand Prix i långlöpning
- o Nolia Cup, Personliga Rekordens Kvällar och kasttävlingar i Umeå och Skellefteå
- o Representation vid Norrlandsmästerskapen för seniorer (utomhus och inomhus)
- o Representation vid ISM och IVSM
- o Representation vid SM och VSM

## Ungdom

- o Propagandatävlingar ungdom
- o IUDM enligt fastställt tävlingsprogram
- o UDM enligt fastställt tävlingsprogram
- o Representation vid Norrlandsmästerskapen för P/F15 och P/F 17 (utomhus och inomhus)
- o Representation vid Norrlandsmästerskapen för 13-14-åringar (utomhus och inomhus)
- o Representation vid IUSM och IJSM
- o Representation vid USM och JSM
- o Ungdomsläger
- o Friidrottsskolor runt om i länet

## Representation vid årsmöten och konferenser

- o Representation vid UC Norrland höstkonferens
- o Representation vid Svenska Friidrottsförbundets ordförandekonferens och årsmöte
- o Representation vid Västerbottens Idrottsförbunds och SISU:s SDF-konferens och årsmöte
- o Representation vid Västerbottens Idrottshistoriska Sällskapsårsmöte
- o Representation vid årsmöte med Folkrorelsearkivet i Västerbotten

## Utbildning och läger

- o Mars Löpträning utbildning steg 1, Umeå
- o Mars Friidrott 7-10 år dag 2, Skellefteå
- o Mars Löpträning för motionärer, Vännäs
- o April Friidrott för ungdom 12-14 år 1, Umeå
- o Maj Friidrott för ungdom 14-17 år 2, Umeå
- o Maj Distriktsdomarutbildning, Umeå/Ås/Timrå
- o Maj Friidrott för ungdom 10-12 1+2, Umeå
- o Maj Friidrott för ungdom 12-14 2, Umeå
- o Juli Utvecklingsträff 15 år- vid NLM, Skellefteå
- o Augusti NLP Tältturné - Stora JSM med USM 17, Sollentuna
- o Augusti NLP Tältturné - Stora SM, Stockholm/S
- o Oktober Friidrottsforum Norrland ALLA Umeå UC
- o November Fortbildning lärare, Umeå
- o November Förbundsdomarutbildning, Umeå

## Information

- o Friidrottsinformation på VFIF:s hemsida ([www.vfif.se](http://www.vfif.se))
- o Utgivning av tävlingskalender

## Styrelsen



# Välkommen till Västerbottens Friidrottsförbund

Vi är ett specialdistriktsförbund (SDF) för friidrott i Västerbotten, Sveriges till ytan näst största län. Det har en yta på 55 401 kvadratkilometer med 260 000 invånare. Avståndet från föreningarna i kustlandet till föreningar i inlandet, nära norska gränsen, är drygt 40 mil.

Västerbottens Friidrottsförbund (VFIF) har 42 anslutna föreningar, varav 4 har friidrott på arena som basaktivitet. Övriga föreningar har i huvudsak långloppsverksamhet på programmet. Varje år arrangeras ca 125 friidrottstävlingar (utomhus och inomhus) i Västerbotten med sanktion från VFIF (55 arenatävlingar och 70 långlopp). Vår hemsida ligger på adressen:

**[www.vfif.se](http://www.vfif.se)**