



*Årsberättelse 2008*  
*Spårvägen Friidrott*

## **Spårvägens Friidrottsklubb**

Fiskartorpsvägen 2

114 33 Stockholm

Tel 08-664 05 65

Fax 08-664 05 95

[info@sparvagenfriidrott.se](mailto:info@sparvagenfriidrott.se)

[www.sparvagenfriidrott.se](http://www.sparvagenfriidrott.se)

### **Omslagsbilden**

Lena Örn gjorde sitt första år i Spårvägen och tog bland annat SM-silver på 3000 m hinder, blev trea i Finnkampen och vann JSM på hinder och i terräng (bilden).

Foto: Jonas Hedman

Spårvägens årsberättelse 2008 är sammanställd och layoutad av

Jonas Hedman,

[jonas.hedman@textograf.com](mailto:jonas.hedman@textograf.com)

Tryck: Contalia i Solna, mars 2009.

## Standarseger!

Äntligen Standarseger! Även om guldmedaljskörden var begränsad så lyckades vi vinna Standaret för män vilket visar på en fin bredd. Tack vara många medaljörer i många grenar räckte det ända fram denna gång. Det var några år sedan sist.

Thomas ”Tomek” Nikitin var med sina dubbla SM-guld i Västerås den som imponerade mest på mig tätt följd av Henrik Skoog som med sin fina säsong avslutning tog hem SM i halvmaraton. Naturligtvis var det också glädjande att se alla fina prestationer som övriga medaljörer presterade under året. Det är mångfalden som är vår starka sida!

2008 var ett år när vi såg ett par av våra ”egna produkter” etablera sig på den yppersta svenska elitnivån. Dels 22-årige Leif Arrhenius som med sina dryga 63 meter i diskus tidigt på säsongen tog ett stort steg framåt utvecklingsmässigt. Och dels Moa Hjelm som lyckades bra på junior-VM med formtopp och personligt rekord, 54.14 på 400 m, vilket räckte till semifinal.

I slutet på juni fick vår diskusetta Niklas Arrhenius beskedet att han var uttagen till OS i Peking! Han blev därmed den förste från Spårvägen Friidrott att tävla i den största av tävlingar på tolv år. Det ska inte dröja tolv år tills vi har en spårvägare i OS nästa gång.

Ungdomsverksamheten fortsätter att öka och glädjande är också att fler vill tävla, även i de äldre ungdomsklasserna. Vårt klubbmästerskap på Östermalms IP lockade 55 ungdomar och det är en tävling som har kommit för att stanna.

Vi gjorde återigen ett rekordår ekonomiskt vilket berodde mycket på de arrangemang som Löparkansliet ansvarar för med Stockholm Marathon, Vår Ruset och Tjejmilen som några av de största. Även vårt helt egna motionslopp Milspåret ökade i antal deltagare jämfört med premiäråret 2007.

Tack alla för ett trevligt friidrottsår!

*Jan Kowalski*  
Ordförande Spårvägens FK



# Tio-bästa-listan 2008

- 1) **Niklas Arrhenius** ..... 116  
25-årig diskusspecialisten Niklas blev tvåa i Europacupen på 62.87 och kvalificerade sig sedan för OS i Peking som ende spårvägare. Där blev det visserligen ingen finalplats men årsbästat 63.74, uppnått i juni, placerade honom på 38:e plats i världsstatistiken.
- 2) **Thomas Nikitin** ..... 111  
SM-guld på både 400 m och 400 m häck var Tomeks höjdpunkter 2008. Guldtiden på 400 m häck i SM, 50.91, var nytt klubbrekord och placerade honom på första plats i den svenska årsstatistiken. På 400 m slätt landade årsbästat på 46.84.
- 3) **Henrik Skoog** ..... 96  
Dubbla individuella silver på terräng-SM på våren och så SM-guld i halvmaraton i september. Det var höjdpunkterna för Henrik som däremellan störcdes av skadekänningar och förkylning. Den 21/12 förbättrade han halvmaraperset med en minut till 1:03:36.
- 4) **Leif Arrhenius** ..... 83  
Lillebror Arrhenius tog ett stort steg framåt utvecklingsmässigt och förbättrade det tre år gamla diskusperiset med drygt sju meter (!) till 63.12. Till detta ska läggas seger i SM för både seniorer och juniorer.
- 5) **Fredrik Uhrbom** ..... 68  
”Uhris” sänkte persan på 3000, 5000, 10 000 och halvmaraton. Miltiden förbättrades med nitton sekunder till 29:30.28 och i SM-sammanhang blev det silver både på 5000 m och halvmaraton.
- 6) **Lilian Magnusson** ..... 58  
SM-brons i Stockholm Marathon och sedan brons (5000 m) och silver (10 000 m) på Stora SM. Därefter andra raka 10 000 m-segern i Finnkampen innan säsongen avslutades med årsbästat 2:39:02 i Frankfurt Marathon.
- 7) **Karin Engström** ..... 32  
25-åriga släggkastaren Karin Engström debuterade i Spårvägens blå linne under 2008 och förbättra klubbrekordet tre gånger – som bäst till 62.44 vilket gav SM-silver.
- 8) **Lena Örn** ..... 27  
Lena hade ett lysande 2008 med SM-silver på specialdistansen 3000 m hinder, JSM-guld både på hinder och i terräng och en 19:e-plats på U23EM i terräng. På hinder sänkte hon klubbrekordet med hela 42 sekunder till 10:07.53 och fick en finnkampsbiljet!
- 9) **Joakim Blaschke** ..... 24  
SM-silver på korta häcken både inne och ute, finnkampsplats och årsbästatiderna 14.22 på 110 m häck och 7.93 på 60 m häck var Jockes höjdpunkter 2008.
- 10) **Moa Hjelmer** ..... 16  
Moa nådde JVM-semi på 400 m och satte där pers med 54.12 vilket blev årets bästa svenska seniortid utomhus. Hon vann också JSM både inne och ute och segrade i Nordiska juniorlandskampen men avstod Stora SM och Finnkampen.

**Röstade gjorde:** Jan Ahlström, Kent Claesson, Jonas Hedman, Anders Johrén, A. Lennart Julin, Jan Kowalski, Lech Nikitin, Teresa Nikitin, Åke Ruus, Bo Stivert, Johan Storåkers och Chris Temmel.

## *Årets spårvägare 2008*



*Niklas Arrhenius*

# Organisation

## Styrelsen

Ordförande  
Vice ordförande  
Kassör  
Sekreterare  
Ledamöter

Jan Kowalski  
Johan Storåkers  
Anders Johrén  
Bo Stivert  
Andreas Carlborg  
Lars Hagström  
Pelle Hjelmer  
Åke Ruus  
Annika Szalkai  
Jonas Hedman (adjungerad)

## Revisor

Revisorsuppleant

Kent Gerhardsson  
Alexander Eriksson

## Valberedning

Anders Edvinsson (sammankallande)  
Claes Albihn  
Lars Söderberg

## Representanter i

### Sthlm Marathons styrelse

Jan Ahlström (ledamot)  
Anders Johrén (ledamot)  
Jan Kowalski (ledamot)  
Johan Storåkers (suppleant)

## Tränare

Huvudtränare  
Medel-långdistans  
Samordnare medel-lång

Lech Nikitin  
Kent Claesson  
Jan Ahlström

## Seniortränare

Sprint, häck, hopp, kast  
Medel-långdistans

Lech Nikitin, Åke Ruus  
Kent Claesson, Anders ”Bamse” Fredriksson,  
Patrik Tjårdal, Anders Szalkai.

## Ungdomsansvarig

Ungdomstränare

Ola Svensson  
Jan Abrahamsson, Gladys Bamane, Pauline Beinö, Christer Corpi, Jasmine Edström, David Fridell, Caroline Hultgren, Elvira Kaneberg, Håkan Kaneberg, Frida Lundin, Emma Mellåker, Yavar Moazzami, Teresa Nikitin, Linda Nordqvist, Jeanette Sténson Hallgren, Kim Svensson, Ola Svensson, Chris Temmel, Moa Thorstensson, Roger Thorstensson, Marcos Valenzuela-Rivera, Sara Wäsström och Sofia Örtegren Johansson.

## Kansli

Teresa Nikitin har ansvarat för kansliet på Fiskartorpsvägen 2 vid Östermalms IP. Sonja Olsson har skött den ekonomiska administrationen på uppdragsbasis.

### Medlemsantal

Den 31 december 2008 hade Spårvägens FK 473 medlemmar.

<i>Åldrar</i>	<i>Män</i>	<i>Kvinnor</i>	<i>Totalt</i>
7–9 år	2	3	5
10–12 år	21	24	45
13–16 år	29	51	80
17–20 år	25	22	47
21–	163	133	296
<i>S:a</i>	<i>240</i>	<i>233</i>	<i>473</i>

### Officiellt organ

Webbplatsen [www.sparvagenfriidrott.se](http://www.sparvagenfriidrott.se) är huvudkanalen utåt när det gäller information till medlemmarna och andra. Den 1 augusti sju sattes en ny hemsida framtagen av Jakob Rasmussen (kodning) och Jenny Truuberg (grafisk form).

Under året publicerades 233 texter på hemsidan vilket kan jämföras med 183 2007 och 168 2006. Antalet unika besökare per dag har under 2008 varit mellan 100 och 200 med toppar kring tävlingsarrangemangen. Webbredaktör är sedan 2004 Jonas Hedman.

## Arrangemang

Tillsammans med Hässelby SK har ett tiotal arrangemang genomförts inom ramen för Stockholm Marathon/Tjejmilen-organisationen. I dessa har Spårvägen haft funktionärer i följande sex:

- GE Galan i Globen 21/2
- Stockholm Marathon 31/5
- Stockholm Mini Marathon 1/6
- Folksam GP i Sollentuna 8/7

- Tjejmilen 31/8
- Stockholm Halvmaraton 6/9

### Raka Spåret 10/2

Årets upplaga av inomhustävlingen Raka Spåret var den femtonde. Platsen var Sätra och det gjordes 352 starter att jämföra med 337 året före. Två tävlingsrekord sattes under tävlingen: 17.61 i kula av Helena Engman, Riviera FI, och 55.21 på 400 m av Jessica Samuelsson, Hässelby SK.

### Milspåret 20/5

För andra året i rad arrangerades motionsloppet Milspåret i samarbete med Stockholms Studenters IF. Loppet går på en tvåvarvsbana runt Djurgårdsbrunnsviken med start och mål är vid Sjöhistoriska museet. 702 löpare deltog i loppet (444 män och 258 kvinnor) vilket innebar en ökning med 70 procent jämfört med 2007. Spårvägens Mats Granström vann herrklassen på 31:47 och norska orienteraren Ingunn Weltzien damklassen på 35:43, båda tiderna var banrekord. Precis som premiäråret 2007 ingick också Student-SM i loppet till vilket 140 löpare anmält sig.

Totalt sprang 69 löpare under 40 minuter – 63 män och 6 kvinnor. Nytt för året var nummerlappschip. Tävlingsens hemsida är [www.milsparet.se](http://www.milsparet.se).

### KM för ungdomar 7/9

För första gången på flera år arrangerades klubbmästerskap för ungdomar. Tävlingen var osanktionerad och ägde rum på Östermalms IP och samlade ca 55 deltagare i åldern 11–12 år (födda 1996–97) som gjorde 96 starter (27 för pojkar och 69 för flickor). Tävlingsledare var ungdomsansvarige Ola Svensson som hade satt ihop ett program med fem grenar: en sprintgren, höjd, längd, kula och ett kortare terränglopp.  
– Aktiva och föräldrar gav ett mycket

positivt gensvar till initiativet med KM och detta kommer att bli en tradition. Nu har vi haft ett försöksår och vet hur vi ska lägga upp det. Det är en enklare tävlingsform som lockade en hel del aktiva som normalt inte deltar i tävlingar, sa Ola.

### Spårvägens Säsongsavslutning 10/9

Platsen var för fjärde året i rad Sättra IP. Antalet starter var 78 vilket kan jämföras med 69 året före. I tävlingen ingår sedan flera år distriktsfinaler i trekamp för 12-åringar. Tyvärr fortsätter antalet deltagare där att minska. 2008 var det sex stycken (fem killar, en tjej) mot tolv 2007 (fem killar, sju tjejer) och 51 stycken 2005.

### ALJ Open Light på Stadion 17/9

Spårvägen har arrangerat denna tävling sedan 1978 men sedan några handlar det enbart om två grenar – män 10 000 m och kvinnor 5000 m. Årets tävling samlade 46 startande varav 40 sprang milen (två heat). Båda distanserna gällde som DM och herrvinnare blev Patrik Engström, FK Studenterna, på 30:28.20 respektive Matilda Lundmark, FK Studenterna, 18:57.96. Båda satte personliga rekord.

### Sommarfriidrottsskolan

Den traditionella sommarfriidrottsskolan för barn- och ungdomar i åldern 10–15 år genomfördes på två platser. På Östermalms IP 16–19/6 med Gladys Bamane, Emma Mellåker och Moa Hjelmer som ledare och på Västberga IP samma datum med Pauline Beinö och Jasmine Edström som ansvariga. Det var också ytterligare en vecka (11–15/8) på Östermalms IP och då var alla fem tjejerna med som ledare. Totalt deltog ca 80 barn och ungdomar vilket var ganska precis dubbelt så många som 2007. Bland gästinstruktörerna märktes Thomas Nikitin, Åke Ruus och Teresa Nikitin.

### Träningsläger

Flera aktiva och ledare var som vanligt på träningsläger utomlands under vintern och våren. Bland annat i Alfaz del Pi, Spanien; Provo (Utah), USA; Potchefstroom resp Stellenbosch, Sydafrika; Teneriffa, Spanien, och Portugal.

Den 10–13 juli var 17 av Spårvägens medel-långdistanslöpare på träningsläger i Sandviken. Detta årliga miniläger genomfördes nu på denna plats för fjärde gången på sex år.

### Mästerskapsstandaren

Kampen om Mästerskapsstandaren – vem som är Sveriges bästa SM-klubb på seniorsidan – avgjordes inte förrän i sista tävlingen, halvmaraton-SM i Stockholm. Där vann Henrik Skoog före Fredrik Uhrbom och med Johan Olsson på sjätte plats. Spårvägen kunde därmed säkra segern i herrstandaret för första gången på sex år och för femtonde gången totalt. 2007 blev det en andraplats. Spårvägens damer slutade trea – en placering bättre än föregående år

I Standaren räknas de sex bästa på alla senior-SM enligt 7, 5, 4, 3, 2, 1 för placeringarna 1–6.

### Män

1) Spårvägens FK .....	148,5
2) Hässelby SK .....	142
3) Malmö AI .....	101
4) Hammarby IF .....	82
5) Örgryte IS .....	54
6) IF Göta .....	52
7) Turebergs FK .....	40
8) Enhörna IF .....	38
9) Hälle IF .....	37
10) Mölndals AIK .....	30

### Kvinnor

1) Hässelby SK .....	194
2) Ullevi FK .....	98



3) <i>Spårvägens FK</i> .....	87,5
4) Rånäs 4H .....	72
5) Malmö AI .....	71
6) IFK Växjö .....	47
7) IFK Lidingö.....	44
8) IF Göta .....	35,5
9) Täby IS .....	28
10) Mölndals AIK .....	25

poäng enligt 7, 5, 4, 3, 2, 1 för placeringarna 1–6.

1) Malmö AI .....	572,5
2) Hässelby SK .....	551
3) Ullevi FK .....	433,5
4) <i>Spårvägens FK</i> .....	373,5
5) IF Göta .....	334,5
6) Hammarby IF .....	283
7) Huddinge AIS .....	248,5
8) Täby IS .....	227,5
9) IFK Växjö .....	209
10) Örgryte IS .....	200

### SM-tabellen för alla åldersklasser

Tidningen Friidrottaren räknar fram en SM-tabell där de sex främsta i alla grenar och åldersklasser (män och kvinnor) får

## Idrottslyftet

Spårvägen har länge varit en av landets ledande friidrottsklubbar inom framför allt löpning. Rekrytering sker framför allt med hjälp av den stora attraktionskraft klubben har i form av kvalificerade tränare och ledare samt den stora organisation som finns för att stötta löparna i sin vardag med alla nödvändiga resurser.

Friidrotten har tack vare Sveriges stora framgångar de senaste åren lockat många att börja med friidrott. De stora startlistorna på ungdomstävlingar vittnar om att ett stort intresse finns. Dock är det få klubbar som har utpräglade löparträningsgrupper för ungdomar.

Konsekvenserna av det är dels att friidrotten missar att ta tillvara på det intresse som finns och att vi tappar de som har ett utpräglat löparintresse. Den stora löpartrenden med många motionärer är möjligen ett bevis på ett icke tillvarataget löparintresse. Det är alldeles för många som står klubbösa.

*Spårvägen har gjort en satsning på ungdomslöpning i form av ett projekt med stöd från Idrottslyftet.* Syftet med denna satsning är att etablera en särpräglad löpargrupp. Projektet har under 2008 gått

ut på att rekrytera klubbösa ungdomar i åldern 13–17 år genom att kontakta dem som tävlar klubböst i våra egna arrangemang. Och genom att utveckla det embryo till löpargrupp som tidigare skapats och där träningsgruppen nu leds av Elvira Kaneberg med koordinativt stöd från Kent Claesson.

Målsättning är att vi under ett år skall nyrekrytera 20 ungdomar till löpargruppen, behålla minst 15 av de 20 som nu är med i gruppen och vidare undersöker vi vilka aktiviteter som får ungdomar att stanna kvar.

Satsningen går ut på att erbjuda tränings-tillfällen med löptränare plus aktiviteter som ökar den sociala tillhörigheten i gruppen.

De extra saker utöver ordinarie verksamhet som det satsas på är helgläger och tävlingsresor. Det senare är viktigt för att få ungdomar att våga prova på att tävla utan några som helst krav på resultat. Tävlingsresor med en stark grupptillhörighet ökar självkänslan som annars kan vara svag om en aktiv åker själv med en förälder på en tävling.

Projektet startades under hösten 2008 och kommer att utvärderas till fullo under hösten 2009.

*Jan Kowalski*



*Moa Hjelmer tog ytterligare ett steg framåt utvecklingsmässigt och nådde semifinal på 400 m på junior-VM (bilden). Där satte hon nytt klubbrekord med 54.12. Foto: Deca Text & Bild/ Hasse Sjögren*



# Internationella mästerskap och landskamper

Tolv spårvägare tävlade i landslagsdräkt under 2008 – sju män och fem kvinnor. Av dessa tolv tävlade tio i seniorlandslaget, en i juniorlandslaget och en i ungdomslandslaget. Till Finnkampen hade tillträdande förbundskaptenen Stefan Olsson tagit ut tio spårvägare. Av dessa kom åtta till start och de gjorde tio starter.

## Mästerskap

### OS i Peking, CHN, 15–24/8

M Diskus: Niklas Arrhenius utsl. i kval med 58.22.

### Junior-VM i Bydgoszcz, POL, 8–13/7

F19 400 m: Moa Hjelmert utsl. i semifinal på personliga rekordet 54.12.

### U23EM i terräng i Bryssel, BEL, 14/12

K22 6 km: 19) Lena Örn 22:18.

### Terräng-NM i Köpenhamn, DEN, 15/11

M 9 km: 12) Fredrik Uhrbom 28:45.

K 7,5 km: 10) Lena Örn 29:05.

### Nordiska/Baltiska mästerskapen

#### 20–22 år i Tammerfors, FIN, 6–7/9

K22 1500 m: 5) Lena Örn 4:31.18.

K22 3000 m H: 2) Lena Örn 10:16.24.

## Landskamper

Europacupen i Istanbul, TUR, 21–22/6

First League (näst hösta), grupp B.

M 3000 m: 3) Henrik Skoog 8:07.19.

M Diskus: 2) Niklas Arrhenius 62.87.

*Anm.:* Thomas Nikitin var uttagen på 400 m häck och 4x400 m men fick tacka nej p g a sjukdom.

### Europacupen inomhus i Moskva 16/2

M 60 m: 8) Joakim Blaschke 7.02.

M Stafett 4) Sverige (Thomas Nikitin sprang tredjesträckan på 400 m).

*Anm.:* Henrik Skoog var uttagen på 3000 m men fick tacka nej p g a skadekänning.

### Finnkampen i Helsingfors 29–30/8

M 5000 m: 3) Fredrik Uhrbom 14:11.08.

M 10 000 m: 2) Henrik Skoog 29:26.41.

M 3000 m H: 3) Henrik Skoog 8:42.74.

M 110 m häck: 5) Joakim Blaschke 14.45.

M Kula: 2) Niklas Arrhenius 17.92.

M Diskus: 5) Niklas Arrhenius 57.74.

K 10 000 m: 1) Lilian Magnusson 34:31.05.

K 3000 m H: 3) Lena Örn 10:08.67.

K Höjd: 2) Jenny Isgren 1.77.

K Slägga: 6) Karin Engström 59.03.

*Anm.:* Thomas Nikitin (400, 400 häck)

kunde p g a skada inte vara med. Leif

Arrhenius (diskus) tackade nej p g a studier hemma i USA.

### Femlagsmatch (inoff.) i Glasgow 26/1

M 400 m: 4) Thomas Nikitin 48.77.

K 200 m: 4) Moa Hjelmert 24.50.

### Nordiska juniorlandskampen

Fana, NOR, 16–17/8.

P19 Stav: 2) Erik Thorstensson 4.83.

F19: 200 m: 3) Moa Hjelmert 24.84.

F19: 400 m: 1) Moa Hjelmert 54.31.

F19 4x400 m: 1) Sverige (Moa sprang fjärdesträckan).

### Ungdomsfinnkampen i Helsingfors 30/8

P17 Kula: 4) Daniel Ståhl 14.35.



*Thomas Nikitin vann SM på både 400 m slätt och 400 m häck och sänkte sitt eget årgamla klubbrekord på långa häcken med 42 hundradelar till 50.91. Foto: Jamie de la Cruz*

# SM-placeringar 2008

Spårvägen tog totalt 59 SM-medaljer för seniorer, juniorer och ungdomar utomhus och inomhus 2008. Det är det bästa facit i klubbens 89-åriga historia! Som jämförelse så blev det 42 medaljer 2007 och 43 2006. (KR = klubbrekord, PR = personligt rekord, ÅB = årsbästa.)

## Spårvägens SM-medaljer 2008

Klass	Utomhus			Inomhus			Totalt
	G	S	B	G	S	B	
M	4	9	7	–	1	4	25
K	–	4	4	–	2	4	14
M22	2	2	1	–	–	–	5
K22	2	2	–	1	–	1	6
P19	1	–	–	1	–	1	3
F19	1	1	–	1	–	–	3
P17	–	–	–	–	–	–	–
F17	–	–	–	–	–	–	–
P16	1	–	–	–	–	1	2
F16	–	–	–	–	–	–	–
P15	–	1	–	–	–	–	1
F15	–	–	–	–	–	–	–
<i>S:a</i>	<i>11</i>	<i>19</i>	<i>12</i>	<i>3</i>	<i>3</i>	<i>11</i>	<b>59</b>

Anm.: Veteranmedaljerna är inte inräknade.

## Stora SM i Västerås 1–3/8

12 medaljer – 3 guld, 6 silver och 3 brons.

### Guld (3)

M 400 m: Thomas Nikitin 47.05.  
M 400 m häck: Thomas Nikitin 50.91 (KR).  
M Diskus: Leif Arrhenius 58.77.

### Silver (6)

M 5000 m: Fredrik Uhrbom 14:22.23.  
M 110 m h: Joakim Blaschke 14.22 (ÅB).  
M Kula: Niklas Arrhenius 17.98 (ÅB).

K 10 000 m: Lilian Magnusson 34:51.61 (ÅB)  
K 3000 m hinder: Lena Örn 10:07.53 (KR)  
K Slägga: Karin Engström 62.44 (KR).

### Brons (3)

M 5000 m: Henrik Skoog 14:25.86.  
M Längd: Mattias Sunneborn 7.49w.  
K 5000 m: Lilian Magnusson 16:36.92 (KR).

### Fyra

M 1500 m: Philip Aagaard 3:52.73.  
M 10 000 m: Fredrik Uhrbom 30:04.02.  
K 400 m häck: Nuulu Ndiwabene 61.62.  
K Höjd: Jenny Isgren 1.80 (ÅB).

### Femta

M 5000 m Mats Granström 14:36.89 (ÅB).

### Sexa

M Stav: Erik Thorstensson 4.87 (delad).  
M Kula: Leif Arrhenius 16.74.  
K 1500 m: Flo Jonsson 4:33.74.

### Sjua

M 10 000 m: Mats Granström 30:27.07 (ÅB).

### Åtta

M 5000 m: Jörgen Johansson 14:42.92.  
M Spjut: Ingmar Veinberg 64.82.  
K 5000 m: Anja Lindberg 17:47.73 (ÅB).

### Nia

M 10 000 m: Oskar Landin 30:51.39 (PR).

### Tia

M 5000 m: Alexander Söderberg 14:50.18.

### Elva

M 5000 m: Oskar Landin 14:55.86.  
K 5000 m: Carin Bergman 18:05.16 (ÅB).

## Femtonde

M 5000 m: Tobias Lundgren 15:06.49 (ÅB).

## Finalist (startade inte i finalen)

K 100 m: Lisa Rönnqvist 12.15 (PR).

## Utslagen i försök/kval

K 100 m: Gladys Bamane 12.54 i försök.

K 1500 m: Ann-Sofie Landström 4:49.25.

**Utan resultat:** M Diskus: Niklas Arrhenius.

## Halvmaraton-SM (21,1 km)

Stockholm 6/9. 1 guld, 1 silver.

### Män

**Guld:** Henrik Skoog 1:04:36 (PR).

**Silver:** Fredrik Uhrbom 1:06:11 (PR).

6) Johan Olsson 1:08:15 (PR).

17) Patrik Tjårdal 1:09:50 (ÅB).

### Kvinnor

5) Anja Lindberg 1:18:53 (ÅB).

6) Lilian Magnusson 1:19:11.

20) Johanna Brinne Roos 1:26:27.

## Maraton-SM (42,2 km)

Stockholm 31/5. 2 brons.

### Brons (2)

**M Brons:** Kent Claesson 2:27:44 (ÅB).

M 8) Anders Szalkai 2:34:01 (ÅB).

**K Brons:** Lilian Magnusson 2:45:15 (ÅB).

## Terräng-SM

Växjö 3–4/5. Totalt 12 medaljer – 2 guld, 8 silver och 2 brons (varav två VSM-silver).

### Guld (2)

K22 4 km: Lena Örn.

M22 6 km lag: Oskar Landin, Alexander Söderberg, Tobias Lundgren.

### Silver (8)

M 4 km: Henrik Skoog.

M 12 km: Henrik Skoog.

M 4 km lag: Henrik Skoog, Fredrik Uhrbom, Alexander Söderberg.

M 12 km lag: Henrik Skoog, Fredrik Uhrbom, Kent Claesson.

K 4 km lag: Flo Jonsson, Anja Lindberg, Ann Björklund.

M22 6 km: Oskar Landin.

M35 8 km: Andreas Carlborg.

M Veteraner lag: Andreas Carlborg, Anders Szalkai, Fredrik Hellgren.

### Brons (2)

K 8 km lag: Flo Jonsson, Anja Lindberg, Lilian Magnusson.

M22 6 km: Alexander Söderberg.

*M 4 km:* 8) Fredrik Uhrbom; 10) Alexander Söderberg; 13) Philip Aagaard; 19) Oskar Landin; 24) Jörgen Johansson; 32) Patrik Tjårdal. *Lag:* 6) Spårvägen lag II (Philip Aagaard, Oskar Landin, Jörgen Johansson).

*M 12 km:* 5) Fredrik Uhrbom; 17) Kent Claesson. Fredrik Hellgren bröt.

*K 4 km:* 11) Anja Lindberg; 20) Ann Björklund; 23) Marlin Brown; 25) Ann-Sofie Landström.

*K 8 km:* 7) Flo Jonsson; 13) Anja Lindberg; 15) Lilian Magnusson; 18) Ann Björklund. Carin Bergman bröt.

*M22 6 km:* 7) Tobias Lundgren.

*P19 4 km:* 7) Karim Mohammadi.

*P16 4 km:* 13) Medhane Temesgen Amanuel.

*P15 4 km:* 18) Alexander Jonsson.

M35 8 km: 2) Andreas Carlborg; 5) Anders Szalkai; 8) Fredrik Hellgren.

*M50 8 km:* 6) Lasse Hagström.

## Stafett-SM

Göteborg 24–25/5. 5 brons.

### Brons (5)

*M 4x100 m:* Joakim Blaschke, Fredrik Skoglund, Mattias Sunneborn, Thomas Nikitin 41.50.

*M 4x400 m:* Tom Gatsinzi, Karim Mohammadi, Mattias Sunneborn, Thomas Nikitin 3:17.46.

*M 4x800 m:* Philip Aagaard, Karim Mohammadi, Sami Araya, Johan Jonsson Dahl 7:54.04.

*M 4x1500 m:* Alexander Söderberg, Fredrik Uhrbom, Henrik Skoog, Philip Aagaard 15:58.95.

*K 3x1500 m:* Lena Melbäck, Anja Lindberg, Lena Örn 14:20.48.

*K 4x100 m:* 7) Gladys Bamane, Nuulu Ndiwabene, Emma Mellåker, Moa Hjelmer 48.23.

*P15 3x800 m:* Utsl. i försök: Linus Larsén, Alexander Holmblad, Niklas Könberg.

## Lag-SM

Gothenburg 2/7.

M: 2) Spårvägen 74 p (Hässelby vann på 80).

K: 4) Spårvägen 63 p (Ullevi vann på 77).

## Junior-SM

Norrälje 8–10/8. 8 medaljer – 4 guld, 4 silver.

### Guld (4)

M22 Diskus: Leif Arrhenius 58.28.

K22 2000 m hinder: Lena Örn 6:40.61 (PR).

P19 Stav: Erik Thorstensson 4.62.

F19 400 m: Moa Hjelmer 54.67.

### Silver (4)

M22 5000 m: Tobias Lundgren 15:14.29.

K22 1500 m: Lena Örn 4:35.13 (PR).

K22 Höjd: Anna Alexson 1.75 (ÅB).

F19 200 m: Moa Hjelmer 24.62.

### Fyra

M22 5000 m: Alexander Söderberg 15:23.49.

F19 Slägga: Anneli Ståhl 47.76.

### Femna

M22 5000 m: Oskar Landin 15:30.34.

K22 Slägga: Emma Ståhlberg 42.77.

### Sexa

M22 1500 m: Alexander Söderberg 4:00.10.

K22 100 m: Lisa Rönnkvist 12.25.

**Sjua.** F19 Höjd: Moa Thorstensson 1.57.

**Elva.** P19 Tresteg: Kim Svensson 13.07w.

F19 1500 m: Jessica Kihlberg 4:53.80.

**Tolva.** P19 Längd: Kim Svensson 6.15.

**Trettonde.** M22 1500 m: Tobias Lundgren 4:11.36.

**Utslagna i försök.** M22 800 m: Sami Araya

2:00.65. P19 100 m: André Drummond

11.49. F19 100 m: Gladys Bamane 12.49.

F19 200 m: Gladys Bamane 26.37.

## Ungdoms-SM

Täby 8–10/8. 2 medaljer – 1 guld, 1 silver.

### Guld

P16 Kula: Daniel Ståhl 16.57 (PR).

### Silver

P15 Stav: Carl Sténson 3.96.

**Femna.** P16 Diskus: Daniel Ståhl 35.74.

**Sexa.** P16 3000 m: Medhane Temesgen

Amanuel 9:27.88. P15 Diskus: Carl Sténson 43.02 (PR).

**Sjua.** F15 Spjut: Sabina Sandberg 31.27.

**Åtta.** P16 1500 m: Medhane Temesgen Amanuel 4:28.40.

**10:a.** P16 Höjd: Matthew Mereman 1.78 (delad).

**11:a.** F15 Höjd: Sabina Sandberg 1.50.

**16:e.** P15 Tresteg: Jonas Arbinge 10.87.

**18:e.** P15 Tresteg: Björn Bamane 10.78.

**Utslagna i försök/kval.** *P15 800 m:* Niklas

Könberg 2:11.65, Jonas Arbinge 2:13.42

och Alexander Jonsson 2:20.04. Linus

Larsén diskvalificerad. *P16 Längd:* Björn

Bamane 5.40 och Jonas Arbinge 5.25.

## USM mångkamp

Kalmar 23–24/8.

P15 Åttakamp: 5) Carl Sténson 5.724 (KR).

## Veteran-SM

Ystad 7–29/6

### Guld (4)

M45 110 m h: Mikael Wallin 20.06.

K35 100 m: Anna Sunneborn 13.04.

K35 200 m: Anna Sunneborn 27.25.

K35 Längd: Anna Sunneborn 4.87.

I M45 blev Mikael Wallin också 4:a i kula (10.46), 5:a i slägga (18.52), 6:a i diskus (24.12), spjut (30.77) och vikt (6.91) samt 7:a i tresteg (8.29), 8:a på 100 m (13.55), 9:a i längd (4.16) och utslagen i försöken på 200 m (27.15).

## Veteran-SM femkamp

Mora 21/9.

**Guld:** M45 Mikael Wallin 2.289

## Inomhus-SM

Malmö 23–24/2. 11 medaljer – 3 silver och 8 brons.

### Silver (3)

M 60 m häck: Joakim Blaschke 8.00.

K 3000 m: Flo Jonsson 10:02.12.

K 4x200 m: Lisa Rönnkvist, Nuulu Ndiwabene, Gladys Bamane, Moa Hjelmer 1:39.36 (KR).

### Brons (8)

M 1500 m: Philip Aagaard 3:54.96.

M 3000 m: Henrik Skoog 8:12.37.

M Längd: Mattias Sunneborn 7.25.

M 4x200 m: Joakim Blaschke, Fredrik Skoglund, Juan Pettersson, Thomas Nikitin 1:29.71.

K 200 m: Moa Hjelmer 24.50.

K 1500 m: Marlin Brown 4:32.37.

K 3000 m: Lilian Magnusson 10:02.39.

K Höjd: Jenny Isgren 1.83.

### Fyra

M Stav: Fredrik Skoglund 5.07.

M Tresteg: Mattias Sunneborn 14.98.

K Stav: Klara Persson 3.91.

### Femma

M 3000 m: Fredrik Uhrbom 8:25.45.

K Höjd: Anna Alexson 1.77 (delad).

K Vikt: Karin Engström 15.01.

### Sexa

K 60 m: Lisa Rönnkvist 7.66.

## Junior-SM inomhus

Eskilstuna 1–2/3. 5 medaljer – 3 guld, 2 brons.

### Guld (3)

P19 Stav: Erik Thorstensson 4.72 (ÅB).

F19 400 m: Moa Hjelmer 55.30 (PR).

K22 Höjd: Anna Alexson 1.76.

### Brons (2)

P19 Tresteg: Johan Andersson 14.17 (PR).

K22 60 m häck: Lisa Rönnkvist 9.03 (ÅB).

**Fyra.** P19 400 m: Karim Mohammadi 50.73 (tang. PR).

K22 60 m: Lisa Rönnkvist 7.71 (PR 7.61 i försöken).

**Femma.** P19 Längd: Kim Svensson 6.63 (PR).

**Sexa.** M22 1500 m: Alexander Söderberg 3:58.82 (PR). F19 Höjd: Moa Thorstensson 1.62 (delad).

**Åtta.** F19 Stav: Moa Thorstensson 3.39 (PR).

**Utslagen i försök:** F19 60 m Gladys Bamane 8.03.

**Utan resultat:** K22 Tresteg Anna Alexson.

## Ungdoms-SM inomhus

I Sätra 8–9/3. 1 brons.

### Brons

P16 Kula: Daniel Ståhl 14.35.

**4:a.** P15 Stav: Carl Sténson 3.69.

**9:a.** P15 Längd: Björn Bamane 5.23.

**10:a.** P15 Längd: Carl Sténson 5.21.

**11:a.** F15 Höjd: Sabina Sandberg 1.53 (delad)

**14:e.** F15 Tresteg: Jessica Hallerth 10.02 (PR).



**Utslagna i försök.** P16 400 m: Robin Lindström 56.18. P15 60 m: Björn Bamane 8.09 (PR). P15 1000 m: Niklas Könberg 2:56.22, Alexander Jonsson 3:01.00 och Johan Lindberg 3:01.37. F15 1000 m: Rebecka Bremner 3:41.31.

## USM mångkamp inomhus

Göteborg 15–16/3.

**10:a.** P15 Sjukamp: Carl Sténson 5.049 (PR).

**19:e.** F15 Femkamp: Sabina Sandberg 3.259.

## Veteran-SM inomhus

Huddinge 9–10/2. 8 medaljer – 6 guld, 2 silver.

### Guld (6)

M35 200 m: Mattias Sunneborn 22.47.

M35 3000 m: Andreas Carlborg 9:11.77.

K35 60 m: Anna Sunneborn 8.21.

K35 200 m: Anna Sunneborn 27.38.

K35 60 m häck: Åsa Carlsson 9.04.

K35 Längd: Åsa Carlsson 5.20.

### Silver (2)

M45 60 m häck: Mikael Wallin 10.97.

K35 Längd: Anna Sunneborn 4.89.

I M45 blev Mikael Wallin också 4:a i kula (10.13), 6:a i höjd (1.42) och 8:a i vikt (7.48).

## Nordeakampen

Denna lagtävling för 14–15-åringar genomfördes nu för fjärde gången men för Spårvägen var det debut. Tävlingen innefattar sex grenar för båda könen plus en mixedstafett. I kvalet i Vallentuna den 17 maj ställde Spåret upp med både pojk- och flicklag och därmed också mixedlag (51 startande). I sistnämnda klass blev det en 17:e-plats medan flickorna slutade på 29:e plats. Pojkarna kom elva och gick vidare till finalen i Växjö den 30–31 augusti. Där blev det en 15:e-plats bland de nitton finalisterna.

*Laget:* Jonas Arbinge, Björn Bamane, William Hallberg, Alexander Holmblad, Alexander Jonsson, Niklas Könberg, Linus Larsen och Carl Sténson.

*Det blev hela fem brons på stafett-SM i Göteborg. Bland annat på 3x1500 m genom fr v Lena Melbäck, Lena Örn och Anja Lindberg. Foto: Jonas Hedman*



## Distriktsmästare

### Utomhus

Seniorer: Sätra 27–29/5. Juniorer-ungdomar: Huddinge 13–15/6.

M 100 m: Juan Pettersson 11.39

M 1500 m: Patrik Tjärdal 4:10.92

M H-maraton: Henrik Skoog 1:04:36

M 4 km terr.: Henrik Skoog

M 4 km lag: Henrik Skoog, Fredrik Uhrbom, Tobias Lundgren

K 4 km terr.: Anja Lindberg

K 4 km lag: Anja Lindberg, Ann Björklund, Carin Bergman

K Slägga: Karin Engström 60.84

P19 4 km terr.: Karim Mohammadi

P19 Diskus: Joel Ahl 34.63

P15 Stav: Carl Sténson 4.00

F19 100 m: Gladys Bamane 12.56

F19 200 m: Gladys Bamane 25.35w

F15 4 km terr. lag: Emma Löf-Hagström, Ella Söderberg, Selam Temesgen Amanuel

### Inomhus

Seniorer, juniorer (19 år) och ungdomar (17 år): Sätra 26–27/1. Ungdomar 15–16 år och Distriktsfinaler 13–14 år: Sätra. 16–17/2.

M 200 m: Mattias Sunneborn 22.24

M 400 m: Karim Mohammadi 51.13

M 1500 m: Henrik Skoog 3:53.80

M Stav: Alexander Eriksson 4.53

M Längd: Mattias Sunneborn 7.21

K 60 m häck: Åsa Carlsson 9.09

K Stav: Klara Persson 3.73

K Tresteg: Sara Wilkinson 12.28

F19 60 m: Gladys Bamane 7.90

F19 Höjd: Moa Thorstensson 1.63

P13 60 m: Filip Wahlmark 8.07

## DM-poäng 2008

Förteckningen innefattar M, P19, P17, P16, P15, K, F19, F17, F16, F15.

1) Huddinge AIS .....	645,5
2) Hässelby SK .....	410,5
3) Hammarby IF .....	339
4) Täby IS.....	312
5) <b>Spårvägens FK .....</b>	<b>244</b>
6) Bromma IF.....	168
7) Turebergs FK.....	154
8) FK Studenterna.....	129
9) Väsby IK .....	87
10) Hanvikens SK .....	75

## Distriktsrekord satta 2008

### Utomhus

K 3000 m hinder: 10:07.53 Lena Örn

K22 2000 m hinder: 6:40.61 Lena Örn

### Inomhus

K 4x200 m: 1:39.36 Lisa Rönnkvist, Nuulu Ndiwabene, Gladys Bamane, Moa Hjelmer

## STH-cup 2008

Sätra IP 20–21/9. Lagtävling för ungdomar.

*P15:* 1) Huddinge AIS 63 p; 5) Spårvägens FK 35. *F15:* 1) Huddinge AIS 51; 5) Spårvägens FK 23. *P11:* 1) Huddinge AIS lag I 179; 7) Spårvägens FK 76. *F11:* 1) Huddinge AIS lag I 200; 7) Spårvägens FK 112.

*Vi stödjer Spårvägen!*

**Appelqvist Plåtindustri AB**

*Plåt detaljer för elektronikindustrin!*

**08-730 38 40**

Fabriksvägen 10  
171 48 SOLNA

## Klubbrekord satta 2008

Klubbrekordtabellen per den 31.12.2008 är publicerad i Spårvägens årskrift.

### Utomhus

M 400 m häck: 50.91 Thomas Nikitin  
 M22 Slägga: 60.40 Leif Arrhenius  
 P19 H-maraton: 1:07:14 Daniel Woldu  
 P15 Spjut: 43.75 Carl Sténson  
 P15 Åttakamp: 5.724 Carl Sténson  
 P15 3x800 m: Linus Larsén, Alexander  
 Holmblad, Niklas Könberg

K 400 m: 54.12 Moa Hjelmer  
 K 5000 m: 16:36.92 Lilian Magnusson  
 K 10 000 m: 34:31.05 Lilian Magnusson  
 K 3000 m hinder: 10:07.53 Lena Örn  
 K Slägga: 61.60 Karin Engström 4/5  
 61.61 K Engström 24/5  
 61.82 K Engström 8/6  
 62.44 K Engström 3/8

K22 2000 m hinder: 6:40.61 Lena Örn  
 F19 400 m: 54.12 Moa Hjelmer  
 F19 Slägga: 50.44 Anneli Ståhl  
 F15 Kula: 9.68 Sabina Sandberg  
 F15 Slägga: 32.82 Sabina Sandberg 24/5  
 35.79 S Sandberg 15/6

### Inomhus

P19 800 m: 1:54.98i Karim Mohammadi  
 P19 Tresteg: 14.17i Johan Andersson  
 P14 1000 m: 3:04.51i Alexander Holmblad  
 K 4x200 m: 1:39.36i Lisa Rönnkvist,  
 Nuulu Ndiwabene, Gladys  
 Bamane, Moa Hjelmer  
 F19 200 m: 24.66i Moa Hjelmer 20/1  
 24.50i M Hjelmer 26/1  
 24.45i M Hjelmer 24/2  
 F19 400 m: 55.30i Moa Hjelmer  
 F19 Stav: 3.39i Moa Thorstensson

*Karin Engström  
 satte tre klubb-  
 rekord i slägga. Som  
 bäst 62.44 vilket  
 innebar SM-silver  
 och fjärdeplats i den  
 svenska årsstatis-  
 tiken. Foto: Deca  
 Text & Bild/Hasse  
 Sjögren*



# Klubbmästare 2008

Klubbmästare blir den som har det bästa godkända resultatet i en mästerskapsgren utomhus. Det krävs dock att minst två spårvägare tävlat i grenen under året.

## SENIORER

<b>Män</b>		<b>Gren</b>	<b>Kvinnor</b>	
Thomas Nikitin	10.97	100 m	Lisa Rönnkvist	12.15
Thomas Nikitin	21.62	200 m	Moa Hjelm	24.25
Thomas Nikitin	46.84	400 m	Endast en tävlande.	
Sami Araya	1:59.81	800 m	Flo Jönsson	2:11.95
Philip Aagaard	3:48.03	1500 m	Flo Jönsson	4:28.20
Henrik Skoog	13:50.11	5000 m	Lilian Magnusson	16:36.92
Henrik Skoog	29:26.41	10 000 m	Lilian Magnusson	34:31.05
Henrik Skoog	1:03:36	Halvmaraton	Lilian Magnusson	1:16:12
Kent Claesson	2:27:44	Maraton	Lilian Magnusson	2:39:02
Henrik Skoog	8:33.93	3000 m hinder	Endast en tävlande.	
–		100 m häck	Endast en tävlande.	
Joakim Blaschke	14.22	110 m häck	–	
Endast en tävlande.		400 m häck	Endast en tävlande.	
Erik Sikström	1.96	Höjd	Jenny Isgren	1.80
Erik Thorstensson	4.98	Stav	Klara Persson	3.58
Mattias Sunneborn	7.51	Längd	Anna Sunneborn	4.87
Mattias Sunneborn	14.81	Tresteg	Jenny Isgren	12.12
Niklas Arrhenius	17.98	Kula	Camilla Westerlund	10.68
Niklas Arrhenius	63.74	Diskus	Camilla Westerlund	38.67
Leif Arrhenius	60.40	Slägga	Karin Engström	62.44
Ingmar Veinberg	68.72	Spjut	Camilla Westerlund	36.50

## JUNIORER

### M22

400 m Sami Araya-87 53.42  
800 m Sami Araya-87 1:59.81  
1500 m Alexander Söderberg-88 3:58.87  
5000 m Alexander Söderberg-88 14:39.28

### P19

100 m André Drummond-90 11.40

### F19

100 m Gladys Bamane-89 12.41  
200 m Moa Hjelm-90 24.25

## UNGDOMAR

### P17

800 m Medhane T. Amanuel-92 2:08.35

### P15

800 m Niklas Könberg-93 2:11.80  
100 m häck Björn Bamane-93 15.17  
Höjd Carl Sténson-93 1.65  
Längd Carl Sténson-93 5.66  
Tresteg Björn Bamane-93 11.36  
Kula Carl Sténson-93 10.67  
Diskus Carl Sténson-93 43.02  
Slägga Carl Sténson-93 21.81  
Spjut Carl Sténson-93 43.75

**P13**

80 m Filip Wahlmark-95 10.04  
 200 m Filip Wahlmark-95 24.96  
 Längd Filip Wahlmark-95 5.10z

**P11 och yngre**

60 m Albin Dragsten-97 9.39  
 Längd Emil Enjebo-97 3.93z  
 Kula Olof Stolt-97 6.85  
 Boll Emil Enjebo-98 29.11

**F15**

100 m Johanna Hermansson-93 13.68  
 800 m Emma Löf-Hagström-94 2:33.97  
 80 m häck Jessica Hallerth-93 14.28

Höjd Sabina Sandberg-93 1.60  
 Längd Jessica Hallerth-93 4.68  
 Kula Sabina Sandberg-93 9.52  
 Slägga Sabina Sandberg-93 35.79  
 Spjut Sabina Sandberg-93 33.76

**F13**

80 m Vendela Tryde-96 12.11  
 Längd Anna Carnbrand-95 4.35z

**F11 och yngre**

60 m Alicia Westin-97 9.13  
 Höjd Beata Sunneborn-97 1.20  
 Längd Beata Sunneborn-97 4.37z  
 Kula Alicia Westin-97 7.05



*Henrik Skoog (328) tog två silver och två brons i SM-sammanhang under 2008 innan han i sommarens sista tävling slog till med guld på halvmaraton-SM i Stockholm! Här drar han på terräng-SM i Växjö före Hälles Mustafa Mohamed. Foto: Jonas Hedman*

# Spårvägens årsstatistik 2008

Sammanställd av Jonas Hedman, jonas.hedman@textograf.com.

En rad i listorna innehåller från vänster till höger: resultat, namn, födelseår, placering, eventuellt specifikation av tävlingsklass eller dylikt, tävlingsort, tävlingsdatum, vindstyrka (i berörda grenar) och – där så är känt – tidigare personbästa ("0" = inget tidigare resultat i grenen, "+" = tidigare bästa resultat säkert sämre, "-." = tidigare bästa resultat säkert bättre). Asterisk (\*) efter namn innebär att den aktive inte är svensk medborgare.

## Män utomhus

### M 100 m

10.97	Thomas Nikitin	82	2		Ústí nad Labem, CZE	17. 7	+0,3	1101-07
10.99	Juan Pettersson	84	3		Sollentuna	6. 6	+1,2	1096-03
11.40	André Drummond	90	8	A	Huddinge	20. 8	+0,9	1141-07
11.48	Martin Skeppstedt	82	4	h1	Sollentuna	6. 6	+1,5	1111-06
12.02	Tom Gatsinzi	82	4		Täby	6. 9	+0,4	
12.21	Kim Svensson	89	5	A	Stockholm/S	12. 8	0,0	
12.42	Björn Bamane	93	4		Sätra	10. 9	+1,0	
12.64	Kim Svensson	89	4	h4	Sätra	27. 5	-3,7	
12.87	Filip Wahlmark	95	2	15	Stockholm/S	12. 8	+0,3	
13.24	Mikael Wallin	63	4	45h1	Ystad	27. 6	+0,5	

(10)

### Medvind över 2,0 m/s

10.93w	Thomas Nikitin	82	1		Sätra	24. 5	+3,4	1101-07
11.18w	André Drummond	90	3	19	Huddinge	13. 6	+3,0	1141-07
11.21w	Martin Skeppstedt	82	2	h2	Sätra	27. 5	+2,3	1111-06
12.39w	Robin Lindblom	92	2	17	Sätra	24. 6	+2,9	
12.41w	Ruben Henriksson	92	7	17h3	Sollentuna	7. 6	+2,1	

### M 100 yards (91,44 m)

11.93	Mikael Wallin	63	3	h1	Huddinge	14. 6	+1,6	
-------	---------------	----	---	----	----------	-------	------	--

### P13 80 m

10.04	Filip Wahlmark	95	1	13A	Göteborg/U	28. 6	+1,0	
12.11	Carl Axel Celsing	96	3	13h1	Sollentuna	7. 6	+1,1	

### Medvind över 2,0 m/s

10.03	Filip Wahlmark	95	1	13h1	Stockholm/S	23. 7	+2,1	
-------	----------------	----	---	------	-------------	-------	------	--

### P11 60 m

9.39	Albin Dragsten	97	3	11A	Sätra	21. 9	-0,1	
9.51	Emil Enjebo	97	2	11B	Sätra	21. 9	-0,2	
11.16	Harald Bäcklund	97	6	11B	Sätra	21. 9	-0,2	

### Medvind över 2,0 m/s

9.41	Emil Enjebo	97	4	10	Huddinge	14. 6	+2,3	
------	-------------	----	---	----	----------	-------	------	--

**M 200 m**

21.62	Thomas Nikitin	82	6	A	Göteborg/U	29.6	0,0	2139-02
21.88	Mattias Sunneborn	70	1	A	Arvika	27.7	+1,8	2103-93
22.85	Martin Skeppstedt	82	5	h5	Göteborg/U	29.6	+0,7	2221-02
23.08	Fredrik Skoglund	81	5		Göteborg/S	2.7	+0,1	2170-05
24.61	Tom Gatsinzi	82	4	B	Huddinge	20.8	0,0	
24.91	Robin Lindblom	92	2	16	Sätra	24.6	+2,0	
24.96	Filip Wahlmark	95	1	13A	Göteborg/U	29.6	+0,4	
27.15	Mikael Wallin	63	4	45h1	Ystad	28.6	+1,2	
27.20	Jonas Arbinge	93	5	17	Sätra	10.9	-0,8	
31.36	Carl Axel Celsing	96	5	13h2	Sollentuna	8.6	+0,6	

(10)

*Medvind över 2,0 m/s*

21.70w	Mattias Sunneborn	70	2		Sollentuna	8.6	+2,5	2103-93
24.75w	Filip Wahlmark	95	1	13	Sollentuna	8.6	+2,1	

**M 400 m**

46.84	Thomas Nikitin	82	5	B	Stockholm/S	22.7		4614-07
52.75	Tom Gatsinzi	82	1	D	Sätra	27.5		4995-02
53.42	Sami Araya*	87	1	F	Göteborg/U	28.6		
54.38	Johan Jonsson Dahl	88	3	F	Göteborg/U	28.6		
56.80	Robin Lindblom	92	7	16	Huddinge	14.6		

**P13–11 600 m**

2:09.25	Carl Axel Celsing	96	5	13B	Sollentuna	8.6		
2:14.12	Erik Hagberg	99	5	11B	Sätra	20.9		

**M 800 m**

1:59.81	Sami Araya*	87	1		Stockholm/S	13.8		15593-06
2:00.68	Jörgen Johansson	79	1		Sävedalen	15.5		1540m-02
2:02.72	Johan Jonsson Dahl	88	3		Huddinge	15.6		
2:08.35	Medhane Temesgen Amanuel*	92	1	16B	Stockholm/S	24.7		
2:09.25	Rafal Kluge	92	3	16B	Stockholm/S	24.7		
2:09.45	Tom Gatsinzi	82	4		Sätra	10.9		
2:11.80	Niklas Könberg	93	9	15B	Växjö	30.8		
2:12.07	Alexander Jonsson	93	2	15B	Sollentuna	8.6		
2:18.02	Alexander Holmblad	94	8	14	Stockholm/S	24.7		
2:24.97	Carl Sténson	93	oct	15	Kalmar	24.8		

(10)

2:28.48	Jonas Arbinge	93	9	15E	Växjö	30.8		
2:32.15	Linus Larsén	93	10	15E	Växjö	30.8		
2:47.24	Marvan el Maslohi	95	6	15A	Vallentuna	17.5		

**M 1500 m**

3:48.03	Philip Aagaard	82	7	B	Watford, GBR	14.6		34651-02
3:49.11	Henrik Skoog	79	6	B	Solihull, GBR	28.6		34480-01
3:52.95	Fredrik Uhrbom	77	7	B	Sollentuna	8.7		34971-05
3:52.96	Jörgen Johansson	79	9	A	Göteborg/U	28.6		35049-03

3:56.36	Mats Granström	83	4	B	Stockholm/S	22. 7	35043-06
3:58.87	Alexander Söderberg	88	6	B	Stockholm/S	22. 7	35465-06
4:00.13	Tobias Lundgren	87	1	B	Göteborg/U	28. 6	35749-06
4:02.81	Patrik Tjårdal	73	10		Sollentuna	8. 6	40616-07
4:21.38	Medhane Temesgen Amanuel*	92	6	16	Stockholm/S	23. 7	

### P14 2000 m

6:51.50	Alexander Holmblad	94	7	15	Sollentuna	7. 6	
---------	--------------------	----	---	----	------------	------	--

### M 3000 m

8:03.43	Fredrik Uhrbom	77	7		Cork, IRL	12. 7	81087-07
8:07.19	Henrik Skoog	79	3		Istanbul, TUR	22. 6	75556-01
8:20.28	Jörgen Johansson	79	1	B	Sollentuna	6. 6	81226-03
8:22.56	Mats Granström	83	2	B	Sollentuna	6. 6	81613-06
8:29.17	Tobias Lundgren	87	7	B	Göteborg/S	24. 6	83204-06
8:32.28	Alexander Söderberg	88	10	B	Göteborg/S	24. 6	82887-06
8:45.35+	Oskar Landin	87			Sollentuna	8. 7	84237-06
9:09.7 <sub>m+</sub>	Johan Olsson	77	1	A	Stockholm/S	17. 9	
9:12.92	Philip Aagaard	82	10		Norrköping	4.10	84458-99
9:14.73	Andreas Carlborg (10)	72	12		Norrköping	4.10	82927-94
9:27.88	Medhane Temesgen Amanuel*	92	6	16	Täby	10. 8	
11:00.18	Jorma Järvinen	67	32		Norrköping	4.10	84083-97

### M 5000 m

13:50.11	Henrik Skoog	79	21	B	Heusden-Zolder, BEL	20. 7	132701-06
14:01.45	Fredrik Uhrbom	77	12	C	Heusden-Zolder, BEL	20. 7	140346-05
14:17.18	Jörgen Johansson	79	1		Sollentuna	8. 7	142542-03
14:36.89	Mats Granström	83	5	A	Västerås	3. 8	141873-06
14:39.28	Alexander Söderberg	88	7		Sollentuna	8. 7	142383-07
14:50.94	Oskar Landin	87	12		Sollentuna	8. 7	151645-06
15:06.49	Tobias Lundgren	87	13	A	Västerås	3. 8	144866-07
15:18.8 <sub>m+</sub>	Johan Olsson	77	1	A	Stockholm/S	17. 9	0
15:51.55	Anders Szalkai	70	6	A	Sätra	24. 6	142930-98
16:15.4 <sub>m+</sub>	Andreas Carlborg (10)	72	9	A	Stockholm/S	17. 9	144314-02
16:52.45	Henok Weldegebriel	89	2	B	Stockholm/S	13. 8	

### M 10 000 m

29:26.41	Henrik Skoog	79	2		Helsinki, FIN	30. 8	0
29:30.28	Fredrik Uhrbom	77	11		Watford, GBR	14. 6	29517 <sub>m</sub> -07
30:27.07	Mats Granström	83	7		Västerås	1. 8	301924-06
30:51.39	Oskar Landin	87	9		Västerås	1. 8	311141-07
30:54.08	Johan Olsson	77	3	A	Stockholm/S	17. 9	320522-07
32:08.55	Andreas Carlborg	72	7	A	Stockholm/S	17. 9	303195-02
33:27.27	Anders Szalkai	70	19	A	Stockholm/S	17. 9	295964-98



**M Halvmaraton** (21,1 km väg)

1:03:36	Henrik Skoog	79	5	Bellavista-Los Palacios, ESP	21.12	10534-07
1:05:53	Fredrik Uhrbom	77	5	Bucuresti, ROU	12.10	10726-07
1:07:14	Daniel Woldu*	89	6	Stockholm	6. 9	10516-07
1:08:15	Johan Olsson	77	8	Stockholm	6. 9	11004-07
1:09:50	Patrik Tjårdal	73	17	Stockholm	6. 9	10632-03
1:12:19+	Kent Claesson	71	21	Stockholm	31. 5	10423-05
1:13:09+	Anders Szalkai	70	23	Stockholm	31. 5	10507-97
1:14:24+	Andreas Carlborg	72	47	New York City, NY	2.11	10650-90
1:29:17	Håkan Westerblad	56	475	Stockholm	31. 5	-
2:24:29	Sven Olof Aronsson	37	4793	Stockholm	6. 9	-

(10)

**M Maraton** (42,2 km väg)

2:27:44	Kent Claesson	71	14	Stockholm	31. 5	21707-04
2:28:16	Johan Olsson	77	21	Milano, ITA	23.11	22922-07
2:29:38	Anders Szalkai	70	41	New York City, NY	2.11	21247-01
2:31:25	Andreas Carlborg	72	47	New York City, NY	2.11	22637-06
3:02:54	Fredrik Hellgren	72	249	Stockholm	31. 5	23743-05
3:39:30	Håkan Westerblad	56	1975	Stockholm	31. 5	-
5:58:24	Sven Olof Aronsson	37	10501	Stockholm	31. 5	41740-95

**M 3000 m hinder** (91,4 cm)

8:33.93	Henrik Skoog	79	12	Praha, CZE	16. 6	82555-03
9:34.52	Jörgen Johansson	79	4	Göteborg/S	2. 7	0

**M 1500 m hinder** (76,2 cm)

5:27.45	Jonas Arbinge	93	5 15	Sätra	20. 9	
---------	---------------	----	------	-------	-------	--

**M 110 m häck** (106,7 cm)

14.22	Joakim Blaschke	77	2	Västerås	3. 8	+1,6	1377-06
16.22	Jaime de la Cruz Rodriguez*	84	4	Sätra	29. 5	-2,2	

**M45 110 m häck** (99,1 cm)

20.06	Mikael Wallin	63	1 45	Ystad	29. 6	-1,2	
-------	---------------	----	------	-------	-------	------	--

**P15 100 m häck** (84,0 cm)

15.17	Björn Bamane	93	1 15C	Växjö	31. 8	-0,8	
15.33	Carl Sténson	93	1 15E	Växjö	31. 8	-0,4	
17.39	Fredrik Ugglå Strahl	93	5 15B	Vallentuna	17. 5	-0,7	
17.88	Jonas Arbinge	93	2 15D	Växjö	31. 8	+0,2	
22.92	Alexander Holmblad	94	6 15J	Växjö	31. 8	-0,1	

**M 400 m häck** (91,4 cm)

50.91	Thomas Nikitin	82	1	Västerås	2. 8	5133-07
-------	----------------	----	---	----------	------	---------

**P15-17 300 m häck** (84,0 cm)

43.51	Robin Lindblom	92	4 16A	Stockholm/S	23. 7	
48.40	Jonas Arbinge	93	4 15B	Sätra	21. 9	

## M Höjd

1.96	Erik Sikström	80	1	Sätra	24. 6	208-02
1.95	Johan Andersson	89	11 22	Eberstadt, GER	27. 6	196-07
1.86	David Fridell	83	3	Sätra	24. 6	200-01
1.78	Matthew Mereman	92 =10	16	Täby	9. 8	182-07
1.66	Carl Sténson	93	oct 15	Kalmar	24. 8	
1.61	Björn Bamane	93	2 15p7	Växjö	30. 8	
1.53	Jonas Arbinge	93	4 15p7	Växjö	30. 8	
1.48	Fredrik Ugglå Strahl	93	8 15A	Vallentuna	17. 5	
1.42	Mikael Wallin	63	2 45	Sätra	10. 5	
1.41	Linus Larsén	93	7 15p7	Växjö	30. 8	
	(10)					
1.41	William Hallberg	95	8 15p7	Växjö	30. 8	
1.41	Niklas Könberg	93	9 15p8	Växjö	30. 8	
1.33	Alexander Holmblad	94	9 15p7	Växjö	30. 8	
1.12	Philip Samuelsson Forsdik	97	15 11	Sätra	20. 9	

## M Stav

4.98	Erik Thorstensson	89	3	Göteborg/U	29. 6	491-07
4.64	Fredrik Skoglund	81 =10		Göteborg/U	29. 6	528-06
4.03	Carl Sténson	93	2 17	Sollentuna	8. 6	360-07

## M Längd

7.51	Mattias Sunneborn	70	3	Karlstad	28. 7 +1,2	821-96
6.48	David Fridell	83	4	Sollentuna	7. 6 +0,3	676-05
6.47	Klas Persson	79	3	Stockholm/S	13. 8 +0,7	678-04
6.28	Kim Svensson	89	12 19Q	Norrhälje	8. 8 +1,6	642-07
5.66	Carl Sténson	93	5 15	Stockholm/S	24. 7 +0,1	
5.33	Jonas Arbinge	93	3 15	Sätra	24. 6 +1,2	
5.17	Björn Bamane	93	12 15	Stockholm/S	24. 7 -0,2	
4.89	Niklas Könberg	93	12 15p3	Växjö	31. 8 -0,4	
4.67	Fredrik Ugglå Strahl	93	11 15A	Vallentuna	17. 5 +1,6	
4.29	Mikael Wallin	63	2 45	Sätra	11. 5 +0,5	
	(10)					
4.19	Alexander Jonsson	93	19 15p3	Växjö	31. 8 -0,9	
3.77	William Hallberg	95	20 15p3	Växjö	31. 8 -0,2	
3.90	Alexander Holmblad	94	17 15A	Vallentuna	17. 5 +1,8	
3.07	Marvan el Marslohi	95	20 15A	Vallentuna	17. 5 +1,7	

### Medvind över 2,0 m/s

7.57	Mattias Sunneborn	70	5 A	Göteborg/U	28. 6 +4,7	821-96
------	-------------------	----	-----	------------	------------	--------

## P12-13 Längd (hoppzon)

5.10z	Filip Wahlmark	95	8 13	Göteborg/U	29. 6 +1,6	
3.93z	Emil Enjebo	97	7 11	Sätra	21. 9 -0,5	
3.88z	Albin Dragsten	97	10 11	Sätra	21. 9 -0,4	
3.26z	Erik Hagberg	99	22 11	Sätra	21. 9 -0,8	

**M Tresteg**

14.81	Mattias Sunneborn	70	2	Göteborg/S	2. 7	+0,5	1525-02
13.40	Johan Andersson	89	+	Sollentuna	7. 6	+0,5	1365-05
11.36	Björn Bamane	93	+ 15	Sätra	20. 9	+1,2	
11.14	Carl Sténson	93	3 15	Huddinge	14. 6	+1,6	
10.96	Jonas Arbinge	93	2 15	Arvika	26. 7	-1,1	
8.29	Mikael Wallin	63	7 45	Ystad	29. 6	0,0	

*Medvind över 2,0 m/s*

13.75	Johan Andersson	89	4	Sollentuna	7. 6	+2,6	1365-05
13.07	Kim Svensson	89	11 19	Norrtälje	10. 8	+2,8	
11.69	Björn Bamane	93	3 15	Sätra	20. 9	+2,2	

**M Kula (7,26 kg)**

17.98	Niklas Arrhenius	82	2	Västerås	3. 8		1888-04
17.56	Leif Arrhenius	86	1	Göteborg/S	2. 7		1654-04
12.39	Ingmar Veinberg	82	com	Södertälje	28. 9		1273-07
12.23	David Gustafsson	73	com	Sätra	11.10		1348-02
11.40	Daniel Ståhl	92	com	Sätra	19.10		1056-07
10.60	Åke Ruus	53	com	Sätra	11.10		1482-81
10.46	Mikael Wallin	63	4 45	Ystad	27. 6		
10.28	Johan Andersson	89	com	Karlstad/M	9.10		
9.79	David Fridell	83	com	Huddinge/J	9. 9		
9.17	Jan Kowalski	71	com	Sätra	27. 9		
	(10)						
7.98	Tomas Brandt	62	com	Huddinge/J	9. 9		
6.32	Fredrik Trahn	69	com	Huddinge/J	9. 9		

**P16 Kula (5,0 kg)**

16.57	Daniel Ståhl	92	1 16	Täby	10. 8		0
-------	--------------	----	------	------	-------	--	---

**P15 Kula (4,0 kg)**

10.67	Carl Sténson	93	oct 15	Kalmar	24. 8		
10.37	Björn Bamane	93	9 15p2	Växjö	30. 8		
9.72	Alexander Jonsson	93	12 15p2	Växjö	30. 8		
8.98	Niklas Könberg	93	13 15p2	Växjö	30. 8		
8.89	Jonas Arbinge	93	14 15p2	Växjö	30. 8		
8.55	Alexander Holmblad	94	16 15p2	Växjö	30. 8		
7.30	Fredrik Ugglå Strahl	93	6 15	Sätra	4. 5		
6.80	William Hallberg	95	18 15p2	Växjö	30. 8		

**P13 Kula (3,0 kg)**

11.28	Filip Wahlmark	95	7 13	Göteborg/U	29. 6		
-------	----------------	----	------	------------	-------	--	--

**P11 Kula (2,0 kg)**

6.85	Olof Stolt	97	13 11	Sätra	21. 9		
5.84	Roy Österborg	98	18 11	Sätra	21. 9		

**M Diskus (2,0 kg)**

63.74	Niklas Arrhenius	82	7	Kaunas, LTU	8. 6	6577-07
63.12	Leif Arrhenius	86	1	Columbia, MO	11. 4	5610-05
40.36	Daniel Ståhl	92	com	Sätra	19.10	2685-06
39.10	David Gustafsson	73	1	Huddinge/J	26. 4	4336-93
33.54	Åke Ruus	53	com	Sätra	11.10	4574-80
25.90	Mikael Wallin	63	com	Sätra	19.10	
25.42	Jan Kowalski	71	com	Sätra	27. 9	
25.27	David Fridell	83	com	Huddinge/J	9. 9	
23.48	Johan Andersson	89	com	Karlstad/M	9.10	
15.63	Tomas Brandt	62	com	Huddinge/J	9. 9	
	(10)					
10.25	Fredrik Trahn	69	com	Huddinge/J	9. 9	

**P19 Diskus (1,75 kg)**

34.63	Joel Ahl	89	1 19	Huddinge	13. 6	
-------	----------	----	------	----------	-------	--

**P16 Diskus (1,5 kg)**

49.01	Daniel Ståhl	92	2 16	Sollentuna	12. 9	0
-------	--------------	----	------	------------	-------	---

**P15 Diskus (1,0 kg)**

43.02	Carl Sténson	93	6 15	Täby	10. 8	
25.48	Björn Bamane	93	4 15	Sätra	4. 5	
24.10	Fredrik Ugglå Strahl	93	5 15	Sätra	4. 5	

**M Slägga (7,26 kg)**

60.40	Leif Arrhenius	86	2	Fort Worth, TX	15. 5	6023-05
53.06	Niklas Arrhenius	82	com	Provo, UT	13. 9	5363-03
49.78	David Gustafsson	73	1	Huddinge/J	26. 4	5177-02
32.59	Åke Ruus	53	com	Sätra	11.10	4486-81
28.24	Daniel Ståhl	92	com	Sätra	27. 9	2486-07
22.59	Jan Kowalski	71	com	Sätra	27. 9	
20.30	David Fridell	83	com	Huddinge/J	9. 9	
18.52	Mikael Wallin	63	5 45	Ystad	28. 6	
15.00	Tomas Brandt	62	com	Huddinge/J	9. 9	
14.80	Johan Andersson	89	com	Karlstad/M	9.10	
	(20)					
9.78	Fredrik Trahn	69	com	Huddinge/J	9. 9	

**P15 Slägga (4,0 kg)**

21.81	Carl Sténson	93	3 15	Sätra	4. 5	
19.19	Fredrik Ugglå Strahl	93	4 15	Sätra	4. 5	
18.63	Björn Bamane	93	5 15	Sätra	4. 5	
17.52	Jonas Arbinge	93	6 15	Sätra	4. 5	

**M Spjut (800 g)**

68.72	Ingmar Veinberg	82	1	Nyköping	30. 8	7176-07
49.21	Leif Arrhenius	86	com	Provo, UT	18.10	4682-07
46.04	Niklas Arrhenius	82	com	Provo, UT	13. 9	5181-03
35.39	Jan Kowalski	71	com	Sätra	27. 9	
34.23	Daniel Ståhl	92	com	Sätra	27. 9	3390-06
32.92	Åke Ruus	53	com	Sätra	11.10	-

32.58	Mikael Wallin	63	9	Huddinge	15. 6
32.01	David Fridell	83	com	Huddinge/J	9. 9
37.59	Johan Andersson	89	com	Karlstad/M	9.10
17.85	Fredrik Trahn	69	com	Huddinge/J	9. 9

**M55 Spjut (700 g)**

35.05	Åke Ruus	53	com55	Björklinge	18.10
-------	----------	----	-------	------------	-------

**P15 Spjut (600 g)**

43.75	Carl Sténson	93	2	15A	Växjö	31. 8
29.55	Jonas Arbinge	93	11	15A	Växjö	31. 8
28.40	Björn Bamane	93	6		Sätra	4. 5
25.71	William Hallberg	95	11	15	Sätra	21. 9
24.66	Alexander Holmblad	94	16	15A	Växjö	31. 8
19.23	Fredrik Ugglå Strahl	93	19	15A	Vallentuna	17. 5
18.48	Alexander Jonsson	93	18	15A	Växjö	31. 8
14.96	Marvan el Maslohi	95	21	15A	Vallentuna	17. 5
10.67	Linus Larsén	93	20	15A	Växjö	31. 8

**P11 Boll (300 g)**

29.11	Emil Enjebo	98	4	10	Huddinge	14. 6
21.43	Anton Stormark	97	20	11	Sätra	20. 9

**M45 Vikt (15 kg)**

6.91	Mikael Wallin	63	6	45	Ystad	29. 6
------	---------------	----	---	----	-------	-------

**M45 Femkamp (M45-betingelser)**

2.289	Mikael Wallin	63	1	45	Mora	21. 9
Längd 4.75 spjut 31.70 200 m 27.5m diskus 23.46 1500 m 6:14.1m						

**P15 Åttakamp (P15-betingelser)**

5.724	Carl Sténson	93	5	15	Kalmar	23–24. 8	0
100 m häck 16.06 diskus 33.59 stav 3.76 spjut 39.15 / längd 5.29 kula 10.67 höjd 1.66 800 m 2:24.97							

**M55 Kastfemkamp (Slägga [6,0 kg], kula [6,0 kg], diskus [1,5 kg], spjut [700 g], vikt [11,35 kg])**

3.412	Åke Ruus	53	1	55	Björklinge	18.10
Slägga 36.45 kula 11.25 diskus 37.50 spjut 35.05 vikt 12.82						

**M 4x100 m**

41.50	Spårvägens FK lag 1	3	Göteborg/S	24. 5
Joakim Blaschke-77, Fredrik Skoglund-81, Mattias Sunneborn-70, Thomas Nikitin-82				
42.24	Spårvägens FK lag 1	3	h1 Göteborg/S	24. 5
Joakim Blaschke-77, Fredrik Skoglund-81, Mattias Sunneborn-70, Thomas Nikitin-82				
43.07	Spårvägens FK lag 2	5	h2 Göteborg/S	24. 5
André Drummond-90, Juan Pettersson-84, Martin Skeppstedt-82, David Fridell-83				
49.13	Spårvägens FK – P15	2	15 Stockholm/K	10. 5
Fredrik Ugglå Strahl-93, Björn Bamane-93, Carl Sténson-93, Jonas Arbinge-93				
51.35	Spårvägens FK – P15	4	15 Huddinge	4. 9
Alexander Holmblad-94, Björn Bamane-93, Jonas Arbinge-93, Filip Wahlmark-95				
52.05	Spårvägens FK – P15	4	15 Sätra	21. 9
William Hallberg-95, Björn Bamane-93, Jonas Arbinge-93, Carl Sténson-93				

**P11 5x60 m**

49.39 Spårvägens FK – P11 2 11B Sätra 21. 9  
 Erik Hagberg-97, Emil Enjebo-98, Anton Starrmark-98, Filip Samuelsson-97

**M 4x400 m**

3:17.46 Spårvägens FK 3 Göteborg/S 25. 5  
 Tom Gatsinzi-82, Karim Mohammadi-89, Mattias Sunneborn-70, Thomas Nikitin-82

**M 4x800 m**

7:54.05 Spårvägens FK 3 Göteborg/S 24. 5  
 Philip Aagaard-82, Karim Mohammadi-89, Sami Araya-87, Johan Jonsson Dahl-88

**M 4x1500 m**

15:58.95 Spårvägens FK 3 Göteborg/S 25. 5  
 Alexander Söderberg-88, Fredrik Uhrbom-77, Henrik Skoog-79, Philip Aagaard-82

**M Castorama** (kula, spjut, diskus, slägga)

3.414	Leif Arrhenius	86	1	Provo, UT	18.10	3182-07
	16.12 49.21 57.64 60.00					
3.412	Niklas Arrhenius	82	1	Provo, UT	13. 9	3482-03
	17.54 46.04 60.91 53.06					
2.431	Ingmar Veinberg	82	1	Södertälje	28. 9	2402-07
	12.39 62.02 30.11 34.58					
2.396	David Gustafsson	73	1	Sätra	11.10	2582-04
	12.23 38.44 34.31 46.04					
1.969	Åke Ruus	53	2	Sätra	11.10	2725-81
	10.60 32.92 33.54 32.59					
1.922	Daniel Ståhl	92	2	Sätra	19.10	1610-07
	11.40 26.04 40.36 25.91					
1.528	Jan Kowalski	71	1	Sätra	27. 9	
	9.17 35.39 25.42 22.59					
1.469	Mikael Wallin	63	3	Sätra	19.10	
	10.19 31.96 25.90 18.43					
1.467	David Fridell	83	1	Huddinge/J	9. 9	
	9.79 32.01 25.27 20.30					
1.418	Johan Andersson	89	3	Karlstad/M	9.10	
	10.28 37.59 23.48 14.80					
	(10)					
570	Tomas Brandt	62	4	Huddinge/J	9. 9	
	7.98 X 15.63 15.00					
277	Fredrik Trahn	69	5	Huddinge/J	9. 9	
	6.32 17.85 10.25 9.78					

## Kvinnor utomhus

### K 100 m

12.15	Lisa Rönnkvist	86	3	h2	Västerås	3. 8	+1,7	1218-03
12.40	Nuulu Ndiwabene	84	1		Falun	16. 8	+1,3	1233-06
12.41	Gladys Bamane	89	2	19	Stockholm/S	24. 7	-0,3	1239-06
12.44	Moa Hjelmer	90	1	18h3	Sollentuna	12. 9	-0,8	1235-07
12.88	Anna Sunneborn	70	1		Sätra	25. 5	+1,3	1284-07
13.42	Emma Mellåker	90	4	19h1	Stockholm/S	24. 7	-1,4	
13.68	Johanna Hermansson	93	6	15A	Sätra	20. 9	+1,9	
14.70	Ida Berglund	94	4	17	Sätra	10. 9	+0,5	
15.12	Camilla Welin	93	6	15B	Sätra	20. 9	+1,5	

### Okända vindförhållanden

12.13	Moa Hjelmer	90	1	19	Stockholm/S	21. 8		1235-07
-------	-------------	----	---	----	-------------	-------	--	---------

### Medvind över 2,0 m/s

12.79w	Anna Sunneborn	70	4		Sätra	24. 6	+2,8	1284-07
--------	----------------	----	---	--	-------	-------	------	---------

### F13 80 m

12.11	Vendela Tryde	96	4	13h1	Stockholm/S	21. 8	+1,0	
12.17	Rebecca Hallerth	96	3	12h3	Huddinge	14. 6	-0,4	
12.25	Josefine Havdelin	95	7	13h3	Stockholm/S	21. 8	+1,9	

### F11 60 m

9.13	Alicia Westin	97	1	11C	Sätra	21. 9	+0,2	
9.18	Beata Sunneborn	97	1	11h1	Visby	19. 7	+0,1	
10.00	Louise Åkerlund	97	3	11h2	Huddinge	15. 6	-2,3	
10.38	Klara Sunneborn	99	2	09B	Stockholm/S	21. 9	+0,8	

### K 200 m

24.25	Moa Hjelmer	90	1	19h3	Göteborg/U	29. 6	-0,4	2419-07
25.73	Nuulu Ndiwabene	84	1		Falun	16. 8	0,0	2506-06
25.86	Gladys Bamane	89	5		Göteborg/S	2. 7	-1,0	2525-06
26.44	Anna Sunneborn	70	5	h1	Sollentuna	8. 6	0,0	2690-07
29.33	Felicia Lundqvist	94	2	15	Sätra	10. 9	+0,1	
32.94	Beata Sunneborn	97	1	11	Stockholm/S	13. 8	+1,2	

### Medvind över 2,0 m/s

25.35w	Gladys Bamane	89	1	19	Huddinge	15. 6	+2,4	2525-06
31.47W	Beata Sunneborn	97	3	12B	Huddinge	15. 6	+4,7	

### K 400 m

54.12	Moa Hjelmer	90	4	19h1	Bydgoszcz, POL	9. 7		5497-07
-------	-------------	----	---	------	----------------	------	--	---------

### F11 600 m

2:05.88	Louise Åkerlund	97	2	11B	Sätra	20. 9		
---------	-----------------	----	---	-----	-------	-------	--	--

## K 800 m

2:11.95	Flo Jonsson	78	2	B	Stockholm/S	22. 7	20676-06
2:16.66	Ann-Sofie Landström	85	2		Huddinge	29. 7	21433-06
2:20.65	Anja Lindberg	76	6		Sätra	28. 5	0
2:24.27	Tove Berg	77	2	A	Bakersfield, CA	15. 3	22541-07
2:25.25	Jessica Kihlberg	90	2	19	Västerås	5. 7	
2:33.97	Emma Löf-Hagström	94	8	15A	Sollentuna	8. 6	
2:38.64	Johanna Lindström	93	7	15B	Sollentuna	8. 6	
2:47.82	Selam Temesgen Amanuel*	94	4	15A	Vallentuna	17. 5	
2:50.27	Ella Söderberg	94	8	14C	Huddinge	14. 6	
2:51.06	Rebecka Bremler (10)	93	8	15B	Huddinge	14. 6	
2:56.75	Anna Carnebrand	95	12	15	Sätra	20. 9	

## K 1500 m

4:28.20	Flo Jonsson	78	9	A	Stretford, GBR	19. 7	41519-07
4:31.18	Lena Örn	88	5	22	Tampere, FIN	6. 9	43494-06
4:37.02	Lena Melbäck	81	3	B	Sollentuna	8. 7	43549-05
4:40.12	Tove Berg	77	3		Norwalk, CA	22. 3	44116-07
4:48.91	Lilian Magnusson	68	1		Uppsala	29. 6	44256-07
4:49.09	Anja Lindberg	76	9	B	Sollentuna	8. 7	43625-07
4:49.25	Ann-Sofie Landström	85	7	h1	Västerås	2. 8	43820-06
4:50.02	Jessica Kihlberg	90	2	19	Stockholm/S	24. 7	
4:52.03	Carin Bergman	73	1		Gävle	20. 7	50018-07
5:48.31	Malin Kemi (10)	75	3		Uppsala (möhippa)	29. 6	43440-05

## K 2000 m

6:31.58	Lilian Magnusson	68	1	A	Stockholm/S (mixedlopp)	26. 8	
---------	------------------	----	---	---	-------------------------	-------	--

## K 3000 m

9:43.27	Lena Örn	88	1		Stockholm/S	21. 8	100344-06
9:43.51	Flo Jonsson	78	2		Stockholm/S	21. 8	92545-04
9:44.19	Lilian Magnusson	68	4		Stockholm/S	21. 8	101372-07
9:59.76	Anja Lindberg	76	6		Stockholm/S	21. 8	95244-06
10:00.54	Tove Berg	77	1		Glendale, CA	4. 4	95665-07
10:25.18	Carin Bergman	73	2		Huddinge	15. 6	103408-02
10:31.32	Jessica Kihlberg	90	2	19	Stockholm/S	21. 8	
11:00.47	Ann Björklund	71	9		Sollentuna	6. 6	103495-07

## K 5000 m

16:36.92	Lilian Magnusson	68	3		Västerås	3. 8	163934-07
16:47.88	Tove Berg	77	2		Eagle Rock, CA	7. 6	165906-07
17:20.42	Anja Lindberg	76	1		Stockholm/S	13. 8	172857-06
17:33.07	Flo Jonsson	78	2		Stockholm/S	13. 8	0
17:56.17	Carin Bergman	73	4		Stockholm/S	13. 8	175862-04

## K 10 000 m

34:31.05	Lilian Magnusson	68	1		Helsinki, FIN	29. 8	343221-07
36:22.75	Tove Berg	77	1		Bakersfield, CA	3. 5	360062-07



**K Halvmaraton** (21,1 km väg)

1:16:12	Lilian Magnusson	68	13	South Shields, GBR	5.10	11758-07
1:18:53	Anja Lindberg	76	5	Stockholm	6. 9	11757-06
1:22:31	Ann Björklund	71	9	Göteborg	17. 5	12216-07
1:23:18	Tove Berg	77	2	Long Beach, CA	12.10	0
1:23:28+	Malin Ewerlöf Krepp	72	13	Stockholm	31. 5	12235-07
1:25:18	Carin Bergman	73	20	Den Haag, NED	15. 3	12552-07
1:25:40	Jessica Granqvist	77	16	Göteborg	17. 5	12515-07
1:26:27	Johanna Brinne Roos	76	20	Stockholm	6. 9	

**K Maraton** (42,2 km väg)

2:39:02	Lilian Magnusson	68	11	Frankfurt, GER	26.10	23747-07
2:49:22	Malin Ewerlöf Krepp	72	6	Stockholm	31. 5	24443-05
3:34:44	Kerstin Burman	68		Stockholm	31. 5	
4:35:11	Johanna Eriksson-Jelving	68	1411	Stockholm	31. 5	

**K 3000 m hinder** (76,2 cm)

10:07.53	Lena Örn	88	2	Västerås	2. 8	102617-07
----------	----------	----	---	----------	------	-----------

**K22 2000 m hinder** (76,2 cm)

6:40.61	Lena Örn	88	1 22	Norrköping	8. 8	64434-07
---------	----------	----	------	------------	------	----------

**K22 1500 m hinder** (76,2 cm)

4:48.37	Lena Örn	88	1	Huddinge	29. 7	45528-06
5:23.03	Ann-Sofie Landström	85	2	Göteborg/S	2. 7	51384-06

**K 100 m häck** (84,0 cm)

15.16	Lisa Rönnkvist	86	5	Göteborg/S	2. 7	-0,5 1457-04
-------	----------------	----	---	------------	------	--------------

**F15 80 m häck** (76,2 cm)

14.28	Jessica Hallerth	93	4 15B	Vallentuna	17. 5	-0,6
16.25	Ida Berglund	94	7 15B	Vallentuna	17. 5	-0,6
16.83	Johanna Hermansson	93	4 15A	Vallentuna	17. 5	0,0
17.68	Emma Löf-Hagström	94	6 15A	Vallentuna	17. 5	0,0

**K 400 m häck** (76,2 cm)

61.24	Nuulu Ndiwabene	84	2 A	Göteborg/U	27. 6	5879-03
-------	-----------------	----	-----	------------	-------	---------

**F15 300 m häck** (76,2 cm)

50.57	Felicia Lundqvist	93	5 15A	Sätra	21. 9	
55.66	Josefine Havidelin	95	3 13	Stockholm/S	21. 8	

**K Höjd**

1.80	Jenny Isgren	81	4	Västerås	3. 8	186-06
1.75	Anna Alexson	87	2 22	Norrköping	8. 8	177-03
1.63	Moa Thorstensson	90	1 19	Sollentuna	7. 6	167-05
1.60	Sabina Sandberg	93	1 15	Västerås	5. 7	160-07

1.40	Felicia Lundqvist	94	6	15A	Vallentuna	17. 5
1.35	Ida Berglund	94	6	19	Sätra	10. 9
1.24	Emma Löf-Hagström	94	16	15A	Vallentuna	17. 5
1.20	Beata Sunneborn	97	=2	11	Visby	19. 7
1.12	Sophia Lindgren	97	15	11	Sätra	20. 9
1.04	Johanna Lindström	93	18	15A	Vallentuna	17. 5

(10)

## K Stav

3.58	Klara Persson	80	3		Göteborg/S	2. 7	405-04
1.63	Ida Berglund	93	4	15	Sätra	21. 9	

## K Längd

4.87	Anna Sunneborn	70	1	35	Ystad	27. 6	+1,1
4.79	Moa Thorstensson	90	6		Göteborg/S	2. 7	-1,7
4.68	Jessica Hallerth	93	6	15	Sätra	20. 9	-0,1
4.27	Johanna Hermansson	93	6	15A	Vallentuna	17. 5	-1,6
4.17	Felicia Lundqvist	93	11	15	Sätra	20. 9	+1,4
3.97	Emma Löf-Hagström	94	14	15A	Vallentuna	17. 5	-1,7
3.97	Ida Berglund	94	15	15A	Vallentuna	17. 5	-1,6
3.89	Selam Temesgen Amanuel*	94	19	15A	Vallentuna	17. 5	-1,8
3.73	Johanna Lindström	93	21	15A	Vallentuna	17. 5	-1,9

(9)

## F11–13 Längd (hoppzon)

4.37z	Beata Sunneborn	97	1	11	Stockholm/S	13. 8	-1,1
4.35z	Anna Carnbrand	95	6	13	Sollentuna	8. 6	-0,2
3.96z	Rebecca Hallerth	96	8	12	Sollentuna	8. 6	+0,6
3.81z	Nikki Samakovlis	97	6	11	Sätra	21. 9	-0,9
3.55z	Klara Sunneborn	99	2	09	Stockholm/S	21. 8	+1,6
3.50z	Louise Åkerlund	97	10	11	Huddinge	15. 6	+0,5
3.28z	Carolina Tellman	97	18	11	Sätra	21. 9	-0,8
3.02z	Hedda Thomson Ek	96	21	12	Huddinge	14. 6	0,0

## Okända vindförhållanden

4.25z	Josefine Havdelin	95	10	13	Stockholm/S	21. 8
3.63z	Vendela Tryde	96	15	13	Stockholm/S	21. 8

## K Tresteg

12.12	Jenny Isgren	81	2		Göteborg/S	2. 7	+0,2	1209-04
9.89	Jessica Hallerth	93	3	15	Huddinge	14. 6	0,0	
7.97	Malin Kemi	75	2		Uppsala (möhippa)	29. 6	-0,4	

## F11–13 Tresteg (hoppzon)

8.92z	Beata Sunneborn	97	3	11	Visby	20. 7	+1,6
-------	-----------------	----	---	----	-------	-------	------

## K Kula (4,0 kg)

10.68	Camilla Westerlund	85	com		Sätra	11.10	1121-05
10.54	Karin Engström	83	com		Södertälje	28. 9	1174-00

9.93	Anneli Ståhl	90	com	Sätra	11.10	948-07
9.01	Taina Ståhl	60	com	Sätra	19.10	1411-82
6.95	Anna Sunneborn	70	6	Göteborg/S	2. 7	

**F15 Kula** (3,0 kg)

9.52	Sabina Sandberg	93	4 15	Stockholm/S	24. 7	
8.23	Jessica Hallerth	93	8 15	Sätra	20. 9	
6.66	Johanna Hermansson	93	12 15	Sätra	20. 9	
6.32	Ida Berglund	94	15 15A	Vallentuna	17. 5	
5.28	Emma Löf-Hagström	94	21 15A	Vallentuna	17. 5	
5.08	Selam Temesgen Amanuel*	94	22 15A	Vallentuna	17. 5	

**F11 Kula** (2,0 kg)

7.05	Alicia Westin	97	9 11	Sätra	20. 9	
6.39	Malin Hörnfelt	97	13 11	Sätra	20. 9	
5.67	Beata Sunneborn	97	4 11	Visby	19. 7	

**K Diskus** (1,0 kg)

38.67	Camilla Westerlund	85	2	Sätra	4. 5	4096-07
35.17	Karin Engström	83	com	Södertälje	28. 9	4462-05
30.17	Taina Ståhl	60	com	Sätra	19.10	5190-88
23.39	Anneli Ståhl	90	com	Sätra	27. 9	2572-07

**K Slägga** (4,0 kg)

62.44	Karin Engström	83	2	Västerås	3. 8	6103-05
50.44	Anneli Ståhl	90	6	Västerås	5. 7	4704-07
47.09	Camilla Westerlund	85	1	Huddinge/J	26. 4	4707-07
45.30	Emma Ståhlberg	86	7	Västerås	5. 7	4850-07
32.60	Taina Ståhl	60	com	Sätra	19.10	4408-01

**F15 Slägga** (3,0 kg)

35.79	Sabina Sandberg	93	2 15	Huddinge	15. 6	
14.62	Camilla Welin	93	9 15	Sätra	21. 9	
13.93	Ida Berglund	93	10 15	Sätra	21. 9	

**K Spjut** (600 g)

36.50	Camilla Westerlund	85	com	Sätra	11.10	3858-04
23.10	Karin Engström	83	com	Södertälje	28. 9	
21.95	Anneli Ståhl	90	com	Sätra	27. 9	1895-07
21.08	Taina Ståhl	60	1	Sätra	19.10	1932-06
12.00	Malin Kemi	75	2	Uppsala (möhippa)	29. 6	

**F12-15 Spjut** (400 g)

33.76	Sabina Sandberg	93	5 15	Stockholm/S	23. 7	
19.56	Rebecca Hallerth	96	3 12	Huddinge	14. 6	
17.36	Jessica Hallerth	93	12 15p1	Vallentuna	17. 5	
16.34	Felicia Lundqvist	94	14 15A	Vallentuna	17. 5	
10.38	Johanna Hermansson	93	23 15A	Vallentuna	17. 5	
10.20	Emma Löf-Hagström	94	25 15A	Vallentuna	17. 5	
8.56	Johanna Lindström	93	26 15A	Vallentuna	17. 5	

**F11 Boll (300 g)**

15.92	Josephine Johannessén	97	19	11	Sätra	21. 9
-------	-----------------------	----	----	----	-------	-------

**K Castorama (kula, spjut, diskus, slägga)**

2.786	Camilla Westerlund	85	1		Sätra	11.10	2932-07
	10.68 36.50 34.94 42.16						
2.694	Karin Engström	83	1		Södertälje	28. 9	2813-04
	10.54 23.10 35.17 53.18						
2.316	Anneli Ståhl	90	2		Sätra	27. 9	2194-07
	9.90 21.95 23.39 48.46						
2.137	Taina Ståhl	60	1		Sätra	19.10	2860-88
	9.01 21.08 30.17 32.60						

**K 4x100 m**

48.23	Spårvägens FK	7			Göteborg/S	24. 5
	Gladys Bamane-89, Nuulu Ndiwabene-84, Emma Mellåker-90, Moa Hjelmer-90					
48.29	Spårvägens FK	4			Göteborg/S	2. 7
	Gladys Bamane-89, Nuulu Ndiwabene-84, Emma Mellåker-90, Moa Hjelmer-90					
53.68	Spårvägens FK – F15	4	15		Huddinge	4. 9
	Ida Berglund-93, Felicia Lundqvist-93, Jessica Hallerth-93, Johanna Hermansson-93					
53.87	Spårvägens FK	7	15		Huddinge	4. 9
	Ida Berglund-93, Felicia Lundqvist-93, Jessica Hallerth-93, Johanna Hermansson-93					
54.12	Spårvägens FK – F15	4	15A		Sätra	21. 9
	Ida Berglund-93, Felicia Lundqvist-93, Jessica Hallerth-93, Johanna Hermansson-93					

**F11 5x60 m**

45.66	Spårvägens FK – F11	2	11A		Sätra	21. 9
-------	---------------------	---	-----	--	-------	-------

**P15/F15 6x200 m**

2:49.23	Spårvägens FK	6	15		Vallentuna	17. 5
---------	---------------	---	----	--	------------	-------

**K 3x1500 m**

14:20.48	Spårvägens FK	3			Göteborg/S	25. 5
	Lena Melbäck-81, Anja Lindberg-76, Lena Örn-88					

**HJÄRTLIGT TACK  
FÖR ATT NI SPONSRAR  
SPÅRVÄGENS  
FRIDROTT!**

*E Bohlins Maskiner AB*

*Lindbergs  
Tapetsrerarverkstad*

www.stockholmshem.se

*För dig  
som väljer  
hyresrätt*

**Stockholmshem**

# Män inomhus

## M 60 m

7.02	Joakim Blaschke	77	8		Moskva, RUS	26. 2	703-02
7.03	Juan Pettersson	84	1	A	Sätra	12. 1	703-07
7.16	Mattias Sunneborn	70	5	A	Sätra	12. 1	697-98
7.18	André Drummond	90	1		Sätra	2. 2	734-07
7.52	Johan Andersson	89	2	h2	Karlstad	26. 1	
7.62	Jaime de la Cruz Rodriguez*	83	5	h2	Sätra	19. 1	
7.64	Matthew Mereman	92	3	16h2	Sätra	12. 1	
7.67	Kim Svensson	89	4	h3	Sätra	2. 2	
7.80	Filip Wahlmark	95	1	14	Eskilstuna	29.11	
7.85	Björn Adriansson (10)	92	4	16h1	Sätra	17. 2	
7.89	Alex Roslinde	87	7	h2	Sätra	19. 1	
7.95	Robin Lindblom	92	4	17	Sätra	5. 1	
8.09	Björn Bamane	93	5	15h1	Sätra	8. 3	
8.20	Markus Hober	94	5	15h1	Sätra	13.12	
8.23	Carl Sténson	93	hep	15	Göteborg/FH	15. 3	
8.56	William Hallberg	95	2	14h4	Sätra	13.12	
8.74	Mikael Wallin	63	2	45	Sätra	20. 1	
8.82	Jonas Arbinge	93	8	15h1	Sätra	17. 2	
8.90	Fabian Lidman	96	3	12	Huddinge	30. 3	
9.01	Filip Röjdmak (20)	95	5	14h4	Sätra	13.12	
9.04	Carl Axel Celsing	96	2	13h4	Sätra	13.12	
9.13	Adam Hagelberg	96	4	13h4	Sätra	13.12	
9.14	Albin Dragsten	97	6	12	Sätra	13.12	
9.25	Viktor Wahlen Diederichsen	98	3	11	Sätra	13.12	
9.26	Alenga Massimango	97	5	11	Sätra	9. 2	
9.53	Simon Karevik	96	3	12h3	Västerås	19. 1	
9.60	Alexander Celsing	98	2	11h4	Sätra	13.12	
9.68	Emil Enjebo	98	2	10h5	Västerås	19. 1	
9.77	Karl Böcker	96	3	12h1	Västerås	19. 1	
9.80	Niklas Mattson (30)	96	5	12h4	Västerås	19. 1	
9.93	Inti Zamora	97	4	12h1	Sätra	13.12	
10.02	Erik Hagberg	99	3	10h3	Sätra	14.12	
10.79	Roy Österborg	98	8	11h1	Sätra	13.12	
11.18	Filip Vikström	97	7	11	Västerås	19. 1	

## M 200 m

22.24	Mattias Sunneborn	70	1	A	Sätra	27. 1	2105-95
25.26	Robin Lindblom	92	2	K	Sätra	13. 1	
25.33	Filip Wahlmark	95	1	14A	Sätra	14.12	
25.52	Björn Bamane	93	3	17E	Sätra	13.12	
25.78	Axel Roslinde	87	2	B	Västerås	20. 1	
30.32	Adam Hagelberg	96	4	13D	Sätra	14.12	
30.70	Albin Dragsten	97	2	12B	Sätra	14.12	
30.86	Carl Axel Celsing	96	1	12C	Eskilstuna	21. 3	

## M 400 m

48.77	Thomas Nikitin	82	4		Glasgow, GBR	26. 1	4745-03
50.73	Karim Mohammadi	89	2	A	Sätra	12. 1	5076-07
54.91	Johan Jonsson Dahl	88	3	B	Sätra	26. 1	
55.26	Robin Lindblom	92	2	16B	Västerås	20. 1	
55.62	Henrik Lembke-Wehlin	88	3	F	Sätra	12. 1	
57.06	Fithami Amanuel	90	3	19	Västerås	20. 1	

## P11–15 600 m

1:41.21	Carl Sténson	93	hep	15	Västerås	6. 1	
1:54.55	Fabian Lidman	96	2	12A	Huddinge	30. 3	
1:54.91	Marwan el Maslouhi	95	3	13A	Sätra	9. 2	
1:59.88	Carl Axel Celsing	96	6	12A	Huddinge	30. 3	
2:02.21	Alenga Massimango	97	2	11A	Sätra	9. 2	
2:09.63	Emil Enjebo	98	2	10A	Västerås	19. 1	
2:25.24	Adam Böcker	97	6	11B	Västerås	19. 1	

## M 800 m

1:54.98	Karim Mohammadi	89	2	A	Sätra	19. 1	
2:00.83	Johan Jonsson Dahl	88	3	C	Sätra	10. 2	
2:06.83	Albin Dragsten	97	6	11A	Västerås	19. 1	
2:13.73	Medhane Temesgen Amanuel*	92	5	17	Sätra	10. 2	
2:25.01	Alexander Holmblad	94	6	15	Sätra	9. 2	
2:37.51	Marwan el Maslouhi	95	7	13	Sätra	17. 2	
2:39.14	Fabian Lidman	96	2	12B	Sätra	17. 2	
2:45.60	Carl Axel Celsing	96	8	13B	Sätra	13.12	
2:55.10	Adam Hagelberg	96	1	12C	Västerås	19. 1	

## P14–16 1000 m

2:49.90	Medhane Temesgen Amanuel*	92	2	B	Sätra	2. 2	
2:54.82	Niklas Könberg	93	3	15A	Sätra	17. 2	
2:58.14	Alexander Jonsson	93	1	15B	Sätra	17. 2	
3:01.37	Johan Lindberg	93	5	15h3	Sätra	8. 3	
3:04.51	Alexander Holmblad	94	3	14B	Västerås	15. 3	
3:07.50	Linus Larsén	93	6	15A	Sätra	12. 1	

## M 2000 m

5:17.52+	Henrik Skoog	79			Stockholm/G	21. 2	
----------	--------------	----	--	--	-------------	-------	--

## M 1500 m

3:53.70	Philip Aagaard	82	3	A	Lidingö/B	16. 2	35155-07
3:53.80	Henrik Skoog	79	1		Sätra	26. 1	34905-01
3:58.34	Alexander Söderberg	88	6	A	Lidingö/B	16. 2	40060-07
4:04.31	Johan Svensson	89	1		Karlskrona	13.12	40971-07
4:14.54	Daniel Woldu*	89	10	A	Sätra	2. 2	
4:31.85	Medhane Temesgen Amanuel*	92	5	16h1	Sätra	8. 3	
4:53.32	Fitawi Temesgen Amanuel*	90	9	B	Sätra	12. 1	

## M 3000 m

7:54.20	Henrik Skoog	79	9		Stuttgart, GER	2. 2	75177-05
8:25.45	Fredrik Uhrbom	77	5	A	Malmö/A	23. 2	82081-05
8:27.69	Alexander Söderberg	88	3	A	Sätra	10. 2	83031-07

8:40.41	Daniel Woldu*	89	2	A	Sätra	19. 1	
8:42.68	Tobias Lundgren	87			New Haven, CT	8.12	83367-07
9:07.36	Andreas Carlborg	72	7	A	Sätra	19. 1	-
9:23.50	Anders Szalkai	70	10	A	Sätra	19. 1	-

### M 60 m häck (106,7 cm)

7.93	Joakim Blaschke	77	1	X	Göteborg/FH	9. 2	787-07
8.92	Jaime de la Cruz Rodriguez*	83	1	B	Sätra	13. 1	

### M45 60 m häck (99,1 cm)

10.97	Mikael Wallin	63	2	45	Huddinge	10. 2	
-------	---------------	----	---	----	----------	-------	--

### P15 60 m häck (84,0 cm)

9.60	Carl Sténson	93	hep	15	Göteborg/FH	16. 3	
11.17	William Hallberg	95	5	14A	Sätra	14.12	

### P13 60 m häck (76,2 cm)

13.76	Olof Stolt	97	4	12B	Sätra	14.12	
-------	------------	----	---	-----	-------	-------	--

### M Höjd

1.98	Johan Andersson	89	=4		Västerås	20. 1	200-07
1.80	Matthew Mereman	92	3	17	Sätra	3. 2	178-07
1.64	Konrad Oleksiak	92	10	17	Sätra	3. 2	
1.58	Carl Sténson	93	hep	15	Göteborg/FH	16. 3	
1.42	Mikael Wallin	63	3	45	Sätra	20. 1	
1.40	Markus Hober	94	9	15	Sätra	13.12	
1.34	Karl Böcker	96	4	12	Västerås	19. 1	
1.28	Philip Samuelsson-Forsdik	97	8	12	Sätra	13.12	
1.26	Fabian Lidman	96	9	12	Huddinge	30. 3	
1.23	Albin Dragsten	97	10	12	Sätra	13.12	

### M Stav

5.07	Fredrik Skoglund	81	4		Malmö/A	23. 2	540-06
4.72	Erik Thorstensson	89	1	19	Västerås	29. 2	486-07
4.65	Alexander Eriksson	79	=8		Malmö/A	23. 2	493-02
4.50	Klas Persson	79	1		Huddinge	16. 2	
4.40	Anders Edvinsson	73	2	B	Stockholm/G	21. 2	495-05
3.91	Carl Sténson	93	1	15	Sätra	9. 2	352-07

### M Längd

7.40	Mattias Sunneborn	70	1		Sätra	3. 2	820-95
6.63	Kim Svensson	89	5	19	Eskilstuna	1. 3	642-07
6.60	David Fridell	83	4		Sätra	27. 1	676-05
6.46	Johan Andersson	89	1	19	Karlstad	8. 3	
6.15	Matthew Mereman	92	1	17	Sätra	10. 2	
5.29	Björn Bamane	93	5	15	Sätra	12. 1	
5.28	Carl Sténson	93	hep	15	Göteborg/FH	15. 3	
4.32	William Hallberg	95	11	14	Sätra	13.12	
4.09	Filip Röjdmärk	95	16	14	Sätra	13.12	

**P12–13 Längd** (hoppzon)

4.66z	Filip Wahlmark	95	6	13	Sätra	12. 1
4.28z	Fabian Lidman	96	18	13	Sätra	9. 2
4.21z	Adam Hagelberg	96	9	13	Sätra	13.12
4.06z	Carl Axel Celsing	96	28	13	Sätra	9. 2
4.14z	Viktor Wahlen Diederichsen	98	3	11	Sätra	13.12
4.05z	Albin Dragsten	97	7	12	Sätra	13.12
3.95z	Simon Karevik	96	4	12B	Västerås	19. 1
3.88z	Philip Samuelsson-Forsdik	97	9	12	Sätra	13.12
3.67z	Emil Enjebo	98	10	11	Sätra	13.12
3.62z	Niklas Mattson	96	9	12B	Västerås	19. 1
	(10)					
3.27z	Marwan el Maslouhi	95	13	13	Västerås	19. 1
3.18z	Alexander Celsing	98	19	11	Sätra	13.12
3.02z	Adam Böcker	97	24	11	Västerås	19. 1
3.00z	Roy Österborg	98	25	11	Sätra	13.12
2.56z	Filip Vikström	97	30	11	Västerås	19. 1

**M Tresteg**

14.98	Mattias Sunneborn	70	4		Malmö/A	23. 2	
14.18	Johan Andersson	89	1	19	Karlstad	8. 3	1380-07
10.79	Jonas Arbinge	93	5	15	Sätra	17. 2	

**M Kula** (7,26 kg)

10.13	Mikael Wallin	63	4	45	Huddinge	9. 2
-------	---------------	----	---	----	----------	------

**P16 Kula** (5,0 kg)

15.04	Daniel Ståhl	92	2	17	Sätra	10. 2
-------	--------------	----	---	----	-------	-------

**P15 Kula** (4,0 kg)

10.19	Carl Sténson	93	hep	15	Västerås	6. 1
10.17	Filip Wahlmark	95	6	14	Sätra	14.12

**P13 Kula** (3,0 kg)

10.61	Filip Wahlmark	95	2	13	Västerås	15. 3
6.36	Olof Stolt	97	9	12	Sätra	14.12

**P11 Kula** (2,0 kg)

7.60	Emil Enjebo	98	7	11	Sätra	13.12
6.65	Roy Österborg	98	11	11	Sätra	13.12
5.50	Filip Vikström	97	16	11	Västerås	19. 1

**P15 Sjukamp**

5.049	Carl Sténson	93	10	15	Göteborg/FH	15–16. 3
	60 m 8.23 stav 3.84 längd 5.28 / 60 m häck 9.60 höjd 1.58 kula 9.41 600 m 1:43.99					

**M45 Vikt** (15,88 kg)

7.48	Mikael Wallin	63	8		Huddinge	10. 2
------	---------------	----	---	--	----------	-------

**M 4x200 m**

1:29.71	Spårvägens FK	3	A	Malmö/A	24. 2
	Joakim Blaschke-77, Fredrik Skoglund-81, Juan Pettersson-84, Thomas Nikitin-82				



# Kvinnor inomhus

## K 60 m

7.61	Lisa Rönnkvist	86	1	22h3	Eskilstuna	1.	3	765-04
7.90	Gladys Bamane	89	1	19	Sätra	26.	1	782-06
7.90	Moa Hjelmer	90	2	h2	Sätra	10.	2	791-07
7.92	Nuulu Ndawabene	84	2		Falun	16.	2	773-03
8.09	Åsa Carlsson	72	2	h2	Sätra	27.	1	760-91
8.09	Anna Sunneborn	70	4		Sätra	27.	1	
8.36	Emma Mellåker	90	7	19	Sätra	26.	1	
8.54	Johanna Hermansson	93	1	15B	Sätra	9.	2	
8.56	Amanda Blomgren	91	5	17h2	Västerås	20.	1	
8.57	Felicia Lundqvist	94	4	14	Sätra	17.	2	
	(10)							
8.57	Jessica Hallerth	93	7	17h2	Sätra	14.12		
8.69	Sabina Sandberg	93	3	15h1	Sätra	12.	1	
8.77	Anna Carnbrand	95	3	14h3	Sätra	14.12		
9.04	Ida Berglund	94	4	14h3	Sätra	17.	2	
9.05	Mary-Jane Denny	92	6	16h2	Västerås	20.	1	
9.10	Beata Sunneborn	97	1	11h4	Huddinge	30.	3	
9.21	Rebecka Hallerth	96	3	12h3	Sätra	16.	2	
9.24	Melissa Spahic	96	5	13h1	Sätra	14.12		
9.25	Sofie Tholander	93	6	17h1	Sätra	14.12		
9.28	Fanny Skog	96	6	13h9	Sätra	9.	2	
	(20)							
9.35	Frida Ottosson	93	3	15h4	Sätra	9.	2	
9.38	Alicia Westin	97	1	11h3	Västerås	19.	1	
9.41	Nora Johansson	97	2	12h2	Sätra	14.12		
9.44	Blanka Karlberg	96	6	12h3	Västerås	19.	1	
9.46	Louise Åkerlund	97	4	12h1	Sätra	14.12		
9.51	Ella Gerdén-Särman	96	2	12h4	Västerås	19.	1	
9.58	Josefin Havdelin	95	6	13h2	Västerås	19.	1	
9.70	Vendela Tryde	96	7	13h7	Sätra	9.	2	
9.74	Jenny Kåvehed	98	3	11h3	Sätra	14.12		
9.78	Alva Ericsson-Lidbrink	96	5	13h2	Sätra	9.	2	
	(30)							
9.87	Niki Samakovlis	97	3	11h6	Sätra	9.	2	
9.90	Frida Jerneke	92	7	16h3	Västerås	20.	1	
9.97	Karolina Tellman	98	4	11h3	Sätra	14.12		
10.01	Amanda Mix	97	3	11h1	Västerås	19.	1	
10.06	Sophie Svenningsson	97	6	12h4	Sätra	14.12		
10.41	Josefine Åkerstedt	95	8	13h3	Västerås	19.	1	
10.49	Fanny Gustavsson-Fri	95	5	13h1	Västerås	19.	1	
10.50	Sophia Lindgren	97	7	11h6	Västerås	19.	1	
10.53	Ellen Hagberg	99	6	10h1	Sätra	13.12		
10.55	Ella Hagberg	97	6	12h2	Sätra	14.12		
	(40)							
10.71	Antonia Sefton	97	6	11h4	Västerås	19.	1	
10.73	Ellen Ericsson-Lidbrink	96	8	13h10	Sätra	9.	2	
10.78	Amel Said	98	6	11h4	Sätra	14.12		
10.95	Veronica Andersson	97	7	11h3	Västerås	19.	1	
10.99	Josefine Johannesen	97	5	11h1	Sätra	9.	2	

## K 200 m

24.45	Moa Hjelmer	90	1	s2	Malmö/A	24. 2	2475-07
25.66	Gladys Bamane	89	3	C	Sätra	10. 2	2508-06
25.90	Nuulu Ndiwabene	84	3	B	Västerås	20. 1	2521-06
26.99	Anna Sunneborn	70	2	E	Sätra	26. 1	
28.08	Felicia Lundqvist	94	4	14A	Sätra	16. 2	
30.45	Beata Sunneborn	97	1	12B	Sätra	13.12	
30.71	Vendela Tryde	96	3	13E	Sätra	13.12	
31.08	Sofie Tholander	93	3	17B	Sätra	13.12	
31.93	Frida Ottosson	93	4	17C	Sätra	13.12	
32.00	Camilla Welin	93	4	17C	Sätra	13.12	

(10)

## K 400 m

55.30	Moa Hjelmer	90	1	19	Eskilstuna	2. 3	5651-06
-------	-------------	----	---	----	------------	------	---------

## F15 600 m

1:57.71	Sabina Sandberg	93	pen	15	Göteborg/FH	15. 3	
2:06.70	Alexandra Mix	97	2	11A	Västerås	19. 1	

## K 800 m

2:14.86	Marlin Brown	75	6	B	Stockholm/G	21. 2	21108-07
2:52.52	Selam Temesgen Amanuel*	94	7	15C	Sätra	9. 2	
2:57.28	Fanny Skog	96	4	12B	Västerås	19. 1	
3:13.15	Karolina Tellman	98	7	12A	Sätra	14.12	

## F14-17 1000 m

3:24.53	Emma Löf-Hagström	94	6	14	Sätra	17. 2	
3:25.07	Sofia Thomée	91	10	17	Sätra	2. 2	
3:38.81	Johanna Lindström	93	12	15	Sätra	16. 2	
3:39.03	Rebecka Bremler	93	13	15	Sätra	16. 2	
3:40.12	Ella Söderberg	94	9	14	Sätra	17. 2	
3:40.48	Selam Temesgen Amanuel*	94	3	14B	Västerås	20. 1	
3:47.34	Madeleine Segerman	94	6	14B	Västerås	20. 1	
4:15.41	Cornelia Wiebols	94	8	14B	Sätra	13. 1	

## K 1500 m

4:31.3 <sub>m</sub>	Marlin Brown	75	1		Lidingö/B	16. 2	42757-07
---------------------	--------------	----	---	--	-----------	-------	----------

## K 3000 m

10:02.12	Flo Jonsson	78	2		Malmö/A	23. 2	93992-07
10:02.39	Lilian Magnusson	68	3		Malmö/A	23. 2	0
10:49.36	Ann Björklund	71	1		Sätra	23. 2	

## K 60 m häck (84,0 cm)

8.99	Åsa Carlsson	72	1	X	Sätra	23. 2	859-03
9.03	Lisa Rönnkvist	86	3	22	Eskilstuna	2. 3	874-04
9.38	Sara Wilkinson	80	2	h2	Sätra	10. 2	886-03

## F15 60 m häck (76,2 cm)

10.14	Sabina Sandberg	93	pen	15	Göteborg/FH	15. 3	
-------	-----------------	----	-----	----	-------------	-------	--

**F13 60 m häck (76,2 cm)**

12.32	Josefine Havdelin	95	4	13h4	Sätra	2. 2
13.00	Beate Sunneborn	97	6	12	Sätra	17. 2

**K Höjd**

1.83	Jenny Isgren	81	3		Malmö/A	23. 2	187-06
1.79	Anna Alexson	87	2	B	Stockholm/G	21. 2	176-07
1.71	Camilla Westerlund	85	3		Sätra	10. 2	175-07
1.63	Moa Thorstensson	90	1	19	Sätra	27. 1	169-05
1.57	Sabina Sandberg	93	2	15	Sätra	9. 2	
1.42	Julia Sunnegårdh	94	6	15	Sätra	9. 2	
1.26	Fanny Skog	96	12	12	Västerås	19. 1	
1.19	Filippa Nathorst Malmgren	96	9	12	Sätra	16. 2	
1.17	Niki Samakovlis	97	7	11	Sätra	9. 2	
1.16	Alexandra Mix (10)	97	5	11	Västerås	19. 1	
1.03	Ellen Hagberg	99	7	10	Sätra	13.12	
1.02	Nora Johansson	97	19	11	Sätra	9. 2	
0.90	Beata Sunneborn	97	6	11	Eskilstuna	6. 1	

**K Stav**

3.91	Klara Persson	80	4		Malmö/A	24. 2	402-05
3.39	Moa Thorstensson	90	8	19	Eskilstuna	2. 3	334-06

**K Längd**

5.26	Sara Wilkinson	80	3		Sätra	19. 1	
5.20	Åsa Carlsson	72	1	35	Huddinge	9. 2	
4.98	Anna Sunneborn	70	8		Sätra	26. 1	
4.77	Sabina Sandberg	93	3	15	Sätra	13. 1	
4.75	Ida Berglund	94	5	14	Sätra	17. 2	
4.59	Johanna Hermansson	93	7	15	Sätra	9. 2	
4.44	Jessica Hallerth	93	10	15	Sätra	16. 2	
4.35	Felicia Nathorst Malmgren	94	9	14	Sätra	17. 2	
4.31	Emma Hellstadius	91	12	17	Sätra	10. 2	
4.31	Anna Carnbrand (10)	95	14	14	Sätra	14.12	
4.30	Nathalie Nähr	88	19		Sätra	3. 2	
4.29	Ellen Wihlke	91	20		Sätra	3. 2	
4.22	Ida Berglund	94	13	14	Västerås	20. 1	
4.17	Jasmine Edström	90	8	19	Sätra	10. 2	
4.08	Emelie Pettersson	90	9	19	Sätra	10. 2	
4.07	Lillemor Hallman	95	25	14	Sätra	14.12	
4.05	Julia Sunnegårdh	94	18	14	Sätra	17. 2	

**F10-13 Längd (hoppzon)**

4.28z	Beata Sunneborn	97	21	13	Sätra	9. 2	
4.23z	Josefine Havdelin	95	19	13	Västerås	2. 2	
4.22z	Fanny Skog	96	8	12	Sätra	17. 2	
4.21z	Melissa Spahic	96	14	13	Sätra	14.12	

4.01z	Anna Carnbrand	95	39	13	Sätra	9. 2
3.96z	Rebecka Hallerth	96	17	12	Sätra	17. 2
3.96z	Karolina Tellman	98	6	11	Sätra	14.12
3.85z	Camilla Welin	93	11	15	Västerås	20. 1
3.81z	Alva Ericsson-Lidbrink	96	50	13	Sätra	9. 2
3.77z	Ella Gerdén-Särman (10)	96	10	12B	Västerås	19. 1
3.63z	Jenny Kåvehed	98	15	11	Sätra	14.12
3.53z	Alicia Westin	97	7	11A	Västerås	19. 1
3.40z	Blanca Karlberg	96	24	12B	Västerås	19. 1
3.35z	Sophie Svenningsson	97	25	12	Sätra	14.12
3.38z	Vendela Tryde	96	59	13	Sätra	9. 2
3.28z	Fanny Gustavsson-Fri	95	18	13	Västerås	19. 1
3.24z	Josefin Åkerstedt	95	16	13B	Västerås	19. 1
3.21z	Nora Johansson	97	13	11	Sätra	12. 1
3.21z	Louise Åkerlund	97	16	11A	Västerås	19. 1
3.20z	Ellen Hagberg (20)	99	9	10	Sätra	13.12
3.05z	Louise Kleerup	96	32	12	Västerås	19. 1
3.01z	Felicia Andersson	95	18	13B	Västerås	19. 1
2.97z	Veronica Andersson	97	25	11B	Västerås	19. 1
2.82z	Ella Hagberg	97	33	12	Sätra	14.12
2.60z	Ellen Persson (25)	97	21	11	Sätra	12. 1

## K Tresteg

12.28	Sara Wilkinson	80	1		Sätra	27. 1
10.94	Sofia Masrour	91	6	17	Sätra	2. 2
10.01	Jessica Hallerth	93	14	15	Sätra	8. 3

## F13 Tresteg (hoppzon)

8.72	Beata Sunneborn	97	1	11	Sätra	2. 2
------	-----------------	----	---	----	-------	------

## K Kula (4,0 kg)

11.39	Camilla Westerlund	85	1		Huddinge	25. 2
-------	--------------------	----	---	--	----------	-------

## F15 Kula (3,0 kg)

9.21	Sabina Sandberg	93	pen	15	Göteborg/FH	15. 3
------	-----------------	----	-----	----	-------------	-------

## F12–13 Kula (2,0 kg)

10.17	Melissa Spahic	96	2	13	Sätra	13.12
8.18	Josefine Havdelin	95	17	13	Sätra	2. 2
7.25	Fanny Skog	96	9	12	Västerås	19. 1
7.17	Rebecka Hallerth	96	9	12	Sätra	16. 2
6.29	Beata Sunneborn	97	4	11	Eskilstuna	6. 1
5.66	Josefine Åkerstedt	95	23	13	Västerås	19. 1
5.41	Fanny Gustavsson-Fri	95	24	13	Västerås	19. 1
5.33	Louise Åkerlund	97	11	11	Sätra	9. 2
5.11	Jenny Kåvehed	98	13	11	Sätra	14.12

## K Vikt

10 kg

15.01	Karin Engström	83	5	Malmö/A	23. 2	1570-07
13.56	Anneli Ståhl	90	1	Huddinge	29. 1	1243-07
8.29	Camilla Westerlund	86	6	Sätra	10. 2	

9,08 kg (20 lb)

13.92	Anneli Ståhl	90	1	19	Huddinge	29. 1	0
-------	--------------	----	---	----	----------	-------	---

## F15 Femkamp (F15-betingelser)

3.259	Sabina Sandberg	93		Göteborg/FH	15. 3	
	60 m häck 10.14	höjd 1.52	kula 9.21	längd 4.35	600 m 1:57.71	

## K 4x200 m

1:39.36	Spårvägens FK	2	A	Malmö/A	24. 2	
	Lisa Rönnkvist-86, Nuulu Ndiwabene-84, Gladys Bamane-89, Moa Hjelmer-90					
1:57.81	Spårvägens FK – F13	3	13h3	Sätra	9. 2	

# HOLMQUISTS METALL & GRAVYR AB

Etablerad 1937

- Datorstyrd gravyr för skyltar, skalor, instrumentpaneler, utfräsningar och logotyper
- Symbolschemor
- Infärgade eloxalskyltar, metallfoto, screen
- Håltagning i koordinatstansmaskin
- Bearbetar i eloxal, rostfritt, mässing, plexiglas och plast
- Gravyr direkt från CAD-diskett

**08-18 83 50**

**Telefax 744 10 85**

**Årsta Skolgränd 18 • Box 42041 • 126 12 STOCKHOLM 42**

# Kompetensutveckling inom Supply Chain Management

*Inköp/upphandling • LOU • Förhandling  
Logistik • Produktion • E-affärer*

**www.silf.se**

**Silf**  
COMPETENCE

Box 1278 164 29 Kista Tel 08-752 16 70 Fax 08-750 64 10 silf@silf.se



**NIKLAS LÉNART AB**

Tänder belysningen i bussen med  
förkopplingsdon från Wagfors

**Tel 08-93 13 50**

Fax 08-724 83 00



Inte vem som helst kan erbjuda den bredd som Wiklunds Åkeri kan. Vi arbetar snabbt och effektivt med återvinning (containers), styckegods-, bod-, och lång-godstransporter. Mobilkranar och vår unika helikopterservice hjälper dig att göra verkliga lyft. Välkommen till Wiklunds där allt är möjligt.

# WIKLUNDS ÅKERI AB

Huvudsponsor



Klädsponsor



Spårvägens Friidrottsklubb  
Fiskartorpsvägen 2 • 114 33 Stockholm • Tel 08-664 05 65 • Fax 08-664 05 95  
[www.sparvagenfriidrott.se](http://www.sparvagenfriidrott.se)