

40:E ALJ OPEN

(founded in 1978)

När? Lördagen den 8 september 2018 kl 12.00-14.15
Var? Stockholms Stadion
Vem? Spårvägens FK
LOC? Ola Svensson, Kent Claesson, A. Lennart Julin.
Vilka mer? Gunnar Olausson (eltid), Jonas Hedman (prisutdelare, speaker m m) - plus framförallt ett stort antal varvräknare.
Hur? Löpvänligt väder om än aningen varmt (ca 20 grader), soligt, viss vind.

SLUTLIGA RESULTAT

M Ä N

1 0 0 0 0 m

"ALJ MEMORIAL TROPHY"

Heat A

1	David Nilsson	87	Högby IF	30:11.44
2	Muhammad Reza	89	IRI	30:16.87
3	Archie Casteel	96	Spårvägens FK	30:52.09
4	Mathias Ösmark	82	Fredrikshofs FI	32:42.10
5	Claes Theander	75	-	33:42.45
6	Daniel Alemu	97	Spårvägens FK	34:23.55
7	Paul Krochak	75	FK Studenterna	34:31.29
8	Björn Sax Kaijser	84	FK Studenterna	34:41.42
9	Maximilian Lohm Isberg	91	FK Studenterna	34:42.17
10	Martin Gidewall	76	IFK Tumba	34:47.12
11	David Valas	80	IF Linnéa	34:50.96
12	Mikael Svedjeholm	79	Fredrikshofs FI	34:51.23
13	Thibault Niederhauser	98	SUI	36:03.49
14	Herman Degselius	73	FK Studenterna	36:20.61
15	Axel Lönnqvist	81	Hässelby SK	36:23.96
-	Simon Gudmundsson	92	Falu IK	bröt
-	Tobias Persson	88	Falu IK	bröt
-	Christofer Salmén	81	Terrible Tuesdays TC	bröt
-	Andreas Lundegård	86	FK Studenterna	bröt
-	Johannes Fahlström	85	FK Studenterna	bröt
-	Dennis Olsson	97	Spårvägens FK	bröt
-	Isak Hellström	91	FK Studenterna	bröt
-	Mikaela Larsson	85	Spårvägens FK	bröt
-	Amaury Gouverneur (hare)	97	BEL	bröt

1000m Gouverneur 2:59.4m, Casteel 2:59.7m, Reza 3:00.5, Nilsson 3:00.7m, Gudmundsson 3:12.8m, Hellström 3:13.1m, 3:13.4m, ... Larsson 3:22.2m.

2000m Gouverneur 6:01.6m, Casteel 6:01.8m, Reza 6:02.5m, Nilsson 6:02.8m, Gudmundsson 6:27.4m, Hellström 6:27.6m, Ösmark 6:27.9m, Salmén 6:34.6m, Persson 6:34.8m.

3000m Casteel 9:05.2m, Nilsson 9:05.4m, Reza 9:05.7m, Hellström 9:41.7m, Gudmundsson 9:42.0m, Ösmark 9:42.3m, Persson 9:56.8m, Salmén 9:57.1m, Lundegård 10:00.3m, ... Olsson 10:04.8m, ... Larsson 10:09.1m.

4000m Nilsson 12:09.9m, Reza 12:10.2m, Casteel 12:10.5m, Hellström 12:55.7m, Ösmark 12:56.0m.

5000m Reza 15:13.5m, Nilsson 15:13.7m, Casteel 15:14.0m, Ösmark 16:10.2m, Hellström 16:10.7m, ... Larsson 17:18.8m.
 6000m Casteel 18:18.4m, Reza 18:18.7m, Nilsson 18:19.0m, Ösmark 19:25.7m.
 7000m Nilsson 21:21.1m, Reza 21:21.4m, Casteel 21:24.8m, Ösmark 22:43.4m.
 8000m Reza 24:22.0m, Nilsson 24:22.3m, Casteel 24:34.
 9000m Nilsson 27:24.3m, Reza 27:24.6m.

Belgaren Gouverneur hjälpte David, Muhammad och Archie med farten första 2½ kilometerna med sikte på ett ned-mot-30-blankt-upplägg. Sedan fick de tre huvudpersonerna själva dela på tätjobbet och man fortsatte med stabil 3:04-fart upp till 6000 m.

Sedan började David speeda upp något och Archie tvingades släppa medan de andra två samarbetade fram till en kilometer kvar. Då stack David och med två avslutande 68-rundor landade sluttiden på 30:11.44.

Tittar man på halvorna hade inte bara David (15:13.7/14:57.8) utan också Muhammad (15:13.5/15:03.4) klart "negativa splits".

Kuriosanotis: Davids mamma Katarina (Tornegård) vann kvinnliga 5000m-loppet vid ALJ Open 1981 och de blir därmed första 2-generationsvinnarna i tävlingens 40-åriga historia. Katarinas segertid då – 17:00.65 – hade f ö räckt till seger mer hälften av åren (inkl alla på 2000-talet)!

Heat B

1	Viktor Zackrisson	00	Enhörna IF	34:49.33
2	Claes Winterfeldt	71	Spårvägens FK	35:59.30
3	David Nilsson (hare)	87	Högby IF	36:20.12
4	Anders Szalkai	70	Spårvägens FK	36:20.47
5	Louise Wiker	79	Hässelby SK	36:28.84
6	Fredrik Bernsmed	89	Fredrikshofs FI	36:38.96
7	Oskar Lundahl	81	Fredrikshofs FI	37:34.68
8	Edita Maggi	85	Fredrikshofs FI	37:45.90
9	Lorenzo Nesi	65	FK Studenterna	37:46.93
10	Christoffer Olsson	88	FK Studenterna	37:55.23
11	Anders Nyström	76	TC Running Stockholm	38:35.06
12	Anton Helgman	93	IF Göta Karlstad	39:30.68
13	Magnus Dahlin	69	FK Studenterna	40:23.85
14	Andreas Bylund	77	FK Studenterna	40:29.09
-	Jörgen Lindh	69	LK Roslagen	bröt
-	Per Gysing	60	FK Studenterna	bröt
-	Nathan Tanner Malmén	77	Enhörna IF	bröt
-	Anna Jonsson	86	FK Studenterna	bröt

1000m Zackrisson c3:25.
 2000m Zackrisson c6:50.
 3000m Zackrisson 10:20.5m, Nilsson 10:42.0m, Szalkai 10:42.3m, Winterfeldt 10:42.6m, Wiker 10:42.9m, ... Maggi 11:01.2m, ... Jonsson 11:35.3m.
 4000m Zackrisson c13:49, Nilsson c14:17, Szalkai, Winterfeldt, Wiker.
 5000m Zackrisson c17:20, Nilsson c17:54, Szalkai, Winterfeldt, Wiker.
 6000m Zackrisson c20:50, Nilsson c21:31, ...
 7000m Zackrisson c24:19, Nilsson c25:13, ...
 8000m Zackrisson c27:55, Nilsson c28:51,
 9000m Zackrisson c29:25.

18-årige debutanten Viktor gjorde ett sololopp i täten från start till mål med km-tiderna tätt samlade kring 3:25/3:30 hela vägen.

A-heatvinnaren David hoppade in som farthållare åt Anders S (f ö A-heatvinnare 1999!) och dennes kompis Claes vilka siktade på "dröm-36". Claes fixade målet med sju tiondelars marginal medan Anders S hamnade tjugotalet sekunder över.

K V I N N O R

5 0 0 0 m

"Owe Memorial Trophy"

1	Jessica Österberg	81	Spårvägens FK	17:58.56
2	Malin Gibrand	81	FK Studenterna	18:32.08
3	Weronika Brzuchalska	93	FK Studenterna	19:33.12
4	Helena Edling	74	FK Studenterna	19:33.92
5	Åsa Nylander	67	FK Studenterna	19:51.19
6	Emilia Todorovska Elias	88	FK Studenterna	19:59.28
-	Louise Berlin	87	FK Studenterna	bröt
-	Sara Lidjan	80	FK Studenterna	bröt

1000m Österberg 3:28.57, Gibrand 3:35.19, Brzuchalska 3:40.44, Edling 3:42.28, Todorovska Elias 3:47.60, Nylander 3:50.84, Berlin 4:03.81, Lidjan 4:10.1m.

2000m Österberg 7:01.8m, Gibrand 7:15.4m, Brzuchalska 7:34.6m, Edling 7:35.2m, Todorovska Elias 7:44.7m, Nylander 7:49.3m, Berlin 8:10.4m, Lidjan 8:46.2m.

3000m Österberg 10:40.78, Gibrand 10:59.70, Brzuchalska 11:38.03, Edling 11:38.46, Todorovska Elias 11:49.66, Nylander 11:53.74, Lidjan 13:31.69.

4000m Österberg 14:24.2m, Gibrand 14:48.6m, Brzuchalska 15:41.3m, Edling 15:41.6m, Nylander 15:56.8m, Todorovska Elias 15:57.9m.

Fjölårsvinnaren Jessica tog nu direkt kommandot och släppte det aldrig. Hon tappade litet fart på tredje och fjärde km i sin ensamhet men växlade upp igen på slutet.

Generellt sett etablerade sig de inbördes positionerna i stort sett direkt efter start och den enda omkastningen under loppet var faktiskt när Åsa strax före 4000 m hade fångat in och passerat Emilia. Däremot kunde Weronika – med varierande marginal – hålla Helena bakom sig hela vägen in i mål.