

I F K   E n s k e d e s   k l u b b t i d n i n g

# EKOT

---

Nummer 4    Augusti 2002    Årgång 65



---

## Innehåll

Information om Lidingöloppet

Ungdomssidan

UK-sidan

Rapporter från:

- Jukola
- Eskilstuna Weekend
- Femdagars
- Midnattsloppet

Fasta avdelningar: Resultat, kilometertidscupen, mästartröjan, träningsprogram

## IFK ENSKEDE 2002

Redaktion: Fredrik Hedin tel. 08 - 658 59 54  
Hornsgatan 71 fax. 08 - 10 07 75  
118 49 Stockholm  
e-post: b94\_hel@b.kth.se

Josefin Andersson 604 92 26  
Mats Eriksson 648 77 51  
Sofie Ericsson 686 09 04  
Mona Forslund 712 24 15  
Hedersredaktör: Gunnar Persson 773 10 44

Internet: [www.ifkenskede.se](http://www.ifkenskede.se)

Telefonsvarare: 08 - 39 43 69

Postgiro: 60 18 57 - 6

Medlemsavgift: 100 kr  
Familjeavgift: 250 kr  
Tävlingslicens: 150 kr (endast för medlem över 21 år)

### Styrelse

Ordförande Mona Forslund 712 24 15  
Sekreterare Lena Alsheden 659 32 67  
Kassör Pär Hedlund 570 403 11  
Ledamöter Per Bengtsson 649 86 14  
Patric de Boussard 648 48 10  
Bo Hedlund 648 25 34  
Suppleanter Mats Eriksson 648 77 51  
Gunnar Persson 773 10 44

### Revisorer

Ordinarie Gert Forsberg 742 16 26  
Stefan Sallstedt 33 53 89  
Suppleant Jan Frödin 777 41 74

### Funktionärer

Träning/tävling Patric de Boussard 648 48 10  
Arrangemang Bo Hedlund 648 25 34  
Ungdom Per Bengtsson 649 86 14  
Information Mats Eriksson 648 77 51

Tävlingssekreterare Roland Persson 500 270 75  
Statistik Elisabeth Svärd 659 54 39  
Medlemsregister Gunnar Åsell 649 53 65  
Utbildning Mona Forslund 712 24 15  
Klädförsäljning Bo Hedlund 648 25 34  
Kartansvarig Per Lindskog 659 32 67  
Kartförsäljning Bo Hedlund 648 25 34  
Elitkontakt Roland Persson 500 270 75  
Uttagning Ulf Persson 724 81 35  
Valberedning Fredrik Hedin 658 59 54

---

## Inledningsord

Utomhus är det strax under trettio grader. Inomhus är det ungefär lika varmt. Det är knappt att man kan skriva de här raderna utan att svetten börjar rinna längs ryggen. Men, äntligen är arbetet med det nya numret av Ekot klart. Det är något försenat, men vi hoppas att det digra innehållet uppväger detta.

Trots att det varit sommar har vi inte legat på latsidan utan tränat och tävlat flitigt. Givetvis finns det utförliga rapporter om dessa tävlingar i detta nummer.

Två av våra duktiga ungdomar har varit på två läger i sommar. Hur det var på dessa läger berättar de två på ungdomssidorna.

Idén att ta bort resultaten och hänvisa till internet var nog bäst i teorin. Därför har vi tagit med dessa igen, och det blev en hel del. Bland annat finns femdagarsresultaten med.

En rolig nyhet är att vi äntligen fått en ny hemsida, som Mats Eriksson kämpat med sedan förra året. Mer om detta kan ni läsa på sidan 5.

Glöm inte att anmäla er till årsfesten som arrangeras lördagen den 7 september.

*Redaktionen*

---

## Ordförandes rader

Vilken sommar!

Ingen kan väl klaga på dåligt väder denna sommar, även om det råkade regna just under O-ringen-veckan i Västergötland. Själv har jag mest legat i hängmattan när jag inte har rensat ogräs. Men rykten har nått mig om framgångar vid 5-dagars. Tre etappsegrar: 2 för Gunilla Glanshed och 1 för Annika Granström samt som kronan på verket - totalseger för Gunilla Glanshed i D55 motion. Grattis!

Nu ser vi fram emot en spännande höst. Hoppas alla laddat batterierna och är sugna på att tävla. Säsongen rivstartar med DM-tävlingarna nu i slutet av augusti och sedan har vi vår egen tävling Natti Natti onsdagen den 4 september. Har du inte redan blivit

tillfrågad om en arbetsuppgift, hör av dig till Christer Hedin, tel 659 97 19. Vi hoppas på fler deltagare igen.

Ett orosmoln är att gymnastiksalen i Enskede skola ska repareras och är stängd fram till mitten av november. Vi hoppas hitta en annan skola att vara i.

Kom med och träna och tävla – du behövs! Dels är det roligare ju fler vi är på träningarna/tävlingarna dels ska vi även i år ha två lag på 25-mannabudkavlen lördagen den 5 oktober.

Vår huvudträningskväll är torsdagar vid Kärrtorps IP. Hoppas få se även dig där i höst!

*Mona Forslund*

### **NÄSTA NUMMER AV EKOT...**

...utkommer i slutet av oktober och har därför manusstopp den 20 oktober.

Skicka det material ni vill ha med i Ekot till Fredrik Hedin, adress hittar ni på föregående sida.

---

## Notis

### SOMMARSERIEN

Tisdagen den 9 juli arrangerade Enskede en våldsam deltävling av sommarserien. Inte nog med att de tävlande trängdes vid iritningen av banorna. En löpare dök på målpersonalens bord som gick mitt itu. Och vad säger människan? Jo, "förlåt", på ett sätt som liknade en skadeskjuten hare. En annan löpare blödde ymnigt från armen, men tyckte att det nog inte var så farligt, "det är nog bara en liten rispa".

Hur som helst så var det nästan 200 startande, i ett strålande sommarväder. Fredrik H lade banorna, Christer H hjälpte till med rekognosering och Bosse hjälpte till med utsättning och intagning av kontroller. Alla tre hjälptes åt att sköta start, tidtagning och försäljning av kartor.

---

## BingoLotto

Efter sommaruppehåll startar BingoLotto igen lördagen den 24 augusti. Som ansvarig för försäljningen vill jag framföra ett STORT TACK till följande medlemmar som troget köper/säljer varje vecka:

Stig Forslund	8 lotter	Curt Balck	2 lotter
Roland Persson	5 lotter	Gunnar Persson	2 lotter
Sara Thomsen	4 lotter	Fam Österman	1 lott
Ulla Eriksson	4 lotter	Fam Svärd	1 lott
Gösta Johansson	4 lotter	Bosse Hedlund	1 lott
		Hugo Isgren	1 lott = 33 lotter

Återstår alltså 52 lotter att sälja. Jag hoppas fler medlemmar kan hjälpa till nu i höst. Prenumerationslotter är ett jättebra sätt. Då säljer du en lott/vecka för fyra veckor framåt samtidigt. Fråga grannar och på jobbet. Många fler än man tror spelar faktiskt på BingoLotto.

Och snart är det vår tur att sälja en storvinst... Vår högsta vinst hittills är ett resepresentkort på 10.000 kronor. Under våren har vi sålt 4 st 1000 kr-vinster, 3 på Guldfynd och 1 på Stadium.

Klubben får 17 kr per lott. 85 BingoLottoer per vecka blir över 55.000 kronor på ett år. Pengar som vi använder till fria startavgifter och att subventionera resor och läger med.

*Mona Forslund*

---

## Natti Natti 2002

Onsdagen den 4 september arrangeras årets Natti Natti. Om du inte redan fått en uppgift, kontakta tävlingsledaren Christer Hedin så får du garanterat något att göra, om än kanske bara en liten uppgift. Fast det är oftast de små

detaljerna som gör att det blir en bra tävling. Vårt mål är som alltid att arrangera en bra och rolig tävling som alla deltagare vill återkomma till.

*Christer H*

Tel: 659 97 19

E-post: ch.hedin@telia.com

---

## Nya SyberEkot

Efter mycket arbete är äntligen nya SyberEkot klar. Orsaken till att det dragit ut på tiden är att det varit svårt att hitta en stabil webserver att ha hemsidan på. Detta löstes dock genom Mats Larssons arbetsplats, där vi nu har en dator stående. Datorn behövde dock lite delar innan den var klar och plötsligt var sommaren här och tiden gick.

Alla medlemmar i klubben som vill, kommer att få ett login till sidan så att man använda alla funktioner. Ni kan även lägga upp information om er själva, såsom adress, telefonnummer och personlig beskrivning. Om ni vill att dessa uppgifter ska kunna ses av utomstående kan ni välja det. Annars kan bara medlemmar som är inloggade se uppgifterna. Jag har ännu inte lagt in alla i systemet, utan jag tänkte göra det lite efterhand. Kontakta mig (gärna per epost, mats@eriksson.name) så fixar jag ett login åt er.

Det är naturligt att allt inte kommer fungera perfekt så här i början. Hittar ni några buggar

så kontakta mig snarast så jag kan åtgärda dem. Sen vill jag gärna ha synpunkter på sådant ni saknar eller vill ska ändras. För att sidan ska se ut som det är tänkt krävs Internet Explorer version 4 eller senare, Netscape version 6 eller senare och med Opera version 6 eller senare. De flesta använder nog Internet Explorer och har ni en riktigt gammal version kan jag starkt rekommendera att ladda ner en nyare. Det går att surfa med Netscape 4.7, men det ser åt fanders ut.

För att sidan ska bli mer levande behöver vi hjälp med att administrera sidan. Kontakta därför mig eller Fredrik H om du vill hjälpa till. Man behöver absolut inte ha pluggat programmering i tre år på en högskola för att hjälpa till.

Adressen är som vanligt: [www.ifkenskede.se](http://www.ifkenskede.se)

Mats

---

## Fem frågor

Till Roger Nitsche som efter många år av övertalningsförsök äntligen bestämt sig för att byta IFK-förening, från Lidingö till Enskede. Nu har det dock krypit fram ett rykte som placerar honom i Göteborg. Men vi börjar väl från början:

Roger N: -Vem är du?

Roger: -Roger Nitsche, 31 år. Utflyttad Dalmas som sprungit för Lidingö i 8 år. Håller självklart på Bajen i fotboll och bandy, men överger aldrig Leksand i hockey...

Roger N: -Varför Enskede?

Roger: -Självklart för alla trevliga och skojiga människor i klubben. Samt för att få springa alla de stora och små kavlarna.

Roger N: -Så varför flyttar du då från Stockholm till sillstryparna i Göteborg?

Roger: -För att under ett år plugga journalistik på universitetet.

Roger N: -Mål med ditt idrottande?

Roger: -Ha roligt både när jag tränar och tävlar

Roger N: -Andra intressen?

Roger: -Emma, klättring, musik

### MENADENS VISDOMSORD

*"Björnar är snälla, men kan vara jobbiga om man klappar dem för hårt. Då är det bara att attackera dem." Aaron, 6 år, om hur man ska hantera farliga djur man kan möta i vildmarken.*

---

## UK-sidan

Höstsäsongen har nu börjat i och med Lidingös tävling söndagen den 11 augusti och snart är det dags att anmäla lag till de första kavlarna.

Nästa budkavle som är aktuell är DM-budkaveln. Den går lördagen den 31 augusti i Rudan. Det finns ett stort antal klasser att välja på och här är banlängderna för vissa klasser:

D21 6.0-4.0 6.0 km

H21 10.0-7.0-7.0-10.0 km

Ö17- 3.5 km-3.5 km-5.0 km (ingen gaffling)

Under sommaren har det också funnits intresse för att springa SM-budkaveln i år. Tävlingen går söndagen den 21 september utanför Norberg. Vi räknar med att anmäla ett damlag och ett herrlag.

Banlängder:

D21 8.2-5.6-8.2 km

H21 11-8.7-8.7-11 km

Intresseanmälan för kavlarna ovan skickas till mig eller Roland. Anmälan till 25-manna (5 oktober) tas också emot, men där är det snarare viktigare att anmäla om man inte kan vara med.

ulf.persson@mbox365.swipnet.se

roland.persson@mbox317.swipnet.se

När det gäller träning så börjar vi med att träna i Kärrtorp på torsdagarna som vanligt. Jag vill också rekommendera Telia/Ericssons träningskubb på onsdagar. Dessa håller på ända in i oktober. Tyvärr ska Enskede skola renoveras i höst och ännu är det inte klart med någon reservlokal. Om vi får en reservlokal börjar vi vid denna fråga torsdag 26 september.

*UK Uffe*

---

## Lidingöloppet

Nu är det dags att anmäla sig till arbete med Vätskekontrollen vid Fågelöudde

Tiden är kl 12.30-16.15

Arbetet är att serva löparna med:

Dricka (blåbär, sportdryck, vatten), bullar, bananer och gurka

Hör av er till mig:

Rolle Persson

Telefon: 500 270 75

E-post: roland.persson@mbox317.swipnet.se

Senast 22 sept



# Årsfest



7/9-2002

IFK Enskede

Välkommen till  
Hellasgården

Kl. 17.00

## Kräftknyttis

### Medtag

Oömma kläder

Kräftor (eller vad som önskas)

Dricka

Partyhumör!!!

### Program

Välkomstdrink

Burträskbingo

KRÄFTKALAS

Kaffe

FEST!!!

### Anmälan

Senast den 1/9

Till Sofie

08-686 09 04

sofie\_ericsson@hotmail.com

Eller Josse

08-604 92 26

josefin.andersson@zeta.telenordia.se



---

## Ungdomssidorna

### RIKSLÄGRET 2002 2-7 JULI

#### 2 juli, tisdag

Efter mycket planering avgick äntligen bussen till Idre Fjäll från City Terminalen som var full med nervösa ungdomar, däribland Anna och jag. Framför oss på bussen sitter Malin och Emelie från Haninge SOK som berättar att vi ska sova i samma stuga som de. 7 timmar tog den ganska sega bussresan och när vi äntligen var framme duggade det, och i luften var det bara 10 grader.

Stefan som skulle vara vår ledare under lägret, också han från Haninge, checkade in och vi fick en av de bästa stugorna. Vi hoppade över eftermiddagens träning och packade upp i lugn och ro och lärde känna alla från Haninge.

Kl. 20.00 var det start för Stadjans hemlighet. Stadjan är ett berg bredvid Idre som är ca 1300 m högt. Vi hade blivit indelade i lag som vi skulle gå i, och det gick ut på att plocka poäng genom att gå till kontroller som var olika mycket värda och göra samarbetsövningar. Ju fortare man gjorde övningarna desto mer poäng fick man. Det gick också ut på att hitta kontroller med ledtrådar för att kunna lösa hemligheten. Bonuspoäng kunde man få om man såg ringar ute i skogen. Min grupp gjorde en bana förbi ledtrådskontroller och samarbetsövningar som vi skulle följa.

Vi tog några kontroller och fick ledtråden "bakdel". Vi gjorde också en samarbetsövning som vi bara fick 7 poäng på. Max kunde man få 20. Vi tog en till ledtråd som var "nisse" och kom fram till att hemligheten var "rumpnisse" vilket senare visa sig rätt.

Efter 2 mil, skavsår på båda fötterna och 2 till ganska misslyckade samarbetsövningar så var det målgång kl. 12. Om man kom senare blev det poängavdrag.

Vi gick tillbaka till stugan, duschade, åt lite och pratade om hur det hade gått för våra lag och sen gick vi och lade oss.

#### 3 juli, onsdag

Nästa morgon var det upp tidigt. Vi skulle till Norge och springa. Vi åt frukost och hämtade matsäck vid lastplatsen som bestod av

pastasallad. Bussen gick ungefär kl 9 och två timmar senare var vi framme i Rörås.

De flesta skulle springa budkavle men den var inte jag och Anna anmälda till så vi sprang individuellt i stället. Banan fick vi redan när vi kom, och inte en minut före starten som vi brukar. Men så var vi i Norge också. Banan var lätt och det var t.o.m. snitslat mellan två kontroller för att det inte fanns någon stig att följa. Efteråt bytte vi om, men i Norge duschar man inte efteråt så det fick bli skogen.

När vi ätit matsäcken fortsatte resan till Humlefjäll där World Cup skulle springas. Det var budkavle.

Jag som aldrig har tittat på World Cup förut tyckte det var roligt men lite långtråkigt mellan varvningar och växlingar.

På hemresan var det allsång i bussen och när vi kom fram var alla trötta.

#### 4 juli, torsdag

Dagen började med träning. För mig gick det så där och jag var inte riktigt nöjd. Vi hade fått aktivitetskort som vi fick göra saker gratis med, så efter lunch spelade vi minigolf. Anna vann, Malin kom 2:a, jag 3:a och Emelie sist. Men vi hann inte spela klart förrän det var dags för nästa träning. Så jag skulle ha vunnit.

För min del gick det uselt. Jag bommade varenda kontroll och till sista tappade jag riktningen och tog inte den kontrollen. Senare på eftermiddagen spelade vi kort och på kvällen var det disko.

#### 5 juli, fredag

Träning igen på morgonen. Det regnade men det gick ändå bra att springa. Vi var trötta så vi hoppade över eftermiddagens träning och spelade bowling i stället. Men det hann vi inte heller spela klart för Anna kastade klotet när spärren var nere så några lysrör på den gick sönder när den träffades av klotet, och det blev glas över allt. (Det var roligare än det låter.)

Senare på eftermiddagen åkte vi ner till Idre by för att titta på World Cup Short Distance. När vi åkte hem hade bussen åkt med ett lass upp till Idre fjäll så alla Sthlm:s klubbar var busslösa. Den skulle komma tillbaka om 30



min, men så lång tid orkade ingen vänta, så vi började lifta. Det tog inte lång tid innan de första fick napp och några från Järila fick t.o.m. lift med svenska landslaget. Så tur hade inte jag, men jag kom hem i alla fall.

### **6 juli, lördag**

Träning igen på morgonen. Vid 13.30-tiden var det lägerbudkavle. Det gick ut på att få ett startkort att gå runt en bana på 13 kontroller så snabbt som möjligt. Allt var tillåtet utom att plocka ner kontrollerna. Det var samma lag som under Stadjans hemlighet och 2 sträckor med 3 personer på varje. Jag sprang den andra så det blev en nervös väntan. När vi äntligen kom ut tog en kille de 8 första kontrollerna och sedan tog han och en annan kille de sista och jag sprang tillbaka till målet. Där möttes vi upp och gick i mål som 8:a.

## **HD14 – LÄGER PÅ DOMARUDDEN, 7-9 AUGUSTI**

När jag och Sara anlände till Domarudden träffade vi till vår förvåning Mona där. Hon skulle lämna en pannlampa till Sara som hon kunde ha på den kommande natträningen. När hon och andra föräldrar hade åkt presenterade sig ledarna och vi blev inplacerade på våra rum.

Redan tidigare kände jag några av deltagarna här, men Garry (överledaren) upplyste oss om att efter lägret skulle vi kunna namn + klubb på alla.

Efter att ha bäddat och sett sig omkring lite var det dags för första träningen. Alla hade blivit inplacerade i olika träningsgrupper. Varje grupp hade varsin ledare som skulle följa upp oss och se till att vi lärde oss någonting. Till min lättnad slapp jag bli uppföljd det första passet som började med stjärnorientering följt av en bana kring sjön.

På kvällen var alla med i "Garrys lekar" som idag innehöll olika kluringsövningar. Sedan när det äntligen blev mörkt satte natträningen igång. Det var två kortare slingor varav min tränare, Natalie, följde upp mig på den ena.

Nästa morgon vaknade jag som många andra med en enorm träningsvärk. Efter att ha ätit frukost fortsatte dagen med två träningspass

Ganska bra med tanke på att det var 60 lag med.

### **7 juli, söndag**

Den sista dagen avslutades med rikslägersprinten. Första start gick 8.45 och sedan fick man starta när man ville. Det var en jobbig bana med mycket upp och ner och för mig gick det inge bra. Efteråt städade vi ut stugan och gick och tittade på World Cup Ultra Long Distance. Publikkontrollen låg högst upp på Idre fjällstopp så man fick åka lift upp och ner.

Vi åt lunch, och sedan var det dags att åka hem. Det hade varit ett intensivt men roligt läger som jag nog kommer att åka på igen och då hoppas jag att fler från klubban vill följa med.

*Sara Thomsen*

då vi tränade sista säkra och att tänka "baklänges".

På kvällen fortsatte "Garrys lekar" med lite låtskrivning. Vi skulle sen framföra låtarna på beach partyt senare på kvällen. När alla framfört sina otroligt "bra" låtar fick vi grilla lite korv.

Nästa dag var det dags för en sista riktig träning innan vi skulle städa och packa ihop. Och efter lunch var det äventyrsstafetten som skulle gå av stapeln. Den var ett sista delmoment i "Garrys lekar". Det blev jaktstart efter hur mycket poäng man fått i tidigare grenar. Växlingen var lite speciell, där fick man välja om man skulle växla med handtag famntag klapp eller kyss. Så klart gav de olika växlingsätten olika mycket poäng.

Slutligen fick alla en lapp från sin ledare där det stod vad hon tyckte man var bra på och vad man behövde träna mer på.

I det stora hela tyckte jag att lägret var jättekul. Man tränade och lärde sig mycket samtidigt som man fick nya kompisar.

*Anna Svärd*

---

## Asikkala-Jukola 2002

Årets Jukola gick i Asikkala, ett par mil utanför Lahtis, som i sin tur ligger en dryg timmas bussfärd från Helsingfors. Enskede skickade ett dam- och ett herrlag.

Som en del kanske minns var vi på plats även förra året. Damlaget utgick (vi utelämnar detaljerna med tanke på Karins lidande) medan herrlaget fick en måttlig placering på 389:e plats. Inför detta Jukola var aldrig målet officiellt uppsatt men i damlaget var man beredd att kämpa till sista blodsdroppe för att fullfölja, medan vi i herrlaget nog ville klara oss under plats 300. Vi var medvetna om att vi hade ett svagare lag än förra året. Uffe stannade för första gången på många år hemma, och träningsdosen hos oss andra var, som jag uppfattade, lite sämre än vad den kunde varit.

Samlingen började som vanligt på Siljaterminalen. Om båtresan finns inte mycket att säga, vi gick och la oss väldigt tidigt tidigt efter att ha inhandlat lite godsaker på tax-freen och sippat på ett par öl i baren. I år åkte man till Helsingfors, vilket innebar en längre båtresa och möjlighet att sova ut ordentligt.

Bland de allra viktigaste faktorerna för hur en sådan här tillställning artar sig är ju vädret, så är det bara. Regnar det konstant får man sitta i tältet och tjura, är det soligt kan man sitta ute och jäsa medan damerna sliter runt på sina sträckor. Själv hade jag kollat upp väderrapporten på nätet och hade inga ljusa förväntningar. Enligt denna skulle det regna från fredag till lördag. Blåögd som jag var trodde jag på detta och hade lämnat alla kläder anpassade för varmt väder hemma. Sålunda sken givetvis solen för fulla muggar när vi klev av färjan. Ett par timmar senare var vi framme vid tävlingsplatsen i Asikkala. Nu hade solen gått i moln och man kunde befara det värsta.

TC med tältförläggning var lokaliserad bredvid startbanan på ett mindre civilt flygfält. Det var ett stort men kompakt område. Som vanligt var allting mycket redigt uppsatt.

Den riktigt stora frågan i år var huruvida vi skulle få möjlighet att se åttondelsfinalen i VM mellan Sverige och Senegal. Patric hade redan innan tävlingen hört sig för om detta, och blivit underrättad om att man skulle ha en TV i öltältet. Planerna för hur man skulle få en plats vid TV:n inne i tältet (som skulle hålla stängt på natten) var långtgående. Han hade tänkt ta

sovsäcken dit efter sitt lopp och sova utanför. Det visade sig dock att TV:n i öltältet var en liten 14-tummare. Vi var tvungna att hitta någon bättre lösning. Precis som förra året hade arrangörerna en storbils-TV uppsatt vid målområdet. Här visades jukola-TV, dvs någon sorts mix av förvarning och allmän info om tävlingen. Man blir ordentligt imponerad när man ser vad finnarna åstadkommer. Arrangemanget är riktigt riktigt redigt, och de måste ha många gånger fler funktionärer än vår svenska motsvarighet, 10-mila. Hur som helst försökte vi (och säkerligen många med oss) övertyga arrangörerna om att det enda rätta vore att visa matchen på storbils-TV:n. Vi fick ett "kanske" till svar och fick nöja oss med detta tills vidare.

Alla hade sina egna lösningar på matfrågan. Några hade med sig spritkök och ordentlig mat, andra (läs: Mats) körde pastasallad dygnet runt medan vissa hade snott några mackor och ett (vid det här laget krossat) ägg på frukostbuffén. Godis var dock ett ganska genomgående inslag så snart damerna börjat gå i mål.

Nina bestämde sig på TC för att stå över. Hon var lite förkyld och tyckte att när vi ändå hade med en reserv kunde hon vila. Det innebar att Sofie gick in på andrasträckan och de övriga tjejerna fick ta en bana med ett snäpp större storlek. Åsa Persson, som gjorde sin debut i Enskede på Halikko förra året, var dock redan på förhand utnämnd till förstasträckslöpare. Merparten av Enskedes herrar såg dock inte damstarten; man hade lyckats få bra platser framför 14-tummaren lagom till matchen Danmark-England. Det var rejält med folk framför den lilla TV:n. Under tiden gjorde Åsa ett bra lopp och kom in 10 minuter efter täten. Hon verkade lite missnöjd i början men insåg snart att det var en bra prestation. Snacket om jobbig terräng besannades. Det pratades om mycket sly och väldigt jobbiga gropområden i närheten av TC.

Vädret upp och solen började skina. Ibland känns det faktiskt riktigt skönt när väderrapporten inte stämmer. Precis som förra året kunde vi njuta av solen på liggunderlagen utanför tältet. På sträcka två och tre tappade Sofie och Jossan helt naturligt en del placeringar i avsaknad av löpstyrka, men gjorde ändå godkända lopp. Karin kråmade sig dock lite över att behöva springa 8 km medan hon låg och vilade sig i solen. Hon gjorde dock

ett lopp ungefär som vi beräknat. Vi hann alldeles lagom komma till upploppet och heja in henne. Nästan 100 platser tog hon vilket förstås är bra, även om det mest var tanter hon hade att tampa med. Damlaget slutade på plats 467, ganska precis två timmar efter vinnarna.

I övrigt var det inte mycket aktiviteter på kvällen. Vi vilade och åt lite. När solen inte längre värmdde lade de flesta sig i tältet för att sova några timmar innan det var dags för respektive sträcka. Patric hade haft lite kval över om han skulle springa med pannlampa eller bara ett mindre kartlyse, men bestämde sig till slut för pannlampa. En stund efter att Patric startat kom folket som sett starten tillbaka med glädjande nyheter: Man tänkte visa matchen på jumbotronen. Ett glatt besked till Patte, som gjorde ett mycket bra lopp och kom in 210:a, 11 minuter efter täten. På andrasträckan hade vi Ove, som trots ett bra lopp på den föregångna helgens lång-KM inte riktigt var tränad för några längre sträckor. Han tappade drygt tio minuter mot den placering han gick ut på efter en större bom och kraftig utmattning mot slutet. Lars Hjulström sprang långa natten och var kanske inte heller förberedd på en lång sträcka. Problemet var ju inte bara att det var långt, utan även att terrängen var väldigt tung. Bland det värre jag sett i liknande sammanhang. Lasse tappade tio platser efter att även han krokmat mot slutet. Petta på den första av de korta sträckorna gick som det var tänkt och plockade tillbaka de tio platserna. Den andra kortsträckan sprangs av undertecknad. Det gick riktigt bra och jag kunde plocka 60 platser. Perka missade tyvärr växlingen med några minuter. Men vi konstaterade att vi nu var kvitt eftersom jag missade växlingen från honom på 25-manna förra året. Perka gjorde ett bra lopp men fick kämpa rätt hårt och gick jämt med konkurrenterna. Vi låg inför sista sträckan 295:a. Kricke hade ganska precis två timmar på att ta sig runt sin sträcka för att hinna se matchen.

Lagom till dess att Patric eventuellt skulle kunna gå i mål traskade vi ner till planen framför jumbotronen med varsin liten väska

tax free-öl. Solen sken och det var riktigt varmt och behagligt. 11 minuter in i matchen gjorde Henke 1-0 och ett enormt jubel bröt ut på TC. Patric och någon till sprang ett ärevarv med den enorma flagga han tagit med sig. Det dröjde ytterligare några minuter innan Kricke kom. Han hade missat en del på slutet och tappade några placeringar ner till 322:a. Han kom in i slutet av en klunga; 30 sekunder bättre tid hade inneburit en 309:e placering. Precis som i fotbollen är det små marginaler som avgör (ok ok, jämförelsen var dålig). Alla vet vad som hände sedan. Senegal kvitterar i första halvlek, Sverige spelar mer eller mindre ut dem i andra halvlek och förlängningen, håller på att göra VMs snyggaste mål... men det slutar med pannkaka ändå.

*Något* besvikna gick vi tillbaka till tältet för att packa. Nu började det regna lite smått. I samma ögonblick ringde Patrics telefon. Det var Johan Balck som ville meddela att vår buss var framkörd och hade väntat på oss i en timma. Se där vad man kan missa. Men vi hade ju faktiskt ingen vuxen med oss. Tajmingen var smått otrolig. Vi hann få några regndroppar på oss innan vi kom ombord och rullade iväg mot Helsingfors. Väl där var vädret bra igen och herrarna spelade en fotbollsmatch i parken mot ungdomarna från Rotebro. Men de unga och nyktra gossarna blev för svåra för våra tappra hjältar, som dock föll med flaggan i topp.

Kvällen på båten blev alldeles så där socialt trevlig och lagom blöt som den ska vara. De flesta roade sig gott, men gick till sängs tidigt. Det hade trots allt varit en lång dag.

En sista reflektion om själva tävlingen är att Jukola precis som Tiomila använde Emit men att i detta fall fungerade allt perfekt. Resultaten satt uppe några minuter efter varvning/målgång och man hade ordentlig bemanning (som för ovanlighetens skull kunde prata annat än finska) i tältet där man registrerade brickorna. Precis som alltid är det inte utan att man imponeras av finnarnas förmåga att få tag på mängder av funktionärer. Ett imponerande arrangemang.

*Mats*

Resultaten finns på sidan 30.

## LÖPARNAS KOMMENTARER

**Namn:** Åsa Persson

**Sträcka:** 1

**Loppet:** Med nummer 556 hade jag en startposition ganska långt bak i fältet med en hel del "mindre snabba" löpare framför mig. Min taktik blev därmed att rycka kartan och springa så fort jag kunde genom hela det långa startområdet. Detta lyckades jag med rätt så bra, men det innebar att jag efter tio minuters löpning i ungefärlig riktning "mot" kontroll 1 inte hade en aning om var jag befann mig. Men med lite flyt snubblade jag nästan över första kontrollen och fick koll på läget. De närmast följande kontrollerna gick rätt så hyfsat förutom några onödiga besök på

vägen vid andra gafflingars kontroller. Vid sexan till åttan gick jag in i "väggen". Blev mycket trött i benen och huvudet och bara sprang... efter alla andra. Vid nian fick jag i mig lite vätska och piggnade till. Började tänka igen... lite ivrigt eftersom jag vid tian och elvan åter igen snurrade lite vid andra gafflingar, men hade ett bra flyt. Resterande gick prickfritt, men var ytterst nära att hoppa över näst sista kontrollen, aj aj! På kartan var det plottrigt och lite ovant att sista kontrollen var mitt framför speakern. Annars var det trevligt och mysigt i skogen vid mitt första Jukola.

**Övrigt:** -

**Namn:** Sofie Ericsson

**Sträcka:** 2 (reserv för Nina)

**Loppet:** Risigt i skogen så det gick inte så fort. Bommade 2:an, 9:an och 10:an. Alltså

inte mitt bästa lopp hittills men det var ändå jättekul. Mitt första Jukola och hittills är det toppen.

**Övrigt:** Underbart att vara naken!

**Namn:** Josse

**Sträcka:** 3

**Loppet:** Opp & ner, ner & opp grisen gal i granens topp! Ravinlandskap där vi naturligtvis skulle ner i varenda ravin och upp igen. Jobbigt!! Orientering var det väl inte så mycket

av - följa den uppsprungna stigen bara. En kontroll missade jag dock rejält, plus att jag fick hjärnstillestånd vid sista och sprang lite omvägar. Inte nöjd alls och mycket trött i benen.

**Övrigt:** -

**Namn:** Nina Andersson (Ja Nina har gift sig, men det skedde efter den här resan. Alltså Andersson. Reds anm.)

**Sträcka:** - (skulle sprungit sista)

**Loppet:** Helt ok! Gick omkring och kollade lite. Följde Sofie till start och det hjälpte ju, för hon gick bra. Ville springa själv när jag såg terrängen, men jag insåg mina begränsningar och siktar in mig på 5-dagars. Se upp Carina!! Det var kul att gå och kolla också eftersom

vädret blev bättre och bättre. Med tanke på lagets placering hade det nog inte blivit bättre om jag sprungit. De skötte sig alldeles utmärkt. Ser nu fram mot en trevlig hemresa där jag hoppas att alla är på bra humör trots Sverigematchen. Det var i alla fall positivt att båda lagen tog sig runt denna kavlen. Nu har vi något att slå till nästa år!

**Övrigt:** Festa på nu!

**Namn:** Karin Lindskog

**Sträcka:** D4 (lång)

**Loppet:** Gick faktiskt bra, bättre än förra året (men det säger kanske inte så mycket). Många feta tantfinskor i skogen. Lite svårt att komma förbi i grönområdena, och ett jävla finskt

kackel, men när man var själv, vilket man var rätt mycket, så gick det undan.

**Övrigt:** Sa till Martin (pojkvännen) innan att jag skulle plocka 100 platser. Det gick nästan vägen, plockade 96 eller nåt. Faan att Sverige åkte ut!! Behöver inte säga så mycket mer.

**Namn:** Patric Kjell de Boussard Debass

**Sträcka:** 1

**Loppet:** Med startnummer 375 hade jag en hyfsad position för att komma bra iväg. Hittade innerkurva och var bra med till ettan där jag stämplade samtidigt med Larry (Lidingö lag 2). Tyvärr hängde jag inte på honom utan tog

något eget vägval och bommade tvåan i mumindalen. Samtidigt var Larry bland de 20 första vid tvåan, grrr! Flöt bra till fyran, sedan var det dags för långsträckan. Efter hinderlöpning på en skogsväg gav jag upp och vek av in i grönområdet. Det gick segt, ytterligare lite tapp. Sedan rullade det på, och

det var bara att försöka springa om. Det stora problemet var att det mer eller mindre var omöjligt att forcera terrängen vid sidan om det uppsprungna stråket. Var inte tillräckligt trött

**Namn:** Ove "Klen Tuff" Hedlund

**Sträcka:** 2

**Loppet:** Jobbigt! Gick ut i ett hårt tempo efter Pattes bragdlopp. Efter halva loppet började det kännas ordentligt i ben och huvud. Tempot

**Namn:** Lars Hjulström

**Sträcka:** 3

**Loppet:** Medan jag sprang åldrades jag hastigt. Med benen malande i en gärdesgård i groparnas stigningar. Axlarna uppdragna som en getingstungen åsna och skäggvårtor i nacken. Skägget trängde ut ur en narig haka och rynkor spred sig från knäveckan.

**Namn:** Peter "Petta Spetta" Albinsson

**Sträcka:** Kort o bra (4 -reds anm)

**Loppet:** Med lätt övervikt tog jag mig an ravinerna. 50% var inget problem. Gjorde vad en oldboy på reunion kunde. Var det 7-8 år sedan, småkrypen sprang förbi men di gamle

**Namn:** Mats Eriksson

**Sträcka:** 5

**Loppet:** Hmm. Upptäcker så här ett par månader efter att jag glömt skriva något om mitt lopp. Vad jag kan minnas i efterhand var att det flöt på bra redan från början. Tempot var inte otroligt högt men jag missade knappt någonting. Den enda egentliga bommen kom på näst sista kontrollen som jag sprang förbi

**Namn:** Per "Perka" Jansson

**Sträcka:** 6

**Loppet:** Det var bland de tyngsta lopp man gjort på länge. Började med att missa stackars Mats med några minuter. Klantigt! Efter det gick det väldigt långsamt men desto säkrare.

**Namn:** Christopher Lindqvist

**Sträcka:** 7

**Loppet:** Hade laddat upp med två påsar Energy gel för att orka med mina dryga 14 kilometer. Började lite småknackigt med att bomma trean. Därefter fick jag inte någonting att stämma och småbommade hela vägen till

vid målgång, men hade inte kunnat göra så mycket mer tack vare terrängen.

**Övrigt:** Ser redan fram mot nästa år!

avtog mer och mer, och även en större miss gjordes på slutet. Tappade en del placeringar men det var tyngre att Sverige förlorade mot Senegal.

**Övrigt:** -

Nageltrång och lera bakom öronen i svidande kaskader av mjölksyra. Livet passerade revy... Jo, lite jobbigt var det.

**Övrigt:** I övrigt avbröts trevligt samkväm av stressade bussresenärer. Utan AC över Saarakoskiis moar styr vi åter mot smörgåsboard och småprat.

höll undan. (låta folk skriva texterna när de kommit hem istället? -reds anm)

**Övrigt:** Alkoholtempot sitter i i skrivande stund i alla fall. Hoppas jag klarar mig till terminalen (saknar Pälle).

och fick vända till. Som vanligt fick jag en av lyxsträckorna när solen precis gått upp. Strålarna silades ner genom träden i små dalar täckta av en lätt dimma. Mycket vackert! Väl i mål fick jag vänta några minuter på Perka som missade mig. 1-1 där efter förra årets 25-manna.

**Övrigt:** -

Missade ingenting. Tiden blev väl inte den bästa men jag är nöjd i alla fall.

**Övrigt:** Efter den bittra förlusten mot Senegal dog tyvärr lusten... lite grann. Det var i alla fall kul att kunna se matchen på storbild. Tack för det.

målet. Efter 14 kilometer med 28 kontroller samt två påsar gel var det skönt att återse TC exakt när Sverige gjorde sitt mål mot Senegal. Ett dåligt lopp. Ett dåligt fotbollsresultat men en **mycket** trevlig resa.

**Övrigt:** -

## Gotlands 2-dagars på Fårö

Tänkte mig inleda min karriär i IFK Enskede med en liten avslappnad tripp till Gotland för deras trevliga och traditionsenliga 2-dagars. Erfarenhetsmässigt har det ju visat sig att detta är en tävling som tilltalar i alla fall de människor som jag känner i klubben (d v s delar av H 21-gänget). Soligt och varmt, korta banor, lättlöpt och bra bad- och nattliv brukar ju vara de kriterier efter vilka en tävling bedöms – kanske dock inte nödvändigtvis i den ordningen. Döm om min förvåning när jag upptäcker att jag är ensam anmäld i H21 från Enskede. Kan det ha blivit något fel. Likt Odysseus börjar jag ängsligt undra om jag möjligen hamnat på fel ö. Ser Gunnel och Curt Balck och växlar några ord med Pelle Lindskog och det bekräftar ju att jag i alla fall hamnat på Fårö – vackert så... Men alltså inga nya klubbkamrater att mäta mina krafter mot. Måste väl erkänna att resan till Gotland planerades innan jag väl beslutade mig för att bli Enskedelöpare och mitt sällskap bestod av Casper och Charlotta (IFK Lidingö) samt Jörgen (från Skarpnäck).

I Jörgens eminenta (lyx-)minibuss från anno dazumal "Cosmos" gled vi av färjan och sökte oss genast nattläger på en strand strax norr om Snäck. Gotlandsbåtarna har tydligen ändrat tider sedan jag senast var på ön och numera kommer man ju fram mitt i natten. Tältresning i mörker vållade oss självklart inga som helst bekymmer, och natten var ljum, lugn och behaglig.

Efter avklarade morgonbestyr styrdes kosan mot den märkliga och vackra ö som sitt namn till trots låter fåren kallas för lamm och lammen för lammungar. Vi beslutade oss dock för att inte spilla någon extra tid på detta mysterium utan hastade raskt vidare mot Ulle-Hau. Har ett vagt minne av att 3-dagars kan ha gått där –90 eller möjligen året efter, så jag visste delvis vad som väntade.

Vad som väntade var långsmala höjder med svårforcerade mossar mellan, samt självklart partiet med de läckra men tunglöpta sanddynerna. Helt enkelt både tekniskt intressant och bitvis svår OL. Första dagens kortdistans verkade detta passa undertecknad rätt så bra. En prydlig tredjeplats efter ett hyfsat stabilt lopp men med lite för dålig fart i benen.

Nattläger skulle självklart åter sättas i havets närhet. Så vackert som möjligt och gärna så långt ifrån andra människor som möjligt. Mellan Norsta Aura och fyren lyckades vi hitta en plats som på alla upptänkliga sätt uppfyllde kraven. Dessvärre var vägarna, eller snarare stigarna, dit inte av absolut bästa märke varför Cosmos som protest grävde ner sig några decimeter i sanden. Vi ägnade en stund åt att gräva upp honom igen och parkerade sedan på lite tryggare och fastare mark inför morgonens avfärd. Kvällsmålet bestod av eldbakad potatis samt grillad lax. Utsökt delikat!

Natten kom med regn och oväder, men morgonen gav uppehåll och bättre humör. Dessvärre var allt OL-flyt från gårdagen som bortblåst, och benen kändes om möjligt ännu tyngre. Mina förhoppningar om en pallplats förbyttes i en slutgiltig 5:e plats och skam att erkänna det - stryk av tre st Ravinare – och sådan smädelse känns ju aldrig speciellt bra...

Inte mycket mer att berätta än så. Eftermiddagen och kvällen efter tävlingarna tillbragtes självklart med att jogga ner, stretcha noga, dricka mycket vatten samt få massage... Eller – När jag vaknade i Nynäshamn morgonen efter hade jag i alla fall huvudvärk.

Roger N

### **FIN BIL SALJES FÖR 27 000 KRONOR**

Nissan Sunny 1991 års modell

Metallicgrå 4-dörrars Sedan 1,6 SLX med el-taklucka, -hissar, -speglar. Centrallås, körd 15 000 mil, en ägare, Nybesiktad, skattad, vinterhjul medföljer.

Ring Stig Forslund tel 712 24 15.

---

## Eskilstuna Weekend - 02

### Hösten -94,

på ett lerigt gärde i Finland slängs ett par orienteringsskor i papperskorgen efter ett dåligt lopp i Halikko. Nu lägger jag AV!

### Våren -02,

efter 8 år av giftermål, barnafödande, husköp och mycket golfspelade hade jag bestämt mig för att återuppta min orienteringskarriär (?) och springa en direktanmälan på Kjulas-tävling. Väl ute på tävlingen möttes jag av väldigt förvånade enskedeiter. Mattias Balck såg ut som om han hade sett ett spöke när jag träffade honom på TC. Efter val av direktbana och lån av pinne bar det av till start. Mycket nervös kom jag fram till startplatsen, skulle jag klara av och stämpla med denna lilla pinne. Försökte intala mig själv att det var som Pälle hade sagt per telefon, att det var omöjligt att misslyckas. Som ett lustigt tecken från ovan möter jag Göran Hellgren, mannen som lärde

mig att orientera för 20 år sedan. Hursomhelst kom jag iväg och loppet gick efter mina mått mätt riktigt bra. Det här med orientering är KUL!

Efter att ha sprungit ett antal tävlingar på våren och försommaren hade jag fått riktigt blodad tand och bestämt mig för att springa Eskilstuna Weekend. Tyvärr blev det inte så eftersom jag hade lyckats överanstränga ett knä (ommålning av hus). Nu fanns det dock andra enskedeiter som ville ut och mäta sina krafter i Vilstaskogarna. Några av dessa hade tänkt invadera vårt hus (Pälle, Karin, Johanna, Ove, Linda och Patric).

### Fredag,

kl. 17 kom Pälle, Karin och Johanna hem till oss. Efter en snabb middag bar det av till Vilsta slalombacke där TC låg. När vi hade kommit fram började Pälles mobil att ringa, det var Ove, Linda och Patric. De hade kört vilse på E20! Efter vägvisning per telefon kom de ca en kvart innan Ove skulle starta. Det var bara att snabbt byta om och springa till start. Starten

för dagen hade banläggaren lagt längst uppe på slalombacken, så Ove var nog lagom uppvärmd när han kom fram. Nu blev det nog inte den bästa uppladdningen för honom, han kom sist bland enskedeiterna i H21. Kvällen avslutades hemma hos oss med mycket skratt då Patrics nya (dyra?) luftmadrass luktade fruktansvärt mycket plast, dessutom gnisslade den varje gång han vände sig.

### Lördag,

efter frukost åkte vi killar iväg till TC som var det samma som gårdagen. Tjejerna tog med sig barnen och åkte till Vilstabadet som ligger i närheten av TC. Denna dag hade även jag tänkt starta på någon kortare direktbana. Fastnade för en 3,5 km medel. Väl ute på banan började jag märka att det var väldigt mycket tanter runt mina kontroller som jag

skulle ha. Mycket riktigt, efter målgång började jag prata med Elsa E och då visade det sig att jag hade sprungit samma bana som D60! Lyckligtvis slog jag D60 segrarinnan med 10 minuter vilket gav mig självförtroendet tillbaka. När vi hade duschat av oss den värsta svetten anslöt vi oss till tjejerna och barnen vid badet. Kvällen fortsatte med glatt umgänge, mat och vin.

### Söndag,

denna dag hade jag bestämt mig för att inte följa med ut på TC, då denna låg en bra bit utanför Eskilstuna. Men vad jag har hört

efteråt var banorna även denna dag bra, men TC var mindre lyckat. I H21 visade Pälle att gammal är äldst genom att vinna totalt bland enskedeiterna.

Sammanfattningsvis en mycket trevlig helg.

*Johan M*

---

## Eskilstuna-weekend 2002

### PROLOGUE:

Jag, Karin och Johanna laddade upp till Eskilstunas tredagars med djur, kultur och gång. Vi gjorde en tripp till först Kolmården och sedan Astrid Lindgrens Värld i Vimmerby. Vi hann se många djur och mycket kultur innan vi satte oss i rymdvagnen på fredagseftermiddagen för att ta oss till Eskilstuna. Eftersom det var så varmt blev det

många glass- och drickastopp på vägen, så vi blev rätt sena. Till slut kom vi fram till vår "C-ort" nämligen familjen Mellqvists residens i Skogstorp. Eftersom vi bokat helpension stod maten på bordet och vi hann med en snabb middag innan det bar av till Vilsta där första och andra etappen hade sitt TC.

### CHAPTER ONE

#### *Shortdistance without slalomslope*

Vilstaskogen var som vanligt lättlöpt. Det var, skönt nog, kortdistans med mycket kontroller. Det blev aningen svalare framåt kvällen men det var ändå väldigt tryckande. Skönt att starten var förlagd ovanför slombacken. Tempot blev lågt men orienteringen flöt på fint så det blev inte många bommar. Lyckades få

till en topp-10 (nionde för att vara exakt) plats. Uffe höll också nerverna i styr och blev bästa Enskedesenior med en sjätteplacering. Patric och Ove hade det lite tyngre och kom 16:e respektive 22:a. Bosse, Rolle och Elsa sprang också men jag vet inte riktigt hur, då vi mer eller mindre åkte till "C-orten" direkt.

### CHAPTER TWO

#### *Ninth again*

Etapp två var någon sorts mellandistans med 6,8 km för oss H21or. Jag tyckte nionde plats var trevligt och lade mig där idag också efter ännu ett stabilt men långsamt lopp. Uffe hade det tyngre med en del rejäla missar. Patric gick

lika tungt som igår medan Ove ryckte upp sig ett par klasser och hamnade tolv. Bosse och Rolle hamnade i mitten någonstans medan Elsa ville ha valuta för pengarna och var ute rätt länge i den fina skogen.

### CHAPTER THREE

#### *Hot showdowns in the warm forest*

På söndagen var det varmare än någonsin. Tyvärr hade arrangörerna förlagt TC vid en bondgård mitt i skogen. Ingen sjö, ingen skugga, högt gräs, så det var inte direkt mysigt ute på TC. Däremot var skogen desto trevligare med mestadels jättefin terräng. Lyckades hålla samma låga tempo och fina

orientering även idag och det räckte till en sjundeplats på etappen och en sjätteplats totalt. Fick dock spö av Patric och Uffe som hade sina bästa dagar med tredje respektive femte plats. Ove hade det tungt i värmen och klev av mot slutet (klenis).

### CHAPTER FOUR

#### *EMIT-systemfailure, again*

Efter målgång kunde vi konstatera att arrangörerna inte lyckades prestera ett enda resultat. Massor av strömavbrott och annat strul gjorde att EMIT-systemet ballade ur fullständigt. Det var kanske inte Tiomilakatastrof men ändå ett tråkigt slut på

dessa trevliga tävlingar. Det var tur att vi hade egna klockor så vi kunde konstatera att jag höll undan och att Patric gick om Uffe. Resultaten för etapp tre och totalt kom drygt två veckor efter tävlingen på Internet, så kan det gå.

### EPILOGUE:

Vi packade om bilarna för att flytta över Ove och Linda (och deras grejor) från Patrics vinröda Volvo till rymdvagnen. Sdaen begav vi oss mot Stockholm. Patric som skulle vidare mot 5-dagars och det annalkande bröllopsbestyren kom på att han glömt sin dator på C-orten (hos Mellqvistarna alltså). De

var på golftävling, så det tog ett par timmar innan han kom iväg söderut. Det blev en hamburgare och drickapaus i Strängnäs och sedan var det inte långt kvar hem.

*Pälle H*



---

## Femdagars 2002

### KARLSBORGSETAPPEN, ETAPP 1.

Platsen var Bergvik c:a 45 minuters bilväg från vår inkvartering hos dottern Karin och hennes make Tomas.

TC som vi kom till var ett vackert stort gårde efter promenad på bra väg. Parkeringen hanterades väl, åtminstone när vi kom. Vädret var det bästa tänkbara, i synnerhet för oss som använder glasögon.

Jag och Ulrika N. bestämde oss för att gå till våra respektive starter för att kunna starta ungefär samtidigt med Göran. Jag sprang D55M och Ulrika D17N. Ett av de nya greppen inom O-ringen för året var att man fick själv bestämma starttid om man sprang inskolnings-, U-, motions- eller nybörjarklass. Dock gällde att man inte fick starta två i samma klass inom samma minut. I övrigt samma 2-minutersinsläpp som för en vanlig tävling men med tillägget att du "startstämplade" inom 15 sekunder efter startminutens "pip". Glömde man det gällde tiden när man gick in i startfällan.

### ETAPP 2 O-RINGEN I SKÖVDE 2002

Så var det dag nummer två. För mig var den nog den tyngsta hittills i mitt liv, mina arma små ben vägrade att röra på sig i snabbare takt än långsamt lufsande. Tungt!

Hela natten hade det åskat och dundrat (så huset skakade), vilket fortsatte nästan hela dagen. Men jag tror det bara kom någon eller några spridda skurar. Det kom en skur när jag var ute på min bana, det var skönt. Det är annars så vansinnigt jobbigt att springa när det är riktigt varmt.

Jag gjorde inga större missar (ja, förutom en stoor), men med min läkande "Jukola-skada" gick det verkligen inte fort. Fast det var nog mycket tack vare min låga hastighet som jag sprang så mycket rätt. Jag sprang inte ifrån mig på kartan, vilket jag har en tendens att göra annars.

Min första etapp var en bana på 3.500 m och jag hade 3.100 m mellan TC och startplatsen, det är väl det som kallas motion. Vid starten träffade jag Sofie och Micke och vi satt och mediterade lite samtidigt som vi såg på hur starten gick till. Så var jag klar för start och efter 33:56 var jag i mål, bara 11 sekunder efter segraren. För mig var det en bra bana och jag hann med några missar längs vägen.

För min del hade jag gärna sett att även 5:e etappen haft fri starttid. För där hamnade jag i ett nervöst tillstånd så att jag tappade nästan hela mitt försprång till 1:a kontrollen. Jag hade drygt 16 minuter, det ville jag inte veta om före start, och jag förlorade nästan 14 av dessa på de 200 m mellan startpunkt och 1:a kontrollen. Efter andra kontrollen släppte det och jag tog mig samman och blev till slut totalvinnare, med lite drygt 1 minuts marginal.

*Gunilla Glanshed*

Hörde att vi fick en etappseger idag, bra kämpat Gunilla!!!

Efter slitet åkte vi tillbaka till gården. Underbart ställe att bo på under en sån här vecka. Och riktigt nära etapp ett och två. Medan en del spelade rundpingis eller volleyboll eller både och, åkte jag in till Skövde för att skaffa mig en lins. Lyckades ju såklart sumpas en redan första dagen. Fick i och för sig stor hjälp av Petta, Tack.

Sen var det bara att samla krafter inför morgondagen. Puh! Hoppas jag fullföljer detta femdagars. Det blir första gången i så fall... Jag håller tummarna.

*Sofie*

### 5-DAGARS ETAPP 3 – TÖREBODA

”Banläggaren tråkade ut mig” – Björn Ljungqvist (IFK Lidingö)

”Målsnitseln började vid startpunkten” - Undertecknad

”Det var så trist att jag tappade koncentrationen och missade” – Per Forsberg

”Grönområdet var felritat” – Uffe Persson

Ja, vad säger man. Ovanstående kanske täcker vad vi alla kände. Efter två dagars harvande i Nina och Pattes risiga hemmaskogar var det dags för snabblopp och roligt – var det tänkt. Dessvärre så blev det inte så mycket av med det. Alltför mycket planbild och alltför god sikt samt rätt kass banläggning gjorde tredje etappen både ointressant och trist. Framförallt för en gammal tjockis som jag som har svårt att få fart på benen. Lyckades nästan pricka 6 min/km men denna dag var ju det minst en minut för långsamt. Konstaterar mitt gnäll till

trots att denna dag nog var min resultatmässigt bästa etapp på årets 5-dagars och att jag endast blev slagen av Patric av Enskedelöparna. Blev dessvärre förkyld efter de tre inledande etapperna och fick åka hem. Kul dock att konstatera att det är många som tävlar i H 21 för Enskede på ungefär min nivå och att få springa mot er på 5-dagars.

*Roger N*

### ETAPP 4

Här skulle vi haft ett längre reportage om Etapp 4, men tyvärr har det inte kommit fram till redaktionen än. Vi misstänker starkt Postverket. *Red.*

### 5-DAGARS I SKÖVDE, ETAPP 5

Efter fyra dagars springade under vilka åtminstone jag hann konstatera att lite mer träning under försommaren inte skulle varit helt fel, var det dags för den femte och sista etappen. En snabb blick i programboken gav svaret att det skulle bli en tidig morgon. D 21:s första start gick klockan 9.00. Eftersom alla andra verkade ha sina första starter åtminstone två timmar senare bestämdes det snabbt att Carinas bil skulle bli en ”D21-bil”. Strax före halv åtta begav sig följaktligen Carina, Nina och jag iväg mot årets sista 5-dagars-TC. Efter att ha parkerat bilen vid C-orten och promenerat ett raskt varv runt ett industriområde kom vi fram till bussarna som skulle ta oss upp till TC. Dagens tävlingsområde visade sig ligga högt upp och vara i princip helt asfalterat så risken för lervälling var obefintlig. Efter att ha lyssnat till invigningen begav jag mig så småningom till start och konstaterade dystert att det gick nedför. Ingen idé att hoppas på att det inte skulle vara backigt med andra ord.

Jaktstart i vanlig ordning, och sedan var man ute i skogen igen. Tyvärr konstaterade jag redan på väg till första kontrollen att det skulle bli en tuff dag. I motsats till övriga dagar då det visserligen gått rätt långsamt men relativt rätt, började jag dagen med att klättra

omkring i ett stenskravel och leta efter en sten bara för att titta lite närmare på kartan och upptäcka att jag ska ha en sänka och så fortsatte det hela banan. Insåg snabbt att den redan innan start ganska hopplösa jakten på Karin var dömd att misslyckas. Kämpade mig i mål och blev väl lite uppmuntrad då jag möttes av Karin som haft det lika kul som jag i skogen men med skillnaden att hon behövt tänka ”Snart kommer Therese”.

Tyvärr måste jag säga att jag inte vet särskilt mycket om övriga framgångar/motgångar i Enskede eftersom vår bil inte bara var ”D21-bilen” utan även ”bilen med den blivande bruden” (Nina) och vi därför begav oss direkt hem efter duschen. Jag vet dock att vi fick en totalsegrare i och med att Gunilla höll undan och vann sin klass. Grattis!

På kvällen hade åtminstone vi som bodde ute hos Nina, helt enligt traditionen, gemensam middag och därefter spelades ett antal set i volleyboll innan kvällen led mot sitt slut. Efter ett trevligt 5-dagars var det bara att konstatera att det nog kan bli ännu trevligare nästa år om jag skulle öka träningsdosen lite så jag blev lite mindre trött.

*Therese*

---

## Midnattsloppet

Uppslutningen till en av årets höjdpunkter som funktionärer var stor. Det var betydligt fler frivilliga som hjälpte till än på t.ex. Stockholm Maraton. Men då var det ju i och för sig lång-KM dagen efter. Hela 26 (tror jag) personer kom till Mariaskolan på lördagseftermiddagen för att vara med på genomgången inför loppet.

Under genomgången inför loppet ringde givetvis en mobil och man satt där och undrade vad det var för pucko som inte stängt av den. Och så börjar Uffe fippla med sin telefon för att stänga av den. Vad händer då? Jo givetvis ringer ens egen telefon. Patetiskt! Eller inte, för det var Mats E som undrade var samlingen var någonstans. På gammal rutin hade han cyklat till Södermalmsskolan och känt sig lite ensam där.

Uppgifterna bestod som vanligt i att assistera vid starterna på, först Lilla, och sedan Stora Midnattsloppet.

På Lilla Midnattsloppet gällde det att se till att barnen gick in i rätt startfålla vid rätt tidpunkt. Det var tretton starter på 52 minuter, så tempot var högt och barnen många. Och ju yngre löpare, desto fler föräldrar.

Vi blev som tur var avbytta av Skogsluffarna efter ett tag och kunde gå och äta lite mat innan det var dags för en sista kort genomgång inför Stora Midnattsloppet.

Väl ute på plats hade vi de vanlig uppgifterna att ta hand om insläppen till startfällorna och se till att repen mellan fällorna satt på plats till det var dags att gå fram till startlinjen med löparna. Utöver det skulle vi också svara på alla frågor och vara till allmän hjälp för rådvilla personer.

När samtliga deltagare startat, slapp vi i år att riva staket som vi ju gjort alla år tidigare. Vi skulle istället se till att alla löpare begav sig till Zinkensdamms IP där det bland annat fanns förfriskningar. Tyvärr var avspärningarna väldigt dåliga direkt efter målet så publiken ställde sig mitt i gatan så att de trötta löparna knappt kom fram. Till råga på allt hade polisen satt upp en avspärningssnitsel rakt över Hornsgatan vilket ledde till ännu större förvirring. Som tur var fick Patric tag på en megafon, och kunde (tillfälligt) skingra folkmassorna.

Det var förvånansvärt många som var totalt utmattade efter målet. Vi fick hjälpa till att bära tre personer på bår från målet till ett sjukvårdstält.

Efter att det kommit en strid ström av löpare ebbades denna flod ut och till slut hade alla gått i mål och vi kunde börja se fram emot att gå på efterköret. De som skulle springa orientering dagen efter begav sig däremot hem, för att få några timmars sömn. Vi andra strosade mest runt och insöp atmosfären på Zinken, man riktigt längtade till bandysången.

Så till efterköret: I år var arrangörerna alldeles för smarta för oss i Enskede. Först dukade de upp med stora (och goda) mackor som alla satte sig och åt upp, vissa mer eller mindre tvingade i sig sina dock. Lagom att mackan var uppäten kunde man se andra funktionärer komma gående med tallrikar fyllda med pastasallad, oliver och andra läckerheter.

En glass, några öl och en massa skitsnack senare var det dags att bege sig hemåt.

*Fredrik H*

---

## Lösning till rebusen i förra numret

Bilda ett ord (frukt) med att bara ta bort fem tecken av nedanstående bokstäver:

C F I E T M T R E O C N K E E R N

Rätt svar är: C I T R O N

## Resultat

### Bomma-Korten 01-09-09

#### D50 2570m 7 startande

1 Anne lundmark	Järfälla	23.22
4 Lena Alsheden	IFK Enskede	32.52

#### D55 2040m 8 startande

1 Elisabet Öqvist	Söders SOL	25.30
7 Gunnel Balck	IFK Enskede	35.24

#### H21 4620m 120 startande

1 Dan Norin	Gustavsberg	26.37
55 Patric de Boussard	IFK Enskede	33.36
72 Magnus Elwin	IFK Enskede	36.50
85 Peter Albinsson	IFK Enskede	40.28

#### H40 3560m 22 startande

1 Leif Helgman	Enebyberg	24.44
6 Mats Larsson	IFK Enskede	28.28

#### H50 3050m 19 startande

1 Lars-Gunnar Larsson	Södertörn	22.48
7 Per Lindskog	IFK Enskede	26.20

#### H60 2570m 13 startande

1 Lars Roos	Tureberg	24.43
4 Bo Hedlund	IFK Enskede	26.57

#### Öppen 4 3100m 18 startande

1 Daniel Bratt	Sala OK	38.10
8 Malin Albinsson	IFK Enskede	56.59

### Skarpnäcks SOLNATTEN 01-09-21

#### H60 5440m 6 startande

1 Björn Stolt	OK Ravinen	63.16
4 Bo Hedlund	IFK Enskede	68.21
6 Hugo Isgren	IFK Enskede	122.21

#### H50 5890m 7 startande

1 Christer Nordström	Älvsjö-Örby	59.55
2 Per Lindskog	IFK Enskede	61.33

#### H21 9460m 21 startande

1 Björn Ljunggren	OK Hammaren	60.37
Patric de Boussard	IFK Enskede	Felstä

#### D21 5890m 6 startande

1 Anna Haglund	Hedströmmen	53.33
3 Nina Andersson	IFK Enskede	62.02

#### Öppen 5 3640m 11 startande

1 Niklas Wansölin	Ravinen	28.55
4 Katarina Rundström	IFK Enskede	43.00

### Turebergs 011021

#### H60 3600m 22 startande

1 Lars Cederus	Snättringe	32.20
4 Bo Hedlund	IFK Enskede	38.07

#### H55 5300m 33 startande

1 Rune Rådeström	Snättringe	42.37
28 Göran Glanshed	IFK Enskede	71.31

#### H21 8200m 7 startande

1 Robert Irestig	Stigfönnarna	62.26
2 Patric de Boussard	IFK Enskede	64.19

#### D55 M 3300m 3 startande

1 Barbro Cedrus	Snättringe	49.04
2 Gunilla Glanshed	IFK Enskede	56.11

#### D21 5300m 11 startande

1 Sofia Heldt	Södertälje	47.17
4 Nina Andersson	IFK Enskede	52.42

#### Öppen 2 3100m 6 startande

1 Anders Svärd	IFK Enskede	54.13
----------------	-------------	-------

#### Öppen 4 3300m 21 startande

1 Conny Andersson	OK Amne	36.20
2 Anna Svärd	IFK Enskede	40.14
3 Elisabeth Svärd	IFK Enskede	41.34
5 Malin Albinsson	IFK Enskede	48.09

#### Öppen 5 39 m 26 startande

1 Eva Lenell	Mälärö	35.23
9 Jan Svärd	IFK Enskede	45.09
23 Sofie Eriksson	IFK Enskede	71.53

#### Öppen 8 5300m 32 startande

1 Bö Säfström	Söders SOL	48.14
2 Peter Albinsson	IFK Enskede	48.46

### Mälärö SOK Kortdistans 2002-04-21

#### H50 (30) 3630 m

1 Åke Wansölin	Söders SOL	26:37
8 Per Lindskog	IFK Enskede	30:27 87
Gunnar Åsell	IFK Enskede	ej start

#### H21 (60) 4970 m

1 Anders Carlsson	Hedemora	28:56
29 Patric de Boussard	IFK Enskede	34:53 83

#### H12 (50) 2160 m

1 Olle Boström	Enebyberg	12:39
14 Anders Svärd	IFK Enskede	19:07 66

<u>D50 (10) 2640 m</u>				<u>D55 MOTION (7) 3175 m</u>			
1 Anne Lundmark	Järfälla OK	26:15		1 Gunilla Glanshed	IFK Enskede	50:58	80
4 Lena Alsheden	IFK Enskede	33:15	69	<u>H12 (54) 3400 m</u>			
<u>D21 (31) 3860 m</u>				1 Olle Boström	Enebybergs IF	24:49	
1 Maria Pettersson	Tullinge SK	26:37		10 Anders Svärd	IFK Enskede	35:56	69
5 Nina Andersson	IFK Enskede	31:34	84	Jesper Karlsson	IFK Enskede	ej start	
<u>D14 (35) 2470 m</u>				<u>H21 (28) 8500 m</u>			
1 Jenny Lönnkvist	Tullinge SK	19:41		1 Ulf Persson	IFK Enskede	71:55	100
10 Anna Svärd	IFK Enskede	25:37	77	2 Pär Hedlund	IFK Enskede	72:16	100
30 Sara Thomsen	IFK Enskede	40:43	48	4 Christopher Lindqvist	IFK Enskede	74:14	97
<u>Öppen 2 (11) 3220 m</u>				20 Mats Eriksson	IFK Enskede	95:54	75
1 Anders Lindgren	Vallentuna	25:57		<u>H40 (53) 6750 m</u>			
7 Ulla Eriksson	IFK Enskede	45:10	37	1 Anders Tistad	Nynäshamn	49:56	
8 Jesper Karlsson	IFK Enskede	56:41	26	20 Mats Larsson	IFK Enskede	68:30	73
<u>Öppen 4 (44) 2950 m</u>				<u>H45 MOTION (8) 5900 m</u>			
1 Anders Österman	IFK Enskede	28:17	80	1 Hans Letfors	Snättringe SK	70:35	
2 Henrik Österman	IFK Enskede	29:21	76	2 Jan Svärd	IFK Enskede	90:45	58
4 Jan Svärd	IFK Enskede	31:03	71	<u>H50 (58) 5650 m</u>			
25 Gunnel Balck	IFK Enskede	49:20	37	1 Ingemar Gard	Söders SOL	44:46	
30 Elisabeth Svärd	IFK Enskede	53:15	33	18 Per Lindskog	IFK Enskede	58:36	76
<u>Öppen 5 (63) 3960 m</u>				Gunnar Åsell	IFK Enskede	ej start	
1 Hans Vedin	Söders SOL	27:36		<u>H55 (66) 5075 m</u>			
30 Jonna Rickard	IFK Enskede	44:45	42	1 Leif Strandberg	Gustavsbergs IF	43:37	
<u>Öppen 9 (20) 6900 m</u>				11 Roland Persson	IFK Enskede	58:46	81
1 Per Spik	IFK Lidingö	49:57		29 Göran Glanshed	IFK Enskede	64:06	68
4 Per Bengtsson	IFK Enskede	57:09	67	<u>H60 (54) 4425 m</u>			
<b><u>OK Ravinen 020505</u></b>				1 Stig Pedersen	För Södertälje	42:33	
<u>D14 (37) 3350 m</u>				5 Bo Hedlund		47:16	90
1 Emma Englid	Tumba-M OK	36:39		<u>INSKOLNING (1) 1625 m</u>			
11 Anna Svärd	IFK Enskede	47:51	77	Erica Perneby	IFK Enskede	Godk.	
23 Sara Thomsen	IFK Enskede	69:34	53	<u>U3 (11) 2700 m</u>			
<u>D21 MOTION (4) 4850 m</u>				1 Patrik Jeppsson	Rotebro IS	31:19	
1 Malin Malm	Väsby OK	82:12		3 Henrik Österman	IFK Enskede	37:48	83
3 Josefin Andersson	IFK Enskede	90:25	81	<u>U4 (8) 3175 m</u>			
<u>D50 (24) 3525 m</u>				1 Anders Österman	IFK Enskede	50:56	90
1 Aila Halttunen	Haninge SOK	41:20		<u>Öppen 2 (13) 3400 m</u>			
4 Lena Alsheden	IFK Enskede	46:33	89	1 Erika Sundkvist	Haninge SOK	36:49	
<u>D55 (24) 3525 m</u>				11 Malin Sandgren	IFK Enskede	78:38	27
1 Eva-Stina Svärd	Haninge SOK	49:20		12 Marcus Carlberg	IFK Enskede	135:07	10
5 Marianne Persson	IFK Enskede	58:36	84	<u>Öppen 4 (23) 3175 m</u>			
12 Gunnel Balck	IFK Enskede	83:32	59	1 Lars-Gunnar Jansson	För Södertälje	41:53	
				9 Ulla Eriksson	IFK Enskede	67:58	42

<u>Öppen 5 (33) 3875 m</u>				<u>D45 MOTION (?) ? m</u>			
1 Eddie Bjärrenholt	Rånäs OK	44:46		1 Marianne Ericsson	Alfta-Ösa OK	36:31	
10 Anna Perneby	IFK Enskede	63:16	51	7 Elisabeth Svärd	IFK Enskede	43:44	73
<u>Öppen 8 (42) 5075 m</u>				<u>D21 (66) ? m</u>			
1 Göran Andersson	Järla IF OK	40:29		1 Johanna Krafft	Leksands OK	40:19	
23 Karin Lindskog	IFK Enskede	66:21	41	7 Nina Andersson	IFK Enskede	48:17	84
<u>Säterträffen 9 maj 2002</u>				Åsa Persson			
<u>H60 (65) 4570 m</u>				IFK Enskede			
1 Karl Johansson	Hedemora	32:53		Therese Martinsson	IFK Enskede	ej start	
22 Bo Hedlund	IFK Enskede	42:58	77	Karin Lindskog	IFK Enskede	ej start	
<u>H55 (92) 5080 m</u>				<u>D21 MOTION (?) ? m</u>			
1 Björn Axelsson	Finspångs AIK	32:24		1 Katarina Karlsson	Dalaporten	52:19	
43 Christer Hedin	IFK Enskede	53:23	61	Sofie Eriksson	IFK Enskede	ej start	
46 Roland Persson	IFK Enskede	53:59	60	<u>D20 LÅNG (12) 5430 m</u>			
59 Göran Glanshed	IFK Enskede	57:35	56	1 Ylva Sunesson	Haninge SOK	51:32	
68 Jan Albinsson	IFK Enskede	62:13	52	11 Martina Forsberg	IFK Enskede	69:22	74
<u>H50 (105) 5430 m</u>				<u>D14 (68) ? m</u>			
1 Lars Jakobsson	Västerås SOK	35:51		1 Lina Sundqvist	OK Kåre	28:11	
59 Per Lindskog	IFK Enskede	52:09	69	38 Anna Svärd	IFK Enskede	39:54	71
69 Gert Forsberg	IFK Enskede	54:37	66	54 Sara Thomsen	IFK Enskede	53:36	53
<u>H45 MOTION (40) 5050 m</u>				<u>U3 (15) 2880 m</u>			
1 Lars Spångmyr	IK Jarl Rättvik	44:23		1 Ellinor Johnsson	Dalaporten	27:19	
31 Jan Svärd	IFK Enskede	67:40	56	11 Christian Forsberg	IFK Enskede	53:13	51
<u>H40 (80) 6500 m</u>				13 Malin Sandgren			
1 Stefan Nyberg	Dalaporten	40:44		<u>U2 (23) 2360 m</u>			
41 Mats Larsson	IFK Enskede	54:54	74	1 Joel A. Skantze	Järla IF OK	24:07	
<u>H21 (79) 7750 m</u>				Samuel Larsson			
1 Fredrik Mäkinen	OK Hammaren	49:15		<u>ÖPPEN 2 3500 m</u>			
12 Patric de Boussard	IFK Enskede	56:22	87	16 Mona Forslund	IFK Enskede	52:05	
Ulf Persson	IFK Enskede	Utg.		<u>Tuna Ting 10/5 2002</u>			
<u>H21 MOTION (7) 6410 m</u>				<u>H60 (46) 2560 m</u>			
1 Torbjörn Ödman	Hestra IF	54:50		1 L-O Mattsson	OK Roslagen	19:54	
Mikael Hallendal	IFK Enskede	ej start		13 Bo Hedlund	IFK Enskede	25:39	78
<u>H12 (75) 2880 m</u>				<u>H55 (53) 3050 m</u>			
1 Erik Blomgren	Stora Tuna IK	19:26		1 Björn Axelsson	Finspångs AIK	20:07	
52 Jesper Karlsson	IFK Enskede	35:36	55	13 Roland Persson	IFK Enskede	27:12	74
57 Anders Svärd	IFK Enskede	36:22	53	25 Göran Glanshed	IFK Enskede	32:10	63
66 Marcus Carlberg	IFK Enskede	43:15	45	31 Jan Albinsson	IFK Enskede	35:35	57
<u>D55 (38) ? m</u>				37 Crister Hedin			
1 Inger Löfgren	Stora Tuna IK	31:57		<u>H50 (79) 3100 m</u>			
8 Gunilla Glanshed	IFK Enskede	42:21	75	1 Lars Jakobsson	Västerås SOK	20:53	
16 Marianne Persson	IFK Enskede	47:44	67	41 Per Lindskog	IFK Enskede	29:58	70
<u>D50 (50) ? m</u>				<u>H45 MOTION (?) 2960 m</u>			
1 Christina Hjertson	OK Linné	32:44		1 Håkan Persson	VK Ulvarna	27:38	
Lena Alsheden	IFK Enskede	ej start		5 Jan Svärd	IFK Enskede	35:49	67

<u>H40 (72) 3510 m</u>				<u>U2 (27) 1950 m</u>			
1 Anders Lundh	Dalaporten	23:47		1 Patrik Nolåkers	Kvarnsveden	21:16	
39 Mats Larsson	IFK Enskede	31:37	75	21 Samuel Larsson	IFK Enskede	57:12	
<u>H21-2 (128) 4390 m</u>				<b><u>Tuna Ting 11/5 2002</u></b>			
1 Joakim Karlsson	IK HP	25:50		<u>H60 (50) 4530 m</u>			
32 Patric de Boussard	IFK Enskede	30:00	86	1 Karl Johansson	Hedemora	34:00	
Ulf Persson	IFK Enskede	Utg.		36 Bo Hedlund	IFK Enskede	73:35	46
<u>H21 MOTION (9) 3920 m</u>				<u>H55 (49) 5170 m</u>			
1 Magnus Eriksson	Dalaporten	40:59		1 Ingvar Svensson	Söders SOL	42:55	
Mikael Hallendal	IFK Enskede	ej start		13 Roland Persson	IFK Enskede	54:14	79
<u>H12 (82) 2660 m</u>				22 Christer Hedin	IFK Enskede	58:19	74
1 Erik Blomgren	Stora Tuna IK	18:44		31 Göran Glanshed	IFK Enskede	64:36	66
9 Anders Svärd	IFK Enskede	22:13	84	32 Jan Albinsson	IFK Enskede	67:21	64
50 Jesper Karlsson	IFK Enskede	35:26	53	<u>H50 (76) 5380 m</u>			
72 Marcus Carlberg	IFK Enskede	78:43	24	1 Kjell Olsson	Dalaporten	40:57	
<u>D55 (28) 2090 m</u>				29 Per Lindskog	IFK Enskede	52:58	77
1 Birgitta Johansson	Kristinehamn	19:28		48 Gert Forsberg	IFK Enskede	67:38	61
14 Marianne Persson	IFK Enskede	28:23	69	<u>H45 MOTION (3) 4850 m</u>			
18 Gunilla Glanshed	IFK Enskede	30:40	63	1 Håkan Morelius	Långshyttan	49:07	
<u>D50 (38) 2550 m</u>				23 Jan Svärd	IFK Enskede	69:23	61
1 Karin Axelsson	Finspångs AIK	25:33		<u>H40 (64) 6760 m</u>			
Lena Alsheden	IFK Enskede	ej start		1 Bengt Haglund	Leksands OK	52:58	
<u>D45 MOTION (1) 2670 m</u>				24 Mats Larsson	IFK Enskede	75:16	70
1 Annica Lindell	Västerbergsl.	33:33		<u>H21 (76) 7530 m</u>			
11 Elisabeth Svärd	IFK Enskede	88:11	28	1 Johan Eklöv	Tumba-M OK	59:15	
<u>D21-1 (86) 3260 m</u>				2 Ulf Persson	IFK Enskede	61:31	96
1 Elin Dahlin	Domnarvet	23:55		7 Patric de Boussard	IFK Enskede	65:29	90
38 Nina Andersson	IFK Enskede	31:48	75	<u>H21 MOTION (9) 6620 m</u>			
Karin Lindskog	IFK Enskede	ej start		1 Magnus Eriksson	Dalaporten	69:07	
Therese Martinsson	IFK Enskede	ej start		Mikael Hallendal	IFK Enskede	ej start	
Åsa Persson	IFK Enskede	ej start		<u>H12 (84) 2770 m</u>			
<u>D21 MOTION (1) 3140 m</u>				1 Jonas Leandersson	OK Tyr	18:53	
1 Karin Ståhl	Dalaporten	35:14		27 Anders Svärd	IFK Enskede	31:41	60
Sofie Eriksson	IFK Enskede	ej start		63 Jesper Karlsson	IFK Enskede	44:33	42
<u>D20 (7) 2880 m</u>				70 Marcus Carlberg	IFK Enskede	49:15	38
1 Ylva Sunesson	Haninge SOK	25:17		<u>D55 (30) 3380 m</u>			
4 Martina Forsberg	IFK Enskede	34:44	73	1 Britt-Marie Dalin	Leksands OK	36:09	
<u>D14 (69) 2600 m</u>				13 Marianne Persson	IFK Enskede	46:07	78
1 Maria Jonsson	Njurunda OK	24:02		14 Gunilla Glanshed	IFK Enskede	48:21	75
35 Anna Svärd	IFK Enskede	34:43	69	<u>D50 (40) 3420 m</u>			
54 Sara Thomsen	IFK Enskede	44:35	54	1 Britt Eriksson	Sala OK	31:54	
<u>U3 (14) 2610 m</u>				Lena Alsheden	IFK Enskede	ej start	
1 Henrik Björklund	Stora Tuna IK	28:07		<u>D45 MOTION (1) 3860 m</u>			
10 Malin Sandgren	IFK Enskede	63:51	44	1 Pia Nykvist	För Södertälje	57:26	
Christian Forsberg	IFK Enskede	Felst.		4 Elisabeth Svärd	IFK Enskede	62:28	82

D21 (60) 4960 m

1	Nina Andersson	IFK Enskede	39:02	100
	Åsa Persson	IFK Enskede	ej start	
	Karin Lindskog	IFK Enskede	ej start	
	Therese Martinsson	IFK Enskede	ej start	

D21 MOTION (1 4320 m)

1	Anette Palgrim	Vänernsberg	50:31
	Sofie Eriksson	IFK Enskede	ej start

D20 (5) 4530 m

1	Linda Carlsson	Hedemora	48:52
2	Martina Forsberg	IFK Enskede	60:52 80

D14 (73) 3900 m

1	Johanna Lidström	OK Landehof	33:06
32	Anna Svärd	IFK Enskede	53:46 62
42	Sara Thomsen	IFK Enskede	62:12 53

U3 (20) 2880 m

1	Henrik Björklund	Stora Tuna IK	31:33
12	Christian Forsberg	IFK Enskede	60:15 52
	Malin Sandgren	IFK Enskede	ej start

U2 (28) 2890 m

1	Ramona H-Järnving	Rotebro IS	26:50
24	Samuel Larsson	IFK Enskede	105:12 26

Eskilstuna Weekend 12-14 juli

H60		Banlängder	2900	4300	4600		
Plac.	Namn	Klubb	Etapp 1	Etapp 2	Etapp 3	Sluttid	
1	Stig Pederson	För. Södertälje	23.13 3	34.37 1	42.17 1	100.07	
9	Bo Hedlund	IFK Enskede	28.56 15 <b>79</b>	49.11 15 <b>70</b>	46.57 3 <b>90</b>	125.04	

H55		Banlängder	3150	4925	4950		
Plac.	Namn	Klubb	Etapp 1	Etapp 2	Etapp 3	Sluttid	
1	Anders Sellgren	Sigtuna OK	25.58 5	37.41 1	38.47 2	102.26	
26	Roland Persson	IFK Enskede	29.16 18 <b>79</b>	49.55 21 <b>75</b>	65.31 35 <b>58</b>	144.42	

H21		Banlängder	4600	6800	8125		
Plac.	Namn	Klubb	Etapp 1	Etapp 2	Etapp 3	Sluttid	
1	Beat Okle	OLK Argus	31.13 2	44.34 1	58.14 1	134.01	
6	Pär Hedlund	IFK Enskede	33.48 9 <b>88</b>	49.57 9 <b>89</b>	65.23 7 <b>89</b>	149.08	
13	Patrik de Boussard	IFK Enskede	35.58 16 <b>83</b>	54.46 16 <b>81</b>	62.50 3 <b>93</b>	153.34	
14	Ulf Persson	IFK Enskede	32.15 6 <b>92</b>	58.25 23 <b>76</b>	63.35 5 <b>92</b>	154.15	
	Ove Hedlund	IFK Enskede	37.12 22 <b>80</b>	51.51 12 <b>86</b>	felst.		

D65		Banlängder	2650	3125	3275		
Plac.	Namn	Klubb	Etapp 1	Etapp 2	Etapp 3	Sluttid	
1	Britta Löwegren	Västerås SOK	48.12 5	40.02 1	57.03 2	145.17	
11	Elsa Esselöv	IFK Enskede	114.23 11 <b>39</b>	75.46 10 <b>53</b>	77.45 9 <b>73</b>	267.54	

## Klass: Ö7 13 juli

Pl.	Namn	Klubb	Et-tid
1	Göran Wellin	Hallstahammars OK	31.30
4	Johan Mellkvist	IFK Enskede	32.48 <b>76</b>



**Femdagars Etapp 1, 2002-07-21**

<b>Klass</b>	<b>PI Namn</b>	<b>Tid</b>	<b>Mtroj</b>	<b>Tid+</b>
H21 Motion	122 Mikael Hallendal	70:15	43	32:42
D55	81 Marianne Persson	43:11	69	13:29
D55 Motion	2 Gunilla Glanshed	33:56	89	0:11
D21	59 Nina Andersson	48:25	79	10:02
D21	130 Karin Lindskog	56:36	68	18:13
D21	155 Therese Martinsson	60:38	63	22:15
D21 Motion	15 Annika Granström	43:27	72	7:48
D21 Motion	45 Malin Albinsson	52:12	58	16:33
D21 Motion	85 Sofie Eriksson	60:38	49	24:59
D20 Lång	60 Martina Forsberg	72:14	52	34:48
U3	19 Christian Forsberg	35:34	61	14:02
D Nybörjare	31 Ulrika Nilsson	61:56	57	20:42
D Nybörjare	56 Ulrika Forsberg	92:04	35	50:50
D21 Kort	119 Elin Isgren	44:47	71	13:09
D50 Kort	17 Lena Alsheden	37:12	88	4:32
D65 Motion	24 Elsa Esselöv	54:38	56	18:43
H50 Kort	216 Gert Forsberg	56:09	56	24:52
H50 Kort	Per Lindskog	Ej start		
H55 Kort	112 Roland Persson	47:21	63	17:36
H55 Kort	138 Göran Glanshed	49:50	60	20:05
H60 Kort	36 Bo Hedlund	38:33	76	9:14
H60 Kort	123 Hugo Isgren	56:27	52	27:08
H21-2	59 Ulf Persson	49:26	84	7:56
H21-2	70 Per Forsberg	50:18	83	8:48
H21-2	87 Anders Granström	53:06	78	11:36
H21-2	90 Magnus Elwin	53:22	78	11:52
H21-2	100 Patric de Boussard	54:58	76	13:28
H21-2	105 Roger Nitsche	55:53	74	14:23
H21-2	132 Per Jansson	61:32	67	20:02
H21-2	154 Peter Albinsson	66:30	62	25:00
H21 Kort-1	173 Jörgen Glanshed	66:03	55	30:01
Dir Insk	51 Marika Elwin	21:18	41	8:22

**Femdagars Etapp 2, 2002-07-22**

<b>Klass</b>	<b>PI Namn</b>	<b>Tid</b>	<b>Tid+</b>	<b>E2pl</b>	<b>E2tid</b>	<b>Mtroj</b>	<b>E2tid+</b>
H21 Motion	128 Mikael Hallendal	145:16	62:22	127	75:01	47	32:11
D55	87 Marianne Persson	89:49	29:57	93	46:38	59	19:16
D55 Motion	1 Gunilla Glanshed	61:49	0:00	1	27:53	90	0:00
D21	26 Nina Andersson	96:34	14:38	15	48:09	90	4:36
D21	126 Karin Lindskog	119:54	37:58	121	63:18	69	19:45
D21	134 Therese Martinsson	123:59	42:03	122	63:21	69	19:48
D21 Motion	9 Annika Granström	91:54	17:37	11	48:27	70	9:49
D21 Motion	37 Malin Albinsson	105:36	31:19	33	53:24	62	14:46
D21 Motion	75 Sofie Eriksson	122:59	48:42	74	62:21	52	23:43
D20 Lång	58 Martina Forsberg	185:36	92:44	58	113:22	43	64:50
U3	22 Christian Forsberg	75:41	30:15	32	40:07	60	16:13
D Nybörjare	30 Ulrika Nilsson	107:17	34:22	37	45:21	54	16:08
D Nybörjare	52 Ulrika Forsberg	137:54	64:59	39	45:50	54	16:37
D21 Kort	80 Elin Isgren	95:44	24:43	64	50:57	71	14:51
D50 Kort	21 Lena Alsheden	77:51	11:12	30	40:39	77	9:12
D65 Motion	16 Elsa Esselöv	93:23	21:33	9	38:45	71	7:14
H50 Kort	216 Gert Forsberg	118:09	51:00	220	62:00	53	29:01
H50 Kort	Per Lindskog	Ej start			Ej start		
H55 Kort	87 Roland Persson	89:08	24:56	57	41:47	74	10:53
H55 Kort	126 Göran Glanshed	99:15	35:03	128	49:25	63	18:31
H60 Kort	30 Bo Hedlund	85:12	18:50	34	46:39	77	10:38
H60 Kort	107 Hugo Isgren	116:31	50:09	92	60:04	60	24:03
H21-2	49 Per Forsberg	120:34	20:02	43	70:16	84	11:14

H21-2	50 Ulf Persson	120:53	20:21	47	71:27	83	12:25
H21-2	64 Anders Granström	125:26	24:54	54	72:20	82	13:18
H21-2	74 Roger Nitsche	127:56	27:24	53	72:03	82	13:01
H21-2	75 Patric de Boussard	128:48	28:16	66	73:50	80	14:48
H21-2	89 Magnus Elwin	132:38	32:06	95	79:16	74	20:14
H21-2	96 Per Jansson	134:58	34:26	65	73:26	80	14:24
H21-2	126 Peter Albinsson	151:55	51:23	111	85:25	69	26:23
H21 Kort-1	165 Jörgen Glanshed	144:00	63:06	160	77:57	54	35:29

### **Femdagars Etapp 3, 2002-07-23**

<b>Klass</b>	<b>Pl Namn</b>	<b>Tid</b>	<b>Tid+</b>	<b>E3pl</b>	<b>E3tid</b>	<b>Mtroj</b>	<b>E3tid+</b>
H21 Motion	130 Mikael Hallendal	214:12	97:47	148	68:56	39	35:25
D55	75 Marianne Persson	137:30	39:46	64	47:41	71	13:45
D55 Motion	1 Gunilla Glanshed	96:52	0:00	2	35:03	85	1:47
D21	35 Nina Andersson	135:08	21:59	83	38:34	80	7:34
D21	119 Karin Lindskog	159:58	46:49	112	40:04	77	9:04
D21	129 Therese Martinsson	164:11	51:02	114	40:12	77	9:12
D21 Motion	8 Annika Granström	130:01	19:37	10	38:07	75	5:37
D21 Motion	45 Malin Albinsson	155:45	45:21	80	50:09	55	17:39
D21 Motion	82 Sofie Eriksson	180:00	69:36	98	57:01	47	24:31
D20 Lång	53 Martina Forsberg	252:16	110:38	52	66:40	63	24:56
U3	33 Christian Forsberg	133:33	61:56	48	57:52	44	32:24
D Nybörjare	32 Ulrika Nilsson	156:32	47:20	40	49:15	51	19:18
D Nybörjare	50 Ulrika Forsberg	194:06	84:54	49	56:12	43	26:15
D21 Kort	92 Elin Isgren	144:00	35:54	114	48:16	74	12:37
D50 Kort	26 Lena Alsheden	117:14	23:19	58	39:23	69	12:15
D65 Motion	26 Elsa Esselöv	170:38	59:04	37	77:15	37	40:41
H50 Kort	182 Gert Forsberg	151:51	55:52	62	33:42	80	6:50
H50 Kort	Per Lindskog	Ej start			Ej start		
H55 Kort	78 Roland Persson	122:50	33:35	56	33:42	74	8:39
H55 Kort	116 Göran Glanshed	138:29	49:14	113	39:14	64	14:11
H60 Kort	43 Bo Hedlund	120:50	26:58	87	35:38	62	13:36
H60 Kort	108 Hugo Isgren	157:09	63:17	110	40:38	54	18:36
H21-2	54 Anders Granström	178:19	34:01	45	52:53	83	9:07
H21-2	55 Patric de Boussard	178:42	34:24	20	49:54	88	6:08
H21-2	57 Per Forsberg	178:58	34:40	89	58:24	75	14:38
H21-2	60 Ulf Persson	179:35	35:17	91	58:42	75	14:56
H21-2	64 Roger Nitsche	180:44	36:26	43	52:48	83	9:02
H21-2	83 Magnus Elwin	189:27	45:09	76	56:49	77	13:03
H21-2	95 Per Jansson	194:54	50:36	97	59:56	73	16:10
H21-2	124 Peter Albinsson	221:48	77:30	132	69:53	63	26:07
H21 Kort-1	163 Jörgen Glanshed	209:07	89:51	168	65:07	58	27:08
Dir 4	Katarina Rundström			12	25:51	56	6:09

### **Femdagars Etapp 4, 2002-07-25**

<b>Klass</b>	<b>Pl Namn</b>	<b>Tid</b>	<b>Tid+</b>	<b>E4pl</b>	<b>E4tid</b>	<b>Mtroj</b>	<b>E4tid+</b>
H21 Motion	Mikael Hallendal	Ej start			Ej start		
D55	75 Marianne Persson	190:52	57:48	91	53:22	61	20:58
D55 Motion	1 Gunilla Glanshed	128:40	0:00	1	31:48	90	0:00
D21	18 Nina Andersson	176:25	24:26	8	41:17	94	2:30
D21	108 Karin Lindskog	212:11	60:12	93	52:13	74	13:26
D21	129 Therese Martinsson	222:05	70:06	130	57:54	67	19:07
D21 Motion	6 Annika Granström	164:49	15:06	1	34:48	90	0:00
D21 Motion	45 Malin Albinsson	203:26	53:43	48	47:41	63	12:53
D21 Motion	82 Sofie Eriksson	235:59	86:16	84	55:59	52	21:11
D20 Lång	51 Martina Forsberg	324:20	131:38	29	72:04	71	21:00
U3	32 Christian Forsberg	160:53	72:14	34	27:20	62	10:18
D Nybörjare	33 Ulrika Nilsson	202:04	65:56	45	45:32	49	18:36

D Nybörjare	47 Ulrika Forsberg	236:06	99:58	34	42:00	54	15:04
D21 Kort	92 Elin Isgren	192:27	49:59	113	48:27	67	15:46
D50 Kort	18 Lena Alsheden	157:21	26:26	13	40:07	89	4:19
D65 Motion	24 Elsa Esselöv	207:08	61:30	25	36:30	64	9:40
H50 Kort	160 Gert Forsberg	200:39	66:31	127	48:48	73	13:09
H55 Kort	75 Roland Persson	171:19	46:53	82	48:29	66	16:18
H55 Kort	117 Göran Glanshed	197:56	73:30	125	59:27	54	27:16
H60 Kort	25 Bo Hedlund	153:31	26:25	2	32:41	98	0:44
H60 Kort	95 Hugo Isgren	202:12	75:06	58	45:03	71	13:06
H21-2	46 Patric de Boussard	243:55	40:49	23	65:13	88	7:46
H21-2	50 Anders Granström	245:51	42:45	37	67:32	85	10:05
H21-2	54 Per Forsberg	248:58	45:52	52	70:00	82	12:33
H21-2	78 Magnus Elwin	265:21	62:15	83	75:54	76	18:27
H21-2	80 Per Jansson	265:28	62:22	56	70:34	81	13:07
H21-2	115 Peter Albinsson	307:41	104:35	118	85:53	67	28:26
H21-2	Roger Nitsche	Ej start			Ej start		
H21-2	Ulf Persson	Ej start			Ej start		
H21 Kort-1	152 Jörgen Glanshed	288:28	123:44	143	79:21	57	34:13
Dir 7	Katarina Rundström			98	49:38	24	27:53

### **Femdagars Etapp 5, 2002-07-26**

<b>Klass</b>	<b>Pl Namn</b>	<b>Tid</b>	<b>Tid+</b>	<b>E5pl</b>	<b>E5tid</b>	<b>E5tid+</b>
H21 Motion	Mikael Hallendal	Ej start		159	81:43	43:26
D55	69 Marianne Persson	237:13	70:14	67	46:21	14:54
D55	69 Marianne Persson	237:13	70:14	67	46:21	14:54
D55 Motion	1 Gunilla Glanshed	177:06	0:00	46	48:26	15:55
D21	15 Nina Andersson	226:27	18:09	23	50:02	4:09
D21	104 Karin Lindskog	274:00	65:42	115	61:49	15:56
D21	120 Therese Martinsson	288:48	80:30	136	66:43	20:50
D21 Motion	5 Annika Granström	207:44	9:17	4	42:55	2:51
D21 Motion	41 Malin Albinsson	259:46	61:19	61	56:20	16:16
D21 Motion	77 Sofie Eriksson	297:23	98:56	77	61:24	21:20
D20 Lång	49 Martina Forsberg	385:04	146:38	42	60:44	19:02
U3	34 Christian Forsberg	229:39	113:49	48	68:46	41:35
D Nybörjare	32 Ulrika Nilsson	257:53	88:23	39	55:49	24:49
D Nybörjare	45 Ulrika Forsberg	302:09	132:39	52	66:03	35:03
D21 Kort	Elin Isgren	Ej godk.			Ej godk	
D50 Kort	18 Lena Alsheden	195:46	30:47	29	38:25	6:39
D65 Motion	23 Elsa Esselöv	258:06	71:48	26	50:58	15:09
H50 Kort	147 Gert Forsberg	249:20	77:03	126	48:41	12:25
H50 Kort	Per Lindskog	Ej start			Ej start	
H55 Kort	76 Roland Persson	220:32	57:02	84	49:13	13:31
H55 Kort	118 Göran Glanshed	257:48	94:18	147	59:52	24:10
H60 Kort	23 Bo Hedlund	190:32	30:40	15	37:01	4:28
H60 Kort	90 Hugo Isgren	248:07	88:15	71	45:55	13:22
H21-2	42 Patric de Boussard	305:23	47:52	32	61:28	8:07
H21-2	46 Anders Granström	312:14	54:43	59	66:23	13:02
H21-2	47 Per Forsberg	312:59	55:28	45	64:01	10:40
H21-2	73 Magnus Elwin	336:11	78:40	80	70:50	17:29
H21-2	82 Per Jansson	339:44	82:13	94	74:16	20:55
H21-2	113 Peter Albinsson	386:06	128:35	114	78:25	25:04
H21-2	Roger Nitsche	Ej start			Ej start	
H21-2	Ulf Persson	Ej start			Ej start	
H21 Kort-1	146 Jörgen Glanshed	365:20	154:38	144	76:52	30:54
			<b>E5pl</b>	<b>E5tid</b>	<b>Mtroj</b>	<b>E5tid+</b>
Dir 7	Katarina Rundström		54	45:55	39	18:59
Dir Insk	Marika Elwin		90	24:56	31	12:11

## Tävlingsskalender för hösten 2002

Arrangör	Tävlingsdag	Tävlingstyp	Anmäl senast
HELLAS	SÖN 15 SEPT	KLASSISK	1 SEPT
SKARPNÄCK	LÖR 21 SEPT	UP-FINAL	8 SEPT
TUREBERG	SÖN 22 SEPT	KLASSISK	8 SEPT
LIDINGÖLOPPET	LÖR 28 SEPT	LÅNGLOPP	8 SEPT
ÖSTERÅKER	SÖN 29 SEPT	UNGDOMSKAVLE	15 SEPT
25-MANNA	LÖR 5 OKT	KAVLE	22 SEPT
SÖDERTÖRN	SÖN 6 OKT	KORT	22 SEPT
HALIKKO	FRE/SÖN 11-13 OKT	15-MANNA	1 SEPT
SMÅLANDSKAVLEN	LÖR/SÖN 26-27 OKT	KAVLE	6 OKT
SNÄTTRINGE	SÖN 3 NOV	HÖSTLUNKEN	20 OKT
MILA BY NIGHT	ONS 13 NOV	NATT	3 NOV
MILA BY NIGHT	ONS 11 DEC	NATT	1 DEC

### TÄVLINGSANMÄLARE

Roland Persson  
Mjölntartäppan 63  
136 53 HANINGE  
Telefon 500 270 75  
Fax 500 270 75  
E-post [roland.persson@mbox317.swipnet.se](mailto:roland.persson@mbox317.swipnet.se)

Eller:

[www.svenskidrott.se/a/ifkensk\\_ol](http://www.svenskidrott.se/a/ifkensk_ol)

## Kilometertidscupen 2002

Efter vårens kvältävlingar och åttondelsfinal återstår nu 16 löpare i A-gruppen och 18 st. i B-gruppen. Nästa deltävling är dag-DM som går den 25 augusti.

*Ulf Persson, domare*

A-Gruppen		B-Gruppen	
Namn	Kilometertid	Namn	Kilometertid
Malin Sandgren	14,76	Bo Hedlund	10,04
Sara Thomsen	14,59	Gert Forsberg	12,00
Ulla Eriksson	17,76	Patric de Boussard	8,48
Anders Österman	11,83	Nina Andersson	11,50
Anders Svärd	9,44	Magnus Elwin	8,45
Lena Alsheden	12,12	Gunnar Åsell	11,47
Anna Svärd	10,73	Per Lindskog	10,38
Gunell Balck	16,84	Jan Svärd	14,08
Henrik Österman	11,41	Ulf Persson	7,91
Marianne Persson	14,47	Fredrik Hedin	8,70
Josefin Andersson	15,28	Therese Martinsson	14,19
Christian Forsberg	11,79	Mats Larsson	9,94
Christopher Lindqvist	8,03	Mats Eriksson	10,14
Pär Hedlund	7,90	Göran Glanshed	12,13
Christer Hedin	10,60	Karin Lindskog	12,12
Roland Persson	10,02	Gunilla Glanshed	14,06
		Anna Perneby	16,16
		Marcus Carlberg	25,62

## Mästartröjan 2002

Herrar										
Plac	Namn	1	2	3	4	5	6	7	8	Totalt
1	Ulf Persson	100	100	96	92	92	86	84	84	734
2	Patric de Boussard	100	93	93	90	90	90	89	88	733
3	Bo Hedlund	98	90	90	88	87	87	79	78	697
4	Pär Hedlund	100	90	90	89	89	88	77	68	691
5	Roland Persson	90	85	81	79	79	79	79	75	647
6	Magnus Elwin	95	81	78	77	76	75	74	71	627
7	Per Lindskog	87	80	77	76	71	70	69	69	599
8	Anders Svärd	90	84	79	69	66	62	60	56	566
9	Gert Forsberg	84	80	73	69	66	64	61	56	553
10	Christian Forsberg	90	74	68	62	61	60	57	52	524
11	Christer Hedin	90	85	74	70	64	61	53		497
12	Göran Glanshed	68	66	64	63	63	60	56	54	494
13	Jan Albinsson	78	76	74	64	57	57	52		458
14	Jan Svärd	71	69	67	61	58	56	48		430
15	Peter Albinsson	77	69	67	63	62	50			388
16	Per Jansson	81	80	73	67	64				365
17	Christopher Lindqvist	97	93	89	85					364
18	Mats Larsson	75	74	73	70	55				347
19	Ove Hedlund	87	86	82	80					335
20	Jesper Karlsson	55	55	54	53	43	42	26		328
21	Anders Granström	85	83	82	78					328
22	Anders Österman	90	85	80	62	10				327
23	Pelle Forsberg	84	83	82	75					324
24	Roger Nitzche	83	82	75	74					314
25	Henrik Österman	83	80	76	59	10				308
26	Jonatan Lindell	81	64	56	55					256
27	Hugo Isgren	71	60	54	52					237
28	Per Bengtsson	87	78	67						232
29	Jörgen Glanshed	58	57	55	54					224
30	Fredrik Hedin	78	77	67						222
31	Samuel Larsson	77	57	37	26					197
32	Marcus Carlberg	66	45	38	24	10				183
33	Mattias Balck	90	84							174
34	Lars Hjulström	85	73							158
35	Mats Eriksson	80	75							155
36	Johan Mellqvist	76	61							137
37	Mikael Hallendal	47	43	39						129
38	Gunnar Åsell	71	41							112
39	Gunnar Persson	52	51							103
40	Johan Balck	71								71
41	Fredrik Sandgren	68								68

Damer										
Plac	Namn	1	2	3	4	5	6	7	8	Totalt
1	Nina de Boussard	100	100	100	100	94	90	90	90	764
2	Lena Alsheden	90	90	89	89	88	79	77	69	671
3	Anna Svärd	90	90	89	86	78	77	77	72	659
4	Gunilla Glanshed	90	90	89	85	80	75	75	63	647
5	Marianne Persson	85	84	78	71	69	69	68	67	591
6	Karin Lindskog	85	77	74	74	69	69	68	41	557
7	Martina Forsberg	84	80	74	73	71	63	58	52	555
8	Therese Martinsson	77	69	67	67	63	59	49		451
9	Elsa Esselöv	73	71	64	56	53	37	37		391
10	Sara Thomsen	60	54	53	53	53	52	48		373
11	Malin Sandgren	84	72	66	44	42	27			335
12	Gunnel Balck	80	78	59	58	37				312
13	Malin Albinsson	70	63	62	58	55				308
14	Annika Granström	90	75	72	70					307
15	Josefin Andersson	81	81	69	67					298
16	Elisabeth Svärd	82	73	63	33	28	18			297
17	Elin Isgren	74	71	71	67					283
18	Sofie Ericsson	52	52	49	47	47				247
19	Sofia Westerståhl	90	76	64						230
20	Ulrika Nilsson	57	54	51	49					211
21	Ulrika Forsberg	54	54	43	35					186
22	Ulla Eriksson	62	42	37						141
23	Katarina Rundström	56	39	24						119
24	Embla Hjulström	74	41							115
25	Annika Jansson	100								100
26	Esther Enoksson	94								94
27	Carina Persson	89								89
28	Marika Elwin	41	31							72
29	Åsa Persson	71								71
30	Anna Perneby	51								51
31	Erika Perneby	51								51
32	Jonna Rickard	42								42
33	Alice Roos	41								41

## Resultat Asikkala Jukola

Final rank	Number	Team	Country	Leg	Leg Name	Rank after leg	Result after leg	Leg time	Leg rank
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	1	de Boussard Debbo	210	1:23:24	1:23:24	210
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	2	Hedlund Oveofasa	341	3:05:54	1:42:30	469
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	3	Hjulström Lasse	361	4:55:33	1:49:38	483
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	4	Albinsson Petta	351	5:54:33	58:59	377
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	5	Eriksson Mats	290	6:43:31	48:57	136
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	6	Janson Perka	295	8:21:53	1:38:22	369
322	375	IFK ENSKEDE	SWE	7	Lindqvist Kricke	322	10:36:58	2:15:05	582
467	556	IFK ENSKEDE	SWE	1	Persson Åsa	249	49:39	49:39	249
467	556	IFK ENSKEDE	SWE	2	Ericsson Soffipropp	491	2:05:11	1:15:31	579
467	556	IFK ENSKEDE	SWE	3	Andersson Jossan	559	3:45:29	1:40:18	619
467	556	IFK ENSKEDE	SWE	4	Lindskog Tilltvåan	467	5:01:19	1:15:49	192

## Träningsprogram för september

### INFORMATION

Fram till 26 september tränar vi vid Kärrtorps IP. Efter det är ingen lokal klar för tillfället då Enskede Skola ska renoveras under hösten. Mer information om detta kommer att finnas på hemsidan och telefonsvararen.

**Telefonsvarare 39 43 69**

1	Sön		Nynäshamns OK	Kort-DM
2	Mån			
3	Tis			
4	Ons		Hökarängens skola	Natti-Natti
5	Tor	18.00	Kärrtorp	OI-träning
6	Fre			
7	Lör		Tullinge IFK Enskedes Årsfest	Tävling klassisk
8	Sön		Södertälje	Tävling klassisk
9	Mån			
10	Tis			
11	Ons	16-18	Telia	
12	Tor	18.00	Kärrtorp	OI-träning
13	Fre			
14	Lör			
15	Sön		Hellas	Tävling klassisk
16	Mån			
17	Tis			
18	Ons	16-18	Telia	
19	Tor	18.00	Kärrtorp	OI-träning
20	Fre			
21	Lör		Skarpnäck Norberg	Ungdomsseriefinal SM-budkaveln
22	Sön		Tureberg	Tävling klassisk
23	Mån			
24	Tis			
25	Ons	16-18	Telia	
26	Tor	18.00	Lokal ej klar*	löpning+innebandy, premiär
27	Fre			
28	Lör		Åkersberga Lidingö	Österåkerskaveln+klassisk Lidingöloppet
29	Sön			
30	Mån		Telia	natträning

## Träningsprogram för oktober

### INFORMATION

Kontrollera på vår hemsida eller telefonsvararen för senaste nytt angående lokal för torsdagsträningarna och platser för Ericssons och Telias träningstävlingar.

**Telefonsvarare 39 43 69**

1	Tis		Hökarängens skola	löpning+gympa
2	Ons		Telia	natträning
3	Tor	18.00	Lokal ej klar	löpning+innebandy
4	Fre			
5	Lör		Flottsbro	25-Manna
6	Sön		Flottsbro	Södertörn kortdistans
7	Mån		Ericsson	natträning
8	Tis			Natt-KM
9	Ons			
10	Tor	18.00	Lokal ej klar	löpning+innebandy
11	Fre			
12	Lör		Halikko	Halikko Viesti
13	Sön		Järäla	Lång-DM
14	Mån			
15	Tis	18.00	Hökarängens skola	löpning+gympa
16	Ons			
17	Tor	18.00	Lokal ej klar	löpning+innebandy
18	Fre			
19	Lör			
20	Sön			
21	Mån			
22	Tis	18.00	Hökarängens skola	löpning+gympa
23	Ons			
24	Tor	18.00	Lokal ej klar	löpning+innebandy
25	Fre			
26	Lör		Jönköping	Smålandskaveln
27	Sön		Jönköping	Smålandskaveln
28	Mån			
29	Tis	18.00	Hökarängens skola	löpning+gympa
30	Ons			
31	Tor	18.00	Lokal ej klar	löpning+innebandy