

# HÄSSELBY SK

Årsberättelse 2012





En av klubbens 115 SM-medaljer, och en av de roligaste. Lisa Duffy avgör 1 000-metersstafetten i Fig-klassen vid stafett-SM. I bakgrunden jublar Jessica Östlund, Rebecca Larsson och Sofia Johnsson.

# Strong avslutning av klubbens första sekel

Det sista året av Hässelby SK:s första sekel blev ett av de mest framgångsrika åren hittills för klubbens friidrottare med fler SM-medaljer och fler SM-poäng än någonsin. Dessutom fler deltagare i OS än någon gång tidigare.

2012 var ett bra avstamp mot 2013 då Hässelby SK fyller 100 år!

Här är några av höjdpunkterna under 2012:

- Isabellah Andersson, Angelica Bengtsson och Jessica Samuelsson tävlade alla i de 27:e olympiska spelen som avgjordes i London. Jessica noterade nytt personbästa med 6 300 poäng när hon kom på fjortonde plats i sjukamp. Isabellah Andersson var artonde löpare i maraton med 2.27.36.
- 19-åriga Angelica Bengtsson klarade 4,25 i kvalet i stav.
- Angelica Bengtsson försvarade sin seger i stav vid junior-VM som avgjordes i Barcelona.
- Jessica Samuelsson och Mattias Jons gladdes Hässelbys tappra hejklack i ett regnigt och kylslaget Helsingfors Olympiastadion med att bli sexa i sjukamp respektive slägga vid EM.
- Isabellah Andersson och Angelica Bengtsson noterade nya svenska rekord i halv maraton respektive stav.
- 29 friidrottare från Hässelby deltog i ungdoms-, junior- eller seniorlandslaget under 2012. Det är den högsta siffran någonsin.
- Hässelbys friidrottare kammade under 2012 hem hela 115 SM-medaljer för ungdomar, juniorer och seniorer. Det var 45 medaljer mer än vad någon annan klubb mäktade med. Det blev 38 guld, 36 silver och 41 brons.

- När det gäller SM-poäng för placeringar bland de sex främsta i USM, JSM och SM samlade klubbens aktiva ihop 775 poäng – den högsta summa som någonsin noterats. Näst bästa förening hade 487 poäng.
- Även när det gäller de löpartävlingar som Hässelby SK arrangerar tillsammans med Spårvägens FK noterades rekord med 257 000 anmälda deltagare.

## 13 medaljer i Svealandsmästerskapen

För 13- och 14-åringarna är Svealandsmästerskapen den högsta tävlingsnivån. Vid dessa mästerskap inomhus och utomhus tog Hässelbys deltagare 13 medaljer.

Bäst lyckades Patrik Lindstedt som vann diskus och slägga för 13-åringarna. Han tog dessutom en silver- och en bronsmedalj. Elienor Werner och Jakob Samuelsson segrade båda i stav för 14-åringar vid Svealandsmästerskapen inomhus. Elienor klarade 3,45 vilket är ett mycket bra resultat för en 14-åring. Sprintern Noa Jonsson vann tre medaljer.

## Frammarsch på ungdomssidan

2012 var Hässelbys bästa år på länge när det gäller ungdoms-SM med totalt 260 SM-poäng för placeringar bland de sex främsta i 15-, 16- och 17-årsklasserna.

I lag-SM för 17 år och yngre kom Hässelby för andra året i följd på andra plats. Tre ungdomar deltog i U-Finnkampen. Isabelle Brauer vann 3 000. Fredrik Samuelsson var tvåa och Jesper Hellström fyra i tresteg. Dessutom vann Fredrik det nordiska ungdomsmästerskapet i tiokamp.

Fyra talangfulla ungdomar tog vardera tre individuella guld i USM.

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FRIIDROTTSKLUBBEN HÄSSELBY SK 2012

Fredrik Samuelsson, som 2012 gjorde sin första fulla säsong där han koncentrerade sig helt på friidrott, vann sjukamp inomhus och tiokamp utomhus i P17-klassen. Han överraskade sedan med att vinna även tresteg. Utöver detta tog Fredrik sex bronsmedaljer i USM.

Axel Ohlson vann tre USM-guld i 16-årsklassen; kula inomhus och utomhus samt tiokamp. Han demonstrerade sin allsidighet genom att vara med i Hässelbys lag som tog brons i terränglöpning i P17-klassen.

De två löparna Isabelle Brauer och Astrid Rosvall tog också tre individuella USM-guld. Isabelle segrade i terräng samt på 1 500 och 3 000 m. Astrid vann 1 000 m inomhus och sedan terräng och 800 m utomhus. Båda sprang dessutom i Hässelbys vinnande lag på 4x800 m i stafett-SM för seniorer.

### Två också bland juniorerna

På ungdomssidan var Hässelby näst bästa klubb 2012, och det blev samma placering bland juniorerna.

Rickard Gunnarsson och Elmar Engholm tog en dubbelseger i M22-klassen på 1 500 m när JSM avgjordes på Sollentunavallen. Ida Storm segrade i slägga i samma åldersklass.

I 19-årsklassen blev de tre JSM-guld; Lisa Duffy på 400 m, Farydah Inoussa i längd och Niklas Lindstedt i kula.

Sensommarens sensation Lisa Duffy säkrade en bejublad seger på slutsträckan i 1 000-metersstafetten vid Stafett-SM. I laget ingick dessutom Jessica Östlund, Rebecca Larsson och Sofia Johnsson.

Hela 14 friidrottare från Hässelby tävlade i juniorlandslaget:

- Junior-VM 19 år: Angelica Bengtsson.
- EM terränglöpning 19 år: Isabelle Brauer, Sarah Lahti och Andreas Jansson.
- Nordisk landskamp 22 år: Rickard Gunnarsson, Emil Blomberg och Ida Storm.
- Nordisk landskamp 19 år: Lisa Duffy, Charlotte Skogström, Niklas Lindstedt, Farydah Inoussa och Edvin Räsberg
- NM Mångkamp 19 år: Malin Skogström och Sofia Johnsson.

### Seniorerna nummer ett ännu ett år

På seniorsidan var Hässelby ytterligare ett år nummer ett. Damerna tog hem mästerskapsstandaren som utdelas till bästa SM-klubb för 13:e gången de 17 senaste åren. Herrarna kom på andra plats. Sammanlagt herrar plus damer var Hässelby klar etta.

Det blev hela sju guld vid terräng-SM, två guld i halvmaraton, ett i stafett och

fem vid Stora SM.

15 friidrottare från Hässelby tävlade i seniorlandslaget under 2012.

Jessica Samuelsson (sjukamp) och Mattias Jons (slägga) kom båda på sjätte plats vid EM i Helsingfors. Angelica Bengtsson motsvarade favoritskapet och vann stav i Finnkampen.

Här är årets samtliga landslagsdeltagare:

- OS: Jessica Samuelsson, Isabellah Andersson och Angelica Bengtsson.
- EM: Jessica Samuelsson, Mattias Jons, Angelica Bengtsson och Adil Bouafif.
- European Challenge 10 000 m: Louise Wiker.
- European Winter Throwing Challenge: Mattias Jons.
- Nordic Challenge 10 000 m: Andreas Åhwall och Louise Wiker.
- NM terränglöpning: Andreas Åhwall och Sanna Mustonen.
- Nordisk inomhuskamp: Nacerddine Hallil, Jessica Samuelsson och Mats Olsson.
- Finnkampen: Angelica Bengtsson, Isabellah Andersson, Catarina Andersson, Mattias Jons, Jessica Samuelsson, Lisa Duffy, Madeleine Larsson, Hanna Bartholomew och Niklas Larsson.

### Nära storslam vid terräng-SM

Utomhussäsongens första SM-tävling avgjordes i Linköping i skönt vårväder den 28-29 april. Terräng-SM blev en stor framgång för Hässelby som tog hem alla guldmedaljerna på seniorsidan.

Adil Bouafif, Nacerddine Hallil och Andreas Åhwall ordnade en trippelseger på 4 km. Givetvis vann denna trio lagtävlingen överlägset. Andralaget var trea, fyra sekunder från silvermedaljen.

På 12 km spräckte Mikael Ekvall från Strömstad Hässelbys trippelseger genom att besegra Åhwall med 11 sekunder. Även här vann Adil Bouafif före Nacerddine Hallil. Här blev det dubbelseger i lagtävlingen.

Isabellah Andersson vann som väntat både 4 km och 8 km. På den kortare distansen blev Hanna Bartholomew trea och Louise Wiker fyra. Dessa tre var överlägsna i lagtävlingen där Hässelbys andralag var trea.

På 8 km blev det ej någon lagtävling eftersom endast två klubbar anmält minst tre löpare.

På ungdomssidan blev det ytterligare tre förstaplaceringar. Isabelle Brauer vann F16-klassen och Astrid Rosvall F15-klassen. I F15 blev det lagseger genom Astrid Rosvall, Klara Henriksson och Hilda Hardell.

Sju SM-guld på seniorsidan är den bästa utdelningen någonsin. När terräng-SM avgjordes i Slottskogsparken i Göteborg 1997 blev det sex segrar.

Isabellah Andersson och Nacerddine Hallil följde upp framgångarna i terräng genom att ta väntade segrar när SM i halvmaraton avgjordes vid Göteborgs-Varvet den 12 maj.

Maraton-SM blev däremot ett bakslag. Isabellah Andersson avstod från att springa för att ladda inför OS. Mästerskapet, som avgjordes vid ASICS Stockholm Marathon den 2 juni, bjöd på rekorddåligt väder med tre plusgrader, regn och blåst. Många bröt. Niklas Andersson var nu klubbens bäst placerade löpare med 13:e plats i SM.

### Dubbla silver i lag-SM

Lagtävlingar har av tradition hög prioritet inom Hässelby SK. När friidrotten gjorde en nystart 1958 efter att ha legat nere sedan slutet av 40-talet var den första tävling som Hässelby deltog i en klubbmatch mot Rimbo.

Vid 2012 års lag-SM blev det klara andraplaceringar både för herr- och damlaget. Det var tionde året i följd som båda lagen tog medalj.

Hässelby hade tio grensegrar.

Herrar: Nacerddine Hallil (1 500 m), Haben Idris (5 000 m), Anderas Andersson (110 m häck), Andreas Åhwall (3 000 m hinder), Mattias Jons (slägga) och Olof Hansson (spjut).

Damer: Louise Martin (400 m häck), Angelica Bengtsson (stav), Linda Bergh (längd) och Jessica Samuelsson (kula).

### Fem guld vid stora SM

Stora SM avgjordes på Stockholms Stadion den 24–26 augusti. Att tävlingen förlagts till just Stadion detta år var ett led i kampanjen för att rädda löparbanorna på världens främsta friidrottsarena. Kampanjen föranleddes av att Djurgårdens IF agerat för att göra om denna klassiska arena till en fotbollsarena. Djurgårdens IF accepterade till sist att spela sina hemmamatcher i den nya arenan vid Globen.

Stora SM 2012 gav fem guldmedaljer; Isabellah Andersson vann 5 000 m och 10 000 m. På 5 000 blev det dubbelseger. Här var Hanna Bartholomew tvåa.

Angelica Bengtsson segrade i stav. Mattias Jons vann slägga och Nacerddine Hallil tog hem 5 000 m.

Dessutom blev det fem silver och två brons samt ytterligare 16 placeringar bland de sex bästa.

– Vem f-n är Lisa Duffy, undrade en insatt friidrottsledare när Lisa sprang i



De tre medaljörerna på 4 km vid terräng-SM. Andreas Åhwall, Adil Bouafif och Nacerddine Hallil vann givetvis lagtävlingen.



Hilda Hardell, Astrid Rosvall och Klara Henriksson etta i lag för F15 i terräng-SM.

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE FRIIDROTTSKLUBBEN HÄSSELBY SK 2012

mål som tvåa. Två veckor tidigare presenterade hon sig på denna distans genom att överraskande vinna 19-årsklassen vid JSM. Nu överraskade hon en gång till genom att bli tvåa bland seniörerna.

Tyvärr var Adil Bouafif, stark medaljaspitant på både 5 000 m och 10 000 m, skadad. Därmed försvann förhoppningen om att kunna matcha Spårvägen i kampen om segern när det gällde herrarnas Mästerskapsstandar.

### Philip bäst på längre distanser

Philip von Rosen har tävlat för Hässelby i många år, dock utan större framgångar. Han började på kortare distanser och har sedan efterhand flyttat upp till allt längre sträckor.

Till sist har Philip fastnat för ultralöpning, d.v.s. tävlingar på distanser som är längre än maratonsträckan 42 195 meter.

2012 debuterade Philip på 100 km när han ställde upp vid SM som avgjordes i Adak i Västerbotten. Philip gladdes med att gå under åtta timmar. Han blev tvåa med tiden 7:56.49 – fyra minuter och två sekunder efter vinnaren.



### Bred satsning

Hässelby fortsätter att satsa både på elit och bredd. Klubben har under 2012 haft fler SM-deltagare än någon annan förening. Hässelby har dessutom alltid en stark stab på plats vid SM-tävlingar med ledare, tränare och sjukgymnaster/massörer.

### Ungdomsträning

Genom samarbete mellan flera tränare och olika grupper kan klubben numera erbjuda fler träningsstillfällen och ökad flexibilitet för våra aktiva. Med fler träningsstillfällen att välja mellan kan aktiva som idrottar i fler idrotter slippa att tvingas välja i tidig ålder vilket är något som föreningen prioriterar.

Hässelby IP är basen för vår ungdomsverksamhet. 2012 hade klubben fem träningsgrupper för ungdomar 10–13 år. 15 ungdomstränare är engagerade för denna verksamhet. Idrottsplatsen sjuder av verksamhet på vardagskvällarna när flera olika träningsgrupper samsas om utrymmet.

### Träning för de äldre

Ungdomar från 14 år och äldre, juniorer och seniörer, bedriver en mer specialiserad träning. För dessa aktiva är hela 27 tränare engagerade. Några av tränarna har stora träningsgrupper, andra tränare har bara hand om en eller två aktiva.

För vuxna som inte vill göra en elitsatsning finns en långlöpargrupp som har träning två dagar i veckan under ledning av Rune Stiernström och Marianne Fricke.

Klubbens verksamhet är upplagd så att alla ska kunna träna på den nivå han eller hon har ambition och talang för.

### Måndagskul – prova på friidrott

Måndagskul är Hässelbys satsning för de barn/ungdomar 9–14 år gamla som vill prova på friidrott. Tanken är att ge alla intresserade möjlighet att träna friidrott under våren och hösten då verksamheten kan bedrivas på Hässelby IP. Under vinterhalvåret gör de dåliga träningsmöjligheterna inomhus i Hässelby det omöjligt med en så bred verksamhet.

Vid sex måndagar på våren och sex måndagar på hösten var det Måndagskul på Hässelby IP. Angelica Engberg var ansvarig för verksamheten tillsammans med några av klubbens juniorer. 116 ungdomar deltog i Måndagskul 2012.

Bland föräldrarna till barnen som deltog i Måndagskul har nya ledare rekryterats. På detta sätt kunde nya ungdomsgrupper för pojkar och flickor startas under hösten. Dessutom fick äldre ungdomar plats i befintliga grupper.

Alla som önskade fortsätta med friidrott i klubbens regi fick på detta sätt plats i någon grupp. Mångagskul är ett naturligt sätt att slussa in nya barn i Hässelbys ungdomsträning.

### 661 pojkar och flickor i Hässelbys Friidrottsskola

Hässelby SK arrangerar sedan flera år en populär Friidrottsskola på Hässelby IP. Friidrottsskolan är öppen för pojkar och flickor 7–14 år gamla.

Albin Johansson hade ansvaret för att informera om Friidrottsskolan. Under våren 2012 kontaktades ett 20-tal skolor i Hässelby, Järfälla och Spånga.

Friidrottsskolan har vuxit snabbt de senaste åren; från 208 barn år 2006 till 661 år 2012.

2012 var Friidrottsskolan öppen under sommarlovet tre första veckor samt lovet sista vecka. Under Friidrottsskolan får ungdomarna prova på friidrottens olika grenar såsom höjdhopp, längdhopp, löpning, spjutkastning och kulstötning.

Angelica Engberg och Jehnny Johansson hade tillsammans med Linda-Marie Mårtensson huvudansvaret för denna verksamhet. Varje vecka har 20–

25 aktiva från klubben medverkat som instruktörer.

Svenska Bostäder och Familjebostäder stöttade Friidrottsskolan genom att subventionera anmälningsavgiften för barn som bor i företagets hus.

### Fyra i SOK:s och SFIF:s uppföljning

Fyra friidrottare från Hässelby har under 2012 ingått i Sveriges Olympiska Kommittés eller Svenska Friidrottsförbundets elitsatsning.

• SOK:s topp- och talangprogram: Isabellah Andersson, Jessica Samuelsson och Angelica Bengtsson.

• SFIF:s mästerskapsgrupp: Mattias Jons.

Märkligt nog fick Adil Bouafif inte plats bland de 31 som ingick i SFIF:s mästerskapsgrupp.

SOK:s topp- och talangprogram innefattar ett betydande ekonomiskt stöd till den aktive och hans/hennes tränare. I SFIF:s mästerskapsgrupp handlar det främst om möjlighet att vara med i olika aktiviteter, t.ex. träningsläger.

### Utmärkelser 2012

• Årets bästa prestation: Jessica Samuelsson för sjätte plats i sjukamp vid EM och fjortonde plats i sjukamp vid OS. Jessica noterade nya personliga rekord i båda tävlingarna; 6 262 poäng i EM och 6 300 poäng i OS.

• Årets Bragd: Angelica Bengtsson för försvarat JVM-guld i stav med ett resultat på 4,50. Angelica vann dessutom SM och Finnkampen och förbättrade sitt eget svenska rekord till 4,58.

• Årets herrjunior: Niklas Lindstedt för seger i kula vid JSM.

• Årets damjunior: Lisa Duffy för seger på 400 m i JSM och silver på samma distans i senior-SM.

• Årets U-pojke: Fredrik Samuelsson för tre USM-guld samt seger i Nordiska ungdomsmästerskapen i tiokamp.

• Årets U-flicka: Isabelle Brauer för tre USM-guld, seger på 3 000 m U-Finnkampen samt guld på 4x800 m för seniörer i stafett-SM.

• Silfvers hederspris: Elienor Werner, Jesper Hellström, Klara Henriksson och Hilda Hardell

• Lars-Johan Oscarssons hederspris: Veronica Enblom, Marcus Jaurell, Simon Nilsson, Nora Karlsson Kazeem, Amanda Hansson och Patrik Lindstedt.

### Hallgruppen arbetar för hall i Västerort

Träningsmöjligheterna för friidrottare är dåliga i Västerort under vinterhalvåret. Ungdomar 13 år och yngre tränar i styrkelokalerna och i olika gymnastiksalarna i Hässelby. Dessa gymnastiksalarna är små och inte lämpliga för friidrottsträning. De friidrottare som är 15 år eller äldre tränar under vinterhalvåret i Sättrahallen och i styrkelokalerna på Hässelby IP. Det blir många och långa resor till Sättrahallen.

Hässelby SK:s hallgrupp arbetar därför för att försöka få till stånd en inomhushall i nordvästra Stockholm. Denna hall måste fram om klubben ska kunna fortsätta bedriva en bred verksamhet.

Troligen kommer det att krävas en ekonomisk insats från Hässelby för att hallen ska komma till stånd. Föreningen får sedan troligen också ta ett ekonomiskt ansvar när det gäller driften av hallen.

I väntan på en fullstor inomhushall jobbar hallgruppen för en enklare övertäckning/tält som ska sättas upp på Hässelby IP, på det 100 meter långa upploppet. Detta skulle förbättra träningsmöjligheterna under vinterhalvåret betydligt.

I hallgruppen ingår: Bo Majling, David Hammarström, Göran Davidsson, Ingegerd Bills, Marianne Fricke, Bengt Olsson och Johan Engholm.



Varje vecka är en av klubbens landslagsaktiva gästtränare på Friidrottsskolan. Här är det Louise Wiker som får skriva autografer.

## Goda träningsmöjligheter under sommarhalvåret

Med allvädersbanor som lades 2006, en funktionell kastplan, nya omklädningsrum, välutrustad styrketräningslokal och goda möjligheter till distanslöpning i omgivningarna erbjuder Hässelby IP förstklassiga träningsmöjligheter under utomhussäsongen.

## Viktigt stöd från Idrottslyftet

Med fortsatt stöd från den statliga satsningen Idrottslyftet har föreningen kunnat genomföra en rad projekt under verksamhetsåret 2012. Projekten är betydelsefulla inslag för att motivera både ledare och aktiva inom föreningen. Här nedan listar vi de projekt Hässelby SK fått stöd för:

- Måndagskul som är vårt "prova på friidrott" projekt bedrivs under vår och höst 2012.
- Träningsläger Nerja, Spanien, april 2012 för juniorer och seniorer med Magnus Wickert och Conny Silfver som ansvarig.
- Idrottsutbyte med vänorten Landau i Tyskland under april 2012 för medel- och långdistanslöpare med Johan Engholm som ansvarig
- Förbättring av ungdomsgruppernas redskapsbank för inomhusträning i skolsalar.
- Förbättring av barn- och ungdomsredskap för utomhusbruk på Hässelby IP.
- Klubben har också erhållit bidrag för ett antal kurser/delar av kurser arrangerade av Stockholms Friidrottsförbund, Svenska Friidrottsförbundet och Sisu Idrottsutbildarna.

## Utbildning

- Albin Johansson och Mattias Jons avslutade under 2012 Svenska Friidrottsförbundets juniortränerutbildning.
- Magnus Wickert, Conny Silfver och Jan Samuelsson gick European sprints/hurdles and jumps, uppföljning arrangerat i Falun.
- Seminarium Trygga möten för styrelse, tränare och alla intresserade i klubben med Kerstin Aronsson från scoutrörelsen.
- Ledarutbildning i Stockholms Friidrottsförbunds regi: Barnledarutbildning 10–12 år: Cecilia Welander, Magdalena Elinder, Inger Ekelöf och Ulla Boman. Friidrott i gymnastiksal: Torbjörn Sandberg, Albin Johansson och Ulla Boman.
- Ledarutbildning för Friidrottskolans och Måndagskuls ungdomsledare med hjälp av Sisu Idrottsutbildarna.
- Amanda Teilus och Angelica Engberg har gått utbildning för unga ledare.
- Magnus Wickert har arrangerat utbildning för nya tränare av ungdomar.
- Inbjudna föreläsare under året: Naprapat Christer Fernström har föreläst om hur man kan undvika skador. Susanne Larsson från Sisu har talat om kost och näringsbehov för löpare. Fredrik Elinder har föreläst om ultralöpning.

## Långvarigt och framgångsrikt samarbete med Spårvägen

Grunden för Hässelbys omfattande och framgångsrika verksamhet i friidrott är de löpartävlingar som klubben arrangerar tillsammans med Spårvägens FK. Detta samarbete inleddes i november 1978 med planeringen för den första upplagan av Stockholm Marathon.

Inga svenska friidrottsklubbar har någonsin varit lika framgångsrika som Hässelby och Spårvägen när det gäller tävlingsarrangemang.

På klubbarnas gemensamma tävlingskansli, som nu flyttats till Alvik, var under 2012 16 personer anställda på heltid och tre på deltid.

Intresset för loppet ökade under 2012 då sammanlagt 257 000 löpare

anmälde sig till de tävlingar som Hässelby och Spårvägen arrangerar. Det är 16 000 fler än 2011 och också den högsta siffran någonsin.

**ASICS Stockholm Marathon** har hela tiden varit Hässelbys och Spårvägens viktigaste tävling. Maxgränsen 21 000 anmälda passerades redan den 12 december 2011. Till sist var 21 266 löpare från 83 nationer anmälda. Båda siffrorna är rekord.

Löparna fick slita mycket hårt. Det hade inte gått att hitta en vidrigare dag att genomföra ett maratonlopp än denna lördag. Kvicksilvret var nere på tre grader strax efter start och kröp sen upp till fyra. Vinden låg på runt tio meter per sekund med kastbyar upp till 18 meter per sekund. Lägg på ihållande regn på det och vi får genomfrusna löpare.

Trots det kyligaste vädret i loppets historia, och den kallaste junidagen i Stockholm på över 50 år, var det inte många av de anmälda som stannade hemma. 15 949 startande i den 34:e upplagan av ASICS Stockholm Marathon avgjordes den 2 juni. Det är nästan lika många som fjolårets rekordsiffra.

Överraskande få bröt i ruskvädret. 14 676 hjältar tog sig hela vägen i mål. Det innebär att 92 procent av de startande fullföljde, att jämföra med fjolårets 96 procent, i goda förhållanden.

En stor eloge också till alla funktionärer som jobbade heroiskt i regn, blåst och kyla.

I ruskvädret var det inte lika täta åskådardel som normalt runt banan. Istället följde de intresserade loppet via TV och Internet. Över en miljon tittare såg direktsändningen i TV4. Loppets hemsida hade 335 000 unika besökare.

**Stockholm Mini Marathon** är landets näst största ungdomstävling i friidrott.

2012 var 7 416 pojkar och flickor mellan 5 och 17 år anmälda till detta lopp som har målgång på Stockholms Stadion.

**Vår Ruset** håller positionen som landets klart största löparserie. 2012 genomfördes 17 Vår Ruset-lopp i 16 städer från Luleå i norr till Malmö i söder. Dessa 5 km-lopp för kvinnor lockade totalt 131 000 anmälda. Till de två loppen i Stockholm var 32 158 anmälda – nära två tusen fler än 2011.

2012 firades 100-årsjubileet av OS i Stockholm 1912. Det mest uppmärksammade inslag under detta jubileumsår var **Jubileumsmarathon** som startade kl. 13.48 lördagen den 14 juli – på minuten 100 år efter starten för det olympiska maratonloppet. Jubileumsmarathon genomfördes i fint löparväder och blev en stor framgång med mycket åskådare längs banan från Stockholms Stadion ut till vändpunkten vid Sollentuna kyrka och tillbaka. Många löpare och åskådare var klädda i kläder modell 1912.

10 510 löpare från 65 länder är anmälda till detta det näst största maratonloppet någonsin i Sverige. Intresset var mycket stort. Anmälan stängdes elva månader före tävlingsdagen.

**Bellmanstafetten** är sedan länge landets största stafettlöpning. Denna stafett över 5x5 km, som avgörs på Norra Djurgården, genomförs under två dagar. 2012 var 2 984 lag med 14 920 löpare anmälda.

32 111 löpare var anmälda till **Tjejmilen**. Det innebär att deltagarantalet i landets största idrottsevenemang för kvinnor ökat med 10 000 löpare de fem senaste åren. Anmälan stängdes drygt en månad före tävlingsdagen som var lördag 1 september. Efter mycket regn dagarna före Tjejmilen var det blött och lerigt vid målet på Gärdet.

**DN Stockholm Halvmarathon** noterades åter nytt rekord med 16 688 anmälda – drygt 1 500 fler än året före. På fem år har antalet anmälda ökat med 7 500.

**Tjur Ruset** har noterat kraftigt ökade deltagarsiffror de senaste åren. 2012 blev det nytt rekord med 6 704 löpare i detta annorlunda och tuffa terränglopp. Anmälan stängdes nära sex månader före tävlingsdagen. Ungdomsloppet **Kalv Ruset** noterade också rekord – 664 anmälda.

Andra lopp som Hässelby och Spårvägen svarar för: **Premiärmilen** (4 231 anmälda), terrängloppet **Spring Cross** (2 931 anmälda), **Parloppet** (1 178 par – 2 356 löpare), **iForm-loppet** (1 963 anmälda), **Topploppet** (4 111 anmälda) samt ungdomstävlingen **Lilla Tjejmilen** (888 anmälda).

Vid **XL-galan** som avgjordes i Ericsson Globe torsdagen den 23 februari noterade Jelena Isinbajeva från Ryssland nytt världsrekord i stav med 5,01. Den två timmar långa direktsändningen i TV4 sågs av 700 000 tittare.

**Sollentuna GP** arrangeras på Sollentunavallen i samarbete med Turebergs FK. Här imponerade Angelica Bengtsson med att förbättra sitt eget svenska rekord i stav till 4,58.



Lördag 2 juni: Tre plusgrader, regn och blåst. Inget vidare väder för ett maratonlopp.



Det var sköna höstfärger när den 25:a upplagan av Hässelbyloppet genomfördes med rekorddeltagande den 14 oktober.

## Hässelbyloppet och andra egna tävlingar

Hässelbyloppet, som arrangerades för 25:e gången söndagen den 14 oktober, samlade för första gången över 7 000 löpare. Nu var 7 062 anmälda – 1 006 fler än 2011 och 6 450 fler än år 2 000. Anmälan stängdes tre veckor före tävlingsdagen då maxgränsen 7 000 anmälda passerats. 41 procent av de anmälda var kvinnor.

Vid målet på Hässelby IP fanns nära två tusen åskådare.

För tredje året i följd var Hässelbyloppet landets resultatmässigt bästa 10 km-lopp. Tre manliga löpare sprang under 30 minuter. Musael Temseghen från Hälle IF vann herrklassen på 29.33 – den tredje snabbaste tiden någonsin.

Meraf Bahta från Hälle noterade nytt banrekord när hon vann damklassen på 33.40. Fyra löpare i damklassen sprang på 35.00 eller snabbare.

Bengt Alfredsson var tävlingsledare för Hässelbyloppet som numer är en betydande inkomstkälla för föreningen.

Lilla XL-galan för ungdomar 9 – 15 år gamla arrangerades i Sättrahall lördagen den 4 februari. 588 pojkar och flickor var anmälda. De gjorde tillsammans 1 257. Den största grenen var som vanligt 13-åringarnas stafett 4x200 m – genrep för XL-galan i Globen – med 53 anmälda lag. Alla deltagare belönades med Lilla XL-galans T-shirt.

Under hösten ordnades fyra Castorama-tävlingar på Hässelby IP.

## Avgörande för klubbens ekonomi

Inkomsterna från löpartävlingarna svarar för drygt 85 % av hela klubbens totala intäkter. Friidrottsgalorna ger inget ekonomiskt överskott utan arrangeras för att göra PR för friidrotten och för att skapa goda tävlingsmöjligheter för landets bästa friidrottare.

## Omfattande ideellt arbete grunden för verksamheten

Många personer är engagerade i arbetet med att driva Hässelbys friidrottsverksamhet. Det mesta av klubbarbetet sköts av ideella ledare och tränare.

De stora tävlingar som Hässelby svarar för tillsammans med Spårvägens FK utgör den ekonomiska grunden för båda föreningarnas verksamhet. För att kunna genomföra dessa stora evenemang måste alla äldre aktiva ställa upp som funktionärer vid dessa tävlingar minst sex gånger per år. Föräldrarna till de yngre aktiva samt motionslöparna får ställa upp minst tre gånger per år.

Utän allt ideellt arbete som ledare, tränare, aktiva och föräldrar lägger ned skulle inte klubben fungera. Klubbens styrelse vill passa på att tacka alla som ställt upp och jobbat för Hässelby SK under 2012!

## Hässelbys kansli

Från klubbens kansli på Hässelby IP sköts mycket av klubbens administrativa arbete. Under 2012 har Marianne Fricke haft en 90 % tjänst där hon främst arbetat med administration och ekonomi. Magnus Wickert har arbetat 30 % på kansliet och 70 % som tränare och ungdomsansvarig.

Conny Silfver har varit heltidsanställd tränare och har haft huvudansvaret för junior- och seniorträningen. Albin Johansson har haft en 85 % tjänst där han arbetat som löptränare samt arbetat med service till elitsatsande juniorer och seniorer och med Friidrottskolan och Hässelbyloppet. Conny Sundh har varit deltidsanställd som löptränare.

## Klubbens hemsida

På klubbens hemsida HSKfriidrott.se publicerades 239 artiklar under 2012, de flesta skrivna av Anders Olsson. Även Magnus Wickert, Marianne Fricke, Johan Engholm och Andreas Rehnberg har varit flitiga skribenter på sidan. Många av bilder till hemsidan har levererats av Deca Text & Bild.

På hemsidan publicerades också 14 bildreportage samt kontinuerlig information från kansliet. Sidan vänder sig främst till klubbens medlemmar.

## 757 medlemmar

2012 hade Friidrottsföreningen Hässelby SK 757 medlemmarna (359 kvinnor och 406 män). 255 av dem var 15 år eller yngre.

## Klubbens styrelse

Styrelsen för Friidrottsföreningen Hässelby SK under 2012:

- Ordförande: Bengt Olsson.
  - Vice ordförande: Bodil Torelm.
  - Kassör: Andreas Rehnberg.
  - Sekreterare: Mateusz Stec.
  - Ledamöter: Johan Engholm, Stig Himberg, Linda-Marie Mårtensson, Anders Olsson, Arne Andersson och Göran Davidsson.
  - Aktivas representanter: Rasmus Olofsson och Linda Bergh.
  - Adjungerad: Marianne Fricke Stjernström.
  - Valberedning: Axel Lönnqvist och Sofia Lund.
- Styrelsen har under verksamhetsåret haft sju protokollförda möten.

## Representation

Hässelby SK har under 2012 varit representerad i följande organisationer:

- Alliansföreningen Stockholm Marathon/Tjejmilen: Bengt Olsson (ordförande), Bodil Torelm och Christina Wahlstedt samt Tomas Ljunglöf (suppleant).
- Sven-Erik Humla (revisor) och Caroline Uddström (valberedning).
- Alliansföreningen Hässelby SK: Solveig Humla (ordförande), Johan Engholm (sekreterare) samt Linda-Marie Mårtensson (suppleant).
- Stockholms Friidrottsförbunds styrelse: Mateusz Stec.
- Stadionklubbarnas representantskap: Rasmus Olofsson. Valberedning: Caroline Uddström.
- Elitklubbarnas styrelse: Anders Olsson och Sven-Erik Humla (kassör). Revisor: Bengt Olsson.
- SFIF:s Kommitté för ultradistanslöpning (KUL): Fredrik Elinder.

## Till sist

Klubbens styrelse vill tacka alla som bidragit till att 2012 blev ytterligare ett framgångsrikt år för Friidrottsföreningen Hässelby SK; aktiva, ledare, tränare, funktionärer och föräldrar.

Hässelby den 7 mars 2013

FRIIDROTTSFÖRENINGEN HÄSSELBY SK

*Bengt Olsson, Bodil Torelm, Andreas Rehnberg och Mateusz Stec.*

*Arne Andersson, Göran Davidsson, Johan Engholm, Stig Himberg, Linda-Marie Mårtensson och Anders Olsson.*



För första gången deltog tre friidrottare från Hässelby i ett Olympiskt Spel. Jessica Samuelsson noterade nytt personbästa med 6 300 poäng när hon kom på fjortonde plats i sjukamp. Isbellah Andersson var artonde löpare i maraton med 2.27.36. 19-åriga Angelica Bengtsson klarade 4,25 i stav vilket inte räckte till final.

## Mästerskap och landskamper

### • Internationella mästerskap

OS	Jessica Samuelsson	Sjukamp	14:e	6 300
	Isabellah Andersson	Marathon	18:e	2.27.36
	Angelica Bengtsson	Stav	kval	4,25
EM	Jessica Samuelsson	Sjukamp	6:a	6 262
	Mattias Jons	Slägga	6:a	74,56
	Angelica Bengtsson	Stav	10:a	4,30
	Adil Bouafif	5 000 m	13:e	13.50,13
	Adil Bouafif	10 000 m	14:e	29.07,31
JVM, 19 år	Angelica Bengtsson	Stav	1:a	4,50
EM terräng	Isabelle Brauer	4 km, 19 år	33:a	14.43
	Sarah Lahti	4 km, 19 år	46:a	14.57
	Isabelle och Sarah ingick i Sveriges lag som blev femma.			
	Andreas Jansson	6 km, 19 år	90:e	20.29
Europacup	Louise Wiker	10 000 m	31:a	34.21,73
E-cup vinterkast	Mattias Jons	Slägga	7:a	71,83
Nordic Challenge	Andreas Åhwall	10 000 m	9:a	30,24,70
	Louise Wiker	10 000 m	1:a	34.28,50
NM terräng	Andreas Åhwall	9 km, senior	12:a	27.04
	Sanna Mustonen	7,5 km, senior	18:e	27.34
	Isabell Brauer	4,5 km, 19 år	7:a	15.24
EM veteraner	Johan Engholm	1 500 m M50	1:a	4.23,97.
• Landskamper	Nacerddine Hallil	3 000 m	1:a	8.05,03
	Jessica Samuelsson	200 m	1:a	24,10

Jessica Samuelsson	Kula	3:a	15,07		
Mats Olsson	Kula	3:a	17,66		
Finnkampen	Angelica Bengtsson	Stav	1:a	4,46	
	Isabellah Andersson	10 000 m	2:a	34.16,88	
	Catarina Andersson	Kula	2:a	15,70	
	Mattias Jons	Slägga	2:a	72,17	
	Jessica Samuelsson	Längd	4:a	6,13	
	Lisa Duffy	400 m	4:a	55,30	
	Madeleine Larsson	5 000 m	4:a	17.07,74	
	Hanna Bartholomew	5 000 m	5:a	17.10,32	
	Niklas Larsson	400 m häck	6:a	53,63	
	Lisa Duffy	4x400m	1:a	3.36,29	
	Nordisk landsk 22 år	Rickard Gunnarsson	800 m	2:a	1.49,74
		Rickard Gunnarsson	1 500 m	4:a	4.10,37
		Emil Blomberg	1 500 m	10:a	4.13,44
Ida Storm		Slägga	3:a	58,40	
Nordisk landsk 19 år	Lisa Duffy	400 m	2:a	55,76	
	Charlotte Skogström	100 m häck	2:a	14,15	
	Niklas Lindstedt	Kula	5:a	17,53	
	Farydah Inoussa	Längd	7:a	5,53	
	Edvin Råsberg	400 m	8:a	49,62	
	Lisa Duffy	4x400 m	1:a	3.44,44	
Edvin Råsberg	4x400 m	4:a	3.18,90		
NM mångkamp	Fredrik Samuelsson	Tiokamp 17 år	1:a	7 213	
	Malin Skogström	Sjukamp 19 år	3:a	4 890	
	Sofia Johnsson	Sjukamp 19 år	11:a	4 286	
U-Finnkamp 17 år	Isabelle Brauer	3 000 m	1:a	9.57,88	
	Fredrik Samuelsson	Tresteg	2:a	14,16	
	Jesper Hellström	Tresteg	4:a	14,08	
IJM veteraner	Gunnar Durén	800 m M45	1:a	2.01,14	

# RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT

## •Europacup terränglöpning

Herrar 10 km, lag	9	Hässelby	192
Individuellt	16	Haben Idris	29,08
	43	Andreas Åhwall	30,19
	60	Peter Gross	30,48
	73	Kalle Johansson	31,05
	84	Elmar Engholm	31,47
		Rachid Benjira	bröt
Damer 6 km, lag	–	Hässelby	Ej fullt lag
Individuellt	38	Hanna Bartholomew	20,48
	45	Josephine Ambjörnsson	21,14
	59	Cecilia Fager	21,47
		Louise Wiker	bröt
		Lina Alaintalo	bröt

## SM inomhus

### • Seniorer

Inomhus-SM	Guld	Nacerddine Hallil	1 500 m	3:50,70
	Guld	Adil Bouafif	3 000 m	8:13,87
	Guld	Mattias Jons	Vikt	22,27
	Silver	Catarina Andersson	Kula	15,20
	Brons	Patrik Sjöo	400 m	49,92
	Brons	Rickard Gunnarsson	800 m	1:52,47
	Brons	Elmar Engholm	1 500 m	3:54,17
	Brons	Hanna Bartholomew	3 000 m	9:39,59
	Brons	Rasmus Olofsson	Sjukamp	5 050
	Brons	Mats Olsson	Kula	18,02
	Brons	Jessica Samuelsson	Kula	14,55
	Brons	Linda Bergh	Längd	6,03
	Brons	Farydah Inoussa	Femkamp	3 531
	Fyra	Mattias Claesson	800 m	1:53,62
	Fyra	Louise Wiker	3 000 m	9:40,89
	Fyra	Andreas Åhwall	3 000 m	8:24,78
	Fyra	Sofia Johnsson	Femkamp	3 352
	Femma	Vuk Djekic	Längd	7,23
	Femma	Hanna Bartholomew	1 500 m	4:34,90
	Sexa	Albin Johansson	800 m	1:57,38
	Sexa	Catarina Andersson	Vikt	17,27

### • Juniorer 22 år

Inne-JSM	Silver	Rickard Gunnarsson	1 500 m	3:57,19
	Brons	Patric Sjöo	400 m	49,93
	Brons	Elmar Engholm	1 500 m	3:57,55



Hässelbys herrar vann den inoficiella lagtävlingen vid inne-SM i mångkamp, fr v: Eric Hacksell, Axel Ohlson, Isak Hampel Klang, Fredrik Samuelsson och Rasmus Olofsson.

### • Juniorer 19 år

Inne-JSM	Silver	Farydah Inoussa	Femkamp	3 531
	Silver	Charlotte Skogström	60 m häck	8,87
	Silver	Niklas Lindstedt	Kula	16,41
	Brons	Niklas Lindstedt	Vikt	12,95
	Brons	Farydah Inoussa	60 m häck	8,89
	Brons	Sofia Johnsson	Femkamp	3 352

### • Juniorer 17 år

Inne-USM	Guld	Fredrik Samuelsson	Sjukamp	5 224
	Brons	Fredrik Samuelsson	Tresteg	13,42
	Brons	Fredrik Samuelsson	Höjd	1,92
	Brons	Nathalie Erlingcarl	Femkamp	3 589

### • Ungdom 16 år

Inne-USM	Guld	Axel Ohlson	Kula	14,99
	Silver	Isabelle Brauer	1 500 m	4:45,06

### • Ungdom 15 år

Inne-USM	Guld	Astrid Rosvall	1 000 m	2:56,30
	Brons	Albin Kjellberg	Vikt	12,71

### Segrare vid veteran-SM inomhus

M35	Sergej Nikolajev	Tresteg	11,02
M45	Gunnar Durén	800 m	2:02,04
	Gunnar Durén	1 500 m	4:14,37
	Gunnar Durén	3 000 m	9:24,34
M50	Johan Engholm	800 m	2:11,69

## SM-tävlingar utomhus

### • Seniorer

Terräng	Guld	Adil Bouafif	4 km	11:34
	Guld	Adil Bouafif	12 km	36:34
	Guld	Isabellah Andersson	4 km	13:18
	Guld	Isabellah Andersson	8 km	27:48
	Guld	Herrlag 1	4 km	34:56
		Adil Bouafif, Nacerddine Hallil, Andreas Åhwall		
	Guld	Herrlag 1	12 km	1:50,43
		Adil Bouafif, Nacerddine Hallil, Andreas Åhwall		
	Guld	Damlag 1	4 km	40:26
		Isabellah Andersson, Hanna Bartholomew, Louise Wiker		
	Silver	Nacerddine Hallil	12 km	36:37
	Silver	Nacerddine Hallil	4 km	11:38
	Silver	Herrlag 2	12 km	1:57,21
		Kalle Johansson, Peter Gross, Oskar Majling		
	Brons	Hanna Bartholomew	4 km	13:48
	Brons	Andreas Åhwall	4 km	11:44
	Brons	Herrlag 2	4 km	36,21
		Erik Johansson, Kalle Johansson, Elmar Engholm		
	Brons	Damlag 2	4 km	43:15
		Lina Alaintalo, Madeleine Larsson, Josephine Ambjörnsson		
	Fyra	Andreas Åhwall	12 km	37:32
	Fyra	Louise Wiker	4 km	13:39
	Sexa	Louise Wiker	8 km	28:39

Kommentar: på grund av för få anmälda lag blev det ej någon lagtävling på damer 8 km.



Nacerddine Hallil, som precis fått klartecken för att tävla i SM, tog sitt första mästerskaps-guld vid inne-SM i Örebro.



# RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT

Halvmaraton	Guld	Adil Bouafif		1.05.06	Sexa	Patrik Sjöo	400 m	49,66	
	Guld	Isabellah Andersson		1.10.30	Sexa	Erik Johansson	1 500 m	3.59,53	
	Sexa	Josephine Ambjörnsson		1.20.15	Sexa	Sofia Lund	Längd	5,86	
100 km	Silver	Philip von Rosen		7.56.49	Sexa	Lina Alaintalo	3 000 m hinder	11.04,89	
Lag SM	Silver	Herrlaget: Patrik Sjöo, Niklas Larsson, Mattias Claesson, Henrik Encke, Andreas Andersson, Haben Idris, Daniel Almgren, Fredrik Samuelsson, Rasmus Olofsson, Vuk Djekic, Rickard Gunnarsson, Mattias Jons, Mats Olsson, Olof Hansson, Andreas Åhwall och Nacerddine Hallil.			Stafett	Guld	Kvinnor	4x800 m	9.14,20
	Silver	Damlaget: Sofia Lund, Louise Martin, Charlotte Skogström, Jessica Samuelsson, Angelica Bengtsson, Astrid Rosvall, Vendela Mindelöf, Rebecca Larsson, Louise Wiker, Sofia Johnsson, Samia Adan, Hanna Bartholomew, Linda Bergh, Ida Storm, Isabell Gradin, Farydah Inoussa och Jessica Östlund.				Silver	Herrar	4x400 m	3.15,77
Stora SM	Guld	Isabellah Andersson	10 000 m	33.16,67	Silver	Herrar	4x800 m	7.45,22	
	Guld	Angelica Bengtsson	Stav	4,27	Silver	Albin Johansson, Kalle Johansson, Mattias Claesson, Nacerdinne Hallil			
	Guld	Mattias Jons	Slägga	70,90	Silver	Damer	4x400 m	3.48,04	
	Guld	Nacerddine Hallil	5 000 m	14.02,90	Silver	Sofia Johnsson, Louise Martin, Vendela Mindelöf, Lisa Duffy			
	Guld	Isabellah Andersson	5 000 m	16.25,14	Silver	Damer	3x1 500 m	13.55,48	
	Silver	Nacerddine Hallil	1 500 m	3.54,73	Silver	Madeleine Larsson, Hanna Bartholomew, Isabell Brauer			
	Silver	Catarina Andersson	Kula	14,53	Brons	Herrar	4x1 500 m	16.18,50	
	Silver	Lisa Duffy	400 m	55,12	Silver	Emil Mårtensson, Kalle Johansson, Andreas Åhwall, Nacerdinne Hallil			
	Silver	Hanna Bartholomew	5 000 m	16.30,35	Fyra	Damer lag 1	4x100m	48,05	
	Silver	Farydah Inoussa	Sjukamp	4 746	Silver	Sofia Lund, Louise Martin, Farydah Inoussa, Jessica Östlund			
	Brons	Niklas Larsson	400 m häck	52,94	Sexa	Damer lag 2	4x100m	50,03	
	Brons	Jessica Samuelsson	200 m	24,28	Silver	Erica Graveley, Linda Bergh, Angelica Engberg, Nathalie Erlingcarl			
	Fyra	Olof Hansson	Spjut	66,44	<b>• Juniorer 22 år</b>				
	Fyra	Haben Idris	10 000 m	29.47,86	Terräng	Silver	Lina Alaintalo	4 km	14.21
	Fyra	Mats Olsson	Kula	17,47	Stora JSM	Guld	Rickard Gunnarsson	1 500 m	4.02,57
	Fyra	Hanna Bartholomew	1 500 m	4.23,09		Guld	Ida Storm	Slägga	55,40
	Femma	Johanna Bohlin	10 000 m	35.08,75		Silver	Elmar Engholm	1 500 m	4.02,62
	Femma	Andreas Åhwall	3 000 m hinder	9.15,05		Silver	Elmar Engholm	8 00 m	1.54,45
	Femma	Jessica Samuelsson	Kula	13,81		Silver	Emil Blomberg	2 000 m hinder	5.51,35
	Femma	Louise Martin	400 m häck	61,24		Brons	Patrik Sjöo	400 m	49,01
Femma	Mattias Claesson	800 m	1.53,05	Brons	Rickard Gunnarsson	800 m	1.54,42		



Det blev andra plats både för dam- och herrlaget när lag-SM avgjordes på Slottskogsvallen i Göteborg.

# RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT

## • Juniorer 19 år

Stora JSM	Guld	Lisa Duffy	400 m	55,62
	Guld	Farydah Inoussa	Längd	5,75
	Guld	Niklas Lindstedt	Kula	17,71
	Silver	Adam Lindström	1 500 m	4,01,95
	Silver	Edwin Råsberg	400 m	49,43
	Silver	Farydah Inoussa	Sjukamp	4 746
	Brons	Sofia Johnsson	300 m häck	43,64
	Brons	Charlotte Skogström	100 m häck	14,46
	Brons	Sofia Johnsson	Sjukamp	4 388
Stafett	Guld	Damer	1 000 m	2.,13,14
		Jessica Östlund, Rebecca Larsson, Sofia Johnsson, Lisa Duffy		
	Silver	Damer	4x100 m	47,77
		Rebecca Larsson, Jessica Östlund, Farydah Inoussa, Lisa Duffy		
Silver	Herrar	4x100m	44,26	
	Jacob Enblom, Edwin Råsberg, Tim Jonsson, Eric Bergvall			
Brons	Herrar	4x400 m	3,46,81	
	Jacob Enblom, Eric Bergvall, Jesper Jansson, Olle Forslin			

## • Ungdom 17 år

Terräng	Brons	Pojklag 16-17 år	4 km	41,48
		Filip Artursson, Daniel Tapia, Axel Ohlson		
Stora USM	Guld	Fredrik Samuelsson	Tresteg	14,22
	Guld	Fredrik Samuelsson	Tiokamp	7 398
	Silver	Fredrik Samuelsson	300 m häck	38,76
	Silver	Malin Skogström	Sjukamp	4 930
	Brons	Fredrik Samuelsson	Längd	6,92
	Brons	Fredrik Samuelsson	Spjut	56,21
	Brons	Fredrik Samuelsson	Diskus	46,20
	Brons	Jesper Hellström	Tresteg	13,78
Stafett	Silver	Pojklag	3x800 m	6.16,17
		Filip Arthursson, Gustav Bivstedt, Anton Persson		
Brons	Pojklag	1 000 m	2.01,93	
	Jesper Hellström, Isak Hampel Klang, Fredrik Samuelsson, Anton Persson			

## • Ungdom 16 år

Terräng	Guld	Isabelle Brauer	4 km	14,09
Stora USM	Guld	Axel Ohlson	Kula	15,24
	Guld	Axel Ohlson	Tiokamp	6 982
	Guld	Isabelle Brauer	1 500 m	4.39,64
	Guld	Isabelle Brauer	3 000 m	10.07,33
	Guld	Anton Persson	800 m	1,59,11
	Silver	Axel Ohlson	Diskus	43,62
	Silver	Axel Ohlson	Spjut	59,44
	Brons	Isak Hampel Klang	300 m häck	41,02

## • Ungdom 15 år

Terräng	Guld	Astrid Rosvall	4 km	14,58
	Guld	Flicklag 15 år	4 km	46,39
		Astrid Rosvall, Klara Henriksson, Hilda Hardell		
Brons	Flicklag 15 år	4 km	52,48	
		Emma Gustafsson, Salina Kifleyesus, Jenny Wingqvist		
Stora USM	Guld	Astrid Rosvall	800 m	2.13,77
Stafett	Brons	Pojkar	3x800 m	6.44,40
		Marcus Jaurell, Jacob Nystedt, Edwin Andersson		
Brons	Flickor	3x800 m	7.08,79	
		Hilda Hardell, Emma Gustafsson, Astrid Rosvall		



Magnus Wickert och Janne Samuelsson är belåtna efter andraplatsen i lag USM. De två tränarna kan dock inte ta hela äran av silvermedaljen. Även de aktiva längre bak på bilden bidrog till det fina resultatet.

Lag USM 17 år	Mixed lag	Silver	140 p
	Nathalie Erlingcarl, Malin Skogström, Isabelle Brauer, Veronica Enblom, Hedda Hedenskog, Jenny Wingqvist, Hanna Mårtensson, Kim Ander, Astrid Rosvall, Fredrik Samuelsson, Isak Hampel Klang, Axel Ohlson, Anton Persson, Filip Arthursson, Henning Rydström och Jesper Hellström.		

Kraftmätningen 15 år (100 m häck, 800m, Längd, Höjd, Kula, Spjut) Mixedlaget på åttonde plats med 29 897 poäng. Flicklaget 6:a 12 969 p, pojklaget 8:a 11 728 p-Edvin Andersson, Marcus Jaurell, Simon Nilsson, Jakob Samuelsson, Carlos Jonsson, Rikard Karlsson, Oliver Tered, Mattias Öberg, Elienor Werner, Nora Karlsson-Kazeem, Klara Henriksson, Sandra Skogström, Jenny Wingqvist, Astrid Rosvall, Hilda Hardell och Veronica Enblom.

## Svealandsmästerskapen inomhus 13-14 år

14 år	Guld	Jakob Samuelsson	Stav	3,09
	Guld	Elienor Werner	Stav	3,45
	Silver	Jakob Samuelsson	Kula	10,49
	Silver	Elienor Werner	Tresteg	11,18
	Brons	Maya Aboreslan	1 000 m	3,20,88
13 år	Silver	Patrik Lindstedt	Kula	12,85
	Brons	Noa Jonsson	60 m	8,26

## Svealandsmästerskapen utomhus 13-14 år

14 år	Brons	Jakob Samuelsson	Stav	2,57
13 år	Guld	Patrik Lindstedt	Diskus	47,47
	Guld	Patrik Lindstedt	Slägga	49,03
	Silver	Noa Jonsson	80 m	10,48
	Silver	Noa Jonsson	200 m	26,70
	Brons	Patrik Lindstedt	Kula	14,42

## Distriktsmästare inomhus

Seniorer	Patrik Sjöo	400 m	50,99
	Albin Johansson	800 m	1.56,48
	Mats Olsson	Kula	17,86
	Louise Wiker	3 000 m	9.42,62
	Sofial Lund	Längd	5,88
	Angelica Engberg	Tresteg	11,33
16 år	Isak Hampel Klang	60 m häck	9,09
	Isak Hampel Klang	Stav	3,36
	Axel Ohlson	Kula	14,48
	Olivia Jurcola	Höjd	1,57
	Hanna Mårtensson	Kula	11,27

# RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT • RESULTAT

14 år	Jacob Samuelsson	Stav	2,96
	Jacob Samuelsson	Kula	11,00
	Elienor Werner	Stav	3,16
	Elienor Werner	Tresteg	10,66
13 år	Noa Jonsson	60 m	8,30
	Noa Jonsson	200 m	26,45
	Patrik Lindstedt	Kula	12,62
M35	Sergej Nikolajev	60 m	8,04
	Sergej Nikolajev	60 m häck	10,04
M75	Lars Wennblom	60 m	9,66
	Lars Wennblom	Höjd	1,18
	Lars Wennblom	Stav	2,43
	Lars Wennblom	Längd	3,65

## Distriktsmästare utomhus

Seniorer	Haben Idris	5 000 m	14.12.31
	Haben Idris	Halvmarathon	1.05.57
	Isabellah Andersson	Halvmarathon	1.14.48
	Sofia Lund	100 m	12,50
	Hanna Bartholomew	Terräng 4 km	14.12
	Charlotte Skogström	100 m häck	14,46
	Isabell Gradin	Spjut	42,88
	Damslag	4x100 m	48,32
	Rebecca Larsson, Jessica Östlund, Farydah Inoussa, Sofia Johnsson		
19 år	Jacob Enblom	Längd	5,51
	Niklas Lindstedt	Kula	16,63
	Niklas Lindstedt	Diskus	45,01
	Lisa Duffy	400m	57,26
	Jessica Östlund	100m	12,44
17 år	Terräng lag 4 km		43.40
	Filip Arthursson, Daniel Tapia, Gustav Bivstedt		
	Terräng lag 4 km		48.24
	Isabelle Brauer, Rebecka Nylén, Jonna Skog		
16 år	Nathalie Erlingcarl	100 m häck	16,80
	Anton Persson	400 m	52,24
	Anton Persson	800 m	2.00,52
	Filip Arthursson	4 km terräng	13.48
	Isak Hampel Klang	300 m häck	42,03
	Isak Hampel Klang	Stav	3,93
	Isak Hampel Klang	Längd	5,48
	Axel Ohlson	Kula	14,26
	Axel Ohlson	Spjut	49,59
	Axel Ohlson	Diskus	42,26
	Isabelle Brauer	4 km terräng	14.30
15 år	Frida Werner	Höjd	1,50
	Marcus Jaurell	Längd	5,40
	Oliver Tered	Kula	13,41
	Jenny Wingqvist	300 m häck	46,86
	Jenny Wingqvist	300 m	42,76
	Hilda Hardell	800 m	2.25,65
	Hilda Hardell	4 km terräng	16.33
	Astrid Rosvall	2 000 m	6.38,14
	Astrid Rosvall	1 500 m hinder	5.12,21
	Flicklag	Terräng 4 km	51.36
	Hilda Hardell, Maya Aboreslan, Emma Gustafsson		
14 år	Elienor Werner	Tresteg	10,58
	Elienor Werner	Stav	3,18
13 år	Noa Jonsson	80 m	10,48
	Noa Jonsson	200 m	26,21
	Patrik Lindstedt	Kula	12,30
	Patrik Lindstedt	Diskus	49,45
	Patrik Lindstedt	Slägga	42,89
12-år	Lovisa Bivstedt	2 km terräng	7,50
10 år	Hannes Anell	2 km terräng	8.20
	Mixedlag	2 km terräng	27.43
	Hannes Anell, Iza Ignberg Ekerbring, Karl Källman		
M45	Gunnar Durén	8 km terräng	28.54
M75	Lars Wennblom	100 m	15,28
	Lars Wennblom	200 m	31,88
	Lars Wennblom	Längd	3,60



14-åriga Elienor Werner klarade 3,45 när hon vann stav vid Svealandsmästerskapen för ungdomar inomhus.

## Vinnare i Veteran-SM

M35	Sergej Nikolajev	400 m häck	61,88
	Sergej Nikolajev	Femkamp	3 836
M45	Gunnar Durén	1 500 m	4.32,14
M50	Per Östlund	Kula	13,90
	Per Östlund	Diskus	46,86
M55	Anders Olsson	Längd	5,63
M60	Nils Nestor	800 m	2.28,06
M75	Lars Wennblom	200 m	32,42
	Lars Wennblom	Längd	3,96
	Lars Wennblom	Höjd	1,22
	Lars Wennblom	Stav	2,50

## ASICS Stockholm Marathon

Herrar	1) Methkal Abu Draiss, Jordanien	2.19.16
	20) Niklas Andersson, Hässelby SK	2.37.29
Damer	1) Derebe Godana, Etiopien	2.40.19
	24) Sara Grenmark, Hässelby SK	3.04.44

## Tjejmilen

1) Karoline Bjerkeli Grövdal, Norge	33.14
2) Isabellah Andersson, Hässelby SK	34.18
3) Abeba Abraham, Hässelby SK	35.08
6) Johanna Bohlin, Hässelby SK	36.01
7) Lisa McRae, Hässelby SK	36.15
9) Josephine Ambjörnsson, Hässelby SK	36.33

## Svenska rekord

Sen utomhus	Isabellah Andersson	Halv maraton	1.10.30
Sen utomhus	Angelica Bengtsson	Stav	4,58
Jun 19 år utomhus	Angelica Bengtsson	Stav	4,58

## Distriktsrekord

Sen utomhus	Isabellah Andersson	Halv maraton	1.10.30
Sen utomhus	Angelica Bengtsson	Stav	4,58
Sen utomhus	Jessica Samuelsson	Sjukamp	6 300
Sen utomhus	Mattias Jons	Slägga	76,12
Sen inomhus	Ida Storm	Vikt	21,48
Jun 22 år utomhus	Ida Storm	Slägga	66,48
Jun 19 år utomhus	Angelica Bengtsson	Stav	4,58
P 16-17 utomhus	Fredrik Samuelsson	Tiokamp	7 398

## Mästerskapsstandaret

Mästerskapsstandaret delas ut till den förening som under ett år tar flest poäng vid samtliga SM-tävlingar för seniorer inomhus och utomhus, både individuellt och i lag. Hässelby var 2012 etta på damsidan och tvåa på herrsidan. 2011 kom båda lagen på andra plats. 2010 vann Hässelby mästerskapsstandaret både på herr- och damsidan.

Första segern på herrsidan kom 2003. Damerna vann för första gången 1996. Herrarna har sekrat sju gånger, damerna tretton gånger.

Poängräkning: Första plats ger 7 poäng, andra plats ger 5 poäng o,s,v, till sjätte plats som ger en poäng, För lag-SM räknas poängen dubbelt, Teckenförklaring: A = Stora ISM. B = ISM Mångkamp. C = SM terräng. D = SM halv maraton. E = SM maraton. F = Lag-SM. G = SM 100 km. H = Stora SM. I = Stafett-SM. J = SM i mångkamp.

### Herrar

	Totalt	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1 Spårvägens FK	199	73		4	5	7	14		69	25	2
2 Hässelby SK	179	46	4	54	7		10	5	39	14	
3 Örgryte IS	62	22		6					34		
4 Hammarby IF	59	17			1	5	8		28		
5 Huddinge AIS	44	18	5				4		10	7	
6 IFK Växjö	36	12							24		
7 Turebergs FK	35	5		8					8	14	
8 IFK Helsingborg	33	17							16		
9 Malmö AI	30	8							16	6	
10 Ullevi FK	27	4	2		2	3	6		8	2	

### Damer

	Totalt	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1 Hässelby SK	164	23	7	33	8		10	55	21	7	
2 Spårvägens FK	118	37	7	8	5	3	8		41	9	
3 Ullevi FK	103	34			6		14		46	3	
4 Hälle IF	51	22		13				5	4	7	
5 Malmö AI	44	17			7				16	11	
6 Gefle IF	42	15					4		23		
7 IF Göta Karlstad	40	15					6		19		
8 Hammarby IF	34	2				7	2		11	12	
9 IFK Umeå	29	12				5			12	4	
10 IFK Växjö	23	11							12		

## Flest SM-guld genom åren

2012 blev det 15 guld i senior-SM utomhus för Hässelbys friidrottare. Hässelby var därmed den klubb som tog flest SM-guld. Spårvägen var tvåa med 13 guld. Sedan höjdhopperskan Linda Hedmark vann Hässelbys första SM-guld 1970 har det blivit 217 SM-guld. Hässelby har nu avancerat till tredje plats i statistiken över flest vunna SM-guld genom åren. De senaste 20 åren är Hässelby den klubb som vunnit klart flest SM-guld.

Här är statistik över de klubbar som tagit flest SM-guld sedan de första svenska mästerskapen 1896. I första kolumnen anges mellan vilka år föreningen vunnit SM-guld. Kolumn 2 anger hur många guld totalt som föreningen har, kolumn 3 hur många guld som vunnits av herrar, kolumn 4 hur många som vunnits av damer.

Förening	År	Totalt	Herr	Dam
1 Malmö AI	1909-2012	421	291	130
2 Örgryte IS	1896-2012	275	259	6
3 Hässelby SK	1970-2012	218	93	125
4 Spårvägens FK	1930-2012	217	147	68
5 IF Göta, Karlstad	1918-2012	204	100	104
6 IK Göta, Stockholm	1909-1959	139	88	51
7 Mölndals AIK	1968-2010	118	60	58
8 Göteborgs KvIK	1928-1996	109	0	109
9 SolIK Hellas	1915-2009	100	84	16
10 Gefle IF	1898-2012	89	67	22
10 IFK Helsingborg	1938-2012	88	56	32
12 IFK Växjö	1947-2012	87	36	51
13 KA 2 IF	1968-2010	80	78	2
13 Turebergs FK	1949-2012	80	65	15
15 Ullevi FK	1991-2012	78	15	63



Hässelby tog 15 SM-guld för seniorer utomhus 2012. Adil Bouafif vann tre av dem.

## SM-ranking

Svenska Friidrottsförbundets ranking av landets bästa friidrottsklubbar baseras på resultaten i samtliga SM-tävlingar utomhus för ungdomar, juniorer och seniorer. Klubben får poäng för varje friidrottare som placerar sig bland de sex främsta. En aktiv räknas endast en gång.

En friidrottare som tar en sjätteplats ger lika många poäng som en annan som tar tre guld. Seniorer ger 1 poäng, juniorer och P/F 17 ger 0,5 poäng, P/F 16 och 15 ger 0,25 poäng. En junior som tar poäng både i junior- och seniorklass räknas enbart som senior.

Hässelby har toppat förbundets ranking varje år de 20 senaste åren med undantag för 2001 då Ullevi var etta före Hässelby.

	M	M22	P19	P17	P16	P15	K	K22	F19	F17	F16	F15	TOT
1 Hässelby SK	14	2.25	2.5	1	1.5	1.25	18	3	1	0.5	0.5	1.5	47
2 Ullevi FK	6	3.75	2	2	1.5	-	14	3	1	0.25	0.5	0.25	34.25
3 Spårvägens FK	13	0.75	1.5	-	-	0.5	10	2.25	0.5	0.25	-	-	28.75
4 Hammarby IF	6	2.25	3	1.75	0.25	-	6	2.25	1.5	0.75	-	0.25	24
5 Huddinge AIS	7	3.75	1.5	1.5	-	1	2	3	0.5	0.25	0.5	0.5	21.5
6 Malmö AI	5	0.75	0.5	2	1.25	0.75	5	1.5	0.5	1.25	0.25	0.5	19.25
7 IF Göta Karlstad	4	0.75	2	-	0.25	0.5	7	0.75	-	1.5	0.25	0.25	17.25
8 Gefle IF	1	-	0.5	0.75	0.5	-	7	1.5	3	1.25	0.25	0.75	16.5
9 IFK Växjö	5	0.75	1.5	0.75	0.25	0.25	3	0.75	0.5	1.25	0.25	1.5	15.75
10 Golf Tjalve	2	3	-	-	-	-	5	0.75	-	-	0.25	0.5	11.5

## Bästa SM-klubb

Tidningen Friidrottaren för statistik över samtliga SM-tävlingar inomhus och utomhus för ungdomar, juniorer och seniorer. Poängräkning: Första plats ger 7 poäng, andra plats ger 5 poäng, tredje plats ger 4 poäng o,s,v, till sjätte plats som ger en poäng. Alla klasser värderas lika högt. Ett guld i P15 ger därför lika många poäng som ett seniorguld.

Hässelby segrade 2012 med 775 poäng vilket är den överlägset högsta poäng som någonsin noterats. Avståndet till näst bästa klubb var större än någonsin. 2011 hade Hässelby 612 poäng vilket då var nytt rekord.

Hässelby toppade denna statistik även 2006, 2009, 2010 och 2011, och var tvåa 2007 och 2008.

	Män	Kvin	M22	P19	P17	K22	F19	F17	P16	F16	P15	F15	TOT
1 Hässelby SK	174	159	50	41	73	21	70	17	65	16	35	54	775
2 Ullevi FK	21	96	51	56	46	64	44	8	54	4	28	15	487
3 Spårvägens FK	192	114	43	28	0	36	42	12	0	10	1	0	478
4 Malmö AI	30	42	19	2	69	23	12	35	95	53	37.5	29	446.5
5 Huddinge AIS	41	16	60	51	43	32	23	8	0	33	13.5	7	327.5
6 IFK Växjö	36	23	28.5	18	6	1	22	39	1	35	21	81	311.5
7 Gefle IF	16	40	0	13	2	18	68	96	20	0	6.5	19	298.5
8 Hammarby IF	55	31	23	66	37.5	20	21	7	3	3	0	3	269.5
9 Sävedalens AIK	5	17	8	0	16	19	9	24	38	44	43	25	248
10 IF Göta Karlstad	23	35	11	19	0	41	0	31	15	36	9	15	235

## Lag-SM

Hässelbys herr- och damlag kom båda på andra plats när lag-SM avgjordes på Slottskogsvallen i Göteborg.

Det var tionde året i följd som båda lagen tog medalj.

Herrar: 1) Spårvägens FK 81. 2) Hässelby SK 73,5. 3) Hammarby IF 64. 4) Ullevi FK 62.

Damer: 1) Ullevi FK 79. 3) Hässelby SK 72. 3) Spårvägens FK 65. 4) IF Göta Karlstad 60. 5) Gefle IF 54. 6) Hammarby 46.

## Castorama

Hässelby kom på sjätte plats i Castorama som är en lagtävling för kastare. Hässelbys placeringar de senaste åren: 2011: 4:a, 2010 7:a, 2009 5:a, 2008 4:a, 2007 5:a, 2006 9:a, 2005 4:a och 2004 1:a.

Av olika anledningar deltog inte någon av klubbens landslagskastare i Castorama 2012.

1) Spårvägens FK 31 586 poäng. 2) Ullevi FK 30 435. 3) SK Bore 29 722. 4) KFUM Örebro 27 886. 5) Gefle IF 25 932. 6) Hässelby SK 24 269. 7) Västerås FK 23 837. 8) Nyköpings BIS 23 647. 9) Örgryte IS 23 514. 10) Huddinge AIS 23 408.