

Fight@rn

Nummer 1 ● 2015 – årgång 45



I nummer 10 från 1971 önskas medlemmarna God Jul och det gör vi också. Även ett gott nytt år.

Vad är Fightern?

Fightern är en klubbtidning som startade på 1970-talet och har genom åren kommit ut väldigt sporadiskt. Händelser och människor som passerat revy är otaliga. På initiativ av Magnus Wickert har den ruskats till liv, men inte i tryckt form utan den publiceras på hemsidan som pdf-fil. Ambitionen är att informationen ska komma ut tre gånger per år följt av ett nyhetsbrev som ”puffar” för ett nytt nummer, nyhetsbrevet skickas till alla medlemmar.

Här citerar vi Sten Rosenberg* som var dess första redaktör. Han minns tillbaka till den ljuva tiden i vår jubileumsbok - Hässelby SK 100 år.

”Att minnas tillbaka eller fast mer friska upp sitt minne när det forna tenderar att falla i glömska det kan man bäst göra genom att botanisera i gamla nummer av den anspråkslösa klubbtidningen, den lätt famösa och knivskarpa tidskriften ”FIGHTERN”.

De första numren av tidningen skrevs på LJO:s förbaskat tunga skrivmaskin av märket FACIT. Den bars från Loviselundsvägen 118 till Enspännargatan 64, en sträcka kontrollmätt till cirka 1200 meter. I 64:an på andra våningen skrevs det så tangenterna glödde på den gamla tröskverksliknande maskinen” (reds anmärkning, LJO är Lars-Johan Oscarsson, klubbens förra ordförande)

* Sten Rosenberg

Född i november 1948, kom till Hässelby som sexåring och började friidrotta på gamla IP under tidigt 60-tal och skaffade sig så småningom en ansevärd bredd som löpare. Han har faktiskt funnits med i Sverige-statistiken på alla sträckor från 400 till maraton inkluderande 3000 meter hinder.

Ur detta nummer:

- Framgångsrikt år på ungdoms- och juniorsidan
- Årets mästerskapsresultat på ungdoms- och juniorsidan
- Rekord i nya friidrottare efter Måndagskul
- Toppbredden bäst i landet i snart 20 års tid
- Fighterns utsände träffar funktionärsansvarige Magnus Wickert
- Tävlingsäsongen inomhus 2016 i Stockholm
- Glöm inte medlemsavgiften

Vi tar såklart emot insändare - men lovar inte att allt publiceras.

Foto i Fightern: Ryno Quantz och DECA text och bild.

Ett synnerligen framgångsrikt år på ungdoms- och juniorsidan

Aldrig i Hässelbys historia har vi haft sådana internationella framgångar på ungdoms- och juniorsidan. Trots klubbens icke elitsatsande verksamhet för de yngsta eller kanske på grund av klubbens mer långsiktiga tanke i träningen.

Det märks också i och med antalet aktiva i de äldre klasserna är högre än i de yngre klasserna att de aktiva fortsätter att utvecklas upp till och förbi den äldsta junioråldern. Totalt fyra medaljer i mästerskap på europa- eller världsnivå är en sagolik utdelning.



Lisa Gunnarsson



Elienor Werner



Angelica Bengtsson

Att stavhoppandet är riktigt speciellt i Hässelby har de senaste åren blivit allt mer tydligt. Nu tar tre olika stavhoppande tjejer varsin medalj i varsitt mästerskap. **Angelica Bengtsson** guld i K22, **Elienor Werner** guld i F17 och **Lisa Gunnarsson** silver i F16. Angelica har ett svårslaget facit i sina framträdanden i juniormästerskap: 5 Guld och 1 brons i UVM17, JEM19, JVM19 och JEM22 år. Både Elienor och Lisa är bland världens bästa i sina respektive åldersklasser.



Simon Litzell lyckades förutom sin silvermedalj i 19 årsklassen också slå Patrik Bodéns tidigare svenska juniorrekord med ett jättekast på 78,73. Patrik gick ju sedan vidare i sin utveckling och höll en period även världsrekordet i spjut för seniorer. Vi ser ni med tillförsikt fram emot Simons fortsatta kastande.

Mångkampandet har lyft de senaste 5 åren och präglar också tydligt antalet aktiva på internationell nivå. Detta år var det hela fyra aktiva som kvalificerade sig för de internationella mästerskapen. Bäst lyckades **Fredrik Samuelsson** 22 årsklassen med sitt tävlande i Tallinn där han till slut nådde 7884 poäng och där framför allt ett gigantisk längdhopp som mätte 7,81 fastnade på näthinnan.



Årets mästerskapsresultat på ungdoms- och juniorsidan:

JEM-22 år

Angelica Bengtsson, Stav GULD 4,55
Fredrik Samuelsson, Mångkamp 5:a 7 884 poäng
Jessica Östlund, Stafett 4x100 m 7:a 44,96
Caroline Larsson Håkansson, Stafett 4x100m 7:a 44,96
Love Litzell, Slägga 62,61
Malin Skogström, Mångkamp bröt pga skada

JEM-19 år

Simon Litzell, Spjut SILVER 78,34
Lisa Gunnarsson, Stav 5:a 4,10
Axel Ohlson, Mångkamp 11:a, 7 238 poäng
Andreas Jansson, 10 000m 16:e 31,35,30
Astrid Rosvall, 800m kunde ej starta pga skada

UVM-17 år

Elienor Werner, Stav GULD 4,26
Jakob Samuelsson, Mångkamp 13:e 6 905 poäng.

European Youth Olympic games – 16 år

Lisa Gunnarsson, Stav SILVER 4,15
Amanda Hansson, Stafett 4x100 m 4:a 47,58

Rekord i nya friidrottare efter Måndagskul

Med stor glädje kan vi konstatera att fler barn än någonsin valt att fortsätta med friidrotten efter Måndagskuls avslutande i höstas. Faktiskt så många att vi har kunnat starta upp hela tre nya träningsgrupper mot vanligtvis en till två. Det hade inte gått att genomföra om det inte vore för våra fantastiska ideella föräldrar som ställer upp som ledare och tränare. Självklart rekord även på den fronten med hela nio nya under hösten.

Måndagskul är den naturliga vägen in i verksamheten både för de aktiva och för föräldratränare. Alla ledarna går utbildningar som Stockholms Friidrottsförbund anordnar samt intern utbildning från Klubben.

Många av våra nya medlemmar kommer att göra tävlingsdebut på Lilla Globen galan i februari. Det ska bli spännande att följa deras utveckling på banan framöver.



Här får barnen mellanmål vid sommarens friidrottsskola.

Måndagskul har många olika former av träning

Du får prova på friidrottens olika grenar; höjdhopp, längdhopp, kulstötning, spjutkastning, sprintlöpning, häcklöpning, löpning på lite längre sträckor och dessutom får du vara med på enklare styrke- och koordinationsträning.

Både du som är nybörjare och du som redan kan en del om friidrott har utbyte av träningen. Erfarna tränare och duktiga friidrottare från Hässelby SK leder Måndagskul.

Toppbredden bäst i landet i snart 20 års tid

Föreningarnas SM-poäng 2015

Uppdaterat: 7 december 2015

Länsmannaringen av SM-poänger för 2015 är nu klar. Dessa poäng rägger till grund för distrikternas röst rätt vid SFIF:s Årsmöte.

Härnads rapporter om sammansättning över utfallet för 2015 där totalt 157 olika föreningar tog minst en topp-6 placering (individuellt, startat och lag) vid SM-tävlingarna utsett för föreningar och åldersgrupperna M/M22, P/P14, F/F17, F/F16 och F/F15.

Alla föreningar 2015

	M	M22	P14	F17	F16	F15	M	M22	P14	F17	F16	F15	
1 Hässelby SK	22	225	43	225	0	3	38	225	2	225	225	0	49,25
2 Ullevi IF	21	4,75	3	1,5	0,75	0,75	13	1	1	0,75	0,25	0	48,25
3 Malmö AI	11	1,5	3	2,25	0	0,75	0	2,25	3	3	2,25	1,25	38,25
4 Spårvagnens IF	10	0,75	0,5	0,25	0	0	33				0,25	0,25	28
5 Ögrytte IS	8	1,5	1	2,25	1	1	7	2,25			0,5	0,5	25
6 Hammarby IF	7	4,5	0,5	0,25	0,75	0	0,75	0,5	1,25	0,25	0,75	0,75	24,5
7 Skövde IK	5	1	0,25	1	0,75	0	0,25	0,5	1,5	0,25	0,25	0,25	17,25
8 IF Göta Karlens IF	4	0,5	0,25	0,5	0,5	0,5	7	0,25	0,5	1,5	0,25		17,25
9 Husby IF	0	0	0,5	0,25	0,75	0,25	2	0,75	0,5	0,25	0,25	1,5	17
10 IFK Örebro	3	2,25	0,5	0,25	1	1	4			0,5	0,25	0,75	15,5
11 IFK Lidingsjö	1	1,5	2	0,75	0,5	0,25	6	1,5	3	0,75	0,5	0,5	15,25
12 Umeå IF	3	2,25	2	0,5	0,5			1,5	3	0,25	0,25	0,25	14,5
13 IFK Västervik	4	1,5	0,5	1,25	0,5	0,25	3	2,25	1,5	0,75	1	0,75	14,25
14 Falkenberg IF	3	1,5	1	0,5	0,5		5	1	0,5				14
15 Västerås IK	3	1,5	1	2	0,5		2	1	1	0,75	0,5	0,5	13,25
16 Huddinge IK	3	0,75	1	0,75	0,25	2	1,5	1	1	0,25	1	1	13
17 IFK Östervång	2	0,75	1,5				2	1,5	1	1	0,25	0,25	10,25
18 IFK Hälsjö	3	0,75	1,5				3						10,25
19 IFK Gäddede	0,75						2,25	0,5	0,25				6
20 IFK Västervik	0,75						0,75	0,5	0,25	0,25			6

Det är lätt att bli bortskämd när man kikar på statistiska sidor över svensk friidrott. I början av december presenterades SM poängen från förbundet och Hässelby toppar återigen listan. De senaste 19 åren från 1997 fram till idag har vi toppat den här listan samtliga år förutom ett år 2001. Då vann Ullevi som nu var klar tvåa hack i häl på oss.

Rankingen är sannolikt den bäst speglande bilden av hur framgångsrikt en friidrottsförenings arbete är. Den tar hänsyn till antal unika individer som placerar sig topp 6 på de Svenska mästerskapstävlingarna i alla åldrar från 15 år och upp till vuxen elit. En aktiv som placerat sig

topp 6 någon gång under året räknas in en enda gång. Så det gäller att ha många som kan vara topp 6 för att få en så bra poäng som möjligt.

Ingen annan förening har någonsin haft högre poängsumma än Hässelbys poäng för säsongen 2015 förutom tv själva vid 6 tillfällen under de här snart 20 åren.

Poängberäkningen är ”viktad” dvs att vuxna får mer poäng än 15 åringar eftersom man i seniorålder ställs mot de bästa från flera årskullar. En vuxen får 1 poäng för en topp 6 plats mot 0,25 poäng för en 15-17 åring.

Kom ihåg !

Medlemsavgifterna ska betalas in för 2016.

E-mail har redan gått ut till alla medlemmar.

PlusGiro 65 62 86 - 2

Vänligen ange fakturanummer vid betalning.

Juniorer (under 18 år) 100:-

Medlemsavgift (18 år och äldre) 200:-

Familjeavgift 250:-

Tävlings- och träningskostnad aktiva 600:-

Maxavgift per familj 1450:-



5 frågor till klubbens funktionärsansvarige Magnus Wickert

Fightern – De löparrangemang som Hässelby gör tillsammans med Spårvägen är den största inkomstkällan för klubben. Hur stor del?

Magnus – Det handlar om ca 85% av de totala inkomsterna vilket betyder att det är livsavgörande för klubben att det fungerar som det ska. Totalt gör vi över 1 200 uppdrag varje år så det är en del att jobba med.

F – Förra året började klubben använda en interaktiv funktionärsanmälan via hemsidan. Vilka fördelar har det medfört under 2015?

M – Det har blivit enklare för de enskilda medlemmarna att anmäla sig till de olika arrangemangen. Men framför allt har det blivit enklare att förmedla information till de anmälda funktionärerna ungefär 1,5-2 veckor före respektive arrangemang. 2016 förbättrar vi systemet så att vi enklare kan följa upp exempelvis vem som blir årets funktionär med flest utförda bidrag.

F – Hur många uppdrag ska varje medlem utföra varje år?

M – För aktiva 15 år och äldre gäller det att utföra minst 6 uppdrag varje år och för aktiva upp till 14 år är det 4 uppdrag som gäller. Det kommer man lätt upp i om man samlar ihop familjen och gör en gemensam grej av det. Fyra personer på ett uppdrag samma dag är allt som behövs. Jämför med att sälja 50-60 bingolotter i veckan/medlem så är det en liten insats våra medlemmar behöver göra.

F – När är det dags att anmäla sig till 2016 års uppdrag?

M – Det kan man göra redan **nu** på hemsidan www.hskfriidrott.se man klickar på bilden till höger där det står Funktionärsanmälan. Alla detaljer är inte 100% klara ännu men de flesta datumen är satta. Första arbetstillfällena ges redan i februari då vi arrangerar Lilla Globen galan 7 februari och därefter Globen galan 17 februari.



F – Vilken tävling är svårast att få ihop folk till?

M – Utan tvekan Stockholm Halvmarathon i mitten september. Då skaffar jag mig extra gråa hår varje år.

Tre glada funktionärer som på Hässelbyloppet hjälpte Maria Samuelsson med efterservice till löparna.

Tävlingssäsongen inomhus 2016 i Stockholm

Vår egen inomhustävling Lilla Globen galan (tidigare Lilla XL-Galan) är en av Sveriges mest attraktiva endagarstävlingar med över 1 300 starter och den oerhört populära mixade stafetten som höjdpunkt.

I år är det 7 februari som gäller för Lilla tävlingen. Den stora internationella galan i Globen arrangeras några dagar senare 17 februari.



*Deltag gärna den 17 februari.
Välj mellan att tävla, funktionera
eller bara vara publik.*

Januari

9-10	Mångkamps DM
15-17	Scandic Indoor Games
23-24	Täby Vinterspel
23-24	Best Western i Växjö, En Hässelbytrupp på nästan 70 st mellan 12- vuxna har anmält sig för att åka gemensamt på denna resa.
30-31	Formenkollen med UDM 12-16 år
30	Vinhundsvinter – endast vissa seniorgrenar

Februari

6	Raka Spåret
6	Kraftmätningen – lagtävling 17 årsklassen
7	Lilla Globen galan
12-14	Hammarbyspelen
17	Globen galan – internationell tävling som vi är med och arrangerar
20-21	IJSM 17-22 år i Växjö
27-28	ISM i Malmö

Mars

5-6	IJSM 15-16 år i Uddevalla
12	Mångkamps DM
12-13	Haninge Open
12-13	Mångkamps SM i Göteborg
18-19	Sista Chansen

April

2-3	Regionsmästerskap i Nyköping
-----	------------------------------

För att se hela tävlingsprogrammet i Sverige

– gå in på <http://www.friidrott.se/tavling/program.aspx?type=3&year=2016>