Danderyds SK Friidrott – genomförda tävlingar Inomhus 2012/13

Vinterspelen, Örebro 17/11

2012-11-18 20:47

Eleonora inledde inomhussäsongen med två rekord!

Eleonora var enda DSK-are vid Vinterspelen som avgjordes i Tybblelundshallen i Örebro.

På 800m visade Eleo att hon konserverat och kanske till och med förbättrat den fina löpformen som hon gav prov på vid Stafett-DM då det ju blev guld på 3x600m. Hennes 2.40,80 var en rejäl putsning av det personliga rekordet, räckte till en fjärdeplats i loppet och innebar även nytt DSK-klubbrekord. Det gamla rekordet hade Malin Trollsås.

Mer väntat var det andra klubbrekordet som kom i kula. 9,98 räckte till en bronsplats (dock bästa 99:a) och förmodligen också till en plats på Sverigestatistiken när den väl publiceras. Räkna ändå med att Eleonora kommer att förbättra detta rekordet under säsongen när hon blir ännu stabilare med 3kg-kulan!

Eleonora Olsmats -99

Brons F15 Kula 9,98 - klubbrekord F14!

F15 800m 2.40,80 - klubbrekord F14!

Första Chansen, Huddinge 17-18/11

2012-11-19 18:43

Nio medaljer till DSK!

Bilden ovan. Bröderna Ludwigs med säsongens första medaljer.

Inomhussäsongens första tävling för de yngre atleterna är Huddinge AIS "Första Chansen".

Storleksordningen tio unga DSK-are passade på att göra säsongsdebut och tillsammans tog de nio medaljer.

Många personliga rekord slogs också, höjdhoppscoachen Nils Jonsson hjälpte till exempel på söndagen båda kompisarna Philip Ludwigs och Jesper Häger att slå personliga rekord i höjd, för Philip räckte hans 1,50 ända till seger.

Ett annat personligt rekord var unga Frida Bäckmans 3,13 i längd - bara en försmädlig centimeter från en bronspeng. Något som ju i ett lite längre perspektiv inte spelar någon roll alls; det är ju vid OS 2028 som Frida ska vara som bäst ;-)

Markus Brodin vann både 60 och 400m!

Här följer alla medaljörerna från DSK:

Philip Ludwigs -00

Brons P13 60m 8,69

Guld P13 Höjd 1,50

Alexander Ludwigs -04

Silver P9 60m 9,86

Brons P9 Kula 5,58

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,73

Guld P9 400m 1.20,04

Emilia Larson -01

Silver F12 600m 1.56,64

Carolina Larson -02

Brons F11 400m 1.13,99

Saga Bolmgren -03

Guld F10 400m 1.14,26 - klubbrekord F10!

Julklapps-spelen, Eskilstuna 24/11

2012-11-25 14:50

Tidig julafton för många duktiga DSK-are!

Bilden ovan. Carolina, Alexander, Philip och Nils med sina medaljer.

Vid Julklapps-spelen i trevliga Munktellarenan delades det ut julklappar till de tre främsta i varje gren och våra DSK-ungdomar höll sig väl framme.

Olof började med nytt pers på 60m följt av ett mycket bra 200m-lopp bara hundradelar från pers. Avslutande 800m-loppet avgjordes ganska kort tid efter 200m men en trött Olof krigade på bra och kom trea.

Värste medaljsamlaren var Philip. Fem grenstarter gav lika många medaljer och tiden 8,40 på 60m innebar inte bara guld utan även nytt DSK-rekord!

Nils slog pers vid försöken på 60m och tog sig där till final. På 800m tog han sin första individuella friidrottsmedalj när han i ett väldisponerat lopp kom på andra plats efter Philip.

William kom på niondeplats i kula.

Alexanders nya paradgren kan det vara kula? Medalj för andra tävlingen i rad. Nja, jag tror nog ändå att det är sprint. Även här blev det medalj för andra tävlingen i rad. Alexander gjorde även ett fint 400m-lopp.

Vilma slog pers på både 60 och 200m men i höjd blev det SUPER-PERS!!!!! Helt osannolikt och utan extra höjdhoppsträning slog hon till med 1,62 - pers med 16 cm! I en rafflande tävling tog Vilma alla höjder i första försöket fram till 1,57 där det krävdes tre hopp och en samarbetsvillig ribba för fortsatt hoppande. Sen tog Vilma 1,60 i första och, som klar segrare, 1,62 i tredje.

Vilma är för övrigt 1,62 så hon hoppade alltså över sin egen längd! I många klubbar hade detta resultatet inneburit klubbrekord men Ylva Engdahls 1,66 i F14 inomhus är ett av de absolut vassaste DSK-rekorden, ett resultat som Ylva var näst bäst i landet med inomhussäsongen 2009/10.

F11 800m var rena getingboet med duktiga medeldistanstjejer. Carolina gick ut hårt och bestämt och var flera gånger nära att skaka av resten av fältet. Carolina ledde loppet i 795m innan Turebergs Alice Berg kom ifatt och förbi med ynka 24 hundradelar.

Lovisa vann höjdhoppet på fina 1,21 som även är klubbrekord. På 600m gick det så snabbt i början så man undrade om hon gått ut för tufft men Lovisa hade full koll och de andra tjejerna kom aldrig närmare. Vinst även här alltså, till detta ett silver i kula.

Tekla hade bäst tid i försöken av alla 21 tjejer som sprang 60m. Uppenbarligen besvärades hon inte av några finalnerver utan där sprang hon ytterligare en tiondel snabbare vilket gav guld och en godisjulklapp.

Sammanfattningsvis en jättebra tävling av våra ungdomar och vilken tur att tävlingen avgjordes på en lördag så att det var OK att ägna större delen av bilresan hem åt att äta upp det vunna godiset.

Denna bilden ska vi sälja dyrt till Trimtex när de söker marknadsföringsmaterial. Återigen, vilka snygga tröjor vi har!

William och Lovisa glada och samlade inför säsongspremiären.

Alexander med sina tre medaljer.

Brons är gott tycker Olof.

Så här högt hoppade Vilma. Det är sant, det finns både vittnen och film.

Samtliga DSK-medaljörer:

Olof Silvander -99

Brons P15 800m 2.25,99

Philip Ludwigs -00

Guld P13 60m 8,40 - klubbrekord P13!

Guld P13 800m 2.33,80

Guld P13 Höjd 1,45

Silver P13 Längd 4,82

Brons P13 Kula 5,96

Nils Jonsson -00

Silver P13 800m 2.41,22

Alexander Ludwigs -04

Brons P9 60m 9,87

Silver P9 400m 1.21,35

Brons P9 Kula 5,43

Vilma Jonsson -99

Guld F15 Höjd 1,62

Carolina Larson -02

Silver F11 800m 2.45,50

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 600m 2.04,99

Guld F10 Höjd 1,21 - klubbrekord F10!

Silver F10 Kula 6,26

Tekla Thorgerzon -04

Guld F9 60m 9,87

Triumfglass-spelen, Örebro 25/11

2012-11-26 20:29

Lovisa oslagbar i Örebro!

Syskonen William och Lovisa Ewerblad nöjde sig inte med Julklapps-spelen i Eskilstuna på lördagen utan fortsatte till Örebro, Tybblelundshallen och Triumfglass-spelen på söndagen.

Lovisa visade här vilken stor talang hon är i både löpning, hopp och kast.

Hon vann alla tre grenar hon ställde upp i: 600m, höjd och kula. Oslagbart, helt enkelt.

På 600m blev det personligt rekord som dessutom innebar DSK-klubbrekord!

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 600m 2.03,83 - klubbrekord F10!

Guld F10 Höjd 1,15

Guld F10 Kula 6,50

Luciaspelen, Sätra 8-9/12

2012-12-09 18:40

Seger och rekord för Sara och Carolina!

Bilden ovan. Rekordtjejerna Sara och Carolina hade prickat formen perfekt till Luciaspelen.

Helgen 8-9/12 avgjordes traditionstyngda tävlingen Luciaspelen i IFK Lidingös regi i Sätrahallen. Inte mindre än 1600 starter gjordes under de två dagarna.

Från denna tävling är det främst tre saker som känns lite extra ur ett DSK-perspektiv:

1) Saras seger i F10 längd på fantastiska 4,18!

Etta bland 41 startande tjejer, tvåan 44 cm efter. Nytt DSK-rekord, där det gamla på 3,96 stått sig ända sedan 1996. Zlatan-4-0-mot-England-fantastiskt-bra helt enkelt!

2) Carolinas 800m-guld bland de ett år äldre tjejerna i F12

Eftersom arrangören valde att dela upp tjejerna utan hänsyn till angivna resultat trots att det stod så i tävlings-PM (dåligt!) fick Carolina göra sitt lopp helt på egen hand, låt vara med Turebergs Alice Berg som en blåslampa tätt bakom. Carolina satte full fart från början men hade ändå krafter att hålla tempot uppe under hela loppet. Hon gick i mål på imponerande fina 2.42,30. Detta innebar vidare att Vilma Jonsson blev av med ännu ett klubbrekord.

3) Våra coola, snygga och duktiga stafett-lag.

Denna gång blev det varken medaljer eller ullkläder från stafettsponsorn men vad gör väl det när man ser hur barnen/ungdomarna verkar trivas tillsammans när de får möjligheten att vara ett lag och hur de peppar och hejar på varandra. Det är så man blir alldeles varm i hjärtat....

I 11-årsstafetten sprang Carolina, Alexander, Hanna och Vidar. Här var vi nära en pallplats, helt fantastiskt egentligen med tanke på att killarna har ett (Vidar) respektiva två (Alex) år kvar i klassen.

I 13-årsstafetten sprang Caroline, Nils, Emilia och Philip. De gjorde en stabil insats och kom tvåa i sitt heat.

Saga, Tor, Disa och Akash ställde upp i femtonårsklassen. Växlingarna funkade bra och de kom precis under magiska två minuter. Många av de andra lagen ställde upp med svårslagna och välväxta 98'or. Akash kämpade på bra i sin DSK-debut och nyinköpta spikskor.

Eleonora tog hem två medaljer. Bonuspoäng för den ovanliga kombinationen kula (guld) och 1000m (brons).

FP13-stafettlaget Philip, Nils, lucka, Emilia, Caroline.

FP15-stafettlaget Akash, Tor, Disa och Saga. Saga passade även på att slå pers på 60m.

En för alla - alla för en. FP11-stafettlaget Vidar, Alexander, Hanna och Carolina. Extra beröm till fotografen Katarina (Alex mamma) för komposition, färgmättnad och skärpa.

Här går det undan - Carolina växlar över till Alex.

Pallplatser och klubbrekord:

Linnea Sundman -96

F17 300m 52,06 - nyetablerat klubbrekord F17!

Eleonora Olsmats -99

Guld F14 Kula 9,60

Brons F14 1000m 3.28,74- klubbrekord F14!

Hanna Bäckman -02

Brons F11 60m 9,28

Carolina Larson -02

Guld F12 800m 2.42,30 - klubbrekord F11!

Sara Fajerson -03

Guld F10 Längd 4,18 - klubbrekord F10!

Brons F10 60m 9,61

Hannes Axell -97

P17 300m 41,19 - nyetablerat klubbrekord P16!

Philip Ludwigs -00

Silver P13 60m 8,40 - tangerat klubbrekord P13!

Vidar Engström -03

Silver P10 60m 9,56

Silver P10 Höjd 1,18

Silver P10 längd 3,60

SAYO Indoor, Sätra 15/12

2012-12-16 14:35
Dussinet duktiga DSK-are dominerade!

Bilden ovan. Saga och Lovisa, etta och tvåa på 600m.

Årets Sayo Indoor är avgjort! Under sju timmar genomfördes nästan 1400 starter i Sätrahallen. Till denna tävling hade ett drygt tiotal DSK-are mellan tolv och sju år tagit sig.

Som vanligt, alla vi DSK-fans börjar bli bortskämda nu, gick det superbra. Många personliga rekord slogs, en del medaljer bärgades och några skrev in sig i historieböckerna genom att slå klubbrekord.

Under hela tävlingen fanns Sportway på plats och tog massor av bilder. För att se bilderna, klicka här för att komma till deras hemsida. Nedan ser ni två bilder därifrån.

Tekla tog brons på 60m, i längd blev det guld! Tack för bilden Sportway.

Vidar koncentrerar sig inför sitt 600m-lopp, han vann sitt heat! Tack för bilden Sportway.

Jesper slog personliga rekord i såväl 60m, höjd och längd. I höjd med en hel decimeter till 1,42.

DSK's 00-maffia Nils, Jesper och Philip.

Eftersom SAYO krockade med säsongsavslutningen i Danderyds Gymnasium fick Jesper sitt glädjespridarpris och Philip sina klubbmästarplaketter istället i Sätrahallen. Nästa år ska vi be Tureberg välja ett annat datum för SAYO så att detta inte upprepas.

Alexander på prispallen efter en stabilt 60m-lopp.

Här syns priset bättre som nu sannolikt pryder en bokhylla hemma hos familjen Ludwigs.

Alla DSK's pallplaceringar:

Philip Ludwigs -00

Silver P13 60m 8,45

Silver P13 Höjd 1,45

Brons P13 Längd 4,79

Alexander Ludwigs -04

Brons P9 60m 9,93

Emilia Larson -01

Brons F12 800m 2.45,08

Carolina Larson -02

Silver F11 600m 1.57,62

Hanna Bäckman -02

Brons F11 Längd 4,08

Saga Bolmgren -03

Guld F10 60m 9,48

Guld F10 600m 2.02.90 - klubbrekord F10!

Sílver F10 Längd 3,76

Lovisa Ewerblad -03

Silver F10 Höjd 1,23 - nytt klubbrekord F10!

Silver F10 600m 2.07,18

Tekla Thorgerzon -04

Guld F9 Längd 3,42

Brons F9 60m 10,10

Täby Vinterspel, Sätra 5/1

2013-01-05 21:53

Vincents första pallplats och kul rekord av Lovisa!

Första tävlingen 2013 var Täby Vinterspel den femte januari i Sätrahallen.

Ylva och Sebastian hoppade in på Sverigestatistiken i höjd och stav.

Lovisa visade att hon inte bara kan hoppa vertikalt utan även horisontellt när hon vann F10 Längd på fina 3,65.

F10 600m blev repris från SAYO Indoor med Saga och Lovisa i topp.

Kanske ändå att Lovisas bästa insats kom i kula där hennes 7,01 betydde såväl seger i tävlingen, mästerskaps- och klubbrekord.

Tidigare rekordinnehavare var Elin Sundborg, hennes 6,97 stod som rekord i elva år.

Markus dominerade yngsta pojkklassens två grenar genom guld på 60m och silver i längd. På prispallen i längd fick Markus sällskap av Vincent Larson som trots konkurrensen med ett år äldre grabbar lyckades ta brons, se bilden ovan.

Emilia och Carolina gjorde stabila medeldistanslopp. För att hindra Carolina från vinst krävdes ett mästerskapsrekord.

Alicia tog brons i F11 höjd och Tekla tog maximalt med F9-medaljer, det vill säga två.

Pallplatser och klubbrekord

Sebastian Ruthström -97

Brons P17 Stav 3,40 - nyetablerat klubbrekord P16

Markus visar stolt upp sina två medaljer!

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,91

Silver P9 Längd 3,52

Vincent Larson -05

Brons P9 Längd 2,83

Ylva Engdahl -96

Guld F17 Höjd 1,64 - nyetablerat klubbrekord F17

Emilia Larson -01

Brons F12 600m 2.02,88

Carolina Larson -02

Silver F12 600m 1.59,34

Alicia Björn -02

Brons F11 Höjd 1,20

Saga och Lovisa dominerade 600m - igen!

Saga Bolmgren -03

Guld F10 600m 2.03,03

Lovisa Ewerblad -03

Silver F10 600m 2.06,86

Guld F10 Längd 3,65

Guld F10 Kula 7,01 - klubbrekord F10

Tekla Thorgerzon -04

Silver F9 60m 10,16

Silver F9 Längd 3,22

IVDM, Sätra 12/1

2013-01-13 18:02

Flera medaljörer då rekordmånga DSK-veteraner debuterade.

Inte mindre än 6 DSK-veteraner deltog i årets Veteran-DM inomhus i Sätrahallen. Nytt rekord?

Jag (Olof) som gjorde debut i veteransammanhang hade hjärtligt roligt. En härlig känsla att få känna adrenalinpåslaget som tävlingsmomentet ger, trots att det bara är på lek.

Det är en trevlig upplevelse att tillhöra ett gäng entusiaster som alla peppar varandra att överträffa sig själva. Alla tävlar efter sina egna förutsättningar beroende på ålder och kondition, men alla är hjärtligt välkomna.

Imponerande att se 75-åringar som springer 200m lika fort som jag som är 20 år yngre, men det känns också inspirerande för min egen framtida utveckling.

Vår nye medlem Angel Galán, som också är Bosses personlige tränare, har sprungit på elitnivå i Kuba när han var ung. Och det märktes verkligen på hans fina löpstil. Han krossade våra gamla M40-klubbrekord på 60m och 200m.

Här följer en sammanställning av våra resultat.

Angel Galán -72

Guld M40 60m 7,50 Klubbrekord M40

Guld M40 200m 24,80 Klubbrekord M40

Olof Engdahl -58

Guld M55 60m 9,84 Nyetablerat klubbrekord M55 (Vinnaren i grenen kom ej från Stockholm)

Guld M55 200m 32,38 Nyetablerat klubbrekord M55 (Vinnaren i grenen kom ej från Stockholm)

Bo Wikmark -57

Silver M55 60m 9,95

Silver M55 200m 33,32

Jonas Hellström -61

Guld M50 800m 2.30,69 Klubbrekord M50

M50 3000m 10.48,99 Klubbrekord M50 (Enda tävlanden i grenen)

Carl Olsmats -61

Silver M50 800m 2.40,38 (Tvåan i heatet kom ej från Stockholmsdistriktet)

Jan Berneryd -66

4:a M45 60m 8,63

4:a M45 200m 28,46

Örebro Indoor Games, Tybblelundshallen 12-13/1

2013-01-14 12:23

Två rekord och tre guld för Saga!

Bilden ovan. Saga på prispallen. För vilken gång i ordningen vet man inte.

Örebro Indoor Games är en rejält stor inomhustävling som i år lockade till sig inte mindre än 1.442 starter.

En handfull DSK-are var på plats och, som vanligt nu för tiden, hade de med sig ett gäng medaljer hem.

Värst i det avseendet var Saga som vann såväl 60, 200 som 600m, särskilt tiderna på 200 och 600m imponerar. Till detta kan läggas ett silver i längd.

Sagas 31,52 på 200m var nytt DSK-rekord. Här var det Hanna Bäckman som blev av med rekordet - som tur var för Hanna kunde hon istället ta F11-rekordet på 200m från Vilma Jonsson med fem hundradelar. Detta gav även Hanna ett silver.

Saga slog även DSK-rekord på 600m men här hade hon själv det gamla.

Emilia vann F12 600m mot ett gäng duktiga tjejer, det krävdes dock nytt pers 1.56,53 för att klara detta.

Även Carolina slog pers i F11 600m - det räckte till ett silver. För andra tävlingen i år krävdes det mästerskapsrekord för att vinna över henne.

Örebro Indoor Games - en tävling så stor att den har sin egen logga.

Emilia Larson -01

Guld F12 600m 1.56,53

Hanna Bäckman -02

Silver F11 200m 32,00 - klubbrekord F11!

Carolina Larson -02

Silver F11 600m 1.56,81

Saga Bolmgren -03

Guld F10 60m 9,59

Guld F9 200m 31,52 - klubbrekord F10!

Guld F10 600m 1.58,90 - klubbrekord F10!

Silver F10 Längd 3,82

HAMMARBY FRIIDROTT

IUDM Mångkamp, Sätra 12-13/1

2013-01-14 20:31

Bröderna Axell mångkampar!

Vid Mångkamps-IUDM i Sätrahallen representerades DSK av Hannes och Kasper Axell. Tävlingen arrangerades av Hammarby Friidrott.

Eftersom det var tvåårsklasser fick båda tävla mot ett år äldre motståndare så nästa år kan vi räkna med ännu bättre placeringar.

Hannes Axell -97

Brons P17 Sjukamp 2.915 poäng - nyetablerat klubbrekord P16

60mh (91,4 cm) 10,31 - nyetablerat klubbrekord P16

Kula (5 kg) 8,89 - nyetablerat klubbrekord P16

800m 2.35,73 - nyetablerat klubbrekord P16

Kasper Axell -01

9:a P13 Fyrkamp 2.070 poäng

Scandic Indoor Games, Huddinge 18-20/1

2013-01-22 10:38

Sex nya seniorrekord!

Bilden ovan. Per-Jonas flankerad av duktiga åttaåringarna Markus och Alexander. Fotograf Katarina Ludwigs.

Tredagarstävlingen Scandic Indoor Games innebar säsongspremiär för många seniorer, inklusive våra super-93'or Malin och Anna som från och med denna säsongen definitionsmässigt inte längre är Flickor.

Dessa två samt den något yngre Vilma visade att de tränat på bra under försäsongen genom att fullkomligt slakta listan över seniorrekord inomhus med inte mindre än sex nya rekord.

Malin på 60 och 200m, Anna på 800 och 1500 samt Vilma på 1000 och 3000m. Trots de fina resultaten kändes det som om alla tre har mer att ge och det ska bli spännande att följa hur

säsongen utvecklar sig, det är ju först vid kommande SM-tävlingar som Malin och Anna ska vara riktigt på topp.

Vilma visste redan före sitt 3000m-lopp att det skulle bli nytt klubbrekord eftersom något sådant inte fanns noterat sedan tidigare. Hon kunde alltså ta det lugnt men det gjorde hon inte - tänk att kunna avsluta med ett varv på 33 s efter att redan sprungit 14 varv i 3,30-tempo! Vilma blev fyra i loppet. På tredjeplats 18 s före kom Huddinges världsstjärna i ultralöpning Kajsa Berg som tog VM-silver på 100 km så sent som i april.

Vilma, Malin och Emilia har fredagsmys i Storängshallen

Här är ett axplock av fler DSK-superlativer:

- Gladast - Saga Berneryd som slog pers både i försöken och finalen på 60m. Bland de många riktigt duktiga tjejerna räckte detta till ett silver för den supertaggade Saga
- Flest medaljer (av DSK-are iallafall) - Philip visade att han behärskar de flesta grenarna genom att komma tvåa i såväl höjd, längd som 60m
- Värsta forceringen - Oskar Adolfssons sista fem metrar på 200m tog honom från fjärde till andra plats i sitt heat
- Minst tur med marginalerna - Alicia Björn var sex tusendelar från 60m-final och en futtig cm från brons i längd
- Nyaste klubbrekordinnehavaren - Alex för första gången klubbrekordinnehavare, för säkerhets skull både på 800 och 1500m
- Bästa egna Sverigestatistikplacering - Olofs 3.05,43 på 1000m gav honom en åttondeplats bland alla Sveriges 99'or
- Högst - Per-Jonas hejarrop, kommentarer överflödiga
- Längst - Saras 3,91 i F10 Längd var det ingen som slog
- Mest ägda klassen - Markus och Alexander lade tillsammans beslag på två tredjedelar av samtliga medaljer som delades ut i klassen P9
- Bästa spurten - Saga Bolmgren på 800m där hon sprang förbi flera ett år äldre tjejer fram till ett silver och klubbrekord

Pallplaceringar och klubbrekord

Gustav Kramnäs -97

Brons P16 400m 55,17

Alex Ander -97

800m 2.17,37 - klubbrekord P16!

1500m 4.54,06 - nyetablerat klubbrekord P16!

Hannes Axell -97

Brons P16 Kula 8,91 - klubbrekord P16!

Olof Silvander -99

Brons P14 1000m 3.05,43

Philip Ludwigs -00

Silver P13 60m 8,56

Silver P13 Höjd 1,44

Silver P13 Längd 4,72

Markus och Alexander glädjs över sina längdhoppspriser!

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,67

Brons P9 Längd 3,28

Alexander Ludwigs -04

Brons P9 60m 9,93

Silver P9 Längd 3,35

Malin Trollsås -93

K 60m 8,17 - seniorklubbrekord!

K 200m 26,48 - seniorklubbrekord!

Anna Silvander -93

Brons K 800m 2.17,31 - seniorklubbrekord!

K 1500m 4.46,57 - seniorklubbrekord!

Vilma Jonsson -99

K 3000m 10.29,22 - nyetablerat klubbrekord!

Guld F14 1000m 3.03,20 - F14 och seniorklubbrekord!

Saga Berneryd -99

Silver F14 60m 8,35

Eleonora Olsmats -99

Silver F14 Kula 8,92

Emilia Larson -01

Brons F12 800m 2.45,12

Saga Bolmgren -03

Silver F11 800m 2.41,67 - klubbrekord F10

Sara Fajerson -03

Guld F10 Längd 3,91

Vinthundsvintern, Sätra 26-27/1

2013-01-28 19:02

Nya rekord av Jacob, Gurra, Malin och Vilma!

Bilden ovan. Rekordtjejerna Malin och Vilma ganska nöjda med sina insatser.

Seniortävlingen Vinthundsvintern är tillika distriktsmästerskap för Stockholm.

Denna gången blev det inga DM-tecken för DSK men väl fem nya seniorklubbrekord.

Jacob slog Gabriel Thorstenssons åtta år gamla 60m-rekord med fem hundradelar - det nya rekordet lyder på 7,44.

Gurra tog ut sig totalt på 800m och belöningen blev nytt klubbrekord. Här var det Philip Örnborg som blev av med rekordet.

Närmast att ta en DM-medalj var Malin som kom fyra på 400m. Det var dock i hennes två övriga starter som hon slog sina egna veckogamla klubbrekord. Särskilt imponerande var sättet hon vann sitt 60m-heat på där hon kom väldigt bra ur blocken för att sen med ett fint flyt i stegen dra ifrån övriga tjejer. Det var bra klass på denna DM-gren då Malins 8,07 "bara" räckte till B-final.

Malins 26,25 på 200m räckte till en tiondeplats i tävlingen.

På 800m blev Anna och Vilma DM-femma respektive -sexa. Hyfsat men Annas förkylning märktes och i Vilmas fall fick hon plikta för ett första varv på 31 s (de andra varven gick på 35, 37 och 36 s).

Då var Vilma nöjdare med sitt 1500m-lopp som hon disponerade på ett imponerande sätt. Hon fightades länge med Amanda Trense som sprang Ungdomsfinnkampen på just 1500m förra året men denna gången var Vilma den starkare. Hennes sista varv gick på 34,1, anmärkningsvärt bra med tanke på att till exempel vinnande Kajsa Barr hade 36,9 och Turebergs duktiga Isabella Andersson 35,5. Bland Stockholms absolut bästa tjejer kom Vilma som nummer sex - väldigt bra gjort.

Nya klubbrekord:

Jacob Öman -95

M 60m 7,44 – seniorklubbrekord!

Gustav Kramnäs -97

M 800m 2.08,66 - seniorklubbrekord!

Malin Trollsås -93

K 60m 8,07 - seniorklubbrekord!

K 200m 26,25 - seniorklubbrekord!

Vilma Jonsson -99

K 800m 2.19,11 - klubbrekord F14!

K 1500m 4.45,38 - seniorklubbrekord!

Inlagda Gurkspelen, Västerås 26-27/1

2013-01-28 20:23

Guldmedaljer till Arvid, Vidar, Carolina och Lovisa!

Bilden ovan. Carolina är snäll och låter även tvåan och trean i 600m-loppet kliva upp överst på prispallen.

Inlagda Gurkspelen är en stor tävling över två dagar med drygt 2.700 starter. Särskilt i de yngre åldersklasserna är det rejält många med. Just därför är det extra imponerande att så många DSK-are hävdade sig så väl i detta årets upplaga.

Fantastiskt bra gick det till exempel för Lovisa som vann såväl F10 höjd, kula och 600m - 1,25 i höjd är dessutom nytt DSK-rekord!

Och visst skulle man velat vara på plats när Vidar i sitt sista längdhopp ökade med nästan en halvmeter (!) till 3,94 och vinst i hela tävlingen!

Det är även lätt att tänka sig Sagas glada uppsyn efter nytt pers och brons på 60m, bara 1/100-dels sekund från klubbrekordet.

Bra gjort av Arvid att vara bäst av tjoget elvaåriga killar och vinna höjd på fina 1,43 (två cm från klubbrekordet!).

Philip som vanligt stabil och med tre ytterligare medaljer till den redan sedan tidigare digra samlingen.

Pallplatser och klubbrekord:

Philip Ludwigs -00

Silver P13 60m 8,49

Brons P13 Höjd 1,39

Silver P13 Längd 4,70

Arvid Engström -01

Guld P12 Höjd 1,43

Vidar Engström -03

Silver P10 Höjd 1,19

Guld P10 Längd 3,94

Saga Berneryd -99

Brons F14 60m 8,25

Carolina Larson -02

Guld F11 600m 1.57,48

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 600m 2.06,58

Guld F10 Höjd 1,25 - klubbrekord F10!

Guld F10 Kula 6,76

Tekla Thorgerzon -04

Brons F9 60m 9,85

Eskilstuna Indoor

2013-02-03 10:39

Guld, silver och klubbrekord för Saga!

Prisutdelning 200 m för F15 (notera den enligt Saga "supercoola" pallen)

Saga åkte, som enda DSK:are, till Eskilstuna Indoor med målet att försöka sätta nytt klubbrekord på 60 m, efter att bara ha varit en hundradel ifrån i Västerås helgen innan. Enligt rykten ska Munktellarenan i Eskilstuna ha väldigt snabba banor så chansen fanns. I försöken på 60 m var Saga för ivrig och fällde sig för tidigt. Tiden blev 8.30 och klubbrekordet på 8.24 stod sig. I finalen fick hon bra draghjälp av Carolina Söderbom som vann på 8.10. Saga kom tvåa och fick vänta på resultatet en bra stund. Tillslut kom tiden 8.29 upp... så det vara bara att ladda om inför 200m.

Eskilstuna indoor är en mindre tävling som hålls i Munktellarenan som är en ombyggd fabrikslokal där Bolinder-Muntell, sedermera Volvo BM, tillverkade traktorer för 100 år sedan. Här kan man spela bangolf, prova bågskytte, spela boule och mycket annat medan man väntar på nästa grenstart.

På 200 meter fick Saga ytterbanan, vilket är den snabbaste. Det blev ett spännande heat där Louise Svensson var hack i häl in i sista kurvan men Saga höll undan och med bra fart ända in i mål kapade hon sitt eget pers från förra helgen med 6 tiondelar. Det räckte till guld i F15 klassen och med tiden 27.41 slog hon det det 11 år gamla klubbrekordet med en dryg tiondel. Saga är nöjd!

Resultat

Saga Berneryd -99

Silver F15 60m 8,29

Guld F15 200m 27,41 - Klubbrekord F14

Stilstudie av Sagas start på 200m

Raka Spåret, Sätra 3/2

2013-02-04 16:01

Malin, Anna och Oskar bland friidrottseliten!

Per-Jonas Trollsås rapporterar från söndagens tävling:

WOW! Vilken fantastisk friidrottseftermiddag det blev i Sätra på söndagen.

Jag har sällan varit på en bättre nationell friidrottstävling inomhus i Sverige.

Resultatnivån och stämningen i hallen var häftig.

Det bjöds på bland annat följande:

-5,21 i herrarnas stavhopp

-3,44 på herrarnas 1500m

-7,59!!! i längdhopp. Nytt veteranvärldsrekord i M40 av Mattias Sunneborn (endast 6 cm från EM-kvalgränsen)

-7,38 på 60m av Kils stjärnskott Irene Ekelund -97 (sjua i Sverige någonsin, endast 0,05 s från Linda Haglunds svenska rekord) Innebar även klarat EM-Kval!

-23,52 på 200m av samma Irene där hon pressades in på målinjen av Moa Hjelmer tiden är andra i Sverige genom tiderna och även där endast 5 hundradelar från svenska rekordet)

-1.87 i damernas höjdhopp och klarad EM-kvalgräns av My Nordström

-19,22 i kula av dansken Christofferson

-21,16 i viktkastning av Mattias Jons (måttbandet som fanns till hands var på 20m och ytterväggen i Sätra sitter vid 22m.....)

-1,50 på herrarnas 800m

Detta var ett litet axplock av de tävlings-, hall-, svenska-, junior- och veteranrekord som slogs.

DSK hade med tre st tuffa -93or i tävlingarna. Malin Trollsås, Anna Silvander och Oskar Adolfsson.

Bäst gick det för Malin som vann båda sina heat på 400m och på 200m samt tangerade och satte nytt seniorklubbrekord på bägge distanserna (58,66 resp 26,09) och belönades med fina placeringar 6:a och 8:a i de högklassiga startfälten.

Anna kämpade hårt på 1500m och låg bra med på bra tid i ca 1200m var efter orken tröt något (kanske beroende på förra veckans förkylning). Resultatet räckte dock till en 7:e plats av 14 startande och ett nytt personligt rekord med 4/100. Oskar startade på 200m i det näst sista heatet och fick denna gång nöja sig med att på nytt springa under 27sek (26,97), ca 0,5 sek från det personliga rekordet.

Det skall bli mycket spännande att följa Malin och Anna på de kommande SM-tävlingarna i Norrköping och Uddevalla de två sista helgerna i februari.

Klubbrekord:

Malin Trollsås-93

Åtta K 200m 26,09 – senior- och K22-klubbrekord!

Sexa K 400m 58,66 – klubbrekord K22 och tangerat seniorrekord!

Anna Silvander-93

Sjua K 1500m 4.46,53 – klubbrekord K22

Lilla XL-galan, Sätra 2/2

2013-02-04 19:18

Medaljer och klubbrekord!

Bilden ovan. Saga och Sara på prispallen efter sin dubbelseger på 60m. Uppenbarligen fokuserade tjejerna bättre än fotografen.

Lilla XL-galan är en av landets mest populära inomhustävlingar för ungdomar. 543 pojkar och flickor gjorde över 1.000 starter. 13-åringarnas stafett samlade över 50 lag.

Givetvis var DSK på plats.

Saga och Sara vann F10 60m dubbelt, extra imponerande med tanke på det 25 tjejer stora startfältet.

Sara vann även längd. Hon fick på nytt till ett jättehopp, 4,15 det är lääääängt!

Saga sprang 600m mot ett år äldre tjejer och kom trea på nytt klubbrekord.

Även Markus ställdes mot äldre motståndare, här fick de flesta 03-bjässarna bara se ryggen på Markus när han vann brons, även detta på en rekordtid.

Att den välbekanta idrottsklyschan "1000m inomhus är 1000m inomhus och i 1000m inomhus kan allt hända" visade sig stämma fick Olof erfara på nämnda distans. Han kom trea före Norrköpings meriterade August Mollén som tyvärr drabbades av håll. August som ligger två på Sverigestatistiken där Olof nu har plats nummer elva med sitt färska DSK-rekord.

Vi hade även med ett P/F13-stafettlag bestående av Jeanne Lindestam, Philip Ludwigs, Emilia Larson och Joakim King. De sprang 4x200m på 1.58,63 - klart godkänt och med bara lite mer flyt i växlingarna hade de kunnat bli bland de sex bästa lagen som fick springa final.

Sara med guldmedalj och prispallskompisar

Markus - numera klubbens snabbaste P9:a inomhus genom alla tider!

Pallplatser och klubbrekord:

Olof Silvander -99

Brons P14 1000m 3.04,30 - klubbrekord P14!

Markus Brodin -04

Brons P10 60m 9,29 - klubbrekord P9!

Eleonora Olsmats -99

Brons F14 1000m 3.37,90

Emilia Larson -01

Brons F12 600m 1.58,88

Saga Bolmgren -03

Brons F11 600m 1.56,36 - klubbrekord F10!

Guld F10 60m 9,40

Sara Fajerson -03

Silver F10 60m 9,46

Guld F10 Längd 4,15

Hammarbyspelen, Sätra 8-10/2

2013-02-11 19:27

Osannolika framgångar för årgången 2003!

Bilden ovan. Saga, Lovisa och Sara med medaljer och pokaler efter den fantastiska fyrkampen!

Följande i mitt tycke roliga historia (hämtad från nörd-serien Big Bang Theory) hänger faktiskt ihop med årets Hammarbyspel:

A physicist goes to an ice cream parlour every week and orders an ice cream for himself and offers an ice cream for the empty stool sitting next to him. This goes on for a while until the owner asks him what he is doing.
The man said “well I’m a physicist and Quantum Mechanics teaches us that it is possible for the matter above this stool to spontaneously turn into a beautiful woman who might accept my offer and fall in love with me”
The owner says” well there are a lot of single beautiful woman come in here every day, so why don’t you buy an ice cream for one of them and they might fall in love with you”.
And the physicist says “yeah, but what are the odds of that happening”!

För vilka är oddsen att när närmare 60 av Stockholms bästa Flickor 03'or gör upp vem som är bäst i fyra olika grenar så visar det sig att DSK's tjejer blir etta, tvåa och trea?

Inte nog med det, i motsvarande tävling för pojkarna vinner DSK också!

För tjejerna vann Lovisa med minsta möjliga marginal, det som fällde avgörandet var hennes jämnhet i såväl löp-, kast och hoppgrenarna. Seger i kula blev det också.

Saga kom tvåa och passade samtidigt på att slå klubbrekord i både 40m häck och 400m. Saga har nu tagit alla Vilma Jonssons F10-klubbrekord. Sara fick samma poäng som Saga men blev trea med längdhoppsvinsten som bästa resultat.

En mycket nöjd Vidar efter fyrkampstriumfen!

På killsidan var det också jämnheten som fällde avgörandet. Vidar blev tvåa i alla fyra grenarna och då räckte det inte att tvåan kunde ståta med tre grensegrar.

Även andra årgångar är -03 höll sig framme:

Det var roligt att åter se Elias hoppa höjd efter ett längre tävlingsuppehåll, hans 1,52 räckte till ett brons.

Anna visade att formen är på uppåtgående lagom till att SM-tävlingarna närmar sig. Hennes 2.15,39 på 800m innebar även nytt seniorklubbrekord.

Även Malin visade att hon är på gång när hon tog silver på nytt årsbästa på 400m, när det blir dags för SM lever förra årets klubbrekord farligt.

Carolina blev tvåa på F11 600m i ett bra startfält.

Vilma slog sitt inomhuspers på 800m och har nu 19:e bästa tid i år bland Sveriges seniordamer, det är bra när man bara är tretton!

Olof gjorde sitt livs bästa 1000m-lopp, snubblande nära drömgränsen 3 min blev det. Olof kan trösta sig med att det blev nytt P14-klubbrekord och att han nu är snabbare än Vilma på denna distans.

Som första DSK-tjej någonsin ställde Eleonora upp i Viktkastning, resultatet blev 8,40 med den 7,26kg tunga vikten.

Anna och Vilma grattas av sin fan-club efter ett mycket bra 800m-lopp!

Pallplatser och klubbrekord

Jacob Öman -95

M 400m 52,43 - klubbrekord P18!

Olof Silvander -99

Brons P14 1000m 3.00,76 - klubbrekord P14!

Elias Harryson -99

Brons P14 Höjd 1,52

Vidar Engström -03

Guld P10 Fyrkamp

Silver P10 400m 1.13,88

Silver P10 40mh (55cm) 7,81

Silver P10 Längd 4,03

Silver P10 Kula 6,80

Malin Trollsås -93

Silver K 400m 58,72 - klubbrekord K22!

Anna Silvander -93

Silver K 800m 2.15,39 - seniorklubbrekord!

Eleonora Olsmats -99

F15 Vikt 8,40 - nyetablerat klubbrekord F14!

Vilma Jonsson -99

K 800m 2.17,34 - klubbrekord F14!

Carolina Larson -02

Silver F11 600m 1.56,69

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 Fyrkamp

Guld F10 Kula 6,86

Saga Bolmgren -03

Silver F10 Fyrkamp

Guld F10 400m 1.11,18 - klubbrekord F10!

Guld F10 40mh (55cm) 7,63 - klubbrekord F10!

Brons F10 Längd 3,70

Sara Fajerson -03

Brons F10 fyrkamp

Guld F10 Längd 4,09

Silver F10 400m 1.14,79

Brons F10 40mh (55cm) 7,93

Malin, Anna o PJ

ISM, Norrköping 15-17/2

2013-02-20 20:44

Anna sexa, Malin tia!

Vid SM-tävlingarna i Norrköpings Stadium Arena representerades DSK av Malin Trollsås och Anna Silvander.

Malin ställde upp på 200 och 400m, bäst gick det på 400 där 58,18 innebar nytt pers, klubbrekord och en tiondeplats. Malins 26,12 på 200m var bara tre hundradelar från hennes egna klubbrekord.

Anna sprang 800m. Eftersom bara åtta tjejer ställde upp utgick försöken på lördagen, istället blev det alltså final direkt på söndag.

Här svarade Anna för en imponerande insats när hon blev sexa på nya klubbrekordet 2.12,13.

Formenkollen 2013

Formenkollen/IUDM, Sätra 16-17/2

2013-02-20 20:57

Amanda och Saga distriktsmästare!

Bilden ovan. Saga och Carolina på prispallen efter F11 800m tillsammans med Turebergs Alice Berg.

Tävlingen Formenkollen fungerar också som DM för Stockholms ungdomar.

Två DM-guld gick i år till DSK: Amanda vann F15 Höjd och Saga F14 200m.

Rebecka Mannerford var bara tre cm från Amanda och blev fyra trots att hon klarade samma höjd som tvåan och trean.

Olof och Saga är nu klara för Svealandsmästerskapen eftersom de två främsta i varje gren i denna tävling erbjuds plats i stadslaget. Svealandsmästerskapen är för Pojkar/Flickor 13-14.

Saga och Carolina gjorde ett kanonlopp på 800m där de båda förbättrade sina egna klubbrekord.

Emilia hoppade för första gången över drömgränsen 4m (4,01).

Dessutom välkomnar vi Annie Lindquist och Julia Altuaz som här gjorde tävlingsdebut för DSK. Annie och Julia är födda -02.

Emilia på pallen tillsammans med Hammarbys Sira Gassama och Hässelbys Lovisa Bivstedt.

Pallplatser och klubbrekord

Olof Silvander -99

Silver P14 1000m 3.01,11

Amanda Stjerngren -98

Guld F15 Höjd 1,50

Saga Berneryd -99

Guld F14 200m 27,29 - klubbrekord F14!

Silver F14 60m 8,30

Emilia Larson -01

Brons F12 800m 2.44,10

Carolina Larson -02

Brons F11 800m 2.40,92 - klubbrekord F11!

Saga Bolmgren -99

Silver F11 800m 2.40,55 - klubbrekord F10!

Foto: JBE

XL-galan 2013 i Globen

2013-02-22 00:01

Två lag sprang ungdomsstafett!

DSK ställde upp med två lag i XL-galans ungdomsstafett, totalt ställde 46 lag upp.

Lag 1 med Caroline Olsmats, Joakim King, Emilia Larson och Philip Ludwigs kom tvåa i sitt heat på 1.59,21.

Lag 2 med Carolina Larson, Jesper Häger, Jeanne Lindestam och Nils Jonsson kom fyra i sitt heat på 2.10,76.

Alicia Björn och Arvid Engström var med som reserver.

Emilia, Caroline, Philip och Joakim.

Jesper, Nils, Carolina, Jeanne och Alicia.

1.57,24 krävdes för att bli bland de sex bästa lagen och final.

Stort tack till ledarna Anders Gjärdman och Helena Larson som coachade och tog hand om ungdomarna under kvällen på bästa sätt.

Här är fler bilder från tävlingen i Globen!

XL-galan 2013 i Globen

IJSM, Uddevalla 23-24/2

2013-02-25 21:45

SM-brons till Anna!

Bilden ovan. DSK's representanter vid IJSM i Uddevalla: Malin, Jacob och Anna.

Per Jonas Trollsås rapporterar:

Junior-SM arrangerades i år i den nya Rimmnershallen i Uddevalla. En väldigt speciell arena som nog lämpar sig bättre för träning än för större tävlingar.

Hallen består av två plan med idrottshallar på övervåningen samt att halva löparbanan var övertäckt av övervåningen. Det gjorde att att man till exempel inte såg starten på 60m utan endast de sista 40 metrarna. Det var även mycket utrustning på innerplanen, så ett referat från första varvet på Malins 400m lopp lyder:
Malin startar snabbt på bana 2 och försvinner in under taket, kommer fram på baksidan av gymmet och försvinner sedan igen bakom bockarna och gymnastikutrustningen, dyker sedan upp i andra kurvan och tar hand om andraplatsen när löparna går in på gemensam bana för att sedan på nytt försvinna in under taket..... det var väldigt svårt för publiken att få något grepp på tävlingarna och den riktiga stämmningen uteblev. (Nog om detta)

Under första dagens tävlande så sprang Malin Trollsås K22 och Jacob Öhman P19 400m försök, båda två gjorde gedigna lopp i närheten av de personliga rekorden men bägge hade lite stolpe ut då det inte riktigt räckte till avancemang till final (fyra bästa) för Malin 58,33 (sjua) respektive semifinal (åtta bästa) för Jacob 52,56 (nia).

Dag 2 sprang Jacob försök på 60m och kom trea i sitt heat på 7,45 det räckte till femtonde plats av 29 startande och endast tre placeringar från semifinal.

På söndagseftermiddagen var det så äntligen dags för Anna Silvander K22 att springa 1500m (7,5 varv inomhus).
Anna startade loppet smart och kom in i ett fint och jämnt tempo, hon låg i princip trea hela loppet och lämnade fyran och femman bakom sig efter 3-4 varv. Ettan och tvåan hade en lucka på som mest ca 10 sek upp till Anna men på slutvarvet närmade sig Anna starkt och kom i mål på en fin tredjeplats och ett nytt klubbrekord på 4.39,80 och endast 2,5 sek från tvåan. Annas sista varv var det snabbaste av alla! Bra jobbat och stort Grattis till bronsmedaljen!

Anna tillsammans med de andra glada K22 1500m-medaljörerna Emilia Ohlin Trollhättans IF och Ida Holm Täby IS

Anna med bronsmedalj i Uddevallas vårsol!

Kanonspelen, Norrköping 3/3

2013-03-05 08:38

Markus 100%-ig!

Markus var ende DSK-are i tävlingen Kanonspelen som gick av stapeln i fina Stadium arena i Norrköping 3/3. Tävlingen arrangerades av Finspångs AIK.

Markus kom hem med guld i de tre grenar han ställde upp i, 60 meter, längd (nytt pers) och 200 meter.

Mycket bra gjort!

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,60

Guld P9 Längd 3,57

Guld P9 200m 33,93

Super-Markus slår till igen!

2013-03-19 17:50

Super-Markus slår till igen!

Unge Markus Brodin var ensam om att försvara DSK's färger vid Tybblelundsspelen i Örebro - något han gjorde med bravur! Vad sägs om fyra guld och ett silver på fem starter? Minst lika bra som när han vann tre guld på tre starter i Norrköping för två veckor sedan.

Fast om du ska försvara ditt höjdguld till nästa år måste du nog tyvärr överge din saxstil, Markus. Av alla fina resultat märks särskilt 33,51 på 200m som innebar nytt DSK-rekord!

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,55

Guld P9 200m 33,51 - klubbrekord!

Guld P9 Höjd 1,04

Guld P9 Längd 3,55

Silver P9 Kula 5,90

360
KAKEL
1
2
3

Haninge Open, 16/3

2013-03-19 18:11

Lovisa och Tekla imponerade!

Bilden ovan. Tekla och Lovisa med varsin guldmedalj

Lovisa och Tekla var med i Haninge Open. Tävlingen som kanske är mest känd för sitt underlag: på Torvalla Sporthalls parkettgolv läggs nålfiltsmattor ut som täcker ca en tredjedel av hallens 1700 m^2 yta , under mattorna ligger dubbelhäftande tejp till värde av ca 9000kr.

Haninge Open är ju en av de sista inomhustävlingarna för säsongen och att Lovisa trivs bra i Torvalla Sporthall såg vi redan förra året när hon tog Mästerskapsrekord i höjd för F9. I år var det 19 tappra tjejer som ställde upp sig på ansatsen. Efter 1,13 var det endast tre tjejer kvar i tävlingen och efter ytterligare en höjd var Lovisa ensam på 1,17.

Eftersom hon redan stod som vinnare fick hon själv bestämma nästa höjd och begärde upp ribban på 1,25. Gissa om det blev livat i hallen när hon även tog denna höjd! Med självförtroendet i topp bad Lovisa om att höja till 1,28. Nu började hela hallen samlas kring höjdhoppet och publikstödet påminde om EM i Göteborg för några veckor sedan.

Lovisa rev i det första försöket men flög över i det andra och det formligen exploderade i hallen. Därefter tog krafterna slut men den marginalen som fanns på 1,28 hoppet visar att det finns mer att hämta. Nya perset lyder nu iallafall på 1,28, vilket även är nytt klubbrekord för F10.

"Alla som slagit personligt rekord räcker upp en hand" Lovisa persade på 1,28 och vann därmed guld i höjd.

Efter lite frukt och återhämtning bar det sedan iväg till eftermiddagens tävlingar i längd och kula vilka båda slutade med två medaljer i valören Silver.

Tekla gjorde också en jättebra tävling med guld i både längd och precisionskast med spjut.

Tekla med dagens första guldmedalj i precisionskastning i spjut. En medalj till blev det i längdhopp, även då den ädlaste av valörena efter hopp på 3,52.

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 Höjd: 1,28 - klubbrekord!
Silver F10 Längd: 3,69
Silver F10 Kula: 6,86

Tekla Thorgerzon -04

Guld F9 Längd 3,52

Guld F9 Spjut, Precisionskast

Svealandsmästerskapen, Västerås 16-17/3

2013-03-19 19:35

Fina framgångar i hård konkurrens!

Bilden ovan. Vilma och Olof njuter av sina mästerskapsmedaljer!

Regionsmästerskapen (för oss Svealandsmästerskapen) är den mest prestigefulla tävlingen man kan vara med på som friidrottande 13-14 åring.

Stockholms Friidrottsförbund tar ut de ungdomar som ska representera stadslaget och på mästerskapet ställs våra ungdomar mot de bästa från Gästrikland (ja, trots att det ligger i Norrland), Dalarna, Närke, Södermanland, Uppland, Värmland, Gotland och Västmanland.

Detta år hade DSK en för vår lilla förening rekordstor trupp bestående av totalt sex pojkar och flickor.

Lördagen inleddes med 200m där Saga direkt angav tonen med ett klubbrekord i försöken. Vilma slog också pers. Saga blev sedan tvåa i B-finalen och alltså sexa totalt.

Philip svarade för ett jättehopp i sista längdhoppsomgången, 5,06 innebar en fin fjärdeplats och dessutom klubbrekord.

Vilma hade inte hoppat höjd sedan november men nu var det dags igen. En avslappnad Vilma fick hoppningen att funka samtidigt som höjdhopps-specialisterna rev ut sig en efter en. Till sist var Vilma ensam om att ha klarat 1,61! Hon begärde då upp ribban på 1,63 men trots tre bra försök kom hon inte över. Fast tävlingen var över provade hon en fjärde gång och då klarade hon!

Dagen avslutades med försök på 1000m där de två bästa i varje heat var direktkvalificerade till final och övriga platser gick till de resterande sex med bästa tider. Det var första gången såväl Vilma, Olof som Eleonora sprang försök på denna distansen. Vilma kontrollerade sitt försök från start till

mål och vann på 3,17 med mycket krafter sparade. Olof kom fyra i sitt tuffa heat på 3,05 men någon fara för att inte bli bland de tio som fick springa final var det dock aldrig. En inte helt kurant Eleonora kom på en snöplig elfteplats.

Natten mellan lördag och söndag tillbringades i en skolsal en bit från hallen.

På söndag gick Saga till final på 60m, bra gjort med tanke på det 40 tjejer starka startfältet.

Även Philip gick till final på 60m, han hade femte bästa försökstiden. I finalen visade dock Philip vilken grym tävlingsmänniska han är när han lyckades vara som bäst när det gällde som mest. Klubb- och personligt rekord med en dryg tiondel, 8,29, gav honom bronset med 3/100-dels marginal!

Philip och Vilma, hemma i Danderyd igen på söndagen. Något trötta men glada och nöjda efter en omtumlande tävlingshelg.

Eleonora blev sjua i kula, hennes bästa stöt med 3kg-kulan mätte 9,83.

Elias 1,54 i höjd gav en delad sjätteplats. 1,57 hade räckt till brons.

Vilma infriade favoritskapet i en odramatisk 1000m-final. Extra roligt var det att Vilmas 3.00,91 nu är det nya Svealandsmästerskapsrekordet.

Olofs lopp bjöd på mer spänning. Han låg länge på en fjärdeplats men när klockan ringde för sista varvet lyckades han uppbåda de absolut sista krafterna och ta en placering till för en mycket meriterande bronspeng!

Nåja. Vad är väl ett Svealandsmästerskap i friidrott? Det kan ju vara fruktansvärt långtråkigt och dötrist åh tråkigt åh alldeles, alldeles underbart.

Olof Silvander -99

Brons P14 1000m 2.56,95 - klubbrekord!

Elias Harryson -99

Sexa P14 Höjd 1,54

Philip Ludwigs -00

Brons P13 60m 8,29 - klubbrekord!

Fyra P13 Längd 5,06 klubbrekord!

Eleonora Olsmats -99

Sjua F14 Kula 9,83

Elva F14 1000m 3.41,57

Saga Berneryd -99

Sexa F14 200m 27,11 - klubbrekord!

Åtta F14 60m 8,32

Vilma Jonsson -99

Guld F14 Höjd 1,61

Guld F14 1000m 3.00,91 - klubbrekord!

Tia F14 200m 27,68

Marsspelen, Örebro 23-24/3

2013-03-25 20:24

Många DSK-are i sina bästa åldrar!

Bilden ovan. Ett bevis för att friidrotten funkar för alla åldrar - Angel, Olof, Janne och Bosse håller Lovisa i sina starka armar!

Både unga och något mognare DSK-are tävlade i Tyyblelundshallen när Mars-spelen avgjordes.

Lovisa gjorde väldigt fina resultat på sina fyra starter i helgen. Resultat som i vanliga fall skulle ha räckt till en skörd av guld medaljer men årets upplaga av Mars-spelen bjöd på stenhårt motstånd.

Höjdtävlingen blev en klassfylld kamp där Lovisa och Säters IFs duktiga tjej Frida Hjorth följdes åt upp till 1,30. Där tog det stopp för Lovisa medans Frida överraskade med att även klara denna höjd.

Även Kultävlingen blev en stenhård kamp där det till slut krävdes 6,88m av Lovisa för att bärga hem bronset.

Helgens Guldmedalj kom på 600m där tiden 1,59,66 inte bara betydde Guld utan även noterades som Mästerskapsrekord i Mars-spelens 21-åriga historia. Sista grenen var 60m häck där Lovisa precis missade prispallen med en snöplig fjärdeplacering men som ändå belönades med ett DSK klubbrekord.

Den uppmärksamme läsaren kanske noterar att detta är en gammal bild på Hanna men denna bilden är även en påminnelse om att tids nog försvinner snön och grönskan kommer tillbaka.

Hanna har haft en lite motig säsong med diverse skador och sjukdom men nu får vi hoppas att hon är tillbaka ordentligt. Det verkar glädjande så sedan hon tog en fin andraplats i F11 200m med nya klubbrekordet 30,36 (bara 3/100 från guldet). Hanna satte även pers på 60 m med tiden 9,15 vilket räckte till en fjärdeplats.

DSK ställde upp ett fyra man starkt veterangäng i tävlingen som alltså erbjuder en veteranklass där alla åldrar tävlar samtidigt. Placeringen räknas sedan om enligt ett handikappssystem som är internationellt sanktionerat.

Vår mycket duktige Angel Galán -72 ställde upp på 60m i M-klassen där han enligt PB skulle ha en god chans till pallplacering bland seniorerna. Tyvärr tjuvstartade han och blev diskvalificerad. Men han fick en chans till i veteranklassen, där han fick överlägset bästa tid.

Alla fyra veteranerna tävlade i 60m. Den förväntade interna prestigekampen mellan Bo Wikmark och Olof Engdahl blev tyvärr inte så hård som vi hoppats då Bo var rejält förkyld. Olof fick istället en riktig fight med den otroligt duktige 74-åringen Anthony Treacher från Lidingö. Häftig känsla att gå en hård match mot någon som är 20 år äldre! Efter handicap-omräkning stod Anthony som guldmedaljör både på 60m och 200m!

Olof fick nöja sig med sänkning av PB med hela 0,5 sekunder. Nästa säsong blir målet att gå under 9 sekunder.

Janne sänkte också sitt PB på 60m.

Även 200m innebar nya PB för både Janne och Olof. Det inspirerar till ännu mera sprintträning.

Hanna Bäckman -02

Silver F11 200m 30,36 - klubbrekord!

Lovisa Ewerblad -03

Guld F10 600m 1,59,66 - Mästerskapsrekord!

Silver F10 Höjd 1,27

Brons F10 Kula 6,88

F10 60m häck - 12,26 - Nyetablerat klubbrekord!

Angel Galán -72

Brons MV 60m 7,68

Silver MV 200m 25,02

Olof Engdahl -58

MV 60m 9,31 Klubbrekord M55

MV 200m 31,52 Klubbrekord M55

Sista Chansen, Huddinge 23-24/3

2013-03-27 14:36

Emilia, Carolina, Saga, Tekla och Markus tog sista chansen till medaljer och rekord!

Bilden ovan. Ännu fler medaljer till Saga, Emilia och Carolina - tillsammans måste ni väl snart tävlat ihop ett tresiffrigt antal!

Sista chansen att tävla inomhus för säsongen, i alla fall i Stockholm, är Huddinges tävling Sista Chansen.

Johan Brodin rapporterar:

Markus lyckades inte riktigt lika bra i kula och höjd (måste göra nåt åt den där saxstilen) som förra helgen. Däremot gick längd, 60 m och 400 m riktigt bra. I lördagens 60m-tävling vann han först sitt försök på 9,63 och sedan även finalen 9,47.

I söndagens tävling kom han först 4:a i kula, sedan vann han längdtävlingen med 3,78 vilket väl är nytt klubbrekord. I det avslutande 400-metersloppet hade han verkligen laddat för att försöka slå ett till klubbrekord. Han gick ifrån direkt i starten och sprang sen sitt eget lopp med tiden 1.12,73 vilket väl är en OK förbättring av det gamla rekordet. Bifogar en bild på en nöjd kille."

En nöjd kille

Ja, visst blev det nytt längdrekord och rekordförbättringen på 400m var över fyra sekunder, det är en evighet i dessa sammanhang. Tvåan i loppet var hela 10 s efter Markus.

DSKs tjejmaffia gjorde som vanligt också mycket bra ifrån sig. Saga vann både 60 och 400m, segermarginal på 4 sek på 400m imponerar.

Emilia och Carolina sprang den udda distansen 300m så nu kommer den med i vår rekordtabell för F11 och F12.

Tekla visade att hon konserverat den fina hoppformen från Haninge Open veckan innan när hon igen vann längd, denna gång på 3,44.

Pallplaceringar och klubbrekord:

Emilia Larson -01

Guld K 300m 51,95 - nyetablerat klubbrekord F12!

Guld F13 800m 2.44,52

Silver F12 600m 1.56,48

Carolina Larson -02

Silver K 300m 52,05 - nyetablerat klubbrekord F11!

Silver F11 600m 1.55,93

Saga Bolmgren -03

Guld F10 60m 9,38

Guld F10 400m 1.11,82

Brons F10 Längd 3,86

Tekla Thorgerzon -04

Brons F9 60m 9,86

Guld F9 Längd 3,44

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,48

Guld P9 400m 1.12,73 - klubbrekord P9!

Guld P9 Längd 3,78 - klubbrekord P9!

Industrisanerings Ungdomsspel, Eskilstuna 29/3

2013-04-07 20:19

Silver till Carolina och Tekla!

Bilden ovan. Tekla sprang 60m på nytt pers 9,78 vilket gav ett silver. Om hon ser till att växa på sig lite så hon får lika lika långa ben som medtävlarna blir hon ännu farligare i framtiden.

Tekla och syskonen Larson var de DSK-atleter som ställde upp i säsongen näst sista inomhustävling: Industrisanerings Ungdomsspel som avgjordes på långfredagen.

Tekla och Carolina fick medaljer. Tekla slog personligt rekord på 60m vilket ledde till en andraplats, även i längd blev det en silvermedalj. Carolina slog pers på 600m och är nu mycket nära Vilma Jonssons klubbrekord. Carolinas 1.54,52 gav också den en andraplats.

För Emilia blev det som bäst en fjärdeplacering, detta i F12 800m i ett starkt startfält.

Vincent slog personliga rekord både i kula och längd. 2,95 i längd gav en fin fjärdeplats bland de ett år äldre medtävlarna.

Enligt en säker källa var det bästa med tävlingen ändå de påskägg med godis som alla tävlanden fick.

Pallplatser

Carolina Larson -02

Silver F11 600m 1.54,52

Tekla Thorgerzon -04

Silver F9 60m 9,78

Silver F9 Längd 3,45

QuickNet-spelen, Västerås 13/4

2013-04-15 21:02

Rekordbra säsongsavslutning av Carolina och Markus!

Bilden ovan. Markus vid inomhussäsongens sista prisceremoni

Nu är inomhussäsongen 2012/13 över. Sista tävlingen var QuickNet-spelen i Västerås 13 april.

Markus tog chansen att även erövra klubbrekordet på 600m. Tiden 2.02,69 innebar en överlägsen seger och en rejäl putsning av klubbrekordet. Markus vann även 60m, också här på en mycket fin tid: 9,36.

Carolina med sin välförtjänta bronsmedalj

Carolina lyckades vid det absolut sista möjliga tillfället ta F11 600m-rekordet. I ett mycket bra startfält räckte Carolinas 1.53,04 till ett brons. Vilma Jonsson som blev av med rekordet hackade lök hela kvällen så att hennes tårar inte skulle märkas.

Emilia gjorde ett OK 800m-lopp bara en dryg sekund från personbästat vilket räckte till en sjundeplats i konkurrens med ett år äldre tjejer.

Sara hoppade igen över fyra meter och vann silver.

Tekla satte personligt rekord i längd med 3,56.

Ja, det var väl det hela.

Nu går vi ut i solskenet och utomhussäsongen 2013!

Pallplatser och klubbrekord:

Carolina Larson -02

Brons F11 600m 1.53,04 - klubbrekord F11!

Sara Fajerson -03

Silver F10 Längd 4,01

Markus Brodin -04

Guld P9 60m 9,36

Guld P9 600m 2.02,69 - klubbrekord P9!