

Danderyds SK - Genomförda tävlingar Inomhus 2010/11

Första chansen, Huddinge 20-21/11

2010-11-23 23:00

Albin obese grad i sin DSK come back. Nytt rekord av Vilma.

För DSK:s del inleddes inomhussäsongen 2010/11 av ett halvdussin aktiva på Första chansen i Huddinge. Tävlningen riktar sig till de yngre åldersklasserna.

Bland DSK:arna fanns Albin Linnér med för första gången på flera år. Han var framgångsrik på Danderyds-OS i höstas och gjorde nu come back som representant för DSK. Seger i försök och final på 60 m samt i höjdhopp. Nära P12-rekordet på 60 m (satt 1997), men han får nöja sig med sina 9-åringsrekord ett tag till. Vi ser fram mot flera attacker i vinter.

Rekord blev det däremot i F12 600 m genom Vilma Jonsson. Hon har för övrigt själv 600 m rekorden i alla de åldersklasser hon passerat tidigare också. Grenen utövas ju vanligtvis bara i de yngre klasserna och därför har vi inget seniorrekord noterat. Vilmas tid är i alla fall den snabbaste inomhustid som noterats av en DSK-tjej oavsett ålder.

Olle Engdahl har sammanställt alla DSK:s medaljprestationer:

Albin Linnér -99

Guld 60m 8,64 (Endast 2/100 s från P12-klubbrekordet)

Guld Höjdhopp 1,41

Vilma Jonsson -99

Guld 600m 1.50,73 Nytt klubbrekord med 9 sekunder!!!

Viktor Martin -01

Silver Kula 6,48

Brons 400m 1.17,12

Eleonora Olsmats -99

Silver Kula 7,94

Triumfglass-spelen, Örebro 28/11

2010-11-29 19:50

Sebba:3 starter, 3 P14-rekord, 2 medaljer, 1 seniorrekord, 1 grenpremiär

Sebastian Ruthström -97 var DSK:s ende representant när den första tävlingen genomfördes i Örebro nya friidrottshall, Tybblelundshallen. Tävlingsklassen var gemensam P15 med P96 och Sebastian genomförde tre teknikgrenar.

Av dessa var kula den enda där det fanns ett noterat P14-rekord i DSK. Med den nu (jämfört med förra säsongen) 1 kg tyngre kulan stötte Sebastian 10,65 i en tävling som dominerades av -96:or. En dryg meter bättre än det gamla rekordet från 2000 (Magnus Fridell).

I tresteget blev det faktiskt ännu längre! Här fanns alltså inget P14-rekord, men 10,90 i Sebastians första(?) trestegstävling med planka var väldigt bra. Brons i tävlingen men framför allt 8 centimeter längre än David Fridells seniorrekord. David gjorde sitt resultat som 15-åring, men inga bättre resultat inomhus är kända. Varken av David eller någon annan.

Tredje grenen var viktkastning. Här finns inget resultat av någon DSK:are i någon ådersklass över huvud taget. Grenen har fått fastare former de senaste åren med bland annat standardiserade redskapsvikter för olika tävlingsklasser. 9,33 m med en vikt på 9,03 kg gav silver i tävlingen och (förstås) ett P14-rekord.



DD-spelen, Falun 4/12

2010-12-05 15:54

Ylva Engdahl från DSK och Ellinor Persson från Täby IS framgångsrika i Falun.

Ylva Engdahl (96) passade på att göra säsongdebut i DD-spelen eftersom där erbjuds hennes favoritgrenar för första gången på säsongen. Vi hade denna gång nöjet att resa dit tillsammans med Täby IS utmärkta friidrottare Ellinor Persson (96) och hennes pappa Torgny.

Både Ylva och Ellinor, som har Höjdhopp och 60 m häck som gemensamma favoritgrenar, gjorde en utmärkt tävling och var bland de bästa i alla sina grenar.

Höjdhoppet vann Ylva med 1,62 tätt följd av Ellinor som hoppade 1,59.

60m häck vann Ellinor med 9,50 tätt följd av Ylva 9,57 (Slog DSK klubbrekord F15 med nästan 1 sekund!)

Stavhoppet blev riktigt roligt för Ylva som höjde sitt PB med 20cm till 2,80 vilket gav silver och DSK klubbrekord F15. (Ellinor deltog inte)

60 m gav brons för Ellinor. (Ylva deltog inte)

Längdhoppet vanns av Ellinor på 5,09 och Ylva kom fyra med 4,66 (Nytt PB)

Det var riktigt roligt att så här göra gemensam sak mellan våra två grannklubbar, och vi gratulerar Täby IS som genom Ellinor tog något ädlare och fler medaljer än DSKs Ylva.

SAYO indoor 4/12

2010-12-05 16:48

Fyra segrare i framgångsrik DSK-trupp. Albin och Vilma slog gamla rekord.

Liten men framgångsrik var DSK-truppen på SAYO indoor. Fyra vann minst en gren och ett par rekord blev det också. Femte deltagaren, Olof Silvander -99, var en mycket knappt slagen fyra på 800 m (18/100 s från andraplatsen).

Albin Linnér pressade sig under det rekord på 60 m som den 14 år äldre Mattias Jangenäs satte våren 1997. Vilma Jonsson kapade en rejäl bit på den 10 år äldre Sophe Ingvarssons rekord från 2001. Båda rekorden har alltså stått emot många omgångar 12-åriga DSK-ares attacker. Vilmas tid var f.ö. även tävlingsrekord.

Medaljer och rekord sammanställda av Olle Engdahl:

Albin Linnér -99

Guld 60m 8,61 Klubbrekord

Guld Höjdhopp 1,42

Silver Längdhopp 4,47

Vilma Jonsson -99

Guld 800m 2.41,09 Klubbrekord

Guld Höjdhopp 1,39

Viktor Martin -01

Guld Höjdhopp 1,23

Silver 60m 9,48

Saga Berneryd -99

Guld Längdhopp 4,26



Luciaspelen 11-12/12 (f.d. Löplabbet games)

2010-12-12 20:11

Stafettguld, Tävlingsrekord, Klubbrekord och Utklassningssegrar för DSK.

Största lagprestationen gjorde P/F10-11 stafettlaget som vann med nästan 6 sekunder. Mera om det i Carl Olsmats referat längre ner på denna sida!

Ylva Engdahl satte för andra året i rad nytt [tävlingsrekord](#). Denna gång med 168cm som just nu placerar henne på delad första plats i Sverige för F15. Det är också en förbättring av hennes egna DSK-seniorrekord med 2cm.

Vilma Jonssons utklassningsseger på 800m (11 sekunder!) blev förstås klubbrekord F12 och är hela 16 sekunder snabbare än det som gällde före denna säsong och som innehades av Sophie Ingvarson. Det är endast knappa 2 sekunder långsammare än Malin Trollsås seniorrekord på sträckan!!!

Vårt P/F14-15 stafettlag sprang på 1.52,30 (manuell tid) men blev tyvärr diskade p.g.a. linjetramp i kurva.

Här följer Carl Olsmats referat från de yngres stafetter:

"Efter många turer från arrangörerna angående stafettregler och -klasser, samt ett sjukdomsfall i sista minuten, hade DSK ändå till slut lyckats få ihop två lag till Luciaspelens mixstafett F/P 10-11, 4x200 m i Sättrahallen. Totalt kom 13 lag till start och DSKs båda lag lottades in i andra heatet där sex lag startade.

DSKs laguppställningar var:

Lag 01: Olivia Jernhall, Kasper Axell, Emilia Larsson, Arvid Engström

Lag 00: Caroline Olsmats, Viktor Martin (01), Ellen Swärd, Joakim King

I första heatet vann IFK Tumba en ganska klar seger före Hammarby. Sedan var det DSK-lagens tur att försvara Danderyds färger.

Olivia och Caroline hade en tuff startsträcka där alla konkurrentlagen valde att börja med killar. Caroline var tvåa i första kurvan men sprang upp i ledning redan på bortre rakan och DSK lag 00 kunde växla som första lag medan DSK lag 01 var bra med och växlade mitt i fältet. Viktor och Ellen kunde sedan behålla och dryga ut ledningen för 00-orna när Joakim tog över på sista sträckan och nästan flög runt på sista varvet. DSK lag 00 vann en mycket klar heatseger. Lag 01 gjorde även de en fantastisk insats och sprang in på en mycket fin tredjeplats i heatet. DSKs lag 01 var näst snabbast bland de 01-lag som ställde upp, endast dryga sekunder efter Lidingö, så det ser mycket lovande ut inför framtiden. För flera av våra 01-or så var det dessutom tävlingspremiär (förutom Danderyds OS)

DSK lag 00s segertid var hela sex sekunder snabbare än Tumbas segertid från heat 1, så DSK-laget fick klättra högst upp på pallen denna dag. Prisutdelningen var också speciellt minnesvärd med Mattias Sunneborn som prisutdelare. Mattias hade för övrigt precis satt nytt svenskt veteranrekord på 400 m i M40."

Här nedan följer lista över alla medaljörer:

4x200m mixed stafettlag P/F10-11

Guld 2.11,69

Caroline Olsmats, Viktor Martin, Ellen Swärd, Joakim King

Sebastian Ruthström -97

Guld Kula 10,93 (P14)

Silver Längdhopp 4,84 Klubbrekord P14

Brons Höjdhopp 1,60

Klubbrekord Kula 11,07 (tävlande i klassen P15)

Viktor Martin -01

Guld Höjdhopp 1,23

Silver 60m 9,56

Albin Linnér -99

Guld 60m 8,62

Silver Höjdhopp 1,44

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,68 Klubbrekord Kvinnor och F15. Tävlingsrekord Luciaspelen.

Vilma Jonsson -99

Guld 800m 2.34,32 Klubbrekord F12

Gustav Kramnäs -97

Brons 1000m 3.07,97

Richard Martin -97

Brons Längdhopp 4,63

Arvid Engström -01

Brons Höjdhopp 1,13

Surbullespelen 6/1

2011-01-06 23:18

Klubbrekord och grendebuter.

Ludwig Jonsson skriver följande om tävlingen:

"DSK hade en liten men tuff trupp när tävlingen Surbulle* indoors avgjordes i Norrköping på trettondagen.

Truppen bestod av Vilma Jonsson och Saga Berneryd, båda födda 1999. Eftersom tävlingen avgjordes i tvåårsklasser fick tjejerna extra hårt motstånd när de flesta konkurrenterna var ett år äldre.

Saga blev bästa 99:a på 60 m efter PB 8,92 i försöksheatet vilket räckte till final. Saga slog även PB i 60 m häck men det var kanske något enklare eftersom det var grendebut för hennes del.

Vilma förbättrade sitt eget DSK-rekord på 600 m när hon blev 2:a på fina 1.49,36.

För övrigt en välarrangerad tävling i fina Stadium Arena.

* Vad är en Surbulle?

Jo, det var alla de män och kvinnor som arbetade i Norrköpings många textilindustrier i början på 1900-talet som hade en sur doft med sig, då de kom efter dagens arbete. De hade en doft som var jättesvår att bli av med - de luktade som riktiga surbullar, sa man. Därav namnet Surbulle. Sedan har det också blivit Surbullestan Norrköping. "



Ärlaspelen 6/1

2011-01-06 23:23

Höstens träning har gett resultat!

Tidigt på trettondagen åkte en liten DSK-trupp till Eskilstuna för Ärlaspelen, som historiskt varit en relativt stor tävling. I år hade den dock för första gången fått konkurrens av Surbullespelen i Norrköping, varför startfälten tunnades ut högst väsentligt. I alla händelser höll sig våra DSK-atleter framme väl i tävlingen, och de flesta satte nya personliga rekord som ett kvitto på en bra grundträning under hösten. Det lovar gott inför resten av säsongen.

Vi gratulerar speciellt Olof Silvander (bilden) som kom med i DSK så sent som för ett år sedan och som nu tog sina första individuella medaljer i större sammanhang. På guldloppet 600m blev tiden så bra att det till och med räckte till att slå Tobias Marshall Heymans tidigare klubbrekord.

Malin Trollsås och Anna Silvander satsade hårt med tre löpgrenar vilket nog straffade sig en smula på den sista distansen 200m, där mjölksyran från 800m-loppet nog satt sina spår.

Anna Silvanders hårda satsning på 800m var riktigt grym, och det var först när det var ca 100m kvar av loppet som den mer erfarna medeldistansaren Malin Trollsås kunde ta sig förbi Anna och slå seniorklubbrekordet. Det ska bli roligt att se Annas vidare utveckling och hon kommer säkert att kunna ge Malin en match i framtiden.

Här följer en sammanställning av medaljer och rekord:

Olof Silvander -99

Guld 600m 1.57,32 Nytt klubbrekord P12

Silver 60m 9,39

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp (F17) 1,59

Brons 60m (F15) 8,57 (Endast 0,09s från klubbrekordet F15)

200m 28,14s Nytt klubbrekord F15

Malin Trollsås -93

Guld 800m (K) 2.30,12 Seniorklubbrekord och nyetablerat i F18

200m 27,96 Nyetablerat klubbrekord F18

Anna Silvander -93

Silver 800m (K) 2.31,54

Hedvig Wolf -96

Brons 800m (F15) 2.41,62

Täby vinterspel 8/1

2011-01-11 15:45

Årspremiär i Sätra med segrar för Elias och Eleonora

Ett relativt stort antal DSK-are tog chansen att tävla i Stockholms första tävling för året, Täby vinterspel i Sätrahallen. Nästan alla årgångar från -96 till -02 var representerade, men de största framgångarna stod PF12 för denna gång.

Dagens rekord var en nyetablering i F12 1000 m, men flera rekord var faktiskt mer eller mindre inom räckhåll:

Till att börja med var Vilmas rekordtid bara drygt 2 sekunder från gällande seniorrekord. 1000 m är visserligen en relativt ovanlig seniorgren, men skillnaden är kanske inte så stor. Även i många andra grenar har det varit ont om utövare över tonåren.

Eleonoras guldstöt var inte bara PB utan också tämligen nära (23 cm från) Julia Klackenbergs 9 år gamla F12-rekord. Julias resultat från inomhussäsongen har alltså stått sig länge som rekord, men hennes resultat senare under 2002 visar på vilken utveckling som är möjlig. Vid Danderyds-OS satte hon det smått legendariska tävlings- och klubbrekordet 11,68.

Elias fick nöja sig med ett tävlingsrekord denna gång, men avståndet till Tobias Marshall-Heymans klubbrekord i höjd är nu bara 3 cm.

Elias Harrysson -99

Guld Höjd 1,42

Brons 60 m 9,03

Brons Längd 4,22

Eleonora Olsmats -99

Guld Kula 9,50

Arvid Engström -01

Brons 600 m 2.04,37

Brons Höjd 1,10

Vilma Jonsson -99

1000 m 3.23,87 Nyetablerat klubbrekord F12

Storängsöz 11/1

2011-01-11 22:03

2 Stavhoppare, 2PB, 2 klubbrekord och 1 tangerat seniorrekord

Ylva Engdahl och Sebastian Ruthström deltog i Huddinges resultattävling "Storängsöz".

Sebastian satte nytt PB genom att för första gången passera den för stavhoppare magiska 3m vallen. Det blev 3,05 som är nyetablerat klubbrekord P14 och sverigebästa P14 hittills denna säsong. Skönt att ha i bagaget när han åker till Göteborg för att hoppa i Nordstans köpcentrum inför en ovanlig stavpublik.

Ylva höjde sitt PB med 5cm till 2,85 vilket innebär klubbrekord F15 och en tangering av Hanna Liljas seniorrekord. Det var gott om luft i det hoppet, men tyvärr fick inte Ylva till en lika bra träff i försöken på 2,95. Ny attack mot rekordet blir det redan på fredag i Scandic indoor.

14-16/1



Scandic indoor 14-16/1

2011-01-16 18:18

Två tävlingrekord, fyra seniorklubbrekord och sju klubbrekord.

Ylva Engdahl -96 lyckades upprepa bedriften från förra året att slå Scandic indoor tävlingsrekord. Denna gång på höjden 169 cm som också är personligt rekord och DSK seniorrekord. Med denna höjd placerar hon sig som ensam innehavare av förstaplatsen på Sverigebästa F15. Just nu är hon även sju bland seniorer i Sverige.

Joakim King -99 gjorde ett mycket bra 800m lopp, där han startade i ett ursinnigt tempo (första 200m på ca 33 sekunder!). Jag hörde spridda kommentarer från publiken att "den där killen kommer att

springa in i väggen”, men jag vet ju att Joakim är enormt stark på 800m. Han fick förstås dra ner på tempot men någon ”vägg” såg vi inte skynten av. Sluttiden 2.34,24 var hela 6 sekunder snabbare än vårt gamla klubbrekord i P11! Nytt tävlingsrekord var det också med bred marginal.

Saga Berneryd -99 var väldigt nära att slå Amanda Stjerngrens klubbrekord F12 i längdhopp, då hon hoppade på ypperliga 4,41.

Eleonora Olsmats -99 försätter att stöta kula som en av de bästa i Stockholm. Denna gång räckte det till ett silver.

Hannes Axell -97 gjorde även i år en utmärkt tävling i Scandic indoor. Mycket roligt att Hannes nu hittat rätt igen i höjdhopsansatsen efter en lite motig period.

Olof Silvander -99 gjorde om sin bedrift från Ärlaspelen att ta medalj på medeldistans, denna gång ett brons på 800m och i ännu tuffare konkurrens. Han har nu bara en dryg sekund ner till Zackarias Ljungströms klubbrekord.

Det är även glädjande att aktiviteten bland vår äldre ungdomar ökat och att de etablerar nya klubbrekord som våra yngre kan sikta mot när de blir äldre.

Anna Silvander -93 provade för första gången på 1500m och slog direkt det gamla klubbrekordet som sattes av Malin Trollsås som 16-åring för några år sedan.

Samantha Wikmark -92 som länge tävlat i häcklöpning fick äntligen chansen att etablera ett seniorhäckrekord (med 84cm häckar).

Medaljer och rekord:

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,69 Nytt Seniorklubbrekord och F15, Tävlingsrekord

Silver Stavhopp 3,05 Seniorklubbrekord och F15

Joakim King -00

Guld 800m 2.34,24 Klubbrekord P11, Tävlingsrekord

Anna Silvander -93

400m 1.03,08 Nyetablerat klubbrekord F18

1500m 5.21,40 Nyetablerat klubbrekord F18, Seniorklubbrekord

Samantha Wikmark -92

200m 27,85 Klubbrekord F19

60mh 10,47 Nyetablerat seniorklubbrekord och F19

Eleonora Olsmats -99

Silver Kula 9,28

Saga Berneryd -99

Silver Längdhopp 4,41

Hannes Axell -97

Brons Höjdhopp 1,50

Olof Silvander -99

Brons 800m 2.41,51

Stavhoppskarnevalen 14-16/1

2011-01-16 19:41

Sebastian mästerlig i stavhoppning i Nordstans shoppingcenter i Göteborg

Precis som vi gissade häromdagen så lyckades Sebastian sin vana trogen att prestera som bäst när en stor publik tittar på. (Vi har inte glömt jätttestöten i Kungsträdgården i somras)

Nu blev det nytt klubbrekord P14 med 315cm vilket gav en 6:e plats bland ett år äldre pojkar.

Sebastian var bästa 14-åring i tävlingen och befäster därmed sin förstaplats i Sverigestatistiken P14.

IVDM 16/1

2011-01-16 20:21

Rekordlistan för M50 fylls på

DSK hade tre deltagare på årets upplaga av veteran-DM inomhus. Per-Jonas Trollås och Carl Olsmats (som varit med förut) hade sällskap av den för mig tyvärr okände Jonas Hellström. IVDM är fortfarande en tävling med få startande per tävlingsklass så det handlar kanske mest om ett bra tillfälle att göra resultat under tävlingsförhållanden.

Per-Jonas hade en hektisk morgon med starter på 60 m, 200 m och 400 m inom två timmar. Tredje, andra respektive andra plats. Tiderna dock inte riktigt nere på hans M45-rekord från förra vintern.

Carl och Jonas tävlade båda i M50 och sprang 800 m respektive 3000 m. Carl var ensamstartande och vann således, medan Jonas kom trea. I båda fallen saknades tidigare noterade resultat så tiderna 2.43,57 respektive 10.54,94 är nyetablerade klubbrekord i klassen. Jonas tid på 3000 m är f.ö. den första kända över huvud taget i klubben (inomhus).

Även efter dagens påfyllning finns det gott om vakanta klubbrekord för veteraner (se [tabellen](#)). Fler aktiva välkomnas!

Vinhundsvintern 1 18/1

2011-01-18 23:28

Philips tur att sätta seniorklubbrekord

Vinhundsvintern har övergått från endagstävling till tre kvällstävlingar, väl utspridda i vinterkalendern. Vid den första grendebuterade Philip Örnborg på 3000 m och det resulterade i ett nytt seniorrekord (+P17 förstås). Rekordet lyder på 10.26,60.

Tävlingarna körs i seniorklass med seedning av alla åldrar efter tid. De återstående tävlingarna går 29/1 (200 m/1500 m) och 10/3 (800 m/3000 m/5000 m). Då kan vi kanske hoppas på fler deltagare från DSK.

Hälsingespelen 22/1

2011-01-23 23:05

Eleonora ny klubbrekordinnehavare i Kula!

Eleonora Olsmats är den senaste i raden av unga duktiga atleter i DSK som nu slagit klubbrekord.

Det hände i Hälsingespelen där hon tog guld i kula med 9,81 och slog Julia Klackenbergs 8 år gamla F12-klubbrekord.

Så här skriver pappa Carl Olsmats om Hälsingespelen:

”En kombinerad friidrotts- och skidhelg tog oss till Hälsingespelen i Bollnäs. Mestadels deltagare från klubbarna i Gästrikland, Hälsingland och Dalarna, men även Hässelby och Huddinge hade atleter på plats. Eleonora värmdes upp med lite höjdhopp som gick halvtrögt inför specialgrenen kula. Redan på instötningen märktes att hon var i god kulform med stillastående stötar runt 8.50. De första två tävlingsstötarna var dryga 9 meter och hon gick upp i ledning direkt. I tredje stöten blev det nytt pers med 9,63. Det fattades fortfarande en decimeter till klubbrekordet, som hon dock lyckades ta med en sista fjärde stöt på 9,81 m, för övrigt endast 7 cm från tävlingsrekordet för Hälsingespelen. Nu är drömgränsen 10 m inte långt borta. Det blev också ett nytt pers på 600 m och i söndagens skidtävling i Kungsgården utanför Sandviken blev det ett silver som avslutning på en kanonhelg.”

Sätraspelen 22-23/1

2011-01-23 23:11

Ännu fler medaljer och klubbrekord!

DSK fortsätter med den trevliga traditionen att ta fina placeringar med en liten trupp. Denna gång i Sätraspelen där nästan alla tävlande tog någon medalj.

Philips guldtid på 800m var en förbättring av seniorrekordet med 7 sekunder.

I höjdhopp gjordes ett antal utmärkta insatser med 2 guld (Richard och Albin) och nya personliga rekord (Richard och Tobias). Richard är nu endast 4 cm från Daniel Bergins 22 år gamla klubbrekord. Det är också roligt att Tobias kommit tillbaka ordentligt i höjdhopp efter ett nästan två år långt skadeavbrott i träningen.

Richard lyckades också lägga beslag på klubbrekordet i längdhopp P14, som tidigare sattes av Sebastian i höstas.

Saga Berneryd slog till med ett jättehopp i längdhoppet, höjningen av hennes PB med 37 cm till 4,78 räckte för att med bred marginal slå Amanda Stjerngrens rekord från förra året.

Vilma Jonsson fortsätter att ta guldmedaljer och sätta klubbrekord, denna gång på 400m.

Richard Martin -97

Guld Höjdhopp 1,66

Guld Längdhopp 5,01 Nytt klubbrekord P14

Albin Linnér -99

Guld Höjdhopp 1,38

Silver 60m 8,97

Brons 400m 70,25

Philip Örnberg -94

Guld 800m 2.09,95 Nytt seniorklubbrekord och P17

Joakim King -00

Guld 400m 64,48 Nytt klubbrekord P11

Saga Berneryd -99

Guld Längdhopp 4,78 Nytt klubbrekord F12

Vilma Jonsson -99

Guld 400m 65,97 Nytt klubbrekord F12

Viktor Martin -01

Silver 400m 78,60

Edvin Jernhall -02

Silver 60m 10,41

Emilia Larson -01

Brons 400m 85,50

Vinhundsvintern 2 29/1

2011-01-29 21:45

Nytt seniorrekord av Philip

Även i den andra Vinthundsvintern var Philip Örnberg ende deltagare från DSK. Distansen för Philip var denna gång 1500 m och liksom vid förra tillfället blev det seniorklubbrekord och nyetablerat P17-rekord. Tiden 4.42,73 var dryga 17 s bättre än det tidigare rekordet (satt 1997!). Man får väl säga att rekordet var väntat. I somras sprang Philip distansen ytterligare 8 s snabbare. Vi kanske kan se fram emot ytterligare förbättringar av inomhusrekordet redan i vinter.

IDF/IUDM 29-30/1

2011-01-30 21:02

8 Guld, 2 Silver och 3 Brons, 2 Seniorklubbrekord, 8 Klubbrekord

Årets inomhus-DM för ungdomar mellan 12-16 år gick av stapeln under två dagar i Sättrahallen.

DSK hade som vanligt stora framgångar och framförallt gjorde Sebastian och Ylva en riktigt bra tävling räknat i antal medaljer.

Vilma har i vinter valt att fördela sina sträckor på lite olika tävlingar och med mycket lyckat resultat. Hennes 2.31,51 på 800 m är nu bara 1,5 sekund från seniorrekordet, vilket ju är otroligt bra av en 11-åring!

Eleonora gjorde en förträfflig tävling där hon slog sitt nysatta klubbrekord i kula med hela 50 cm. Nu är hon till och med mycket nära att stöta längre än F13-rekordet!

Olof Silvander som är relativt ny som friidrottare fortsätter att utveckla sig mycket bra och slog nu för andra gången ett klubbrekord, denna gång på 800 m.

Vi önskar Zackarias välkommen åter till tävlingsbanorna och gratulerar till bronsmedaljen i comebacken.

Saga gjorde ännu ett utmärkt 60 m lopp och putsade sitt PB ytterligare och är nu mycket nära klubbrekordet.

Richard hade lite motflyt i höjd denna gång. Trots bra maxhöjd i hoppen så stämde inte ansatsen riktigt, men med mera träning så kommer hoppstabiliteten på köpet.

Gustav som börjat tävla alltmer lyckades gå under 27 sekunder på 200m och slog därmed Erik Sommerholts klubbrekord med god marginal.

Sebastian Ruthström -97

Guld Stavhopp 3,28 Klubbrekord P14

Guld Kula 10,93

Guld Höjdhopp 1,59

Guld Tresteg 10,84

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,66

Guld Stavhopp 3,08 Nytt seniorklubbrekord och F15

Guld Tresteg 10,64 Nytt seniorklubbrekord och F15

Silver 60mh 9,38 Nytt klubbrekord F15

Vilma Jonsson -99

Guld 800m 2.31,51 Nytt klubbrekord F12

Eleonora Olsmats -99

Silver Kula 10,30 Nytt klubbrekord F12

Olof Silvander -99

Brons 800m 2.38,76 Nytt klubbrekord P12

Zackarias Ljungström -98

Brons 200m 28,02

Saga Berneryd -99

Brons 60m 8,88

Richard Martin -97

Brons Höjd 1,52

Gustav Kramnäs -97

200m 26,90 Nytt klubbrekord P14

Hammarbyspelen 5-6/2

2011-02-06 21:34

Seniorrekord av Anna, Malin och Philip. Richard slog gammalt rekord.

Det blev åter en utmärkt tävlingshelg för DSK. Olle Engdahls medalj och rekordlista är inte bara lång utan innehåller också väldigt många aktiva i olika åldrar.

Tre seniorklubbrekord blev det och i samtliga fall var det innehavarna som förbättrade sina egna rekordtider på olika medeldistansträckor:

- Philip Örnborg fyllde den återstående luckan (1000 m) och har nu slagit seniorrekord denna säsong på alla sträckor från 800 m och uppåt.
- Anna Silvander sänkte sin notering från debutloppet på 1500 m med 8 s.
- Malin Trollås satsade oerhört friskt på 800 m med en långspurt 200 m från mål. Efter ledning för Malin större delen av sista varvet kom visserligen några konkurrenter förbi på slutet, men andra halvan av loppet blev snabbare än den första.

Bland rekorden i teknikgrenar skall nog särskilt Richard Martins höjdrekor (P14) nämnas. DSK har haft ett flertal duktiga höjdhoppare på pojksidan och det är därför ganska sällan rekorden i äldre pojkklasser slås. Den gamla noteringen i P14 var från 1988 (Daniel Bergin 1,70). Daniel delar också P15-rekordet inomhus med den 15 år yngre Carl Rönnow på 1,90. Som 15-åring vann Carl USM-guld både inomhus och utomhus, men som 14-åring nådde han som bäst 1,64 inne (1,76 ute).

Sebastian Ruthström -97

Guld Stavhopp 3,30 Klubbrekord P14

Guld Kula 11,43 Klubbrekord P14

Silver Höjdhopp 1,54

Brons 60mh 10,25 Klubbrekord P14

Vilma Jonsson -99

Guld 600m 1.47,51 Klubbrekord F12

Guld Höjdhopp 1,46 (Endast 2cm från Amandas Stjerngrens klubbrekord!)

Viktor Martin -01

Guld 40mh 7,43 Klubbrekord P10

Guld Kula 7,54

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,60

Silver Stavhopp 3,07 Tävlingsrekord! (delat, vinnaren hoppade lika högt)

Richard Martin -97

Guld Höjdhopp 1,71 Klubbrekord P14

Brons Längdhopp 4,57

Albin Linnér -99

Guld 60m 8,61 Tangerat klubbrekord P14

Joakim King -00

Guld 600m 1.45,66 Klubbrekord P11

Eleonora Olsmats -99

Guld Kula 9,61

Olof Silvander -99

Silver 600m 1.52,4 (manuellt) Klubbrekord P12

Saga Berneryd -99

Brons Tresteg 8,99

Malin Trollsås -93

400m 1.01,70 Klubbrekord F18

800 m 2.28,17 Klubbrekord K och F18

Anna Silvander -93

1500m 5.13,37 Klubbrekord K och F18

Philip Örnborg -94

1000m 2.50,32 Klubbrekord M och nyetablerat klubbrekord P17

Hanna Lilja -92

Stavhopp 2,59 Nyetablerat klubbrekord F19

Lilla XL-galan 12/2

2011-02-12 22:12

Lyckad jakt på seniorrekord för Vilma

På Lilla XL-galan hade DSK deltagande i form av två stafettlag (4x200 m PF12) som generalrepeterade inför kommande stafett i Globen 22 februari, men det gjordes också en del individuella starter. Dagens medaljör för DSK blev Sebastian Ruthström som vann stavhopp och blev tvåa i kula i konkurrens även med 15-åringarna. Resultaten 3,21 (stav) och 11,33 (kula), 9 respektive 10 cm från färsk personbästa.

Dagens prestation var dock Vilma Jonssons seniorrekord på 1000 m. Pappa Ludwig har lämnat följande rapport:

”Hon fick för första gången möjlighet att åka lite "snålskjuts" på andra löpare. När hon springer mot jämnåriga är det ju alltid hon som får sköta farthållningen. Det var ett ganska tätt lopp där Vilma fick springa i andraspår drygt ett varv. Tempot var jämnt och Vilma hade länge kontakt med de två år äldre tjejerna som ligger just efter landets 10 bästa enligt årsstatistiken. Sluttiden 3:13,49 innebar även personligt rekord med över 10 s. Jag frågade precis Vilma om hon har något att säga om sitt rekordlopp. "Inga kommentarer" var svaret jag fick.”

Det tidigare rekordet tillhörde Malin Trollsås och slogs faktiskt med nästan 8 s. Malin var, enligt uppgift, snabb att gratulera per SMS. Hur bra är egentligen 3.13,49? Vilma sprang i F14 och den statistik Ludwig syftar på är Sverigebästa F14. Där kan man komma med om man är 13 eller 14 år, men inte om man (som Vilma) är yngre. Inför helgens tävlingar hade totalt 13 tjejer födda -97 eller -98 sprungit snabbare än Vilmas tid. Någon ytterligare kan ha tillkommit på annat håll, men alla de fem -97:or som var före Vilma i mål hör till den grupp på 13 som redan tidigare hade en bättre tid. De flesta (om inte alla) klubbar skulle nog anse att tiden var tillräckligt bra för att starta på USM för 15-åringar om den gjorts av en -96:a.

Avslutningsvis en kommentar om 1000 m som rekorddistans för seniorer. Det är alltid en avvägning vilka grenar som bör tas med. Vår seniorlista har t.ex. ingen notering för 600 m. Det förekommer faktiskt seniorlopp på både den ena och den andra distansen, men i synnerhet 600 m är normalt sett en gren som bara utövas av yngre. 1000 m ingår (inomhus) i den manliga mångkampen, medan grenen på den kvinnliga sidan inte finns med i det ordinarie programmet över 15 års ålder. Svenskt seniorrekord finns på 1000 m (både män och kvinnor), men inte på 600 m. På samma sätt är det med hallrekorden i Sätra hall. Svenska rekordet innehas f. ö. fortfarande av en Malin (nämligen Ewerlöf) på 2.38,11 och sattes några veckor innan Vilma föddes 1999.

Raka spåret 13/2

2011-02-13 18:49

Unga DSK-are ställde upp i seniortävling. Anna satte nytt klubbrekord.

Raka spåret är en öppen tävling med enbart seniorklass, det är dock tillåtet för ungdomar att ställa upp på seniorvillkor.

Fem DSK-are prövade på att ställas mot tufft motstånd, fyra av dem för att testa formen inför SM-tävlingarna nästa helg.

Anna Silvander -93 sprang 1500m på nya rekordtiden 5.08,58. Hon har nu sänkt sitt PB och klubbrekorden K+F18 med flera sekunder i varje tävling i vinter.

Malin Trollsås -93 sprang 60m på nytt SB 8,40. På 400m gick det lite tungt efter en tuff träning på lördagen. Nu blir det lätt träning fram till IJSM nästa helg.

Philip Örnborg -94 sprang 400m på nytt PB 56,13.

Ylva Engdahl -96 hoppade stav och höjd. Stavhoppet funkade inte så bra pga för mjuk stav. Höjdhoppet däremot gick fint och med 166cm blev hon 5:a. Ett skönt formbesked inför IUSM nästa helg. Vinnaren Ellen Björklund som ligger trea i Sverige just nu hoppade 180cm.

Sebastian Ruthström -97 hoppade stav och tresteg. I stav fortsatte han att hoppa över 3,20. Denna gång blev det 3,22. I tresteg var det lite motigare.



IUSM 19-20/2

2011-02-20 15:53

Ylva tog SM-silver i höjdhopp!

Årets Inomhus Ungdoms-SM (för 15- och 16-åringar) arrangerades i år av Huddinge AIS. Danderyds SK ställde upp med två atleter, Ylva Engdahl född 1996 och Jacob Öman född 1995.

Jacob Öman, som har tävlat mer och mer på sista tiden, ställde upp i 400m där han kom åtta med personliga rekordtiden 55,32. Han gjorde ett riktigt grymt upplopp där han pressade sig förbi en konkurrent precis före mållinjen.

Ylva valde att ha fokus på sina två favoritgrenar Stavhopp och Höjdhopp, vilket visade sig vara en klok strategi.

På lördagens stavhopp hoppade Ylva mycket bra och utan rivningar upp till 305 cm. Det blev en femteplats med den personliga rekordhöjden 311 cm som hon klarade i andra försöket. Det var lika högt som bronsmedaljören Sandra Bergenuulf från Falun hoppade, men Sandra tog i första försöket. Vann gjorde Amanda Gabrielsson från Värnamo med 337 cm, och tvåa kom Emma Stenlöf från Västerås med 332 cm.

I höjdhopp på söndagen gick det ännu bättre. Konkurrenten var mycket hård med ett, utifrån tidigare prestationer, stort antal möjliga vinnare. Slutstriden skulle visa sig stå mellan Adriana Janic från Malmö och Ylva Engdahl från Danderyd.

Ylva tangerade sitt personliga rekord 169 cm med ett mycket bra hopp i andra försöket.

Även Adriana klarade 169 cm i sitt andra försök.

Sedan båda flickorna gjort flera bra försök på Sverigeårsbästa 171 cm utan att lyckas ta den höjden, fölldes avgörandet om guld till Adrianas favör då hon hade en rivning färre än Ylva på tidigare höjder.

Vi gratulerar Ylva till hennes första SM-medalj!

Sammanfattning av resultaten:

Ylva Engdahl -96

Silver Höjdhopp 169 cm, Tangerat seniorklubbekord och F15

Stavhopp 311 cm, Seniorklubbekord och F15

Jacob Öman -95

400 m, 55,32 Nytt personbästa

IJSM/IUSM17 19-20/2

2011-02-20 16:53

Anna + 1500 m = Klubbekord + jättepers

Junior-SM samarrangeras med Ungdoms-SM för 17-åringar vilket innebär tre åldersklasser totalt: 17, 19 och 22 år. Årets inomhusupplaga gick på hemmaplan i Sätrahallen och vi hade hela fyra deltagare, samtliga slätlöpare.

I den naturligtvis hårda konkurrensen blev det tyvärr inga finalavancemang för DSK-arna, men väl genomgående fina tider.

Malin Trollsås fick till sitt snabbaste 400 m lopp inomhus och putsade av 9 hundra delar på sitt seniorklubbekord från förra årets IUSM. Alltid bra på SM!

Anna Silvander går verkligen från klarhet till klarhet. När hon började sin bana som 1500 m löpare för fem veckor sedan(!) satte hon seniorklubbekord med över 20 sekunder. Ett rekord som hon sedan förbättrat i vart och ett av de tre ytterligare lopp hon gjort. Det är inte heller några små förbättringar. Sammantaget innebär dessa en ytterligare sänkning av rekordet med över 22 sekunder. Nu var hon för första gången under 5 minuter. Det har ingen DSK-tjej varit tidigare och följdaktligen underskred hon även gällande seniorklubbekord utomhus. Det rekordet är 5.00,9 och sattes 1983 av Yvonne Mattsson.

Alla DSK-resultat:

Anna Silvander -93

1500 m 4.59,38 Seniorklubbekord (+F18)

Malin Trollsås -93

400 m 61,12 Seniorklubbekord (+F18)

60m 8,49

Samantha Wikmark -92

60 m 8,32 Nyetablerat klubbrekord F19

Philip Örnborg -94

400 m 56,97

1500 m DNF (Fick tyvärr en sträckt baksida)

XL-galan 22/2

2011-02-27 20:58

Stafettlöpning i Globen

Galan i Globen betyder inte bara världsstjärnor utan också ungdomsstafett. Finalen går under galatävlingen och försöken under förtävlingarna. Stafettsträckan är 4x200 m och tävlingsklassen PF13 (mix). Det är mycket populärt att få tävla i globen och trots att deltagandet är begränsat till två lag per klubb deltog inte mindre än ett femtiotal lag.

Som vanligt hade DSK två lag på plats. Vilma Jonsson, Zacharias Ljungström, Lova Rehle och Albin Linnér sprang i det ena och Disa Ullberg, Olof Silvander, Hedvig Holmberg och Elias Harrysson i det andra. Runt 50 deltagande lag och sex finalplatser gör det naturligtvis mycket svårt att ta sig vidare. Inget av DSK-lagen mäktade med det, men enligt ögonvittne på läktaren såg de ut att ha roligt i alla fall.

Finalen vanns, ganska överlägset, av det ena laget från Täby IS. Vi får väl gratulera och komma igen nästa år.

Vinhundsvintern 10/3

2011-03-12 17:56

Philip näst bästa 94:a och Håkan bästa 59:a på 800 m!

Philip Örnborg -94 kom sexa i seniortävlingen Vinhundsvintern i Säturahallen med tiden 2.11,06. Tiden dock några sekunder långsammare än hans PB från tidigare i vintras.

Även vår ordförande Håkan Lilja -59 deltog på 800m och fick tiden 2.59,1.

IDM mångkamp 12-13/3

2011-03-12 18:13

Ylva Distriktsmästare i mångkamp! Hannes och Richard i tuff match mot 96-or.

Ylva Engdahl -96 lyckades kämpa sig till ett DM-guld i mångkamp trots att formen inte var riktigt på topp.

Ylva låg tvåa efter inledande 60mh, men genom att hoppa mycket bra i andra grenen höjdhopp tog hon ledningen i tävlingen och det kunde hon hålla hela vägen ut. Poängsumman 3127 räcker till en åttondeplats på F15-årsbäсталistan Sverige.

Härmed har hon också nyetablerat ett klubbrekord i F15.

De flesta av Ylvas medtävlade var ett år yngre, vilket hon förstås hade fördel av.

Hannes Axell -97 kom åtta i P15-klassen med 2186p, vilket är nytetablerat klubbrekord P14.

Richard Martin -97 kom nia i P15-klassen med 2118p. Tyvärr sträckte Richard en baksida i längdhoppet, vilket gjorde att han inte kunde delta i avslutande 600m som med Richards normala kapacitet skulle gett ca 500p. Teoretiskt hade han kunna få ca 2600p vilket skulle räckt till en sjundeplats (och blivit bästa 97:a!)

Det är viktigt att poängtera att våra killar tävlade mot ett år äldre killar vilket har stor betydelse i den ålder de befinner sig i.

Vi önskar dem lycka till nästa år då de får tävla med jämngamla.

Från i år använder 14-17 årsklasserna samma poängtabell som seniorerna.

Nordeaspelen, Bollnäs 19/3

2011-03-20 20:36

Saga vann mot nya motståndare

När det börjar tunna ut med tävlingar i Stockholmstrakten finns alternativet att resa lite längre. Saga Berneryd -99 gjorde ett första besök i Bollnäs hallen med nya motståndare från närområdet.

Det blev fina resultat för Saga och placeringsmässigt gick det allra bäst på 60 m. Där delade Saga bästa försökstiden 9,06 med en flicka från Gävle. Båda förbättrade dock sina tider rejält i finalen och det krävdes 8,94 av Saga för seger med en hundradel.

Svealandsmästerskapen, Örebro 19-20/3

2011-03-20 20:47

Rejält förbättrat seniorrekord av Sebastian

Svealandsmästerskapen är en lagtävling för 13- och 14-åringar mellan distrikten i Svealand. Motsvarande tävlingar för Norrland och Götaland har gått tidigare i vinter. Till denna tävling måste man bli uttagen av distriktet och det är mycket glädjande att DSK hade hela fem deltagare. Utöver nedan nämnda: Hannes Axell -97 och Zackarias Ljungström -98.

Många bra insatser där Sebastians överlägsna seger i stavhoppet (40 cm) och förbättring av eget seniorrekord i tresteg med 46 cm står i en viss särklass.

Tyvärr framgår det inte av resultatlistan vilka som sprang i stafettlagen på 8x200 m (mix). Gustav Kramnäs bör ha varit aktuell för Stockholms segrande förstalag efter den individuella insatsen, men det framgår alltså inte om han var med.

Individuella insatser som gav medaljplats eller rekord:

Sebastian Ruthström -97

Guld Stavhopp 3,22

Silver Kula 11,29

Brons Tresteg 11,36 Seniorklubbrekord och P14

Richard Martin -97

Brons Höjdhopp 1,70

Gustav Kramnäs -97

200m 26,29 Nytt klubbrekord

Campuskampen, Linköping 20/3

2011-03-24 20:21

Hårda bronsstrider för Eleonora och Caroline

Carl Olsmats rapporterar:

"Campuskampen var en trevlig tävling med huvuddelen tävlande från regionen, men en och annan Smälänning och Stockholmare hade också tittat dit.

Det var bronskampernas dag för Eleonora och Caroline, som var de enda representanterna för DSK.

Carro missade bronset i längdhoppet på sämre andrahopp, men tog revansch och knep en bronspeng på 400 m.

Eleonora fick delat brons på 60 m häck och var också nära att knipa ett brons i F15, i sin första tävling med 3 kg kula. Hon uppåddade sedan de sista krafterna och avslutade en lång friidrottsdag med ett guld i F12 (2kg-kula), efter att ha legat på bronsplats inför sin sista stöt."

I Olle Engdahls sammanfattning

Eleonora Olsmats -99

Guld F12 Kula 2 kg 9,24

Brons 60 mh 13,16

4:a F15 Kula 3 kg 7,44 Nyetablerat klubbrekord F12

Caroline Olsmats -00

Brons 400 m 1.21,09

4:a Längd 3,58 Nytt PB

Haninge open 26/3

2011-03-27 22:29

Alternativa grenar i anrik tävling gav DSK-medaljer

Första upplagan av Haninge open genomfördes redan 1982. Hallen är äldre än både Solnahallen och Bosön, men inte permanent utrustad för friidrott. Då liksom nu specialutrustas den för tävlingen med bl.a. speciellt inlagda golv.

Upplägget har varierat över tiden, men på senare år har det varit en ren ungdomstävling. Man har också erbjudit specialkomponerade grenar. Sedan många år har man precisionskast med speciella spjut

och på senare tid även en tvåkamp i "alternativa tävlingsformer". Den senare innehåller jämnhet i löpning på flygande 20 m och en mångstegsgren med minsta antal steg på en given sträcka.

Som vanligt hade några DSK-are sökt sig dit och provade också på de ovanliga grenarna (utöver en del vanliga).

Medaljskörden blev som följer enligt Olle Engdahls sammanställning:

Victor Martin -01

Guld Höjdhopp 1,26

Guld Kula 7,39

Axel Melin -00

Silver i "Alternativ Tävlingsform"

Carolina Larson -02

Brons i "Alternativ Tävlingsform"

Vintersportspelen, Nyköping 26/3

2011-03-27 22:47

Tre vana medaljörer fyllde på samlingarna

När tävlingsutbudet i Stockholm minskar är det ett alternativ för de tävlingssugna att söka sig till hallar lite längre bort. Denna gång gick resan till Nyköping. Tre DSK-deltagare blev tre dubbelmedaljörer.

Olle Engdahls sedvanliga lista:

Albin Linnér -99

Guld 60m 8,70

Silver 200m 29,21

Vilma Jonsson -99

Silver 200m 30,73

Brons Höjdhopp 1,36

Saga Berneryd -99

Brons 60m 8,94

Brons Längdhopp 4,38

, ÖREBRO 26-27/3



Marsspelen, Örebro 26-27/3

2011-03-27 22:58

Högklassiga resultat igen av Sebastian

Sebastian Ruthström återvände till Tybblelundshallen i Örebro veckan efter sina fina insatser i Svealandsmästerskapet. Hur bra det gick då kan man förstå av en [nyhetsnotis på distriktets hemsida](#). Där väljer lagledaren Sophia Sundberg just Sebastians stavhopsresultat som det som "stack ut lite extra" i det totalsegrande Stockholms-laget. (Då hoppade han 3,22.)

Även nu en välmatad helg med ett flertal mycket bra resultat . Medaljresultat:

Sebastian Ruthström -97

Guld Kula 11,17

Guld Stavhopp 3,27

Brons Höjdhopp 1,61

Sista chansen 2-3/4

2011-04-06 18:18

Nya guld för Sebastian och Vilma

Sista chansen i Huddinge är inomhussäsongens sista större tävling i Stockholmsområdet. Efter den återstår några resultatävlingar och ett par ungdomstävlingar lite längre bort: Västerås och Eskilstuna.

DSK-truppen var inte så stor. Många laddar måhända för utomhussäsongen. Men det är ju trots allt en (kanske) sista chans att sätta pers i åldersklassen inomhus.

Några pålitliga vinnare återkom även denna gång och faktiskt var alla DSK-medaljer av guld:

Sebastian Ruthström -97

Guld Stavhopp 3,03

Guld Höjdhopp 1,65 (Nytt PB)

Guld Tresteg 10,42 (Enda tävlande)

Vilma Jonsson -99

Guld 600m 1.48,10

QuickNet-spelen, Västerås 16/4

2011-05-02 20:23

Saga avslutade säsongen

Saga Berneryd var i år enda DSK-aktiv som deltog i QuickNet-spelen i Västerås. Något nytt lyft blev det inte i detta sena skede på säsongen och den bästa insatsen blev nog på 60 m med seger i försöksheat och fjärdeplats i finalen (8,93).

Industrisanerings Ungdomsspel, Eskilstuna 22/4

2011-05-02 20:36

Vilma och Zacke tog säsongens sista medaljer för DSK

Ludwig Jonsson rapporterar:

"Danderyds trupp till säsongens absolut sista inomhustävling var liten men naggande god, bara Zacke och Vilma.

Att tävlingen avgjordes på långfredag samt att många redan avslutat inomhussäsongen gjorde startfälten tunnare än vanligt. Zacke och Vilma svarade för stabila insatser och fick återvända hem från Eskilstuna med såväl godisägg som medaljer även om det inte blev några personliga rekord."

Medaljresultat:

Zacharias Ljungström -98

Silver 60m 8,64

Silver längd 4,69

Vilma Jonsson -99

Guld 800m 2.34,44

