

Utomhus 2009

Två sjöar runt, Sundbyberg/Solna 15/3

2009-03-16 22:06

Terränglöpning av Wille och Vilma.

Två Sjöar Runt inleder traditionsenligt tävlings- och motionssäsongen den tredje söndagen i mars, i år den 15 mars. Löparna springer runt de vackra fågelsjöarna Lötsjön i Sundbyberg och Råstasjön i Solna. I år ställde två DSK-löpare upp med bra resultat som följd: Wille Levay kom på en fin fjärde plats i P15, en klass där Wille sprang mot upp till två år äldre medtävlare. Vilma Jonsson firade sin 10-årsfödelsedag genom att vinna F11 och därmed också 2,5 kg godis som var förstapriset!

Länk till [resultaten](#)

Påsksmällen, Enhörna 13/4

2009-04-15 23:04

Vilma -99 tog silver i F11-klassen

Enhörnas klassiska terränglopp på annandag påsk hade i år en deltagare från DSK: Vilma Jonsson -99. Eftersom tävlingen har tvåårsklasser fick hon redan nu delta i F11. Pappa Ludwig rapporterar:

"Den 33:e upplagan av terrängtävlingen Påsksmällen genomfördes i skönt vårväder runt Enhörnas Friluftsgård utanför Södertälje annandag påsk. DSK:s enda representant Vilma Jonsson svarade för en fin prestation då hon blev tvåa i F11-klassen slagen med 12 sekunder av Huddinges Frida Persson över 2 km. Vilma får ju ställa upp i F11 även nästa år och då blir hon förstås ännu farligare."

Terräng-SM, Stockholm 25/4

2009-04-25 23:14

Philip Örnborg i ny SM-start

För första gången på mycket länge hade DSK en deltagare i terräng-SM. Det var Philip Örnborg som sprang i den yngsta klassen, P15. Tidigare i vinter sprang han 1000 m inomhus på USM. Nu var banan betydligt längre (4000 m). En sträcka som han avverkade på tiden 14.46.

Första kastet, Huddinge 18/4

2009-04-28 22:27

Sebastian trotsade vädret och slog de första utomhusrekorden 2009

Innan de vanliga arenatävlingarna kommer igång för säsongen brukar det finnas några specialtävlingar för kastare. Väderförhållandena kan ju dock vara lite vanskliga denna tid på året. Olof Ruthström rapporterar från Sebastians säsongspremiär:

"Det var ca 3-4 grader varmt och regn blandat med hagel + en stark vind, men det gick ju rätt okej för DSK:s ende representant. Klubbrekord i spjut + diskus. Han tävlade i klass P13."

De nya klubbrekorden i P12 lyder på 38,11 respektive 34,46.

Danderydsloppet 1/5

2009-05-03 22:19

Ett trettiotal barn och ungdomar sprang för DSK

Alla verkade trivas i det vackra vädret när Danderydsloppet för tredje gången arrangerades på de nya banorna med start och mål på Danderydsvallen. Utöver barn och ungdomar sprang även några vuxna för DSK i seniorklasserna.

Fyra segrar gick till DSK: I yngsta pojkklassen (P8) vann Carl Vestberg, i F10 segrade Vilma Jonsson och bland 13-åringarna blev det dubbelseger för DSK genom Lina Rasmusson och William Levay.

De tre först placerade får [pokaler](#) och ytterligare ett stort antal av dessa gick till DSK-are. [Hela resultatlistan](#).

Hellaskastet 3/5

2009-05-04 23:13

Rekord för både Sebastian och Eleonora

Antalet deltagare från DSK hade i år fördubblats från en till två: Sebastian Ruthström -97 och Eleonora Olsmats -99.

I Sebastians andra tävling för säsongen tillkom slägga (3 kg) och det innebar ett nyetablerat P12-rekord med 25,62. Kulresultatet 9,77 överträffar det tidigare bästa med säker kulvikt (3 kg). Där finns dock fortfarande ett resultat från 1975 som kan vara bättre om vikten är rätt. Dessutom vann han den sammanlagda tävlingen efter tre grensegrar och en andraplats.

Även Eleonora etablerade ett nytt släggrekord (F10) på 14,56 med 2 kg slägga. Hon blev därmed också andra DSK-tjej att tävla i slägga någonsin. Den första, Hanna Lilja, blev f.ö. denna dag av med sitt F10-rekord i spjut till Eleonora. Den nya noteringen är 11,85. Släggresultatet gav en andraplats i grenen och sammanlagt blev det en tredjeplats i F11. Pappa Carl rapporterar att tävlingen gav mersmak och att det säkert blir mer kasttävlande framöver.

Danderyds Ungdomsspel 10/5

2009-05-12 21:47

Medaljregn över DSK! 13 Guld, 11 Silver och 7 Brons. Vi slog också två tävlingsrekord: Zackarias på 600m (1.46,94) Ylva i höjdhopp (153cm)

Vi lyckades genomföra ett ungdomsspel med ovanligt många deltagare.

Många fina resultat gjordes i det något ostadiga vädret som dock blev bättre framåt eftermiddagen. Det slogs totalt 18 tävlingsrekord (varav ett tangerat och två nyetablerade).

Lite förseningar blev det i tidsprogrammet framförallt i höjdhopp. Till nästa år ska vi nog köra med två skilda bäddar.

Länk till hela [Resultatlistan](#).

Länk till uppdaterad [Rekordlista](#).

Här följer en komplett lista över alla DSK's medaljörer:

Sebastian Ruthström -97:

Guld Kula: 9,11
Guld Höjdhopp: 1,41
Guld Längdhopp: 4,45

Zackarias Ljungström -98:

Guld Längdhopp: 4,19
Guld 600m: 1.46,94 Tävlingsrekord
Guld 60m: 9,27

Miles Holland -97:

Guld 600m: 1.58,26
Silver 60mh: 11,82
Silver 80m: 11,48

Vilma Jonsson -99:

Guld Höjdhopp: 1,24
Silver 600m: 2.00,60 Klubbrekord
Brons Längdhopp: 3,66

William Levay -96:

Guld 600 m: 1.41,71 Klubbrekord
Silver Längdhopp: 4,92

Arvid Persson -99:

Guld 60m: 9,53
Brons Längdhopp: 3,59

Ylva Engdahl -96:

Guld Höjdhopp: 1,53 Klubbrekord och Tävlingsrekord
Brons Kula(2kg): 8,54

Amanda Stjerngren -98:

Guld 60m: 9,10
Brons Höjdhopp: 1,32

Sofia Derninger -00:

Guld 60m: 9,94
Brons Längdhopp: 3,41

Maria Ullberg -97:

Silver 60mh: 12,19

Tobias Marshall Heyman -96:

Silver Höjdhopp: 1,55

Gustav Kramnäs -97:

Silver Kula: 7,32

Elias Harryson -99:

Silver 60m: 9,66

Elin Sundborg -92:

Silver Kula (3kg): 10,45 Nyetablerat klubbrekord med gipsad vänsterarm!

Malin Trollås -93:

Silver 800m: 2.37,36

Ulrika von Schéele -00:

Silver Kula: 5,13

Gustav Sommerholt -89:

Brons 100m: 11,97

Hannes Axell -97:

Brons Höjdhopp: 1,35

Stafett-DM 13-14/5

2009-05-16 22:35

P13 mest framgångsrika åldersklass

Stafett-DM hade i år betydligt fler deltagande lag än förra året. Exempelvis blev det både försök och final på 4x100 m för män där DSK förra året var enda startande klubb.

Som vanligt var det en hel del lag i de korta stafetterna som fick problem med växlingarna. DSK var inget undantag. Några av våra lag klarade sig dock utan misstag fram till fina placeringar. Allra bäst gick det för P13-laget på 4x80 m som fick DM-brons. I laget sprang Hannes Axell, Tobias Marshall-Heyman, Gustav Kramnäs och Miles Holland.

Det manliga seniorlaget på 4x100 m var avsevärt föryrgrat jämfört med förra året. Carl Schlyter -93, Alexander Fletcher -92, Philip Örnberg -94 och Gustav Sommerholt -89 tog nu en fjärdeplats bland sju startande lag.

Även i de längre stafetterna utmärkte sig P13 positivt. Gustav Kramnäs, Hannes Axell och William Levay gick in på en fjärdeplats på 3x600 m.

Utanför DM tog F11-laget en tredjeplats på 5x60 m.

Sundbybergs ungdomsspel 16/5

2009-05-16 23:03

Nytt F10-rekord av Vilma

Med många aktiva på Ålandsläger blev Vilma Jonsson -99 enda deltagare från DSK. Hon sprang för första gången 800 m under 3 minuter och då med rejäl marginal. Tiden 2.50,62 gav både en andraplats i F11 i tävlingen och ett nytt klubbrekord i F10. Nästan 5 sekunder under den tidigare noteringen (från 1980!).

Täby vårmångkamp/DM 16/5

2009-05-18 21:40

DM-silver till Sebastian

Täby vårmångkamp fungerar också som mångkamps-DM för alla åldrar från 12 år till seniorer. Dessutom som regionmästerskap för Svealand i åldrarna 13-14 år.

DSK:s ende tävlande var Sebastian Ruthström i P12 (femkamp) och han kom på andra plats i DM och tredje totalt (inklusive deltagare från annat distrikt). Sebastians poäng blev 3718 och marginalen till DM-vinnaren endast 9 poäng efter ett avgörande i det avslutande 600 m loppet.

Pappa Olof kommenterar att det var pers i längdhopp med 4,50 samt i femkamp (som Sebastian provade på redan förra sommaren).

DSK vs Åland, Bengtsböle Åland 16/5

2009-05-19 21:30

DSK-seger i prestigelös landskamp

Som vanligt innefattade Ålandslägret en klubbmatch mot Åland. De senaste åren har DSK stått som segrare - så blev det även i år. På grund av renovering av arenan i Mariehamn höll man i år till i Bengtsböle, vilket tycks ha varit minst lika trevligt som det har varit förr om åren i Mariehamn.

Många fina resultat i det vackra vädret och ibland får man ta seden dit man kommer och bekanta sig med en 2,5 kg kula eller så.



Hässelbyspelen 18/5

2009-05-19 22:00

Silvermedaljer och pers till Hedvig, Vilma och Eleonora

Carl Olsmats rapporterar:

"Det var tre trötta, men mycket nöjda tjejer, som återvände till Danderyd efter att ha deltagit i Hässelbyspelen på kvällen den 18/5. Tävligen drog ut på tiden och vädret var lite kylslaget, men det hindrade inte Hedvig Holmberg, Vilma Jonsson och Eleonora Olsmats från fina prestationer. Det blev ett silver i stafetten 3x600m och alla tjejerna satte personbästa i längdhopp, vilket räckte till ett silver för Vilma."

Lindens ungdomsspel 23/5

2009-05-24 22:13

Caroline persade i regnet

DSK hade denna gång bara en deltagare i tävlingen: Caroline Olsmats -00. Bäst gick det i längdhoppet. Pappa Carl rapporterar:

"Vädret var uselt med ihållande regn, men Caroline Olsmats lyckades trots detta persa i längd. Detta räckte till en bronsplacering i F9."

Polanik Javelin Challenge 23/5

2009-05-26 21:04

Sebastian var med och kastade spjut på Gärdet

Spjutkastning på Gärdet. Fungerar det? Enligt arrangören själv var det inte helt lyckat i detta första försök. Ansatsbanan hade tydligen sådana brister att de bästa kastarna avstod att försöka. Vi får hoppas på bättring till nästa gång.

DSK representerades av Sebastian Ruthström som stannade på 31,36. Det har inte kommit någon rapport om hur förhållandena påverkade hans kastning.

Stafett-SM, Karlstad 23-24/5

2009-05-26 21:13

F17-lag representerade DSK

Stafett-SM är gemensamt för alla åldersklasser från 15-åringar till seniorer. I år var DSK med på två distanser i klassen F17 (92-93) nämligen 4x100 m och 1000 m (100+200+300+400).

På lördagen sprangs 1000 m av Samantha Wikmark, Ellen Stjerngren, Elina Svensson och Malin Trollås. Tiden 2.30,15 räckte dock inte till någon final.

På söndagen var det 4x100 m. Astrid Littorin var nu med i laget i stället för Malin. På kort stafett brukar det ju alltid bli en del lag som får problem med växlingarna. DSK-laget klarade sig dock bra och noterade 51,94 i det första försöksheatet. När alla 13 startande lag sprungit innebar detta nionde plats och därmed ingen final här heller.

Swedish Pole Vault Challenge, Örebro 30/5

2009-05-30 22:45

Seniorklubbrekordet höjdes en decimeter

Hanna Lilja -92 säsong debuterade med att hoppa stav i Örebro. Tävlingen har stav som enda gren och lockar allt fler deltagare för varje år. Resultatlistan har inte publicerats än, men uppskattningsvis var det mellan 50 och 60 hoppare totalt. Tävlingen genomförs i pooler som styrs av önskad ingångshöjd i stället för kön eller ålder. Det kan bli väldigt blandade startfält.

Efter vinterns resultatförbättringar hade Hanna nog förhoppningar om ännu högre höjder, men 2,56 var i alla fall en decimeter över hennes eget seniorklubbrekord från i fjol (och nyetablerat utomhusrekord i F17).

Stockholm Mini Marathon 31/5

2009-06-04 22:25

Många sprang i värmen. Flera med fina placeringar.

Den varma maratonhelgen var det inte bara de vuxna som fick springa. På söndagen var det dags för barn och ungdomar att ta sig an lite kortare banor. Även dessa med mål på Stockholms Stadion. Som vanligt var det några tiotal DSK-are (friidrottare och andra) bland de tusentals löparna. Det finns klasser från 5-17 år och i de yngre åldrarna är det så många deltagare att varje normal tävlingsklass får delas upp i två startgrupper. Många springer bara för att det är roligt, göra något med kompisarna eller för att jämföra med sin egen tid från förra året, men i varje startfält finns det också några som verkligen försöker komma först också.

DSK fick även i år flera fina placeringar och faktiskt även på den äldre halvan. I P13 vann William Levay på 7 minuter blankt på den 2140 m långa banan. F.ö. samma tid som segraren i P14. I F10 fanns det två startgrupper vilket gav två andraplatser till DSK genom Vilma Jonsson respektive Tilde Wahlborg. Även Philip Örnborgs femteplats i P15 bör nämnas. 15-åringarna springer en 4 km bana och Philips tid blev utmärkta 13.43.

Sommaröset, Vallentuna 3/6

2009-06-08 21:33

Vallentuna, var god vänta! Men medaljer blev det...

Resultatlistan har låtit vänta på sig mer än en vecka och är ännu inte publicerad. Vi har dock fått tillgång till en underhandskopia och av den framgår att det faktiskt var ganska få av de anmälda DSK-arna som faktiskt kom till start.

Medaljer blev det för Vilma Jonsson -99 med silver i F11 800 m och Caroline Olsmats -00 med brons på 60 m för F9. Hedvig Holmberg -99 fick sin bästa placering i spjut som femma i F11

Annars präglades även kvällen av väntan. Några tiotals killar från IFK Stocksund ökade tydligen deltagarantalet så mycket att tidsprogrammet försenades ungefär en timme. Trots ett ganska luftigt tidsprogram togs nästan ingen tid in och sista löpgren startades inte förrän strax före 21.30.

Tyresö undoms- och veteranspel 6/6

2009-06-08 21:46

Silver till Caroline. Hanna mot högre höjder.

Detta är tävlingen där alla utom seniorerna kan vara med och DSK var representerat både bland yngre och äldre.

Bästa placering fick Caroline Olsmats -00 med en andraplats i längdhopp. Övriga tre DSK-are fick nöja sig med tredjeplaceringar (som bäst). Carl Olsmats fick den placeringen på 800 m M45, Eleonora Olsmats i boll F10 och Hanna Lilja stav F17.

För Hanna var dock resultatet betydligt viktigare än placeringen. Det egna, nyförbättrade seniorrekordet höjdes med 16 centimeter till 2,72. Nu högre än hennes motsvarande inomhusrekord också.

De yngre flickorna deltog i många grenar. Eleonora tog även chansen att hoppa tresteg, även om det fick bli med två år äldre tjejer. Resultatet 6,74 är det första noterade i F10 och således nyetablerat rekord.

SAYO 6-7/6

2009-06-08 22:52

Guld till Sofia och Zacharias. Många löpningsrekord och ett i spjut.

SAYO på Sollentunavallen har ofta kvalificerade startfält även i de yngre klasserna. Det är därför ytterst meriterande att kunna vinna här och DSK fick i år två segrare:

Sofia Derninger -00 vann 60 m på 9.77 (endast två hundradelar från klubbrekordet F9 i godkänd vind) och Zacharias Ljungström -98 vann längdhoppet på 4,56 (4 cm från klubbrekordet P11 som stått sedan 1982). Zacharias tog även brons på 60 m (8,95).

Medaljer och rekord i övrigt:

Amanda Stjerngren -98 Silver på 60 m (9,00)

Ylva Engdahl -96 Brons både på 60 m med 10,98 (Klubbrekord) och i höjdhopp (1,42)

Philip Örnberg -94, 2000 m: 6.27,96 (Nyetablerat klubbrekod)

William Levay -96, 2000 m: 6.11,28 (Nyetablerat klubbrekord)

Tobias Marshall Heyman -96, Spjut: 38,93 (Nyetablerat klubbrekord)

Lina Rasmusson -96, 600 m: 1.55,59 (Klubbrekord)

Vilma Jonsson -99, 600 m: 1.58,63 (Klubbrekord)

Kringelspelen, Södertälje 6/6

2009-06-14 22:33

Vilma slog rekord på 400 m för F10

DSK:s enda deltagare var Vilma Jonsson som sprang 400 m. Att det blev rekord är helt klarlagt. Däremot tycks den publicerade resultatlistan inte motsvara vad som verkligen hände på plats.

Hon skall ha vunnit loppet med ungefär 3 sekunders marginal enligt vad som lästes upp i högtalarna. Guldmedalj fick hon också. I resultatlistan däremot står hon som tvåa! Det pågår försök att få arrangören att reda ut det hela. Förmodligen är det en felskrivning som ligger bakom och de riktiga tiderna bör finnas i elitssystemet.

Kvantumspelen, Bålsta 13/6

2009-06-14 22:46

Rekord och medaljer för William och Ylva

Fyra deltagare från DSK varav tre sprang 800 m (som enda gren).

Ylva Engdahl -96 var den som hade avvikande grenval. Hon vann höjdhoppet på 1,44 och blev trea i stav på nyetablerade F13-rekordet 1,93.

William Levay -96 fick till slut ge sig med 4 hundradelar. Andraplatsen togs dock med tiden 2.13,61 vilket var nytt P13-rekord med sju och en halv sekund. Den kommer också att räcka för en bra placering i Sverige-statistiken för P14.

Lina Rasmusson -96 och Maria Ullberg -97 sprang in som fyra respektive femma i den gemensamma klassen för 12 och 13-åringar

Världsungdomsspelen 26-28/6

2009-07-01 12:50

Guldmedaljer till Wille Levay!

I årets upplaga av Världsungdomsspelen på Nya Ullevi i Göteborg deltog följande duktiga trupp från DSK.

William Levay: 600m, 1500m

Sebastian Ruthström: 60m häck, Höjdhopp, Kulstötning, Längdhopp, Spjut

Ylva Engdahl: 60m häck, Höjdhopp, Kulstötning, Längdhopp, Stavhopp, Tresteg

Hanna Lilja: Stavhopp

Malin Trollås: 300m häck, 400m

Samantha Wikmark: 100m, 100m häck

Förutsättningarna var utmärkta under hela spelen med värme, sol och måttliga vindar. Våra deltagare gjorde mycket bra resultat i den stenhårda konkurrens som gäller i denna tävling.

William Levays (96) båda guldmedaljer på medeldistans 600m och 1500m var förstas höjdpunkter. Wille hade en klar strategi för hur han skulle springa i båda loppet. Han lät de andra dra, men i god tid före upploppet la han in en högre växel som ingen kunde matcha. Vi som stod bredvid njöt och tjöt för full hals på upploppet. Vilken känsla att vara DSK-supporter!

Sebastian Ruthström (97) som hade lite känningar av småskador gjorde ändå PB i Höjdhopp och 60m häck där han kom 4:a i båda grenarna.

Ylva Engdahl (96) som haft en lite motig säsongstart lyckades vända den trenden och satte PB i alla sina 6 grenar. 4:e platsen i höjdhopp räddades tack vare att hon inte hade några rivningar på vägen till sluthöjden. Vinnaren i Ylvas grupp Adriana Janic från MAI hoppade hela 170cm, en höjdnings av mästerskapsrekordet med 5 cm!

William Levay P13:

Guld på 600m 1.36,17 Nytt klubbrekord

Guld på 1500m 4.24,77 Nyetablerat klubbrekord

Sebastian Ruthström P12:
60mh 10,25 Nytt klubbrekord

Ylva Engdahl F13:
Höjd 1,54 Nytt klubbrekord
60mh 10,71 Nytt klubbrekord
Stav 2,20 Nytt klubbrekord
Tresteg 9,57 Nyetablerat klubbrekord

Veteran NM, Huddinge 27-28/6

2009-07-01 16:01

Guld och Silver till Stefan Daberius

Stefan blev Nordisk Mästare i höjdhopp i klassen M40 med ett hopp på 178cm. Han tog också silver i 110m häck på tiden 17,59.

Sommarspelen 23/6

2009-07-09 16:03

Längdguld och fina medeldistanstider

En kväll med fantastiskt sommarväder, dvs som gjord för friidrott. Tre DSK:are tog chansen att tävla på Stadion: Philip Örnborg, William Levay och Lina Rasmusson. Med den uppsättningen deltagare kunde man förvänta sig fokus på medeldistanstider, men den bästa placeringen togs faktiskt av Philip i det avslutande längdhoppet. Han vann där på goda 5,52.

Enligt pappa Lennarts rapport var Philip trött i benen efter löpningen och inte nöjd med längdresultatet. Vi får hoppas han får chansen att hoppa utan ett 800-meterslopp i benen. Allra först hade han också sprungit 100 m.

Både Wille och Philip sprang i samma 800 m klass (P15) och det blev många bra tider. Wille startade snabbare, men efter en bra spurt var Philip inte långt efter i mål. Till slut var de trea och fyra i loppet på 2.10,44 respektive 2.10,61. Båda resultaten klubbrekord i deras åldersklasser (P13, P15) och bland de bästa noterade i Sverige för P14 respektive P15.

Även Lina gjorde en bra tid när hon blev trea på 600 m för F13 med 1.56,65.

Uppsalaspelen 27-28/6

2009-07-09 16:38

Ett rekord om dagen för Lina!

I två lopp med mycket tufft motstånd sprang Lina Rasmusson till sig två F13-rekord. På lördagen var det 600 m som hon avverkade på 1.55,31 och på söndagen var det debut(?) på 1500 m. Tiden blev här 5.39,93 vilket innebar att Astrid Björklunds 5.49,4 från 1972(!) förbättrades med så gott som 10 sekunder.

Under lördagen tävlade även Eleonora och Caroline Olsmats i ett stort antal grenar. Bästa placeringar var för Eleonora 5:a på 600 m (F10) och för Caroline 6:a i längd (F9).

Gotlandsspelen 18/7

2009-07-19 22:28

Stefan nu även längdhoppare

Gotlandsspelen i Visby har tävlingsklasser från 9-åringar till veteraner. Stefan Daberius deltog i år i den gemensamma klassen för alla veteraner. Grenarna var denna gång 100 m och längdhopp vilket gav en andraplats och en seger.

13,12 är bara 4 hundradelar ifrån hans notering på veteran-SM förra året. Något tidigare längdhoppande kan jag inte påminna mig från Stefans sida så segerhoppet 5,13w (+4,3) bör vara en första notering.

Öresundsspelen, Helsingborg 11-12/7

2009-07-21 19:23

Klassiskt längdrekord föll

Öresundsspelen är en stor tävling med relativt mycket deltagare även från andra länder. DSK har inte deltagit på ganska många år (vad jag kan minnas), men i år hade vi två deltagare Zackarias Ljungström -98 och Lina Rasmuson -96.

Zacharias vann 600 m på nya klubbrekordet 1.43,98 och kom tvåa i längd. Även i längdhop var det klubbrekord och det är väl värt att uppmärksammas: Den nya noteringen är 4,66, vilket är en förbättring med 6 cm av det rekord som sedan Danderyds-OS 1982 delades av Claes Albihn och Olle Hansson. Skall det överleva som DOS-rekord i höst?

Lina sprang ännu en gång 600 m på en 1.55-tid men det fattades några tiondelar till hennes eget nysatta rekord.

Laxaspelen, Halmstad 18-19/7

2009-07-21 20:13

Silver och brons till Arvid

Två deltagare från DSK: Arvid Persson -99 och Lina Rasmuson -96.

Arvid nådde medaljplats på 400 m (silver på 72,09) och på 60 m (brons på 9,30). Lina sprang denna gång på låga 1.56 (som oftast 600 m).

ENA-spelen, Enköping 25-26/7

2009-07-26 21:08

4 deltagare från DSK: 1 Guld, 1 Silver och 4 klubbrekord

ENA-spelen är en mångkampstävling för åldrar från 9 år och uppåt.

Omkring hundra deltagare från Växjö i syd till Nedre Soppero i norr.

Det är inte så många tävlingar som erbjuder mångkamp, vilket är synd eftersom det är en rolig tävlingsform som sporrar till extra ansträngning även i grenar som man kanske normalt inte förväntar sig så bra resultat i.

Bristen på noterade klubbrekord skvallrar om att få inom DSK ägnat sig åt mångkamp, men i denna tävling deltog fyra av våra duktiga ungdomar i 5-kamp (60mh, Höjd, Boll, Längd och 600m).

Observera att poängen inte är sinsemellan jämförbara mellan ålderklasser och pojkar/flickor.

Sebastian Ruthström (97) tog GULD i P12 med poängsumman 3859. Han slog därmed sitt eget klubbrekord från försommaren.

Tobias Marshall Heyman (96) tog SILVER i P13 med poängen 4116, vilket är nyetablerat klubbrekord.

Ylva Engdahl (96) blev FYRA i F13 med poängen 4114 (endast 7p från bronsplats), vilket också är nyetablerat klubbrekord.

Maria Ullberg (97) blev NIA i F12 med poängen 2926, vilket också är nyetablerat klubbrekord.

Bohusspelen, Uddevalla 25-26/7

2009-07-29 20:07

DSK-are mot äldre motståndare

Tre av sommarens flitigt tävlande DSK-are deltog i Bohusspelen: William Levay -96 samt Eleonora -99 och Caroline Olsmats -00.

William sprang 800 m i P15 och blev trea på 2.12,76.

Eleonora deltog i flera grenar, men mest framgångsrikt i boll (F11) där det blev en andraplats med nya perset 20,95. I övrigt gälde F10 och där fick hon sällskap av Caroline i längdhoppet.

Falkenbergs stadslopp 25/7

2009-07-29 20:23

Eleonora på bronsplats

I Falkenbergs stadslopp representerades DSK av 4xOlsmats. Vi brukar inte uppmärksamma de vuxnas långloppsinsatser i denna lista, men jag nämner det i alla fall eftersom det denna gång var en familjeaktivitet.

I det här fallet var det hur som helst Eleonora som fick den bästa placeringen: 3:a i F10 med tiden 9.37 på den 2,1 km långa banan.

DN Galan Youth 1-2/8

2009-08-04 17:52

Dubbla guld till Wille, höjdguld till Ylva, rekord av båda och av Lina.

Ärevördiga DN-galan håller sig sedan några år även med en ungdomstävling: DN-galan Youth. Man strävar inte efter att få så många deltagare som möjligt utan snarare hög kvalitet vilket man lyckas ganska bra med. Starka startfält överlag.

Även på denna tävling hade DSK en något större trupp i år och särskilt bland -96:orna blev det mycket stora framgångar.

William Levay svarade för en lika fantastisk prestation här som på Världsongdomsspelen en månad tidigare. Dubbla guld (denna gång 600 m och 2000 m) och mycket bra tider: 1.36,22 respektive 5.10,40. Ytterst nära det egna rekordet på 600 m och putsning av det egna klubbrekordet på 2000 m. I det senare fallet även tävlingsrekord.

För Ylva Engdahl visade det sig behövas klubbrekord tre gånger om för seger i höjdhoppet: 1,55 (utepers) och 1,58 (pers alla kategorier) följdes av 1,60! Utöver höjdsegern hoppade hon även stav i F14 och slog även där sitt eget klubbrekord. Ny notering i F13 är 2,46.

Lina Rasmusson fick efter många persnära lopp äntligen en putsning av sitt månadsgamla klubbrekord på 600 m. Tiden blev nu 1.54,41.

Huddingespelen, 7-9/8

2009-08-10 22:53

Tresteg populäraste rekordgrenen bland alla medaljörer

En dryg månad efter det att det nyrenoverade Källbrink åter togs i bruk genomfördes årets Huddingespel. Även i år var tävlingen öppet DM i åldersklasserna 15-19 år. En hygglig mängd DSK-are deltog trots att det fortfarande är semestertid. I DM-klasserna dock bara Hanna Lilja i F17.

Rikligt med medaljer kunde hemföras och det blev även en del nya klubbrekord varav tre i tresteg. William Levays tid på 2000 m är näst intill 30 sekunder snabbare än Sveriges näst snabbaste -96:a och endast en -95:a har varit snabbare i år.

Alla medaljörer:

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,54

Guld Stavhopp 2,40

Silver 60mh 10,54

Brons Tresteg 9,76 Klubbrekord

Brons Slägga 26,61 Nyetablerat klubbrekord

Zackarias Ljungström -98

Guld Höjdhopp 1,34 PB

Silver Längdhopp 4,36

Silver 200m (i P12-klassen!) 28,79 Klubbrekord P11

William Levay -96

Guld 2000m 6.05,38 Klubbrekord med hela 5 sekunder!

Hanna Lilja -92

Guld och distriktsmästare Stavhopp 2,76 Klubbrekord F17 och Kvinnor

Vilma Jonsson -99

Silver Längdhopp 3,71

Tresteg 8,20 Klubbrekord

Eleonora Olsmats -99

Silver Kula 6,07 PB

Maria Ullberg -97

Brons i Tresteg 9,13 Klubbrekord

Olle Engdahl har också dokumenterat tävlingen i [bildform](#).

Nynäspelen 15/8

2009-08-17 23:11

Vilma hoppade till sig silver och brons

Vilma Jonsson var DSK:s enda deltagare i Nynäshamn. Hon tog två medaljer: Silver i höjdhopp på 1,23 och brons i längdhopp på 3,71.



Lilla Midnattsloppet 15/8

2009-08-23 13:30

Sex deltagare och fyra topplaceringar (trodde jag)

Sex DSK-are sprang ungdomsbanan på kvällen före stora Midnattsloppet på söder. I P15 gästspelade William Levay -96 och vann klassen trots två år äldre motståndare. Bland de svåraste konkurrenterna var Philip Örnberg som tog tredjeplatsen. Näst snabbast av P94-orna således.

Zacharias Ljungström blev tvåa i P11 och Lina Rasmusson tog också en topplacering genom att bli femma i F13. Även Hannah Örnberg -96 och Cajsa Philipsson -98 deltog.

Vad var det nu jag trodde fel? Jo, det var ytterligare två DSK-are som deltog (utan att skylta med klubbnamnet): Maria och Disa Ullberg (F12 respektive F11). Maria kom så bra som 10:a.

Hälsoloppet, Huddinge 20/8

2009-08-23 13:51

Wille vann 5 km loppet!

Hälsoloppet är en ny tävling på kontrollmätt bana över 5 eller 10 km (ett eller två varv). Ingen åldersindelning. Snabbast av alla på den korta banan var William Levay som avverkade sina 5 km på 17.25.

Veteran-SM, Norrtälje 21-23/8

2009-08-23 14:06

Stefan Daberius åter dubbel svensk mästare i M40

Veteran-SM har i år samlat större startfält än vanligt. Titelförsvaren Stefan Daberius hade både fler och svårare konkurrenter denna gång, men lyckades ändå ta guld både i höjd och på 110 m häck. Sluthöjden blev 174 vilket även tvåan hoppade. Seger för Stefan som tog i tidigare försök. Häckloppet gick på 18,78 s - nästan lika snabbt som i fjol trots 3,9 m/s i motvind.

I övrigt deltog Per-Jonas Trollås (M40), Torgny Schennings (M55) och undertecknad (M50). Torgny gjorde come back efter många års frånvaro från friidrottsarenorna. Han sprang 200 m men råkade tyvärr ut för ett linjetramp och blev därmed utan resultat. I den grenen (och på 400 m häck) är han för övrigt sedan 1982 innehavare av klubbrekord för DSK.

Telje stadslopp 22/8

2009-08-23 22:44

Wille på snabbare 5 km

Telje stadslopp i Södertälje anser sig vara Sveriges snabbaste (kontrollmätta) 5 km lopp. Om det stämmer vet jag inte, men William Levay var i alla fall 15 sekunder snabbare än i förra loppet på distansen (nu 17.10). Motståndet var denna gång lite tuffare med Erik Sjöqvist som vinnare. För Wille blev det 21:a plats av 270 startande i en herrklass som förvisso innehöll även en del andra ungdomar.

Botkyrkakastet 22/8

2009-08-28 19:20

Caroline och Eleonora kastade det mesta

Mycket fanns att välja på i kastväg, både traditionella och andra redskap. Pappa Carl rapporterar: Flera personbästanoteringar räckte som bäst till en fjärdeplats i spjut för Caroline i F9 och femteplatser i Vortex och kula för Eleonora i F11.

Hela [resultatlistan](#).

Långlöparnas kväll, Stadion 25/8

2009-08-28 19:37

Wille tillbaka på ovalen

Efter tre lopp utanför idrottsplats den senaste dryga veckan var Wille Levay -96 tillbaka på löparbanan. Distansen var nu 2000 m och konkurrensen i P14 rekordtuff. Sveriges två snabbaste -95:or var före Wille i mål. Willes tid var omkring 6 sekunder över hans pers (vilket f.ö. ger honom tredje plats i Sverigestatistiken för P14).

Vallentuna flås 29/8

2009-08-30 21:49

Tilde på silverplats i F11

Tilde Wahlborg -99 var enda deltagare från DSK i årets Vallentuna flås. Yngsta klassen är upp till 11 år och Tilde lyckades bli tvåa och bästa -99:a. Tiden blev 9.31 på den 2 km långa banan.

Täby open 29-30/8

2009-09-02 23:06

Mängder av personbästa för stor DSK-trupp

Många DSK-are passade på att tävla när Täby IS arrangerade på Tibblevallen. Det gav både medaljer och rekord, men också en lång rad säsongsbästa i alla möjliga grenar. Med tanke på de tävlandes ålder kan man nog anta att de flesta av dessa också var personliga rekord.

Förutom alla individuella grenar så ställde vi upp ett stafettlag i 4x80m i klass F12. Laget bestod av Maria Ullberg, Ellinor Saltin, Cajsa Philipson och Amanda Stjerngren. Flickorna stod sig bra i konkurrensen trots att tre av dem bara är 11 år, växlingarna funkade utmärkt och de sprang på 48,91.

Vilma Jonsson -99

Guld 800 m 2.50,98

Silver Höjd 1,20

Silver Längd 3,85 Nytt PB

Philip Örnberg -94

Guld 800 m 2.13,80

Silver Längd 5,44

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,55

Spjut (400g) 21,07 Klubbrekord F13

Arvid Persson -99

Silver 60 m 9,45

Silver Längd 3,97 Nytt PB

Brons Boll 28,87

Årsbästa även: 800 m, höjd, boll

Miles Holland -97

Silver 80 m 11,51

Silver 800 m 2.35,89 Nytt PB

Hannes Axell -97

Silver Höjd 1,33

Årsbästa även 800 m

Amanda Stjerngren -98

Brons 60 m häck 11,60 Nyetablerat klubbrekord F11

Brons 60 m 9,21

Tobias Marshall Heyman -96

Brons Höjd 1,48

Brons Längd 4,72

Elias Harryson -99

Brons Höjd 1,24 Nytt PB
Årsbästa även 60 m, längd

Ulrika von Schéele -00

Brons Boll 19,27
Årsbästa 60 m, längd, boll

Hanna Lilja -92

Spjut (600g) 20,97 Klubbrekord F17

Cajsa Philipson -98

Årsbästa 60 m, 60 m häck, längd, kula, boll

Eleonora Olsmats -99

Årsbästa 800 m, höjd, boll

Hedvig Holmberg -99

Årsbästa 800 m, boll

Anna Philipson -02

Årsbästa 60 m, längd

Disa Ullberg -98

Årsbästa 800 m, längd

Maria Ullberg -97

Årsbästa höjd

Vilmer Fresk -98

Årsbästa 60 m

Caroline Olsmats -00

Årsbästa längd

Ellinor Saltin -98

Årsbästa 60 m häck

Lina Rasmusson -96

Årsbästa 800 m

Tjejernas kväll, Stadion 3/9

2009-09-06 21:15

Stavseger för Hanna och fina tider

Fyra tjejer från DSK deltog i årets upplaga av Tjejernas kväll, en tävling för bara tjejer på Stockholms stadion.

Till slut kom DSK-deltagandet att domineras av F17-klassen:

Hanna Lilja segrade i stavhoppet efter bra hoppning trots lätt regn under hela tävlingen. Mycket nära att klara 2,80 i andra försöket, men stannade på 2,65.

Malin Trollsås och Samantha Wikmark gjorde båda kombinationen 300 m häck och 100m slätt. Båda till final på 100 m där Samantha blev fyra. Malin putsade sitt årsbästa från försöket till 13,67. På 300 m häck noterade Samantha fina 49,28 (första resultat i grenen?).

Utöver F17 deltog Tilde Wahlborg -99 i ett flertal grenar i F11-klassen. En utmärkt grendebut(?) på 800 m med 3.02,50 gav en andraplats och hon noterade även personbästa på 60 m.

Upplands UDM, Märsta 5/9

2009-09-06 22:06

Hanna på besök hos upplänningarna

Många DM är öppna för deltagare från andra distrikt, men man får räkna med att delta "utom tävlan".

Hanna Lilja gjorde sin andra stavtävling på tre dagar och denna gång var det vinden som var svårbemästrad. Till slut blev det i alla fall 2,62 och samma höjd som Upplands-mästarinnan (som veckan innan hoppade distriksrekord F17 med 3,02).

DF12-14, Enskede 5-6/9

2009-09-06 22:22

Liten men framgångsrik trupp från DSK

Utan tävlingsaktiva 14-åringar blev det de yngre som fick försvara DSK:s färger i Distriktsfinalen. Många medaljer och flera rekord blev det även om vinden var alltför hjälpsam för Tobias i tresteg. Vi får hoppas han får en ny möjlighet i rekordduglig vind nästa helg i Svealandsmästerskapen (13-14 år). Dit har både han och Ylva kvalificerat sig.

Så här gick det för deltagarna:

Ylva Engdahl -96

Guld Höjd 1,51

Guld Stav 2,32

Guld Slägga 26,14

60 m h 10,36 Nytt klubbrekord

Miles Holland -97

Guld 80 m 11,11 Nytt klubbrekord

Sebastian Ruthström -97

Guld Kula 9,21

Tobias Marshall Heyman -96

Silver Tresteg 10,82w (vind +3,6) (ca 1,5 m längre än gällande klubbrekord)

Brons Höjd 1,48

60 m h Nytt PB

Hannes Axell -97

80 m Nytt PB

Boll Nytt PB

1000 m Grendebut

Järnaloppet 5/9

2009-09-07 22:14

Nu blev det seger för Tilde

Tilde Wahlborg -99 har tävlat flitigt och framgångsrikt och på Järnaloppet blev DSK:s enda deltagare en vinnare. Tilde tog hem F11-klassen trots 1 år äldre motståndare. Tiden blev 12.31 på en 2,8 km lång bana.

Tilde fick för övrigt revansch på vinnaren av 800 m loppet på Tjejernas kväll två dagar innan. Den gången var Tilde som tidigare rapporterat tvåa.

VDM, Huddinge 8/9

2009-09-09 20:30

10000 m för första gången

Som sista gren av årets veteran-DM arrangerades 10000 m bana på Källbrink i Huddinge. Totalt 13 manliga löpare varav 1 senior (utom VDM förstås) deltog. Tyvärr inga kvinnliga veteraner.

Undertecknad debuterade på sträckan (vad gäller banlöpning) och det var inte det lättaste att veta vilket tempo som var det rätta. Till slut blev det en tid drygt 40 sekunder under perset på 10 km landsväg.

Faktum är att det inte bara var mitt första lopp på 10000 m utan också, enligt tillförlitliga källor, DSK:s första. Nu hoppas jag bara på efterföljare. Den förste som gör en bättre tid än mina 46.37,81 lovas en plats på [klubbrekordlistan](#).

Fredrikhofsspelen 9-10/9

2009-09-13 22:59

Många bra placeringar, dubbla rekord på 200 m och det 44 år gamla P12-rekordet på 600m slogs.

DSK var väl representerat med ett dussin deltagare med spridning på, i stort sett, alla förekommande åldersklasser.

En snabb genomgång utan kontroll av personbästa ger följande lista på medaljplatser:

Samantha Wikmark -92

Silver 200 m 27,30

Philip Örnborg -94

Guld 800 m 2.12,69

Silver längd 5,48

Tobias Marshall-Heyman -96

Silver höjd 1,52

Silver längd 4,47

Miles Holland -97

Guld längd 4,30

Silver 80 m 11,39w

Silver 200 m 29,59

Silver 600 m 1.45,82 Klubbrekord

Hannes Axell -97

Silver höjd 1,41

Elias Harryson -99

Guld 200 m 31,26, nyetablerat klubbrekord

Guld höjd 1,34

Vilma Jonsson -99

Guld 200 m 32,52, nytt klubbrekord

Silver höjd 1,28

Skol-SM, Västerås 11-13/9

2009-09-13 23:42

Hanna avslutar stavsäsongen med fjärdeplats

Hanna Lilja gjorde sin (troligen) sista stavgång för säsongen. Hoppningen skedde omväxlande med den gamla staven och en ny och det var tydligt att det behövs mer träning med den nya för att få det hela att fungera. Slutresultat dock 262 och en fjärdeplats i F17.

Regionfinalen, Uppsala 12-13/9

2009-09-13 23:48

Ylva och Tobias bidrog till Stockholms seger

Regionfinalen för Svealand är en lagtävling mellan distrikten i åldersklasserna PF13 och PF14. Stockholm dominerade som vanligt och vann även denna gång relativt stort. (Stockholm: 1490p, Uppland: 1157p, Värmland: 961p)

[Grenpoänglistan](#)

[Hela resultatlistan](#)

I laget fanns två DSK:are, Ylva Engdahl och Tobias Marshall-Heyman. Båda deltog i ett flertal grenar och med följande bästa resultat:

Ylva Engdahl -96

Guld Höjdhopp 1,59

Brons Stavhopp 2,33

Tobias Marshall Heyman -96

Silver Tresteg 10,07 Nytt klubbrekord i godkänd vind

Särskilt Ylvas höjdhopp tycks ha varit dramatiskt. Pappa Olle förmedlar denna beskrivning:

"Det blev en gastkramande avslutning:

Ylva ledde tävlingen upp till 1,53 som hon tog i första försöket.

Sen tog Emilia Kjellberg från Värmland 1,56 i första försöket och Ylva först i sitt andra.

Hon låg därmed tvåa.

Sen rev både Emilia och Ylva sina två första försök på 1,59.

Efter att Emilia rivit sitt tredje försök hade Ylva en sista chans att vinna – och hon tog den !!!"

STH cup, Sätra 19-20/9

2009-09-21 17:17

Nya klubbrekord av Vilma och Ylva.

Det var lite nyckfulla vindar i årets STH cup, så att flera fina tider kunde tyvärr inte räknas som officiella PB eller klubbrekord. Men det är ändå roligt att så många ansträngde sig extra för laget och på så vis slog flera av sina personliga rekord.

Några nya klubbrekord sattes dock i godkända vindar:

Vilma Jonsson -99: 600m 1.56,13

Ylva Engdahl -96: 60mh 10,33

Genom att klicka på nedanstående länkar finner du resultat från Stockholm cup.

[Individuella resultat](#)

[P/F11 Lagtävlingen](#) (DSK-laget kom 6:a)

[P/F13 Lagtävlingen](#) (DSK-laget kom 6:a)

[P/F15 Lagtävlingen](#) (inget DSK lag i 15-årsklassen)

Danderyds-OS 12-13/9

2009-09-29 19:46

Vilma och Elias bland rekordsättarna

All möjlig information om [Danderyds-OS](#) fins på tävlingens egen sida. Även om många av de tävlande är tillfälliga friidrottare så är det också många av våra aktiva inom sektionen som är med. Det blir varje år många bra resultat och så var det också i år. Fler personliga rekord än vad som kan nämnas här. Fler medaljer också. Två aktiva inom DSK friidrott höjde sig dock en bit ytterligare över mängden genom att inte bara vinna utan samtidigt slå rekord.

Vilma Jonsson satte både tävlings- och klubbrekord på 800 m F10. 2.49,22 var första gången under 2.50 för henne.

Elias Harrysson hoppade 1,35 i höjd P10, vilket är nytt tävlingsrekord.

Midgårdskastet, Märsta 26/9

2009-09-29 20:07

Många långa kast med redskapsvikter 150 g - 7,26 kg

Så här dags på säsongen är det mest kastare som tävlar inne på arenorna. Sebastian Ruthström har varit återkommande deltagare på denna tävling som i grunden är en kastmångkamp (men med möjlighet att delta även i enstaka grenar). Han fick i år sällskap av Eleonora och Caroline Olsmats. Resultat i urval:

Caroline Olsmats -00

Boll (150g): Nytt PB

Diskus: Grendebut

Eleonora Olsmats -99 (Var den enda tävlande i F99)

Spjut (400g): Nytt klubbrekord 13,77

Slägga (2kg): Nytt klubbrekord 15,20

Diskus (600g): Nytt PB 18,18 (Endast 19cm från klubbrekordet från 1996)

Kula (2kg): Nytt PB 7,31

Boll (300g): Nytt PB 23,53

Sebastian Ruthström -97

Silver i mångkampen (Kula, Spjut, Slägga, Diskus)

Diskus (600g) 35,05 m Nytt klubbrekord

Sebastian deltog också i äldre åldersklasser med följande vikter på redskapen:

Diskus (1 kg) 24,87 Nytt klubbrekord (Slog rekordet som stått sedan 1982)

Slägga (4 kg) 22,89 Nyetablerat klubbrekord

Kula (7,26 kg) 5,60 Nyetablerat klubbrekord

Lilla Lidingöloppet 27/9

2009-10-06 22:27

Vilma tvåa i klassiskt lopp

Ludwig Jonsson rapporterar

Lilla Lidingöloppet, terrängloppet för barn och ungdomar mellan sju och femton år, avgjordes i år den 27:e september. Loppet arrangerades första gången redan 1970 och har sedan dess varit Sveriges största och viktigaste terränglopp för barn och ungdomar. 129312 pojkar och flickor har genomfört Lilla Lidingöloppet sedan starten 1970!

Ett knappt dussin DSK-ungdomar ställde upp i år och bäst gick det i klassen Flickor 10 där Vilma Jonsson blev 2:a och Tilde Wahlborg 10:a, fantastiskt bra med tanke på det 208 tjejer stora startfältet. Vilma sprang banans 1,7 km på 6,02. Segrade gjorde Frida Karlsson från Remsle/Sollefteå på nytt banrekord 5,56. Som kuriosas kan nämnas att 1982 vann den kanske inte helt obekanta Malin Ewerlöf F10-klassen, då på 6,08.

Bland övriga DSK-placeringar kan nämnas Philip Örnberg som kom på plats 25 i klassen Pojkar 15.

Kalvruset, Västerhaninge 17/10

2009-10-18 23:24

Vilma i täten för framgångsrik DSK-kvartett

Ludwig Jonsson rapporterar:

KalvRuset, höstens löparäventyr för ungdomar, avgjordes i år den 17:e oktober i Västerhaninge. KalvRuset är ingen vanlig terrängtävling utan bjuder på en betydligt mer krävande bana jämfört med "vanliga" terränglopp som t ex Lidingöloppet. De 314 deltagarna mellan 9 och 15 fick kämpa i sand, vatten och gyttja. Det var kuperat och jobbigt.

Fyra löpare från DSK ställde upp och av dessa var inte mindre än tre 99-tjejer; Vilma Jonsson , Tilde Wahlborg och Eleonora Olsmats. Denna trio tuffa tjejer ägde F99-klassen med platserna 1 (Vilma), 4 (Tilde) och 10 (Eleo). Vilma sprang in som andra bästa tjej totalt trots många betydligt äldre medtävlare. Dessutom kom Philip Örnborg på en fin fjärdeplats i P94 (10:a totalt av alla 314). Länk till [KalvRusets hemsida](#).

Hellasloppet 18/10

2009-10-18 23:40

Säsongsavslutning(?) med seger för Philip och fin placering för Emma

Det börjar bli ont om utomhustävlingar som vänder sig till ungdomar nu. Det är därför troligt att Hellasloppet blir den sista rapporterade tävlingen för säsongen.

DSK hade två deltagare: Philip Örnborg -94 och Emma Marti -01.

Philip hade tydligen krafter kvar trots Kalvruset dagen innan och tog hem segern i P15. Tid 17.37 på den 5 km långa banan.

Emma deltog i den yngsta klassen för flickor (F9) som sprang 1,6 km. Av alla ungdomsklasserna hade denna samlat flest deltagare (32) och Emma höll sig väl framme och slutade på 9:e plats.

Tömilen 14/11

2009-11-15 17:21

Frågetecknet befogat. Philips säsong fortsatte!

Det visade sig att utomhussäsongen inte slutade i oktober för DSK:s del. Philip Örnborg sprang ytterligare ett lopp, tömilen. I hans fall rörde det sig om 5 km i en tävling utan åldersindelning, men med två sträckor att välja på. Resultatet blev en 10:e plats bland 75 startande i den manliga delen av 5 km distansen.

Nu är bara frågan om detta var det sista för utomhussäsongen eller inte.