

Nr 4/1988

8. 9 OKTOBER 1988

LIDINGÖLOPPET

VÄRLDENS STÖRSTA TERRÄNGLOPP

LIDINGÖLOPPET
30/9-1/10 1989
JUBILEUM-25:E LOPPET!



Resultat
Reportage
Statistik

LIDINGÖLOPPET • LILLA LIDINGÖLOPPET • LIDINGÖSTAFETTEN





Snart kan en tusenårig dröm gå i uppfyllelse.

Att delfiner talar med varandra har man anat länge. Att de dessutom har ett gott öga till oss människor är uppenbart. Frågan är om de också försöker säga oss något.

I Kolmårdens Djurpark bedriver forskaren Mats Amundin ett projekt som kanske kan förverkliga drömmen om att förstå mer av delfinernas liv och "språk".

Med hjälp av en persondator från IBM studerar han hur delfinerna klickar, knarrar och sjunger. Bland annat har han följt "språkutvecklingen" hos delfinungarna Venus och Sisu ända sedan de föddes i Kolmården 1983.

Vem vet, en dag får vi kanske veta vad de egentligen säger.

IBM

TÄNKER FRAMÅT

En stor honnör för Lidingöloppets löpare!

Ytterligare ett Lidingölopp är avverkat på ett bra sätt trots att söndagen bjöd på en hel del regn. Vi inom tävlingsorganisationen får ganska ofta höra att arrangemanget är mycket välordnat och att man inte förstår hur vi klarar det hela. Det är vi mycket tack-samma för och det sporrar oss också att rätta till de saker som inte fungerar så bra. Det finns alltid saker som kan bli bättre!

Jag skulle också vilja peka på den stora del som Ni löpare har i arrangemangets framgångar. När det ibland inte fungerar perfekt, det blir köer, fel i listor etc då är Ni alltid positiva och förstående på ett sätt som uppskattas otroligt mycket.

Därför är det mycket roligt för oss i tävlingsledning-en att lägga ner all den energi som behövs för att ordna Världens Största Terränglopp – Lidingöloppet för Er löpare.

Tack och en stor salut för Er!

Lidingöloppet 1989 blir ett jubileumslopp nämligen det 25:e i ordningen. Då tänker vi se till att det blir extra festligt på Lidingö. Årets rekordlopp kommer att överträffas, speciellt förväntar vi oss att se fler damer!

Årets försök med en stafett över fyra sträckor för företagslag och kompisgäng som blev en hejdundran-de succé återkommer. Vi tror att det står 1500 - 2000 lag på startlinjen 1989.

Det blir extra stora jubileumsmedaljer till alla som fullföljer.

Under maj månad kommer vi att skicka ut inbju-dan och då får du reda på mer om alla jubi-leumsaktiviteter 1989. Boka redan nu helgen den 30/9-1/10 i kalendern för det 25:e Lidingöloppet.

VÄLKOMNA – 1989!!

LIDINGÖLOPPET

Valdemar Svensson

Ordförande i Lidingöloppets tävlingsledning

Datainformation.

Några dagar efter årets lopp gjordes ett inbrott i våra lokaler och en del av vår datautrustning stals. Skadan begränsade sig till att vi har förlorat alla de förändringar/korrigeringar på namn, adress, födelseår mm som vi gjorde på din begäran un-der tävlingsdagarna. Om det finns fel i den information vi har om dig så hjälp oss genom att skicka ett vykort till oss med korrigeringarna på adress Lidingöloppet, Box 1119, 181 22 Lidingö.

Idéer?

Om du har några idéer för att göra Lidingöloppet ännu bättre som du vill dela med dig är vi glada om du skriver några rader till oss före 15 januari. De inkomna breven med idéer deltar i en utlottning av Lidingölapps-T-tröjor. Skicka brevet till Lidingöloppet, Box 1119, 181 22 Lidingö.

Lidingöloppsminnen?

Till det 25:e Lidingöloppet nästa år så skulle vi vara glada om vi kan få in Lidingölapps-historier från gångna år för att publi-cera i någon av våra publikationer under året. Det kan var Mitt bästa Lidingölopp, Mitt roligaste ..., Året då jag ... etc. En enda begränsning finns dock, max 250 ord ska det vara så vi kan publicera så många som möjligt. Publicerade historier be-lönas med Lidingöloppströjor. Vi vill gärna ha breven senast 15 januari under adress Lidingöloppet, Box 1119, 181 22 Lidingö.

Tidningen LIDINGÖLOPPET, Box 1119, 181 22 Lidingö,
tel 08-765 13 41

Ansvarig utgivare Lars Eric Dahlstedt

Redaktör Ulf Saletti

Fotografer Keith Samuelsson, Björn Tilly, Thomas Nilsson

Produktion Octopus Promotion AB, tel 08-30 01 91

Tryckeri TECE-Tryck, Luleå

Tidningen LIDINGÖLOPPET ges ut av IFK Lidingö Friidrottsklubb och IFK Lidingö Skid- och Orienteringsklubb och utkommer med fyra nummer per år samt är officiellt organ för LIDINGÖLOPPET.

Innehålls-förteckning

Resultat	sid
Klass 1 – 30 km.....	8
Kvinnor 30 km.....	30
Klass 2 M20 – 15 km.....	49
Klass 3 M50 – 15 km.....	50
Klass 4 M60 – 10 km.....	51
Klass 5 K – 15 km.....	33
Klass 6 K50 – 10 km.....	52
Klass 7 K20 – 10 km.....	53
Klass 24 M18 – 10 km.....	54
Klass F8 – 1700 m.....	58
Klass F9 – 1700 m.....	60
Klass F10 – 1700 m.....	63
Klass F11 – 1700 m.....	65
Klass F12 – 3000 m.....	67
Klass F13 – 3000 m.....	69
Klass F14 – 3000 m.....	71
Klass F15 – 3000 m.....	72
Klass P8 – 1700 m.....	59
Klass P9 – 1700 m.....	61
Klass P10 – 1700 m.....	64
Klass P11 – 1700 m.....	66
Klass P12 – 3000 m.....	68
Klass P13 – 3000 m.....	70
Klass P14 – 6000 m.....	72
Klass P15 – 6000 m.....	73
Lidingöstafetten.....	75
Lagtävlingar.....	47
Åldersklasser kl 1 o 5.....	45
Åldersklasser/kl 3, 4 o 6.....	55
Åldersrekord.....	77

NYHET

Replik

Sveriges vackraste telefon?



395:-

Sveriges vackraste telefon? Kom in i Telebutiken och avgör själv. Vår nya telefon är formgiven av Lars Lallerstedt, som kombinerat matt svart med blanka ytor i läckra färger, tex matt svart med högblankt blått, lackrött eller vitt.

Replik finns också i enbart svart.

Replik är en modern tonvalstelefon för bord och vägg. Den har R-knapp, 9 kortnummer och repetition av senast slaget nummer.

Replik har dessutom klocka med digital visning

av timmar och minuter och inställbar påminnelse-signal. Funktionsknapparna är försedda med svensk text.

Kom in i Telebutiken och se hur fint Replik förenar form, kvalitet och pris.

18 månaders garanti.

 T-märkt.

Välkommen in i Telebutiken!

 **Televerket Stockholm**

City, Kungsgat 36. Farsta, Storforsplan 42. Fridhemsplan, Drottningholmsväg 16. Haninge, Handenterminalen 5. Huddinge, Sjödalsväg 14. Jakobsberg, Ridderplatsen 10. Kista Centrum, Odenplan, Odengat 52. Ringen, Ringvägen 115. Skärholmen, Bredholmsgat 8, Skärholmens Centrum. Sundbyberg, Sturegat 7. Täby, Marknadsväg 15. Upplands Väsby Centrum. Vällingby, Pajalagat 7. Östermalm, Sibyllegat 28. Nynäshamn, Centralgat 16. Strängnäs, Trädgårdsgat 29. Södertälje, Nygat 22.



IFK LIDINGÖ
Skidor och Orientering

Lidingöloppet
1988

AGA

Huvudsponsor för Lidingöloppet och Lilla Lidingöloppet har AGA AB varit sedan 1981 och de är huvudsponsor även 1989.

ARCONA

IBM

ICEL



Nya Sparbanken

Huvudsponsorer för Lidingöstafetten 1988.

Pripps PLUS ENERGY
DÄR DEN SLÄCKEN TÖRSTEN

IBM



VIKING LINE

Leverantörssponsorer till Lidingöloppet 1988 :

PRIPPS AB - Pripps Pluss Energy, IBM Svenska AB , BANANKOMPANIET - Chiquita bananer och VIKING LINE.

Tack också till följande företag och organisationer som på olika sätt stödjer Lidingöloppet.

Gevalia, Åhlens, SL—Lidingödivisionen, Ekströms, Elektrotekniska AB, Televerket—Stockholm, Telemarketing, Armén, J M Bygg AB, Folksam, PLM Sellbergs och Philipssons.

I samband med loppet hjälper följande föreningar och organisationer till för att få hela det stora evenemanget att fungera. IFK Lidingö Fotboll, IFK Lidingö Ishockey, IFK Lidingö Skridsko, IFK Lidingö Konståkning, IFK Lidingö Bordtennis, Lidingö Sportklubb, Lottakåren, Lions Lidingö, Militärpolisen, Lillsveds, Bosöns och Stensunds Folkhögskolor, SMU Lidingö, GT Vikingarna, Lidingö Basket, Cosmos, Friskis & Svettis, Bilkåristerna, Röda Korset, , Föreningen Ladies Cup och Gubbpokalen. IFK Lidingö Handboll, IFK Lidingö Slalom, Elpe IF, Ladies Circle, Lidingö Rodelklubb, Lidingö Jaktvårdskrets, Round Table Lidingö och Upplands Väsby, Rudboda Scoutkår, Sundbybergs Baseball, Lidingö Rotary och Motionsgården.

Ett speciellt stort tack till Lidingöpolisen och Lidingö Kommun för allt stöd och all hjälp Lidingöloppet fått under året.

LIDINGÖLOPPET 1988:

... och regnet det bara öser ner ...

Regnet hänger i luften. Det är grått och rått. Härligt!

Den friska höstluften känns underbar efter Söuls värme och avgaser.

Det är både två- och tredubbla åskådardel på Grönsta gärde i väntan på att damerna ska komma i mål.

Friidrottsexperten Lennart Julin analyserar läget via högtalarna:

– Att Grete Waitz leder var ju väntat. För Midde Hamrin är det första Lidingöloppet, men hon verkar ju klara av den här banan bra.

Ingen har ännu passerat vattentornet en och en halv kilometer från mål, så Cissi och jag hinner till mötesplatsen med kompisarna uppe i skogen.

– Dags att komma nu, hojtar Linkan.

Frågan är om det finns något som passar Grete Waitz bättre än Lidingöloppets backiga 15-kilometersbana.

Elva starter – elva segrar.

Idag har hon gjort som hon brukar – sprungit ifrån alla andra från första steget.

Veteranherrarna kastar oroliga blickar över axeln.

En del av inspirationen i Lidingöskogarna får hon av att jaga gubbar.

Det hörs applåder längre bort i skogen.

– Nu kommer hon, ropar Tommy!

Vi tjoar och klappar händer. 700 meter från mål ser hon inte det minsta sliten ut.

Tolfte starten, tolfte segern.

Jag kollar klockan.

... fyrtiofem sekunder... en minut ... en och tio

Som en slalomåkare kommer Midde Hamrin kryssande fram mellan veteranerna, inte avskräckande långt efter Grete Waitz.

– Heja Midde, skriker en av veteranerna när Mölndalstjejen sveper förbi.

Nästa norska Grete – Grete Kirkeberg – och Finlands landslagstjej Päivi Tikkanen blir båda slagna av Midde.



Tommys andra seger och Gretes tolfte!

Det börjar regna.

Vi kurar ihop oss under en gran. Det doftar höst. Vi huttrar men tjejerna i spåret är varma, rödblommiga och ångande trots bara armar och ben.

En dryg kvart har gått sen Grete Waitz passerade. Det är fler tjejer än veteraner i spåret nu.

– Här skulle du kommit, Cissi säger Karin.

Cissi suckar. Träningen har ju gått så bra och hon var så sugen på att springa. Förkylningar är ett elände.

Vi tar skydd under paraplyet när vi flyttar över till passeringen vid 20,5 kilometer.

Mellan träden skymtar Stora Värtans vatten. Blygrått idag.

Lasse har varit vid Kyrkviken och tittat på herrarnas passering efter 7 kilometer. Mats Erixon och Lars-Erik Nilsson fanns båda med långt fram, rapporterar Lasse.

Det dröjer ett slag innan de kommer. Vi tar fram termosen. Det ploppar riktigt hemtrevligt när regnet spår ut kaffet.

Déja-vu.

Favorit i repris.

Han leder med ett tjugotal meter.

Tommy Ekblom vann Lidingöloppet förra året.

Han har vunnit Finnkamper och sprungit internationella mästerskapsfinaler på hinder. Och nu leder han igen och springer lätt, finländaren.

Jarl Gaute Aase från Norge ligger tvåa.

Sakhtai från Tanzania som ligger trea är en lång kille som ser ut att frysa i regnet.

Mats Erixon tassar ganska lätt på fjärde, men kan han plocka en de femtio, sextio meter han har släppt?

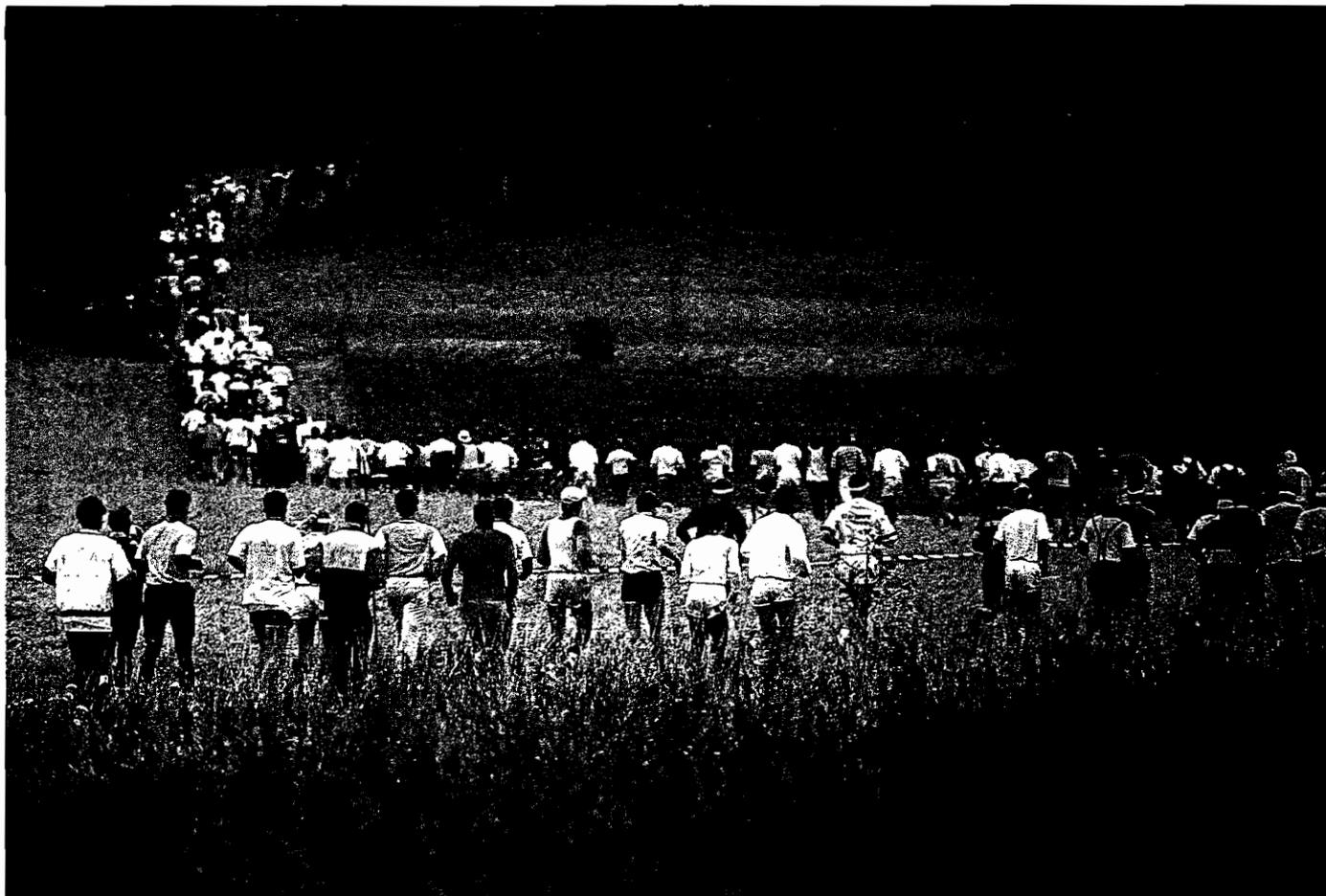
Det blir nog knappast svenskt i år heller, konstaterar vi.

Ett ansikte plötsligt, som verkar bekant... han hinner passera innan poletten trillar ner. Skidåkaren Christer Majbäck. Han ligger bra till efter två mil.

Jag hejar på Thomas Kajander, IFK Lidingö, men han verkar inte höra mig.

Inte Janne Svanlund heller.

Jag försökte hänga med honom ett varv runt "Olympic Park" i Söul. Det sprack.



Men det är svårt att sköta träningen under olympiska spel. Och Söuls värme och asfalt är fjärran från Lidingös backiga stigar.

Jag räknar på tiden och konstaterar att det blir svårt för Janne att klara sin "drömgräns" två timmar.

– Det blir 2.03, säger Lasse.

Det är inte klokt egentligen hur fort de bästa springer en mil.

Vi hinner inte stanna vid 20,5 km-passeringen längre för att inte missa täten på sista kilometern.

Vinden har fört med sig en svag högtalarröst från målgärdet in bland våra grannar.

Eklblom och Aase i sällskap ute på sista milen.

Det regnar mer nu. Ändå står det riktigt mycket folk här.

TV-sportens fotograf är öm i baken. Han skumpar förbi bakpå en fyrhjulig motorcykel och grimaserar när cykeln kör över en rot.

Alltså är täten nära.

Han kommer ensam.

I den fruktade "Abborrbacken" har Tommy Eklblom sprungit ifrån Jarl Gaute Aase.

Fortfarande med spänst i steget passerar Tommy. En mindre lyckad säsong får ett gott slut. Världen har inte sett det sista av Tommy Eklblom som långlöpare.

Det går fortare än förra året också. Trots regnet har banan hållit bra. Men underlaget är numera av sådan klass att det inte behöver bli några gyttjebad ens efter syndafloden.

Aase är inte så långt efter. Han ser närmast ut som en sydeuropé med sitt mörka hår och mustasch.

Mats Erixon blir fyra. Jag tror han vinner Lidingöloppet en dag. Andra- och fjärdeplatser har han så det räcker.

Majbäck har tappat på sista milen.

Bjarne Andersson är bara 200 meter bakom. Han rullar på huvudet och är trött.

Jag försöker hetsa honom med att Majbäck finns strax före men Bjarne visar inga tecken till att höra. Han är i dimman. Har väl gått ut hårt som vanligt.

Klockan har passerat två timmar med någon minut när Janne Svanlund kommer.

– Heja Svanis, ropar jag.

Han tittar upp och skakar på huvudet. Missnöjd. Det blir 2.03.

Regnet har tilltagit.

Vi överger dom många tusendena på Sticklinglandet. Middagen väntar.

Cissi har ett märke fastsatt på kragen.

Nästa år – då jäklar, står det.

Jacob Hård

Kodak Ektaprint Kopiatorer

VINNER I LÅNGA LOPPET!

Kodak Copy Products har lösningen för dina kopieringsbehov i både svart/vitt och färg.

0758-235 00

Copy Products



Table with 3 columns: Rank, Name, Time. Contains a list of participants and their results for the 30 km race.

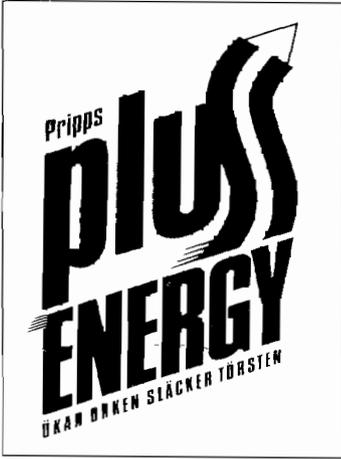
Table with 3 columns: Rank, Name, Time. Continuation of the race results.

Resultat klass 1-30 km i alfabetisk ordning

A

Table with 3 columns: Rank, Name, Time. Continuation of the race results, starting with the letter 'A'.

Table with 3 columns: Rank, Name, Time. Continuation of the race results.





I våras var det premiär för en helt ny tävlingsform i Sverige: Parlöpfung.

Drygt 2 000 var med och sprang en åttakilometersbana på Djurgården i Stockholm.

Nästa år är det dags igen. I maj avgörs den andra upplagan av Parloppet.

Idén är enkel: En manlig och en kvinnlig löpare tävlar tillsammans. Paret springer samma bana — men åt olika håll och möts alltså ute på banan.

Den sammanlagda tiden räknas.

Alla deltagare får Parloppets T-tröja.

Efter loppet är det picknick och underhållning i gröngräset.

Vill du veta mer om en av årets roligaste tävlingar så kan du beställa inbjudan via nedanstående talong. Inbjudan skickas ut i mars.

Arrangörer: Hässelby SK, IFK Lidingö och Spårvägens GoIF

SIF

Medarrangör: Svenska Industritjänstemannaförbundet

Jag beställer inbjudan till Parloppet.

NAMN

ADRESS

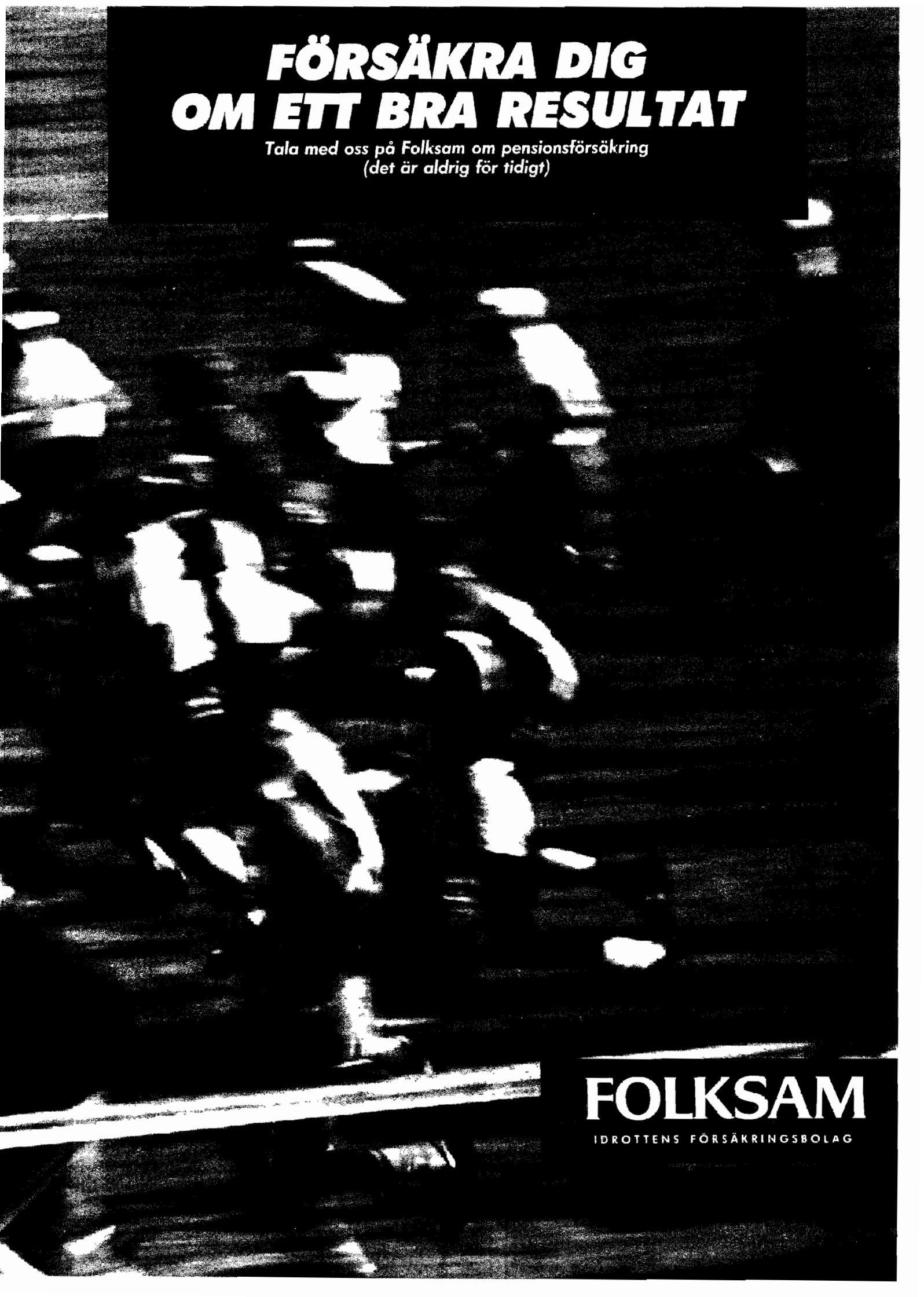
POSTADRESS

Talongen sändes till: PARLOPPET, Box 10023,
100 55 Stockholm. För information ring gärna 08-667 19 30.

Table with 4 columns: Rank, Name, Time, and Name. Lists race results for Lidingöloppet 1988, including names like Bandstein Robert, Berglund Ola, and Björk Tomas, along with their respective times and sponsors.

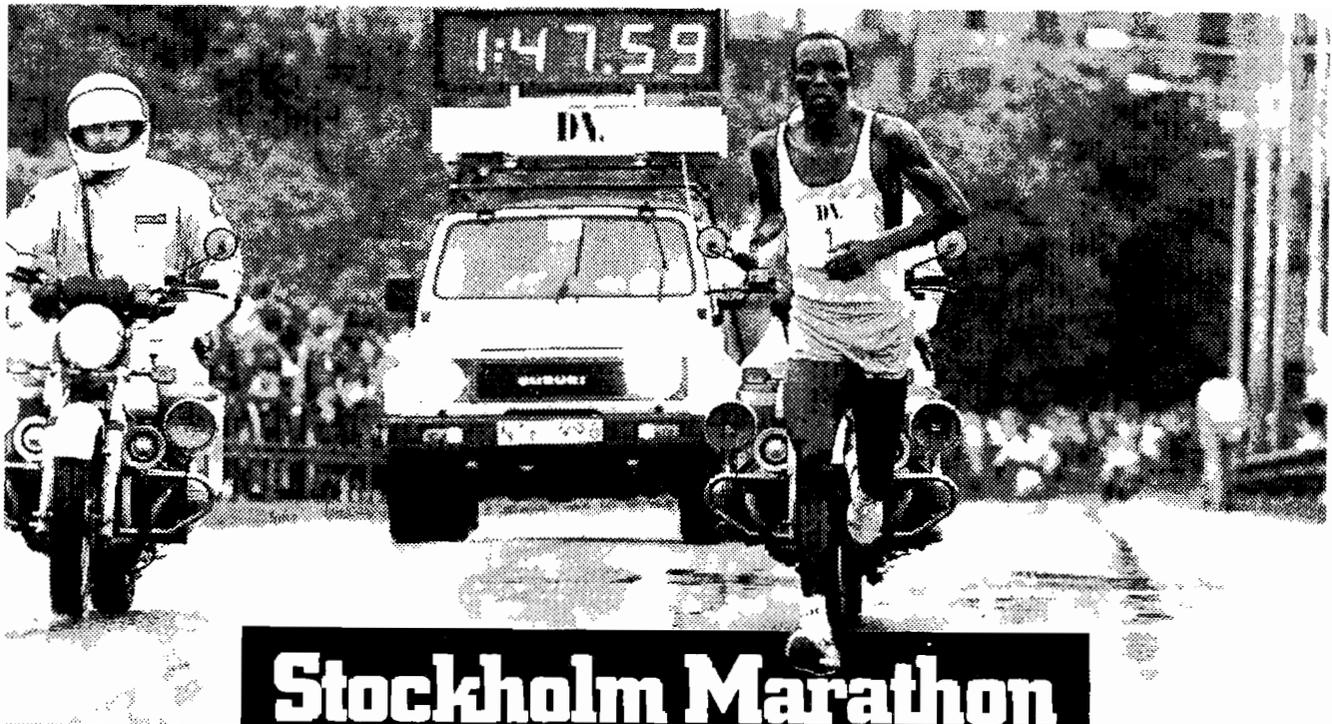
FÖRSÄKRA DIG OM ETT BRA RESULTAT

Tala med oss på Folksam om pensionsförsäkring
(det är aldrig för tidigt)



FOLKSAM

IDROTTENS FÖRSÄKRINGSBOLAG



Stockholm Marathon

Lördag 3 juni 1989



FOTO: JAN E CARLSSON

Stockholm Marathon är årets stora svenska löparfest. En tävling där femton tusen löpare tävlar inför täta åskådareled.

Ingen annan idrottstävling i Sverige lockar lika många åskådare och få är lika krävande.

Stockholm Marathon är helt enkelt årets kraftprov och årets folkfest inom svensk idrott.

Lördagen den 3 juni 1989 avgörs tävlingen för elfte gången.

Alla som vill vara med och springa två varv genom Stockholm på världens kanske vackraste marathonbana kan beställa inbjudan via kupongen.

P.S. Alla som var anmälda till årets lopp får inbjudan hemsänd i höst.



Till: Stockholm Marathon,
Box 10023, 100 55 Stockholm

Jag beställer _____ ex av inbjudan till Stockholm Marathon -89.

Namn _____

Adress _____

Postadress _____

BALISTO ÄR MIN CHOKLAD!

Jag har också gått över till Balisto.
Två härliga chokladbitar jag
alltid kan unna mig. Inte för
söta och med en fyllning som
jag verkligen gillar:
fräsigt CornMix eller Muesli
med russin.
Bara Balisto har allt det här.
Det är därför Balisto har blivit
min choklad!



BALISTO - DEN NATURLIGT GODA CHOKLADBITEN.

Table of race results for Lidingöloppet 1988, listing names, bib numbers, and finishing times across multiple columns.

Table listing names and numbers from 994 to 209.47, including names like Thoren Kenneth, Thoren Roland, Thoren Orjan, etc.

Table listing names and numbers from 210.45 to 2,09.47, including names like 1581 Tuikkaenen, 526 Tunkint Per G, 6508 Tuomi, etc.

Table listing names and numbers from 2,10.45 to 2,08.00, including names like 921 Vretström Håkan, 4665 Vuoremaa Matti, 3181 Väinö Mattias, etc.

Table listing names and numbers from 2,09.58 to 2,42.28, including names like 3381 Weimar Pär, 7095 Wehnert Claes, 3748 Wendahl, etc.

Table listing names and numbers from 2,32.36 to 3,05.20, including names like 2,32.36 Wehnert Claes, 3,08.17 Wendahl, etc.

W

U

V

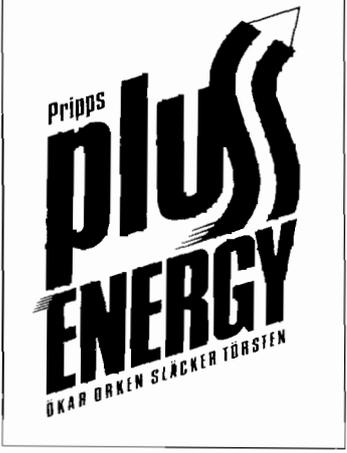


Table listing race results for Lidingöloppet 1988, showing names, ages, clubs, and finishing times. Entries include names like Wetterskog Roger, Wetzl Dieter, etc., and times such as 2:08.10, 2:40.59, etc.

Z

Table listing race results under the letter 'Z', including names like Zacharias Claude, Zackrisson Erik, and their respective finishing times.

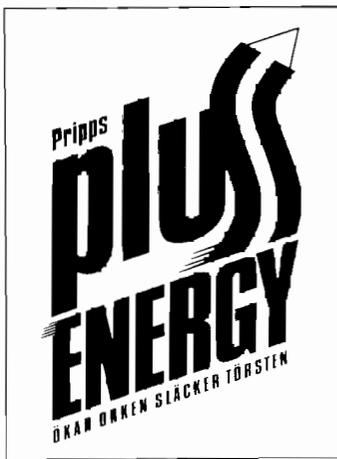
Å

Table listing race results under the letter 'Å', including names like åberg Anders, ångren Mats, and their respective finishing times.

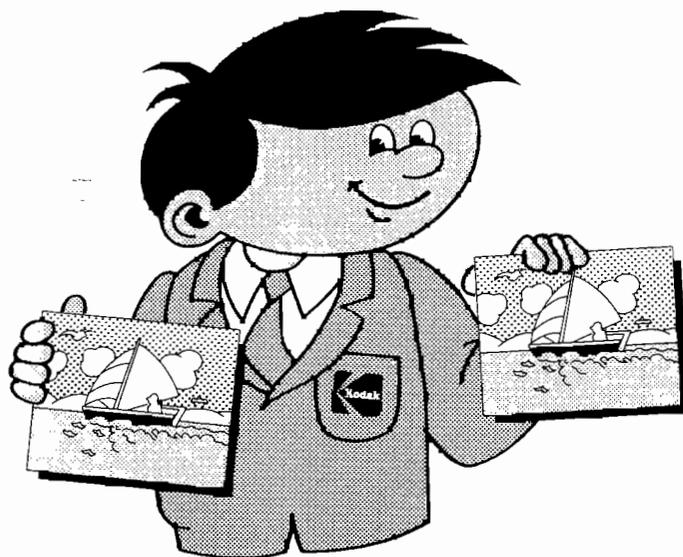
Table listing race results under the letter 'Ä', including names like Åje Håkan, Åjö Harry, and their respective finishing times.

Table listing race results under the letter 'Ö', including names like Öberg Bengt, Öberg Hans, and their respective finishing times.

Advertisement for London Marathon on Sunday April 23. Text: 'Upplöv LONDON MARATHON söndag 23 april. London Marathon håller ställningen som världens mest populära maratonlopp. En upplevelse för dig som är motionär eller elitlöpare. 1988 var det 29000 löpare anmälda till London Marathon, därav cirka 3000 utländska löpare. 1989 avgörs London Marathon den 23 april. Är du intresserad av Stockholm Marathons resa till London, skriv då till: Stockholm Marathon Box 10023, 100 55 Stockholm'.



SPECIALERBJUDANDE till alla Lidingölopare.



DUBBELT
så många bilder till
SAMMA PRIS

När du lämnar din negativa färgfilm för framkallning
och kopiering till oss så gör vi en extra bild av varje
UTAN EXTRA KOSTNAD

**VI BJUDER DIG DESSUTOM PÅ
1 ST FÖRSTORING 13 x 18 ELLER
20 x 25 AV BÄSTA BILDEN**

Värdecheck

Mot avlämnandet av denna kupong
BJUDER VI DIG PÅ EN 13x ELLER 20x - FÖRSTORING
I samband med framkallning och kopiering av 1 st negativ färgfilm

**CITY
BUTIKEN**

Kungsgatan 43. Konserthuset, Hötorget.

STAN'S NÄRMASTE RADIO-TV-VIDEO-STEREO OCH FOTO-BUTIK!

INLÖSES
FÖRE

15/12

1988



Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Fredberg Catharina, Fredholm Gunilla, Fredin Eva-marie, etc.

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Gunnarsson Helena, Gunnarsson Ilse, Gunnarsson Inger, etc.

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Happonen Mona, Harjamiäki Tellervo, Hariadisen Christina, etc.

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Holmberg Anna, Holmberg Anna-Carin, Holmberg Eivor, etc.

G

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include GARP Margareta, Gabrielson Annik, Gabrielson Ingegerd, etc.

H

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include HALVARSSON EVA, HANINGE 3298, HEDENSTRÖM TINA, etc.

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Heilman Ingrid, Hellqvist Karin, Hellstadius Maria, etc.

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Helander Maria, Helander Christina, Helander Maria, etc.

I

Table with 3 columns: Rank, Name, and Time. Entries include Idén Charlotte, Iggeström Ann-Christin, Ighheimer Berith, etc.

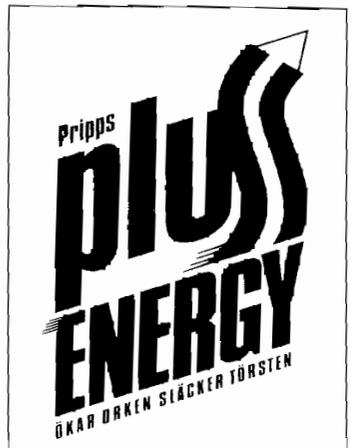
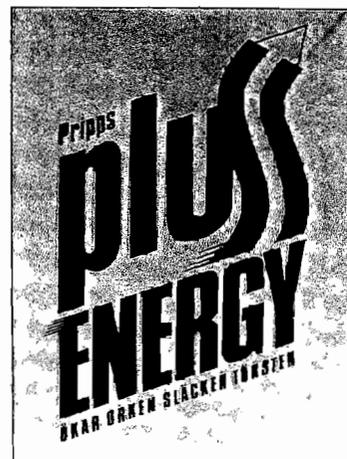
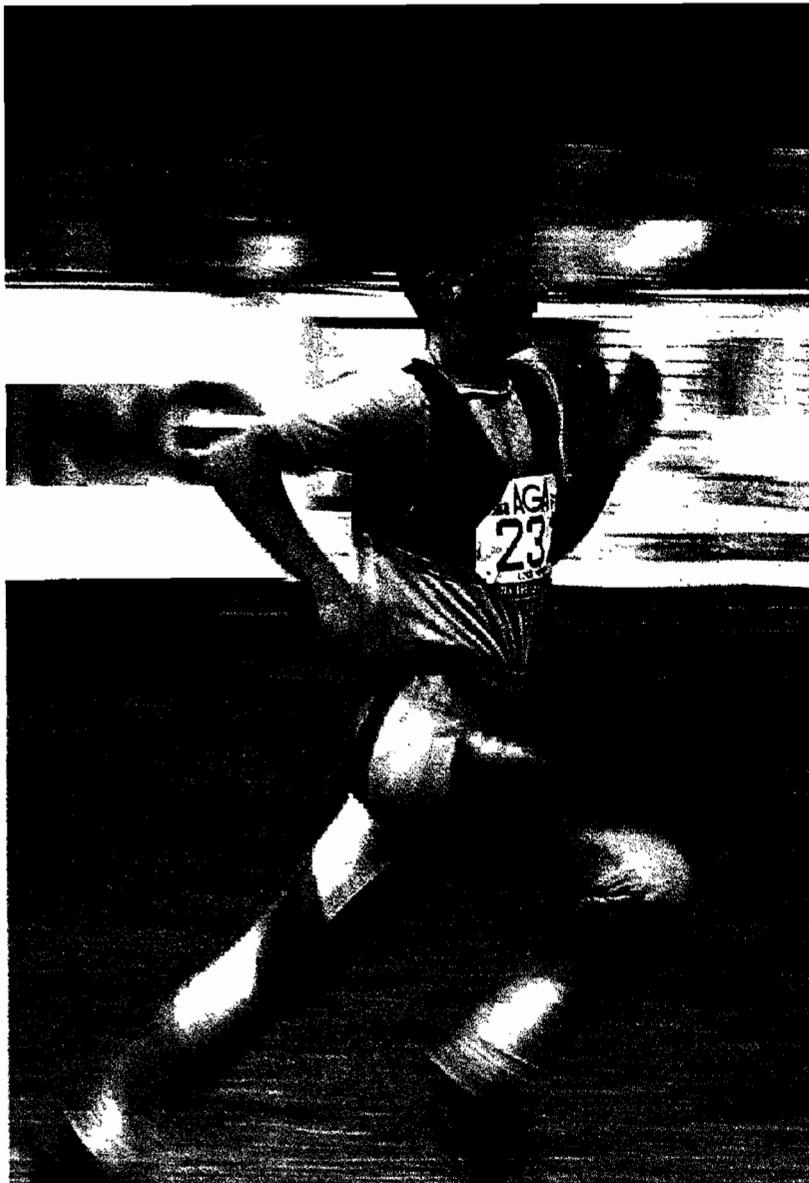


Table of race results for Lidingöloppet 1988. Columns include rank, name, age, sex, and time. The table is organized in three columns and continues to the bottom of the page.





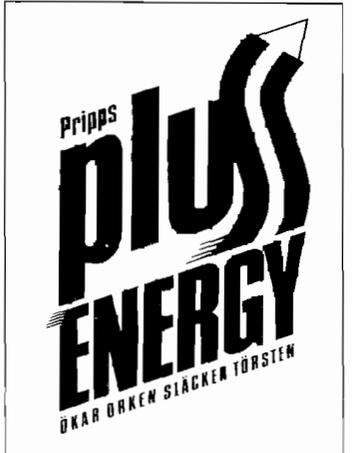
Loppen för alla åldrar och stilar





LIDINGÖ GÖLOPPET
LILLA LIDINGÖLOPPET
Lidingö
— Stafetten

Main table containing race results with columns for participant name, age, and time. Includes sub-sections for 'Q-R' and 'S'.



**Specialerbjudande till dig som sprungit Lidingöloppet:
En bok och en tidning om löpning för endast 98 kr!**

Här är ett intressant erbjudande till dig som är intresserad av löpning. Du får möjlighet att prenumerera på Sveriges äldsta löpartidning Jogging (ordinarie pris 115 kr) och samtidigt köpa boken Grete (ordinarie pris 98 kr) för endast 98 kr.

Jogging och Grete ges båda ut av Tjejmilen/Stockholm Marathon.

L Ö P A R T I D N I N G E N
JOGGING

GRETE
EN BOK OM LÖPNING

Jogging har varit Sveriges ledande löpartidning sedan starten 1979.

Tidningen har artiklar om allt från elit- till motionslöpning.

Bland medarbetarna märks Tjejmils-löparna Gunilla Hagberg och Suzanne Fredriksson. Trefaldiga Tjejmilen-vinnaren Evy Palm är krönikör och Ann Waldeborn från Tjejmilens tävlingsledning är redaktionssekreterare.

I Jogging kan du bl a läsa artiklar om: träning, kost, medicin, utrustning, löparmode m.m. Det finns också intervjuer med olika typer av löpare, reportage från tävlingar och mycket mer.

Jogging utkommer med fem nummer per år. Ordinarie prenumerationspris är 115 kr.

Den norska stjärnan Grete Waitz är världens mest framgångsrika kvinnliga långlöpare. Ingen har betytt lika mycket som hon när det gäller att få kvinnlig långlöpning accepterad i olika länder.

I sin bok GRETE — en bok om löpning delar Grete Waitz med sig av sina erfarenheter från 20 års träning och tävlande.

GRETE är en handbok för alla som är intresserade av löpning, allt från motionslöpning till elitträning. I boken ger Grete Waitz personliga tips till nybörjare, till fortsättningslöpare och till avancerade löpare. Hon skriver bl a om träningsmetodik, om kost och vila och om tävlingar. Hon ger också utförliga träningsråd.

Boken har 200 sidor.

Ordinarie pris är 98 kr.

Ja tack! Jag beställer Jogging och Grete för endast 98 kr, inklusive porto.

Namn: _____

Adress: _____

Postadress: _____

Plats
för
frimärke

Tjejmilen
Box 10023
100 55 Stockholm

Klass 1 30 km

1 Enhörna IF 8.35.27
 Lars Erik Nilsson Urban Hallberg
 Peter Brett Mikael Hill
 Jocke Ronsten

2 Kvarnsvedens GoIF 8.50.50
 3 IK Sisu 8.55.48
 4 Hammarby IF 8.57.21
 4 Newport Har, GBR 8.57.21
 6 IF Hagen 9.02.22
 7 Rydö ASK 9.04.50
 8 Linköpings OK 9.06.52
 9 Enhörna IF II 9.09.20
 10 IK Tiwaz 9.10.20
 11 Spårvägens GoIF 9.11.38
 12 Porvoon Urh, Finl 9.21.25
 12 Skellefteå AIK 9.21.25
 14 IFK Lidingö 9.22.46
 15 IFK Södertälje 9.30.32

Klass 5 Kvinnor 15 km

1 IF Kville 3.08.14
 Marie Larsson Annette Fischer
 Marie Nilsson

2 IF Spexarna 3.10.44
 3 IFK Sundsvall 3.13.34
 4 Mölndals AIK 3.14.50
 5 Stockvik 3.14.53
 6 IFK Lidingö 3.15.26
 7 IFK Sävsjö 3.16.58
 8 Turebergs IF 3.16.59
 9 Kvarnsvedens GoIF 3.17.40
 10 Enhörna IF 3.19.36

Lagtävlingar



Enhörna IF vann ännu en gång lagtävlingen på 30 km.

ARMÉN



Armén och Lidingöloppet

Armén stödjer varje år ett antal stora idrottsarrangemang, däribland Lidingöloppet. Idrotterna vi stöttar är alla på ett naturligt sätt knutna till verksamheten inom armén. Genom att vara med vid olika idrottsarrangemang vill vi visa arméns positiva inställning till idrott i olika former och samtidigt stimulera arméns anställda och värnpliktiga till ökad fysisk träning.

Samarbetet med Lidingöloppet sker främst genom tjänster och utlåning av materiel. Tjänsterna utför värnpliktiga inom ramen för den ordinarie utbildningen, exempelvis sköter de radiosambandet under loppet. Härigenom får de värnpliktiga en naturlig övningsuppgift. Armén ser det som positivt att kunna bistå idrottsarrangemang inom ramen för den ordinarie utbildningen.



Arméstabens informationsavdelning, 08/788 75 00

Malin och Morgan motsvarar förväntningarna

Det har gått exakt tio år sedan en svensk löpare vann någon av de två huvudklasserna i Lidingöloppet.

Lars Enqvist från värmländska Kil var den som tog senaste svenska segern, det hände 1978. Sedan dess har våra svenska långlöpare spelat andrahandsrollen i världens största terränglopp.

Hoppet står nu till talangerna Malin Ewerlöf, 16, och Morgan Tollofsen, 17, som båda klart vann sina junior-klasser. ■ ■ ■

Morgan Tollofsen från Dorotea förbättrade sitt eget banrekord i 18-åringarnas 10 kilometerslopp med tre sekunder till 32.26. En mycket bra tid med tanke på den krävande banan och de dåliga yttre förhållanden som rådde.

Malin Ewerlöf från Södertälje vann 20-åringarnas 10-kilometersklass med över en minuts marginal till norskan Christin Sörnum när hon sprang runt på 35.08. 31 sekunder över banrekordet som nämnda norska satte för två år sedan. Ifjol då vann den andra systern Sörnum, Majken, på 35.48, den gången fick Malin nöja sig med andra platsen på 37.02. I år kom Majken på 37.06.

– Skönt att jag fick revansch på de båda norskorna, tyckte den gängliga Södertäljejäntan efter sin fina uppvisning. Men jag är överraskad att det inte blev tuffare motstånd, fortsätter Malin som avgjorde loppet i ett tidigt skede. De båda norskorna hade ingen möjlighet att haänga med Ewerlöfs segertempo. Redan efter dryga tre kilometers löpning hade dom fått nog, Malin var sedan ensam i täten och efterhand ökades försprånget ut. I mål skiljde det 1.01 till Christin Sörnum. En stor marginal kan det tyckas men Malin Ewerlöf har utvecklats enormt som löpare denna säsong.

– Tyckte ändå inte att jag sprang så väldigt bra ändå, kommenterar Malin som fick den sedvanliga lagerkransen på målupploppet innan hon några minuter senare blev segerintervjuad av tävlingens speaker. En ganska vanlig händelse för Malin och den trogna Lidingölöpsspubliken.



Morgan Tollofsen och Malin Ewerlöf hyllas efter sina segrar i årets Lidingölopp.

Malin har varit i den sitsen många gånger i Lidingöloppet och Lilla Lidingöloppet. Hon är en av tävlingens mest framgångsrika löpare. Det här var hennes sjätte seger sedan 1981 och fler lär det bli?

– Vi får hoppas det. Jag tycker att det är stimulerande att springa här på Lidingö och i Lidingöloppet. Det är en tävling man gärna inte vill missa, tycker Malin som får bli vårt stora hopp om några år i damernas 15-kilometers klass, den som Grete Waitz vunnit tolv gånger. men det dröjer nog några år till ...

Morgan Tollofsen vann sin sjätte seger i Lidingöloppet/Lilla Lidingöloppet, den tredje raka i P18 klassen.

– Jag kände mig lite seg så här i slutet på säsongen, men jag får ändå vara nöjd med att jag sprang fortare i år än ifjol, tyckte den 17-årige västerbottenstalangen om sin insats.

Morgan har liksom Malin haft en fin säsong. Han har utvecklats mycket i år på löparbanorna.

Morgan behövde inte heller förta sig för att vinna. Han hade 1.02 i segermarginal till tvåan norrmannen Eiliv Gjesdal. Morgan lämnade sina konkurrenter bakom sig efter någon kilometer.

– Jag blev förvånad att ingen hängde med längre, tyckte inte att det gick så fort ändå, säger Morgan som kände sig lite stel i det kalla och blåsiga vädret.

– Det hade säkert gått fortare om det varit lite bättre förutsättningar, tror

Morgan som lovar att komma tillbaka till Lidingö flera gånger. Det får vi hoppas, om några år då skall engelsmän, norrmän och finländare få se på annat, då skall Morgan Tollofsen försvara de svenska färgerna i det stora Lidingöloppet. Han är ju vårt stora hopp.

I de övriga klasserna som avverkades under söndagförmiddagen blev det idel "nya" segrare.

Ritva Olsson från Fredrikshof vann damernas veteranklass på utmärkta 43.28. Bara 31 sekunder över Gun-Lis Kempes banrekord. Ritva var Lidingöloppets mest överlägsna segrare, hon hade 3.02 tillgode på nästa konkurrent, Birgitta Eklund från Högsbo AIK.

I klassen för män över 50 år fick favoriten och fjolårssegraren Thord Larsson från Väsby ge sig för Kuno Österlund, VIK, en stor överraskning, Österlund avverkade de 15 kilometrarna på 57.01, exakt en halv minut snabbare än Väsbylöparen som kom tvåa.

Den äldsta herrklassen, M60, vanns av Gunnar Lotsberg från Fredrikshof som hastade runt de tio kilometrarna på 40.45. Långt ifrån banrekordet som sattes förra året av "gamle" storlöparen Arnold Waide, men Lotsbergs tid är ändå en av de bästa som presterats. Hans segermarginal blev 51 sekunder till tvåan Georg Samuelsson från SK Ringen.

Bland 20-års juniorerna fick Norge sin andra seger under Lidingöloppet, Grete tog förstas den ena, genom John Hansen.

G Herbert Nordmark

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 229 Larsson Gunnar, 24, FK Snapphanarna 59.10, 230 Björklund Gösta, 24, Narväsens FK 59.17, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 43 Jonsson Inga Britta, 35, Vimmerby IF 55.30, 44 Gustavsson Ulla, 31, Granbergsdal 55.31, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 101 Andersson Gunnid, 33, U Nya Tidn 1 02 35, 102 Lindmark Margareta, 32, Sigtuna 1 02 37, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 159 Langstad Dagmar, 23, Folksamkamr. STH 1 09 09, 160 Andresson Ingrid, 18, RG IF Refteila 1 09 14, etc.



Ritva Olsson vann en överlägsen seger i damveteranklassen med en segermarginal på 3.02.

Klass 6 10 km Kvinnliga veteraner 50 år och äldre

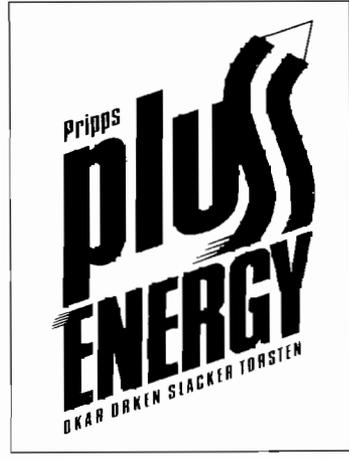
Rekord: 42.57 Gun-Lis Kempe, Fåkers IK, 1986

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 1 Olsson Ritva, 37, Fredrikshofs IF 43.28, 2 Eklund Birgitta, 38, Skeil AIK 46.30, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 55 Olsson Ingegerd, 37, Sandtrask 57.29, 56 Stannow Kristina, 35, Lidingö 57.31, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 113 Hellberg Rosemarie, 33, KI IF 1.03 45, 114 Ericsson Isa, 30, Kungsors SK 1.03 51, etc.

Table with 2 columns: Rank and Name. Includes entries like 171 Aggeborn Birgitta, 33, Östhammar Sk 1 11 38, 172 Ericsson Mary, 31, Hoks IF 1 13 09, etc.



Stefan Thomson mot Oskar Knutsson.

6000 meters terränglöpning kunde dock inte skilja de båda fjortonåringarna. Det blev till att dela segern.

Det har inte hänt tidigare i vare sig "stora" eller i Lilla Lidingöloppet att en seger har delats.

Den här gången var det emellertid inte mer än rätt.

Stefan Thomson och Oskar Knutsson brukar nämligen strida om segrarna. De känner varandra bra vid det här laget efter alla tävlingar hemma i Jämtland. Tidigare har Stefan oftast varit före, men i år har Oskar vunnit några gånger. Då är det väl inte mer än rätt att segern delades i det stora säsongsmålet, Lilla Lidingöloppet!

Stor dramatik i avslutningen och lopet som började så försiktigt!

– Det gick lugnt det första varvet, säger Oskar.

– ... i ett och halvt varv, tycker Stefan.

Sedan började hårdkörningen, sexmannaklubban sprängdes. Det var bara Bengt Eveby, den tredje jämten som kunde hänga på.

– I sista backen ryckte jag och då fick Eveby ge sig, berättar Stefan.

– In på upploppet sprang jag om och försökte sticka, men Stefan släppte aldrig. Det gick oerhört fort, redogör Oskar.

Lilla Lidingöloppet bjöd på den stora duellen.

Målet i Lilla Lidingöloppet är dock inte konstruerat för 100-metersuppställningar. Inget målfoto, inga måldomare och inga skilda banor.

Stefan vräkte sig före in i fällan – och verkade kanske att vara först i mål.

– Det såg kanske illa ut med armbågar och sånt, men det var inget illa ment från någon av oss, säger Oskar.

– Det är inget att säga något om att vi delade segern, jag vann ju ändå, tycker Stefan.

I mål blev det först lite "debacle" och protest innan beslutet att dela triumfen kom.

Lidingöloppets generalsekreterare Lasse Dahlstedt förklarar:

– Målfällorna är inte gjorda för spurtuppställningar. Det skall inte vara avgörande

vem som har fått rätt spår in i fällan, så därför tyckte vi att det var bättre att dela segern.

För Stefan Thomson var det en skön vinst. Han vann förra året, men har den här säsongen varit skadad och fått vila från träningen ett tag.

För Oskar Knutsson var det minst lika skönt. Han har oftast fått vara nummer 2 efter Stefan hemma i distriktet.

Det är väl bara en sak som grumlade den jämtländska lyckan. Bengt Eveby fick inte vara med och dela, han fick tredjeplatsen ensam.

– Ja, han hade gärna fått vara med och dela segern, säger Oskar. Vi har samma tränare, Håkan Svensson, och brukar träna ihop tre gånger i veckan.

LIDINGÖLOPPET — Världens största terränglopp

År	Totalt anmälda deltagare i Lidingöloppet, Lidingöstaffetten och Lilla Lidingöloppet	Antal fullföljande i de olika klasserna										
		Klass 1 30km	Klass 5 Kv-15km	Klass 2 M20 15km	Klass 3 M50-15km	Klass 4 M60 10km	Klass 6 K50-10km	Klass 7 K20-10km	Klass 24 M18-10km	Lilla Lidingöloppet Pojk	Lidingöloppet Flickor	Lidingöstaffetten
1965	644	512										
1966	1392	1169										
1967	1771	1373	30									
1968	1797	1332	35									
1969	1807	1293	60	130								
1970	2382	1478	71	150						280	120	
1971	2989	1800	75	170	114					245	105	
1972	3177	1952	98	234	147					209	82	
1973	4532	1901	139	289	174	10	26			333	86	
1974	5895	3752	138	302	226	15	39			428	168	
1975	6772	4092	156	301	252	14	78			553	228	
1976	8011	4887	190	327	255	18	92			452	171	
1977	9197	5594	345	334	302	22	110			593	217	
1978	11072	6299	446	354	357	28	115			929	354	
1979	13573	7183	683	446	371	30	140	74		1274	531	
1980	16508	8652	1025	603	339	47	170	117		1745	748	
1981	20200	9650	1565	699	423	46	193	154		2254	1360	
1982	24080	10810	2454	760	438	71	235	232		2285	1228	
1983	23764	9840	2527	743	475	69	242	213		2326	1153	
1984	24630	9596	2623	808	529	116	270	291		2677	1480	
1985	22758	8426	2761	716	540	127	278	301		2551	1523	
1986	24720	8592	3056	467	523	148	293	341	266	3203	1946	
1987	26932	8523	3381	388	575	306	159	292	382	3489	2207	
1988	29250	8367	3495	293	614	293	185	371	473	3687	2468	451 lag



Stefan och Oskar kämpar sida vid sida på upploppet i årets Lilla Lidingölopp.

Tre jämtar i toppen i klass 14 alltså. Dessutom tog länet tre klassegrar till. Mariana Handler, Ytterhogdal, vann flickor 8 år. Ingrid Sahlin, Ragunda, vann flickor 10 år. Mattias Svelander, Brunflo, spurtvann 9-årsklassen.

Jämtland har tradition med löpare som Gunder Hägg och Henry Kälarne och nya namn som Janne Persson. Är det inte märkligt ändå att lilla Jämtland kan få fram så många löpare?

– Vi sporrar varandra, säger Oskar Knutsson. Det kan vara en förklaring. Skall man vinna en vanlig distriktstävling gäller det att träna.

Men det är inte bara löpning. I Jämtland är det skidor på vintern.

– Fram till mitten av april är det mest skidor, säger Stefan.

– Det gäller att inte specialisera sig för tidigt, säger Oskar.

Klokt talat. Glädjande att höra för de forskare och läkare som slagit larm om för hård och ensidig träning vid unga år.

De flesta av de bästa i Lilla Lidingöloppet håller på med andra idrotter vid sidan av löpningen. Ta Åsa Ljungblad som ett exempel. Förra året ställde hon upp i Lilla Lidingöloppet för första gången – och vann. Först efter det har hon börjat träna.

Det är också fotboll, lite orientering, jämsides med löpningen för henne.

Det är dock inget tvivel om att Åsa är en jättetalang. 12 år gammal var hon faktiskt snabbare än alla 13-, 14-, och 15-åriga svenska tjejer. Bara de bästa äldre norskorna var bättre.

Eller vad sägs om 11.11 på 3000 meter hård terrängbana. Pappa Arne måste ha fullt sjå med att hänga med på träningsrundorna. Konkurrenterna gör det inte. 34 sekunder var segermarginalen i år. Fantastiskt!

Det var ändå rekordhård konkurrens i Lilla Lidingöloppet det här året. Tävlingen samlade totalt 7662 anmälda killar och tjejer, rekord med 461 st.

Störst av de 16 klasserna var pojkar 7-8 år. 665 fullföljande räknades in i mål.

– Det fantastiska med Lilla Lidingöloppet är att deltagarna är så trogna, säger tävlingsledaren Lasse Dahlstedt. Av dem som sprang uppskattar jag att cirka 90 procent sprang förra året.

Torbjörn Sköldefors

Table with two columns: Rank and Name. Lists runners from rank 141 to 261, including names like Pilö Heiena, Huss Katarina, Kedzo Marijana, etc.

Table with two columns: Rank and Name. Lists runners from rank 262 to 371, including names like Håkansson Beatrice, Söderström Jannike, Ritzén Johanna, etc.

Klass P11
1700 m

Rekord: 5.28 Tony Elias-
son, Svanabyns OK, 1988

Table with two columns: Rank and Name. Lists runners from rank 1 to 20, including names like Eliasson Tony, Nordström Mats, Karlsson Daniel, etc.



Nytt rekord! Tony Eliasson svara-
de för ett nytt klassrekord!

Table with two columns: Rank and Name. Lists runners from rank 21 to 183, including names like Ericsson Thomas, Lindroos Stefan, Jansson Märten, etc.

Table with two columns: Rank and Name. Lists runners from rank 184 to 262, including names like Persson Adam, Tollerup Peter, Martinsson Conrad, etc.

Lilla Lidingöloppet
30 september
1989

Klass P14

6000 m

Rekord: 19.57 Jesper

Kullström, Södertörn, 1987



Wilken fight! Oskar och Stefan fick dela på segern i P14 klassen.

Table of race results for Class P14 6000m, listing names and times for 57 participants.

Table of race results for Class F15 3000m, listing names and times for 81 participants.

Klass F15

3000 m

Rekord: 10.12 Malin

Ewerlöf, Södertälje IF, 1987



Siri Holtung usade att återvaxten efter Grete och Ingrid är säkrad.

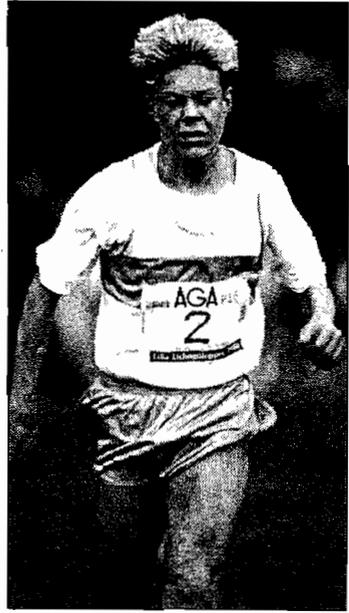
Advertisement for Pripps Plus Energy, featuring a large graphic of a person running and the text 'Pripps Plus ENERGY ÖKAR DIN SLÄCKER TÖRSTEN'.

82 Tirén Jenny, 73, OK Renen	13.44	122 Lithman Katarina, 73, Åkersb. SK	14.52	162 Johnsson Maria, 73, OK Måsen	17.13
83 Halldin Rebecca, 73, Alby	13.44	123 Westling Anette, 73, Ununge	14.56	163 Liljekvist-Lars Jenny, 73, S-berg	17.33
84 Ryden Veronica	13.45	124 Lindqvist Jessica, 73, OK Löftan	14.57	164 Kareliuson Susanne, 73, Gävle	18.08
85 Andersson Anna L, 73	13.45	125 Wahlqvist Louise, 73, IFK Norrköp	14.58	165 Feltsen Jessica, 73, Kungsängen	19.18
86 Westerholm Mikaela, 73, Ulriksdal	13.46	126 Berg Linda, 73, Tanums IF	15.00	166 Archer Deborah, 73	19.24
87 Ericsson Marja, 73, Österåker	13.52	127 Jansson Jessica, 73, Hällef. LK	15.01	167 Eskilsson Sofia, 73, Skövde	19.32
88 Törneling Ingela, 73, Tidah. skid	13.53	128 Hägg Johanna, 73, Norrköp. HK	15.02	168 Johansson Cecilia, 73, IFK Skövde	20.09
89 Nilsson Mia, 73, H-freds OK	13.53	129 Mogren Anna, 73, Kinne Vedum	15.03	169 Tängerstad Sofia, 73, VIK	20.12
90 Adolfsson Anna, 73, OK Nalle	13.55	130 Aimqvist Gunilla, 73	15.04	170 Hauil Tanja, 73, Huddinge	20.45
91 Warensjö Eva, 73, Bällinge IF	13.56	131 Lund Pia, 73, Nyköpings B/s	15.04		
92 Erlandsson Marie, 73, L/Svartorp	13.57	132 Ekstedt Cecilia, 73, Norsborg	15.05		
93 Lundqvist Malin, 73, Ragunda	13.58	133 Osterberg Cecilia, 73, Täby GF	15.06		
94 Carlsson Anna-Pia, 73, Bällinge IF	13.58	134 Richardsson Annelie, 73, OK Löftan	15.06		
95 Jansson Anna L., 73, Hällef. LK	13.59	135 Fingal Eleonor, 73, Värmdö FI	15.07		
96 Carlsson Agneta, 73, Redvägs SK	14.02	136 Smedman Maria, 73, Huddinge SK	15.08		
97 Berger Emma, 73, IFK Österåker	14.04	137 Morath Cecilia, 73, Handen	15.19		
98 Lenneman Anna, 73, Saatsjö Boo	14.06	138 Larsson Linda, 73, Täby	15.20		
99 Lundberg Stina, 73, Sundbybergs IK	14.07	139 Lindqvist Annika, 73, Farsta	15.23		
100 Lundberg Anna K., 73, S-berg	14.11	140 Karlsson Åsa, 73, H-fors LK	15.23		
101 Sundberg Anna, 73, BKL	14.11	141 Lundgren Emma, 73, Djursholm	15.24		
102 Sundell Maria, 73, Bollnäs SK	14.12	142 Kullander Jenny, 73, OK Alehof	15.25		
103 Rossback Petra, 73, Fors	14.13	143 Degselius Maria, 73, Ragunda	15.27		
104 Braun Jenny, 73, Össeby OK	14.15	144 Persson Pernilla, 73, IF Thor	15.32		
105 Polgren Anna, 73, Bromma	14.19	145 Jonsson Ragnvi, 73, Västahälsinge	15.36		
106 Laveskog Tove, 73, Huddinge	14.20	146 Eliasson Åsa, 73, IFK L-ö fotb.	15.37		
107 Larsson Maria, 73, Bollnäs SK	14.22	147 Tellstam Marie, 73, Täby	15.43		
108 Blomqvist Jeanette, 73, KSK	14.23	148 Larsson Eva, 73, IFK Lidingö	15.45		
109 Holvte Sara, 73, Upplands-Väsby	14.25	149 Caesar Christina, 73, Skuru Handboli	15.57		
110 Lundberg Susanne, 73, Vreta Aik	14.28	150 Larsson Jenny, 73, Roma IF	16.03		
111 Nilsson Ulrika, 73, Skidkamr	14.29	151 Rosander Jeanette, 73, Jakobsb. Golf	16.09		
112 Puolakanaho Minna, 73, Värmdö	14.31	152 Nodemar Marelen, 73, Lidingö	16.10		
113 Wahlgren Lena, 73, Hällef. LK	14.32	153 Sjöb Helena, 73, H-fors LK	16.20		
114 Gustafsson Linnéa, 73	14.33	154 Östling Marie, 73, V-haninge	16.21		
115 Johansen Anna, 73, Täby IS	14.39	155 Olsson Anna, 73, Ronneby OK	16.33		
116 Lindström Jenny, 73, Y-hogdal	14.41	156 Olsson Britt Marie, 73, V-haninge	16.35		
117 Kjellström Veronica, Mellösa	14.43	157 Strand Ulrika, 73	16.59		
118 Lindgren Camilla, 73, Mälardalens IK	14.44	158 Löfstuhagen Trude, 73, Sthlm	17.01		
119 Skagerström Sandra, 73, Vreta Somk	14.46	159 Blomqvist Jennie, 73, Sthlm	17.03		
120 Jansson Camilla, 73, Ununge IF	14.49	160 Olsson Christina, 73, Källängen	17.06		
121 Karlsson Annie, 73, Bob's gym	14.52	161 Taavola Jenny, 73	17.11		

Klass P15
6000 m
Rekord: 19.15 Magnus
Johansson, Linköp GIF, 1986

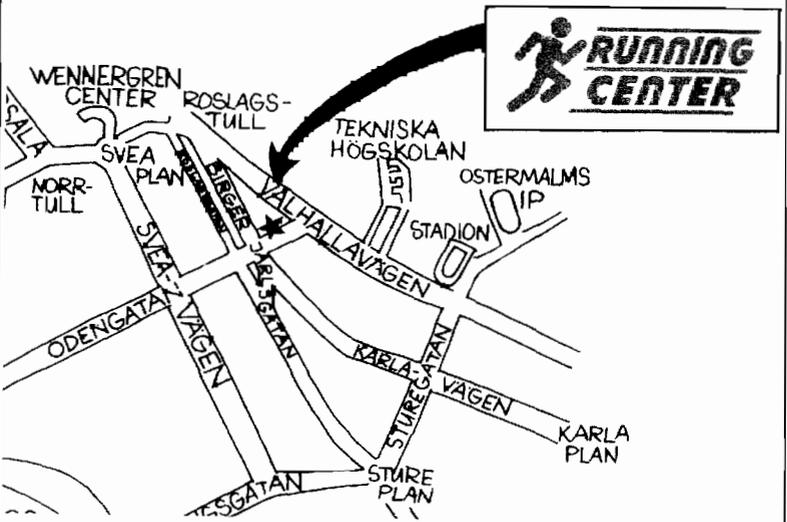
1 Fredriksson Mathias, 73, Mellerud	19.46
2 Henriksen Espen, Norge	20.14
3 Ekström Fredrik, 73, Vittjärvs IK	20.16
4 Runeson Kim, 73, Villstad GIF	20.20
5 Hellström Bill, 73, Norberg	20.25
6 Österberg Niklas, 73, Åkersberga SK	20.26
7 Persson Klas, 73, Kyrkhults SK	20.29
8 Johannesson Mattias, 73, SK Graal	20.42
9 Söderberg Robert, 73, Ermådalens SK	20.43
10 Virta Caj, 73, Finlandia	20.46
11 Zetterholm Gustav, 73, Högbo GIF	20.53
12 Fridén Magnus, 73, IFK Mora	20.56
13 Carlsson Lars, 73, Bollnäs FIK	20.59
14 Petersson Henrik, 73, SK Graal	21.07
15 Knutsson Thomas, 73, Spårreholms SK	21.09

forts på sid 76



Mathias Fredriksson från Mellerud vann P15 klassen på lördagen och slog på söndagen 15 årsrekord i juniorernas 10 km.

RUNNING CENTER
KATALOGEN 1988
ODENGATAN 12
 Nära Valhallavägen
 114 24 Stockholm Tel. 08-32 04 57



Klubb Sylvester
 Resa till Brasilien och Sylvesterloppet
 Avresa med flyg annandag-jul 26 december
KLUBB SYLVESTER
 Sjöbergsgården
 Roddargatan 8
 S-116 20 Stockholm
 Sverige 08-32 70 58
 Telefon: 08-44 69 97

1988

Vi har mötesstad
 klubbens medlemmar och sponsorer
 till KLUBB SYLVESTER

Lidingöstafetten

— succé direkt!

Av många idrottsliga upplevelser under 1988 kommer Lidingöstafetten att ha ett eget litet rum i minnet.

Anledningen?

Jo, jag upplevde den som den perfekta balansen mellan elitidrott och motionstävling. ■ ■

Där fanns dom som verkligen gick in för att springa fortast möjligt. Där fanns dom som tyckte att nio kilometer är alldeles för långt att springa. Fyra kilometer räckte gott och väl – och dessutom kan man ju faktiskt gå några hundra meter!

Tjocka och breda tävlade sida vid sida med tunna och smala. Långa sprang bredvid korta. Enda skillnaden var att dom långa och smala tog längre steg än dom korta och tjocka som däremot tog dom (stegen) oftare.

Klädseln skiljde sig också från det jag är "van" vid från idrottstävlingar. Visst fanns det några som – det syntes – tänkte på att klä sig snyggt och efter det rätta modet. Men påfallande många hade uppenbarligen tagit på sig de kläder som låg framme när de gick till Lidingöstafetten.

Hur kände ni er som sprang i badbyxor när ni stod och väntade på stafettpippen? Och ni som sprang i rosa kläder och scharlett eller hittat tröjor som det stod 1881 på (hu vad gamla), hur såg ni ut när leran hade satt sitt mönster på er?

Vi som bara stod vid sidan om och blev ansträngda av att se på er som sprang imponerades av den intensitet ni visade i spåret. Knaske blev ni inspirerade av de elitidrottsmän som fanns runt omkring er? Friidrottslandslagets Patrik Wallin, Örjan Hemström, Martin Enholm och Eric Josjö syntes i vimlet av löpare.

Ni var över 2000!

Starten av Lidingöstafetten tillhör också minnena. När nära nog 500 lag ger sig iväg skälver marken. När Dunderklumparna, Arcona 1,2,3,4, etc. väljer fram mot första kurvan tror ju ingen att det finns en möjlighet att tränga sig samman och samsas om det utrymme som finns.

Men det gick!

Samarbetsviljan var god och när "ormen" av löpare slingrade sig in i skogen



Starten för den första Lidingöstafetten har just gått och löparna är på väg ut på sin runda på Lidingöstigarna.

bakom Grönsta gärde dallrade hela Lidingö av vällust över att så många hade hörsammat kallelsen till den första Lidingöstafetten.

Elitdelen av loppet togs redan från början hand om av Gerisale AB och Trycksakskonsult AB. Lite överraskande var det Johan Marmolin, Gerisale AB, som vann första sträckan före 3000 m hinder specialisten Patrik Wallin från Trycksakskonsult.

Gerisale AB drygade ut avståndet sakta men säkert och var i mål halvminuten före Trycksakskonsult.

Visst var tävlingsdelen i Lidingöstafetten imponerande, men jag måste också tillstå att jag blev oerhört överraskad

över hur mycket arbete som ligger bakom ett arrangemang av den här arten.

Hur många tänker på att det krävs organisation och arbete för att alla ska få sin matbox, dricka, T-tröja och kaffe efter målgången. Att alla får en nummerlapp. Att banan är snitslad. Att högtalaranläggningen är på plats – och fungerar. Att startfällan rymmer alla lag. Att det finns funktionärer i målfällan som räknar in alla lag och att resultatlistan blir klar i tid.

Det finns massor som måste klaffa, något som verkar självklart när allt fungerar, och det gjorde det också.

Lidingöstafetten är – kort sagt – ett imponerande evenemang!

Lasse Kinch

STAFETT UTMANINGARNA

Förutom tävlingen om att bli bästa lag i Lidingöstafetten totalt så fanns det några "utmanar-klasser" och segrarna i dessa blev:

IBM-utmaningen för dataföretag:
Upper Case

Lidingö Kommun-utmaningen för förvaltningar o ideella föreningar:
Dunderklumparna

ICEL-utmaningen för industri och handel:
Gerisale AB

Lidingölopps-utmaningen för "kompis-gäng":
Lidingö Skidåkare

Arcona-utmaningen för bygg och transportbranschen:
Arcona lag 1

Nya Sparbanken-utmaningen för bank, finans och konsultföretag:
Trycksakskonsult

CRAFT-utmaningen för sport-grossistföretag:
Gerisale AB

FORMTOPPNINGS- SEMINARIUM INFÖR LIDINGÖLOPPET

Den 10 september arrangerade Lidingöloppet och Bosön ett "Formtoppningsseminarium" för att hjälpa Lidingöloppslöpare till en bra prestation vid Lidingöloppet en månad senare.

Dagen inleddes med ett förmiddagspass, där deltagarna fick lära sig löpteknik både teoretiskt och praktiskt. Instruktorer var Lennart Nilsson, friidrottstränare för IFK Lidingö, Ylva Bergström, Bosöelev och medeldistanslöpare, samt Suleiman Nyambui från Tanzania, Lidingöloppsvinnare 86 och Stockholm Marathon segrare 88.

Efter löpteknikpasset fick deltagarna själva pröva på sin löpteknik ute på Lidingöloppsbanan. Arrangörerna bjöd på busstransport till några startpunkter utefter banan, löparna fick givetvis också vätskeservice.

Under lunchen kunde deltagarna få personliga råd beträffande valet av träningskor och träningskläder. Martin Enholm, SM-etta på 800 m, som jobbar för SUB 4 och Saucony visade det senaste ur sortimentet. Ett mycket uppskattat inslag.

Klaus Lindqvist, Bosölärare talade sen om "Psyisk formtoppning" och hur man ska träna sista månaden inför Lidingöloppet. Han talade också om hur anspänningsnivån påverkas av avslappningsträning, och hur sociala faktorer som familj, jobb och vänner påverkar idrottsprestationer.

Dagen avslutades med att Janne Carlstedt, även han idrottslärare på Bosön, tog upp ämnen inom träningsläran som konditionsträning, rörlighetsträning och näringslära. Det var ämnen som verkligen intresserade deltagarna. Janne Carlstedt fick många intressanta frågor under seminariets avslutande del.

Det blev åter ett lyckat seminarium och vi hoppas att deltagarna haft nytta av kunskaperna från formtoppningsseminariet under de sista träningsveckorna före Lidingöloppet.

Ulf Lindberg, Bosöns IFHS

Nyhet

compeed®

Du kan fortsätta även med krävande aktiviteter

— de professionellas hemliga vapen
mot skavsår och blåsor.

compeed hud- och sårskydd är en ny produkt, som kan användas både förebyggande och när blåsa eller sår redan uppstått.

compeed säljs i fackhandeln och på apotek.

Generalagent

**arna roos
sport ab**

Tel 08/98 82 75. 026/10 01 10

JULKLAPPSTIPS!



Gör som Grete Waitz,
skaffa en Lidingö-
loppströja för att visa
att du också sprang
Lidingöloppet 1988.

Efterfrågan på Lidingöllopsartiklarna var stor under loppet så vissa storlekar och modeller tog slut. Vi har nu kompletterat vissa artiklar i vårt lager så att alla kan skaffa en Lidingöloppströja, modell 1988.

Skicka in din beställning redan idag!

LIDINGÖLOPPETS T-TRÖJA

T-tröja i 100% bomull. Vit eller lila med matchande tryck.

Art nr 201 Lila med lila, grått och rött tryck (10-12 år är slut)

Art nr 202 Vit med lila, grönt och rött tryck

Storlekar: 2-4 år, 6-8 år, 10-12 år, 14-16 år,

Small, Medium, Large, X-large

70,-

LIDINGÖLOPPETS COLLEGETRÖJA

Collegetröja i 65% bomull/35%polyester - kvalitet. Vit eller lila med matchande tryck.

Art nr 203 Lila med lila, grått och rött tryck (small o medium slut)

Art nr 204 Vit med lila, grönt och rött tryck

Storlekar: Small, Medium, Large, X-large

120,-

LIDINGÖLOPPETS LÅNGÄRMS-T-TRÖJA

Långärmad T-tröja i 100 % bomull. Vit eller lila med matchande tryck.

Art nr 205 Lila med lila, grått och rött tryck (medium o x-large är slut)

Art nr 206 Vit med lila, grönt och rött tryck

(medium o large är slut)

Storlekar: Small, Medium, Large, X-large

90,-

LIDINGÖLOPPETS PANNBAND

Mjukt pannband i vit frotte. Lidingöloppet broderat i lila.

Art nr 209.

15,-

Enklast beställer du genom att betala in köpesumman plus postavgift 25,-/beställning på postgiro nr 63 83 93 - 9, Lidingöloppet. Glöm inte att ange artikelnummer och storlek på inbetalningskortet. Beställning måste göras före 31 /12 1988..

MASSBREV

Avs: Lidingöloppet
Box 1119
181 22 Lidingö

A G A S K A P A R N Y A M Ö J L I G H E T E R

Av alla som ställer upp i årets Lidingölopp är det några få som blir uppmärksammade: segraren naturligtvis, kanske någon mer. Sen är det tyst i tidningar och i TV, lika tyst som under alla de träningsstimmar som döljer sig bakom en resultatlista från Lidingöloppet.

AGA

Likadant är det i vår vardag på AGA – trots att vi är ett av de stora industrigasbolagen i världen, med egna fabriker i ett 20-tal länder i Europa, Nord- och Sydamerika.

Vad stort sker

1912 fick AGAs grundare Gustaf Dalén Nobelpriset i fysik för sin epokgörande utveckling av gastekniken. Det gav rubriker.

AGA

1987 fick två forskare hos IBM i Zürich Nobelpriset för att de åstadkommit supraledning, dvs elektrisk överföring utan energiförlust, vid en temperatur som går att skapa med flytande nitrogen, som är minus 196 grader.

Flytande nitrogen är en av våra stora produkter.

AGA

Allt som hänt däremellan för tanken till rubriken på den här annonsen (som vi ärvt av Erik Gustaf Geijer, som använde den i "Odalbonden" redan 1811).

AGA

Ta t ex vår förmåga att med små doser koldioxid öka skörden av tomater i ett växthus med 30 procent.

AGA

Eller ta vår teknik att bleka pappersmassa med syrgas i stället för med klor.

Skillnaden syns inte på slutprodukten, men väl nedströms massafabriken.

I processindustrin används ett system vi utvecklat för att slippa explosioner vid hantering av brandfarliga ämnen.

AGA

Har du hört talas om skyddsgaserna som gör att svetsare slipper huvudvärk, hosta och sjukfrånvaro, samtidigt som produktionen ökar?

Det är vi som utvecklat dem.

AGA

Med vårt system för skärning med acetylenlåga i grov järnplåt kan våra kunder öka bearbetningshastigheten 20–30 procent.

AGA

Med små mängder syrgas skapar vi effektivare och billigare uppvärmning i stora, energislukande processindustrier.

AGA

I glasbruk ökar vi produktionshastigheten med hjälp av nedkyld kvävgas.

AGA

Visste du att mer än hälften av all mat som fryses in industriellt i västvärlden passerar genom utrustning som det står AGA Frigoscandia på?

det sker tyst.

Den här listan kan göras hur lång som helst med exempel på vår affärsidé: att med avancerat gaskunnande ge våra 500.000 kunder runt om i världen ökad konkurrenskraft.

The logo consists of the letters 'AGA' in a bold, sans-serif font. The 'A' is significantly larger than the 'G' and 'A' that follow it. The letters are black and set against a white background.

Det är resultatet som räknas.