

Kolstybben 1959

Här kommer Kolstybben igen efter ett alltför långt uppehåll, men den som väntar på något gott väntar aldrig för länge. Det är det där med tiden som vanligt, den besvärliga tiden, att denna alltid skall överskugga allt. Vi drömmer om den dag då allt kan gå någorlunda normalt, jäktet minskas ned till den trivsamma takt och man hinner göra allt som vill ha gjort. Enda gången då tiden skall forceras till kortaste möjliga är på tävlingsbanan, där skall vara den bästa tänkbara och en del verkar faktiskt ha sett till detta bra i år. Fortsätt med det.

Undertecknad som av olika anledningar inte kunnat vara så mycket med som jag önskat, men en vill på det varmaste gratulera alla till den fart som det blivit i sektionen i vår. Alla har ju dragit sitt strå till stacken och det har gjort att resultaten som vi visste fanns nu börjar visa sig. Och kära ni låt den fortsätta vi är på rätt väg igen och nu skall vi inte släppa taget, tänk på det allesammans. Den träningsvilja och kamplust som visat sitta i hofvarhjärtarna har äntligen fått visa sitt rätta jag, vi visste att den fanns med det har varit en lång och svår väg att få fram det. Men nu, som sagt, sitter det tydligen där till allmänt beskådande. Ingen tror jag är gladare än jag, tänk vad tiden ändå går fort, det var 1949, 10 år sedan i år, som den senaste och större uppräckningen gjordes, det har nog varit litet små då och då, men det har liksom aldrig orkat fram riktigt. Men i år slog det ut och nu skall vi slå ordentlig vakt om det och inte släppa taget igen. Vi har förutsättningar nu. Vi har mest unga äregiriga grabbar som vill något och det är en grund som man kan bygga på. Det märktes speciellt i Dagbladsstafetten där vi vann på en tid 20 sek. bättre än förra årets segrar tid och endast 10 sek. från rekordet, vilket vi hur lätt som helst hade slagit om någon bara tänt på det. Vi kunde där också för första gången på hur långt som helst man minns ställa upp med vårt bästa lag. I friidrottsserien har hittills 4 matcher avverkats och 3 vunna och 1 knappt förlorad med två poäng, och hade inte behövts det heller om vi haft bara en man av de 3-4 bättre som saknades. Det visar på sitt sätt en styrka att med flera s.k. reserver göra jämt med lagen i serien. Träning, träning och åter träning är det allena saliggörande och kommer alltid att bli det. Flera kommer här i sina artiklar att beröra saken, men den kan aldrig nog betonas. Tiden går fort och snart är det jubileum igen och får vi byta ut 5:an mot en 6:a och skriva 60 år. En avsevärd ålder allrahelst som vi vid flera tillfällen i "modern tid" varit dödsdömda och sagts att vi nog kommer att upphöra med friidrott. Vi har kommit spådomarna på skam och det är en härlig känsla och i år är det väl bevisat att vi som katten har minst nio liv. Vi bör till dess ha stabiliserat oss än mer och 1961 har blivit så starka, att vi på allvar böjar räknas igen. Vi håller väl liksom på att sätta grunden nu och det blir lagom att 1961 sätta huset i denna. Lite sjutusandjåkla humör i stil med Janne Mobergs och flera andra så bör det gå fint. Janne är speciell sak med som vi återkommer till litet längre fram i bladet. Vi lovar alla varandra, att hjälpas åt för det är dock till syvende och sist, friidrotten som märkas i Hofvet. *Lennart Håkansson*

Familjenytt

En stor och präktig hofvare har sett dagens ljus. Om ärftliga anlag finnes bör det bli en fin medeldistansare om ca. 17-20 år. Stockholm 11 juli 1959. Anna-Greta & Kurt Ohlsson. Vi gratulera och saluterar och önskar godfortsättning. Red.

(Kommentar: Mats Ohlsson blev namnet och var med och sprang 400-1500m i hofvet i slutet av 70- och början av 80-talet; Tommie Nordh 2006-06-24).

Träningsaktuellt

Efter segern i landskampen mot Italien säger Dan Waern så här: Året-runt-träning med dagsportioner efter känsla och behag. Tränar efter "upprepningsystemet" som består av: *högt tempo, relativt lång återhämtning mellan loppet och få upprepningar*. Klart att jag tränar året runt varje dag, men kör inte efter något bestämt schema utan jag bestämmer dagsportionerna efter känsla och behag. 60-70% av min prestationsförmåga *maximum* har däremot alltid i kroppen. På denna grund bygger jag upp formen. Polackerna arbetar efter samma system. Har sedan ett personligt träningsystem..... NÅN GÅNG BLIR DET MELLAN 2-3 MIL.

"Intervallsystemet" som Källevågh bl.a. tränar efter består av: relativt lågt tempo, kort återhämtning mellan loppet och ganska många lopp. När nu Dan säger att han tränar med dagsportioner efter känsla och behag så skall ingen tro, att han är ute och lunkar om han inte känner sig så bra. Utan han säger också att han minst kör 60-70% av sitt maximum. Lägg det på minnet. Den sortens träning att lägga av om det börjar kännas lite marigt, kan du spola totalt, det är ingen träning alls. L.

Huvudstyrelsens ordförande Sture Berggren har ordet

Hofvare

Oavsett vilken sektion som står vårt hjärta närmast gläds vi alla inom Fredrikshof över alla hofvarframgångar. Men jag tror att man kan säga, att framgångar för våra friidrottare väcker största glädjen, inom föreningen *som helhet*. Den hedersamma insatsen i Stadslöpningen och segern i 16-manna i Dagbladet var därför dubbelt värdefulla, många klubbmärken putsades upp i synnerhet efter Dagbladet. Vi vet att sen dess nya medlemmar har fortsatt att anteckna sig och att några redan ryckt in i klubbmatcher eller gjort goda insatser i andra sammanhang. Till sektionsstyrelsens medlemmar vill jag bara säga: När medvinden blåser då skall alla klutar sättas till. Att styrelsen gör sitt yttersta är självfallet, men det ankommer också på de enskilda medlemmarna att hjälpa till. Det kan du göra på olika sätt, först och främst genom att sköta träningen föredömligt och driva på andra, genom att aldrig missa en chans att skaffa nya medlemmar, antingen aktiva eller stödjande medlemmar. Du bör också vänta på att något skall bli gjort. Tänk på att du underlättar arbetet om du själv håller kontakt med styrelsen. En ordförande eller en sekreterare kanske har ett 10-tal samtal att ringa en kväll: du blir populär om du själv slår en signal och spar din ledares tid och telefonavgifter. Även ekonomiskt kan du hjälpa till, så att pengarna hinner ärgas en smula i kassan innan de rullar ut igen. Den blygsamma medlemsavgiften betalar du

punktligt och utan anfordran och i samband med tävlingar och träffar, då gör du utan tvivel ditt bästa för att hålla kostnaderna nere. Genom att visa intresse för att infinna dig vid olika arrangemang i sektionens regi bidrar du med sammanhållningen och trevnaden. Vi i huvudstyrelsen är väl medvetna om att ekonomin inte är det minsta av sektionens bekymmer. Trots allt har emellertid en hel del gamla konton reglerats under det senaste året och Palmgren kan börja känna fast mark under fötterna och snart till och med ta ett litet steg tillbaka från ruinens brant får vi hoppas. Han kan trösta sig med att björnarna krasar på dörren också hos andra sektioner. Det gemensamma lotteriet nu i höst bör ge en slant och huvudstyrelsen kommer att göra vad den kan för att utverka ytterliggare anslag som kan fördelas mellan sektionerna innan nästa vårsäsong börjar. En vädjan om en "extra medlemsavgift" från friidrottens ständiga medlemmar (avgiftsbefriade) skulle huvudstyrelsen tycka vore alldeles i sin ordning med tanke på den lovande utvecklingen inom sektionen just nu. Hela Fredrikshof önskar friidrotten lycka till i höstens arbete. Glöm inte bort ungdomsavdelningen och sikta på ännu större slagkraft vårsäsongen 1960. Innan vi hinner blinka är det dags att planera jubileumsåret 1961. Ett ord till slut: jag vet att alla aktiva utan undantag skulle ha både tid och ord att träna 50% mera. Ta en vecka i taget får du se. *Hofvarhälsningar Sture Berggren.*

Ja, träningen ja, apropå Stures och här ovan. En kämpe av renaste vatten säger, nej ryter ut följande:

"TRÄNA TEMPO" dundrar Affe Pettersson, han har gjort IFK Hälsingborgs dagbladslag på 3 år. Han säger vidare, detta är efter Dagbladet i år.

Här kommer vi upp från Hälsingborg med 20 tränade löpare, ja, vi har inte fler, för jag räknar bara dem som tränar och kör 5 dagar i veckan. Allt annat är ju bara på låtsas, och det räcker, för att vi skall konkurrera med storklubbar här uppe. Det är ju rent löjligt, dundrade Affe P. och undrade vad det var för några 100 aktiva, som Studenterna sade sig ha i träning. Det är väl såna som råkar gå ned en eller två dagar i veckan och det har man mage att kalla träning. Nej, så ynkligt ställt är det väl inte med materialet, utan det är bara skryt från klubbledningens sida. Konstigt att man kan gå på 't.....

Man skall i stället tala om för både aktiva och ledare vad träning är för något, så att dom inte kommer och berättar såna här sagor.....det är ju löjligt och det kan aldrig bli nån kvalité på svensk löpning, förrän man på alla håll FÖRSTÅR VAD SKAPANDE TRÄNING är för någonting..... predikade kämpen Affe, som ju har rätt i vart enda ord. Det var ju ord och inga visor som han kom med. Men som sagt vad rätt han har. Våra grabbar har, tror jag, fått upp ögonen även de vad träning är, och mer måste de få, det syns i år, för träningen under vintern har varit bra. Det märks att det fanns mer hårdhet nu än tidigare. Men ännu mer måste det bli och det skall det också, eller hur grabbar? Alla har mål märkt skillnaden. Är ni lika träningsvilliga som tidigare så blir det stora resultat till nästa säsong, man har alltid igen hårdträningen säsongen efter. Och så en annan sak lär er köra distansen ut, lägg inte av även om Du är långt före eller litet efter. SPURTA OCH KÖR FÖR FULLT ÄNDA IN I MÅL ALLTID. Jag vet inget värre än de som lägger av på sista metrarna, så gör inga utlänningar, men så är de också fina när det gäller. Satsa hårt, var

inte rädd, du spricker kanske ett flertal gånger, men alltid, alltid kommer du några meter längre på distansen för varje gång, och till slut håller du tempot ända in i mål. Och du skall känna vilken härlig lycklig känsla då och så tiden som då är mycket fin.

I år har vi kunnat läsa rubriker av följande slag, vid olika tillfällen:

Fredrikshof pånyttfödd, suverän 16-mannaseger, Bravo Fredrikshof, Fredrikshof kommer igen, Hofvet vaknar m.fl.

Rubriker, som gläder ett gammalt hofvarhjärta och kommer det att slå några extra slag. Vad är det nu som gjort allt detta frågar vi Kurt Ohlsson, som är en av männen bakom framgångarna och en stor pådrivare. Han har basat för konditionsträningen i vinter också. Jo, redan i höstas kom grabbarna överens om att träna ordentligt, och just ordentligt och inte bara springa och hatta och tro att och inte komma in knappt varma som i många fall tidigare. Här skulle bli andra takter och det har ju delvis lyckats som det ser ut. De som tagit detta på allvar och har också visat och upplevt att det blir resultat bara man anstränger sig litet extra. Litet utöver det vanliga ibland. Ni skall ha tack alla som följt vår överenskommelse, men är det inte roligt nu efteråt åt framgångarna och de är väl inte slut ännu hoppas vi, det återstår en del kvar av säsongen än och inte så lite. Så skall det låta och vi hoppas bara att det inte var en tillfällighet utan att den nya given nu skall fullföljas på alla håll. *Red.*

Arg idag!

Vid DM-stafetterna kunde vårt lag på 4x400m inte ställa upp. Varför tror ni? Jo, nu skall ni få höra. Mycket skall man höra innan vissa organ trillar av sägs det, i detta fall öronen. En av grabbarna hade beställt middag kl. 19.15 i den tron att tävlingen gick 18.30, men nu gick den ej förrän efter 19.00. Varför han inte kunde ställa upp utan måste åka iväg igen. Här var det väl bra nära i alla fall att öronen hade åkt med. Sitter dom kvar?

Käre middagsätare detta visar brist på en sjuvärdes dålig omdömesförmåga, för att tala vänligt. Så gör man inte, inte mot sina lagkamrater, inte mot sin förening. Men vi får väl hoppas, att det var en tillfällig sinnesförvirring i denna solheta sommar, som ej kommer att upprepas. Tänk bara efter lite, lite, grand (det har du kanske redan gjort, det är bra isåfall). Skäms du då inte litet? En som låtit middagen vänta 1 och 2 timmar.

Se Hit! STOR KAMPANJ FÖR MEDLEMSANSKAFFING

Vi skall nu sätta full fart på att inskaffa sektionen flera medlemmar. Vi äro alldeles för få. Det fattas ledare också så det behövs inte bara aktiva pojkar och flickor tänk på det. För att intresse finns nu visar det på, att det händer att pappor ringer upp och frågar om föreningen och kanske vill skriva in sina telningar hos oss och detta har hänt inte bara i vår sektion utan även i andra. Även flickor finns det många intresserade tänk på det, det är inte bara pojkar som vill idrotta. Så låt oss sätta till alla klutar för att få in mera medlemmar i sektionen. Och förstås, det behövs väl inte sägas att om det är nån som Du

vet istället vill cykla, gå, skida eller orientera eller vad som helst, så skicka det till våra andra sektioner. /L.

Mod och åter mod är vad jag tillönskar Sveriges ungdom

Med att vara sig själv. Mod att säga vad man finner vara sant, även om detta är inopportunt – ja, till och med om det skulle gå emot "kamraternas" mening och intressen. Mod att på någon punkt ge motståndaren rätt – käckt och godmodigt, som en sportsman. Mod och "vidd" nog att erkänna ett misstag – som en orienteringslöpare, vilken efter en stunds mindre lyckad kompasslöpning tveklöst låter korrigera sig av "kartan plus naturen". Men också mod att vara envis. Mod att "hänga i", när den svåra tröttheten kommer. Mot att skjuta skarpt i mål även om man skulle bli hårt "tacklad" ögonblicket förut- ja kanske skadad. Mod att sjunga och jubla. Mod att gråta. Mod att slå och straffa- lysa upp det skumma, skära bort det ruttna. Mod att bli utskrattad. Mod att som Dr. Stockman, "Folkfienden", bli nersmutsad (så att de "strunfina" rynka på näsan). Mod att som Martin Luther överdriva, för att få fram en god sak. Mod att sedan göra klart: alright, låt gå för att detta var en överdrift. Mod och sans att dra sig undan, samla krafter, bida. Mod och pigghet att börja på nytt, och åter nytt. Det sista modet att – som Leonidas – strida medan fiendens pilar förmörka luften. Det stadiga modet att – som Cartesius – "tro mörkt om livet och handla rätt". Torsten Tegnér saxat ur ett IB nummer. Vill tillägga Mod att vara sig själv: /LH.

I Brunnhages förnämliga publikation, Idrottsboken 1959, har Svenska Dagbladets sportchef, Olof Groth, en intressant artikel, vad tar de vägen?

Ja, frågan är väl berättigad betr. alla i föreningarnas ungdomssektioner. Och han har låtit frågan gå vidare till några av våra mest kända och största föreningar. Lennart Strandberg i MAI, säger så här: Vi har 700 ungdomar i vår förening. Jag tror att vi har den förnämsta organisationen i landet på det här gebitet. Vi har ungefär 60 ledare men skulle behöva 100st. Vad det kostar att ha en sådan här ungdomsavdelning kan man knappast förstå utan vidare. Varje gång den skall sammankallas kostar det 100kr i frimärken och skall de sedan ha en Coca Cola och ett par bullar så kostar det 700kr. Men naturligtvis hjälper de till. En skyltsöndag sålde man slickepinnar över hela Malmö och förtjänade 1500kr. Men vad blir det av dem? Den frågan ville vi ha besvarad. – Vi oroar oss inte så mycket för detta problem, fortsätter Strandberg. Helt enkelt därför att vi lärt oss att inte ha några överdrivna förhoppningar. Av 100 pojkar räknar vi med att högst 1% duger till att bli skånsk mästare. Och kan vi få fram 1 svensk mästare på 700st så är vi fullt tillfredställda.

Detta är alltså vad de räknar med och få fram för sitt jättearbete bland ungdomen. Vi är ju inte alls av MAIs storlek, men vi har väl ca 60 talet i vår ungdomsavdelning och även vi undrar ibland vad de tar vägen. Men man får kanske inte ha större pretentioner än Strandberg, det finns ju så mycket nu för tiden som lockar, många pluggar ju och står i också. Men de har i alla fall för en tränad kropp och gott kamratskap. Går de vidare med detta ut i livet så är ju mycket vunnit. Det tråkiga är ju bara att myndigheternas arbete bland ungdom, tycks nästan som de skulle ta detta som något helt naturligt, att så ska

det bara vara, då de samtidigt tar nöjesskatt på idrottsarrangemang, något av det mest horribla som existerar.

Till vad Strandberg sagt här ovan kan tilläggas att de även har en halvtidsanställd kanslist samt att deras polske tränare helt skall bara ta hand om ungdomsavdelningen. Och det låter likadant ibland annat även Örgryte och Neptun för att nämna några. Så är Groth inne på en mycket intressant sak och skriver följande: Medlemsvårdare eller medlemsförvaltare, ordet är inte så kul, men får duga tills något bättre blivit påhittat. Nog verkar det otroligt, att vi ännu inte upptäckt och tillsatt denna självskrivna post i varje förening. Kassören oumbärlig, materialförvaltaren har ögon på allt inom sitt område och låser noga sin skrub. Men vem ansvarar för det viktigaste av allt – medlemmarna? Ett måttband eller en hoppställning får inte försvinna men om en medlem glider ur kretsen görs i de flesta fall inget åt. Såvida det inte är en av stjärnorna, då sätts alla klutar till. Men det är inte stjärnorna det gäller nu, utan det stora flertalet, de där som inte märks så mycket i prislorna, men som ändå är, och i än högre grad kan komma att bli oerhört värdefulla för sin klubb. Som det är nu gör kassören en del lovvärda försök att inkassera när han så småningom märker att årsavgiften uteblir, men eftersom detta inte får uppta hela hans energi blir resultatet därefter. Vad skall man göra? Jo, detsamma som i en välskött affär med dyrbara varor. Man söker upp sin gamla kontakt, inte för be om en "allmosa" utan för att på nytt övertyga om varans förträfflighet. Om den är bra får man oftast kunden (här=medlemmen), att fortsätta som förbrukare – det här fallet *avnödvändighetsartikeln motion och stimulerande umgänges med goda kamrater*.

Uppgiften är utan tvekan sporrande för den som har den där riktiga klubbkänslan. Går det att få en sekreterare, ja då skall det väl gå att få en medlemsvårdande "ackvisator". I större klubbar skulle det kanske t.o.m. kunna vara en god affär att lägga jobbet på provisionsbasis. Ännu har väl aldrig en förening kunnat leva på enbart medlemsavgifterna, men vem vet? Kan en sådan ackvisator hålla bara hälften av 700st i MAI kvar år efter år skulle det betyda ett oerhört ekonomiskt tillskott. Av 700 ungdomar går kanske 200st upp i senioråldern varje år, endast hälften av dessa gör 1000st på 10år. Kan de sedan förmås betala bara 10kr per år till den klubb där de haft så många tjugusiga ungdomsupplevelser. Efter 10 år har man så 1000 sådana medlemmar som betalar 100kr om året eller 100000kr under en 10 års-period. Det är pengar som skulle kunna förändra klubarbetet en hel del till det bättre. Det var väl en intressant läsning. Vad sägs? Vännen Groth har så rätt i hans funderingar ligger mycket. Vi är ju som sagt ej alls av den storleken, men tänk bara vad det skulle göra hos oss. Men varför skulle vi inte kunna bli, ingen är ju omöjligt i denna världen. Nog slarvas det en hel del med våra medlemmar, men det är väl ledarefrågan man kommer in på där. Vi lider av den och många med oss, de flesta gör väl så, även MAI fast de har 60 ungdomsledare men behöver 100. Men Groth har satt fingret på en vital punkt i klubarbetet och hans fullträff är med kassören, så går det nog i flesta fall till. Vi ledigförklarar härmed en plats såsom medlemsvårdare i sektionen. Hugade spekulanter torde vända sig till denna tidnings red. Eller ordförande Stig Appelgate. Fast vi kanske, åtminstone inte ännu, kan lägga det på

provisionsbasis. Men tanken är onekligen bestickande. Men vi har ju fr.om. förra året en annan fin sak Det av tandl. Folke donerade priset till bäste medlemsanskaffare. Han var redan på 20-talet tydligen inne på ungefär samma tankar som Groth nu. Kurt Ohlsson hemförde trofén första året och vi skall väl inte släppa ifrån oss den i år heller, eller hur? Se nästa sida.

Damsektionen

Denna är mer eller mindre obefintlig, trots att den för något år sedan var på väg. Anledningen finns att det har varit brist på folk som haft tid att ägna sig våra flickor. Synd detta då alla klubbar nu försöker sätta upp med sådana sektioner då flickorna poäng räknas med i Stadionpoängen. (snart är det förstås ingen fröjd att tillhöra den sammanslutningen, då det nästan är stört omöjligt att arrangera en friidrottsgala med vinst, sätt. Anm).

Men i alla fall finns det många flickor som vill vara med och idrotta, det roliga är ej alls förbehållet bara pojkarna. Men fr.o.m. i höst skall vi försöka rekonstruera upp denna avdelning i sektionen och undertecknad har fått förtroendet att göra detta. Jag hoppas nu att alla de flickor vi redan har inskrivna, men som inte blivit ordentligt omhändertagna nu vill fortsätta och att det skall finnas fler, kanske rent av Du har nån väninna som är intresserad, bjud med henne då, hon är hjärtligt välkommen. Och är det nån av er andra som läser dessa rader och vet några töser som hoppa, springa eller kasta så skriv in dem i Hofvet. Blanketter står jag till tjänst med per omgående. Håkan

Sopp-klubb

Det är ju populärt med sådana nu, fast det är väl mest fotbollen som håller sig med sådana. Men varför skulle vi i friidrott inte också kunna ha sådana, och varför skulle vi i Hofvet inte kunna vara bland de första med en sådan? Det är ju ett stöd för sektionen så behjärtansvärd som någonsin. Jag vill efterhöra om det finns intresserade, i så fall kontakta styrelsen snarast.

Hälsningar Lennart.

Stadslöpningen, firar 40-årsjubileum nästa år. Tänk dig att denna storartade tävling har gått i 40 år i streck då. Ett rekord i sitt slag. Vi har många stora och stolta traditioner att försvara. Vi har kämpat med alla åren, även om de sista ej varit ärorikaste i klubbens historia, då fått stänga grinden, dock blev ej så fallet i år glädjande nog. Och vi skall hoppas väl att vi skall slippa det igen. Utan att vi skall fortsätta på inslagna vägen och försöka taga en klassvinst vid jubiléet. En annan sak är att den kanske svävar i fara ändå, dels för en annan sak, att den kanske svävar i fara, dels för polisens och de smala gatornas del, dels för de ursvaga svenska insatserna på sista åren, då finnarna defilerat runt stan, dels kanske också för det ljumma intresset som stholmsklubbarna visat. Men vi får väl hoppas på bättre tider. Denna stolta tävling kom ju till en gång i världen för att befrämja medel- och långdistanslöpningen. Kunde den vara sämre då än nu? Man har ju svårt att föreställa sig det. Så nog verkar den mer berättigad nu än nånsin. Men konstigt

nog verkar det även som klubbar och förbund inte ville förstå den saken. Vi i Hofvet och hela den svenska friidrotten är emellertid stort tack skyldiga DAGENS NYHETER, som år efter trots allt lägger ner stora summor på tävlingen, för en storartad propaganda på Stockholmsgatorna och mitt bland folket. För att visa stockholmaren det billigaste och snabbaste sättet att taga sig fram i våra dagars trafik. Är inte detta något att slå vakt om? Vi hoppas på att alla skall vakna upp.....

Under Pingsthelgen i år hade vi hela 125 man igång under 2 dagar enligt Sture Berggren, då inräknat Stadsloppsfunktionärer, och aktivt tävlande inom sektionerna. Fint resultat i att mobilisera upp folk vid en sådan helg. Ett Hjärtligt tack ni alla som hjälpte oss.

Saxat

Prestigeskydd, idrottsgren

Detta skrevs för något år sedan av R-k.

Den ena idrottsklubben efter den andra har fyllt 50 år och friidrottsförbundet självt passerat 60-årsgränsen. Prismontrarna dignar under dyrbara samlingar. Tradition frodas, och man sträcker ryggarna bara för man tillhör den och den idrottsföreningen. Det är fråga om inte den svenska friidrotten håller på att överleva sig själv. Faktum är att prestigebevarandet är en de största tävlingarna svenska friidrottsklubbar emellan och förbundet deltar med stor iver. Hur skrämda klubbledarna för närvarande är framgick bl.a. vid Stadsloppet. Rädslan att sätta en "fläck" på klubbens fana, delvis genom avsägning i pressen, låg på sina håll bakom beslutet att inte ställa upp. Hör te.x. (så nämns ett klubbnamn) Det var så att en man bland de bättre inte kunde vara med, men man kunde gott ha satt in en annan relativt god man i stället, kanske ej fullt lika bra, men hygglig. Men detta var ingen speciell bra lösning, tyckte ledarna. Och avstod. De skall inte lastas för det som är den allmänna andan just nu. Men bör de/man inte ändra på den andan?

Mera vad som gäller Stadsloppet har vår framlidne vän och ständige överledaren KINNE sagt många gånger, att han tycker det är ynkligt med Stockholmsklubbarnas deltagande, detta gäller fortfarande i hög grad. Grabbarna har för lite hårdhet, ett känt och omvittnat faktum. De äro rädda för terrängerna bl.a. också det ett kärt och omdebatterat ämne i dessa specialisternas tidevarv. Tränar bara grabbarna som dom ska så kan ingen i världen taga ifrån mig den uppfattningen, att de inte äro farliga Det var de inte förr och då hade vi världsstjärnor som tävlade i den grenen och det gör dom fortfarande i England och på kontinenten där flera hundra startande finns med. Och så har vi gatloppen, tänk vad det diskuteras om dessa, rena fördärvet säger en del förståsigpåare. Undantagen finns här liksom i allt annat, en del är givetvis litet ömtåligare än andra, men fler tror det bara för det hört andra säga det, men aldrig själva provat det. I så fall måste det senare tiders barn vara av vekare konstruktion än de tidigare. Och är det så de tycker man att de härdas på bättre sätt än nu. Så ut med dem i terräng och på gator. Att packa in den i bomull och glasskåp blir det inga hårda grabbar av. Och det är hårdhet det fordras i dagens läge. Och så detta med att löpa avstannande i mål om man inte kan vinna eller

man är någorlunda långt före. Finns det något vederstyggligare att skåda, o-nej, o-nej, men många praktiserar det med förtjusning. Nej, framför en ny giv i detta hänseende och jag ber åtminstone alla hofvargrabbar att tänka på detta, kör till de bitter end i alla lägen, man lär sig aldrig att kunna göra sig gällande i en spurt sida vid sida annars. *Håkan*

Förlåt, det kom en annan sak emellan , R-k var inte klar här ovan utan fortsätter: Idrottsgrabbar tycker om att vara med där det rör sig. Om förbund, klubbar och press accepterade propagandabredd i så många tävlingar som möjligt (Stjärngalor på Stadion undantagna förstås), skulle idrotten hjälpas betydligt. Man kan leta fram åtskilliga exempel på klubbar som avstått från start när en av de ordinarie saknas, och på andra också, som fyllt på flera lag när det första varit fullt, vilket lönar sig bäst i längden säger sig självt. Släpper så förbundet den något tillgjorda inställningen, att man tävlar för nationen så fort man kommer utanför gränserna, då kan det bli riktigt enkelt piggt och entusiasmerande för och i friidrotten.

Förvisso, förvisso har vännen Renmark så rätt. Vi har nog också gjort så tidigare om en ordinarie lagmedlem inte kunnat komma. Men på senare tid har vi frångått detta. Placeringarna har väl många gånger blivit därefter, men vi har kämpat oss igenom, men då också givetvis fått höra att vi äro så dåliga och att vi står på botten o.s.v. och är färdiga att packa ihop. Så att det som R-k säger om pressen bl.a. har mitt fulla stöd, många gånger kan det bero på att reserver måst sättas in på ett par ställen, kanske flera. Och det är också förståligt att ledarna drar sig för att göra detta på dessa grunder. Och jag tror att inga skulle vara gladare än klubbedarna om alla berörda parter försökte tänka om litet grand här. Åtminstone vet jag det för vår del, vi har haft det litet besvärligt med detta åtskilliga gånger. Jag nämnde tidigare, att vårt lag i årets Dagbladsstafett var för första gången det bästa vi kunde ställa upp med, det bästa år då att vi kunde vara helt ordinarie utan någon reserv på någon sträcka, likaså hade vi nog bästa tänkbara lag i stadslöpningen, men så kunde vi också göra oss gällande på det sätt som vi var goda för. Pondera nu, att det hade blivit något återbud till stadslöpningen och vi hade kommit längst ner igen på prislistan då hade vi ju varit på botten fortfarande och många undrat varför vi egentligen är med för o.s.v. Vi har som sagt hyllat den principen, att trots allt ställa upp till start med de konsekvenser som följer. *Håkan*.

Glad i dag

Är jag, (1/8) efter att ha varit uppe på klubbmatchen mot Årstapojkarna på Årsta IP. Det var något av en s.k. seriefinal då vi hade måst slå dem för att ha en chans till serieseger, vi hade ju just p.g.a. reserver fått på moppe i föregående match med futtiga 2 poäng. Det var kul att vara med, matchen gick den 30/7 . Grabbarna kämpade storartat. I början gick det litet dåligt bl.a. i höjd då vi föresten inte hade vår bästa man med p.g.a. tjänst utan 2 ungdomsgrabbar som heller icke är några specialister, men heller inte rädda av sig att ställa upp. En kämpe här är Christer Nowak som ändock brukar ta ca 1.60, men då var ur form och kom inte över mer än 1.55, men gick därifrån direkt till

korta häcken som han börjat med i år och ordnade sig en andraplats på kämparanda med sänkning av personliga rekordet. Det är sådana tag man efterlyser och fler skulle följa. I spjut blev det dubbelt med Sandvik som segrare på fina 51.20, lika så en andraplats i stav av Nils-E. Wigren på personligt rekord, bägge nya grabbar med kämpaglöd. Kurre Ohlsson ilsknade också till och ledde 1500m från start till mål med fin seger över ÅP:s goda Almgren, han ställde så upp på 400m en stund efter och vann även detta lopp på 51,8 och årsbästa för honom och oss. Uffe Beckman, mannen med de enormaste anlagen som en kille kan ha kom tvåa har var för dagen litet down, men visade både på 100m som han vann och i stafetten att man trots litet down ändå kan göra sitt allra bästa. Flera glädjeämnen fanns bl.a. växeldragningen mellan Björn Larsson och Janne Moberg med en dubbelseger som följde på 5000m. Åke Andersson pålitlig i kasten. Stafettlaget som avslutade tävlingen vanns även komfortabelt av Mackan W. – Lennart J. – Kurre – Uffe. Grattis och god fortsättning alla. Och se nu till att samma takter visas i sista matchen mot Gustavsberg förrän de har besegrats är inte serien vunnen. Ingen underskattning om jag får be. *Håkan*

Alla stora män skriver ju sina memoarer ett flertal gånger under sin livs dagar så och vår stora kämpe och de låter så här:

Redan som 12-14 åring väckte mitt stora idrottsintresse. Men de blev inget av förrän jag som 20-åring åkte upp till Fiskis, på hofvets invigningsterräng. Jag var med i nybörjarklassen som jag vann. Och de var väl de som sporrade mig till ytterligare träning. Efter tävlingens slut satt vi på Fiskis servering, där träffade jag Håkan som började tala om föreningen och ville att jag skulle gå med, vilket jag gjorde. Så började jag vara med grabbarna som tränade på Östermalms IP. Där fick jag många fina råd av Arne Gustafsson och Elis Hultgren som jag har haft och fortfarande har stor nytta av. När jag kom till klubben så hade jag oturen att komma mitt i en s.k. döperiod, för Tore Lundberg hade gått till Brandkåren året före och Johnne Whålberg hade lagt upp och det var ju dom som var de bästa i klubben. Men vi andra fortsatte att träna under Arnes ledning, kämpen som aldrig gav sig. Samma år 1952, kom den stora överraskningen för mig, jag skulle få åka med till Tyskland, det var ju en upplevelse jag om aldrig varit längre ut än Södertälje. Vi hade 4 klubbmatcher mot tyskarna, där vi vann 2 och förlorade 2. Tyskarna är i sig själva mycket gästvänliga och vi blev mycket väl bemötta. För övrigt fanns där många sevärdheter. Det blev så småningom flera utlandsresor och den jag särskilt minns var en resa till Finland 1956. Vi hade en klubbmatch mot finska klubben Esbo (som vi förresten hade på besök här 1958). Matchen förlorade vi visserligen med någon poäng, men uppvägdes av allt annat trevligt vi hade. Deras ledare, redaktör Holmberg, gjorde allt för att vi skulle trivas, med utflykter bl.a. till Porkala (vi var de första eller de allra första s.k. utlänningar som fick komma in där) Och en härlig bankett på en restaurant i Helsingfors som var från 1500 talet, namnet har jag tyvärr glömt. Nog sagt om resor. Som ni kanske vet, så hade jag den stora oturen att bli sjuk 1956, då när jag var på uppåtgående, hade inte det blivit så tror jag mina personliga resultat blivit betydligt bättre. Så kan vi övergå till lite tränings snack. Grabbar, om ni ändå skall idrotta, så skall ni köra hårt hela tiden ni håller på. Och råd

när det gäller träning så skall du alltid höra på nån som hållit på några år, för alltid kan de vara något du har nytta av. Jag för min del ge ett råd, ryckträning året om, tror jag är bäst. Det finns andra som rekommenderar gång med det kan du kasta överbord. Om du går in för hårdträning så finns två saker som du måste vara noga med, nämligen mat och sömn.

Ett annat råd som jag själv skulle vilja ge er är, att *aldrig* byta klubb, jag själv gjorde det stora misstaget 1957 då jag gick över till Mälarhöjdens IK. Det blev inte riktigt som jag tänkt mig, för jag fick aldrig den rätta känslan för den klubben, som jag haft för hofvet, och det inverkan på mina resultat. I Stadsloppet var det roligt för mig, att få springa bland tätgubbarna, vi fick ju en hyfsad placering, som ni vet. Ännu roligare var det att få pinnen 200m före närmaste lag i Dagbladet, som vi vann. Med det bästa av allt är väl ändå, att vi går mot bättre tider i Hofvet. En annan sak som jag skulle vilja önska, att det kunde komma fram några mer ledare, så man slapp, att vara både ledare och aktiv. Jag skulle nämligen vilja gå in för några säsonger till absolut stenhårt. För med de grabbar som finns nu måste föreningen bli bra om några år, för det dräller av begåvningar.

Lycka till alla hofvare

Kurt Ohlsson.

Det har i bladet gång på gång predikats om hårdare träning och Kurre är som du märkte även inne på samma linje. Du kanske tycker det har blivit litet tjatigt, men du skall veta, det är nyckeln till framgången. Vi får väl så hoppas på att det skall komma in några fler ledare nu om medlemsvärningen går bra. Det var mycket glädjande Kurre, att du tänker gå för några säsonger till, ibland har vi varit rädda för att du skulle lägga upp. Du är ändå ryggen i sektionen på något vis, vi har svårt att tänka oss ett lag i stafett eller i en klubbmatch utan dig på banan. Du är ett inväxt begrepp hos oss numer. Och så kan vi inte låta bli, att peka på de raderna hör på förra sidan betr. det misstaget Kurre gjort, det finns fler som samma och upplevt samma sak, därför vill vi nu i detta lämpliga tillfälle bara be dig som är ung och kanske tycker att omväxling inte skadar ibland, att det i flesta fall inte blir det man tänkt sig i en ny klubb, Kurre omvittrade det nu och vi har många fler du behöver bara fråga undertecknad så skall du få namn. *Lennart Håkansson*

Jag tänker på en kille som jag beundrar alldeles särskilt i sektionen. Han är fortfarande junior och har börjat sin bana hos oss för flera år sedan har tränat jätte energiskt, men har hittills alltid haft otur, precis varje år har det blivit nån skada, det har varit olika saker. Men lusten och energin har aldrig tappats utan har kommit igen varje år lika glatt. Många skulle för länge sedan tappat sugen och slutat med allt vad idrott heter, men inte han. Jag beundrar Dig mycket, du skall fortsätta, du har enorma förutsättningar, inte bara för ditt humör och energi, utan även rent kroppsliga sådana, du har ett lätt och smidigt löpsätt som längre fram blir ännu bättre, du är trots bara i början. Janne Moberg, av mitt hjärta önskar jag dig lycka till i fortsättningen. Alla ni yngre grabbar tag efter Janne han är ett gott exempel och ni skall aldrig ångra er. *Håkan.*

OBS!

Som du kanske redan märkt är detta nummer av bladet *numrerat*. Detta har vi gjort med beräkning skall du veta. *Bladet gäller även som en LOTT*. Om du vill vara med i detta lotteri har Du att *insända 10kr* på medföljande postgirotalong och noga anteckna Ditt *namn* och Din *adress*. Gör Du detta **deltager** Du i en *dragning senast den 15 september*. Vinstsumman kommer att utgöra halva det inkomna beloppet. Första vinsten blir väl tilltagen.

Vi siktar alldeles särskilt på våra alla ständiga medlemmar och ber dem om möjligt ge oss ett handtag nu när det som bäst behövs. Vi är som alla vet i år på en frammarsch och vi behöver pengar till detta. Visserligen betalar grabbarna det mesta själv, det blir så när kassalådan är tom, men trots detta kostar det att driva en sektion av vår storlek. Vi satsar ju hårt på ungdomsarbetet och det med rätta, för fler av våra nuvarande mest lovande kommer därifrån och fler finns att hämta och vi skall även i höst göra en propaganda för att få in fler pojkar och flickor. Kära klubbkamrater alla kategorier vi hoppas innerligt, att Du vill vara med stödja Din gamla förening nu när chansen finns att den skall kunna komma fram igen. Vi tvivlar inte alla på Din goda vilja, men dröj inte på stegen till postkontoret, utan låt tanke och handling bli ett denna gång. Alltså tar du bifogade postgiroinbetalningskort och går till närmaste postkontor. Senast den 10 september skall vi ha Din talong, varefter dragning sker den 15 september. Kontrollant blir herr Arne Lamrin, Skebokvarnsvägen 86, Bandhagen. Och han borgar för att allt kommer att gå rätt till. Vi vädjar än en gång kär vänner, giv oss ett handtag när vi nu som bäst behöver. Vi lovar att vi sedan skall göra allt vad som står i vår makt för föra fram gamla Hofvet. Vi har förutsättningarna nu allt får gå som det ska. Arbetskraft och materialet finns vi måste bara få hjälp med kapitalet. Tack, tack vi visste väl att Du inte skulle svika. *Med hjärtliga hofvarhälsningar till alla.*

STYRELSEN.

HISTORIA

Då vi har fått en hel massa nya medlemmar i sektionen kanske det vore roligt för dem att få veta litet om klubbens historia. Vi skall hör försöka återge den i några korta ordalag. Fredrikshofs Idrottsförening bildades den 3 oktober 1901. Till den dagen hade ynglingarna Helmer Lundell och Gotthard Westerberg kallat ett tiotal pojkar i 13-14 årsåldern, att infinna sig vid trappan till Fredrikshofs slott som ligger i hörnan av Storgatan och Fredrikshofsgatan ovanför Djurgårdsbron. Och vad var då naturligare än att man bestämde att den nybildade föreningen skulle bära namnet Fredrikshof. Klubbens första styrelse fick följande utseende:

Ordförande	Helmer Lundell
Sekreterare	Gotthard Westerberg
Vice Sekreterare	E. Lundin
Kassör	Wilhelm Persson

Materialförvaltare G. Hedström

Klubbmästare Calle Svensson

Bland medlemmarna första året märktes bl.a en av Sveriges bästa backhoppare O. Höijer, andra var G. Hemberg, Gustaf Malmqvist, Gustaf Stenqvist (Åke Stenqvists far) och fotbollsstjärnan Calle Ansén. Medlemmarna rekryterades till en början på Östermalm och träningarna och tävlingar hade man på Lindarängen samt på vintrarna på Finnberget intill Lidingöbro Vårdshus. En av klubbens största gynnare var greve Clarence von Rosen, då segerrik ryttare. Han var också en av klubbens första donatorer och med hans hjälp anskaffades den första fotbollen och annan material. Greve von Rosen blev även klubbens första hedersledamot. I början av 1900-talet sysslade nästan alla klubbar med en mångfald av idrotter. Fotboll givetvis, men även simning, cykel, skidor, friidrott och mycket mer oså gjorde man också inom Fredrikshof. Och klubbens representanter höll sig väl framme i samtliga grenar som de startade i. Men det var främst som friidrottsklubb Hofvet kom att göra sig ett stort idrottshistoriskt namn. Här skulle ta för stor plats att räkna upp alla rödbyxestjärnor genom åren – låt oss bara ta några stycken av de allra mest kända: John Svanberg, silvermedaljör på Olympiska Spelen i Athen (1906), Gustaf Törnros 4.a i samma lopp, Thure Bergwall, olympisk marathonstjärna även han, Josef Jansson, Sveriges första svenske mästare i terräng, Kalle Lund, Frans Karlsson-Agfemalm, William Grüner, Schuster, S. Landqvist, Ivar Lundberg, William Kriegsman, förre stor tränaren, Manne Lundström, Thordell, Gustaf Mattson, som du idag kan se som Stadionfunktionär vid alla stortävlingar, Oscar Fröjd, Appelqvist, Erik Silfverstolpe, Agne Holmström, Ragnar Sjögren, John Ahlstrand, Ragnar Melén, Albert Andersson, Oscar Eklöf, Ernst Hallman, Kotte Granström och många, många fler som alla var stora stjärnor på sin tid inom svensk idrott. Sedan kom nyare stjärnor som: Folke och Axel Eriksson-Ejderfledt, den sistnämnde numer kamrer i Svenska Friidrottsförbundet, Gunnar Jansson, Frans-Harry Ekman, Åke Pettersson, Thore Enochsson, Harry Johansson, Evald Segerström, Gunnar Jönning, Arne Lundborg, de tre sistnämnda gångare av stort format, samt att inte förglömma HENRY PALMÉ, den största marathonstjärnan landet haft med 10 svenska mästerskap på sträckan. Så kom de senaste årgångarna: Arne Gustafsson, Georg Pettersson, Sven Rapp, John Wåhlberg, Thore Lundberg m.fl. och nutiden med Kurt Ohlsson och Elis Hultgren bl.a. Det var under hofvets främsta glansperiod som löparklubb som SM-standaret bärgades tre gånger, 1917-18-21. Och som segern i Svenska Dagbladets stafett gick till oss också tre gånger 1913-14-17. Och givetvis dominerades även hofvarna sin, tillsammans med Dagens Nyheternas då som nu, stadslöpning och terrängerna. Under senare har Fredrikshof också växt till en av landets främsta i cykel och gång, har varit en av landets dominerande orienteringsklubbar, Palmé, Frans-Harry Ekman, Gunnar Jansson orienterade också så att säga på "fritid" och var då också bland landets elit i denna gren. Bowling var en annan stor gen tidigare, gjort fina insatser i skidor, budkavle med flera andra idrotter, också handboll. Som arrangörsklubb har Fredrikshof ett synnerligen aktat namn och många har från klubbens ledareposter vandrat upp i olika förbundsstyrelser. Här bör särskilt nämnas Ernst Bredberg, vice ordförande i Hofvet 1908-16, sedemera

ordförande i RF:s FU och överledare för svenska OS-trupper i Amsterdam, Berlin och London. Det finns många, Charles Jansson är ett annat namn som vi alltid skall minnas. Han var i många år Svenska Friidrottsförbundets sekreterare och hade då alla aktivas mycket stora förtroende och är idag den store mannen bakom stadslöpningens organisation som vi vill och hoppas få behålla ännu i många år. Birger Eriksson var förbundets betrodde kassör i så många år, att vid sin avgång blev hedrad med medalj för lång och trogen tjänst. Vill avsluta denna lilla historik med några ord skrivna av Kristian Hellström från London, han skrev dem till vårt första jubileum år 1906, på 52-årsdagen, men de är väl lika aktuella idag trots det inte är något jubileum i år.

”Jan kan ej annat en lyckönska Eder livskraftiga förening på det uppriktigaste för dess storartade framgångar, och hoppas att den för långliga tider måtte behålla sin dominerande ställning och position inom idrottsvärlden. Jan vågar även uttrycka den livliga förhoppning att konkurrensavunden aldrig måtte vinna insteg i Eder krets, utan att föreningens verksamhet allt framgent måtte präglas av samma goda kamratskap och förståelse för idrottens rätta innebörd, varuti Ni hittills föregått med gott exempel.”

Det har ju blåst många vindar sedan dess, både förliga och mindre förliga. Många gånger har vi haft det svårt att kryssa oss fram, men vi har aldrig gett tappt. Och vi skall heller aldrig göra det. Det kommer an nu på Er alla som nu har att föra fram i röd-vita färgerna, att göra det i samma anda som alla de föregående kämparna, Du har mycket att kämpa för som Du sett, Du är medlem i en gammal fin, anrik förening som alltid haft folk som velat någonting och jag vet att alla ni också nu vill någonting, men konkurrensen är svår, men sånt är ju till för att övervinnas. Lycka till ni är på väg att lyckas..... *Håkan*.

William Kriegsman, den eminente tränaren, som bl.a. gjorde Lennart Strandberg och hela MAI:s sprintergarde, uttalade sig redan 1912 i ett av våra medlemsblad följande:

Att speciellt läggs sig i träning för en enda gren, kanske till och med vid en mycket tidig ålder, utan att dessförinnan ha skaffat sig en i allo välutvecklad kropp, kan omöjligt leda till riktig fina resultat. Även samtidigt med specialutbildningen måste den allsidiga träningen utvecklingen fortgå. Träningen måste fortgå hela året om. Det är otänkbart att kroppsmuskulaturen kan må bra av att tvärt upphöra med det arbete den är van vid under hela sommaren. Som exempel vill jag framhålla, att nästan alla våra idrottsmän äro i sin bästa form på sensommaren, och sent fram på hösten. Hela våren åtgår för att komma i samma form som föregående år. Men i och med detta är också krafterna slut för uppnående av ännu bättre resultat. Varför stagnation i konditionens förbättrande inträder måste tillskrivas ovanan vid den kroppsövning som utföres. Att året om hålla sig i fullgod form i den gen man tävlar anser jag ej vara nödvändigt, tvärt om. Men att giva rörelser åt de muskelpartier som ej komma till användning under sommaren är nödvändigt för att kunna förbättra de allmänna kroppsdelarna så, att när vårarbetet börjar, fjolårets bästa resultat med obetydlig träning kan uppnås, och en hel del krafter finns kvar att nå ännu bättre resultat.

Ja, tänk Krigarn han var redan då inne på detta, och allt i hans visa ord härovan gäller väl ännu och kommer att gälla!

Några plock ur gamla lägg:

Juli 1912: 6 av våra medlemmar har uttagits att representera Sverige i vid den femte olympiaden: Gustaf Törnros, Thure Bergvall, I. Lundberg, William Grüner, marathonlöpning. Anton Nilsson, 1500m och 5000m samt William Kriegsman i spjut.

Hofvet för stort: Dagbladsstafetten för 30-mannalag över en distans på 23.300m blev en stor triumf Fredrikshof första lag segrade på en tid av 1.0?.00,6 före Stockholm Göta. Svenska Dagbladet har lovat att bjuda segrade förening på en utfärd i skärgården, men det visade sig att FIF hade för många medlemmar. Tillräckligt stor båt gick ej att anskaffa. Men deltagarna i klubbens fyra, (120 man alltså sprang samtidigt) fick i alla fall vara med på en trevlig tur till Nyvarp på Värmdön, vid detta tillfälle debuterade föreningen som boxningsklubb 1913.

1914 var det än värre då hade vi 6 lag med = 180 man vann då vandringspriset för alltid i oldboysklassen. 1923 vanns SM i terräng och endast 19 sek skilde mellan första och sista man i mål. I laget löpte de jämna gossarna Nisse Eklöf, Oscar Fröjd, Gösta Bergström och Gustav Mattsson. Bästa stadsloppsklubb är vi fortfarande, har varit med alla gånger. 6 ggr har vi vunnit och 8.:a ggr tvåa. *H.*

Klubbrekord

Juniorer

100m	Agard Lindberg	11,3	1942
200m	Agard Lindberg	23,7	1942
300m	Kurt Ohlsson	38,4	1952
400m	Kurt Ohlsson	52,1	1952
800m	Sture Larsson	1.58,4	1945
1500m	Thore Lundberg	3.54,4	1949
1000m	Thore Lundberg	2.31,8	1949
1 eng mile	Thore Lundberg	4.11,8	1949
3000m	John Wåhlberg	8.40,6	1946
5000m	Uno Thunefalk	15.56,0	1945
100m häck	Christer Nowak	19,2	1959
400m häck	Sture Larsson	58,4	1945
1500m h.	Sture Larsson	4.18,4	1945

Höjd	Yngve Carlsson	1.80	1946
Längd	Hans Ahlzén	6.26	1945
Tresteg	Sture Larsson	12.71	1943
Stav	Yngve Carlsson	3.40	1946
Diskus	Olle Dahlström	30.60	1949
Kula	Yngve Carlsson	11.65	1946
Spjut	Torbjörn Falk	60.15	1950

B-ungdom

60m	Jörgen Johansson	8,3	1953
80m	Max Willberg	9,6	1956
100m	Max Willberg	12,2	1956
200m	Max Willberg	24,4	1956
300m	Jörgen Johansson	42,1	1953
	Max Willberg	42,1	1956
400m	Erik Reuterswärd	56,2	1957
800m	Jörgen Johansson	2.26,9	1953
1000m	Berndt Ekström	2.44,6	1956
1500m	Roine Holm	4.41,0	1954
3000m	Roine Holm	10.11,4	1954
Höjd	Nils-Erik Åkerström	1.60	1955
Längd	Kjell Larsson	5.73	1959
Stav	Rolf Falk	2.80	1956
Tresteg	Jörgen Johansson	10.65	1954
Kula	Olle Magnusson	11.28	1959
Diskus	Rolf Pettersson	27.16	1954
Spjut	Nils-Erik Åkerström	25.75	1955
100m häck	Kjell Larsson	20,0	1959

C-Ungdom

60m	Berndt Persson	7,6	1956
-----	----------------	-----	------

80m	Berndt Persson	10,2	1956
100m	Max Willberg	12,6	1954
200m	Berndt Persson	25,4	1956
Höjd	Lars Öst	1.48	1959
Längd	Berndt Persson	5.40	1956
Stav	Kjell Larsson	2.26	1956
Kula	Berndt Persson	12.79	1956
Diskus	Nils Engbergq	16.32	1954

Kommentar:

De flesta rekorden börjar bli litet ålderstigna och äro mogna för putsning. Chanser finns väl till detta om de som ligger nära till det tar den. Medvindstid, ej godkänd Max Willberg 11,2 på 100m bör kunna göra om bara litet mer vilja visades. När så t.ex. ungd. Kjell Larsson i längd och Lars Öst i kula kommit in ålder så blir det med säkerhet rekordputsning. Och det finns flera 110 m häck har vi inte haft nån notering på tid så där bör det bli bättre varje gång.

D-ungdom

60m	Rolf Ornbrandt	9,1	1954
	Olle Magnusson	9,1	1956
80m	Hans Eriksson	11,4	1953
100m	Jan Håkansson	17,2	1954
200m	Bengt Zacharias	33,5	1953
Höjd	Olle Magnusson	1.25	1956
	Owe Larsson	1.25	1959
Längd	Olle Magnusson	4.41	1956
Kula	Hans Eriksson	7.52	1953

Betr. A-ungdom har våra noteringar kommit åt sidan just för tillfället. Och vi hann inte få fram dem innan detta måste gå i tryck. Men efterforskningar pågår och de kommer. Om inte förr så till nästa blad. Men alla rekord äro till i alla fall tillättna att förbättra.

Seniorer

60m	Agne Holmström	6,9
100m	Agne Holmström	10,7

200m	Agne Holmström	22,3	
300m	Agne Holmström	36,2	
400m	Olle Jonsson	50,5	
800m	Olle Jonsson	1.52,4	
1500m	John Wåhlberg	3.54,2	
2000m	Arne Gustafsson	5.29,2	1947
3000m	Åke Pettersson	8.33,4	
5000m	Arne Gustafsson	14.36,8	1947
10000m	Sven Rapp	30.55,0	1949
15000m	Arne Gustafsson	49.48,2	1951
20000m	Sven Rapp	1.05.41	1949
25000m	Henry Palmé	1.23.50	
4000m	Henry Palmé	2.25.36	
42200m	Henry Palmé	2.36.56	
1 eng mile	Thore Lundberg	4.11,8	1949
3 eng mile	Arne Gustafsson	9.15,0	1948
10 eng mile	Sven Rapp	51.54,8	1949
Timlöpning	Sven Rapp	18434 meter	1949
3000m h.	Frans-Harry Ekman	9.17,2	
100m häck	Albert Andersson	15,3	
400m häck	Ragnar Melén	58,0	
4x100m	Mats Berg-Erik Silversporre Ture Persson-Ange Holmström	43,9	
4x400m	Ture Persson-E. Källström Erik Silversporre-Agne Holmström	3.28,3	
4x800m	H. Norberg-Arne Gustafsson K-G. Johansson-John Wåhlberg	8.02,2	1945
4x1500m	H. Norberg-U. Thunefalk Arne Gustafsson-John Wåhlberg	16.13,8	1945
Höjd	Martin Berggren	1.80	
	Yngve Karlsson	1.80	1946
Längd	Nathan Johansson	6.73	

Stav	Albert Andersson	3.50	
Tresteg	Sture Melin	14.23	
Länd u.a.	Nathan Johansson	3.00	
Mellanhopp	Konrad Granström	4.48	
Grenhopp	Konrad Granström	2.33	
Diskus	Åke Andersson	41.56	1956
Spjut	Fridolf Hagström	60.15	1950
Slägga	Carl Norin	41.85	
Vikt	Carl Norin	9.22	
5 kamp	Magnus Melin	3407p	
10 kamp	Albert Andersson	7 365,45p	

Dessa rekord skall räknas om efter den moderna tabellen, då är inte poängen så höga!

Här finns mycket som skall putsas. Där inte något årtal står är rekorden mossbelupna. Ända not. Som är i modern tid är snart Åkes diskusrekord. Får vi be om litet satsning. 400m bör ryka i år eller hur Uffe? Detta bara ett nämnt fler finns. *H.*

UP=Ungdomspropagandan har våra ungdomar deltagit i den gick under tre veckor och våra grabbar deltog i denna med den äran. Vi blev andra klubb i vår klass. Det har inte i tidningarna stått något som helst knappt om denna mycket trevliga och roliga tävling. Våra deltagare tyckte det var fint och gillade tävlingen högt och rent. De hoppades att den skall återkomma nu varje år och samma inställning har även våra ungdomsledare Eric Carlsson som skötte grabbarna på bästa sätt under tävlingstiden. Önskvärt vore om något litet utrymme nån enstaka gång kunde beredas just sådana här ungdomstävlingar. Det skulle vara en sporre och en hjälp i alla föreningars jobb i ungdomsarbetet. *Lennart Håkansson*

Här nedan följer resultaten tävlingarna gick på Årsta IP.

B-ungdom

Längd

1	Kjell Larsson	5,63
2	Claes Strand	5,24
4	Olle Magnusson	5,10
6	Bo Nilsson	4,98
10	Lennart Olausson	4,74
15	Thord Gärdebrandt	4,44

20 Bo Eklund 4,12

Diskus

6 Bo Nilsson 26.19

9 Lennart Olausson 24.95

14 Olle Magnusson 23.40

15 Kjell Larsson 23.20

17 Bo Eklund 20.83

Kula

3 Olle Magnusson 11.28

6 Claes Strand 10.49

9 Bo Nilsson 10.05

10 Leif Pettersson 9.60

12 Kjell Larsson 9.15

Höjd

3 Claes Strand 1.50

5 Bo Nilsson 1.50

6 Kjell Larsson 1.45

7 Olle Magnusson 1.45 delad

14 Leif Pettersson 1.45

80m

2 Olle Magnusson 10,0

3 Leif Pettersson 10,1

A-ungdom

1000m

2 Erik Reuterswärd 2.56,5

3 Rolf Adolfsson 2.58,9

Längd

3 Rolf Adolfsson 5.20

Diskus

6 Rolf Adolfsson 12.99

C-ungdom

Kula

1	Lars Öst	11.17
6	Thomas Holtz	8.07
8	Lief Bolling	7.38
10	Hans Sundberg	6.27
18	Rolf Eriksson	5.17

Höjd

1	Thomas Holtz	1.35
7	Owe Larsson	1.25

Längd

1	Lars Öst	4.96
7	Thomas Holtz	4.22
10	Bengt Nilsson	4.00
11	Bengt Eklund	3.94
12	Leif Bolling	3.79
15	Göran Gliving	3.65
18	Hans Sundberg	3.40
19	Rolf Eriksson	3.39

60m

1	Thomas Holtz	8,4
	G. Sandin, Årstapojkarna	8,4
4	Lars Öst	8,6
6	Bengt Eklund	8,9
10	Leif Bolling	9,1
12	Rolf Eriksson	9,4
19	Hans Sundberg	9,9

Bästa poängplockare blev:

A-ungdom

Rolf Adolfsson 52 poäng

Erik Reuterswärd 19

B-ungdom

Olle Magnusson 89,5

Bo Nilsson 58

Claes Strand 52

Leif Pettersson 47

Kjell Larsson 42

Lennart Olausson 12

C-ungdom

Thomas Holtz 68,5

Lars Öst 56,5

Leif Bolling 33

Bengt Eklund 24

Owe Larsson 15

Hans Sundberg 13,5

Rolf Eriksson 12,5

Bengt Nilsson 11

Göran Gliving 6

Slutpoäng

1 Södermalms IK 824,5 poäng

2 Fredrikshofs IF 611,5

3 IK Iris 524,5

4 IF Årstapojkarna 523,5

5 Hanvikens SK 79,5

Tävlingsresultat

Vi har här bara tagit med de bättre i regel p.g.a. utrymmet. Hoppas vi senare skall kunna plocka med litet fler.

Seniorer:

5/5	Mälarhöjdsstafetten		Mälarhöjdens IK	14.50,6	klass 1
			IFK Lidingö	15.29,0	
			1:a FIF	15.06,8	klass 2
			2:a Polisens IF	15.11,6	klass 2
	Stadsloppet		1:a FIF	54.02	klass 3
16-17/6	DM	100m	Max Willberg	12,1	försök
		800m	8:a Kurt Ohlsson	2.03,0	
			16:e Lennart Johansson	2.01,3	
			22:a Erland Olsson	2.04,4	
		Diskus	8:a Åke Andersson	38.89	
28/6	Söderfors	100m	6:a Ulf Beckman	11,6	senior
			Bertil Sjödin	12,7	junior
			Rolf Adolfsson	13,5	ungdom
		800m A	3:a Kurt Ohlsson	1.59,8	
			6.a Torsten Holmén	2.01,6	
		800m B	5:a Lennart Johansson	2.03,8	
		800m C	6:a Kurt Gustafsson	2.14,2	junior
		1500m B	3:a Kurt Ohlsson	4.10,5	
			5:a Björn Larsson	4.13,1	
			8.a Erland Olsson	4.22,0	
4/7	Gimo	Diskus	6:a Åke Andersson	39.58	
		800m B	15:e Björn Larsson	2.01,7	
		3000m	13:e Björn Larsson	9.15,4	
12/7	Strömsberg	100m	5:a Bertil Sjödin	12,5	junior
		800m A	4:a Kurt Ohlsson	1.57,5	
		800m B	7:a Lennart Johansson	2.04,4	
		5000m	6.a Björn Larsson	16.12,?	
		1000m	11:a Kurt Gustafsson	2.47,4	junior
		1500m A	6:a Björn Larsson	4.12,0	
		1500m B	1:a Kurt Ohlsson	4.09,4	

Från terränger och landsvägslopp får vi återkomma då inga resultat har influiterat ännu.

Vi deltar i friidrottsserien och leder väl denna nu efter seriefinalen på Årsta IP mot Årstapojkarna 30/7, men vi har en match kvar. Samtliga vunna utom en, knappt förlorad mot IFK Tumba.

Resultat:

FIF- Stockholms Godtemplare IF	67-61
FIF-IK Iris	73-54
FIF-Älvsjö AIK	74-54
FIF-IFK Tumba	63-65
FIF-Årstapojkarna	70-58

Bland de bättre resultat märks.

100m Ulf Beckman och Max Willberg mot Älvsjö bägge 11,2 men med medvind. Sune Knutsson 1.63 i höjd, Kurt Ohlsson 51,8 på 400m på ÅP. Nisse Wigren 3.00 i stav, Sandvik 51,20 i spjut.

Ungdomars resultat

KM i terräng 19/5 1959

A-ungdom	Rolf Andersson	7.35
B-ungdom	Olle Magnusson	7.26
	Bo Eklund	8.15
C-ungdom	Thomas Holtz	5.08
	Rolf Eriksson	5.10
D-ungdom	Roger Nyberg	5.35

Bellevues tävlingar

1000m	11:a K. Gustafsson	2.48,7	juniorer
300m	1:a Erik Reuterswärd	39,5	Försök, A-ungdom
	4:a Rolf Adolfsson	40,1	
	4:a Erik Reuterswärd	39,2	Mellanheat
80m	5:a Olle Magnusson	10,0	B-ungdom, försök
Höjd	17:e Lennart Olausson	1.50	B-ungdom

Flatenspelen

80m	3:a Olle Magnusson	10,2	B-ungdom,försök
	3:a Olle Magnusson	9,7	final
Kula	15:e Olle Magnusson	10.58	
80m	5:a Thomas Holtz	10,6	C-ungdom, försök
Kula	1:a Lars Östh	11.85	C-ungdom
Höjd	4:a Lars Östh	1.48	C-ungdom

Karlstad

1500m	2:a Torsten Holmén	4.02,3	
-------	--------------------	--------	--

DM

10000m	3:a Lagpris	1.41.50,6	
	10:a Göte Grönberg	33.41,2	
	13:e Elis Hultgren	34.40,2	
	14:e Lars Garbrand	35.34,6	
4x1500m	9:a	17.01,6	

Aspudden

100m	Max Willberg	12,0	
800m	1:a Kurt Ohlsson	1.58,1	
3000m	Jan-Olov Moberg	9.17,1	
	Björn Larsson	9.26,8	

Uppsala

1500m	Torsten Holmén	4.02,3	
-------	----------------	--------	--

Stadion

800m	Kurt Ohlsson	1.59,7	
100m	Ulf Beckman	11,3	försök
	Ulf Beckman	11,5	final

Tureberg

400m	Ulf Beckman	51,9	
------	-------------	------	--

Inomhushopp har vi även kört med i vintras:

Längd u.a.	Stig-Erik Dalfors	2,64 meter
	Bertil Sjödin	2,59
	Rolf Thelin	2,57
	Åke Andersson	2.57

Seriematch

Längd	Kjell Larsson	5,73
110m häck		20,0

Årsbästa har fått några justeringar:

400m	Kurt Ohlsson	51,8
Spjut	E. Sandvik	51.20
110m häck	Chris Nowak	19,2

Men säsongen är lång ännu och vi väntar på flera. Har någon resultat som inte blivit noterade eller om det är nån som har vetskap om bättre noteringar än vi uppgivit här, ber vi ursäkt, men vi har inte fått några andra. Då äro vi tacksamma för att få reda på dessa för tillrätta nästa gång.

Årets första klubbmästare har korats på Hjorthagens IP där ca 15 talet hofvare mötte upp och gjorde upp om mästarvärdigheterna, 100m, 1500m, kula och längd. Några av de bättre saknades fast det var relativt god anslutning.

100m Ulf Beckman

1500m Kurt Ohlsson

Längd Anders Dahlin

Kula Urpo Souvari

KM fortsätter tisdagar på Hjorthagen enligt det tryckta tävlingsprogrammet som utsänts. Tag en titt på detta då och då så du inte missar något.

Årsbästa seniorer t.o.m. 18/7 1959

100m

Ulf Beckman	11,2
Max Willberg	11,5
Bertil Sjödin	12,5

400m

Ulf Beckman 51,9

Lennart Johansson 53,8

Erland Olsson 56,4

800m

Kurt Ohlsson 1.56,7

Torsten Holmén 2.01,6

Björn Larsson 2.01,7

Lennart Johansson 2.01,8

1500m

Torsten Holmén 4.02,3

Kurt Ohlsson 4.09,4

Björn Larsson 4.12,0

(i stafett 4x1500m 4.09,0)

1000m

Kurt Gustafsson 2.47,4

Erik Reuterswärd 2.56,5

Rolf Adolfsson 2.58,0

3000m

Björn Larsson 9.04,2

Jan-Olof Moberg 9.04,2

Sven-Erik Dalfors 9.30,7

5000m

Björn Larsson 16.12,0

10000m

Göte Grönberg 33.41,2

Elis Hultgren 34.40,2

Lars Garbrand 35.34,6

100m häck

Kjell Larsson	20,1
Christer Nowak	20,4
Broge Wilén	20,6

Längd

Arnold Dahlin	5.78
Kjell Larsson	5.73
Claes Strand	5.24

Höjd

Sune Knutsson	1.63
Christer Nowak	1.63
Lennart Olausson	1.50

Stav

Arnold Dahlin	2.90
Nils-Erik Wigren	2.80
Björn Larsson	2.70

Kula

Åke Andersson	11.79
Urpo Souvari	9.45

Diskus

Åke Andersson	39.58
Erik Sandvik	31.55

Spjut

Erik Sandvik	48.89
Urpo Souvari	41.06
Bertil Winka	40.84

I diskus har Åke kastat med litet för lätt redskap 44.72m. I skoltävling har Kjell Larsson hoppat i längd 6.06m. De flesta äro ungdomar och juniorer.

Flera resultat speciellt i hopp och kast är som synes inte så bra, men vi äro på väg även i de grenarna som vi nästan alltid genom årens lopp varit notoriskt svaga i. Det är

glädjande och vi hoppas på att få in mera folk där och att de som nu håller på kommer att träna lika intensivt som våra löpare så kommer resultaten som ett brev på posten.