



VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2009

Föreningen har under året varit mycket verksam. Det har skapat möjlighet till fysik aktivitet för alla Larsmo bor och många andra som på olika sätt tagit del av vår verksamhet. Ekonomin i föreningen är för närvarande god. Den ekonomiska satsningen på idrottsparken som gjordes för sex år sedan kan betalas bort under nästa år och föreningen har under verksamhetsåret köpt en ny snöskoter för skidspårsunderhållet.

Friidrotten har fått leva ett uppsving av sällan skådat slag. Den erkänt goda verksamheten inom friidrottssektionen är känd vida omkring och lockat med sig barn och unga från nejden. En eloge till ledare och föräldrar som gör verksamheten levande och till de goda resultat som presterats med bl.a. en andra plats i Vattenfall cup.

Inom skidskyttet arrangerades en landskamp för ungdomar mellan de nordiska länderna som samtidigt också var nationella tvådagars tävlingar. Det fanns många deltagare från grannlandet Sverige och föreningen fick god respons från tävlingen. Det var en utmaning för föreningen att arrangera denna tävling, men med facit i hand vill jag påstå att vi lyckades.

Den 15 åriga Johan Bergman från Sollefteå i Sverige sade när han kom i mål
"- Det här var den roligaste tävling jag någonsin har varit med om".

Skidsektionen fick uppvakta två FM-medaljörer under året. Oskar Sjölund och Jonas Grankulla visade sin kapacitet framförallt i sprinten och Josefin Sandvik med framskjutna placeringar i samtliga discipliner men detta år utan en pallplats.

Skidåkare från Larsmo har de 15 senaste åren varit stommen i representationsföreningen IF Brahe och samarbetet med föreningen är fortsättningsvis god. En drastisk minskning av skidåkande juniorer har skett under de senare åren och vi hamnar att "slå huvuden ihop" för att lösa problemet. Den största orsaken till minskningen torde ändå vara de snöfattiga vintrarna och att snön har kommit först i mitten av januari. För att skapa möjlighet för skidåkning har det krävts en massiv talkoinsats med snötillverkning och utkörning av snö längs med spåren.

Larsmo IF tackar samarbetsföreningarna IF Brahe; IF Drott och Larsmo Kommun för gott samarbete. Också ett stort tack till alla samarbetspartners som har stött vår förening ekonomiskt och till alla talkoarbetare som med sin insats gjort verksamheten levande.

Styrelsen

Styrelsen som under året haft följande sammansättning har sammankommit till fyra protokollförda möten:

Ordinarie	Suppleant
Frej Stenman, ordförande	Sune Sjölund
Leif Källman, skidsektionen	Henning Nynäs
Greger Sundvik, skidskytte	Siv Hellström
Thomas Nylund, friidrott	Roger Nynäs
Annika Vikström, orientering	Bengt Enqvist
Anders Östman, motion	Alf Vikström
Viveka Strömberg, sekreterare	

Utanför styrelsen har Kerstin Slussnäs fungerat som kassör.

Föreningens ekonomi är i balans.

HÄR FÖLJER SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

FRIIDROTT

Larsmo IF Friidrott har haft ett framgångsrikt 2009 både tränings- och tävlingsmässigt.

Vi har även i år haft över 100 knattar med i vår verksamhet. Antalet friidrottslicenser uppgår i år till 86 stycken. Nytt för i år var gruppen för 4-5 åringar som vi drog i samarbete med Fritidsbyrån. Veronika Saarman fungerade som ledare för gruppen och under 6 träningstillfällen i maj och juni fick barnen bekanta sig med friidrott på ett lekfullt sätt. De övriga knattarna var indelade i 5 åldersbaserade grupper vilka drogs av 2 tränare per träningstillfälle. Vi har i år haft 15 tränare engagerade i vår verksamhet. De två yngsta grupperna, 6-7 år och 8-9 år, hade ett träningspass i veckan medan de äldre erbjöds två pass i veckan. Alla våra träningstillfällen lockade ett stort antal knattar, som mest upp till 100 deltagare. Vår sommarsäsong föregås alltid av vinterträning för alla över 10 år och i år har vi haft innerträningar en gång i veckan i Cronhjelmsskolan. Varannan lördag har vi haft löpträning i Tellushallen. Lördageftermiddagar har Tomas Nylund dragit ett gympass för alla intresserade över 12 år. För att hålla upp motivationen och stärka lagandan ordnade vi 18.4 en träningsdag i Jakobstad. Vid Fitness - center höll Nelya Yeremenko ett mycket uppskattat gymnastikpass och sedan förflyttade vi oss till Tellushallen för friidrottsträning. Dagen avslutades med välförtjänt pizza. Idrottsskoj i samarbete LBK och Fritidsbyrån har även det försiggått på lördagar i Cronhjelmsskolan. Deltagarna har varit indelade i 2 grupper enligt ålder och träningarna har dragits av 2 ledare per tillfälle.

Säsongen började traditionsenligt med terrängcupen, som sprangs på spånbanan vid Larsmo Idrottscenter. Vi hade även 2 deltagare i både terräng-DM och terräng-FM. Ärevarvet innebär för oss ett välkommet tillägg i kassan och i år genomfördes det den 3:e juni. Deltagarna var främst våra egna knattar sponsorerade av föräldrar och bekanta.

Den egentliga tävlingssäsongen har för oss i år innefattat ett stort antal tävlingar. Vi har deltagit i alla distriktstävlingar här i nejden med i snitt 20 LIF:are per tävling och hemfört ett stort antal medaljer. I Knattestafett- DM i Vasa 24.6 var vi näst bästa förening i medaljstatistiken med 3 guld, 5 silver och 1 brons. Även mångkamps-DM gick över förväntan med medaljsaldot 5 guld och ett brons. Knattefinalen gick i år i Jakobstad och LIF ställde upp med ett stort antal deltagare och hemförde 38 medaljer. I år hade vi även 2 deltagare med i FM för 14-15 år. Båda deltog i 3-steg och Anders Öst blev 10:e i P-14 medan Rickard Nylund blev 11:e i P-15. Vi deltog också i områdesfinalen inom ÖID-KP-EP-distrikten för 12-13 åringar i Nykarleby. Därifrån hemförde LIF:arna 9 medaljer. Våra tre 16-åringar deltog i ÖIDM för 17-19 åringar och fick varsin medalj. Rickard Nylund, Karolina Öst och Simon Haglund var uttagna för ÖID i KP – ÖID - kampen.

Huvudsatsningen i år gjorde vi på Vattenfall Cup och det med ett strålande resultat. Vi nådde finalen via 2 deltävlingar, efter vilka vi låg etta. Finalen gick i Karstula 29:e augusti och eftersom vi vunnit hela kvalet fick vi tävla med nummer 1 på bröstet. Efter en jämn och spännande tävling med fina prestationer av alla tävlanden slutade vi på andra plats efter segrande Lappajärven Veikot. Med vår andra placering var vi bäst av alla SFI-föreningar som deltog i Vattenfall Cup.

Säsongen avslutades som sig bör med LIF-GIF kampen, som vi även i år vann i stor stil.

SKIDLÖPNING

Hösten blev lika varm och snöfattig som man vant sig vid de senaste åren. Men det kom några dagars kyla i mitten på december så det gick att tillverka konstsnö.

På trettondagen deltog man tillsammans med kommunen i landskapsstafetten i Ylevieska. Där placerade sig lag 1 på en 6:e plats och lag 2 på en 19:e plats. I lagen skidade: lag1, Hendrik Ekstrand, Carl-Wilhelm Stenman, Elin Björkström, Niklas Dahlund, Jonas Grankulla, Oskar Sjölund, Josefine Sandvik och Mårten Wargh. Lag2: Stefan Mäki, Mikaela Ekstrand, Louise Björkskog, Björn Sjölund, Jonatan Sandvik, Henning Nynäs, Emma Sjölund och Tommy Haglund.

Skidskola ordnades vid tre tillfällen under ledning av Gunilla Sandström tillsammans med föreningens äldre juniorer. Deltagarantalet var stort fast vädret inte alltid var det bästa.

Tre serieskidningar kunde också ordnas med samma deltagar antal som de senaste åren.

14.2 arrangerades Barnens Vasalopp för 15:e gången. Deltagarantalet ökade igen något från föregående år (ca. 500 st.)

De aktiva har som vanligt tävlat flitigt och med stor framgång under vintern. Oskar Sjölund och Jonas Grankulla tog båda silver vid ungdoms FM i sprint, dessutom blev Oskar utagen till ungdoms VM i Praz de Lys där han kom på 15:e plats.

Här följer några resultat och medaljer från vinterns tävlingar:

	DM	FSSM	FM	HS	KLL
Josefin Sandvik	1		5+6+8+12+14+33		10
Oskar Sjölund		2+3	2+37+47+39		
Jonas Grankulla	2	1+1	2+4+5+8		2
Louise Björkskog	2			32	
Emma Sjölund	1	2	10+21+22+23		11
Anna-Lena Ekstrand	2	2+1	15+17+20+29		11
Mårten Wargh		2	22+22+29		19
Elin Björkström				11	
Oskar Sandström	2				
Mikaela Ekstrand	2	1		24	

FM stafetter:

D-20 Anna Lena Ekstrand, Emma Sjölund och Josefin Sandvik 5:e

H-20 Oskar Sjölund, Mårten Wargh, Alexander Haga 4:e

FMstafetter sprint:

D-21 Emma Sjölund och Anna-Lena Ekstrand 15:e

H-21 Oskar Sjölund och Hendrik Ekstrand 33:e

FSSM stafetter:

D-14 Louise Björkskog, Amanda Sjölund, Jennie Sandström 3:e

D-21 Malin Källman, Anna-Lena Ekstrand, Emma Sjölund 2:a

SKIDSKYTTE

Årets största utmaning för Larsmo skidskyttarna var arrangerandet av juniorlandskampen mellan Sverige och Finland för 15 och 16 åriga pojkar och flickor. Samtidigt arrangerades Nationell tävling och FSSM i alla klasser.

Tävlingarna inleddes på fredagskvällen med stafetterna mellan Svenska och Finska juniorlandslagen. Det var fyra lag från varje land som deltog i stafetterna. De finländska juniorerna vann alla stafetter. På lördagen ställde sig 175 deltagare på startlinjen för att delta i snabbskidskytte. Bland deltagarna förutom de tolv juniorerna fanns också två dam och en herråkare från Sverige. På söndagen avslutades tävlingarna med normalskidskytte med 175 deltagare.

Skidskyttarna har deltagit livligt i tävlingar under året, både FM-tävlingar och nationella med fina prestationer. Bland dem kan nämnas:

Nina Viklunds

2 FM-brons i löpskytte
2 FSSM-guld i löpskytte
2 FSSM-guld i skidskytte
2 FM-silver i orienteringslöpskytte

Carl-Wilhelm Stenmans

1 FM-brons i löpskytte
2 FSSM-guld i löpskytte
2 FSSM-guld i skidskytte

Till FSSM i löpskytte på Åland reste Larsmo skidskyttarna tillsammans med IF Fyrens skidskyttar i gemensam buss. Tävlingarna gick bra med många medaljer och fina prestationer. Men på hemresan blev det lite problem när bussen inte startade när den skulle köra ombord på färjan. Bussen blev kvar på Åland med all utrustning och kom ett dygn senare. Bussbolaget ordnade ny buss åt oss i hamnen i Åbo. Så hemresan gick bra trots problem med bussen.

PLOCK UR RESULTATLISTORNA

Larsmo Biathlon Games 22.02 Samtidigt FSSM

M11 1p Jimmy Viklund FSSM 1p
M15 6p Carl-Wilh. Stenman FSSM 1p
D17 12p Nina Viklund FSSM 1p
D17 13p Pernilla Sundvik FSSM 2p
M 9p Tommy Haglund FSSM 1p
M55 2p Alf Vikström FSSM 1p

Larsmo Biathlon Games Samtidigt FSSM 21.02

M11 2p Jimmy Viklund FSSM 1p
M15 7p Carl-Wilh. Stenman FSSM 1p
D17 10p Nina Viklund FSSM 1p
D17 13p Pernilla Sundvik FSSM 2p
M 3p Tommy Haglund FSSM 1p
M55 3p Alf Vikström FSSM 1p
M65 7p Dage Nynäs FSSM 4p

Finska Mästerskap Rovaniemi 22.03 normal

D16 9p Pernilla Sundvik

Finska Mästerskap Rovaniemi 21.03. snabb

D16 9p Pernilla Sundvik

Saloisten Reipas nationella 08.03

D17 1p Pernilla Sundvik
H55 4p Alf Vikström
M65 2p Dage Nynäs

Finska Mästerskap Kuhmo 04.04. normal

M40 4p Tommy Haglund
M55 19p Alf Vikström
M60 9p Henning Nynäs

Finska Mästerskap 05.04. Snabb
M40 6p Tommy Haglund
M55 14p Alf Vikström
M60 4p Henning Nynäs

Finska Mästerskap Löpskytte Kauhajoki 07.08. snabb
M15 3p Carl-Wilh Stenman
D16 3p Nina Viklund
D16 7p Pernilla Sundvik
M40 9p Tommy Haglund
M60 5p Henning Nynäs
M60 7p Per Snellman
M65 8p Dage Nynäs

Finska Mästerskap Löpskytte Kauhajoki 08.08. normal
M15 9p Carl-Wilhelm Stenman
D16 3p Nina Viklund
D16 8p Pernilla Sundvik
M40 7p Tommy Haglund
M60 2p Henning Nynäs

Finska Mästerskap Kauhajoki 09.08. stafett
M150 Larsmo IF 6p. Per Snellman. Henning Nynäs. Tommy Haglund

FSSM- Löpskytte 31.07. Åland normal
H15 1p Carl-Wilhelm Stenman
D17 1p Nina Viklund
D17 2p Pernilla Sundvik
D 1p Susanne Berg
M11 1p Jimmy Viklund
M60 2p Henning Nynäs
M60 3p Per Snellman
M65 4p Dage Nynäs

FSSM-Löpskytte 01.08. Åland snabb
H15 1p Carl-Wilhelm Stenman
D17 1p Nina Viklund
D17 2p Pernilla Sundvik
D 1p Susanne Berg
M11 1p Jimmy Viklund
M60 1p Henning Nynäs
M60 4p Per Snellman
M65 4p Dage Nynäs

Finska Mästerskap Orienteringslöpskytte 16.05 -17.05Tavastehus snabb . normal
D16 2p Nina Viklund
D16 4p Pernilla Sundvik
M35 2p Roger Nynäs
M40 1p Tommy Haglund
M60 1p Henning Nynäs
M65 6p Dage Nynäs

D16 2p Nina Viklund
D16 3p Pernilla Sundvik
M35 3p Roger Nynäs
M40 1p Tommy Haglund
M60 1p Henning Nynäs
M65 6p Dage Nynäs

ÖID CUP I LÖPSKYTTE 09

5 Deltävlingar

H11 1. Jimmy Viklund LiF 10p
H13 1. Carl Prost 20p If Fyren 2. Johan Grundvall LiF 5p
H15 Carl-Wilhelm Stenman LiF 5p
D15 1. Carolina Prost If Fyren 25p 2. Julia Backgren If Fyren 15p
D17 1. Nina Viklund LiF 15p 2. Pernilla Sundvik LiF 14p
H 1. Jonas Vesterback If Fyren 15p 2. Tommy Haglund LiF 8p
H50 1. Kent Nykamb If Fyren 15p
H60 1. Henning Nynäs LiF 20p 2. Lars Forsman If Fyren 13p 2. Per Snellman LiF 13p
H65 1. Dage Nynäs LiF 25p H70 1. Sven Båskman If Fyren 10p

DM i Löpskytte 06.09.09

Arr. If Fyren

H13 1. Johan Grundvall LIF 17.18 2+1 2. Carl Prost IFF 18.40 2+1
H15 1. Carl- Wilhelm Stenman LIF 21.50 1+1+2
D15 1. Carolina Prost IFF 27.37 0+0+1 2. Julia Backgren IFF 33.27 2+1+2
D17 1. Nina Viklund LIF 33.38 2+2+2+3 2. Pernilla Sundvik LIF 39.07 0+4+0+3
H 1. Jonas Vesterback IFF 32.11 0+2+2+1
H50 1. Kent Nykamb IFF 39.00 2+5+4+4
H60 1. Lars Forsman IFF 33.04 2+2+0+3 2. Per Snellman LIF 34.29 4+2+2+3
H65 1. Dage Nynäs LIF 37.08 3+2+2+1
H70 1. Sven Båskman IFF 39.08 3+4+4+3

Klubbkamp 16.9.2009				
Namn	Löptid	Bommar	Respit	Sluttid
1. Jimmy Viklund	22.31	1	-17min	6.31
2. Johan Grundvall	22.03	8	-17min	13.03
3. Nina Viklund 23.20	4	-10min	17.20	
4. Henning Nynäs	22.20	5	-9min50s	17.30
5. Carl-Wilhelm Stenman	21.12	11	-11min	21.12
6. Tommy Haglund	21.15	6	-2min55s	24.10
7. Per Snellman 23.50	12	-11min5s	24.45	
8. Pernilla Sundvik	27.00	7	-8min	26.00
9. Dage Nynäs	30.45	13	-11min5s	31.50

Klubbmästerskap i skidskytte vintern 2009

Namn	Skidti	Bommar	Respit	Sluttid
1. Jimmy Viklund	37.41	10	-17min	30.41
2. Peter Heikell 29.18	4	-2min30s	30.48	
3. Alf Vikström 33.56	6	-8min35s	31.21	
4. Per Snellman 34.45	9	-11min5s	32.40	
5. Henning Nynäs	33.00	10	-9min50s	33.10
6. Nina Viklund 35.52	6	-8min	33.52	
7. Pernilla Sundvik	39.32	9	-8min	40.32
8. Roger Nynäs 36.16	10	-2min15s	44.01	
9. Riko Liljedahl 51.30	16	-15min	52.30	

Damer respit 1minut.

ORIENTERING

Året var ett mellanår efter fjolårets tunga FSOM arrangemang. Det var mera koncentrerat på flera små arrangemang, samt elitsatsning, träningar och tävlingar.

Inom huvudföreningen IF-Brahe lyste de äldre ungdomarna med framgångar både i junior-VM, flera FM-medaljer och ett antal plaketter.

I Larsmo har vi inte så många orienterare, men några trotjänare är flitigt med. Som glädjeämne kan lyftas fram några juniorer som visat intresse och deltagit i flera större tävlingar i sommar.

Bekymmersamt är, som i flera andra individuella sporter, ungdomarnas minskning bland deltagarna. Detta är ett problem bland de flesta föreningar och någonting borde göras för att få dem med.

SFSI-skolmästerskapen skulle arrangeras på hösten i Larsmo, men tvingades utgå pga dubbelbokningar i tävlingskalendern. Nytt försök för arrangemanget är planerat till maj 2010 och platsen Larsmo idrottspark.

Nybörjarskolning och Hippo-cup för juniorer under 16 år har arrangerats ett par gånger i vid Larsmo idrottspark. Teknikträning har arrangerats i Kackur, korta kontrollavstånd, Fränsviken, tempoträning och långdistansträning.

Torsdagsträffarna arrangerades i vanlig ordning även i Larsmo. Den 28.5 vid Larsmo idrottspark med 118 deltagare, 9.7 vid Fränsviken västra med 104 deltagare samt den 6.8 vid Fränsviken östra med 107 deltagare.

Tyvärr lyckades vi inte få ihop något lag till Mellersta-Österbottens orienteringslandskapsstafett i år, utan får ta nya tag nästa år.

Värdetävlingar med deltagare och resultat bosatta i Larsmo:

Skidorientering	FM-skid OL medeldist, Keuruu	H65 Lars-Erik Östman	44
	DM-skid OL Karleby	H65 Lars-Erik Östman H60 Lauri Lehto	1
Orientering	Sprint-FM, Karleby	H55 Henning Nynäs D55 Gun Finnäs	34
	FM-Lång II, Kurikka	H65 Lars-Erik Östman H60B Henning Nynäs	45 5
	FSOM,långdistans,Sibbo	H60 Henning Nynäs D10RR Hanna Wiklund	7 5
	DM-Sprint, Bennäs	H60 Henning Nynäs D55 Gun Finnäs	1 2
	DM-stafett, Vasa Öjberget	H60 (Henning Nynäs,Lars-Erik Östman, Lauri Lehto)	4
	DM,medeldistans, Solf	H60 Nynäs Henning	2
	Natt-DM, Vörå	H65 Lars-Erik Östman	2
	DM-långdistans, Nedervetil	H40 Tommy Haglund H55 Gun Finnäs	4
	Ekorrstigfinalen, Kovjoki	D10RR Hanna Viklund H10RR Lukas Liljekvist H8RR Filip Liljekvist	6 9 7
	Ungdoms-Jukola, Vasa Öjberget	Pernilla Sundvik mfl.	93
	Finnspring-stafett, Närpes	H180 (Lars-Erik Östman mfl)	7
	KP-viesti, Ylivieska	H21 (Tommy Haglund mfl.)	8
	FIN-5, Tavastehus	H60A Henning Nynäs	23

MOTION

Vasaloppsresan arrangerades traditionsenligt för 13:e gången med gruppen Frejs Game. Resenärer från hela nejden var med på resan.

Motionssektionen arrangerade ruskamarschen vid Larsmo Idrottspark tillsammans med Fritidsnämnden och Folkhälsan.

Arrangemang kring temat motion verkar ligga i tiden

ÖVRIGT

Föreningen tackar alla som under året har varit delaktiga i vår verksamhet och alla som med sitt frivilliga arbete har gjort verksamheten möjlig. Tack också till alla samarbetspartners som gav sitt stöd till föreningen.

Vi ser fram mot ett aktivt idrottsligt år 2010, med goda idrottsprestationer och idrottsarrangemang i Larsmo Idrottspark.

Larsmo 13.12.2010

Frej Stenman, Ordförande

Viveka Strömberg, Sekreterare