

## LARSMO IDROTTSFÖRENING R.F.

### VERSKAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2002

Föreningens styrelse har under året haft följande sammansättning

#### Ordinarie

Ulf Holgers, ordf.  
Per-Ole Björnvik, viceordf.  
Henning Nynäs  
Leif Källman  
Sören Öhberg  
Christer Boström  
Viveka Strömberg, sekr.

#### Suppleant

Alf Vikström  
Max Öhberg  
Tommy Haglund  
Sune Sjölund  
Bengt Enkvist  
Lars-Erik Östman

Styrelsen har under det gångna året sammankommit till fem protokollförda möten. Utanför styrelsen har Kerstin Slussnäs fungerat som kassör.

Verksamheten inom de olika sektionerna har fungerat i stort sett i samma omfattning som ifjol. Föreningens samarbete med IF Drott och IF Brahe, vad gäller friidrott, skidloppning och orientering, har även det fortsatt som förut.

Föreningens ekonomi är i balans.

### SKIDSKYTTE

Gemensamma träningar har hållits nästan varje vecka hela året igenom och ca 5-8 personer har deltagit varje gång. Ett par cup-tävlingar har man även arrangerat under året.

Som vanligt har det tävlats flitigt av larsmoskyttarna, med varierande framgång som synes i resultatlistan nedan

#### Nationell 15.12 Seinäjoki, snabb

H50	1	Henning Nynäs
H55	5	Dage Nynäs
H60	2	Bror Stenman

#### Nationell 19.1 Jalasjärvi

H12	4	Jonas Stens
H14	11	Robin Sjölund
H18	7	Rasmus Vikström
H50	6	Henning Nynäs
	7	Alf Vikström
H55	10	Dage Nynäs
H60	12	Bror Stenman

#### Nationell 20.1 Kauhajoki

H12	4	Oskar Sjölund
	7	Jonas Stens
H14	7	Robin Sjölund
H18	9	Rasmus Vikström
H50	2	Henning Nynäs

#### Nationell Alavieska 3.2

H12	3	Jonas Stens
H14	1	Robin Sjölund
H18	2	Rasmus Vikström
H50	4	Henning Nynäs
	5	Alf Vikström

H55	4	Dage Nynäs
H60	4	Bror Stenman

FSSM 8-10.2 Pedersöre

snabb	H12	1	Jonas Stens
	H14	1	Robin Sjölund
		2	Sebastian Sandvik
		3	Christian Sundqvist
	H18	3	Rasmus Vikström
	H50	2	Henning Nynäs
		4	Alf Vikström
		5	Ahti Varinen
	H55	5	Dage Nynäs
	H60	3	Bror Stenman
H	1	Tommy Haglund	
	6	Jan Stenman	
normal	D12	1	Josefin Sandvik
	H12	2	Oskar Sjölund
		3	Jonatan Sandvik
	H14	1	Robin Sjölund
		2	Sebastian Sandvik
		3	Christian Sundqvist
	H18	3	Rasmus Vikström
	H50	2	Henning Nynäs
	H55	5	Dage Nynäs
	H60	4	Bror Stenman

FM 23.2 Alavieska

D18	15	Elina Varinen
H18	18	Rasmus Vikström

Nationell 15-17.3 Himango

snabb	H12	8	Jonas Stens
	H14	14	Robin Sjölund
		15	Sebastian Sandvik
	H18	10	Rasmus Vikström
	H50	6	Henning Nynäs
		9	Alf Vikström
	H55	12	Dage Nynäs
	H60	20	Bror Stenman
normal	H12	4	Oskar Sjölund
		12	Jonas Stens
	H14	14	Christian Sundqvist
		15	Robin Sjölund
		16	Sebastian Sandvik
	H18	11	Rasmus Vikström
	H50	5	Henning Nynäs
		11	Alf Vikström
H60	19	Bror Stenman	

Nationell 24.3 Ähtäri

H12	3	Jonas Stens
H50	2	Henning Nynäs
H55	6	Dage Nynäs

Larsmo klubbmästerskap 20.2

1	Peter Heikell
2	Robin Sjölund
3	Jonas Stens
4	Bror Stenman
5	Ahti Varinen
6	Alf Vikström
7	Rasmus Vikström
8	Tommy Haglund
9	Johan Sjölund
10	Dage Nynäs
11	Elina Varinen
12	Roger Nynäs

FM i orienteringslöpskytte 9.5

H50	1	Alf Vikström
	2	Henning Nynäs
H55	3	Dage Nynäs

Löpskytte ÖID-mästerskap

H14	1	Robin Sjölund
H18	3	Rasmus Vikström
H50	1	Henning Nynäs
H55	2	Dage Nynäs
H60	2	Bror Stenman

FSSM löpskytte Åland

D12	1	Ronja Vikström
H14	4	Christian Sundqvist
	5	Robin Sjölund
H12	1	Jonas Stens
H18	4	Rasmus Vikström
H21	5	Jan Stenman
H50	2	Henning Nynäs
	6	Alf Vikström
H55	6	Dage Nynäs
H60	4	Bror Stenman

stafett	H14	1	Larsmo IF	Christian Sundqvist, Jonas Stens, Robin Sjölund
	H21	5	Larsmo IF	Rasmus Vikström, Henning Nynäs, Jan Stenman
	H150	5	Larsmo IF	Alf Vikström, Bror Stenman, Dage Nynäs

FM löpskytte 10.8 Lieksa

snabb	H50	6	Henning Nynäs
massstart	H50	7	Henning Nynäs

Regionmästerskap 22.9 Alavieska

H12	2	Jonas Stens
H50	2	Henning Nynäs
	3	Alf Vikström

## SKIDLÖPNING

Under sommaren och hösten ordnades uteträningar för de yngre juniorerna under ledning av Åsa Wargh. På senhösten fortsatte man med inneträningar i Holm skola för de yngsta under ledning av Åsa Wargh och de äldre deltog i träningarna vid Vestersundsby skola.

Under mellandagarna vid jul och nyår ordnades skidskola under ledning av Åsa Wargh och Carita Sundqvist. Senare under vintern fortsatte man med teknikträningar.

På trettondagen ordnade föreningen i samarbete med kommunen ett lag till landskapsstafetten i Nivala. Laget slutade på en 20:e plats totalt och på 5:e plats i B-serien, endast 39 sekunder från ett avancemang till A-serien.

Efter trettondagen startade serieskidningarna som sedan rullade på som vanligt men med något färre deltagare än de senaste åren.

Lördagen den 16 februari ordnades Barnens Vasalopp för åttonde gången. Det var nu andra året utan tidtagning och man kunde med glädje notera att deltagarantalet hållit sig på samma nivå som tidigare men att en stor del av tävlingshetsen försvunnit.

Onsdagen den 27 februari ordnades Larsmosprinten för tredje gången.

De aktiva har under vintern tävlat flitigt med många goda mästerskapsplaceringar som resultat. Bland höjdpunkterna bör nämnas Johan Enlunds deltagande i Junior VM i Tyskland där han placerade sig som bäste finländare på en 14:e plats på 30 km klassiskt. På 10 km fri stil kom han på en 29:e plats.

Resultat:

		<b>DM</b>	<b>FSSM</b>	<b>FM+HS</b>	<b>VM</b>
Malin Källman	D	1	2		
Karin Källman	D16	4	2		
Björn Sjölund	H16	1	3	23 HS	
Annika Sjöström	D14	4			
Henrik Ekstrand	H14	2	3	7 HS	
Josefin Sandvik	D12	1	9		
Anna-Lena Ekstrand	D12	3	8		
Oskar Sjölund	H12	2	10		
Mårten Wargh	H13		4		
Johan Enlund	H20				14, 29

## MOTIONSSEKTIONEN

Ruskamarschen som motionssektionen är medarrangör i, arrangerades även i år i slutet av september och hade återigen lockat ut ett stort antal deltagare i skogen.

I Holm skola har man bedrivit innegymnastik för flickor.

Motionssektionen står också som medarrangör i vasaloppsresan med Frejs Game. Även i år hade man samlat ihop en busslast entusiastiska åkare, som stakade sig från Sälen till Mora under den första söndagen i mars.

Vasaloppsdeltagarna har även haft gemensamma träningar under hösten med bland annat mosslöpning.

## ORIENTERINGSSEKTIONEN

DM i kortdistans arrangerades i år vid sportstugan i Larsmo. Tävlingen med 170 deltagare genomfördes utan större bekymmer.

LIF har i år försett låg- och högstadiet i Holm med orienteringsmaterial för att skoleleverna skall få bekanta sig med orientering i dess rätta former.

Slutplacering 875 fick lag Nynäs i Jukolakavlen i Asikkala och förbättrade med 20 placeringar jämfört med föregående år. Även övriga orienterare har deltagit aktivt i tävlingar.

<b>Skidororientering</b>	DM i Jalasjärvi 09.02	H55	Lars-Erik Östman	5
		H65	Lars Nynäs	1
	FSOM i Kronoby 02.03	H35	Christer Boström	3
		H50	Henning Nynäs	4
<b>Orientering</b>	ÖIDM i Sundby 09.06 Normaldistans	D10RR	Linnèa Boström	7
		D12TR	Ronja Vikström	3
		D12	Elin Boström	7
		H18	Rasmus Vikström	6
		H21	Tommy Haglund	4
		D40	Annika Vikström	4

H65 Lars Nynäs 11

FSOM i Malax 16-18.08	H21	Fagerudd Kim	2	
	H18	Rasmus Vikström	8	
Kortdistans				
	Normaldistans	D10RR	Linnéa Boström	9
		D12TR	Vikström Ronja	10
		D12TR	Sabina Nynäs	13
		D12	Elin Boström	10
		D14	Emilia Boström	17
		H16	Joonas Rautakoski	13
		H18	Rasmus Vikström	12
		H21	Tommy Haglund	22
		H35	Christer Boström	11
		D40	Annika Vikström	4
		H50	Henning Nynäs	8
		H50	Alf Vikström	22
		H55	Lars-Erik Östman	23
		H60	Allan Nynäs	16
H65		Lars Nynäs	5	
ÖIDM i Larsmo 07.09	D10	Linnéa Boström	1	
	Kortdistans	H10	Axel Nyfors	9
		D12	Elin Boström	3
		D12	Ronja Vikström	7
		D14	Emilia Boström	3
		D14	Eva Östman	9
		H14	Tony Enlund	7
		SM i Askola 14.09	H21	Kim Fagerudd
Kortdistans				
SM i Keuruu 21.09	H16	Joonas Rautakoski	31	
	Nattorientering	H21	Kim Fagerudd	20
		H65	Lars Nynäs	37
Landsskapsstafetten i Kaustby 25.08	Placering 23			
	Lagsammansättning:		Rasmus Vikström Johnny Fagerholm Anna Sjöstrand Allan Nynäs Lars-Erik Östman Henning Nynäs	

## FRIIDROTTSSEKTIONEN

Friidrottsverksamheten inom LIF har i första hand koncentrerats kring knattEVERksamheten, där vi i första rum försökt se till barnens behov och förutsättningar. En allsidig verksamhet med syfte att stärka barnens intresse och motivation för idrott, oberoende av vad det slutliga idrottsgrenvalet kommer att bli.

Samarbetet med IF Drott har fortsatt och ett flertal har deltagit i Drotts träningar och tävlingar samt representerat föreningen i större tävlingar med framgång. De störta bravaderna står Sofi Fagerholm, Henrik Ekstrand och Sebastian Härtull för. Sofi tog FM brons i tresteg för 19-åringar och Henrik FM guld i mångkamp för 14-åringar och tillsammans tog Henrik och Sebastian FM lagguld i både höjdhopp och mångkamp för 14-åringar.

### TRÄNINGSVERSAMHET

Under våren anordnades en knatteterräng cup med fem deltävlingar. Sammanlagt deltog 26 knattar i cupen.

Friidrottsträningar hölls under perioden juni till september på torsdagskvällar vid idrottsplanen. Sammanlagt deltog 40 knattar. I medeltal har 20 knattar deltagit vid varje träningstillfälle. Som ledare har Sofi Fagerholm och Per-Ole Björnvik m.fl. fungerat.

### TÄVLINGSVERKSAMHET

Knattetävlingar har ordnats i samband med friidrottsträningarna.

Den 5 september anordnades klubbkampen för knattar mot Gamlakarleby IF på idrottsplanen i Larsmo. Larsmo knattarna vann i år kampen för fjärde året i rad med 187 poäng mot 153 poäng för GIF. Föreningen fick härmed den tredje inteckningen i vandringspokalen donerad av Pedersörenejdens Andelsbank.

I FWCR deltog ett lag bestående av Johnny Fagerholm, Björn Sjölund, Jonathan Salo, Sune Sjölund, Marcus Parkkinen, Joel Krokvik, Stefan Mäki, Josef Krokvik, Sten Braskén och Rasmus Nyman. Laget placerade sig på en 7:e plats i öppna klassen.

Långloppslöparna / motionärerna har under året även deltagit i ett flertal långlopp och maratonlopp.

Under säsongen har ett flertal tävlat flitigt med representationsföreningen IF Drott, deltagit i mindre tävlingar, klubbkamper, cuper och värde tävlingar. Larsmo friidrottarna har haft en mycket framgångsrik säsong med bl.a. tre FM guld, ett FM brons, fem SFIM medaljer (3 guld, 1 silver, 1 brons) och sammanlagt 49 individuella DM medaljer (14 guld, 21 silver, 14 brons) plus sex DM stafettmedaljer i Drotts lag (3 guld, 2 silver och 2 brons).

### TÄVLINGSARRANGEMANG

För sjätte året i rad gick stafetten Suomi juoksee genom Larsmo. LIF ansvarade för växlingsplatsen vid idrottsområdet i Holm.

I september arrangerades klubbkampen i knattefriidrott mot Gamlakarleby IF på idrottsplanen i Holm.

### Resultat från FM / SFIM / ÖIDM // SFSIM M.FL.

#### FM

<u>Terräng</u>	<u>12.05 i Lappo</u>		
4 km	H17	17. Jonathan Salo	
<u>FM H/D 19</u>	<u>2-4.08 i Imatra</u>		
3-steg	D19	3) Sofi Fagerholm	11,99 (-0,5)
<u>FM H/D 14</u>	<u>17-18.08 i Idensalmi</u>		
800m	P14	13) Sebastian Härtull	2.16,41
2000m	P14	11) Henrik Ekstrand	6.33,48
höjd	P14	4) Henrik Ekstrand	169
		14) Sebastian Härtull	155
höjd lagtävling P14		1) Henrik Ekstrand o. Sebastian Härtull	324
<u>FM i mångkamp</u>	<u>30.08 i Pattijoki</u>		
5-kamp	P14	1) Henrik Ekstrand	2616p. 13,66/502; 166/624; 240/304; 38,59/586; 2.17,04/600
		6) Sebastian Härtull	2464p. 13,81/484; 154/498; 260/357; 34,29/509; 2.16,14/616
Lagtävling	P14	1) Henrik Ekstrand och Sebastian Härtull	5080p

#### SFIM

<u>SFIM</u>	<u>26-28.07 i Borgå</u>		
300 m	P15	3) Sebastian Härtull	42,37
800 m	H17	4) Björn Sjölund	2.07,62
3000 m	H17	1) Björn Sjölund	10.16,33
längd	D	1) Sofi Fagerholm	5,67 (+2,0)
tresteg	D	1) Sofi Fagerholm	12,15 (+3,3)
höjd	D	2) Sofi Fagerholm	157

## DM

Terräng 27.04 i Malax

1 km	P9	9) Jonatan Sandvik
1,7 km	F11	5) Emma Sjölund
	F12	1) Anna-Lena Ekstrand
		2) Josefin Sandvik
	P12	2) Viktor Fagerhed
3 km	P14	1) Henrik Ekstrand
		6) Joakim Pesola
4 km	H17	1) Jonathan Salo

Stafett 08.06 i Närpes

4x100m	D	2) IF Drott	52,05
		J.Isolammi, Sofi Fagerholm, E. Fagerström, S.Smedlund	

Knattestafett 15.06 i Bennäs

4 x 50 m	F11	1) Drott	30,74
		H.Peltola, J. Santala, Emma Sjölund, N.Nygård	
4 x 100 m	P15	2) Drott	53,47
		Sebastian Härtull, Henrik Ekstrand, Joakim Pesola, R.Ahlfors	
4 x 100 m	F13	5) Drott	57,39
		Jennie Ahlgren, S.Fors, J.Fellman, Nina Fagerudd	
4 x 600 m	F11	1) Drott	8.36,25
		Emma Sjölund, K.Fors, H.Peltola, N.Nygård	
4 x 600 m	F13	3) Drott	8.00,24
		Anna-Lena Ekstrand, S.Fors, J.Fellman, Nina Fagerudd	
4 x 600 m	P13	3) Drott	7.47,48
		D.Stenlund, Anton Fagerhed, Viktor Fagerhed, Oskar Sjölund	
4 x 800 m	P15	1) Drott	9.58,62
		Sebastian Härtull, Joakim Pesola, Robin Sjölund, Henrik Ekstrand	

Mångkamp 29-30.06 i Korsholm

3-kamp	F10	6) Lisa Hellström	628p
3-kamp	F11	1) Emma Sjölund	929p.
3-kamp	P11	2) Anton Fagerhed	931p.
4-kamp	F12	2) Nina Fagerudd	1104p
		4) Anna-Lena Ekstrand	1072p
		6) Jennie Ahlgren	900p,
		9) Josefin Sandvik	645p
4-kamp	P12	2) Oskar Sjölund	1453p
5-kamp	P14	2) Sebastian Härtull	2154p

H/D 17-19 10-11.07 i Vörå

längd	D19	1) Sofi Fagerholm	5,37 (+2,0)
3-steg	D19	1) Sofi Fagerholm	12,30 (+1,7)
höjd	D19	3) Sofie Fagerholm	160

Knattfinalen 3-4.08 i Vasa

60m	P11	2) Anton Fagerhed	8,98 (+1,0)
	F11	2) Josefina Salo	9,10 (+0,9)
		3) Emma Sjölund	9,12 (+0,9)
	F12	1) Nina Fagerudd	8,69 (+1,2)
		2) Maria Fagerholm	8,92 (+1,2)
		3) Jennie Ahlgren	9,01 (+1,2)
60m h	F11	2) Katarina Jåfs	11,33
100m	F14	7) Emma Fagerudd	15,35 (+1,1)
150m	F11	3) Emma Sjölund	23,07
		6) Josefina Salo	23,33
	P11	1) Anton Fagerhed	22,30
200m	F12	1) Nina Fagerudd	30,14
		3) Maria Fagerholm	31,46
		4) Jennie Ahlgren	31,63
300m	P14	3) Sebastian Härtull	43,16
600m	P09	13) Jonatan Sandvik	2.23,73
	F11	3) Emma Sjölund	1.59,98
	P12	2) Oskar Sjölund	1.48,26
		3) Viktor Fagerhed	1.50,60
	F12	1) Nina Fagerudd	1.52,65
		4) Anna-Lena Ekstrand	1.57,40

800 m	P14	7) Josefin Sandvik	2.04,59
		2) Sebastian Härtull	2.16,56
		3) Henrik Ekstrand	2.16,69
1500 m	F12	2) Josefin Sandvik	5.53,62
2000 m	P14	1) Henrik Ekstrand	6.37,47
längd	P09	10) Jonatan Sandvik	2,95
	F10	11) Lisa Hellström	3,17
	F11	2) Josefina Salo	3,91
		4) Emma Sjölund	3,85
		16) Katarina Jåfs	3,43
	P11	4) Anton Fagerhed	3,90
	F12	3) Jennie Ahlgren	3,90
	P12	5) Oskar Sjölund	3,86
3-steg	P12	3) Oskar Sjölund	9,23
	F12	3) Jennie Ahlgren	8,69
		4) Nina Fagerudd	8,66
		6) Maria Fagerholm	8,29
höjd	F10	6) Lisa Hellström	100
	P11	5) Anton Fagerhed	120
	F12	4) Anna-Lena Ekstrand	125
	P14	1) Henrik Ekstrand	161
		2) Sebastian Härtull	158
stav	P14	2) Sebastian Härtull	260
boll	P09	7) Jonatan Sandvik	28,40
spjut	P12	4) Viktor Fagerhed	27,05
	F14	2) Emma Fagerudd	26,68
kula	P09	1) Jonatan Sandvik	7,07
	F10	6) Lisa Hellström	5,90
	F12	3) Anna-Lena Ekstrand	8,51
		5) Maria Fagerholm	7,93
		7) Josefin Sandvik	6,72
diskus	F12	2) Anna-Lena Ekstrand	23,57
		6) Josefin Sandvik	14,35
	P12	2) Oskar Sjölund	29,35
		3) Viktor Fagerhed	28,67
	P14	2) Henrik Ekstrand	37,63

DM herrar och damer 30-31.08 i Nykarleby

800 m	H	9. Björn Sjölund	2.11,55
längd	D	2) Sofi Fagerholm	5.42 (+0,9)
3-steg	D	1) Sofi Fagerholm	12.29 (-0,9)

## SFSIM

Skolidrottsmästerskapen 6-7.09 i Pedersöre

60m	Flickor C	1) Nina Fagerudd	8,69
		7) Jennie Ahlgren	9,06
		9) Josefina Salo	9,11
		11) Emma Sjölund§	9,29
		28) Maria Fagerholm	9,40
	Pojkar C	12) Anton Fagerhed	9,03
		20) Viktor Fagerhed	9,24
80 m	Pojkar B	14) Sebastian Härtull	10,68
		24) Robin Thylin	11,50
	Flickor B	33) Nicolina Lassila	11,89
100m	Flickor A	3) Sofi Fagerholm	13,07
300 m	Pojkar B	11) Sebastian Härtull	41,70
800 m	Flickor C	1) Nina Fagerud	2.40,37
		6) Anna-Lena Ekstrand	2.48,44
		8) Josefin Sandvik	2.49,61
1000 m	Pojkar C	4) Viktor Fagerhed	3.20,89
	Pojkar B	17) Mårten Wargh	3.19,02
längd	Pojkar C	4) Oskar Sjölund	4.53
		15) Anton Fagerhed	3.79
		17) Frank Björkskog	3.74
	Flickor C	1) Jennie Ahlgren	4.21
		2) Nina Fagerudd	4.03
		5) Emma Sjölund	3.81
		7) Josefina Salo	3.71
		36) Josefin Sandvik	3.17
	Flickor A	1) Sofi Fagerholm	5.54

	Pojkar B	15) Robin Sjölund	4.10
		19) Robin Thylin	3.69
höjd	Flickor C	4) Nina Fagerudd	138
		5) Anna-Lena	130
	Pojkar C	2) Esney Löf	144
		4) Oskar Sjölund	138
		7) Björn Lindgren	135
	Pojkar B	2) Henrik Ekstrand	168
		8) Sebastian Härtull	150
	Flickor A	5) Sofi Fagerholm	160
kula	Flickor C	2) Anna-Lena Ekstrand	8.82
		4) Maria Fagerholm	8.34
		10) Josefin Sandvik	7.08
	Pojkar C	25) Anton Fagerhed	7.22
diskus	Pojkar B	3) Henrik Ekstrand	39.22
		5) Sebastian Härtull	32.50
	Pojkar C	4) Oskar Sjölund	28.65
		6) Viktor Fagerhed	28.13

## ÖVRIGT

### Terrängfinalen i Kuortane 22.09

3,35 km	P14	4) Henrik Ekstrand
1,7 km	F12	19) Anna-Lena Ekstrand
	F12	22) Josefin Sandvik

## ÖVRIGT

De nya spårslingorna börjar så småningom vara färdiga och under det gångna året har man fått klart belysningen på den ”nya” slingan bakom sportstugan, så nu finns det totalt 3,7 km belysta spår. Nu är det bara att hoppas att vådrets makter är på skidåkarnas sida i år och att det kommer rejält med snö så att de fina spåren kan utnyttjas till 100%.

Larsmo IF finns fortsättningsvis på internet och hittas på adressen [www.kulturfonden.fi/larsmoif/](http://www.kulturfonden.fi/larsmoif/), där man förutom föreningens kontaktuppgifter och evenemangs-kalender även hittar resultat från de tävlingar där föreningens aktiva deltagit. På sidorna hittar man även uppgifter om hur skidspåren är i skick, så den som inte vill chansa kan ta sig en titt där innan man beger sig till skidcentret. Sidorna uppdateras kontinuerligt för att alltid tillhandahålla de senaste resultaten.

Föreningen framför ett varmt tack till de aktiva, funktionärer, talkoarbetare och övriga som bidragit till verksamhetens upprätthållande.

Larsmo den 7.12.2002

Ulf Holgers, ordf.

Viveka Strömberg, sekr.