



Hässelby SK
önskar alla medlemmar
God Jul & Gott nytt år

Ett riktigt berg-och-dalbana år

Det här året har verkligen skakat om hela idrottsrörelsen i dess grundvalar i och med Coronapandemin som svepte in över landet i månadsskiftet februari/mars. Till en början var effekterna inställda träningsläger samt att träningen genomfördes utomhus. När tävlingssäsongen kom så blev det verkligen annorlunda. Tävländande i samband med träningspass lokalt på IP blev den vanligaste formen för de flesta. Även SM tävlingarna genomfördes annorlunda då de spreds ut för att minska antalet startande på varje ort.

Ekonomiskt har restriktionerna drabbat idrotten hårt. Alla anställda i klubben har korttidspermitterats sedan april och det lär fortsätta en bit in på 2021 också. Bland annat har vi inte kunnat ge ut två nummer av Fightern som planerat. Vi har heller inte kunnat genomföra den otroligt populära HSK galan där massor av priser delas ut och prestationer uppmärksammas. Nu har istället priserna delats ut i samband med träningstillfällen.

Våra inkomstgivande tävlingar har ej fått tillstånd för att genomföras. Då vi under året levt på förra årets intjänade pengar påverkas föreningen ännu mer 2021. Hur och i vilken omfattning vet vi inte, men vi tänker framåt hela tiden. Hoppet om att kunna arrangera ASICS Stockholm Marathon, Tjejmilen mfl har inte lämnat oss. Arbete pågår hela tiden med att anpassa utifrån de gällande restriktionerna så att vi ska kunna genomföra arrangemang. Alla medlemmar måste vara beredda på att jobba som funktionärer när vi väl får möjligheten att genomföra tävlingar igen.

Vi har också lärt oss otroligt mycket om hur vi kan göra verksamheten smittsäker och därmed kunna bibehålla träning och tävling. Förvisso under helt andra förutsättningar, men vi har gjort mycket för att inte tappa medlemmar. Träningsutrustning har skrubats och rengjorts vid varje träningstillfälle för att ingen ska drabbas. Träningslokalerna har städats bättre och antal aktiva tillåtna i styrkelokalen samtidigt har successivt justerats.

Flexibilitet och nytänkande har krävts för att kunna genomföra tävlingar både internt i träningsgrupperna och i inbjudningstävlingar. Det har faktiskt aldrig genomförts så många tävlingar på Hässelby IP som i år. Mest uppmärksammas blev nog VM i kast som vi lite kaxigt kallade Väserortsmästerskapet för. Världsresultat över lag och vår egen Simon Pettersson stressade världsettan Daniel Ståhl tävlingen igenom.



Det är självklart en positiv effekt att vi kan lära aktiva från tidig ålder att tävla i både små och stora tävlingar oavsett plats. Läget är fortfarande osäkert och vi tvingas hela tiden till justeringar nu när den sk andra vågen har kommit. Ännu vet ingen om det kan genomföras en inomhussäsong eller inte. Men när vi väl få tävla så ska vi tävla som aldrig förr.

Under årets SM tävlingar visade våra aktiva verkligen att de trots alla motgångar lyckats hålla fokus på att prestera när det gällde som mest. Vi visade hela friidrottssverige att vi klarat situationen bäst av alla och kunde glänsa mest av alla. Läs mer i artikeln om SM pokalen nedan.



Förkrossande seger i SM pokalen med en otrolig rekordpoäng

Tävlingen som är en sammanlagd poängtabell över årets alla SM tävlingar från 15 år upp till seniorklass både inomhus och utomhus. Efter att de senaste åren slutat trea 2018 (372,06 poäng) och tvåa 2019 (374 poäng) var siktet inställt på seger och att gå över 400 poäng. Malmö AI innehade det inofficiella rekordet på 406,13 poäng från 2018, ingen annan klubb har passerat 400 poäng.

Det blev en riktig rivstart under inomhussäsongen där vi hade en rejäl ledning inför utomhusperioden. Bästa klubb på först Mångkampens SM inomhus där det blev helt osannolika 9 medaljer och sen på avslutande IUSM i Örebro med 8 medaljer. Däremellan nästbästa klubb på både ISM och IJSM med 9 respektive 11 medaljer. Alltså hela 37 medaljer redan under inomhussäsongen.



Linus Jonsson "high fivar" coach Silfver efter dyngpers i längd

Utomhussäsongen startade och det krävdes nu (pga restriktionerna) att man var topp 16 i statistiken för att vara garanterad en startplats. Tuffare än tidigare således, men det verkade inte beröra våra aktiva något nämnvärt. Bästa klubb återigen på Mångkamps SM och på JSM samt nästbästa klubb på SM i Uppsala och på Terräng SM. Det senare arrangerades av oss själva på Grimstafältet i oktober. Ytterligare hela 64 medaljer kunde läggas till samlingen som slutade på 101 för hela året.

I SM pokalen inte bara nådde vi 400 poängs ribban med god marginal. Vi passerade även 500 poäng och slutade på hela 517 poäng, hela 110,87 poäng över Malmö AI's rekord. Nytt rekord med sanslösa 27% förbättring.



Axelina Johansson och Simon Pettersson får motta SM pokalen

Tävlingsformen har endast funnits i tre år i sitt nuvarande utseende men är en väldigt bra värdemätare på hur föreningarna lyckas i sin verksamhet. Poängen är "viktad" så att det är mer värt med topp 6 placeringar på seniornivå än på juniornivå och ungdomsnivå. Du kan läsa om reglerna samt se sammanställningen för 2020 via länken. <http://friidrott.smfriidrott.com/sm-pokalen/index.php>

Kraftmätningen 15 år

Vi arrangerade både kval och final på Hässelby IP i år. Kvalet genomfördes tillsammans med Bromma IF och resulterade i att båda föreningarna gick vidare till en final med sina mixlag till hösten. Utöver mixedlaget kunde Hässelby också ställa ett renodlat tjejlag på fötter. Ingen visste dock i våras hur eller ens om finalen skulle genomföras. I kvalet blev det en 6:e plats för mixlaget 6:e plats för grabbarna och 20:e för tjejerna.



Finallaget 15 år Kraftmätningen

Även finalen gick på Hässelby IP men denna gång tillsammans med IFK Lidingö. Alla deltagande lag genomförde sina finalmatcher på olika arenor landet runt för att minska smittspridningsrisken ordentligt. Publik fanns faktiskt men inte inne på IP. Men många föräldrar valde att titta på tävlingen längs med Lupinvägen och Markviksvägen på fällstolar med medhavd picknickkorg. Stämningen var god dagen igenom även om vi genomförde tävlingen med lite olika väderlekar dagen igenom.

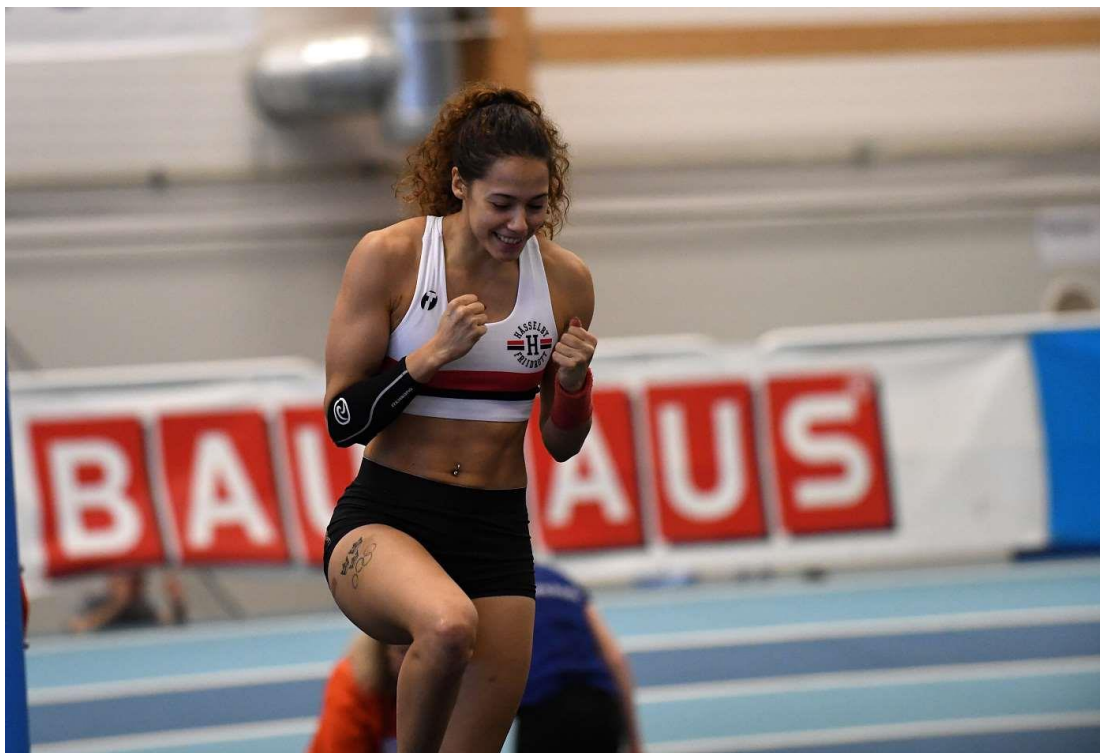
Gänget lyfte sig rejält från kvalmatchen och framför allt måste man lyfta delgrenen spjut lite extra. Både tjejerna och killarna lyfte genomsnittet med över 10m mellan kval och final. En prestation väl värd att lyfta fram ordentligt. Vinnare i grenen på IP var Louise Szwed och Erik Larripa Taxell som placerade sig på Sverigelistan med sina respektive kast, 5:a respektive 9:a i landet. Samtliga kastare från Hässelby satte nya fina personliga rekord i tävlingen.

Flera grensegrare blev Xana Baxter 80m häck, Julia Samuelsson kula, Hannah Kinane 800m, Isabelle Malmborg, Samuel Berhane och Mindor Bergler. Erik L T vann utöver spjut även 80m häck och kula.

Mixedlaget blev slutligen 6:a och grabbarna klättrade hela vägen upp till andraplatsen totalt. I laget deltog: Louise Szwed, Julia Samuelsson, Beatrice Flensburg, Isabelle Malmborg, Hannah Kinane, Elsa Kjellström, Xana Baxter, Linn Adolfsson, Leo Wickert, Mindor Bergler, Erik Larripa Taxell, Samuel Berhane, Alexander Hägg, Vidar Lind, Nils Ahlgren och Irving Lind.

Den internationella scenen ställde in men till slut en Finnkamp

Det blev till slut i alla fall en Finnkamp i Tammerfors som kunde genomföras på ett idrottsligt rättvist sätt även om det kostade på för de svenska aktiva att flyga in och ut över dagen för att kunna följa karantänsreglerna. Tio Hässelbyare var uttagna till tävlingarna



Glad Angelica Bengtsson på ISM i Växjö

Angelica Bengtsson lyckades bäst av alla med seger i kvinnliga staven på nytt årsbästa 4,73. Frida Åkerström satte ett rejält pers med 17,36 i kula vilket gav en andraplats. Samma placering blev det även för Jesper Hellström i trestegget med nytt säsongsbästa 16,55 samt för Simon Pettersson i diskusen.



Jesper Hellström har siktat in sig på låååånga hopp

Emil Blomberg slutade trea i hinderloppet som också gav en härlig trippelseger. Ragnar Carlsson blev bäste svensk på en fjärdeplats i slägga. Axelina Johansson slutade på femteplats i damernas kula och Linnea Sennström var sexa i sin seniorlandslagsdebut.

I treampen (nytt för i år) som inte räknades in i själva landskampen segrade Fredrik Samuelsson medan Klara Rådbo slutade på femte plats.

Svenskt rekord av Sarah Lahti på Halvmarathon

Sarah som tävlat sparsamt pga skadeproblem kom tillbaka med buller och bång i tyska Dresden. Det blev en förbättring av det egna svenska rekordet med sex sekunder. Nya rekordet lyder på 1,09,52. Banan löptes med en varvbana om 2,5 km och det skiljde endast 7 sekunder mellan snabbaste och långsammaste varvtiden för Sarah.

Castorama – över det svenska rekordet men ändå bara tvåa

Under hösten genomfördes i sedvanlig ordning Castoram där de tolv bästa "allround" kastarna räknas in i laget. Den sammanlagda lagpoängen på tolv kastare jämförs mellan klubbarna och avgör vilken klubb som är bäst i landet.

Vår totalpoäng i år krossade det gamla inofficiella svenska rekordet (36 090 poäng) med 227 poäng. En stark laginsats där vi hade hela sju kastare över den magiska gränsen 3 000 poäng. Trots detta tog Spårvägen hem segern på nya rekordet 36 522 poäng. Nästa år..... då!

I den individuella tävlingen lyckades Simon Pettersson allra bäst med 3734 poäng och därmed också bäst av alla herrar i Sverige. Upp som tvåa genom alla tider och endast 9 poäng från topp placeringen. Nästa år..... då!

Övriga som nådde över 3000 poäng var Frida Åkerström, Axelina Johansson, Hillevi Carlsson, Ragnar Carlsson, Gabriel Heen och Jakob Samuelsson.

5 frågor till "Nordan"

5 frågor till Tommie "Nordan" Nordh, vår nya kanslist sedan januari 2020. Efter en lång karriär som löpare har Nordan bland annat varit butikschef på Löplabbet Kungsgatan, Ordförande i Fredrikshofs IF samt jobbat på Marathonkansliet med flertalet av våra löparrangemang. Nu är han spindeln i nätet i Hässelby friidrott.



Vintermaran 1984 2.21 på marathon, här vid Lindarängsvägen där Nordan tagit rygg på Josef Machalek, Hässelby SK.

F1

Nu har du snart jobbet ett helt år i klubben. Det är på god tid att medlemmarna får lära känna dig lite mer. Presentera dig själv i tre meningar!

TN - Det var en svår fråga☺ Jag är en positiv människa som älskar friidrott, hundar och friluftsliv. Är även en social person som gillar att alla är med och försöker se alla, även om det är svårt. För mig är alla viktiga och jag vill dela med mig av mina erfarenheter.

F2

Du har ju också varit ordförande i Fredrikshofs IF där du också var aktiv som löpare. Vilka likheter och olikheter ser du mellan Fredrikshof och Hässelby om friidrottsföreningar.

TN - Fredrikshof är en "liten" förening jämfört med Hässelby.

Likheterna är många det ideella ledarskapet, viljan att föra friidrotten framåt man gläds åt alla framgångar, klubbandan och att det ska gå bra. Olikheterna är den ekonomiska styrkan och att ha anställd personal som kan driva frågor på dagtid.

F3

Ditt första år i klubben har väl knappast blivit som du tänkt dig i och med Coronapandemin och alla restriktioner som drabbat idrotten i stort. Inget ont som inte för något gott med sig brukar man ju säga. Vilka positiva erfarenheter tar vi med oss?

TN - Hässelby är en av de mest framgångsrika föreningarna men har en ödmjuk inställning till friidrotten. Jag har hittat hem och det har flera personer hjälpt mig med mitt arbete under året. Utan att glömma någon så måste jag framhäva ledarna i Friidrottsskolan, Måndagskul och Knatte Knatet. Givetvis mina arbetskollegor som stöttat mig under året med och aldrig tvekat att hjälpa mig, dessutom är de alltid positiva till Hässelby. Styrelsen med den lågmälda Bengt Olsson som har ett kunnande som imponerar. Även vännen Anders Olsson har stötta mig i mitt arbete och givit mig goda tips och idéer. Grabbarna på HSK, fotboll är alltid positiva och stöttande, liksom vaktmästarna på IP.

F4

En av dina arbetsuppgifter i klubben handlar om att vara tävlingsledare för Hässelbyloppet som är klubbens enskilt största inkomstkälla utöver Marathongruppens arrangemang. Hur tror du att Hässelbyloppet kan utvecklas som arrangemang de kommande åren?

TN - Året blev inte som jag tänkt mig. Albin Johansson, Marianne Fricke hade för flera år sedan en idé och ett ungdomslopp som vi ansökt till 2021. Jag tror även vi kan komprimera loppet under dagen med tightare startgrupper. Vi har även planer på att göra banan snabbare. Funderingar är det även att göra ett fem km lopp för att locka fler.

F5

Vilket är ditt starkaste friidrottsminne som aktiv och idrottsledare?

TN - Mitt starkaste minne som aktiv är när jag vann JSM på 5000m 1982 på Sollentunavallen. Det starkast minnet som idrottsledare är när Fredrikshofs ungdomar vann stafetten i Globen på 4x200m, då grät jag en tår☺