

Vinter

bladet



Klubbtidning för Utby IK

Januari
2015



Våra ungdomsgrupper och deras ledare i Angereds Arena under vintern 2015. Foto Juha Rauk.



klubben i NordOst friidrott - orientering



Info från huvudstyrelsen

Jubileumsåret 2015

Jubileumskommittén har för avsikt att inför 90-årsjubiléet försöka framställa ett bildspel som "speglar" de 90 åren. De i klubben, kanske även andra, som har kort och bilder från dessa 90 åren och som kan vara av intresse att visa ombedes göra följande:

1. Har du kort/bilder och kan "scanna" dessa, gör det och skicka till **goroba@telia.com**
2. Kan du inte "scanna" korten/bilderna själv, skicka dessa till Gordon Bäck, Västergärdet 3, 443 34 LERUM. Vi "scannar" dessa och returnerar originalkortet/bilderna till dig.

Glöm därför inte att tala om vem som skickat och till vem vi ska returnera korten/bilderna.

Vi vill gärna att du skriver var, när, vid vilket tillfälle och i vilket sammanhang dom är tagna. Givetvis vill vi också ha namn på de personer som finns med på korten/bilderna.

Vi vill gärna ha materialet senast 31/1 2015.

Årsmöte Utby IK 2015

Klubbens medlemmar kallas till årsmöte Tisdagen den 17 mars kl. 19.00 i klubbstugan, Bergsjön. Verksamhetsberättelse med dagordning kommer att finnas tillgänglig på hemsidan före årsmötet. Motioner till årsmötet skall inlämnas till styrelsen senast Måndagen den 23 februari.

Nya stadgar!

På årsmötet den 17 mars kommer styrelsen att lägga fram ett förslag på nya stadgar för Utby IK. Förslaget finns för påseende på hemsidan **www.utbyik.se**.

Medlems - och träningsavgifter

Med detta nummer av VårLöken bifogas faktura för 2015 års medlems- och träningsavgift för vår friidrottssektion. Är avgiften felaktig eller om du har andra frågor gällande detta så skicka mail till kansli@ullevi.nu eller ring tel. 031-410808, kansli.

Viktigt om Klubbstugan

Om du/någon är i klubbstugan i Bergsjön förvissa dig om, när du lämnar huset att ytterdörren är riktigt och ordentligt stängd och låst!! Använd koden!!

Egna arrangemang

Använd vår Funktionärlänk på hemsidan för att anmäla dig till varje arrangemang!

2015

31/1-1/2	Göteborgs Inomhus	50 st	friidrott
11/5	Våruset	40 st	friidrott
21/5	Stav Göteborgsvarvet	60 st	friidrott
23/5	Göteborgsvarvet	200 st	friidrott
juni	Angeredsspelen	50 st	friidrott

Redaktörer Vinterbladet: Curt-Roland Ljung och Roger Andersson

Ansvarig utgivare: Mats Hedhag Layout: Roger Andersson

Foton: om inte annat står angivet DECA Text & Bild.

web: www.utbyik.se

mail: utby@ullevi.nu

tel: 031-410808, kansli

Göteborgs Adventsspel 22-23/11

Säsongen 2015 rivstartade med en fullmatad arrangemangshelg i Friidrottens Hus där vi återigen noterade höga deltagarsiffror.

Ett 70-tal funktionärer från Utby IK och IK Vikingen hjälpte till vardera dagen. Nytt för detta år var att vi anlätte administrationsprogrammet Track & Field med Christer Falck som ansvarig. Därmed skrotades det gamla Arena-programmet som använts sedan 2009.

Ser man på deltagarsiffrorna är vi nu inne på det tredje året i följd med riktigt många tävlande. Från

att ha gjort ett rejält kliv från 2011 (1754 starter) till 2012 (2498 starter) blev det rekord 2013 med hela 2570 starter. När vi summerade 2014 års tävling blev det 2401 starter vilket får anses mycket bra.

Tack alla funktionärer som hjälpte till!!



ovan t.v.: I klassen P17 1500m blev det en hård kamp om segern där Johan Lamm, Mölndals AIK (t.v) vann över Ahmed Abdullahi, Utby IK/Ullevi FK med fyra hundra delar.

t.v.: Curt-Roland Ljung var speaker andra dagen men också tävlingsledare under helgen.

ovan: Inför starten i P11 600m där segraren Arvid Skepp, Sävedalens AIK står i mitten.



Julavslutning för Gamla UIK:are

Som traditionen bjuder samlades vi den 4 december för att avsluta år 2014. Vi var 23 st. som anmält intresse, 14 manliga och 9 kvinnliga.

Vi startade vid 10-tiden med varm glögg och tillbehör. Därefter hade Lars-Erik lyckats plocka fram, i sitt gedigna arkiv, ett antal filmer som visade vandringar, kanotfärder m m. Som kronan på verket hade han sammanställt en film, som på ett mycket pedagogiskt och lärorikt sätt, som visar hur skärmar och nattstavar som hänger i skogen "blir till". Därefter åts en "landgång" samt dryck. Kaffe och kaka avslutade måltiden och därefter småpratades det om dåtid, nutid och framtid. Alla verkade nöjda och glada ! GOD FORTSÄTTNING OCH LYCKA TILL 2015.

Håkan Bäckström



Britt Birklin informerar på Julavslutning 2014, foto Lars-Erik Marting.

Notiser om lite av varje...

Resultat, rekord, aktiva och träning



Inomhusvintern 2015

Första delen av inomhussäsongen har genomförts, sedan Adventsspelen i november till Best Western Games i Växjö 17-18/1.

Då samtliga mästerskaptävlingar ingår i den andra hälften kommer många att intensifiera sitt tävlande senare men ändå finns det en del bra resultat att redovisa redan nu. Följande finns högt upp i Sverigestatistiken:

17-årige Suldan Hassan gjorde säongsdebut i Växjö på 1500m. Han sprang på fina 3.54,38 vilket placerar honom i topp bland seniorerna i Sverigestatistiken.

Oscar Söderbergh har hoppat 1,93 i höjd som är personligt rekord, högt även i statistiken.

Esa Hiltunen hoppade 4,75 i stav på Stavhopp- karnevalen i Göteborg den 18/1. Nytt prydligt personligt rekord och tvåa i statistiken i P19.

Ahmed Abdullahi sprang 1500m i Växjö på 4.22,0 vilket ger honom en tredjeplats i P16.



Längdhoppsgropen i Växjö. Foto Kim Larsson.

Khaddi Sagnia är också etta i Sverigerankingen med sina 6,12 i längd, uppnådda vid resultat-tävling den 11/1.

Marie Klaup har sprungit 60mh på 8,86 två gånger i vinter, fyra i Kvinnor.

Sophia Geirup är bland de tio bästa på 800m med sina 2.22,44 på 800m.

Fatima Koné fick till en bra tävling i Växjö med personligt rekord i tresteg - 12,26. Trea bland seniorerna och etta i F16!

Vill du ha en utförlig lista på alla "bästa-resultat" under vintern finns dom på vår hemsida.



Vid Best Western Games i Växjö den 17-18/1 hade Utby IK/Ullevi FK två på pallen i P14: Jesper Larsson (fyra med 4,87) och Favour Abika (femta med 4,76). Foto Kim Larsson.

Sylvesterloppet 31/12 2014: Johan Strand sprang till sig en fin tredjeplacering i Herrklassens 10 km efter Nassir Dawud (Eskilstuna Friidrott i gult) och Yared Admasu (Hälle IF).



Notiser om lite av varje...

Resultat, rekord, aktiva och träning



På stranden vid Monto Gordo: Kevin Fankl, Kristjan, Mari Klaup och Khaddi Sagnia. Foto Katrin Klaup.

Läger Portugal 27/10-9/11

Vi hade det bästa vädret någonsin under vårt årliga höstläger i Monte Gordo, Portugal. Den varmaste dagen var hela 37 grader! Kändes som att träna i en bastu den dagen, då det brände i näsan när man andades.

Alla träningar gick jättebra för hela gänget (jag, Khaddi, Kevin och vår estniska träningspartner Kristjan). Självt tycker jag att kvalitetsmässigt var det det bästa höstlägret hittills.

Mari Klaup



Även Utby IK:s långdistansare har varit på träningsläger i Monte Gordo, denna gång den 27/12-10/1. En dag besöktes den närliggande spanska staden Sevilla. Från vänster Curt-Roland Ljung, Khalid Nooh, Mohamed Mohamoud, Kaj Zachrisson, Jan Petrusson (på tillfälligt besök), Suldan Hassan, Jens Petrusson och Joel Zachrisson. Foto Curt-Roland Ljung.

Notiser om lite av varje...

Resultat, rekord, aktiva och träning



Läger i Sydafrika

I mitten på januari tillbringade jag en vecka i Sydafrika tillsammans med några av föreningens elitaktiva.

Har tidigare varit i Potchefstroom på c:a 1400m över havet med ett antal aktiva. Denna gång blev det lite närmare himmelen, på 2 000m över havet i vackra Dullström. Här uppe har föreningens "riktiga" elitaktiva bedrivit träning i ett antal veckor. Tyvärr fick jag bara träffa Lovisa Lindh i en halvtimme precis efter



Fredrik Johansson och Charlotta Fougberg under ett intervallpass i härliga Sydafrika.

hennes fyra veckors vistelse. Men under veckan var Charlotta Fougberg och Fredrik Johansson här hela tiden och tränade hårt, deras period varade i hela fem veckor. Charlotta inför sommarsäsongen 2015 och Fredrik i första hand inför Dubai maraton som han avverkar på hemresan den 23 januari.

Dullström är ett helt fantastiskt vackert litet samhälle i mitten av Sydafrika. Här ligger många idrottare och tränar inför kommande tävlingar. Har träffat en hel del finländare och inte minst mina grannar var bröderna Ingelbriksson. Dom hade en 3:e person med sig i form av egen fysioterapeut som masserade och tog hand om alla deras eventuella småskavanker. Kanske något för våra aktiva att tänka på istället för att behöva dra på oss tränare ;).

När sedan vädret ligger stadigt runt 20 grader, maten är otroligt god och man kan hitta både "oändligt med grusstigar" och asfaltsvägar är det så nära perfekta träningsförhållanden men kan komma.

Enda tråkiga är väl att man, så tydligt ser kvarlevor av apartheids-systemet, där vita äger allt och svarta fortfarande slavar för småpengar.

Men ytterligare en upplevelse för livet har man fått, på köpet, vilket jag är oerhört tacksam för. Hoppas fler än vi skall få möjlighet att uppleva resor runt om i stora delar av världen. Det är bara för er aktiva där hemma att kämpa på och träna så kommer er chans om några år.

Curre Ljung

SOK:s stöd

Två Utbyiter har fått stöd från Sveriges Olympiska kommitté för deras satsning mot kommande OS.

Från den 16/12 på SFIF:s hemsida: "Idag meddelade Sveriges Olympiska Kommitté att ytterligare totalt 19 aktiva blivit upptagna i "Topp- och talangprogrammet". Glädjande nog står friidrotten för tre av de nya:

- * Andreas Almgren, Turebergs FK
- * Khaddi Sagnia, Ullevi FK
- * Charlotta Fougberg, Ullevi FK

För Andreas och Khaddi - som ju båda befinner sig i skarven mellan junior och senior - är huvudmålet förstås OS 2020 i Tokyo medan Charlottas fokus ligger på Rio de Janeiro 2016. "

Utby IK gratulerar Khaddi och Charlotta för den fina uttagningen!



Charlotta Fougberg uppmärksammades på GFIF:s jullunch den 5/12 av bland andra konferenciern Rickard Olsson. Foto DECA text & bild.

Utby i Etiopien

Abdikadir Abdi har varit medlem i vår förening i två år nu. Varje vinter åker han till huvudstaden Addis Abeba i Etiopien och tränar några månader eftersom han har svårt att träna i kalla Sverige.



Abdikadir har utvecklats till en riktigt bra löpare och noterade nytt klubbrekord både på 3000m och 5000m i somras. Redan förra året började Abdikadir engagera sig att träna ungdomar och arrangera några tävlingar i Etiopien.

Därför valde klubben att lägga lite extra pengar på denna verksamhet för att möjliggöra en satsning att starta en parallell förening - Utby IK i Etiopien. När Abdikadir åkte under hösten 2014 skickade vi därför med cirka 400 T-shirt, spjut, småhäckar, pilatusbollar och lite annat smått och gott.



Här redovisas några bilder från träning och tävling under den gångna hösten. Bland annat från en tävling Abdikadir arrangerade (stora bilden längst ner). Ni kan se några av T-shirten han fick med sig, dom gula tröjorna som det står ICA på, om ni har bra syn.

Abdikadir har lovat att åkerkomma med jämna mellanrum och berätta hur det går med vårt projekt i Etiopien.

Friidrottsträning på någon fotbolls- och Addis Abeba med bland andra Utby IK:s aktiva.



(ovan) Utby IK:s aktiva i loppet.



Starten i Abdikadir första "lilla" lopp på andra sidan jorden. Samtliga foton Abdikadir Abdi.



Utby IK/Ullevi FK:s sponsorer/företagsgrupp

Friidrotten har inte några återkommande arrangemang som fotboll, ishockey och handboll som folk betalar för att gå och titta på. Vi friidrottsklubbar kan hoppas på att få kontakt med människor som antingen gillar friidrott och/eller gillar klubben/personer/vänner och därmed trivs tillsammans.

Förhoppningsvis kan ett bidrag till klubben ge våra sponsrvänner en tillfredsställelse av att de gör en god gärning för föreningen och våra ungdomar. Vi kan förhoppningsvis ge glädje och trivsel tillbaka på våra sponsorträffar samt lite god mat och dryck. Vår förhoppning är ju naturligtvis också att **VÅRA MEDLEMMAR** uppsöker sponsorerna i deras företag.

GLÖM INTE DETTA NÄR DU behöver någon av nedanstående tjänster!



Balder

Erik Selin ägare till ett antal Fastighetsbolag. Som ung med i en av Currens träningsgrupper under tiden i IF Kville. Erik har stöttat föreningen i många år.

Blåder Måleri AB



Blåder Måleri AB

Kontakta du när ni behöver all typ av målar tjänster. Ring vår egen Thomas Blåder 0705-228002.

BYGGNOVA AB

BYGGNOVA AB

Utför allt inom byggbranschen. Kontaktperson Björn Jörgensen 0708-493658.



Furulunds Fastighetservice

Furulunds Fastighetservice AB för ett renare friskare boende. Kontakt Jan Edvardsson 0708-444642.



Färg och Tapetspecialisten

Ny köksmatta, färg, tapeter eller annat har vi på Färg & Tapetspecialisten. Ring Jonas Adolfsson 0706-399939.

Klarins Rör



Klarins Rör

Behöver du nytt badrum eller andra typer av VVS? Ring Klarin:s rör, Kurt Klarin tel. 0708-995745.

Connys Rörläggeri

Connys Rörläggeri

Allt inom VVS, Conny Klarin tel. 0708-992175



Ljungdahls Färg

Färg & tapetleverantör sedan 1902. Med tre proffsbutiker i stan finns vi alltid till hands. Kontaktperson Martin Westerén 0708-113977.



Nordic Wellness

Går du på gym väljer du naturligtvis en av Nordic Wellness. Vår kontakt är marknadsansvarig Jaime Huan.



Städkedjan

Utför alla slag av städtjänster. Ring Glenn Älveblad 0708-350450.



GITAB

GITAB med mer än 30 års erfarenhet inom tryckluftsbranschen kan hjälpa er med allt inom tryckluft.