



Verksamhetsberättelse 2019 Upsala IF Friidrott



Upsala Idrottsförening, UIF – Friidrottssektionen

IFU Arena, Råbyvägen 77, 754 60 Uppsala

Tel. 070-513 50 58, www.uiffriidrott.se

Sektionsstyrelsen 2019

Anders Kindmark ordförande
Staffan Karlsson vice ordförande/anläggningsfrågor
Kristin Bäckström sekreterare/statistik
Jonas Anshelm ledamot
Anders Nygren
Toini Rönnlund
Helena Källström
Camilla Forssten
Henrik Wennberg valberedning
Isak Andersson aktivas representant

Styrelsemedlemmar som avgått under året:
Lotta Karlsson
Tobias Forss
Thomas Westfeldt

Årsmöte 2019: 21 februari

Medlemsinfo

Medlemsavgift per år:
Enskild medlem 100 kr

Verksamhetsavgift per termin:
Född 2004–2007: 1150 kr
Född 2008–2010: 950 kr
Född 2011–2013: 750 kr

Verksamhetsavgift per år:
Född 2003 och tidigare: 2400 kr
Veteran 35+: 600 kr

Personal 2019

Anders Wernberg

~~Spartan Friidrottsgymnasiet~~
Tränare Friidrottsgymnasiet

Vanessa Kamga

Richard Andersson

~~Tälåke Friidrottsgymnasiet~~
Tränare Friidrottsgymnasiet

Linus Boyer

~~Eric Hällberg~~ Friidrottsgymnasiet från
och Arrangeringsansvarig

Klara Diaperulos

~~Tälåke Friidrottsgymnasiet~~
Tränare Friidrottsgymnasiet

Ida Ekroth

~~Carin Thorsander~~ på 20% till och
med 81 augusti

Arrangemang 2019

Uppsala Indoor Games, 4-6 januari
**IDM i samarbete med Upplands
friidrottsförbund**, 26–27 januari
SM/JSM/USM Mångkamp, 2-3 februari

UIF löparkväll, 6 februari

Resultattävling, 28 februari

Varvetmilen, 6 april

Blodomloppet, 16 maj

Vårruset, 5 juni

Estkampen + Nordiska Juniorlandskampen mångkamp, 8-9 juni

Sommarfriidrottsskolan, juni – augusti

Uppsalaspelen, 16–17 augusti

Lag-USM, 18 augusti

UDM/DM i samarbete med Upplands friidrottsförbund, 31 augusti – 1 september

Uppsalakastet,

Kommande större arrangemang 2020

IDM i samarbete med Upplands friidrottsförbund, 25-26 januari

Mondo Indoor Games, 7-9 februari

Varvetmilen, 18 april

Blodomloppet, 14 maj

Vårruset, 25 maj

Sommarfriidrottsskolan, juni-augusti

Uppsalaspelen, 13-14 juni

Friidrotts-SM, 14-16 augusti

Upsala IF Friidrott har haft ett fantastiskt friidrottsår 2019. Bland annat har klubben fått en utökad ungdomsverksamhet, men även veteranverksamheten har växt under året. 2019 har även bjudit på många imponerande prestationer och resultat där klubben bland annat hade två deltagare på VM i Doha. Upsala IF har under 2019 klättrat upp till en 5:e plats i SM-pokalen, i och med att vi klättrade förbi Tureberg. Föreningen har även stått som arrangör för många stora tävlingar, så som Blodomloppet, Estkampen och Lag-USM. Föreningen har under årets arrangerat flera barn- och ungdomsläger, där aktiva från både Upsala IF och andra klubbar deltagit med glädje.

Friidrottsåret 2019

IDM/IUDM, 26-27 januari, Uppsala

Precis som vanligt började mästerskapsåret med DM, och precis som dem senaste åren så arrangerades DM i IFU-arena. DM är ett samarrangemang mellan alla Uppländska klubbar, där man framgångsrikt valt att dela upp ansvarsområdena mellan klubbarna. Upsala IF var den uppländska klubb som lyckades bäst under distriktsmästerskapet. Ungdomar, seniorer och veteraner tävlade sida vid sida och noterade mycket fina resultat. Upsala IF kammade hem många medaljer och det blev även många personliga rekord.

IUSM/IJSM/ISM Mångkamp, 2-3 februari, Uppsala

Årets första svenska mästerskap gick av stapeln i IFU-Arena. Landets bästa mångkampare kom till Uppsala för att konkurrera om SM-medaljerna. Uppsala IF hade 3 aktiva som tävlade under helgen. Pontus Lindell kom på en fin 6:e plats i P16 7-kamp. Årets första SM-medalj av en UIF'are togs av Tiffanie Magnusson som kom på en 3:e plats i F17 5-kamp, efter en jämn och stabil serie rakt igenom. Medaljen var inte bara den första UIF-medaljen för 2019, utan dessutom Tiffanies första SM-medalj någonsin. Vår sista deltagare under helgen var Lovisa Östervall, som alltid är med och konkurrerar om dem finaste placeringarna när det vaknas mångkamp. Lovisa kom 2:a i seniorklassen och vann K22 5-kamp. Det som verkligen stack ut resultatmässigt i

Lovisas serie var 1,83 i höjd, vilket var personligt rekord inomhus och klubbrekord. 1,83 var dessutom 9 centimeter högre än vad närmaste konkurrent hoppade i grenen. Lovisas slutpoäng skrevs till 4081, vilket var klubbrekord i både seniorklassen och K22.



ISM, 16-17 februari, Norrköping

Lovisa Östervall tillsammans med medaljörerna i K22 5-kamp. Foto: Deca Text & Bild

Under årets inomhus-SM hade UIF 14 deltagare på plats i Norrköping. Det var en mycket ung trupp vi skickade till tävlingen, med bland annat en 02:a och en 01:a. Allra bäst placeringsmässigt gick det för Vanessa Kamga och Alexander Larsson som båda kom 4:a i vikt, Alexander med resultatet 18,59 och Vanessa med det nya personliga rekordet 19,34 (endast 18 cm från bronset). Tillsammans med Vanessa kastade även Caisa-Marie Lindfors, som kom 7:a tack vare ett nytt personligt rekord på 16,62. Vår absolut gladaste aktiv efter helgen var Klara Ygeby, som i senior-SM debuten slog personligt rekord med 4 sekunder på 1500m. En tjej som nästan var lika glad som Klara Ygeby, var vår andra Klara – Klara Helander. Klara sprang 400m och kom 7:a på 56,76 vilket är det snabbaste hon sprungit på 6 år. Björn Seifert sprang fint i försöken på 800m och gick vidare till söndagens final, väl i finalen sprang Björn på 1:58,87 vilket räckte till en fin 5:e plats. I finalen på 60m häck för män gjorde Filip Björklund ett fantastiskt fint lopp när han kom 5:a i ett extremt jämnt lopp. Klockan stannade på 7,96 för Filip, vilket innebar första gången under dröm-8, nytt personligt rekord och nytt distriktsrekord. Även Max Andersson gjorde en fin tävling när han kom 6:a i längdfinalen med 7,36. Övriga UIF'are som tävlade i Norrköping var: Arvid Gustafsson (12:a 200m, 22,82), Linus Boyer (11:a 60m häck, 8,27), Oliver Ericsson (7:a höjd, 196), Simon Björnstedt (16:e längd, 6,83), Lisa



Weyhenmeyer (9:a tresteg, 11,97), Caisa-Marie Lindfors (6:a kula, 13,28) och Victoria Engström Kindmark (9:a kula, 12,97).

Filip Björklund på väg mot
7.96. Foto: Richard Andersson

IJSM/IUSM17, 23-24 februari, Växjö

Årets IJSM avgjordes i Växjös fina hall, och det var ett mycket framgångsrikt mästerskap för Upsala IF. 10 medaljer lyckades gänget få ihop. Helgens prestation stod helt klart Vanessa Kamga för när hon skickade vikten bortom den magiska 20 meterslinjen till otroliga 20,42. Det var personligt rekord med drygt 1 meter och placerar hennes på en fjärdeplats genom alla tider i Sverige. Resultatet räckte självklart till guld i K22. Dag 1 bjöd på ytterligare ett guld, genom Klara Ygeby i F17 1500m. Klara har minst sagt haft oflyt på tidigare SM, med fall, skador och sjukdomar. Dagens guld var därmed hennes första SM-medalj någonsin, och det var en mycket lättad tjej som sprang över mållinjen på 4:49,57. I F19 tresteg kom Lisa Weyhenmeyer 2:a på 11,97, trots att hon inte riktigt fick hoppningen att stämma. Tiffanie Magnusson tog en fin bronsmedalj i F17 höjd med 1,60. 1,60 räckte även till brons i K22 höjd, där Jennifer Dahlberg gladdes med en bronsmedalj. Sista medaljen dag 1 tog Filip Björklund i M22 60m häck på 8,10. Vanessa nöjde sig inte med guldet i vikten, utan tog dessutom guld i K22 kula med fina 14,13. Även Filip Björklund adderade en medalj till SM-samlingen när han under söndagen tog guld i höjd med det nya säsongsbästat 2,08. I P19 höjd hoppade Oliver Ericsson fantastiskt bra i en väldigt spännande höjdtävling, tillslut räckte hans nysatta personliga rekord 2,02 till en silvermedalj. Kommer första guldet utomhus? Personligt rekord och medalj stod även Frida Thornander för i F17 stav, där hon kom 3:a på det nya fina personliga rekordet 3,30. En som gladdes lite extra under helgen var Hanna Axelsson som gjorde comeback i SM-sammanhang, och gjorde det med bravur. Hanna kom 5:a på den fina tiden 7,69. Ytterligare en tjej som gjorde en extra fin prestation i helgen var Alva Wolwan som kom 4:a i F19 60m häck och lyckades springa under 9s för första gången i och med 8,98. Övriga UIF'are under helgen: Oskar Motta (M22 11:a 60m 7,20), Simon Björnstedt (M22 7:a längd 6,96), Victor Wisén (P19 5:a kula 15,69 PB), Hugo Sörby (P19 4:a vikt 16,34 PB), Frans Ingelstam (P17 8:a 400m 52,78 PB), Simon Plesse (P17 5:a längd 6,46), Gabriel Axelsson (P17 12:a längd 5,66), Levina Ahlgren (K22 4:a 60m häck 9,18 PB), Sofia Lindh (K22 5:a 60m häck 9,20), Claudia Spanier (K22 9:a längd 5,31, 5:a tresteg 11,43), Klara Pedersen (K22 11:a tresteg 10,60), Victoria Engström Kindmark (K22 6:a kula 12,96 PB), Marie Ebbestad (F19 9:a 60m 7,90 PB), Alva Wolwan (F19 8:a längd 5,38), Tyra Morell (F17 11:a 400m 61,06), Tiffanie Magnusson (F17 6:a 60m häck 9,07 PB, 11:a längd 5,14) och Emma Holmgren Löf (F17 4:a vikt 16,18).



*Vanessa Kamga och Klara Ygeby med sina guldmedaljer.
Foto: Richard Andersson*

IVSM, 1-3 mars, Malmö

Upsala IF friidrott ställde upp med 2 tjejer och 2 killar, under årets IVSM i Malmö, som tillsammans gjorde 11 starter. Resultatet av IVSM-helgen blev 6 medaljer (3 guld och 3 silver) och 1 svenskt + nordiskt rekord. I K75 höjd vann Barbro Gadle guld när hon hoppade 1,12, vilket var både svenskt och nordiskt rekord i klassen. Barbro tog två ytterligare guld i helgen, i och med gulden i längd (3,25) och tresteg (6,09). I K55 tog Carin Thornander två silver, ett i kula (9,65) och ett i höjd (1,16). Vår höjdhoppare Henrik Marcusson kom tvåa i M45 höjd med 1,67. Sprintern Marcus Lehto slog två personliga rekord under helgen, i 60m (8,04 = 5:a) och 200m (26,64 = 6:a)



Barbro Gadle på prisballen

IUSM15-16, 9-10 mars, Västerås

För många av våra 03:or och 04:or avslutades inomhussäsongen med IUSM i Västerås. Det var ett mycket lyckat mästerskap för våra 21 deltagare. 4 medaljer och 9 personliga rekord. Gemensamt för alla våra medaljörer var att alla slog personligt rekord och absolut inte var några givna medaljörer på förhand. Det var snarare 4 roliga överraskningar, och ett bevis på hur mycket man som aktiv kan höja sig på ett mästerskap. Emma Häggblom gjorde sitt första SM, och visade direkt att hon har förmågan att prestera när det gäller som mest. 1,63 innebar ett nytt personligt rekord med fantastiska 7 centimeter, vilket dessutom räckte till ett mycket överraskande silver i F15 höjd. Max Fors, gjorde precis som Emma, sitt första SM och lyckades dessutom prestera riktigt bra. Max kom till Västerås med ett personligt rekord på 14,70 i vikt, och åkte därifrån med ett personligt rekord 0,5 meter längre (15,21) och en silvermedalj. En annan som verkligen höjde sig under mästerskapet var Emma och Max träningskompis Edvin Gustafsson som kanske stod för helgens prestation när han tog silver i P15 tresteg. Edvin slog personligt rekord med fantastiska 78

centimeter, till 12,78, vilket innebar både klubbrekord och distriktsrekord. Helgens sista medalj togs av Oskari Peura i P16 60m häck, där han i en extremt jämn final lyckades kriga sig till bronset tack vare det nya personliga rekordet 8,52. 5 ytterligare personliga rekord slogs under helgen; I F15 1000m sprang Ida Knutsson på 3:09,14 vilket räckte till en 11:e plats. I P16 1500m kom två personliga rekord tack vare Vidar Arvidsson och Nils Ekroth. Vidar kom 6:a med 4:22,44 och Nils kom 8:a med 4:23,94. Samuel Vinberg kom 9:a i 60m häck med det nya personliga rekordet 8,82. Helgens sista personliga rekord slogs av Pontus Lindell i P16 60m när han kom 7:a på 7,40. Övriga UIF-starter under helgen: Sture Källström (P16 15:e 60m 7,50), Pontus Lindell (P16 9:a kula 12,74, vikt 7:a 13,35), Max Fors (P15 5:a 60m 7,45, 12:a kula 11,26), Lukas Forss (P15 15:e 60m häck 9,28, 9:a längd 5,69), Joel Ekman (P15 7:a stav 3,01), David Axelsson (P15 12:a stav 2,69), Edvin Gustafsson (P15 13:e längd 5,60), Maja Björnsson (F16 12:a 1500m 5:04,20), Sofia Amini (F16 14:e 1500m 5:07,71), Edda Flink (F16 6:a höjd 1,58), Ruth Ehn (F16 11:a tresteg 10,36), Nina Bjerkliiden (F16 10:a vikt 12,46), Clara Spangenberg (F15 13:e 200m 26,85, 23:a tresteg 9,74) och Alva Nordvarg (F15 12:a längd 5,13, 22:a tresteg 9,98).



Oskari Peura med sin bronsmedalj från 60m häck.
Foto: Deca Text & Bild

Europacupen kast, 9-10 mars, Samorion (Slovakien)

I årets upplaga av "Europacupen kast" nådde Vanessa Kamga sin hittills största merit när hon vann silver för dem äldre juniorerna (U23) i diskus. Tävlingen avgjordes i Slovakiska Samorion, och Vanessas resultat 57,73 var en förbättring av hennes egna distriktsrekord från förra sommaren med 69 centimeter.



Svealandsmästerskapen, 16-17 mars, Örebro

I år avslutade våra 05:or och 06:or säsongen i Örebro på Svealandsmästerskapen. Vår duktiga duo Maya-Meja (Bergström Weekes och Wolwan) hade en riktigt bra helg med två medaljer var. Maya vann både 60m och 60m häck (8,01 och 9,32) medan Meja kom 3:a och 2:a (8,23 och 9,32). Tjejerna hade alltså exakt samma

segertid på deras specialdistans 60m häck, men det avgjordes på tusendelar till Mayas fördel. Helgens sista medalj togs av vår stavhoppare Alva Öman i F13 stav, som med 2,02 kom 3:a i tävlingen.

Veteran-VM, 24-30 mars, Torun (Polen)

UIF hade två aktiva på plats vid Veteran-VM i Polen; Carin Thornander och Barbro Gadle. Barbro Gadle hade en fantastisk helg i Polen, tre guld och ett brons i K75-klassen. Bronset kom i tresteg tack vare det nya personliga rekordet 6,19. Gulden vann Barbro i längd (3,15), stafett och höjd (1,13). Barbros 1,13 i höjd räckte inte bara till guld, utan det var dessutom både svenskt och nordiskt rekord. Carin Thornander, som hade problem med en fot, fick kämpa i stavhoppet men lyckades till slut hoppa till sin en fin bronsmedalj i K55.

USM-JSM-SM Stafett, 25-26 maj, Stockholm Stadion

I år avgjordes stafett-SM på anrika Stockholm Stadion, och det var ett framgångsrikt mästerskap för Upsala IF. Tre silver, ett brons och 4 klubbrekord. I P15 4x80m hade vi ett riktigt bra lag med Lukas Forss, Hadrian Hägg, Edvin Gustafsson och Max Fors. Tyvärr missade killarna i sista växlingen, men lyckades tack vare en fin sistasträcka trots detta ta ett silver. Tjejerna i F15 ville inte vara sämre och tog även dem ett silver. Tjejerna, med Maya Bergström-Weekes, Meja Wolwan, Alva Nordvarg och Clara Spangenberg, hade stabila och bra växlingar genom hela loppet och slog dessutom ett nytt klubbrekord. Även i M35 blev det ett silver och klubbrekord, tack vare att Jacob Källström på sista sträckan spurtat fint (övriga i laget var Marcus Lehto, Peter Jonsson och Roland Hacksell). Helgens sista medalj togs i K 4x400m, där tjejerna sprang mycket bra i spöregn och nästintill storm. Efter en exceptionell sistasträcka av Klara Helander kom tjejerna 3:a och slog ett 30 år gammalt klubbrekord (övriga i laget var Ebba Svantesson, Ida Ekroth och Ida Jansson). Klubbrekord blev det även i M 4x400m där killarna kom 4:a (Isak Lindbom, Björn Seifert, Albert Nygren och Isak Andersson). Våra Män seniorer i 4x400m slog ett gammalt klubbrekord med ca tre sekunder och kom fyra. Övriga UIF-lag under helgen var M 4x100m DQ (Oskar Motta, Isak Andersson, Julia Gabert och Isak Lindblom), P17 3x800m 4:a (Elias Liljestrand, Vidar Arvidsson och Eemeli Peura), P17 3x800m 8:a (Nils Ekroth, Pelle Nilsson och Alexander Ebbestad), F17 3x800m 5:a (Sofia Amini, Johanna Molin och Maja Björnsson), F17 3x800m 9:a (Ruth Ehn, Carin Cullhed och Edith Nelander), F15 4x80m 12:a (Frida Westfeldt, Daniella Thurell, Kajsa Wibling och Hilma Wide) och F15 3x800m 6:a (Emmi Nyberg, Tindra Dahlberg och Ida Knutsson).



Klara Helander, Ida Jansson, Ida Ekroth och Ebba Svantesson. Foto: Richard Andersson

Lag-SM-kval, 1 juni, Huddinge

Årets Lag-SM kval avgjordes i Huddinge och både killarna och tjejerna hade chans att gå upp i "friidrottens finrum". I papperskalkylen inför kvalet "skulle" Upsala IF's killar vinna med 1 poäng före Göta. Det var med andra ord upplagt för en lika spännande kamp som förra året bjöd på. Och visst blev det både spännande och jämnt in i det sista. Inför den avslutande stafetten låg killarna 1,5 poäng före Hammarby, UIF behövde alltså vara direkt efter Hammarby i stafetten för att vinna kvalet. Hammarby, som ställde upp med ett riktigt bra stafettlag (deras segertid hade räckt till en 3:e plats på stafett-SM), var tyvärr för starka. Killarna slutade till slut 2:a i totalen, med 4,5 poäng upp till segrande Hammarby. Killarnas dag kantades tyvärr av lite stolpe-ut och centimetrar/hundradelar på fel sida, och i en sådan här jämn tävling blev det en stolpe ut för mycket. Killarna kämpade dock på fantastiskt bra hela dagen, och peppande varandra in i det sista. Om killarna hade marginalerna på fel sida i några grenar, så hade tjejerna mer stolpe in. Att tjejkampen skulle bli en ruskigt jämn kamp med Lidingö om totalsegern visste vi på förhand, och så blev det. Kalkylen sa att det skulle vara dött lopp mellan Upsala och Lidingö inför den avslutande stafetten. Inför stafetten ledde Upsala, efter många starka grenar på slutet, över Lidingö med 4 poäng. Men vi vet ju alla "att i en stafett kan allt hända". Upsala IF's stafettkvartett vann stafetten, avgjorde hela totalen och slog distriktsrekord med 47,11. Tjejernas vinst i kvalet var en fantastisk bedrift, som är värd mycket beröm. Det pratades mycket innan om att det verkligen var dags att ta chansen i år, eftersom att tjejerna hade det bästa laget någonsin på pappret, och som den chansen togs. En stor orsak till tjejernas vinst är att vi helt undvek sistaplatser, och dessutom bara hade ett sjukdomsfall nära inpå tävlingen. Nästa år hoppas vi självklart att killarna gör tjejerna sällskap i friidrottens "finrum".



Kill- och tjejlaget som kämpade i Huddinge. Foto: Richard Andersson

8-9

Estkampen, juni, Uppsala

Årets stora landskamp i mångkamp, Estkampen, avgjordes i år i Uppsala. Samtidigt som Estkampen, avgjordes även Nordiska Juniormästerskapen för aktiva födda 2003-2000. Upsala IF hade en aktiv under helgen, vilket var Lovisa Östervall som deltog i seniorernas Estkamp. Lovisa slutade på en fin 4:e plats, efter en jämn och stabil serie rakt igenom. Höjdpunkten för Lovisa var helt klart att hon med marginal (200 poäng) klarade kvalgränsen till U23-EM i Borås.

Lag-SM Final, 26 juni, Malmö

Det var ett ungt och taggat gäng som åkte ner till Malmö på SM-veckan, för att försvara UIF's färger i Lag-SM finalen. "Se och lära"-uttrycket stämde bra in på denna dag. Vi åkte dit med förhoppningar om att slå minst ett lag, och att förhoppningsvis kunna vara med och fightas om medaljerna kommande år, när alla i laget blivit 1 år äldre och förhoppningsvis ännu bättre. Faktum



är att snittåldern på årets uppställning var under 20 år, vilket verkligen bevisar att det finns mycket att utveckla i den här truppen. Dagens prestation stod Klara Helander och Ida Knutsson för. Det var svåra vindar på Malmö Stadion, men trots detta lyckades Klara slå personligt rekord med 0,5 sekunder och för första gången springa under 56s (55,66). Ida Knutsson var vår klart yngsta deltagare i år, och med sina 15 år var hon också yngst i startfältet på 1500m. Ida visade dock varken nervositet eller respekt, utan gick med klungan som hon inte gjort annat än springa taktiklopp i en Lag-SM final. Ida kom i mål på 4:55,66, vilket var ett nytt fint personligt rekord. Laget lyckades tillsammans samla ihop 53 poäng, vilket räckte till en 5:e plats (faktiskt endast 16 poäng upp till bronset). Nästa år går årets final i Halmstad, och då är det medaljerna vi är ute efter.

U23 EM, 11-14 juli, Gävle

Lovisa Östervall, Ellen Pettersson och Vanessa Kamga försvarade våra svartvita färger under U23-EM i Gävle. Lovisa, som inför mästerskapet haft sjukdomsproblem,

hade en tuff helg i Gävle där hon tyvärr inte fick det att stämma till 100 %. I spjut och på 200m kom dock två nya säsongsbästa. Lovisa bröt tyvärr sjukampen efter 6/7 grenar på grund av den tidigare sjukdomen. I diskus hade vi vår diskus-duo Vanessa och Ellen till start. Ellen kom på en 17:e plats i kvalet efter 47,19, vilket tyvärr inte räckte till final. Vanessa gjorde ett stabilt kval, där hon med 53,41 blev 7:a. Väl i finalen gjorde Vanessa en stabil serie, utan den där fullträffen. 55,48 räckte till en fin 5:e plats, och var till slut bara dryga metern från bronset.

U20 EM, 18-21 juli, Borås

Hugo Sörby, som haft en fantastisk säsong, gjorde internationell mästerskapsdebut i Borås. I släggkvalet kastade han 65,84 vilket tyvärr inte räckte till en finalplats vid detta mästerskap (Hugo blev 24:a). Vår andra deltagare under mästerskapen var Caisa-Marie Lindfors i diskus. Caisa-Marie kom 7:a i kvalet, och var därmed finalklar. I finalen stod Caisa-Marie en fantastisk prestation när hon blev 4:a på 53,08, endast 14 centimeter från bronset. Faktum är att Caisa-Marie låg på medaljplats i tävlingen ända fram tills 5:e omgången. Vår sista deltagare under helgen var Gabriella Holmström som deltog i Sveriges stafettlag på 4x100m. Tjejerna kom 10:a på den fina tiden 45,37.

Lag-EM, 9-11 augusti, Bydgoszcz (Polen)

Vanessa Kamga fick den stora äran att representera Sverige i diskus under Lag-EM i Polen. Det var en bra diskustävling, där flera tjejer kastade långt. Vanessa fick inte till det fullt ut, utan kom 10:a på 53,32. Faktum är att Vanessas personliga rekord hade räckt till en 3:e plats, vilket verkligen bevisar vilken kapacitet hon har.

USM15-16, 9-11 augusti, Trollhättan

Kalkylen inför dag 1 på USM sa 1 medalj, men det blev tre medaljer. Allra mest gladda Max Fors guld i P15 slägga, där han infriade favoritskapet och vann på 54,26 – livets första SM-guld. Våra två höjdhoppstjejer visade ytterligare en gång att de verkligen är som bäst när det gäller som mest. Edda Flink tog silver vid förra sommarens USM, och följde upp det med att idag ta brons i F16 på 1,63 efter en lite tyngre säsong. Emma Häggblom tog silver vid IUSM i vintras och lyckades idag knipa bronset, efter en säsong med blandade resultat fram till dagens PB 1,65. En annan prestation som bör nämnas är Maja Björnssons 6:e plats på 3000m. Maja krossade sitt tidigare personliga rekord när hon sprang i mål på fina 10:48,23, vilket till och med hade räckt till guld i åldersklassen över. Under dag två tog Nils Ekroth livets första individuella SM-medalj, när han efter ett mycket väl disponerat lopp spurtade till sig ett brons i P16 1500m på 4:25,12. Det var ett ihållande regn och stormiga vindar som avslutade årets USM, trots det lyckades Ida Knutsson knipa en silvermedalj i F15 1500m hinder på 5:14,43. Ida deltog även i 2000m, där det såg ut att bli ett brons, men med 5m kvar till mållinjen sprang en av konkurrenterna förbi Ida. 6:39,77 räckte därmed till en fin fjärdeplats. En annan som missade pallen precis var Hilma Wide i F15 80m, där hon kom fyra på 10,56. Vidar Arvidsson gjorde tyvärr precis som Ida Knutsson och blev omsprungen med 5m kvar i P16 3000m efter ett annars mycket bra lopp. Övriga UIF'are som deltog: David Axelsson (P15 6:a stav, 7:a slägga, 9:a spjut), Pontus Lindell (P16 10:a 100m, 11:a diskus, 10:a kula), Sofia Amini (F16 10:a 3000m, 11:a 1500m hinder), Caitlin Wennberg (F15 11:a slägga),

Clara Spangenberg (F15 17:e 80m, 15:e 300m), Lukas Forss (P15 18:e längd, 12:a 80m häck), Alva Nordvarg (F15 26:a 80m, 6:a längd), Oskari Peura (P16 7:a 300m häck, 5:a 110m häck), Maja Björnsson (F16 7:a 800m, 6:a 1500m hinder), Elias Liljestränd (P16 9:a 800m), Hilma Wide (F15 11:a 300m), Edvin Gustafsson (P15 12:a längd, 11:a tresteg), Max Fors (P15 12:a diskus, 6:a spjut), Vidar Arvidsson (P16 7:a 2000m hinder), Edda Flink (F16 12:a 100m häck), Samuel Vinberg (P16 14:e 110m häck) och Emma Häggblom (F15 14:e tresteg).



USM-gänget. Foto: Richard Andersson

JSM/USM17, 9-11 augusti, Göteborg

Precis som vanligt så består fredagens tävlingar främst om försök, med 100m och slägga som några av undantagen. Gabriella Holmström tog brons i F19 100m med fina tiden 11.98 efter en ruskigt jämn final. Fredagens andra medalj kom i P19 slägga genom Hugo Sörby som kastade 60.89, vilket räckte till en 3:e plats. Dag två på JSM bjöd på svåra växlande vindar och i stunder ihållande spöregn, men det var trots detta en mycket framgångsrik tävlingsdag med 3 guld och 2 silver. Mest imponerande var Victor Wisén i P19 Diskus. Victor gick in i tävlingen rankad 3:a med 51,99 som personligt rekord, redan i 3:e omgången ökade han det personliga rekordet med dryga metern till 53,09. I sista la han på ytterligare 1 meter på det färskna personliga rekordet (54,19), vilket räckte till guld. För att sätta 54,19 i perspektiv, så kan man nämna att Simon Pettersson faktiskt bara kastade halvmetern längre som 19-åring (Victor är bara 18 år) och vi vet ju vilket världskastare Simon nu är. Både Oliver Ericsson och Caisa-Marie Lindfors imponerade i P19 Höjd (2,04) respektive F19 Diskus (51,63). Oliver och Caisa gjorde båda stabila tävlingar, där de aldrig bjöd in konkurrenterna. För Oliver var det livets första SM-guld, efter flera silver och brons. Båda silvermedaljer kom på 400m i P17 och K22, tack vare Gustav Harning (51,33) och Ebba Svantesson (57,03) som gjorde stabila insatser. Årets JSM avslutades i ihållande regn, men det regnade även medaljer över UIF under dag 3. En prestation värd att nämnas lite extra är Sofia Lindh i K22 100m häck. Sofia gjorde SM-comeback på IJSM i Växjö i vintras, innan det gjorde hon sitt senaste SM som 15 åring. Sen har en krånglande baksida förstört många år av tävlingar, men efter mycket envishet och tålmodigt jobb så är hon äntligen tillbaka på "riktigt". Sofia lämnar Göteborg med ett personligt rekord 0,5s snabbare än när hon kom dit, och som K22 4:a. Utöver Sofia Lindh så stod Vanessa Kamga för kanske hela JSM's bästa resultat ur ett internationellt perspektiv. Vanessa

vann K22 diskus med 57,10 i ett spöregn som minst sagt drog ner resultaten. Frågan är hur långt det hade blivit om vädret hade varit lite bättre? Söndagens sista guld kom genom Lisa Weyhenmeyer i F19 tresteg, där hon stod för en fin prestation i sista omgången när hon gick från 3:e plats till 1:a plats med 12,15. Ellen Pettersson fick dela pallen tillsammans med Vanessa i K22 diskus. Ellen kastade 47,26 vilket räckte till en bronsmedalj. Oskar Lundqvist fick det tyvärr inte att stämma i M22 höjd, men lyckades ändå knipa en silvermedalj med 1,99. Ebba Svantesson tog helgens andra silver tack vare andraplatsen i K22 400m häck med 60,99. En annan tjej som tog helgens andra medalj var Gabriella Holmström, som följde upp fredagens brons med en silvermedalj på 200m i F19 med den fina tiden 24,86. Även Caisa-Marie Lindfors utökade sin SM-medaljsamling under söndagen när hon kom 2:a i F19 kula med persnära 14,12. I F17 slägga glädde Emma Holmgren Löf där hon tog karriärens första SM-medalj tack vare 58,12 (3:a). I 17-årsklasserna tog både Klara Ygeby (1500m hinder - 5:39,07) och Gustav Harning (800m - 1:57,98) helgens andra medaljer, då båda tog brons. Lovisa Östervall, som har en SM-medaljsamling hemma som är större än dem flestas, utökade den med söndagens brons i K22 100m häck (14,29). Victor Wisén följde upp diskusguldets med ett brons i kulan med 16,46. Söndagens sista medalj togs av Albert Nygren i P19 800m, där han kom 3:a med 1:57,25. Under helgen tävlade även dessa för Upsala IF: Johanna Duplantis (F17 4:a stav), Tiffanie Magnusson (F17 4:a längd, 8:a kula, 5:a 100m häck, 5:a höjd), Lovisa Östervall (K22 5:a höjd), Frida Thornander (F17 5:a stav), Oskar Motta (M22 6:a 200m, 9:a 100m), Gabriel Axelsson (P17 7:a kula, 5:a spjut, 13:e längd), Victoria Engström Kindmark (K22 8:a diskus, 5:a kula), Levina Ahlgren (K22 10:a 100m häck), Arvid Gustafsson (M22 9:a 200m), Klara Pedersen (K22 6:a tresteg) och Hanna Axelsson (K22 7:a 100m).



Victor Wisén, Oliver Ericsson och Caisa-Marie Lindfors med sina guldmedaljer. Foto: Richard Andersson

VSM,

16-18 augusti, Huddinge

Årets Veteran-SM avgjordes på Källbrinks IP i Huddinge. Det var ett mycket framgångsrikt mästerskap för våra 8 veteraner som plockade hem totalt 7 Guld, 2 Silver och 2 Brons. Allra mest glädde Barbro Gadle som slog både Svenskt och Nordiskt rekord i höjd i K75-klassen med 1,12m. Helgens guld, förutom Barbros höjdguld, togs av Urban Gustavsson (M50 höjd), Barbro Gadle (K75 längd och tresteg), Ann Wiborgh Haraldsson (K55 100m och 300m häck) och Carin Thornander (K55 slägga). Resterande medaljer under mästerskapet togs av Carin (2:a K55 kula), Ann (2:a K55 200m och 3:a K55 400m) och Henrik Marcusson (3:a M45 höjd).

Nordiska Juniorlandskampen, 17-18 augusti, Kristiansand (Norge)

Nordiska Juniormästerskapen avgjordes i Kristiansand i Norge och UIF hade 6 deltagare på plats. Första tävlingsdagen började med att Oliver Ericsson hoppade höjd. Oliver, som gjorde landslagsdebut visade att han verkligen trivs i dom blågula färgerna. Oliver hade en plump i protokollet på 1,95 - annars hoppade han fantastiskt bra och klarade resterande höjder (6 stycken) i första försöket. Olivers resultat skrevs till 2,10, vilket inte bara var personligt rekord med 4 centimeter, utan det räckte dessutom till en fin bronsmedalj. Gabriella Holmström deltog i laget som kom 5:a i den jämna finalen i F19 4x100m (47,63). Dag 1's stora höjdpunkt var självklart Caisa-Marie Lindfors i diskusen. Caisa kastade fantastiska 55,46 vilket är en förbättring av träningskompisen Vanessa Kamgas tidigare Svenska Juniorrekord med 55cm. 55,46 räckte självklart till guld i tävlingen (6,5m före 2:an!!) och faktum är att till och med Caisas kortaste kast i tävlingen hade räckt till guld. Frågan är om det inte är den bästa serien hon någonsin gjort? Under dag 2 av Nordiska Mästerskapen i Kristiansand, var det lite mer trötta ben och stolpe ut för våra svartvita (helgen till ära, dock klädda i gult och blått) deltagare. En som dock fick det att stämma ordentligt under dag 2 var Albert Nygren, som slog personligt rekord på 800m med 0,5s ner till 1:53,61 när han kom 6:a i tävlingen. Övriga UIF'are som tävlade under dag 2 var Lisa Weyhenmeyer (7:a tresteg 11,84), Gabriella Holmström (6:a 200m 25,14), Caisa-Marie Lindfors (5:a kula 13,24) och Victor Wisén (6:a diskus 51,03).



Albert, Caisa-Marie, Victor, Lisa, Oliver och Gabriella. Foto: Richard Andersson

Lag-USM, 18 augusti, Uppsala

Efter 2 fjärdeplatser och ett lite tyngre år förra året, tog Uppsala IF i år sin första lag-USM medalj någonsin. Kalkylen innan sa att det skulle bli en jämn fight om bronset med Hässelby, och att det skulle behövas att många överpresterade för att det skulle gå att utmana Malmö och Tureberg. Efter en dags tävlande i regn och sol, var det till slut en riktigt spännande fight om guld mellan Malmö, Tureberg och ett överpresterande Uppsala. Den stora orsaken till att Uppsala till slut var så nära guld var att vi knappt hade några bortfall på grund av skador eller sjukdom, vilket flera andra klubbar hade. Vi lyckades dessutom så när undvika sistaplatser (endast 1). Dagens enda grenseger togs av Tiffanie Magnusson i längd. UIF ställde upp med följande lag: Simon Plesse (100m + stafett), Gustav Harning (400m), Vidar Arvidsson (3000m), Oskari Peura (300m häck), Gabriel Axelsson (höjd + spjut), Edvin Gustafsson (tresteg), Pontus Lindell (diskus + stafett), Clara Spangenberg (200m +

stafett), Klara Ygeby (800m), Ida Knutsson (1500m hinder), Maja Björnsson (300m häck), Johanna Duplantis (stav), Tiffanie Magnusson (längd + kula + stafett), Emma Holmgren Löf (slägga), Samuel Vinberg (stafett), Frans Ingelstam (stafett), Kajsa Wibling (stafett) och Alva Nordvarg (stafett).



Finnkampen, 24-25 augusti, Stockholm Stadion

Upsala IF representerades starkt med 6 aktiva under årets Finnkamp. Aldrig någonsin har vi haft så många uttagna till Finnkampen. Erik Hagberg var först ut under lördagen, efter knappt halva loppet skadade Erik sig tyvärr allvarligt och gick inte i mål. Caisa-Marie Lindfors och Vanessa Kamga kom 5:a respektive 3:a i en jämn tävling, där tjejerna hade svårt att få det att stämma ordentligt. Helgens höjdpunkt var Armand Duplantis, och han levde minst sagt upp till förväntningarna. Mondo hade show, och om arenan hade haft ett tak så hade det lyfts varje gång Mondo stod på ansatsbanan. För tredje gången i karriären hoppade Mondo över 6,00, han slog tävlingsrekord och raderade ett 30 år gammalt stadionrekord. Isak Andersson hade tyvärr en tyngre dag och kom 5:a på 52,83 i 400m häckloppet. Sist ut under helgen var Oskar Lundqvist, som gjorde en väldigt fin tävling när han kom 2:a på nya säsongsbästat 2,12. Våra sex UIF'are bidrog till att det blev en svensk dubbelseger.



Vanessa Kamga och Caisa-Marie Lindfors tillsammans med Emma Holmgren Löf. Foto: Henrik Wennberg

Ungdomsfinnkampen, 24-25 augusti, Stockholm Stadion

Precis som dem senaste två åren så var UIF representerade på ungdomsfinnkampen, i år av Emma Holmgren Löf och Gustav Harning. Emma kastade slägga och gjorde en stabil tävling när hon kom 3:a på 57,74. Gustav

Harning sprang ett taktiskt 800m-lopp som sprang i ojämnt tempo, trots detta sprang Gustav än en gång under 2:00,00 (1:59,89) och kom 4:a.

Kraftmätningen final, 24-25 augusti, Täby

Samtidigt som Finnkampen avgjordes på Stadion, så skulle årets Kraftmätning avslutas med finalen i Täby. UIF, som gjorde ett väldigt bra kval, var rankade 2:a i tjejklassen och 3:a i mixklassen inför finalen. Efter två dagars tävlande i solen lyckades tjejerna knipa silvret, medan mixlaget kom 4:a och killarna 11:a. Silvret är UIF's första medalj i Kraftmätningen någonsin. Tjejerna krossade sitt poängrekord från kvalet med drygt 500 poäng (vilket dessutom är den högsta summan ett UIF-lag någonsin fått ihop). Stafetten på 6x200m (mix) går traditionsenligt mitt under Finnkampens första dag, på Stockholm Stadion. Vi hade ett riktigt bra lag i stafetten med Max Fors, Clara Spangenberg, Lukas Fors, Alva Nordvarg, Edvin Gustafsson och Maya Bergström Weekes, som lyckades kriga sig till 4:e platsen i stafetten inför 10 000 åskådare. Övriga deltagare från Upsala IF var Meja Wolwan, Tindra Dahlberg, Emma Häggblom, Kajsa Wibling, Ida Knutsson, Joel Ekman, David Axelsson och Victor Lundqvist.



Hela UIF-truppen. Foto: Katarina Gustafsson

Friddrotts-SM, 30 augusti-1 september, Karlstad

Traditionsenligt så startade årets SM med främst kvaltävlingar under fredagen. Vi hade dock några som hade finaler redan på fredagen. Allra bäst placeringsmässigt gick det för Antonis Dinopoulos i tresteget där han kom 7:a på 14,92, där han tyvärr inte fick hoppningen att stämma. Hade hoppningen stämt optimalt så hade en medalj absolut varit inom räckhåll, så Antonis lämnar SM med vetskapen att han absolut har medaljkapacitet i kommande mästerskap. I släggan kom Hugo Sörby på en 9:e plats med 54,19. Gabriella Holmström fick det tyvärr inte att stämma i dagens 100m där hon kom 14:e på 12,28. I 400m sprang Albert Nygren ett stabilt lopp när han kom 10:a på 50,42, direkt efter loppet fick han ladda om inför 800m försök som gick under lördagen. Andra dagens UIF'are var utan tvekan Caisa Marie Lindfors som under diskusfinalen ökade på sitt eget juniorrekord som hon satt tidigare i somras. Rekordet skrivs numera till 55,98. Hon knep även en sensationell silvermedalj i den jämna finalen vilket är hennes första senior-SM medalj. I samma final kastade även Vanessa Kamga och Ellen Pettersson som kom 4:a (54,20) respektive 9:a (44,55). Klara Helander gjorde ett väldigt fint lopp på 400m, där hon visade att säsongens fina form verkligen håller i sig. Klara kom 4:a på 55,86. Andra dagens 3:e 4:e-plats tog Oskar Lundqvist i höjd, där han efter en mycket bra tävling stannade på 2,07. I

samma tävling hoppade även Oliver Ericsson fantastiskt bra, han stannade också på 2,07 men hade fler rivningar än Oskar och blev därmed 7:a. Ebba Svantesson, som under mästerskapet gör en mycket tuff dubbel med 400m och 400m häck, kom 6:a på 400m med 58,67. Björn Seifert kom 8:a på 800m med 1:53,08. Våra häcklöpare, Sofia Lindh och Linus Boyer, fick inte riktigt till det under detta mästerskap och blev båda 9:a (14,95 respektive 14,68). Dagens två kastkillar, Victor Wisén och Tim Holmberg, kom 11:a (diskus – 44,05) och 13:e (spjut – 60,27). Gabriella Holmström sprang hennes specialdistans 200m på 25,11, vilket räckte till en 13:e plats. I 800m kom Albert Nygren 14:e med den fina tiden 1:55,87. Även Ida Ekroth skulle ha sprungit 800m, men fick tyvärr stryka sig på grund av en skada. Under dag 3 kom helgens andra medalj, genom Isak Andersson som kom 3:a på 400m häck. Isak har haft en lite tyngre säsong i år, i jämförelse med tidigare år, men lyckades plocka ihop alla delar till säsongens sista tävling och knipa en bronsmedalj. Alla tre medaljörer kom in på upploppet i bredd, och det skiljde till slut bara 8 tiondelar mellan 1-3:e-platsen. Ebba Svantesson sprang helgens 4:e lopp i 400m häck finalen, och benen var tyvärr lite för tunga för att orkar springa i pers-fart idag (6:a 64,37). Caisa-Marie Lindfors var tillbaka på tävlingsbanan efter lördagens succé, dock i kulringen denna gång. Caisa kom 7:a med 13,10. I släggan kom Kajsa Wennberg på en 8:e plats med 56,63. Sista UIF'aren för helgen var Lisa Weyhenmeyer, som kom 11:a i tresteg med 11,70.



Isak Andersson tillsammans med övriga medaljörer på 400m häck. Foto: Richard Andersson

DM/UDM, 31 augusti-1 september, Uppsala

Samtidigt som våra äldsta aktiva tävlade på SM i Karlstad arrangerades årets DM på hemmaplan. Två fina dagar, fyllda av personliga rekord och en härlig blandning av våra äldsta veteraner och våra yngsta barn. Oskari Peura slog distriktsrekord i P16 110m häck, med tiden 14,57. Tiden är så bra att den dessutom tog upp Oskari på en 3:e plats i Sverigestatistiken för hans ålder. Tiffanie Magnusson, som vi kanske allra mest sett som mångkampare med höjd och längd som främsta grenar, visade under helgen att hon verkligen gått framåt i 100m häck under sommaren. Tiffanie slog personligt rekord med 0,5s när hon sprang på 14,68, vilket även tog henne upp på en 3:e plats i Sverigestatistiken. En annan som verkligen gått framåt under sommaren är Max Fors, som under Distriktsmästerskapen kastade 51,11 i diskus. 51,11 är klubbrekord med 2 meter och han blir också den första UIF'aren som vid 15 års ålder kastat över 50m i diskus. Den som var allra mest flitig under DM var Clara Knutsson som var i farten i 8 grenar. Av dessa 8 grenar vann hon 8/8 (60m, 200m, 600m, 60m häck, 200m häck, höjd, längd och tresteg).

Veteran-EM, 5-15 september, Venedig (Italien)

UIF hade fyra deltagare på plats. Barbro Gadle (tresteg och längdhopp) i K75, Carin Thornander (kula, slägga och stavhopp) i K55, Henrik Marcusson (höjdhopp) i M45 och Marcus Lehto (100m, 200m samt 4x100m) i M45. UIF's deltagare lyckades knipa

3 stycken brons, Barbro två stycken i båda hennes starter och Carin i kula. Carin slutade också på en 8:e plats i slägga och 5:e plats i stavhopp. Även Henrik tog en 8:e plats i sitt första stora mästerskap. Marcus som även han debuterade på ett stort mästerskap slutade 21:a på både 100m och 200m och tog en plats i det svenska M45 laget på den korta stafetten som slutade på en 4:e plats efter ett väl genomfört lopp.

"The Match" Europa vs. USA, 9-11 september, Minsk (Vitryssland)

I år avgjordes den nya tävlingen "The Match" för första gången, en tävling mellan Europa och USA där man samlar ihop poäng till sitt lag. Ett av dem stora affischnamnen inför tävlingen var vår Armand Duplantis, och precis som så många gånger förr så levde han upp till förväntningarna. 5,85, vinst och ett riktigt bra genrep inför det som komma skulle med VM. Mondos seger innebar dessutom viktiga poäng till Europa, som till slut vann klart över USA. En extra speciell tävling för Mondo såklart, som till stora delar av året tränar och bor i just USA.

JSM/USM Mångkamp, 14-15 september, Varberg

Årets näst sista SM-tävling avgjordes på Påskbergsvallen i Varberg. USM/JSM i mångkamp avgjordes i byiga starka vindar, regn och kyligt väder. Ett "typiskt" väder på mångkamps-SM, vilket dock inte stoppade Tiffanie Magnusson. Tiffanie kom 3:a med 4453 poäng, vilket var personligt rekord. Tyvärr höll vädret ner resultatet i vissa grenar, men i spjut kom helgens bästa resultat för Tiffanie som slog personligt rekord med 33,72. I totalen var det spännande in i det sista, då 4:an i totalen var 16 s före Tiffanie i mål på 800m. Efter en nervös väntan stod det dock klart att Tiffanie klarade bronset med 14 poängs marginal. Vår andra deltagare i Varberg var Pontus Lindell som gjorde en riktigt fin serie med 3 personliga rekord. Pontus hade dock lite stolpe ut då han hade en riktigt lång kulstöt som tyvärr var övertramp och inte fick det att stämna i höjd och längd. Slutresultatet skrevs till 5451 poäng, vilket räckte till en 7:e plats efter personliga rekord i spjut, 300m och 100m.

Svealandsmästerskapen, 14-15 september, Västerås

Samtidigt som mångkamps-SM avgjordes i Varberg, avgjordes Svealandsmästerskapen i Västerås för våra 05:or och 06:or. Det var verkligen tjejernas år i år, 8 medaljer tog Upsala IF och alla togs av tjejer. Helgens prestation stod Meja Wolwan för. 1 guld, 2 silver, 1 brons, 1 femteplats, 2 personliga rekord och ett vindpers. Guldet kom på 80m, tack vare det nya fina personliga rekordet 10,34. Silver tog Meja i 80m häck 12,18 (+3,6) = vindpers och i tresteg med 10,86 (PB). 48,72 på 300m häck räckte till ett brons och 5:e platsen kom i en jämn längdtävling (5,02). I F13 stav och F13 200m häck kom helgens två klubbrekord tack vare Alva Öman (2,64) och Clara Knutsson (29,71). Maja Bergström Weekes var med i F14 4x80m-laget som vann stafetten.

VM, 27 september – 6 oktober, Doha (Qatar)

En av VM's första höjdpunkter skulle bli mäns stavfinal. En final som hade alla möjligheter att bli en av dem bästa någonsin. Resultatmässigt blev det inte den bästa någonsin, men kanske den mest spännande? Först bjöd alla tre medaljörer på fläckfri hoppning, sen kom rivningarna och ordningen skiftade hela tiden. När Mondo tog 5,97 i sista trodde vi att guldet var säkrat, sen lyckades amerikanen Kendricks också krångla sig över den höjden i sista (och ledde i och med färre rivningar på tidigare höjder). 6,02 blev för högt för killarna igår, vilket innebar silver till Mondo efter en fantastisk insats. Silvret är Upsala IF's första någonsin, och att Mondo kommer plocka hem fler medaljer på framtida mästerskap är det ingen som tvivlar på. Om 10 månader är det OS i Tokyo, kanske är det redan då dags att få kliva ett steg högre på prispallen och plocka hem guldet? Upsala IF's andra deltagare i Doha var Vanessa Kamga. Vanessa gjorde en fin VM-debut när hon blev 24:a i diskuskvalet på 55,87. 24:e platsen är bättre än hennes rakning inför, trots att det var en av tidernas bästa diskuskval. Framför allt var kvalet en extremt bra erfarenhet inför kommande mästerskap, för Vanessas mästerskapsresa har bara börjat.



Mondo med silvermedaljen. Foto: Deca Text & Bild

SM/JSM/USM Terräng, 12-13 oktober, Umeå

Precis som vanligt så avslutar Terräng-SM, årets SM-säsong, vilket gör att vi kan sätta punkt för 2019 års säsong. Upsala IF hade 6 aktiva till start uppe i kylan i Umeå, där alla gjorde stabila lopp. Först ut var vår yngsta deltagare, Emmi Nyberg. Emmi som tidigare sprungit stafett-SM, gjorde i helgen sin första individuella SM-start. Emmi gjorde ett fint lopp och kom i mål på 16:51, vilket räckte till en 9:e plats i F15 4000m. Maja Björnsson öppnade stentufft i F16 4000m, och hade häng på bronset efter första varvet. Maja tröttnade tyvärr under varv två och kom i mål på 16:29, vilket räckte till en 13:e plats. Nästa gång är vi säkra på att det kommer hålla hela vägen för Maja. Sofia Amini sprang i samma lopp som Maja, och gjorde ett jättefint lopp när hon kom 10:a på 16:10. Sofia gjorde det med två jämna varv, där hon plockade två placeringar under varv två. Allra bäst placerade Vidar Arvidsson sig under helgen, när han kom 8:a i P16 4000m på 14:39. Precis som Maja så öppnade även Vidar stentufft under första varvet, och tappade därmed tyvärr lite tid under andra varvet.



Sofia Amini. Foto: Deca Text & Bild

Under dag två ville vädret verkligen berätta att säsongen nu är över, när himlen bjöd på snö och isande vindar. Våra två äldsta UIFare under helgen, som skulle tävla under dag 2, behärskade dock vädret utan problem. Linnea Isaksson, som gjorde debut på Terräng-SM och dessutom sprang i spikskor för första gången, gjorde en fin insats när hon sprang 10 000m i kvinnor. Linnea gjorde ett jämnt lopp som slutade med en 13:e plats, med tiden 40:00. Ida Tryggveson öppnade tufft, och även om hon

tröttnade lite på slutet så höll hon ihop det bra när hon sprang in på en 10:e plats i K22 på 25:02 (6000m).

Klubbtävlingar

Under året har Upsala IF även upprättat många mindre klubbävlingar för att ge våra medlemmar extra chanser till ytterligare tävlingsvana och finputsning av sina personliga rekord. Under februari arrangerade UIF tre mindre resultatävlingar; Löparkväll, Resultatävling i vikt och Resultatävling i sprint/häck/hopp. Terrängserien gjorde comeback efter 1 års uppehåll och arrangerades vid sex tillfällen. Vårens tre lopp arrangerades i Röbo medan höstens tre lopp gick av stapeln i Sunnersta. Precis som tidigare år så arrangerades Uppsalakastet vid flera tillfällen under 2019. I december avgjordes JulVIKTen i IFU-arena.

Castorama

Upsala IF kom på en 6:e plats i en jämn lagtävling. Individuellt kom Vanessa Kamga på en fin 2:a plats i kvinnornas tävling. Vanessa var endast dryga 50 poäng från personliga rekordserien från 2018. In på topp 10 för kvinnorna tog sig även Caisa-Marie Lindfors (9:a), som med 2943 så när spräckte dröm-3000 för första gången. I killarnas individuella tävling var Victor Wisén bäst på en 22:a plats med 2661 poäng.

Blodomloppet

Blodomloppet är klubbens största och viktigaste arrangemang, och arrangerades för 18:e gången i Uppsala den 16 maj. Loppet anordnas varje år av Blodcentralen tillsammans med Upsala IF Friidrott. I år arrangerades Blodomloppet för andra gången vid nya friidrottsarenan och Gränby sportfält, och detta i strålande solsken. Bansträckningen var helt ny och fick bra kritik efter loppet. Picknicken avnjöts efter loppet på gräsmattan i mitten av arenan. Totalt lockade årets Blodomlopp 10410 deltagare och 341 barn till Lilla Blodomloppet. Loppet var mycket bra arrangerat tack vare alla de medlemmar från Upsala IF friidrott som ställde upp som funktionärer.

Vårruset

Den 5 juni arrangerade Upsala IF Vårruset för tredje gången, ett lopp för enbart tjejer. Målgång och start för det 5km långa loppet var på Kapfältet vid Studenternas IP. Totalt var det drygt 1000 tjejer som deltog i loppet. Det var många funktionärer från Upsala IF som ställde upp under tävlingen, och tack vare detta blev det ett mycket lyckat arrangemang som flöt på bra under hela kvällen.

Varvetmilen

För första gången någonsin arrangerade Upsala IF Varvetmilen, ett milslång lopp som är seedningsgrundande för Göteborgsvarvet. Utgångspunkten för loppet var i Ultuna och vi hade 352 deltagare som slutförde loppet. Loppet genomfördes på en flack 5km-runda som sprangs två varv, längs med Fyrisån. Varvetmilen var ett mycket lyckat arrangemang som lockade både vana elitlöpare och nybörjare.

SM-pokalen 2019

SM-pokalen är en poängtabell där respektive friidrottsförenings insatser vid det senaste årets SM-tävlingar sammanställs. Poängen samlas ihop genom att komma topp-6 i någon av SM-tävlingarna under året. Tabellen räknar med SM-tävlingar för ungdomar, juniorer och seniorer och är viktad. Viktad innebär att man får full poäng för senior-SM, i 19-22 år får man x 0,75, 17 år får x 0,5 och 15-16 år får x 0,25.

Uppsala IF kom på en fin 5:e plats i tabellen, efter alla årets SM-tävlingar inräknade. Vilket innebär att Uppsala IF lyckades klättra en placering från förra året. Glädjande i tabellen är att Uppsala IF har varit bäst av alla klubbar i K22-klassen under årets SM-tävlingar, 51 poäng.

SM-medaljer under 2019:

Under friidrottsårets har Uppsala IF tillsammans fått ihop hela 68 SM-medaljer:

GULD 21 stycken

SILVER 22 stycken

BRONS 25 stycken

Sammanställning av SM-medaljer:

IUSM/IJSM/ISM Mångkamp Uppsala – 3 medaljer

GULD Lovisa Östervall K22

SILVER Lovisa Östervall KS

BRONS Tiffanie Magnusson F17

IJSM Växjö – 10 medaljer

GULD Filip Björklund M22 höjd

GULD Vanessa Kamga K22 kula

GULD Vanessa Kamga K22 vikt

GULD Klara Ygeby F17 1500m

SILVER Lisa Weyhenmeyer F19 tresteg

SILVER Oliver Ericsson P19 höjd

BRONS Filip Björklund M22 60m häck

BRONS Jennifer Dahlberg K22 höjd

BRONS Tiffanie Magnusson F17 höjd

BRONS Frida Thornander F17 stav

IUSM Västerås – 4 medaljer

SILVER Oskari Peura P16 60m häck

SILVER Edvin Gustafsson P15 tresteg

SILVER Max Fors P15 vikt

BRONS Emma Häggblom F15 höjd

IVSM Malmö – 6 medaljer

GULD Barbro Gadle K75 Höjd
GULD Barbro Gadle K75 Längd
GULD Barbro Gadle K75 tresteg
SILVER Carin Thornander K55 höjd
SILVER Carin Thornander K55 kula
SILVER Henrik Marcusson M45 Höjd

SM/JSM/USM Stafett Stockholm Stadion – 4 medaljer

SILVER M. Lehto, P. Jonsson, R. Hacksell, J. Källström M35 4x100m
SILVER I. Forss, H. Hägg, E. Gustafsson, M. Fors P15 4x80m
SILVER M. Bergström-Weekes, M. Wolwan, A. Nordvarg, C. Spangenberg 4x80m
BRONS E. Svantesson, I. Ekroth, I. Jansson, K. Helander KS 4x400m

JSM/USM-17 Göteborg – 21 medaljer

GULD Vanessa Kamga K22 diskus
GULD Caisa-Marie Lindfors F19 diskus
GULD Oliver Ericsson P19 höjd
GULD Victor Wisén P19 diskus
GULD Lisa Weyhenmeyer F19 tresteg
SILVER Oskar Lundqvist M22 höjd
SILVER Gustav Harning P17 400m
SILVER Ebba Svantesson K22 400m
SILVER Ebba Svantesson K22 400m häck
SILVER Gabriella Holmström F19 200m
SILVER Caisa-Marie Lindfors F19 kula
BRONS Albert Nygren P19 800m
BRONS Hugo Sörby P19 slägga
BRONS Gustav Harning P17 800m
BRONS Gabriella Holmström F19 100m
BRONS Lovisa Östervall K22 100m häck
BRONS Ellen Pettersson K22 diskus
BRONS Victor Wisén P19 kula
BRONS Klara Ygeby F17 3000m
BRONS Klara Ygeby F17 1500m hinder
BRONS Emma Holmgren Löf F17 slägga

USM Trollhättan – 5 medaljer

GULD Max Fors P15 slägga
SILVER Ida Knutsson F15 1500m hinder
BRONS Nils Ekroth P16 1500m
BRONS Edda Flink F16 höjd
BRONS Emma Häggblom F15 höjd

VSM Huddinge – 11 medaljer

GULD Urban Gustafsson M50 höjd
GULD Ann Wiborgh Haraldsson K55 100m
GULD Ann Wiborgh Haraldsson K55 300m häck
GULD Carin Thornander K55 Slägga
GULD Barbro Gadle K75 höjd

GULD Barbro Gadle K75 längd
GULD Barbro Gadle K75 tresteg
SILVER Carin Thornander K55 kula
SILVER Ann Wiborgh Haraldsson K55 200m
BRONS Henrik Marcusson M45 höjd
BRONS Ann Wiborgh Haraldsson K55 400m

Lag-USM Uppsala – 1 medalj

BRONS

SM Karlstad – 2 medaljer

SILVER Caisa-Marie Lindfors diskus

BRONS Isak Andersson 400m häck

USM/JSM/SM Mångkamp Varberg – 1 medalj

BRONS Tiffanie Magnusson F17

Nationella och Internationella rekord

2019 slogs ett antal nationella och internationella rekord av UIF'are. Våra veteraner Carin Thornander och Barbro Gadle slog två svenska rekord var. Carin i stav inomhus och utomhus i K55, och Barbro två i höjd inomhus. Både Carin och Barbros rekord, var dessutom nordiska rekord. Armand Duplantis slog svenskt rekord i stav inomhus. Caisa-Marie Lindfors, som hade en fantastisk utomhussäsong slog två svenska juniorrekord i diskus utomhus. Rekordet snodde hon av tränings- och klubbkompisen Vanessa Kamga. Fem UIF'are gick in på topp 10 i Sverige genom alla tider, Armand Duplantis (1:a stav), Vanessa Kamga (3:a diskus utomhus), Caisa-Marie Lindfors (9:a diskus utomhus), Vanessa Kamga (5:a vikt inomhus) och Linnea Jönsson (9:a vikt inomhus).

Stipendier och utmärkelser

Upsala IF har under 2019 tagit hem många priser vid olika tillställningar, flest har såklart Armand Duplantis fått. Vid Upplands friidrottsförbunds årsmöte delades priser ut till aktiva och tränare för 2018 års prestationer, och UIF tog hem tre priser. Alltid lika engagerade Örjan Carlborg, som verkligen utvecklat våra aktiva födda 2003 i främst löpning och sprint, fick välförtjänt priset som årets ledare. Lovisa Östervall fick pris som årets junior och Armand Duplantis som årets ungdom. Vid Uppsala Idrottsgala fick Armand Duplantis pris som "Årets manliga idrottare". Armand Duplantis var nominerad till både "Jerringpriset" och "Årets manliga idrottare" vid Sveriges Idrottsgala, men får vänta ett år innan priserna blir hans. Vid Friidrottsgalan på Berns i Stockholm fick Armand Duplantis priset "Årets prestation i Finnkampen". Under 2019 valdes Armand Duplantis in i det meriterade gänget "Stora Grabbar".



IFU Arena

Upsala IF Friidrott är delägare tillsammans med Innebandy Alliansen i IFU Arena. Föreningen har 2 representanter i IFU Arenas styrelse som aktivt verkar för en långsiktig och positiv utveckling av arenan. Arenan har varit en central samlingsplats för alla aktiva medlemmar i Upsala IF och stor del av klubbens träningar och aktiviteter har skett där. En stor fördel är även att kansliet och nya utomhusarenan ligger i anslutning till vår dagliga verksamhet. IFU har förbättrat möjligheterna till att utföra en träning av högre kvalitet, både för föreningens alla barngrupper och för de elitsatsande aktiva. Ny VD för IFU-arena är Tobias Svensson, som tillsattes i november 2019.

Nya friidrottsarenan

Vi har under året arrangerat flera tävlingar på arenan, bland annat DM, Uppsalaspelen, Nordiska Juniorlandskampen i mångkamp, Estkampen och Lag-USM. Nästa sommar ser vi fram emot att få arrangera stora SM för första gången sedan 2000.

Utbildning av tränare 2019

I och med att Upsala IF Friidrott under de senaste åren har ökat markant i medlemsantal och därmed även fått in många nya tränare i föreningen har UIF värdesatt att erbjuda givande tränarutbildningar till alla tränare. Dessa har anpassats efter träningsgruppernas åldrar, för att ledarna ska få en bra grund med friidrottsliga kunskaper samt känna sig trygga i sin ledarposition. De utbildningar som Upsala IF själva har arrangerat har varit förlagda till IFU Arena och har först och främst riktat sig till nya föräldratränare och de unga ledarna.

Våra grupper

Under år 2019 var det drygt 1000 stycken medlemmar i föreningen. Upsala IF har en bra bredd på alla aktiva i föreningen och vi har träningsgrupper för alla som vill träna friidrott. Den yngsta barngruppen just nu är för barn födda 2014 och klubbens äldre medlemmar tränar tillsammans i veterangruppen. Klubben har dessutom många duktiga ungdomar, juniorer och seniorer. Det finns en plats för alla som vill träna friidrott i Upsala IF.

Barn- och ungdomsgrupperna

Våra barn- och ungdomsgrupper fortsätter att växa och vi har nu 21 grupper för barn födda 2009 och senare (att jämföra med 14 grupper under 2018), trycket på dessa grupper är väldigt stort och många köar för att få plats till nästa säsong. För ungdomar 11-14 år har vi 9 aktiva grupper. Detta ger föreningen en väldigt bra grund att stå på inför framtiden. Utöver ungdomsgruppernas ordinarie träningar erbjuds

även specialträning i olika grenar för barn födda 2008 och äldre; unga kastare, unga löpare, unga häck/höjd, unga längd/tresteg, unga sprinters och unga stavhoppare. I unga kastare får ungdomarna specialteknik i de fyra olika kastgrenarna och i unga löpare får de träna medel- och långdistans. I häck- och hoppgrupperna får ungdomarna chansen att utvecklas i fem tekniskt svåra grenar. I unga sprinters får ungdomarna träna på sprint- och blockteknik. Unga-gruppernas träningar är mycket populära och är ett bra komplement till den breddträning som ungdomarna får i sina ordinarie grupper, där fokus istället ligger på att testa på alla grenar.

Tränare och unga ledare

En ovärderlig kugge i en förening som Upsala IF är föräldrarna till våra aktiva, som ställer upp som tränare i våra barngrupper. Utan deras engagemang och den tid de lägger ner som tränare skulle klubbens verksamhet inte fungera lika bra som den gör idag. Flera av våra äldre aktiva hjälper, vid sidan av sig egen satsning, till som unga ledare i våra barngrupper. Där spelar dem en viktig roll som inspiratörer, förebilder och genom att sprida sin kunskap om friidrott och träning. De unga ledarna och föräldratränarna bildar tillsammans ett komplett tränarpar. Under 2019 har vi totalt haft 27 aktiva som jobbat som unga ledare i våra yngre grupper.

Veterangruppen

Upsala IF:s veterangrupp har under de senaste åren ökat i antalet medlemmar då intresset för veteranidrott har ökat. Under 2019 har vi haft två olika veterangrupper; en 35+ och en 65+. 35+ träffas och tränar tillsammans cirka 2-4 gånger i veckan under ledning av Carin Thornander som både är aktiv inom veteranfriidrotten samt gruppens tränare. 65+ har en träningstid i veckan, och där är det Barbro Gadle som är tränare. Truppen har varierade mål med sin träning, då vissa satsar på att ta sig till Veteran-VM medan andra bara är med och tränar för att de tycker att det är kul.

Våra träningsgrupper:

Grupp Anders J	Unga löpare	10-svart
Grupp Anders N	Unga stavhoppare	10-vit
Grupp Carin	Unga häcklöpare	10-blå
Grupp Erik J	04	10-gul
Grupp Henrik/Lasse/Chris	05	11-svart
Grupp Jonas	06-svart	11-vit
Grupp Linus	06-vit	11-blå
Grupp Maria/Fredrik	07-svart	12-svart
Grupp Micke	07-vit	12-vit
Grupp Richard	07-blå	12-blå
Grupp Svante/Micke	08-svart	13-svart
Grupp Örjan	08-vit	13-vit
Veteran 35+	08-blå	13-blå
Veteran 65+	08-gul	14-svart
Unga häck/höjd	09-svart	14-vit
Unga sprinters	09-vit	14-blå
Unga tresteg/längd	09-blå	09-13 Björklinge
Unga kastare	09-gul	

Friidrottsgymnasiet

Celsiuskolan i Uppsala är landets största idrottsgymnasium, och Uppsala IF är ansvariga för friidrottsdelen. På friidrottsgymnasiet har vi elever från alla grengrupper, med den gemensamma goda inställningen till friidrotten. Alla våra elever håller en hög nationell nivå, och några av våra elever håller även internationell nivå. Vi har under årets haft 7 aktiva som fått representera Sverige och två som deltagit på JEM i Borås. Under hösten arrangerades ett gemensamt "FIG-läger" till Portugal i 7 dagar, ett läger som var mycket uppskattat hos eleverna som tack vare detta skapade en ännu större gemenskap med varandra. Eleverna på friidrottsgymnasiet är uppdelade i träningsgrupper baserat på vilken gren som är deras huvudfokus, därför kändes det extra viktigt att FIG-lägret skapade en fin gemenskap över gruppgränserna. Efter sommarlovet fick vi in 17 nya ettor (födda 2003) på NIU/LIU. Våra "ettor" (elever födda 2003) har tillsammans med Vanessa Kamga kört två gemensamma skivstångspass i veckan under hösten. Träningarna har genomförts med fokus på teknik, allt för att skapa en bra grund till framtiden.



FIG-Uppsala 2019/2020. Foto: Richard Andersson

Friidrottsprofil på Gränbyskolan

Vi är nu inne på vårt andra år med friidrottsprofil på Gränbyskolan, vilket är ett samarbete mellan Uppsala IF och Gränbyskolan. Detta samarbete innebär att eleverna på Gränbyskolan har möjlighet att välja friidrott som profil under högstadiet. Träningarna har under våren och hösten flutit på med 2 träningstillfällen i veckan, under ledning av Ida Ekroth (våren) och Klara Helander (hösten). Friidrottsprofilen har varit mycket uppskattad av både elever och lärare på Gränbyskolan. Träningarna kommer fortsätta under 2020, och målet är att gruppen ska växa och att fler ska lockas till att testa på friidrott. På sikt hoppas vi självklart att flera av dessa elever väljer att börja träna friidrott i Uppsala IF på fritiden också.

Breddläger mångkamp

Den 23-24 juli anordnades ett Breddläger i mångkamp för ungdomar 12-16år i Uppsala. Arrangörer för lägret var Upplands friidrottsförbund. Träningen hölls på nya friidrottsarenan vid Gränby sportfält. Friidrottspassen leddes av aktiva friidrottare från hela Uppland, och däribland 7 stycken från Uppsala IF. Uppsala IF hade även flera deltagande ungdomar på plats. Det blev en mycket lyckad lägerhelg med en starkare samhörighet mellan de olika klubbarna som deltog samt nya lärdomar inom respektive friidrottsgren. Under helgen hölls även föreläsningar för både aktiva och tränare på plats.

Sommarfriidrottsskolan

Uppsala IF höll i sommarfriidrottsskola under totalt 5 veckor under juni och augusti år 2019. Sommarskolan var, precis som förra året, stationerad på vår nya fina utomhusarena i anslutning till IFU-arena. Lägret varade i 1 vecka, måndag till fredag 09:00-15:00. Ansvariga för sommarfriidrottsskolan i år var Ellen Pettersson och Levina Ahlgren, som gjorde ett fantastiskt jobb under veckorna. Ellen och Levina

skapade tillsammans med flera unga ledare från klubben fem fantastiskt uppskattade lägerveckor där barnen fick testa på friidrottsgrenar, leka lekar och lära känna nya kompisar. En nyhet inför årets läger var att lunchen ingick och åts tillsammans i restaurangen på IFU-arena, något som verkligen uppskattades av ledare och barn. Som avslutning på lägerveckorna fick barnen diplom och varsin t-shirt. Precis som under de senaste åren var det ungefär 500 barn som deltog under sommarens fem lägerveckor.

”Uppland samarbetar”

Ett mycket uppskattat projekt som pågått under några år nu, är ”Uppland samarbetar”, vilket även i år lockat många av våra aktiva. Uppland samarbetar är ett projekt som bygger på att våra uppländska ungdomar träffas och tränar tillsammans kontinuerligt under året, för att förena och skapa en fin gemenskap i den uppländska friidrotten. Vid dessa träningstillfällen är det främst våra äldre aktiva som är tränare och inspiratörer för ungdomarna. Dessa träningstillfällen har gett kompetensutveckling, inspiration och friidrottsutveckling till de deltagande.

Strategisk allians med Malmö AI

Den strategiska alliansen mellan Malmö AI och Upsala IF har fortgått under 2019. Denna allians innebär ett nära samarbete på fler plan; organisatoriskt, idrottsligt och ekonomiskt. Målet med denna allians, kallad ”SAP”, är att utvecklas tillsammans för att göra oss själva och friidrottssverige starkare. Under Lag-USM i Uppsala arrangerades en gemensam kick-off för Malmö och Upsalas aktiva, i IFU-arena. Under kick-offen åt de aktiva middag tillsammans, och avslutade kvällen med en rolig femkamp. Kvällen tillsammans med Malmös aktiva var mycket uppskattad, och flera av våra UIF’are skapade nya vänner.

Profilprodukter

Under 2019 har UIF-tältet och UIF-stolarna använts flitigt på större tävlingar, det har blivit en samlingspunkt för dem aktiva under tävlingarna och varit mycket uppskattat. UIF-pandan, Ture, har använts vid evenemang och även kommit på besök under flera barnträningar. Under hösten 2019 skrev Upsala IF på ett nytt samarbete, med Craft Sportswear och kläddistributören Toni Reklam. Från och med januari 2020 kommer Upsala IF därmed tävla i Crafts kläder. Under hösten arrangerades en lanseringsfest där våra medlemmar hade möjlighet att prova alla nya kläder och beställa hem dem med leveransdatum innan jul. De nya kläderna visades upp av Klara Helander och Antonis Dinopoulos, och fotades av Richard Andersson. Upsala IF är mycket stolta och glada över detta nya samarbete, och ser självklart fram emot att bli Sveriges bästa friidrottsklubb med Craft och Toni Reklam vid vår sida.



Marknadsföring

Upsala IF Friidrott har under 2019 arbetat mycket med marknadsföring för att förbättra både den interna och externa kommunikationen. Klubben har förbättrat föreningens hemsida för att underlätta för aktiva och ledare men även för utomstående att orientera sig på internetsidan. Varje träningsgrupp har varsin hemsida där gruppens medlemmar och ledare lätt kan kommunicera med varandra. Stora delar av marknadsföringen har även skett via sociala medier så som Facebook och Instagram. Under året har Upsala IF's Instagram uppdaterats flitigare än tidigare, vilket uppskattats av både tränare, aktiva och familj. Där har aktuella händelser publicerats och där har även Upsala IF kunnat ha en mer direkt dialog med de involverade i klubben.

Team Tokyo

Under 2019 har projektet "Team Tokyo" fortsatt. Målet med projektet är att hjälpa 5 av våra aktiva med deras satsning mot OS i Tokyo 2020. Team Tokyo består av Erik Hagberg, Lovisa Östervall, Vanessa Kamga, Armand Duplantis och Isak Andersson.



Styrelsens rapport

Nya i styrelsen 2019 är Toinie Rönholm, Anders Nygren och Helena Nordström Källström.

Årsmötet 2019 antog den föreslagna Målbild 2022

och Verksamhetsplan 2019. Styrelsen har arbetat enligt planen inom områdena roller ansvar och styrdokument, kommunikation, utbildning, arrangemang, arenor, ekonomi, marknad och sport.

Våra områden i målbild och verksamhetsplan kan sorteras in under de tre benen idrott, arrangemang och sponsorer. Vi kan konstatera att vi de senaste åren gjort stora framsteg inom idrotten men inte varit lika framgångsrika med att utveckla våra arrangemang och sponsorstödet.

Under året har styrelsen bland annat

- Tagit fram arbetsbeskrivningar för ekonomiansvarig och ungdomsansvarig.
- Uppdaterat föreningens riktlinjer för dispositionsmedel.

*Isak, Vanessa, Lovisa och Erik
(Armand saknas tyvärr)
Foto: Richard Andersson*

- Tagit fram riktlinjer för ersättning till tränare.
- Fortsatt arbetet med att ta fram en personalhandbok.
- Tillsammans med sportchefen drivit förhandlingarna om SM 2020 med SFIF och Uppsala Kommun.
- Tillsammans med sportchef och personalansvarig gjort en översyn av organisation/fördelning av arbetsuppgifter på Sportkontoret, kommunicerat och genomfört förändringar.
- Genom ordförande varit bollplank till sportchef och personalansvarig i personalfrågor.
- Genom Staffan Karlsson deltagit i IFU Arena AB styrelse.
- Genom ordförande representerat friidrotten i UIF huvudstyrelse. Huvudstyrelsen har under året bland annat utrett viljan och möjligheten att ombilda UIF från en sektionsförening till en alliansförening. Huvudstyrelsen kommer på årsmötet 26/3 föreslå att ett inriktningsbeslut tas att ombilda föreningen.
- Sökt och fått ungdoms-SM utomhus augusti 2021

En stor och viktig arbetsuppgift under året för styrelsen har varit att slutföra förhandlingarna med SFIF och Uppsala kommun om SM 2020. Vi har ett trepartsavtal med SFIF och Uppsala kommun och ett separat avtal med Uppsala Kommun. Flera i styrelsen har arbetat aktivt med att bygga organisationen för SM 2020 och deltar dessutom i flera av arbetsgrupperna.