



VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2013

Föreningen har under året varit mycket verksam. Det har skapat möjlighet till fysisk aktivitet för alla Larsmo bor och många andra som på olika sätt tagit del av vår verksamhet. Ekonomin i föreningen är för närvarande god. Ekonomin kommer framöver att belastas tack vare ökat antal tävlande i föreningens namn och för verksamheten som utvecklas hela tiden. Detta bör vi ta som en positiv sak eftersom det också är syftet med föreningen.

Det stora bekymret för föreningen är att Idrottsparken inte har eller får allvädarsbanor för att kunna driva en tidsenlig verksamhet för friidrotten. Det kräver ett gott samarbete med föreningarna i nejden och att de som tränar tar sig till arenorna med allvädarsbanor.

Den erkänt goda verksamheten inom friidrottssektionen är känd vida omkring och lockat med sig barn och unga från nejden. En eloge till ledare och föräldrar som gör verksamheten levande och till de goda resultat som presterats. Föreningen fick i år sin första individuella FM-medaljer i friidrott. En annan av höjdpunkterna för året kan man väl nog säga att var segern i Vattenfall cup för tredje året i rad.

Larsmo IF:s årliga nationella skidskyttetävling börjar bli en tradition och en tävling som fler tävlande deltar i för varje år. Spåret och banan i idrottsparken får alltid gott betyg.

Vintern 2013 var en riktigt bra vinter för skidåkning. Konstsnö tillverkades och kördes ut redan i december. Inget snötalko behövde heller ordnas för att kunna arrangera Barnens Vasalopp och Larsmoloppet.

Skidåkare från Larsmo har de 15 senaste åren varit stommen i representationsföreningen IF Brahe och samarbetet med föreningen är fortsättningsvis god. En drastisk minskning av skidåkande juniorer har skett under de senare åren och föreningarna har nu inriktat verksamheten på de yngre juniorerna. Skidskolan drar många deltagare med det är få som vill delta i själva tävlingsmomentet.

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

Styrelsen

Styrelsen har under året haft följande sammansättning:

Ordinarie	Suppleant
Malin Källman, ordförande	
Frej Stenman, skidsektionen	Leif Källman
Greger Sundvik, skidskytte	Henning Nynäs
Thomas Nylund, friidrott	Siv Hellström
Annika Vikström, orientering	Dage Nynäs
Camilla Nynäs, motion	Anders Östman
Viveka Strömberg, sekreterare	Alf Vikström

Nedan följer sektionernas årsberättelser

FRIIDROTTSSEKTIONEN

Friidrottssektionen har i år haft ett livligt och framgångsrikt år. Inomhustävlingssäsongen började redan i januari med DM-tävlingar för de olika åldersklasserna. I februari var det Hall-FM för 22/19/17-åringar och i mars Tammerfors IJG för 10-15 åringar. Vi deltog också i andra inomhustävlingar under vinterhalvåret.

Vinterträningarna drog vi för 10-17 åringar i 2 olika grupper, de yngre tränade 2 gånger i veckan och de äldre hade 4 ledda träningspass i veckan. På vårkanten utökade vi med en träningsgrupp för 6-9 år. De som är över 17 år har tränat mera individuellt med sina tränare. Träningarna hölls i Cronhjelmsskolan, i Tellus och de som deltog i grengruppsträningarna tränade en gång i veckan i Sportis i Bennäs. Sommarträningarna inleddes i maj och som mest hade vi 7 grupper i åldrarna 4-17 år. Licensernas antal var i år 89 stycken. Vi tränade både på sportplanen i Larsmo och i Bennäs. Vi var runt 15 tränare som ledde träningarna. Vi har i år tagit i bruk ett individuellt stipendiesystem för alla våra idrottare som är 14 år och äldre. Detta kommer att belasta nästa års budget.

Vår egen terräng-cup drog i år ett stort antal intresserade löpare till sportplanen och 11.5 ordnade vi Terräng-DM med över 100 deltagare. Ärevarvet slog i år alla rekord och resultatet nästan fördubblades jämfört med föregående år. Vi blev också utsedda till årets ärevarvsförening inom ÖID.

Vi har tävlat flitigt och deltagit i bl.a Youth Athletic Games, SFI- mästerskapen och knattefinalen. I stafett-FM i Joensuu hade vi 5 flicklag i elden och i Knattestafett-DM deltog 7 lag från Larsmo. För första gången fick vi individuella FM-medaljer. Alina Strömberg tog silver i stav för flickor 14, Rebecca Ljung fick brons i spjut för flickor 17 och Victor Westö tog en andra plats i stav i herrar 22. Efter 2 lyckade deltävlingar i Vattenfall-Cup låg vi etta inför finalen och i finalen i Lappajärvi lyckades vi bärga segern för tredje året i rad. Vi ligger nu på 76:e plats i SUL:s föreningsklassificering, en förbättring med 30 platser från i fjol.

Resultat 2013 DM tävlingar

F/P 10-11 år

Landsvägs DM

F10 1km: 3.Nora Finholm 4.39

Terräng DM

P11 1.5km: 2.Anton Ljung 5.46,2

Knattestafett DM

P11 4x50m 3. LIF (Jonatan Lepola, Linus Nyman, Vincent Ljung, Eddie Roos) 32.08

Knattefinalen

P10 spjut	1. Vincent Ljung	20.64
60mh	3. Vincent Ljung	12.80
P11 spjut	1. Anton Ljung	31.15
Diskus	2. Anton Ljung	19.51

Mångkamp DM

P10 3-kamp 3. Vincent Ljung (10.54, 3.50, 5.87) 609p

12-13 åringarnas resultat

Tampere junior games

F13 60m 6 8,37 Jenny Asplund

Youth athletics games

F-13 60m 4 8,18 Jenny Asplund

F-13 längd 2 5,09 Jenny Asplund

Stafett DM

F-13 4x100m 1 55,43 (Jenny Asplund,Liza Pajunen,Simone Stenbäck,Emilia Prittinen)

DM (Knatte finalen)

F-13 60m	1	8,42	Jenny Asplund
60m	3	6,64	Liza Pajunen
spjut	4	20,39	Amanda Nyfors
längd	1	4,97	Jenny Asplund
60mh	1	10,43	Jenny Asplund
slägga	3	20,41	Emilia Prittinen

Områdes mästerskapet

F-13 60m	5	8,79	Liza Pajunen
60mh	1	9,99	Jenny Asplund
längd	3	4,63	Jenny Asplund
4x100m	2	55,49	(Jenny Asplund,Liza Pajunen,Simone Stenbäck,Emilia Prittinen)

14-15 åringarnas resultat

Hall FM

F-17 stav 6 305 Alina Strömberg

Tampere junior games

F-14 stav 3 325 Alina Strömberg

F-15 höjd 6 149 Anni Salminen

Youth athletics games

F-14 stav 2 340 Alina Strömberg
längd 2 4,81 Alina Strömberg
100m 3 12,71 Alina Strömberg
7 13,1 Jennifer Roos

stafett FM

F-15 4x100 9 51,27 LIF 1 (Jenny Asplund,Alina Strömberg,Hanna Frostdahl,Jennifer Roos)
4x100 30 54,94 LIF 2 (Anni Salminen,Liza Pajunen,Malin Björkström,lida Aninko)

SFI mästerskapen

P-15 spjut 2 42,79 Linus Ljung
4 34,07 Max Hellström
300mh 4 47,46 Linus Ljung
F-15 stav 1 295 Alina Strömberg
80mh 3 12,65 Jennifer Roos
4 12,97 Anni Salminen
höjd 3 146 Anni Salminen
100m 4 12,92 Alina Strömberg
4x100 2 50,92 F15-D17 mix (Emma Sundvik,Alina Strömberg,Amanda Sjölund,Jennifer Roos)

Stafett DM

P-15 4x100 4 53,52 (Max Hellström,Linus Ljung,Johannes Öst,Isak Björkskog)
4x800 3 11,05 (Max Hellström,Linus Ljung,Johannes Öst,Isak Björkskog)
F-15 4x100 1 51,46 (Anni Salminen,Alina Strömberg,Hanna Frostdahl,Jennifer Roos)

DM Knattefinalen

P-14 spjut 1 34,45 Max Hellström
kula 1 10,79 Benjamin Brännbacka
F-14 80mh 1 12,46 Jennifer Roos
100m 1 13,44 Jennifer Roos
kula 2 7,78 Jennifer Roos
P-15 spjut 2 38,3 Linus Ljung
diskus 3 26,92 Linus Ljung
slägga 1 19,84 Linus Ljung
F-15 höjd 2 146 Anni Salminen
80mh 2 13,2 Anni Salminen
längd 2 4,68 Anni Salminen

Mångkamp DM

F-15 5-kamp 1 1916p Anni Salminen
P-15 5-kamp 2 2015p Linus Ljung

Mångkamp SFIM

F-15 5-kamp 2 1916p Anni Salminen
P-15 5-kamp 2 2015p Linus Ljung

FM

P-14 3-steg 25 9,87 Max Hellström
F-14 stav 2 335 Alina Strömberg
100m 6 13,16 Alina Strömberg
F-15 80mh 12 13,05 Anni Salminen

Mångkamp FM

F-15 5-kamp 14 2043 Anni Salminen

16-17 åringarnas resultat

Hall FM

D-17 800m 12 2,27,95 Julia Hiltunen

Stafett DM

(Emma Sundvik, Julia Hiltunen, Elisabeth Nylund, Amanda Sjölund)
D-17 4x100m 8 53,67 Sjölund)
3X800m 3 7,44,48 (Julia Hiltunen, Rebecca Ljung, Amanda Sjölund)
4x100mh 2 1,06,48 (Emma Sundvik, Rebecca Ljung, Elisabeth Nylund, Julia Hiltunen)

Stafett FM

(Emma Sundvik, Julia Hiltunen, Elisabeth Nylund, Amanda Sjölund)
D-17 4x100m 16 53,2 Sjölund)
4x100mh 5 1,05,20 (Emma Sundvik, Rebecca Ljung, Elisabeth Nylund, Julia Hiltunen)
3X800m 6 7,39,94 (Julia Hiltunen, Rebecca Ljung, Amanda Sjölund)

SFI mästerskapen

D-17 100mh 4 16,17 Emma Sundvik
5 16,35 Rebecca Ljung
spjut 1 40,01 Rebecca Ljung
längd 5 5,16 Amanda Sjölund
300mh 4 48,25 Rebecca Ljung
100m 9 13,33 Amanda Sjölund
800m 2 2,27,99 Julia Hiltunen
kula 7 9,59 Johanna Isomäki

DM

D-17 300m 3 43,53 Amanda Sjölund
6 44,63 Rebecca Ljung
100mh 1 16,38 Rebecca Ljung
3 16,91 Emma Sundvik
längd 1 5,24 Amanda Sjölund
4 4,74 Emma Sundvik

diskus	4	19,71	Johanna Isomäki
kula	4	10,47	Rebecca Ljung
	5	10,04	Johanna Isomäki
spjut	1	40,28	Rebecca Ljung

ÖID/SFI mångkamp

D-17 7-kamp 1 4212p Rebecca Ljung

FM

D-16	100mh	13	4,52	Emma Sundvik
D-17	spjut	3	43,12	Rebecca Ljung
	längd	14	5,06	Amanda Sjölund
	100m	11	13,27	Amanda Sjölund
	300m	12	44,14	Rebecca Ljung

FM mångkamp

D-17 7-kamp 8 4305p Rebecca Ljung

SKIDSEKTIONEN

Vintern 2012 -2013 var en riktig skidvinter dels för att föreningen lyckades tillverka konstsnö och köra ut snön i december.

Trots att vintern var fördelaktig för skidåkning, så verkar det allmänt svårt att locka barn och unga med på tävlingar. Skidskolan för barn är mycket populär, med omkring 60 deltagare, medan serieskidningen som arrangerades tre gånger hade ca. 25 deltagare per gång.

Barnens Vasalopp arrangerades för 19:e gången. Deltagarantalet var större än året innan. Nästan 550 kom i mål.

Larsmo Loppet dirigerades av en Larsmo trio in följande ordning; 1:a Henrik Ekstrand, 2:a Niklas Dahllund, 3:a Jonas Mäenpää. Damklassen vanns av Marjo Ena följt av Ann-Louise Sundström och Mary Hiltunen

I Mellersta österbottens landskapsstafett var Larsmos lag tippat att falla ur A-serien, men med en 12 plats sitter Larsmo laget ännu säkert.

Här följer några resultat och medaljer erövrade av Larsmo bor vintern 2012-2013.

Namn	DM	FSSM	FM
Josefin Sandvik		2+7	19+26+5+9+9
Oskar Sjölund	2	1+7	37
Emma Sjölund		3+3	9
Henrik Ekstrand	3	4	
Malin Källman	3		
Annika Sjöström		4+7	
Julia Hiltunen	3	7	
Jonna Hiltunen		6	
Amanda Nyfors		7	
Anton Ljung		20	
Jemina Sundström	5	7	
Vincent Ljung	5	9	
Malin Björkström	5		
Joel Björnvik	15		
Hanna Nyfors	27		
Filip Liljeqvist	19		
Lucas Liljeqvist	20		
Hanna Nyfors	27		

SKIDSKYTTESEKTIONEN

Skidskyttarna har tävlat flitigt under det gångna året i skidskytte, löpskytte, rullskidskytte och orienteringslöpskytte. FSSM-skidskytte hölls i år i Molpe 23–24.2.2013 där LIF hade 11 deltagare. FSSM i löpskytte hölls i Ingå 20–21.7.2013 med 8 deltagare från LIF.

Under året har det även ordnats klubbmästerskap både vinter och sommar. Henning Nynäs vann både i löpskytte och skidskytte, i klubbmästerskapen skidar och löper alla lika långt och så får man respit enligt ålder.

Den 16.3 ordnades den traditionella nationella skidskyttetävlingen och samtidigt ungdomslandskamp mellan Finland och Sverige för flickor och pojkar mellan 15 och 17 år. Tävlingarna hade sammanlagt ca 100 deltagare varav 12 st från LIF. Finland vann landskampen med 102 poäng mot Sveriges 93 poäng.

En del mindre tävlingar har också arrangerats bl.a. ÖID-cup och Alue-cup deltävlingar.

Vid FM och FSSM har följande tagit medaljer.

Henning Nynäs H60	2 FM medaljer	
Alf Vikström H60	2 FM medaljer	2 FSSM medaljer
Tommy Haglund H45	2 FM medaljer	2 FSSM medaljer
Per Snellman H65	1 FM medalj	4 FSSM medaljer
Pernilla Sundvik D21		2 FSSM medaljer
Fredrik Mattsson H45		3 FSSM medaljer
Nina Viklund D21		1 FSSM medalj
Toni Wiik H		2 FSSM medaljer
Stefan Mäki H		1 FSSM medalj
Annika Sundgren-Sandelin D		1 FSSM medalj
Robin Vikström H15		3 FSSM medaljer
Anni Vikström D11		3 FSSM medaljer
Amanda Nyfors D13		2 FSSM medaljer
Hanna Nyfors D11		2 FSSM medaljer
Filip Liljekvist H11		2 FSSM medaljer
Lukas Liljekvist H13		2 FSSM medaljer

ORIENTERINGSSEKTIONEN

Tävlingssäsongen förlöpte som förut med olika tävlingar runt om i landet, deltagarna från Larsmo är inte så många, men är ändå rätt flitiga att delta i både nationella och lokala tävlingar och träningar. Glädjande för denna säsong är Larsmos fina tredjeplats i Landskapsstafetten.

Nämnas bör också Salla Fagerudds silvermedalj i budkavle FM i Saarijärvi tidigare i höst, där hon representerade sin förening Paimion Rasti.

Landskapsstafettorientering i Ylivieska arrangerades den 25.8. Larsmo deltog med ett starkt lag och belönades med en fin tredjeplats! I laget löpte Johnny Fagerholm, Niklas Lindell, Heidi Lindell, Henning Nynäs, Salla Fagerudd och Kim Fagerudd som starkt ankare på slutet.

1. Karleby	2.52.27
2. Nivala	2.54.08
3. Larsmo	2.59.39

Juniorsatsningen fortsatte för 7-14 åringar. Varje tillfälle har haft många deltagare där man satsat på orienteringsteknik, skogsskoj och jogging med duktiga och energiska ledare.

11 nybörjarskolningar och träningar ordnades i Jakobstad med omnejd. De populära endags lägren tillsammans med andra föreningar har anordnats två stycken, ett vid Storsand och ett ordnades av Minken.

Skärmjakten (tidigare torsdagsträffen) har fortfarande många deltagare de 22 gånger som ordnades, dagen har ändrats till onsdagskvällar och namnet ändrades. I Larsmo ordnades det den 22.5 vid Kackur, den 5.6 vid Fränsviken, östra, samt vid Eugmo 14.8. I medeltal med ca 160-170 deltagare per gång.

Ett plock ur några värdeävtvlgar med deltagare och resultat, bosatta i Larsmo:

I Jukola och venlakavlen, Jämsäjukola 2013, deltog Niklas Lindell i Brahes 1 lag, Henning Nynäs i Brahes IV lag, och Pernilla Sundvik i Brahes II lag.

Cykelorientering	FM, medeldistans	D20 Pernilla Sundvik	7
Skidorientering	FSOM, medeldistans	H60 Henning Nynäs	2
	FSOM, långdistans	H60 Henning Nynäs	2
		H65 Lars-Erik Östman	6
		D14 Hanna Viklund	6
Orientering	DM medeldistans, Kronoby	D14 Hanna Viklund	7
		D20 Pernilla Sundvik	4
		H65 L-E Östman	6
		H60 Henning Nynäs	2
	DM Långdistans, Nykarleby	H65 Lars-Erik Östman	7
		H60 Henning Nynäs	2
Kvarkenträffen	Totalsegrare i damklassen	D21A Salla Fagerudd	1

MOTIONSSEKTIONEN

I mitten på januari ordnades en vallakväll för årets vasaloppsåkare vid Holm fritidsgård. Johan Lind från Vauhti berättade och förevisade hur man vallar skidorna inför ett långlopp. Ca 20 personer deltog i vallakvällen.

Frejs Game ordnade för 18:e gången en skidresa till Vasaloppet 28.2 – 5.3.2013

Som reseledare fungerade Camilla Nynäs och chaufför Tore Liljekvist. 35 deltagare var med på resan.

Bästa tid hade Erik Holm med tiden 04:40:00 och medeltiden för Frejs Game åkaren var 07:07:39.

15.9 arrangerades Ruskamarschen och motionssektionen skötte om saftstationen vid Molnviken mellan 10 – 16. Ulf Holgers, Henning Nynäs och Camilla Nynäs turades om att servera saft till törstiga deltagare.

26.10 ordnades en Vasaloppsträff. Lekfull träning i form av en femkamp avgjordes i idrottsparken åtföljd av bastubad och middag. 22 personer deltog i träffen.

Under sommaren och hösten har det funnits möjlighet att delta i ett gemensamt rullskidspass.

Vasaloppsresans ekonomi hamnar alltid inom två bokföringsperioder. På hösten betalar deltagarna in en första delbetalning på resan. Andra delbetalningen betalas i slutet på januari följande år. Kostnaderna för resan betalas till största delen efter nyår. Detta gör att saldot på Frejs Game bankkonto per 31.10 alltid visar ett för stort belopp. Denna höst har det inbetalats ca. 9.000 € i första delbetalning.

Larsmo 3.12.2013

Malin Källman, Ordförande

Viveka Strömberg, Sekreterare