



LARSMO IF

LARSMO IDROTTSFÖRENING RF

Verksamhetsberättelse 2022

Larsmo Idrottsförening är en aktiv förening som år efter år skapar möjlighet för medlemmar i alla åldrar att delta i idrotts- och motionsverksamhet. Det gångna året har ur pandemisyvinkel varit så gott som normalt, och våra sektioner har äntligen kunnat ordna tävlingar och evenemang. Mycket av det vi gör riktar sig till barn och ungdomar, och det är glädjande att se att alla våra sektioner lyckas aktivera unga. Under året har cykelsektionen fortsatt att växa. Barnens Vasalopp var också tillbaka efter den ofrivilliga pausen med 322 barn som rundade spåret, precis som den traditionella Vasaloppresan som åkte till Mora med en fullsatt buss.

Vi kan också med glädje konstatera att våra idrottare har redovisat fina prestationer och klarat sig bra i nationella och internationella sammanhang.

Styrelsen har under året haft fyra möten, och styrelsen har haft följande sammansättning:

Nina Riska, ordförande / friidrott

Sonja Finholm, sekreterare

Monica Nyfors, skidåkning

Dan Snåre, skidskytte

Heikki Rajala, cykling

Johnny Blomqvist, motion

Niklas Lindell, orientering

Verksamheten i våra sektioner beskrivs närmare under respektive rubrik.

Föreningen vill tacka alla aktiva, ledare, tränare och talkoarbetare som är med och utvecklar föreningsverksamheten och ser till att våra barn och unga kan ha en meningsfull fritid. Ett stort tack till er alla – ni är kärnan i all föreningsverksamhet!

Larsmo, 7 december 2022

Nina Riska, ordförande

Sonja Finholm, sekreterare



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Friidrott

Friidrottsåret 2022 bjöd på fina framgångar. Gruppen 2005–2007-födda deltog i SFI-mästerskapen i Mariehamn och kammade hem många medaljer och bra placeringar. Josefina Kackur tog brons i både slägga och tresteg i klassen D17. Vilma Björkskog vann guld på 1500 meter och silver på 800 meter i klassen D17. Venla Vikström fick silver i stavhopp i klassen D15. Mella Snellman vann guld på 300 meter i klassen D15 och hon var nära pallen även på 100 meter i klassen D15 där hon slutade fyra. Meyah Thylin var nionde i finalen i hennes nya gren tresteg i klassen D15. Hanna Hagnäs stannade denna gång strax utanför finalen på 200 meter i klassen D17. Larsmo IF:s stafettlag på 4x100 meter i klassen F15/F17 blev sexa med laget Mella Snellman, Vilma Björkskog, Josefina Kackur och Hanna Hagnäs.

Vid FM tävlingarna för H/D 16-17 år i Lempäälä blev Vilma Björkskog femma på 800 meter i klassen D16 och Josefina Kackur nionde i slägga i klassen D16 samt nittonde i längdhoppet i klassen D16.

A-klassidrottare säsongen 2021–2022

Vilma Björkskog
Josefina Kackur
Venla Vikström
Mella Snellman

Träningsverksamhet

Juniorerna har tränat året om. Vinterträningarna hölls enligt samma modell som tidigare, förutom 7-årsgruppen som saknade ledare. 9-åringarna tränade en gång i veckan i Cronhjelmsskolan och de äldre (10–13-åringarna) hade en träning i veckan i Cronhjelmsskolan plus en utomhus och en i Tellushallen. De äldsta har haft cirka fyra pass i veckan och här ingår Tellushallen och Fritidsgårdens gym. Utomhussäsongen i Idrottsparken drog igång i början av juni, och samtidigt ordnades prova-på-tillfällen för 4–5-åringar. Årets tränarstab har bestått av Sofi Liljekvist, Matias Nygård, Nina Riska, Mikaela Riska, Linda Björk-Härtull, Kristoffer Härtull, Anders Björkskog, Tomas Thylin och Anders Asplund.

Tävlingsverksamhet

Tävlingsäsongen startade med terrängloppet den 24 maj. Under sommaren ordnades två DT-tävlingar, 9 juni och 28 juli.

Ett urval av säsongens tävlingsresultat finns på vår hemsida www.larsmoif.idrott.fi



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidåkning

Skidsektionen har under året letts av Monica Nyfors. Samarbetet med IF Brahe har fortsatt som tidigare.

Vintern bjöd på fina skidförhållanden och vi kunde skida i Idrottsparken från tidig vinter fram till påsken. Konstsnöspåret kunde öppnas tidigt på säsongen tack vare fint talkoarbete och spåret lockade många skidåkare från hela nejden. När natursnön kom blev det även möjligt att skida runt 13 kilometersspåret.

Serieskidningarna tillsammans med IF Brahe har lockat cirka 30–40 deltagare per deltävling. Våra Larsmo-juniorer har också tävlat flitigt. Skidsektionens stipendium går detta år till Agnes Thylin.

Landskapsstafetten kunde genomföras detta år och skidsektionen bistod kommunen med att ta ut lag och fungera som lagledare. Larsmo var nära, men klarade inte heller denna gång att avancera till A-serien.

Barnens Vasalopp kunde äntligen genomföras den 12 mars i fina vinterförhållanden och med 322 deltagare.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidskytte

Under 2022 kunde vi igen ordna och delta i tävlingar, efter ett år med nedstängningar och inhiberingar. Säsongens första tävling inföll redan den 11 december 2021 i Imatra för Amanda Nyfors och efter det började det rulla på. Rebecca Sandnäs kvalade in till VM för juniorer i Utah, USA, och det blev fyra spännande tävlingar för oss alla. Hennes saldo blev en 13:e plats i sprinten och en fjärde plats i stafetten. För oss på hemmaplan hölls en lång rad FM-tävlingar där våra representanter tog hem hela 27 FM- och tre VM-medaljer. Bland alla fina prestationer kan vi nämna silvret i stafett-FM i klassen D22 där laget bestod av Amanda Nyfors, Teodora Westerlund och Rebecca Sandnäs.

Sommaren handlade om löpskytte, orienteringsskytte och rullskidskytte. Deltagare från Larsmo IF deltog i samtliga FM-tävlingar som ordnades, vilket resulterade i en stor skörd medaljer. Säsongen avslutades med rullskidskytte-FM i Kontiolax med en nästan 100-procentig utdelning för alla startande.

Egna tävlingar

Mellersta Österbottens Biathlon Games och FSSM ordnades tidigare än normalt, den 19 februari. Det blev fina tävlingar och hårda kamper, men startfältet var ganska glest med endast 76 startande. Vår teori är att den märkliga säsongen 2021 med alla inhiberade tävlingar fortfarande spökar. Skidskytte-klubbkampen ordnades den 22 mars med ganska bra uppslutning. Vi var nio startande och Alex Liljekvist sopade rent med endast två bommar. Vi ordnade också en deltävling i Mellersta Österbottens löpskytte-cup, där Alex och Lucas Liljekvist vann i varsin klass.

Medaljskörd: 27 FM-, 2 SM- och 3 VM-medaljer

Rebecca Sandnäs: 2 FM, 2 SM

Teodora Westerlund: 2 FM

Amanda Nyfors: 1 FM

Dan Snåre: 6 FM

Tommy Haglund: 8 FM,

Henning Nynäs: 8 FM, 3 VM

Resultat

SAhL näyttökilpailu, Imatran Urheilijat, 11–12.12.2021

Sprint: N22 7. Amanda Nyfors

Normaldistans: N22 6. Amanda Nyfors

NYL 4. Amanda Nyfors

MYL 2. Viktor Holm

M70 1. Henning Nynäs

Kansalliset ensilumenladu

Seinäjoen Hiihtoseura, 18.12.2021

N13 3. Viivi Fagerudd

N15 7. Wilma Wikström

NYL 3. Annika Sjöström

Sotkan ampumahiihdot, Kauhajoen Karhu, 9.1.2022

Sprint

NYL 3. Annika Sjöström

M45 3. Dan Snåre

M50 1. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidskytte

OHS Kansallinen, 16.1.2022

Sprint

M45 1. Dan Snåre

M70 1. Henning Nynäs

Näyttökilpailu EXEL-cup,

Kontiolahden Urheilijat 29–30.1.2022

Sprint

N19 1. Rebecca Sandnäs

N22 4. Amanda Nyfors

Normaldistans

N22 7. Amanda Nyfors

Nuorten FM ampumahiihdot,

Hämeenlinna, 5–6.2.2022

Sprint: N22 14. Nyfors Amanda

Gemensam start: N22 13. Nyfors Amanda

Kansalliset, Jurvan Urheilijat, 12.2.2022

Sprint

N15 4. Vikström Wilma

NYL 3. Sjöström Annika

Kansalliset, Seinäjoen Hiitoseura,

13.2.2022

Gemensam start

MYL 7. Viktor Holm

M45 2. Dan Snåre

M70 1. Henning Nynäs

Keski-Pohjanmaan Biathlon Games

och FSSM, Larsmo, 19–20.2.2022

Normaldistans

M9 1. Ivar Nyfors

N15 7. Wilma Wikström

N22 1. Amanda Nyfors

NYL 2. Annika Sjöström

Sprint

NYL 1. Sjöström Annika

M45 5. Dan Snåre

M50 1. Haglund Tommy

M70 1. Nynäs Henning

Reserviläisten FM ampumahiito,

Jurva, 26.2.2022

Normaldistans

M45 1. Dan Snåre

M70 1. Henning Nynäs

BU Youth/Junior World Championships 2022, Soldier Hollow, Utah, USA

Youth Women

Distans: 29. Rebecca Sandnäs

Sprint: 13. Rebecca Sandnäs

Jaktstart: 14. Rebecca Sandnäs

Stafett: 4. Rebecca Sandnäs

Kansallinen Saloisten Reipas, 6.3.2022

Sprint

NYL 2. Sjöström Annika

M70 1. Nynäs Henning

Sotka Kauhajoen Karhu Veteran FM, 11–13.3.2022

Stafett: M120 5. Tommy Haglund, Dan Snåre, Matias Forsbacka

Sprint

M40 9. Matias Forsbacka

M45 7. Dan Snåre

M50 2. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs

Normaldistans

M45 4. Dan Snåre

M50 3. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs

Masters, Kontiolahden Urheilijat,

17–19.3.2022

Sprint

M50 4. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs

Stafett

M45-54 4. LAT-USA-FIN Tommy Haglund

M65-74 1. LIF/KKV/IFF Henning Nynäs

Normaldistans

M50 6. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs

EYOF 2022 Biathlon, Vuokatti, 22.3.2022

Sprint: Girls 15. Rebecca Sandnäs

Ampumahiidon FM, Oulu, 25–27.3.2022

Stafett: NYL 7. Amanda Nyfors,

Teodora Westerlund, Annika Sjöström

Sprint

N19 1. Rebecca Sandnäs

N22 13. Amanda Nyfors

NYL 15. Annika Sjöström



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidskytte

Stafett: N22 2. Amanda Nyfors,
Teodora Westerlund, Rebecca Sandnäs
Gemensamstart: NYL 15. Annika Sjöström

Orienteringsskytte, Lapua Cup 1, SumKu, 13.5.2022

Sprint

H40 2. Dan Snåre

H50 2. Tommy Haglund

Orienteringsskytte, Lapua Cup 2, SumKu, 14.5.2022

Normaldistans

H40 1. Dan Snåre

H50 1. Tommy Haglund

Orienteringsskytte, FM Lapua Cup 3, Tuusulan Voima-Veikot, 20–22.5.2022

Sprint

H45 3. Dan Snåre

H50 2. Tommy Haglund

Gemensam start

H45 2. Dan Snåre

H50 2. Tommy Haglund

H55 5. Wiklund Tor-Björn

H70 2. Henning Nynäs

Par-Stafett

H95 1 Larsmo IF, Dan Snåre, Tommy Haglund

H120 2 Larsmo IF, Tor-Björn Wiklund, Henning Nynäs

Löpskytte, Jurva, 21.6.2022

Sprint: N19 2. Teodora Westerlund

Orienteringsskytte, Lapua Cup 6, Kauhajoen Karhu, 9.7.2022

Förkortad Normaldistans

H40 4. Dan Snåre

H60 1. Henning Nynäs

Orienteringsskytte, Lapua Cup 7, Närpes, 10.7.2022

Sprint: H40 2. Dan Snåre

Orienteringsskytte, Lapua Cup 8, Loima, 22.7.2022

Sprint: H50 3. Tommy Haglund

Löpskytte piiricup-kisat, Keski-Pohjanmaa, Larsmo, 14.07.2022

Normaldistans

M11 1. Alex Liljekvist

NYL 3. Teodora Westerlund

NYL 4. Amanda Nyfors

NYL 5. Rebecca Sandnäs

MYL 1. Lucas Liljekvist

Löpskytte FM, Lahden Hiihtoseura, Hälvälä, 13–14.8.2022

Normaldistans

M50 5. Tommy Haglund

M70 3. Henning Nynäs

Sprint

M50 3. Tommy Haglund

M70 4. Henning Nynäs

Rullskidskytte SM, Östersund, Sverige, 21–22.8.2022

Sprint: D18 1. Rebecca Sandnäs

Normaldistans: D18 1. Rebecca Sandnäs

Rullskidskytte FM, Kontiolahden Urheilijat, 10–11.9.2022

Sprint

N19 3. Teodora Westerlund

M45 3. Dan Snåre

M50 1. Tommy Haglund

M70 1. Henning Nynäs

Normaldistans

N19 4. Teodora Westerlund

M45 2. Dan Snåre

M50 2. Tommy Haglund

M70 3. Henning Nynäs



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Cykling

Cykelsektionens sjätte verksamhetsår fortsatte i samma spår som tidigare. Sektionens medlemmar under året var Heikki Rajala, Joakim Björkskog, Peter Johansson, Markus Björklund, Malin Sjöberg, Lina Backlund, Björn Stenmark och Samuel Fagerholm.

Juniörträningar för 6–16 åringar arrangerades på måndagskvällar från maj till slutet av september. Juniörerna är indelade i följande grupper:

- **Avancerade gruppen** – För de som hunnit längst. Passar för de som vill utmana sig själva och bli ännu bättre. Ansvarig ledare: Filip Koivuniemi.
- **Turbogruppen** – För de lite yngre som redan är tekniskt duktiga, tycker om utmanande terräng och har några års erfarenhet av terrängcykling. Ansvarig ledare: Björn Stenmark.
- **Intressegruppen** – För de som tycker om att terrängcykla och lära sig mera teknik i lite lugnare tempo. Ansvarig ledare: Kristian Östman.
- **Yngsta gruppen** – De yngsta deltagarna, plus lite äldre nybörjare. Ansvarig ledare: Björn Åkerlund.

Under säsongen hölls även onsdagsträningar där vi fokuserat mera på fart och uthållighetsträning för de som är tio år och äldre. Under året har vi även ordnat en grupp för de som vill prova på landsvägscyklning, under ledning av Markus Björklund.

Sleepless i Larsmo

Den 8 juli ordnades vårt nya nattliga MTB-evenemang Sleepless in Larsmo, ett roligt race i den ljusa sommar-natten. Evenemanget marknadsfördes för alla cykelburna nattugglor som gillar utmaningar. Tävlingen gick ut på att cykla längs en fem kilometer lättare MTB-bana så många varv man orkade mellan klockan 22 och 02.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Orientering

Den veckovisa motionsorienteringen **Skärmjakten** har i år ordnats tre gånger i Larsmo: den 25–29 maj i Fränsviken, den 3–7 augusti i Eugmo och den 21–25 september i Larsmo Idrottspark med Larsmo kommun som evenemangssponsor. Sammanlagt ordnades Skärmjakten 24 gånger.

Tävlingsverksamhet

Utöver motionsorienteringen ordnade IF Brahe två nationella tävlingar under verksamhetsåret. Den 31 juli ordnades Brahes Nationella på en nyritad karta i Eugmo och på hösten var det IF Brahes tur att ordna ÖID:s distriktsmästerskap i nattorientering. För nattorienteringen valdes Larsmo Idrottspark som tävlingsplats och arrangemanget genomfördes i gott samarbete med Larsmo kommun.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Motion

Vasaloppsresan kunde genomföras med vissa restriktioner. Vi hade en stor grupp deltagare och nivån var väldigt hög. Under sommaren och hösten har vi ordnat gemensamma rullskidpass med bra uppslutning. Senare på hösten övergick rullskidåkningen till stavgångspass på spånbanan.