



LARSMO IF

LARSMO IDROTTSFÖRENING RF

Verksamhetsberättelse 2023

Larsmo Idrottsförening är en aktiv förening som år efter år skapar möjlighet för våra medlemmar i alla åldrar att delta i idrotts- och motionsverksamhet. Mycket av det vi gör riktar sig till barn och ungdomar, och det är glädjande att se att alla våra sektioner lyckas aktivera unga. Barnens Vasalopp lockade 370 barn som rundade spåret och i det riktiga Vasaloppet deltog 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, 11 december 2023

Nina Riska, ordförande

Sonja Finholm, sekreterare



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Friidrott

Friidrottsåret 2023 bjöd på fina framgångar. Här ett urval av resultaten:

SFIM i Åbo

Josefina Kackur, silver slägga D17
Olivia Härtull, brons 300m häck F15
Stafettlaget 4x100m D17 4:e (Vilma, Josefina, Meyah, Olivia)
Josefina Kackur 5:e på D17 längd och 3-steg
Mella Snellman 7:e D17 200m
Olivia Härtull 7:e F15 80m häck och 300m
Meyah Thylin 7:e D17 3-steg och 9:e på längd
Sel Ber Dway 8:e H längd

FM i Imatra

Olivia Härtull F14 9:e 300m

FM i Kuortane

Vilma Björkskog D17 7:e 400m och försöken på 800m
Josefina Kackur D17 9:e slägga

FM i Tammerfors

Sel Ber Dway försök på H19 100m

Fler tävlingsresultat finns på föreningens hemsida www.larsmoif.idrott.fi

Träningsverksamhet

Juniörerna har tränat året om – 7- och 9-årsgruppen har tränat en gång per vecka, 11- och 13-åringarna två gånger per vecka och 15-åringarna och äldre fyra gånger per vecka. Vinterträningarna hölls enligt samma modell som tidigare i Cronhjelmsskolan och Tellushallen plus gymträning. Utomhus-säsongen 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, Nina Riska, Mikaela Riska, Linda Björk-Härtull, Kristoffer Härtull, Janina Enbär, Anders Björkskog och Tomas Thylin.

Tävlingsverksamhet

Tävlings-säsongen startade med terrängloppet den 16 maj. Under sommaren ordnades två DT-tävlingar, den 8 juni och 27 juli.

Friidrottssektionen har letts av **Kristoffer Härtull**.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidåkning

Tack vare flitigt talkofolk kunde skidsäsongen inledas redan i november. Spåren i Idrottsparken var i flitig användning av skidåkare från hela nejden. Våra juniorer har som tidigare år tränat och tävlat med IF Brahe.

Träningsverksamhet. Skidträningar hölls i Larsmo Idrottspark under hela vintern.

Tävlingar. Larsmobördiga juniorer och seniorer har tävlat flitigt under året, båda lokalt, nationellt och internationellt. Skidsektionen har ordnat två serieskidningar i Idrottsparken, och i samarbete med IF Brahe ordnades även DM på hemmaplan. Skidsektionen fungerade också som lagledare för kommunens lag i Landskapsstafetten i Kaustby, där Larsmo tog en seger i B-serien.

Barnens Vasalopp arrangerades lördagen den 18 februari under goda förhållanden och enligt samma koncept som tidigare år. Totalt 370 barn deltog.

- Mico Sjölund belönas för silver i FSSM.
- William Kronholm tilldelas föreningens stipendium.

Skidsektionen har letts av **Monica Nyfors**.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidskytte

Säsongen 2023 körde igång den 14 januari i Seinäjoki med två dagars test och nationella tävlingar. Theodora Westerlund hade som mål att kvala in till Junior-VM i Kazakstan. Det lyckades, och hon fick delta i alla fem tävlingarna. Hennes bästa resultat och samtidigt den främsta placeringen av de finländska damåkarna blev en nionde plats på 10 km individuellt, med enbart en bom. Theodora tävlade också i Sverige denna säsong, med fyra SM-medaljer som resultat. För oss andra fanns nationella och FM-tävlingar på programmet, och en hel del fina resultat.

Sommaren fortsatte med löpskytte, orienteringsskytte och rullskidskytte. Ett meriterat gäng deltog i orienteringsskytte-VM i svenska Idre och plockade hem hela sju VM-medaljer. Säsongens sista FM-tävling blev FM i orienteringsskytte där det blev två medaljer till föreningen. Saldot för säsongen blev nio FM-, fyra SM- och elva VM-medaljer.

Egna arrangemang

Mellersta Österbottens Biathlon Games och FSSM ordnades den 11 mars. Det blev fina tävlingar och hårda kamper. Hundra deltagare kom till start och samtliga kom i mål. I klubbkampen i skidskytte var veteranen Henning överlägsen. Han vann med nästan två minuter före Fredrik. Vi ordnade även en deltävling i Mellersta Österbottens löpskyttecup, där Annika Sjöström vann damklassen och bröderna Liljekvist slutade andra och tredje i herrklassen.

Skidskyttesektionen har letts av **Dan Snåre**.

FM- och VM-medaljer

- Rebecca Sandnäs: 1 FM
- Teodora Westerlund: 1 FM, 4 SM
- Dan Snåre: 3 FM, 3 VM
- Tommy Haglund: 3 VM
- Tor-Björn Wiklund: 1 VM
- Henning Nynäs: 4 FM, 4 VM

Övriga resultat

Nuorten-SM ampumahiihdot Kontiolahti

Normaldistans 4.2.2023

N19 3. Teodora Westerlund

N19 8. Rebecca Sandnäs

Nuorten-SM ampumahiihdot Kontiolahti

Gemensam start 5.2.2023

N19 1. Rebecca Sandnäs

N19 4. Teodora Westerlund



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Skidskytte

Veteran-FM AHH Normaldistans 11.2.2023

M55 10. Tommy Haglund
M70 1. Henning Nynäs

Veteran-FM AHH Sprintdistans 12.2.2023

M70 4. Henning Nynäs

BU Youth / Junior World Championships 2023

Shchuchinsk, Kazakstan
Youth Women
Mix stafett 6. Teodora Westerlund
Stafett 8. Teodora Westerlund
Sprint 20. Teodora Westerlund
Jaktstart 27. Teodora Westerlund
Distans 9. Teodora Westerlund

Masters Kontiolahden Urheilijat 16.3.2023

Sprint
M50 4. Tommy Haglund
M70 6. Henning Nynäs

Masters Kontiolahden Urheilijat 17.3.2023

Gemensam start
M50 2. Tommy Haglund
M70 4. Henning Nynäs

Masters Kontiolahden Urheilijat 19.3.2023

Normaldistans
M70 2. Henning Nynäs

Junior-SM Sollefteå 24.3.2023

Sprint
D18 1. Teodora Westerlund
Masstart
D18 2. Teodora Westerlund
Singel Mixstafett
D18 3. Teodora Westerlund
D18 8. Rebecca Sandnäs

Orienteringsskytte-FM Kangasniemi 12.5.2023

Sprint
H45 3. Dan Snåre
H70 6. Henning Nynäs

Orienteringsskytte-FM Kangasniemi 13.5.2023

Gemensam start
H45 2. Dan Snåre
M55 4. Tommy Haglund
H70 4. Henning Nynäs

Orienteringsskytte WBOC Idre 10.8.2023

Classic
M45 1. Dan Snåre
M50 4. Tommy Haglund
M55 9. Tor-Björn Wiklund
M70 3. Henning Nynäs

Orienteringsskytte WBOC Idre 11.8.2023

Sprint
M45 1. Dan Snåre
M50 1. Tommy Haglund
M55 8. Tor-Björn Wiklund
M70 2. Henning Nynäs

Orienteringsskytte WBOC Idre 11.8.2023

Stafett
M95 2. Tommy Haglund / Dan Snåre
M120 1. Henning Nynäs / Tor-Björn Wiklund

Rullskidskytte-SM Sollefteå 19.8.2023

Normaldistans
D20 2. Teodora Westerlund
Sprint
D20 4. Teodora Westerlund

Löpskytte-FM Kauhajoki 22.8.2023

Stafett
M120 4. Annika Sjöström / Tor-Björn Wiklund
/ Dan Snåre

Löpskytte-FM Kauhajoki 23.8.2023

Gemensam start
NYL 7. Annika Sjöström
M50 6. Dan Snåre
M75 2. Henning Nynäs

Löpskytte-FM Kauhajoki 24.8.2023

Sprint
NYL 12. Annika Sjöström
M50 6. Dan Snåre
M60 7. Tor-Björn Wiklund
M75 3. Henning Nynäs

Orienteringsskytte-FM Västerby 16.9.2023

Classic
H45 3. Dan Snåre
H70 1. Henning Nynäs



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Cykling

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

Juniorträningar för 6–16 åringar arrangerades på måndagskvällar från maj till slutet av september. Säsongskick-off hölls i Idrottsparken lördagen 20 maj med Toby Brason på plats som visade olika pumptrackövningar. Årets ledare var Björn Stenmark, Kristian Östman och Björn Åkerlund. Juniorerna var indelade i följande grupper:

- **Turbogruppen** – För de som redan cyklat ett tag och vill hålla lite högre tempo.
- **Fortsättningsgruppen** – För de som cyklat en del förut (födda cirka 2011–2014).
- **Intresse- och nybörjargruppen** – För de yngsta och nybörjare (födda cirka 2015–2017).

Tävlingar

Den femte omgången av Keskipohjanmaa Maasto-Cup ordnades på den cirka 3,8 km långa XCO-banan i Idrottsparken den 22 augusti.

Sleepless i Larsmo

Den 15 juli ordnades vårt nattliga MTB-evenemang Sleepless in Larsmo, ett roligt race i den ljusa sommarnatten. 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 – endera enskilt eller i team på max fem personer.

Cykelsektionen har letts av **Heikki Rajala**.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Orientering

Den veckovisa motionsorienteringen **Skärmjakten** har i år ordnats i Larsmo vid tre av 24 tillfällen: den 17–21 maj i Bosund, den 28 juni–2 juli i Larsmo Idrottspark, med Larsmo kommun som evenemangssponsor, och den 6–10 september vid Fränsvikens småbåtshamn.

Utöver motionsorienteringen ordnade IF Brahe en nationell tävling. Den 13 maj ordnades ÖID:s och Keski-Pohjanmaas distriktsmästerskap i långdistans samt Kompassi-Cupens första deltävling i Bosund på den nyritade kartan.

Under året deltog föreningen även i Orienteringsförbundets projekt "Skolan på kartan – Koulu kartalla", där man under de tre första veckorna i maj (2–19 maj) erbjöd skolorna färdiga banor med kontroller utsatta. Utskrivna kartor distribuerades till några skolor och kartorna fanns också i pdf-format som lärarna själva kunde skriva ut. För Larsmos del fanns det två olika banor att välja på i Idrottsparken.

Orienteringssektionen har letts av **Niklas Lindell**.



LARSMO IF

SEKTIONERNAS VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Motion

Vasaloppsresan. I år hade vi en stor grupp och ovanligt hög nivå bland deltagarna. Med på resan var även Larsmo När-TV, som kommer att göra en dokumentär om resan. Under sommaren och hösten har gemensamma rullskidpass ordnats med bra uppslutning. Senare på hösten övergick rullskidåkning till stavgångspass på spånbanan.

Motionssektionen har letts av **Johnny Blomqvist**.