



1919-41



1928-1941

Friidretten i Ski

1919-2018



1941-1996



1996-2018

Innholdsfortegnelse

Forord.....	3
Et utvalg milepeler 1919-2018.....	4
Ski Turn og idrettsforening - Friidretten 1919-33.....	5
Ski Turn og idrettsforening - Friidretten 1934-40.....	10
A.I.L Fremad (1928-1940)- Friidretten	12
Ski idrettslag - Friidretten 1941-48	13
Ski idrettslag - Friidretten 1949-58	18
Ski idrettslag - Friidretten 1959-68	21
Ski idrettslag - Friidretten 1969-78	25
Ski idrettslag - Friidretten 1979-88	33
Friidretten i Ski 1989-2018.....	40
Klubbrekorder per 31.12.2018 i de mest vanlige baneøvelser	51
Banerekorder per 31.12.2018 i de mest vanlige baneøvelser.....	51
STATISTIKK.....	52
Bestenoteringer for en del utøvere i Ski IL , med avsluttet karriére i perioden 1919-95 Kvinner	52
Bestenoteringer for en del utøvere i Ski IL , med avsluttet karriére i perioden 1919-95 Menn	55
Ski ILs norgesmestere og deltagere i OL, VM og EM. Kun friidrett.....	67
Friidrettsdommere og –startere i Ski IL (1948-2018)	70
Friidrettens innehavere av pris for adm. arbeid og sportslig prestasjon	71
Bilder	72
VEDLEGG: Friidrettsveteraner ser tilbake.....	79
Kildehenvisning	87

Forord

Det er i 2019 hundre år siden friidretten i Ski ble organisert - gjennom stiftelsen av Ski Turn og Idrettsforening 19. februar 1919 (turn og friidrett på programmet).

I 1928 ble Arbeidernes Idrettslag Fremad stiftet, og som også hadde friidrett på programmet. I mer enn 10 år var det derfor to organiserte friidrettslag i Ski, ett borgerlig og ett for arbeiderbevegelsen.

I 1941 ble Ski Turn og Idrettsforening slått sammen med Fremad. Navnet på den nye sammenslutningen ble Ski Idrettslag, og med Ski Turn og Idrettsforenings stiftelsesdato 19.02.1919 som idrettslagets offisielle stiftelsesdato.

Årene 1949, 1959 og 1969 ble markert med egne jubileumsskrifter, og hovedstyret i Ski Idrettslag besluttet at denne tradisjonen skulle opprettholdes også for 1979 og 1989, - med hovedvekt på siste 10-årsperiode, dvs henholdsvis periodene 1969-1978 og 1979-1988. Hertil ble det i 1934, i anledning Ski Turn og Idrettsforenings 15-års jubileum, utgitt en egen jubileumsavis.

I anledning hundreårsjubiléet for friidretten i Ski Idrettslag, besluttet en egenoppnevnt redaksjonskomité å lage en egen friidrettens jubileumsberetning. Fred Øivind Johnsen, "Freddy", har digitalisert ovennevnte jubileumsberetninger, slik at disse er gjort tilgjengelige som editerbare PDF-filer (Portable Document Format). Til grunn for denne hundreårsberetningen er de digitaliserte jubileums-beretninger, samt friidrettshistorien 1989-2018, som redaksjonskomitéen selv har utarbeidet.

Komitéens arbeid i tilknytning til PDF-filene, har vært å overføre friidrettsrelatert tekstavsnitt fra PDF-filene til en Microsoft Word fil, og med påfølgende nødvendige redigering av den overførte teksten. Original skrivemåte er søkt beholdt uendret, mens åpenbare feil (skrivefeil, faktafeil, logiske feil osv.) er forsøkt rettet.

Når det gjelder idrettslig aktivitet, er det i hovedsak junior- og seniorutøvere som omtales i beretningen, mens det i liten grad er skrevet om de yngste utøverne og veteranene.

Bildene som er brukt i beretningen, er hentet fra private album (herunder bilder fra Østlandets Blad som friidretten har fått), fra Internett, eller er skannet fra dokumenter. I den grad det er antatt at bilder er opphavsbeskyttet, og eier av bildet er kjent, er brukstillatelse innhentet.

I redaksjonskomitéen

Reidar Dahl Kolbjørn Jordfald Ole Edvard Høiby Grunde Vale (Redaktør)



Et utvalg milepeler 1919-2018

År	Milepel
1919	Ski Turn og Idrettsforening stiftet , med friidrett på programmet. Banen som foreningen benyttet de første årene, var plassen ved Holmensaga - i sydenden av området der Ski Storsenter er i dag (og der Ski Mek . Verksted holdt til fra begynnelsen av 1920-tallet). Banen ble mest benyttet til fotball, men ogs friidretten benyttet den - til trening og konkurranse.
1921	Samfundsbygningen sto ferdig , her foregikk en del av Turnforeningens innendørstrening – frem til høsten 1937, da Samfundsbygningen brant.
1925/1926	Nytt baneanlegg, Sportsplassen, tatt i bruk – grusbanen i det som senere ble Ski Idrettspark. På Sportsplassen kunne det merkes opp til en 333m rundbane.
1928	A.I.L Fremad ble stiftet . Med det var det to konkurrerende friidrettslag i Ski - ett borgelig, og ett for arbeiderbevegelsen.
1935	 I 1935 startet de årlige pokalkampene mot den svenske klubben I.F Sifälla, fra Säffle (en by i Värmlands län, i landskapet Värmland). Dette ble innledningen til vennskapskonkurranser mellom de to friidrettsklubbene som skulle vare i 25-30 år. På bildet til venstre, som antagelig er fra 1950-tallet, er den svenske troppen samlet foran bussen sin.
1937	Samfundsbygningen brant , og Turnforeningen mistet en stor del av innendørslokalitetene. Det første nasjonale stevne ble arranger på Sportsplassen
1939	Ski interkommunale høgre almennskole “Realskolen” sto ferdig . Problemene med innendørs treningslokaler løste seg, i og med at Turnforeningen fikk treningslokaler i den store gymsalen på Realskolen. Dette ble i første omgang en kortvarig glede, da krigen og okkupasjonen stoppet det hele. Etter krigen brukte friidrette gymsalen på Realskolen til innendørstrening helt frem til nærmere 1990.
1941	Ski Turn og Idrettsforening og A.I.L Fremad ble slått sammen , og dannet Ski Idrettslag. Fra da av, har det vært kun én friidrettsklubb i Ski. Okkupasjonsmakten og landets myndigheter (NS) ønsket å ta hånd om idrettsbevegelsen. Idrettsbevegelsen motsatte seg dette, og gikk til idrettsstreik. Organiseringen av Ski Idrettslag ble ikke ferdig før idrettsstreiken var et faktum.
1941-45	Idrettsboikotten – omfattet også friidrett.
1945	Ski Idrettslag startet arbeidet med å organisere laget , og i og med det ekstraordinære årsmøtet 19. juni 1945, var man nå kommet i ordnede forhold.
1946	Kvinnene kom med i friidretten
1952	Trygve Stenerud blir laget første mannlige senior norgesmester , idet han vant lengde under hovedmesterskapet på Bislett.
1955	Gressbanen ble åpnet , med 400m løpebane rundt
1963	Thor Henrik Mathisen ble engasjert som trener
1965	Tormod Liserud tok sitt første NM senior i diskos. I årene 1965-1974 vant Tormod NM 9 ganger.
1972	Ski idrettshall sto ferdig, og mesteparten (etterhvert alt) av innendørstreningen foregikk her.
1981	Trine Solberg setter lagets første norske record for senior , da hun kastet 56,06 i spyd. I årene som fulgte forbedret Trine Norgesrekorden mange ganger, som medlem av Ski IL.
1984	Trine Solberg ble lagets første deltager i OL (Los Angeles). Trine, 18 år, ble nr 5 i spyd. Trine fikk også Kongepokalen dette året. Kathe Langvik den første kvinnlige leder av friidrettsgruppa .
1986	Løpebanen fikk fast dekke .
1996	Ski IL ble et allianseidrettslag , og Ski IL Friidrett ble et eget idrettslag – som en del av Ski IL Alliansen.
2010	Christina Vukicevic ble tildelt Kongepokalen

Ski Turn og idrettsforening - Friidretten 1919-33

Administrasjonen 1922-33 (i årene 1919-21: Turnforeningens styre)

1922	H. T. Ruud	1928	Sigurd Sperbund, Haakon Hammer, Johs Kristiansen, Sverre Tobiassen
1923	Ø. Løkke, T. Nore	1929	Sigurd Sperbund, Haakon Hammer
1924	Ø. Løkke, Sigurd Sørhus	1931	T. Nore, G. Thorne, H. Skaarud
1925	K. Kristoffersen, E. Gleditsch, J. Ekjord	1933	T. Nore, G. Thorne, H. Skaarud
1926	J. Ekjord, Sigurd Sperbund, Brynjulf Skotner		

Baneforholdene

De første friidrettsstevnene som ble arrangert, holdtes på plassen ved ved Holmensaga - der Ski mek.



verksted senere ble liggende. Bildet til venstre, som er fra 1969, viser området rundt krysset Jernbaneveien, Åsveien og Kråkstadveien – med Ski mek. til venstre, midt i bildet. Banen lå på grøntområdet ned mot Østre linje.

I 1923 fikk Turnforeningen kjøpt en parsell av Sanner (=Sander gård), av trelasthandler Norum, for anlegg av sports plass.



Sportsplassen sto klar i 1925, og i åpningsåret ble det arrangert to friidrettsstevner her. På bildet til venstre, som er fra 1963, er **Sportsplassen** den grusbelagte plassen ovenfor klubbhuset.

Idrettslig oppsummering

Våre friidrettsfolk har i alt vunnet 48 mesterskap. Herav er 4 fylkesmesterskap (2 ved Sperbund og 2 ved Bøhmer), samt 44 kretsmesterskap. Dette gjelder vel å merke siden 1926, idet Follo Friidrettskrets først ble stiftet det år. Sperbund er toppscorer med 19 kretsmesterskap, mens Bøhmer er nr. 2 med 11. Han har også vunnet noen mesterskap i 1931, men da startet han for Kråkstad. 2 mesterskap har Johs. Ekjord, Haakon Hammer og Einar Nore. 1 Mesterskap har Eiulf Gleditsch, K. Kvakestad, Helge Gundersen, Leif Aarstad, Odd Gjelsvik, Erling Otterness, juniorstafettlaget på 4x100m (E. Nore, Bjørn Hemsén, Hans Skaarud og G. Thorne), samt stafettlaget på 4x1500m (Sperbund, Bj. Ås, Egil Andresen og Odd Gjelsvik).

Idrettslig årsrevy

År	Kommentarer
1919	Det første år holdtes et stevne i september, og det deltok allerede da 20 mann. Det lovet jo utmerket for de kommende år. Av resultatene bør nevnes at Rolf Pytterud vandt 100 m på 12,1, og lengde på 5,66. Ruud vandt kule, og diskos sammenlagt. I junior vandt Ø. Løkke 100m, og T. Nore lengdesprang.
1920	Det ser ut som om friidretten allerede er døivet av fotballen, da der ikke blev holdt nogen stevner, det finnes ingen resultater.
1921	Såvidt man kan se blev det bare avholdt et klubbmesterskap, og av resultatene sees at T. Nore opnådde 1,69m i høide, og Rolf Pytterud 12 blank på 100m.
1922-23	Fra disse år mangler helt opplysninger. Dette skulde vel tyde på at det er fotballen som er den dominerende, samtidig som de trøstesløse baneforhold får ta sin del av skylden.
1924	Plassforholdene er like fortvilede, og man var henvist til plassen ved Holmensaga. Det blev avholdt to klubbkonkurranser, og utpå høsten hadde vi vår første pokalkamp. Dette var mot Kolbotn, og vi tapte med 21 mot 30 points. I 1924 sendte vi et par mann til N.L.H.s stevne, og de hevdet <i>sig</i> meget godt begge to. Brynjulf Skotner blev nr. 2 i tresteg, og nr. 3 i spyd. Einar Nore vandt tresteg og blev nr. 2 i lengde.
1925	Dette var et opgangsår, og det blev mange gode resultater. Det blev avholdt 2 stevner på vår nye idrettsplass, likesom vi var med på Kolbotn, hvor Roald Amundsen var til stede. Vi erobret 3 førstepremier og 2 tredje, og seiret i "Kullebund, rundt". Løpet blev imidlertid senere annullert. I denne sesong vandt vi vår første friidrettspokal, idet vi slo Opsahl Idrettsforening med 28 mot 26 pts.
1926	Må karakteriseres som et bra år. Vi begynte året med å sikre oss de to første kretsmeisterskap som den nydannede Follo friidrettskrets arrangerte på Vestby. Gleditsch vandt lengde u. tilløp med 3,03, og Johs. Ekjord vandt høide u. tilløp med 1,38. Straks efter blev Sigurd Sperbund kretsmester i terrengløp. Senere på året blev han kretsmester på 5000m og 10,000m. 5 mesterskap.
1927	Mester i stille høide Johs. Ekjord. Årets mesterskap i terrengløp arrangertes av oss, og Sperbund brakte selvfølgelig seiren. Han blev dette år også fylkesmester. Senere avholdt vi et stevne hvori Ås og Kråkstad deltok. I et stevne på Kolbotn vandt Hammer diskos. I årets mesterskap vandt Sperbund 5,000 og 10,000 og Hammer diskos. 6 mesterskap.
1928	I terrengløp blev Sperbund kretsmester, og nr. 2 i fylkesmesterskapet. Vi vandt en pokalkamp mellom Kråkstad, Kolbotn og Ski. Stevnet blev arrangert av oss. På Kolbotn deltok Hammer, og fikk to plasseringer. Kule på ny rekord. Sperbund blev nr. 2 på 10,000 i Sandvika, og satte ny kretsrekord. Denne forbedret han straks efter i Alliansens stevne. Sperbund blev årets kretsmester på 10,000m. Rekorden på 5,000m forbedret han på Furuseth. Hammer blev kretsmester i diskos med 36,67 - ny kretsrekord. Sperbund tok sitt 3dje mesterskap dette år, idet han også vandt 5,000m. 4 mesterskap.
1929	Kretsmesterskapet i terrengløp vandt Sperbund, og han vandt også mesterskapet i 10,000m. Vi deltok i en pokalkonkurranse mellom Oppegård, Drøbak, Kråkstad og Ski. Oppegård seiret med Ski på 2nen plass. Bøhmer vandt fylkesmesterskapet i høide for junior med 1,66. I Akershusmesterskapet over 5,000 blev Sperbund nr. 2, med ny kretsrekord 16,14,4. Vi arrangerte dette år to kretsstevner, og Sperbund forbedret kretsrekorden på 3,000. Vi deltok også i et stevne på Kolbotn. I kretsmesterskapet vandt Sperbund både 1500 og 5000m. Det bør også nevnes at Thorleif Kjuus blev nr. 2. i Arild ¹ . Tid 3,42,41, med pakkning og gevær. 5 mesterskap.
	¹ Arild er et tettsted i Höganäs kommune i Skåne län i Sverige.
1930	Det blir nu en tradisjon at Sperbund vinner mesterskapet i terrengløp. Han representerte foreningen i flere løp denne sesong, og det på en verdig måte. Han blev således nr. 3 i Frogn — og vandt Høibråtens terrengløp. I Tjalves terrengløp blev han nr. 2, og vandt så fylkesmesterskapet. Vi arrangerte årets kretsmesterskap på 10,000m og 5-kamp. Det første vandt Sperbund, og senere i sesongen avholdt vi et kretsstevne. Her satte Bøhmer rekord i spyd med 53,49. Kretsmester i 5000m blev Sperbund. 4 mesterskap.
1931	Dette år er vel det mørkeste blad i foreningens frilidrettshistorie. Sperbund flyttet fra stedet, og Bøhmer gikk over til Kråkstad, da interessen for friidrett lå totalt nede. Det eneste lille lyspunkt dette år, var Sperbunds seier i kretsmesterskapet i terrengløp. Et par av juniorerne, Aarstad og Otterness plaserte sig utmerket i et skolestevne i Oslo. 1 mesterskap.

1932	Var 1931 et sorgens år, så må det motsatte kunne sies om 1932. Det nye styre, bestående av E. Nore (form.), L. Bøhmer (sekretær) og Bj Aas (kasserer), nedla et stort og fruktbringende arbeide. I vårsesongen vandt Sperbund Ullevold Idrettsforenings terrengløp, og blev nr. 3 i Tjalves, og vandt sitt 7. kretsmesterskap i terreng. I Vestbys jubileumsstevne startet Bøhmer, og blev stevnets beste mann, og Ski beste forening. I Ås' jubileumsstevne vandt Bøhmer 5-kamp. Kvakestad mesterskapet i 10,000m, og vi ble atter beste forening. I "Kolbotn Rundt" deltok vi etter flere års fravær, og blev nr. 2. I dette jubiléernes år deltok vi også med meget heder og ære i Kråkstads jubileumsstevne. Bøhmer fikk ekstrapremie som beste senior. Ellers plukket flere av våre gutter med sig sølv hjem. Selv arrangerte vi en pokalkamp mellom Kråkstad, Drøbak, Oppegård og Ski. Pokalen blev satt op i 1929, og senere har det ikke vært holdt noen konkurranse om denne. Vi vandt pokalen, men hadde hård konkurranse fra Drøbak. I et sommerstevne i Drøbak feiret Bømer og våre andre gutter atter nye triumfer, og vi blev nok engang beste forening. I august holdt vi et kretsstevne med bra deltagelse, og utmerkede resultater. Bøhmer blev også her beste mann. Kretsmesterskapet i 10-kamp blev vunnet av Bøhmer. Til Romerikskampen blev Bøhmer og Helge Gundersen uttatt, og opnådde gode resultater. I juniormesterskapet vandt Helge Gundersen kule, E. Nore 100m. og Ski 4x100 m stafett. I seniormesterskapet vandt Leif Bøhmer tre øvelser; spyd, tresteg og lengde, og blev stevnets beste mann. Årets klubbmester blev Bøhmer i tresteg, kule, lengde, spyd og diskos. E. Nore i høide og 100m. Bjørn Hemsén på 400 m. Gruppen hadde sin hittil største sesong, og vandt ca. 80 premier. 10 mesterskap - 2 pokaler.
1933	Også dette år må karakteriseres som utmerket. Riktignok savner vi Sperbunds tradisjonelle mesterskap i terrengløp. I juni vandt vi pokalkonkurransen mellom Drøbak, Kråkstad, Oppegård og Ski. Dette blev vår 2nen seier om denne pokal, som vi dermed vandt til odel og eie. Straks efter fikk vi første napp i en pokal som vi har satt op sammen med Ekeberg Sportsklubb. I begynnelsen av juli hadde vi en spennende pokalkamp med Moss. Moss fikk 1. aksje i pokalen, idet de vandt med bare ½ pts. overvekt. Et festlig stevne. I et stevne i Kråkstad beslagla våre gutter 5 første, 2 annen og 2 tredje plasser. I 10-kamp-mesterskapet fikk vi 2. og 3. plassering. Bøhmer vandt fylkesmesterskapet i tresteg. Våre juniorer gjorde en utmerket innsats i årets kretsmesterskap. Leif Aarstad vandt lengde, Odd Gjelsvik 5000m. og E Otterness høide. Alle med så vidt gode resultater som henholdsvis 6,25, 17,31,1 og 1,67. Samtidig vandt vi 4x1500 m stafettløp for senior (Andresen, Gjelsvik, Aas og Sperbund). I seniormesterskapet for enkeltøvelser satte Bøhmer en ny rekord i kretsen ved å vinne 5 mesterskap. Han vandt stav, spyd, tresteg, diskos og lengde. E. Nore vandt 100m, og Sperbund 5,000m. Kretspokalen gikk også denne gang til N.L.H.I., men vi blev en overlegen nr. 2 med 62. pts. Det var bare 14 pts. som skilte. Derimot vandt vi den attråverdige 4-mannspokal med 50 pts. ved Bøhmer, Sperbund, Nore og Hemsén. Som avslutning på sesongen hadde vi en fin tur til Moss, for å avgjøre den opsatte pokals skjebne. Moss vandt også denne gang, men det var en morsom og spennende kamp. 12 mesterskap - 2 pokaler.

Pokaler og lagmedaljer i kretsmesterskap

År	Pokaler	Lagmedaljer i kretsmesterskap
1924	Lagpokal terrengløp	
1925	Opsahlpokalen 2 gange	
1928	Ski Turn og Idrettsforenings pokal (Kolbotn, Kråkstad, Ski)	
1932	(Oppegård, Drøbak, Kråkstad-Ski) 1. gang	Gull junior 4x100 m
1933	Akershus Amtstidenes Pokal (Ekeberg -Ski T. og I. F.s)pokal, 1 aksje (Oppegård, Drøbak, Kråkstad-Ski) 2. gang 1ste aksje i Kretsens Vandrepokal for beste firemannslag	Sølv junior 4x100 m Sølv senior 4x100 m Gull senior 4x1500 m

Tilsammen 5 pokaler + 2 aksjer + 4 medaljer.

I nedenstående oversikt har vi samlet klubbrekordene gjennom årene fra det første idrettsstevne som holdtes på plassen ved Ski mek. Verksted i 1919. Vi lar tallene tale for sig selv.

Klubbrekordenes utvikling 1919-33

Løp

Sprint				Mellomdistanse og langdistanse			
Øvelse	År	Navn	Resultat	Øvelse	År	Navn	Resultat
60m	1924 1925	Øistein Løkke Einar Nore	7,3	800m	1924	G. Skaarud	2,10,5
100m	1919 1921 1926	Rolf Pytterud Rolf Pytterud Øistein Løkke	12,1 12,0 11,3	1500	1919 1925 1927 1928 1929	Rolf Pytterud Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund	5,30,5 4,35,0 4,28,1 4,27,6 4,24,4
200m	1930 1932	Bjørn Hemsén Bjørn Hemsén	26,5 24,8	3000m	1924 1928 1929 1933	G. Skaarud Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund	9,50,0 9,41,0 9,31,7 9,19,0
400m	1932	Bjørn Hemsén	55,5	5000m	1925 1926 1927 1928 1929	Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund	18,02,0 17,18,0 17,01,6 16,16,0 16,14,4
110m.h	1933	Leif Bøhmer	19,7	10000m	1926 1927 1928	Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund Sigurd Sperbund	37,18,0 35,25,0 33,44,2
4x100m	1933	Bøhmer, E. Nore, B. Hemsén, H. Skaarud	47,6	4x1500m	1931	Egil Andresen, Sperbund, Bjarne Ås, Odd Gjelsvik	18,49,0

Tekniske øvelser og mangekamp

Sprang				Kast og mangekamp			
Øvelse	År	Navn	Resultat	Øvelse	År	Navn	Resultat
Høyde uten tilløp	1926 1927	Johs. Ekjord Johs. Ekjord	1,38 1,40	Kule	1924 1927 1930 1933	N. Jørstad Hans Engh Helge Gundersen Leif Bøhmer	10,45 11,25 11,88 12,20
Lengde uten tilløp	1926	Eiulf Gleditsch	3,03	Spyd	1924 1925 1930 1933	Brynjulf Skotner Brynjulf Skotner Leif Bøhmer Leif Bøhmer	45,46 45,81 53,49 55,26
Høyde	1921 1929	Trygve Nore Leif Bøhmer	1,69 1,71	Diskos	1924 1926 1927 1928	Gunnar Skaarud Hans Engh Haakon Hammer Haakon Hammer	30,14 31,75 35,49 36,67
Lengde	1919 1924 1925 1930 1932 1933	Rolf Pytterud Einar Nore Einar Nore Leif Bøhmer Leif Bøhmer Leif Bøhmer	5,66 5,79 6,01 6,46 6,61 6,67	5-kamp	1929 1932	Leif Bøhmer Leif Bøhmer	1909,85 2872,38
Stav	1921	H. T. Ruud	3,04	10-kamp	1932	Leif Bøhmer	5526,83
Tresteg	1919 1924 1932	Rolf Pytterud Einar Nore Leif Bøhmer	12,10 12,60 13,58				

Sigurd Sperbund og Leif Bøhmer

Sigurd Sperbund



er et navn som stadig har gått igjen i premielistene, såvel ved stevner innen Follo krets, som i de store nasjonale og internasjonale stevner. Og vår lille smilende kilometerslucker har båret vårt navn frem med heder overalt hvor han har ferdes. Ikke minst har han et verdifullt aktivum i sin charmerende og veldannede optreden. Det er ikke gjort i en liten artikkel som denne å referere Sigurd Sperbunds meritter. Han er kort fortalt en fremragende løper, som, omenn han ikke har nådd hvad enhver trakter efter, å vinne et norgesmesterskap, så har han flere ganger vært like ved. Første gang vi minnes Sperbunds navn nevnt, var da han i en friidrettskamp mellom Ski og Kolbotn i september 1924 blev nr. 2 på 3000 meter med 9,52,2. I pinsen 1926 deltok han i Kråkstads nasjonale terrengløp, og vandt her juniorklassen, og senere har det gått *slag* i slag. I 1927 blev han fylkesmester for Akershus i terreng. Året efter blev han nr. 2, bare 4 sekunder efter seierherren. 1928 sees han å ha blitt nr. 2 i fylkesmesterskapet på 5000, på en tid av 16,14,4. I 1930 blev han igjen fylkesmester i terreng. Høsten samme år fikk han en stilling inne på Ormøen, som hindrer ham nokså meget i å delta aktivt. Det forhindrer imidlertid ikke at han har deltatt i kretsmesterskapene i Follo, og sitt siste mesterskap her vandt han ifjor i 5000 m. Såvidt vi kan se er Sperbund kretsmester 19 ganger - 7 ganger i terreng, 5 ganger på 10,000, 6 ganger over 5000 og 1 gang over 1500 m. Og Sperbund har mangfoldige premier fra nasjonale og internasjonale stevner, seire og plasseringer som har vært påaktet av hele Norges idrettsungdom. Foruten sine mange mesterskapsmedaljer har han en stor premiesamling til minne om sine prestasjoner som løper gjennom de siste 8-9 år. Sigurd Sperbund er født den 6. oktober 1906 i Oppegård, og kom hit til Ski i 1921. Han var med i vårt friidrettstyre fra våren 1926, til han flyttet høsten 1930. De to siste år var han gruppens formann. Sperbunds beste tider er på 1500 4,24,4, 5000 16,14,4 og 10,000 33,44,2. Han har i stafett bedre tid på 1500 (4,23), likesom han i 10,000 har fått notert mellemtid på 5000 med 16,12. Efter hvad vi erfarer ligger Sperbund allerede nu i trening for vårens terrengløp. Kondisjonen er i orden, og såvidt anledning gis - og hvis formen holder - akter han å starte såvel i terrengløp som i 10,000m til sommeren.

Leif Bøhmer



En av våre aller fremste, om ikke den beste av våre medlemmer på idrettsbanen er all-rounderen Leif Bøhmer, som gjennom et forholdsvis kort spann av år har vist sig å besidde egenskaper som idrettsmann som er meget få forundt. Leif Bøhmer er bare 22 år gammel (i 1934), han passerte denne alder den 17. januar, men kan allikevel fremvise en premiesamling på ca. 170. – Ethundrede og sytti -. "Bøhmern" kom hit til Ski som 10-åring fra sin fødebygd Asker, men er opfostret her, og føler sig som ekte Ski-sokning. Sin første premie fikk han 11 år gl. i skøiteløp på Rullestad tjernet, og som middelskolegutt plaserte han sig som nr. 3 i spyd på 40,50 meter. Siden har det gått slag i slag, og han er nu i besiddelse av 4 A-mesterskap i fotball og 14 Follomesterskap 1 friidrett. Derhos er han fylkesseniorimester i tresteg 1933, og fylkes-juniormester i høide 1929. Dessuten er han kretsmester i skiløp i kl. 17-20 år i 1930. Han har altså allerede nu 21 mesterskap tilsammen. Fotballen sluttet han med i 1932, efter å ha samlet sitt 4. mesterskap, og en enslig premie som man fikk i Follo cup nede i Vestby engang. Det er bans synlige bevis for 4 år på fotballbanen. I friidrett derimot har han noe slikt som 100 premier, og er innehaver av 7 distansemerker, nemlig i lengde, høide, tresteg, kule, discos, spyd og 10-kamp. Hans beste friidrettsresultater er 60m: 7.5, 100m: 11.9, 200m: 26.0, 400m: 57.6, 1500m: 4.57.0, 110 m. hekk: 19.2, lengde: 6,67, høide: 1,72, tresteg: 13,56, stav: 3,00. kule: 12,20, discos: 35,26, spyd: 55,26, 5-kamp: ca. 2860, og 10.-kamp: ca. 5,758. Hans spyddkast er gjeldende kretsrekord. Han menes nu å være god for vel 6000 points i 10-kamp. I skikonkurranser har han kun deltatt i hopp.

Foruten mester i 1929, er han premiært i distriktsrenn i Askim, og fikk Skiforbundets premie, 1. premie, i hoppklassen 20-30 år i Vestby ifjor. For øvrig er han premiært i en rekke kretsrenn. Boksporten har han holdt på med i 3 år. Han deltar i lett sværvækt og vandt 1. premie på Torshaugs nasjonale stevne i vinter. I Norgesmesterskapet for juniors blev han nr. 3. Dessuten er han å regne blant Skis ankermenn i pokalkonkurranser. Hertil kommer at Leif Bøhmer er premiært 2 ganger i skøiteløp, og en rekke ganger i miniatyrskytning. Hans beste resultat her på standardprogrammet, er 282 points av 300 opnåelige, et meget respektabelt resultat av en såvidt ung skytter. Bøhmer skal i år spesialisere sig i lengdesprang og spydkast. Leif Bøhmer har kjempekrefter og en appetitt på allslags idrettskonkurranser som få. At han ved spesialisering og instruksjon må kunne nå langt på friidrettens område er det neppe tvil om. Det er *hyggelig* for oss å huse innen vår midte, en mann som makter *alle* disse forskjellige idrettsgrener. Fotball, friidrett, boksing, skøiter, ski, skytning. Det er ihvertfall 3 idrettsgrener mere enn hva der fordres for å få Norges høieste idrettsutmerkelse: Ekebergs ærespris.

Ski Turn og idrettsforening - Friidretten 1934-40

Idrettslig oppsummering

Våre friidrettsfolk vant til sammen medaljer i 215 kretsmesterskapene for juniorer og seniorer - 102 gull, 60 sølv, og 53 bronse. Av disse ble 26 vunnet i stafetter (4x100m, 4x400m eller 4x1500m). For øvrig utkjempet laget i en rekke pokalkonkurranser, og deltok i en rekke stafetter – og gikk ofte av med seieren. I 1936 vant laget Holmenkollstafettens 3. divisjon – antagelig den største stafettseieren i perioden. I 1935 startet de årlige pokalkampene mot den svenske klubben I.F. Sifälla, fra Säfle (en by i Värmlands län, i landskapet Värmland).

I 1936 satte Leif Bøhmer ny kretsrekord i 10-kamp (6148p), og Nils Otterness ny kretsrekord i høyde (1,86). Av andre utøvere som utmerket seg i perioden, nevnes Sigurd Sperbund, Knut Ervik, Arne Ugland og

Trygve Stenerud. Sistnevnte hadde dog sin storhetstid i perioden 1945-52.



1936. Holmenkollstafettlaget

Det er klart at en gruppe som friidrettsgruppen i Ski Turn, som hele tiden hadde vist framgang både kvalitativt og kvantitativt, burde hatt en atskillig lenger beretning, idet det hadde vært ønskelig å få med navn og resultater for alle våre energiske og dyktige friidrettsmenn, men som allerede nevnt, er plassen i jubileumsskriftet så begrenset at det er umulig. Vi vil anbefale at et par av friidrettsentusiastene går sammen, og lager gruppens historie helt fullstendig.

Administrasjonen (rollefordeling ukjent)

1934	T. Nore
1935	Kielland-Lund,
1937	Knut Skoghus
1939	Gunnar Five, Ingar Bjørnstad, Odd Gjelsvik
1940/41	Odd Gjelsvik, Knut Skoghus, Oskar Mamen

Idrettslig årsrevy

År	Kommentarer
1934	Trass i at konkurransen stadig ble større, vant Ski dette år 13 mesterskap, 8 sølvmedaljer og 15 bronsemedaljer, med ny rekord i femkamp med 3137,805. Sperbund på 10,000m. Juniorene tok 4x100m, og seniorene 4x1500m - på ny rekord 18,12,3. De øvrige mestere har vi ikke navn på, dessverre. Ski vant 2 pokalkamper over Ekeberg og Tøien Turn, og tapte 2 mot Moss. Her gjenstår 1 kamp mot Ekeberg og Tøien, og 2 mot Moss.

1935	Hittil alle tider. 18 kretsmesterskap, herav 13 i senior, 10 sølvmedaljer, 5 i hver klasse, og 10 bronse, 3 i junior og 7 i senior. I de gjenværende kamper mot Moss seiret Ski i begge, og så stort at pokalen gikk til Ski med 199,5, mot Moss 175,5. Dette år fikk Ski sitt første internasjonale besøk, idet det ble utkjempet pokalkamp mot I. F. Sifhälla. Denne ble beseiret med 113,5 mot 79,5. Returkamp i Säffle ga til resultat at Sifhälla vant med 97,5 mot Skis 95,5, og Ski vant pokalen. Mysen ble slått med 88,5 mot 43,5, og Tøien med 55 mot 41. I Follo Friidrettskrets jubileumsstevne ble Ski beste forening, med 14 første, 5 annen og 4 tredjepremier. Vi er dessverre, både av plasshensyn og lite notater, avskåret fra å bringe alle navn på mestere og resultater.
1936	Året ble noe svakere enn 1935, men flott allikevel. 15 mesterskap, 4 i junior og 11 i senior, 7 sølv og 11 bronsemedaljer. Bøhmer satte ny kretsrekord i 10-kamp med 6148p, og Nils Otterness i høyde med 1,86. Høydepunktet dette år var den vakre seir i Holmenkollstafettens 3. div. I pokalkampen mot Sifhälla tapte vi den første på Ski med 89 mot 104, og vant i Säffle med 98 mot 92. Dette strakk ikke til, og svenskene tok den oppsatte pokal. Ski slo Moss 50 mot 42, Tøien Turn (gutter) 97 mot 80, og vant en pokalkamp mot Kråkstad i terrengløp (10-mannslag).
1937	Dette året viste den største framgang i foreningens historie. Ved kretsmesterskapene ble det nesten gjort "rent bord", idet resultatet var 21 mesterskap, 11 sølv og 5 bronsemedaljer. Følgende stafettløp ble vunnet: Vestbystafetten, Furusetstafetten og Frognerstafetten på ny rekord på 50,03. Likeledes vant laget pokalkamp mot Moss, 55 mot 37, og pokalkamp mot Kråkstad i terrengløp. Mot Sifhälla ble den ene kamp vunnet med 102,5 mot 90,5, mens den andre ble tap med 86,5 mot Sifhällas 106,5 - så Sifhälla fikk pokalen. At begge de lange stafettene ble vunnet, er nær sagt en selvfølge. Det første nasjonale stevne ble arrangert på Sportsplassen med 82 deltakere, og Nils Otterness vant høyde på 1,82, Bøhmer lengde på 6,53 og Knut Ervik 200m jr. på 24 blank.
1938	Året startet med Vestbystafetten, hvor Ski vant. Frognerstafetten ble vunnet, og den oppsatte pokal til odel og eie. Kretsmesterskapene gav som resultat: 21 gull, 9 sølv og 5 bronsemedaljer. Av pokalkamper ble det seir mot Torodd, 100 mot 70, mot Sifhälla, 103 mot 90, og 113 mot 80 og mot Moss sammenlagt for 2 kamper 94 ² / ₃ mot Moss 89 ¹ / ₃ . Ved Ski Turns nasjonale stevne vant Bøhmer lengde kl. A, og Trygve Stenerud kl. B.
1939	Vår store pointscorer Leif Bøhmer flytter fra Ski. Det var et tap, men gutta gikk på for fulle mugger. Først vant laget Frognerstafetten, dernest "Skibyen Rundt", begge klasser, men ble "bare" nr. 2 i Follostafetten. I kretsmesterskapene ble det 11 gull, 8 sølv, og 3 bronsemedaljer. Tross tapet av Bøhmer, ble Ski beste forening i seniormesterskapet. Ski arrangerte et flott nasjonalt idrettsstevne, hvor Ugland vant diskos med 38,55. Ellers er å berette at Oppegård slo Ski i lagmesterskapet, og at Moss vant en pokalkamp med 1 point overvekt.
1940	Dette år var det ikke mange stevner, og deltakelsen var liten. Ved kretsmesterskapene i enkeltøvelser var det bare noen få deltakere fra Ski, og medaljene ble deretter. 3 gull, 7 sølv og 4 bronsemedaljer var resultatet.

Fortegnelse over lagpokaler og lagmedaljer ved kretsmesterskapene

År	Pokaler	Lagmedaljer senior	Lagmedaljer junior
1934	6 pr. Holmenkollstafetten 2. pr. Kolbotnstafetten - Pokalkamp mot Ekeberg Sportsklubb 2 g. 1933/34	Gull 4x1500m Sølv 4x400m Bronse 4x100m	Gull 4x100m Bronse 4x100m
1935	2. pr. Frognerstafetten 1935. - Pokalkamper mot Mysen T. I. F. (sossidipok.) 2 g. 1934/35 - Flaggstandard fra I. F. Sifhälla, Sverige - Pokalkamper mot I. F. Sifhälla 2 g. 4-mannspokalen Follo fri-idrettskrets 1933/34/35 - Pokalkamper mot Moss I. L. 4 g. 1934/35. - Pokalkamper mot Tøyen turn (Sossidipok.) 2 g. 1934/35.	Gull 4x100m Gull 4x400m Gull 4x1500m Bronse 4x100m	Gull 4x100m
1936	3. pr. Nordstrandstafetten 1936. 1. pr. Holmenkollstafetten 1936 (dessuten diplom). 1. pr. Frognerstafetten 1936. 1. pr. Vestbystafetten 1936. - Follo friidrettskrets' statuett 1934/35/36.	Gull 4x100m Gull 4x400m Gull 4x1500m Sølv 4x400m	Gull 4x400m Bronse 4x100m

År	Pokaler	Lagmedaljer senior	Lagmedaljer junior
1937	1. pr. Vestbystafetten 1937. 3. pr. do. - Terrengløpspokalen Kråkstad-Ski (beste 10-mannslag) 1935/36/37. 2. pr. Nordstrandstafetten 1937. 1. pr. Furusetstafetten 1937. 1. pr. Frognstafetten 1937. - Oppegårdpokalen (Oppegård-Kråkstad-Drøbak-Ski) 1935/37. - EBCO-pokalen Moss-Ski 4 g. 1936/37.	Gull 4x400m Gull 4x1500m	Gull 4x100m
1938	- Johansens vandrepokal Frognstafetten 4. g. 1935/36/37/38. 1. pr. Frognstafetten 1938. - Tiedemanns vandrepokal Vestbystafetten 3 g. 1936/37/38. 1. pr. Vestbystafetten 1938. - Pokalkamper mot I. F. Sifhålla 2 g. 1938. 4-mannspokalen seniormesterskapene 1 936/37/38. - Pokalkamper mot Moss 2 g. 1938.	Gull 4x100m Gull 4x1500m	Gull 4x100m
1939	1. pr. Frognstafetten 1939. 1. pr. i stafettløpet Skibyen rundt 17. mai 1939. 2. pr. i Follostafetten 1939. - Seniorpokalen fri-idrettskretsen 1937/38/39. - Pokalkamper mot Torodd 2 g. 1938/39.	Gull 4x100m Gull 4x400m Gull 4x1500m	
1940	Pr. 1. mai aksjer i 3 pokaler.	Sølv 4x100m	

A.I.L Fremad (1928-1940)- Friidretten

Oppsummering

Friidretten ble satt i gang i 1931, men grunnet banemangel, måtte treningen drives på jordet til Finstadbråten, rett overfor Folkets Hus. Her gikk treningen med liv og lyst, og allerede den 8. august hadde laget sin første pokalkamp mot Myrvoll A.I.L. Her seiret vi med 51 mot 42 points. Allerede uken etter bar det til Strømmen, og her ble det også seir, med 58 mot 32 points. I 1932 ble det arrangert et stafettløp fra Folkets Hus med deltakelse av 23 lag. I den annen kamp mot Myrvoll, tapte vi med 34 mot 59 points, og Myrvoll vant pokalen. Vi tapte også den andre kampen mot Strømmen

med hele 31,5 mot 61,5. Interessen denne sesong var liten, og dette var grunnen til de store tap. I 1934 deltok vi meget i lagkonkurranser, og arrangerte også et par marsjkonkurranser med stor deltakelse og stor tilslutning fra publikum. I en pokalkamp i terrengløp seiret Kaare Larsen. Annen påskedag 1935 ble det holdt nasjonalt terrengløp fra Folkets Hus. Det var 93 deltakere.

Den 19. mai var det terrengløp for kvinner og gutter med 136 deltakere. Ved et friidrettsstevne i Vestby, seiret Rolf Olsen på 60m, og Einar Moe vant kule og spyd og 3. pr. i diskos, og fikk stevnets bestemannspremie. I 1936 deltok guttene i flere terrengløp, likesom løpet "Skibyen Rundt" ble startet. I 1937 ble det arrangert klubbmesterskap i terrengløp og mestre ble: Mesterklassen Ove Hoel og Einar Olausson, Asbj. Nilsen og Arne Dammen i de respektive gutteklasser. I terrengløp den 24. april 1938 med Driv, Enebakk, som arrangør, vant Asbjørn Nilsen klassen for gutter mellom 13 og 15 år. I Nordluns terrengløp i 39 vant John Skaarud 1. pr. i klasse 14 år. Med dette antar en at friidretten i Fremad er slutt, idet vi ikke kan finne notater fra en senere tid. Men ett er sikkert, at flere av de navn som går igjen, spesielt fra guttestevner, de finnes i dag (1949) blant de ledende i Ski Idrettslag, og dette viser berettigelsen av friidrettsutøvingen i Fremad.



Ski idrettslag - Friidretten 1941-48

Idrettslig oppsummering.

På grunn av krigen mistet mange av idrettsutøverne sine resultatmessig antatt beste år - en av disse var Trygve Stenerud, som var 21 år da krigen brøt ut.

Flere av Skis friidrettsutøvere var aktive i Milorg under krigen, blant annet Einar Nore (omtalt i perioden 1919-33), Trygve Stenerud, Trygve Syversen, Nils Otterness og Oskar Mamen. Selv om det



under krigsårene ikke var vanlige treninger og stevner, var en del av motstandsarbeidet av en slik art, at det ga mye gratis trening, slik at prestasjonene på friidrettsbanen likevel lå på et relativt høyt nivå da friidretten startet opp igjen i 1945. Interessen for friidrett i de første etterkrigsårene var stor, og det kunne møte 30-40 aktive på treningene. Treningene ble til å begynne med noe hemmet ved at det rett etter krigen var vanskelig å skaffe utstyr, men dette bedret seg etter hvert. I 1946 kom kvinnene også med i friidretten. Den kanskje største prestasjonen i perioden sto nok Trygve Stenerud for da han i 1947 satte ny klubb- og banerekord i lengdesprang, 7,15m. Over 70 år senere er 7,15 fortsatt klubbrekord i Ski. Trygve vant for øvrig også Finska Spelen (Världsslekene) i lengde, også det i 1947, og vant sølv i NM i 1946. Blant menn ellers som utmerket seg i perioden nevnes: Helge Karlsrud, Reidar Holger Andersen, Arne Ugland, Knut Skoghus, Trygve Syversen, Nils Otterness, Arne Dammen, Arne Eibakk, Kristian Modin, Kåre Holm, Ottar Martinsen. Trygve Syversen fungerte også som trener. Blant de få kvinnene som deltok, nevnes Sigrid Sæther, Helene Johannson og Randi Skoghus.

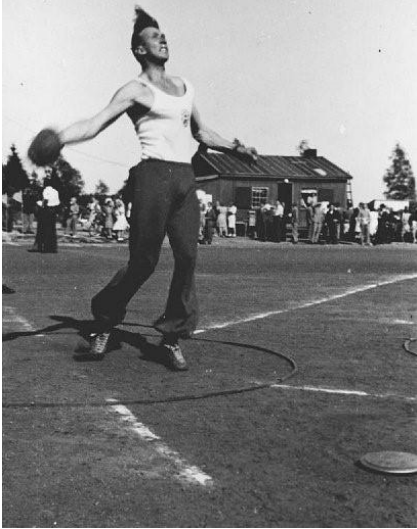
På bildet til venstre hopper Trygve Stenerud lengde på Bislett

Administrasjonen

Periode	Oppmann	Nestoppmann	Oppmann, jr	Oppmann, kv	Andre
1941-45	Odd Gjelsvik	-	Trygve Stenerud		Ingar Bjørnstad
1945/46	Harald Hvidsten	-	Jens Flakstad		Knut Skoghus, Tor Underland
1946/47	Egil Andresen	-	Jens Hemsén	Margit Skoghus	Tor Underland, Knut Skoghus, Harald Hvidsten
1947/48	Tor Underland	-	Jens Hemsén		Randi Skoghus, Egil Andresen, Knut Skoghus, Holger Nyhus, Kristian Modin, Margit Skoghus
1948/49	Tor Underland	Egil Andresen	Bent Vale	Randi Skoghus	

Idrettslig årsrevy

År	Kommentarer	
1941-44		Idrettsboikott! Ingen offisiell organisert friidrettsaktivitet På bildet til venstre, fra 1940, vaier okkupantens flagg foran realskolen.

År	Kommentarer	
1945		<i>Bildet</i> <i>Diskoskaster, ukjent person, i aksjon på Sportsplassen.</i> Allerede den 28. mai tok en fatt på å få organisert friidrettsutøvingen i laget. Utvalget hadde både friidrett og orientering på programmet. En rekke treningskonkurranser ble holdt og interessen vokste. Knut Mikaelsen ble tilsatt som trener og han utførte et godt arbeid blant de 30-40 aktive som møtte fram. Treningen ble hemmet ved at det var vanskelig å anskaffe utstyr, men dette bedret seg etterhvert. Gruppen hadde representanter ved de fleste stevner i distriktet, og i Oslo. Bl. a. ved åpningsstevnet på Bislet 3. aug., og ved BUL og Njåls stevne 10. august, hvor Trygve Syversen satte ny klubbrekord på 400m med tiden 52,7. Den 19. august var vi i Säffle til pokalkamp mot Sifhälla, og vi vant med 87 mot 85 pts. Ved Tjalves stevne den 1. sept, vant Trygve Stenerud lengde i sin klasse med 6,56. 4. sept. deltok vi i Kråkstad med en fyldig tropp, og det ble 5 førstepremier til oss. Årets store begivenhet her hjemme var pokalkampen mot Sifhälla den 16. sept. Reidar Holger Andersen satte ny klubbrekord i 1500m med tid 4,17,1, og det ble ellers oppnådd gode resultater. Sammenlagt med borte og hjemmekamp vant vi kampen om "Fredspokalen 1945" til odel og eie med 174 mot Sifhällas 170 pts. I kretsmesterskapet i enkeltøvelser ble det 6 kretsmesterskap til Ski: Høyde kl. A: Erik Hansen 1,75. 200m kl. B: Trygve Syversen 24,5. Lengde kl. B: Trygve Stenerud 6,45. 100 m. kl. B: Trygve Syversen 11,9. 400 m. kl. B: Tr. Syversen 55,2 og diskos kl. B: Trygve Stenerud 34,01. Videre erobret vi 6 sølv og 3 bronsemedaljer foruten kretsmesterskapet i 4x100 m. stafett, begge klasser. I avsluttende pokalkamp med Gamlebyen, Oslo, vant vi denne pokal til odel og eie med 193,5 mot 149,5 pts. Følgende klubbmestre ble kåret • Helge Karlsrud: 100m 11,4 og 400m 56,4. • Reidar H. Andersen: 1500m 4,25,3. • Arne Ugland: kule 11,34 og diskos 34,77. • Knut Skoghus: spyd 46,16. Det ble også holdt orienteringsløp den 2. sept. og 7. oktober. Videre ble holdt instruksjonsforedrag med lysbilleder av hr. Tvedt om orientering.
1946		<i>Bildet</i> <i>Fra pokalkampen mot Sifhälla.</i> <i>Bakerste rekke fra venstre: Helge Dammen, Tor Underland (leder), Trygve Syvertsen, ? Syvertsen. Foran Grethe Boger og Sigrid Sæther.</i> Sesongen tok til ganske tidlig, og vi seiret i pokalkampen mot Sifhälla med 188 mot 154 pts. etter 2 kamper, og pokalen til odel og eie. I Follostafetten ble vi nr. 7 og 12, nr. 5 i Bislettstafetten, nr. 5 i Holmenkolstafetten, og nr. 2 i Ekebergstafetten. I kretsmesterskapet for enkeltøvelser tok laget 11 mesterskap, samt 9 sølv- og 5 bronsemedaljer. I kretsmesterskapet for enkeltøvelser tok laget følgende 11 mesterskap: <i>Kl. A.</i> • Trygve Syversen: 110m hekk 19,4 og 100m 12,0. • Trygve Stenerud: lengde 6,88 (ny kretsrekord.) • Nils Otterness: høyde 1,65. • Arne Dammen: 400m 57,2. <i>Kl. B.</i> • Arne Eibakk: 110m hekk 20,6. • Tr. Syversen: 200m 24,1 og 400m 52,3. • Reidar H. Andersen: 5000m 16,27,4 (ny banerekord.) • Kristian Modin: høyde 1,60. • Kåre Holm: diskos 32,12.

År	Kommentarer								
	Trygve Stenerud ble nr. 2 i N. M. lengde med 6,88, men i klubbmesterskapet hoppet han 7,08, ny klubb- og banerekord. Trygve Syversen satte ny klubb- og kretsrek. på 400m, med 51,7 i pokalkampen mot Sifhälla. Ved samme anledning satte Stenerud, Syversen, Strand og Karlsrud ny klubbrek i 1000 meter stafett med tiden 2,09,2. I kretsmesterskapet i 10-kamp ble Ottar Martinsen nr. 4. 3 mann deltok i Friidrettsforbundets trenings- og instruksjonskurs. Trygve Syversen og Arne Eibakk fullførte, mens Knut Skoghus måtte avbryte. De to førstnevnte og Trygve Stenerud deltok i treningsleiren i Eggedal, og siden har de alle utført et utmerket instruksjonsarbeid i laget. I denne sesong kom også kvinnene med i friidrett, og selvom interessen ikke har vært så stor, har det vært 5-6 stk. som har vært trofaste. De mangler konkurranserutine, og av den grunn tapte de også pokalkampen mot Sifhälla, 24 mot 36 pts. Dette år innførtes legeundersøkelse, og det ble anskaffet badstue på Sportsplassen. Følgende klubbmestre menn ble kåret - Kristian Modin: Lengde u. t. 2,97, høyde u. t. 1,34, og 110m hekk 18,2. - Trygve Syversen: Terrenghopp, tresteg 12,36, stavsprang 2,80, og 100m 12,1. - Trygve Stenerud: Lengde 7,08. - Nils Otterness: Høyde 1,62. - Knut Skoghus: Spyd 45,75 og kule 11,35. - Kåre Holm: Diskos 34,56. - Ottar Martinsen: 200m 25,9. - Reidar H. Andersen: 1500m 4,21,8. Følgende klubbmestre kvinner ble kåret - Sigrid Sæther: 100m 15,0. - Helene Johansson: Lengde 3,96. - Randi Skoghus: Slengball 30,48. Ved siden av det som er nevnt her, har medlemmene deltatt på et utall av stevner.								
1947	<i>Bildet</i> <i>Bildet er fra en klubbkamp mellom Ski IL og svenske I.F. Sifhälla fra Säffle. Her ser vi Helge Dammen hoppe over lista med den gamle saksestilen.</i> Det ble tidlig igangsatt et kondisjonsparti innendørs, og med god deltaking fra friidrettsutøverne. Utendørstreningen tok til så snart plassen ble bar for sne, og i treningen deltok ca. 30 menn og 8-10 kvinner. Treningen ble ledet av Trygve Syversen. Utvalget arrangerte en rekke stevner dette år. Klubbm.skap – kretsstevne og guttestevne i innendørs øvelser. Klubbmesterskap i terrenghopp, gutte- og kvinnestevner, internasjonalt stevne, interkretskamp Ø. Buskerud – Follo, pokalkamper mot Frogn, Oslo og mot Sifhälla, samt kretsmesterskap i enkeltøvelser, både for kvinner og menn. Dessuten har guttene deltatt i en hel rekke stevner. Trygve Stenerud tok gullmedalje i Finska Spelen i Helsingfors med resultat 7,09, sølvmedalje i N. M med 7,03, og seiret i landskampene mot Nederland og Danmark, og tok for øvrig en rekke førsteplasser i nasjonale og internasjonale konkurranser. Hans beste resultat for dette år ble 7,15, som er ny klubb-, bane- og kretsrekord. Resultatet ble oppnådd i pokalkamp mot Sifhälla. Trygve Syversen ble Norgesmester i 400m hekk kl. B med 57,8, og nr. 4 i N.M. for kl. A med 56,4, som er klubb- og kretsrekord. Videre hadde han gode resultater i 400m og i lengde. Laget deltok i Holmenkolstafetten, Follostafetten, jubileumsstafetten i Kråkstad, samt i "Kolbotn Rundt". I årets første pokalkamp mot Sifhälla i Säffle seiret disse med 94 mot våre 78 pts., men i returkampen her hjemme vant vi med 92 mot 80 pts., men Sifhälla seiret sammenlagt med 174 mot Ski's 170 pts., og vant pokalen til odel og eie. I kvinnenenes pokalkamp ble resultatet sammenlagt 30 mot 30 pts. I pokalkampen mot Frogn/Oslo ledet Ski etter første gang med 91 mot 89 pts., og kvinnene uavgjort 30 mot 30 pts. 6 kvinner og 11 menn greide fordringene til idrettsmerket. I kretsmesterskapet i enkeltøvelser menn fikk Ski følgende kretsmestere: <table> <tr> <td><i>Kl. A.</i></td><td><i>Kl. B.</i></td></tr> <tr> <td>• Trygve Stenerud: lengde 6,73.</td><td>• Odd H. Strand: 800m 2,03 og 400m 53,6.</td></tr> <tr> <td>• Trygve Syversen: 400m 52,7.</td><td>• Torkild Martinsen: lengde 6,16.</td></tr> <tr> <td>• Nils Otterness: høyde 1,65.</td><td>• Odd Stenerud: diskos 36,16 og kule 12,34.</td></tr> </table>	<i>Kl. A.</i>	<i>Kl. B.</i>	• Trygve Stenerud: lengde 6,73.	• Odd H. Strand: 800m 2,03 og 400m 53,6.	• Trygve Syversen: 400m 52,7.	• Torkild Martinsen: lengde 6,16.	• Nils Otterness: høyde 1,65.	• Odd Stenerud: diskos 36,16 og kule 12,34.
<i>Kl. A.</i>	<i>Kl. B.</i>								
• Trygve Stenerud: lengde 6,73.	• Odd H. Strand: 800m 2,03 og 400m 53,6.								
• Trygve Syversen: 400m 52,7.	• Torkild Martinsen: lengde 6,16.								
• Nils Otterness: høyde 1,65.	• Odd Stenerud: diskos 36,16 og kule 12,34.								

År	Kommentarer
	Det ble videre erobret 10 sølv og 11 bronsemedaljer, samt 2 stafettmesterskap (4x100m stafett junior og 4x100m stafett senior). I kretsmesterskapene i enkeltøvelser <u>kvinner</u> fikk Ski følgende kretsmestere: • Sigrid Sæther: 200m 29,7 og 100m 13,7 • Helene Johansson: høyde 1,35, • Grethe Boger: lengde 4,57. • Klara Lunde: diskos 25,26 • Randi Skoghus: spyd 21,80. • 4x100m stafett 56,8. Videre 1 sølv og 1 bronse. Trygve Stenerud satte ny klubb- bane- og kretsrekord i lengde med 7,15, og videre ny klubbrekord i slegge med 28,77. Lengde u. t. med 3,16,5, høyde u. t. med 1,44. Trygve Syversen ny klubb- og kretsrekord i 400m hekk med 56,4. Ottar Martinsen, Kjell Syversen, Odd Strand og Trygve Syversen ny kretsrekord i 4x400m stafett med 3,35,2. Tr. Stenerud, H. Karlsrud, O. Strand og Tr. Syversen ny kretsrekord i 1000m stafett med 2.08.7. Disse to siste er også nye klubbrekorder. Odd Strand ny klubbrekord i 800m 2,01,4, og Odd Stenerud i innendørs kule 11,81. Dessuten nye banerekorder: Åke Sundberg, Ørgryte i 800m (1.57.4), Åke Durkfeldt, Vedervåg i 3000m (8.39.9), Gert Veiteberg, D.F. I. i 5000m (15,58.6) og Åge Hansen, Buskerud i 110m hekk (17,1). Følgende klubbmestre <u>menn</u> ble kåret • Trygve Syversen: 200m 24,7 - 400m 51,9 - 400m hekk 56,4. • Thor S. Hansen: 3000m 9,39 - 5000m 16,59 - 10000m 36,36,2. • Trygve Stenerud: lengde 7,15 - tresteg 12,70 - slegge 28,77 - lengde u.t. 3,16,5 og høyde u. t. 1,44 • Torkild Martinsen: 100m 11,5. • Odd H. Strand: 800m 2,01,4. • Kjell Syversen: 1500m 4,21,7. • Bjørn Balstad: 110m hekk 17,9. • Nils Otterness: høyde 1,74 • Thomas Halvorsen: stav 2,85 • Odd Stenerud: diskos 39,05 - innendørs kule 11,81 • Knut Skoghus: kule 11,90 - spyd 48,65 Følgende klubbmestre <u>kvinner</u> ble kåret • Helene Johansson: høyde 1,40 • Grethe Boger: lengde 4,60 - lengde u.t. 2,38 - 60m 8,2 • Sigrid Sæther: 100m 13,2 - 200m 28,0 • Klara Lunde: diskos 26,85 • Randi Skoghus: kule 8,33 - spyd 21,20 Samtlige resultater for kvinnene er kretsrekorder, og hertil 4x100m stafett med 56,8. Laget besto av G. Boger, S. Sæther, R. Kiserud og R. Skoghus.
1948	<i>Bildet Helge Dammen, med nummer 43 på brystet, leder løpet. De øvrige er ukjente. Bildet er tatt på Sportsplassen.</i> <i>En begynte tidlig med innendørs treningen, under ledelse av Tr. Syversen og Arne Eibakk, og med godt frammøte. Dette år deltok laget i Holmenkoll-, Follo-, Ekeberg-, og Bislettstafetten. Det er arrangert en hel rekke stevner også dette år, og vi framhever pokalkamp for kvinner mot Gamlebyen, gutte- og jentestevne,</i> nasjonalt stevne, pokalkamp for gutter og jenter mot Frogn/Oslo, N.M i trekamp og 4x100m stafett for kvinner, nasjonalt kvinnestevne, kretsmesterskapene i enkeltøvelser og 10-kamp, samt lange stafetter. Foruten å ha deltatt i våre egne stevner har medlemmene deltatt i en rekke andre stevner, og med bra resultater. Vi framhever Grethe Bogers 4. plass i lengde med 4,64, og Sigrid Sæthers 5. plass i 200m med 28,5 i N.M i enkeltøvelser for kvinner. Grethe Bogers 1. plass i interkretskampen mot Romerike med 4,74.

År	Kommentarer
	Odd Stenerud har satt nye klubbrekorder i kule og diskos. Kjell Syversen viste gode løp på mellomdistansene, med ny klubbrekord på 1500 m. Helge Karlsrud har vist god framgang på sprinten, Tr. Syversen på korthekk, Tron Tronsen og Knut Skoghus skal også nevnes. Våre 3 beste representanter i 1947, nemlig Helene Johannson, Tr. Syversen og Tr. Stenerud har vært på sykelisten, og det er ikke blitt noe større for deres vedkommende denne sesong. I kretsmesterskapene ble følgende kretsmestere: <i>Menn senior.</i> • Trygve Stenerud: lengde 6,63. • Odd Stenerud: diskos 37,32 og kule 12,12. • Helge Karlsrud: 100m 11,8. • Tron Tronsen: tresteg 12,64. • Ottar Martinsen: 5-kamp • Trygve Syversen: 10-kamp • 4x100m stafett Dessuten 6 sølv og 5 bronse. Kretspokalen for senior tok laget til odel og eie etter tre års forløp. <i>Kvinner senior</i> • Sigrid Sæther: 200m 29,0. For øvrig tok jentene 3 sølv og 3 bronse. <i>Menn junior.</i> • 4x100m stafett I enkeltøvelsene tok vi 8 sølv- og 2 bronsemedaljer Kretspokalen for junior tok laget til odel og eie etter tre års forløp. I pokalkamper seiret Gamlebyen over Skis jenter med 59,5 mot våre 54,5, og mot Frogn ble det også tap med 34 mot 32 pts. I en mannlig pokalkamp mot N.L.H.I., seiret denne med 60,5 mot 50,5 til Ski. I en 10-mannskonkurranse mot Frogn/Oslo seiret vi i terrengløp. I enkeltøvelser mot samme klubb seiret vi med 99,5 mot 80,5 til Frogn. Mot Askim ble det også seier med 96 mot 83 pts. Den årlige pokalkamp mot Sifhälla ble det ikke noe av i år. 5 kvinner og 15 menn avla prøven for idrettsmerket. Nye kretsrek. er satt av. Tr. Syversen i 110m hekk med 17,2 og av Grethe Boger i lengde med 4,74, og Grethe Boger, S. Sæther, Randi Skoghus og R. Kiserud har forbedret rekorden i 4x100 meter stafett til 55,6. Odd Stenerud har satt nye klubbrekorder i innendørs lærkule til 12,16, og i kule til 12,88, samt i diskos til 40,23. Kjell Syversen har forbedret rekorden i 1500m til 4,15,8. Helene Johannson i lengde u. t. til 2,48 og Margit Eibak i kule til 8,37. På Follo krets lag har vi hatt følgende som representanter: H. Karlsrud, K. Skoghus, O. Stenerud, Kjell Syversen og Th. Halvorsen. Av kvinner: S. Sæther, G. Boger, R. Skoghus og R. Kiserud. Klubbmestere for menn : • Tr. Syversen: 200m 24,6 - 400m 53,7 - 1000m 36,36,8 - 110m hekk 18,7 - slegge 27,00 – 10-kamp 5196 pts. • Kjell Syversen: 800m 2,07,6 - 1500m 4,34,4 - 5000m 18,35,2 - 400m hekk 61,0 - terrengløp. • Odd Stenerud: kule 12,52 - diskos 37,68 – lærkule 11,48 - lengde u. t. 3,09. • Tron Tronsen: 100m 12,1 - høyde 1,70 - stav 2,90. • Tr. Stenerud: lengde 6,48 - høyde u. t. 1,40. • Knut Skoghus: spyd 47,96. • Erik Tronsen: tresteg 12,70. • Ottar Martinsen: 5-kamp 2437 pts. • Martin Bjørkelo: terrengløp i old boys. • Helge Dammen: terrengløp i junior. Bestemannspokalene ble vunnet av Tron Tronsen og Helge Dammen. Klubbmestere for kvinner: • Grethe Boger: 60m 8,6 - 100m 13,8 - lengde 4,62. • Sigrid Sæther: 200m 29,0 - lengde u. t. 2,48. • Reidun Kiserud: høyde 1,25 - 3-kamp 1203,35 pts. • Borghild Sanne: diskos 26,10 - høyde u.t. 0,84. • Randi Skoghus: spyd 18,37. • Margit Eibak: kule 8,37.

Ski idrettslag - Friidretten 1949-58

Oppsummering

Herreidretten

Etter krigen startet vi jo opp igjen for fullt, og deretter fulgte sesongene 1946/1947/1948 som hører til de sterkeste i lagets historie. Vi starter derfor opp igjen fra sesongen 1949, en tid hvor vi fremdeles hadde alle våre "styrker" inntakt. Det er rent vemodig for oss friidrettsentusiaster å tenke tilbake på denne tiden. Som oftest var det 25-30 gutter pluss en hel del spreke jenter på treningen hver eneste gang. En slik treningsiver og interesse måtte gi resultater. Ut av denne enestående bredde skilte det seg også snart ut gutter og jenter som herjet som verst i premielistene år etter år. I perioden 1949-1954 var det ikke få premier og medaljer som ble erobret av våre utøvere. Et raskt overslag viser ca. 65 gull, 40 sølv og 40 bronsemedaljer i KM i denne 5 årsperioden. Men det var ikke bare her i kretsen det ble gjort bravader. Guttene var hyppige deltakere i de store nasjonale og internasjonale stevner, og vi hadde deltakere med i NM hvert eneste år. Trygve og Odd Stenerud, og den gang pur unge Johan Johannson deltok også med hell på landslaget flere ganger. Laget vårt ble representert på en utmerket måte av disse herrer. I 1952 fikk laget sin første norgesmester i friidrett sen. ved Trygve Stenerud, som vant lengde på 6,95 - etter at han året i forveien luktet litt på titelen med sin sølvmedalje. Odd hentet seg en bronsemedalje i kule under NM i Trondheim i 1953, og hadde dessuten flere andre pene plasseringer å se tilbake på i denne tiden. Johans meritter på koksgrusen skulle vel også være velkjent for de fleste. Han viste så lovende takter i denne tiden at vi "været" noe ekstra stort fra den kanten. Men dengang ei, sa Johan og forsvant over "dammen". Riktignok badet han seg til noen resultater i toppklasse, og riktignok var han innom landslaget en del ganger, men likevel - vi har likesom på følelsen at det kunne ha blitt enda bedre. Virkelig systematisk trening gjennom en lengre periode ble det aldri, og det må nok til skal det lykkes helt ut. Med vår store bredde gjorde vi det også bra i pokalkonkurranser, og vi vant hver eneste en. I 1949 ble det seier over Odd, Skien (etter en flott tur), i 1951 slo vi Askim, Liv/Hønefoss, Holstad (jun.) og Driv/Enebakk (Damer). Vi fortsatte seiersrekken i 1952/1953, og slo NLHI, og i 1953/1954 tok vi skalpen til Moss IL. Vi deltok også i en rekke stafetter, og gjorde i 1949 blant annet litt av et løp i Bislettstafetten, hvor vi slo som løver, og besatte 2. pl. i Kl. II - bare 10 sek. etter BUL, men foran flere kjente klubber. Jo, det var nok en travel tid for våre friidrettsgutter.

Men denne glansperioden skulle nok ikke vare så lenge, dessverre. I 1953-1954 begynte det sakte, men sikkert å tynnes i våre rekker. Det viste seg plutselig at gjennomsnittsalderen blant våre aktive var såpass høy at vi ikke kunne vente oss noe ekstra i tiden fremover. Den ene etter den andre ga seg, "la opp" som det heter. Noen giftet seg, og det ble husbygging og andre gjøremål som tok mesteparten av tiden. Dessverre sto det heller ingen fyldig gutte- og junioravdeling klar til å fylle hullene. Det ble til slutt ikke mange igjen, og Erland Sander & Co. hadde en periode som så litt stusslig ut. Riktignok sørget Odd Stenerud og Johan Johannson for at resultatene i deres grener lå på et skikkelig nivå. Johan fikk forresten plutselig det innfall her i 1957 at han skulle en tur til Paris med landslaget. Vel,



Veksling mellom Jørgen Dahl og Bjørn Bjørneng.
4x1500m stafett 1958

han trente minst i 14 dager, så var den saken i orden. På et stevne nede i Moss ble det 7,04 i iengde - og Paristur. I 1953-54 hadde friidrettsgruppen for lengst besluttet å gjøre det eneste riktige, nemlig å satse på de aller yngste. Det var i folkeskolen vi måtte hente våre rekrutter. Etter hvert grodde det fram nye lovende unggutter som ga oss tro på at vi om noen år skulle bite fra oss igjen. Det ble arrangert en masse treningskonkurranser for guttene, og fremmøtet var meget bra. Vi har nå fått sveiset sammen en "gjeng" med flotte idrettsgutter som allerede har gjort seg bemerket i flere konkurranser. En masse premier og medaljer er det blitt i løpet av et par års tid. Disse ungguttene har vi nå fulgt fra de var 12-13 år gamle, og det er ikke for mye sagt at vi hittil er meget godt fornøyd med utviklingen. "Smågutta" har skutt i været, og blitt noen langbeinte og spenstige karer, og i enkelte øvelser ligger vi riktig godt an - og da særlig i sprint, mellomdist. og kast. Blant de som skal overta etter de "gamle" kanoner nevner vi særlig Olav Grønvold, Bjørn Bjørneng, Tormod Lisierud, Thorleif Smestad og Jørgen Dahl. Disse har alle betingelser for å drive det langt.

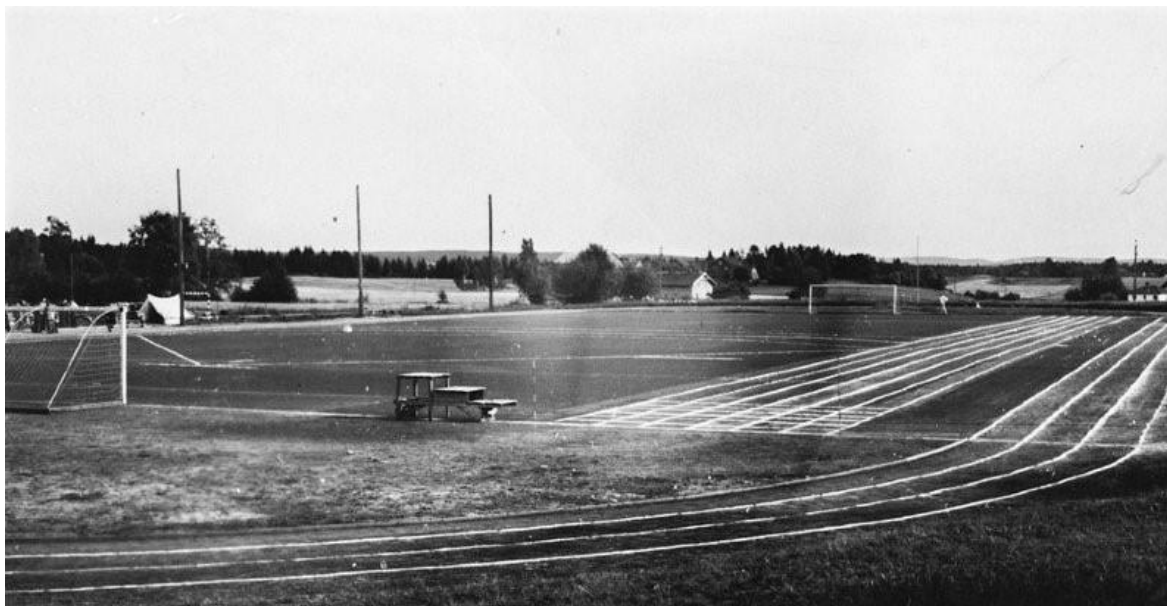
Men de er på ingen måte alene, disse karene - heldigvis. I de to-tre siste sesongene har vi også deltatt i en rekke stafetter med vårt unge lag, og etter fjorårets resultater å dømme, ser vi med stor forventning fram til årets (1959) jubileumssesong. Det ville jo sette en ekstra spiss på det om vi kunne varte opp med noe ekstra - vel vi får vente og se.

Kvinneidretten

Vedrørende kvinneidretten så har vi tidligere nevnt at det i 1949 var mange spreke jenter i trening den gangen. De deltok også i en rekke stevner, men mest innen kretsen. Det var Sigrid Sæther, Grete Boger (nå Strand) og Helene Johannson (nå Faleide) som sto for de beste resultatene. Men dessverre, det ble tynnere og tynnere også i jentenes rekker etter hvert, og i de siste årene har det nok bare vært idrettsmerkeprøver som har trukket dem til idrettsplassen. Men rett skal være rett, utvalgene har i de senere årene ikke gjort "ka, gjerast kunne" for våre unge damer. Vi håper imidlertid at dette skal rette på seg etter hvert.

Det går opp og ned her i verden, sies det. Ja, slik har det nok gått med oss også. Som det fremgår av beretningen befant vi oss nede i en bølgedal i midten av denne siste 10 årsperioden. Det er meget unge gutter vi har å stille med nå, og det kreves selvfølgelig en god del arbeid fra utvalgets side, både når det gjelder arrangementer, trening og økonomien. Vi håper derfor våre unge setter pris på det arbeid som er utført av våre utvalgs medlemmer i løpet av disse 10 årene. For tenk over det, gutter og jenter, de fleste har ofret en masse av sin fritid for nettopp dere unge, og lønn for sitt strev - ja, den er det dere som bestemmer.

Baneforholdene



Friidrettsbanen 1952

I årene 1950-55 ble på dugnad anlagt en helt ny hovedarena, med gressbane og 400m løpebane rundt. Banen ble innviet i september 1955. Et klubbhus sto ferdig i juni 1960 – også dette bygd på dugnad.



Friidrettsaktivitetene kunne nå flyttes fra den gamle grusbanen til den nye gressbanen, bortsett fra diskos og slegge, som stort sett fortsatt foregikk på grusbanen.

Administrasjonen

Periode	Oppmann	Nestoppmann	Oppmann, jr	Oppmann, kv
1948/49	Tor Underland	Egil Andresen	Bent Vale	Randi Skoghus
1949/50	Tor Underland	Knut Skoghus	Helge Karlsrud	Sigrid Sæther
1950/51	Knut Skoghus	Egil Andresen	Asbjørn Edvardsen	Helene Johannson
1951/52	Knut Skoghus	Egil Andresen	Asbjørn Edvardsen	Randi Skoghus
1952/53	Helge Karlsrud	Asbjørn Edvardsen	Bent Vale	Ingen
1953/54	Helge Karlsrud	Ingen	Trygve Syversen	Ingen
1954/55	Knut Skoghus	Bjørn Skotner	Trygve Syversen	Ingen
1955/56	Erland Sander	Odd Stenerud	Trygve Syversen	Ingen
1956/57	Tor Underland	Ingen	Ingen	Ingen
1957/58	Tor Underland	Ingen	Trygve Syversen/Trygve Amundsen	

De fremste idrettslige prestasjonene

År	Prestasjon
1949	NM-sen: Trygve Syversen nr 4 på 400m hekk (56,4)
1951	NM-sen: Trygve Stenerud sølv i lengde (6,89), Odd Stenerud nr 5 i kule (13,22) Landskamp: Norge – Sverige B: Trygve Stenerud , nr 4 i lengde (6,79) Annet: Skolestevne i Stockholm: Johan Johannson nr 2 i lengde (6,81) og 15,0 på 110m hekk med lave hekker
1952	NM-sen: Trygve Stenerud gull i lengde (6,95), Odd Stenerud nr 4 i kule (13,42) Landskamp: Norge – Danmark: Trygve Stenerud, skadet seg i 1. omgang i lengde. Øvrige Norge – Trøndelag: Trygve og Odd Stenerud deltok for "Øvrige Norge"
1953	NM-sen Odd Stenerud bronse i kule (13,99) Johan Johannson nr 5 i 110m hekk (15,6) NM-jun. Johan Johannson nr 2 i 110m hekk (15,6) Landskamp Ungarn – Norge: Odd Stenerud, beste nordmann i kule Norge – Sverige, ungdom: Johan Johannson i 110m hekk (15,7)
1954	NM-sen Trygve Stenerud, nr 6 i lengde Odd Stenerud, kule Landskamp Norge – Danmark: Odd Stenerud, kule Norge – Danmark, jr: Johan Johannson Norge – Sverige - Finland, jr: Johan Johannson Kretsrekorder Johan Johannson, 110m hekk (15,3) – tresteg (13,093) – 200m jr. (23,5) Odd Stenerud, kule (14,15)
1955	NM-sen Odd Stenerud, nr 5 i kule (13,64)
1957	Landskamp Frankrike – Norge: Johan Johannson, lengde
1958	NM-jun Bjørn Bjørneng, utslått på 400m (53,0) Jørgen Dahl, utslått på 1500m (4,23,0)

Idrettsmerkestatuetten

1951 Martin Bjørkelo.	1953 Knut Skoghus.	1958 Grete Strand og Asbjørn Edvardsen
1952 Randi Skoghus og Bent Vale	1954 Sigrid Sæther og Hein Hansen	

Ski idrettslag - Friidretten 1959-68

Oppsummering

60-årene må sies å være friidrettgruppas andre gullalder. Den første hadde vi vel i de 10 første årene etter krigen, da brødrene Stenerud, Trygve Syvertsen (7-er) og Johan Johannson herjet som verst. Etter en liten dødperiode fra 1954-1957, begynte det så smått å gå fremover igjen. Johan glimtet til med noen toppresultater (7.04 i lengde bl. a.) i 1957, hvilket resulterte i landskamp og Paris-tur. Forøvrig bestod gruppa av en rekke lovende unggutter som skulle ta opp arven. La oss nevne noen:

Olav Grønvold, Tormod Lislud, Jørgen Dahl, Torleif Smestad, Svein Lundeb, Kolbjørn Jordfald og Bjørn Bjørneng var alle lovende gutter som allerede da tok godt for seg av KM, både i senior og junior. Noen falt fra, men andre kom til, og gruppa vokste både i bredde og topp. I 1960 reiste en liten tropp til junior-NM i Kristiansund, hvor Tormod erobret en høyst fortjent gullmedalje i diskos. Dette medførte bl. a. landskamper. Nå begynte også kretsrekordene å falle, og flere og flere kom på våre hender. Å komme inn på detaljer her vil føre for langt av sted. Vi hadde en lang rekke klubbmatcher som vi vant, alle som en. I serien rykket vi fram med stormskritt og befant oss snart i hovedserien. Vi begynte også å få et brukbart stafettlag, og i Holmenkollstafetten gjorde vi oss på ny fordelaktig bemerket. I 1962 fikk vi en puljeseier, senere arbeidet vi oss opp i klasse 2 (tidl. kl. A) hvor en 5. plass er topp-prestasjonen. En ny mellomdistanseløper av nasjonal klasse begynte også å yppe seg, nemlig Einar Gundersen. Han slo hele junioreliten i vårt nasjonale stevne (1962), og dermed var landskampbilletten sikret. Han ble første mann under 4 min.



Einar Gundersen

på 1500 m i klubben. Klubben

rådte da over en meget god stall av mellomdistanseløpere, og av dem fikk kanskje "Mathis" mest betydning for utviklingen fremover. Tor H. Mathiesen ble nemlig engasjert som trener. Vel, treningsprogram og moderne prinsipper ble



Ca 1963: Paul Bjørlo, Steinar Dalene og Svein Erik Bøhler

drøftet og prøvet. Testløyper ble tatt i bruk, og epoken med

langkjøring begynte. I stallen skulle vi så få løpere som Stein Bjørlo, Svein Erik Bøhler, som for godt detroniserte Bjørneng når det gjaldt mellomdistanser, Rolf Holth, Øivind Jacobsen, og en hel rekke til. Hva disse guttene har prestert, kan leses av statistikken som følger bak. Én må allikevel nevnes spesielt, nemlig Torgeir Risnes; som gutteløper gikk han hen og presterte tider som: 14,57,0 på 5000m og 8,35,2 på 3000m. Ved å sammenligne med utenlandske statistikker, viste det seg at han lå på topp i verden i sin årsklasse. Diverse skader m. m. har ødelagt for dette naturtalentet. I 1964 kom Stein Bjørlo for fullt. Han vant norgesmesterskapet for junior i Bergen, og var klar for landskampdeltagelse.

Ekstra morsomt var det, i og med at vi arrangerte landskamp mot Danmark. Året før (1963) hadde vi arrangert NM B, hvilket må sies å ha vært det største arrangement vi har hatt. Ifølge pressen, som en jo må stole på, kom vi meget hederlig fra begge oppgavene. Svein E. Bøhler er vår absolutte topp på mellomdistansene; hans 1,52,1 på 800m og 3,50,2 på 1500m er resultater av ypperste nasjonal klasse. Lagets muntrasjonsråd, Øivind Jacobsen, var mann for å

avlive 7-ers rekord på 400m hekk og samtidig erobre en gullmedalje i NM B. Tormod fullførte lærerskole,



Torgeir Risnes

og dro til Trondheim. Der meldte han seg inn i Freidig og var tapt for oss - for en tid. Men i 1966 kom han tilbake, og erobret norgesmesterskapet i diskos for oss. I mellomtiden hadde det grodd godt i kasterleiren. Vi hadde fått Oddvar Johnsen, som kastet spydet over 72m, dessuten Kolbjørn Jordfald og Leif Engebretsen på den rette siden av 60-meteren. I slegge presset Håkon Olav Lislerud og Knut Haugen hverandre opp mot 50-meteren, noe Håkon Olav senere skulle klare med glans. I diskos fikk Tormod en brukbar makker i Dag Øverby, som slengte redskapen opp mot 45m. Da vi i tillegg har Ruffi Høiby over 40m, skal en ikke klage. I kule avlivet Tormod Odds sagnomsuste kretsrekord. (Vel, hadde Odd trent etter moderne prinsipper, kan det nok tenkes at Tormod hadde måttet strukket seg enda lenger, vel, dette er teori, men . . .) Én gruppe står igjen — hopperne. I lengde/tresteg Bård Bræin og Ole Furuseth, begge gode for 13-14m i tresteg og 6,80-7m i lengde. I høyde hoppet Ruffi 1,85, og dermed må alle skjønne at bredden er i orden. Men noen klubbrekorder står fortsatt, Nils Otterness høyde 1,86 satt før krigen, og Helge Karlsruds 100m på 11,1 (Redaksjonskomitéens kommentar: Ikke godkjent resultat, da det ifølge avisreferatene blåste "orkan" medvind under løpet). Ulf Solberg har riktignok tangert denne tiden, men. Vi får også huske lengderekorden til Trygve Stenerud 7,15 og 110m hekk til Johan på 15,3. Ellers har alt som heter rekorder falt, og bra er det. Ole Furuseth har passert 7-meteren, og da får vi se! I de senere årene har vi fått en stadig tilgang på nye, unge lovende talenter. Det kan være en idé å presentere de som sikkert kommer til å prege 1970-årene. Åge Nyborg, Morten Thorgersen, Arve Naalsund, Nils Brandt, Arve Ringsby og mange flere!



1964(?): Wera Wullum, Magnhild Gaasemyr, Kristin Andersen og Turid Else Sevli. Kretsmestere 4x100m

Men skal vi glemme jentene? Å nei da! Kristin Andersen har kastet spyd, og det ganske langt. Hun har deltatt i Tyrvinglekene og NM, med hederlige resultater. Turid Else Sevli var en rask jente som sluttet så altfor tidlig. Søstrene Magnhild, Aud og Ingvild Gaasemyr, samt May Britt Gustavsen hoppet høyt i høyde. Anne Berit Skoghus og Magnhild konkurrerte i kule, og det så bra at Anne Berit luktet på kretsrekorden. I det senere har vi fått en rekke lovende ungjenter som skal bli gode. Bl. a. har 7-er noen døtre vi venter mye av! Til sist får vi runde av med å se på sesongen i fjor (1968).

Tormod Lislerud erobret sitt 4 NM i diskos, og har rykket opp som lagets største representasjonsmann. Vi bør vel også presentere lagets store stavspringer Wilhelm Sorteberg (som fra sesongen 1969 vil starte for Ås) som har prestert 4,22 i sin spesialøvelse. Vi ønsker ham og hans kamerater lykke til med å bygge opp friidretten i Ås igjen. I jubileumsåret er klubben på ny tildelt norgesmesterskap i terrengløp. Hvem husker vel ikke suksessen fra tre år tilbake, da vi gjennomførte et prikkfritt arrangement på Radiostasjonen. Økonomisk må det også sies å ha vært en suksess, idet vi slapp opp for billetter. Treningen går nå med liv og lyst.



Stein Bjørlo under NM på Radiostasjon 1966

Syver driver sine ungjenter, Ole Edvard har likeledes alt under kontroll med de yngste guttene. Senior- og juniorgruppa trener fortsatt under Thor Henriks kyndige ledelse. Det skal bli spennende å se hva Hedlo, Bjørlo og de andre

oppnår til sommeren. Til sist vil de aktive nytte sjansen til å takke utvalgene ved oppmennene Odd Stenerud, Olav Grønvold og Leif Bjerkklund for vel utført jobb.

Administrasjonen

Periode	Oppmann	Periode	Oppmann	Periode	Oppmann	Periode	Oppmann
1959/60	Odd Stenerud	1963/64	Olav Grønvold	1965/66	Leif Bjerkklund	1968/69	Bjørn Bjørneng
1960/61	Odd Stenerud	1964/65	Olav Grønvold	1966/67	Leif Bjerkklund		
1961/62	Odd Stenerud			1967/68	Leif Bjerkklund		
1962/63	Odd Stenerud						

De beste idrettslige prestasjoner i perioden

Følgende medlemmer i friidrettsgruppa har oppnådd plasseringer (nr. 1 – 6)) i norgesmesterskap:

År		
1959	NM-jun: Jørgen Dahl, nr 4 på 3000m (9,09,6)	
1960	NM: Tormod Lislerud, nr 6 diskos (45,17)	NM-jun: Tormod Lislerud, gull diskos (46,70)
1961	NM Tormod Lislerud, nr 6 diskos (46,98)	NM-B Bjørn Bjørneng bronse 400m (50,9) Oddvar Johnsen, bronse spyd (63,45)
1962	 <i>Bildet Oddvar Johnsen i tilløpet (Bislett) Foto: Egil M. Kristiansen</i> NM Oddvar Johnsen, nr 6 spyd (60,61) NM-B Bjørn Bjørneng, nr 4 800m (1,56,2) Einar Gundersen, nr 4 1500m (4,03,0) NM-jr Einar Gundersen, bronse 1500m (4,02,8)	
1963	NM Oddvar Johnsen, nr 4 spyd (68,11) NM-Jun Håkon Olav Lislerud, nr 4 slegge (44,57)	NM-B • Ulf Solberg, nr 4 200m (22,7) • Bård Bræin, nr 5 lengde (6,56) • Øivind Jacobsen, nr 6 400m hekk (58,5)
1964	NM-B • Knut Haugen, sølv slegge (47,49) • Øivind Jacobsen, bronse 400m hekk (56,1) • Leif Engebretsen, nr 5 spyd (59,68) NM-Jr Stein Bjørlo, gull 5000m (14,59,2), nr 5 terrengløp (13,23) og nr 6 1500m (4,16,5)	
1965	NM Tormod Lislerud, gull diskos (52,72) NM-jun • Ole Furuseth, nr 4 lengde (6,56) og nr 6 tresteg (13,70) • Svein Erik Bøhler, sølv 800m (1,53,4) • Kristin Andersen, bronse spyd (32,76)	NM-B • Øivind Jacobsen, gull 400m hekk (55,3) • Håkon Olav Lislerud, sølv slegge (47,72) • Øivind Jacobsen, bronse 110m hekk (15,8) • Stein Bjørlo, bronse 10000m (31,58,4) • Knut Haugen, nr 5 slegge (44,46) • Kolbjørn Jordfald, nr 5 spyd (59,08) • Jørgen Dahl, nr 6 10000m (32,04,6) • Knut Erik Høiby, nr 6 høyde (1,75)

År		
1966	NM - Tormod Lislerud, gull diskos (51,04) - Håkon Olav Lislerud, nr 5 slegge (53,64) NM-B - Stein Bjørlo, gull 5000m (14,52,0) - Dag Øverby, bronse diskos (43,96) - Kolbjørn Jordfald, Ulf Solberg, Idar Furuseth og Bjørn Bjørneng, bronse 1000m stafett (2,02,2) - Knut Haugen, bronse slegge (45,32) - Kolbjørn Jordfald, nr 5 spyd (57,32)	NM-jun - Torgeir Risnes, sølv 1500m (3,58,9) - Ole Furuseth, nr 5 i tresteg (13,89) - Kristin Andersen, bronse spyd (32,76)
1967	NM - Tormod Lislerud, bronse diskos (50,08) NM-B - Ole Furuset, sølv tresteg (14,12) - Bjørn Bjørneng, Rolf Holth, Svein Hedlo og Ulf Solberg, sølv 1000m stafett (2,01,9) - Dag Øverby, nr 4 diskos (42,28) - Knut Haugen, nr 6 slegge (42,12)	NM-jun - Svein Erik Bøhler, nr 5 800m (1,56,4) - Egil Bråthe, nr 6 800m (1,57,2)
1968	NM - Tormod Lislerud, gull diskos (51,68) - Wilhelm Sorteberg, nr 4 stav (4,00) - Håkon Olav Lislerud, nr 5 slegge (53,60)	NM-B - Kolbjørn Jordfald, bronse spyd (61,74) NM-jun - Wilhelm Sorteberg, sølv stav (3,90)

Som det fremgår av listen ser man at det har vært en bemerkelsesverdig fremgang i 1960-årene. Dette har også medført representasjon på landslaget.

Følgende har deltatt enten på senior- eller juniorlandslaget i perioden:

- Tormod Lislerud 17 ganger
- Oddvar Johnsen 6 ganger
- Håkon Olav Lislerud 4 ganger
- Svein E. Bøhler 4 ganger
- Stein Bjørlo 2 ganger
- Einar Gundersen 2 ganger
- Wilhelm Sorteberg 2 ganger
- Torgeir Risnes 1 gang

Klubbrekorder per 01.01.1969, seniorer

Øvelse	Menn			Kvinner		
	Navn	Resultat	År	Navn	Resultat	År
60m	Noteres ikke			Grethe Boger	8,1	1948
80m	Noteres ikke			Sigrid Sæther	10,8	1948
100m	Ulf Solberg	11,1	1963	Sigrid Sæther	13,2	1947
200m	Ulf Solberg	22,6	1963	Sigrid Sæther	28,0	1947
400m	Bjørn Bjørneng	50,2	1961			
600m	Noteres ikke			Gerd Wester	1,57,9	1968
800m	Svein-Erik Bøhler	1,52,1	1967			
1500m	Svein-Erik Bøhler	3,50,2	1968			
3000m	Stein Bjørlo	8,28,0	1965			
5000m	Stein Bjørlo	14,32,0	1968			
10000m	Stein Bjørlo	31,27,0	1968			
110m / 100m hekk	Johan Johannson	15,3	1954			
400m hekk	Øivind Jacobsen	55,3	1965			
3000m hinder	Helge Skaarer	10,03,0	1963			

	Menn			Kvinner		
Øvelse	Navn	Resultat	År	Navn	Resultat	År
Høyde	Nils Otterness	1,86	1936	May Britt Gustavsen Magnhild Gåsemyr	1,41	1964 1962
Stav	Wilhelm Sorteberg	4,22	1968			
Lengde	Trygve Stenerud	7,15	1947	Grethe Boger	4,74	1948
Tresteg	Ole Furuseth	14,52	1968			
Kule	Tormod Lislerud	15,03	1965	Anne Berit Skoghus	9,70	1964
Diskos	Tormod Lislerud	55,36	1968	Klara Lunde	28,34	1950
Slengball	Noteres ikke			Kristin Andersen	38,83	1963
Slegge	Håkon Olav Lislerud	55,42	1967			
Spyd	Oddvar Johnsen	73,09	1961	Kristin Andersen	37,63	1965
5-kamp	Svein Hedlo	2955	1968	Kristin Andersen	2736	1964
10-kamp / 7-kamp	Svein Hedlo	6098	1967			
Lengde uten tilløp	Trygve Stenerud	3,16,5	1947	Magnhild Gåsemyr	2,49	1963
Høyde uten tilløp	Øivind Jacobsen	1,53	1962	Magnhild Gåsemyr	1,20	1963

Ski idrettslag - Friidretten 1969-78

Oppsummering

Menn



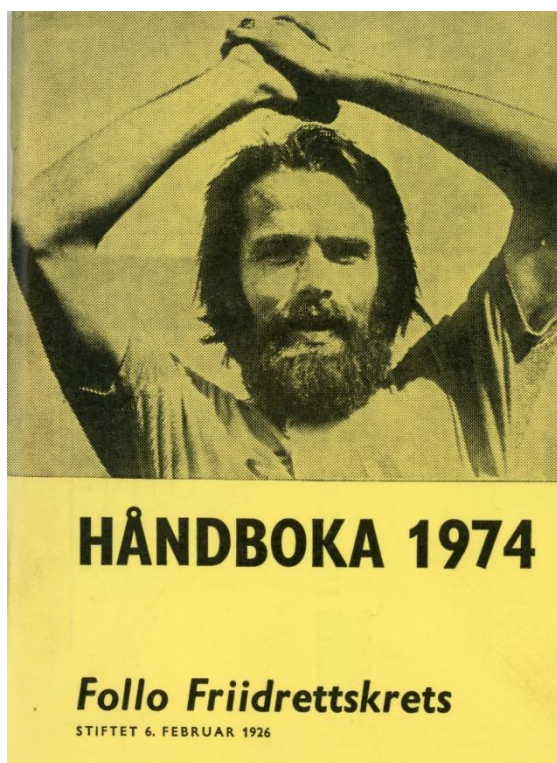
Tormod Lislerud i diskosringen

En ny ti-årsperiode er om ikke lenge passert, og Ski IL og friidrettsgruppa fyller 60. Det er igjen på tide å se litt tilbake på de siste ti års fysiske utfoldelser i piggsko. Ble 1969-78 et godt tiår for den mannlige delen av friidrettsgruppa? Meningene er sikkert delte, det spørs vel hva man velger å legge vekt på. Resultatmessig må vi innrømme at tiårsperioden er i ferd med å avsluttes på et langt lavere gjennomsnittlig nivå enn utgangspunktet i 1969. En uunngåelig konsekvens er at lagpoengene ikke lenger ruller like flittig inn som før, og derfor er en solid plassering i hovedserien gått tapt (ut siste gang i 1975). På den annen side har vi hatt en av Norges største friidrettsmenn gjennom alle tider i våre rekker dette tiåret, Tormod Lislerud. Med 10 norske mesterskap i diskos markerte han seg som landets beste diskoskaster gjennom alle tider. Hvem husker ikke rekordkastet på 59,98 som senere ble kontrollmålt til 59,996 (Redaksjonskomitéens kommentar: På den tiden ble avmålt kun annenhver cm – 0, 2, 4, 6, 8). En tanke kaldere i været, og vi hadde

sett 60m på resultatlista (metall utvider seg som kjent i varmen).

De som er interessert i opplysninger om alle landskampseiere, norgesrekorder m.m, henvises til de siste 10-15 års artikler i aviser, tidsskrifter og andre massemedia. Det som kanskje er enda mer gledelig for friidrettsgruppa, er den måten Tormod representerte, og fremdeles representerer, idrettslaget på. I den sammenheng har vi lyst til å sitere fra et intervju laget for medlemsavisa i 1971, hvor han blir spurt om hvorfor han var blitt værende i Ski IL: *"På grunn av miljøet først og fremst. Jeg har vokst opp i klubben, og har venner der - et intimt miljø man sjelden finner i storklubber. Penger er ikke alt - og det er økonomiske fordeler som i de fleste tilfelle gjør at man står i en storklubb. En ting taler til Ski ILs fordel, nemlig flinke ledere."* Det sier ikke så lite! En kan kanskje få inntrykk av at friidrettsgruppa det siste tiåret har bestått av Tormod Lislerud og "de andre". En dominerende skikkelse står imidlertid som regel ikke helt alene, men virker naturlig nok som en inspirasjonskilde for resten av laget. Således var han langt i fra vår eneste landslagsrepresentant i overgangen til 1970-årene. Lillebror Håkon Olav forsøkte å følge opp familietradisjonen i diskos, men fant snart ut at slegga var lettere å håndtere. Det hele endte med landskamper og besteresultat med 56,16 i 1969 (som da var kretsrekord for Follo friidrettskrets). I

diskosringen fikk Tormod følge av Dag Øverby, som etter en jevn og fin fremgang nådde 50-metersmerket i 1970, og som fulgte opp med en utmerket 5. plass i NM-året etter. Dermed kastet også han seg inn blant norgeseliten, en posisjon han forsvarte i de neste NM. I 1973 var toppen nådd, med besteresultatet 55,86m. Skifter vi kasteredskap igjen, havner vi i et nærmest unikt spydkastermiljø som har holdt seg levedyktig i hele tiårsperioden. Oddvar Johnsen, Jan Myrvold, Reidar Dahl, Leif Engebretsen, Tron Skoghus og Kolbjørn Jordfald dannet i sin glansperiode et av landets beste spydkastlag, og sekstetten inspirerte kanskje en del unge jenter til bra resultater, først med stein, siden med spyd. Det bør nevnes at Reidar Dahl fortsatt (per 1979) har 5 klasserekorder som har overlevd de siste 15 år. Løperne hadde, på samme måte som kasterne, solide støttepillarer fra 1960-årene å samles om. Først og fremst var kanskje Stein Bjørlo det samlende midtpunkt for de meget lovende unggutter, som i slutten av 1960-årene skulle ta opp arven etter Svein Erik Bøhler og Bjørn Bjørneng på mellomdistansene. Men så var da også Stein på det tidspunkt en av Norges beste langdistanseløpere, noe hans sølvmedalje på 10.000m i NM 1969 skulle bekrefte. På fellestreningene hjalp han treneren Thor Henrik Mathisen, med å "piske" fram en gjeng unggutter som avsluttet 1960-årene med bl.a. å vinne 4x1500m stafett i jr.NM. Arve Naalsund, Morten Thorgersen, Åge Nyborg og Dag Anmarkrud ga friidrettsfolket tro på et nytt, gullkantet tiår. Og disse gutta sto egentlig ikke i noen særklasse. Ski IL's fremragende 2.plass i Holmenkollstafettens juniorklasse samme år (1969) vitner om en bred og god standard på løpsmateriellet. Løperne tok like godt fatt på 1970-årene der de slapp i 1969, ved å kopiere 2. plassen på Holmenkollstafetten i 1970. Samme år slo også Torgeir Risnes til for fullt, med 4. plass i terrengløp-NM, 3 km, og fulgte opp med meget sterke 14,48,4 på 5000m, iført joggesko. Dag



Stein Bjørlo prydet forsiden på kretsens håndbok 1974

sesong. Men i 1973 var krisen et faktum. Thor Henrik Mathisen, gymlærer og en friidrettstrener man sjelden har sett maken til, måtte flytte fra Ski, og ba derfor om å bli løst fra sitt verv. "Mattis" hadde skapt et meget godt miljø, en lagånd som hadde gitt resultater, og det var derfor ikke unaturlig at han senere bl.a. er blitt engasjert som landslagstrener for våre langdistanseløpere. 15. plassen i hovedserien gjorde at vi måtte tilbringe neste år i 1. divisjon. Det hjalp lite

Anmarkrud rasket på sin side med seg et par flotte plasseringer i jr. landskamper, samt en 2. og 3. plass i jr.NM på henholdsvis 1500m (3,55,7) og 5000m (15,05,6). Ja, det var tider, i dobbelt forstand. Så begynner den litt tristere delen av historien. I 1971 kom første forvarsel: Rekrutteringen viste foruroligende tegn. Aldersgruppen fra 1956-59 hadde ikke en eneste plassering blant de 10 beste på landsstatistikken. Riktignok holdt de litt eldre gutta koken; Dag Anmarkrud vant jr.NM i terrengløp over 4 km, og Tormod og Dag valset selvsagt opp med konkurrentene i diskosringen. Men nivået begynte å synke, den lovende junioravdelingen fra 1969/1970/1971 gikk langsomt opp i limingen. Noen sluttet, andre flyttet og gikk over til andre klubber. I 1972 holdt vi fortsatt en 12. plass i hovedserien, bl.a. takket være folk som Kyrre Eilertsen og Egil Bråthe, som begge hadde en meget god



Laget som ble nr 2 i Holmenkollstafettens juniorklasse 1970

at Nils Edvard Nygaard slo til med en 2. plass i jr.NM på 800m (1,56,3), og selv om man sakte, men sikkert, igjen øynet fremgang i de yngste avdelinger, var det lite som tydet på snarlig opprykk. Samtidig ga 1973 sesongen bud om at tyngdepunktet innenfor løp, hopp og kast var i ferd med å forskyves.

Hopperne begynte å vise tenner, og i høyde kom Hans E. Matre som en komet og spratt over 1,87m. 16-åringen Rune Torstensen hoppet hele 12,50m i tresteg. Skulle hopperne redde friidrettsgruppa? Det så i alle fall riktig lovende ut. I tillegg til spenstige unggutter med Hilmar Dingstad i teten, holdt ikke minst Ole Furuseth koken med 6,72m i lengde. Jo, det så lovende ut. Og hopperne innfridde forventningene. Bl.a. flyttet Øivind Aarvold i 1974 klubbrekorden i høyde opp til 1,91m, og den nå 17 år gamle Rune tro til med 13,22m i tresteg. Ny kontrakt i hovedserien var sikret. Men gleden varte ikke lenge. De siste årene har vist at problemene først og fremst ligger i at bredden i junior- og seniorklassen blir for ujevn og for liten - og en plass i hovedserien kan ikke beholdes bare ved hjelp av de yngste årsklassene og spreke old boys. For fremdeles har friidrettsgruppa en solid samling av meget aktive og spreke idrettsfrelste folk over 30. Den største prestasjonen de siste årene har vel Trygve Syversen stått for, som i 1977 plukket frem piggskoene og deltok i veteran-VM. Gjennom bl.a. å vinne 200m i femkampen, kunne han ta med seg en bronsemedalje hjem fra

Gøteborg. Da var det liksom naturlig at han også like godt ble uoffisiell norgesmester for veteraner på 200m på hjemmebane i Idrettsparken.



Rune Torstensen



Leif Bjerklund - her med Stille bragd pokalen (1964)

Tormod kom, kastet og vant diskos i samme stevne, og Stein løp 25 km landeveisløp. Tidligere i tiårsperioden hadde allerede Leif Bjerklund, Leif Engebretsen og Kolbjørn Jordfald sikret seg sine uoffisielle norgesmesterskap; førstnevnte på 5000m, de to siste i spyd. Alle disse er aktivt med på å holde friidretten i Ski på et sunt og levedyktig nivå. En friidrettsgruppe kan nemlig ikke leve uten en eldre garde som entusiastisk tar sin tårn i trener- og ledervirksomhet. I trenersammenheng nevner vi først og fremst tidligere omtalte Thor Henrik Mathisen, Ole Edvard Høiby, guttetrener i begynnelsen av 1970 årene, Kåre Våten og Kolbjørn Jordfald. Det sier seg selv at man vanskelig kan nevne alle som har gjort en innsats for gruppa på en eller annen måte de siste ti år. Egil Andresen, Kristian Modin, Trygve Amundsen, Jan Berger, Ragnar Wester, Anne Berit Skoghus, Odd Stenerud, Kåre Våten, Reidar Bøhler, Karsten Loftaas, Helge Myhre, Leif Bjerklund og alle de andre

fortjener virkelig en honnør for det utall av gratis arbeidstimer som er lagt ned til beste for friidrettsgruppa.

Egil Andresen har sogar fått NFIFs fortjenstmedalje for administrativ innsats. Disse menneskene har gjennom sin virksomhet klart å skape et gemyttlig, avslappet (ikke misforstå!) miljø og en sunn holdning til idretten blant de aktive. Og det teller vel egentlig minst like mye som alle lagpoengene tilsammen. Hvorfor har da nivået og bredden likevel gått tilbake? - at rekrutteringen begynte å svikte i 1970-årene er en årsak. Men hvorfor sviktet rekrutteringen? Etter oppgangstider kommer gjerne en periode med nedgangstider. Prestasjonene i 1969-70 lå på et så høyt kvalitativt nivå, at de forventninger som ble stilt til de nye ungguttene, og ikke minst de forventninger ungguttene stilte til seg selv, kanskje var med på å tynne ut rekkene. Betegnende var det også at sprangdisiplinene kom sterkere med. I hopp lå mulighetene til prestasjoner langt oppe på klubblisten. Vi skal heller ikke glemme den virkning en stadig økende konkurranse fra andre idrettsgrener som f.eks. tennis, svømming, fotball og håndball har. Her ligger en av

friidrettens utfordringer i fremtiden. Disse siste betraktninger får vel stå for egen regning. Hvordan er så tilstanden i den mannlige delen av friidrettsgruppa ved overgangen til et nytt tiår? Det ser i alle fall ikke helt mørkt ut. Vi forlanger fremdeles ikke svømmeknappen for deltagelse i hinderløp, (selvfølgelig kan det være en fordel enkelte ganger), og ingen løper har åpenlyst, og med respekt for seg selv, smurt matpakke før en 1500m. Men som sagt mangler bredden. Et håp om fremgang de nærmeste årene er likevel slett ikke urealistisk. Mye avhenger av om det lar seg gjøre å beholde talentene etter 16-17 årsalderen. Av de få "håpefulle" over denne alderen er Rune Torstensen allerede nevnt. Mye på grunn av manglende konkurranse har han kanskje blitt liggende i dødvannet et par-tre år, men nå ser det ut til at siestaen er over. Nylig tok han frem sjumilsstøvlene og perset både i lengde (6,39m) og tresteg (13,55m) under årets KM. Ole Furuseths obligatoriske kretsmesterskap i tresteg og lengde de siste årene er dermed ikke obligatoriske lenger, da Rune endelig snøt ham for gullet i lengde. I år har også Per Rinde begynt å få skikkelig sving på bl.a. kula (12,86) og med kyndig veiledning fra Tormod burde utviklingsmulighetene være store. Blant løperne har hittil Grunde Vale, Stein Bjørlo og Geir Ulekleiv markert seg som de sterkeste, og mest trofaste poengplukkere i serien, men i 1961 klassen befinner det seg utvilsomt et talent på mellomdistansene, Dag Sjøberg har vartet opp med tider som plasserer ham blant de beste i årsklassen på landsbasis. Det samme gjaldt Steinar Myhre - bare synd han sluttet så tidlig. På sprintdistansene i 1959 klassen har vi et annet talent, Dag Erik Kjendseth, som gjerne gjør seg ferdig med 100m og 200m før de andre. Gunnar Høie og Arild Bjørneng (begge 1959) bør også nevnes, selv om sistnevnte foreløpig snakker fortere enn han løper. Et par andre som det siste året har "stukket innom" er Bjørn Fevåg (1960) og Per Einar Riseng Arnstad (1958). Bjørn burde kunne ha naturlige forutsetninger for diskos, og Tormod kan sikkert lære fra seg noen hemmeligheter. Per Einar "perset" riktignok med 1,91m innendørs i høyde i vår (1978), men stilen er nok mer kunstnerisk enn effektiv. Dessuten begynner Per Einar å få hard konkurranse av to år yngre Morten Skaug, som forleden satte ny pers med 1,84m; et talent som ikke bare kan hoppe høyde. Litt lenger nede i årsklassene stopper vi opp ved Øyvind Huse (1962) og Jørg Rødø (1963). Førstnevnte har vist lovende takter i lengre løp, mens sistnevnte har løpt 100m på meget sterke 12,1. Og hva så med de aller minste? Friidrettsgruppa arrangerte i samarbeid med barneskolene i Ski et uhyttelig stevne (les lek) for barna i småskolen (1., 2. og 3. klasse) med ca. 275 deltagere! Sjelden har vel så mange vært samlet for å utøve og bivåne friidrett på "plassen" de siste årene. Responsen på arrangementet var upåklagelig, og et slikt stevne vil bli forsøkt arrangert også de kommende år. Dessuten er det ekstra hyggelig å få O.E. Høiby, tidligere gutteoppmann, tilbake etter flere års fravær. Han skal ta seg av de yngste (7-9 år) kommende innendørs sesong, og vil benytte det såkalte Jonatannopplegget, som går ut på friidrett basert på lek. Dette er tenkt som oppfølging av barnelekene for kommende rekrutter. Da står det nok til liv i 1989 osså.

FANTASTISKE FRIIDRETTSJENTER - en jevn tiårig framgang

Det var nok flere dyktige og ivrige friidrettsjenter Ski IL utover i nittensekstiaårene. Anne Berit Skoghus gjorde en fin innsats både som aktiv og leder, og hun skapte noe av det miljø som nå gjør at friidrettsjentene er den beste gruppa innen Ski IL. Jentene ble nok den gang noe stemoderlig behandlet av gruppa. Hovedseriegutta fikk fine Danmarksturer i påsken, men slike påskjønnelser ble ikke jentene til del. Det er ikke nok med talenter, heller ikke med dyktige trenere i tillegg, også entusiastiske ledere og penger trengs. Men nå for tiden blir det Danmarksturer, vinterturer på høyfjellet, reiser til norske mesterskap, lagkamper og andre stevner. Så nå er jentene ofte ute og reiser. I 1966 begynte det å skje saker og ting. Etter mønster fra Holstad IL, som i mange år med glans hevdet seg i hovedserien for kvinner, begynte et systematisk rekrutteringsarbeid blant de yngste - med faste treningstider, og under ledelse av trener Trygve Syversen. Også Helge Myhre tok pennen fatt - når ikke ØB ville skryte av jentene, fikk vi gjøre det selv. De samme to sto også bak de vellykkede barneleker for 1., 2. og 3. klasser ved Finstad, Hebekk, Langhus og Ski Folkeskoler. Primus motor Kristian Modin med Hermann Riseng som dyktig medhjelper. Dette arrangement ga flere nye medlemmer i gruppa. Det var altså en tålmodig og systematisk satsing på de yngste som etterhvert ga resultater. Heller ikke nasjonale toppresultater lot vente på seg. Både i 1968 og 1969 tok Janne Syversen bronsemedalje i Donald Duck lekene (D.D) i lengde, og i 1971 sølv i Vesta

Hygea lekene i høyde. Samme år (1971) tok Yngvill Myhre sølv i terrengløp i D.D, og satte nasjonale aldersrekorder på 400 og 600m for 12-åring.



Bildet til venstre

Elisabeth Olsen (1975)

Senere fulgte Elisabeth Olsen opp med bronse 1973 i D.D på 600m, gull i Vesta Hygea lekene på 600 både i 1974 og 1975, og flere nasjonale aldersrekorder på 600m og 800m. Tove Røysted tok sølv og bronse i høyde og 60m hekk i 1973, og bronse i høyde 1974 i de samme leker. Tvillingsøsteren Wenche vant gullet i Vesta Hygea lekene i 1974. Grete Moe tok 2 bronsemedaljer i 1974, i diskos og kule, og en ny bronsemedalje i 1975 i kule. I Coca Cola lekene (C.C) i 1975 fikk Tove Røysted 4. plass i høyde, og i 1977 6. plass. Elisabeth Olsen greide i 1976 i C.C en 6. plass på 800m, og i 1978 en 7. plass på 1500m. I 1978 vant Solfrid Mauland gull i spyd, og sølv i høyde i C.C, altså en fremragende innsats. Selvfølgelig var det ikke bare toppresultater jentene hadde å by på, det var fremgang på en bred front. I 1972 vant jentene 2. divisjon i lagserien i Østland sør, med 3., 2. og 1. plass i 1. divisjon de tre følgende år.

I 1976 fikk så jentene prøve seg i hovedserien, sammen med 19 andre av Norges beste klubber, vesentlig fra de store byene. Første året gikk de like godt hen og ble nr. 9 med 20676 poeng. I fjor ble det p.g.a. flere skader en forbigående tilbakegang, med 10. plass og 20413 poeng. Pr. 1.9.1978, vel en måned før sesongslutt, er poengsummen oppe i 21150, altså en suveren pers. I tilfelle en 8. plass, som er sannsynlig, blir dette den beste Follo-plassering i Hovedserien, både kvinner og menn medregnet. Denne enestående framgangen i jentenes leir må Trygve Syversen og Sten Edin Olsen ta ansvaret for. Disse to har skapt et kameratslig godt miljø som jentene vet å sette pris på. Så er da også friidrettsjentene fra Ski en gjeng som idrettslaget har all mulig grunn til å være stolte av både på idrettsbanen og ellers.

I høst (1978) flyttet rappfotede Lise Pedersen fra Fana (Bergen) hit til Ski. Bare et fåtall av jentene bor utenfor kommunen, men nå lurar noen lovende jenter fra våre nabokommuner på å tre inn i vår trivelige kameratkrets. I 15/16 års alderen pleier mange jenter å gi seg med friidrett (idrett). Vi er så heldige å ha unngått dette. Solfrid Mauland, Hege Strand og Anne Marie Gedde fra årgangen 1960 synes det er like moro som før. Også årgangen 1961, med Elisabeth Olsen, Randi Skjedsvold og tvillingene Tove og Wenche Røysted er "still going strong".

Bildet til høyre (1975)

Tove Røysted



På banene i sommer gledet det også å se på nytt senioren Janne Syversen og Ragnhild Ulsaker. Og fra 1963-årgangen er det mange som stormer på: Kjersti Vogt med pers på 400m 62,3, Elisabeth Nielsen med pers både i diskos og spyd, Kathe Fredriksen sprinter nå bedre enn de fleste. I klassen 1964/1965 har Heidi Agard og Anne Britt Djuve satt fine nye personlige rekorder på 800m. Nevnes skulle jo også mange andre, men vi regner med at de sikkert vil gjøre seg fortjent til blomster ved en senere anledning. Det er umulig å ta med alle KM-medaljer i tiåret, det dreier seg om et tresifret tall. Når det gjelder KM for jenter har Ski i de senere år tatt ca. 2/3 av alle medaljer, og selvsagt flest gull. På jr. kvinnesiden har vi ikke vært beskjedne, der har vi omtrent tatt alt, med unntak av ett par medaljer til noen andre klubber. Beste plasseringer i NM-sammenheng er Tove Røysteds 4. plass i sen. NM 1976 i høyde, og 5. plass i jr. NM. Samme år fikk Elisabeth Olsen 6. plass på 800m NM jr. Stafettlaget på 4 x 400 m (Hege Strand, Yngvill Myhre, Kjersti Vogt og

Elisabeth Olsen) klarte 7. plass i NM 1976, og 5. plass i jr. NM 1978 (Hege Strand, Lise Pedersen, Anne Marie Gedde og Elisabeth Olsen). Og fra jr. NM i år (1978) må selvsagt nevnes Solfrid Mauland med en 4. plass i spyd. Det blir spennende å følge jentene neste år, da blir det kanskje medaljer i NM for første gang. Ellers får alle jentene prøve seg på stafettlag og i individuelle konkurranser. I vårstafettene stiller vi med opptil 4-5 lag, og det er forlenget slutt med den tiden da en kunne sove seg til en plass på 1. laget i stafett. La oss imidlertid også ta ett lite skår med i gleden, rekrutteringen blant de yngste er ikke så god, så dette blir de neste års oppgaver. Vi har allerede startet, blant annet opprettet friidrettsskole for 7, 8 og 9-åringer, samt pånytt startet idrettsdag for 1., 2. og 3. klasse for skolene. Når dette leses, er nok halltreningen i full gang, den går med liv og lyst. Mange jenter som i de siste år har prøvd andre idretter, synes det er minst like moro på friidretten. Som Trygve Syversens ord i klubbavisa ifjor: *"Det er ikke resultatene som teller, men samholdet, kameratskapet, og at alle har det moro hos oss - enten man trener hardt eller leker."* Det viktigste er ikke å vinne, men å delta, det hører vi ofte. Hvorfor da ikke snu på flisa, det viktigste er ikke å delta, men å opptre og kjempe høvisk. Som danskene sier: *"Tab og vinn med samme sind."*

Pr. 20/9 har klubben følgende klubbrekorder for kvinner:

Klubbrekorder kvinner per 20.09.1978

Øvelse	Navn	Resultat	År	Ev. kommentar
100m	Randi Skjesvold	12,9	1976	
200m	Lise Pedersen	26,7	1978	
400m	Elisabeth Olsen	58,6	1978	Kretsrekord, junior og senior
600m	Elisabeth Olsen	1,38,6	1975	Kretsrekord, junior og senior
800m	Elisabeth Olsen	2,13,0	1978	Kretsrekord, junior og senior
1500m	Elisabeth Olsen	4,36,8		Kretsrekord, junior og senior
3000m	Lisa Kristiansen	11,54,8	1975	
100m hekk, 76,2cm	Tove Røysted	15,6	1976	
400m hekk	Elisabeth Olsen	74,5	1975	
Høyde				
Lengde	Janne Syversen Yngvill Myhre	5,08	1975 1976	
Kule				
Diskos				
Spyd	Solfrid Mauland	40,24	1978	Kretsrekord, junior
Lengde uten tilløp	Ragnhild Ulsaker	2,50	1973	
Høyde uten tilløp	Solfrid Mauland	1,29	1978	
4x100m stafett		53,4		
4x400m stafett		4,06,3		Kretsrekord, junior og senior
4x200m stafett		1,52,7		
3x800m stafett		7,49,8		
1000m stafett		2,26,6		

Friidrettsklubbens ledere og kasserere 1969-78

Ledere		Sekretær	Kasserer
1968/01.07.1969	Bjørn Bjørneng	Paul Bjørlo	Kåre Våten
01.07.1969/14.11.1969	Leif Bjerklund	Knut Haugen	Kåre Våten
1969/70 og 1970/71	Leif Bjerklund	Reidar Dahl	Kåre Våten
1971/72	Helge Myhre	Kåre Våten	Anne Berit Skoghus
1972/73	Helge Myhre	Reidar Dahl	
1973/74	Leif Bjerklund		
1974-77	Svein Erik Bøhler		
1977-78	Kolbjørn Jordfald		

Heder til

Egil Andresen, Ski I.L.

som på NFIF's ting 1976 ble tildelt forbundets fortjenestemedalje for administrativ innsats.



Medaljer/plasseringer i NM og landsfinaler

Nedenfor kommer det en idrettslig oversikt over prestasjoner oppnådd i Ski IL de siste 10 åra. Det vil i første rekke være resultater som vil bli husket. I den innledende oppsummeringen, har medlemmene i gruppa fått en bred omtale, slik at det nedenfor vil omhandle resultater oppnådd i nasjonale/internasjonale mesterskap. Det er mange idrettsutøvere som bør nevnes, og det har vært en vanskelig oppgave å trekke fram "de beste" resultatene fra hvert enkelt år. Etter en nøye vurdering fant vi det riktig å sette en grense ned til 6. plass i større mesterskap, med visse unntak. Videre må vi konstatere at jentene er dårlig representert i denne kavalkaden, og at det er gutta som får mest spalteplass i begynnelsen. Jentene kom ikke skikkelig igang før i 1970-åra, men til gjengjeld har de tatt over det hegemoniet gutta hadde tidligere.

År	Mesterskap/landsfinaler på bane	
1969	NM - Tormod Liserud, gull diskos (52,28) - Stein Bjørlo, sølv 10000m (30,58,0)	NM-jun Morten Thorgersen, nr 4 terrengløp 2km Ski IL ¹ , gull 4x1500m stafett
1970	NM - Tormod Liserud, gull diskos (53,56) - Torgeir Risnes, nr 4 terrengløp 4km - Arve Naalsund, Morten Thorgersen, Åge Nyborg og Dag Anmarkrud, nr 4 4x1500m (16,20,4) Landskamper Tormod Liserud deltok på landslaget i kule og diskos. Dag Anmarkrud deltok på jr. landslaget på 3000m og 5000m	NM-jun Dag Anmarkrud, sølv 5000m og bronse 1500m
1971	NM - Tormod Liserud, gull diskos (56,36) - Dag Øverby, nr 5 diskos (46,68)	NM-jun Dag Anmarkrud, gull terrengløp 4km
1972	NM - Tormod Liserud, gull diskos (57,02) - Dag Øverby, nr 6 diskos (51,16) NM-B - Kyrre Eilertsen, nr 4 400m (50,9) - Egil Bråthe, nr 4 800m (1,54,1) Landskamper: Tormod Liserud deltok på landslaget i diskos	NM-veteran - Leif Bjerklund, gull 5000m klasse E (16,06,6) - Kolbjørn Jordfald, gull spyd klasse D (60,28) NM-jun Dag Anmarkrud, gull terrengløp 4km NM maraton Stein Bjørlo, nr 5 maraton (2,31,42)

¹ Arve Naalsund, Morten Thorgersen, Åge Nyborg og Dag Anmarkrud

År	Mesterskap/landsfinaler på bane	
1973	NM - Tormod Lislerud, gull diskos (58,40) - Dag Øverby, nr 5 diskos (48,86)	NM-jun Nils Edvard Nygaard, nr 2 800m (1,56,3)
1974	NM Tormod Lislerud, gull diskos (56,18)	NM-veteran - Samson Bjørke, gull høyde (1,69) - Leif Engebretsen, gull spyd klasse E (52,96)
1975	NM - Tormod Lislerud, nr 4 diskos - Dag Øverby, nr 7 diskos	NM-veteran Leif Engebretsen, gull spyd klasse E
1976	NM - Tormod Lislerud, nr 5 diskos (51,38) - Tove Røysted, nr 4 høyde (1,66) NM-B Kolbjørn Jordfald, nr 5 spyd (60,24)	NM-jun - Tove Røysted, nr 5 høyde - Elisabeth Olsen, nr 6 800m
1977	NM - Tormod Lislerud, nr 5 diskos (51,72) - Dag Øverby, nr 7 diskos VM-veteran Trygve Syversen, bronse 5-kamp	NM 25km landeveisløp Grunde Vale, nr 20 landeveisløp 25km (1,24,41) NM-veteran - Tormod Lislerud, gull diskos (52,82) - Trygve Syversen, gull 200m (27,0) - Stein Bjørlo, gull landeveisløp 25km (1,30,56)
1978	NM Tormod Lislerud, nr 5 diskos NM-B - Per Rinde, nr 5 diskos (34,72) - Rune Torstensen, nr 6 tresteg (13,30) NM-jun - Solfrid Mauland, nr 4 spyd (40,24) - Anne Marie Gedde, Lise Pedersen, Hege Strand og Elisabeth Olsen, nr 5 4x400m (4,21,8) Coca-Cola landsfinale Solfrid Mauland, gull spyd (39,48) og sølv høyde (1,60)	NM 25km landeveisløp Grunde Vale, nr 17 landeveisløp 25km (1,27,03)

År	Mesterskap/landsfinaler utenfor bane
1969	NM-jun: Morten Thorgersen, nr 4 terrengløp 2km
1970	NM: Torgeir Risnes, nr 4 terrengløp 4km
1971	NM-jun: Dag Anmarkrud, gull terrengløp 4km
1972	NM-jun: Dag Anmarkrud, gull terrengløp 4km

Ski idrettslag - Friidretten 1979-88

Oppsummering

Generelt

En ny tiårsperiode er over, og det er igjen tid for å se tilbake på våre meritter på og utenfor idrettsparken.

Tre forhold bør nevnes innledningsvis, forhold som har vært med å prege friidretten i denne perioden.

Friidrett er blitt en helårsidrett, økonomien er blitt avgjørende for driften av friidrettsgruppa, og for det tredje, men ikke minst betydningsfullt, vi har fått fast dekke på løpebanen. Perioden er også preget av at vi har startet nye aktiviteter i gruppa. Vi har mer enn tidligere, rettet oss inn mot masseidretten gjennom Ski Mila og Mini Ski Mila. Vi



vil allerede nå gi en honnør til ildsjelene bak idéen til, og gjennomføringen av disse store arrangementene. I perioden har laget fått 2 nye norgesmestere, både senior og junior, i Trine Solberg og Ellen Aasum. Per Einar Arnstad er blitt B mester. Topp prestasjoner som vil telle i lagets historie. Damene var i hovedserien i friidrett ialt 8 år fra 1976 til 84, med beste plassering i 1981 med en 6. plass - historiens beste laginnsats. En ny trenings- og konkurransedrakt ble tegnet og foreslått av Per E. Arnstad. Nå er treningsdrakten blitt hovedlagets offisielle drakt. I flere år hadde vi eget medlemsblad, Fritid. Redaktører var Per E. Arnstad og Steinar Myhre. Fritid ble i sin tid karakterisert som Norges beste klubbavis. Debatt skapte den ihvertfall, også utenfor kretsgrensene. Siste tiårsperiode fikk vi også fellestrening for gutter og jenter, det betød noe for både trening og miljø. I perioden har vi hatt brukbar økonomi, takket være blant annet telefonkatalogutdeling, bingo og dugnader. Perioden preges at vi har hatt mange og dyktige trenere og ledere. Flere av disse var utøvere i nittenseksti- og syttiårene, og nå er de med og viderefører det gode miljøet i gruppa. Vi vil gi en honnør til alle ledere, trenere og ikke minst alle medhjelpere som trofast har møtt opp på stevner og andre arrangementer i dette tiåret. For å gi den rette beskrivelsen av denne perioden, må det nødvendigvis nevnes en god del av utøverne og deres resultater. Vi starter derfor med jentene.

Jentene

Jentene våre fortsetter den fremgangen som startet på slutten av forrige tiårsperiode. Trygve Syversen og Sten Olsen har skapt et godt miljø, som er en av betingelsene for gode resultater. Og resultatene lar ikke vente på seg. Nå er det jentene som har tatt over som de sterke i gruppa, og er blant de 10 beste lagene i landet. Pokalkamper mot storlag som Hellas, Sturla, Stovnerkameratene, Sigdal, Ringerike m. flere, går de seirende ut av. Bredden er upåklagelig. Nye utøvere fra andre klubber kommer til. Rekrutteringen til gruppa er upåklagelig og talentene er mange. Kretsmesterskapsmedaljer strømmer på. Spyd og høyde blir de store øvelsene. Selv om det har gått litt tilbake i slutten av denne perioden, har det vært fantastisk mye å glede seg over. Jentenes innsats vil for alltid være skrevet i Ski Idrettslags historie. Nevnes må også innsatsen til Kathe Fredriksen. Hun er ikke nevnt foran som utøver, men var en habil sprinter og vil bli husket som friidrettsgruppas første kvinnelige formann. Hun er fortsatt med, nå på kretsplanet. Vi håper vi kan dra nytte av deg enda i mange år, Kathe. Trine Schau, en lovende sprinter bør også nevnes. Ja, kanskje Skis største talent - som gav seg så alt for tidlig.

Guttene

Jo da, det står til liv, også i 1989. Ole Edvard Høiby er fortsatt trener og den store koordinatoren i gruppa, som vi håpet i 1979. Da var han nettopp kommet tilbake til friidretten etter flere års fravær. Våre seniorer og juniorer har etter en downperiode midt i tiårsperioden, igjen begynt å prestere gode resultater.

Første del av perioden

Nevnes bør humor- og sprintkvartetten Magne Thoresen, Espen Øien, Bjarte Lygren og Geir Olsen. De var ikke bare dyktige utøvere som plukket med seg mange seire, de skapte også samhold og miljø. Vår største poengscorer på begynnelsen av 1980-tallet, Per Einar Arnstad, meldte overgang til Oppegård i 1986, og Dag Sjøberg fulgte etter. Året etter forlot også Magne Thoresen og Ulf Indahl gruppa. Vi var da ganske så ribbet på sen./jr. nivå. Per Einar hadde

gjennom flere år prestert mange gode resultater på nasjonalt nivå. Prikken over i-en kom i 400m hekk under NM i 1984, da han ble nr. 4 i finalen. I sin andre favorittøvelse, lengde, har han en 7. plass i NM. Mellom- og langdistane har i første rekke vært ivaretatt av Dag Sjøberg. Han presterte jevnt gode resultater på alt fra 800 meter til 10000 meter. Da disse forsvant måtte vi starte oppbyggingen av et nytt løpermiljø fra grunnen av.

Andre del av perioden

Nye innmeldelser i laget de siste par årene har også bidratt til en nivåheving. Spesielt må nevnes mangekamp hvor våre utøvere kan vise til godt nasjonalt nivå. Jan Håvard Graarud fra Rakkestad og Sven Erik Bolle fra Vestby har sammen med vår egen junior Eirik Kahrs, gjort at vi har et virkelig slagkraftig 10-kamp lag. Både Jan Håvard og Eirik har svingt seg over 2 meter i høyde. Blant våre yngre gutter er det også flere med gode anlegg for mangekamp. Vi er spent på fortsettelsen. Eirik nærmer seg også 4 meter i stav. Ryker klubbrekorden til Wilhelm Sorteberg i 1989? En annen rekord som også er i faresonen er Johan Johannsons 15,3 på 110 meter hekk fra 1954. Det manglet kun ett tiendel i 1988. Eirik er også tatt ut i forbundets landskampgruppe i 10-kamp, og blir vel å finne på Bahamas i påsken 1989! For å sette vårt nivå i et riktig lys, så klarer både Sven Erik Bolle, Jan Håvard Graarud og Eirik Kahrs over 6000 poeng i 10-kamp. Det er ikke mange lag i landet som kan vise til maken.



Og ungguttene banker også på! En rekord som er strøket av listen, er Trygve Steneruds lengde uten tilløp fra 1947. Per Rinde klemte til med 3,19 meter i 1982, og han forbedret den ytterligere til hele 3,27 meter i 1983. Han ble også innehaver av klubbrekorden i høyde uten tilløp med 1,56 meter i 1982. Samme året støtet han kula hele 14,42 meter.

Nye klubbrekorder har vi også fått i 1988. Eirik Kahrs 6205 poeng i 10-kamp, Jan Håvard Graarud 2,01 meter i høyde og Sven Erik Bolle 1,57 meter i høyde uten tilløp.

Bildet til venstre
Per Rinde

Som nevnt ovenfor har jentene falt litt tilbake i slutten av perioden. Da opplever vi at gutta trår til for fullt. I tillegg til talent, har vi gode trenere som Oddvar Johnsen, Tormod Lislerud, Tove Røysted, Elisabeth Johnsen, Ole Edvard Høiby og Petar Vukicevic. Sistnevnte har vi importert fra Jugoslavia! Ser vi tilbake på siste års resultater, finner vi flere i Norgestoppen i sine respektive klasser. Ole Kristian Strømberg i kule, spyd, diskos, sprint og 10-kamp. Han oppnådde å få sølvmedalje i nordisk 10-kamp mesterskap i sin aldersklasse. Fredrik Holth, lovende i lengde og hekk, og slett ikke ueffen i de andre sprintøvelsene. Atle Guttormsen, importert fra Ås. Han er en ivrig stavhopper, med fine resultater også i hekk. Arild og Trond Høiby gjør det godt i sprint, spyd og mangekamp. I Gunnar Ensrud har vi et stort mangekamptalent. Han har sin styrke i spensten. Nevnes må også Øystein Lie med lengde og sprint som spesialitet. Kai Gunnar Nygård, nok en god sprinter med utviklingsmuligheter, og Geir Hongrø som stabil kulestøter. Heldigvis har vi også talenter på mellomdistansen. Terje og Stig Selberg scorer poeng her, i tillegg til at de behersker flere andre øvelser. Ski har de siste par årene etablert seg som en av de ledende klubbene i landet i guttefriidrett. I 1987 tok vi to andreplasser i Tyrvingserien. I 1988 ble våre eldste gutter igjen nr. 2. Ole Kristian Strømberg var Norges desidert beste kaster i 16 års klassen i 1988. Flere andre av våre utøvere oppnådde toppl plasseringer i både Vesta Hygea lekene og Tyrvinglekene. Det skal bli interessant å følge utviklingen i årene fremover.

Veteranene

Etter å ha vært nær toppl plassering i hovedserien for veteraner flere år, lyktes det endelig i 1984. Vi vant hovedserien med 21099 poeng, som var ny bestenotering. Vi kommer ikke utenom å nevne Trygve Syversen som representerte med 11 av i alt 20 resultater. Han gikk like godt bort og satte to verdensrekorder i hekkeløp i sin klasse dette året. En prestasjon som rager meget høyt. Trygve ble da også av Østlandets Blads lesere kåret til årets idrettsnavn i Follo. Foruten å være NM grossist i gullmedaljer gjennom flere år, bør også nevnes 2 gull i Nordisk Mesterskap i 1983. Resultatene var også klasserekorder. Trygves merittliste er både lang og imponerende. Vi venter nå at han skal bli restituert etter en skade han fikk i 1986. Vi trenger deg fortsatt, Trygve. Vi kommer heller ikke unna å nevne Kolbjørn Jordfald, evig unge Kolbjørn. Han har overtatt der Trygve foreløpig har sluppet. I årets serie står Kolbjørn for halvparten av resultatene. Kolbjørn presterte hele 60,16 meter i spyd som 44 åring. I 1988 hadde han 7,9 sek. på 60m og 47,90 m i spyd. Kolbjørn er også blitt veteranmester i spyd, og tok seier i kastlandskampen mot Sverige i 1987. Vi regner med at Kolbjørn vil gi resultater til serien, hvertfall i 20 år fremover! Nevnes bør også Kristian Modin som tok norsk mesterskap i lengde uten tilløp både i 1982 og 1983. Tormod Lislerud og Odd Stenerud

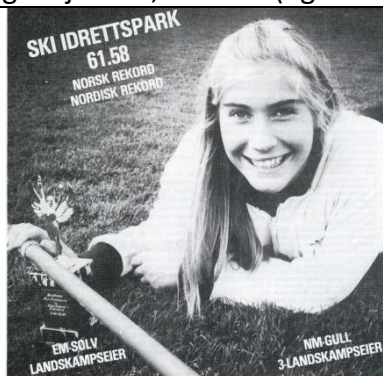
varter fremdeles opp med resultater som er topp i nordisk veteransammenheng. Mon tro om ikke Tormod satser på neste års veteranverdensmesterskap? Ski IL arrangerte kastlandskamp for veteraner mellom Sverige og Norge i 1988. Vi fikk mange lovord for det arrangementet. Tormod Lislerud og Reidar Dahl var lokale representanter i den landskampen. Det er ikke tvil om at våre veteraner, gjennom prestasjoner og tilstedeværelse i Idrettsparken, har betydd og betyr en god del for det gode miljøet vi har. De inspirerer de yngre i trening og konkurranse, og de er alle bevis på at friidretten ikke har noen aldersgrense. Vi vil derfor alltid være med i veteranserien.

Baneforholdene

Høsten 1984 ble det nedsatt en arbeidsgruppe bestående av Egil Andresen, Leif Bjerklund, Reidar Dahl og Knut Aasgaard. Arbeidsgruppen hadde som mandat å se på mulighetene for å få lagt fast dekke på løpebanen i Idrettsparken. Egil Andresen, æresmedlem i Ski Idrettslag, ble leder for arbeidsgruppen. Han hadde utstrakt erfaring med slik prosjektering fra sitt arbeid i Statens ungdoms- og idrettskontor. Arbeidsgruppen tok ganske tidlig kontakt med kommunen, slik at de formelle sider skulle være avklart på et så tidlig stadium som mulig. Vi er meget godt fornøyd med den måten prosjektgruppen løste sin oppgave. Prosjektet ble profesjonelt behandlet i alle instanser, men vi vil gjerne få uttrykke vår tilfredshet med den velvillighet som ble vist fra Ski kommunes side. Egil Andresen fortjener spesiell takk. Uten hans interesse, iver og ustoppelig pågangsmot, er det vel tvilsomt om det ville vært noe fast dekke i dag. Han var drivkraften i prosjektet, og han visste å utnytte sine forbindelser til vårt beste. Takk for den innsatsen Egil, men du ortjener også en takk for den interesse du generelt viser for gruppas arbeid. Vi vet at vi alltid kan regne med deg. Vi skal heller ikke glemme de alltid tilstedeværende banemannskaper, med Karsten Loftås i spissen. Vi betrakter dem som en del av gruppa, og håper at det fine samarbeidet vil fortsette fremover.

Idrettslig årsrevy

År	Kommentarer
1979	Trine Solberg, 13 år fra Oppegård melder seg inn. Et unikum, var Per Einar Arnstads kommentar i Fritid, da han som 20-åring ble slått av en 13 årig jente i spyd. Og Per Einar skulle få rett, takket være Trines talent og Oddvar Johnsens treningsmetoder og nitidige oppfølging av Trines treningsiver. Et toppteam i aksjon. Bare synd at friidrettsforbundet ikke har forstått å verdsette Oddvars egenskaper og kapasitet som spydtrener. Samme Per Einar gis honnør for den iherdighet og med den iver han viste da han noen år senere tok seg av våre lengdedamer, Sissel og Mette, og våre unge mannlige spintere. Treningsturene hver vår til Årdal var meget verdifulle for alle utøverne, og som trener, inspirator og organisator var Per Einar en god støttespiller for gruppa. Trine og Solfrid Mauland deltar i junior NM og blir nr. 4 og 5. Solfrid oppnår en flott 3. plass i spyd i Melkecupens landsfinale. Tove og Wenche Røysted blir nr. 1 og 2 i Coca Cola landsdelfinale. Trine vinner også Vesta Hygea lekene, denne gang i kule. Nok en gang drar vi til Herlev-lekene i København og kommer hjem med mye edelt metall.
1980	Våre eldste går mot seniorstadiet. I NM hovedmesterskapet klarer Solfrid Mauland en flott 5. plass i spyd. Solfrid gjør det også bra i junior NM med en 6. plass, og vinner Melkecupens landsfinale. Lill-Ann Jordfald kommer til Coca Cola landsfinale i spyd, og blir nr. 7. Trine Solberg vinner spyd i Tyrvinglekene, og setter nasjonal aldersrekord. Året følges for øvrig opp med en fin 5. plass i lagmesterskapet hvor Norges beste kvinnelag kjempet om tittelen. Ski-jentene gjorde en fantastisk innsats i annen del av lagkampen, og vant. I Herlevlekene i København setter Trine Solberg og Elisabeth Olsen nye Herlevrekorder. I pokalkampen for jenter og gutter mot Jotun IL i Årdal ble det seier. Ellers ble det satt mange nye klubbrekorder og kretsrekorder dette året.

År	Kommentarer	
1981		Bildet <i>Trine Solberg forbedret den norske rekorden flere ganger i 1981</i> Trine Solberg og trener Oddvar Johnsen oppnår fabelaktig fremgang, og Trine setter ny norsk rekord i spyd senior og junior med 56,06 meter. Trine oppnår en 5. plass i junior EM, blir norsk mester for junior, og blir nr. 2 i hovedmesterskapet. Landslagsdeltagelse blir det også, med seier i to landskamper. Solfrid og Tove følger godt opp i NM hovedmesterskapet med flotte plasseringer. I Melkecupens landsfinale vinner Solfrid Mauland spyd og Tove Røysted oppnår 3. plass i høyde. Våre kvinner og jenter er fortsatt det beste laget i kretsen, og er representert i hovedserien for 5. året på rad. Vi er fortsatt blant de 12 beste lagene i landet.
1982		Spyd er fortsatt den stor øvelsen. Fremgangen skyldes den nitidige oppfølgingen fra Oddvar Johnsen, som vår hovedtrener. I EM er ikke Trine fullt så heldig som sist, men tar dette igjen i NM hovedmesterskapet, NM junior, og med ny norsk rekord. Denne gang med 58,02 meter. Hun deltar i tre landskamper og vinner én. Sissel Paulsen oppnår en flott 6. plass i spyd i hoved NM. I landsdelsmesterskapet vinner Tove Røysted høyde og Trine spyd. I Vesta Hygea lekene vinner Sissel Paulsen lengde, og Solfrid Mauland vinner spyd i Melkecupen. I Herlevlekene vinner Sissel både lengde og spyd dette året. Hvem husker ikke Anne Marie Geddes strålende 5000 meter i Ski Idrettspark 2. oktober, med tiden 17,56 min. Uheldigvis kunne resultatet ikke godkjennes, selv om (og fordi) hun løp fra gutta i samme heatet.
1983		Bildet <i>Trine med ny norsk rekord – satt i Ski idrettspark 1983</i> Trine Solberg klarer denne gang en flott sølvmedalje i junior EM. En strålende prestasjon. Tidligere på året ble hun norsk seniormester og deltok i to landskamper med seier i begge. Det ble også fire forbedringer av norgesrekorden i løpet av sesongen. Tove Røysted vinner landsdelsmesterskapet i høyde, og Sissel Paulsen vinner Arcolekene i lengde. Solfrid Mauland og Mette Aarheim blir også blant de beste i spyd og lengde. Marianne Johansen vinner spyd i Vesta Hygea lekene. Evig unge Trygve Syversen gir seg som trener, og Per Einar Arnstad overtar ansvaret for jentene.
1984		Olympiaden i Los Angeles er årets store friidrettsbegivenhet. Lille Ski IL er representert med Trine Solberg i spyd. Hun drar over for å lære, og oppleve den heksegryte et OL er. Og så kommer hun hjem med en imponerende 5. plass, olympisk poeng. Fabelaktig! Tidligere på året mottar hun kongepokalen for beste kvinnelige utøver i hovedmesterskapet i Årdal. Det er ikke fritt for at vi var ganske stolte, trenere, ledere og våre utøvere i friidrettsgruppa. <i>Trine Solberg — kjempebragd i spyd. 5. pl. i OL, 2. pl. i junior-EM, 6 norske mesterskap, 14 landskamper, deltagelse i Norden—Sovjet og E-cup i C-gruppa.</i> Landskampene og junior NM vant hun også med glans dette året. Den norske rekorden i spyd ble forbedret bare tre ganger! Ellen Aasum går nesten til topps i høyde og junior NM. Hvem husker ikke de spennende sekundene før avgjørelsen falt. Sissel Paulsen smeller til i lengde, og får en fin, fin bronsemedalje, og senere landskamp i lengde. Mette Aarheim og Marianne Johansen gjør også en flott innsats. Dessverre rykker vi dette året ned i første divisjon. Vi mangler nå langdistanseløpere.

År	Kommentarer	
1985	 Bildet <i>Ellen Aasum</i> Dette ble vår store sesong i hovedmesterskapsammenheng. Vi er allerede bortskjemt med at Trine går til topps, men at Ellen Aasum skulle vinne hovedmesterskapet i høyde senior, hadde vel ingen drømt om, selv om hun nesten vant juniormesterskapet tidligere på året. Senere i junior EM klarte hun også brasene og gjorde en flott innsats. Pers ble det også i landskampen Norden—Sovjet på Bislett, med 1,84 meter. Landskamp ble det også på junioren Marianne Johansen i spyd, etter at hun hadde vunnet Tyrvinglekene tidligere på året. Trine Solberg er uslåelig i Norge og er selvskreven på landslaget. Hun varter opp med nye norske rekorder og nærmer seg verdensklassen med resultatet 68,94 meter, som i skrivende stund fortsatt er norsk rekord. Dessverre skiftet hun klubb etter sesongen, hun forlot oss til fordel for løperklubben Minerva. Vi ønsket henne hell og lykke på veien.	
1986	Dette året er Ellen Aasum best, med flotte høydeplasseringer i hovedmesterskapet, og juniormesterskapet. Hun blir belønnet med deltagelse i nordisk juniorlandskamp. Marianne Johansen klarer også fine plasseringer i mesterskapene. I ungdomslekene går hun til topps i spyd.	
1987	Ellen Aasum tar et fortjent mesterskap i høyde i junior NM. Spydkasterne Helga Øde og Marianne Johansen gjør en respektabel innsats i hovedmesterskapet. Sissel Paulsen og Mette Aarheim klarer flotte plasseringer i B mesterskapet. Det ble en sesong med gode enkeltprestasjoner, men breddemessig noe tilbakegang. Vi er nå inne i et generasjonsskifte, og i tillegg har rekrutteringen på jentesiden vist en sviktende tendens.	
1988	For første gang på mange år har vi ikke deltagelse i hovedmesterskapet. Ellen Aasum er skadet, og de eldste damene har konsentrert seg mer om blant annet håndballen. Rekrutteringen er bekymringsfull, men ikke håpløs. Vi har nemlig noen flotte unge jenter som kan nå meget langt, og som vi satser på skal danne grunnstammen i en ny glansperiode. Vi kan nevne Kristin Lie, Vibeke Olsen, Monica Jensen, Marie Minker, Heidi Mari Johnsen, Inger Kristin Bøe, Elin Bøhler og Kristin Sørensen. Alle ivrige jenter som banker på døra for å få være med for fullt. Vi gleder oss til å følge dere i den neste tiårsperioden.	

Medaljer og finaleplasser ved nasjonale og internasjonale mesterskap

År	Prestasjon	
1979	NM B - Per E. Arnstad 2. plass i tresteg - Geir Ulekleiv 7. plass 5000 m.	NM junior - Trine Solberg 4. plass i spyd - Solfrid Mauland 5. plass i spyd
1980	NM A - Solfrid Mauland 5. plass spyd. - Tormod Lislerud 5. plass diskos. - Dag Øverby 7. plass diskos.	NM junior Solfrid Mauland 6. plass spyd.

År	Prestasjon	
1981	EM-jun Trine Solberg 5. plass i spyd. NM - Trine Solberg sølv i spyd. - Solfrid Mauland 5. plass i spyd. - Tove Røysted 8. plass i høyde. NM-jun Trine Solberg norgesmester i spyd. NM-B Per E. Arnstad 1. plass i 400 m hekk. Landskamper: Trine Solberg har deltatt i 3 landskamper. Vant spyd i to av landskampene. Norsk rekord: Trine Solberg norsk senior og juniorrekord i spyd (56.06m).	NORDISK-veteran - Tormod Lislerud 1. plass diskos. - Anne-Berit Skoghus 1. plass i kule. - Kolbjørn Jordfald 2. plass i spyd, - Trygve Syversen 6. plass 100 m. NM-veteran - Kristian Modin 1. plass i lengde og høyde u/tilløp. - Odd Stenerud 3. plass lengde u/tilløp, - Svein Hedlo 6. plass høyde u/tilløp.
1982	EM Trine Solberg deltok i spyd. NM - Trine Solberg 2. plass i spyd. - Sissel Paulsen 6. plass i spyd. NM-jun Trine Solberg norsk mester i spyd. Norsk rekord: Trine Solberg juniorekord i spyd, 58.02 m	NM-veteraner - Trygve Syersen norsk mester i 5 kamp. - Trygve Syversen 2. plass i lengde u/tilløp. - Kristian Modin norsk mester i lengde u/tilløp. Landskamper Trine Solberg representerte Norge i 3 landskamper. Vant spydkonkurransen mellom Norge, Danmark/Island.
1983	EM-jun Trine Solberg sølv i spyd. NM - Trine Solberg norsk mester i spyd. - Tove Røysted 7. plass i høyde. - Per Einar Arnstad 7. plass 400mh NM-jun Sissel Paulsen 5. plass i lengde. Landskamper: Trine Solberg deltok i 2 landskamper og vant begge. Norske rekorder: Trine Solberg, spyd: 59,60m (jr) - 61,30m - 61,40m - 61,50m og 61,58m	NORDISK-veteran Trygve Syversen 1. plass 100 m hekk, 1. plass 400 m hekk, 3. plass 200 m, 3. plass lengde. Han satte 2 nordiske klasserekorder. NM-veteran - Trygve Syversen gull 200 m, 100 m hekk, lengde, 400 m hekk, sølv i stav, 100 m og lengde u/tilløp. - Kristian Modin gull i lengde u/tilløp.
1984	OL Trine Solberg 5. plass spyd. NM - Trine Solberg norsk mester spyd. Kongepokal. - Ellen Aasum 3. plass høyde. - Per E. Arnstad 4. plass 400mh - Marianne Johansen 8. plass spyd Landskamper: Trine Solberg deltok i 4 landskamper, og vant spydøvelsen i alle. Sissel Paulsen deltok i en landskamp. Norske rekorder: Trine Solberg spyd: 63,98 - 65,02m.	NM- jun - Trine Solberg norsk juniormester i spyd. - Ellen Aasum 2. plass høyde - Sissel Paulsen 3. plass lengde - Marianne Johansen 8. plass spyd. NM-veteraner - Trygve Syversen 1. plass 400 m hekk, 100 m hekk, 200 m, stav og 400 m. 2. plass lengde - Kristian Modin 4. plass h u/tilløp, 5. plass 1 u/tilløp

År	Prestasjon	
1985	EM-jun Ellen Aasum 5. plass høyde.. NM • Trine Solberg gull i spyd. • Ellen Aasum gull i høyde. • Per E. Arnstad 7. plass i lengde, og 6. plass lengde uten tilløp • Per Rinde 8. plass i l.u. tilløp Landskamper: Trine Solberg deltok i tre landskamper og vant spydøvelsen i alle. Ellen Aasum deltok i 4 landskamper. Hun vant høyde i én landskamp. Marianne Johansen deltok i én landskamp. Norsk rekord: Trine Solberg, spyd: 66,68m - 68.94m.	NM-jun Ellen Aasum sølv i høyde. 7. plass i spyd. NORDISK-veteraner Trygve Syversen gull i lengde, sølv 100 m, 200 m, 400 m, 100 m hekk, 400 meter hekk
1986	NM • Ellen Aasum 4. plass i høyde. • Marianne Johansen 5. pl i spyd NM-jun • Ellen Aasum 2.plass i høyde. • Marianne Johansen 5. pl. i spyd Landskamper: Ellen Aasum deltok i en landskamp, 4. plass i høyde.	NM veteran • Kristian Modin sølv lengde u/tilløp. • Bent Vale sølv 1500 meter.
1987	NM • Ellen Aasum 7. plass i høyde. • Helga Øde 8. plass i spyd. NM jun Ellen Aasum gull i høyde. Landskamper: Ellen Aasum deltok i to landskamper og fikk 5. plass i høyde i begge. Kolbjørn Jordfald og Tormod Lislerud deltok i kastlandskamp for veteraner, og fikk hver sin førsteplass i henholdsvis spyd og diskos.	NM-B • Sissel Paulsen 2. plass i lengde. • Mette Aarheim 2. plass i spyd, 3. plass i lengde.
1988	NM-jun Eirik Kahrs 5. plass 10 kamp, 7. plass 110 m hekk, 8. plass i høyde.	NM-veteran • Tormod Lislerud gull i diskos. • Kolbjørn Jordfald bronse i 10 kamp. Landskamper Tormod Lislerud, Odd Stenerud og Reidar Dahl deltok i kastlandskamp for veteraner mot Sverige. Tormod fikk 1. plass i diskos, og Reidar fikk 5. plass i spyd.

Administrasjonen

Periode	Formann	Sekretær ¹	Kasserer
1978/79	Kolbjørn Jordfald	Rune Torstensen	Ole Furuseth
1979/80	Kolbjørn Jordfald	Rune Torstensen	Ole Furuseth
1980/81	Reidar Dahl	Wenche Røysted	Ole Furuseth
1981/82	Knut Aasgaard	Anne Berit Skoghus	Ole Furuseth
1982/83	Knut Aasgaard	Anne Berit Skoghus	Ole Furuseth
1983/84	Knut Aasgaard	Anne Berit Skoghus	Kristian Saxegaard
1984/85	Kathe Langvik	Anne Berit Skoghus	Kristian Saxegaard
1985/86	Kathe Langvik	Anne Berit Skoghus	Solveig Ensrud
1986/87	Kathe Langvik	Knut Erik Høiby	Solveig Ensrud
1987/88	Knut Aasgaard	Knut Erik Høiby	Svein Erik Bøhler
1988/89	Knut Aasgaard	Knut Erik Høiby	Svein Erik Bøhler

¹Nestleder fra 1986/87

Friidretten i Ski 1989-2018

Innledning

For å drive en idrettsklubb trengs det tillitsvalgte, foreldrehjelp og andre frivillige. I tillegg til årsmøtevalgte styrever, har klubben i perioden vært organisert med diverse utvalgs- og oppmennsfunksjoner, for det meste bemannet med foreldre og andre frivillige. Da de fleste foreldre deltar i arbeidet bare så lenge barna er aktive, vil det nødvendigvis bli ofte utskiftninger i mannskapet, og det vil føre for langt å navngi alle foreldre og alle andre frivillige som har bidratt til at perioden 1989-2018 på alle måter må kunne sies å ha vært en god periode i friidrettsklubbens hundreårige historie.

De viktigste kildene til denne rapporten er arkiverte kopier av innsendte stevnerapporter, diverse årsberetninger, samt utklipp fra aviser.

Friidrettsklubbens ledere og kasserere etter 1988

Ledere	
1989	Knut Aasgaard
1990-1991	Arve Naalsund
1992	Jan-Håvard Graarud
1993	Ove J. Strømberg
1994-2004	Ole-Edvard Høiby
2005-2007	Roger Loen
2008-2011	Stein Engen
2012-	Atle Guttormsen

Kasserere	
1989-1997 (1998-1999)	Svein Erik Bøhler
1998-1999	Ubesatt
2000-2003	Ulf Gedde
2004-2007	Stein Engen
2007-2011	Ole Nielsen
2012-2013	Stein Engen
2014-2015	Stein Engen/Anke Fleischer
2015-	Stein Engen/Ikke besatt

Det er ikke blitt avholdt årsmøter etter 2014. Svein Erik Bøhler tok ikke gjenvalg som kasserer på årsmøtet i februar 1998, men førte regnskapene også for 1998 og 1999 - i mangel på valgt kasserer for disse årene. Kasserervervet ble delt i 2014, slik at det ble én ansvarlig for inn- og utbetalinger, og én ansvarlig for regnskapsførselen.



Ole-Edvard Høiby



Atle Guttormsen



Svein-Erik Bøhler



Stein Engen

Oppsummering

Økonomi

De viktigste inntekter for klubben i perioden etter 1988 er kommet fra dugnadsarbeid (distribusjon av telefonkataloger), overskudd ved bingovirksomhet, startkontingenter i Ski-mila, medlemsavgifter og sponsorer. På utgiftssiden er det trenerhonorar, startkontingenter og kjøp av materiell og treningsutstyr som har vært de største postene. Ledelsen av klubben har vært flinke til å søke økonomisk støtte der det har vært mulig (både offentlig og privat), noe som blant annet gjorde det mulig å gå til anskaffelse av et mobilt elektronisk tidtageranlegg.

Synkende deltagerantall i Ski-mila, og at det ble slutt på papirutgaven av telefonkataloger, gjorde at klubbens økonomi i noen år var svært anstrengt rundt årene 2006-2008. Inntekter fra sponsorer og ny bingovirksomhet sørget imidlertid for at økonomien igjen kom på fote. Når vi nå skal feire hundreårsjubiléet, er økonomien tilfredsstillende, men heller ikke noe mer.

Arrangementer, dommere og friidrettsbanen

Ett til enhver tid valgt stevneutvalg, har i perioden vært ansvarlig for organisering av de fleste stevnene (for de større nasjonale stevnene og Skimila har det vært nedsatt egne arrangementkomitéer). Idrettsmerkeprøvene ble en del av stevneutvalgets oppgaver i 1998. I tidligere år var det Kristian Modin som sammen med Trygve Amundsen tok seg av idrettsmerkeprøvene.

Stevneutvalgets sammensetning

Representanter til Stevneutvalget velges på friidrettsgruppas årsmøter, og sammensetningen i perioden 1992-2018 har vært som følger:

Periode	Leder	Medlemmer
1992-93	Ole Furuseth	Anne Berit Skoghus, Elisabeth Skauen og Grunde Vale
1994	Grunde Vale Ole Furuseth(jan-feb)	Anne Berit Skoghus, Reidar Dahl og Grunde Vale (januar-februar)
1995-2003	Grunde Vale	Anne Berit Skoghus, Reidar Dahl og Kolbjørn Jordfald
2004-2005	Grunde Vale	Anne Berit Skoghus, Reidar Dahl, Kolbjørn Jordfald og Bjørn Flem
2006-2009	Grunde Vale	Anne Berit Skoghus, Reidar Dahl og Kolbjørn Jordfald
2010-2012	Grunde Vale	Anne Berit Skoghus, Kolbjørn Jordfald og Karl Jacob Gåsemyr
2013-	Grunde Vale	Anne Berit Skoghus og Kolbjørn Jordfald

I forbindelse med NM- og UM-arrangementer, Ski-mila og DNB-Skilekene har stevneutvalget vært en del av nedsatte arrangementkomiteer. Reidar Dahl har i hele perioden vært ansvarlig for oppmerking av kastbanene og veiing av kastredskap i forbindelse med stevnearrangement.



Grunde Vale



Kolbjørn Jordfald



Anne-Berit Skoghus



Reidar Dahl

Grunde Vale har, med god hjelp av Reidar Dahl, vært ansvarlig for idrettsmerkeprøvene. Merkeprøvene har foregått på friidrettsbanen, og på veistrekningen mellom Ski og Kråkstad via Kjeppestadbrua (sykkelpøver).

Dommere og dommerkurs

Tilgangen til autoriserte friidrettsdommere blant klubbens egne medlemmer har vært tilstrekkelig i hele perioden, men det har vært liten nyrekruttering, og antall dommere har gått ned. Ski IL Friidrett disponerte i 2001 over 38 dommere (7 forbundsdommere og 31 kretsdommere), mens tilsvarende per september 2018 er 16 dommere (3 forbundsdommere, 12 kretsdommere og 1 kretsdommeraspirant).

For å få flere nye dommere, samt sørge for nødvendig oppdatering av "gamle" dommere (bestemmelsene krever at en dommer må oppdateres minst hvert fjerde år for fortsatt å være autorisert), inviterte klubben i samarbeid med kretsens dommerutvalg til årlige dommerkurs i årene 2007-2013 (det planlagte kurset i 2014 måtte avlyses på grunn av sykdom). Denne satsingen ga 15 nye kretsdommere, hvorav 9 var medlem i Ski IL Friidrett.

Friidrettsbanen

Banestevnene er blitt avviklet i Ski Idrettspark. Frem til 2013 ble diskos og slegge avviklet på grusbanen, men da det i 2013 ble lagt kunstgress på grusbanen ble det anlagt en kastbane på stadion, og fra og med 2014 foregår alle banestevner i sin helhet på Ski stadion. Friidrettsbanen på Ski stadion er et 6-banersanlegg, som fikk kunststoffdekke av typen Spurtan i 1986. Banedekket ble rehabilitert av Polytan i 2005.

Norsk Friidrett utsteder egne sertifikater for baner med kunststoffdekke for friidrett. Ved normal utvikling for et anlegg, vil gyldigheten utvides med 4 nye år før en noe større prosedyre kan gi en ytterligere utvidelse. Sertifikatet er en betingelse for å arrangere norske mesterskap og elitestevner og er ellers et uttrykk for anleggets kvalitet. Anleggsutvalget i Norges Friidrettsforbund foretok både i 2007 og i 2018 en inspeksjon av anlegget i Ski idrettspark, og **her er et sammendrag av de to inspeksjonsrapportene**

2007	<i>“Det er forbausende at banen allerede etter en ny toppsprøyting viser tendenser til å slippe gjennom vann dårlig i partier. Det kan ha gått for lenge fra nyanlegg til den første toppsprøytingen. Nå ligger det fremdeles mange år i det nåværende dekket, men dette kan tyde på at når man nå kommer til enden av toppdekkets levetid, så lar det seg ikke toppsprøyte igjen, men må tas opp fra grunnen av.”</i> En annen ting anleggsutvalget påpekte var at mangelen på faste installasjoner (for eksempel fast oppstilling for elektronisk tidtaking, og ikke noe plass til sekretariat), noe som gjorde arrangement på stadion tungvint.
2018	<i>Om løpebanen</i> <i>“Det er flere soner på banen med ujevnheter. Disse opptrer, særlig i 1. sving, med regelmessighet. Det er tydelig at dette har vært forsøkt reparert, men det er fremdeles bevegelser på de samme sidene. Denne banen er nok moden for en litt mer alvorlig rehabilitering. Sannsynligvis bør dekket tas av ned til asfalt. Når det skjer bør disse ujevne områdene undersøkes nærmere og tiltak gjøres for å stoppe bevegelsene, ellers vil man med største sannsynlighet få de tilbake igjen”</i> <i>Lagringsmuligheter for utstyr</i> <i>“Man bør gjennomgå å forbedre lagringsmulighetene på stadion. De er i dag lite tilstrekkelige og kaotiske. Ski Stadion er i utgangspunktet et godt anlegg, men har kommet til et stadium som krever oppmerksomhet. Grunninvesteringen har gitt et bra anlegg i 30 år, og man vil fremdeles ha nytte av den investeringen i mange år om man gjøres en grundig gjennomgang.”</i> Ved inngangen til jubileumsåret tilfredstiller ikke Ski stadion Friidrettsforbundets krav til banesertifikat.   <i>Leder av Ski IL Friidrett, Atle Guttormsen, viser hvordan banedekket er i ferd med å sprekke opp (Foto: ØB)</i>

 <i>Kastbanen på Ski stadion</i>	 Sekretariatet Innbytterbenkene for fotball benyttes som sekretariat for kretsstevnene.  Elektronisk tidtagerbu Mobilt elektronisk tidtageranlegg ble anskaffet i 2011, og i 2014 ble det satt opp ei bu, slik at tidtageranlegget kunne stå innendørs. På grunn av mangel på kyndige operatører av tidtageranlegget, har fra tid til annen manuell tidtaking måtte benyttes.
--	---

Ski stadions høytaleranlegg ble frem til ca 2005 betjent fra klubbhuset, men ble så flyttet til Follo Fotballs brakkerigg på langsiden mot idrettshallen (og uten at friidrettsklubben ble informert), og er per 2018 i utgangspunktet ikke tilgjengelig sånn uten videre for friidretten.

Ski stadion er et kommunalt fleridrettsanlegg, og kommunens rutiner for leie av stadion til arrangement skulle i utgangspunktet sørge for at det ikke oppsto konflikter mellom friidrett og fotball. I perioden har imidlertid approberte friidrettsstevner, eller averterte idrettsmerkeprøver, måttet avlyses på grunn av en kombinasjon av Norges Fotballforbunds lite fleksible holdning, uredeligheter fra fotballens side, samt Ski kommunes tafatte holdning som eier og utleier. Etter gjentatte ganger å ha tatt opp problemstillingen, har det etter 2010 blitt vesentlig bedre, og de siste årene har det ikke vært tilsvarende problemer.

Inntil for noen år siden ble det betalt leie til kommunen for stevnearrangement som omfattet junior- og seniorklasser. Denne ordningen opphørte da kommunen stort sett sluttet å drifte idrettsparken, men overlot ansvaret for dette til de aktuelle klubbene - mot et kommunalt tilskudd.

Klubbhus

Friidrettsklubben disponerer ikke egne lokaler i idrettsparken for avholdelse av møter, for sekretariat i forbindelse med stevner, oppbevaring av protokoller etc, og det har ikke vært noen automatikk i at nødvendig lokaler stilles til disposisjon i tilknytning til større arrangement. Til tider har utleie av klubbhuset til ikke-idrettslige arrangement vært et problem for friidretten.

Arrangementer

I perioden 1992-2018 var Ski IL Friidrett ansvarlig for gjennomføringen av rundt regnet 300² arrangementer, samt årlige idrettsmerkeprøver.

Basert på stevnerapporter 1994-2018 er nedenfor er en oversikt over antall arrangementer og starter i hovedgruppene av stevner Ski IL Friidrett har arrangert i Ski. Barneleker, TINEstafetten, skolestevner og Skimila er ikke omfattet.

Tabell: Antall approberte stevner og registrerte starter i ulike hovedtyper av stevner 1994-2018

Hver enkelt utøvers deltagelse i én øvelse, herunder hver enkelt øvelse i en mangekamp, teller som 1 start.

Alle typer kretsstevner (inkl-KM) og åpne klubbstevner	Nasjonale stevner og NM	Totalt	
249	47	302	Ant stevner
7662	3683	11634	Ant starter
2283	2591	4899	Ant starter >15 år
5379	1092	6735	Ant starter ≤15 år

I perioden 1994-2018 ble det registrert rundt regnet 11500 starter på til sammen rundt regnet 300 stevnedager. Det er vesentlig gutter/jenter under 16 år som har deltatt på våre stevner - rundt regnet 60% av antall starter totalt.

NM/UM

I årene etter 1989 var Ski IL Friidrett ansvarlig for gjennomføringen av følgende fire norgesmesterskap eller ungdomsmesterskap:

- NM mangekamp junior og senior (01.-02.06.1991)
- NM hopp uten tilløp for veteraner (07.03.1992)
- UM mangekamp (05.-06.09.1992)
- NM mangekamp junior og senior (10.-11.06.1995)



² Grunnet manglende dokumentasjoner for årene 1992-93 er antall arrangementer anslått.



Hilsen fra ordføreren

*Kjære deltakere,
publikum
og arrangører!*

Velkommen til Ski – Folke største kommune med 22900 innbyggere, jernbaneknutepunkt, regionssenter for handel og service, et yrende kulturliv og et næringsliv i god utvikling.

Velkommen til Ski Idrettspark – til Folkes mest storslåtte og innholdsrike idrettsanlegg med idrettshall, ishull, tennisball, klubbhus og et stadion med gressdekke og fast dekke, tilrettelagt for friidrett der internasjonal standard er et krav.

Ski Idrettslag har ferdigst etablert seg som en velutrustet organisasjon med mange medlemmer og aktiviteter. Når laget nå skal arrangere NM i mangekamp, stiller det store krav til ledere og andre lagmedlemmer.

På vegne av Ski kommune ønsker jeg deltakere, publikum og arrangører tillykke med mesterskapet. Jeg benytter også anledningen til å gratulere Ski Idrettslags friidrettsgruppe med den tilfritt gruppen har i og med tildelingen av dette arrangementet.

Harald Haugen

SKI IL takker flg. firma for premier og annen støtte i mangekamp 1991:

Atle Foto A.S	H. Husle A.S
Ski Elektriske A.S	Ski Gullmed forr. A.S
Follo Sportscenter A.S	Urmaker Baandsen
Manifesto A.S	Ski Restaurant

2

Friidrettsvenner

Velkommen til fine friidrettsdager i Ski Næringspark. Ski Idrettslag håper både aktive, ledere og arrangører er fornøyde med de forholdene vi kan tilby. Vi er stolte av vårt idrettsanlegg og setter pris på at vi har mange brukere.

Til de aktive: Jeg ønsker lykke til med konkurransene, og ser fram til mange jevne og tette tvekampser i løpet av disse to dagene.

Til publikum: Jeg håper at mange finner veien til Idrettsparken denne helgen og heier støvrene fram til et best mulig resultat. Benytt denne sjansen til å se noen av Norges beste friidrettsutøvere.

Til ledere og arrangører: Jeg ønsker dere alle lykke til med arrangementet og er sikker på at det blir vellykket. En vel trimmet stab fra flere store arrangement de siste år gjør meg trygg på dette.

Med sportslig hilsen

Harald Haugen

Ledet Ski IL

MØBLER

OG INTERIØR-VARER

KJØPER DU HOS SKEIDAR!

SKEIDAR

MØBLER

SKI • MOSS • SKJETTEN

SKI Helsehuset / Hordoyen 2-4
i Ski stadion TEL 04-924040 **10-20 (15)**

3

Landskamper

Kastlandskamp Norge-Sverige

Ski IL Friidrett var 23.-24.05.1992 teknisk arrangør av en kastlandskamp (kule, diskos, spyd og slegge) mellom Norge og Sverige for veteraner. På kvelden den første dagen var det en sosial sammenkomst i klubbhuset. Deltagere utenbys fra, ble delvis innkvartert privat.

KM

KM 1993 11-14 år

Ski IL Friidrett, i samarbeid med Siggerud IL, arrangerte 12.-13.06.1993 KM 11-14 år, og med rundt regnet 460 registrerte starter.

KM mangekamp senior og junior

I de nasjonale mangekampstevnene som Ski IL Friidrett arrangerte i perioden 1994-2009 inngikk KM mangekamp senior/junior for Akershus og Oslo, samt Østfold i enkelte år.

KM veteraner

Med unntak av 2010 er KM veteraner del 2 for Akershus og Oslo friidrettskretser fra og med 2006 arrangert av Ski IL Friidrett. Når det gjelder det terminfestede arrangementet 2010, måtte det avlyses på grunn av fotballkamp (Follo-Lillestrøm).

Nasjonale stevner

Enkeltøvelsesstevner

I perioden fra 1994 ble det arrangert 7 alminnelige nasjonale stevner i Ski idrettspark, siste gang i 2013 (DnB Skilekene).

Mangekampstevner

I september måned hvert år i perioden 1994-2009 ble arrangert nasjonalt mangekampstevne for senior, junior og gutte-/jenteklasser. Ski IL Friidrett var i 2005 den første arrangør i Norge av tikamp for kvinner, etter at tikamp for kvinner ble offisiell øvelse. Imidlertid er ikke den nye øvelsen blitt en umiddelbar suksess, og per 2018 er det fortsatt sjukamp som står på mesterskapsprogrammet for kvinner, både nasjonalt og internasjonalt. På grunn av etter hvert dårligere deltagelse, både antall- og kvalitetmessig, i årene 2004-09 ble det i 2010 bestemt å "legge ned" arrangementet.

Kretsstevner (ekskl. KM)

Betegnelsen kretsstevne er ikke helt presis, og bortsett fra lagseriestevnene, kan utøvere utenfor Akershus Friidrettskrets også delta på kretsstevner. Lagseriestevnene omfattet kun utøvere under 15 år, og kun utøvere fra klubber fra Follo kunne delta ved arrangementene i Ski.

De fleste kretsstevner som ble arrangert i perioden var alminnelige banestevner, med vanligvis 3-4 øvelser for alle konkurranseklasser. I hallstevnene var det stort sett lengde uten tilløp og høyde uten tilløp som sto på programmet. I 1994 og 1995 ble det invitert til terrengløp, men begge ganger måtte arrangementene avlyses på grunn av manglende deltagere.

TINE-stafetter

TINE-stafetten er en landsomfattende stafett 8x200m for skoleelever på 6.-9. klassetrinn, og som i regi av Norges Friidrettsforbund første gang ble arrangert i 1994. Den landsomfattende stafetten, som i i dag omfatter noe over 100000 elever, sponses av TINE. TINE sørger for at utstyr og forfriskninger til de deltagende lagene blir levert de stedlige arrangørene i forkant av stafettdagen. I Ski ble TINE-stafetten første gang arrangert i 1996, men først fra 1998 med Stevneutvalget som ansvarlig arranger. I noen år fikk de deltagende lagene utlevert utstyret fra TINE på stafettdagen, men en fant ganske snart ut at det ville være mer praktisk å bringe ferdigpakket utstyr (pakkingen gjøres på dugnad) ut til de enkelte skolene et par tre dager før arrangementdagen. Med dette opplegget lar stafetten seg gjennomføre på et par timer. I de årene Stevneutvalget har hatt ansvaret for avviklingen har stafetten gått på dagtid, og da kommer det godt med å kunne få hjelp til arrangementet av dommere som er pensjonister.



Deltagere i TINE-stafetten står klare til å motta stafettpinnen

TINE-stafetten i 2005 ble ikke arrangert pga arbeidet med nytt toppdekke på stadion. Deltagende lag fra Ski ble overflyttet til Oppegårds arrangement på Sofiemyr.

Barneleker

I årene 1994-2003 fikk alle elevene i 1.-3. klasse (2.-4. klasse etter at det ble obligatorisk skolegang fra 6 år) ved skolene i Ski tilbud om i månedskiftet mai/juni å delta i Barnelekene. I Barnelekene skulle elevene løpe 60 meter, hoppe lengde og kaste liten ball. Når alle var ferdig med øvelsene, vanket det brus/boller og et diplom til hver enkelt som hadde deltatt. Antall elever som deltok varierte en del, men var på det meste nærmere 200. Det kostet ikke noe å delta. Barnelekene er ikke blitt arrangert etter 2003.

Skolestevner

I årene 1994-2011 fikk elevene i 5.-10. Klasse ved skolene i Ski tilbud om i september å delta i et uoffisielt skolemesterskap. Øvelsesutvalget var litt varierende i perioden, men det ble konkurrert i 3-4 forskjellige øvelser på hvert stevne. Alle deltagerne fikk en deltagermedalje, og det kostet ikke noe å delta. Skolestevnet er ikke blitt arrangert etter 2011.

Skimila

Skimila ble første gang arrangert 1986, og ble arrangert hvert år til og med år 2001. Da var det totale deltagerantallet sunket fra rundt regnet 1300 til 350, og det ble besluttet å legge ned arrangementet.

Idrettsmerkeprøver

Det har vært mulig å avlegge idrettsmerkeprøver på Ski stadion tre kvelder i august/september, samt en utholdenhetsprøve på sykkel på strekningen mellom Ski og Kråkstad (Kjeppestadvegen/Løkenvegen). Antall idrettsmerkeprøvedeltagere i 1998, da Stevneutvalget overtok ansvaret for avviklingen, var 34. I 2018 ble det registrert kun 4 avlagte idrettsmerkeprøver på våre arrangementer. Den nedadgående utviklingen gjelder ikke bare for Ski IL Friidretts idrettsmerkeprøver, men er landsomfattende.

Idrettslig beretning

Utøverne

Et trekk i årene etter 1988 er at gruppen av utøvere i klassene for juniorer og seniorer nærmest er blitt helt borte. En kjerne av veteraner holder det fortsatt gående, men heller ikke her er det særlig nyrekuttering. Det er jenter og gutter i alderen 6-17 år som er aktive friidrettsutøvere i Ski når 100-årsjubileet er nært forestående. Som det imidlertid vil fremgå i kapittelet om de idrettslige prestasjoner, på 1990-tallet og i begynnelsen av 2000-tallet hadde friidrettsklubben utøvere som både nasjonalt og internasjonalt hevdet seg meget bra. Blant annet hadde friidrettsklubben med to utøvere i OL.



En del unge friidrettsutøvere i Ski

Trenere



Petar Vukicevic

I den grad økonomien tillot det, er det i perioden blitt leid inn betalte trenere for klubbens beste utøvere. Petar Vukicevic hadde ansvaret for sprint og korthekk i en årrekke, og i 2013 ble Anna Olko engasjert som trener i stav. For hovedmassen av gutter og jenter er det imidlertid klubbens egne krefter, med og uten trenerkurs/-erfaring, som har hatt ansvaret for treningene/aktivitetene.

1990-årene

Ski IL friidrett gikk inn i 1990 årene med en bred stall av talentfulle og ambisiøse ungdommer, spesielt på guttesiden. Den fantastiske jenteperioden på 1980 tallet hadde avtatt. Klubben hadde vunnet Tyrvingserien for gutter i 1989 og var blitt nummer to i 1988, og var en av de sterkeste klubbene i landet når det gjaldt mangekamputøvere. Det er nok å nevne Trond Høiby, Ole Christian Strømberg, Terje Selberg, Eirik Kahrs, Gunnar Ensrud og Jan Håvard Graarud. Alle disse oppnådde gode resultater nasjonalt, og noen også internasjonalt. Den som nådde lengst var Trond Høiby som kvalifiserte seg til OL i 2000, som deltok i fem landskamper, og som var nær den norske rekorden i 10 kamp. Lise M. Jensen var den av jentene som nådde lengst. Hun skulle bli en av landets fremste utøvere på 400m og 400m hekk.



Trond Høiby

Ski il friidrett har ikke vært noen ordentlig løpeklubb siden 1970-årene, men på 1990-tallet konkurrerte Fredrik Naalsund for klubben. Han var en suveren utøver på mellom- og langdistansene i gutteklassene. Han satte aldersrekorder som bare et fåtall har klart å underskride de siste 20 årene. Men klubben har også hatt gode utøvere på sprintdistansene. Christian Strand var en av landets beste sprintere på midten av 1990-tallet. Atle Guttormsen var blant de beste i landet på 110 meter hekk, og tok seg ved flere anledninger til finalen i NM.

Mot slutten av tiåret var Ingrid B. Folland medlem i Ski il friidrett og herjet på sprintdistansene. Fram mot århundreskiftet fikk hun selskap av Lise M. Jensen, som både deltok i VM junior og i flere landskamper.

2000-2018



Christina Vukicevic

Det var svært få voksne utøvere i klubben ved inngangen til 2000 årene. Få tillitsvalgte og trenere, og en anstrengt økonomi var de viktigste årsakene. De fremste aktive holdt imidlertid et høyt nivå. Lise M. Jensen, Monica Jensen og Trond Høiby var de mest kjente. Bak disse var det imidlertid flere ambisiøse og talentfulle ungdommer.

Etter 2001 sesongen var det ikke penger igjen til en forsvarlig satsing på toppidrettsutøvere. Våre beste utøvere måtte finne seg andre klubber med bedre økonomi, men det skulle ta kort tid før klubben igjen hadde utøvere som utmerket seg på øverste nivå. Petar Vukicevic hadde vært trener i klubben i mer enn ti år, og hans to barn, Christina og Vladimir, skulle komme til å markere seg sterkt på resultatlistene i årene som kom. Christina var sammen med Christine Skodvin landets beste hekkeløper i sin aldersklasse.

De to skulle imidlertid få selskap av andre fra Follo. Eivind J. Folland, Philip og Isabelle Bjørnå Berntsen, Anette og Andreas Tryti og Marte Wang Engen kom til Ski fra naboklubber. Vi hadde imidlertid også rekruttering fra eget miljø. Martine Kongsten og Nicoline Kongsten Tømt tok flere medaljer i ungdomsklassene i terrengløp og mellomdistanser i baneløp.

I 2005 løp Philip Bjørnå Berntsen som 16 åring 100 meteren på 10.76, noe som var norsk bestenotering for denne aldersklassen. Året etter vant utøvere fra klubben 15 medaljer i ungdomsmesterskapene. Vladimir Vukicevic fulgte i søsterens fotspor, og ble den beste hekkeløperen i landet på korthekken i perioden fram mot 2010. Etter 2012 sesongen var økonomien igjen en direkte årsak til at våre beste utøvere måtte finne seg nye klubber. Vladimir, Christina, Marte og Caroline Kuvaas gikk til klubber i Oslo, men allerede i 2013 vant Caroline Fleischer bronse i jr. NM. I alt vant aktive i klubben 7 medaljer i UM dette året.



Philip Bjørnå Berntsen



Ingeborg Rønningen viste tidlig lovende takter i spyd, og satte ny norsk juniorrekord i 2012 (Trine Solberg har kastet lenger, men spydtypen er senere blitt endret).

Bildet til venstre.

Ingeborg Rønningen



Sondre Guttormsen



Caroline Fleischer

Fram mot 2016 skulle Ingeborg, Caroline og Sondre Guttormsen representere Norge internasjonalt. Ingeborg i spyd, Caroline i høyde og 7-kamp, og Sondre i stav og 10-kamp. I tillegg har to andre aktive, Karoline Wea Johansen og Hedda Kjølberg Hauge hatt representasjonsoppgaver.

Det har ikke vært noen bevisst satsing på veteraner, men klubben har hatt to trofaste og godt kvalifiserte utøvere i Kolbjørn Jordfald og Reidar Dahl. De har begge oppnådd flotte resultater både nasjonalt og internasjonalt.

Ski il friidrett er ikke en klubb med stor bredde, men det er klart at klubben har maktet å legge forholdene godt til rette for ungdom som ønsker å satse for å nå toppen innen friidrett.

Dersom en systematisk sammenlikner kriterier som antall landskamper på medlemmer i klubben, antall medaljer i mesterskapene etc., viser det seg fort at Ski IL Friidrett ligger på tredjeplass blant klubbene i Akershus Friidrettskrets - ingen av de andre klubbene i Follo kan gjøre Ski rangen stridig.

Idrettslig oppsummering av perioden 1990-2018

Deltagere i OL	Trond Høiby (2000), Christina Vukicevic (2008)
Deltagere i ungdoms-OL	Christina Vukicevic(2003), Philip Bjørnå Berntsen(2005, 2006), Sondre Guttormsen(2015), Hedda Kjølberg Hauge(2017). Christina vant 100m hekk.
Deltagere i VM	Trond Høiby(1999) og Christina Vukicevic(2009). Christina kom til semifinalen på 100m hekk
Deltagere i VM-junior	Lise M. Jensen(1998), Christina Vukicevic(2004), Vladimir Vukicevic(2008, 2010), Ingeborg Rønningen(2011, 2012). Sondre Guttormsen (2018). Vladimir tok sølv på 110m hekk i 2012.
Deltagere i VM-veteran	Tormod Lislerud(1991), Kolbjørn Jordfald(1999) og Reidar Dahl(1999).
Deltagere i EM	Christina Vukicevic(2010, 2012), Vladimir Vukicevic(2012)og Sondre Guttormsen (2018). Både Christina og Vladimir kom til semifinalen i 2012, henholdsvis i 100m hekk og 110m hekk. Sondre ble nr 6 i stav i 2018.
Deltagere i EM-junior	Christina Vukicevic(2005, 2009), Philip Bjørnå Berntsen(2007), Vladimir Vukicevic(2009, 2011), Ingeborg Rønningen(2011), Caroline Fleischer (2015, 2017), Sondre Guttormsen(2017), Simen Guttormsen (2018), og Hedda Kjølberg Hauge (2018). Christina tok sølv på 100m hekk i 2005, mens det ble semifinaleplass i 2009. Vladimir kom til semifinalen på 110m hekk i 2009.
Deltagere i EM-veteran	Kolbjørn Jordfald, Alf R. Bjerknes
Landskamper for Norge	Trond Høiby(2), Lise M. Jensen(2), Christina Vukicevic(4), Vladimir Vukicevic(3), Caroline Fleischer(2)
Landskamper for Norge – junior	Vladimir Vukicevic(3), Sondre Guttormsen(2), Martine Kongsten(2), Ingeborg Rønningen(2), Caroline Fleischer(1), Karoline Wea Johansen(1)
Landskamper for Norge – veteran	Kolbjørn Jordfald, Tormod Lislerud

Medaljevinnere i NM (gull,sølv,bronse)	Trond Høiby(6,2,0), Christina Vukicevic(5,0,0), Vladimir Vukicevic (5,1,0), Caroline Fleischer(6,2,3), Philip Bjørnå Berntsen(0,1,2), Sondre Guttormsen(4,1,1), Hedda Kjølberg Hauge(0,2,1), Christine Skodvin(0,0,1), Ingeborg Rønningen(0,1,0), Lise M. Jensen(2,2,2), Monica Jensen(0,0,1)
Medaljevinnere i NM-junior (gull,sølv,bronse)	Caroline Fleischer(7,4,4), Christina Vukicevic(1,0,0), Hedda Kjølberg Hauge(0,2,0), Ingeborg Rønningen(1,0,0), Karoline Wea Johansen(0,0,1), Martine Kongsten(0,1,2), Philip Bjørnå Berntsen(3, 0,0), Sondre Guttormsen(5,4,1), Vladimir Vukicevic(2,1,0), Ole Chr. Strømberg(1,1,1), Marte W. Engen(0,0,1), Eirik Kahrs(0,1,0), Lise M. Jensen(3,4,0), Trond Høiby(0,1,2), Simen Guttormsen(0,1,0), Christine Skodvin(0,1,0)
Medaljevinnere i NM-veteran (gull,sølv,bronse)	Reidar Dahl(8,6,9), Kolbjørn Jordfald(10,1,2), Helge Horn(2,3,0), Ragna Matea Bull(10,0,1), Christian Lillo(9,2,2), Knut Ytrehus(7,1,3), Gunnar Ensrud(1,0,0), Trygve Syversen(7,4,0), Svein Arne Sølvberg(4,1,2), Per Rinde(1,0,0), Ivar Bø(1,1,0), Kåre Berge(0,1,0), Joar Flynnn Jensen(2,0,0), Ruby Maria Semb(3,4,1), Frank Andersen(1,1,2) , Kåre Våten(0,1,0)
Medaljer i VM	0
Medaljer i VM-junior	2 sølv
Medaljer i VM-veteran	0
Medaljer i EM	0
Medaljer i EM-junior	0
Medaljer i EM-veteran	0
Medaljer i Nordisk	2 gull, 1 sølv, 2 bronse
Medaljer i Nordisk-junior	1 gull, 1 bronse
Medaljer i Nordisk-veteran	1 gull, 5 sølv, 3 bronse
Medaljer i NM	28 gull, 12 sølv, 11 bronse
Medaljer i NM-junior	23 gull, 21 sølv, 12 bronse
Medaljer i NM-veteran	66 gull, 26 sølv, 22 bronse
Medaljer i UM	68 gull, 45 sølv, 36 bronse
Rekorder	Christina Vukicevic, Vladimir Vukicevic, Ingeborg Rønningen og Sondre Guttormsen har satt en eller flere norgesrekorder eller bestenoteringer for juniorer eller i aldersbestemte klasser. Christina, Vladimir og Sondre har satt norske seniorrekorder.

Medaljestatistikken omfatter både utendørs og innendørs. Juniormesterskap er angitt særskilt (er ikke inkludert i annet). Oversikten ovenfor, omfatter kun mesterskap/arrangement i regi av Norges Friidrettsforbund (NFIF), Det Europeiske Friidrettsforbundet(EAA), Det Internasjonale Friidrettsforbundet(IAAF) og Den Internasjonale Olympiske Komité(IOC).

Ved inngangen til 2019

Mens det er svært få utøvere i senior- og veteranklassene, myldrer det av unge, ivrige og lovende friidrettsutøvere i de yngre aldersgrupper - det skal bli spennende å følge disse fremover.



Sondre, Simen og Hedda

Før 2019-sesongen, høsten 2018, er det tre av klubbens utøvere som har fått plass i Norges Friidrettsforbunds rekrutteringslandslag. Disse er

- Sondre Guttormsen(stav)
- Hedda Kjølberg Hauge(stav)
- Simen Guttormsen(mangekamp)

Av de tre utøverne på rekrutteringslandslagene, er det nok Sondre (født 1999) vi forventer vil hevde seg best internasjonalt i 2019. Sondre forbedret i 2018 den norske rekorden i stav til 5,75, og det i EM for seniorer (ble nr 6)! Hedda forbedret seg til 4,02 i 2018, og Simen til 4,82.

Både Sondre og Simen har meldt overgang til Sportsklubben Vidar, og da Simen i januar 2019 presterte 5,15 i stav innendørs, var det som medlem av Vidar. **Uansett klubbtilhørighet – det skal bli spennende å følge Sondre og Simen fremover.**



Ultramaratonløpere i Ski IL Friidrett

Blant medlemmene i Ski IL Friidrett fines det også noen ultramaratonløpere, blant annet **Joar Flynn Jensen** (bildet til venstre).

Flynn Jensen vant blant annet et stort internasjonalt 24-timers løp i Aten i 2017. Han tilbakela da 243,596 km.

I forhold til friidrettsgruppa lever disse ultramaratonløperne sine egne liv, og er ikke en del av miljøet i friidrettsgruppa, men bør likevel nevnes.

Per i dag har ikke Ski IL Friidrett de nødvendige ressurser som kreves for å videreutvikle utøvere som vil satse på friidretten også etter ungdomstiden, og vi ser at disse utøverne derfor melder overgang til andre, mer ressurssterke klubber. Det kryr av unge, håpefulle gutter og jenter på treninga, og fremtiden ser i så måte lys ut for Ski IL Friidrett, og for friidretts-Norge. **Å være en rekrutteringsklubb er også en viktig rolle i norsk friidrett.**



Idrettsfamilien Guttormsen Viktig for friidretten i Ski og for Norge ved inngangen til 2019

Fra venstre: Kristin, Atle, Sondre, Simen, Sara og Sebastian

Foto: Henrik Aasbø, Friidrett (2018)

Klubbrekorder per 31.12.2018 i de mest vanlige baneøvelser

Øvelse	Menn			Kvinner		
	Navn	Resultat	År	Navn	Resultat	År
100m	Philip B. Berntsen	10,73	2007	Christina Vukicevic	12,26	2004
200m	Philip B. Berntsen	21,53	2007	Christina Vukicevic	24,90	2004
400m	Trond Høiby	49,65	2000	Lise M. Jensen	56,51	2001
800m	Svein-Erik Bøhler	1,52,1	1967	Caroline Fleischer	2,09,03	2017
1500m	Svein-Erik Bøhler	3,50,2	1968	Elisabeth Olsen	4,36,8	1978
3000m	Torgeir Risnes	8,15,0	1970	Martine Kongsten	10,22,47	2009
5000m	Stein Bjørlo	14,16,8	1973	Kristin Lie	19,16,83	1994
10000m	Stein Bjørlo	29,33,0	1973	Kristin Lie	38,38,46	1994
110m / 100m hekk	Vladimir Vukicevic	13,55	2012	Christina Vukicevic	12,74	2009
400m hekk	Per Einar Arnstad	53,89	1983	Lise M. Jensen	59,53	2001
3000m hinder	Helge Skaarer	10,03,0	1963			
Høyde	Trond Høiby	2,10	1999	Ellen Aasum	1,84	1985
Stav	Sondre Guttormsen	5,75	2018	Hedda Marie K. Hauge	4,02	2018
Lengde	Trygve Stenerud	7,15	1947	Sissel Paulsen Caroline Fleischer	5,79	1985 2015
Tresteg	Ole Furuseth	14,52	1968	Caroline Fleischer	11,73	2017
Kule	Tormod Lislerud	16,43	1971	Trine Solberg	11,48	1983
Diskos	Tormod Lislerud	59,98	1971	Solfrid Mauland	37,98	1982
Slegge	Håkon Olav Lislerud	56,16	1969	Monica Ragna Jensen	46,16	1998
Spyd (gml type)	Oddvar Johnsen	73,09	1961	Trine Solberg	68,94	1985
Spyd (ny type)	Trond Høiby	70,18	2000	Ingeborg S. Rønningen	53,38	2012
10-kamp / 7-kamp	Trond Høiby	8085	1999	Caroline Fleischer	5193	2017

Banerekorder per 31.12.2018 i de mest vanlige baneøvelser

Øvelse	Menn			Kvinner		
	Navn	Resultat	År	Navn	Resultat	År
100m manuell	Carl Fredrik Bunæs	10,6	1961			
100m elektronisk	Mickey Joe (USA)	10,88	2015	Sally Anne Short (ENG)	11,80	1987
200m	Tomm Wisløff	21,93	1987	Lene Espegren	25,4	1996
400m	Ole Therkildsen (DEN)	48,8	1964	Lisbeth Andersen	54,54	1987
800m	Randy Moore (USA)	1,48,55	1987	Shireen Bailey (ENG)	2,00,16	1987
1500m	Jama Aden (SOM)	3,43,40	1987	Vibeke Møller	4,42,3	1985
3000m	Christian Fr. Eriksen	8,27,2	1971	Cathrine Bendz	9,21,70	1987
5000m	Alf Einar Fornes	14,24,8	1975	Kristin Størmer Steira	16,45,6	2003
10000m	Stein Bjørlo	29,55,4	1969	Kjersti Sognnes	38,29,4	1987
110m / 100m hekk	Atle Mc Adam	15,0	1998	Wendy Jeal (ENG)	13,49	1987
400m hekk	Vesa Pekka Pihlavisto (FIN)	51,88	1987	Jenny Pearson (ENG)	58,39	1987
3000m hinder	Odd Martinsen	9,23,8	1963			
Høyde	Jon Utgårdsløkken Trond Erik Nilsen	2,12	1995 1998	Hanne Haugland	1,85	1987
Stav	Martin Voss (DAN) Benjamin Jensen Ketil Rønneberg	4,80	1987 1992 1995	Hedda Marie K. Hauge	3,50	2016
Lengde	Tomm Wisløff	7,40	1987	Lene Espegren	5,92	1996
Tresteg	Kjell A. Paulsen	15,69	1965	Anna Eikebrokk	11,92	2016
Kule	Georg Andersen	20,13	1987	Lene Bergstrøm	13,45	1984
Diskos, stadion	Ola Stunes Isene	55,79	2015	Mette Bergmann	54,70	1987
Diskos, grusbanen	Tim Wolmer (USA)	64,24	1972	Mette Bergmann	58,86	1985
Slegge, stadion	Ove Aukland	58,10	1987	Guro Rogstad Sørheim	37,02	2015
Slegge, grusbanen	Sverre Strandli	61,30	1966	Mona Holm	52,36	2001
Spyd (gml type)	Per Erling Olsen	81,36	1982	Trine Solberg	61,58	1983
Spyd (ny type)	Reidar Lorentzen	77,92	1987	Ingeborg S. Rønningen	53,38	2012
10-kamp / 7-kamp	Trond Høiby	7263	1997	Lene Espegren	5057	1997

STATISTIKK

Bestenoteringer for en del utøvere i Ski IL , med avsluttet karrière i perioden 1919-95 Kvinner

Karriérear: 1946-1949

Grethe Boger (1926)	100m: 13,7 (1950)	Lengde: 4,74 (1948)	Diskos: 25,74 (1947)	L.u.t: 2,38 (1947)
-------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------

Margit Eibak (???)	Kule: 8,37 (1948)
------------------------------	----------------------

Helene Johansson (Født 1932)	Lengde: 4,36 (1947)	Høyde: 1,40 (1947)	L.u.t: 2,17 (1947)
--	------------------------	-----------------------	-----------------------

Reidun Kiserud (Født 1931)	Lengde: 4,41 (1948)	Kule: 9,00 (1951)	Diskos: 26,81 (1948)	L.u.t: 2,39,5 (1949)
--------------------------------------	------------------------	----------------------	-------------------------	-------------------------

Randi Skoghus (Født 1913)	Kule: 8,33 (1947)	L.u.t: 2,26 (1947)
-------------------------------------	----------------------	-----------------------

Sigrid Sæther (Født 1921)	100m: 13,2 (1947)	200m: 28,0 (1947)	Lengde: 4,20 (1947)	L.u.t: 2,48 (1948)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------

Karriérear: 1950-1959

Klara Lunde (1920)	Diskos: 28,34 (1950)
------------------------------	-------------------------

Borghild Sanne (1914)	Kule: 8,26 (1950)	Diskos: 27,45 (1950)
---------------------------------	----------------------	-------------------------

Karriérear: 1960-1969

Kristin Andersen/Trosdahl (Født 1948)	100m: 13,8 (1966)	Lengde: 4,56 (1963)	Kule: 8,24 (1964)	Spyd: 37,63 (1965)	Diskos: 26,50 (1974)
---	----------------------	------------------------	----------------------	-----------------------	-------------------------

Aud Gaasemyr (Født 1947)	L.u.t: 2,35 (1964)
------------------------------------	-----------------------

Ingvild Gaasemyr (Født 1949)	L.u.t: 2,38 (1963)	H.u.t: 1,11 (1966)
--	-----------------------	-----------------------

Magnhild Gaasemyr (Født 1945)	Høyde: 1,42 (1962)	Kule: 9,68 (1964)	Diskos: 27,70 (1964)	L.u.t: 2,49 (1963)	H.u.t: 1,20 (1963)
---	-----------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

May Britt Gustavsen (Født 1949)	Lengde: 4,63 (1966)	Høyde: 1,41 (1964)	L.u.t: 2,33 (1964)
---	------------------------	-----------------------	-----------------------

Turid Else Sevli (Født 1948)	100m: 13,4 (1963)	200m: 29,0 (1964)
--	----------------------	----------------------

Anne Berit Skoghus (Født 1944)	Kule: 9,70 (1964)
--	----------------------

Wenche Syversen (Født 1955)	100m: 13,9 (1969)	200m: 29,1 (1969)	400m: 64,3 (1970)	Lengde: 4,42 (1969)
---------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------

Karriéreår: 1970-1979

Heidi Agard (Født 1964)	100m: 13,4 (1979)	200m: 27,6 (1979)	400m: 61,8 (1979)	800m: 2,19,6 (1982)	1500m: 5,10,6 (1979)
-----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------

Anne Marie Gedde (Født 1960)	100m: 14,1 (1978)	400m: 64,0 (1978)	800m: 2,20,9 (1978)	1500m: 4,49,1 (1979)	3000m: 10,29,2 (1979)	5000m: 17,56,4 (1982)	Lengde: 4,67 (1977)
	Kule: 8,04 (1977)	Spyd: 29,04 (1978)	L.u.t: 2,22 (1974)				

Solfrid Mauland (Født 1960)	200m: 29,3 (1976)	100mh: 18,5 (1978)	200mh: 34,7 (1976)	300mh: 52,2 (1976)	400mh: 75,5 (1978)	Lengde: 4,83 (1977)	Høyde: 1,66 (1978)
	Kule: 9,91 (1982)	Diskos: 37,98 (1982)	Spyd: 46,32 (1982)	Slegge: 22,40 (1982)	L.u.t: 2,45 (1979)	H.u.t: 1,30 (1978)	

Grete Moe (Født 1961)	100m: 13,7 (1975)	100mh: 17,6 (1977)	200mh: 35,4 (1977)	Lengde: 4,76 (1976)	Høyde: 1,50 (1978)	Kule: 10,55 (1978)	Diskos: 34,38 (1978)	H.u.t: 1,26 (1977)
---------------------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Yngvill Myhre (Født 1959)	100m: 13,9 (1974)	200m: 27,8 (1974)	400m: 60,6 (1974)	800m: 2,29,3 (1973)	Lengde: 5,08 (1976)	Høyde: 1,45 (1975)	L.u.t: 2,32 (1974)	H.u.t: 1,13 (1974)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Elisabeth Olsen (Født 1961)	100m: 13,1 (1981)	200m: 26,7 (1981)	400m: 58,02 (1980)	800m: 2,13,0 (1978)	1500m: 4,36,8 (1978)	400mh: 74,5 (1975)	Lengde: 4,81 (1979)
	L.u.t: 2,22 (1973)						

Lise Pedersen (Født 1961)	100m: 12,9 (1979)	200m: 26,7 (1978)	400m: 59,4 (1979)	Lengde: 4,41 (1979)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------

Tove Røysted (Født 1961)	100m: 13,7 (1976)	200m: 28,6 (1976)	100mh: 16,7 (1976)	400mh: 75,4 (1978)	Lengde: 4,78 (1979)	Høyde: 1,73 (1979)	Kule: 9,81 (1979)
	Diskos: 25,28 (1976)	Spyd: 37,28 (1983)	Slegge: 15,82 (1982)	L.u.t: 2,43 (1976)	H.u.t: 1,26 (1976)		

Wenche Røysted (Født 1961)	200m: 29,4 (1976)	100mh: 17,6 (1977)	400mh: 75,7 (1975)	Lengde: 4,53 (1976)	Høyde: 1,60 (1976)	Kule: 8,22 (1977)	L.u.t: 2,26 (1976)	H.u.t: 1,18 (1976)
--------------------------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------

Randi Skjedsvold (Født 1961)	100m: 12,9 (1976)	200m: 27,3 (1976)	400m: 63,1 (1978)	100mh: 19,8 (1976)	200mh: 34,4 (1976)	Lengde: 4,31 (1976)	L.u.t: 2,28 (1975)
--	----------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------

Janne Syversen (Født 1957)	100m: 14,0 (1971)	200m: 29,1 (1971)	100mh: 19,5 (1974)	Lengde: 5,08 (1975)	Høyde: 1,60 (1973)	L.u.t: 2,39 (1972)	H.u.t: 1,20 (1972)
--------------------------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Ragnhild Ulsaker (Født 1957)	100m: 13,6 (1973)	200m: 29,4 (1975)	Lengde: 4,87 (1975)	L.u.t: 2,50 (1973)	H.u.t: 1,15 (1974)
--	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------

Karriéreår: 1980-1989

Mette Aarheim (Født 1966)	100m: 12,9 (1981)	200m: 26,5 (1981)	100mh: 15,4 (1983)	200mh: 31,2 (1981)	300mh: 50,2 (1981)	Lengde: 5,48 (1983)	Høyde: 1,45 (1982)
	Kule: 10,23 (1983)	Diskos: 28,88 (1983)	Spyd: 34,26 (1987)	L.u.t: 2,40 (1982)	H.u.t: 1,20 (1981)	7-kamp: 4169 (1983)	

Ellen Aasum (Født 1967)	100m: 14,0 (1982)	200m: 29,1 (1984)	100mh: 16,0 (1984)	200mh: 32,1 (1985)	300mh: 51,2 (1982)	400mh: 69,5 (1986)	Lengde: 4,93 (1985)
	Høyde: 1,84 (1985)	Tresteg: 11,32 (1990)	Kule: 8,39 (1986)	Spyd: 40,72 (1985)	L.u.t: 2,54 (1985)	H.u.t: 1,30 (1984)	7-kamp: 4172 (1984)

Marianne Johansen (Født 1968)	100m: 13,7 (1982) L.u.t: 2,34 (1986)	200m: 29,1 (1982) H.u.t: 1,10 (1982)	Lengde: 4,81 (1982)	Høyde: 1,50 (1984)	Kule: 9,57 (1986)	Diskos: 30,76 (1986)	Spyd: 43,90 (1986)
--	---	---	------------------------	-----------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------

Lill Ann Jordfald (Født 1964)	100m: 13,3 (1980)	200m: 28,1 (1980)	Lengde: 4,56 (1980)	Spyd: 34,12 (1982)	L.u.t: 2,29 (1979)
--	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------

Kristin Lie (Født 1971)	1500m: 5,06,43 (1994) Stav: 2,10 (1989)	3000m: 10,50,98 (1994) Kule: 8,15 (1990)	5000m: 19,26,3 (1993) Spyd: 35,62 (1989)	10000m: 38,38,46 (1994) Slegge: 17,34 (1989)	100mh: 19,6 (1988) L.u.t: 2,18 (1990)	Lengde: 4,48 (1986) 7-kamp: 2741 (1988)	Høyde: 1,41 (1988)
------------------------------------	--	---	---	---	--	--	-----------------------

Bente Marie Minker (Født 1969)	100m: 13,9 (1985)	Lengde: 4,34 (1986)	Høyde: 1,40 (1986)	Kule: 9,07 (1986)	Diskos: 34,54 (1985)	Spyd: 29,48 (1987)	L.u.t: 2,35 (1986)
---	----------------------	------------------------	-----------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

Sissel Paulsen (Født 1966)	100m: 12,5 (1983) Lengde: 5,79 (1984)	200m: 26,4 (1981) Høyde: 1,55 (1982)	400m: 62,3 (1982) Kule: 9,60 (1985)	100mh: 18,2 (1981) Diskos: 28,46 (1984)	200mh: 31,8 (1983) Spyd: 47,60 (1982)	300mh: 49,2 (1982) L.u.t: 2,53 (1982)	400mh: 71,3 (1984) H.u.t: 1,30 (1982)
---------------------------------------	--	---	--	--	--	--	--

Trine Solberg (Født 1966)	400m: 65,0 (1981)	800m: 2,26,2 (1981)	1500m: 5,18,6 (1984)	Lengde: 4,60 (1980)	Høyde: 1,58 (1981)	Kule: 11,48 (1983)	Spyd: 68,94 (1985)	H.u.t: 1,15 (1980)
--------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Line Syversen (Født 1966)	100m: 14,1 (1981)	200m: 29,1 (1981)	Lengde: 4,50 (1981)	L.u.t: 2,31 (1982)
--------------------------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------

Helga Øde (Født 1967)	200m: 29,2 (1985) Diskos: 30,04 (1987)	800m: 2,30,4 (1985) Spyd: 41,40 (1986)	100mh: 18,3 (1985)	400mh: 75,2 (1985)	Lengde: 4,35 (1985)	Høyde: 1,57 (1985)	Kule: 9,32 (1986)
----------------------------------	---	---	-----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	----------------------

Karrièrår: 1990-1995

Elin Bøhler(Født 1976)	100m: 13,52 (1989) Tresteg: 9,61 (1992)	200m: 27,7 (1993) L.u.t: 2,25 (1991)	400m: 61,28 (1995) H.u.t: 1,15 (1989)	800m: 2,28,10 (1989)	300mh: 45,80 (1994)	400mh: 67,66 (1995)	Lengde: 4,88 (1990)
-------------------------------	--	---	--	-------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

Lise Jensen (Født 1979)	100m: 12,95 (1996) 100mh: 14,99 (1997) Diskos: 18,32 (1992)	150m: 19,56 (1996) 300mh: 43,54 (1997) Spyd: 31,77 (2000)	200m: 25,84 (1998) 400mh: 59,53 (2001) 7-kamp: 4282 (1999)	400m: 56,51 (2001) Lengde: 4,61 (1994)	800m: 2,14,97 (1998) Høyde: 1,54 (1997)	1000m: 3,14,76 (1991) Tresteg: 10,43 (1999)	1500m: 5,03,51 Kule: 8,34 (1997)
NB! Bestenoteringene er oppdatert til etter 1995							

Monica Jensen (Født 1975)	Lengde: 4,26 (1998)	Kule: 10,90 (1993)	Diskos: 34,36 (1993)	Slegge: 46,16 (1998)	Spyd(gml): 23,70 (1994)	Spyd(ny): 22,36 (1999)	7-kamp: 27,32 (1998)
NB! Bestenoteringene er oppdatert til etter 1995							

Bestenoteringer for en del utøvere i Ski IL, med avsluttet karriere i perioden 1919-95 Menn

Karriereår: 1919-1929

Johannes Ekjord (Født 1900)	Lengde u. t: 2,91 (1926)	Høyde u. t: 1,40 (1927)
---------------------------------------	-----------------------------	----------------------------

Hans Engh (Født 1900) ?	Kule: 11,25 (1927)	Diskos: 33,74 (1927)
-----------------------------------	-----------------------	-------------------------

Eiolf Gleditsch (Født 1903)	Høyde: 1,62,5 (1925)	Lengde u. t: 3,03 (1926)	Høyde u.t: 1,35,5 (1926)
---------------------------------------	-------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Haakon Hammer (Født 1904)	Kule: 10,50 (1927)	Diskos: 37,68 (1928)
-------------------------------------	-----------------------	-------------------------

Nils Jørstad (Født 1900)	3000m: 10,13,3 (1924)	Kule: 10,43 (1925)	Spyd: 41,31 (1925)
------------------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------

Øistein Løkke (Født 1903) ?	100m: 11,3 (1926)	Lengde: 6,13 (1926)	Tresteg: 10,04 (1927)	Spyd: 38,67 (1926)
---------------------------------------	----------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------

Rolf Pytterud (Født 1897)	100m: 12,0 (1921)	Lengde: 5,66 (1919)	Tresteg: 12,10 (1919)
-------------------------------------	----------------------	------------------------	--------------------------

Harald T. Ruud (Født 1893)	Stav: 3,04 (1921)	Tresteg: 11,69 (1919)	Kule: 9,47 (1919)
--------------------------------------	----------------------	--------------------------	----------------------

Gunnar Skaarud (Født 1901)	800m: 2,10,5 (1924)	3000m: 9,50,6 (1924)	Høyde: 1,60 (1924)	Diskos: 30,14 (1924)
--------------------------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------

Brynjulf Skotner (1900)	Lengde: 5,63 (1925)	Tresteg: 12,59 (1925)	Spyd: 45,81 (1925)
-----------------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------

Hans Skotner (Født 1903)	Kule: 10,45 (1925)	Spyd: 41,15 (1925)
------------------------------------	-----------------------	-----------------------

Karriereår: 1930-1939

Leif Aarstad (Født 1917)	400m: 58,4 (1935)	800m: 2,18,5 (1934)	Lengde: 6,26 (1933)	Høyde: 1,60 (1934)	Tresteg: 11,21 (1934)	L. u. t: 2,63 (1934)
------------------------------------	----------------------	------------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------	-------------------------

Egil Andresen (Født 1914)	1500m: 4,40,2 (1933)
-------------------------------------	-------------------------

Leif Bøhmer (Født 1912)	100m: 11,5 (1938)	200m: 25,7 (1939)	400m: 57,6 (1937)	1500m: 5,03,2 (1934)	110m hekk: 18,5 (1936)	Lengde: 6,86 (1934)	Høyde: 1,71 (1929)
	Stav: 3,29 (1936)	Tresteg: 13,87 (1937)	Kule: 12,51 (1937)	Diskos: 35,87 (1935)	Spyd: 55,89 (1935)	5-kamp: 2876p (1934)	10-kamp: 5233p (1934)

Knut Ervik (Født 1913)	100m: 11,4 (1938)	200m: 23,8 (1937)	400m: 52,9 (1937)	800m: 2,06,4 (1937) ?	1500m: 4,38,0 (1937)	Lengde: 5,96 (1937)	Stav: 2,90 (1937)
----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	--------------------------	-------------------------	------------------------	----------------------

Odd Gjelsvik (Født 1915)	100m: 11,9 (1939)	400m: 55,0 (1939)	800m: 2,10,0 (1939)	1500m: 4,20,0 (1939)	3000m: 9,45,2 (1934)	5000m: 17,13,1 (1934)
	110m.h: 19,5 (1937)	400m.h: 64,2 (1937)	Lengde: 5,40 (1935)			

Anders Grytland (Født 1915)	1500m: 4,24,0 (1938)	3000m: 9,26,3 (1938)	5000m: 16,27,7 (1938)	10000m: 37,06,0 (1938)
--	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Helge Gundersen (Født 1912) ?	Kule: 12,21 (1935)	Diskos: 30,23 (1933)
--	-----------------------	-------------------------

Bjørn Hemsén (Født 1914)	100m: 11,6 (1932)	200m: 24,8 (1932)	400m: 55,5 (1933)	110m.h: 20,5 (1934)	Lengde: 5,96 (1933)	L. u. t:: 2,68 (1931)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------

Jens Hemsén (Født 1916)	400m: 56,9 (1936)	800m: 2,13,6 (1935)	1500m: 4,43,4 (1935)	3000m: 10,24,9 (1947)	5000m: 18,26,8 (1936)
------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	--------------------------	--------------------------

Kristian Kvakestad (Født 1902)	800m: 2,12,9 (1935)	1500m: 4,22,9 (1937)	3000m: 9,06,4 (1935)	5000m: 16,15,2 (1937)	10000m: 36,51,5 (1938)	Stav: 2,70 (1937)
	5000m: 16,03,2 (1931)	10000m: 35,21,5 (1931)	Stav: 3,00 (1930)	Som medlem av Kråkstad I.L		

Leif Larssen (Født 1919)	100m: 12,0 (1936)	200m: 25,2 (1938)	110mh: 19,7 (1936)	Lengde: 6,05 (1938)	Høyde: 1,60 (1937)?	Diskos: 28,02 (1938)	5-kamp: 2386 (1938)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	------------------------	------------------------	-------------------------	------------------------

Einar Moe (Født 1918)	100m: 12,9 (1937)	Lengde: 5,49 (1935)	Kule: 10,62 (1935)	Diskos: 29,47 (1935)	Spyd: 49,52 (1938)
----------------------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Einar Nore (Født 1905)	100m: 11,4 (1933)	200m: 26,2 (1932)	400m: 55,6 (1932)	Lengde: 6,44 (1932)	Høyde: 1,62 (1933)	Tresteg: 12,64 (1932)
-----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------

Sverre Norum (Født 1913)	100m: 12,8 (1935)	400m: 59,7 (1935)	800m: 2,17,2 (1934)	1500m: 4,43 (1934)	Stav: 2,65 (1935)	Diskos: 27,98 (1934)	Spyd: 35,57 (1934)
	5-kamp: 2066 (1934)	10-kamp: 4374 (1935)					

Erling Otterness (Født 1914)	100m: 12,4 (1934)	200m: 24,9 (1934)	400m: 57,6 (1934)	800m: 2,08,3 (1934)	Høyde: 1,71 (1937)	Tresteg: 11,33 (1934)
	Kule: 11,24 (1940)	Diskos: 34,79 (1935)	L.u.t: 2,78 (1936)			

Nils Otterness (Født 1918))	100m: 11,8 (1938)	400m: 57,4 (1937)	110mh: 18,1 (1940)	Lengde: 5,61 (1937)	Høyde: 1,87 (1937)	Kule: 9,49 (1937)	Diskos: 34,24 (1938)
	Slegge: 37,42 (1952)	L.u.t: 2,85,5					

Hans Skaarud (Født 1911)	100m: 11,8 (1933)	400m: 58,1 (1933)	Lengde: 5,80 (1933)	Høyde: 1,62 (1932)	Tresteg: 12,30 (1932)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------

Sigurd Sperbund (Født 1906)	1500m: 4,24,0 (1929)	3000m: 9,19,0 (1933)	5000m: 16,12,0 (1933)	10000m: 33,44,2 (1928)
--	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Gunnar Thorne (Født 1905)	400m: 57,5 (1933)	110mh: 19,7 (1933)	Lengde: 6,11 (1933)?	Spyd: 39,95 (1933)
--------------------------------------	----------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Arne Ugland (Født 1915)	200m: 26,8 (1936)	1500m: 4,57,4 (1936)	110mh: 21,4 (1934)	Kule: 12,27 (1940)	Diskos: 39,97 (1946)	Spyd: 48,94 (1936)	Slegge: 26,95 (1949)	5-kamp: 2534 (1936)
------------------------------------	----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------	------------------------

Bjarne Ås (Født 1912) ?	1500m: 4,49,2 (1933)	3000m: 10,31,0 (1933)	5000m: 17,51,2 (1933)?
------------------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Karriérear: 1940-1949

Bjørn Balstad (Født 1916)	100m: 11,3 (1939) Tresteg: 12,67 (1938)	400m: 55,6 (1939) Kule: 10,38 (1938)	1500m: 4,50,6 (1937) Diskos: 26,57 (1937)	110mh: 16,8 (1939) Spyd: 38,15 (1939)	Lengde: 6,18 (1938) 10-kamp: 4912p (1938)	Høyde: 1,71 (1937)	Stav: 3,20 (1939)
-------------------------------------	--	---	--	--	--	-----------------------	----------------------

Martin Bjørkelo (Født 1911)	1500m: 4,41,0 (1946)	5000m: 18,03,8 (1951)	10000m: 37,44,0 (1951)	L.u.t: 2,81,5 (1937)
---------------------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------	-------------------------

Arne Dammen (Født 1921)	100m: 11,9 (1946)	400m: 55,2 (1946)	800m: 2,17,2 (1946)	1500m: 4,32,0 (1946)	Startet karriéren i Fremad
-----------------------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	----------------------------

Reidar Holger Andersen (Født 1924)	100m: 12,7 (1948)	400m: 59,8 (1945)	800m: 2,12,4 (1945)	1500m: 4,17,1 (1945)	3000m: 9,33,2 (1947)	5000m: 16,27,4 (1946)
--	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Helge Dammen (Født 1929)	100m: 12,2 (1950) Høyde: 1,55 (1948)	200m: 24,9 (1950) Tresteg: 10,65 (1948)	400m: 54,3 (1950)	800m: 2,06,6 (1950)	1500m: 4,26,8 (1947)	110mh: 19,1 (1950)	400mh: 61,2 (1950)
------------------------------------	---	--	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

Arne Eibakk (Født 1925)	1500m: 4,20,2 (1946)	110mh: 20,6 (1946)	Diskos: 27,60 (1950)
-----------------------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------

Kåre Holm (Født 1918)	100m: 12,5 (1946)	Lengde: 5,83 (1946)	Høyde: 1,65 (1948)	Tresteg: 11,56 (1948)	Kule: 10,79 (1946)	Diskos: 34,56 (1946)	Spyd: 45,72 (1948)	L.u.t: 2,70 (1946)
---------------------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

Helge Karlsrud (Født 1926)	100: 11,4 (1946) Tresteg: 10,39 (1949)	200m: 24,4 (1948) L.u.t: 2,87 (1947)	400m: 54,0 (1948)	800m: 2,20,8 (1949)	1500m: 4,47,4 (1949)	3000m: 10,29,4 (1952)	110mh: 20,5 (1946)
--------------------------------------	---	---	----------------------	------------------------	-------------------------	--------------------------	-----------------------

Ottar Martinsen (Født 1921)	100m: 11,9 (1948) Lengde: 6,20 (1948) 5-kamp: 2308 (1951)	200m: 25,1 (1947) Høyde: 1,55 (1948) 10-kamp: 4838 (1948)	400m: 54,2 (1948)	800m: 2,08,6 (1947)	1500m: 4,31,0 (1947)	110mh: 18,9 (1948)	400mh: 62,7 (1948) Slegge: 22,98 (1947)
---------------------------------------	--	--	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------	--

Torkild Martinsen (Født 1920)	100m: 11,5 (1947)	Lengde: 6,16 (1947)	Høyde: 1,55 (1947)	L.u.t: 2,78 (1948)
---	----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------

Kristian Modin (Født 1921)	100m: 12,0 (1947) Spyd: 35,18 (1947)	110mh: 17,9 (1948) L.u.t: 3,05 (1940)	Lengde: 5,86 (1946) H.u.t: 1,41 (1948)	Høyde: 1,65 (1946)	Tresteg: 12,21 (1946)	Kule: 10,21 (1946)	Diskos: 32,54 (1946)
--------------------------------------	---	--	---	-----------------------	--------------------------	-----------------------	-------------------------

Einar Moe (Født 1918)	100m: 12,9 (1937)	Lengde: 5,49 (1935)	Kule: 10,62 (1935)	Diskos: 29,47 (1935)	Spyd: 49,52 (1938)	Startet karriéren i Fremad
---------------------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	----------------------------

Einar Olausson (Født 1923)	400m: 59,6 (1945)	800m: 2,15,8 (1946)	Startet karriéren i Fremad
--------------------------------------	----------------------	------------------------	----------------------------

Rolf Olsen (Født ????)	100m: 12,7 (1932)	400m: 58,8 (1931)	Tresteg: 11,20 (1932)	Kule: 9,58 (1935)	Startet karriéren i Fremad
----------------------------------	----------------------	----------------------	--------------------------	----------------------	----------------------------

John Skaarud (Født: 1924)	100m: 12,9 (1948)	1500m: 4,37,2 (1948)	3000m: 10,30,0 (1948)	L.u.t: 2,67,5 (1948)	Startet karriéren i Fremad
-------------------------------------	----------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------------

Knut Skoghus (Født 1913))	Lengde: 6,06 (1939) 5-kamp: 2011 (1949)	Tresteg: 11,11 (1949)	Kule: 11,93 (1938)	Diskos: 35,68 (1938)	Spyd: 50,26 (1948)	Slegge: 30,58 (1952)	L.u.t: 2,90 (1948)
-------------------------------------	--	--------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Trygve Stenerud (Født 1919)	100m: 11,5 (1950) L.u.t: 3,16,5 (1947)	Lengde: 7,15 (1947) H.u.t: 1,45 (1949)	Høyde: 1,75 (1938) 5-kamp: 2069 (1938)	Tresteg: 12,70 (1947)	Kule: 11,88 (1945)	Diskos: 36,97 (1945)	Slegge: 28,77 (1947)
--	---	---	---	--------------------------	-----------------------	-------------------------	-------------------------

Odd Henry Strand (Født 1927)	100m: 12,1 (1947)	200m: 25,1 (1947)	400m: 53,2 (1949)	800m: 2,01,4 (1947)	1500m: 4,28,4 (1947)	110mh: 20,7 (1950)	400mh: 62,6 (1950)	Tresteg: 10,98 (1950)
---	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------	--------------------------

Odd Jacob Strand (Født 1924)	100m: 11,9 (1947) Høyde: 1,60 (1951) L.u.t: 2,70,5 (1949)	200m: 25,1 (1948) Stav: 3,10 (1950) 10-kamp: 4598 (1949)	400m: 57,2 (1949) Tresteg: 10,53 (1949)	1500m: 5,07, (1949) Kule: 10,73 (1950)	110mh: 18,1 (1949) Diskos: 30,01 (1949)	400mh: 68,1 (1949) Spyd: 42,10 (1950)	Lengde: 5,48 (1949) Slegge: 26,06 1951
---	--	---	--	---	--	--	---

Kjell Syversen (Født 1925)	100m: 12,1 (1949) 10000m: 36,56,8 (1948) L.u.t: 2,65 (1949)	200m: 25,6 (1948) 110mh: 19,5 (1948) 10-kamp: 4414 (1949)	400m: 55,2 (1949) 400mh: 60,2 (1949)	800m: 2,02,5 (1948) Lengde: 5,52 (1949)	1500m: 4,15,8 (1948) Høyde: 1,60 (1946)	3000m: 9,42,4 (1948) Tresteg: 10,52 (1948)	5000m: 16,48,0 (1949) Spyd: 38,63 (1949)
---------------------------------------	--	--	---	--	--	---	---

Trygve Syversen (Født 1922)	100m: 11,5 (1946) 200mh: 31,2 (1981) Diskos: 29,96 (1947)?	200m: 24,0 (1949) 400mh: 56,4 (1947) Spyd: 41,85 (1949)	400m: 51,7 (1946) Lengde: 6,67 (1947) Slegge: 28,74 (1950)	800m: 2,01,5 (1950) Høyde: 1,65 L.u.t: 2,91 (1946)	1500m: 4,27,0 (1946) Stav: 2,90 H.u.t: 1,36	10000m: 36,56,8 (1948) Tresteg: 12,36 (1946) 5-kamp: 2752 (1949)	110mh: 17,1 (1949) Kule: 10,60 (1949) 10-kamp: 5223 (1949)
--	---	--	---	--	--	---	---

Erik Trondsen (Født 1927)	100m: 12,2 (1948) Kule: 9,23 (1948)	400m: 56,4 (1948) Diskos: 26,93 (1948)	110mh: 20,0 (1948) Spyd: 38,10 (1949)	Lengde: 5,81 (1948) L.u.t: 2,63 (1949)	Høyde: 1,65 (1948) 10-kamp: 4520 (1948)	Stav: 3,00 (1948)	Tresteg: 12,70 (1948)
--------------------------------------	--	---	--	---	--	----------------------	--------------------------

Tron Trondsen (Født 1921)	100m: 11,6 (1948) Stav: 3,20 (1948)	200m: 24,5 (1948) Tresteg: 12,83 (1948)	400m: 55,6 (1948) Kule: 9,36 (1948)	110mh: 18,8 (1948) 10-kamp: 4715 (1948)	400mh: 66,9 (1949)	Lengde: 6,35 (1949)	Høyde: 1,70 (1948)
--------------------------------------	--	--	--	--	-----------------------	------------------------	-----------------------

Bent Vale (Født 1911)	100m: 12,6 (1946)	400m: 55,4 (1939)	110mh: 20,5 (1946)	Lengde: 6,05 (1939)	Kule: 10,83 (1939)	Diskos: 32,09 (1946)	Spyd: 45,67 (1939)	L.u.t: 2,70 (1953)
	100m: 11,8 (1933)	200m: 24,3 (1932)	1500m: 4,22,6 (1933)	3000m: 9,47,7 (1932)	Lengde: 6,39 (1935)	Som medlem av Gjerpen I.F		

Sverre Vinker (Født 1926)	100m: 12,2 (1949) Tresteg: 11,83 (1946)	200m: 26,0 (1949) Kule: 9,43 (1949)	400m: 57,4 (1949) Diskos: 26,72 (1948)	110mh: 20,6 (1949) Spyd: 42,53 (1949)	Lengde: 5,80 (1949) Slegge: 23,22 (1950)	Høyde: 1,60 (1949)	Stav: 2,90 (1949)
--------------------------------------	--	--	---	--	---	-----------------------	----------------------

Karriérear: 1950-1959

Kjell Andersen (Født 1932)	400m: 59,2 (1953) Slegge: 22,96 (1951)	800m: 2,10,2 (1953) L.u.t: 2,72 (1954)	1500m: 4,20,0 (1955)	3000m: 9,47,8 (1951)	5000m: 16,41,0 (1951)	400mh: 70,3 (1953)	Tresteg: 10,27 (1950)
---------------------------------------	---	---	-------------------------	-------------------------	--------------------------	-----------------------	--------------------------

Kåre Berget (Født 1929)	100m: 12,6 (1950) 110mh: 17,9 (1954)	200m: 26,1 (1953) 400mh: 63,0 (1953)	400m: 57,2 (1953) Lengde: 5,59 (1950)	800m: 2,08,8 Tresteg: 11,15 (1948)	1500m: 4,22,0 (1948) Diskos: 26,20 (1950)	3000m: 9,46,0 L.u.t: 2,80,5 (1954)	5000m: 17,45,0 (1951)
------------------------------------	---	---	--	--	--	--	--------------------------

Olav Grønvold (Født 1939)	100m: 11,4 (1955)	200m: 23,8 (1957)	400m: 54,4 (1958)	Lengde: 5,70 (1955)	Tresteg: 10,19 (1955)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	--------------------------

Lars Holmen (Født 1930)	100m: 12,1 (1953)	200m: 24,6 (1953)	400m: 54,4 (1953)	800m: 2,02,7 (1953)	1500m: 4,12,6 (1953)	3000m: 9,22,6 (1953)	400mh: 71,2 (1954)
-----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------

Johan Johannson (Født 1934)	100m: 11,4 (1951)	200m: 23,5 (1954)	400m: 58,4 (1950)	110mh: 15,3 (1954)	400mh: 65,3 (1950)	Lengde: 7,04 (1957)	Høyde: 1,71	Tresteg: 13,93 (1954)
	Kule: 9,98 (1951)	Diskos: 26,68 (1953)	Spyd: 41,13 (1951)	Slegge: 20,41 (1950)	L.u.t: 3,00 (1956)	H.u.t: 1,41 (1956)	5-kamp: 2410 (1952)	

Erland Sander (Født 1929)	200m: 26,3 (1952)	400m: 56,3 (1954)	800m: 2,05,8 (1953)	1500m: 4,15,0 (1955)	3000m: 9,15,5 (1953)	5000m: 16,15,0 (1955)	10000m: 35,28,0 (1953)
	110mh: 19,5 (1954)	400mh: 60,0 (1954)	Kule: 9,13 (1956)	Slegge: 20,27 (1949)	Spyd: 37,39 (1956)	L.u.t: 2,63 (1953)	

Thorleif Smestad (Født 1940)	100m: 11,9 (1958)	Lengde: 5,73 (1958)	Kule: 11,39 (1959)	Diskos: 34,76 (1959)	Spyd: 36,29 (1959)	Slegge: 23,31 (1959)	L.u.t: 2,81 (1956)	H.u.t: 1,30 (1957)
--	----------------------	------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

Ronny Torp (Født 1929)	100m: 12,1 (1950)	200m: 25,6 (1950)	400m: 55,8 (1951)	800m: 2,09,3 (1951)	400mh: 66,5 (1950)
----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------

Odd Stenerud (Født 1925)	100m: 11,7 (1947)	Lengde: 6,19	Høyde: 1,65	Tresteg: 12,88 (1952)	Kule: 14,20 (1953)	Diskos: 42,55 (1953)	Spyd: 42,13 (1954)
	Slegge: 29,57 (1961)	L.u.t: 3,14 (1952)	H.u.t: 1,38 (1947)				

Karriereår: 1960-1969

Knut Aasgaard (Født 1942)	100m: 11,2 1964	200m: 23,5 (1964)	400m: 53,2 (1964)	Lengde: 5,34 (1982)	Som medlem av Fredrikstad I.F
	100m: 10,8 (1960)	200m: 22,2 (1961)	400m: 50,6 (1961)	Lengde: 6,65 (1960)	

Terje Bentestuen (Født 1940)	800m: 2,08,5 (1963)	1500m: 4,24,2 (1960)	3000m: 9,25,0 (1963)	5000m: 16,32,0 (1960)	3000mh: 10,44,1 (1963)
--	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Leif Bjerklund (Født 1929)	1500m: 4,13,6 (1966)	3000m: 8,55,6 (1966)	5000m: 15,20,4 (1966)	10000m: 32,01,6 (1966)	Som medlem av Vidar
	1500m: 3,58,2 (1953)	3000m: 8,32,0 (1953)	5000m: 14,48,4 (1953)		

Paul Bjørlo (Født 1946)	800m: 2,08,0 (1964)	1500m: 4,26,0 (1964)	3000m: 9,42,6 (1964)
-----------------------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------

Stein Bjørlo (Født 1944)	100m: 12,2 (1962)	400m: 54,8 (1962)	800m: 1,58,6 (1964)	1500m: 3,57,2 (1965)	3000m: 8,22,8 (1969)	5000m: 14,16,8 (1973)	10000m: 29,33,0 (1973)
	Maraton: 2,31,42 (1972)						

Bjørn Bjørneng (Født 1940)	100m: 11,3 (1960)	200m: 23,0 (1961)	400m: 50,2 (1961)	800m: 1,54,1 (1963)	1500m: 4,07,2 (1967)	5000m: 16,54,8 (1967)	110mh: 18,9 (1962)
	400mh: 57,8 (1962)	Lengde: 6,19 (1958)	Tresteg: 10,80 (1959)	Diskos: 27,68 (1960)	Spyd: 38,25 (1961)	Slegge: 21,56 (1962)	Lengde u.t: 2,76 (1959)
	5-kamp: 2794p (1960)	10-kamp: 4334p (1958)					

Pål Bjørnstad (Født 1949)	100m: 11,9 (1966) Spyd: 42,40 (1967)	200m: 25,3 (1966) 5-kamp: 2459 (1967)	400m: 55,1 (1966)	800m: 2,04,6 (1967)	1500m: 4,21,2 (1966)	3000m: 9,24,0 (1967)	Lengde: 5,61 (1967)
--------------------------------------	---	--	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------

Nils Brandt (Født 1950)	100m: 11,7 (1968) Tresteg: 12,30 (1969)	200m: 23,9 (1969)	400m: 53,9 (1969)	110mh: 17,5 (1968)	400mh: 61,6 (1968)	Lengde: 6,05 (1968)	Høyde: 1,55 (1968)
------------------------------------	--	----------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------

Bård Bræin (Født 1944)	100m: 11,9 (1962) Kule: 11,75 (1964)	200m: 25,6 (1962) Diskos: 37,04 (1962)	110mh: 17,0 (1962) Spyd: 46,00 (1962)	Lengde: 6,77 (1963) Lengde u.t: 3,05 (1962)	Høyde: 1,70 (1962) Høyde u.t: 1,46 (1962)	Stav: 2,60 (1962)	Tresteg: 13,51 (1964)
-----------------------------------	---	---	--	--	--	----------------------	--------------------------

Egil Bråthe (Født 1950)	100m: 11,7 (1968) Lengde: 5,95 (1967)	200m: 24,0 (1967)	400m: 51,3 (1967)	800m: 1,54,1 (1972)	1500m: 4,00,4 (1967)	3000m: 8,48,3 (1980)	5000m: 16,10,2 (1980)
------------------------------------	--	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Svein Erik Bøhler (Født 1947)	100m: 11,7 (1963) Lengde: 5,57 (1962)	200m: 23,7 (1966) Høyde: 1,65 (1963)	400m: 51,1 (1965) L.u.t: 2,66 (1963)	800m: 1,52,1 (1967) H.u.t: 1,34 (1963)	1500m: 3,50,2 (1968)	3000m: 8,30,2 (1968)	5000m: 15,21,0 (1968)
						10000m: 31,38,2 (1968)	Medlem av NTHI

Jørgen Dahl (Født 1939)	400m: 56,4 (1959)	800m: 2,04,6 (1959)	1500m: 4,10,2 (1963)	3000m: 8,48,6 (1966)	5000m: 15,04,8 (1965)	10000m: 31,58,0 (1966)
------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Leif Engebretsen (Født 1936)	Kule: 12,03 (1963)	Spyd: 62,90 (1965)
---	-----------------------	-----------------------

Idar Furuseth (Født 1939)	100m: 11,9 (1965)	200m: 23,7 (1966)	400m: 52,5 (1961)	Lengde: 6,06 (1966)	Høyde: 1,68 (1966)	Stav: 2,75 (1961)
--------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	----------------------

Ole Furuseth (Født 1946)	100m: 11,7 (1965) Kule: 10... (1966)	200m: 23,8 (1966) Diskos: 30,54 (1966)	1500m: 4,46,7 (1964) Spyd: 42,88 (1966)	Lengde: 6,87 (1967) Slegge: 25,08 (1966)	Høyde: 1,66 (1964) L.u.t: 2,66 (1985)	Stav: 3,11 (1964) 5-kamp: 2963 (1966)	Tresteg: 14,52 (1968) Lengde: 7,04 (1968) Underkjent
-------------------------------------	---	---	--	---	--	--	---

Steinar Dalene (Født 1946)	100m: 12,0 (1964)	200m: 25,5 (1962)	400m: 54,9 (1962)	800m: 2,05,5 (1963)	1500m: 4,24,4 (1963)	Tresteg: 11,13 (1961)
---------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	--------------------------

Einar Gundersen (1943)	100m: 12,8 (1960)	200m: 26,7 (1959)	400m: 54,5 (1961)	800m: 1,58,9 (1962)	1500m: 3,57,8 (1962)	3000m: 8,57,4 (1962)	5000m: 15,35,8 (1962)
-----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Atle Haugdahl (Født 1952)	100m: 11,9 (1968) Tresteg: 11,08 (1968)	200m: 24,6 (1968) L.u.t: 2,61 (1991)	400m: 51,5 (1968)	800m: 1,57,6 (1968)	1500m: 4,10,4 (1968)	3000m: 9,22,4 (1968)	400mh: 64,1 (1968)
	100m: 11,6 (1969)	200m: 24,4 (1970)	400mh: 61,9 (1970)	Lengde: 6,10 (1970)	Som medlem av Ås I.L.		

Knut Haugen (Født 1939)	Diskos: 29,39 (1964)	Slegge: 48,29 (1965)
------------------------------------	-------------------------	-------------------------

Svein Hedlo (Født 1943)	100m: 11,3 (1967)	200m: 23,3 (1967)	400m: 53,2 (1967)	1500m: 4,41,4 (1967)	110mh: 17,4 (1968)	Lengde: 6,81 (1967)	Høyde: 1,80 (1968)	
	Stav: 3,20 (1967)	Tresteg: 12,60 (1967)	Kule: 10,57 (1968)	Diskos: 31,94 (1967)	Spyd: 53,66 (1969)	L.u.t: 2,99 (1967)	5-kamp: 3061 (1968)	10-kamp: 5903 (1967)
	Høyde: 1,81 (1966)	L.u.t: 3,05 (1962)	H.u.t: 1,61 (1961)	Som medlem av Ås I.L				

Kåre Holmen (Født 1939)	100m: 11,9 (1961)	200m: 24,5 (1962)	400m: 54,8 (1962)	800m: 2,04,9 (1962)	1500m: 4,26,9 (1962)	110mh: 19,6 (1962)	400mh: 64,6 (1961)	Lengde: 5,89 (1961)
	Høyde: 1,70 (1962)	Tresteg: 11,86 (1962)	Diskos: 30,38 (1962)	Spyd: 46,26 (1962)	L.u.t: 2,88 (1962)	H.u.t: 1,38 (1962)	5-kamp: 2688 (1962)	

Rolf Holth (Født 1947)	100m: 11,8 (1964)	200m: 24,0 (1966)	400m: 52,8 (1966)	800m: 1,58,6 (1965)	1500m: 4,11,2 (1965)
-----------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------

Ole Edvard Høiby (Født 1943)	100m: 12,0 (1961)	200m: 25,1 (1961)	Lengde: 5,45 (1960)	Tresteg: 12,35 (1960)	Kule: 13,21 (1963)	Diskos: 34,16 (1962)	Spyd: 46,48 (1961)	Høyde: 1,71 (1961)
	Slegge: 26,78 (1962)	L.u.t: 2,87						

Knut Erik Høiby (Født 1944)	100m: 11,9 (1966)	200m: 25,6 (1962)	400m: 54,9 (1966)	1500m: 4,48,7 (1966)	110mh: 16,0 (1967)	Lengde: 5,75 (1966)	Høyde: 1,85 (1968)	Stav: 2,70 (1962)
	Tresteg: 12,10 (1966)	Kule: 14,28 (1968)	Diskos: 41,40 (1968)	Spyd: 50,12 (1967)	Slegge: 32,94 (1966)	L.u.t: 2,99 (1966)	H.u.t: 1,51 (1963)	10-kamp: 5506 (1966)

Helge Jacobsen (1941)	100m: 12,6 (1959)	200m: 25,2 (1959)?	400m: 56,5 (1959)	800m: 2,06,5 (1963)	1500m: 4,28,5 (1959)	3000m: 9,52,7 (1960)	5000m: 17,19, (1960)
	3000mh: 10,52,9 (1963)	400mh: 64,4 (1963)					

Øivind Jacobsen (Født 1942)	100m: 11,8 (1964)	200m: 23,9 (1964)	400m: 52,8 (1964)	800m: 2,00,6 (1962)	1500m: 4,17,0 (1962)	110mh: 15,8 (1965)	400mh: 55,3 (1965)
	Lengde: 5,89 (1964)	Høyde: 1,71 (1964)	Stav: 2,80 (1964)	Tresteg: 12,36 (1963)	Kule: 11,10 (1964)	Spyd: 42,60 (1962)	L.u.t: 3,07 (1962)
	H.u.t: 1,53 (1962)	5-kamp: 2779 (1964)	10-kamp: 5244 (1964)				

Oddvar Johnsen (Født 1942)	Kule: 11,82 (1961)	Diskos: 33,68 (1961)	Spyd: 73,09 (1961)	Slegge: 21,24 (1961)
---------------------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-------------------------

Kolbjørn Jordfald (Født 1937)	100m: 11,6 (1961)	200m: 24,0 (1961)	400m: 55,8 (1966)	800m: 2,16,5 (1974)	1500m: 4,54,2 (1967)	110mh: 19,4 (1968)	Lengde: 6,44 (1964)
	Høyde: 1,67 (1973)	Stav: 3,05 (1968)	Tresteg: 12,16 (1964)	Kule: 11,00 (1973)	Diskos: 30,92 (1966)	Spyd(ny): 50,20 (1989)	Spyd(gml): 65,38 (1970)
	L.u.t: 2,94 (1963)	H.u.t: 1,30 (1973)	5-kamp: 2977 (1964)	10-kamp: 4953 (1971)			

Ivar Keiserås (Født 1934)	800m: 2,01,6 (1968)	1500m: 4,05,1 (1967)	3000m: 8,52,4 (1967)	5000m: 16,07,8 (1967)
--------------------------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Jan Kristian Kjeldstad (Født 1944)	200m: 24,6 (1962)	400m: 53,8 (1963)	800m: 2,01,6 (1963)	1500m: 4,28,7 (1963)	110mh: 18,1 (1963)	Lengde: 6,28 (1964)	Tresteg: 12,42 (1962)
	110mh: 16,9 (1961)	Som medlem av Oppegård					

Håkon Olav Lislerud (Født 1943)	100m: 12,2 (1961) L.u.t: 2,69 (1966)	Høyde: 1,55 (1960) H.u.t: 1,40 (1966)	Stav: 2,80 (1962)	Tresteg: 11,72 (1961)	Kule: 11,12 (1967)	Diskos: 35,50 (1963)	Slegge: 56,16 (1969)
--	---	--	----------------------	--------------------------	-----------------------	-------------------------	-------------------------

Tormod Lislerud (1940)	100m: 11,9 (1959) Tresteg: 12,80 (1959) 5-kamp: 2709 (1959)	200m: 24,7 (1959) Kule: 16,43 (1971) 10-kamp: 4518 (1958)	400m: 55,7 (1958) Diskos: 59,98 (1971) Lengde u.t: 3,16 (1963)	1500m: 4,49,5 (1959) Spyd: 36,11 (1959) Som medlem av Freidig	110mh: 17,8 (1959) Slegge: 36,22 (1966)	Lengde: 6,20 (1959) L.u.t: 2,95 (1980)	Høyde: 1,70 (1959) H.u.t: 1,45 (1980)
-----------------------------------	--	--	---	---	--	---	--

Thor Henrik Mathisen (1937)	800m: 1,57,6 (1963)	1500m: 4,01,0 (1965)	3000m: 8,55,8 (1964)	5000m: 16,09,5 (1964)
--	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Jan Myrvold (Født 1947)	100m: 11,9 (1966)	Lengde: 5,45 (1962)	Høyde: 1,65 (1964)	H.u.t: 1,39 (1964)	Kule: 12,02 (1967)	Diskos: 32,86 (1973)	Spyd: 65,52 (1975)
------------------------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Åge Nyborg (Født 1952)	100m: 12,6 (1968) 110mh: 21,7 (1970)	200m: 26,1 (1968) 400mh: 67,0 (1969)	400m: 55,7 (1968)	800m: 2,01,2 (1969)	1500m: 4,04,7 (1969)	3000m: 8,45,6 (1970)	5000m: 15,47,2 (1970)
-----------------------------------	---	---	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Arve Ringsby (Født 1948)	100m: 11,4 (1969)	200m: 24,2 (1969)
-------------------------------------	----------------------	----------------------

Jan Raanås (Født 1943)	100m: 11,8 (1963) 3000mh: 10,40,6 (1966)	200m: 24,2 (1965) Tresteg: 10,56 (1967)	400m: 53,1 (1963) Spyd: 39,83 (1965)	800m: 2,01,1 (1966) 5-kamp: 2299 (1966)	1500m: 4,11,4 (1967)	3000m: 9,10,4 (1966)	5000m: 16,15,0 (1967)
-----------------------------------	---	--	---	--	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Helge Skaarer (Født 1939)	800m: 2,02,9 (1965)	1500m: 4,17,0 (1964)	3000m: 9,16,2 (1963)	5000m: 16,13,4 (1963)	10000m: 34,25,0 (1963)	3000mh: 10,03,0 (1963)
--------------------------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------	---------------------------

Ulf Solberg (Født 1945)	100m: 11,1 (1963) Lengde: 6,21 (1963)	200m: 22,6 (1963) Tresteg: 12,09 (1967)	400m: 51,8 (1967) Kule: 11,12 (1967)	800m: 2,08,4 (1966) Diskos: 28,78 (1966)	1500m: 4,48,2 (1964) Spyd: 44,89 (1962)	110mh: 19,3 (1964) 5-kamp: 2720 (1964)	400mh: 59,6 (1963) 10-kamp: 4569 (1964)
------------------------------------	--	--	---	---	--	---	--

Markus Svendsen (Født 1941)	800m: 2,01,0 (1966)	1500m: 4,06,9 (1966)	3000m: 9,06,2 (1966)	5000m: 16,59,0 (1969)	10000m: 31,57,4 (1966)
--	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Wilhelm Sorteberg (Født 1950)	100m: 11,8 (1968) Stav: 4,22 (1968) 10-kamp: 5058 (1967)	200m: 25,5 (1967) Tresteg: 11,71 (1967)	400m: 54,5 (1968) Kule: 10,71 (1968)	1500m: 5,06,1 (1968) Diskos: 28,58 (1968)	110mh: 15,9 (1968) Spyd: 39,90 (1967)	Lengde: 6,18 (1968) L.u.t: 2,93 (1967)	Høyde: 1,79 (1968) H.u.t: 1,45 (1967)
--	---	--	---	--	--	---	--

Morten Thorgersen (Født 1951)	100m: 11,7 (1969)	200m: 24,5 (1969)	400m: 52,1 (1971)	800m: 1,53,7 (1971)	1500m: 3,55,5 (1974)	3000m: 8,41,2 (1969)	Høyde: 1,58 (1968)
--	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------

Kåre Våten(Født 1930)	400m: 58,6 (1974) 400m: 53,2 (1954)	800m: 2,12,7 (1961) 800m: 2,03,2 (1954)	1500m: 4,29,1 (1961)	3000m: 9,59,8 (1961) Som medlem av Vikersund
------------------------------	--	--	-------------------------	--

Dag Øverby (Født 1943)	Kule: 15,20 (1972)	Diskos: 55,86 (1973)	Spyd: 38,47 (1964)	L.u.t: 2,70 (1966)
-----------------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

Karriéerår: 1970-1979

Øivind Aarvold (Født 1944)	Høyde: 1,91 (1974)	Tresteg: 12,61 (1971)	Kule: 11,58 (1971)	Diskos: 30,90 (1971)	Spyd: 50,60 (1971)
--------------------------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Dag Anmarkrud (Født 1951)	200m: 24,6 (1969)	400m: 52,5 (1969)	800m: 1,55,7 (1973)	1500m: 3,53,6 (1973)	3000m: 8,22,6 (1973)	5000m: 14,32,6 (1973)
	Lengde: 5,90 (1969)	Høyde: 1,65 (1968)	Tresteg: 11,07 (1968)		Spyd: 45,64 (1969)	5-kamp: 2612p (1968)

Harald Arnesen (Født 1948)	100m: 11,4 (1967)	200m: 23,4 (1967)	400m: 51,4 (1967)	800m: 2,07,4 (1966)	Lengde: 6,16 (1972)	Høyde: 1,66 (1972)	Tresteg: 12,90 (1967)	Kule: 10,89 (1972)
	Slegge: 22,22 (1973)	L.u.t: 2,87 (1972)	H.u.t: 1,36 (1973)					

Kjell Bjerknes (Født 1949)	100m: 12,0 (1976)	200m: 24,7 (1976)	Lengde: 6,10 (1976)	Kule: 12,53 (1976)	Diskos: 37,80 (1976)	Spyd: 51,76 (1976)
	100m: 11,0 (1969)	200m: 22,5 (1969)	Lengde: 6,91 (1971)	Kule: 13,00 (1972)	Diskos: 39,18 (1972)	Som medlem av Bamse

Reidar Dahl (Født 1948)	100m: 12,4 (1965)	200m: 25,6 (1968)	400m: 58,4 (1967)	1500m: 4,59,8 (1971)	110mh: 21,2 (1972)	Lengde: 5,60 (1975)	Høyde: 1,59 (1971)
	Stav: 3,00 (1965)	Tresteg: 11,93 (1975)	Kule: 10,55 (1993)	Diskos: 30,74 (1968)	Spyd(ny): 50,04 (1987)	Spyd(gml): 57,38 (1966)	L.u.t: 2,63 (1972)
	H.u.t: 1,30 (1972)	5-kamp: 2408p (1966)	10-kamp: 4313 (1967)				

Hilmar Dingstad (Født 1953)	100m: 12,2 (1971)	200m: 25,0 (1970)	400m: 53,1 (1971)	400mh: 59,4 (1971)	Lengde: 6,36 (1973)	Høyde: 1,70 (1970)	Stav: 2,80 (1970)
	Tresteg: 12,07 (1970)	Spyd: 42,16 (1971)					

Øivind Eidesmo (Født 1942)	100m: 11,4 (1971)	200m: 23,7 (1972)	400m: 52,8 (1972)	L.u.t: 2,97 (1972)	H.u.t: 1,35 (1972)
--------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------

Kyrre Eilertsen (Født 1946)	100m: 11,6 (1972)	200m: 23,3 (1971)	400m: 49,8 (1972)	800m: 1,58,8 (1972)	1500m: 4,22,8 (1972)	L.u.t: 2,99 (1972)
---------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------

Per Kristian Høyum (Født 1955)	100m: 12,2 (1972)	200m: 25,4 (1971)	400m: 56,5 (1972)	800m: 2,00,9 (1972)	1500m: 4,08,1 (1972)
--	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------

Terje Kjeldstad (Født 1949)	400m: 56,3 (1969)	800m: 2,05,8 (1968)	1500m: 4,08,2 (1971)	3000m: 8,59,4 (1975)	5000m: 16,11,6 (1974)	10000m: 34,27,6 (1971)
---------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Dag Erik Kjendseth (Født 1959)	100m: 12,0 (1978)	200m: 24,5 (1976)	400m: 54,5 (1975)	800m: 2,07,4 (1975)	1500m: 4,23,2 (1975)	Lengde: 5,46 (1974)	L.u.t: 2,63 (1975)
--	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	-----------------------

Morten Kløvstad (Født 1955)	100m: 12,1 (1974)	200m: 25,3 (1974)	400m: 55,3 (1974)	800m: 2,05,3 (1974)	1500m: 4,46,3 (1974)	110mh: 21,0 (1974)	Lengde: 5,38 (1974)
	Høyde: 1,55 (1974)	Spyd: 35,00 (1974)	L.u.t: 2,94 (1980)	H.u.t: 1,40 (1980)	10-kamp: 4153 (1974)		
	200m: 24,7 (1973)	400m: 53,7 (1973)	800m: 2,03,7 (1973)	400mh: 65,4 (1973)	Lengde: 5,62 (1973)	Høyde: 1,65 (1973)	Som medlem av Ås

Per Olav Lande (Født 1949)	100m: 12,0 (1968)	200m: 25,2 (1973)	400m: 55,1 (1969)	800m: 2,00,6 (1971)	1500m: 4,06,5 (1971)	3000m: 9,03,4 (1971)	5000m: 16,13,0 (1972)
	400mh: 66,8 (1973)	Lengde: 5,90 (1966)	Høyde: 1,66 (1970)	L.u.t: 2,74 (1967)	H.u.t: 1,30 (1973)		

Hans Erik Matre (Født 1954)	100m: 12,0 (1973)	200m: 24,2 (1973)	200mh: 29,2 (1974)	Lengde: 5,64 (1972)	Høyde: 1,88 (1974)	Tresteg: 11,31 (1973)
---------------------------------------	----------------------	----------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------

Steinar Myhre (Født 1957)	400m: 52,6 (1973)	800m: 1,52,5 (1975)	1500m: 4,01,8 (1972)	3000m: 9,04,4 (1974)	Høyde: 1,70 (1973)
-------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------

Nils Edvard Nygaard (Født 1955)	400m: 56,4 (1975)	800m: 2,05,1 (1975)	1500m: 4,06,9 (1975)	3000m: 8,56,8 (1975)	5000m: 16,05,2 (1975)	Høyde: 1,60 (1976)
---	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	-----------------------

Arve Naalsund (Født: 1951)	100m: 11,7 (1969)	200m: 24,6 (1970)	400m: 52,0 (1970)	800m: 1,56,6 (1970)	1500m: 4,09,5 (1974)	3000m: 9,24,0 (1974)	110mh: 20,0 (1972)
	400mh: 59,7 (1974)	Lengde: 6,14 (1972)	Høyde: 1,68 (1972)	Stav: 3,10 (1968)	Tresteg: 12,79 (1972)	L.u.t: 2,73 (1968)	Kule: 9,58 (1972)
	Diskos: 31,30 (1981)	Spyd: 46,04 (1973)	10-kamp: 4960 (1972)				

Bjørn Naalsund (Født 1953)	100m: 12,2 (1969)	200m: 25,6 (1970)	400m: 54,0 (1972)	800m: 2,00,4 (1971)	1500m: 4,23,0 (1969)	Kule: 9,98 (1989)	Høyde: 1,55 (1969)
--------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	----------------------	-----------------------

Torgeir Risnes (Født 1948)	400m: 53,5 (1965)	800m: 1,55,5 (1970)	1500m: 3,51,3 (1970)	3000m: 8,15,0 (1970)	5000m: 14,48,4 (1970)	10000m: 33,25,6 (1970)
--------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Morten Skaug (1960)	100m: 12,5 (1978)	200m: 25,9 (1977)	400m: 57,1 (1977)	800m: 2,05,6 (1976)	1500m: 4,23,0 (1976)	3000m: 10,15,0 (1977)	110mh: 20,1 (1978)
	Lengdsde: 5,53 (1978)	Høyde: 1,84 (1978)	Kule: 9,98 (1978)	10-kamp: 4058 (1978)			

Tron Skoghus (Født 1950)	Høyde: 1,59 (1966)	Kule: 11,45 (1973)	Diskos: 29,34 (1975)	Spyd: 57,16 (1969)
------------------------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------------

Jon Syversen (Født 1954)	100m: 12,3 (1971)	200m: 25,5 (1971)	400m: 58,2 (1972)	800m: 2,15,5 (1971)	110mh: 20,6 (1971)	200mh: 29,8 (1974)	400mh: 66,1 (1972)
------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Knut Syversen (Født 1952)	100m: 11,9 (1969)	200m: 24,5 (1975)	400m: 54,5 (1969)	800m: 1,58,0 (1972)	1500m: 4,03,0 (1975)	3000m: 9,07,0 (1975)	5000m: 16,29,2 (1972)
	10000m: 34,25,0 (1971)	3000mh: 11,06,8 (1973)	110mh: 19,9 (1975)	200mh: 31,1 (1974)	400mh: 65,1 (1975)	Tresteg: 10,20 (1974)	

Jens Tingulstad (Født 1953)	100m: 12,2 (1969)	200m: 26,1 (1969)	400m: 54,2 (1972)	800m: 2,00,7 (1971)	1500m: 4,13,0 (1971)	400mh: 62,2 (1970)	Lengde: 5,46 (1970)
	Høyde: 1,65 (1969)	Tresteg: 11,73 (1970)					

Geir Ulekleiv (Født 1954)	800m: 2,03,8 (1979)	1500m: 4,04,3 (1977)	3000m: 8,44,2 (1976)	5000m: 15,28,0 (1978)	10000m: 32,33,8 (1979)
-------------------------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------

Grunde Vale (Født 1948)	400m: 56,6 (1965)	800m: 2,07,2 (1965)	1500m: 4,12,6 (1974)	3000m: 8,51,6 (1974)	5000m: 15,25,8 (1977)	10000m: 32,26,5 (1978)	Lengde: 5,45 (1964)
	Tresteg: 12,14 (1964)	Maraton: 2,31,41 (1978)	Maraton: 2,30,09 (1978) Kontrollmåling viste for kort løype				

Reidar Wester (Født 1954)	100m: 12,8 (1979)	200m: 26,0 (1973)	400m: 56,6 (1980)	800m: 2,04,3 (1973)	1500m: 4,11,9 (1972)	3000m: 9,14,6 (1971)	5000m: 16,06,4 (1972)
-------------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------

Karriérear: 1980-1989

Per Einar Arnstad (Født 1958)	100m: 11,2 (1982)	200m: 22,8 (1983)	400m: 49,95 (1983)	800m: 1,57,3 (1983)	1500m: 4,39,1 (1980)	3000m: 10,30,0 (1982)	110mh: 15,8 (1983)
	200mh: 25,2 (1983)	400mh: 53,89 (1983)	Lengde: 7,10 (1985)	Høyde: 1,85 (1981)	Stav: 2,95 (1980)	Tresteg: 14,10 (1984)	Kule: 10,34 (1981)
	Diskos: 32,40 (1981)	Spyd: 51,20 (1985)	Slegge: 24,32 (1982)	L.u.t: 3,10 (1985)	H.u.t: 1,55 (1982)	10-kamp: 5674p (1980)	

Svenn Erik Bolle (Født 1964)	100m: 11,8 (1989)	400m: 55,2 (1988)	1500m: 5,01,1 (1988)	110mh: 16,2 (1988)	Lengde: 6,41 (1989)	Høyde: 1,92 (1989)	Stav: 3,70 (1988)
	Kule: 13,16 (1988)	Diskos: 38,64 (1988)	Spyd: 46,48 (1988)	H.u.t: 1,60 (1989)	10-kamp: 6099 (1988)		
	400m: 53,18 (1983)	1500m: 4,41,19 (1983)	Lengde: 6,62 (1983)	Kule: 13,39 (1986)	Som medlem av Vestby I.L		

Jan-Håvard Graarud (Født 1957)	100m: 12,0 (1988)	200m: 25,2 (1987)	400m: 55,2 (1988)	1500m: 4,35,9 (1989)	110mh: 16,3 (1987)	Lengde: 6,50 (1990)	Høyde: 2,01 (1988)
	Stav: 3,65 (1989)	Tresteg: 13,86 (1987)	Kule: 12,37 (1991)	Diskos: 39,90 (1988)	Spyd: 52,76 (1989)	10-kamp: 6193 (1987)	
	100m: 12,01 (1982)	200m: 24,0 (1981)	400m: 53,6 (1982)	1500m: 4,30,1 (1981)	110mh: 16,30 (1982)	Lengde: 6,54 (1982)	Høyde: 2,04 (1979)
	Stav: 3,70 (1982)	Spyd: 57,98 (1982)	10-kamp: 6557 (1982)	Som medlem av Rakkestad I.F			

Fredrik Holth (Født 1973)	100m: 11,5 (1991)	200m: 24,12 (1990)	110mh: 15,1 (1991)	200mh: 27,9 (1989)	Lengde: 6,52 (1989)	Høyde: 1,80 (1990)	Tresteg: 12,77 (1990)
	L.u.t: 2,69 (1989)	H.u.t: 1,36 (1988)					

Øyvind Huse (Født 1962)	200m: 26,1 (1981)	800m: 2,07,3 (1980)	1500m: 4,20,7 (1979)	3000m: 9,04,0 (1980)	5000m: 16,14,0 (1980)	10000m: 36,09,0 (1979)	Diskos: 26,88 (1980)
------------------------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------------------	-------------------------

Ulf Indahl (Født 1965)	100m: 11,9 (1984)	200m: 24,41 (1984)	400m: 52,24 (1984)	800m: 1,58,3 (1986)	1500m: 4,16,0 (1982)	3000m: 10,07,9 (1980)	Tresteg: 10,69 (1980)
	Kule: 10,69 (1983)	Spyd: 44,02 (1982)	L.u.t: 2,75 (1982)				

Eirik Kahrs (Født 1969)	100m: 11,4 (1988)	200m: 23,0 (1989)	400m: 52,36 (1988)	1500m: 4,56,1 (1988)	110mh: 15,4 (1988)	200mh: 26,1 (1989)	400mh: 57,9 (1988)
	Lengde: 6,29 (1989)	Høyde: 2,00 (1988)	Stav: 3,95 (1989)	Tresteg: 12,98 (1987)	Kule: 10,79 (1988)	Diskos: 35,26 (1988)	Spyd: 45,94 (1989)
	L.u.t: 3,02 (1989)	H.u.t: 1,60 (1989)	10-kamp: 6293 (1989)				

Geir Olsen (Født 1966)	100m: 12,29 (1985)	200m: 24,68 (1984)	400m: 53,3 (1985)	800m: 2,03,4 (1983)	1500m: 4,38,1 (1982)	200mh: 29,1 (1985)	400mh: 59,8 (1985)	L.u.t: 1,30 (1984)
-----------------------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------	------------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Dag Sjøberg (Født 1961)	200m: 25,2 (1977)	400m: 53,6 (1981)	800m: 1,56,08 (1982)	1500m: 3,56,2 (1981)	3000m: 8,25,26 (1985)	5000m: 14,54,4 (1983)	10000m: 31,58,6 (1984)
------------------------------------	----------------------	----------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	--------------------------	---------------------------

Petar Vukicevic (Født 1956)	110mh: 15,21 (1989)	Tresteg: 14,01 (1989)	110mh: 14,23 (1989)	Oppnådd i Serbisk mesterskap, Ikke som representant for Ski IL.			
--	------------------------	--------------------------	------------------------	--	--	--	--

Espen Øien (Født 1966)	100m: 11,6 (1985)	200m: 23,3 (1984)	400m: 54,7 (1982)	800m: 2,20,4 (1981)	200mh: 27,4 (1986)	Lengde: 6,05 (1984)	Tresteg: 10,90 (1982)
	Kule: 9,22 (1985)	Spyd: 42,28 (1983)	L.u.t: 2,87 (1985)	H.u.t: 1,44 (1985)			

Karriérear: 1990-1995

Gunnar Ensrud (Født 1970)	100m: 11,91 (1990)	200m: 23,68 (1993)	400m: 53,42 (1990)	1500m: 5,01,5 (1993)	110mh: 15,69 (1993)	200mh: 28,65 (1988)	400mh: 57,2 (1993)
	Lengde: 6,24 (1995)	Høyde: 1,92 (1995)	Stav: 3,70 (1993)	Tresteg: 11,99 (1992)	Kule: 10,38 (1992)	Diskos: 32,46 (1992)	Spyd: 47,76 (1993)
	L.u.t: 2,93 (1989)	H.u.t: 1,45 (1989)	10-kamp: 5717 (1995)				

Atle Guttormsen (Født 1972)	100m: 12,02 (1996)	200m: 24,38 (1992)	400m: 54,75 (1989)	800m: 2,15,4 (1990)	110mh: 15,19 (1995)	200mh: 26,09 (1995)	400mh: 58,77 (1990)
	Lengde: 5,85 (1992)	Høyde: 1,72 (1989)	Stav: 3,55 (1989)	Tresteg: 11,96 (1992)	Kule: 10,54 (1996)	Slegge: 21,88 (1992)	Spyd: 41,85 (1998)
	H.u.t: 1,30 (1992)	L.u.t: 2,83 (1992)					

Arild Høiby (Født 1971)	100m: 11,8 (1990)	200m: 24,12 (1992)	400m: 54,84 (1989)	110mh: 19,1 (1990)	200mh: 28,73 (1988)	Lengde: 6,04 (1990)	Høyde: 1,55 (1990)
	Stav: 3,00 (1990)	Tresteg: 12,30 (1990)	Diskos: 28,32 (1997)	Spyd: 42,74 (1992)	L.u.t: 2,74 (1990)	H.u.t: 1,35 (1990)	10-kamp: 4418 (1990)

Trond Høiby (Født 1973)	100m: 11,27 (1997)	200m: 23,23 (1996)	400m: 49,65 (2000)	1500m: 4,24,39 (2000)	110mh: 14,97 (2000)	200mh: 30,40 (1988)	Lengde: 6,92 (1996)
	Høyde: 2,10 (1999)	Stav: 4,80 (1999)	Tresteg: 12,36 (1988)	Kule: 15,10 (1999)	Diskos: 48,17 (2000)	Spyd: 70,18 (2000)	Slegge: 29,88 (1992)
	L.u.t: 2,83 (1991)	H.u.t: 1,43 (1991)	10-kamp: 8085 (1999)	NB! Bestenoteringene er oppdatert per år 2000.			

Øystein Lie (Født 1973)	100m: 11,9 (1990)	200m: 24,8 (1989)	400m: 56,0 (1991)	1500m: 5,02,40 (1991)	110mh: 16,33 (1992)	Lengde: 5,96 (1990)	Høyde: 1,71 (1991)
	Stav: 2,90 (1991)	Tresteg: 11,49 (1991)	Diskos: 29,60 (1992)	Spyd: 35,64 (1991)	L.u.t: 2,82 (1991)	H.u.t: 1,37 (1991)	

Fredrik Naalsund (Født 1978)	100m: 13,05 (1991)	200m: 24,4 (1993)	400m: 52,76 (1993)	800m: 1,56,68 (1993)	1500m: 4,01,30 (1993)	3000m: 8,47,16 (1994)
---	-----------------------	----------------------	-----------------------	-------------------------	--------------------------	--------------------------

Stig Selberg (Født 1972)	100m: 11,4 (1993)	200m: 23,39 (1993)	400m: 49,69 (1991)	800m: 1,54,0 (1991)	1500m: 4,15,40 (1990)	3000m: 9,21,8 (1990)	400mh: 56,2 (1991)
	Lengde: 6,35 (1992)	Høyde: 1,86 (1990)	Stav: 3,00 (1989)	Tresteg: 12,21 (1989)	Kule: 10,35 (1991)	Diskos: 31,66 (1992)	Spyd: 45,12 (1992)
	Slegge: 35,76 (1992)	L.u.t: 3,05 (1994)	H.u.t: 1,53 (1994)				

Terje Selberg (Født 1974)	100m: 12,09 (1992)	400m: 53,13 (1991)	800m: 2,05,78 (1990)	1500m: 4,09,53 (1991)	3000m: 9,36,32 (1990)	400mh: 57,49 (1992)	Lengde: 6,05 (1992)
	Høyde: 1,80 (1991)	Stav: 3,40 (1991)	Tresteg: 12,76 (1990)	Diskos: 35,06 (1992)	Spyd: 44,68 (1992)	Slegge: 25,70 (1992)	L.u.t: 2,77 (1990)
	H.u.t: 1,38 (1990)						

Ole Christian Strømberg (Født 1972)	100m: 10,99 (1994)	200m: 22,64 (1993)	400m: 52,50 (1992)	1500m: 4,49,95 (1992)	110mh: 15,86 (1993)	Lengde: 7,09 (1991)	Høyde: 1,81 (1989)
	Stav: 3,90 (1993)	Kule: 13,61 (1994)	Diskos: 45,60 (1992)	Spyd: 61,80 (1993)	L.u.t: 2,81 (1989)	H.u.t: 1,39 (1989)?	10-kamp: 6823 (1994)

Ski ILs norgesmestere og deltagere i OL, VM og EM. Kun friidrett

Norgesmester senior, utendørs

- Trygve Stenerud: 1 gang
- Tormod Lislørud: 9 ganger
- Trine Solberg³: 3 ganger
- Ellen Aasum: 1 gang
- Trond Høiby: 5 ganger
- Christina Vukicevic⁴: 4 ganger
- Vladimir Vukicevic: 4 ganger
- Caroline Fleischer: 3 ganger
- Sondre Guttormsen: 1 gang

Norgesmester junior, utendørs

- Tormod Lislørud: 1 gang
- Stein Bjørlo: 1 gang
- Dag Anmarkrud: 2 ganger
- Ski IL, 4x1500m stafett: 1 gang
- Trine Solberg: 3 ganger
- Ellen Aasum: 1 gang
- Lise M. Jensen: 3 ganger
- Philip B. Berntsen: 3 ganger
- Vladimir Vukicevic: 2 ganger
- Caroline Fleischer: 4 ganger
- Sondre Guttormsen: 4 ganger
- Christina Vukicevic: 1 gang
- Ingeborg Rønningen: 1 gang

Deltagelse i OL

- Trine Solberg, spyd: 1984(nr. 5)
- Trond Høiby, 10-kamp: 2000(brøt pga skade)
- Christina Vukicevic, 100m hekk: 2008

Deltagelse i VM senior, utendørs

- Trond Høiby, 10-kamp: 1999
- Christina Vukicevic, 100m hekk: 2009(semi)

Deltagelse i VM junior, utendørs

- Lise Jensen, 400m hekk: 1998
- Christina Vukicevic, 110m hekk: 2004
- Vladimir Vukicevic, 110m hekk: 2008, 2010, 2012(sølv)
- Ingeborg Rønningen, spyd: 2011, 2012
- Sondre Guttormsen, stav og 110m hekk: 2018

Deltagelse i EM senior, utendørs

- Christina Vukicevic, 100m hekk: 2010, 2012(semi)
- Vladimir Vukicevic, 110m hekk: 2012(semi)
- Sondre Guttormsen, stav: 2018(nr. 6)

Deltagelse i EM junior, utendørs

- Christina Vukicevic, 100m hekk: 2005(sølv), 2009(semi)
- Philip Bjørnå Berntsen, 100m: 2007
- Vladimir Vukicevic, 110m hekk: 2009(semi), 2011
- Ingeborg Rønningen, spyd: 2011
- Sondre Guttormsen, stav: 2017
- Simen Guttormsen, stav: 2018
- Hedda Kjølberg Hauge, stav: 2018

³ I 1984 ble Trine tildelt Kongepokalen

⁴ I 2010 ble Christina tildelt kongepokalen

VÅRE MANNLIGENORGESMESTERE

(senior - hovedmesterskap og mangekamp - utendørs)

Sondre Guttormsen



Trygve Stenerud
(lengde. 1 gang)

Tormod Lislerud
(diskos. 9 ganger)

Trond Høyby
(10-kamp. 5 ganger)

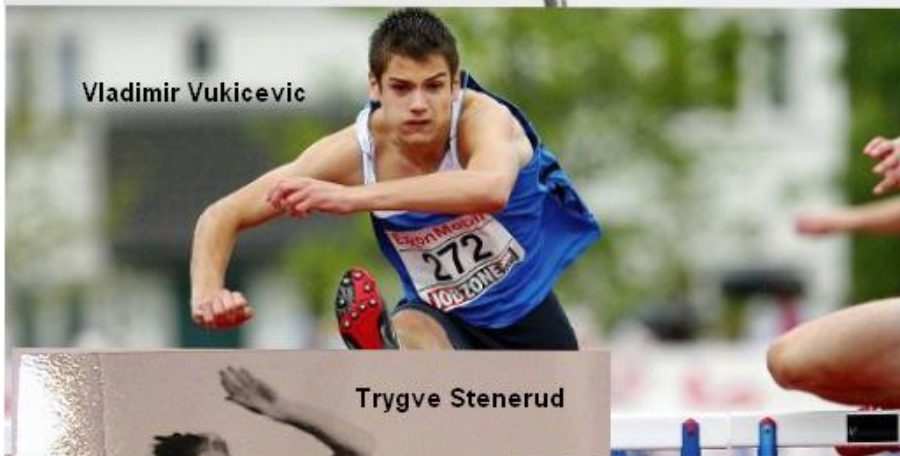
Vladimir Vukicevic
(110m hekk. 4 ganger)

Sondre Guttormsen
(Stav. 1 gang)

Tormod Lislerud



Vladimir Vukicevic



Trygve Stenerud



Trond Høyby



VÅRE KVINNELIGE NORGESMESTERE

(senior - hovedmesterskap og mangekamp)

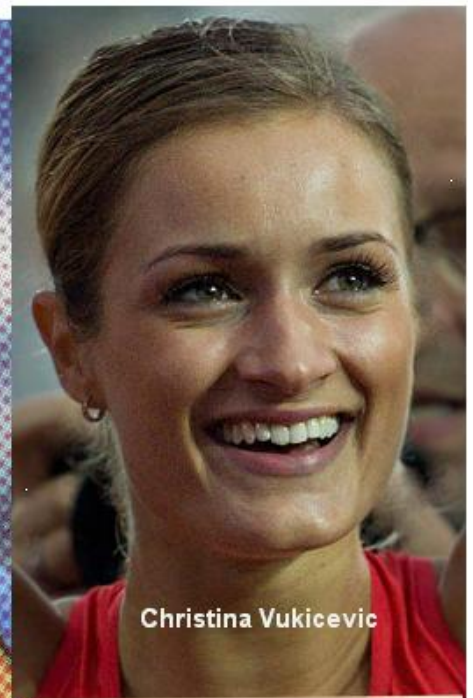
Trine Solberg
(Spyd: 1 gang)

Ellen Aasum
(Høyde: 1 gang)

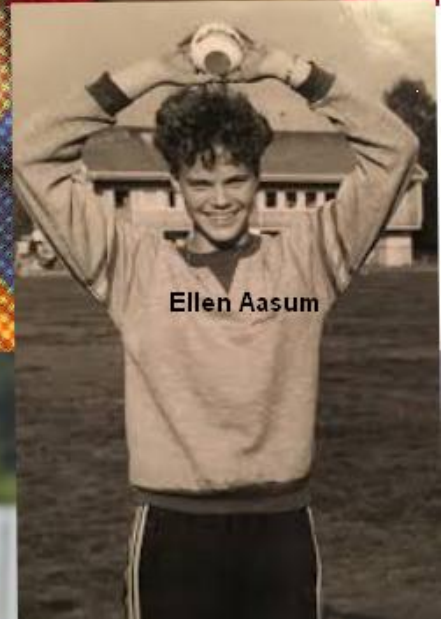
Christina Vukicevic
(100m hekk: 4 ganger)

Caroline Fleischer
(7-kamp: 2 ganger)

**TRINE
SOLBERG:**
På vei mot OL



Christina Vukicevic



Ellen Aasum



Caroline Fleischer

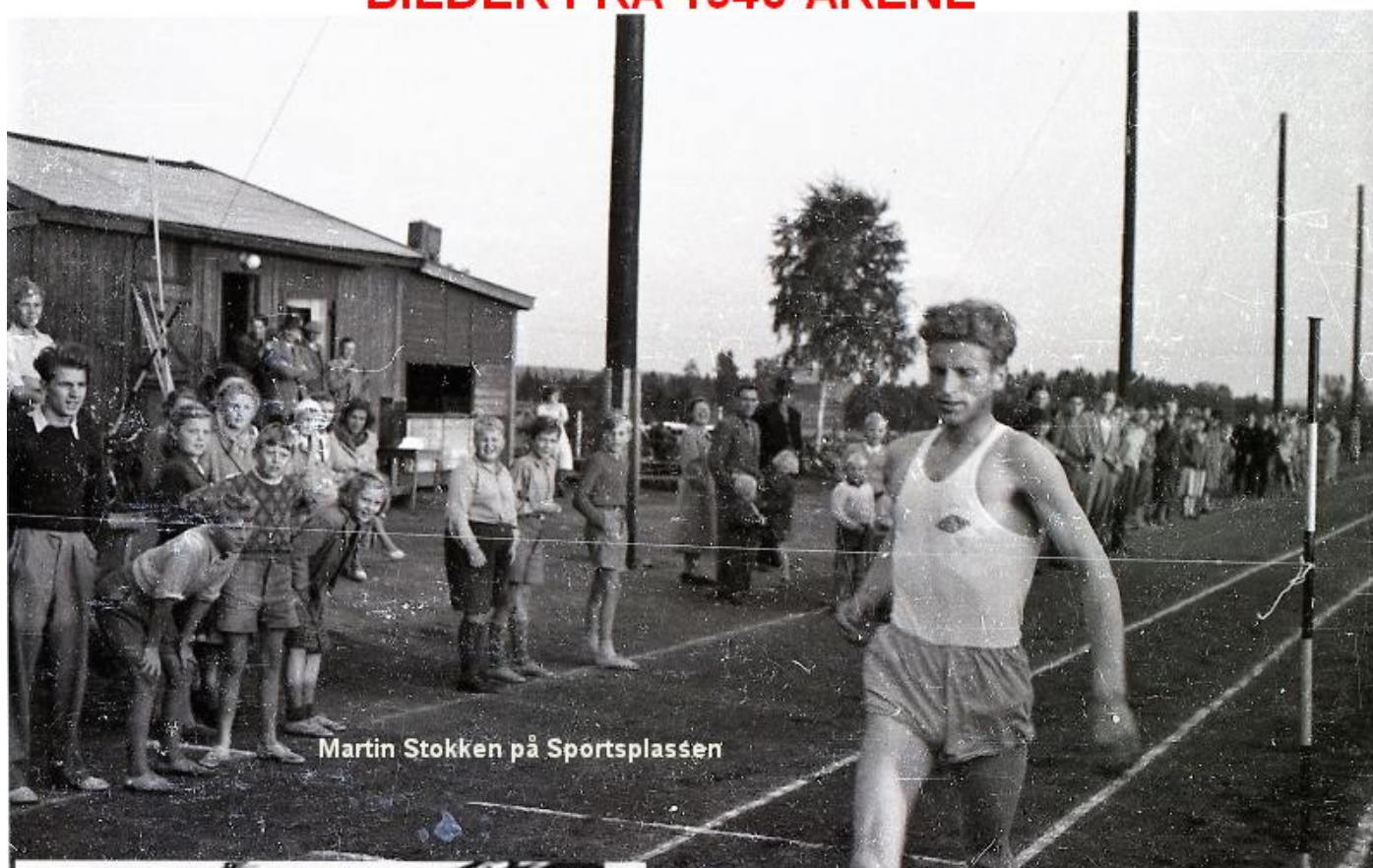
Friddrettsdommere og –startere i Ski IL (1948-2018)

Forbundsdommer og starter (FD/KS)		
(f 1899) Tor Underland (f 1925) Odd Stenerud	(f 1930) Kåre Våten (f 1942) Knut Aasgaard	(f 1948) Reidar Dahl (f 1948) Grunde Vale
Forbundsdommer (FD)		
(f 1896) Egil Rosendahl-Jensen (f 1911) Bent Vale (f 1912) Harald Hvidsten	(f 1914) Egil Andresen (f 1915) Odd Gjelsvik (f 1916) Gunnar Five	(f 1920) Ove Larssen (f 1922) Trygve Syversen (f 1972) Atle Guttormsen (f 1936) Gunnar Magnussen
Kretsdommer og starter (KD/KS)		
(f 1925) Helge Myhre (f 1929) Leif Bjerklund	(f 1931) John Berger (f 1942) Steinar Johannessen	(f 1945) Ole Eivind Nielsen
Kretsdommer (KD)		
(f 1895) Isak Eibakk (f 1897) Jonas Schjønberg (f 1901) Trygve Nore (f 1906) Bjørn Skotner (f 1906) Randolph Riber Stødle (f 1909) Konrad Marthinsen (f 1912) Margit Skoghus (f 1913) Knut Skoghus (f 1913) Randi Skoghus (f 1914) Holger Nyhus (f 1914) Erling Otterness (f 1916) Jens Hemsén (f 1917) Arne Bjørneng (f 1921) Magne Lund (f 1921) Kristian Modin (f 1923) Trygve Amundsen (f 1924) Ingar Ekeli (f 1925) Arne Eibakk (f 1925) Kjell Syversen (f 1926) Birger Gustavsen (f 1926) Ragnar Wester (f 1928) Karsten Loftås (f 1930) Jon P. Arnstad (f 1931) Reidar Skovdahl (f 1932) Knut Nygård (f 1933) Kåre Berge (f 1934) Johan Johannson (f 1935) Bjarne Sel (f 1936) Per Krosshavn (f 1937) Kolbjørn Jordfald	(f 1937) Astrid Kahrs (f 1938) Ragnar Engebret (f 1939) Idar Furuseth (f 1939) Olav Grønvold (f 1939) Kåre Holmen (f 1939) Ragnhild Høiby (f 1940) Bjørn Bjørneng (f 1940) Tormod Lislørud (f 1941) John Gray (f 1942) Oddvar Johnsen (f 1943) Ole-Edvard Høiby (f 1944) Bård Bræin (f 1944) Knut Erik Høiby (f 1944) Unni Olsen (f 1944) Anne Berit Skoghus (f 1945) Knut Hongrø (f 1946) Paul Bjørlo (f 1946) Ole Furuseth (f 1946) Tore Selberg (f 1946) Ove Johnny Strømberg (f 1947) Lars Johan Bøe (f 1947) Svein Erik Bøhler (f 1947) Bjørn Eidissen (f 1947) Rolf Holth (f 1947) Kjell Jensen (f 1947) Odd Kvernaas (f 1947) Odd Sørensen (f 1949) Kjell Bjerknes (f 1950) Thore Reidar Bøhler (f 1952) Christian Lillo	(f 1953) Stein Engen (f 1957) Jan Håvard Graarud (f 1959) Arild Bjørneng (f 1960) Trude Bakke (f 1960) Dag Kristoffersen (f 1961) Ingar Iversen (f 1961) Lise Pedersen (f 1961) Wenche Røysted (f 1961) Elisabeth Skauen (f 1962) Øyvind Huse (f 1963) Ove Langfeldt (f 1963) Kathe Langvik (f 1964) Bjørn Flem (f 1965) Terje Aaseby (f 1965) Kjersti Engebret (f 1966) Geir Olsen (f 1966) Espen Øien (f 1969) Ronny Dalseth (f 1969) Eirik Kahrs (f 1970) Geir Hongrø (f 1971) Kristin Guttormsen (f 1971) Arild Høiby (f 1972) Ole Christian Strømberg (f 1973) Trond Høiby (f 1973) Øystein Lie (f 1975) Ragna Matea Bull (f 1975) Adeleid Haugen Mysen (f 1977) Tora Stenbråten (f 1981) Olaf H. Pettersen (f 1999) Sondre Guttormsen

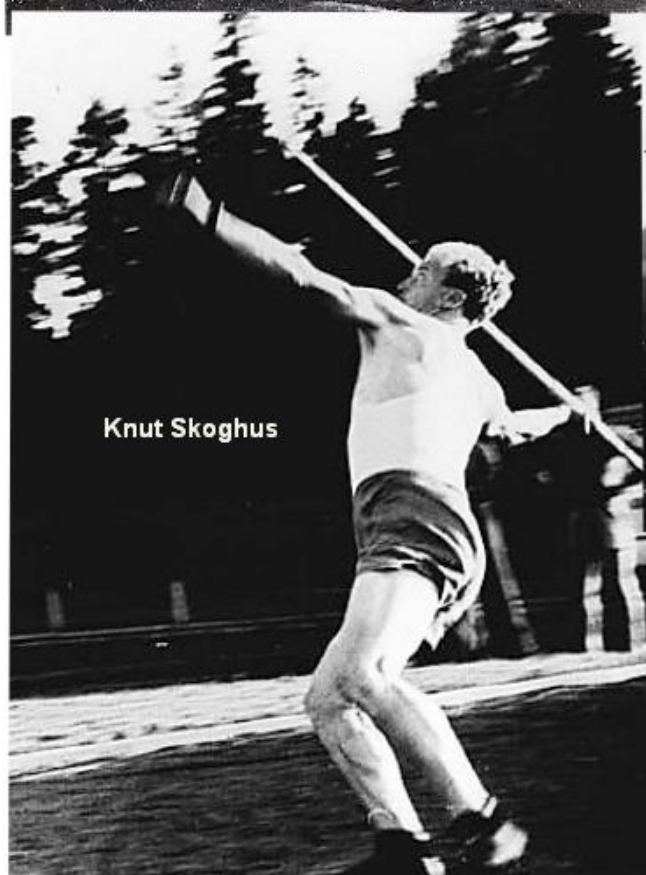
Friidrettens innehavere av pris for adm. arbeid og sportslig prestasjon

Æresmedlemmer i Ski IL	Stille Bragd prisen (ØB)
Egil Andresen (1969) Tor Underland (1969) Trygve Syversen (1974) Leif Bjerkklund (1989) Kåre Våten (1994) Ole Edvard Høiby (1999) Kolbjørn Jordfald (2009) Grunde Vale (2014)	Tor Underland (1954) Egil Andresen (1964) Trygve Syversen (1969) Leif Bjerkklund (1974) Kåre Våten (1979) Trygve Amundsen (1984) Anne Berit Skoghus (1994) Kristian Modin (1999) Reidar Dahl (2014)
Fortjenestemedalje Ski IL	
Konrad Marthinsen (1949) Gunnar Five (1954) Knut Skoghus (1954) Randi Skoghus (1954) Tor Underland (1954) Trygve Stenerud (1954) Trygve Syversen (1959) Egil Andresen (1964) Odd Stenerud (1964) Martin Bjørkelo (1969) Odd Jakob Strand (1969) Tormod Lislud (1969) Kristian Modin (1974) Kåre Våten (1974)	Kolbjørn Jordfald (1979) Leif Bjerkklund (1979) Ole Edvard Høiby (1984) Ole Furuseth (1984) Anne Berit Skoghus (1989) Reidar Dahl (1989) Sten E. Olsen (1989) Svein Erik Bøhler (1989) Karsten Loftaas (1994) Kjell Jensen (1994) Oddvar Johnsen (1994) Tore Selberg (1994) Grunde Vale (1999) Trond Høiby (1999) Stein T. Engen (2014)
Diplom adm. Innsats fra Norges Friidrettsforbund	Diplom adm. Innsats fra Oslo friidrettskrets
Tor Underland (1961) Egil Andresen (1966) Leif Bjerkklund (1971) Trygve Syversen (1972) Sten E. Olsen (1982) Kolbjørn Jordfald (1983) Tormod Lislud (1983) Reidar Dahl (1988) Kathe Langvik (1994) Grunde Vale (2009) Kari Wang Engen (2011)	Egil Andresen (1966) Trygve Syversen (1971)

BILDER FRA 1940-ÅRENE



Martin Stokken på Sportsplassen



Knut Skoghus

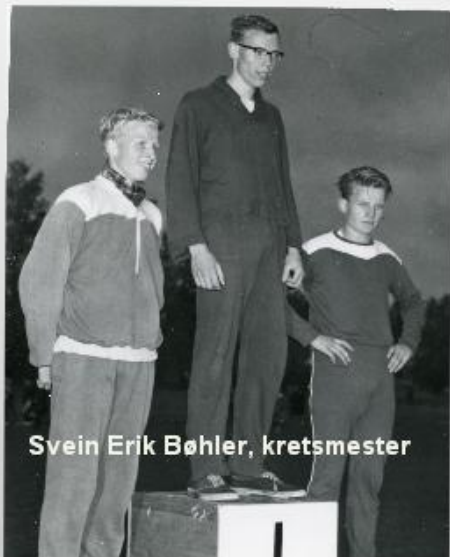


Ukjent hekkeløper på Sportsplassen



St.nr 23 Arne Dammen i fint driv på Sportsplassen

BILDER 1960-ARENE



Svein Erik Böhler, kretsmester



Knut Erik "Ruffy" Høiby



Bjørn Bjørneng og Svein Hedlo.
St.nr. 34 ukjent



St.nr 160: Stein Bjørlo



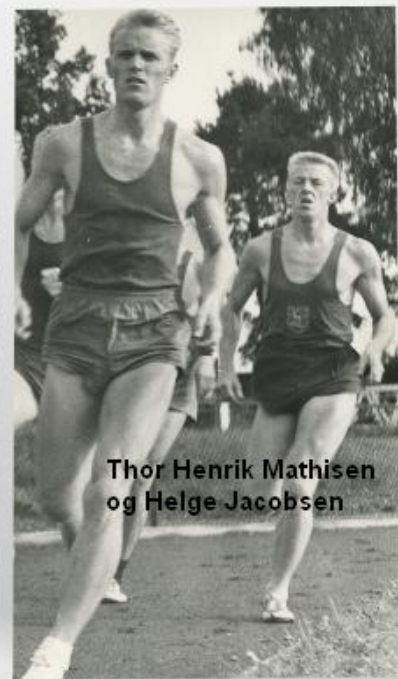
Helt til høyre i startfeltet står
Jørgen Dahl og Stein Bjørlo



St.nr 3: Jørgen Dahl
St.nr 15: Åge Bjerkland (Driv)



St.nr 140: Einar Gundersen



Thor Henrik Mathisen
og Helge Jacobsen

**Ski ILs tropp ved
B-mesterskapet i
Ålesund 1962**



Tor Underland starter NM-feltet i terrengløp på Radiostasjonen 1966





Vinner av Follostafetten (?) + Odd Stenerud med sønnen Bjørn. 1960-tallet



Thor Henrik og en gjeng lovende gutteløpere på 1970-tallet

1980-årene - karikert av Per Einar Arnstad



BILDER ETTER 2000



Trond Høiby



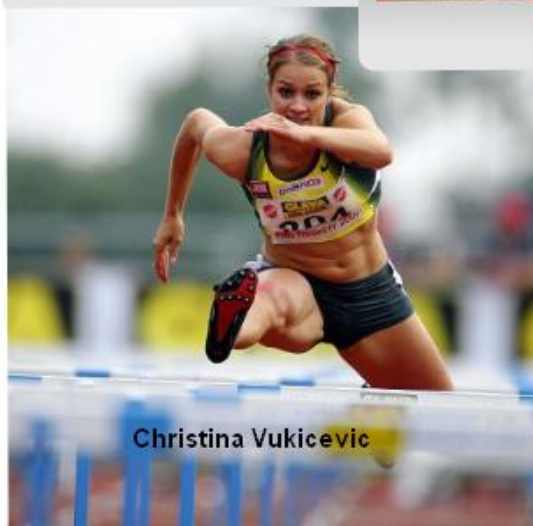
Caroline Fleischer



Philip Bjørnå Berntsen



Martine Kongsten



Christina Vukicevic



Christine Skodvin



Vladimir Vukicevic



Caroline Kuvaas, Ingeborg Rønningen,
Hanna S. Gåsemyr, Marte Engen og
Vladimir Vukicevic



1. pl Torvaldstafetten 1971

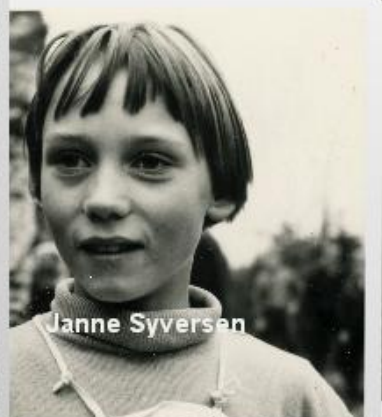
JERNKASTEREN Per Rinde

Denne er Per Rinde, kjempeperen fra
russland og drager i en kule. Som alle andre av
hamne, har han en fantastisk evne til å vinne et løp med
sinne og styrke. Per med seg, de fleste av
de som har vært med ham, har de alle tatt seg
i å vinne. Per Rinde er en av de beste i Norge.
Per Rinde er en av de beste i Norge.

**BILDER
ULIKE
PERIODER**



Kolbjørn Jordfald og Oddvar Johnsen



Janne Syversen



Ole Furuseth forsøker seg i stav



Olav Grønvold
Ung og lovende



Johan Johannson og Kolbjørn Jordfald



Ole Edvard Heiby, Bjarne Sel, Christian Lillo,
Anne Berit Skoghus og Ole Furuseth.



Reidar Dahl, Jan Håvard Graarud og
Kolbjørn Jordfald

VEDLEGG: Friidrettsveteraner ser tilbake

Tidligere friidrettsutøvere ble anmodet om å skrive noe om de var aktive i idretten før de begynte med friidrett i Ski IL (i såfall i hvilken idrett og for hvilken klubb), om hvorfor de begynte med friidrett i Ski IL. Det ble også oppfordret til å komme med gode/morsomme historier fra tiden i friidretten, samt å sende inn aktuelle bilder.

Ikke veldig stor respons på anmodningen. Takk til Bjørn Bjørneng, Svein Erik Bøhler, Geir Ulekleiv, Reidar Wester og Anne Berit Skoghus for deres bidrag.

	Bjørn Bjørneng (f. 1940)		Anne Berit Skoghus (f. 1944)		Svein Erik Bøhler (f. 1947)
	Grunde Vale (f. 1948)		Geir Ulekleiv (f. 1954)		Reidar Wester (f. 1954)

Løkkeidrett

Bjørn Bjørneng

For både meg selv og for mange av kameratene mine som ble gode i idrett, blant annet Tore (Teigen) og Tormod (Lislerud) i friidrett, og Terje(Bentestuen) på ski, startet det hele på løkka, og løkker var det mange av i Ski den gang.

Én viktig samlingsplass var **Solbergsletta** på grensen mellom Ski og Nordby. Hit kom det hver ettermiddag unger og ungdom fra gamle og nye Nordbyveg, og fra Nordby - til slåball, kanonball, og det ble også spilt fotball. **"Myra"**, mellom Folkets hus og Rosenlundblokkene, var en annen samlingsplass. Her ble det sparket fotball, løpt om kapp, og vi fikk til og med prøve boksing. Oddvar (Nilsen) hadde to par boksehansker, og vi fikk prøve oss. Som oftest ble vi slått ned før vi fikk hanskene ordentlig på oss. Nærmere Hebekkmåsan var det også ei slette hvor vi for det meste spilte fotball og løp om kapp. Tror vi kalte den for **Blåveissletta**. **Hebekkmåsan** og **sandgropa ved Radiostasjonen** var også populære samlingssteder for unger og ungdom fra Lysnevegen, Nybrottvegen osv. Her var det lange remser med torvmyrer som sto igjen etter mange år med skjæring av torv. Her var det fint å løpe og hoppe lengde. Ved sandgropa ble det spilt fotball og slått ball. I terrenget rundt radiostasjonen arrangerte SKI IL norgesmesterskap i terrengløp både i 1966 og i 1969. **Halsletta** på Ellingsrud lå et stykke unna, men jeg var mye på Ellingsrud - hos Anne Karine og onkel Olaf. Onkel Olaf hadde motorsykel med sidevogn, med plass til alle tre. Onkel var rimelig sprek og kunne sprette opp fra liggende på ryggen – **Nakkesprett** tror jeg de kalte det. Ved siden av tante og onkel, bodde Opsahl. Han jobbet ved jernbanen, og ble stasjonsmester på Ski. Han var berømt for sine togmodeller, og hadde laget en tro kopi av tog og togbane rundt på eiendommen. Hos Opsahl var det to unger, Bjørn og Turid, som vi var mye sammen med. Ungene på Ellingsrud var ofte på Hals-sletta. På Ellingsrud lå også **Ellingsruddammen**. Om vinteren var det is på dammen, og Bjørn (Opsahl), som var tyngre enn de fleste av oss, ble brukt for å teste om isen var sikker. Etter at Bjørn hadde tatt en runde, ble isen ansett som trygg, og snart krydde det av unger utpå. Mange ble flinke til å gå på skøyter. Anne Karine vant alltid skøyteløpene på skolen. Tor Løkke, Hans Christian Westgaard og Arne Ustvedt var også gode, men best var Steinar Bjørnstad. Både Hans Christian og Steinar meldte seg inn i Oslo Skøyteklubb, og hevdet seg i nasjonale konkurranser for gutter. Det ble også gått på skøyter på **Kapelldammen** og på **idrettsplassen**. På den tiden ble det også spilt bandy. Laget besto stort sett av fotballspillere.

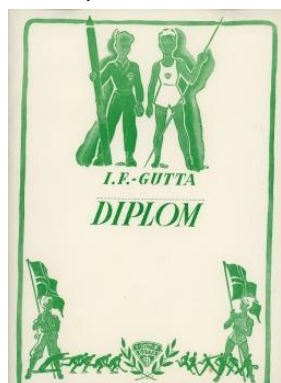
Grunde Vale

Bjørneng nevner Hals-sletta på Ellingsrud. Jeg begynte tidlig “å vanke” på **Halssletta**, men da helst sittende i barnevogn. Halssletta var nemlig tumleplass for min ni år eldre bror, Per Halvor, og hans kamerater. Når Per

Halvor måtte passe lillebror og kameratene var på Halssletta, satte han barnevogna i utkanten av sletta – og tok selv del i guttas aktiviteter. På halssletta ble det spilt fotball, og det ble arrangert EM (Ellingsrudmesterskap) i friidrett. Bjørn Opsahl var *stevneleder* når EM ble arrangert, og det var god deltagelse. Resultatlistene ble levert til Østlandets Blad (ØB), som på den tiden hadde en egen spalte “Løkkeidrett”. Det var den gang, det – papirutgaven av ØB i dag er nærmest blottet for resultatlistene fra friidrett, i likhet med de fleste andre aviser i Norge - fotball derimot! Som guttunge (også som eldre) husker jeg det var stor stas å kunne se navnet sitt på trykk i avisa, eller få høre navnet sitt bli lest opp i lokale sportsnyheter i radio.

Ellingsrudmesterskapet i friidrett 1956	
sunder skoleidrettstegn. 23.9 påskedag - 123 start	
100m	1. Bjørn Opsahl 17.50
100m	2. Per Halvor 18.36
100m	3. Per Halvor 18.36
100m	4. Per Halvor 18.36
100m	5. Per Halvor 18.36
100m	6. Per Halvor 18.36
100m	7. Per Halvor 18.36
100m	8. Per Halvor 18.36
100m	9. Per Halvor 18.36
100m	10. Per Halvor 18.36

Sletta, opprinnelig et beiteområde, lå ved siden av saga til Ellingsrud gård, øverst i Industriveien (Leikvollen i dag). Rundt 1960 stiftet en del gutter som bodde langs Industriveien Spenstig I.K., og tok “eierskap” til *Sletta*, som ble klubbens drettsplass. Spenstig var kun for gutter, og i 1963 hadde Spenstig 10 medlemmer. Spenstig hadde både vinteridrett og sommeridrett på programmet, men det var sommeraktivitetene som var viktigst, og da først og fremst friidrett. På *Sletta* lagde vi løpebane og spadde opp hoppegrop. Nærheten til saga var perfekt, for da fikk vi tilgang til all den sagflisa vi trengte til hoppegropa. Øvelsene på *Sletta* var 1-, 3-, 5-, 10-, 15- og 25 runder, samt høyde, stav, lengde, tresteg, kule, diskos og spyd. Etter regnvær kunne underlaget (gress) bli en del sleipt, og det endte ofte med fall i de litt krappe svingene, eller at en skled i tilløpet. Vi hadde også “maraton” på programmet – et vei/terrengløp. Fra *Sletta* fulgte vi veien til renseanlegget, løp gjennom skogen (Ellingsrudlia i dag), opp kleiva ved Nilsåsen, gjennom Ellingsrudåsen, ned ved der Sæthren og Wraamann senere bygde, og opp til målgang på *Sletta*. Min bestetid på “maraton” var rett i underkant av 9 minutter. Stativet for høyde/stav ble lagd på sløyden. Emner til stav og spyd fant vi i skauen (oftest rognebærtre), og som kule brukte vi en rund stein. Bilene til og fra Ski Betong trafikkerte Industriveien på den tiden, og vi måtte være spesielt oppmerksom under spydkast (og når vi spilte fotball) om det kom noen betongbil – over 40m i spyd innebar at spydet gikk over veien. Diskosen var ekte, en



kassett diskos vi fikk av banemesteren på Sportsplassen – Sverre Rønning. Jeg satte opp terminliste for stevnene, og som jeg slo opp på et tre. Vi arrangerte også mangekamp – jeg utarbeidet en egen Spenstigtabel, tilsvarende Tyrvingtabellen, og der klubbrekordene var satt til 1000 poeng. Tabellen ble eventuelt justert foran hver sesong. Fra I.F.-Gutta (i ukebladet Illustrert) fikk vi diplomer. Et år utkjempet vi lagkamp mot Monsrud. 6 øvelser + stafett (4 etapper á 1 runde). Én deltager kunne maks være med i tre øvelser, og det var to fra hvert lag i hver øvelse. Poeng etter plassering, som i landskamper (5-3-2-1 i individuelle øvelser, og 5-2 i stafetter). Monsrud fikk 44 poeng, mot 29 for Spenstig. 1965 ble det siste året for Spenstig. Jeg begynte da med mer seriøs trening i friidretten i Ski IL, og noen av de andre medlemmene i klubben ble mer interessert i modellflyving og Follo flyklubb. En givende tid, som inspirerte til videre friidrettssatsing.

Gym og skolestevner

Bjørn Bjørneng

Lektor Lund som vi også hadde i gym, mente at jeg som var så sprek skulle klare å komme over en bukk i gymsalen. For meg var dette vanskelig. Jeg stoppet på springbrettet. Men etter en skikkelig overtalelse og fliring av kamerater, slo jeg skikkelig til og sprang til og med over Lund, som skulle ta meg imot. Deretter ble sprang over hest og bukk noe jeg likte best i gymnastikk. Vi hadde også Skeie i gym. Når vi løp fram og tilbake til Midsjøvannet, syklet han ved siden av - han fikk problemer da noen av oss løp for fort og andre for sakte. Etterpå var det springmarsj i kald dusj.

Grunde Vale

På folkeskolen, i "storskolen" (4.-7. Klasse) tok vi Folkeskolens idrettsmerke – bronse, sølv, gull og gull med lenke. For å få merkene måtte en klare fastsatte krav på 60m, i lengde, i høyde, og i liten ball (stor ball for jentene). Én dag i året var det skoleidrettsdag på Sportsplassen, med de samme øvelsene som til merket. Det var også vandreskjoldkonkurranse mot andre skoler. Også på realskolen var det idrettsdager, med kåring av skolemestere. De beste kunne også bli med på kretsmesterskap for høyere skoler. Om det også var landsfinaler for høyere skoler i min tid, er jeg ikke sikker på. På realskolen hadde jeg Thor Henrik Mathisen i gym, og han ble også en viktig inspirasjonskilde for å fortsette med friidrett. Jeg kom tidlig med i idretten, og var med på turninga (Johs. Mikaelson, senere Harald Nesse), fotball (lilleputt-, smågutte- og guttelag) og friidrett. Husker jeg fikk min første premie i friidrett under en tilstelning på Langhus Vel på midten på 1950-tallet (det var Trygve Syversen som var junioroppmann da, og Trygve bodde på Langhus). Premien var ei lommelykt.



Hvorfor jeg begynte å trene i friidrett / Mitt første møte med friidretten i Ski IL

Bjørn Bjørneng

Selv om lektor Lund mente jeg var sprek, så stemte ikke det. Jeg var på ingen måte sprek, og hadde streng beskjed om å holde meg inne det meste av tiden da jeg vokste opp. Det hendte jeg glemte meg, og ble med på snøbasing. Da ble jeg sjuk med bronkitt og lungebetennelse. Hadde et lengre opphold på et sanatorium i Geithus. Her var vi opptil flere smågutter med lungesjuka, bronkitt og astmaproblemer. Av de skøyerstreker vi fant på var nok det å ha små paddelopper i munnen gå inn å gape slik at de spratt opp i fang og bryst til sykepleierne noe av det morsomste. Oppholdet på Geithus hjalp jo litt men fortsatt var jeg mye sjuk om vinteren. Da jeg var 11 fikk vi ny doktor, Sigurd Lien som fortalte at jeg måtte begynne å trene. Med de lange beina burde han bli god til å løpe sa Lien. Vi trodde nok ikke på det, men jeg startet med å løpe om kapp. Terje løp 60m på 9,2 - jeg på 11,2, og jeg var fornøyd. Fikk være med onkel Ole (Fossli) på friidrettstur til Askim og klubbkamp. Vi var ivrige heiaropere når det var stevne på idrettsplassen, og drømte om at vi også en dag skulle være med å representere Ski IL - noen år senere satte jeg jeg banerekord på Askim stadion (400m). Vi var som sagt svært aktive på løkkene. Jeg ble bedre til å løpe, og ikke minst fange baller og sende til rottemann. Ble kjent med Jack Berg som bodde i ei hytte (Grenaderhytta) langt inne i Hebekksgogen. Jack var sprek, og var ett år eldre enn meg. Til å begynne med løp han fra meg, men etter hvert holdt jeg følge, og kunne til og med slå han i spurter. En sommerferie var jeg på Årnes og lærte å gå på stylder. Da jeg kom hjem igjen var jeg plutselig best i noe, og det var en ny opplevelse. Jeg gikk på alle slags stylder. De høyeste hadde fotstøtte på over to meter. Det gikk bra og jeg falt ikke ned. Jeg ble etter hvert kvitt problemer med bronkitt og holdt meg stort sett frisk året rundt. Trening er god medisin.

Grunde Vale

Jeg kom tidlig med i idretten i Ski IL. Jeg var med på turninga (Johs. Mikaelson, senere Harald Nesse), fotballen (lilleputt-, smågutte- og guttelag), hoppet på ski, og deltok litt i friidrett. Husker jeg fikk min første premie i friidrett under en tilstelning på Langhus Vel på midten på 1950-tallet (det var Trygve Syversen som var junioroppmann da, og Trygve bodde på Langhus). Premien var ei lommelykt. Gjennom aktivitetene på *Sletta*, og i gymtimene skjønte jeg at jeg ikke var helt ueffen i enkelt idretter/øvelser. Hoppskia la jeg på hylla da jevnaldrende begynte å hoppe i store Møller'n – den ble for stor for meg. Høsten 1963 vant jeg noen skogsløp som Skimt arrangerte. I Skorhaugåsen slo jeg blant annet ett år eldre Svein Erik Bøhler, og fikk samme tid som den to år eldre Steinar Dalene. Dette inspirerte meg til å prøve meg i langrenn den etterkommende vinteren, men jeg hadde for dårlig teknikk til å hevde meg særlig bra. Gutter som jeg klart løp fra, slo meg tilsvarende i langrenn. Så da ble det friidrett for meg, fortrinnsvis løping.

Reidar Wester

Før jeg begynte på friidrett drev jeg med turning. Jeg hadde også hatt en sesong med fotball. Hvorfor jeg begynte med friidrett er jeg usikker på, men tror nok foreldre var pådriverne. En god opplevelse jeg hadde var det året det ikke var Holmenkollstafett fordi man la kunststoffdekke (1971) på Bislett. Da ble det besluttet at vi skulle reise til Stockholm å være med på stafett der. Litt usikker på hvor mange dager vi var der, men vi hadde fått med oss et notat i en Stockholsavis som skrev «Med all respekt Ski IL så trodde de Vidar var det beste laget. Det morsomme var at vi faktisk slo Vidar i stafetten. Vi bodde på et sted som het Fiskartorpet hoppbakke – med kjempeutsikt !

Svein Erik Bøhler

Som de fleste jevnaldrende i Ski var jeg med på turninga i 8-10 års alderen. Jeg prøvde meg også på fotball, men da jeg alltid måtte være reserve (det var den gangen man ikke byttet spillere under kampene) ble jeg lei dette, og begynte med friidrett isteden, samt også fordi jeg og Rolf Holth var klassekamerater, og dro på stevner sammen.

Geir Ulekleiv

Jeg var aktiv skøyteløper noen år i oppveksten - fram til ca 13-14-års alder. Mener jeg gikk for Langhus IL, men trente på Ski. Eibakk på toppen av "Pers-bakken" på Langhus var trener og primus motor for skøytemiljøet på Langhus. Fra 14-års alder og i noen år bodde vi på Dombås, og da var det ski-hopping for Dombås IL. Flytta tilbake til Langhus i 1972. Begynte med løping etter å ha prøvd 1500m i skolemesterskapet (1. gym høsten 1972) på Ski Gymnas. Hadde trent et par økter først, og såvidt hatt piggsko på beina før løpet. Husker at jeg ble nr 3 etter Nils Edvard Nygaard og Dag Wassum. Stokk stive legger flere dager etterpå. Møtte opp på noen prøve-økter med Ski IL etter det. Husker spesielt et par intervall-økter (1000-metere) med bl.a Morten Thorgersen og Arve Naalsund. Hardt, men moro. Morten var en god motivator og ga meg lyst til å trene videre. Første virkelige konkurranse var "Vika-løpet" som gikk Voldsløkka rundt i Oslo. Tror det var april 1973. Ole Edvard Høyby kjørte, og fungerte som "lagleder" for oss fra Ski IL. Claus Hagli vant klassen min, og jeg mener det ble 4. plass på meg. Minne for livet! Det er 46 år siden og det er fortsatt gøy å løpe. Jeg har mye å takke friidrettsgruppa i Ski IL for!

Anne Berit Skoghus

Mor (Randi Skoghus) turnet fra hun var ganske ung, og var med fra starten i friidretten etter krigen. Hennes far, Carl Christoffersen, var med på å starte Ski turn og idrettsforening. Jeg har følelsen av at friidrettsbanen var ett av mine første tilholdssteder, og noe av det første jeg kan huske var at jeg satt i bua til Rønning mens mor og far (Knut Skoghus) trente på grusbanen (Rønning hadde god kjeks med rosa sukker på). Var også med i badstua sammen med damene etter trening. Jeg begynte å turne i ung alder, og holdt på til jeg var ca 20 år.

Minner fra tiden som medlem av friidretten

Bjørn Bjørneng

Tormod (Lislerud) og Tore (Teigen) var med i friidrettsgruppa, og det ble jeg også. Friidrettsgruppa hadde mange dyktige ledere på den tiden, og som fortjener en stor takk: Trygve Syvertsen, Odd Stenerud, Kåre Våten, Tor Underland, Trygve Amundsen, Kristian Modin, Egil Andresen m.fl.

Da jeg kom inn i friidrettsgruppa, hadde friidrettsgruppa flere gode utøvere. Trygve og Odd Stenerud deltok begge på landslaget (lengde og kule), Trygve Syvertsen var blant de beste på 400m og 400m hekk, Johan Johannson var på landslaget i lengde, og var også i nasjonal toppklasse i 110 m hekk og tresteg. Kristian Modin blant de beste i kretsen i høyde og hopp uten tilløp. Per Riseng var en tynn og lang kar, men rimelig bra i sleggekast. Knut Skoghus kastet spyd, og Ole Fosli, Martin Bjørkelo med flere gjorde det bra i distanseløp. Jeg begynte å delta på stevner. Tormod vant i hoppkonkurranser, jeg ble sist, og Tore hevdet seg i kast. I sprint var Olav Grønvold den store helten blant guttene på Ski. Han slo alle jevngamle her i Follo på 60 meter og 100 meter. Vi fortsatte å trene. I 7.klasse(1954) ble jeg tatt ut til skolemesterskap i Drøbak. Deltok i Tyrvingleker og kretsmesterskap uten de store resultatene. Fikk min første premie i lengde i et kretsstevne på sportsplassen. Da jeg var 15, arrangerte noen eldre gutter, med Arne Ustvedt og Hans Christian

Westgaard i spissen, et såkalt EM - én runde (300m) på løpebanen.

Vi deltok med navn som Gunnar Nilsen, Dan Waern med flere. Jeg var Boysen, og til alles overraskelse vant Boysen.

Bildet til venstre: Gunnar Nielsen og Audun Boysen, Dan Waern

Da jeg var 16 var det kretsmesterskap for junior på Seiersten i Drøbak. På avslutningsdistansen 1000 meter stafett løp jeg 3 etappe 300 m. Vi ble klart slått av Nesodden men vi var veldig fornøyde med sølvmedaljen. Vi trente mye den vinteren. Asbjørn Edvardsen (far til Harry) ledet an. Vi løp i åttetall i gymsalen og det var om å gjøre å følge med så langt som mulig.



På våren i 1957, hevdet vi oss i Follostafetten. Jeg vant et terrengløp på Langhus og dette kom med i sportsnyheter på radioen. Gjett om jeg var stolt. Dagen før eksamen i engelsk reiste vi til Larvik og deltok med juniorlag i Bøkeskogstafetten. Transporten var med varebil fra Sprengstoffabrikken. Vi satt på to benker i lasterommet. Vi reiste fra Ski ved sjutida og kom hjem ved ni- tida om kvelden. Jeg løp 1. etappe 1200 m og leverte like bak Tjalve. Resten av laget gjorde det bra og vi ble premiært med medaljer formet som bølgeblad. Eksamen gikk glimrende. Det var gjenfortelling om "The Gorilla from Whipsnade Zoo". Den husker jeg fortsatt, og jeg fikk en overraskende meget. Å løpe stafett dagen før en eksamen anbefales. Etter en kjempe innsats med støtte fra stat, kommune og mange dugnadstimer hadde vi fått ny stadion på Ski (1955). Med 400 meter løpebane, gressbane, skikkelige kasteringer, lengdegrop, anlegg for høyde og stav, hindergrav, og ikke minst et flott klubbhus, var det klart for nasjonale stevner. Dr Lien hadde rett, jeg kunne faktisk løpe fort, og jeg vant 400 meter i juniorklassen på ny kretsrekord for juniorer (53,3) og fikk bilde i Østlandets Blad. Senere ble jeg kretsmester både i gutteklassen (800m) i juniorklassen (400m og stafett).

Søndagen under KM senior i 1959 ble bror Arild døpt i Ski kirke, Jeg skiftet i sakristiet og ble hentet av Johan, og vi rakk så vidt fram til start 400m. Delte seieren med Reidar Skaar NLHI, han ble også nr 2 i høyde etter John P. Arnstad NLHI.

Søndagen avsluttet vi med seier på 1000m stafett. Vi vant 1000m stafett i KM for senior på Storebrand. Laget besto av Tor Øystein Endsjø, Johan Johannson, Olav Grønvold og meg. Jeg fikk 10 meters forsprang, og alle trodde at mannen på



siste etappe for NLHI, som var på landslaget, skulle nå meg igjen. Jeg tok vare på forspranget, og dette ble starten på en rekke seire på 1000 meter stafett for Ski IL i KM. Det ble med tiden veldig mange triumfer på 1000m stafett, og de fleste gangene med meg på siste etappe (400m) – i KM, i universitetsmesterskap for Oslo Universitet, i klubbkonkurranser, i interkretskamper og i B-mesterskap. I Drammen 1966 satte vi en flott kretsrekord på 2.02,2, med Kolbjørn Jordfald, Ulf Solberg, Idar Furuseth og meg på laget.

Bildet til venstre

Laget som satte kretsrekord på 1000m stafett (1966)

Kolbjørn Jordfald, Ulf Solberg, Idar Furuseth og Bjørn Bjørneng

Vi trente allsidig og ikke minst hadde vi det gøy. Viktig treningsområder for meg var stiene i Hebekksgogen, Radiostasjonen og ikke minst en rundløype langs gamle kongevei som går mellom Nordby og Oppegård. Thor Henrik Mathisen kom til Ski som gymnastikklærer, og ble også trener i friidrettsgruppa. Samtidig fikk friidrettsgruppa nå mange nye, og ikke minst unge medlemmer. Thor Henrik tok initiativ til og ikke minst satte trening i system. Stein Bjørlo leste treningsrapporter, og vi fulgte opp som best vi kunne. Noe problem var å holde igjen når vi drev med intervaller. På veg til Langhus lurte Jan Raanås på om vi nå løp rolig eller hardt.

Bjørn Simensen

Han fikk karrieren sin ødelagt ved at han brakk beinet på treninga. Vi kolliderte i en kurvballkamp. Når gutta snakker om Bjørn ; Ja han du brakk beinet på. Bjørn reiste med fredskorpset til Uganda. Giftet seg med ei ugandisk jente og bosatte seg der. Da Idi Amin, den gale diktatoren, skulle paradere forlangte han hvite til å bære han rundt på gullstol i Kampala. Bjørn var en av dem og bildet av dette gikk verden rundt.

Litt om hva idrett og ikke minst samholdet og vennskap i friidrettsgruppa har betydd for meg.

Vi trente allsidig og lek og moro var vesentlig. Vi hadde et flott miljø, med idrettsglede i fokus. Etter hvert som jeg ble kvitt astma og lungeproblemer fikk jeg betalt for allsidig trening, og oppnådde gode resultater. Som junior satte jeg kretsrekorder på 200m, 400m, 800m, 400m hekk, og ikke minst morsomt 5-kamp. Som senior, kretsrekorder på 400m og 800m. Jeg syntes det var morsomt å konkurrere og deltok på alt fra 100m til 5000 m. På grusbaner og datidens forhold ble det mange gode perser. Kretsmesterskapene samlet mange deltakere fra hele Follo. I seniorklassen var det deltakere fra Landbrukshøyskolen NLHI, Ås, Drøbak/Frogn DFI Nesodden, Enebakk (Driv), Hobøl, Holstad IL, Kråkstad IL Knapstad, På 100meter var det ofte forsøk, mellomheat og finale. På 200/400m forsøk og finale. Fra 800m og oppover - store felt, og god deltakelse i hopp og kastøvelser. Det var alltid kjempestemning på disse stevnene.

Til å begynne med var målsettingen å komme til en finale. Etter hvert fikk jeg med meg mange kretsmeesterskap, til og med på 100m, men også på 200m 400m 800m og 400m hekk. Mest morsomt var stafettene 4x 100m, 1000m, 4x 400m og også 4x 1500 m. I en periode vant vi de fleste hvert år. Det ble brukbare plasseringer i B-mesterskap. I 1962 var det lærer + elevene Svein Erik og Rolf som tok de tre første plassene på 800m. I 1963 var jeg litt «uheldig» å sette kretsrekord i vårt nasjonale stevne, og kunne dermed ikke delta i NM B som vi senere arrangerte hjemme på Ski. I dette stevnet mener jeg vi var kanskje 10 løper under 2 minutter på 800m. Jeg vant A-finalen, Thor Henrik B-finalen, og Svein Erik juniorfinalen. I A-mesterskapet kom jeg ikke til finalen på 800m, men det var jo en fin opplevelse. I 1961 ble jeg norsk studentmester på 400m og slo flere landslagsløpere.

HOLMENKOLLSTAFETTEN

Holmenkollstafetten arrangertes første gang i 1923, og bortsett fra krigsårene 1940-45, har den vært arrangert hvert år. Første gang Ski IL stilte tidlig lag i Holmenkollstafetten var på 1930-tallet, og var siden trofast deltager. Imidlertid var det til tider vanskelig å stille lag, og en gang (rundt 1950) måtte Helge Karlsrud hentes fra fjøskrakken for å få fullt lag. Jeg husker spesielt godt de to første jeg deltok i, 1958 (juniorlag) og 1962 (seniorlag).

Juniorlaget 1958

Vi hadde uttakningsløp i skogen ovenfor Langhus skole. Han som vant (overraskende bra) hadde antageligvis løpt feil, men ble tildelt den lengste etappen. Det gikk ikke bra – vedkommende sprakk. Vi hang bra med lenge, jeg løp fra Besserud til Gressbanen, en etappe som passet meg bra. Følte at de siste meterne var motbakke, til tross for nesten flatt. Som sagt, sprekk på lengste etappe. Svein Lundby som løp nest siste etappe gikk en del av løypa (sammen med publikum) og kom stormende gjennom maratonporten og leverte til Olav Grønvold, som til overmål mistet strikken i buksa. Han kom flott til mål og da kunne defileringen starte. Husker ikke alle som var med men her er noen navn (Ikke sikker på alle): Jan Raanås, Helge Skaarer, Terje Bentestuen, Einar og Jens Gundersen, Harry Edvardsen, Jørgen Dahl, Reidar Solli, Helge Jacobsen, Torleif Smestad, Tormod Lislørud?, Tore Løddøn. Vel vi kom sist, men vi fikk hederlig omtale i ØB ved Anton Schoug (fra Kråkstad), som spådde at vi skulle komme sterkere tilbake.

Seniorlaget i 1962

Lagoppstillingen slik jeg husker det, var som følger: 1. etappe ,meg, 2. etappe Thor Henrik Mathisen, 3. etappe Kolbjørn Jordfald, 4 etappe Jørgen Dahl, 5 etappe Markus Svendsen , 6 etappe Terje Bentestuen, 7 etappe Jan Raanås, 8 etappe Jan Kr. Kjeldstad, 9. etappe Stein Bjørlo , 10. etappe Bård Bræin, 11. etappe Kåre Holmen, 12. etappe Helge Skaarer, 13 etappe Helge Jacobsen, 14. etappe Einar Gundersen og 15. etappe Øyvind Jacobsen.

Det var en av de få gangene jeg opplevde et skikkelig bifall fra publikum. Jeg løp i sokkelesten, etter råd fra min gode venn Jorulf Saltnes (NLHI) - det var ikke lov å løpe med piggsko. Vi var ca 40 stykker i startfeltet. Jeg var jo rask, og tok ledelsen med en gang på den 1200m lange etappen (3 runder inne på Bislett stadion). Etter en runde ledet jeg med ca 30m. Hørte kommentarer fra sidelinja som spådde sprekk, men etter to runder var ledelsen økt til ca 50 meter, og økte stadig etter siste runden, under skikkelig Bislettjubel fra tribune, og leverte til Thor Henrik med 90 meters forsprang - Thor Henrik var i Maraton-porten før neste lag vekslet. Vi hadde gode løpere på alle etappene og forspranget bare økte, og vi ledet fra start til mål. Sokkene ble behørig fotografert, og jeg var litt kjendis den dagen og ukene etterpå. Årene etter løp vi med stort sett samme lag, og fikk hederlige plasseringer - var ikke langt unna kvalifisering til eliteklassen. I 1969 løp jeg Holmenkollstafett for siste gangen for Ski IL. Da flyttet vi til Dokka.

Andre stafetter

Follostafetten gikk hvert år i mai måned. I garderobene luktet det kamfer og termal. Trygve Syvertsen var den store pådriveren, jeg tror han også fikk Tormod til å løpe. Vi deltok uten de helt store suksessene. Vi deltok også i Ekebergstafetten mange år, med blandede resultater. Leif Vigeland skulle ett år løpe 2 runder. Den første gikk greit, men på den siste ble han stakk stiv, og Trygve Syvertsen gikk ved siden av og ba han om å senke skuldrene.

Vi stilte på nytt i Holmenkollstafetten i 1958, i juniorklassen. Jeg løp utforetappen fra Besserud. Vi lå vel ikke så dårlig an men en helsprekk på lengste etappen ødela. Svein Lundby, som løp sjarmøren, gikk sammen med publikum mot Bislett, og hadde krefter til en skikkelig spurt. Olav Grønvold på siste etappen, mistet strikken i buksa, men løp som en helt. Da han kom i mål var det defilering. Anton Schou, en fast skribent i ØB, skrøt av oss, og spådde at vi skulle komme sterkere tilbake.



Bjørn Bjørneng Terje Bentestuen

Grunde Vale

Friidrettstrening på vinteren

På vinteren hadde vi innetrening i Realskolens gymsal. Varmet opp med kurvball, og det kunne til tider gå hardt for seg. Kåre (Våten) var Råtass I, mens Odd (Stenerud) var Råtass II. Nesten rart at det ikke ble flere skader enn den ene jeg har hørt om (Bjørn Simensen – se hva Bjørneng skriver). Etterpå var det sirkeltrening. Ute, hadde vi intervalltrening (200m) og tempotrening (1000m, 2000m,.....,5000m) på Kirkeveien – det var ikke så stor biltrafikk på veiene den gang.

Helge Myhre, som var tannlege, agiterte sterkt for bruk av beinmel - for å styrke beinbyggingen. Med til innetrentinga hadde han poser med beinmel, som vi kunne kjøpe. Helge hadde også oppskrifter på brød med beinmel.

Testløp

Under Thor Henrik "Mattis" Mathisen begynte testløpene, en ca 5km-runde rundt Søndre Ski. "Mattis" var også landslagstrener, og hadde samlinger i Ski (med testløp) også for landslagsløpere. Husker første gang jeg var med i testløp. Ble tatt igjen av Jørgen Dahl omtrent ved kirken. Jørgen løp feil, skulle tatt ned Drømtorpveien, men fortsatte Kirkeveien – jeg måtte rope ham tilbake.

Skotøy

Mine første piggsko kjøpte jeg hos Ski Sport (Nils Otterness). Husker jeg en gang under høydehopp (saksestil), med piggsko på begge bein, kjørte høyre piggsko inn i venstre legg, men det gikk heldigvis bra. Det var ellers ikke rare utvalget av sportssko den gang, jfr. Bjørneng (Holmenkollstafetten), som løp sokkelesten, da det var forbudt med piggsko – alternativet han hadde var kanskje bare å bruke flate turnsko? Da jeg begynte med landeveisløp, brukte jeg fotballsko med knotter under. Det var mulig å bestille spesialsko av Narve Lønseth. Etterhvert kom det joggesko på markedet, og på midten av 1970-tallet ble Johan Kaggstad importør av Nike løpesko med vaffelsåle. Piggskoene ble også bedre etterhvert, og piggsko med opphøyd hæl hjalp mye for mitt problem (tverrplattfot).

Bortsett fra mitt første ordentlige friidrettsår, 1965, hadde jeg store problemer med stakk stive legger – på grunn av tverrplattfot og ikke tilfredsstillende sko. Jeg begynte med innleggsåler fra Gallus Plesner. Det var vanskelig å bruke innleggssålene i piggskoene, men ellers gjorde de nytten. I Joggen (Odd Grønli) i Drammen fikk jeg kjøpt piggsko med opphøyd hæl, og med det gikk det også bedre på banen.

Spesielle historier- og minner fra friidretten

Bjørn Bjørneng

Ski ILs revygruppe

Jeg var med i Ski ILs revygruppe, med ansvar for scene og kulisser mm. Her hadde vi det mye moro, ikke minst med Yngvar Trossvik. Var en tid også med i redaksjonen for medlemsbladet i Ski IL. Det rareste vervet jeg har hatt, var nok å sitte i fargekomiteén da vi skulle pusse opp klubbhuset. Da de andre skjønte jeg var fargeblind, fikk jeg ansvaret for toalettene. Fargevalget der førte til raske dobesøk.

Svein Erik Bøhler

Haiketuren



Jeg hadde skadet/vrikket benet i slutten av mai måned og gikk med gips før sommerferien i 1969. Men da jeg allikevel var kvalifisert til NM, som gikk i Bergen på Fana stadion, bestemte jeg meg for å delta. Sammen med Stein Bjørlo bestemte vi oss for å komme til Bergen med å haike. Vi startet sammen, men etter en stund innså vi at det nok var bedre å prøve lykken hver for oss. Turen til Bergen gikk rimelig greit. Så da jeg nærmet meg byen fikk jeg plutselig se en annen kar som sto og haiket. Fikk sjåføren min til å stoppe og plukket opp haikeren - som var Stein. På denne måten kom vi allikevel sammen til Bergen. Stein gjorde det også veldig bra og fikk sølvmedalje på 10.000 meteren.

Grunde Vale (f 1948)

Skitt la gå

Alle som har drevet med løp har vel erfart at maven til tider kan bli ganske urolig. Når jeg var ute på løpeturer hadde jeg veldig ofte noe toalettpapir i lomma, eller ned i sokken hvis jeg ikke hadde lommer. Men i Bugårdsløpet (terrengløp i Sandefjord) hjalp det ikke å ha papir "på innerlomma". Jeg måtte, som JanFjærestad i Central Park under NY-marathon 1978, konstatere "skitt la gå". Jeg var rask med å få på overtrekksbuksa etter målgang, og heldigvis var jeg alene i garderoben etterpå. For øvrig endte jeg tredje plass i kl. B. Ole Edvard var leder for oss fra Ski, og hadde fått låne broren Knut Eriks bil, en Morris Mini, til å kjøre oss i.

Reinsdyr

Et hyggeligere mine er fra Beitostølen rundt 1980. Jeg var på en konferanse for tillitsvalgte, og var på en tidlig morgen løpetur (i helger og ferie likte jeg å trene om morgenen, dro som oftest ut ved 6-tida). Mot meg på veien mot Bitihorn kommer en stor flokk reinsdyr, og de kommer nærmere og nærmere - 300m, 200m, 150m..., og jeg blir veldig usikker, stopper opp og går ut av veien. 30m fra meg dreier plutselig hele flokken opp i lia – da hadde de været meg et praktfull syn å se reinsflokken – høydepunktet mitt på konferansen.

Zatopek, Treholt og presidenten i USA

Jeg deltok i NY-marathon 1979, først og fremst for å oppleve "showet". Jeg kom direkte fra tre ukers rep.øvelse, og var ikke i min beste form. Vi var over 50 norske som var med på en fellestur – første gang det fra Norge ble organisert turer for vanlige løpere til NY-marathon. Stein Bjørlo var også med på turen, pluss et par fra Langhus. Dagen før løpet var det fun run fra FN-bygningen til en restaurant i Central Park, der vi ble servert mat. Her fikk jeg også hilse på legenden Emil "Lokomotivet" Zatopek, som vant tre gull ved OL i Helsingfors i 1952. Etter selve maratonløpet, var jeg på premieutdelingen om kvelden. Grethe Waitz vant kvinneklassen for andre gang. Sissel Grottenberg gjorde også bra, mens Ingrid Christiansen måtte bryte pga brukket tå. Herreklassen ble vunnet av Bill Rodger fra USA, og under premieutdelingen ringte telefonen – det var presidenten i USA (Jimmy Carter) som ville gratulere Bill. Under oppholdet i NY var vi en kveld gjester hos Bjørn Skogmo (diplomat), som bodde på på Roosevelt Island. Til denne sammenkomsten var også invitert NRK-sporten, Aftenposten – samt utvalgte representanter for den norske FN-delegasjonen og generalkonsulatet. Der var også Arne Treholt - deltok i løpet. I forbindelse med Treholtsaken noen år senere ble det i NRK vist opptak fra denne mottagelsen. En fantastisk uke i NY, selv om selve løpet ikke gikk bra – jeg passerte halveis på ca 1 time og 17 minutter, men fikk problemer den siste halvdelen. Kom i mål på 2,57, og ble nr 716 av ca 11000 deltagere.

Kildehenvisning

1919-33

Ski Turn og Idrettsforening 15 år. Jubileumsavisen

1934-48

Ski IL 1919-1949. Utgitt i anledning jubiléet 19. februar 1949.

1949-58

Friidretten gjennom de 10 siste år v/Trygve Syversen. Artikkel om friidretten i Ski Idrettslag Medlemsblad Nr. 1 og 2 1959.

1959-68

Ski IL 1919-1969. Utgitt i anledning jubiléet 19. februar 1969.

1969-78

Ski IL 1919-1979. 60 års jubileumsskrift, utgitt 1979.

1979-88

Ski IL 70 års jubileumsskrift 1919-1989. Artikkel om friidrett v/Kolbjørn Jordfald, Reidar Dahl og Knut Aasgaard

1989-208

Friidrett, oppsummering 1989-2018 v/Grunde Vale og Ole Edvard Høiby

Statistikk

Reidar Dahls statistikkhefte "Ski IL Friidrettsgruppa. Statistikk kvinner og menn 1919-1995". Det tas forbehold for skrivefeil.

Norgesmestere og deltagere i OL, VM og EM. Kun friidrett

Liste utarbeidet på grunnlag idrettslige beretninger.

Friidrettsdommere og –startere (1948-2017)

Liste utarbeidet på grunnlag av oversikt fra Reidar Dahl.

Friidrettens tillitsvalgte med pris for administrativt arbeid

Liste utarbeidet på grunnlag av oversikt fra Reidar Dahl.



NM-kongen i diskos

1919-2018
ER
HISTORIE



FREMTIDEN
ER HER



Glade, ivrige gutter og jenter