

LUFFARLIGAN

Anm.: De med * efter namnet är betalande medlemmar i Gamla Skogsluffare, m.a.o. behöver ej vara medlemmar i huvudklubben.
Före sluttiden för gammeluffare inom parentes = (kmtiden).

LL/1 8 augusti 2012

TC: Linneaberg, Stigfinnarnas klubbtorp i Huddinge s:n
Banläggare: Lennart Stenberg
Medhjälpare: den vanliga fina staben av orienterare
Startande: 98 varav 6 skogsluffare/gammelluffare.
VÄDRET: skönt med sol i härlig natur, dock kom det en kraftig regnskur på hemväg till stan, inte ovanligt för denna sommar.

Bana C, 2.720 m. 38 start.	Bana A. 4.560. 19 start.
1. Sören Andersson, VOK 30.15	1. P.Andersson, SÖ SOL 38.17
25. Sven G.* mk (25.49) 70.21	15. Pert Westerlund 108.11
28. Hans L.* (37.59) 103.31	17. O.Helldorff, OK SÖ 118.17
29. Omar M.* (39.29) 107.41	
31. Anders Elin, TIF 121.27	
Lars L.* ej godk.	
Bengt Å.* ej godk.	

LL/2 15 augusti 2012

TC: Linneaberg, Stigfinnarnas klubbtorp i Huddinge s:n
Banläggare: Lennart Stenberg
Medhjälpare: Solveig, Britt, Ebon och Hempa, lika fin service som vanligt med fin marka.
Startande: 126, varav 10 skogsluffare/gammelluffare.
VÄDRET: fint sensommarväder

Bana C, 2590 m. 61 start.	Bana B, 3840 m. 41 start.
1. Sören Andersson, VOK 27.28	1. L. Strandberg, GOK 37.12
12. Torsten J.* (17.52) 46.29	34. Gunnar Mongård 91.24
17. Lars A.* (18.42) 48.43	36. Stig Mattsson, Rav.xxx.14
27. Sten B.* (21.23) 55.37	
37. Bengt Å.* (24.47) 64.20	
39. Jan H.* (26.40) 66.48	
45. Sven G.* mk (29.31) 76.43	
48. Hans L.* (32.15) 83.52	
51. Lars L.* (37.39) 97.52	
53. Anders Melin, TIF 121.27	
Omar Magnergård ej godk.	

LL/3 22 augusti 2012

TC: Dömarudden friluftsgård i Österåkers s:n
Banläggare: Calle Lang
Medhjälpare: Alf Persson m.fl.
Startande: 113, varav 11 skogsluffare/gammelluffare.
VÄDRET: skönt, ovädret kom inte förrän på kvällen, då med åska och skyfall (över Lidingö)

Bana D, 2.840 m. 45 start.	Bana B, 4,8 km. 21 start.
1. R.Rylander, Spårvägen 53.40	1. Å.Wansölin, SÖSOL 65.18
12. Per S.* mk (27.17) 77.48	12. G.Larsson, SÖSOL 108.28
15. Sten B.* (28.00) 79.55	Leif M.* ej godk.
16. Lars A.* (28.20) 80.48	

17. Jan H.*	(28.36)	81.23	Bana C, 3,8 km. 40 start.
22. Bengt Å.*	(31.32)	89.56	1. Per Ljung, StH OK 42.39
30. Sven G.* mk	(40.58)	116.34	23. Tommy Lj.* 92.43
32. Mats Halvarez, K-lös		118.33	32. Stig Mattsson, Rav. 141.28
Hans L.*		ej godk.	Torsten J.* ej godk.
KERSTIN M.*		ej godk.	

LL/4 29 augusti 2012

TC: Brukets slalombacke i närheten av Görvelns slott i Järfälla s:n
 Banläggare: Ulf Radler och Bo Rock
 Startande: 125, varav 7 gammelluffare och Marianne Bergstrand* som var runt D-banan utan registrerad tid (61 min.)
 VÄDRET: Kan inte vara skönare.

Bana D, 2,3 km. 33 start.		Bana C, 3,4 km. 59 start.	
1. J-Å.Björklund, Visborgs OK	24.56	1. Rune Rådeström, SSK	30.44
4. Sten B.*	(12.52) 29.58	33. Lars A.*	(15.22) 52.21
25. Sven G.* mk	(20.28) 47.08	44. Torsten J.*	(16.14) 55.22
26. Omar M.*	(20.40) 47.52	56. Tommy Lj.*	(18.00) 61.24
31. Lasse L.*	(24.48) 57.03	58. Y.BRANTING, Skarpn.	74.09
33. ULLA-BRITT ÅLEBERG, Attunda	66.10		

LL/5 5 september 2012

TC: Lövhagen i Nynäshamn
 Banläggare: Rolf Öhrn
 Startande: 93, varav 3 gammelluffare
 VÄDRET: skönt

Bana A, 2,3 km. 37 start.		Bana B, 3,4 km. 38 start.	
1. Sören Andersson, Väsby OK	24.40	1. Rune Rådeström, SSK	33.53
24. Sten B.*	(25.49) 59.38	34. Y.BRANTING, Skarpnä.	128.26
31. Arthur Eriksson, HIF	106.03	Lasse L.*	ej godk.
ULLA-BRITTA H.*	ej godk.		

LL/6 12 september 2012

TC: Trollbäckens IP i Tyresö s:n
 Banläggare: Sten Bergstrand*
 Medhjälpare: MARIANNE BERGSTRAND* och Berndt Forsman*
 Startande: 163, varav 12 skogsluffare och gammelluffare
 VÄDRET: härligt brittsommarväder, kan inte vara bättre

Bana B, 4,2 km. 49 start.		Bana D, 2,3 km. 53 start.	
1. Rune Rådeström, SSK	47.12	1. J-Å.Björklund, Visborg	39.51
18. Reine B.*	(16.03) 67.42	27. Janne H.*	(27.10) 62.48
42. Rolf Löfqvist, SÖSOL	109.48	31. Sven G.* mk	(28.55) 66.50
		35. Omar M.*	(32.13) 74.08
Bana C, 3,3 km. 50 start.		41. Lars L.*	(35.13) 81.01
1. Tommy Holmer, VOK	34.40	43. Hans L.*	(39.18) 90.40
29. Lars A.*	(20.55) 69.03	44. Peter A.*	(45.26) 104.51
33. Tommy Lj.*	(21.52) 72.20	45. Bo Karlberg, Kl-lös	133.54
41. Rolf Särström,	85.42	ULLA-BRITTA H.*	ej godk.
45. Bengt Å.*	(29.32) 97.45		
47. Kurt Forsgren, HSOK	152.55		

LL/7 19september 2012

TC: Fisksätra i Nacka s:n

Banläggare: Gustaf Richert*

Medhjälpare: Lars Andersson*, Reine Borgström*, Berndt Forsman*,
Torsten Jansson* och Jan Hägerskorg*.

Startande: 150, varav 8 gammelluffare och Marianne Brgstrand*
som endast tog en privat skogstur.

VÄDRET: som vanligt härligt sensommarväder, skönt att regnet
inte kom förrän på kvällen.

Bana D, 2,5 km. 42 start.

1. INGER ANDERSSON, SÖSOL 43.16
12. Per S.* mk (21.48) 54.50
16. Sven G.* mk (24.00) 60.00
23. ULLA-BRITTA* (26.24) 66.01
24. Sten B.* (27.36) 69.00
37. BRITT-MARIE S.* (37.37) 94.03
38. Mats Halvarez, K-lös 106.44
Hans L.* utgått

Bana B, 4,3 km. 42 start.

1. Tommy Holmer, VOK 44.59
13. Leif M.* (13.05) 56.25
36. Å.Lewander, Skarpn. 99.05

Bana C, 3,3 km. 50 start.

1. Sören Andersson, VOK 40.35
14. Tommy Lj.* (18.49) 62.08
45. K.Forsgren, Haninge 121.39

LL/8 26september 2012

TC: Hemvärnsgården i Okvista, Vallentuna s:n

Banläggare: Rune Thurén

Startande: 102, varav 8 skogsluffare/gammelluffare

VÄDRET: Stundtals regn, omklädnad utomhus, våtklut med

Bana B, 4,4 km. 24 start.

1. Tommy Holmer, VOK 35.28
5. Leif M.* (10.00) 44.04
22. Bengt Friberg, JOK 78.36

Bana D, 2,5 km. 36 start.

1. Ulf Carnby, Täby 32.54
18. ULLA EKBLÖM* (22.07) 55.27
20. Per S.* mk (22.37) 56.55
25. Lars L.* (28.00) 70.00
29. Sven G.* mk (33.25) 83.54
30. Bo Karlberg, Klös 188.17
Sten B.* utgick.

Bana C, 3,5 k. 38 start.

1. Bengt Ökvist, FIF 39.12
6. Björn E.* (14.34) 50.20
24. Torsten J.* (18.09) 63.31
25. Stig Mattsson, Rav. 93.53

LL/9 3 oktober 2012

**Tillika GAMMELLUFFARNAS HÖSTMÄSTERSKAP som refereras
på annan plats i detta nummer.**

TC: HANINGE SOK:s klubbstuga vid nedre Rudan i Österhaninge s:n

Banläggare: Göran Haglund

Medhjälpare: det vanliga gänget både i sekretariat och marka

Startande: 227, varav 16 gammelluffare och Lilian Ireby* syntes
i vimlet av de många orienterarna

VÄDRET: kan inte var bättre under skubbet, brittsommar, dock
som vanligt denna höst kom regnet på em. och kvällen.

Bana D, 2,7 km. 86 start.

1. Daniil Kotov, SÖ SOL 33.20
23. Sten B.* (19.21) 52.24
24. Per S.*mk (19.23) 52.36
31. Lars A.* (20.08) 54.34
37. Bengt Å.* (21.11) 57.20
38. ULLA-BRITTA* (21.13) 57.29
41. KERSTIN M.* (21.53) 59.07
51. Sven G.* mk (25.23) 68.56
53. Janne H.* (25.40) 69.28
60. BRITT-MARIE S.* (27.56) 75.45
63. Lars L.* (29.50) 80.58
66. MARIANNE B.* (30.47) 83.11
76. Hans L.* (36.23) 98.23
Omar M.* utgick

Bana B, 4,8 km. 43 start.

1. SV.MIRONOVA, Hellas 40.07
4. Leif M.* (10.31) 50.51
26. Reine B.* (13.58) 67.06
39. L. Hermundstad, SSK 88.25

Bana, C, 3,8 k. 70 start.

1. Rune Rådeström, SSK 36.49
47. Torsten J.* (18.13) 69.23
66. S.Mattsson, Ravinen 98.22

LL/10 10 oktober 2012

TC: Enebybergs IP i Danderyds s:n
Banläggare: Leif Lundqvist, Enebybergs IF
Medhjälpare: i vanlig ordning det pålitliga gänget med Stellan och Ann-Marie i spetsen
Startande: 178, 11 luffare som "sprang" och Evert Gillberg* som supporter
VÄDRET: temp. mellan 5-8 plusgrader, skönt i skogen, ja även efteråt i klubbstugan med bra marka.

Bana B, 4,5 km. 33 start.	Bana D, 2,4 km. 61 start.
1. Rune Carlsson, SIK 42.08	1. Chr. Andersson, ATG 30.06
2. Leif M.* (9.25) 42.40	20. Sten B.* (16.46) 40.26
24. Björn Ljusenius 58.26	22. Per S.* mk (17.07) 41.08
33. Claes Andersson, SSK 78.17	24. Sven G.* mk (17.15) 41.40
	38. Janne H.* (21.26) 51.46
Bana C, 3,5 km. 68 start.	46. BRITTIS S.* (24.12) 58.08
1. Johan Lidmar, SSK 33.31	56. Bo Karlberg, Klös 133.17
16. Tommy L.* (12.52) 45.05	
35. Gustaf R.* (15.45) 54.50	
63. Bengt Å.* (29.09) 102.01	
64. SIV LANN, EIF 113.35	

LL/11 17 oktober 2012

TC: Torvalla IP i Österhaninge s:n
Banläggare: Lars Lindgren*
Medhjälpare: Ronny Hedlund
Startande: 186, varav 18 luffare som "sprang" och MARIANNE BERG-STRAND* som sågs ut på banan utan tidtagning.
VÄDRET: Efter morgonens skyfall blev de upphåll under tävlingen och ett härligt höstväder

Bana D, 2.350 m. 68 start.	Bana B, 4.520 m. 37 start.
1. Sören Andersson, VOK 22.46	1. Ingemar Gard, SÖSOL 37.34
6. Sten B.* (11.57) 30.12	3. Leif M.* (08.57) 40.45
18. Lars A.* (14.05) 35.48	27. Reine* (12.23) 56.02
19. Bengt Å.* (14.07) 35.59	36. KRISTINA NILSSON.KLÖ.121.00
23. Per S.* mk (14.55) 37.59	
33. Rolf Särström (16.17) 41.06	Bana C, 3.490 m. 70 start.
37. KERSTIN M.* (16.50) 42.41	1. Micke Gustafsson,OKSÖ 28.46
38. Janne H.* (17.14) 43.42	21. Björn E.* (11.14) 39.21
42. Sven G.* mk (18.00) 45.39	26. Torsten J.* (11.18) 39.46
46. ULLA-BRITTA* (18.27) 46.50	55. Tommy Lj.* (14.46) 51.28
51. ULLA E.* (19.31) 49.18	66. Gustaf R.* (16.46) 58.48
55. Omar M.* (21.04) 53.10	69. Göran Wallén, Lidinga 61.54
61. BRITT-MARIE* (23.31) 59.24	
64. G.GRANQVIST, Nynäs OK xx.xx	

LL/12 24 oktober 2012

TC: Täby IP, Vikingavallen, Täby Kyrkby i Täby s:n
Banläggare: Rune Thurén
Startande: 162, varav 7 gammelluffare och MARIANNE BERSTRAND som var med utan tidtagning
VÄDRET: härligt höstväder

Bana B, 4,5 km. 42 start.	Bana D, 2,5 km. 45 start.
1. Leif M.* (08.18) 37.33	1. Ulf Carnby, Täby OK 23.38
2. Bo Norbäck, Tullinge 38.19	17. Sten B.* (13.42) 34.25
40. KRISTINA NILSSON,Klös 109.30	20. Sven G.* mk (14.14) 35.57
Reine B.* ej godk.	30. Omar M.* (18.12) 45.50

Bana C, 3,3 km. 63 start.

1. Jan Bojling, Solna	34.04	35. BRITT-MARIE.* (20.04)	50.11
53. BERIT SVANLUND, EIF	69.55	43. Mats Halvarez, K-lös	70.43
Bengt Å.*	ej godk.	MARIANNE B.* utan tidtagn.	

LL/13 31 oktober 2012

TC: Myrängsskolan i Gribbylund, Täby s:n
 Banläggare: Ragnar Vikström
 Medhjälpare: Stenåke Johansson, Pia Vikström, Gunnar Andersson, Göran Andersson, Evert Carlsson, John Sjöberg, Lennart Sjöstål, Linnéa Sjöstål och Anna-Maria Johansson.
 VÄDRET: några minusgrader på morgonen, under tävlingen sol och härligt i skogen
 Startande: 147, varav 12 luffare

Bana D, 2,4 km. 49 start.		Bana B, 4,5 km. 35 start.	
1. Albert Mård, Br-Vy	32.16	1. Tage Sandberg, Br- Vy	48.53
7. Olle Ö.* (15.32)	37.38	13. Reine B.* (12.34)	56.52
10. Lasse A.* (16.49)	40.35	34. K.NIRLOW, K-lös	172.45
18. Per S.* mk (19.42)	47.29		
25. Lasse L.* (24.40)	59.19	Bana C, 3,5 km. 49 start.	
28. Sven G.* mk (25.01)	60.02	1. Björn Reger, St.Tuna	34.32
39. Bengt Å.* (29.25)	70.59	19. Tommy Lj.* (13.23)	50.32
41. BRITTIS S. (30.39)	73.55	33. Gustaf R.* (17.35)	61.54
46. M.LUNDELL, K-lös	120.58	33. Gustaf R.* (17.35)	61.54
Ej med i resultatlistan:		47. Carl Lang, Österåker	74.17
Åsa Norell		Torsten J.*	Ej godk.

LL/14 7 november 2012

TC: Trollbäckens IP i Tyresö s:n
 Banläggare: Börje Pahlén
 Medhjälpare: Alf Lång, Håkan A Sjökvist, Inger Pahlén.
 VÄDRET: kylig morgon, sedan härligt i solen fikar efter skubbet kunde inmundigas utomhus
 Startande: 183, varav 14 gammelluffare

Bana C, 2,5 km, 76 start.		Bana B, 3,5 km. 66 start.	
1. Björn Reger, St.Tuna	28.10	1. Anders Gärderud, Liö	45.17
15. Lasse A.* (18.34)	46.42	18. Björn E.* (17.10)	60.05
42. Per S.* mk (23.38)	59.10	21. Sten B.* (17.32)	61.36
48. Rolf S. (25.20)	63.36	43. Gustaf R.* (20.58)	73.39
50. Bengt Å.* (26.26)	66.08	62. Benny Bogstedt, TSK	158.39
53. BRITTIS S.* (27.14)	68.08	Tommy Lj.*	ej godk.
55. ULLA-BRITTA.* (27.46)	69.41		
56. Lasse L.* (28.12)	70.50		
58. Sven G.* mk (28.25)	71.06		
60. MARIANNE B.* (28.50)	72.09		
69. SONJA SUNDELL, SIK	xx.xx		
ULLA E.*	ej godk.		

LL/15 14 november 2012

TC: Skarpnäcks Sportfält/Tävlingsområde Flaten i Brännkyrka s:n
 Banläggare: Erland Ljunström
 VÄDRET: typiskt novemberväder
 Startande: 185, varav 16 luffare, vidare Berndt Forsman och Bengt Åhländer som tittade på

Bana A, 5,9 km. 9 start.		Bana B, 4,5 km. 27 start.	
1. Gustav Bergman, Rav.	33.44	1. Tommy Holmer, Väsby	37.34
8. Reine B.* (16.37)	98.07	6. Leif M.* (10.42)	48.18

9. Olle Källbäck, HIF 116.28

26. Kurt Andersson, EIF 80.16

Bana D, 2,7 km. 66 start.

1. Per Ljung, Sthlms OK 19.04
 5. Olle Ö.* (11.56) 32.25
 9. Lasse A.* (13.01) 35.16
 28. Sven G.* mk (15.59) 43.18
 32. Janne H.* (16.52) 45.47
 49. ULLA E.* (20.24) 55.11
 52. BRITTIS S.* (21.09) 57.12
 56. Lasse L.* (25.19) 68.38
 59. Hans L.* (30.07) 81.35

Bana C, 3,6 km. 63 start.

1. R. Skoglund, Hellas 32.54
 18. Björn E.* (11.41) 42.10
 21. Tommy Lj.* (12.14) 44.08
 27. GunnarMongård(12.35) 45.32
 49. Gustaf R.* (14.51) 53.46
 59. P. Källman, Aura OK 76.09
 Torsten J.* ej godk.

ULLA-BRITTA H.* ej godk. (tappade "pinnen")

SAMMANSTÄLLNING

St = antal starter
 Bl = antal gånger banläggare
 Mh = antal gånger medhjälpare
 Lnp = poäng på Luffarnubben
 bl = banläggare
 mh = medhjälpare
 su = supporter

	L1 - L15				Luffarnubbpoäng										
	8 aug - 14 nov				8 aug - 14 nov										
	St	Bl	Mh	Lnp	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10	
Ahstedt, Peter*	1	-	-	0	L11	12	13	14	15	-	0	-	-	-	
Andersson, Lars*	10	-	1	23	-	2	2	3	-	3	mh	-	2	1	
BERGSTRAND, MARIEA.*	2	-	1	-	-	-	-	su	mh	-	su	-	0	-	
Bergstrand Sten*	11	1	-	24	su	su	-	0	-	-	-	-	-	-	
Borgström, Reine*	6	-	-	4	-	1	3	3	1	bl	2	0	3	3	
Forsman, Berndt*	-	-	2	-	3	3	-	2	-	-	1	mh	-	1	
Ekblom, Björn*	4	-	-	11	1	0	-	-	1	-	mh	mh	-	-	
EKBLOM, ULLA*	4	-	-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	
Gillberg, Evert*	-	-	-	-	3	-	-	3	3	-	-	-	3	-	
Gärderud, Sven*	14	-	-	16	0	-	-	0	0	-	-	-	-	su	
HALL,ULLA-BRITTA* (Järila IF)	7	-	-	0	-	3	0	0	2	-	2	3	1	0	
Hägerskog, Jan*	7	-	1	5	0	2	0	0	1	-	2	3	1	0	
IREBY, LILIAN*	-	-	-	-	0	-	-	-	0	-	3	mh	-	0	
Jansson, Torsten*	8	-	1	9	0	-	-	-	-	-	-	-	su	-	
Lindgren, Lars*	10	-	-	3	-	3	0	2	-	-	mh	1	1	-	
Lindskog, Hans*	7	-	-	2	2	-	0	-	0	-	0	0	-	0	
Ljusenius, Björn	1	-	-	1	bl	-	1	0	0	-	0	0	-	0	
Ljusenius, Tommy*	9	-	-	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	
Magnegård, Omar*	7	-	-	5	1	-	3	0	2	-	2	1	-	3	
					0	1	-	-	-	-	1	-	-	0	

MAGNUSSON, KERSTIN*	3	-	-	1	-	-	0	-	-	-	-	-	1	-
					0	-	-	-	-					
Magnusson, Leif*	8	-	-	11	-	-	0	-	-	-	-	1	1	2
					2	2	-	-	1					
Mongård Gunnar	2	-	-	2	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-
					-	-	-	-	1					
NORELL, ÅSA	1	-	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
					-	-	0	-	-					
Richert Gustaf.*	5	1	-	5	-	-	-	-	-	-	bl	-	-	2
					0	-	2	1	0					
SKOG, BRITT-MARIE*	8	-	-	2	-	-	-	-	-	-	1	-	0	0
					0	0	0	1	0					
Sommerhein, Per*	8	-	-	0	-	-	0	-	-	-	0	0	0	0
(IFK Lidingö SOK)					0	-	0	0	-					
Särström, Rolf	3	-	-	4	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-
					1	-	-	2	-					
Westerlund, Per	1	-	-	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
					-	-	-	-	-					
Åhlander Bengt*	10	-	-	0	0	0	0	-	-	0	-	-	0	0
(Hammarby IF)					0	0	0	0	-					
Öberg, Olle	2	-	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
					-	-	3	-	3					

30 skogsluffare/gammelluffare har gjort 159 starter.

HÅGKOMSTER från FÖRR

Ur dagboken 1943,

under perioden 1 januari - 31 mars.

Skidor: 11 gånger = 13 mil

Vandring: 30 gånger = 52 mil

Löpning: 14 gånger = 7 mil, varav endast en orientering den 28:e februari, de första löpstegen 1943. Banan 16,4 km. (22 km.

löpning) tid. 1.43.22, 4 minuter efter segraren Onni Niskanen, Duvbo IK, som sedermera blev tränare i Etiopien för bl.a. olympia-segraren Bikila. Jag blev 4:a bland 70 startande på långa banan.

Onni, som hade varit med i finska vinterkriget, tjänstgjorde senare på året som fänrik på Svea Livgardet och jag hade honom som plutonchef en tid.

Under perioden 5 april - 22 juni.

5 april, inställelse på I 1, Svea Livgarde Linnégatan i Sthlm.

Jag hade fått uppskov ett år p.g.a. mitt arbete vid FRA/Karlaplan.

Skulle gjort, efter eget önskemål, värnplikten vid I 19K i Norrbotten, men 1943 skulle vi stockholmare göra det hela i hemtrakten.

Första dagen upptäcker jag, att intresse för frågesport fanns redan då. Vi, närmare 2000 nyinryckta, fick svara på frågor. 36 poäng var max. och det var endast 6 man som klarade det och jag var en av dem.

Blev sedan samma dag tillsammans med 2 nyinryckta, inkallad till min plutonchef Fänrik Agvald och bataljonchefen Öl Drakenberg, att prata in påstålbånd, som sedan sändes i Dagens Eko.

Konditionsträningen blev bra på I 1, marcher och löpning. så

jag klarade mig hyfsat på fri idrottstävlingar:

19 maj, blev MP Svenska Mästare i terräng, korta banan, tremannalag och jag var med i laget, blev 13:e individuellt.

23 maj, MP vann DN:s stadslopp på ny rekordtid, jag förde upp laget på Slussträckan till ledningen och hade bästa sträcktid.

18 juni, sprang jag 1500 m. B-final på Stadion. Tid 4.05.0 min.

22 juni, hela regementet (1837 man) ställde upp och

startade samtidigt ute på Ladugårdsgårde. 3000 m. terräng. Jag vann, tvåan 50 m. efter i mål.

Sedan perioden 23 juni (midsommarafton) till slutet september.

Förlovning midsommarafton med Ingrid Wretman, Lidingö. Vi cyklade och åkte båt till Blidö, där vi var hos Ingrids syster ett par da'r. Hem därifrån, cykel via Sättra, STF:s raststuga söder om

Riala. Sista dagsetappen hem till Stockholm blev c. 6 mil och på kvällen var jag anmäld att springa 5000 m. bland många storlöpare. Men med en mellantid vid 3000 m. på under 9 minuter orkade jag inte hänga med, så min tid blev 15.22.0 min.

Därefter blev det stopp med idrottandet och militärtjänsten.

15 juli, blev jag inlagd på I I:s sjuka, Linnégatan. Dagen efter ringde dom efter ambulans, men ville först att jag skulle gå upp på kompaniet och hämta tandborste m.m. Då jag kom åter över kaserngården var redan ambulansen där. Jag sa' då åt chauffören att det var jag som skulle med och ville sätta mej i den, men tji, jag fick trava upp en trappa för där stod baren jag skulle ligga på. Blev nedburen och körd till Epedemisjukhuset vid Roslagstull. Hade temp. 40 grader då jag kom fram. Samma kväll som jag kom dit skulle jag springa på Stadion och Ingrid var där och blev chockad. då hon träffade en lumparkompis till mej som talade om att jag låg på sjukhus. Fick ligga på sjukhuset i 4 dagar.

19 juli, körde dom mej till I I:s sjuka, där jag blev kvar i 6 dagar. Det hela var en form av blodförändring, halsfluss.

Det var svårt att komma igen med idrottandet därefter, speciellt med friidrott, tog väl c. 2 år innan jag kände mig bra igen.

18 augusti, sprang jag 3000m. i en klubbmatch på mediokra 9.21.6.

Orienteringarna gick bättre, kanske beroende på att jag fick anpassa hastigheten efter förmågan, och missade ej så mycket. Vid fri idrott kan man ju inte slappna av utan sekunderna försvinner fort då man inte orkar.

26 september, SM i fälttävlan i Bergslagen. Svea Livgardes 3-mannalag kom trea, jag med i laget 27:a individuellt bland närmare 200 startande.

Här lite från en träningsdagbok 1968-2004

Under dessa år sprang jag 5 km. slingan (4710 m.) i Långängsområdet på skogsstigar/vägar ungefär som Lidingöloppsterrängen över 800 gånger. Här lite siffror:

Löpning	1973 (52 år)	19.02 min.	4.02/km.
	1978 (57 år)	19.35 min.	4.04/km.
	1983 (62 år)	21.00 min.	4.28/km.
	1988 (67 år)	24.01 min.	5.06/km.
	1994 (73 år)	25.33 min.	5.23/km.
	1999 (78 år)	29.02 min.	6.10/km.
	2004 (83 år)	32.08 min.	6.49/km.

Vandring	2000 (79 år)	41.09 min.	8.43/km.
	2005 (84 år)	42.48 min.	9.01/km.
	2012 (91 år)	47.42 min.	10.04/km.

Under 2012 har jag gått rundan 12 ggr, snittid 49.30 min. 10.28/km.

Sven Gärderud