

Hvidovre AM

IDRÆTSLIG STATUS 2018

GENERELT

- ✈ De sidste 4 år har det hvert år lydt, at det var vores bedste sæson nogensinde, og sådan lyder det også i år, når vi skal kigge tilbage på 2018. Den positive udvikling fra de foregående år bliver ved med at løfte sig til nye højder og med masser af resultater på meget, meget højt niveau.
- ✈ **KR:** De sidste 10 år er der sat imponerende 1.422 klubrekorder! Og selv om det bestemt ikke bliver lettere med årene, så formåede vi endnu en gang at komme over gennemsnittet, da der blev slået imponerende 159 klubrekorder i 2018. Thea Jensen var igen i år topscorer med meget imponerende 26 stk., mens kun 12-årige Kasper Birk med 10 klubrekorder satte flest for det modsatte køn.
Der blev sat hele 13 nye senior klubrekorder, 5 mere end i 2017: Zarah Buchwald 150m, 300m + Tanja Ravnholt 1mile landevej + Thea Jensen, hammer, vægtekast, kaste 5-kamp + Kristoffer Hari 200mi + Kasper Olsen 300m + Sebastian Bergmann 1 mile landevej + Abdi Hakin Ulad 10km, 20km, ½-maraton + Michael Jeppesen, 25 km
- ✈ **DR:** Der blev sat 2 Danske rekorder til hhv. Thea Jensen i kaste 5-kamp med 3.936 point og til Abdi Hakin Ulad på 20km med 59,07 min.
Der er sat 11 Danske Ungdomsrekorder, alle af Thea Jensen i kast, Vores Masters udøvere har sat 16 Danske Rekorder med 3 til Mette B. Jepsen, 7 til Inge Faldager, 5 til Maria Sløk og 1 til Vivian Krafft. Af Inge Faldagers rekorder var hele 5 af dem også Nordiske Rekorder, mens Maria Sløks kaste 5-kamp med 4.110p var Europarekord og sølle 4 point fra verdensrekorden.
- ✈ **Medaljer:** Der blev vundet 83 DM-medaljer (9 færre end 2017), og hele 41 af dem blev vundet af vores ungdom. Vi har over de sidste 10 år vundet 719 DM-medaljer, heraf 392 af guld.

	Klubrekorder	DM-medaljer				Landshold
		Totalt	Ungdom	Senior	Masters	Ung + Sen
10 år	1.422	719 (392-193-144)	295 (133-87-76)	159 (47-60-52)	265 (212-46-16)	79 + 60
2018	159	83 (36-25-22)	41 (10-15-16)	15 (5-5-5)	27 (21-5-1)	16 + 10
2017	122	94 (55-22-18)	36 (18-11-8)	24 (9-8-7)	34 (28-3-3)	18 + 6
2016	144	73 (46-16-11)	29 (13-11-5)	14 (5-3-6)	30 (28-2-0)	13 + 6
2015	128	59 (33-18-8)	26 (12-11-3)	14 (4-6-4)	19 (17-1-1)	2 + 11
2014	161	55 (32-16-7)	20 (8-10-2)	11 (3-5-3)	24 (21-1-2)	8 + 5
2013	192	84 (48-23-13)	31 (15-10-6)	17 (4-8-5)	36 (29-5-2)	7 + 9
2012	180	57 (30-15-12)	30 (20-4-6)	15 (2-7-6)	12 (8-4-0)	3 + 0
2011	93	92 (42-24-26)	43 (14-10-19)	16 (5-6-5)	33 (23-8-2)	2 + 3
2010	119	65 (33-19-13)	19 (9-4-6)	17 (5-7-5)	29 (19-8-2)	8 + 3
2009	124	66 (37-15-14)	20 (14-1-5)	16 (5-5-6)	30 (18-9-3)	5 + 3

Hvidovre Atletik & Motion

Hvidovre Stadion ♦ Sollentuna Allé 1-3 ♦ 2650 Hvidovre ♦ www.hvidovre-atletik.dk

✈ **Internationalt:** Internationalt har vi aldrig været bedre med helt vilde 26 udtagelser til landshold og internationale mesterskaber.

Vi havde udøvere udtaget til NM Cross, EM Cross, Nordic Indoor, European Throwing Cup, VM ½-marathon, International Throwing Match, VM U20, NM U20 og Europamesterskaberne.

✈ **Hæder:** Abdi Hakin Ulad blev for tredje år i træk valgt som *Årets Atlet* i Hvidovre Kommune. Maria Sløk blev til DAF Awards valgt til *Årets Masters* udøver, mens Tanja Ravnholt fik hæderen som *Årets Unge* leder og endelig fik Knud Høyer prisen som *Årets Leder*.

UNGDOM

✈ Det blev til 10 DMU-titler og hele 41 DMU-medaljer (+5 ift 2017).

Thea Jensen (P19) blev 3-dobbelt mester i kugle inde og ude samt og kaste 5-kamp, og er ubesejret i DMU-sammenhæng i kugle og kaste 5-kamp de sidste 6 år.

Stefan Lehnert vandt sit første DM nogensinde efter sit klubskifte fra Ballerup, og det blev ovenikøbet til to af slagsen med vægtekast og kaste 5-kamp.

Færøske Theresa Blåhamer og Karin Simonsen var med på begge P22 stafetter, 4x100m og 4x400m, der vandt DMU. På 4x400m var det rent færøsk med Bára Glerfoss og Elisabeth Simonsen, mens Misja Jepsen og Annesofie Hartmann supplerede på den korte stafet.

Annesofie Hartmann vandt diskoskast for 2.år i træk, og var den første pige nogensinde, der besejrede Thea ved et DMU i diskos. Alexander Siedler vandt DMU på langt cross.

For første gang siden slut 90'erne blev det til medalje i DM Hold, hvor piger 16-19 år vandt sølv.

Thea Jensen blev ikke uventet medaljetopscorer med 7 DMU-medaljer (3 guld og 4 sølv), mens både Annesofie Hartmann og Stefan Lehnert vandt 6 medaljer (2 guld, 1 sølv og 3 bronze).

✈ **Thea Jensen** satte hele 12 Danske Ungdomsrekorder, hvor hendes seniorrekord i kaste 5-kamp imponerende mest. Hun satte samtidig DUR for 19-årige, for U20 og for U23, så 4 rekorder på én gang. Samme dag blev der også sat 19-års rekord i vægtekast med både senior og U20-vægten, og der var også 19-års og U20-rekord i ungdomsmangekampen. Og endelig var der også de sædvanlige 2 rekorder i kuglestød indendørs og udendørs.

Det blev også til guld ved NM U20 på hjemmebanen i Hvidovre i kuglestød, sejr i kastelandskamp mod Spanien og Portugal, en 3.plads i Hallesche Werfertages og endelig en 20.plads ved VM U20, alt sammen i kuglestød.

✈ **Annesofie Hartmann** havde også en stor sæson, da hun som blot 18-årig brød de 50m i diskos med 50,24m, blot 4cm fra den danske rekord. Anso blev, på trods af at hun blot var førsteårs, alligevel en flot nr.16 ved VM U20, og vandt sølvmedalje på hjemmebanen til NM U20. Desuden blev det også til sejr i kastelandskampen mod Spanien og Portugal.

✈ **Stefan Lehnert** fik sin debut i de rød-hvis farver, da han kastede hammer ved kastelandskampen mod Spanien og Portugal, og faktisk scorede de afgørende point ift at vinde sammenlagt. Det blev til en 8.plads med lige under 60m ved NM u20 på hjemmebanen i Hvidovre.

✈ **Alexander Siedler** var den sidste, der var udtaget til at repræsentere Danmark, da han igen i år var med til NM Cross.

✈ For andet år i træk stillede vi med hold i alle 4 rækker i DTU, og det lykkedes ikke blot at få P19 med i DM-finalen, de vandt ovenikøbet også sølv.

SENIOR

✈ Det blev til 5 Danske Mesterskaber i 2018 og i alt 15 DM-medaljer.

✈ Mændene missede for første gang i 18 år DT-finalen, men vandt så til gengæld oprykningsmatchen ganske suverænt. Kvinderne kom efter en meget spændende afslutning i den indledende runde videre til finalen, hvor det efter en tæt match blev til en 5.plads.

✈ **Abdi Hakin Ulad** havde ikke helt den sæson, som han havde drømt om, men det blev alligevel til megen hæder. Internationalt fik han fightet sig igennem VM halvmaraton, på trods af en alvorlig fiber i den ene læg efter 11 km, hvor det undervejs alligevel blev til Dansk Rekord på 20km med 59.07 minut og PR på ½-maraton med 1.02.15 timer. Det

betød megen genoptræning, og Abdi stillede til start ved EM på maraton i sit livs form. Efter hans livs nemmeste 28 km fik han en ny fiber i samme læg, og var grædefærdig, da han på det tidspunkt lå i førerfeltet, og tidligere havde slået alle de 3 medaljevindere. Det blev til karrierens 5. titel på DM lang cross, og på DM 10km formåede han trods kraftig modvind alligevel at sætte mesterskabsrekord med 29.06 min.

Det blev til endnu mere hæder, da Abdi for tredje år i træk blev valgt til Årets Idrætsudøver i Hvidovre.

✈ **Kristoffer Hari** var det meste af året i USA, hvor han har fået et 4-årigt scholarship hos Arkansas Razorbacks. Det blev til en enkelt indendørs klubrekord på 200m.

✈ **Maria Sløk** og **Thea Jensen** formåede at lave en usædvanlig dobbelt double, da de besatte de to første pladser til DM indendørs i kuglestød og til DM i kaste 5-kamp, og begge gange lidt overraskende med den 19-årige Thea Jensen øverst på skamlen. Begge gange havde hun dog behov for at slå dansk rekord for at vinde. Indendørs med DUR 14,71m, og udendørs ved at slå Marias senior DR med 3.940p.

✈ **Maria Sløk** vandt for 18. år i træk DM-medalje i diskoskast, men med både Annesofie Hartmann og Thea Jensen jagtende bag ved sig, så kan det godt ske, at det var sidste år det skete. Det blev til yderligere DM-sølv udendørs i kugle.

Det blev også til 2 optrædener på det danske landshold, først ved Nordic Indoor, hvor hun blev 5'er i kugle og udendørs ved European Throwing Cup, et slags vinter EM for kastere, hvor det blev til en placering som nr. 17.

✈ **Thea Jensen** fik blev 6'er til Nordic Indoor, mens det ved udendørs DM blev til en sølv i vægtekast og en bronze i kuglestød.

✈ **Festus Asante** blev 7'er i årets Nordic Indoor i lighed med sidste år. Sidste vinters sølvmedalje på 60m blev vekslet til en af guld. Desværre valgte han at skifte klub ved starten af udendørssæsonen pga et såkaldt godt tilbud.

✈ **Kasper Olsen** fik komplementeret sin medaljesamling på 200m indendørs, da han efter guld og sølv de foregående to sæsoner fik en bronze i år. Udendørs blev de sidste to års bronze på den dobbelte distance vekslet med en af sølv. Bliver det monstro så til guld i 2019? det blev til yderligere to medalje, dels en bronze på 200m, og sammen med Haris Khan, Jasob Chua Ziska og Navid Bazgir blev det til bronze på 4x400m.

MASTERS

✈ 21 Danske Mesterskaber og i alt 27 DM-medaljer blev der erobret inden- og udendørs. Mere imponerende var de internationale erobringer med 14 NM-guld, 4 EM-guld og 5 VM-guld.

✈ **Inge Faldager** (K70) var i år rykket op i K70, og det kastede som sædvanlig en del titler af sig, men en drilsk knæskade betød, at det ikke var på samme høje resultatniveau som tidligere. EM-guld i hammer og diskos samt VM-guld i hammer og vægtekast, 4 NM-titler og 5 DM-titler. Det betyder, at Inge i sin imponerende karriere nu er oppe på 38 VM-titler, 33 EM-titler, 56 NM-titler og 215 DM-titler! Det blev desuden til 4 nordiske rekorder og 5 danske.

✈ **Maria Sløk** (K35) var blevet international masters, og det blev fejret med bravour, da det blev til EM-guld inde i kugle og diskos, mens det udendørs blev til VM-guld i kugle og kaste 5-kamp samt sølv i vægtekast og bronze i diskos. I kaste 5-kampen blev det til Europarekord med 4.110p, kun 4 point fra verdensrekorden. Det blev til desuden til 1 nordisk rekord og 6 danske rekorder.

✈ **Vivian Kraft** (K50) debuterede til VM, og satte det hele på plads i sit sidste kast med Dansk Rekord i diskos og VM-guld, og vandt også NM-titlen i 2018.

✈ **Kenneth Thorsen** (M35) fik erobret 4 NM-titler i højde, stang, 3-spring og 1.000m stafet.

✈ **Mette Jepsen** (K45) blev dobbelt Dansk Mester og satte yderligere DR på 60, 200 og 400m indendørs.

✈ **Karsten Nielsen** (M50) var meget skadet, men vandt DM-titlen indendørs i længdespring.

✈ **Marie-Louise Levy** (K35) vandt 2 DM-titler og det Nordiske Mesterskab på 100m hæk og i længde.

✈ **Martin Iversen** (M60) erobrede 2 NM-titler i stang og diskos samt 4 DM-titler.

✈ **Mix-holdet** vandt sidste år DM-guld, mens **kvindeholdet** vandt sølvmedaljer. Det blev vendt på hovedet i år!

Hvidovre Atletik & Motion

Hvidovre Stadion ♦ Sollentuna Allé 1-3 ♦ 2650 Hvidovre ♦ www.hvidovre-atletik.dk

ANDET

- ✈ Morgentræningen tirsdag og torsdag for de atletikelever der går på Team Danmark linjen på Falkonergårdens Gymnasium har været afviklet for 22.år i træk, og i år blev det suppleret op med deltagelse af 2 atletikelever fra eliteudskolingslinjen på Engstrandskolen.
- ✈ Medlemstallet fortsætter med at udvikle sig fortsat i en positiv retning, da vi har ca. 900 medlemmer fordelt med ca. 400 i både atletikafdelingen og i Motionscenteret, mens der er ca. 80 i XFit-afdelingen.
- ✈ Vi har afviklet Skole OL med over 500 glade børn og Skoleløbet i samarbejde med Idrætsrådet med mere end 1.600 tilmeldte skoleelever.
- ✈ Copenhagen Open blev afviklet for 6.gang og med mere end 2.300 startere var det i 2018 Danmarks største atletikstævne, hvor ca. 20 % kom fra 8 deltagende lande, heraf flest fra Sverige.
- ✈ NM U20 blev klubbens hidtil største satsning, og blev bragt op på internationalt niveau med mange roser fra de deltagende lande, og med guld til Thea Jensen og sølv til Annesofie Hartmann, så blev det også en idrætslig succes.

Afslutningsvis skal der lyde en stor tak til alle vores dygtige og engagerede trænere, der knokler for at udvikle alle vores aktive, og tak til alle vores dommere og hjælpere til vores mange arrangementer og endelig til mine kollegaer i klubbens bestyrelse for et godt og givtigt samarbejde 😊

Martin Roald-Arbøl vil i sin formandsberetning komme ind på alle de ikke-idrætslige områder.
Ovenstående vil blive suppleret af et mundtligt indlæg på generalforsamlingen primært møntet på fremtidige satsningsfelter ift klubbens videre sportslige udvikling.

/ . Michael Bruun Jepsen, Sportschef

Hvidovre Atletik & Motion

Hvidovre Stadion ♦ Sollentuna Allé 1-3 ♦ 2650 Hvidovre ♦ www.hvidovre-atletik.dk

	Klubrekorder	DM-medaljer				Landshold
		Totalt	Ungdom	Senior	Masters	Ung + Sen
10 år	1.422	719 (392-193-144)	295 (133-87-76)	159 (47-60-52)	265 (212-46-16)	79 + 60
2018	159	83 (36-25-22)	41 (10-15-16)	15 (5-5-5)	27 (21-5-1)	16 + 10
2017	122	94 (55-22-18)	36 (18-11-8)	24 (9-8-7)	34 (28-3-3)	18 + 6
2016	144	73 (46-16-11)	29 (13-11-5)	14 (5-3-6)	30 (28-2-0)	13 + 6
2015	128	59 (33-18-8)	26 (12-11-3)	14 (4-6-4)	19 (17-1-1)	2 + 11
2014	161	55 (32-16-7)	20 (8-10-2)	11 (3-5-3)	24 (21-1-2)	8 + 5
2013	192	84 (48-23-13)	31 (15-10-6)	17 (4-8-5)	36 (29-5-2)	7 + 9
2012	180	57 (30-15-12)	30 (20-4-6)	15 (2-7-6)	12 (8-4-0)	3 + 0
2011	93	92 (42-24-26)	43 (14-10-19)	16 (5-6-5)	33 (23-8-2)	2 + 3
2010	119	65 (33-19-13)	19 (9-4-6)	17 (5-7-5)	29 (19-8-2)	8 + 3
2009	124	66 (37-15-14)	20 (14-1-5)	16 (5-5-6)	30 (18-9-3)	5 + 3
2008	116	79 (35-30-22)	37 (13-9-15)	11 (4-3-4)	31 (18-1-3)	2 + 7
2007	116	60 (27-16-17)	15 (2-6-7)	14 (2-4-8)	31 (23-6-2)	4 + 4
2006	103	56 (18-15-23)	24 (2-10-12)	14 (0-3-11)	18 (16-2-0)	2 + 1
2005	139	73 (31-25-16)	31 (13-12-6)	19 (1-8-9)	23 (17-5-1)	3 + 4
2004	110	88 (44-23-21)	30 (11-12-7)	9 (0-2-7)	49 (33-9-7)	1 + 1
2003	168	68 (28-19-21)	31 (11-11-9)	18 (1-6-11)	19 (16-2-1)	0 + 1
2002	101	79 (29-27-23)	56 (20-18-18)	12 (0-7-5)	11 (9-2-0)	3 + 0
2001	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A
2000	N/A	53 (22-19-12)	48 (21-17-10)	4 (0-2-2)	1 (1-0-0)	3 + 0
1999	38	30 (15-6-9)	24 (13-5-6)	5 (1-1-3)	1 (1-0-0)	2 + 1
1998	61	46 (16-13-14)	43 (16-13-14)	0 (0-0-0)	0 (0-0-0)	0 + 0