

# Hvidovre AM

## IDRÆTSLIG STATUS 2017

### GENERELT

- ✈ De sidste 3 år har det hvert år lydt, at det var vores bedste sæson nogensinde, og sådan lyder det også, når vi skal kigge tilbage på 2017. 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 1.379 klubrekorder! Og selv om det bestemt ikke bliver lettere, så satte vi alligevel 122 nye i år. Thea Jensen satte imponerende 20 stk., mens Alexander Siedler med 8 klubrekorder satte flest for det modsatte køn.
- ✈ Der blev sat 8 nye senior klubrekorder: Zarah Buchwald 60/200m + Kristoffer Hari 60/100 + Cecilie Mikkelsen 30K/½M + Abdi Hakin Ulad 30km + Matthias Hagen kaste 5-kamp. Og så var mændenes 4x100m blot 1/100s fra rekorden!
- ✈ **DR:** Der blev sat 25 DR med 15 til ungdom, 1 til senior og 9 til masters, heraf seniorrekord til Kristoffer Hari på 60m indendørs og hele 8 rekorder til Thea Jensen hos ungdom og 4 til Mette B. Jepsen hos masters. Klubbens udøvere sidder pt. på hele 165 Danske Rekorder.
- ✈ **Medaljer:** Der blev vundet 94 DM-medaljer (21 mere end 2017), og hele 55 af dem var af guld (9 mere end 2017).
- ✈ Vi har over de sidste 10 år vundet 715 DM-medaljer, heraf 391 af guld.

	Klubrekorder	DM-medaljer			Landshold
		Ungdom	Senior	Masters	Ung + Sen
10 år	1.269	291 (136-81-75)	155 (46-58-51)	269 (209-42-18)	68 + 53
2017	122	36 (18-11-8)	24 (9-8-7)	34 (28-3-3)	18 + 6
2016	144	29 (13-11-5)	14 (5-3-6)	30 (28-2-0)	13 + 6
2015	128	26 (12-11-3)	14 (4-6-4)	19 (17-1-1)	2 + 11
2014	161	20 (8-10-2)	11 (3-5-3)	24 (21-1-2)	8 + 5
2013	192	31 (15-10-6)	17 (4-8-5)	36 (29-5-2)	7 + 9
2012	180	30 (20-4-6)	15 (2-7-6)	12 (8-4-0)	3 + 0
2011	93	43 (14-10-19)	16 (5-6-5)	33 (23-8-2)	2 + 3
2010	119	19 (9-4-6)	17 (5-7-5)	29 (19-8-2)	8 + 3
2009	124	20 (14-1-5)	16 (5-5-6)	30 (18-9-3)	5 + 3
2008	116	37 (13-9-15)	11 (4-3-4)	31 (18-1-3)	2 + 7

- ✈ **Internationalt:** Vi havde udøvere udtaget til NM U20, NM Cross, Nordenkampen, VM U18, EM U23, EM Cross, EM Vinter kast, VM Cross, Landskamp, EM Inde, EM Hold og VM. Hele 24 gange repræsenterede vi Danmark til diverse mesterskaber og landskampe.
- ✈ Abdi Hakin Ulad blev 12'er til EM Cross, vandt NM 10.000m og blev en forrygende nr 13 til VM på maraton

# Hvidovre Atletik & Motion

Hvidovre Stadion ♦ Sollentuna Allé 1-3 ♦ 2650 Hvidovre ♦ [www.hvidovre-atletik.dk](http://www.hvidovre-atletik.dk)

---

- ✈ Der blev vundet 23 internationale mesterskabsmedaljer med 1 til ungdom, 1 til senior og 17 til vores masters atleter, hvor Inge Faldager blev 3-dobbelt Masters Verdensmester og dobbelt Europamester.
- ✈ **Hæder:** Abdi Hakin Ulad *Årets Atlet* i Hvidovre Kommune og vandt titlen som *Årets Udøver* i DAF. Desuden blev vi for 3. år i træk nr. 2, da man valgte *Årets Forening* i DAF.

## UNGDOM

- ✈ Det blev til 18 DMU-titler (+3 ift 2017) og 31 DMU-medaljer (+6 ift 2017) i alt på hjemmebanen i Hvidovre.  
Thea Jensen (P17) blev 6-dobbelt mester i kugle inde og ude, diskos, hammer og kaste 5-kamp, og er ubesejret i DMU-sammenhæng i kugle, diskos og kaste 5-kamp!  
Matthias Hagen (D19) 3-dobbelt mester i hammer, vægkaste og kaste 5-kamp.  
Kristoffer Hari vandt dobbelt guld på 100 og 200m.  
Annesofie Hartmann og Alexander Siedler vandt hhv. diskoskast og 10km landevej.  
Færøske Miso Buha og Margit Frimundsdottir vandt begge trespring.  
Og endelig var der holdtitler på 4x100m for drenge 16-17 år og på 4x400m for piger 20-22 år.  
Thea Jensen medaljetopscorer med 6 DMU-medaljer (alle af guld), mens både Zarah Buchwald, Annesofie Hartmann og Matthias Hagen alle vandt 4 medaljer.
- ✈ Thea Jensen satte hele 8 Danske Ungdomsrekorder, hvor kuglestød indendørs med 14,19 meter imponerende mest, da det både var 18-års rekord og U20-rekord. Udendørs blev det også til DUR med 14,05m. Ved DM kaste 5-kamp stillede Thea både op hos U20 og senior, og satte P18- og U20-rekord med ungdomsredskaberne, mens det blev til P18-, U20- og U23-rekord med seniorredskaberne – må siges at være en ret god dag!  
Det blev også til en overraskende bronzemedaljer ved NM U20 i diskoskast, hvor Thea viste stor regnvejrsrutine, mens favoritterne ikke kunne løse udfordringen med det våde vejr, mens det i tørvejr blev til en ærgerlig 4.plads i kugle.
- ✈ Kristoffer Hari satte D20-rekord på 100m med 10,37 sek. og indendørs blev det til rekordforbedringer hos D20 og U23 på 60m med 6,65 sekund. Var decideret uheldig til EM U23 på 100m, hvor grove fejl betød, at han som den eneste (førte klart) fik løbet 80m ved tyvstart i heatet, blev gennem hurtigt retur til ny start med det samme, og herefter ikke havde kræfter i sig til en ny toppræstation. Røg lige udenfor finalen på 4x100m på en 9.plads. trods DR U23.
- ✈ Matthias Hagen forbedrede D20-rekorden i vægkaste til 16,65 meter.
- ✈ Annesofie Hartmann kvalificerede sig til VM U18 i diskoskast, og var med en 14.plads kun 2 placeringer fra et komme i finalen. Vandt ikke overraskende sin første DMU-titel og fik også debut på U20-landsholdet til NM med en 5.plads.
- ✈ Alexander Siedler Nielsen fik sin debut på det danske U20-landshold både ved NM Cross og NM U20 på bane på 5.000m, hvor det ev til en 8.plads.
- ✈ For andet år i træk stillede vi med hold i alle 4 rækker i DTU, og generelt var der tale om fremgang ift 2017, selv om vi med en 5.plads og to 6.pladser fortsat ikke formåede at få hold med i DTU-finalen.

## SENIOR

- ✈ Det blev til 9 Danske Mesterskaber i 2017 og i alt 24 DM-medaljer, klart det bedste resultat i dette årtusinde.
- ✈ Mændene kom i DT-finalen for 17. år i træk, men missede bronzen med det yderste af fingerneglene i matchens allersidst øvelse efter en heroisk indsats. Kvinderne var med for 15.gang i samme periode, og var et godt stykke inde i matchen med i kampen om bronze, men endte lige som mændene på en 4.plads.
- ✈ **Abdi Hakin Ulad** fik bekræftet sit internationalt høje niveau, da han i sit kun 4.maratonløb krydsede målstregen som en imponerende nr. 13 ved VM på maraton i London, og en en 12.plads plads ved EM. Det sidste gav igen i år udtagelse til Europas hold mod USA og Storbritannien, hvor det blev til en flot 12.plads.  
Lokalt blev det blot til en enkelt klubrekord på 30 km, men han var meget tæt på en masse andre rekorder.  
Nationalt blev det til suveræne Danske Mesterskaber på 10km, 10.000m og halvmaraton, hvor 10.000 meteren samtidig også var lig med NM\_guld ved indvielsen af vores nye 8-rundbaners stadion. Meget overraskende blev det også til DM-guld for hold på halvmaraton distancen sammen med **Michael Jeppesen** og **Benjamin Savill**, og det blev

ikke mindre tilfredsstillende ved, at det foregik på Østerbro med sejr foran de store hjemmebanefavoritter fra Sparta. Og endelig blev det til endnu en overbevisende sejr i Erimitageløbet.

Det blev til endnu mere hæder, da Abdi igen blev valgt til Årets Idrætsudøver i Hvidovre og for første gang vandt titlen som Årets Idrætsudøver i DAF.

- ✈ **Kristoffer Hari** kvalificerede sig til sit første internationale senior mesterskab, da han ved DM inde tangerede den Danske Rekord på 60m med 6,65 sek, og dermed løste billet til EM inde. Efter en fantastisk start i det indledende heat, hvor han førte klart fik han et stik i baglåret ved 50m og trak forskrækket i håndbremsen. Det betød lige pludselig en 5.plads frem for en sejr, men man så igen det store potentiale. Ved Nordenkampen indendørs blev det ikke optimalt med en 7.plads.

Udendørs blev det til tangering af klubrekorden på 10,37 sek uden at ramme superløbet, og det blev også til et sikkert dobbelt DM på 100 og 200 meter. Skader og dårlig kommunikation betød desværre afbud til EM Hold og landskamp mod de britiske lande.

- ✈ **Maria Sløk** har fortsat haft problemer med sin stødhånd, så udendørs var det først i perioden op til Store DM, at der reelt kunne trænes igennem. Derfor er det desto mere imponerende, at det blev til sølv i kugle, kun 2cm fra DM-guldet og den 17.DM-medalje i træk i diskoskast, og endelig den 5.titel i træk i kaste 5-kamp. Indendørs blev det til sølv i kugle, deltagelse i Nordenkampen og kvalifikation til European Throwing Cup, et vinter EM for kastere, hvor det blev til en 16.plads.

- ✈ **Festus Asante** blev 7'er i årets Nordenkamp, mens han pga rejser og arbejde desværre meldte afbud til EM Hold og landskamp mod de britiske lande. Det blev til DM-sølv indendørs efter klubkammeraten Kristoffer Hari på 60m, mens sidste års DM-titel på 100m blev vekslet til en bronze i et meget stærkt felt. Endelig blev det til en sølvmedalje på 4x100m.

- ✈ **Thea Jensen** fik sin senior landsholdsdebut, da hun blev udtaget i kuglestød til landskampen i Manchester mod de britiske lande. Det blev til en fornuftig debut med en 7.plads. Til Store DM blev det til en solid bronze i kugle, der blev fulgt godt op af en flot kaste 5-kamp, hvor hun var ganske tæt på at blive en ubehagelig overraskelse for klubkammeraten Maria Sløk, da det blev til dobbeltsejr med Dansk Rekord for piger 18 år, U20 og U23 i historiens næstbedste danske seniorscore.

- ✈ **Matthias Hagen** erobrede trods sine blot 20 år sin første senior DM-titel, da han ganske overbevisende vandt i ny klubrekord 3.822 point, og undervejs satte Dansk Ungdomsrekord i vægkcast. Der ud over blev det til bronze indendørs i kuglestød og det samme i vægkcast udendørs.

- ✈ **Kasper Olsen** vekslede sidste års overraskede DM-titlen indendørs på 200m ud med en sølvmedalje, og fik presset formen gevaldigt op i sidste øjeblik til Store DM, så han forsvarede sidste års bronzemedalje, på trods af at han lå udenfor top-10 inden DM. Var sammen med **Rodney Pratedavis**, **Jacob Chua** og **Festus Asante** med på sølvholdet på den korte 4x100m stafet.

## **MASTERS**

- ✈ 28 Danske Mesterskaber og i alt 34 DM-medaljer blev der erobret inden- og udendørs.
- ✈ **Inge Faldager** (K65) havde igen i år en flot sæson og erobrede ikke færre end 3 Verdensmesterskaber og en sølvmedalje, 1 Europamesterskab samt 1 sølv- og 1 bronzemedaljer, 3 Nordiske Mesterskaber samt 7 Danske Mesterskaber. Det betyder, at Inge i sin imponerende karriere nu er oppe på 36 VM-titler, 31 EM-titler, 52 NM-titler og 210 DM-titler!
- ✈ **Mette Jepsen** (K45) blev viceeuropamester på 100 meter, og en overraskende 4'er i længde i ny DR. blev 4-dobbelt Dansk Mester og satte yderligere DR på 60 og 200m indendørs og 100m udendørs.
- ✈ **Karsten Nielsen** (M50) satte DR indendørs i længde- og trespring og erobrede 4 DM-titler samt blev Nordisk M50-mester i samme øvelser..
- ✈ **Marie-Louise Levy** (K35) vandt 3 DM-titler og det Nordiske Mesterskab indendørs på 60m hæk.
- ✈ **Vivian Kraft** (K50) satte Dansk Rekord i diskos og vandt både DM og EM i sit comeback.

# Hvidovre Atletik & Motion

Hvidovre Stadion ♦ Sollentuna Allé 1-3 ♦ 2650 Hvidovre ♦ [www.hvidovre-atletik.dk](http://www.hvidovre-atletik.dk)

---

- ✈ **Bjørn Malskær** (M50) satte lifetime best i spyd med 54,54 meter og vandt DM. Vandt DM gjorde **Kenneth Thorsen** også med 2 titler indendørs, mens **Martin Ov ersen** også tog 2 titler udendørs.
- ✈ **Mix-holdet** vandt efter et par års tørke igen DM-titlen for hold mens kvinderne i år fik sølv.

## ANDET

- ✈ Vi afvikler fortsat morgentræning for de atletikelever der går på Team Danmark linjen på Falkonergårdens Gymnasium 2 morgener om ugen.
- ✈ Eliteidrætslinjen på Engstrandskolen har fået en meget succesfuld start, og her i det andet år har vi fået 2 elever optaget, som begge to også deltager i vores morgentræningstilbud.
- ✈ Vores trænerbesætning udvikler sig fortsat i en positiv retning, og det samme kan man sige om medlemstallet, der nu ligger omkring de 500 medlemmer i atletikafdelingen og sammenlagt ca. 750 med XFit og Motionscenteret.
- ✈ Vi har fortsat vore samarbejde med Dansborgskolen om forberedelse og deltagelse i Skole OL, og det fortsætter vi med fremadrettet.
- ✈ Vi har afviklet Skole OL med over 500 glade børn og Skoleløbet i samarbejde med Idrætsrådet med mere end 1.600 tilmeldte skoleelever.

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 til klubbens bestyrelse for et godt og givtigt samarbejde 😊

Martin Roald-Arbøl vil i sin formandsberetning komme ind på alle de ikke-idrætslige områder og suppleres op af vores ungdomschef Tanja Ravnholt.

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](http://www.hvidovre-atletik.dk)

	Klubrekorder	DM-medaljer			Landshold
		Ungdom	Senior	Masters	Ung + Sen
10 år	1.269	291 (136-81-75)	155 (46-58-51)	269 (209-42-18)	68 + 53
2017	122	36 (18-11-8)	24 (9-8-7)	34 (28-3-3)	18 + 6
2016	144	29 (13-11-5)	14 (5-3-6)	30 (28-2-0)	13 + 6
2015	128	26 (12-11-3)	14 (4-6-4)	19 (17-1-1)	2 + 11
2014	161	20 (8-10-2)	11 (3-5-3)	24 (21-1-2)	8 + 5
2013	192	31 (15-10-6)	17 (4-8-5)	36 (29-5-2)	7 + 9
2012	180	30 (20-4-6)	15 (2-7-6)	12 (8-4-0)	3 + 0
2011	93	43 (14-10-19)	16 (5-6-5)	33 (23-8-2)	2 + 3
2010	119	19 (9-4-6)	17 (5-7-5)	29 (19-8-2)	8 + 3
2009	124	20 (14-1-5)	16 (5-5-6)	30 (18-9-3)	5 + 3
2008	116	37 (13-9-15)	11 (4-3-4)	31 (18-1-3)	2 + 7
2007	116	15 (2-6-7)	14 (2-4-8)	31 (23-6-2)	4 + 4
2006	103	24 (2-10-12)	14 (0-3-11)	18 (16-2-0)	2 + 1
2005	139	31 (13-12-6)	19 (1-8-9)	23 (17-5-1)	3 + 4
2004	110	30 (11-12-7)	9 (0-2-7)	49 (33-9-7)	1 + 1
2003	168	31 (11-11-9)	18 (1-6-11)	19 (16-2-1)	0 + 1
2002	101	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
2000	N/A	48 (21-17-10)	4 (0-2-2)	1 (1-0-0)	3 + 0
1999	38	24 (13-5-6)	5 (1-1-3)	1 (1-0-0)	2 + 1
1998	61	43 (16-13-14)	0 (0-0-0)	0 (0-0-0)	0 + 0