

## NÅID Friidrott rf:s administration

### Styrelsen:

Ordförande	Ron Lindberg
Viceordförande	Anders Wikholm
Ledamöter	Lars Fagerholm Åke Hildén Glenn Lignell Gunilla Peräsalo Per-Eric Teckenberg Clas Smeds
Träningschef	Birgitta Sjöholm
Verksamhetsledare/ Kassör	Hilding Wikner
Revisorer:	Jan Holmberg Petter Lindeman Revisionssamfundet PriceWaterhouseCoopers suppleant

### Arbetsutskott

Ordförande	Ron Lindberg
Medlemmar	Anders Wikholm Hilding Wikner

### Funktionärsutskott

Ordförande	Per-Eric Teckenberg
Medlemmar	Börje Broberg Mikael Grönroos Leif Rehn Peter Wikström Hilding Wikner Helena Åström

### Tränar o Utbildningsutskott

Ordförande	Birgitta Sjöholm
Medlemmar	Lars Fagerholm Jari Pöntinen Helena Åström

### Tävlingsutskott

Ordförande	Hilding Wikner
Medlemmar	Bror Engström Gunilla Peräsalo Anders Wikholm

Ärevarschef	Glenn Lignell
-------------	---------------

NÅID Friidrott rf:s representant i SUL:s förbundsfullmäktige 2013	Ron Lindberg Gunilla Peräsalo Hilding Wikner Birgitta Sjöholm Ulla-Riitta Nordberg Bror Engström	ordinarie ordinarie ordinarie suppleant suppleant suppleant
--	---	--

**Premieringar**

Årets Ledare:	Piia Sinervo, HIFK-Friidrott
Årets Tränare:	Atte Pettinen, Esbo IF Matti Vesterinen, Esbo IF
Årets Idrottare:	Oskari Mörö, Esbo IF
Årets Junioridrottare:	Jessica Rautelin, Esbo IF
Samarbetspartner:	Helsy
Ärevarvsinsats:	Ray Blomqvist, Borgå Akilles

Följande uppvaktningar har gjorts under år 2014

28.1.	Helena Åström	50 år	Förtjänstplakett i silver nr 51
18.4.	Hilding Wikner	60 år	Förtjänstplakett i guld nr 5 + inbetalning
07.5.	Filip Brunberg	60 år	Förtjänstplakett i silver nr 52
11.5.	Sune Almqvist	70 år	Förtjänstplakett i silver nr 53
29.6.	Kurt Askolin	85 år	Bokpaket
14.7.	Anne Eriksson	50 år	Förtjänstplakett i silver nr 54
24.7.	Sonja Svahnström	50 år	Förtjänstplakett i silver nr 55
21.8.	Taisto Olenius	70 år	Förtjänstplakett i guld nr 6
6.9.	Bjarne Andersson	70 år	Inbetalning
10.9.	Anne Suoranta	50 år	Förtjänstplakett i silver nr 56
25.10.	Pargas IF	100 år	Inbetalning + 5 förtjänstpaketter i silver 57-61
	Eeva Juslin nr 57, Christer Sundström nr 58, Ulf Söderman nr 59, Bertel Karlstedt nr 60, Rune Lindroos nr 61.		
17.11.	Catharine Ahrenberg	50 år	Förtjänstplakett i silver nr 62
25.11.	Per-Eric Teckenberg	34 år	i NÅID Friidrott utskott Emailjerad guldmedalj på marmor platta + blommor
17.12.	Mickael Oksanen	Avsked	Förtjänstmedalj i silver nr 63
20.12.	Georg Lindroth	80 år	Hyllnings adress

NÅID Friidrott rf har uppvaktat 26st studenter med gratulationskort.

**Möten**

Nåid Friidrott har under året sammanträtt till fem protokollförda möten, samt vår- och höstmöte.

**Ekonomi**

Bokslutet per den 31.12.2014 visar ett minus på 4.287,10 euro

Det egna kapitalet vid årets slut utgjorde euro 10.925,59

**Medlemsantal**

Till Nåid Friidrott rf hörde under det fjortonde verksamhetsåret 29 föreningar.

**Deltagarantalet starter i NÅID Friidrotts mästerskap år 2014**

H/D 179, Mångkamp 3, Landsväg 38, Gång 1 Sammanlagt 221 starter.

RM: Terräng 34 starter, Hinder 7 starter, stafett 266 starter, H/D 17,19 189 starter, maraton 2 sammanlagt 498 starter

F/P: Terräng 97, Stafett 620, Mångkamp 85+87, Inviduella 703 starter, Sammanlagt 1592 starter  
Öppna Hall DM F/P 9-15, 390 starter H/D,17,19 352 starter. Sammanlagt 742 starter

**Träningsverksamhet**

SFI ansvarar tillsammans med distriktet för utbildningen av föreningstränare, vilka bär ansvaret för de aktivas träning inom föreningarna. Distriktet, liksom SFI har bidragit med finanseringen av de aktivas träning. Tränings- och instruktionsverksamhet har bedrivits enligt följande:

**- SUL-träning**

SUL har bidragit med både stipendier och lägerträning för de absoluta topparna samt unga lovande.

### - SFI-träning och Distriktläger

Under året deltog 80 idrottare med personliga tränare i Sjutusan elit samt utmannargrupp A:s läger i Kuortane. Lägrens antal var tre.

Under året arrangerades två stycken 3 dagsläger för 15-18 år i Pajulahti och ett stycke 2 dagsläger för 13-14 år i Kisakeskus. Till den äldre gruppen hörde 100 idrottare med personliga tränare och till den yngre gruppen 50 idrottare.

### Utbildning

- Funktionärsutbildning
- Under året har fortbildningstillfällen för distriktets domare, spekers och starters hållits

### Informationsverksamhet

Informationen till föreningarna har främst skötts via hemsidan. En tävlingskalender utgavs under våren.

### Ärevarvet

För trettiofjärde året arrangerades Ärevarvet som för distriktets del lockade 18 stycken föreningar: Borgå Akilles, IF Bromarf-Pojkarna, Esbo IF, IFK Helsingfors, HIK Friidrott, IF Sibbo Vargarna, Kyrkslätt IF, Liljendal IK, Lovisa Tor, Nagu IF, Pargas IF, IF Pernå-Kamraterna, IF Raseborg, Sjundea IF, Skogby IK, Tenala IF, Virkby Start och Åbo IFK

Distriktets sammanlagda intäkter uppgick till 111.237 euro netto. Som Ärevarvschef fungerade Glenn Lignell

### Föreningsklassificering

Föreningsklassificeringspoängen är uträknade så att till alla FM-poäng adderas värde tävlings-poäng (OS, VM, EM), Landskampsuppdrag (10 poäng/idrottare/år), FM 15,14 år, DM deltagande (1 poäng/gren dividerat med 2) , Klasspoäng: H/D: SM 6p, M 5p, A 4p, B 2p, C1p. H/D 22,19,17: A 3p, B 2p, C 1p, samt Licensernas antat dividerat med 4.

Klassfördelning: Super 20 bästa föreningarna, Elit 50 följande bästa, I-klass 100 följande bästa, II-klass 150 följande bästa och III-klass alla övriga som nått minst 1 DM-poäng.

Följande tabell anger uppnådda klassificeringspoäng under år 2014 samt klass.

Förening	FM Poäng	Värde tävl.	Lands kamp	FM 15/14	DM delt	Klass result	Antal licenser	Totalt	Klass
HIFK-Friidrott	234	0	150	30,5	58,0	295	64,00	831,50	Super
Esbo IF	163	7	100	28	58,5	187	157,75	701,25	Super
IF Raseborg	70	0	30	8,5	45,0	104	102,50	360,00	Super
Sjundea IF	69	0	20	0,5	20,5	106	49,25	265,25	Elit
Borgå Akilles	42	0	10	35,5	13,0	46	29,50	176,00	Elit
IF Sibbo Vargarna	31	0	20	18	8,5	55	31,25	163,75	Elit
HIK Friidrott	11	0	20	0	9,5	19	13,50	73,00	I-klass
Pargas IF	5	0	10	0	10,5	32	9,00	66,00	I-klass
Lovisa Tor	10	0	0	1	1,5	8	3,25	23,75	II-klass
FI ÅIFK	0	0	0	0	1,0	1	19,00	21,00	II-klass
Virkby Start	0	0	0	0	2,0	5	5,00	12,00	II-klass
Kimito SF	0	0	0	0	0,5	4	1,25	5,75	II-klass
Ingå IF	0	0	0	0	0,5	3	0,50	4,00	III-klass
Liljendal IK	0	0	0	0	0,0	0	3,25	3,25	III-klass
IF Trean	0	0	0	0	0,0	0	3,00	3,00	III-klass
Kyrkslätt IF	0	0	0	0	0,0	1	1,50	2,50	III-klass
Dragsfjärd IK	0	0	0	0	0,0	0	0,50	0,50	III-klass
Nagu IF	0	0	0	0	0,0	0	0,25	0,25	III-klass
<b>TOTALT</b>	<b>635</b>	<b>7</b>	<b>360</b>	<b>122</b>	<b>229</b>	<b>866</b>	<b>493,75</b>	<b>2712,75</b>	

## Uppnådda FM-poäng

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
<b>Herrar</b>	49	74	63	57	75	89	94	102	122	96	99	94
<b>Damer</b>	35	39	65	24	36	23	37	14	34	57	58	57
<b>H-juniorer</b>	60	62	19	66	74	53	92	102,5	188,5	173	206	301
<b>D-juniorer</b>	43	65,5	89	78	81	106,5	133	86	143,5	144	120	183
<b>Totalt</b>	187	240,5	236	225	266	271,5	356	304,5	488	470	483	635

## Nya distriktsrekord 2014

## Herrar

400m hack	50,67	Jussi Kanervo -93 HIFK-Friidrott	Jacksonville	30.5.
	50,33	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Kuopio	3.8.
	49,97	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Zürich	12.8.
	49,08	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Zürich	13.8.
Slägga	71,50	Joachim Koivu -88 Esbo IF	Potchefstroom	14.2.
	71,67	Joachim Koivu -88 esbo IF	El Paso US	12.4.
3000m g	40.53,91	Esbo IF	Lahtis	7.7.
		(Eemeli Kiiski-91, Mikko Ruokolainen -81, Elmo Koivunen -94)		

## Herrar 22

400m	47,52	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Lahtis	15.6.
	47,40	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Helsingfors/S	30.8.
110m hack	13,88t(+0,6)	Jussi Kanervo -93 HIFK	Jacksonville	30.5.
400m hack	50,67	Jussi Kanervo -93 HIFK-Friidrott	Jacksonville	30.5.
	50,33	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Kuopio	3.8.
	49,97	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Zürich	12.8.
	49,08	Oskari Mörö -93 Esbo IF	Zürich	13.8.

## Herrar 19

Slägga	59,54	Fredrik Fröberg -95	Karis	8.6.	
	59,63	Fredrik Fröberg -95	Jyväskylä	11.6.	
	60,00	Fredrik Fröberg -95	Nurmijärvi	17.6.	
	60,10	Fredrik Fröberg -95	Nurmijärvi	17.6.	
	60,42	Fredrik Fröberg -95	Nurmijärvi	17.6.	
	61,81	Fredrik Fröberg -95	Nurmijärvi	17.6.	
	62,26	Fredrik Fröberg -95	Kaustby	26.6.	
	62,38	Fredrik Fröberg -95	Esbo/E	13.7.	
	62,54	Fredrik Fröberg -95	Esbo/A	26.7.	
	64,52	Fredrik Fröberg -95	Huittinen	9.8.	
	Spjut	69,04	Oliver Helander -97	Pihtipudas	29.6.
		4x100m	42,69	HIFK-Friidrott	Riihimäki
			(Jani Rastas -96, Joni Arponen -95, Jevgeni Aleksandrov -95, Ilari Mäkinen -95)		
	42,46	HIFK-Friidrott	Lahtis	5.7.	
		(Joni Arponen -95, Jani Rastas -96, Jevgeni Aleksandrov -95, Ilari Mäkinen -95)			

## Herrar 17

400m häck	55,79	Jonni Blomqvist -98 Borgå Akilles	Jämsänkoski	26.6.
	55,50	Jonni Blomqvist -98 Borgå Akilles	Pedersöre	15.7.
	54,65	Jonni Blomqvist -98 Borgå Akilles	Esbo/A	27.7.
Spjut	79,34	Oliver Helander -97 IF Raseborg	Helsingfors/S	30.8.
	4x300m	2.24,80	Borgå Akilles	Lahtis
		(Teemu Gustafsson-99, Samuli Kouri -98, Viktor Kantele -97, Jonni Blomqvist -98)		

## P15

100m	11,22 (-1,6)	Lauri Tuomilehto -99 Borgå Akilles	Esbo/A	14.6.
	11,07 (+0,7)	Lauri Tuomilehto -99 Borgå Akilles	Esbo/A	14.6.

4x80 m h	46,63	HIFK-Friidrott (Tatu Heikkinen -00, Casimir Engblom -99, Anton Tallbacka -99, Antti Chen -01)	Lahtis	5.7.
<b>Damer</b>				
100m häck	13,35 (+0,7)	Matilda Bogdanoff -90 HIFK Friidrott	Kuortane	13.7.
	13,30 (+0,1)	Matilda Bogdanoff -90 HIFK Friidrott	Kuortane	13.7.
	13,29 (+0,3)	Matilda Bogdanoff -90 HIFK Friidrott	Lapinlahti	20.7.
	13,12 (+0,9)	Matilda Bogdanoff -90 HIFK Friidrott	Lapinlahti	20.7.
	13,12t(+1,0)	Matilda Bogdanoff -90 HIFK Friidrott	Joensuu	24.7.
Stav	380	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Esbo/A	17.8.
<b>Damer 22</b>				
100m	11,81 (+1,0)	Jonna Berghem -93 HIK Friidrott	Åbo	15.7.
400m häck	59,62	Jessica Rautelin -97 Esbo IF	Helsingfors/S	30.8.
Stav	380	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Esbo/A	17.8.
<b>Damer 19</b>				
400m häck	59,79	Viivi Lehikoinen -99 HIFK Friidrott	Jämsänkoski	26.6.
	59,62	Jessica Rautelin -97 Esbo IF	Helsingfors/S	30.8.
Stav	380	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Esbo/A	17.8.
4x100m	47,80	Helsingfors IFK (Riikka Mäkinen -98, Viivi Lehikoinen -99, Sandra Ekblom-97, Nea Mattila -99)	Lahtis	5.7.
	47,75	Helsingfors IFK (Cecilia Sandell-95, Heini Vainionpää -95, Henna Nevala -95, Adelaide Jallo -96)	Lahtis	5.7.
4x100m h	60,02	Helsingfors IFK (Linda Aho -95, Adelaide Jallow -96, Cecilia Sandell -95, Henna Nevala -95)	Riihimäki	24.6.
	59,24	Helsingfors IFK (Adelaide Jallow -96, Henna Nevala -95, Pinja Pikkupeura -97, Cecilia Sandell -95)	Lahtis	6.7.
	58,13	Helsingfors IFK (Adelaide Jallow -96, Henna Nevala -95, Pinja Pikkupeura -97, Cecilia Sandell -95)	Lahtis	6.7.
<b>Damer 17</b>				
100m	12,06t(+1,9)	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF	Nurmijärvi	17.6.
200m	24,51 (+0,0)	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF	Letala	25.5.
	24,49 (+1,2)	Nea Mattila -99 HIFK Friidrott	Helsingfors/D	4.6.
400m häck	59,79	Viivi Lehikoinen -99 HIFK Friidrott	Jämsänkoski	26.6.
	59,62	Jessica Rautelin -97 Esbo IF	Helsingfors/S	30.8.
Stav	373t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Forssa	16.7.
	374	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Esbo/A	17.8. -
Längd	5,94 (-0,2)	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF	Jämsä	26.6.
Kula	15,23	Susanna Törrönen -98 Esbo IF	Esbo/E	10.5.
	15,49	Susanna Törrönen -98 Esbo IF	Janakkala	7.6.
	15,56	Susanna Törrönen -98 Esbo IF	Esbo/E	31.7.
7-kamp	5.152	Jessica Rautelin -97 Esbo IF (14,85/+0,5,151,12,43, 26,51/-0,4, 563/+1,7, 36,36, 2.15,83)	Sätra Sve	18.5.
	5.240	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF (14,59/+0,1,166,9,79, 24,51/+0,0,569/+0,7, 29,78, 2.23,17)	Letala	25.5.
	5.334	Iida Kalliomäki -98 Sjundeå IF (13,99/+1,5,171,11,07, 25,02/+0,7,566/+0,0, 29,74, 2.22,99)	Kopavogur Is	8.6.
	5.428	Jessica Rautelin -97 Esbo IF (14,12/+0,8,160,12,49, 25,20/+2,4, 558/+0,6, 36,33, 2.18,21)	Nykarleby	7.9.

4x100m	47,80	HIFK Friidrott (Riikka Mäkinen -98, Viivi Lehikoinen -99, Sandra Ekblom -97, Nea Mattila -99)	Lahtis	5.7.
4x300m	2.44,52	Esbo IF (Ida Ounaslehto -00, Jessica Rautelin-97, Jasmin Koivunen -97, Nadia Korkman -97)	Lahtis	6.7.
3x800m	6.56,06	Esbo IF (Jasmin Koivunen-97, Nadia Korkman -97, Jessica Rautelin -97)	Lahtis	5.7.

**F15**

80m häck	11,41 (+0,1)	Viivi Lehikoinen -99 HIFK Friidrott	Esbo/A	15.6.
300m häck	43,02	Viivi Lehikoinen -99 HIFK Friidrott	Helsingfors/D	9.8.
Stav	372	Saga Andersson -00 Esbo IF	Tavastehus	15.7.
	373	Saga Andersson -00 Esbo IF	Forssa	16.7.
	374	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380	Saga Andersson -00 Esbo IF	Pedersöre	19.7.
	380t	Saga Andersson -00 Esbo IF	Esbo/A	17.8.
5-kamp	3.028	Viivi Lehikoinen -99 HIFK Friidrott (11,56/+0,0, 571/+1,5, 163, 30,69, 2.20,22)	Jakobstad	7.9.

**TÄVLINGSVERKSAMHET****Världsmästerskap****Hall VM för H/D i Sopot, Polen 7-9.3.**

Damer	60m häck	17. Matilda Bogdanoff, HIFK Friidrott	8,12
-------	----------	---------------------------------------	------

**Europamästerskap****EM för H/D i Zürich, Schweiz 12-17.8.**

Herrar	400m häck	8. Oskari Mörö, Esbo IF	50,14
		Jussi Kanervo, HIFK Friidrott (DNS semifinal)	50,35
Damer	100m häck	Matilda Bogdanoff, HIFK Friidrott (försöket)	13,39
	4x400m	Finland (bla Sanna Aaltonen HIFK) (försöket)	3.46,47

**Nordiska mästerkapen****NM i mångkamp för Ungdomar i Kopavour, Island 7-8.6.**

D22 år	7-kamp	8. Ida Otstavel, Pargas IF	4.671
D17 år	7-kamp	4. Iida Kalliomäi, Sjundeå IF	5.334

**NM i mångkamp för H/D i Tammerfors 14-15.6.**

Herrar	10-kamp	9. Otto Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	7.218
--------	---------	-------------------------------------	-------

**NM för H/D22 år i Köpenhamn, Danmark 26-27.7.**

H22 år	400m	5. Erik Back, HIFK-Friidrott	48,99
	400m häck	1. Oskari Mörö, Esbo IF	50,93
		4. Don-Zheni Ekoebve, HIFK-Friidrott	53,02
	3000m hinder	4. Otto Loukkalahti, IF Raseborg	9.28,96
D22 år	1500m	4. Jemima Backman, Esbo IF	4.29,19
	Tresteg	6. Kira Kytölä, Esbo IF	12,10

**NM för H/D19 år i Kristianstad, Norge 16-17.8.**

H19	400m	7. Eljas Aalto, IF Sibbo Vargarna	50,66
	400m häck	4. Jani Rastas, HIFK-Friidrott	54,19
	4x400m	3. Finland (bl.a. EAalto)	3.17,37
	5000m	3. Topi Raitanen, Sjundeå IF	15.04,47

**NM i gång för H/D,H/D22,H/D19,H/D17 i Glostrup, Danmark 13.9.**

Herrar	20000m	Eemeli Kiski, Esbo IF	DQ
H22 år	20000m	2. Elmo Koivunen, Esbo IF	1.36.24,35

**NM i terräng i Håkansböle, Vanda 8.11.**

Herrar	9,0km	13. Mårten Boström, Sjundeaå IF	26,27
		23. Jarkko Hamberg, Sjundeaå IF	28,06
H19 år	6,0km	14. Eero Saleva, Sjundeaå IF	18,29
Damer	7,5km	16. Johanna Lindholm, Lovisa Tor	27,15
D19 år	4,5km	21. Silja Laukkanen, Borgå Akilles	17,13

**Landskamper****Hall landskampen Finland-Sverige-Norge för H/D i Tammerfors 8.2.**

Herrar	400m	3. Oskari Mörö, Esbo IF	48,84
	60m häck	2. Joona-Ville Heinä, HIFK-Friidrott	7,93
	4x300m	3. Finland (bla Erik Back, Johan Versluis HIFK,Roope Saarinen, Esbo IF)	2.17,63
Damer	60m	2. Jasmin Showlah, HIFK-Friidrott	7,46
	60m häck	3. Matilda Bogdanoff, HIFK-Friidrott	8,27
	Höjd	3. Linda Sandblom, HIK-Friidrott	180

**EM lagtävlan för H/D i Tallin, Estland 21-22.6.**

Herrar	400m	7. Oskari Mörö, Esbo IF	48,64
	4x400m	6. Finland (bla EBack HIFK,RSaarinen,OM Esbo IF)	3.09,81
Damer	400m	6. Sanna Aaltonen, HIFK-Friidrott	54,72
	4x100m	4. Finland (bla JShowlah HIFK, JBergthem HIK Friidrott)	44,85
	4x400m	7. Finland (bla Sanna Aaltonen HIFK-Friidrott)	3.37,69

**EC i mångkamp division 1 i Madeira Ribiera Brava, Portugal 8-8.7.**

Herrar	10-kamp	16. Otto Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	7.385
--------	---------	--------------------------------------	-------

**Finland-Sverige för H/D och H/D 17 i Helsingfors 30-31.08.**

Herrar	400m	3. Oskari Mörö, Esbo IF	47,40
	110m häck	4. Joona-Ville Heinä, HIFK-Friidrott	14,27
	400m häck	1. Oskari Mörö, Esbo IF	50,70
	4x400m	2. Finland (bla.Oskari Mörö)	3.09,86
	Kula	4. Tomas Söderlund, IF Raseborg	18,22
Damer	100m	5. Jasmin Showlah, HIFK-Friidrott	11,94
	400m	5. Sanna Aaltonen, HIFK-Friidrott	54,66
	100m häck	2. Matilda Bogdanoff, HIFK-Friidrott	13,40
	4x100m	1. Finland (bla Jasmin Showlah)	44,55
	Höjd	2. Linda Sandblom, HIK-Friidrott	1,85
H17år	110m häck	3. Victor Kantele, Borgå Akilles	14,43
	400m häck	4. Victor Kantele, Borgå Akilles	56,03
	4x400m	1. Finland (bla Pekka Sinkkonen, HIFK Friidrott)	3.20,21
	Spjut	1. Oliver Helander, IF Raseborg	79,34
D17år	100m	2. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	12,23
	200m	2. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	25,62
	400m	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	56,16
	400m häck	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	59,62
	4x100m	1. Finland (bl.a. LK, Iida Kalliomäki Sjundeaå IF)	63,69
	4x400m	1. Finland (bla JRautelin, Nadia Korkman Esbo IF)	3.47,52

**Ledar och Domaruppdrag**

Internationella ledaruppdrag i olika landskamper har under året skötts av Mervi Lauren, Glenn Lignell, Susann Sundqvist, Mikael Ylöstalo och Juha Vottonen. I landskampen mot Sverige hade NÅID Friidrott 30 domare med.

**Finländska mästerskap****Hall FM för H/D 22,19, 17 år i Helsingfors, Sportkvarnen 15-16.2.**

H22 år	60m	6. Johan Versluis, HIFK-Friidrott	6,99
	200m	2. Johan Versluis, HIFK-Friidrott	21,85
		3. Roope Saarinen, Esbo IF	21,94
		4. Erik Back, HIFK-Friidrott	22,32
		400m	1. Oskari Mörö, Esbo IF
	Tresteg	5. Don-Zheni Ekoebve, HIFK-Friidrott	50,11
		7. Artem Lopatenko, HIFK-Friidrott	51,06
Kula		5. Roni-Pekka Järvi, Esbo IF	13,25
H19 år	60m	6. Waldemar Kvarnström, IF Raeeborg	15,03
		3. Ilari Mäkinen, HIFK-Friidrott	7,02
	200m	7. Joni Arponen, HIFK-Friidrott	7,13
		3. Jevgeni Aleksandrov, HIFK-Friidrott	22,49
		6. Joni Arponen, HIFK-Friidrott	23,15
	400m	8. Jani Rastas, HIFK-Friidrott	23,48
		1. Jevgeni Aleksandrov, HIFK-Friidrott	50,05
		2. Jani Rastas, HIFK-Friidrott	50,36
		6. Marko Vendelin, IF Raseborg	51,84
	800m	2. Marko Vendelin, IF Raseborg	1.57,30
	3000m	1. Topi Raitanen, Sjundeå IF	8.46,99
		2. Eero Saleva, Sjundeå IF	8.54,10
		5. Marc Sundén, IF Sibbo Vargarna	9.16,10
		8. Sauli Manninen, HIFK-Friidrott	9.35,18
60m häck	5. Ilari Mäkinen, HIFK-Friidrott	8,91	
Höjd	6. Juuso Kalliomäki, Sjundeå IF	1,90	
H17 år	800m	6. Tuomas Puputti, IF Raseborg	2.00,88
		7. Ahmed Ibrahim, HIFK-Friidrott	2.01,28
	60m häck	5. Mikael Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	8,36
	3-steg	4. Heikki Chen, HIFK-Friidrott	13,89
	Kula	7. Edvard Lindholm, IF Raseborg	14,26
D22 år	60m	2. Jonna Berghem, HIK-Friidrott	7,56
	200m	7. Meri Hukkinen, Esbo IF	25,94
	60m h	5. Ida Otstavel, Pargas IF	9,14
	Kula	6. Ida Otstavel, Pargas IF	12,02
		8. Sara Oraheimo, IF Raseborg	11,68
D19 år	60m	7. Henna Nevala, HIFK-Friidrott	8,07
		8. Aurora Troberg, Esbo IF	8,11
	400m	7. Linda Aho, HIFK-Friidrott	61,52
	3000m gång	3. Amanda Åström, Esbo IF	16.06,18
	3-steg	4. Heini Vainionpää, HIFK-Friidrott	11,92
	Kula	2. Jessica Meriheinä, Liljendal IK	12,65
D17 år	60m	1. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	7,67
		8. Iida Kalliomäki, Sjundeå IF	7,92
	300m	2. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	40,31
		8. Aino Tapio, IF Sibbo Vargarna	42,19
	Längd	2. Suvi Eerikäinen, HIFK-Friidrott	5,70
		3. Tilda Lipasti, HIFK-Friidrott	5,60
		7. Sandra Ekblom, HIFK-Friidrott	5,39
	3-steg	3. Suvi Eerikäinen, HIFK-Friidrott	12,18
	Höjd	6. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	160



Stav	6. Ida Turunen, HIFK-Friidrott	3,50
Kula	1. Susanna Törrönen, Esbo IF	14,48

**Hall FM för Damer och Herrar i Rovaniemi 22-23.2.**

Herrar	200m	2. Roope Saarinen, Esbo IF	22,25
		5. Erik Back, HIFK-Friidrott	22,63
	400m	5. Roope Saarinen, Esbo IF	50,12
		6. Erik Back, HIFK-Friidrott	50,46
		8. Tobias Öhman, Esbo IF	50,58
	800m	8. Marko Vendelin, IF Raseborg	1.58,51
	60m häck	2. Joonas-Ville Heinä HIFK-Friidrott	8,02
	5000m gång	4. Elmo Koivunen, Esbo IF	21.50,00
		Eemeli Kiiski, Esbo IF	DQ
	4x1 varv	1. Esbo IF (TÖhman, RSaarinen,TEerola,OMörö)	1.26,14
		2. HIFK-Friidrott (EBack,JVHeinä,GKlingstedt,JVerslius)	1.27,31
Damer	60m	3. Jasmin Showlah HIFK-Friidrott	7,63
		6. Lotta Kempinen, HIFK-Friidrott	7,70
	200m	2. Jasmin Showlah HIFK-Friidrott	24,96
		6. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	25,90
	60m häck	2. Matilda Bogdanoff, HIFK-Friidrott	8,13
	Höjd	2. Linda Sandblom, HIK-Friidrott	1,80
	Tresteg	7. Suvi Eerikäinen, HIFK-Friidrott	11,88

**Vinter FM i slägg i Kaustby 23.2.**

H17 år	3. Roope Auvinen, Sjundeå IF	60,55
	5. Sven Juslin, Pargas IF	50,44

**Hall FM i Diskus i Björneborg,1.3.**

Herrar 22 år	6. Mikko Törrönen, Esbo IF	43,69
Herrar 17 år	8. Roope Auvinen, Sjundeå IF	37,59
Damer 19 år	2. Jessica Meriheinä, Liljendal IK	43,71
Damer 17 år	7. Susanna Törrönen, Esbo IF	35,16

**Hall FM i mångkamp för H/D, H/D 17-22 år,F/P 15 år i Jyväskylä 1-2.3.**

Herrar	7-kamp	3. Otto Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	5369
Herrar 17 år	7-kamp	4. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	4311
		6. Edward Lindberg, IF Sibbo Vargarna	3709
Damer 22år	5-kamp	2. Ida Otstavel, Pargas IF	3478
Damer 17 år	5-kamp	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	3945
		3. Lotta Kemppinen, HIFK-Friidrott	3755
		6. Pinja Pikupeura, HIFK-Friidrott	3071
Flickor 15 år	5-kamp	1. Viivi Lehikoinen, HIFK-Friidrott	3101
		3. Ida Ounaslehto, Esbo IF	2454

**FM i landsväg i Heinola,Vierumäki den 19.4.**

Herrar 19 år	10km	1. Eero Saleva, Sjundeå IF	32.22
		5. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	35.48

**FM i terräng i Lempis den 11.5.**

Herrar	4km Lag	8. Sjundeå IF (Pyy Sipilä,Juha Järvelä,Joonas Ojapalo)	107
	12km	10. Niklas Wihlman, Pargas IF	38.33
	Lag	7. Sjundeå IF (LLipiäinen,PMuukkonen, MHellström)	68
H22	6km	4. Jesse Laukkanen, Sjundeå IF	19.26
		10. Otto Loukkalahti, IF Raseborg	20.00

		<b>F/11</b>
Lag	2. Sjundeå IF (J Laukkarinen, Mikko Huhtinen, Antti-Pekka Leskinen)	42
	5. IF Raseborg (OL, LValtonen, AVesanto)	67
H19 6km	1. Topi Raitanen, Sjundeå IF	19.11
	3. Eero Saleva, Sjundeå IF	19.19
	8. Arto Talvinen, IF Raseborg	20.01
	10. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	20.08
Lag	1. Sjundeå IF (Topi Raitanen, Eero Saleva, Arttu Syrjäläinen)	17
	2. IF Raseborg (Arto Talvinen, Vilho Loukkalahti, V Kangas)	29
H17 4km	6. Ollipekka Heikkilä, IF Raseborg	13.13
Lag	2. IF Raseborg (OH, Benjamin Tulonen, Tuomas Puputti)	78
	6. HIFK (FafHällström, Ahmed Ibrahim, HMohamud)	114
	8. Sjundeå IF (MToikka, LPernu, TSyrjäläinen)	133
D19 4km Lag	5. HIFK-Friidrott (Katja von Schoultz, Nina Leivo, Åsa Sjöstedt)	96

### Vid FM i landsvägsgång i Vasa 15.6.

Herrar	30km	2. Eemeli Kiiski, Esbo IF	2.22.18
H22 år	20km	2. Elmo Koivunen, Esbo IF	1.36.25
D19 år	10km	3. Amanda Åström, Esbo IF	58.06

### FM i stafett i Lahtis den 5-8.7.

Herrar			
4x100m	-.	HIFK Friidrott (J Kanervo, J-V Heinä, E Back, J Versluis)	DQ
4x400m	1.	HIFK Friidrott (G Klingstedt, J Versluis, D-Z Ekoebve, E Back)	3.14,66
	2.	Esbo IF (T Öhman, J Lehtilä, T Eerola, O Mörö)	3.15,30
4x1500m	8.	IF Raseborg (O Loukkalahti, V Loukkalahti, L Valtonen, A Vessanto)	17.15,27
3x3000m g	2.	Esbo IF (Eemeli Kiiski, Mikko Ruokolainen, Elmo Koivunen)	40.53,91
H19			
4x100m	1.	HIFK-Friidrott (JARponen, JRastas, JAleksandrov, IMäkinen)	42,46
4x400m	1.	HIFK-Friidrott (OMountassir, JAleksandrov, JARponen, JRastas)	3.24,54
3x800m	2.	IF Raseborg (VLoukkalahti, TPuputti, Marko Vendelin)	5.58,63
4x100m h	2.	HIFK-Friidrott (JRastas, JAleksandrov, TKorhonen, IMäkinen)	55,65
H17			
4x100m	3.	Borgå Akilles (TGustavson, LTuomilehto, JBlomqvist, VKantele)	43,68
	5.	HIFK Friidrott (DLundmark, JHaikonen, PSinkkonen, JLehtimäki)	44,55
4x300m	3.	Borgå Akilles (TGustavson, S.Kouri, VKantele, J.Blomqvist)	2.24,80
	4.	HIFK Friidrott (PSinkkonen, DLundmark, JLehtimäki, DBjörklund)	2.25,51
3x800m	2.	HIFK-Friidrott (HMohamud, DLundmark, A Ibrahim)	6.26,57
4x100m h	2.	Borgå Akilles (VKantele, HPuimalainen, SKouri, JBlomqvist)	54,51
P15			
4x100m	5.	IF Sibbo Vargarna (JNsukami, MGranqvist, AKunnas, ETurkki)	47,04
	-.	HIFK Friidrott (SRadionov, ATallbacka, CEngblom, TLahtinen)	DQ
4x800m	5.	IF Sibbo Vargarna (AKunnas, ETurkki, FNummela, MGranqvist)	9.05,52
	7.	HIFK Friidrott (SAden, ONewby, ATallbacka, CEngblom)	9.16,09
4x80m h	3.	HIFK Friidrott (THEikkinen, CEngblom, ATallbacka, AChen)	46,63
Damer			
4x100m	6.	Esbo IF (JFagerstedt, LRäsänen, MHukkinen, ATroberg)	48,19
4x400m	2.	HIFK-Friidrott (JShowlah, VLehikoinen, NMattila, SAaltonen)	3.45,53
	8.	Esbo IF LRäsänen, MHukkinen, JFagerstedt, ATroberg)	3.58,10
D19			
4x100m	1.	HIFK-Friidrott (CSandell, HVainionpää, HNevala, AJallow)	47,75
4x400m	4.	HIFK Friidrott (HVainionpää, AJallow, LAho, PPikkupeura)	4.03,11
4x100m h	2.	HIFK Friidrott (AJallow, HNevala, PPikkupeura, CSandell)	58,13
D17			
4x100m	1.	HIFK Friidrott (RMäkinen, VLehikoinen, S.Ekblom, NMattila)	47,82
4x300m	2.	Esbo IF (R.Rahunen, A.Troberg, S.Savolainen, J.Rautelin)	2.48,67
3x800m	1.	Esbo IF (JKoivunen, NKorkman, JRautelin)	6.56,06

F15		
4x100m	- . Esbo IF (N Bucher,RRautelin,SAnderesson,IOunaslehto)	DQ
4x80m häck	6. Esbo IF (IOunaslehto,RRautelin,NBucher,SAnderesson)	53,63

**Kaleva Spelen i Kuopio 31.7.-03.8.**

Herrar		
400m	4. Erik Back, HIFK Friidrott	48,44
	6. Johan Versluis, HIFK Friidrott	49,44
	7. Jaakko Lehtilä, Esbo IF	49,57
10000m	7. Mårten Boström, Sjundeå IF	30.52,92
110m h	1. Jussi Kanervo, HIFK Friidrott	13,90
	4. Joonas-Ville Heinä, HIFK Friidrott	14,40
400m h	1. Oskari Mörö, Esbo IF	50,33
	5. Don-Zheni Ekoebve, HIFK Friidrott	52,73
	8. Gustav Klingstedt, HIFK Friidrott	54,84
3000m h	4. Otto Loukkalahti, IF Raseborg	9.19,83
20km gång	5. Elmo Koivunen, Esbo IF	1.40.38
Kula	2. Tomas Söderlund, IF Raseborg	18.53
	8. Conny Karlsson, IF Raseborg	16.74
Slägga	- . Joachim Koivu, Esbo IF	DNS
10-kamp	3. Otto Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	7.400
Damer		
100m	4. Jasmin Showlah, HIFK Friidrott	12,00
200m	6. Jasmin Showlah, HIFK Friidrott	24,81
	7. Sanna Aaltonen, HIFK Friidrott	25,02
400m	2. Sanna Aaltonen, HIFK Friidrott	54,64
800m	6. Jemima Backman, Esbo IF	2.09,48
1500m	5. Jemima Backman, Esbo IF	4.31,32
10000m	8. Johanna Lindholm, Lovisa Tor	37.58,67
100m h	3. Matilda Bogdanoff, HIFK Friidrott	13,40
Höjd	4. Linda Sandblom, HIFK Friidrott	1,79
Kula	8. Susanna Törrönen, Esbo IF	13,18
7-kamp	3. Jessica Rautelin, Esbo IF	5.146

**FM för H/D 22 år i Senäjoki den 9-10.8.**

H22		
100m	5. Johan Versluis, HIFK Friidrott	10,85
	8. Tommi Eerola, Esbo IF	10,98
200m	5. Johan Versluis, HIFK Friidrott	22,52
	6. Don-Zheni Ekoebve, HIFK-Friidrott	22,63
	7. Tommi Eerola, Esbo IF	22,74
400m	3. Don-Zheni Ekoebve, HIFK Friidrott	49,11
	4. Erik Back, HIFK Friidrott	49,23
	6. Jaakko Lehtilä, Esbo IF	50,22
Kula	5. Waldemar Kvarnström, Ingå IF	15.05
D22		
800m	3. Jemima Backman, Esbo IF	2.11,48
1500m	2. Jemima Backman, Esbo IF	4.31,98
100m h	7. Jenny Fagerstedt, Esbo IF	15,13
400m h	7. Laura Räsänen, Esbo IF	68,56
	- . Jenny Fagerstedt, Esbo IF	DNF
3000m h	5. Emma Hakala, HIFK Friidrott	12.10,83
Tresteg	4. Kira Kytölä, Esbo IF	11,94
Kula	6. Sara Oraheimo, IF Raseborg	12,18

**Vid FM för H/D 19 år i Villmanstrand, 10-11.08.**

H19		
100m	4. Ilari Mäkinen, HIFK Friidrott	10,91
	8. Joni Arponen, HIFK Friidrott	11,18
200m	4. Eljas Aalto, IF Sibbo Vargarna	22,36
400m	2. Eljas Aalto, IF Sibbo vargarna	49,58
	8. Jani Rastas, HIFK Friidrott	50,48
1500m	8. Samuli Manninen, HIFK Friidrott	4.30,70
5000m	1. Topi Raitanen, Sjundeå IF	15.35,97
	3. Eero Saleva, Sjundeå IF	15.46,89
	6. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	16.16,96
400m h	2. Jani Rastas, HIFK Friidrott	55,29
	3. Kristoffer Olin, IF Raseborg	55,88
3000m h	3. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	10,05,80
Höjd	7. Patrik Eklund, Pargas IF	1,93
3-steg	8. Donatello Dallai, Esbo IF	13,12
Slägga	5. Fredrik Fröberg, Sjundeå IF	64,52
D19		
100m h	3. Cecilia Sandell, HIFK Friidrott	14,72
	7. Adelaide Jallow, HIFK Friidrott	15,58
400m h	7. Linda Aho, HIFK Friidrott	66,30
	8. Adelaide Jallow, HIFK Friidrott	67,21
5000m g	4. Amanda Åström, Esbo IF	27.21,40
Stav	5. Mikaela Karppelin, Pargas IF	3,15
3-steg	5. Heini Vainionpää, HIFK Friidrott	12,02
Spjut	7. Åsa Sjöstedt, HIFK Friidrott	35,78

**Vid FM för H/D 17+16 år i Kotka, 22-24.08.**

H17		
400m	6. Jeremias Haikonen, HIFK Friidrott	53,93
	-. Hoang Ngyuen, HIFK Friidrott	DQ
800m	5. Tuomas Puputti, IF Raseborg	1.58,92
1500m	5. Tuomas Puputti, IF Raseborg	4.14,64
3000m	7. Max Toikka, Sjundeå IF	9.28,37
110m h	1. Viktor Kantele, Borgå Akilles	14,18
	8. Edward Lindberg, IF Sibbo Vargarna	15,64
400m h	1. Viktor Kantele, Borgå Akilles	54,94
	2. Hoang Ngyuen, HIFK Friidrott	55,36
	8. Edward Lindberg, IF Sibbo Vargarna	57,95
2000m h	7. Fabian af Hällström, HIFK Friidrott	7.09,27
Höjd	3. Oliver Helander, IF Raseborg	1,90
Diskus	5. Oliver Helander, IF Raseborg	45,26
Slägga	5. Sven Juslin, Pargas IF	67,31
Spjut	2. Oliver Helander, IF Raseborg	75,08
H16		
200m	4. Tuukka Huuskola, Esbo IF	23,63
400m	1. Pekka Sinkkonen, HIFK Friidrott	50,65
	3. Jonni Blomqvist, Borgå Akilles	51,50
	4. Samuel Kouri, Borgå Akilles	52,39
800m	3. Daniel Lundmark, HIFK Friidrott	2.04,29
	5. Ahmed Ibrahim, HIFK Friidrott	2.06,40
1500m	3. Daniel Lundmark, HIFK Friidrott	4.23,84
3000m	2. Remi Lindholm, Lovisa Tor	9.22,19
110m h	2. Heikki Chen, HIFK Friidrott	14,91
	3. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	14,93
400m h	2. Pekka Sinkkonen, HIFK Friidrott	56,61
	4. Jonni Blomqvist, Borgå Akilles	59,52

**F/14**

2000m h	5. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	59,72
	3. Remi Lindholm, Lovisa Tor	6.41,78
	6. Lauri Siltanen, HIFK Friidrott	7.16,24
	7. Ilari Visuri, HIFK Friidrott	7.27,77
Längd	4. Tuukka Huuskola, Esbo IF	6,38
	6. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	6,29
	8. Henri Puumalainen, Borgå Akilles	6,02
Tresteg	1. Heikki Chen, HIFK Friidrott	14,15
Kula	4. Roope Auvinen, Sjundeå IF	14,76
	5. Edward Lindholm, IF Raseborg	14,58
	7. Anton Vuorio, IF Raseborg	14,32
Diskus	5. Anton Vuorio, IF Raseborg	41,95
	8. Edward Lindholm, IF Raseborg	40,51
Slägga	1. Roope Auvinen, Sjundeå IF	64,52
	6. Nicolas Peltoniemi, HIFK Friidrott	43,25
D17		
200m	5. Nadia Korkman, Esbo IF	26,47
400m	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	55,97
	4. Nadia Korkman, Esbo IF	57,24
	5. Aino Tapio, IF Sibbo Vargarna	57,78
800m	2. Jessica Rautelin, Esbo IF	2.15,88
	7. Stella Westerlund, IF Sibbo Vargarna	2.25,08
400m h	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	60,30
	3. Aino Tapio, IF Sibbo Vargarna	63,31
	5. Pinja Pikkupeura, HIFK Friidrott	66,75
2000m h	4. Josefina Pagvalén, Esbo IF	8.09,26
Stav	5. Stina Rautomaa, Borgå Akilles	2,40
Längd	4. Sandra Ekblom, HIFK Friidrott	5,63
3-steg	3. Sandra Ekblom, HIFK Friidrott	11,98
	5. Suvi Eerikäinen, HIFK Friidrott	11,76
	6. Pinja Pikkupeura, HIFK Friidrott	11,22
	7. Carmen Antonio, HIFK Friidrott	10,95
D16		
100m	1. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott	12,31
	2. Iida Kalliomäki, Sjundeå IF	12,45
200m	2. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott	25,51
	3. Iida Kalliomäki, Sjundeå IF	25,59
800m	3. Emmy Airola, HIK-Friidrott	2.20,33
400m h	6. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	69,59
2000m h	5. Hanna Holmström, HIK-Friidrott	9.15,30
Längd	2. Tilda Lipasti, HIFK Friidrott	5,59
3-steg	8. Sahra Laine, HIFK Friidrott	10,75
Kula	1. Susanna Törrönen, Esbo IF	14,76
	4. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott	13,22
Diskus	2. Susanna Törrönen, Esbo IF	41,64
Slägga	8. Josefine Lundström, IF Raseborg	47,89

**FM för F/P 15,14 år i Reso 22-24.8**

P15		
100m	1. Lauri Tuomilehto, Borgå Akilles	10,73
	4. Teemu Gustavson, Borgå Akilles	11,37
	7. Jonathan Nsukami, IF Sibbo Vargarna	11,54
300m	3. Teemu Gustavson, Borgå Akilles	36,84
	5. Anton Tallbacka, HIFK Friidrott	38,10
800m	5. Anton Kunnas, IF Sibbo Vargarna	2.04,45

300m h	4. Anton Tallbacka, HIFK Friidrott	38,10
1500m h	4. Kim Kytölä, Esbo IF	4.38,95
	5. Kevin Lindholm, Lovisa Tor	4.41,28
Höjd	3. Robin von Bondsdorff, Esbo IF	1,78
Lag	2. Esbo IF (RvB, Matias Kari)	3,28
Stav	2. Anton Kunnas, IF Sibbo Vargarna	3,90
Längd	1. Lauri Tuomilehto, Borgå Akilles	6,33
Lag	4. Esbo IF (Sid Silander, Matias Kari)	10,54
Kula Lag	5. HIFK Friidrott (Tuukka Röpelinen, Alekski Mutanen)	25,51
Diskus	6. Alekski Mutanen, HIFK Friidrott	46,08
Lag	2. HIFK Friidrott (Alekski Mutanen, Tuukka Röpelinen)	84,77
Spjut	6. Joonas Ahola, Sjundeå IF	54,15
P14		
100m	2. Pavel Mäkinen, HIFK Friidrott	11,62
	8. Sander Radionov, HIFK Friidrott	12,16
300m	6. Pavel Mäkinen, HIFK Friidrott	41,07
100m h	2. Tatu Heikkinen, HIFK Friidrott	14,51
300m h	4. Sander Radionov, HIFK Friidrott	43,64
	6. Tatu Heikkinen, HIFK Friidrott	44,12
Höjd	7. Casper Tillander, IF Sibbo Vargarna	1,58
Lag	1. IF Sibbo Vargarna (CT, Henrik Lehtimäki)	3,12
3-steg lag	6. IF Sibbo Vargarna (Casper Tillander, Henrik Lehtimäki)	21,13
Kula	3. Jonathan Björkstén, Borgå Akilles	13,85
	7. Martin Wiberg, IF Raseborg	12,40
Lag	1. IF Raseborg (Martin Wiberg, Jonathan Himberg)	23,61
	2. Borgå Akilles (Jonathan Björkstén, Johan Nylund)	23,35
Diskus	4. Martin Wiberg, IF Raseborg	39,78
Lag	1. IF Raseborg (Martin Wiberg, Jonathan Himberg)	70,97
F15		
300m	5. Noora Juslin, Borgå Akilles	42,63
800m	4. Silja Laukkanen, Borgå Akilles	2.20,98
2000m	1. Silja Laukkanen, Borgå Akilles	6.49,89
80m häck	1. Viivi Lehikoinen, HIFK Friidrott	11,47
300m häck	5. Noora Juslin, Borgå Akilles	46,50
Höjd	6. Riina Rautelin, Esbo IF	1,56
Längd	3. Viivi Lehikoinen, HIFK Friidrott	5,65
3-steg	3. Riina Rautelin, Esbo IF	11,81
Lag	3. Esbo IF (Riina Rautelin, Sani Hirvonen)	20,67
Kula	3. Andrea Österman, IF Sibbo Vargarna	12,35
Lag	3. IF Sibbo Vargarna (Andrea Österman, Belinda Wickholm)	20,58
Slägga	6. Andrea Österman, IF Sibbo Vargarna	44,57
Slägga lag	4. IF Sibbo Vargarna (Andrea Österman, Belinda Wickholm)	73,44
F14		
80m h	1. Ida Ounaslehto, Esbo IF	11,73
	4. Saga Andersson, Esbo IF	12,04
300m h	7. Elin Mickos, IF Sibbo Vargarna	47,19
3000m gång	4. Netta Tuusjärvi, HIFK Friidrott	17.27,63
Stav	1. Saga Andersson, Esbo IF	3,65
Längd lag	3. HIFK Friidrott (Venla Mikkilä, Pinja Konttinen)	9,78
Tresteg	1. Ida Ounaslehto, Esbo IF	11,80
	7. Sandra Liljendahl, Borgå Akilles	10,86
Lag	3. HIFK Friidrott (Venla Mikkilä, Pinja Konttinen)	20,55
Kula	2. Katri Erkkilä, Borgå Akilles	12,15
Lag	1. Borgå Akilles (Katri Erkkilä, Emilia Antilla)	21,02
Diskus	8. Emilia Anttila, Borgå Akilles	32,00
Slägga	3. Katri Erkkilä, Borgå Akilles	40,32

		<b>F/16</b>
	4. Jenna Sorvari, Borgå Akilles	40,32
Lag	1. Borgå Akilles (Katri Erkkilä, Jenna Sorvari)	79,53

### **FM i mångkamp för H/D 22,19,17 år och F/P 14,15 år i Jakobstad och Nykarleby den 6-7.9.**

H17 år		
10-kamp	3. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	6.089
	4. Viktor Kantele, Borgå Akilles	5.984
P15 5-kamp	2. Anton Kunnas, IF Sibbo Vargarna	3.096
D22 7-kamp	8. Ida Otstavel, Pargas IF	3.825
D17 7-kamp	1. Jessica Rautelin, Esbo IF	5.428
F15 5-kamp	2. Viivi Lehikoinen, HIFK Friidrott	3.028
F14 5-kamp	1. Ida Ounaslehto, Esbo IF	2.615

### **FM i maraton i Joutseno den 20.9.**

Damerr	6. Riitta Paasio, Esbo IF	2.56,46
	9. Johanna Lindholm, Lovisa Tor	2.58,49

### **SFI-mästerskapen**

Distriktet uppnådde 61 förstaplaceringar vid årets SFI-M. Seniorerna tog 17 guldmedaljer medan juniorerna erövrade 44 guld. Esbo IF vann Frihetspriset och Borgå Akilles Ungdomspokalen.

### **SFI-serien**

#### **Finalen i Mariehamn 13.9.**

1. IK Falken 236, 2. IF Sibbo Vargarna 213, 3. Esbo IF 193, 4. Vasa IS 153, 5. IF Åland 134

### **Vattenfallcupen för F/P 11-15 år**

#### **Del i Raseborg/Karis den 10.6.**

1. Borgå Akilles 15.193, 2. IF Raseborg 14.425 3. Esbo IF 13.917, 4. HIFK-Friidrott 13.214, 5. IF Sibbo Vargarna 13.174, 6. Sjundeå IF 12.445

#### **Cup del II i Esbo, Alberga den 13.8.**

1. Borgå Akilles 15.683, 2. Esbo IF 14.613, 3. HIFK-Friidrott 14.436, 4. IF Raseborg 12.471, 5. IF Sibbo Vargarna 12.981, 6. Sjundeå IF 11.937

#### **Sammanlagt del I+del II**

1. Borgå Akilles 30.876, 2. Esbo IF 28.530, 3. HIFK-Friidrott 27.683, 4. IF Raseborg 26.896, 5. IF Sibbo Vargarna 26.155, 6. Sjundeå IF 24.392

### **Riksfinalen den 30.8.**

Mega serien i Vihtis/N:	3. Sjundeå IF	325
Giga serien i Janakkala:	6. IF Sibbo Vargarna	307
Tera serien i Vanda/M:	5. Borgå Akilles	296,5
	10. HIFK-Friidrott	245,5
	12. IF Raseborg	205
	13. Esbo IF	203,2

### **Ålderklasstävlingar**

#### **Distriktets knattedagar**

Genomfördes i år i fyra olika tävlingar: Terräng i Esbo/A 4.5, Stafetterna i Borgå/C 29.5., Mångkamp 9-13 år i Kyrkslätt 28.6., de individuella knattedagarna i H:fors/D 9-10.8. och mångkamp 9-15 år i Borgå/C 16.8. samtliga med rikt antal deltagare.

**DISTRIKTSMÄSTERSKAP och REGIONMÄSTERSKAP**

F/17

**DM i landsvägslöpning i Sjundeå 15.4.****Herrar 10km**

1. Pyy Sipilä, Sjundeå IF	34,14
2. Joonas Ojapalo, Sjundeå IF	34,26
3. Daniel Blomster, IF Sibbo V	34,39
4. Magnus Hellström, Sjundeå IF	35,59
5. Jan-Mikael Wikström, IF Raseborg	36,06
6. Mirko Pennanen, Esbo IF	36,37

**H19 10km**

1. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	37,36
2. Ville Lampinen, IF Raseborg	38,35

**H17 7km**

1. Max Toikka, Sjundeå IF	25,24
2. Erik Ingman, IF Raseborg	29,44
3. Elmeri Toivanen, IF Raseborg	30,57

**Damer 10km**

1. Maria Söderström, HIFK Friidrott	35,48
2. Riitta Paasio, Esbo IF	37,56
3. Jenny Vuonoranta, Esbo IF	38,07
4. Taina Heiskanen, Sjundeå IF	46,15
5. Tiina Rönberg, Sjundeå IF	51,10
6. Benita Ukkonen, Esbo IF	51,27

**D17 4km**

1. Jasmin Koivunen, Esbo IF	17,20
2. Josefina Pagvalén, Esbo IF	19,12
3. Jenny Tynkkunen, IF Raseborg	21,53

**Regionmästeskaps i terräng i Esbo/A 3.5.****Herrar 6km**

1. Niklas Wihlman, Pargas IF	19,39
2. Lauri Lipiäinen, Sjundeå IF	20,06
5. Juha Järvelä, Sjundeå IF	20,28

Lag

17.02,781. Sjundeå IF	17
-----------------------	----

**Herrar 19 år 4km**

3. Omar Mountassir, HIFK Friidrott	15,24
5. Lasse Minkkinen, IF Raseborg	15,32

**Herrar 17år 4km**

3. Max Toikka, Sjundeå IF	13,57
---------------------------	-------

Lag

2. HIFK Friidrott	33
-------------------	----

**Damer 4km**

4. Johanna Lindholm, Lovisa Tor	14,29
---------------------------------	-------

**Damer 19 år 4km**

4. Nina Leivo, HIFK Friidrott	17,13
-------------------------------	-------

**Damer 17 år 4km**

5. Emmy Airola, HIK-Friidrott	16,25
6. Jasmin Koivunen, Esbo IF	16,51

**RM på hinder för H/D,H/D19,17 år i****Vanda, Sandkulla 8.6.****Herrar 3000m hinder**

1. Magnus Hellström, Sjundeå IF	10.10,41
4. Kerkko Visuri, HIFK Friidrott	10.24,84

**Herrar 17 år 2000m hinder**

4. Lauri Siltanen, HIFK Friidrott	7.29,81
-----------------------------------	---------

**Damer 3000m hinder**

2. Johanna Lindholm, Lovisa Tor	12.02,94
3. Emma Hakala, HIFK Friidrott	12.19,72

**Damer 17 år 2000m hinder**

2. Hanna Holmström, HIK Friidrott	8.47,03
3. Ronja Horsma, HIFK Friidrott	9.30,73

**RM i stafett i Riihimäki 23-24.6.****Herrar 4x100m**

1. Esbo IF 1	42,00
2. HIFK Friidrott	42,71
3. Esbo IF 2	46,33

**4x400m**

1. HIFK Friidrott	3.19,23
2. Esbo IF	3.19,70
4. Esbo IF 2	3.38,30

**4x800m**

2. IF Raseborg	8.34,72
----------------	---------

**4x1500m**

1. Sjundeå IF 1	
3. Sjundeå IF 2	18.20,35

**Herrar 19 år 4x100m**

1. HIFK Friidrott	42,69
4. IF Raseborg	46,05
5. Borgå Akilles	46,17
IF Sibbo Vargarna	DQ

**4x400m**

2. IF Raseborg	3.29,34
3. HIFK Friidrott	3.33,27
5. IF Sibbo Vargarna	3.37,36

**3x800m**

2. IF Raseborg	6.18,38
4. IF Raseborg 2	6.42,57
5. HIFK Friidrott	6.55,14



**4x100m häck**

2. HIFK Friidrott	55,87
4. IF Sibbo Vargarna	57,88

**Herrar 17 år 4x100m**

2. Borgå Akilles	43,96
3. HIFK Friidrott 1	45,08
5. HIFK Friidrott 2	47,03
6. Sjundea IF	47,39

**4x300m**

2. Borgå Akilles	2.31,00
3. HIFK Friidrott 1	2.31,97
4. HIFK Friidrott 2	2.35,20

**3x800m**

2. HIFK Friidrott 1	6.27,19
4. HIFK Friidrott 2	6.47,35

**4x100m häck**

1. Borgå Akilles	55,35
2. HIFK Friidrott	59,76

**Damer 4x100m**

1. Esbo IF	48,69
3. HIFK Friidrott	51,52
4. IF Raseborg	52,68
Esbo IF 2	DQ

**4x400m**

2. HIFK Friidrott	3.59,09
3. Esbo IF	4.02,94

**4x800m**

2. HIFK Friidrott	10.09,30
4. Esbo IF	10.29,17

**Damer 19 år 4x100m**

2. HIFK Friidrott	49,54
-------------------	-------

**4x400m**

2. HIFK Friidrott	4.16,84
-------------------	---------

**4x100m häck**

1. HIFK Friidrott	1.00,03
-------------------	---------

**Damer 17 år 4x100m**

2. HIFK Friidrott	50,38
4. Esbo IF	50,66

**4x300m**

1. Esbo IF	2.55,41
5. Esbo IF 2	3.01,87
6. Sjundea IF	3.01,96

**3x800m**

1. Esbo IF	7.15,89
------------	---------

5. Sjundea IF	7.59,17
---------------	---------

**4x100m häck**

3. Esbo IF	1.06,35
4. HIFK Friidrott	1.09,40

**DM för H/D i Pargas 11-12.7.****Herrar 100m (-0,7)**

1. Tommi Eerola, Esbo IF	11,37
2. Oki Vuonoranta, Esbo IF	11,51
3. Joni Arponen, HIFK Friidrott	11,53
4. Gustav Klingstedt HIFK Friidrott	11,86
5. Viljam Liljeroth, Esbo IF	12,44
6. Otto Loukkalahti, IF Raseborg	12,66

**200m (-0,9, 1-3, -1,6, 4-6)**

1. Tobias Öhman, Esbo IF	22,25
2. Tommi Eerola, Esbo IF	22,70
3. Jani Rastas, HIFK Friidrott	22,82
4. Oki Vuonoranta, Esbo IF	22,91
5. Kristoffer Olin, IF Raseborg	23,49
6. Eetu Kansanaho, Esbo IF	23,53

**400m**

1. Jaakko Lehtilä, Esbo IF	49,27
2. Tobias Öhman, Esbo IF	49,34
3. Marko Vendelin, IF Raseborg	50,36
4. Rasmus Vidjeskog, IF Raseborg	52,30
5. Otto Loukkalahti, IF Raseborg	52,72

**800m**

1. Pyy Sipilä, Sjundea IF	2.01,39
2. Marc Sundén, IF Sibbo Vargarna	2.02,59
3. Juha Järvelä, Sjundea IF	2.03,23
4. William Sundell, Pargas IF	2.08,51
5. Lasse Minkkinen, IF Raseborg	2.11,55
6. Thomas Sandberg, ÅIFK	2.15,27

**1500m**

1. Juha Järvelä, Sjundea IF	4.22,29
2. William Sundell, Pargas IF	4.37,94
3. Anssi Vessanto, IF Raseborg	4.42,09
4. Thomas Sandberg, ÅIFK	4.55,44

**5000m**

1. Niklas Wihlman, Pargas IF	15.56,78
2. Magnus Hellström, Sjundea IF	16.34,92
3. Juha Järvelä, Sjundea IF	16.46,49
4. Mirko Pennanen, Esbo IF	17.56,03
5. Viljam Liljeroth, Esbo IF	18.36,38
6. Mikko Ruokolainen, Esbo IF	18.36,78

**400m häck**

1. Oskari Mörö, Esbo IF	51,02
2. Don-Zheni Ekoebve, HIFK Friidrott	52,79
3. Jani Rastas, HIFK Friidrott	54,77

4. Gustav Klingstedt, HIFK Friidrott	55,14	3. Emelie Rancken, IF Raseborg	26,58	<b>F/19</b>
5. Kristoffer Olin, IF Raseborg	57,64	4. Fanny Roussu, HIK-Friidrott	26,59	
6. Ville Ryhänen, Esbo IF	65,52	5. Linda Johansson, Sjundea IF	26,75	
		6. Nicolie Nynäs, IF Raseborg	27,32	
<b>Höjd</b>				
1. Juuso Kalliomäki, Sjundea IF	184	<b>400m</b>		
2. Patrik Eklund, Pargas IF	180	1. Fanny Roussu, HIK-Friidrott	60,50	
<b>Stav</b>				
1. Risto Järvi, Esbo IF	320	2. Emmy Airola, HIK-Friidrott	62,65	
<b>Längd</b>				
1. Mikko Kivinen, Esbo IF	7,31 -1,1	3. Saga Rekonen, Esbo IF	65,14	
2. Lars Åhman, Esbo IF	5,81 -0,2	<b>800m</b>		
3. Roope Auvinen, Sjundea IF	5,56 +1,6	1. Emmy Airola, HIK-Friidrott	2.21,43	
4. Markus Högström, IF Raseborg	5,49 -0,7	2. Saga Rekonen, Esbo IF	2.29,91	
<b>3-steg</b>				
1. Roni-Pekka Järvi, Esbo IF	12,37 -1,1	3. Hanna Holmström, HIK-Friidrott	2.35,68	
2. Markus Högström, IF Raseborg	11,47 +2,1	4. Ulrika Lönnberg, IF Raseborg	2.39,68	
Kim von Gerich, Esbo IF	NM	<b>1500m</b>		
<b>Kula 7,260kg</b>				
1. Conny Karlsson, IF Raseborg	16,04	1. Emmy Airola, HIK-Friidrott	5.08,67	
2. Waldemar Kvarnström, IF Raseborg	14,88	2. Emma Hakala, HIFK Friidrott	5.11,56	
3. Jonny Karlsson, Pargas IF	14,62	3. Jenny Vuonoranta, Esbo IF	5.18,48	
4. Mikko Törrönen, Esbo IF	13,89	4. Hanna Holmström, HIK-Friidrott	5.31,79	
5. Niklas Söderlund, IF Raseborg	13,77	<b>5000m</b>		
6. Jari Törrönen, Esbo IF	10,52	1. Jenny Vuonoranta, Esbo IF	18.51,13	
<b>Diskus 2,0kg</b>				
1. Tomas Söderlund, IF Raseborg	45,45	2. Emma Hakala, HIFK-Friidrott	20.05,11	
2. Waldemar Kvarnström, IF Raseborg	43,95	<b>100m häck (-1,0)</b>		
3. Jonny Karlsson, Pargas IF	40,66	1. Jenny Fagerstedt, Esbo IF	15,39	
4. Niklas Söderlund, IF Raseborg	39,91	2. Kira Kytölä, Esbo IF	15,80	
5. Markus Högström, IF Raseborg	24,67	3. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	16,99	
<b>Slägga 7,2kg</b>				
1. Fredrik Fröberg, Sjundea IF	56,76	Ida Otstavel, Pargas IF	DNF	
2. Olle Holmbäck, Pargas IF	47,61	<b>400m häck</b>		
3. Waldemar Kvarnström, IF Raseborg	36,78	1. Jenny Fagerstedt, Esbo IF	67,38	
<b>Spjut 800g</b>				
1. Roni-Pekka Järvi, Esbo IF	45,32	2. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	70,44	
2. Gustav Klingstedt, HIFK Friidrott	39,78	<b>Höjd</b>		
<b>Damer 100m (+0,6)</b>				
1. Emelie Rancken, IF Raseborg	12,78	1. Linda Sandholm, HIK-Friidrott	180	
2. Meri Hukkinen, Esbo IF	12,79	2. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	149	
3. Linda Johansson, Sjundea IF	12,80	3. Tanja Taipale, Virkby Start	149	
4. Laura Räsänen, Esbo IF	12,90	<b>Stav</b>		
5. Susanna Savolainen, Esbo IF	13,41	1. Saga Andersson, Esbo IF	352	
6. Malin Wilén, HIFK Friidrott	13,62	2. Mikaela Karpelin, Pargas IF	292	
<b>200m (+0,5 1-4, +0,2 5-6)</b>				
1. Meri Hukkinen, Esbo IF	26,13	<b>Längd</b>		
2. Laura Räsänen, Esbo IF	26,42	1. Kira Kytölä, Esbo IF	5,50 +0,5	
<b>3-steg</b>				
		2. Ida Otstavel, Pargas IF	5,44 +1,4	
		3. Nicolina Nynäs, IF Raseborg	5,00 - 0,1	
		4. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	4,93 +0,9	
		5. Susanna Savolainen, Esbo IF	4,77 +0,3	
		6. Jemima Backman, Esbo IF	3,22 +0,2	
		<b>3-steg</b>		
		1. Kira Kytölä, Esbo IF	11,64 -0,6	
		2. Tiia Gustafsson, IF Raseborg	10,62 +0,7	

			<b>F/20</b>
<b>Kula 4,0kg</b>			
1. Susanna Törrönen, Esbo IF	13,28		
2. Sara Oraheimo, IF Raseborg	12,37		
3. Ida Otstavel, Pargas IF	12,30		
4. Cindy Grönroos, Ingå IF	10,78		
5. Jenny Fagerstedt, Esbo IF	9,87		
6. Jemima Backman, Esbo IF	6,53		
<b>Diskus 1,0kg</b>			
1. Tea Taipale, Virkby Start	36,79		
2. Sara Oraheimo, IF Raseborg	36,11		
3. Åsa Lindberg, Pargas IF	35,34		
4. Ida Otstavel, Pargas IF	35,13		
<b>Slägga 4,0kg</b>			
1. Amina Saada, HIFK Friidrott	54,80		
2. Josefine Lundström, IF Raseborg	40,81		
3. Anita Westerholm, IF Raseborg	36,30		
<b>Spjut 600g</b>			
1. Ida Otstavel, Pargas IF	33,35		
2. Sara Oraheimo, IF Raseborg	30,41		
<b>RM för H/D 19,17 år I Esbo,Alberga 26-27.7.</b>			
1. Willem Kajander, Borgå Akilles	10,98		
2. Joni Arponen, HIFK Friidrott	11,17		
<b>200m (-0,2)</b>			
1. Eljas Aalto, IF Sibbo Vargarna	22,29		
2. Jani Rastas, HIFK Friidrott	22,68		
4. Willem Kajander, Borgå Akilles	23,00		
5. Ilari Mäkinen, HIFK Friidrott	23,16		
6. Jevgeni Aleksandrov, HIFK Friidrott	23,16		
<b>400m</b>			
1. Jani Rastas, HIFK Friidrott	49,97		
3. Jevgeni Aleksandrov, HIFK Friidrott	51,09		
<b>800m</b>			
3. Samuli Manninen, HIFK Friidrott	2.05,80		
4. Lasse Minkkinen, IF Raseborg	2.07,32		
<b>1500m</b>			
2. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	4.10,26		
<b>5000m</b>			
1. Vilho Loukkalahti, IF Raseborg	16.01,53		
5. Eemeli Suominen, IF Raseborg	17.22,17		
<b>110m hack (-1,4)</b>			
2. Ilari Mäkinen, HIFK Friidrott	15,38		
<b>Höjd</b>			
1. Patrik Eklund, Pargas IF	189		
<b>Stav</b>			
4. Victor Fagerholm, Borgå Akilles	405		
<b>Kula 6,0kg</b>			
3. Fredrik Fröberg, sjundeå IF	11,74		
<b>Diskus 1,750kg</b>			
2. Fredrik Fröberg, Sjundeå IF	39,34		
<b>Slägga 6,0kg</b>			
1. Fredrik Fröberg, Sjundeå IF	64,54		
<b>Herrar 17 år 100m (+2,2)</b>			
5. Tuukka Huuskola, Esbo IF	11,63		
<b>200m (-1,2)</b>			
3. Teemu Gustavson, Borgå Akilles	23,65		
5. Tuukka Huuskola, Esbo IF	23,95		
<b>400m</b>			
2. Jonni Blomqvist, Borgå Akilles	50,91		
4. Pekka Sinkkonen, HIFK Friidrott	52,02		
5. Samuel Kouri, Borgå Akilles	52,22		
6. Daniel Lundmark, HIFK Friidrott	53,32		
<b>800m</b>			
1. Daniel Lundmark, HIFK Friidrott	2.02,66		
3. Anton Kunnas, IF Sibbo V	2.06,83		
<b>3000m</b>			
1. Max Toikka, Sjundeå IF	9.45,47		
4. Fabian af Hällström, HIFK	10.10,86		
<b>110m häck (-3,3)</b>			
1. Viktor Kantele, Borgå Akilles	15,01		
2. Jonni Blomqvist, Borgå Akilles	15,81		
<b>400m häck</b>			
1. Jonni Blomqvist, Borgå Akilles	54,65		
2. Viktor Kantele, Borgå Akilles	56,80		
4. Hoang Nquyen, HIFK Friidrott	57,92		
<b>Höjd</b>			
2. Oliver Helander, IF Raseborg	186		
4. Viktor Kantele, Borgå Akilles	180		
5. Pekka Sinkkonen, HIFK Friidrott	175		
<b>Stav</b>			
3. Anton Kunnas, IF Sibbo Vargarna	355		
4. Niklas Tallqvist, Borgå Akilles	265		
<b>Längd</b>			
2. Viktor Kantele, Borgå Akilles	6,65 +2,5		
6. Elias Ylöstalo, IF Sibbo Vargarna	6,28 +2,4		
<b>3-steg</b>			
6. Henri Puumalainen, Akilles	12,11 +0,8		
<b>Kula 5.0kg</b>			
3. Edward Lindholm, IF Raseborg	13,60		

6. Anton Vuorio, IF Raseborg 12,68

### Diskus 1,5kg

2. Roope Auvinen, Sjundeå IF 45,82  
5. Oliver Helander, IF Raseborg 42,82  
6. Anton Vuorio, IF Raseborg 38,93

### Slägga 5,0kg

1. Roope Auvinen, Sjundeå IF 61,74  
3. Sven Juslin, Pargas IF 54,64  
4. Nicolas Peltoniemi, HIFK Friidrott 35,51  
5. Anton Vuorio, IF Raseborg 33,64  
6. Edward Lindholm, IF Raseborg 30,33

### Spjut 700g

1. Oliver Helander, IF Raseborg 68,18  
5. Benjamin Helander, IF Raseborg 48,88

### Damer 19 år 100m (+1,6)

2. Emelie Rancken, IF Raseborg 12,47  
5. Henna Nevala, HIFK Friidrott 12,73  
6. Adelaide Jallow, HIFK Friidrott 12,74

### 200m (-2,1)

3. Meri Hukkinen, Esbo IF 26,26  
4. Fanny Rousu, HIK-Friidrott 26,45  
6. Adelaide Jallow, HIFK Friidrott 26,87

### 400m

2. Fanny Roussu, HIK-Friidrott 59,30  
5. Linda Aho, HIFK Friidrott 60,94

### 100m häck (-4,1)

2. Adelaide Jallow, HIFK Friidrott 16,50

### 400m häck

2. Linda Aho, HIFK Friidrott 66,18  
4. Heidi Huitula, Borgå Akilles 68,53

### Längd

3. Henna Nevala, HIFK Friidrott 5,58 +0,5  
5. Emelie Österman, IF Sibbo V 4,96 -0,8

### 3-steg

1. Heini Vainionpää, HIFK Friidrott 11,58 +1,0  
2. Ida Gustafsson, IF Raseborg 10,74 +0,4

### Kula 4,0kg

5. Åsa Sjöstedt, HIFK Friidrott 10,82  
6. Emelie Österman, IF Sibbo V 10,29

### Diskus 1,0kg

3. Åsa Sjöstedt, HIFK Friidrott 30,66  
4. Laura Vainionpää, HIFK Friidrott 21,87

### Slägga 4,0kg

1. Amina Saada, HIFK Friidrott 55,78  
3. Åsa Sjöstedt, HIFK Friidrott 37,46

### Spjut 600g

3. Åsa Sjöstedt, HIFK Friidrott 39,59

### Damer 17 år 100m (+0,2)

2. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott 12,45  
6. Lotta Lahtinen, IF Raseborg 13,02

### 200m (-2,8 3, -0,7 4-5)

3. Jessica Rautelin, Esbo IF 25,93  
4. Ida Ounaslehto, Esbo IF 26,05  
5. Nadia Korkman, Esbo IF 26,36

### 400m

2. Aino Tapio, IF Sibbo Vargarna 59,20  
3. Emmy Airola, HIK-Friidrott 60,36  
6. Josefina Pagvalén, Esbo IF 62,59

### 1500m

3. Silja Laukkanen, Borgå Akilles 5.18,09  
4. Hanna Holmström, HIK-Friidrott 5.33,48

### 3000m

4. Jasmin Koivunen, Esbo IF 11.46,47

### 100m häck (-0,7)

1. Jessica Rautelin, Esbo IF 14,52

### 400m häck

3. Tiia Gustafsson, IF Raseborg 67,79  
5. Vilma Törmälä, HIFK Friidrott 81,04

### Höjd

3. Jessica Rautelin, Esbo IF 160  
4. Ida Ounaslehto, Esbo IF 155

### Stav

1. Saga Andersson, Esbo IF 370  
6. Stina Rautomaa, Borgå Akilles 230

### Längd

1. Tilda Lipasti, HIFK Friidrott 5,71 +0,7  
2. Jessica Rautelin, Esbo IF 5,53 +1,5  
6. Sandra Ekblom, HIFK Friidrott 5,18 +1,1

### 3-steg

2. Sandra Ekblom, HIFK Friidrott 11,22 +1,0  
4. Tiia Gustafsson, IF Raseborg 10,64 - 0,9

### Kula 3,0kg

1. Susanna Törrönen, Esbo IF 14,66  
3. Andrea Österman, IF Sibbo V 12,29  
4. Jessica Rautelin, Esbo IF 12,28

### Diskus 1,0kg

1. Susanna Törrönen, Esbo IF 40,03  
5. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott 34,03

**Slägga 3,0kg**

- |                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| 1. Josefine Lundström, IF Raseborg | 50,13 |
| 4. Tiia Gustafsson, IF Raseborg    | 45,03 |

**Spjut 600g**

- |                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| 2. Jessica Rautelin, Esbo IF       | 39,59 |
| 3. Lotta Kemppinen, HIFK Friidrott | 36,39 |
| 5. Andrea Österman, IF Sibbo V     | 34,81 |

**DM I mångkamp i Asikkala 15-16.8.****Herrar 10-kamp**

- |  |       |
|--|-------|
| 1. Stefan Ekblad, Kimito SF  | 5.862 |
| (11,97/-0,4,6,08/-0,3,11,53, 166, 53,56, 16,28/+0,2, 35,56, 420, 33,26, 5.00,31) |       |

**Damer 7-kamp**

- |   |       |
|---|-------|
| 1. Ida Otstavel, Pargas IF                                    | 4.745 |
| (15,60/-0,8, 158, 12,54, 26,56/0,0, 5,60/0,4, 33,65, 2.42,19) |       |

**Damer 17 år 7-kamp**

- |  |       |
|--|-------|
| 1. Tiia Gustafsson, IF Raseborg                                | 3.920 |
| (16,52/-0,6, 152, 10,34, 28,50/0,0, 4,83/-0,3, 24,03, 2.37,52) |       |

**RM på 10000m för H/D i Raseborg/K 2.9.****Herrar**

- |                                 |          |
|---------------------------------|----------|
| 1. Jari Vanhanen, Sjundeå IF    | 33.43,5h |
| 2. Magnus Hellström, Sjundeå IF | 34.17,6h |

**Damer**

- |                              |          |
|------------------------------|----------|
| 2. Jenny Vuonoranta, Esbo IF | 38.06,3h |
|------------------------------|----------|

**RM i Maraton i Vanda, 12.10.****Damer**

- |                                |         |
|--------------------------------|---------|
| 1. Anne Mäkelä, SjundeåIF      | 3.00,04 |
| 3. Annika Lindholm, Sjundeå IF | 3.30,18 |