



MEDLEMSBLAD

Länken



MFK på Österlenutfärd 11/8 2021

Fr. v.: Bertil Gustafsson, Essie Gustafsson Börje Hammarstedt, Berit Alm, Ingvar Carlsson, Lars-Erik Olsson, Martin Landahl, Gerd Svensson, Carin Lundmark, Lena Hansson, Kjell-Åke Carlsson, Kerstin Karlsson, Åke Nilsson, Lars Prabin, busschaufför Lars. Nigsittande: Kristina Linde, Ulf Larsson, Kicki Andersson, Bo Lundmark, guiden Lisbeth Nilsson.

Foto: Lars Svensson.

Från redaktören

I årets nummer av *Länken* kan vi följa klubbens verksamhet som på grund av coronapandemin varit decimerad under året. *Länken* innehåller artiklar om malmöitisk sporthistoria, Österlenutfärden, Guldklubben Skånes årsmöte, Skidåret 2021 och årets skidsäsong på Romeleåsen, Rapport från en cykel och mycket mera. Tack alla bidragsgivare för artiklar och bilder! God Jul och trevlig läsning!

Malmö 10 december 2021

Lars Svensson

Manus till *Länken* kan skickas till:

Malmö Frisksportklubb, Roskildevägen 7, 217 46 Malmö eller

Lars Svensson, Dammfrivägen 48 A, 217 63 Malmö

Tel.: 040-92 62 49

E-postadress: laurentiusgerd@gmail.com

Sammanfattning av 2021 års verksamhet

På grund av coronavirusutbrottet i Europa klassat som pandemi i mars 2020 har Folkhälsomyndigheten utfärdat ett flertal restriktioner och begränsningar för fysiska evenemang och kulturevenemang, som lamslagit stora delar av vårt samhälle, inte minst idrottsrörelsen. Många tävlingar, evenemang och klubbträffar har fått inställas eller flyttas fram. – Klubblokalen har under hösten på grund av översvämning varit under reparation, som ännu ej är helt klar. Bl.a. återstår golvmålning. – *Red.*

Styrelsemöten: 27/1, 10/2, 17 /3, 14/ 4, 11/5, 16/6, 14/7, 18/8, 15/9(inställt), 27/10 (inställt), 17/11, 15/12

- 01/1 Nyårsvandring (Katrinetorps landeri, 6 deltagare (med fikakorg))
- 28/2–7/3 Vasaåket (8 deltagare, se artikel)
- 01/5 Vandring i Bokskogen (3 deltagare)
- 29/5 Årsmöte (11 deltagare, se artikel; skall enligt stadgarna hållas före den 31 mars men framflyttat på grund av coronapandemin)
- 06/6 Vandring i Dörröd på Svenska flaggans dag (6 deltagare)
- 11/8 Bussutfärd till Österlen (19 deltagare, se artiklar)
- 28/10 Skånes Skidförbunds årsmöte i Höör (deltagare från MFK: Ingvar Carlsson och Ulf Selin)
- 08/11 Vasaloppsträff på klubben (4 deltagare)
- 12/12 Luciakaffe på klubblokalen
- 24/12 Julinblåsning på Stortorget

Från styrelsemöten

18/8 Skrivelse har inkommit från Sydantenn om indragning av ledningar till vår klubblokal för installation av dator (wifi) och TV. Kostnad: 8 000 – 10 000 kronor.

18/8 Anders Persson vill sluta ta hand om hemsidan. Styrelsen ska be Anders Ödlund ta över den.

17/11 Martin Landahl rapporterade från Skåneleden (Glamberga – Bilarp) som han och Börje Hammarstedt övervakar. Inget anmärkningsvärt.

17/11 Ingvar Carlsson har protesterat mot att klubbens P-plats sagts upp.

Sökandet efter Bokebo gav malmöitisk idrotts historia

Artikeln, som ursprungligen är publicerad på nätet (manssonsport@gmail.com – 8 maj 2021) och skriven av sportjournalisten Magnus Månsson, som benäget lämnat tillstånd för publicering, har här försetts med smärre ändringar och redaktionella under rubriker. – Red.

Vad är Bokebo?

I ett inlägg på Facebooksidan *Malmösport i ett historiskt perspektiv* undrade jag efter att ha läst Friska fläktar, månadstidning 1941 för Frisksportklubben Stålgänget och IK Finish frågan vad *Bokebo* var för något och var det fanns. Svaret fanns i Malmö FK:s klubbtidning Länken (1/2014). Där står det att Stålgänget ”delvis” hyrde stugan av familjen Thott på Skabersjö. Bokebo låg på den södra sidan av sjön Yddingen, lite öster om badplatsen på vägen mellan Roslätt och Bökeberg. Där samlades medlemmarna för sina träningsrundor till fots och på skidor i närliggande Bokskogen eller för kanotturer på Yddingen. På Bokebo fanns omklädningsutrymmen, samlingshall, och inte minst bastu. Stugan var flyttad från Baltiska utställningen 1914. Något år in på 1940-talet sades kontraktet upp. En familj Janmo hade förhandskontraktet och ville ha Bokebo för sig själv. Numera finns inga spår av Bokebo.

Stålgänget. Malmö Frisksportklubb. Malmö Frisksportförening

Stålgänget bilades i januari 1935 inte alls långt från Bokebo, vid den västra stranden av Yddingen mellan hussamlingarna Stockebro och Kråkenäs, där klubben hade en provisorisk byggnad. Samma år i februari grundades Malmö Frisksportklubb. Lokalfrågan, kombinerad med svag ekonomi i båda klubbarna, gjorde att de 1939 slogs sammans under namnet Malmö Frisksportklubb Stålgänget. Tydligt profilerade man sig som Stålgänget av namnet på klubbtidningen att döma.

Under denna period fanns också Malmö Frisksportförening, som 1949 lierade sig med MFK/Stålgänget. Man enades om det nuvarande namnet Malmö Frisksportklubb, som räknar 1935 som födelseår.

Nytt klubbhus i Dörröd. Lunken. Långlopp

MFK sökte efter förlusten av Bokebo ett nytt klubbhus. 1945 hyrde klubben ett ödetorp i Dörröd, en by mellan Skurup och Veberöd, renoverade det och 1951 köpte man stugan och en del mark kring huset och anlade till och med en fotbollsplan på området. 2016 sålde klubben klubbstugan.

Dörröd har en plats i Malmös friidrottshistoria. Klubbhuset var målet för Frisksportlunken, det 38 kilometer långa loppet med start vid Oxelgatan i Rosengårdsstaden. Det avgjordes första gången 1959 och var förmodligen det första långlopp som arrangerades i Skåne, innan det blev en hausse för lopp från milen och uppåt med början kring 1970.

Sista året ”Lunken” avgjordes var 1969. Men även därefter var MFK en av Skånes flitigaste arrangörer av långlopp som Malmö marathon och halvmarathon med olika sträckningar, Festivallopp (tillsammans med Heleneholms IF) och inte minst Bokskogsrundan 38 gånger den 1 maj.

Ingvar Carlsson, en av Idrottsmalmös främsta idealister

I de allra flesta lopp har Ingvar Carlsson varit tävlingsledare. Det är samme Ingvar, som under decennier sett till att skidentusiaster kunnat åka skidor på välpreparerade spår på Bulltofta och på Romeleåsen, när tillfälle givits. För att inte tala om alla Barnens Vasalopp har varit ansvarig för runt om i Skåne.

Ingvar Carlsson är en av Idrottsmalmös främsta idealister och det är han som hjälpt mig att få fram uppgifter till denna artikel.

Yddingen runt/Yddingeloppet

Hjälp att rätt lokalisera Bokebo har jag fått av Kjell och Barbro Wihlborg, två av de främsta kännarna av områdena i Bokskogen och kring Yddingen. Kjell, tillsammans med klubbkamraten i Heleneholms IF Bengt Grönvall, har även han ett namn inskrivet i Malmös friidrottshistoria. Dessa herrar var 1966 nämligen initiativtagare till långloppet Yddingen runt, numera Yddingeloppet. Det är tillsammans med Skanneloppet i Åstorp, också från 1966, Skånes äldsta nu ”levande” långlopp.

Skotte Jakobsson, MKK:s förste ordförande

Vid ”forskningen” till detta inlägg fann jag uppgiften att Malmö FK:s förste ordförande 1935 var Skotte Jakobsson (1888–1964). Han var under de första åren av 1910-talet en av Malmös mest kända idrottsmän, friidrottare tävlande för IFK Malmö. 1910 blev han svensk mästare i tiokamp, 1911 SM-trea i tresteg och 1912 fick han samma placering på 200 meter. I OS i Stockholm 1912 bröt han tiokampen, kom på 16:e plats i tresteg och blev utslagen i första omgången på såväl 100 som 200 meter.

Tänk så mycket malmöitisk idrotts historia man kan snubbla över, bara för man ville veta vad Bokebo var och var det fanns!

Årsmöte – 29 maj 2021

Vid MFK:s årsmöte den 29 maj 2021 var 11 medlemmar närvarande. Plats: Lena Hanssons hem: Daggpilsgatan 25, Malmö. – Till styrelse och övriga funktionärer valdes:

Styrelsen för år 2021:

ordförande Kristina Linde
sekreterare Gertrud Martinsson
kassör Martin Landahl
Styrelseledam. Ingvar Carlsson
Lena Hansson
styrelsesuppl. Leif Andersson
Börje Hammarstedt
Åke Nilsson

Övriga funktionärer/funktioner för år 2021:

ungdomsråd Niina Linde
friidrottssekt. Ingvar Carlsson
Börje Hammarstedt
skidsektion Ingvar Carlsson
Åke Nilsson
Anders Eriksson (ansvarig)

spårpatrull skidor Ingvar Carlsson
Åke Nilsson
Anders Ödlund
cykelsektion Leif Andersson
friluftssektion styrelsen
Skåneleden Martin Landahl
Robert Glenmo
Börje Hammarstedt
pressombud resp. tävlingsledare
red. Länken Lars Svensson
studieledare styrelsen
fester styrelsen
revisor Ulf Selin
Alexander Johansson
revisorssuppl. Nils-Arvid Olofsson
valberedning Lars Svensson

Bussutfärd till Österlen – 11 augusti 2021

Avfärd från Malmö. – Ystad

Tjörnarpsbussen avgick i fint väder från Stadsteatern 08.15 med 14 förväntansfulla MFKK:are. Vid Jägersro hämtade vi Essie och Bertil Gustafsson och Lars Prabin. I Ystad steg vår Österlenguide på (Lisbeth Nilsson), som var mycket påläst och kunnig, pigg och trevlig. Vi fick lära oss mycket om Österlen, dvs. en naturskön slätt- och skogsbygd i sydöstra Skåne utan entydig avgränsning. Bl.a. fick vi veta att staden Ystad inte tillhör Österlen. Den enda staden som ligger i området är Simrishamn. På färden genom Ystad passerade vi bl.a. *Ystads Teater* uppförd i nyrenässans 1893–1894 efter ritningar av stadsarkitekt Peter Boisen och *Ystads Tingshus* nära järnvägsstationen uppfört 1902–03, för ritningarna svarade Peter Boisen. Vi gjorde också en avstickare till ”Världens ände”, dvs. Ystads sydligaste punkt, där det bl.a. finns en restaurang med samma namn.

Det finns flera tolkningar av namnet Ystad. Vår guide berättade att vissa menat att förleden Y åsyftat orten ”Öja” (Öjas strandmark). Andra har menat att Y står för forndanska *y* ”videgran”. Den senaste tolkningen enligt Svenskt ortnamnslexikon är att Y skall tolkas som ett ”yst” (= yttersta) här i betydelsen ’längst ut mot havet’. På vår fortsatta färd på Österleden passerade vi *Ystad saltsjöbad* beläget i sandskogen alldeles vid havet. Badhotellet byggdes 1897, dagens huvudbyggnad är från 1927.

Förmiddagsfika (bulle med pålägg, kaffe/te) var utlovad och den intogs i *Ystad sandskog* på Gläntans BBQ & LOUNGE.

Backåkra

Efter måltiden styrdes kosan mot Dag Hammarskjölds

Backåkra, en fyrårigad gård belägen i Ystads kommun mellan Löderups strandbad och Sandhammaren vid Hagestads naturreservat. Om Backåkra och Dag Hammarskjöld, FN:s generalsekreterare, nationalekonom, jurist, ämbetsman, diplomat, adelsman och författare, medlem av Svenska Akademien, berättade vår specialguide Gunilla Hardenberg kunnigt och intresseväckande. Dag Hammarskjöld köpte gården 1957 för att flytta dit som pensionär, planer som gick om intet genom hans plötsliga död 1961. Gården testamentades till Svenska Turistföreningen. Den södra längan skulle Svenska Akademiens ledamöter få disponera viss del av sommaren. Museet stängdes 2011 för renovering och öppnades för allmänheten 2017. En meditationsplats har inretts ett stycke från Backåkraanläggningen.

Lunch (wallenbergare, potatismos, grönsaker och kaffe och kaka) intogs på flotta *Löderups Strandbad*, som ligger bara ett par km från Backåkra.

Ales stenar

Efter lunchen for vi till skeppssättningen *Ales* (även *Ale*) *stenar*, lokalt även kallad *Heds hästar* och *Urbans grav*. Skeppssättningen är belägen vid fiskeläget Kåseberga i Valleberga socken. *Ales stenar* kan nås från två håll: från en parkeringsplats vid infarten till Kåseberga med en gångstig delvis med brant stigning, från Kåseberga hamn via en brant gångstig delvis i form av trätrappor. Fornlämningen är 67 meter lång och 19 meter bred och uppförd under vendeltiden. Järnålderns skeppssättningar brukar betraktas som gravmonument.

Kåseberga sjöräddningsstation bildades 1944. Verksamheten bedrevs till 1993, då den flyttades till Ystad. På

havsbotten ligger en skeppskyrkogård med över 300 fartyg. – Namnledet i Kåseberga innehåller dialektordet *kås* 'båt-plats, mindre hamn' (Svenskt ortnamnslexikon).

Kivik

Från Kåseberga for vi längs kusten via Simrishamn till Kivik, där vi bl.a. passerade *Kungagraven* och gjorde en halvtimmes paus vid *Kiviks mustereri*. Därefter blev det eftermiddagsfika (äppelkaka och vaniljsås) på café *Sågmöllan*, ett av de äldsta caféerna på Österlen, som specialiserat sig på gluten- och mjölkfritt. Det öppnade 1939 och har kvar samma möblemang. Mellan 1874 och 1920 var här en mjölkvarn kombinerad med sågverk. Här sågades plank till båtbyggerierna på Kivik och Vitemölla samtidigt som mjöl maldes i kvarnen.

Hemfärd

Färden tillbaka till Ystad gick via Tomelilla, stundtals med inspelad sång och musik bl.a. Evert Taubes "Änglamark".



Fr. v.: Stående: Gerd Svensson och Bo Lundmark. Vid bordet: Åke Nilsson, Börje Hammarstedt, Carin Lundmark, Martin Landahl, Ulf Larsson, Kicki Andersson (nacken). – Foto: Lars Svensson.



Innan vi anlände till Ystad passade Lars på att tacka vår guide för kunnig och trevlig guidning, vår chaufför för skicklig körning på de trånga, smala vägarna, Martin Landahl för att han kom med idén om en föreningsutfärd och till Kristina och övriga styrelsen för utfärdens uppläggning och program .

Färden från Ystad till Malmö gick fort. När vi bussresenärer skildes vid Stadsteatern var vi alla överens om att en väldigt trevlig och minnesvärd bussutfärd var till ända.

Lars Svensson



I väntan på förmiddagsfika på *Gläntans BBQ*, en grillrestaurang i Ystad sandskog. Man grillar själv.

Fr. v.: Carin Lundmark, Martin Landahl, Börje Hammarstedt, Ulf Larsson, Kristina Linde, Kjell-Åke Carlsson. – Foto: Lars Svensson.

Bildcollage från bussfärden till Österlen – 11 augusti 2021

Fotograf: Lars-Erik Olsson – Text (källa: nätet): Red.



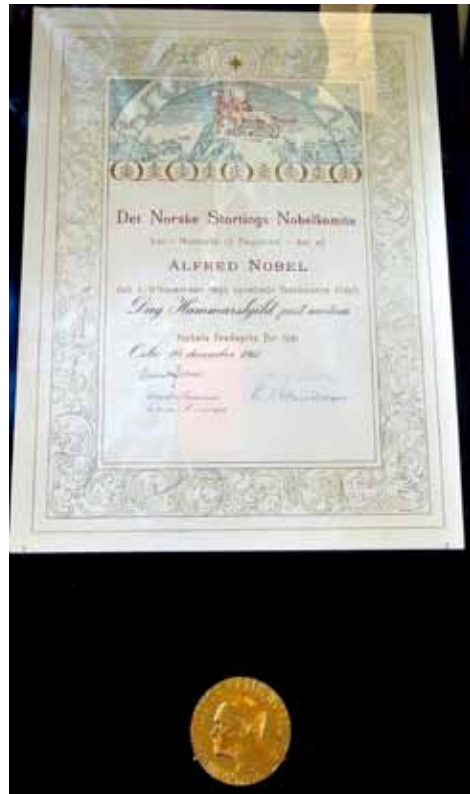
Backåkra ligger vid naturreservatet Hagestad i storslagen natur.



Vimmel på Backåkras gård. I klungan till vänster syns bl.a. Gerd och Kjell-Åke och Lars och Essie. Till höger står Åke, Martin, och Berit. Lena vid dörren.



Lars och Lena lyssnar på den kunniga specialguiden Gunilla Hardenbergs föredrag om Dag Hammarskjöld.



Dag Hammarskjöld (1905–1961) FN:s generalsekreterare (1953–1961), nationalekonom, jurist, ämbetsman, diplomat, adelsman och författare och medlem av Svenska Akademien, fick Nobels fredspris postumt 1961.



Dag Hammarskjöld hade planer på att bygga ett kapell på hedarna vid gården men planerna gick om intet. Några år efter hans död startade man en insamling för att kapellplanerna skulle förverkligas. Pengar räckte emellertid inte till ett kapell utan resultatet blev Meditationsplatsen, som ligger ett stycke från Backåkraanläggningen och som invigdes 1969. Arkitekten Thorsten Leon-Nilsson hade inspirerats av meditationsrummet i FN-huset i New York som Dag Hammarskjöld själv inrett.

Meditationsplatsen är en stenring med ett "altare" i form av en stor sten med ordet: PAX – FRED. Sommartid firas här friluftsgudstjänster. Platsen används också för vigslar och dop eller för gemensam eller enskild meditation.



Åke och Ingvar vid stenen PAX.



Kåseberga by ligger i Valleberga socken. Från Kåseberga leder en gångstig med brant stigning till Ales stenar, ett välbesökt turistmål.



Ales stenar eller Kåsebergaskeppet är Sveriges största skeppssättning och medelst kol-14-metoden daterad till omkring 600 e. Kr. Skeppssättningen ligger på Kåsebergaåsen, 32 m över havet, och består av 59 stora stenblock som vardera väger ca fem ton. Den är 67 meter lång och 19 meter bred.



Bland alla turisterna ser vi bl.a. Börje i samtal med Åke och ett stycke därifrån Ingvar och vår duktiga och pålästa guide, Lisbeth Nilsson.



Eftermiddagsfika (bryggkaffe, läsk, äppelkaka och vaniljsås) på café Sågmöllan i Kivik, ett av de äldsta caféerna på Österlen. Det öppnade 1939 och har kvar samma möblemang. Mellan 1874 och 1920 var här mjölkvarn och sågverk. Kjell-Åke och Kicki låter sig väl smaka. Liksom Bertil, Kestin och Berit.



På Sågmöllan fanns också ett galleri: dockor (vuxna personer) i dräkter/klädnader från bronsåldern (2000–1000 f. Kr.). Konstnär: Andrea Neuser.



Vår ordförande Kristna och hennes Ulf ser ut att trivas med tillvaron!

Guldklubben Skånes årsmöte – 23 augusti 2021

Martin Landahl, som 2019 (se Länken 2020) fick Riksidrottsförbundets förtjänsttecken – den högsta utmärkelse som delas ut inom svensk idrott – berättar här varför Ingvar Carlsson fick vänta med att mottaga priset. – Red.

2019 fick jag på Riksidrottsförbundets årsmöte i Jönköping mottaga RF:s förtjänsttecken – en nål och ett diplom – för mångårigt kassörskap i MFK. På riksidrottsmötet i maj i år skulle Ingvar Carlsson få mottaga RF:s förtjänsttecken för mångårigt arbete inom skånsk skidsport, men mötet hölls på grund av pandemin digitalt, vilket innebar att inga förtjänstteckenmottagare kunde vara på plats. Samtliga skånska mottagare inbjöds emellertid till Guldklubben Skånes årsmöte den 23 augusti i Höör, där distriktsidrottschefen Patrik Karlsson delade ut förtjänsttecken till de förtjänstteckenmottagare som var närvarande, bl.a. till Ingvar Carlsson, som erhöll förtjänsttecknet för mångårigt arbete inom skånsk skidsport.

Så här uppskattande yttrade sig Patrik Karlsson om Ingvar:

”Här ett hjärta som slår för skidor trots att han bor i oftast snöfattiga Malmö. Det har blivit 50 år som idrottsledare för vår skånske jubilar. Hans föreningar är Kvarnby IK (fotboll) och Malmö Frisksportklubb där han fungerat lite som ”allt-i-allo” i klubbarnas olika kommittéer. Favoritidrotterna är löpning och skidåkning och hans bästa idrottsminne är när han blev Vasaloppsveteran efter att 1999 ha fullföljt 30 lopp. Andra trevliga minnen är ”Vasaloppen” i Kina 2006 och Minnesota 2008 och 2016. Idrottsledare som han haft förmånen att träffa och som han gärna skulle vilja återse är legendariske skidåkaren/ledaren ”Mora-Nisse”. På den efterföljande middagen skulle då bjudas spaghetti och köttfärssås. När han sätter sig framför TV:n vill han gärna serveras nyheter. Och så sport förstås.”

Guldklubben Skånes årsmöte hölls på stiftsgården Åkersberg i Höör. Det var ett trettiotal som hade kommit till mötet. Guldklubben är en ideell förening som erbjuder medlemskap åt dem som fått RF:s förtjänsttecken bosatta i Skåne. I år firar klubben 10-årsjubileum.

Det hela började med kaffe, så man fick tid att hälsa och prata och bekanta sig med de andra årsmötesdeltagarna. Därefter hölls själva årsmötet. Sist delades förtjänsttecknen ut till årets tio skånska mottagare.

Efter årsmötet var det dags för en bouletävling på Jeppavallen. Individuellt segrade Lars-Olof Stålner från Bromölla, som aldrig spelat boules tidigare! I lagtävlingen ingick Ingvar i det segrande laget!

Dagen avslutades med en härlig middag. Därefter skildes vi åt överens om att vi haft en trevlig dag. Ingvar och jag hade sedan en behaglig hemfärd till Malmö genom ett skånskt vackert sommarlandskap.

Martin Landahl



Ingvar Carlsson, eldsjäl, Vasa-loppsveteran, hedersmedlem, visar med glädje och stolthet upp Riksidrottsförbundets förtjänsttecken – den högsta utmärkelse som delas ut inom svensk idrott.

Skidåret 2021

Skidåret 2021 kännetecknades av olika restriktioner för tävlingsverksamheten i längdskidor. Det sågs från centralt håll farligt att tävla för juniorer och äldre i längdskidor. Ett undantag var elit. Träningsverksamheten ansågs vara nyttig för alla, men det gällde att hålla avstånd. På längdskidor finns det alltid ett naturligt avstånd på minst två meter, om man åker i samma skidspår. Längdskidorna är ju cirka två meter långa för de flesta av skidåkarna. Jag kunde under vintern konstatera följande: Det var populärt att åka längdskidor. Förutom att åka skidor, behövde vissa promenera vid skidspåren. Andra behövde motionera sin hund i skidspåren och vissa åka pulka i dem m.m. Således borde faktiskt risken för smittspridning vara betydligt större i tränings-sammanhang än i en väl organiserad mindre längdskid-tävling! Dock vill jag betona att rekommendationerna var till för att följas.

Skidåkare som löste FIS-licens, kunde få tävla, om de hade tillräcklig konkurrenskraftig FIS-ranking jämfört med sina konkurrenter. En förutsättning till var att man lade ned minst ett årligt halvtidsarbete på sin idrottsliga satsning. Man kan således konstatera, att ordet elit är "tänjbar". I friidrott hade däremot krävts 31:15 på 10 000 meter för att kallas elit bland herrar.

Glädjande nog kunde man lägga till ytterligare ett "medaljår" i Vasaloppsveckan. För de flesta som inte var kvalificerade för Vasaloppets elit gällde Vasaåket. Det kunde genomföras på hemmaplan eller på plats från den 12/2 till den 7/3. Mitt Vasaloppsresultat 2020 räckte till för att få starta under Vasaloppssöndagen. Jag var ensam i MFK, att åka loppet under den dagen. Man hade inga nummerlappar på åket. Jag noterade att en hel del nog hade en klocka, som hade fortat sig jämfört med sin rekommenderade starttid. Det var fler än vanligt i min omgivning, som råkade använda fel skidteknik under de nio milen. Under de 90 kilometrarna för mig, rådde det en stabil temperatur kring nollan, soligt och hård nordlig vind. Underlaget var isigt. I huvudsak färdades jag utanför spåren, eftersom det gick trögt i spåret. Det låg lössnö, barr och diverse skräp i spåren. Lite egendomligt kan det tyckas vara att åket kunde vara seedningsgrundande till Vasaloppet 2022, trots att det bara var ett åk utan officiella tider.

Restriktionerna lättades upp under sommaren. Den 10/8 arrangerade IFK Helsingborg DM 20 km i klassisk stil med masstart i rullskidor på Ring Knutstorp i perfekta förhållanden. Det blev faktiskt årets för-

sta DM-tävling med komplett klassindelning i skidsporten i Sverige! Ett DM-silver blev det för mig och tävlingen genomfördes med lånerullskidor med rullmotstånd tre. Antal deltagare: 54.

Den 3/10 avgjordes Åsracet med DM i klassisk stil i "backrace" med målgång i Stenestad. Deltagarantalet summerades till 44 och deltagarna fick en frisk motvind i det 9 km långa loppet. För egen del blev det ett brons och jag var 20 sekunder från ett silver.

Årsmötet i Skånes Skidförbund ägde rum den 28/10 i Backagården utanför Höör. Från Malmö Frisksportklubb deltog Ingvar Karlsson och Ulf Selin som föreningens representanter. En stor överraskning för min del blev, att jag tilldelades en glastrofé för 30 vunna prestationsmedaljer i Vasaloppet. Jag har 32 stycken och är framgångsrikast hittills i Skåne med den skörden.

Nils-Arvid Olofsson

Vasaåket 2021

Vasaåket 2021 var ett alternativ till Vasaloppet elit 2021 för dem som inte gavs möjlighet att genomföra det vanliga Vasaloppet, vilket var begränsat till 400 deltagare på grund av Coronapandemin. Man hade möjlighet att köra mellan Sälen och Mora eller på valfri plats. Deltagarna körde utan nummerlapp och fick ingen officiell tid.

Deltagare från MFK:

28/2
Kim Flygenring

1/3
Ted Ovenberger
Lars Petersson
Paul Rengbo

6/3
Liwa Hjortsberg
David Persson
Marcus Røjens

7/3
Nils-Arvid Olofsson

Årets skidsäsong på Romeleåsen

Vinterns skidsäsong i södra Skåne blev kort men desto intensivare på Romeleåsens golfklubb som var en av de platser där det kunde köras upp skidspår delar av tiden från 16 januari och en månad framåt. MFK spårade även i år i samarbete med golfklubben såväl 1 km-, 2 km- och 5 km-spår på Romeleåsens golfbana och åkarna tippades om att swisha spårningsbidrag till MFK:s konto.

Skidsektionens ordförande Anders Eriksson hjälpte klubbens skidspårare Anders Ödlund med att ploga ihop snö till en spårbädd där man sedan kunde köra upp själva spåren till premiären fredagen den 15 januari. Premiärspåren höll även över lördagen, söndagen och måndagen för att sedan försvinna i tisdagens duggregn. 6 500 besökte Romeleåsens golfbanas hemsida på Skidspår.se de här dagarna.



Anders Ödlund och Ingvar Karlsson i skidspårartagen. – Foto: Ulf Selin.

Tisdagen den 2 februari hade det åter kommit så mycket snö att Anders Ödlund kunde ploga ihop en spårbädd för såväl 1 km-spåret som för 5 km-spåret. Tyvärr blåste det också samtidigt så hårt på vissa utsatta ytor att snön försvann helt och hållet där och vi fick försöka att skotta i så gott vi kunde. Efter ytterligare iskottning så kunde Anders köra upp riktigt fina spår inför helgen 6–7 februari. Den på sina ställen hopblåsta nysnön orsakade också problem i backen upp mot golfbanan.

På måndagen den 8 februari kom det nysnö och spåren blåste igen på stora delar och blåste bort på andra särskilt utsatta ställen. Nu fick Vasaloppsveteranerna Ingvar Karlsson och Ulf Selin visa att de inte bara tränat skidåkning utan även snöskottning. På det viset skapades möjlighet till en spårbädd hela vägen för både 1- och 5-km-spåret som Anders Ödlund sedan kunde spåra med Ingvar Karlsson där bak på spårkälken tisdagen den 9 februari. Efter ytterligare iskottning av snö på torsdagen på de ställen där snön åter blåst bort fanns utmärkta, oftast dubbelspår, till helgen 13–14 februari. Nu öppnade också golfklubbens nye krögare restaurangen för fika och enklare rätter. Spåren höll ganska bra fram till onsdagen den 17 februari och på torsdagen hade snöfattiga delar av spåren smält bort och årets skidsäsong på Romeleåsen var över.

Totalt besöktes Romeleåsens golfbanas hemsida på *Skidspår.se* av 25 000 personer under en månad vilket var lika många som för Bockatorpet utanför Kristianstad. Flest besökare i *skidspår.se* i Skåne hade Hjärnarp på Hallandsåsen med över 50 000 besökare. Åkarna, som kom till Romeleåsens golfbana, visade sin tacksamhet för skidspåren genom att swisha totalt över 20 000 kronor till MFK:s konto under tiden 15 januari–15 februari.

Samtidigt som vi liksom tidigare hade ett bra samarbete med såväl golfklubbens nya ledning som banchefen, så uppmärksammades åter de sedvanliga problemen med plogning och sandning av vägen upp till golfbanan och parkeringsplatserna. Golfbanan har beslutat att försöka förbättra detta till kommande år mot att besökarna får betala en parkeringsavgift.

Ulf Selin

Rapport från en cykel

Cykelsektionens verksamhetsberättelse för år 2020

Undertecknad har tränat med Klubben Cyklisten tisdagar, torsdagar, lördagar t.o.m. mars. Sedan började uteträningen: 6–7 mil mitt i veckan, max. 15 mil lördagar. Alla motionslopp inställda, så årets träningsmil blev bara 705.

Den 21 september cyklade Göran Svensson och undertecknad en långtur. Första pausen i Röstånga efter 5 mil. Då dök mina borttappade husnycklar upp! De hade legat i ett litet fack i ryggsäcken sedan 2013, då jag cyklade till Gotland. Andra pausen i Örkelljunga på ett kondis. Svårt att hitta rätt väg efter pausen, så det blev 1 mil extra. Hishult, Knäred, Mästocka. Framme i Simlångsdalen 16.30, där vi övernattade på ett hotell.

Kl. 08.30 bar det iväg igen. Tönnersjö, Öringe, Veinge, Laholm, Skottorp, Östra Karup. 3 km uppför gamla E6. Paus vid motellet där vi åt och drack. Härliga 6 km ner till Margretetorp.

I Ängelholm var det mycket vägarbete, så det var lite bökiigt att komma igenom. Varalöv, Hasslarp, Väla by och Helsingborg. Det tog oss 1½ timme att komma igenom staden! Aldrig mer! Dåligt skyltat!

Råå, Rydebäck på smala cykelvägar, lång uppförsbacke till Glumslöv, där vi tog en paus. Nerför 4 km och runt Landskrona också på cykelvägar. Häljarp, Saxtorp, Löddeköpinge och Lomma. Hemma kl. 17.00. 325 km!

Två härliga dagar, medvind hela tiden. Varmt och soligt. Många sköna uppförsbackar. De varar längre!

Fortsatte uteträningen. Sista träningsdagen den 21 december.

Leif Andersson

Rullskidor – DM 2021



20 km Rull Knutstorp 10/8

2 Nils-Arvid Olofsson H 55 MFK 01:09

9 km Åsracet 3/10 (med DM-status)

3 Nils-Arvid Olofsson H 55–H60 MFK 37:28

Lite klubbhistoria: Bokskogsrundan
Vykort och affisch från 2008 av Kjell Wihlborg,
medlem både i Helenhoms IF:s orienteringssektion och MFK
och initiativtagare till tävlingen

MFK arrangerade Bokskogsrundan i imponerande 38 år: 1973–2008. Tävlingsdag: 1 maj. Tävlingsplats: Torups Friluftsanläggning. Banlängd: 11,2 km. Bansträckningen var i princip densamma genom åren. ”1973 var det premiär med 195 startande. 1982 infördes fullständig klassindelning och 1987 var det premiär för lilla Bokskogsrundan, 2,2 km för ungdomar upp till 16 år. 1986 skänktes hela behållningen till Cancerfonden (8000 kr). Bokskogsrundan utsågs till 1989 års bästa arrangemang av Skånes Veteranklubb” (citerat efter Historik på MFK:s hemsida).

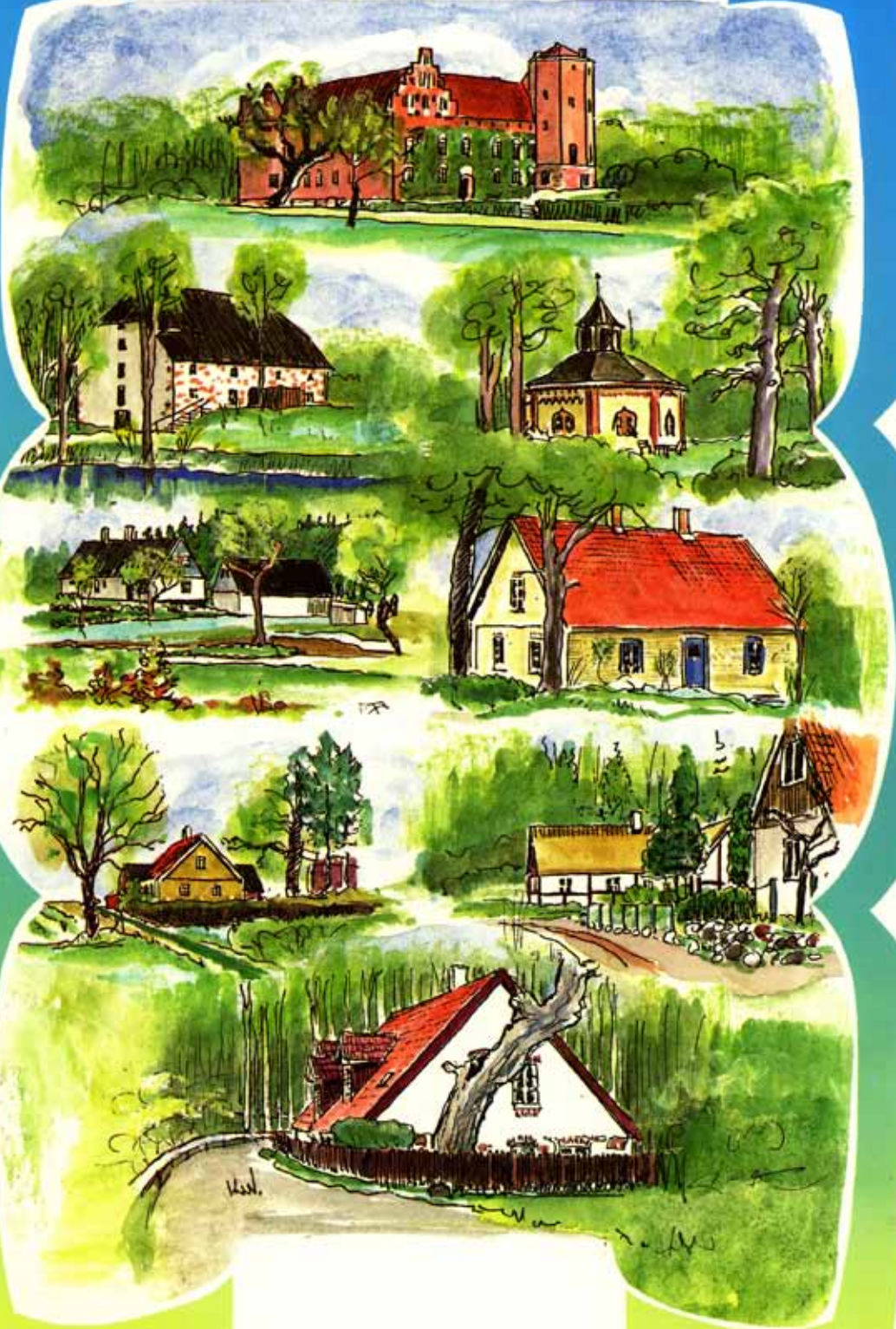
På MFK:s hemsida finns samtliga resultat samlade från alla klasser.

Bokskogsrundan ”lever” på sätt och vis än. Den 1 maj brukar ett antal MFK:are (med fika) träffas för vandring i Bokskogen, varvid man vandrar (ett antal kilometer) längs stigarna i Bokskogsrundan.

Lars Svensson



BOKSKOGRUNDAN



Arr. Malmö Frisksportklubb

Malmö Frisksportklubb



Roskildevägen 7, 217 46 Malmö

Ingång från Carl Gustafs väg (källaringång)

Tel. (och fax): 040 – 98 22 01

Plusgiro: 24 76 91 – 9

Internetadress: www.frisksportmalmo.se

Webmaster e-postadress: anders.persson@frisksport.se

Medlemsavgifter:

Ungdom: 150:- t.o.m. 20 år

Familj: 500:- (ej barn över 20 år)

Senior: 400:- fr.o.m. 21 år t.o.m. 64 år

Pensionär: 250:- fr.o.m. 65 år (Pensionärspar: 400:-)

TORS HAMMARE I EN SOLRING ÄR
DE SVENSKA FRISKSPORTARNAS SYMBOL.
FRISKSPORTSRÖRELSENS MOTTO ÄR:
EN SUND SJÄL I EN SUND KROPP.

Därför propagerar vi i MALMÖ FRISKSPORTKLUBB för

- FRILUFTSLIV OCH MOTION
- ENKEL OCH FULLVÄRDIG KOST
- ENKEL GEMENSKAP I STÄLLET FÖR KOMMERSIELLA NÖJEN
- RIKARE KULTURLIV
- AVSTÅNDSTAGANDE FRÅN ALKOHOL, TOBAK OCH ANDRA DROGER

I klubblokalen på Roskildevägen 7 träffas vi för klubbträffar, studiecirklar m.m.

Av aktiviteterna kan nämnas:

- LÅNGLÖPNING • SKIDÅKNING • RULLSKIDÅKNING
- LANDSVÄGSCYKLING • FRILUFTSLIV OCH MOTION
- VANDRINGAR • FÖREDRAG • STUDIECIRKLAR

Vintertid preparerar klubbens spårgrupp skidspår på ett flertal ställen i Malmö med omnejd, bl.a. på Bulltofta, i Bokskogen och på Romeleåsens golfbana i Dörröd.

En och annan medlemsfest hör också till bilden.

Gillar du vårt program, så är du välkommen i vårt glada lag!

Kontaktpersoner

För ytterligare information om klubbens verksamhet, tag kontakt med:

Lena Hansson tel.: 0708-49 95 75 eller Ingvar Carlsson tel.: 0706-49 76 08.