

Lönashult Golf

Föreningen bildad av bygdens folk 1947

Föreningen som är för alla oss, som vill hålla oss i form

Skidor – Rullskidor



Löpning



Styrketräning



Triathlon



Årsberättelse för 2020

Styrelsen har under året varit följande

Ordförande:	Sven-Arne Svensson
Kassör:	Åke Nyberg
Sekreterare:	Per-Elis Svensson
Suppleanter:	Niklas Svensson, Yngve Lund
Övriga ledamöter:	Bernt Södersten, Ingemar Lindström

Revisorer:	Åke Karlsson och Åke Johansson
Friidrottssektionen:	Åke Nyberg, Anders Svård, Niclas Georgsson, Johan Stark

Skidsektionen:	Per-Elis Svensson, Niclas Georgsson, Bernt Södersten, Niklas Svensson
----------------	---

Kommittén för elljusspåret
Niklas Svensson, Per-Elis Svensson, Sven-Arne Svensson

Inkomster			Utgifter		
Ver nr	Beskrivning	Summa	Ver nr	Beskrivning	Summa
10	Räntor	0	100	Bankgiroanslutning	250
11	Bidrag	14356	101	Hyror, idrottshallen	715
12	Reklamskylt elljusspår	6500	102	Annonser	200
13	Medlemsavgifter	9650	103	Arrenden	1767
14	Sponsring	300	104	Elförbrukning	9699
15	AB Svenska spel	2156	105	Försäkringar	2835
16	Bingolotto	1222	106	Startavgifter	0
17	Hyror	585	107	Priser	1438
18	-	0	108	Avgifter friidrotts o skidförbund	6630
19	Återbäring Länsförsäkring	0	109	Tommys Ica	1230
20	Anmälningavgifter, evenemang	750	110	Elljusspåret	0
21	Servering, lotter mm	0	111	Idrottsmaterial	0
22	Mässor	0	112	Gym	22431
23	Idrottskläder	3150	113	Övriga kostnader, idrottskläder, jubileumsfest	4570
24	Gym, träningskort	9300	114	Lån	
25	Vasaloppet, inbet resan	9000	115	Räntor	
26	Gym övrig inbet	3450	116	Vasaloppet resan	9000
Summa		60419	Summa		60765

Behållning 2019	59205
Utgifter 2020	60765
Inkomster 2020	60419
Resultat 2020	58859

I kassan

45 kr

Vasaloppet 2020

Snabbaste Kronobergska från Lönashult GoIF GRATTIS Sofie !

Resultat

Damer

204:e plats Sofie Stigsson 7:39:48. 6:te
1247:e plats Charlotte Fransson 11:03:42. 2:a

Herrar

2315:e [Simon Svensson](#) 7:00:35. 2:a
5903:e plats Ingvar Rendell 8:57:25. 14:de
7203:e plats Daniel Samuelsson 9:44:09. 6:te
7769:e plats Klas Svensson 10:12:29. 10:de
9283:e Bernt Söderstén 11:28:33. 37:de
Stort grattis till alla som nådde målgången detta år



Simon Svensson intervjuvad under Vasaloppet

Årefjällsloppet 14 mars 2020

Inställt men preparerat för åkning utan tidtagning

Annette Petersson åkte det i år då utan tidtagning.
Spårat och pistat hela 55 km.

👍 Annette P



Annette efter loppet

KM Löpning 21,1 km 2020

I corona tider är de flesta lopp inställda. Med löpsugna medlemmar, tidigare hade vi vårt klubbmästerskap till idag, normalt har vi det på hösten. Dit är ju många lopp flyttade.

Årets Klubbmästerskap 21km genomfördes i helt ok löpar temperatur men dock väldigt blåsigt och delvis även regn. Det blev ett rejält klubbrekord, grattis Kevin Lejon.

Resultat

1. Kevin Lejon	1:15:53
2. Johan Stark	1:20:16
3. Simon Svensson	1:22:55
4. Niclas Georgsson	1:24:40
5. Patrik Stark	1:25:24
6. Pär Möllmark	1:25:55
7. Rasmus Svensson	1:38:01
8. Martin Fransson	1:38:43
9. Jan Lejon	1:41:39
10. Kristoffer Georgsson	1:45:46
11. Jessica Georgsson	1:45:46
12. Daniel Samuelsson	1:49:45



Öland marathon 2020. 25 juli 101 anmälda 73 kom i mål.

Här kommer några rader om mitt lopp.

Hälsningar Mia Oskarsson

När säsongen inte blir som planerat p.g.a. corona blir man extra glad när det faktiskt dyker upp ett lopp som blir av. Tyvärr påverkades även min säsong negativt av en inflammerad slemhälsa i foten, så formen var inte vad den borde. Men ett lopp som blir av, kanske inte får fler chanser i år? Jag anmälde mig på vinst och förlust till Ölands Marathon den 25 juli. Solens och vindarnas ö levde upp till sitt namn. När starten gick kl.15 i Löttorp var det strålande solsken, 23 grader varmt och till en början svalkande motvind. Ölands marathon bestod av en slinga inne i Löttorp på drygt 2km och en slinga på ca 11km som gick ut till havet via Alvedsjö och sedan tillbaka genom Gudesjö. Den långa slingan löptes 3ggr och den korta 4ggr. Banan var flack och naturen runt omkring underbar. Känslan var helt enkelt fantastisk. Visst var de sista kilometrarna en utmaning, som de ska vara. Där motvinden inte endast upplevdes som svalkande utan även som en vägg. Men tänk att det blev ett Marathon även den här säsongen.

Mitt första i Lönashults färger 🍋🍓🍋 Jag springer för att det är kul inte för resultatet och jag hoppas på fler lopp för min gulsvarta klubb!

Hälsningar

Mia Oskarsson

Tid 3:51:49 2:a plats i K40 GRATIS



Triathlonträning i Hulevik

Nu var ju detta en träning men vi klockade liter tider ändå.

Simning 500 m (badplatsen - hamnen) tor

Cykla 32 km (badplatsen - Skatelövs ka) tor

Springa 8 km (badplatsen - över Ramnaberg) tor

Nu var ju detta en träning men vi klockade liter tider ändå.

Kevin Lejon 9:50 - 59:00 - 1:30:48

Simon Svensson 9:48 - 1:05:20 - 1:41:25

Mikael Bergqvist 9:28 - 1:02:50 - 1:44:34
Stefan Eriksson 9:20 - 1:08:40 - 1:52:00
Jan Lejon 13:40 - 1:09:00 - 1:54:55
Linda Eidevåg 10:04 - 1:19:00 - 2:02:20

Stockholm Marathon Virtuellt

Lördagen 5 september i dessa Corona tider sprang vi på hemma plan "Benestad marathon" på en flack bana runt Benestad byn samt ned till Lästa och vände, 2 varv

Johan stod för farthållningen, Kristoffer o Niclas hängde på i det härliga löpvädret. Jessica fick sällskap av sin moder på cykel. Kristoffer sprang för sub-3 och Jessica för sub-4, dom lyckades med marginal, stort GRATIS.

Gick lite för fort för Niclas så slog av på farten vid 17 km, hade siktat på 3:10-3:15 så nöjd med dagen. Johan vara hare idag, skötte sig utmärkt, efter oplanerat stopp i skogen kände han sig stark idag och lyckades komma ifatt Kristoffer vid 38 km. Han spurtade ifrån sista biten in i mål, super Johan.

Resultatet

Johan Stark	2:56:50
Kristoffer Georgsson	2:56:54 (pers men 13 min)
Niclas Georgsson	3:06:11
Jessica Georgsson	3:51:08 (1:a marathon)
Under fredagen sprang även Jan runt Växjö	
Jan Lejon	4:34:59



Fr vänster: Jessica, Niclas, Kristoffer, Johan



Karlshamn Triathlon 2020

Karlshamn Triathlon 5/9 i Asarum

Olympisk distans: (1500 simning, 4 mil cykel, 10 km löpning)

4:a	Pär Möllmark,	tid <u>2.08.56</u>
22:a	Håkan Forsman,	tid <u>3.49.46</u>

Lönashult Joggen 2020

Idag söndagen den 20 september klockan 16.00 gick starten för Lönashult Joggen. Gå lunka eller spring gällde i det fina elljusspåret, start gick vid klubbstugan.

De över 12 år tog två varv, övriga får nöja sig med ett varv
Priser lottas ut samt korv serverades till alla som deltog.

Vuxna (2 varv)

Rasmus S de Faire	15:19
Margareta Svensson	35:50

Per Svensson	20:56
Niklas Svensson	21:20
Marie Sjökvist	35:51
Jan Karlsson	21:56
Ola Lindström	25:06
Sofie Lindström	29:35
Ellen Lindström	25:07
Anders Svärd	21:07

Barn (1 varv)

Anna-Maria Nyberg	19:56
Olle Carlsson	6:15
Nora Lindström	19:13
Viktor Lindström	10:49
Justus Arvidsson	10:50

Lidingöloppet "Virtuellt"

Norrälänningen har pannben av stål !

I måndags 28 september genomförde Bernt Söderstén sitt 40:de Lidingölopp på originalbanan på Lidingö, där han sprang ensam i dessa corona tider, brukar ju ha flera tusen i vanliga fall som sällskap.

I och med det genomförde han även sin 39:de klassiker mer än imponerande! Endast 2 st personer som gjort fler klassiker.
STORT GRATIS



Bernt efter loppet

Klubbmästerskap 10km

Dagen bjöd på regn men behaglig temperatur så publiken bjöds på riktigt fina tider.

1:a Johan Stark	36:23 PB
2:a Kristoffer Georgsson	37:37 PB
3:a Patrik Stark	38:10 PB
4:a Niclas Georgsson	38:49
5:a Tobias Johansson	39:09 IK Hallby
6:a Stina Petersson	42:58 IKHP
7:a Daniel Samuelsson	46:18
8:a Leif Gustavsson	52:48
9:a Louise Gustavsson	53:45
10:a Åke Nyberg	56:11

Barn

1:a Elin Johansson 4:34
Stort grattis till alla



Öppet KM Rullskidor 2020

10:00 idag 31 november gick starten för årets klubbmästerskap vid Ålshult Handelsbod norrut med vändning vid Getnö tillbaka ca 15 km, på asfalterade vägar, med god uppslutning

Resultat		
Patric Smedberg	39:27	ESC
Johan Lindh	39:50	Brittatorp TK
Bernt Söderstén	47:58	KM H1
Bengt Olsson	48:30	OK Gyngö Osby
Hans-Åke Olsson	48:35	Härlöv IF
Håkan Stigsson	48:55	KM H2
Tobias Johansson	48:59	IF Hallby
Daniel Samuelsson	56:18	KM H3
Per-Elis Svensson	56:36	KM H4
Annette Petersson	57:38	KM D1
Klas Svensson	1:00:21	KM H5
Sven-Arne Svensson	1:06:10	KM H6
Härligt rullat alla		

Följ oss även på Facebook

Lönashult Golf har under året blivit sponsrade av följande genom reklamskyld vid elljusspåret

Carlsson Hissteknik
Lönashult Taxi
Lönashult Bilservice
Salong Agneta
Skatelöv o V Torsås S-förening
ICA Nära Tommys Livs
Sparbanken Eken
Team PTL

Bli medlem i

Lönashult GoIF

Avgifter för år 2021

Enskild verksam: 100kr

Familj: 150kr

Passiv o ungdom: 50kr

Bankgiro: 360-3735

Synpunkter på hemsidan?

E-posta dom till: lonashultgoif@gmail.com

Lönashult GoIF är medlem i
Svenska och Smålands Friidrottsförbund
Medlemsnr 2911-16
samt

Svenska och Smålands Skidförbund
OBS from 2017, även medlem i Svenska Triathlonförbundet
Medlemsnr: 2911-66

Rapportera gärna in vilket lopp du har genomfört.

Har du flyttat eller ändrat din e-post? Informera oss på e-post: lonashultgoif@gmail.com

Har du som medlem i Lönashult Golf gjort jubileumslopp? 10, 20, 25, 30 eller 40år

som Vasaloppsåkare eller Stockholm Marathon-löpare. Rapportera in det till e-post: lonashultgoif@gmail.com

Styrelsen vill härmed tacka alla som har gjort en insats för att få ett bra verksamhetsår 2020. Ett särskilt tack till våra mycket duktiga idrottsutövare som även i år visar att det finns vilja att prestera och vara igång.

Tack vare dem kan vi se fram emot nya och spännande tävlingar med många kamper under 2021. Vill också passa på att tacka våra sponsorer. Gynna de som gynnar föreningen.