

AAM til stævne på Frederiksberg torsdag den 24. august

Hvis du har travlt og kan nøjes med de hårde facts, så kan du se resultatlisterne [her](#).

Hvis du gerne vil læse mere om vore unge atlethers præstationer og om stævnet, og om hvad der skete i cheftrænerens bil på vej hjem fra stævnet, så læs den mere fyldige beretning nedenfor.

AAMs unge atleter var i topform på Frederiksberg

Det var en stor flok på 18 unge atleter fra Allerød Atletik og Motion, der den 24. august dystede på Frederiksberg Stadion med 100 andre unge fra Amager, Bagsværd, Brøndby, Frederiksberg, Greve, Hvidovre og København. Vore unge atleter havde 58 starter i løbet af aftenen, og der var både kampglæde og kammeratskab over hele linjen på denne dejlige sommeraften.

Det blev til flotte resultater med mange TOP 3 placeringer, og endnu vigtigere med rigtig mange personlige rekorder, nemlig 26.

8-9 årsgruppen (Gabriel, Alexander, Oliver og Tobias)

De fire drenge viste som sædvanlig vejen frem, ved alle at være i den bedste halvdel i alle deres discipliner. Oliver satte ikke blot PR med 6,82 sek på 40 m, men fik en også en flot førsteplads i det 13 mand store felt. Alexander trådte i sit snørebånd, men fik alligevel en tredjeplads, og Gabriel og Tobias fulgte kort efter. Tobias havde stævnedebut og fik i kuglestød en flot 5. plads med 4,42 m, men kunne dog ikke nå de erfarne Alexander og Oliver, som præsterede henholdsvis 5,06 og 4,47. Gabriel på 8 år blev i sin årgang på 40m og længdespring kun overgået af en dreng fra Amager. Næste år vil Gabriel være i ældste aldersgruppe i sin 8-9 årsgruppen årgang, og her betyder 1 år meget.

10-11 års gruppen (Anna, Johannes, Lauge og Rasmus)

Anna havde en flot stævnedebut med 10,03 på 60 m, 3,48 i længdespring og kom i mål på den meget anstrengende 600 m på 2.21,08. Johannes klarede samme distance på 2.21,16, så her kan vi se frem til nogle meget spændende opløb mellem Johannes og Anna. Lauge og Rasmus viste endnu en gang flot fremgang med personlige rekorder i længdespring og 60 m, og Johannes satte PR i kuglestød.

12-13 års gruppen

Pigerne – Afina, Asta, Cecilie og Hannah – har alle vist stor fremgang i sæsonen og denne aften på Frederiksberg viste resultaterne sig. Asta fik med en tid på 11,58 sekunder en tredje plads på 80 m - kun en hundrededel af et sekund fra andenpladsen - og sprang 4,44 m i længdespring ind på en andenplads. På 600 m løb Afina ind som nr 2 med en tid på 2 minutter og 3,93 sekunder, og vel at mærke med Asta og Hannah lige i hælene på følgende pladser. I højdespring er det normalt Cecilie, som bringer os højt op på resultatlisten, og hun startede også fint til og med 1,15, men på 1,20 måtte Cecilie udgå efter at være

landet på overliggeren. Det gør ondt, men heldigvis kom Cecilie over det, og var klar til de følgende discipliner., bl.a. til den afsluttende 4 x 200 meter stafet. Se nærmere om stafetterne nedenfor.

Drengene – Emil, Mads, Lukas, Johannes og Malte - viste virkelig flaget for AAM på Frederiksberg den aften. Mads, vores dygtige højdespringer, klarede de indledende højder med masser af luft til overliggeren, og hvis han klarede 1,35 m, ville det betyde personlig rekord. Det klarede Mads fint og højden blev sat op til 1,38. Her blev det først til 2 nedrivninger, men i tredje forsøg kom Mads over, dvs forbedret PR. Overliggeren bliver sat op til 1,41, som Mads klarer i første forsøg. Sådan!

Trods gode forsøg på 1,44 lykkedes det ikke Mads at komme over de 1,44 i denne omgang. Men Mads havde sin PR på 1,41 m hjemme. Meget flot.

De flotte resultater sluttede ikke med det. Malte vandt 80m i 11,44, endda uden at sætte PR. På 600 m blev Johannes blev nr 2. med imponerende 1.54,60 (PR) og Mads kom med 1.59,03 også under de 2 minutter.

Emil satte PR på 80 m, og Lukas havde en flot stævnedebut med PR på både 80 m og højdespring.

Spydkast er en meget vanskelig teknisk disciplin, og i konkurrencer tæller et kast kun, hvis spyddet rammer jorden med spidsen først. Begyndere vil vide, at det bestemt ikke er nemt. Her stillede vi op med tre drenge, der mester teknikken. Mads fik en flot 2. plads med 23,48 m, Lukas en lige så flot 4. plads med 19,18 m, og Malte fik spyddet ud på 16,28.

14-15 år (Smilla)

Smilla var 'fit for fight', men efter en tangering af sin PR i længdespring (3,61 m) og en PR på 100 m (15.09 sek) måtte hun give op. En gammel skade i låret gav kraftige smerter.

Stafetterne for 12-13 årsgruppen

For første gang i flere år stillede vi med stafethold, endda hos både pigerne og drenge og sikke to hold, vi kunne stille. Stafetløbene – denne aften 4 x 200 m – er traditionelt de sidste discipliner ved et stævne, og vi fik en forrygende afslutning. Mørket var så lidt ved at falde på, og der var kun en fin afdæmpet belysning på stadion.

I drengenes stafet var AAM op imod to stærke hold fra Frederiksberg og Hvidovre. Johannes startede og lagde allerede her på første tur afstand til de to andre hold, gav depechen videre til Lukas, som igen gav den videre til Mads. Både Lukas og Mads lagde lidt yderligere afstand til forfølgerne, inden Mads overdrog depechen til Malte, og så blev der sat turbo på de sidste 200 m. Malte/holdet kom i mål på imponerende 2.04,80 for de 800 m, mere end 60 m foran den nærmeste forfølger.

Så var turen kommet til pigernes stafet som den sidste øvelse ved stævnet. Her var AAM i konkurrence med to hold fra Frederiksberg: FIF 1 og FIF 2. Her viste vore fire 12-13 årige piger et flot løb. FIF 1 lagde sig hurtigt i spidsen og holdt sig der. På vores hold startede Afina i fin stil, og lagde FIF 2 bag sig, Cecilie tog over og holdt placeringen, afleverede til Hannah, som det også lykkedes at holde FIF2 bag sig, og afleverede depechen til Asta, som nu skulle kæmpe mod FIF 2s suverænt bedste løber, som da også åd sig ind på Asta på de første 100 m, men på de sidste 100 m skruede Asta tempoet op og holdt afstanden. Det var ved at være halvmørkt, og som Asta bemærkede: "Jeg kunne jo hele tiden se hendes skygge, og sikre, at hun ikke

kom tættere på". En flot afslutning for et rigtig stærkt stafethold, hvor vi endda har Clara i baghånden, som ikke kunne være med på Frederiksberg.

De to stafetter gav en forrygende flot og festlig afslutning på et godt stævne på en dejlig sensommeraften på Frederiksberg, hvor vi også kunne glæde os over opbakning fra en række forældre, hvor nogle allerede havde stillet op i Allerød kl. 16.15 for at kunne køre til stævnet, og andre forældre, som kom direkte til Frederiksberg Stadion efter arbejde inde i København.

En Bonuspræmie: Om at følge med i skolen, specielt matematik og McDonalds

Med i bilen på vejen hjem havde jeg Anna (træner), Smilla og Johannes K.

Johannes (10 år) har åbenbart studeret lønstatistikker ret indgående, for han kunne oplyse os andre i bilen om, at nogle af dem, der havde den allerhøjste gennemsnitsindkomst, var folk, der arbejdede med forsikringsmatematik. Johannes kunne også bekræfte, at sådan nogen hedder aktuarer.

Sådan noget forsikringsmatematik er noget meget langhåret matematik og matematisk statistik, så man kan kun blive aktuar, hvis man er god til matematik. Vi kunne derfor i bilen konkludere, at det er meget vigtigt at følge godt med i timerne allerede fra 4. klasse, også i matematik.

Så gør det til gengæld ikke så meget, hvis man en enkelt gang kommer for sent i seng efter et godt stævne på Frederiksberg og et besøg hos McDonalds. 😊

Olav Holst