



# IF FRAM

Verksamhetsberättelse 2019





## Styrelsen IF Fram

IF Fram leds av styrelsen som väljs på våren vid föreningens årsmöte.

Under senaste året har följande personer ingått i styrelsen

**Ordförande**  
**Vice ordförande**  
**Sekreterare**  
**Kassör**  
**Ledamöter**

Henrik Rosenberg  
Monika Mattsson  
Simon Sjöström  
Fredrik Björklund  
Johanna Fellman, Jens Lindholm,  
Marika Holmström, Christian  
Söderlund och Johan Emretsson  
Tommy Lundberg och Mikael Linde

**Suppleanter**



## FÖRORD

Verksamhetsåret 2019 är i nästan till ända, det har återigen varit ett aktivt och i många fall ett framgångsrikt år för våra idrottare. Vad som hänt idrottsmässigt under året hittar du längre fram.

Arbetet bakom de aktiva idrottande barnen och ungdomarna har även det varit aktivt, bland annat har det startats upp nya grupper i såväl fotboll som innebandy, arrangerats cuper/turneringar, fotbollsskola tillsammans med IFFK mm. I skidning/skidskytte, friidrott och orientering sker samma sak men i huvudsak under ÅID.

Glädjande är att antalet utövare hålls på en stabil nivå, några slutar eller går vidare till nya nivåer i andra organisationer, men med ihärdigt arbete från verksamhetsleden och våra ideellt arbetande ledare så fylls det på med nya idrottande barn och ungdomar. Just ledarbiten är ibland en svår nöt att knäcka och bristen på nya ledare kan riskera att en nystartad barngrupp måste läggas ned, och det vore en katastrof. Så här kommer ett litet rop på hjälp. Våga fråga om just du kan vara till någon hjälp. Det är otroligt skoj och givande att kunna vara med sitt barn under de första stapplande åren i dennes idrottskarriär och se framstegen som görs.

Bland alla idrottsframgångar under året vill jag nämna Saltvikstjejen och IF Fram fostrade Jenny Fellman som genom hårt uppoffrande arbete tagit sig fram till den yppersta eliten i skidskytte och krönte det med en FM silvermedalj i skidskytte för damer. Senare blev Jenny också utsedd till Årets kvinnliga idrottare på den åländska idrottsgalan. Men även fotbollskillen Konrad Emretsson som visat upp gott fotbollskunnande och nu skall spela div 2 i Sverige för GUSK. Konrad var även till Ryssland och provspelade för den ryska ligaklubben PFC Sochi, dock inget kontrakt denna gång. Samt friidrottstjejen Linn Gustafsson som i årets Öspel tog hem guldmedaljen i 4x100 m stafett på ny åländsk rekordtid.

Vi har även under året uppdaterat våra föräldrade stadgar och fått dem godkända av Patent och registerstyrelsen, och förhoppningsvis blir de också godkända av föreningens medlemmar på årsmötet.

I slutet av året meddelade vår verksamhetsledare Simon att han sökt och fått en annan tjänst, det betydde att vi stod utan en VL just när vi hade fått upp farten runt föreningen. Men lite tur hade vi med Kristian Karlsson som kunde ta över direkt och nu är det full fart framåt igen!

Ekonomiskt har vi det fortfarande stabilt, mycket tack vare en hårt arbetande styrelse och VL som försöker hålla ned kostnaderna men också gör ett otroligt jobb med att skaffa pengar genom sponsorer till föreningen. Jag kan inte nog tacka dem för de arbete dom gör på deras egen fritid och utan egen vinning.

Som tidigare år vill jag rikta ett stort tack till styrelsen, verksamhetsledaren, alla ledare, föräldrar, aktiva, sponsorer samt Saltviks Kommun som på ett förtjänstfullt sätt arbetat, tränat, presterat och på alla sätt bidragit till föreningen Frams utveckling under verksamhetsåret 2019, och som gör att vi med tillförsikt kan se fram emot ett lika framgångsrikt idrottsår 2020. TACK!

Henrik Rosenberg

Ordförande, IF Fram r.f.

## PRISTAGARE 2019

### Fotboll

Samtliga spelare i IF Fram Fotboll tilldelas ett intressepris i form av en medalj. Övriga priser enl. nedan.

#### VANDRINGSPRISER

Årets kamratpris	Benjamin Toivonen
Årets framsteg	Nova Fricker
Årets kämpe	Milian Sjölund
Årets Lirare & junior	Hela laget
Richard Danielssons	
Juniorpris	Mark Lampela
Årets Lag	P/F 08–09

#### LEDARPRISER

IFFK vandringspris  
En ledare som alltid ställer upp Jörgen Sandell

Sunds IF: s vandringspris  
Årets ledare Josef Fagerholm

Richard Danielssons ledapris  
Årets ledare Dan Jansson

### Innebandy

HERRAR	
Årets framsteg	Julius Jakobsson
Årets herrspelare	Peter Rikberg
ÅK. 5–6	
Årets kämpe	Elias Häggblom
Årets framsteg	Arne Tammi

### IF Fram Talanggrupp 2019

Conrad Emretsson	Fotboll
Jenny Fellman	Skidning
Linn Gustafsson	Friidrott





## FOTBOLLSEKTIONEN

### Sammanfattning

Syftet med IF Fram Fotboll är att så många som möjligt ska ha möjligheten och chansen att få prova på fotboll, både pojkar och flickor. Vårt mål är att ha ett lag i varje årskull. Vi vill skapa ett sammanhang där barnen ska trivas och det viktigaste är att de har roligt!

IF Fram Fotboll har haft ytterligare ett år med mycket träningar, matcher och turneringar. Lagen har deltagit i poolspelen och vinterserien på Åland samt flera turneringar som arrangeras på ön. I år fick vi även till en resa till Habo med två av lagen vilket var väldigt uppskattat bland ledare och barn!

För andra året i rad arrangerade sektionen Företagscupen på Rangsby. Ett lyckat arrangemang där flera företag kom till oss och hade en trevlig dag. IF Fram arrangerade även S-Market Fotbollsskola tillsammans med IFFK. Läs mer om dessa evenemang på nästa sida.

Sektionen vill ta tillfället i akt och tacka alla som ideellt arbetar i sektionen och lägger ner sin tid och energi i barnen och fotbollen. Ni är ovärderliga!

#### IF FRAM FOTBOLL

Sektionsansvarig Johan Emretsson

Antal lag	4 st.
Antal spelare	50 st.
Antal tränare	10 st.



### SPONSORER 2019

Renhållningen

Ålandsbanken

Godbygg

Optionva

Sussis Taxi

Ålands Skogsindustrier

Matkroken

Ömsen

Plåtslageri K. Björling

Just Fix It

Ålands Budbilsservice

Patriks Måleri

Profilhuset

Måleri A. Sorsa

Högmans Måleri

Hebo Rör

Byggkontroll

Kaski

Eriks Glas

Saltviks församling

Konsens Hus

Emretssons Byggprodukter

Kuhlmans Åkeri

Finström-Geta församling

Eckerö Linjen

## S-Market fotbollsskola

Under sommaren 2019 arrangerade IF Fram S-Market fotbollsskola tillsammans med IF Finströmskamrater på Markusböle i Finström, för andra året i rad.

Under årets fotbollsskola deltog det över 50 barn som var födda mellan 2005–2012. Vi hade flera unga och duktiga ledare som ledde engagerade barn mellan 25–27 juni i sommarvärmen.

Dagarna innehöll mycket lek, fotboll och glädje. Fotbollsskolan avslutades med flera olika turneringar inom grupperna och till sist den uppskattade glassen! Alla barn fick med sig en boll och en vattenflaska hem som pris och tack för detta år.

Nästa år kör vi igen!



## Företagscupen 2019

Den 7 september 2019 arrangerades Företagscupen i fotboll på Rangsby för andra året i rad. Till årets turnering anmälde sig nio taggade företag som sparkade igång turnering tidigt på lördagsmorgonen. Turneringen spelades på mindre planer och 5 vs 5.



Ettan och tvåan i de två grupperna gick vidare till varsin semifinal. De fyra bästa lagen var Ålandsbanken, Soltuna, Blåljusen och Ålands Företagsbyrå. Till final gick Ålandsbanken och fjolårsfinalisten Soltuna. Dock fick Getabördiga Soltuna se sig besegrade även i år då Ålandsbanken var snäppet vassare i finalen! Turneringen var väldigt uppskattad även i år och kommer att arrangeras under 2020 i samma form.





## Pojkar 2011/2012

Vårt yngsta gäng fortsatte sitt fotbollsäventyr under 2019. I den här åldern handlar allt om att ha roligt, både med och utan bollen. Vi lägger stor vikt vid mycket rörelser samtidigt som alla ska ha roligt med sina kompisar.

Under våren tränade laget i Ödkarby skola och sen på gräsplanen i Rangsby under sommaren. På hösten tränade laget i Ödkarby skola.

### 2019

Gruppen blev bara större och större ju längre året gick. När sensommaren kom hade den växt från ca. 6–7 killar till det dubbla vilket är fantastiskt roligt. Vi hoppas vi kan bibehålla laget och antalet barn även under 2019.



## Turneringar och serier

Laget spelade sina första matcher under sommaren då det arrangerades poolspel i Rangsby. Det är alltid inspirerande att se när barnen för första gången får dra på sig matchtröjan och ge sig ut i en "riktig" match för första gången. Det är mycket som blir nytt för dem, till exempel hur man slår en hörna och så vidare. Gänget hade kul och det märktes under resten av sommaren!

### Laget

Ledare i laget är Josef Fagerholm och Vivecka Karlsson.

**Spelare 2019:** Mohammad Abath, Pontus Andersson, Melker Bergman, Theo Fagerholm, Alexander Holmström, Jakob Häggblom, Wilmer Karlsson, Manuel Lampela, Adrian Mörn, Jonas Nordberg, Adrian Palmu, Vincent Palmu, Liam Welander.





## FLICKOR 2010 – 13

### IF Fram/IFFK

Laget startade i november 2018, och samarbetar med IFFK och har idag ca. 15 st. aktiva tjejer. Tillsammans har tjejerna under hösten, och vintern, deltagit i både poolserien och vinterserien.

Laget tränade under vintern i Godbyhallen och sommartid på Markusböle.



Laget

Ledare i laget är Maria Johansson, Sofia Lindström och Celine Westin.

**Spelare 2018:** Felicia Back, Mathilda Back, Tyra Fagerström, Alice Lundberg, Lina Halvakoski, Elsa Bromels, Nellie Häggblom, Senny Sjöström, Emilia Söderlund



## POJKAR OCH FLICKOR -09

### IF Fram / IFFK

Under 2019 fortsatte och utökade vi vårt samarbete med IFFK. Detta har medfört att vi haft en total trupp med cirka 30 barn.

Vi har under året haft två träningstillfällen per vecka, ett i Saltvik och ett i Finström.

Under inomhussäsongen då vi spelat med fem personers lag har vi haft tre gemensamma lag. Under utomhussäsongen då vi för första året spelat med åtta personers lag har vi haft två gemensamma lag.

Totalt har vi haft cirka 100 sammankomster under året. Sammanlagt har vi spelat över 100 matcher under året.

Vi har under året agerat bollhämtare vid en del av FC Ålands herrlags hemmamatcher. Vi har även haft gemensam träff i Rangsby skola med samarbetsövningar och korvätning. I april var vi på städtalka vid Matkroken. Vårsäsongen avslutades med gemensam träff på Notplan.

Barnens fysiska och fotbollsmässiga utveckling har tagit jätteklov framåt under året. Framför allt har dock deras personliga och sociala färdigheter utvecklats enormt då vi haft mycket tid tillsammans mellan matcherna under alla turneringar vi deltagit i.

### Turneringar och serier

- Vinterserien
- Poolspel
- Ålandstidningen cup
- Habo Honda Cup
- Träningsmatcher mot Sigtuna IF
- Killskottet
- Mariehamnscupen



**Spelare 2018:** Ben Abrahamsson, Ville Andersson, Ruben Björke, Anton Bromels, Malte Byskata, Ella Eklund, Oscar Eklund, Jonna Eriksson, Linus Eriksson, Matilda Fogner, Nova Fricker, Lukas Henriksson, Elias Häggblom, Lucas Häggblom, Agnes Jansson, Emil Jansson, Petter Johans, Oliver Johansson, Robin Jonnerby, Patrik Kallasmaa, Samuel Koskinen, Yael Krukower, Mark Lampela, Noah Masgård, Devin Mattsson, Melvin Norrgård, Konrad Sarling, Milian Sjölund, Noel Sjölund, Viking Sundlöf, Benjamin Toivonen, Albin Verho, Oliwer Öhberg

**Lagledare och tränare:** Linda Nordström, Fabienne Fricker, Dan Jansson, Sofia Sundström, Jesper Henriksson, Robert Johans, Magnus Sundlöf



## POJKAR 2007/2008

IF Fram 07/08 startade upp hösten 2013 och inledde alltså sjätte verksamhetsår 2019. Under året har laget bestått av totalt ca. 13 spelare. I laget ingår främst spelare födda 2007 & 2008, men även en kille född 2009 har ingått i truppen.

## 2019

Under året har laget totalt haft ca. 130 sammankomster med träningar och matcher.

De största sportliga upplevelserna för laget var Carrera cup 16–17 februari och Habo Cup 29–30 juni. Dessutom fick lagets spelare födda 2008 möjlighet att delta i Alandia cup även detta år i ett samarbete med Jomala IK.

Träningarna har hållits på tisdagar och torsdagar inne i Godbyhallen, Ödkarbyhallen, ute vid Rangsby plan samt i Markusböle. Fram till hösten har laget tränat tillsammans med IFFK på torsdagar. Detta för att spelarna skulle hinna lära känna varandra inför kommande FC Åland samarbete. På hösten togs sedan beslut att laget skulle ingå samarbete med IFFK och bilda ett FC Åland lag.

## Turneringar och serier

- Deltagit i vinterserien
- Deltagit i poolspel
- Carrera cup
- Åland Hotels Cup
- Majcupen
- Fyra spelare födda 2008 deltog i Alandia med Jomala IK.
- Habo Honda Cup
- Finströmscupen
- Ålandstidningen Cup



## Laget

Ledare i laget är Dick Flöjt, Jörgen Sandell och Jill Facius-Flöjt

**Spelare 2019:** Killar födda 2007 - Melvin Sandell, Felix Flöjt, Didrick Björling, Arne Tammi, Viktor Holmström, Lionel De Breuwer och Ulay Igelmund.

Födda 2008 - Benjamin Flöjt, Mauritz Eliasson, Mario Alm, Elis Brunström.

Födda 2009 – Lukas Holmström.



Föreningen har fortsatt att utvecklas även detta år. Vi har deltagit i såväl finskt och svenskt seriespel, cuper, tekniktävlingar och tränat flitigt hela året. Vi har även anordnat fotbollsskola och regionsträningar. Vår fokus ligger fortfarande på att det skall vara roligt med fotboll. Glädje, skratt och gemenskap, i med och motgång, anser vi vara jätteviktigt.

## Våra lag 2019

- P05/06 Upplandsserien
- B lag, Upplandsserien division 8
- A-lag, division 3 Finland

## P05/06

Under säsongen 2019 spelade laget sitt andra år i Upplandsserien, och efter en bra säsong med många jämna matcher, slutade laget på 5:te plats. Träningarna samt hemmamatcher har fördelats mellan FC Ålands ägarkommuner d.v.s. Sportkila, Rangsby och Markusböle.

## Turneringar och serier

- Futsalserien, vintern 2019
- Ålandhotels Cup P05, i april
- Viking Line vårcup P06, i April
- Upplandsserien P14 Grund
- Norrtälje Cup I Augusti

## Laget

**Ledare i laget:** Peter Holmström, Tony Jansson, Marika Holmström, Declan Cooney, Dan-Erik Jansson och Dan Vik.

**Spelare 2018:** Laget består av totalt 16 spelare som hör hemma från Saltvik, Sund, Geta, Hammarland och Finström.



## HERRLAG

### A-lag

Laget spelade i div. 3 där vi höll till i toppen under hela säsongen. Truppen, som till 95 % bestod av åländska spelare blev starkare än väntat.

Under hösten for flera av våra spelare iväg för studier, och träningarna blev lidande. Som ett resultat av det slutade FC Åland på en fjärdeplats i serien.

Men konkurrensen bland topp 5-lagen var hård, och det avgjordes först under seriens sista omgångar. Hoppet fanns kvar fram till den näst sista matchen för året.

Dock är det värt att notera att FC Åland under de sju senaste åren alltid funnits med i toppen av div. 3; 2012 2: a, 2013 3: a, 2014 2: a, 2015 1: a 2017 2: a, 2018 3: a och 2019 4: a

Laget vann under 2019 den åländska futsal-serien.

Vi hoppas att 2020 kommer att bjuda på många fina fotbollsstunder, och att A-laget blir ännu bättre med fint spel och bra prestationer.

### Laget

Ledare i laget är Alexandr Semenov och Tommy Wirtanen.

### B-lag

Laget spelade säsongen 2019 i division 8 Uppland. 6 – 7 av våra juniorer fick speltid och flera bra matcher med bra motstånd.

Samtidigt spelade några A-lagsspelare med, som inte får tillräckligt många minuter i division 3 Finland.

## Resurstränare

Utvecklingen av föreningen och dess aktiva har fortsatt under året efter att FC Åland gjorde om resurstränartjänsten till en sportchefstjänst.

Alexandre Semenov har under året jobbat med administrativa uppgifter på sidan om hans tidigare uppgifter. Tjänsten har varit en bra avlastning för

styrelsen, och Alex har tagit ett stort ansvar över helheten i föreningen. Extra träningar ("akademi") har hållits för spelare som vill förbättra sig individuellt, och så kallade regionsträningar har hållits under hela året för åldrarna 2001–08.

FC Åland har under året också upprätthållit ÅFF: s regiontränartjänst med all de uppgifter som ingår i den.



## Organisation

FC Ålands styrelse har under året haft 7 ordinarie möten, och består av: Ordf. Kennet Berntsson, vice ordf. Robert Andersson, Rebecka Renfors, Rezgar Amani, Johan Danielsson, Tommy Wirtanen, Sverker Sirén, Caroline Liewendahl, Kristian Andersson, Patrik Landell

Styrelsen tackar alla aktiva, ledare, sponsorer och andra frivilliga för detta år, och ser fram mot nya utmaningar under 2020

Styrelsen vill också tacka sina medlemsföreningar för förtroendet, och hoppas att 2020 kommer att bjuda på många fina fotbollsstunder.



## INNEBANDYSEKTIONEN

### Sammanfattning

IF Fram Innebandy har haft ett år med mycket träningar och matcher för både juniorer och seniorer. Lagen har deltagit i seriespelet och cuper på Åland och i Finland

I mars månad arrangerade sektionen den årliga Företagscupen i innebandy där det deltog 19 lag. Ännu en lyckad turnering där företagen kom till Ålands Idrottscenter och hade en trevlig dag. Tournament of Åland fick tyvärr ställas in under 2019 då för få lag anmälde sig till turneringen men föreningen siktar på att arrangera turneringen under 2020.

Sektionen vill tacka alla ledare som ideellt ställer upp och lägger ner så mycket av sin tid och energi i innebandyn och barnen. Utan er är det inte möjligt.



IF FRAM INNEBANDY  
Sektionsansvarig

Katarina Tammi

Antal lag

3 st.

Antal spelare

60 st.

Antal tränare

6 st.



Tack till alla sponsorer för 2019

### SPONSORER 2018/2019

Norra Ålands Bilskola  
Viking Line  
Klingbergs Plåtslageri

Hebo Rör  
Eckerö Linjen  
PAF

Nya Åland  
Simons Bygg & Trä  
Profilhuset

Ålands skogsindustrier  
Ömsen  
Cityläkarna

## Turneringar

### Företagscupen

IF Fram arrangerade den traditionsenliga Företagscupen i innebandy även under 2019. Ålands Idrottscenter öppnades upp tidigt på lördagsmorgonen den 30 mars där 19 företag kom med guld i sikte.

Alla lag delades upp i fyra grupper där till slut åtta lag gick vidare till kvartsfinaler. Fjäder/AX Hiss, Strandnäs skola, Dahlmans, Kyrkby högstadium, Rederi AB Eckerö, Andelsbanken, PAF och Ålandsbanken gick vidare efter ett tigt gruppspel.

Efter flera tuffa slutspelsmatcher med mycket spänning fick vi till slut till en final Fjäder/AX Hiss och Rederi AB Eckerö. Finalen blev dock inte så spännande då Fjäder/AX Hiss var klasser bättre och sprang hem cupen utan större problem!

Turneringen fortsätter att vara väldigt populär hos företagen runt om på Åland vilket är roligt. Vi kommer fortsätta arrangera turneringen framöver och håller även på och tittar om vi kan utveckla den.



## BARN- OCH JUNIOR

Våren 2018 tränade årkurs 1–6 en gång i veckan i Ödkarbyskolan där ungefär 30 barn har deltagit i vårens träningar. Årkurs 1–2 deltog inte i någon serie, eftersom det inte finns tillräckligt med lag på Åland för den åldersgruppen.

Årkurs 3–4 deltog i den lokala serien på Åland där barnen visade hur otroligt duktiga de är. I årkurs 5–6 deltog IF Fram med ett lag som kämpade på riktigt bra serien som bestod av sex lag

Hösten 2018 tränade årkurs 1–3 en gång i veckan i Rangsbyskolan under ledning av Simon Sjöström, Rickard Hjärner och Alexander Heikfolk. Årkurs 4–6 tränade också i Rangby skola en gång i veckan under ledning av Katarina Tammi och Tomas Koskinen. I det yngsta laget har det också kommit in några grabbar från Vårdö som tränat och spelat matcher.



### Lagen

**Åk. 3–4:** Alexander Holmström, Anton Bromels, Isac Holmström, Zev Englund, Adrian Mörn, Hjalmar Mörn, Lukas Holmström

**Åk. 5–6:** Arne Tammi, Lukas Karlström, Viktor Holmström, Leo Styrström, Samuel Koskinen, Elias Häggblom, Oscar Eklund, Lucas Koskinen

Inez Tammi hoppade även in i båda lagen

### Ledare

Katarina Tammi, Tomas Koskinen, Rickard Hjärner och Alexander Heikfolk

## Junior

Under hösten 2018 består laget av en stor grupp killar från norra Åland. De tränar på måndagar efter skolan i Ålands Idrottscenter. De spelar i den lokala högstadieserien där de har stött på tuffare motstånd i år än tidigare. De är tre lag i serien där VÅSC och HIK/JIK också deltar.

Tabell 2018–19

	M	V	O	F	MS	P
VÅSC	8	7	0 (0)	1	70–32 (38)	21
HIK/JIK	8	5	0 (0)	3	56–42 (14)	15
IF Fram	8	0	0 (0)	8	29–81 (-52)	0

### Laget

**Spelare 2018-19:** Hugo Mörn, Joakim Smith, Otto Sjuls, Alexander Heikfolk, Viktor Kuhlman, Markus Andersson, Felix Gäddnäs, Axel Marcus, David Lindqvist, Nikita Mattsson, Emil Idman, Alexander Mattsson, Jonas Wallin, Robin Isaksson, Johannes Renfors, Emil Lindroos, Lucas Koskinen, Morgan Renfors, Isak Öhman, Benjamin Söderström, Oscar Wasström

### Ledare

Laget tränas av Dennis Isaksson.



## HERRLAG- OCH U- LAG

Herrarna deltog som vanligt i åländska serien 2018/2019. Säsongen slutade i kvarten detta år då Eckerö IK blev för tuffa över tre matcher.

Herrlaget spelade även vidare i den finska serien där laget gjorde en stabil säsong och slutade till slut på en sätteplacering i tabellen.

### 2018/2019

#### ÅLÄNSKA SERIEN

Inför säsongen 2018/2019 deltog föreningen med två lag i den åländska serien, ett herrlag och ett U-lag.

#### Herrlaget

Efter en lång grundserie så slutade herrlaget till slut på en stabil fjärdeplats i tabellen med endast två förluster på tio matcher.

Herrlaget klev in som favoriter i sin kvartfinal men där stod ett väldigt taggat Eckerö IK. Efter seger med 2-1 i första matchen blev det förlust i sudden i den andra. Det innebar att det fick bli en direkt avgörande tredje match. IF Fram började bäst och gjorde tidigt 1-0 som sen Eckerö kvitterade. Under hela matchen släppte inte herrarna förbi motståndarna målmässigt förräns i sista perioden. Efter att Jonas Karlsson gjort 4-3 till IF Fram trodde många att saken var klar. Men Eckerö hittade energi och lyckades gå ifrån till 4-5, ett övertag som herrlaget inte orkade jobba ikapp. Därmed slogs herrarna ut i en kvartfinal vilket var väldigt längesen! I de återstående placeringsmatcherna vann laget två av tre matcherna och slutade till sist på en sätteplats i den åländska serien.

#### Laget

**Målvakter** – Jonas Abrahamsson, Jens Roselius

**Backar** - Lukas Helén, Tommy Lundberg, Peter Rikberg, Marcus Karlsson, Rasmus Söderberg, Adam Jansson,

**Forwards/Center** – Conny Wikstrand, Jonas Karlsson, Gustav Mörn, Simon Sjöström, Julius

Jakobsson, Alexander Hermans, Simon Engblom, Toni Fagerström, Jonas, Leon Blomberg

### Intern poängliga, åländska serien

	Spelare	GP	G	A	PTS
1	Conny Wikstrand	15	19	9	28
2	Jonas Karlsson	9	20	7	27
3	Gustav Mörn	6	15	9	24
4	Lukas Helén	10	11	8	19
5	Peter Rikberg	11	5	8	13
6	Marcus Karlsson	10	3	10	13
7	Julius Jakobsson	16	9	3	12
8	Alexander Hermans	8	2	10	12
9	Simon Sjöström	4	3	7	10
10	Tommy Lundberg	9	4	3	7
11	Adam Jansson	7	2	4	6
12	Leon Blomberg	13	5	0	5
13	Toni Fagerström	13	3	1	4
14	Rasmus Söderberg	9	1	1	2
16	Jens Roselius	3	0	0	0
17	Jonas Abrahamsson	9	0	1	1
18	Simon Johansson	4	0	0	0
20	Toni Fagerström	1	0	0	0

#### U- laget

Det gick tyngre för våra ungdomar då de slutade sist i grundserien. Alla lagen gick till slutspel och U-laget fick möta VÄP i sin åttondelsfinal.

U- laget fick en tuff resa i sina två matcher mot VÄP där båda matcher slutade med segrar för motståndarna. Senare i placeringsmatcherna fick de ytterligare fyra matcher, men tyvärr utan vinster.

#### Laget

**Målvakter** – Alexander Heikfolk, Daniel Smalén

**Spelare** – Isak Söderholm, David Lindqvist, Jonny Landström, Erik Blomqvist, Richard Hjärner, Jonas Wallin, Alexander Mattsson, Robin Isaksson, Elis Åberg, Elias Svensson, Johannes Renfors, Stefan Mattsson, Axel Dahlman, Hugo Mörn, William Smith, Kim Berglund

## Individuella priser

När Ålands innebandyförbund delade ut de individuella priserna för säsongen fick tre IF Framspelare kliva fram och ta emot dem.

De priser som delades ut var:

### Årets herrspelare (Eckerö IK/IF Fram)

För andra året i rad plockar Simon hem priset som Årets herrspelare. Simon spelade med Eckerö i åländska serien men spelade flera matcher med herrlaget i finska div. 3. En duktig spelare som lyfte laget när han kom in och en bra kille som vi hoppas fortsätter att spela i IF Fram.



### Årets bortaållänning, herr

#### ANTON SJÖLUND

Anton var en stor anledning till IF Frams framgång i den finska serien för ett par år sen. Nu har han tagit med sig klubba och packning till Sundsvall för studier och vidare innebandyspel. En stor talang som vi säkert kommer se mycket av framöver!

### ÅIBF:s specialpris

#### JONNY LANDSTRÖM

Jonny har gjort extremt mycket för innebandyn i allmänhet och IF Fram i synnerhet. Väl förtjänt av lite uppmärksamhet!



## ÅLÄNDSKA CUPEN

Under säsongen deltog herrlaget i den åländska cupen. Ett roligt inslag under juluppehållet. Stora delar av var med kryddat med spelare från Sverige. IF Fram visa direkt var skåpet skulle stå genom att gå obesegrade genom gruppspellet, med målskillnad på 27–5.

I en kvartsfinal så städades VÄP av ganska enkelt och samma blev det i semin där Mammans pojkar helt enkelt fick åka hem.

I finalen ställdes de mot antagonisterna i cupen, Pågarna. Dessa två lag är oftast de som går längst i turneringen och efter att Pågarna skickat ut IF Fram ur semin i fjol så fanns en stor revanschlusta hos Saltviksgänget! Efter en tight första period som slutade 2–2 seglade fina IF Fram iväg i den andra och sista perioden. Finalen vanns till slut med 5–2. Vandringspokalen är hemma!



## Finska div. 4

Truppen är relativt stor med en blandning av gamla rutinerade spelare, samt en del nya. Vi inledde säsongen med en bortaomgång i Åbo, där vi förlorade första matchen, trots bra spel och mycket boll. Andra matchen gick bättre resultatmässigt, då vi tigtade till försvarsspelet och vann matchen med uddamålet, trots en ordentlig press från motståndarna. Så speglar sig egentligen hela säsongen, där vi har lättare mot

topplagen än mot bottenlagen. Vi spelade renare innebandy och hade lätt för spelande lag, medan "hawaii-bandyn" var svårare att knäcka.

Vi avslutade första delen av säsongen på en andra plats i tabellen. När vårsäsongen drog igång så hade det mattats av med spelare som var tillgängliga till match, och det syntes tydligt på resultatena. I en otroligt jämn serie, där det endast skiljde ett fåtal poäng mellan toppen och mitten, så åkte vi på en del förluster i jämna matcher. Det gör att vi halkade efter i tabellen. Vi avslutar på en tråkig sjätteplats och kunde inte försvara den starka höstsäsongen.

Spelartruppen 18/19: Jens Roselius, Alexander Heikfolk, Jonas Abrahamsson, Alex Lindholm, Lukas Helén, Tommy Lundberg, Peter Rikberg, Toni Fagerström, Rasmus Söderberg, Fredrik Bergman, Gustav Mörn, Simon Sjöström, Marcus Karlsson, Alexander Hermans, Mathias Boijer, Conny Wikstrand, Julius Jacobsson, Simon Holmberg, Adam Jansson, Leon Blomberg, Kennet Uotila, Petter Himmelroos, Tomas Danielsson, Erik Blomqvist.

Tränare: Jonas Karlsson

Lag	O	V <sup>2</sup>	T <sup>1</sup>	H <sup>0</sup>	TM	PM	ME	P
Pyövelit	16	10	3	3	98	55	43	23
SB Naantali 3	16	11	1	4	115	82	33	23
TuTo	16	10	2	4	90	52	38	22
RunU	16	10	0	6	105	65	40	20
PK	16	7	1	8	87	81	6	15
<b>IF Fram</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	<b>84</b>	<b>-10</b>	<b>13</b>
FBC Turku 3	16	5	2	9	73	99	-26	12
Wankers	16	4	1	11	50	105	-55	9
SC Wolves 2	16	3	1	12	57	126	-69	7



## SKIDSEKTIONEN

Under skidåret 2019 har all skidverksamhet varit förlagd till konstsnöspåren i Jomala. Flera tävlingar kunde ordnas under säsongen. IF Fram stod som arrangör i premiärtävlingen den 20 januari. I distriktstävlingen deltog då 14 juniorer och 10 seniorer. Förutom distriktstävlingar ordnades även åländska mästerskapen. Den 2 mars ordnades barnens Vasalopp i Jomala där över 25 barn ställde upp. Det ordnades även "skidkul" en gång i veckan under vintern, där barn och unga kunde leka och träna balans samt teknik på skidor.



## SKIDSKYTTE

Under vintern ställde Jenny Fellman upp i FM i Tavastehus den 30 - 31 mars. Jenny tog en 2a plats i sprinten i klassen D22. I masstarten dagen efter ställde Jenny upp i seniorklassen och tog ett sensationellt silver. Detta var en historisk medalj då Jenny som första ålänning någonsin tog en FM-medalj i skidskytte i en seniorklass.

Jenny fick även chans att möta internationellt motstånd. Hon deltog i flera världscuptävlingar, bl.a. i Nove Mesto, Hochfilzen och Pokljuka. Hennes främsta placering kom under sprinten i Nove Mesto med en 66e plats.

Jenny gjorde även 5 starter i IBU-cupen som är cupen under världscupen. Hennes hittills bästa placering kom i december då Jenny slog till med

en 8e plats i sprinten i Sjusjööen, Norge. I junior-VM i Slovakien skidade hon in på en 25-plats i jaktstarten.

Jenny blev även utsedd till Årets Kvinnliga idrottare på den åländska Idrottsgalan i januari.



## SOMMARSÄSONGEN

Under sommaren gick Jenny officiellt över till seniorklass och när FM i löpskytte gick av stapeln i Kauhajoki sprang Jenny in på en 3:a plats i sprinten och en 2:a plats i masstarten. När sedan FM i rullskidskytte arrangerades några veckor senare kom Jenny 6a på sprinten och 9a i distansen.

Under hösten har IF fram i samarbete med IF Åland ordnat skidträningar för juniorer. Träningar har hållits både i Jomala med stavlöpning och på WHA där alla som velat och varit nyfikna fått prova på att rullskida. Träningstillfällen har varit i gång i veckan och planeras fortsätta under vintern.

## ORIENTERINGSEKTIONEN

Året 2019 började med att ställa till det lite för den åländska orienteringen. Stormen Alfrida som drog fram och förstörde många områden i de åländska skogarna, gjorde även att årets första tävling planerad i Kroklundsskogarna tidigt i januari fick ställas in. Med alla vindfällen och skadade elledningar var det inte säkert att vistas i skogen.

Den 27 januari blev sedan årets första tävling av från Skogsgläntans daghem i Kroklund. I knädjup snö kunde man genomföra tävlingen efter att banläggaren hunnit kontrollera tävlingsområdet och dra banan där skogen var mer säker att vistas i. Därefter följde gröt-julfest i Ödkarby skola för hela Ålands orienterare.

Under 2019 har IF Fram orientering varit aktiva och arrangerat 3st tävlingar och 2st träningar samt deltagit i de flesta tävlingar och träningar som hållits på Åland i stort sett hela året runt, både vår som höst, sommar som vinter.

IF Fram orientering har varit arrangerande förening vid följande tävlingar och träningstillfällen

- Vintercup 2, tävling i Kroklund den 27 januari
- ÅM Medeldistans/OL-Cup 1, tävling i Dagleåsa den 25 april
- Torsdagsträning 2, i Dagleåsa den 2 maj
- ÅM Ultralång/OL-Cup 3, tävling i Pettböle, Finström den 30 maj
- Torsdagsträning 5, i Pettböle, Finström den 6 juni

Utöver de ovan uppräknade tillfällena har IF Fram bistått med hjälpledare vid ÅID Orienterings samordnade nybörjar/juniorträningar under vinter/vår samt vid World Orientering Day 16 maj.

Den 28 februari startade ÅID Orientering upp med årets nybörjar/juniorträningar som arrangerades på torsdagar och flertalet juniorer från IF Fram hakade på och började träna orientering under våren för att sedan fortsätta under året.

Under året har antalet aktiva inom IF Fram orientering åter ökat. Medverkande på tävlingar och träningar arrangerade genom ÅID orientering finner man 3st inom seniorklasserna, 7st juniorer samt 7st vuxna följeslagare.

IF Fram har deltagit i Starka Barn Idrottsskola för åk 3–4 i Rangsby skola. Det ordnades 3 tillfällen på hösten där eleverna fick lära sig mer om orientering, laga egna banor samt prova på labyrintorientering.

Vi har även deltagit i Skolidrottsdagarna på våren för åk 3–4 samt på hösten för åk 5–6 vid Bollhalla där vi arrangerade Labyrint-orientering samt en bana vid travbanans närområde som var mycket omtyckt bland deltagarna.





För IF Fram orientering har 2019 varit ett bra år med tävlingsdeltagande på Åland samt i Finland och i Sverige.

## ÅLÄNDSKA MÄSTERSKAPEN, OL-CUP

- ÅM Medeldistans/OL-Cup 1 den 25 april
- OL-Cup den 9 maj
- ÅM Ultralångdistans/OL-Cup 4 den 30 maj
- ÅM Sprint/OL-Cup 4 den 27 juni
- ÅM Långdistans/OL-Cup 5 den 20 augusti
- ÅM Stafett 7 september
- ÅM Natt/OL-Cup 6 den 4 oktober

De individuella grenarna Medel, Ultralång, Sprint och Lång ingår även i OL-Cups 6st deltävlingar totalt. OL-Cup slutresultat där de fyra bästa deltävlingarna av sex räknas. (I Par/Patrull-klass noteras endast deltagande, ej placeringar)

D21	1: a	Maria Sjöström
	3: a	Mathilda Linde
H 40	2: a	Michael Linde
Par/Patrull:		Lilja Söderlund Matilda Fogner Nelly Fogner Melvin Fogner Jonna Eriksson Josefina Eriksson

Samtliga resultat på [www.idrott.ax/orientering](http://www.idrott.ax/orientering)

## VINTERCUP

Året började med Vintercupens tre deltävlingar av vilka vi hade deltävling 1 i november (2018) kombinerat med ÅID Orienterings höstmöte vid Vikingahallen i Jomala.

Årets andra deltävling i januari kombinerades med orienteringens julfest, där Kroklundsskogarna var välbesökta, likaså julfesten vid Ödkarby skola. Som arrangör stod IF Fram.

Vintercup 3 avgjordes i mars vid Breidablick i Finström.

VENLA OCH JUKOLA KAVLEN I KANGASALA  
IF Fram orientering bistod med 1 dam i damernas Venla-kavlen för att representera IF Åland. Damerna placerade sig på 803:e plats av 1624st 4-mannalag som fullföljde.

IF Åland placerade sig som 617:de lag i Jukola-kavlen.



## FINLANDS SVENSKA ORIENTERINGS MÄSTERSKAPEN (FSOM)

11 åländska orienterare deltog i FSOM 2019 som arrangerades av OK Kristina samt Närpes OK. Under den första dagens sprint i Kristinestad deltog 5st ålänningar varav 1st från IF Fram. Under andra dagens långdistans i Närpes ställde 11 ålänningar upp, varav 1st från IF Fram. Dag tre avslutade helgen med stafetter och 4 startande lag från Åland.

## ÅLAND - ÅBOLANDSKAMPEN

1 år var det Ålands tur att anordna den 75:e kampen som hölls i Eckerö. Detta år tog Åland hem kampen med minsta möjliga marginal. IF Fram bistod med 3 löpare för IF Ålands räkning.

## INTERNATIONELLA- OCH NATIONELLA TÄVLINGAR

Som under tidigare år har IF Fram orientering tävlat en hel del i både Finland och Sverige. Vi har deltagit i många nationella tävlingar i Finland med Jukola- och Venla-kavlen samt FSOM och Åbolandskampen. I Sverige har vi deltagit i bl.a. Stockholm Indoor Cup, Länamedel, Uppsalamötet, Roslagshelg, Eskilstuna-weekend, O-ringen 5-dagars och Långhundradubbeln.

IF Fram orientering håller som bäst på med att ta fram en skolgårdskarta för Ödkarby Skola samt en skolgårdskarta för Rangsby skola. Vi skulle även vara intresserade av att ta fram en skogsorienteringskarta i närheten av Rangsby skola i framtiden.

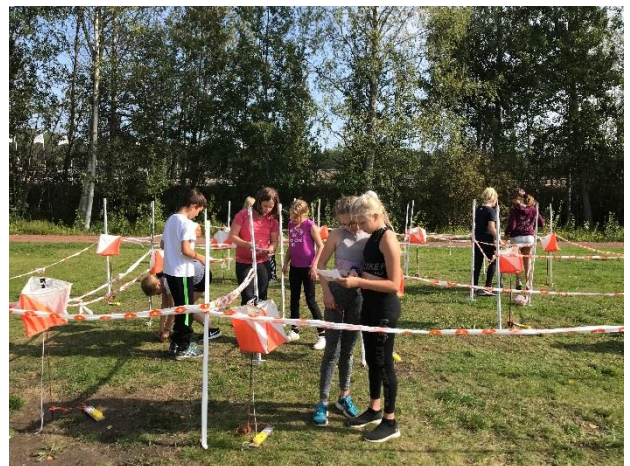
Trots att IF Fram inte är så stor som orienteringsförening ser vi nu ett ökande intresse bland barn- och ungdomar vilket är mycket hoppfullt. Tack vare att de åländska föreningarna jobbar tillsammans under ÅID-orientering kan vi lättare fördela träningar och tävlingar över året och gemensamt jobba för att hålla orienteringen levande.

IF Fram är även välinsatta inom planeringen av den åländska orienteringen, med två representanter i ÅID:s orienteringsutskott där Michael Linde sitter som ordförande och Maria Sjöström som barn- och ungdomsansvarig. Båda är även aktiva i planerandet av FSOM 2020 som kommer ordnas på Åland. Planerandet har redan hållit på i flera år och under 2019 har man medverkat i flertalet möten, föreningsträffar samt banläggartutbildning för att öka kunskapen för att vara med att arrangera ett så stort evenemang.

Under 2019 var IF Fram orientering även representerade i Ålands Idrotts Distriktsstyrelse genom Michael Linde, samt i IF Ålands styrelse genom Maria Sjöström.

Se orienteringens Tränings- och Tävlingsprogram på hemsidan [www.idrott.ax/orientering](http://www.idrott.ax/orientering)

Hälsningar Michael Linde  
IF Fram Orientering  
E-post: [micmanax@gmail.com](mailto:micmanax@gmail.com)  
Mobil: 0457 34 33 73 |





## FRIIDROTT

Tyvärr är det bara Linn Gustafsson som tränar och tävlar aktivt just nu. Malva Karlsson tränar också med i ÅID: s tränargrupp men hon fick körtelfeber under vintern och därmed blev det inga tävlingar under året för henne.

### EN HÄLSNING FRÅN LINN GUSTAFSSON

Jag har mest tränat i Åbo under 2019 eftersom jag studerar där just nu. Under sommaren tränade jag på Åland. Under vårvintern tävlade jag inte men efter ett lyckat träningsläger i Portugal i början av maj kände jag att det skulle bli en lyckad tävlingssäsong under sommaren. Min första tävling gjorde jag i mitten av juni och sprang då 12,69 på 100m. I slutet av augusti, på FM för 23-åringar, sprang jag mitt snabbaste lopp med tiden 12,35. Det räckte till en fjärde plats i finalen. Jag uppnådde mitt mål med att vara i finalen på FM men tiden var sämre än mitt mål (12,10). Pga. skadebekymren jag hade under vintersäsongen och därmed minskad träningsmängd uppnådde jag inte mitt prestationsmål och inte heller vågade jag mig på att springa 200m.

På Ö-spelen på Gibraltar i juli deltog jag på 100 m. Jag tog mig till final och lyckades ta sjätteplatsen. Det var väldigt blåsigt där stadion låg, uppe på en kulle, och i finalen blåste det 5,1 i motvind. Att delta i stafett är alltid extra spännande och roligt. Vi hade inte haft möjlighet att öva speciellt mycket på växlingarna inför 4x100m eftersom Sara Wiss bor i Sverige. Därför var det helt otroligt häftigt att vi lyckades ta hem ett öspelsguld och dessutom sätta nytt åländskt rekord i finalen med tiden 47,94. Vårt stafettlag blev nominerade till Ålandstidningens bragdmedalj och årets prestation på Idrottsgalan 2020, men vi fick tyvärr inget pris.

I helhet är jag nöjd med min säsong. På 100m sprang jag min snabbaste tid på fem år och ett lyckat Ö-spel är det jag tar med mig.



En glad Linn efter 100 m, under FM i Borgå



Stafettlaget på Gibraltar: Sara Wiss, Linn Gustafsson, Adina Renlund och Anni Nylund

Tyvärr hade IF FRAM ingen deltagare i årets ungdomsserie som arrangeras av ÅID.

Fler resultat hittar ni på [www.ifaland.net](http://www.ifaland.net)

Friidrottshälsningar från friidrottssektionen

Benita Gustafsson





## VOLLEYBOLLSEKTIONEN

IF Fram-Volleyboll har under verksamhetsåret 2019 haft närmare 20 st. aktiva motionärer i åldern 17–70+.

Vi har under vår- och hösttermin hållit till i Ödkarbyhallen två gånger per vecka för att träna och spela volleyboll tillsammans på motionsnivå. Vi håller god stämning och blandar allvar med humor under träningarnas matchspel.

Alla får vara med och nya som gamla volleyboll-intresserade är välkomna att komma med.



IF FRAM

Lidkroksvägen 26

22 430, Saltvik

[vl.iffam@gmail.com](mailto:vl.iffam@gmail.com)

[www.iffam.ax](http://www.iffam.ax)