



# SPARTA ATLETIK & LØB

## ÅRSBERETNING 2023







# 125 ÅR - OG STÆRKERE END NOGENSINDE

2023 blev et mindeværdigt jubilæumsår.

Det var en kærkommen anledning til at se tilbage og hylde det store engagement, som vi står på skuldrene af i dag. Det var en anledning til at minde os selv og hinanden om den interessante historie, som vi er en del af med op- og nedture gennem årene. Og det var en anledning til at stoppe op, evaluere status og se fremad.

I 2023 var over en kvart million mennesker tilmeldt vores events. Vi søsatte det differentierede medlemskab og nåede 1.700 medlemmer. Vores løbeafdeling er i vækst, og i atletikafdelingen er der fortsat venteliste, ligesom præstationerne har kastet et væld af medaljer og rekorder af sig.

Vi er begunstiget af at mærke stor opbakning fra stærke, kompetente frivillige kræfter, der engagerer sig i det politiske arbejde i Sparta, løfter trænerroller i atletik- og løbeafdelingen og som gang på gang stiller op, når vi har brug for hjælp til vores arrangementer.

Også administrationen udvikler sig i takt med et stigende behov og de kommende store opgaver, som ligger ud over vores vanlige eventkalender, nemlig Broløbet i 2025 og VM i 2026. Det stiller krav til vores organisation, og det får os til at opruste.

Vi fejrede de 125 år, vi så tilbage, og nu ser vi fremad. Vi mener, at vi som både forening og forretning står stærkere end nogensinde før. Vi sørger for at spørge ind, blive klogere og for at løfte vores niveau, så vi er klar til de spændende opgaver, der venter os.

# **INDHOLD**

## **FORMANDENS BERETNING**

v. formand Henrik Vincentsen

## **LEDELSESBERETNING**

v. adm. direktør Dorte Vibjerg

## **LØBSUDVALGETS BERETNING**

v. formand, Michael Mariendal

## **ATLETIKUDVALGETS BERETNING**

v. formand, Anja Lindholm

# FORMANDENS BERETNING



Formand, Henrik Vincentsen

I det herrens år 1898 opstod en lille idrætsforening på Østerbro under navnet Sparta, hvor man kunne dyrke brydning, boksning, svømning og atletik.

Og i de første år kunne man tilmed også dygtiggøre sig i de fornemme discipliner køllesving og tovrækning. Den lille klub levede et relativt stille liv, og efter knap 75 år valgte man at opsplitte foreningen i de fire sportsgrene, og Sparta Atletik & Motion opstod.

I de første år efter opsplitningen havde atletikforeningen under 100 medlemmer, klubbens formue blev opbevaret i en cigarkasse, og klubben var blot en lille statist, som var langt fra præmieskamlen, når der blev afviklet mesterskaber.

Den 11. november 2023 kunne vi så fejre Spartas 125-års jubilæum med jubilæumsløb, -reception og en stor jubilæumsfest for medlemmerne om aftenen.

Og kontrasterne mellem den lille atletikforening i starten af 1970'erne og det, Sparta Atletik & Løb har udviklet sig til at være i dag, kan næsten ikke være større.



Mange gode kræfter står bag den utrolige udvikling, som foreningen har gennemgået de sidste godt 50 år, men særligt en person har sat sit præg på vores historie; Niels Jørgen Holdt.

Igennem 33 år varetog han posten som formand for foreningen. Han var idemanden bag det, der har udviklet sig til en af verdens største motionsløb, DHL-stafetten, og han tog initiativ til at starte Danmarks første kvindeløb, maraton i Københavns gader og mange andre løbsarrangementer.

Takket være Niels Jørgen og mange andre ildsjæle, som gennem årene har bidraget til foreningens udvikling, står vi i dag som Danmarks ubestridt stærkeste atletik- og løbforening og som en af verdens bedste arrangører af løbe-events. Det skal vi være stolte og ydmyge over, og vi skal rette anerkendende tanker til alle dem, der står bag denne utrolige udvikling.

**|| Kontrasterne mellem den lille atletikforening i starten af 1970'erne og det, Sparta Atletik & Løb har udviklet sig til at være i dag, kan næsten ikke være større.**

## MEDLEMMER

Med udgangen af 2023 er foreningens medlemstal vokset til ca. 1700 medlemmer, hvilket er en medlemstilvækst på mere end 200 medlemmer over det seneste år.

I bestyrelsen tror vi på, at dette er et udtryk for, at vi har et attraktivt tilbud til medlemmerne, og at introduktionen af differentierede medlemskaber er blevet taget godt imod. Men det efterlader også en forpligtelse til at holde et fortsat fokus på at udvikle medlemstilbud inden for både atletik og løb.





Målet er naturligvis at sikre, at foreningen forbliver relevant for flest mulige på tværs af de mange forskellige måder, vi bruger klubben på – lige fra ung til gammel og fra stangspring til maratonløb.

Af samme grund gennemføres i første halvår af 2024 en brugerundersøgelse blandt medlemmerne med henblik på at få feedback fra medlemmerne på, hvad vi gør godt, og hvilke områder vi kan forbedre os på.

Resultatet vil give bestyrelse og udvalg et godt pejlemærke i forhold til retningen for vores forening.

**|| Hvis vi for alvor skal udvikle foreningen, så kræver det, at vi bliver flere skuldre til at bære udviklingen.**



Jeg er som formand taknemlig for den indsats, der leveres af vores ansatte, af vores trænere på alle vores løbehold, i vores ungdomsafdeling og af vores senior/elite-trænere og naturligvis i udvalg og bestyrelse.

Men vi skal fortsat huske på, at vi er en forening af medlemmerne for medlemmerne. Det betyder også, at hvis vi for alvor skal udvikle foreningen, så kræver det, at vi bliver flere skuldre til at bære udviklingen.

#### **UNIKKE LØBEEVENTS**

Mere end 225.000 deltagere har i 2023 deltaget i Spartas events og naturligvis med DHL-stafetten som den absolutte deltagermagnet. Et konstant fokus på at udvikle denne event har været med til at fastholde arrangementet som en attraktiv tradition i mange virksomheder.

2023 blev derfor også det største DHL-stafetløb til dato, godt hjulpet på vej af god vækst i walk-deltagere, som gør arrangementet tilgængeligt for langt de fleste, uanset om man kan løbe eller ej.

Copenhagen Marathon kom i 2023 i nye klæder. Arrangementet var opgraderet med en helt ny og flot visuel identitet, som har fået store roser med på vejen fra mange deltagere. Start og mål var flyttet til Østerbro, og bortset fra høje temperaturer, som var en udfordring for nogle deltagere, blev løbet afviklet som en stor succes.

Samme scenarie med høje temperaturer drillede også mange af løberne i et totalt udsolgt CPH Half. Ligesom maraton havde Half også flyttet start- og målområde, men fra Østerbro til Frederiksberg. Det nye start- og målområde gav nogle udfordringer, men forhindrede ikke afviklingen i at blive en succes. Dette til trods er det dog allerede besluttet, at start og mål næste år igen flytter "hjem" til Østerbro.



Men 2023 blev også året, hvor vi definitivt kunne skrive endnu et par spændende arrangementer i løbskalenderen for de kommende år.

I 2025 skal vi sammen med den svenske atletikklub MAI arrangere jubilæumsløb over Øresundsbroen – 25 år efter broens indvielse og det første Øresunds-broløb blev arrangeret. Og allerede året efter har Sparta sammen med Dansk Atletik fået tildelt værtskabet for "World Athletics Road Running Championships 2026", som er verdensmesterskaberne i landevejsløb fordelt på tre distancer, halvmaraton, 5 km og en engelsk mil.

Planlægningen til disse to megaevents er allerede så småt gået i gang, og målsætningen er at skabe nogle uforglemmelige events for både elite og bredde.

## **|| Det vidner også om, at har et elite-setup, et trænersteam og et ungdomsarbejde, som virkelig kan sætte nogle rammer, der får talenterne til at blomstre**

### **NYE STJERNER AF EGEN AVL**

På det sportslige plan har 2023 været et fantastisk år, hvor særligt et par talenter af egen avl for alvor har slået igennem på højeste plan.

Hvis man har fulgt Sofia Thøgersens resultater over de seneste sæsoner, har man godt været klar over, at vi har at gøre med et enormt talent. Men i 2023 har Sofia lige lagt lidt ekstra på: U20-EM sølv på 1500m, U20-EM bronze på 5000m, - U20-EM guld i cross, U20-NM guld i cross, dansk rekord på 1500m ved VM i Budapest (for de "voksne"), blot for at nævne nogle af Sofias bemærkelsesværdige resultater.

Et andet Sparta-talent, som har fået et gennembrud i 2023, er Joel Frederik von d'Ahe, som ved Ungdoms-OL i Slovenien



tog guldmedaljen på 400m hæk og satte ny dansk U18-rekord og satte den hurtigste tid i Europa i sin aldersklasse.

Ved VM i Budapest var Sparta også stærkt repræsenteret, idet hele syv spartanere havde kvalificeret sig, og det var endda på trods af, at Danmark ikke deltog med stafethold, hvor Sparta traditionelt plejer at være meget godt repræsenteret.

Og så har jeg i denne beretning ikke engang fundet plads til at nævne alle de øvrige spartanere, som har markeret sig med deltagelse i de øvrige internationale mesterskaber eller har sat dansk rekord i løbet af året.



## || Mere end 225.000 deltagere har i 2023 deltaget i Spartas events og naturligvis med DHL-stafetten som den absolutte deltagermagnet.

Alle disse resultater vidner selvfølgelig om, at vi har mange gode atleter. Men det vidner også om, at har et elite-setup, et trænersteam og et ungdomsarbejde, som virkelig kan sætte nogle rammer, der får talenterne til at blomstre. Det kan vi være stolte af.

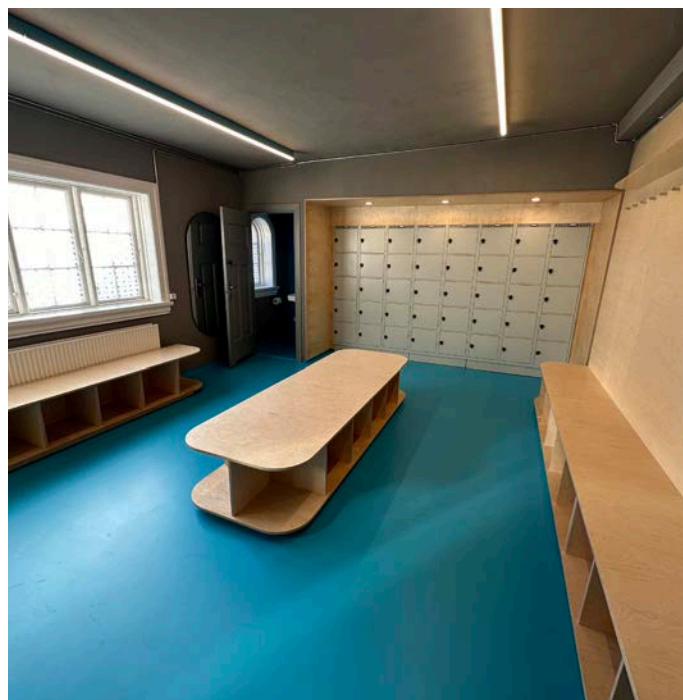
### FACILITETER

I min beretning for sidste år omtalte jeg vores faciliteter og ønsker for fremtiden. Drømmen om en atletikhal på den gamle skøjtehalsgrund lever fortsat, men man kan godt gå hen og blive en smule frustreret over, hvor lang tid det tager at bringe sådan et projekt frem til byggestart.

Men det er et meget stort projekt med mange interesserter, som følge af at flere sportsgrene er involveret. Derfor går det desværre ikke så hurtigt, som man kunne ønske sig. Men drømmen lever, og så må vi krydse fingre og gøre vores indflydelse, i det omfang det er muligt, for at få lidt skub i sagen i det kommende år.

Men vi er samtidig ved at vokse ud af vores eget hus. Vi har fået mere personale til at håndtere vores voksende, faste løbsarrangementer og de nye arrangementer, vi har fået i kalenderen i de kommende år. Men samtidig skal vi med det ekstra personale også løfte kontorets service til foreningen og udvalg til gavn for medlemmerne.

Allerede på sidste års generalforsamling blev der derfor afsat et budget til at få udarbejdet et skitseprojekt til udvidelse af vores klubfaciliteter. Og vi håber med generalforsamlingens godkendelse at kunne igangsætte et projekt allerede i 2024, som skal opgradere vores facilitet til gavn for alle spartanere og for vores ansatte.



Til slut vil jeg naturligvis gerne rette en tak til de mange, som er med til at skabe vores forening. Til trænere overalt i klubben, som i det daglige er foreningens ansigt mod medlemmerne. Til vores ledelse og ansatte, som er motoren bag den flotte udvikling, vores events har vist, og som i det daglige understøtter de mange medlemsaktiviteter, vi har i foreningen. Til udvalg og bestyrelse, som på frivillig basis er med til at definere retningen for foreningen. Og i år også en særlig tak til holdet bag vores flotte jubilæum den 11. november, der bød på løb, reception og fest.



# LEDELSESBERETNING

## og kommentar til regnskab og budget



Administrerende direktør,  
Dorte Vibjerg

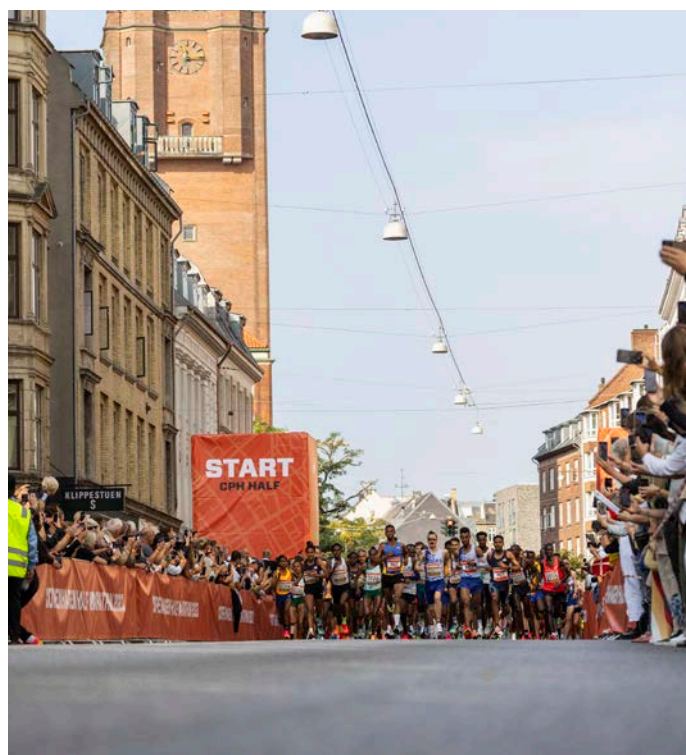
2023 har været et særdeles positivt år for Sparta, og det skyldes ikke mindst vores dedikerede medlemmer, trænere, atleter, medarbejdere og samarbejdspartnere. Vi har oplevet markant vækst i medlemstallet, udsolgte events, og vores atleter har leveret imponerende præstationer. Dette skaber optimale betingelser for det olympiske år, vi nu er trådt ind i.

Sparta har opnået en imponerende nettovækst på 363 medlemmer i løbet af 2023. Denne medlemsvækst kan tilskrives overgangen til differentierede kontingentsatser, åbningen af ventelister for børn, tilstrømningen af eliteatleter til atletikken og ikke mindst det store arbejde fra løbsudvalget med at rekruttere nye medlemmer.

### **Udsolgt CPH Half og DHL Stafetten har medført et resultat fra events, der netto var 3 mio. kr. højere end budgetteret.**

Vores udsolgte løb har også haft afgørende indflydelse på, at vi har kunnet tiltrække nye medlemmer til Sparta. På bundlinjen betyder vores medlemsvækst, at vi når op over 3 mio. kr. i kontingentindtægter, og det har vi ikke set siden 2019. Det betyder også, at vi, i sammenligning med 2022, får 0,5 mio. kr. mere ind på kontingent.

Vi startede året med et konservativt budget, da 2022 var det første "normale" år efter corona, og vi var usikre på, om den kortsigtede væksttendens, vi oplevede, ville fortsætte eller stabilisere sig. Men med et tidligt udsolgt CPH Half, hvor kapaciteten blev øget, og en for første gang nogensinde udsolgt DHL Stafetten, har vores omsætning langt overgået forventningerne. Dette har medført et resultat fra events, der netto var 3 mio. kr. højere end budgetteret. Øvrige indtægter på tværs af foreningen har ligget på niveau med budgettet.



Med baggrund i udsigten til et bedre resultat end forventet har bestyrelsen valgt at følge direktionens anbefalinger og indstillinger om overforbrug på visse områder i løbet af året. Ud over budgettet har vi afsat ekstra midler til jubilæumsreception og -fest, ekstraomkostninger til renovering af baderummene (udover tilskuddet fra Københavns Kommune) og investering i redskaber, sprint- og styrketræningsudstyr. Dette skyldes, at vi har et stort efterslæb på den del, og at et nedslidt Østerbro Stadion gør det svært at lægge den nødvendige kvalitetstræning frem mod ikke mindst OL.

Udover de ekstra omkostninger, som bestyrelsen har godkendt i løbet af året, har vi også haft ekstra omkostninger til vand, varme, el og rengøring. Dette skyldes stigende priser og et øget forbrug på grund af åbne døre, da Idrætshuset var lukket efter brand i årets første måneder.



Vi har også haft et overforbrug på administrationsområdet generelt. En stor del af dette overforbrug er begrundet i et stigende antal medarbejdere, da vi har igangsat en rekrutteringsproces frem mod Broløbet 2025 og WRRC 2026.

Udover et større forbrug gennemgående på telefonregninger, hardware, møder, rejser og lignende, har vi også fundet det nødvendigt at investere i vores digitale infrastruktur, herunder overgang til Outlook, nyt netværk og fildelingssystem samt projektstyringsværktøjer.

Vi har også fortsat vores digitale spor, der blev påbegyndt i 2022. Vi har nu næsten konverteret alle hjemmesider og apps til et nyt design og styresystem, og vi har igangsat en overgang fra et simpelt mailudsendelsessystem til et avanceret CRM-system, der muliggør automatisering og strukturering af vores data i et datawarehouse.

## **Den digitale modenhed, vi opnår med investeringen, forventes at komme både medlemmer, løbsdeltagere og ansatte til gode i de kommende år.**

Vi har, ligesom det blev gjort for Copenhagen Marathon i 2023, udviklet en ny brandidentitet for Copenhagen Half Marathon. Vi forventer, at denne nye identitet vil bidrage til en stærkere, tidsvarende og mere tydelig positionering både nationalt og internationalt på et marked, hvor vi allerede har en solid position. Med den positive effekt, der blev opnået ved lanceringen af den nye brandidentitet for Copenhagen Marathon, er vi overbeviste om, at vi kan opnå tilsvarende succes for Copenhagen Half Marathon. Den nye identitet er planlagt til lancering i marts 2024.



Udgangspunktet for de digitale ekstraomkostninger, både til hardware, software og digital udvikling på samlet 1,5 mio. kr. var, at de skulle periodiseres over 5 år for at undgå at overskride budgettet med så stort et beløb i et enkelt budgetår. Men med udgangspunkt i det flotte resultat, vi har leveret i år, har bestyrelsen og direktionen i samråd besluttet at lade den fulde omkostning indgå i 2023-regnskabet. Dette frigør de kommende års budgetter fra den løbende omkostning til afskrivning.

Den digitalisering, vi har gennemgået, udgør en investering, der vil positionere os som en opdateret og moderne digital forening. Det er også en investering, der vil styrke vores relation til både medlemmer og eventdeltagere, og samtidig vil den fjerne mange af de manuelle processer, som vi tidligere har brugt meget tid på, og som har belastet vores medarbejders arbejdstid. Den digitale modenhed, vi opnår med investeringen, forventes dermed at komme både medlemmer, løbsdeltagere og ansatte til gode i de kommende år.

## **Samlet set giver den positive udvikling os en solid platform for at realisere vores mål og skabe en økonomisk bæredygtig fremtid for Sparta, hvor der også er rum til at realisere nye drømme og visioner.**





## **Medarbejderrekrutteringen er ikke blot rettet mod at understøtte kommende store arrangementer og sikre indtjening herfra, men også for at dække foreningen bredere, både kommunikativt og med henblik på foreningsudvikling.**

I budgettet for 2024 har vi markant øget vores forventninger. Med tre udsolgte events i årets første måned og udsigten til, at DHL Stafetten igen kan overgå tidligere niveauer, tør vi skærpe vores ambitioner ud over det niveau, vi satte for 2022 og 2023. En ret præcis indikation af indtægtssiden inden sæsonens start er særdeles positiv, idet det giver os mulighed for at styre omkostningerne, investere i udvikling og samtidig optimere bundlinjen ved at søge den rette balance. Med den stigende medlemstilgang tror vi på, at vi når op over 2000 medlemmer, og vi forventer dermed en yderligere stigning i kontingentindtægterne som følge heraf. Dette bidrager også til, at vi kan hæve vores ambitionsniveau på indtægtssiden i 2024. Samlet set giver den positive udvikling os en solid platform for at realisere vores mål og skabe en økonomisk bæredygtig fremtid for Sparta, hvor der også er rum til at realisere nye drømme og visioner.

På udgiftssiden planlægger vi at justere budgettet på områder, hvor vækst og stigende priser har medført et nyt forhøjet niveau. Desuden har vi, som tidligere nævnt, igangsat en rekrutteringsproces på medarbejdersiden. Medarbejderrekrutteringen er ikke blot rettet mod at understøtte kommende store arrangementer og sikre indtjening herfra, men også for at dække foreningen bredere, både kommunikativt og med henblik på foreningsudvikling. Med det stærke kommunikationsteam, vi nu har, ønsker vi at inddrage medlemmerne på et dybere niveau end tidligere. Kort efter generalforsamlingen vil vi påbegynde første fase af en om-

fattende brugerundersøgelse rettet mod vores medlemmer med fokus på vores værditilbud til jer. Den næste fase i denne større brugerundersøgelse vil også inkludere målgrupper, der er potentielle nye medlemmer, samt forbrugerdata, der kan give større og bedre indsigter om københavnernes motivations- og forbrugervaner.

På bestyrelsesniveau har vi i 2023 arbejdet med flere strategispør, som vi også vil forfølge i 2024. Et af dem vedrører netop kommunikation og brugerinddragelse.

Et andet strategisk spør omhandler facilitetsdelen, hvor vi arbejder på renovering af Østerbro Stadion, opførelse af et idrætsbyggeri på Skøjtehalsgrunden samt en tilbygning til vores nuværende Sparta-bygning her på Gunnar Nu Hansens Plads. Planerne om tilbygningen er blevet udarbejdet af bestyrelsen som et forslag til generalforsamlingen og vil blive præsenteret på generalforsamlingen af arkitekterne Christensen & Co.

## **Som forening kan Sparta kun se positivt ind i i det kommende år og fremtiden generelt.**

Baseret på de facilitetsambitioner, vi har lagt op til, foreslår vi at afsætte 1 mio. kr. til byggeri og facilitetsforbedring i budgettet fra 2024. Dette beløb vil bidrage til realiseringen af vores strategiske visioner for facilitetsudviklingen og sikre, at vi fortsat kan tilbyde moderne og velfungerende rammer for vores medlemmer og aktiviteter.

Som forening kan Sparta kun se positivt ind i i det kommende år og fremtiden generelt. Vi har netop fejret 125-års jubilæum som forening og har i den tid nået en meget stærk position som en central aktør i det idrætspolitiske billede. En position, der giver os muligheder, og som er opnået gennem en stærk fælles indsats fra vores dedikerede frivillige samt vores medarbejders engagerede arbejde. Derfor tak til alle, der bidrager til, at Sparta er en forening i udvikling og et idrætsfællesskab, der er værdiskabende at tage del i.



# LØBSUDVALGETS ÅRSBERETNING



På vegne af Løbsudvalget  
Formand, Michael Mariendal

Det er Løbsudvalgets anden valgperiode, og det kan mærkes, at Løbsudvalget er blevet mere erfarent. Løbeåret 2023 i Sparta har været aldeles fremragende med udsolgte løb og medlemsvækst. Løbsudvalgets medlemmer oplever, at sammenhængen i Sparta er blevet stærkere i 2023.

I januar 2023 lancerede Sparta den nye hjemmeside og tilhørende app til alle medlemmer. Det betød også en stor ændring for holdenes træningsplaner, som skulle laves i en ny online skabelon for at være tilgængelig for medlemmerne. Det krævede en ekstra indsats af trænerne for at få det til at lykkes, men lige op til sommerferien fungerede det på alle hold. Strategien havde til formål at flytte træningsplanerne fra Facebook-grupperne og ind bag medlemslogin, så træningsplanerne for alle hold var tilgængelige ét sted for alle medlemmer. Der er endnu et par udviklingspunkter omkring vores nye app, da den fortsat ikke kan vise de planlagte løberuter samt markering af den faseopdelte træning i træningsplansværktøjet.

**Løbsudvalget har haft meget stor fokus på, at Spartas medlemmer skulle opleve fordelene ved at være med i et stort fællesskab og klub.**

Det har endnu ikke været muligt at få lagt Løbsudvalgets dagsordner og referater på hjemmesiden bag medlemslogin. Der har været forskellige tiltag, men der er endnu ikke fundet en holdbar løsning. Vi ser frem til, at det kommer på plads.

Løbeåret 2023 i Sparta har været kendetegnet ved, at de store Sparta-events har været en kæmpe succes, og Løbsudvalget har haft meget stor fokus på, at Spartas medlemmer skulle opleve fordelene ved at være med i et stort fællesskab. Derfor har udvalget lagt mange kræfter i særskilte bagagetelte til Sparta-medlemmer samt sociale



tilbud efter løb og events, drikkevarer, snacks og hygge. Der udestår fortsat en opgave med at styrke frivilligheden til vores store events. Kun få løbehold meldte sig eksempelvis til DHL Stafetten, selv om det gav penge til socialt holdarrangement.

Løbeholdene mandag og onsdag har i nogle år kæmpet lidt med tilslutningen, og lige inden sommer lukkede Sparta Team Five Star – tak til de mangeårige trænere på holdet.

De øvrige hold mandag og onsdag har lagt mange gode kræfter i at udvikle holdene, ligesom der er etableret et langdistance lørdagstilbud til holdenes løbere.



## **|| Løbsudvalget har åbnet for flere trænere til holdene, så vi kan fastholde både kvaliteten af træningen og trænerens motivation.**

Det har betydet en rigtig positiv udvikling af mandags- og onsdagsholdene. Stort set alle løbehold kom styrket ud af 2023 med flere løbere til den daglige træning, ligesom der opstår flere træningstilbud. Løbsudvalget har derfor også åbnet for flere trænere til holdene, så vi kan fastholde både kvaliteten af træningen og trænerens motivation.

Løbsudvalget har tyndet lidt ud i antallet af aktiviteter i løbet af året. Det har været en nødvendig strategi for at frigive ressourcer til andre aktiviteter. Flere af de gamle, fælles traditioner vil blive forsøgt genindført med ansvaret placeret hos nogle af løbeholdene. Sparta Team Early Runs Valentinsløb er et eksempel herpå.

Løbsudvalget oplever stadig større interesse for Søndagsfællestræningen, og vi er meget glade for, at flere af hverdagsstrænerne nu også deltager som trænere om søndagen. Der er stabile søndagstrænere på alle hold, som suppleret med lidt frivillige også dækker pacegrupperne til løbene.

Løbsudvalget besluttede at ændre lidt i træningsstrukturen for Søndagsfællestræningen, begyndende med træningerne frem til CPH Half. Her blev der indlagt sektioner med forhøjet tempo, og det blev der taget så godt imod af deltagerne, at vi besluttede at fortsætte med tempopas til maratontæningen. Nu følger træningsstrukturen til Søndagsfællestræningerne den faseopdelte træning for løbeholdene i SPARTA.

De mange udsolgte løb tyder på en enorm interesse for at løbe, og vi ser allerede nu stigende interesse på alle vores hold. Det giver god energi og motivation til at fortsætte arbejdet til glæde for fællesskab og sundhed.



# ATLETER VED CROSS- OG LANGDISTANCE MESTERSKABER

## **ECCC, Spanien, 5. februar**

Spartas Senior Kvinder #7 ved Europa Cup Cross for klubhold.

Nanna Bové #11 desuden bestod holdet af Juliane Hvid, Josephine Thestrup og Annie Saugstrup  
Juniordrengene deltog også.



## **NM Cross, 5. november**

Junior:

Sofia Thøgersen #1

Senior:

Juliane Hvid #3

Josephine Thestrup #11

Ole Hesselbjerg #6

## **EM Cross, 10. december**

Senior

Juliane Hvid #17

Ole Hesselbjerg #48

Junior

Sofia Thøgersen #2

Benjamin Azimi #69



## **World Championships in Road Running, Riga, 1. oktober**

Mile

Andreas Lindgreen 4.05.27 (DR) #21

5km.

Juliane Hvid 15.59 #18

Halvmaraton

Annie Saugstrup 1.16.54 #52

# ATLETIKUDVALGETS ÅRSBERETNING



På vegne af atletikudvalget  
Formand, Anja Lindholm

2023 blev et år, hvor atletikken endnu engang brød grænser og satte Sparta-singletten i centrum. Ikke kun i den danske atletikverden, men vi så sandelig også ved mange store udenlandske stævner.

I Atletikudvalget er der stor fokus på og bevidsthed om, at vi er nødt til at have en stærk ungdomskultur for at skabe klubbens fremtidige eliteaktive. Derfor er det også med glæde, at vi både ser en stor bredde i vores ungdomsgrupper samt nogle utroligt talentfulde unge mennesker på vej.

Kombinationen af bredde og elite opnår vi kun ved at have en stabil og dygtig besætning af trænere i vores klub. Senest har vi bl.a. fået anerkendt en af vores dygtige ungdomstrænere, Charlotte Beiter Bomme, som modtog prisen for Årets Københavnske Talentudvikler.

Vi har en trup af engagerede og opofrende trænere, der skaber glæde ved atletikken og ved det sammenhold, man oplever ved at være del af en Sparta. I udvalget har vi



**Vi ser både en stor bredde i vores ungdomsgrupper samt nogle utroligt talentfulde unge mennesker på vej.**

naturligvis stort fokus på at få skabt så gode resultater som muligt, men der er også fokus på, at man skal føle sig som en spartaner. Sammenholdet ses ved, at vi nu fx er begyndt at tage på træningslejr på tværs af aldersgrupperne. På denne måde får vores unge atleter mulighed for at se, hvad det kræver at blive en af de allerdygtigste atleter, og samtidig har vores trænere mulighed for at lære af hinanden. Og når vi er til stævner, sidder vi selvfølgelig sammen som klub og hepper på hinanden.

Vi har så utrolig mange dygtige atleter i Sparta, og derfor kommer her blot nogle enkelte nedslagspunkter fra endnu en fantastisk sæson.

Nogle af dem, der kan nævnes i vores ungdomsafdeling er bl.a. Joel Frederik von d'Ahe, som i sommer vandt ungdoms-OL på 400m hæk. Sofia Thøgersen bliver i vores øjne også stadig anset for en fantastisk talentfuld ungdomsatlet, men en stribe imponerende resultater etablerer hende allerede nu som en fantastisk seniorløber. Sofus Vølund er også en atlet, der med rigtig flotte resultater i tikamp helt sikkert bliver en atlet, vi skal holde øje med i årene, der kommer.

Kigger vi længere ned i aldersgrupperne, så blæser Alma Børregaard Ravn alle årgangsrekorder væk på alle de korte løbedistancer samt længdespring. Det bliver super interessant at følge Almas udvikling. I 2023 blev det til hele 7 danske rekorder for 14-årige og endda to for U18-årige. Og det er bare nogle af alle de mange dygtige ungdomsatleter, vi har i klubben. Det er utrolig spændende at se, at vi har så stor en talentmasse.



## **Vi har en trup af engagerede og opofrende trænere, der skaber glæde ved atletikken og ved det sammenhold, man oplever ved at være del af en Sparta.**

I år blev også et fint år for vores masters-atleter. Vi har kæmpet lidt for at finde et godt ståsted for masters i klubben i forhold til træning, men i år er det virkelig lykkedes at etablere en fin træningsgruppe med Nikolaj Graves i spidsen. Til DM i masters løb vi med 11 guld-, 6 sølv- og 7 bronzemedaljer.

Og så er vi også nødt til at runde nogle af vores mange dygtige eliteatleter. Vi har set så mange flotte præstationer, men kan desværre ikke nævne alle. Der har været stribevis af gode resultater, men når man lige kigger tilbage er der nogle ting, der helt klart springer i øjnene.

Det blev til nogle danske rekorder og flotte klubrekorder. På kvindesiden, hvor Sparta i øvrigt var ret suveræne sæsonen igennem, slog Annemarie Nissen igennem på 800m og satte en flot dansk rekord med 2.00.10 min. Sofia Thøgersen slog udover et hav af danske årgangsrekorder også dansk seniorrekord på 1500m med 4.05.34 min. Lisa Brix satte også en flot dansk rekord i diskos med 62.22m.

Juliane Hvid meldte sig i den grad på løbebanen med klubrekord på 3000m forhindring i 9.33.40 min. Emma Beiter Bomme fik has på en meget gammel klubrekord på 100m hæk, og nu hedder den 13.22 sek. Karla Schärfe satte klubrekord i syvkamp med 5652p.

På herresiden blev det til en rigtig fin dansk rekord på 4x100m (Frederik Schou-Nielsen, Tazana Kamanga-Dyrbak, Jakob Hvorup og Tobias G. Nielsen).

Der var også deltagelse i mange spændende stævner bl.a. Diamond League, Nordiske Mesterskaber (indendørs, uden-dørs, cross) samt VM i Budapest og et hav af mesterskaber for ungdomsrækken.

Til VM havde vi hele 7 deltagere med fra Sparta. Annemarie Nissen på 800m, Sofia Thøgersen på 1500m, Juliane Hvid på 3000m forhindring, Caroline Bonde Holm i stangspring, Lisa Brix Pedersen i Diskos, Katrine Koch Jacobsen i hammer og Gustav L. Nielsen på 400m.

Sofia Thøgersen lagde stærkt ud med at slå den danske rekord ret så betragteligt på 1500m og endte kun én plads uden for semifinalen. Gustav L. Nielsen løb også virkelig hurtigt, da det gjaldt og satte en flot ny personlig rekord med 45.66. En tid, der ved de sidste tre verdensmesterskaber ville have været nok til semifinalen. Lisa fik det desværre aldrig rigtigt til at fungere i diskosringen og endte på 29. pladsen. I stangspring var niveauet historisk højt i kvalifikationen, og Caroline Bonde Holm måtte tage til takke med en placering



som 24-26 med et spring på 4.35m. Annemarie Nissen, der havde sin første rigtige sæson som 800m-løber, lå længe til at gå videre til semifinalen på tid, men måtte se sig "slået" med sølle 0,11 sek.

Juliane Hvid, der stadig er forholdsvis ny i forhindringsløb, faldt desværre over bommen allerede tidligt i løbet. Hun formåede dog at gennemføre, på trods af at hun faktisk pådrog sig en ret alvorlig skade ved styrtet. Det var super ærgerligt med styrtet, men virkelig flot at gennemføre på trods. Og så kommer vi jo ikke udenom, at Katrine Koch Jacobsen kastede sig i hammerkastfinalen og endte med en super flot 9. plads. Jeg synes godt, at man som spartaner kan være rigtig stolt over den indsats og de resultater, der blev ydet. Stort tillykke til alle atleterne og trænere, der står i kulisserne.

Vi havde også et par andre deltagere til VM. Undertegnede og Charlotte Beiter Bomme var nemlig så heldige at få lov til at komme om bag kulisserne og se hele maskineriet bag sådan et verdensmesterskab. Det var virkelig imponerende at se, hvor stor en maskine det er, der holder sådan et mesterskab. Og erkendelsen af at Østerbro Stadion nok mangler lidt meget, før vi nogensinde vil komme i nærheden af at holde sådan et stævne. Tak til Jakob for rundturen!

## **Jeg synes godt, at man som spartaner kan være rigtig stolt over den indsats og de resultater, der blev ydet**

Der er desuden blevet arbejdet en del med faciliteter. Hallen er blevet renoveret, og der er blevet købt noget nyt og lækkert vægtudstyr samt nogle specielle løbebånd. Pt. ser vi ind i, at stadion skal renoveres, men det er stadig uvist, hvornår det egentlig sker. Projektet med den store hal på skøjtehalgrundens lever stadig, og vi har stadig håbet om at kunne få en stor flot atletikhal.

En stor tak skal lyde til Esben Krogh Rasmussen og Nicolai Trock Hartling, der ikke stiller op til atletikudvalget igen. Tak for jeres indsats!

# ATLETER VED EM OG VM I ATLETIK

**Katrine Koch Jacobsen**

**Hammerkast**

9. plads ved VM

**Annemarie Nissen**

**800m**

Deltagelse ved VM og EM indendørs

**Sofia Thøgersen**

**1500m**

Deltagelse ved VM

**Juliane Falsig Hvid**

**3000m forhindring**

Deltagelse ved VM

**Caroline Bonde Holm**

**Stangspring**

Deltagelse ved VM og EM indendørs

**Lisa Brix**

**Diskoskast**

Deltagelse ved VM

**Gustav Lundholm Nielsen**

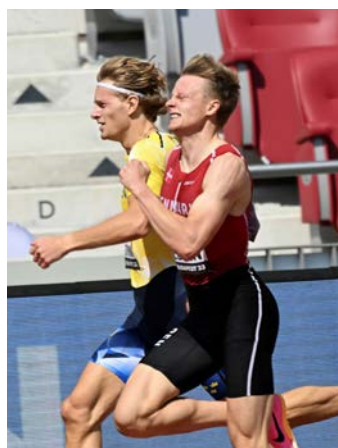
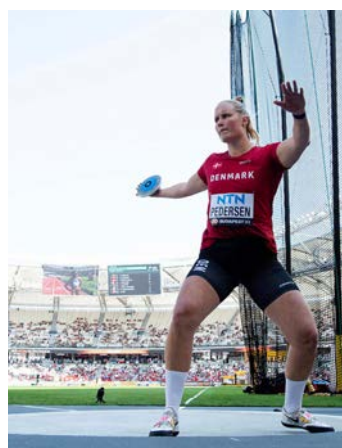
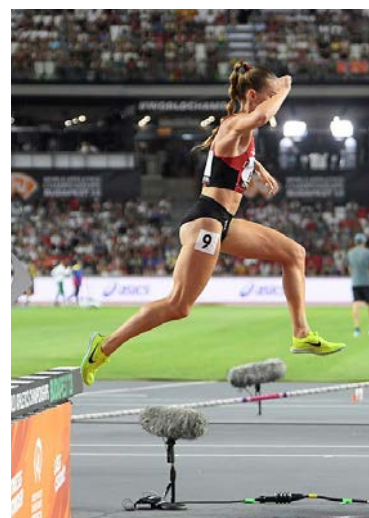
**400m**

Deltagelse ved VM og EM indendørs

**Nanna Bové**

**3000m**

Deltagelse ved EM indendørs





# UNGDOMSATLETER VED EM OG VM I ATLETIK

Joel Frederik Von d'Ahe

**400m hæk**

Guld ved ungdoms-OL

Aurora Suarez Alvarez Thostrup

**7-kamp / 1000m stafet**

Deltagelse ved ungdoms-OL

Sofia Thøgersen

**1500m / 5000m**

Sølv på 1500m ved U20 EM samt bronze på 5000m ved U20 EM

Valentin Jensen

**100m / 4x100m stafet**

5. plads ved U20 EM samt finaleplads på 4x100m stafet

Hector Wandt

**100m / 4x100m stafet**

Deltagelse ved U20 EM samt finaleplads på 4x100m stafet

Vilhelm Krüger

**110m hæk / 4x100m stafet**

Deltagelse ved U20 EM samt finaleplads på 4x100m stafet

Sofus Olivarius Vølund

**10-kamp**

9. plads ved U20 EM

Betty Marie Ramsgaard Jensen

**7-kamp / længdespring**

Deltagelse ved U20 EM



Ida Beiter Bomme

**100m hæk / længdespring**

Deltagelse ved U23 EM

Annika Haldbo

**100m hæk**

Deltagelse ved U23 EM

Andreas Christoffersen

**110m hæk**

Deltagelse ved U23 EM

Sebastian Monneret

**400m hæk**

Deltagelse ved U23 EM

Liv Winther

**Hammerkast**

Deltagelse ved U23 EM

Karla Schärfe

**7-kamp**

Deltagelse ved U23 EM

Sofus Peter Lassen

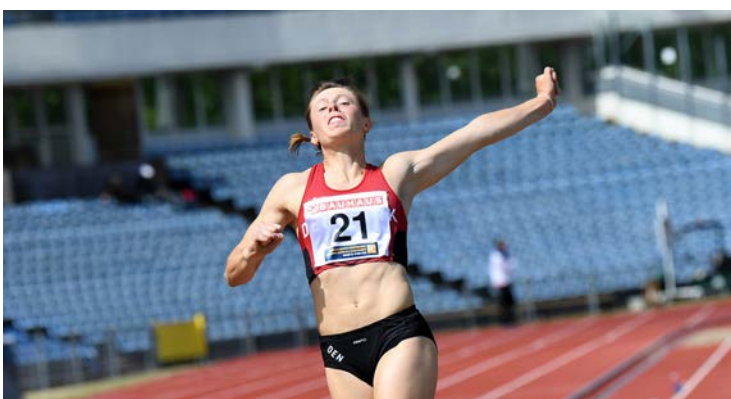
**4x100m stafet**

Deltagelse ved U23 EM

Tazana Kamanga-Dyrbak

**100m / 4x100m stafet**

Semifinaleplads på 100m ved U23 EM





# TAK FOR ET GODT 2023

Vi ser frem til en spændende 2024-sæson



1898 SPARTA 1898 SPARTA 1898 SPARTA 1898 SPARTA 1898 SPARTA