



MÅNADSRAPPORT 05/2026

*Spring Cup i terränglöpning samt NÅID-mästerskap för klasserna F/P9-13 ordnades 2.5 på motionsbanan i Dragsvik och de totalt ca 80 deltagarna fick njuta av synnerligen vackert vårväder. Distriktsmästare av de våra blev Melvin Nyberg (P13 2 km) och Miro Marouf Lassenius (P9 1 km) och dessutom blev det guld i lagtävlingen i F11. Spring Cup-segrar hemfördes i sin tur av Jalmari Järvinen (H), Jens-Aarne Kero (H19), Veronica Gillberg (D) och Elinne Nylund (D17)

*de tre första deltävlingarna av Sportmixer Heittocup har avverkats under maj månad. Den som stått för de bästa resultaten såhär långt är Max Nyberg, som förbättrat sitt PB i H19 diskus i varje tävling. Två deltävlingar återstår ännu och därefter premieras en pojke och en flicka för sina prestationer under serien.

*finska skolidrottsförbundets (KLL) mästerskap i 5 km landsväglöpning avgjordes i samband med Helsinki City Run 15.5 och IF Raseborgs löpare höll sig där synnerligen väl framme. Iina Ahola, som i sin helhet hade en mycket stark månad, segrade klart i klassen F19 och med tiden 18.12 putsade hon sitt tre veckor gamla klubbrekord med 15 sekunder. Seger blev det också för Jens-Aarne Kero i P19, medan Vincent Winberg tog brons i P17.

Förbundets mästerskap i de mera "ordinarie" grenarna ordnades 23-24.5 i Alavus och där tog Elmo Kenttä silver i P15 stav med resultatet 3.55.

*sommarens träningar har nu kört igång på allvar. Än så länge är det i huvudsak Ekenäs Sparbank Arena som fungerar som skådeplats och speciellt under torsdagar har det varit full rulle då de ordinarie träningarna har kombinerats med STIG-projektet. Sistnämnda fortgår ännu ett par veckor.

Utifrån en färsk uppdatering gällande renoveringsarbetena på Karis centralidrottsplan, så framskrider dessa enligt tidtabellen, så om inga bakslag inträffar så borde även den planen kunna tas i bruk i månadsskiftet juli/augusti.

*följande klubbrekord har noterats under maj:

D 3000 m	Iina Ahola	10.15,68	26.5	Åbo
D 5 km landsväg	Iina Ahola	18.12	15.5	Helsingfors
D halvmaraton	Iina Ahola	1.28.49	16.5	Helsingfors
P14, P15 stav	Elmo Kenttä	3.80	18.5	Sibbo

*första delen av IF Raseborgs Ärevarv ordnas mån 1.6 på Ekenäs Sparbank Arena. Vi ser fram emot stort deltagande och speciellt företags- och motsvarande grupper kommer utifrån givna "förhandsanmälningar" att delta flitigare än tidigare. Får se vad vi landar på då alla euron summerats efter kvällens strapatser 😊

*viktigaste händelserna i juni:

1.6	Ärevarvet	Ekenäs
4-7.6	RA Training Camp	Åland
7.6	DM stafett F/P9-13	Helsingfors
8.6	Varuboden-Osla föreningstävling	Ekenäs
11-14.6	Youth Athletics Games	Esbo
15.6	Exethor Junior Games	Ekenäs
16.6	Sportmixer Heittocup	Karis
22.6	Seuracup del 1	Borgå
25-28.6	nationella grenkarnevaler	