

SM FRI- IDROTT

KARLSTAD + KIL

31 JULI - 3 AUG

2025



ATERA

Prioritet Finans

Folksam



cytiva



folkspel

Sundström



beans in



LEKSANDS
KNÄCKBRÖD

Scandic

samhall
OFFICIELL TVÄTTPARTNER

Resorb



Nestlé

ABT

Lendo

EKSJÖHUS



UNISPORT

VÄSTANHEDE

GRAND
TRAVEL
GROUP

Company Line
BE YOUR BRAND



SPORT
EXPRESSEN

MABI
HYRBILAR

TAXI
STOCKHOLM
15 00 00

HALLMANS.nu

ISP
IN SPORTS PRODUCTION

DOT SHOT

JUSTNU
Sveriges lokala tryckeri



AHLMARKS

För mer än 100 år sedan arrangerades i Karlstad friidrotts-SM för första gången. I sommar är det åttonde gången staden har begåvats uppdraget att svara för evenemanget – och då inskränker vi oss till att prata om arena-SM med ordinarie grenprogram. Först i mitten av 1950-talet genomfördes manliga och kvinnliga SM på samma plats och vid samma tidpunkt.

TEXT: ANDERS BORGSTRÖM

SM i friidrott – igen!



SM-final på 400 meter. Knut Stenberg leder före blivande silvermedaljören Knatten Lindberg och IFK Karlstads bronsman, Adolf Elgh.

1907

26–28 augusti

Sven Låftman och de oförvägna ungdomarna på läroverket tog sig an SM utan att ha tillgång till någon idrottsplats! Denna ordnades provisoriskt i anslutning till kretaursstallarna, som var belägna på Våxnäs.

Där kunde man se storheter som Eric Lemming, Knatten Lindberg, Bruno Söderström och John Svanberg – alla medaljörer vid de Olympiska extraspelen i Aten 1906.

I det stjärntäta startfädet korades Eric Lemming till tävlingarnas främste deltagare och erhöll landshövding Gerhard Dyrssens hederspris efter sina vinster i diskus, slägga och spjut samt en andraplats i kula.



Tingvalla invigs och den nya idrottsplatsen fylld med publik!

1919

16–17 augusti

Efter IF Götas succé vid SM-tävlingarna på Stockholms Stadion 1918 med bland annat fem segrar tilldelades man arrangemanget påföljande år – liksom 1907 utan tillgång till idrottsplats.

Men nu byggdes i hast Tingvalla Idrottsplats, som kom att bli stadens huvudarena för idrott under mer än 100 år! Hemmasonen "Massa" Lind försvarade sina titlar i såväl slägga som vikt och tävlingarna fick högsta betyg i såväl lokal- som rikspress.

1933

19–20 augusti

Nu var det damernas tur – och som hon dominerade! Sveriges första kvinnliga OS-medaljör i friidrott, Ruth Svedberg från Göteborg var tävlingarnas drottning. Hon vann hela sex av de tio individuella grenarna: längd, kula, diskus, spjut, slungboll och trekamp!

Ruth var den kvinnliga friidrottens stora genombrottskvinna och var länge den mest segerrika vid friidrottens SM-tävlingar.

Lilla Värmland då? Jo, det blev en medalj för vår egen pionjär: Ann-Margret Ahlstrand (bilden) från Skattekärr hemförde bronset i höjdhopp.



1975

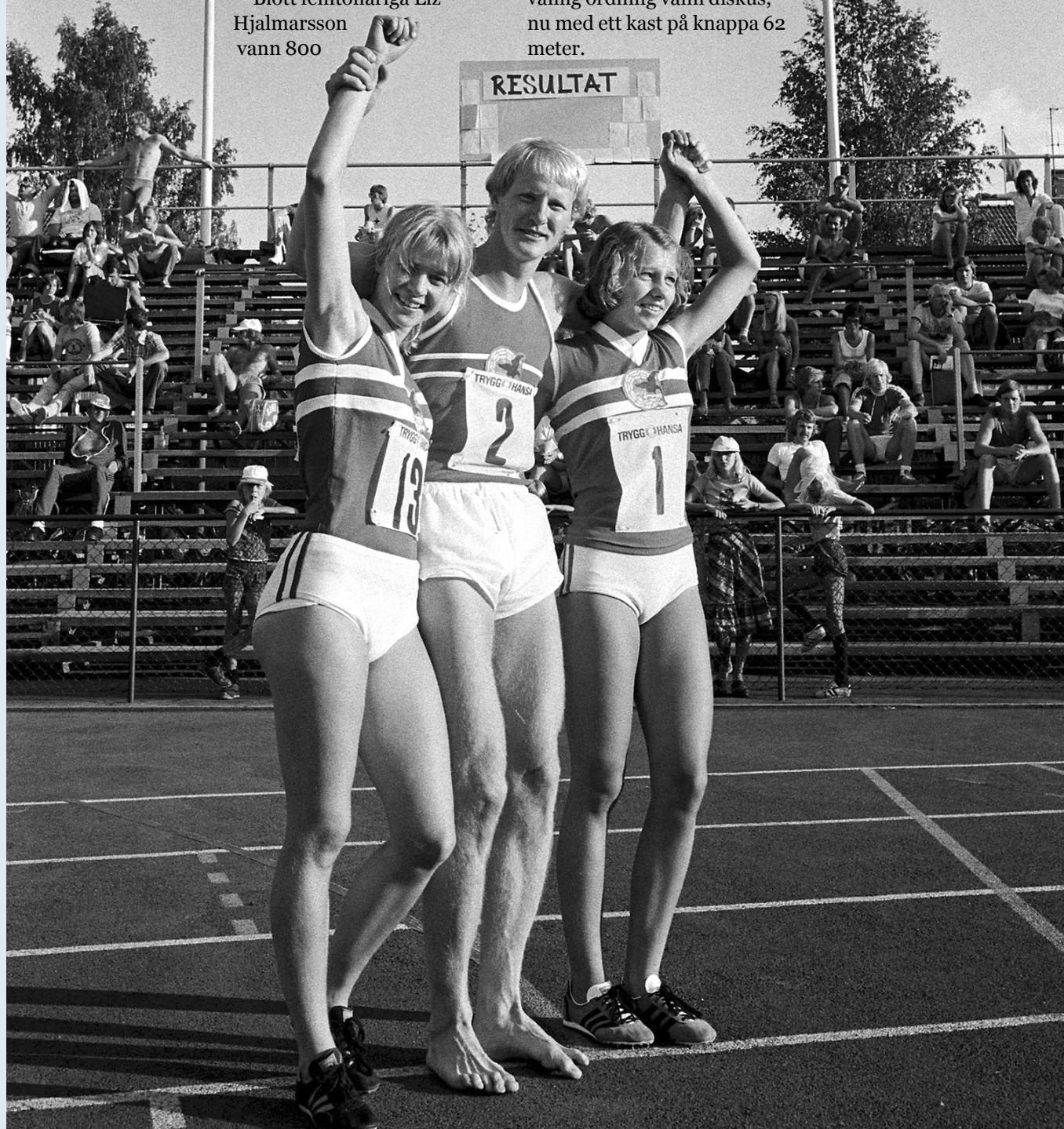
8–10 augusti

En närmast tropisk värme lägrade sig över Karlstad under de tre SM-dagarna. Det tärde hårt på publikintresset. Men med Milovan Jovancics entré som tränare i Karlstad några år tidigare kunde IF Göta nu fira fina framgångar.

Blott femtonåriga Liz Hjalmarsson vann 800

meter och var tvåa på 1500 meter. Lena Bergström knep bronset på 800 och Hans "Slampen" Andersson försvarade sitt guld på 400 meter häck.

Kung på Tingvalla var annars Rick Bruch som i vanlig ordning vann diskus, nu med ett kast på knappa 62 meter.



Glada SM-medaljörer på hemmaplan: Lena Bergström, Hans Andersson och Liz Hjalmarsson.

1990

3–5 augusti

Götas roll som en förening i absolut toppklass manifesterades genom att man blev bästa klubb med en imponerande samling medaljer: fem guld, sex silver och fyra brons!

Med världsnamn som Patrik Bodén, Sven Nylander och Monica Westén stod Göta på absolut topp. Vid EM i Split senare detta år tog nämnda trio tre av de fyra svenska medaljerna.

Och ändå var det Helene Friberg som stal showen med att inte bara vinna tresteg när denna gren för första gången fanns med på det kvinnliga SM-programmet – hon satte dessutom svenskt rekord!



På SM-pallen för fjärde gången i följd: Per Jacobsen tog silver på 3000 meter hinder.

2004

6–8 augusti

Återigen – precis som 1975 – ett SM i solen. Karlstads logotyp försåg arrangemanget med trettiogradig värme! Stefan Holm och Staffan Strand levererade en högkaratig höjdhoppsduell där båda klara 230 – med Stefan som segrare.

Carolina Klüft vann höjd och 100 meter medan IF Göta för en gångs skull blev utan SM-guld. Men åtta medaljer plus fem fjärdeplatser



SM-guld och svenskt rekord: Helene Friberg.

visade ändå på att götisterna fanns med i toppen!

2019

30 aug.–1 sept.

Tingvalla 100 år! Pappa Stefan vann på samma plats femton år tidigare – då var sonen Melwin på väg men ännu ej född. Men nu blev Melwin medaljör när han, blott 14 år gammal, hemförde bronset i pappas paradgren.

Henrik Larsson glädde hemmapublikens blicken med säkra segrar på såväl 100



som 200 meter. Annars var det kastgrenarna, speciellt på manliga sidan, som svarade för storslagna resultat eller vad sägs om Kim Amb 86,03 i spjut, Daniel Ståhl 69,23 i diskus och Wictor Petersson 20,33 i kula!

2025

1–3 augusti

Nu är det dags igen! Denna gång på Sola Arena! Ja, SM tjuvstartar redan dagen före (31/7) då medarrangören Kils AIK bland annat har 10.000 meter på programmet.

Vi får hoppas att vädrets makter står arrangemanget bi och att det blir folkvandring till Sola Arena!

Vi bygger svensk idrott för ungas psykiska hälsa.

BAUHAUS Sportklubb är en ideell idrottsförening öppen för alla, ung som gammal och med sektioner för cykel, triathlon, skidor och friidrott. Unga under 18 år får gå med kostnadsfritt. BAUHAUS Sportklubb erbjuder gemenskap, träning, tävlingar och utbildningar.

Läs mer:

www.bauhaussportklubb.com



BAUHAUS[®]
SPORTKLUBB

Torsdag

18.15	F17/P17 3000m gång	 BAUHAUS
18.15	K 5 000m gång	 BAUHAUS
18.15	M 10 000m gång	 BAUHAUS
19.40	K 10 000m	adidas
20.30	M 10 000m	Sundström 



Stötta svensk friidrott – välj rätt lott!

Folkspel är nationell partner till Svenska Friidrottsförbundet och föreningslivets eget lotteribolag. En ideell organisation som sedan starten 1991 genererat ett överskott på närmare 18 miljarder. Pengar som oavkortat gått till Sveriges klubbar, föreningar och organisationer.

Bara det senaste året har svensk friidrott tjänat 1 875 617 kronor från försäljningen av bl.a. Sverigelotter och Bingolotter.

Scanna QR-koden och stötta din favoritförening genom att köpa en lott.



 Stötta här!

Fredag

12.00	M 100m tiokamp heat 1	
13.00	K Spjut kval	Prioritet Finans
13.00	M Längd tiokamp	
13.10	Para M höjd [2]	
13.45	Para M+K kula [5]	ATEA
14.30	K Diskus kval + Para M diskus [1]	LÖFBERGS
14.30	Para M+K 1500m [5]	adidas
14.45	M Höjd kval	
14.45	Para K 100m I-20 och R-stående [5]	adidas
14.55	Para M 100m S-12, I-20 och R-stående [8]	Folksam
15.00	M Kula tiokamp	
15.00	M Stav kval	
15.35	M 100m fö*	Folksam
15.45	M Längd kval	Folksam
16.15	K 400m fö	ATEA
16.20	M Slägga	
16.35	M 400m fö	
17.00	K 1500m fö	adidas
17.00	M Höjd tiokamp	
17.15	M Kula	ATEA
17.30	M 1500m fö	Sundström 
17.55	K 100m fö	adidas
18.00	K Tresteg	Sundström 
18.15	M Spjut	Prioritet Finans
18.25	M 100m semi	Folksam
18.45	K 3000mH	
19.05	M 3000mH	
19.25	M 400m tiokamp	
19.40	K 100m	adidas
19.50	M 100m	Folksam

* om semifinal utgår löps försök på semifinaltid

Lördag

10.00	K Slägga kval	
10.10	M 110mh tiokamp	
10.30	K 100mh sjukamp	
11.00	Para M 100m R-rullstol [3]	
11.00	Para M+K längd [11]	
11.10	Para K 100m R-71 och R-72 [4]	
11.20	Para M 100m R-72 [4]	
11.30	M Diskus tiokamp	
11.35	Para M+K 5000m I-20 och R-stående [6]	
12.00	K Höjd sjukamp	
12.15	Para M 800m R-rullstol [2]	
12.30	Para M+K 800m R-72 [5]	
12.45	M Tresteg kval	
13.00	M Stav tiokamp	
13.05	K 400mh fö	
13.05	M Diskus Kval	
13.25	M 400mh fö	
14.00	K 100mh fö	
14.30	M 110mh fö	
14.40	K Spjut	
15.00	K 400m	
15.00	K Längd kval	
15.10	M 400m	
15.20	K 1500m	
15.35	M 1500m	
15.50	K 100mh	
16.00	K Kula sjukamp	
16.00	M 110mh	
16.00	M Höjd	
16.15	K 200m fö	
16.20	M Spjut tiokamp	
16.45	M 200m fö	
16.45	M Stav	
17.25	K 200m sjukamp	
17.45	M 1500m tiokamp	
17.45	M Längd	
17.55	K 800m fö	
17.55	K Diskus final	
18.25	M 800m fö	

Söndag

10.00	K Längd sjukamp	
10.15	Para M+K spjut [3]	Prioritet Finans
11.10	K Spjut sjukamp	
11.15	Para K 400m I-20 [3]	ATGA
11.25	Para M 400m I-20 och R-stående [6]	
11.35	Para M 200m R-72 [4]	Sundström 
11.45	Para K 200m R-71 och R-72 [4]	
12.35	Para M 400m R-rullstol [3]	
12.35	M Tresteg	ATGA
12.45	K Slägga	
12.50	M 200m	Sundström 
12.55	K Stav	
13.15	K 400mh	
13.30	M 400mh	adidas
13.30	K Höjd final	
13.45	K 5000m	Folksam
13.50	K Kula	ATGA
14.15	M 5000m	ATGA
14.30	M Diskus	LÖFBERGS
14.30	K Längd	Prioritet Finans
14.40	K 800m sjukamp	
15.00	K 800m	
15.15	M 800m	
15.35	K 200m	
15.50	M 200m	Sundström 

ADIZERO BOSTON 13

TRAIN TO

BE YOUR

EASTEST



Henrik Larsson – laddad för hemmaplan

Karlstadsonen Henrik Larsson kommer springa både 100 och 200 meter under SM – och formen är på topp. Så sent som 22 juli i Varberg sprang han karriärens tredje snabbaste lopp. Karriärens näst snabbaste lopp är även det ifrån i år.

– Det känns riktigt bra! Kroppen svarar och jag ser fram emot att tävla hemma, säger han.

Trots VM i Tokyo som säsongens mål är hemmaplans-SM något extra.

– SM i Karlstad betyder mycket. Jag vill försvara mina titlar inför hemmapubliken!

Maja Åskag – siktar på dubbla guld

Med ett personbästa i tresteg på 14:27 jagar Maja nu Carolina Klüfts svenska rekord på 14.29. Kanske tar hon det nästa vecka under SM.

I längd har Maja visat fin form, inte minst i Karlstad tidigare i år. Majas två bästa hopp, båda 6.75, har hon gjort på Sola Arena (2023 och 2025).

– Mitt bästa minne måste nog vara Folksam GP 2023 när jag hoppade 6,75. Det var en riktigt bra kväll! Det är alltid härlig stämning i Karlstad.

– Målet är att ta hem två medaljer... helst guld! säger hon med ett leende.



Carolin Näslund – jagar personbästa och guld

Carolin Näslund har slagit personbästa med över en meter i år och toppar den svenska årsbästa listan inför SM. Nu ser hon fram emot helgens tävlingar i Karlstad.

– Det har varit en bra säsong och nu känns det som att formen verkligen är på gång!

SM är en av årets stora höjdpunkter för Carolin.

– Det är alltid något extra. En chans att mäta sig mot de bästa och en stolthet att representera klubben. Karlstad bjuder alltid på fin atmosfär och bra publikstöd.





Engla Nilsson – siktar på guld och revansch

Efter EM-bronset i vintras har Engla fortsatt att imponera – senast med silver på U23-EM med ett hopp på 1.93. Formen håller i sig – och nu är hon redo för nya höjder på SM i Karlstad.

– Jag har höga förväntningar och är otroligt taggad! SM betyder mycket för mig och det är en chans att visa vad man går för inför den svenska publiken.

Karlstad förknippas med starka minnen – både goda och mindre goda.

– Jag tog min första JSM-medalj här... men bröt också axeln i samma tävling!

Nu hoppas hon på en skadefri helg – med guld i sikte.

Melwin Lycke Holm – tillbaka där allt började

Förra veckan tog Melwin Lycke Holm JEM-brons med ett nytt personbästa på 2.24. I SM ställer han upp i höjd, längd och tresteg – och siktar högt på hemmaplan.

– SM betyder extremt mycket för mig. Det är platsen där man kröner Sveriges bästa höjdhoppare – och det vill jag vara.

Karlstad väcker särskilda minnen för Melwin.

– SM 2019 var magiskt. Jag tog min första medalj som 14-åring – det är ett av mina bästa minnen i livet.

Nu är målet tydligt: personligt rekord och guld inför hemmapubliken.



Vanessa Kamga – redo för friidrottsfest

OS-femman från Paris, Vanessa Kamga, är i toppform. Förra veckan slog hon sitt egna svenska rekord när hon kastade 65.67 på Göteborgs GP

Trots ett späckat schema med VM, Diamond League och Finnkampen är SM i Karlstad en självklar höjdpunkt.

– SM betyder mycket! Medaljer, poäng till klubben och att få hänga med tävlingskompisar.

Vanessa som inte kan nämna något favorit tävlingsminne från Karlstad är redo att skapa minnen under helgen!

–Det kommer bli friidrottsfest!

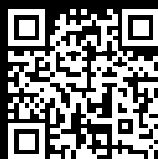


SM 2025 I FRIIDROTT

KARLSTAD/KIL

31 JULI - 3 AUG

STARTLISTOR LIVERESULTAT



Vid visning digitalt klicka på QR-koderma

**Njut av årets
högpunkt på
Sola Arena**

