

## 30 stygn – ingen match för Serenius

ISRACING/FALUN  
Upp emot 30 stygn i foten.

Men det stoppar inte en järnman som Posa Serenius.

– Jag ska försöka åka lite på tisdag, säger isracingveteranen.

Posa skadade foten på träningslägret i Funäsdalen förra lördagen. Han krockade i hop med Stefan Svensson och fick in vänster fot i det egna bakhjulet.

– Såret blev djupt, ända in i benet. Det såg illa ut men inga ledband eller så blev skadade. I dag har jag inte ont och det känns bra.

Så bra att han friskskrev sig och jobbade som brandman natten till söndagen.

– Jag hade lovat en kille att jobba för honom.

Han ska testa på sin hemmabana i Gävle på tisdag.

– Om jag får ner foten i



**Posa Serenius** är positiv inför säsongen – trots 30 stygn i foten.

stöveln. Foten är fortfarande lite svullen.

För att skydda den skadade foten har han gjort ett nytt skydd.

Isracingens tävlingssäsong startar den 26 december med Santa Cups första deltävling i Strömsund. Den och deltävling två i Örnsköldsvik avstår dock Posa ifrån.

– Men jag räknar med att kunna köra i Bollnäs och i Gävle.

Bengt Karlsson

### FAKTA

#### Santa cup

- ▶ 26/12: Strömsund.
- ▶ 27/12: Örnsköldsvik.
- ▶ 29/12: Bollnäs.
- ▶ 30/12: Gävle.

### BANDY

Division 1  
**ÖSTERSUNDS BS-KARLSBYHEDENS IK**  
3-4 (2-2)

**Målen, Karlsbyheden:** Alexander Sundström 2, Jonas Brändholm, Daniel Jansson.

**Om matchen:** Segern blev onödigt knapp med tanke på alla chanser som Karlsbyheden missade. I den första halvleken brändes en handfull frilägen. Det här ledde till mycket nerver och det var nära att Östersund tog ledningen i början på den andra halvleken. Målvakten Jocke Holmstedt orsakade en straff men räddade den. Det blev snudd på matchavgörande. Sedan kunde Karlsbyheden göra två mål och hemmalagets reducering kom först i den 92:a minuten.

**Bäst i Karlsbyheden:** målvakten Jocke Holmstedt, Alexander Sundström, Johan Bergström.

### INFÖR MATCHEN

**IBF Falun–Balrog**  
SUPERLIGAN



**Spelas:** I kväll.

**Tv-sänds:** TV4 Sport 19.00.

**Senaste matcher, IBF Falun:** Storvreta (b) 4-7, Warberg (h) 5-5, Dalen (b) 7-11.

**Balrog:** Pixbo (h) 4-7, Umeå (h) 4-1, Caperiotäby (b) 3-10.

**Spelare borta, IBF Falun:** -.

**Balrog:** Uppgift saknas.

**NOTERA ATT...**

... Falun var drabbat av sjukdomar under uppehållet, men nu är sjukdomsfritt.

... Balrogs tidigare poängkung Mikael Karlsson gjorde comeback mot Pixbo senast trots en pågående kontraktstvist mellan Balrog

och division 2-klubben Hammarby.

... Balrog har spelat två matcher under Faluns 18 dagar långa uppehåll.

... sex Faluspelare fick matchträning i dotterföreningen IBF Falun ungdoms division 2-derby mot Borlänge i torsdags.

... matchen är en stretchmatch när det gäller slutspelsplatser, Balrog ligger åtta med två poäng ner till tian IBF Falun, som har bättre målskillnad.

... det blir första gången i tv för IBF Falun den här säsongen.

**DT-LIRAREN,**

ställning efter tolv omgångar:

Rasmus Enström ..... 4  
Johan Rehn ..... 3  
Jacob Lundmark ..... 2  
Mattias Helgesson ..... 2  
Patrik Malmström ..... 1

**Tips:** 6-5.

Markus Josefsson

# Svenssons skada – Janssons hjälp

FOTBOLL/BORLÄNGE  
**Fredrik Jansson, 33,** opererades för samma skada som landslagsstjärnan Gustav Svensson – bara tio dagar efteråt.

– Jag ska ringa en sjukgymnast på IFK-kliniken för att lägga upp hur de vill att jag ska träna, säger Brageförsvararen.

När Leif Swärdh slipade kambenet, eller höftkulan, på landslagsmittfältaren Gustav Svensson, för att undvika skadad ledyta med höftledsbyte som följd, den 1 december hade Fredrik Jansson av nämnde läkare precis fått veta att det var samma problem som Svensson blev opererad för som hade plågat Jansson hela den gångna säsongen.

– Jag får tacka Sören Andersson i Djurås som har hjälpt mig förut också. Det är hans förtjänst att jag kom i kontakt med Swärdh, säger Fredrik Jansson, som opererades förra fredagen.

– Det har gått riktigt bra, nästan så att man börjar fundera på om det verkligen är opererat.

I torsdags, 16 dagar efter operationen, sade Gustav Svensson till eurosport.se:

– Höften känns väldigt bra, operationen gick bättre än förväntat. Förhoppningsvis är jag tillbaka tidigare, nu ser det ut som att jag ska kunna börja trappa upp redan i början av januari. Jag är mer rörlig i höften nu än vad jag trodde jag skulle vara.



Fredrik Jansson i samtal med tränaren Lennart "Kral" Andersson. Nu talar mycket för att samarbetet fortsätter.

FOTO: KARIN RICKARDSSON/ARKIV



Gustav Svensson i närkamp med Johan Elmander på träningen dagen innan Sveriges träningslandskamp mot Italien i november.

FOTO: SCANPIX

Jansson:

– Jag ska hoppa på kryckor i minst två veckor. Jag får stödja, men inte stödja för fullt. I dagarna ska jag ringa en sjukgymnast på IFK-kliniken för att lägga upp hur

de vill att jag ska träna. Det finns två spelare i Göteborg som har gjort i stort sett samma operation, så de har bra koll på det. Svensson ligger två-tre veckor före mig. I Svenssons fall pratades

Jag får tacka Sören Andersson.

FREDRIK JANSSON

det innan operationen om sex-åtta veckors frånvaro.

I Janssons har det i stället varit tal om tre månader innan han är fullt frisk och i matchdugligt skick.

– Det har gått väldigt fort. För tre-fyra veckor sedan visste jag inte ens vad det var för fel. När jag fick veta det här blev det plötsligt intressant att spela vidare, säger Fredrik Jansson, som dock ännu inte har förlängt kontraktet med Brage.

Markus Josefsson  
023-935 23  
markus.josefsson@dt.se

## Söderlund diskad i premiären

SKIDORIENTERING/  
VEMDALEN

Även en stjärna kan göra fel.

IFK Moras Helene Söderlund stämplade fel och blev diskad i skidorienterarnas medeldistanspremiär.

– Det var faktiskt första gången det hände mig.

Hennes felstämpling upptäcktes förstas inte förrän hon gått i mål.

– Det var en jätteplottrig karta med många kors. Men jag klantade till det och läste fel. Jag förstod först inte vad jag gjort men jag hade varit på en kontroll två gånger.

Nu deppade hon inte speciellt mycket för den här fadäsen. Under helgen fick hon i alla fall de svar hon ville ha.

– Det känns alltid lite

kantigt i början men både åkningen och orienteringen fungerade bra.

Så bra att Helene vann stafetten tillsammans med klubbkompisen Magdalena Olsson och sedan också kortdistansen och jaktstarten individuellt före Alfta-Ösas Josefine Engström.

Nu väntar träning hemma i Mora innan Helene åker längdtävlingen Morapinglan och SM i skidorientering i Arvidsjaur efter nyår. Den tolfte januari reser hon med övriga landslaget till Ryssland för den första världscuptävlingen.

– Det är då jag ska vara i form.

Efter Helenes diskning på medeldistansen togs segern av Åsa Eriksson-Zetterberg, ÖSeT Skido, före Josefine Engström.

I herrklassen segrade



Säsongen har startat för IFK Moras Helene Söderlund. Premiären gav tre segrar och en diskning.

FOTO: BENGT KARLSSON/ARKIV

norrmannen Hans Jörgen Kvåle före Erik Rost, Alfta-Ösa. Erik, som liksom fyran Johan Granath, femman Peter Arnesson och sexan Martin Hammarberg, bor i Borlänge. Men Martin är

### FAKTA

#### Ska bli tränare

- ▶ **Namn:** Helene Söderlund.
- ▶ **Ålder:** 23 år.
- ▶ **Bor:** Falun/Färnäs.
- ▶ **Gör:** läser på högskolans idrottstränerprogram.
- ▶ **Meriter:** VM-guld i stafett, två VM-silver och ett VM-brons 2009. Etta i Ski-O Tour 2009, NM-guld medeldistans och NM-guld i stafett 2009.

den ende som tävlar för en dalaklubb, Kvarnsveden.

I D18 dominerade, inte helt oväntat, Stora Tunas Tove Alexandersson. Hon vann både jaktstarten och medeldistansen med en marginal på över fem minuter i båda disciplinerna.

Bengt Karlsson  
023-936 39  
bengt.karlsson@dt.se

IBF FALUN

BEFORE GAME

Från kl 17.00

Ladda upp innan match!

Sportbuffe+öl, 125:-

Sportbuffe+läsk, 90:-

Plats: Rest. Lugnet.

Välkomna!

v/s

Balrog B/S

måndag 21 dec 19.15

Köp biljetterna på [www.ibffalun.com](http://www.ibffalun.com)

Entree: ungd/pens 50:-, vuxen 100:-