

Ny bansträckning



FALKENBERGS STADSLOPP 2022

Lördagen den **30 juli**
40-årsjubileum!





LOKSTADEN | ARNA

alltid i centrum



HÅRKNUTEN



VI ÄLSKAR DJUR.



AUDIO VIDEO

Vi fixar det digitala hemmet.



WINGOLFS
HÅNDELKÄTSSER



450 gratis parkeringsplatser. Alltid söndagsöppet!

VÄLKOMMEN TILL FALKENBERGS STADSLOPP 2022!

Falkenbergs Idrottsklubb har arrangerat denna fantastiska löpupplevelse i 39 år. I år är det alltså 40-års jubileum! Tyvärr fick vi ställa in ett par år på grund av pandemin, men i år kör vi igen. Vår devis är "För löpare, publik och Falkenberg i centrum". Den är lite mångtydig, men vi vill med den uttrycka varför vi varje år gör detta.

Först sätter vi löparna. De är naturligtvis viktigast, för utan dem blir det inget lopp, och vi kan inte klaga på tillströmningen. Senaste loppet hade vi 2019 deltog 1343 löpare. Det går lite upp och ner, men Falkenbergs stadslopp har över tiden varit väldigt konkurrenskraftigt när många andra lopp har minskat i antalet deltagare. Nu efter pandemin vet man ju inte riktigt men vi märker ett stort intresse från löparna som hela tiden vill ha mer information.

Därefter nämner vi publiken för den är något av Falkenbergs Stadslopps styrka. Loppet kretsar genom centrum på flera olika sätt och löparna passerar vår fina Tullbron vid två tillfällen, för att komma i mål mitt i centrum med mycket publik utmed hela vägen. Där tycker jag att vi verkligen har lyckats.

Sist i devisen skriver vi: Falkenberg i centrum. Falkenbergs Stadslopp är verkligen en stor händelse i Falkenberg. Och Falkenberg är verkligen en evenemangsstad. Under en med erbjudanden fullspäckad sommarmånad har vi lyckats hitta den sista lördagen i månaden som en väldigt populär dag att både springa ett lopp och att titta på det som publik.

Därför vill vi jättegärna ordna ett stadslopp i år igen och även kommande år. Men ett stadslopp snyter man inte ur näsan. I första skedet krävs sponsorer. De har redan ställt upp och gjort denna inbjudan möjlig. En inbjudan som vi hoppas ska kunna locka många löpare så att vi kan genomföra loppet med en rekordpublik.

Välkomna, löpare och publik, till Falkenbergs Stadslopp 2022!

Claes Åkerberg

Ordförande i Falkenbergs Idrottsklubb och projektledare för Falkenbergs Stadslopp





Namn: Kristian Gårdenfelt

Bostadsort: Falkenberg, Skrea Mannaberg

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?
8 ggr

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?

Varma minnen i dubbel bemärkelse, dels värme från publik vid sidan, dels ofta sommarens varmaste dag.

Varför springer du lopp?

Mål med träningen, utmana sig själv.

Hur har löpningen gått under pandemin?

Underhållit löpande träning ca 2 ggr/vecka samt sprungit Coronamilen under 2020 samt Höstmilen under 2021.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Ta det lite lugnt i början av loppet, loppet börjar på riktigt vid Söderbron.

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?

Ja, det hoppas och tror jag.

STÄDTJÄNSTER FÖR FÖRETAG OCH PRIVATPERSONER

MED MILJÖN I FOKUS

Vi vill vara ditt första val när det gäller städtjänster både på jobbet och privat.

Bland våra nuvarande kunder finns:

**Kontor, butiker, industrier,
fabriker, lager och hemstädning.**

STÄDAB



info@fbg-stadab.se • www.fbg-stadab.se • 0346-826 00



BYGGLÄDJE SEDAN
1993

SB Skrea Bilverkstad AB

ad Bilverkstad

Älska varje mil



Namn:

Markus Svensson

Bostadsort:

Hyltebruk

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?

12 gånger.

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?
Pappa sprang 1982 och flera år framåt, så jag blev intresserad.

Varför springer du lopp?

Folkfest och för hälsan!

Hur har löpningen gått under pandemin?

Jag har tränat som vanligt.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Ta det lugnt i starten och ha kul!

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?

Ja!

Sväng in på JJ's Däck och andas ut.

Vi är en fullserviceverkstad som arbetar med personbilar samt tunga fordon. Våra tjänster innefattar: Däckhotell, Däckreparation, Hjulinställning, Internetbokning, Komplet däckservice & Tunga Fordon.



Varmt välkommen, varje gång!

www.jjsdack.se

It's better outside >>

FÖRBERED DIG INFÖR...

FALKENBERGS

STADSLOPP!



SAUCONY AXON 2

En väldämpande succésko med hög och mellansula och styv framfot, och erbjuder mycket komfort, stabilitet, låg vikt och snabb löpglädje. Dam- och herrstorlekar.

1299.-
~~1599.-~~



ASICS GEL-PULSE 13

Denna sko ger dig utmärkt komfort och smidighet i stegen, utformad med en mer förlåtande passform för att passa fler typer av fötter. Dam- och herrstorlekar.

899.-
~~1099.-~~



CRAFT CORE UNIFY LOGO TEE

En mångsidig t-shirt gjord av återvunnen, mjuk och funktionell polyester. T-shirten finns i många färgställningar och har framflyttade sidsömmar för god passform. Dam- och herrmodeller.

2
FÖR
299.-
~~399.-~~



SEGER RUNNING SOCK

Löparstrumpa med ankelhögt skaft. Halvfrotté under häl, fotsula och tår. Ribbstickad krage för att hålla strumpan på plats.

4
FÖR
199.-
~~396.-~~



TACK,
FALKENBERG!

För att du väljer att **handla lokalt** och stötta din lokala butik. Tillsammans håller vi FALKENBERG levande.
/Ola & Martin med personal

TEAM
SPORTIA®
FALKENBERG



NYBAKAT
alla dagar

Peters

KONDITION & STENUGNSBAGERI

www.peterskonditori.se



Rådhusorget
Falkenberg

0346-10077

www.hermansrestaurang.se



Öppettider:

Måndag-Torsdag kl. 07:00-17:00

Fredag kl 07:00-16:00

Oktanvägen 15 B

311 32 Falkenberg

Telefon: 0346-845 30 • E-post: info@carlsson-co.se • www.carlsson-co.se

KÄRCHER Brenderup

Auktoriserad
servicverkstad för
Kärcher



Vi har rätt slöp för
alla behov till rätt
pris!



EXTRABONUS!
Ett gratis podieförflöje
på köpet när du tecknar
vårt sommarkort.

Summerkortet gäller på alla Nordic Wellness-käbber i Sverige. Du har tillgång till gym, gruppträning samt Wellness Online. 100 kr/150 kr för medlemmar/ledarebörst tillkommer per sådant värd. Kortet går ej att aktivera före 1 juni. Resor till och från utlandsresor ej inkluderat.

NORDICWELLNESS



Agneta Helen

Arvidstorpsv. 4 • 0346-151 92



OVES GRÄV o LANTBRUK AB
070-521 90 37



0346-81989

Stanton's

Pizza & salladsbar - Öl & vinrättigheter
MITT I MÅLOMRÅDET!



KONTAKTA OSS GÄRNA FÖR DINA
KOMMANDE BYGGPROJEKT



Sedan 1963 • phbygg.se • info@phbygg.se

2022 SVERIGES VÄCKRÄSTE MOTIONSLOPP

VARBERGS LOPPET

2 JULI

5 KM 10 KM

12.00: Killevarvet
13.00: Papicaloppet
14.00: Varbergsloppet 5 km
15.00: Varbergsloppet 10 km

varbergsloppet.se

Varbergs Sparbank | TEAM SPORTIA | ICA KVANTUM Varberg | Fortinova

BILDEPAN | VS | VATTENFALL |

ARZEN ZOO | APOTEK | SÄNGCOMFORT | AUDIO VIDEO | Electrolux Butiken | WINGOLFS HAYDELUKATESSER

LOKSTALLARNA
alltid i centrum



HÅRKNUTEN



Falkenberg



Vi fixar det digitala hemmet.



450 gratis parkeringsplatser. Alltid söndagsöppet!

FALKENBERGS IDROTTSKLUBBS HISTORIA I NÅGRA KORTA DRAG

Falkenbergs Idrottsklubb eller FIK som vi säger är arrangören bakom Falkenbergs Stadslopp som i år fyller 40 år. Klubben har faktiskt en jättelång historia. Den grundades 1901. På den tiden arrangerades tävlingarna i apotekare Humblas trädgård och löptävlingarna skedde på Storgatan där idag Falkenbergs Stadslopp går till del.

FIKs första tävling arrangerades redan 1902. Då tävlade man i fritt språng med språngbräda, stavhopp, viktlyftning, diskuskastning, längdsprång och kulstötning. 1905 var klubben med och bildade Hallands Friidrottsförbund. Verksamheten har förändrats under åren och har bland annat haft gymnastik, handboll, orientering, skidor och bowling i verksamheten. Under åren har de verksamheterna knoppats av till egna föreningar. Fotbollssektionen bröts t ex ut 1928 och bildade Falkenbergs FF. På så sätt har FIK verkligen varit en viktig kugge i Falkenbergs Idrottshistoria.

Falkenbergs IK har även bidragit till simkunnigheten i Falkenberg och arrangerade simskola under ett 30-tal år. Den verksamheten

övergick till kommunen 1960. Ett annat viktigt bidrag till idrotten i vår kommun är att vi arrangerar årligen det så kallade Skansenloppet som har genomförts sen 40-talet. Det är numera ett barnlopp på 2 km som genomförs på Vallarna. Uppemot 1000 barn springer det varje år och man kan lugnt säga att en väldigt stor andel av de som växt upp i Falkenberg har sprungit detta lopp.

FIK har haft flera framgångsrika friidrottare, den kändaste är kanske Erik "Spänst" Svensson som tävlade för klubben under 30-talet. Han vann OS-silver i tresteg 1932 och hade svenska rekord i tresteg och längdhopp. Våra medlemmar har tagit åtskilliga SM-guld, 2 nordiska guld och ett OS-silver.

Träningen i Falkenbergs IK sker under sommarhalvåret på Falkenbergs Idrottsplats och under vintern i den egna hallen vid Vesterhavsskolan. Verksamheten är omfattande med bortåt 250 barn i träning i 15-20 grupper.

Sedan 1982 har vi arrangerat Falkenbergs Stadslopp - ett härlig millopp i vår vackra stad.



Falkenbergs Sparbank
Bank & Försäkring



Som stolt sponsor till Falkenbergs stadslopp:

Vi önskar alla löpare lycka till!

För oss är det viktigt att stötta bra initiativ där våra kunder lever och bor. Årligen får ett 100-tal föreningar och arrangemang stöd från oss. Vi tycker det ska vara roligt och trevligt att leva just här.

För framtidsdrömmar och vardagsnära möjligheter

www.falkenbergssparbank.se 0346 - 550 00

WIKKLUNDS

Din bygg & industrileverantör i Falkenberg
www.wijklundsjarn.se, info@wijklundsjarn.se
0346-10050



Namn: Helen Mobjer

Bostadsort: Falkenberg

Hur många gånger har du sprungit Falkenbergs Stadslopp?

3 gånger



Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?

Ja, efter loppet 1986 fångade en fotograf på Hallands Nyheter mig på bild. Bilden är tagen direkt efter målgång och jag var så otroligt trött! Men dagen efter närbilden hamnade i tidningen, så kände jag mig väldigt stolt. En härlig känsla att ha klarat av det.

Varför springer du lopp?

Det är stimulerande att ha ett mål, att lägga upp en plan för målet och att sen klara av det. Jag är ganska strukturerad och gillar den veckovisa planeringen för att klara att springa en mil.

Hur har löpningen gått under pandemin?

Bra. Jag började med runstreak den 1/8 2021. Målet är att springa i ett år. Jag har sprungit varje dag sedan dess, jag tyckte det skulle passa bra med stadsloppet som avslutning på runstreakåret, (runstreak = springa varje dag, minst 1,61 km)

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Ja, det finns många bra löpprogram på nätet. Allt från nybörjare till mer vana löpare. Bra och roligt att följa ett program. På själva stadsloppet är det bra att försöka springa i sin takt, och inte hänga på de som springer fortare. Det är lätt att det går för fort..

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023?

Kanske, får se hur kroppen mår. Jag fyller 60 i år.



BYGGLÄDJE SEDAN
1993



Öppettider:
Måndag-Torsdag kl. 07:00-17:00
Fredag kl 07:00-16:00
Oktanvägen 15 B
311 32 Falkenberg
Telefon: 0346-845 30 • E-post: info@carlsson-co.se • www.carlsson-co.se

KÄRCHER Brenderup

Auktoriserad
servisverkstad för
Kärcher



Vi har rätt slöpp för
alla behov till rätt
pris!



Namn: Charlotte Gattzén

Bostadsort: Falkenberg

Hur många gånger har du sprungit Falkenbergs Stadslopp?

Jag har sprungit alla år sedan 2008, så totalt 14 st :-)

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?

Under några år hände det mycket mer längs vägen. Lite liveband som spelade och mer happenings runt omkring och på torget. Då var det mkt mer en folkfest, det saknar jag.

Varför springer du lopp?

Det är en speciell känsla att springa lopp, alltid lite kill i magen när startskottet går och efter målgång är det alltid belöning och återhämtning på Lilla Napoli!

Hur har löpningen gått under pandemin?

Har sprungit regelbundet under pandemin, även Falkenbergs stadslopp och samma runda. Men saknar såklart startlopp o medalj för 2020/2021.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Inga andra tips mer än det ska vara roligt och göras i hastighet utifrån egen förmåga.

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?

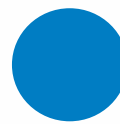
Kommer självklart springa 2023, då blir det ju mitt 15:e och typ som ett litet jubileum!



Rådhusorget
Falkenberg

0346-10077

www.hermansrestaurang.se



Svenssons Fritidsmöbler

Öktnavägen 11 • 311 32 Falkenberg • 0346-844 10 • www.fritidsmobler.nu
Öppettider: Vardagar 10 – 18 • Lördagar 10 – 14 • Söndagar 11 – 16

Finger Prints Reklam

Vi marknadsför ditt varumärke

FYNDA

FALKENBERGS KÖPCENTER

"DET FINNS SÄKERT PÅ FYNDA..."

Ja, med cirka 40.000 olika artiklar i lager så har du stor chans att hitta det du söker hos oss!

PRESENT, TEXTIL, HUSHÅLL, VERKTYG, FISKE, FRITID, FÄRG, LEKSAKER, GODIS, MATTOR, LAMPOR, KONTOR, FÖRVARING, BILVÅRD, VÄSKOR, TAVLOR, TRÄDGÅRD, SPEGLAR, HEMINREDNING, GRILL, ELEKTRONIK, FÖRBRUKNING OCH MYCKET MERA...

VÄLKOMMEN ATT FYNDA!

FYNDA

FALKENBERGS KÖPCENTER

ÖPPETTIDER: VARDAG: 10-18
LÖRDAG: 10-16
SÖNDAG: 11-16

OPTIKBUTIKEN
FALKENBERG
RIKTIGA GLASÖGON TILL RIKTIGA PRISER
TEL: 0346-17 000
KOMPLETTA GLASÖGON FRÅN
395 KR
Nu kan du även träffa ögonläkare hos oss i vår butik! Kom in så berättar vi mer!

Välkommen!
ETT AV SVERIGES STÖRSTA SKOSORTIMENT
BARN | DAM | HERR

KULLENS SKOR
Et leech we know you!
0346-80200

Besök även gärna vår webshop:
www.addelundbergs.se
Tel. 0346-10122
Instagram:
@onskafalkenberg
önska
Hos oss hittar du bra erbjudanden från bl.a.
Weber Orrefors/Kosta Eva Solo Global Målerås Muurikka Hardanger Rörstrand littala Zwilling Bud to Rose Spiegelau

Reparationer, service och mobiltillbehör!
0101-550238
falkenberg@phoneix.se
www.phoneix.se

PHONEIX
Reparationer | Service | Tillbehör | Data
@phoneix.se

VI SÄLJER BL.A.
mint
FASHION
0346-778711
FRÄSCHT MODE FÖR
HONOM & HENNE
ONLY
VILA
VERO MODA
BLEND
ESPRIT

FÖLJ OSS PÅ SOCIALA MEDIER



SÅ MISSAR DU INGA NYHETER,
TÄVLINGAR ELLER ERBJUDANDEN!

PÅ FYNDA RÄCKER PENGARNA LÄNGRE! VÄLKOMMEN ATT FYNDA!
Industrivägen 2 - 311 32 Falkenberg - fyndakopcenter.se - info@fynda.se - 0346-655220



Namn:
Johan Håkansson

Bostadsort:
Falkenberg

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?
Jag har sprungit 7 lopp tidigare.

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?

Det starkaste och bästa minnet är från 2019. Kanonväder, mycket folk och det gick bra för egen del.

Varför springer du lopp?

Jag springer för upplevelsen som man inte får när man springer själv. Dessutom har man något att träna för och det givande att utmana sig själv.

Hur har löpningen gått under pandemin?

Det har gått bra. Jag har faktiskt sprungit mer nu än vad jag gjorde innan pandemin. Suget för att springa lopp har bara blivit större.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Gå inte ut för hårt i början. Försök hålla ett jämnt och kontrollerat tempo. Njut av upplevelsen och öka mot slutet.

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?

Absolut, det kommer jag göra.



SPRING, SPRANG, STRETCHA!

winternet.se
Storgatan 31, Falkenberg
0346 - 92302

winternet
WEB & REKLAMBYRÅ

Tävlingsdag	Lördagen den 30 juli 2022 – 39:e loppet (Sedan 1982, med uppehåll 2020 och 2021)		
Loppen	Stadsloppet 10 km Damer Stadsloppet 10 km Herrar		
Tidsprogram	Anm: 2022 är det ny starttid för 10km Kontrollera www.falkenbergsstadslopp.se inför Stadsloppslördagen. 12:00 Start Stadsloppet 10 km ca:13:00 Prisutdelning Stadsloppet		
Start	OBS - Ny startplats! Läroverksgatan vid Boulehallen		
Mål	Nygatan – centrum		
Anmälnings- avgift	Stadsloppet 10 km	350:-	Efteranmälan + 100:-



renta

MASKINUTHYRNING



@Rentasverige #rentasverige

renta.se

Anmälan och betalning	<p>Anmälan senast 19 juli 2022. Därefter gäller efteranmälan enligt nedan. Anmälan görs via hemsidan www.falkenbergsstadslopp.se</p> <p>Alternativt via inbetalning till bankgiro: 453-0887 Ange då uppgifter om löparen via meddelande på inbetalning: - Namn, klubb/förening/ort, födelseår, klass, fullständig adress och ev. e-postadress. OBS! Saknas det plats för alla uppgifter, e-posta till info@falkenbergsstadslopp.se eller skicka brev till: Falkenbergs IK, Box 72, 311 21 FALKENBERG. Anmälan registreras när betalning inkommit.</p>
Efteranmälan	<p>Efter 19 juli 2022. Görs som "normal" anmälan via anmälningsportalen på hemsidan! Erhålls då ett bevis på anmälan som visas upp vid nummerlappsutdelning. Notera: Du kan betala med kort, eller via Swish! </p>
Startgrupper	<p>Vi tillämpar självskattning med gemensam start. D v s att du som löpare ansvarar själv för att ställa upp i lämplig position i startområdet. Startleden markeras med flaggor med en bedömds kilometertid. T ex 4:30 / km Det är för din egen säkerhet att inte bli nedsprungen. OBS! Respektera detta med att starta i för dig lämpligt startled!</p>
Vätska	<p>Det finns en vätskedepå vid startområdet plus minst tre (3) stationer utmed 10 km-banan.</p>
Omklädnin	<p>Falkenbergs Idrottshall - I anslutning till startområdet.</p>
Personlig information	<p>Genom anmälan registreras dina uppgifter. Det för att vi skall kunna skapa deltagar- och resultatlistor. Vi lagrar dock inget personnummer. Vi följer regelverket enligt GDPR. Vid anmälan samtycker du till att:</p> <ul style="list-style-type: none"> · vi som arrangörer har tillgång till din kontaktinformation. · ditt namn, klubbtilhörighet och åldersklass publiceras i deltagar- och resultatlistor och kan användas för snabbval vid anmälningsrutiner. · din kontaktinformation används för att kunna skicka information om vårt och liknande evenemang för att ge dig som löpare bästa service. <p>Kontakt oss som arrangör om du önskar bli borttagen från vårt deltagarregister!</p>
Nummerlappar	<p>OBS – Ny plats - Onsdag 27 juli – Fredag 29 juli på Team Sportia, Lokstallarna i Falkenbergs Lördagen från kl 09:00 vid startområdet.</p>
Förvaring	<p>Vid startområdet finns möjlighet att lämna in väskor, överdragskläder m m till förvaring under tiden du genomför Falkenbergs Stadslopp.</p>
Lagtävling	<p>Onominerat lag med 4 löpare. Valfri mix av kvinnor och män anmäls. Anmälan görs individuellt och uppges samma lagnamn. Vid resultatberäkningen görs tidsavdrag om 6 minuter för varje kvinna i laget innan de fyra bästa löparnas tider läggs ihop. OBS! Efteranmälan gäller ej!</p>
Tidtagning	<p>Enligt Svenska friidrottsförbundets tävlingsregler gäller tiden från startskottet, d v s bruttotiden. Första löpare i mål är därför loppets segrare. Det innebär att underlaget för prisutdelningen är bruttotiderna. I resultatlistor kommer nettotid också att redovisas. D v s den tid från när startlinjen passerades. Läs mer på www.falkenbergsstadslopp.se</p>
Veteran	<p>Ange födelseår vid anmälan. Särskilda resultatlistor 40-, 50-, 60- o 70-årsklasser</p>
Frågor	<p>Ytterligare information kan sökas via hemsidan: www.falkenbergsstadslopp.se Frågor hänvisas till: info@falkenbergsstadslopp.se Tävlingsdagen finns kansli och administration inne i Sparbankens lokaler, Falkenberg</p>



Falkenbergs Sparbank
Bank & Försäkring



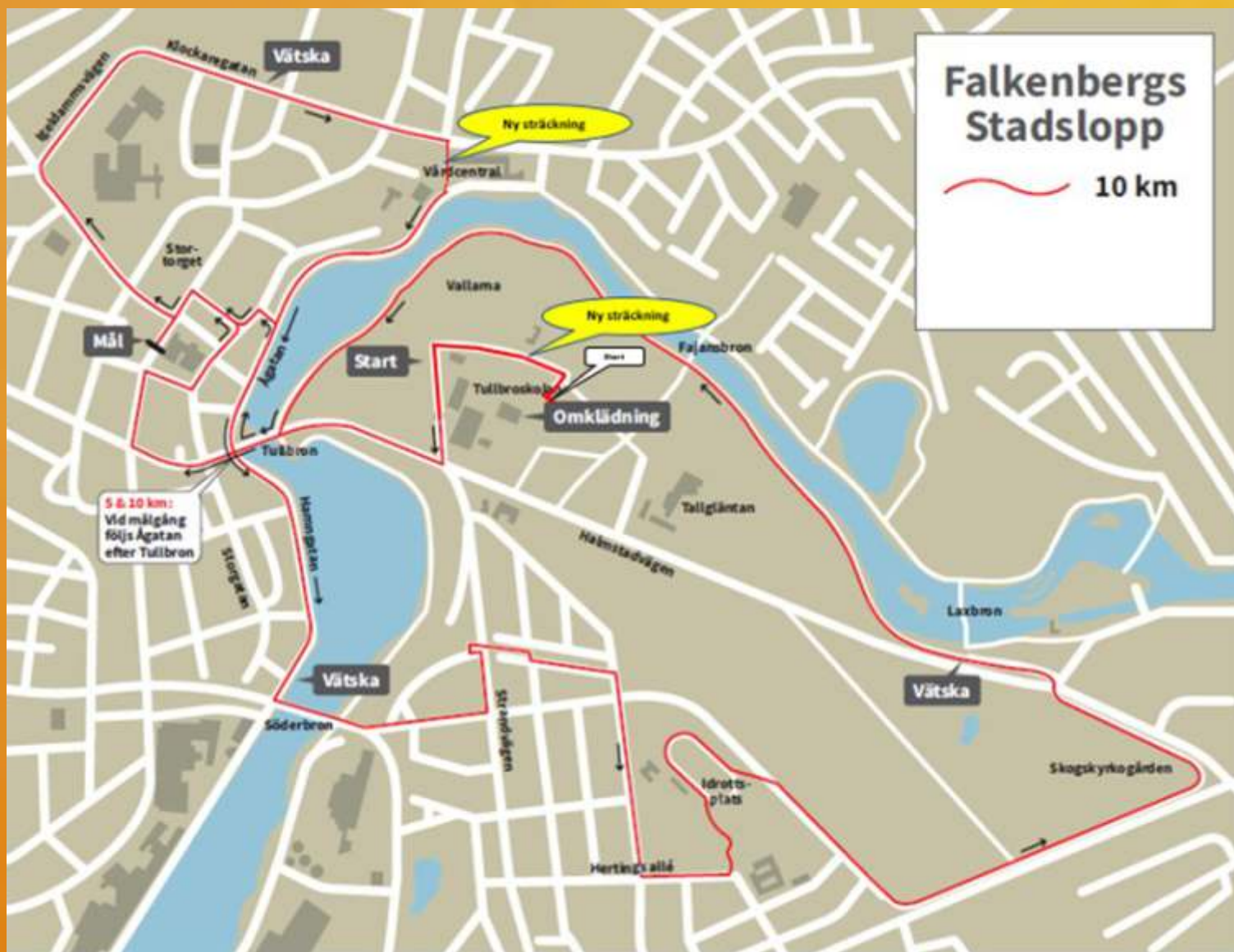
Som stolt sponsor till Falkenbergs stadslopp:

Vi önskar alla löpare lycka till!

För oss är det viktigt att stötta bra initiativ där våra kunder lever och bor.
Årligen får ett 100-tal föreningar och arrangemang stöd från oss.
Vi tycker det ska vara roligt och trevligt att leva just här.

För framtidsdrömmar och vardagsnära möjligheter

www.falkenbergssparbank.se 0346 - 550 00



NY BANSTRÄCKNING FÖR 5- OCH 10-KM LOPPEN

Inför årets lopp har det skissats på och kontrollmätts en ny bansträckning för 5 respektive 10 km loppet.

Bakgrunden och orsakerna är flera, men bl a:

- Bansträckningen har blockerat trafiken som vill in till vallarna friluftsteater
- Det har uttryckts att banan på Herting efter Söderbron varit tung och tråkig

En ny sträckning har då hittats där löparbanorna på Falkenbergs IP blir en del av bansträckningen.

För de som springer 10 km innebär det att banan efter Söderbron går: Lundbergsgatan – Strandvägen – Över Strandvägen på viadukten (gamla banvallen) – Södra Linjevägen – Allévägen – Hertings allé – Falkenbergs IP – Skogsvägen, för att därefter ansluta på den tidigare sträckningen vid cykeltunneln under Kristineslättssallén.

Vi ser detta som en spännande sträckning och hoppas dels kunna skapa något kul på Falkenbergs IP, samt dels att boende utmed den nya bansträckningen för möjlighet att på nära håll följa och uppmuntra löparna.

Vi upptäckte också att om vi senarelägger starten för 5 km och låter de löparna ansluta till 10-km sträckan, kommer det bli samma bansträckning de sista fyra kilometrarna. 5 kilometerslöparna kommer då dels få uppleva de vackra kilometrarna utmed Doktorspromenaden, och dels den avslutande utmaningen med Bryggarebacken och publikens uppmuntrande tillrop.

Effekten blir också att första löpare i mål kommer bli segraren i 10km-loppet.

Vi ser med spänning fram emot hur denna bansträckning kommer uppfattas av både publik och löpare.

NYHETER INFÖR LOPPET 2022

- Vi genomför enbart stadsloppet 10 km herrar och 10 km damer.
- Starten är kl 12.00.
- Starten är flyttad lite längre in mot Vallarna. Närmare bestämt utanför Boulehallen.
- Vi svänger av lite tidigare vid vårdcentralen för att delar av promenaden längs Ätran är avstängd pga rasrisk. Det är en förkortning och därför har vi flyttat starten lite.
- Vi har vätskestationer med vatten och sportdryck.
- Eftersom vi ändrat banan kan vi i år inte garantera att distansen är exakt 10 km vilket vi kunnat tidigare. Nästa år kan lägga vi antagligen banan på den vanliga sträckningen.
- Medaljer/plaketter till löparna vid mål.
- Målområdet kommer att bli mer koncentrerat i år då arrangemanget genomförs under en kortare tid mitt på dagen.



**Magisk stämning
kommer inte utav sig
själv!
Den måste skapas av
någon...**

www.peterrylander.se



Namn:
Katarina Karlsson Frisch

Bostadsort:
Falkenberg

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?
Jag har sprungit Falkenbergs Stadslopp två gånger tidigare.

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?
Ena gången var det riktigt kallt och andra gången stekhet.

Varför springer du lopp?

Jag springer för att hålla kroppen igång och för att rensa hjärnan. Det är alltid kul att ha ett lopp på gång för att hitta motivationen.

Hur har löpningen gått under pandemin?

Löpningen har gått bra under pandemin. Oftast tränar jag ensam, men eftersom det är en utomhussport har det funkade fint att träna tillsammans med löparkompisar också.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Mitt bästa tips inför loppet är att inte dras med i ett för högt tempo i början. Jag vill kunna njuta av loppet och ha lite ork kvar på slutet när man defilerar förbi publiken på upploppet!

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också? Absolut, det kommer jag göra.
Om inget kommer i vägen så tänker jag absolut att springa Falkenbergs Stadslopp 2023.



SKÖLD FORSBERG

ARKITEKTER & INGENJÖRER

VI TAR DITT BYGGPROJEKT FRÅN IDÈ TILL VERKLIGHET

Vi hjälper dig med:

- Arkitekturritningar
- Konstruktionsritningar
- Entreprenadbesiktningar
- Kontrollansvarig
- Byggledning
- Projektledning

VÄLKOMNA!

www.skoldforsberg.se



ODD FELLOW
ORDEN



Husmanskost - Drive IN - Fester - Catering

Varje vardag erbjuder vi
3 olika rätter, välj mellan

Kött - Fisk - Pasta

Välkomna!

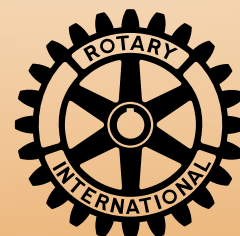
Hamngatan 39 0346 - 103 03
www.hamnkrogenfalkenberg.se



Blomsterbörsen



Rotary





Namn:
Andreas Yngvesson

Bostadsort:
Falkenberg

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?
3 ggr innan

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?

Första loppet var lite speciellt då det mer eller mindre var mitt första tävlingslopp. Jag fick rådet att ta det väldigt lugnt i början. Jag tog det så lugnt att min farsa, som stod och kolla vid 4km, trodde jag hade brutit loppet för jag kunde omöjligt vara bakom de som passerade vätskekontrollen vid 4km

Varför springer du lopp?

Helt klart känslan efteråt. Normalt sett springer jag längre lopp och mestadels i skogen men just känslan efteråt att man genomfört något som man tränat för och att man pressat kroppen till det yttersta.

Hur har löpningen gått under pandemin?

Nästan bättre då jag jobbat mestadels hemma och kunnat komma ut lite tidigare än om jag jobbat på kontoret

Har du några tips till andra löpare inför loppet?

Siktat du inte på top 10 så se till att njut och spring utan hörlurar. Det lyfter att få hejarop utmed vägen

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?

Självklart!



Det är bara vatten.

Det allra viktigaste vi har.

Vatten är en förutsättning för allt liv och en av våra stora klimatutmaningar. Ändå tar vi det för givet.

Under sommaren är vi många som använder vårt dricksvatten. Genom att till exempel stänga av kranen under tandborstningen och skaffa regntunna för att vattna i trädgården kan vi alla spara massor av dricksvatten – vårt allra viktigaste livsmedel.

På www.vattensmart.se tipsar vi om hur du kan spara vatten i vardagen och om hur vi kan undvika bevattningsförbud.

**Med hjärta för en hållbar framtid.
Tillsammans gör vi det möjligt.**



TILDES VÄG TILL FRAMGÅNG

Faktaruta

Namn: Tilde Johansson

Ålder: 21 år

Klubb: Falkenbergs IK

Gren: Längdhopp

Personbästa: 6.73



Tildes liv som friidrottare

Tilde Johansson har tävlat för Falkenbergs IK sedan hon var 7 år gammal. Tilde har ett antal juniormästerskapsmedaljer på sin meritlista. Hon har fått äran att ta på sig landslagskläderna närmare 15 gånger och representerat Sverige både på VM och EM. 2019 slog hon svenskt juniorrekord i längdhopp med 6,73. I denna intervju berättar Tilde varför hon valde att satsa på friidrotten. Det bästa och sämsta med att vara elitidrottare, samt om hennes framtidsplaner.

Varför började du med friidrott?

När jag var liten testade jag många olika sporter och friidrott var en av dem. Jag fastnade för friidrott eftersom jag alltid har gillat att springa och hoppa. Sedan har jag alltid tyckt om att tävla.

När bestämde du att satsa på friidrotten på allvar?

Året jag fyllde 15 år fick jag mitt stora genombrott då jag på Världsongdomsspelen på Ullevi i Göteborg och hoppade 6.50 i längd. Det innebar att jag blev världsetta på års statiken för tjejer i åldersklassen som var två år äldre än mig. Efter det året valde jag att sluta med fotbollen, som också var stor prioritering i mitt liv just då, för att satsa helt på friidrotten.

Vilken är din bästa säsong hittills?

2019 är absolut det bästa resultatmässiga friidrottsåret jag gjort. Under inomhussäsongen lyckades jag ta hem 3 senior SM guld till Falkenbergs IK. Det var mina allra första SM medaljer på seniornivå, vilket var superkul. Jag fick även, för första gången, ta steget in i seniorlandslaget den vintern. Det för att representera Sverige på inomhus EM i Glasgow. Under utomhussäsongen 2019 fick jag även möjligheten att representera Sverige på ett stort internationellt mästerskap. Då var det på VM som arrangerades i Doha, Qatar. Det var en häftig upplevelse, där jag gick ifrån mästerskapet med massor av nya erfarenheter. Senare den sommaren lyckades jag även ta hem två medaljer på junior EM. Ett guld på 100m häck och ett silver i längdhopp. Jag hoppade även in mig i historieböckerna

när jag på Karlstad GP slog Erika Johansson svenska juniorrekord med resultatet 6.73. Det är fortfarande mitt personbästa idag. Men, som jag siktar på att förbättra under 2022.

Förra året gjorde du ett tränarbyte, hur har det känts? Det har känts bra. Tränar numera i Göteborg tillsammans med Yannick Tregaro och en elitgrupp med 12 aktiva. Det har blivit en stor förändring både tränings- och miljömässigt. Men jag trivs jättebra. Även fast jag tränar i Göteborg, tävlar jag fortfarande för min moderklubb, Falkenbergs IK, vilket jag är glad för att göra.

Vad är det bästa med att vara elitidrottare?

Det bästa med att vara elitidrottare är att man får uppleva otroligt mycket. Det är kul att få ta del av nya miljöer och kulturer. Träffa nya människor som har liknande mål och driv som en själv. Fördelarna med friidrott är att det är väldigt tydligt ser sin utveckling och om man har nåt framsteg. Det är det som gör det kul och driver mig. Jag älskar verkligen både att träna och att tävla, och att få ha det som sin livsstil är jag jättetacksam för.

Finns det någon nackdel med att vara elitidrottare? Största nackdelen är när det kommer motgångar. Det är tufft när man jobbat hårt men inte når sina mål. Friidrott är ju en sport där man ser tydligt om man når resultatmässig framgång, vilket jag gillar. Men, det är också en nackdel eftersom man verkligen får svart på vitt om man inte tagit kliv framåt i sin utveckling, och det kan innebära stor press. Men, motgångar ingår i elitidrott och jag tror det är hur man tacklar och hanterar dem som gör att man blir bättre.

Vad gör du på fritiden?

På min fritid mår jag bra av att spendera tid med min familj och vänner. Jag tycker även om att laga, och äta, god mat. Sedan är jag väldigt sportintresserad, så jag älskar att kolla på sport både på tv och live. Vid sidan av friidrotten studerar jag just nu företagsekonomi på halvfart.

Vilka är dina framtidsmål?

Denna sommar finns det mycket roligt att se fram emot. Det kommer både ett EM och ett VM. Jag har som mål att kvala in till båda. Mina mål inför denna sommar är, som alltid, inför varje säsong, att hoppa så långt som möjligt. Jag skulle gärna vilja slå ett nytt personbästa. Det skulle vara fantastiskt kul! Om man tittar ännu längre fram i framtiden så är mitt långsiktiga mål att någon gång få representera Sverige på ett OS. Vilket är en dröm som då skulle gå i uppfyllelse.



Grand Hotel

FALKENBERG



Hvitån

FALKENBERG

CRAFT



BYGGLÄDJE SEDAN
1993

Finger Prints

Reklam

Vi marknadsför ditt varumärke



070-521 90 37

Allt för friluftslivet

Kläder, skor och utrustning till riktigt låga priser!



Slitstark och stretchig
fritidsbyxa till
KANONPRIS!

395:-

ÖPPET: VARD 7.30 - 18 • LÖRD 10 - 14

ENGELSONS

Kanslistvägen 6, Falkenberg • Tångarondellen • 0346-71 300

Allt i butiken hittar du även på www.engelsons.se

0346-81989

Stanton's

Pizza & salladsbar - Öl & vinrättigheter
MITT I MÅLOMRÅDET!



KONTAKTA OSS GÄRNA FÖR DINA
KOMMANDE BYGGPROJEKT

Sedan 1963 • phbygg.se • info@phbygg.se



Svenssons Fritidsmöbler

Oktanvägen 11 • 311 32 Falkenberg • 0346-844 10 • www.fritidsmobler.nu
Öppettider: Vardagar 10 - 18 • Lördagar 10 - 14 • Söndagar 11 - 16



Dekaler
TEXTILTRYCK
Bildekor *Skyltar*
Giveaways
Layout
DIGITALTRYCK

Troligtvis marknadens bredaste utbud hos EN leverantör.

SYSTEM **HALL**

EFFEKTIVISERAR TRÄINDUSTRIN

Vi letar alltid efter duktiga tekniker,
Besök oss på Systemhall.com för att
lämna din ansökan

Välkommen till din lokala bank i Falkenberg



Sandgatan 34C, 2 tr, Falkenberg, 0346-629 80
falkenberg@handelsbanken.se

Handelsbanken



Stålboms
KONDITORI

Arvidstorpsvägen 20 • Falkenberg
Tel 0346-130 92

LIVET ÄR FÖR KORT
FÖR ATT INTE
UNNA SIG EN LÅNG FIKA



ENGAGEMANG HELT ENKELT

ETIKIT

HELHETSLEVERERANATÖR INOM
IT | TELEFONI | COPY/PRINT

Ditt lokala tryckeri

Broschyrer, vepor, skyltar, affischer,
layout, foto och allt det där andra!

Falkenbergs revyn



Namn:
Henrik Bernhardsson

Bostadsort:
Falkenberg

Hur många gånger Falkenbergs Stadslopp?
Har inte varit med så många gånger. Kanske 4-5 gånger.

Har du några speciella minnen från Falkenbergs Stadslopp?
Tycker varje gång man är med så är det en härlig känsla med all publik rund hela banan.

Varför springer du lopp?
För att det är en kul grej å göra i sin hemstad! Och att få uppleva stämningen.

Hur har löpningen gått under pandemin?
Jag har hållit i löpning bra under pandemin.

Har du några tips till andra löpare inför loppet?
Se loppet som en bra träningsrunda och försök att njuta.

Kommer du att springa Falkenbergs Stadslopp 2023 också?
Ja det kommer jag att göra.

SPRING INTE SÅ FORT

Jag har haft nöjet att titulera mig löpare i större delen av mitt liv. Ändå var just löpning det jag var sämst på när jag gick i skolan. Jag kom alltid bland de sista när vi skulle springa terränglöpning. Då tyckte jag att löpning är det värsta som finns. Jag tror att jag vet varför jag var så negativ till löpning och jag kommer till det så småningom om du hänger med lite till i texten.

En kompis och jag tyckte att gympalektionerna på gymnasiet var tjatiga så vi frågade läraren om vi inte fick knalla bort till terrängspåret vid Tullbro och springa istället. Hör och häpna, det fick vi. Och det gjorde vi också även om jag idag inte skulle kalla det för stentuffa träningspass. Det blev en början på en livslång löparkarriär.

I lumpen körde befälen ut oss till Skedalahed och sen fick vi springa hem till regementet. Så mäktigt att kunna springa en hel mil. Militärtjänsten introducerade även terränglöpningen i form av orientering och trots att jag sprang bort mig fullständigt och kom överlägset sist i mål tappade jag inte intresset, tvärt om. Som ungdom och

student hade jag turen att få umgås med andra ungdomar som gillade att springa och vi triggade varandra. Lopp började jag springa under studietiden i Uppsala och härom och i maj sprang jag mitt 19-e Göteborgsvarv.

Ibland undrar jag varför jag springer. Jag har kommit till slutsatsen att jag gillar att komma ut i naturen. Årstid och väder spelar ingen roll.

Varför gillade jag inte löpning som barn då? Jag tror helt enkelt det var att som barn springer man för fort och då blir man trött. När jag springer med ungdomar får jag alltid hålla igen dem och då upptäcker de att de orkar springa så mycket längre. Det är helt enkelt mitt råd. Spring inte så fort, då orkar du längre.

Claes Åkerberg



UPPTÄCK FALKENBERG



FBG

falkenberg.se