

## FIS renn i ÅL og Hemsedal 18 – 22 april 2008

Sesongen går mot slutten, men det gjenstår noen riktige utfordringer. Det skal kjøres SSL over to dager i Svartebergløypa i ÅL, og to SG renn i Hemsedal. Påmeldt er Tommy Akselsen, Christer Myrås og Haakon Wiik.

Med på turen denne helgen var også Tone og Tore Akselsen, Ann-Grid og Tore Wiik, som sammen med Tommy og Haakon skulle tilbringe noen fine dager på Ål i Hallingdal.

Anete Myrås og Christer hadde reist litt før og skulle bo på Gol.

Avreisen går kl 17.00 fra Fjellhamar, via Nittedal da Tore A fanger opp en radiomelding om tett trafikk i Oslo. Følget stopper på Nesbyen og handler mat og drikke (kl var nå blitt 20.03, så Tore og Tore fikk bare kjøpt brus!).

Målet var nå å rekke lagledermøte kl 21.00 i Ål. Her deltok Tore og Tore som ankom hytta på Votndalsåsen ca kl 2230, da var resten av følget vel inlosjert og kveldmaten var klar.

FIS-løperne tok kvelden tidlig- alle skulle opp kl 0600, da besiktigelsen startet kl 07.00.

Dameklassen skulle denne gangen kjøre etter herreklassen- så gutta skulle starte kl 07.45

Storslalåmen i Ål bakken ble ikke avviklet helt uten dramatikk, Haakon sin ski løste ut i første omgang, og han fikk seg noen runder nedover henget- men uten å skade seg.

Det var god innsats fra alle, i de flotte forholdene som var denne dagen. Etter vel gjennomførte konkurranser ble kl over 16.00 før vi kom opp på hytta. Her skulle alle spise en bedre middag, og slappe godt av før Søndagens konkurranse.

Ettermiddagen ble effektivt brukt av alle, gutta preppet ski og sjekket resten av utstyret . Av smøring falt valget på en rød høy fluor fra -2 til +4. Nattemperaturen disse dagene var ca -6 grader. Dagtemperaturen lå på mellom +5 og +10. Føret kunnr dermed veksle en del, avhengig av om det ble utsettelse eller ikke.

## Hytta vi bodde på –



*Litt afterski. Det er viktig å slappe litt av, mellom mye bilkjøring, tidlige frokoster og prepping av ski.*

Det smakte godt med spekemat og litt tilbehør. Dette er jo en hyggelig del av det å drive med en uteaktivitet om vinteren – i tillegg til det å glede seg over utøvernes innsats.

## Når sola skinner allting bra.....



*Joda- det ble tid til crusing for oss som bare var med. Her Tone, Ann-Grid og Tore A. Det var utmerkede forhold, fint vær og 110% cord. I bakgrunnen kan en se Skogshorn i Hemsedal. Bildet er tatt fra toppen av fjellheisen i Ål bakken.*

Søndag startet like tidlig, med samme program. Vi hadde ca 20 min biltur ned fra hytta til bakken – og det er lurt å ha noen minutter ”å gå på”, så unngår en unødvendig stress og mas.

## Stor fart i bratthenget



*Haakon i fin driv – storslalåm søndag.*

Haakon er medlem av Lørenskog Alpinklubb, men har de siste årene hatt ett trenings samarbeidet med Rælingen Skiklubb. Dette har han vært veldig fornøyd med, og ser frem til nok en sesong med fin utvikling.

## Storslalåm Søndag



*Christer går tett på både porter og bakken.*

Christer satser friskt på skisporten, og han vurderer i disse dager å knytte seg til ett skigymnas, for å utvikle seg videre. Uansett ønsker han å delta en del på treningene til RSK fremover.

## Portdommer (eller gate-keeper som vi lærte oss) i Ål bakken



Her er teddy`n til Tone i gang med dugnadsarbeid- her også . Det er vel ikke alltid like hyggelig vær å sitte ute i da- vi var enige om ikke å klage på solen, men det ble noen ganger litt vel varmt. (men bakken holdt bra).

Søndag var det Tommy sin tur, han mistet trykket på ytterski, og vips så gikk det snutt i snurr nedover øverste hengkanten- til alt hell uten noen skader. Det går merkelig nok bra de aller fleste ganger, selv om vi desverre nok opplever skader som tar tid å restituere.

Utover ovennevnte to utkjøringer gikk alle gjennomkjøringer bra for gutta.

**Det er mye venting .....**



*I bakgrunnen sitter Christer og Haakon og går gjennom løypetraseen. Anete, Tone og Ann-Grid slår av en prat- kanskje om det fine været ?.*

Tore W ble igjen med Haakon og Tommy i Ål. Det ble en tidlig frokost på mandag, i det besiktigelsen startet kl 07.00, og vi hadde ca 45 min å kjøre til Hemsedal, men det gikk nå det og.

## Mandag gikk turen til Hemsedal.



*Elgen Einar, Tiger-Lars og Rune – Pus, ble også observert i bakken denne dagen.*

Det er ”år og dag” siden sjåføren hadde vært i Hemsedal (utrolig nok). Så hvor lang kjøretid som skulle settes fra hytta på Ål og til skisenteret i Hemsedal var usikkert. Det viste seg at ca 55 minutter var passe. Gutta hvilte i bilen, og frokost og matpakker ble laget kvelden før. (Nå overhørte jeg noen setninger om burger, baguetter, etc – men det må ha kommet fra noen andre en gutta våre).

## Med slikt vær blir det ekstra gøy å være FIS løper



*Christer - her knipset etter andre runde Super –G i Hemsedal - i bedre humør etter dag 2, siden han feilet i siste hengt under rennet mandag.*

Miljøet i bakken bærer tydelig preg av FIS-renn denne dagen. Det kryr av løpere, folk fra støtteapparatet, bakkemansker og ikke minst en og annen journalist. Jeg følte meg ikke særlig mer enn halvproff der jeg stod- med knapt middels kunnskap om ski og FIS-renn. Anete hadde god oversikt over tider, frister og hadde fått hentet startnummer til gutta.

Super- G renn har en egen ”nerve” i seg. Mandag morgen startet rennet slik en arrangør kan frykte. Damene startet først og av de 13 første løperen kjørte 5 ut, hvorav ett tilfelle endte med flere brudd. Dette resulterte i omstikk av løype og ny besiktigelse, samt også at renn nummer 2 ble utsatt til tirsdag.

## Ikke bare ski



*Det blir tid til litt annet en bare ski- inn og ski – ut ; her er Tommy og Caroline.*

Det er jo hard konkurranse da, når blant annet Lars Myhre og Bjarne Solbakken stiller først i køen og kjører opp løypa. Men disse dagene er med på å øke lysten til å drive på videre, og sette seg mål for neste sesong. Vi som foresatte får bare ønske FIS gruppen lykke til videre, - vi skal gjøre det vi kan for at de lykkes på å nå de målene de setter seg, i samarbeid med trener - teamet.

*Tekst/foto: Tore Wiik*