

Ragnhilds maktdemonstrasjon

BORGE: Ragnhild Myrvold viste styrke, la hun utklasset konkurrentene i det 16.5 kilometer lange Blodslitet i orientering i Østfold lørdag.

De John Hostvedt

Riktignok manglet Hanne Staff og Elisabeth Ingvaldsen, de var opptatt med parkorientering i Japan, men vi tviler faktisk på at de to kunne gjort noe særlig med 4-åringen fra Hindåsveien. Selv vil ikke KOL-jenta ha noen mening om akkurat dette.



STAKK FRA: Ragnhild Myrvold har passert Birgitte N. Husebye etter snaue åtte kilometer og drar rett i tet.

– Vet ikke, er det diplomatiske svaret.

Avslappet

For Ragnhild var lørdagens løp sesongfinalen. – Jeg var nokså avslappet for start, men fant jo ut at jeg fikk trå litt til all den tid Lp var på plass...

Og det gjorde hun så absolutt. Selv trodde hun Hanne Sandstad kom til å bli en hard konkurrent, men det tipset slo ikke til. Hun brøt.

I stedet var det Yvonne Gunell som ledet på første meldepost foran Birgit Økern Jensen, mens Ragnhild var på femteplass. Nå hadde hun øyekontakt med teten så her var ikke noe avgjort.

Ville ha reker...

Retterhvert var det hjemmefavo-

ritten Birgitte N. Husebye som dro i tet med Ragnhild hakk i hæl.

Etter 7,5 kilometer og passering av samlingsplass var det lagt inn en spurt. Her var premien matvarer og salater for 1.000 kroner.

– Den hadde jeg god lyst på. Regnet med at det var reker, laks og greier der, sier Ragnhild, som hadde frøken Husebye foran seg.

– Så ble hun borte for meg, men hun dukket opp like bak meg og da ga jeg alt jeg hadde.

Ragnhild spurte som om løpet skulle være over og sikret seg premien.

– Det tok litt på, medgir hun.

I ensom majestet

Det var siste gang hun så noe til konkurrentene. Resten av løpet ble den eneste parademarsjen.

Etter 13 kilometer var ledelsen økt til tre og et halvt minutt og i mål var det nesten sju.

Ragnhild hadde unnagjort to-tre intervjuer, da Fredrikstad-jenta slet seg over målstreken. Hun var skikkelig sli-

ten, som de øvrige konkurrentene.

Ragnhild på sin side var i perlehumør. Skulle nesten tro hun bare hadde vært ute på en liten joggetur...

– Var litt stol, men det gikk stort sett greit. To timer er ikke så mye, mener Ragnhild.

Så da så.

Sykkel nummer tre

– Det o-tekniske stemte veldig bra, forklarer Ragnhild, som har vunnet Blodslitet to ganger tidligere. For to år siden og det året hun var sisteårsjunior og begge ganger var det en terrengsykkel i førstepremie.

Det var det også lørdag, en kjempeflott terrengsykkel med demping og greier.

– Bruker sykkel en del på trening. Det er fin avveksling, mener KOL-jenta.



ENSOM MAJESTET: Ragnhild Myrvold stempler på vei mot en av de siste postene i lørdagens sesongfinale - Blodslitet - ved Borge Varde i vakkert høstvær.

Nytt syn på kartet

BORGE: Ragnhild Myrvold har hatt store problemer med å lese kartene.

Ikke slik å forstå at hun ikke skjønner tegnene. Neida, det handler om synet hennes, som ikke er godt nok. I hvert fall ikke til å lese kart i målestokk 1:15.000, hvor detaljene blir ørsmå.

At dette muligens har kostet henne topplasseringer tror vi sikkert, men hun snakker ikke så mye om det selv.

Foran VM i Skottland fikk hun laget spesielle løpsbriller med tilpassede linser.

– Når jeg løper langt begynner de å dogge, så det nytter ikke, sier Ragnhild, som i stedet har fått tak i et kompass med forstørrelsesglass.

– Se her, sier Ragnhild og viser fram nykompasset.

– Det forstørrer virkelig bra. Hun prøvde det i Finland nylig og det fungerte bra. Til Østfold



SPESIALKOMPASS: Med et kompass med forstørrelsesglass har Ragnhild Myrvold fått et nytt syn på o-sporten.

hadde hun også med seg et vanlig kompass, som mor Gerd Signe skulle gi henne ved kartbyttet hvis

hun trang det. – Heldigvis gjorde jeg ikke det.



FORKLARER: – Her rotet jeg fælt, sier Birgitte N. Husebye (t.v.) etter å ha blitt satt grundig på plass av Ragnhild Myrvold.

Løper verdenscup i Japan i påskeuka

BORGE: I stedet for skitur på Dagalifjellet i påsken er sannsynligvis Ragnhild på postjakt i Japan.

– Håper i hvert fall det, sier 24-åringen, som ikke har tenkt å slappe spesielt lenge av etter sesongfinalen i Østfold lørdag.

Ingen hvile

– Nei, det er så moro å løpe, så det kan jeg ikke, sier kongsbergjenta, som var på treningstur med pappa Svein i går.

Etter en sesong som ble delvis ødelagt av sykdom og skader, hå-

per hun på at det er et engangstilstille.

– Jeg har blitt sterkere av all motgangen, men moro har det selvsagt ikke vært.

Heltids o-løper

Hun skal jobbe som fysioterapeut fram til februar. Deretter blir hun ø-løper omtrent mer eller mindre på heltid.

Den første testen blir mønstringsløpene i Danmark i månedsskiftet mars/april og går alt som hun håper, løper hun verdenscup i Gotemba i Japan i påsken og i Australia uka etter.

En måned senere er det lang-NM på Askøy hvor Ragnhild håper på en skikkelig styrkeprøve.

Hun liker dårlig at langmesterskapets løype har blitt forkortet.

– Det synes jeg er dumt, sier Ragnhild, som faktisk løp to kilometer lenger lørdag.

– Og det kan bli en lang sesong for kongsbergjenta, for først i midten av november arrangeres verdenscupfinalen i Portugal.



GRATULERES: Klubbkompis Asbjørn Bræck (t.h.) var raskt fram på med å gratulere Leiv Hope med seieren.

Leivs store revansje

BORGE: Leiv Hope var i perlehumør etter å ha vunnet klassen over 65 år i Blodslitet.

– Dette var kjempemoro, sa KOL-veteranen, som var nesten fem minutter foran Bjørn Tveite fra Ås - faren til superløper Håvard - og fem og et halvt foran Peo Bengtson.

– Og det at han slo Peo gledet nok Leiv aller, aller mest.

– Ja, han ble veteranverdensmester tidligere i år, så nå fikk

jeg min revansje, sier Leiv etter 9,1 løpte kilometer.

– Var litt støl i beina på slutten, men ellers gikk det veldig greit.

Han har ikke tenkt å legge bort kompasset ennå.

– Nei, det er noen løp igjen, så jeg får se om jeg ikke blir med der.

– Hva med veteran-VM?

– Får se. Har ikke bestemt meg ennå, men jeg har veldig god lyst.

Mesterskapet arrangeres forøvrig på New Zealand første uka i januar...

– Sprakk på slutten

BORGE: – Jeg var helt stiv i beina på slutten, så jeg maktet ikke å spurte.

Ingar Håkonsen måtte se seg slått med 17 sekunder av Olaf Moe fra Raumar i kampen om seieren i H 55.

– Ledet da vi var inne til run-

ding for andre gang, men rotet meg bort på vei til 16. posten, forklarer S6-åringen.

– Tapte nok et par minutter der, legger han til.

Raumarløperen tok Ingar igjen på slutten.

– Da hadde jeg ikke krefter igjen, sier Ingar, som likevel var kjempefornøyd med andreplassen.

Hanne disket fra seier

BORGE: Hanne Bræck var i tet i D 55-klassen, og hadde vunnet med god margin til konkurrentene lørdag om det ikke hadde vært for at hun stemplet feil på sisteposten.

Der stemplet hun i stedet på eliteløpernes post som lå like ved, en feil som kostet henne seieren.

Litt surt, men slikt skjer i kampens hete.

– Nå skal jeg bli seriøs

BORGE: Even Lillemo lyktes ikke helt i Blodslitet.

Tiendeplass i klasse 17 til 20 år, slått med over ti minutter av vinneren John A. Myhren fra Grane, var ikke kongsbergguttens fornøyd med etter å ha slitt seg gjennom de 17,8 kilometerne.

– Jeg bommet på tredje siste post og da kom jeg helt ut av rytmen, forteller 18-åringen, som var dyktig sliten da han kom i mål.

– Hvor mye jeg tapte på det vet jeg ikke, men noen minutter var det helt sikkert.

Nå skal Even ha en velfortjent ferie.

– Det gleder jeg meg til, sier KOL-gutten, som har hatt nesten full uttelling i år.

To NM-gull og andreplass i norgescupen var bra i tillegg til landslagsoppgaver. Spesielt når vi tar med at han fikk ødelagt mye av sesongen grunnet ei lei lårhøne han pådro seg under O-festivalen.

– Hva med neste sesong?

– Jeg må bli litt mer seriøs, mener KOL-løperen, som har VM i Tsjeckia som det store målet.

Dessuten blir løypelengdene lenger neste sesong.

– Ja, og det betyr mer trening, sier Even.