



Anita Håkenstad Evertsen vann kvinneklassa i halvmaraton i Geiranger laurdag. Ho sette ny løyperekord, slik ho hadde lova å prøve på. Ho fekk god draghjelp, mellom anna frå Ingvar Grønseth frå Bud IL.

Anita knuste reko

Anita Håkenstad Evertsen heldt ord då ho laurdag slo løyperekorden i halvmaraton frå Geiranger til Dalsnibba med nesten tre minutt.

FRIIDRETT. I perfekte forhold - overskyt og 15 grader - leia Anita Håkenstad Evertsen frå Øystre Slidre IL kvinneklassa frå start til mål. I Sunnmørsposten laurdag sa ho at løyperekorden var målet. Og på toppen av Dalsnibba (1500 meter over havet) klokka ho inn til 1.46,19, godt framom svenske Anne Louise Nilsson sin to år gamle rekord (1.49,03).

- Eg ville prøve på rekorden, og låg bra an heile vegen. Men eg såg at eg tapte litt mot slutten. Det var tungt på grusen frå Djupvasshytta og opp til mål. Dei bak-

kane var brattare enn eg trudde. Men den første delen var nesten lettare enn eg hadde trudd, seier Håkenstad Evertsen.

Hadde følge. Langrennsløpar Ann Eli Tafjord frå Valldal sprang i mål til andre plass med tida 1.49,11 - også det ei svært sterk tid. Tafjords gamle personlege rekord var å 1.52,14 frå 2003. - Eg såg henne ei stund nede i svingane, men eg sprang mitt eige løp, og følte eg hadde kontroll, seier Håkenstad Evertsen.

Medan Tafjord sprang aleine heile vegen, drog Håkenstad Evertsen nytte av å springe i felt med tre mannlege løparar.

- Det var fint å springe saman med tre andre. Eg drog på asfalten. Så kom dei, og sprang frå meg på slutten, seier Håkenstad Evertsen som trass blodslitet,

berre hadde lovord å seie om løypa.

- Det var første gangen eg var med. Kjempefint og spektakulært. Vi starta der nede og såg turistskipa på fjorden. Så kjem vi opp hit der det er snø og kaldare og kaldare. Dette freistar til å gjere om att.

- Og bonusen for løyperekorden er heller ikkje så dum å ta med heim.

- Nei, dei 5000 kronene kjem godt med.

Håkenstad Evertsens ekte-mann og gamletrenaren til Marius Bakken - Frank Evertsen - blei elles nummer to i klassa 40-44 år.

Seier med skade. Vinnaren i klasse 40-44 år og totalvinnar i herreklassa, blei maratoneksperten Helge Hafsås frå Olden

IL. Han har delteke i løpet to gongar før. No kunne han juble for seier, men eigentleg skulle han ikkje delta.

- Nei, planen var at eg skulle springe EM i ultramaraton denne helga, men eg har slite litt med ein legg, og kutta ut, seier han.

Det angra han ikkje på etter løpet. Trass leggskaaden, kom han i fin stil inn til 1.38,02. Ny personleg rekord med nokre sekund. Men den måtte han slite for.

- Når ein begynner på sjølve Dalsnibba så er det alltid tungt. Eg blei litt sliten, men følte vel at eg hadde bra kontroll.

- Men løyperekorden til skiskyttar Hans Martin Gjedrem på 1.30.10 var du ikkje i nærleiken av?

- Nei, den skal han få ha. Dei er litt hardare disse gode skiløparane, når bakkane er bratte.

Berre godord. I sykkelklassen - Nibberittet - vart det siger til Lars Kristian Johnsen frå Eidsvoll Sykkelklubb. Han sette også ein soleklar løyperekord med 1.06,43 - nesten fem minutt raskare enn Stian Nørves gamle rekord.

- Eg er veldig godt fornøgd. I år har eg satsa ein god del. Sist veke deltok eg i etapperittet Ringerike Grand Prix. Eg kom ut av det i bra form, og då går det greitt opp disse bakkane her, seier Johnsen som garantert kjem tilbake.

- Ei kjempefin løype. Det er ein grunn til at vi orkar å køyre nesten seks timar for å vere med. Og dei 2500 kronene eg fekk i rekordbonus, vert bensinpengar til neste år.

Jan Ove Standal frå Ålesund og Omegn Cykleklub kom i mål på 3.

Seier med tunge bein

Tung i beina etter Nibberittet i Geiranger laurdag, måtte Frank Johnny Sætre gi alt då han i går vann Jonsokmila i Ørsta for tredje år i strekk.

ØRSTA. Frank Johnny Sætre har sykla Jonsokmila raskare før, men i går hadde han 21 blytunge kilometer opp Dalsnibba i beina frå dagen før.

– Beina var tunge, ja, seier Sætre.

Han knekte argaste konkurrenten, Leif Inge Skare frå Austefjord IL, i bakkane opp frå Selbervika.

– Eg var vel oppe i 200 meters leiing, men han knappa ned på slutten, seier Sætre som også stilte til start i Trondheim-Oslo neste helg.

Birkebeiner-rittet er det største målet hans i år.

– Der får eg i år starte i seeda klasse. Eg håper å kome i mål ned mot tre timar, seier Sætre som frå før har 3.20 som bestetid i Birkebeineren.

Få løparar. Det var sykkelklassa som heldt høgaste nivået - både i kvalitet og deltaking - i Jonsokmilas 25. år. 31 syklistar stilte i konkurranseklassa. I løpsklassa stilte berre 16 til start i konkurranseklassa. Åtte av disse var over 50 år. I kvinneklassa sprang berre Ingun Eikem Olsen frå Ha-



Her er seks av dei åtte som har sprunge Jonsokmila kvart år sidan starten i 1982: Frå venstre Per Heltne, Geirmund Lien, Asbjørn Moltudal, Oddmund Hovden, John Solhaug, Oddrun Ryste. Ketil Jarl Halse og Elin Halse har også delteke alle åra.

FOTO: SINDRE HALKJELSVIK



Frank Johnny Sætre sykklar her inn til sin tredje seier på tre år i Jonsokmila.

FOTO: SINDRE HALKJELSVIK

sundgot IL på tid. Herreklassa vart vunnen av Nils Terje Skylstad frå Velledalen IL på tida 37.38. Han tok leiinga midtveis ned i Hovdebakkane då Bjørnar Øye gjekk tom. Bjørnar vart også passert av lillebror Stian Øye som kom i mål 21 sekund bak Skylstad.

Åtte hardhausar. Ifølge stemneleiar Karl Henning Halse stilte rundt 480 til start i Jonsokmila i år (mosjonsklassen og konkurranseklassen til saman). Det er om lag som i fjor, men noko under målsettinga.

– Det var mange arrangement som konkurrerte med kvarandre i helga, seier Halse som håper å finne løysingar som kan revitalisere løpsklassa til neste år.

Åtte løparer treng slett ikkje ekstra motivasjon for å springe mila frå Volda til Ørsta. Dei har sprunge kvart år sidan 1982. Asbjørn Moltudal som har trent A-laga i fotball til både Ørsta og Volda er ein av dei. Han oppmoda denne gongen A-spelarane i dei to bygdene til å vere med på Jonsokmila.

Ingen stilte.

SINDRE HALKJELSVIK
sindre.halkjelsvik@smp.no

Ida sprintet best

Ida-Kristine Myrold vant både 100 og 200 meter i helga. Men det holdt likevel ikke til at Ørsta vant over Tingvoll i kretscupen.

TINGVOLL. I tre måneder i vinter gikk Ida-Kristine Myrold skadet. Det har satt sprinteren fra Ørsta noe tilbake, og gjør at hun vil komme senere i form. Likevel vant hun greit både lørdag og søndag på Straumsnes stadion i Tingvoll.

Tidene var ikke så bra, men løpingen fungerte greit, sier Myrold. Hun er mest fornøyd med 200 meter hvor det ble årsbeste på 26,80.

På 100 meter finale ble det 13,32 som er langt unna personlig rekord. Nå ser hun framover til nye stevner og muligheter.

– Jeg satser på jevn stigning utover sesongen og har forhåpninger på både 100 og 200 meter under G-sportlekene på Lillehammer, forteller Ida-Kristine Myrold.

Overgang. Hun og de andre klubbvenninnene må innse at det blir vanskelig å nå til topps i kretscupen i år som i fjor.

Blant annet har Kristine Eikrem Engeset meldt overgang til Tingvoll etter at hun begynte på skole i bygda. Den lovende langdistanseutøveren var i en klasse for seg både lørdag og søndag.

– Mest fornøyd er jeg med 3000 meter. Men også her har jeg



Ida-Kristin Myrold seiret både på 100 og 200 meter, men det hjalp ikke til å føre Ørsta i teten i kretscupen. Til venstre ser vi Lene Kristiansen, Ørsta og Jeanette Bigset fra Hareid til høyre som tok 2. plassen.

FOTO: ANDERS TØSSE

noe mer å gå på, mener Kristine Eikrem Engeset.

Hun løp inn til 9.35,44 i sitt eget tempo. Nærmest kom Silje Fjørtoft fra Ørsta med 10.10,7. På 3000 meter rykket Kristine raskt fra i teten. Åpningen ble i hardeste laget med 31 sekunder på første 200 meter. Men likevel holdt hun bra tempo inn til 18 sekunder forbedring fra sin gamle personlige rekord.

Skal roe ned. – Nå skal jeg roe ned et par dager for å lade opp til G-sportlekene, forteller Kristine Eikrem Engeset. Hun har konkurrert mye denne sesongen, men har de viktigste oppgavene framover. Etter kommende helgs konkurranser på 800, 1500 og 3000 meter med håp om medaljer, blir det Tyskland-opphold før junior-NM venter i juli. Så er det

junior-VM som det store målet. Silje Fjørtoft har følt at formen ikke er helt topp denne helga. Hun løp inn til 2.22,52, og har håp om formstigning til kommende helg.

Hun sliter fortsatt med hold i lengre løp og satser alt på 1500 meter torsdag og 800 meter søndag.

I kretscupen vant Simon Rasmussen fra Ørsta 800 meter for menn med 1.59,52. I tresteg ble det seier til Ørjan Engen Grimstad fra Hareid med 12,63. I kule vant Erik Drange Tønnesen fra Ørsta med 12,34.

Torstein Nøstvold Harnes fra Valder vant lengde med 5,99 meter, mens for kvinnene ble det seier til Mirjam Knutsen fra Dimna med 4,99.

ANDERS TØSSE
sport@smp.no

rden

plass totalt, 1.55 minutt bak Johnsen. Standal mista kontakten med teten då han måtte nedi med føtene på eit grusparti.

Totalt 280 starta i sykkelklassen i år. Det er rekord. 87 starta i halvmaraton. Også det er framgang frå i fjor.

– Arrangementet gjekk veldig bra. Vi har fått veldig bra tilbakemelding frå deltakarane, seier Rune Maråk på vegner av arrangørane i Geiranger IL og Eidsdal IL.

PS: Hødd-spelar Torgeir Rusten frå Geiranger IL sprang i mål på halvmaraton på 1.58,35. Betre idrettsprestasjon har vel ikkje Hødd vore i nærleiken av i år ...

SINDRE HALKJELSVIK
sindre.halkjelsvik@smp.no



Helge Hafsås har vondt i leggen, men vann herreklassa klart likevel.

FOTO: SINDRE HALKJELSVIK

FOTO: SINDRE HALKJELSVIK