Smilte fra start til mål i Norseman

Hun så ikke det grann sliten ut, Kristin Lie, da hun løp opp til Gaustatoppen som beste kvinne i Isklar Norseman Xtreme Triathlon. Hvis hun var sliten, må det ha vært i smilemusklene.

Tekst: Marianne Røhme

Vinneren: Så glad ser en vinner ut. Her løper Kristin Lie over mål som vinner av kvinneklassen i årets Isklar Norseman Xtreme Triatlon på tida 11.50.48. (Foto: Dag Oliver / nxtri.com)

Fjorårsvinner: Line Foss (i midten), som vant kvinneklassen i fjor, måtte i år se seg slått av Kristin Lie med kun to minutter og 45 sekunder. (Foto: Marianne Røhme)

Kristin Lie, som representerer Royal Sport, så ut til å være i svært godt humør der hun klatret oppover steinrøysa mot Gaustadtoppen i årets Norseman som ble arrangert første helga i august. Hun hadde ledet kvinneklassen hele veien fra Geilo. Nå var det bare sjarmøretappen igjen.

Kristin smilte og hilste på de forbipasserende, gav klemmer og «high fives».

En XTREME konkurranse

Fram til nå hadde stien vært ikledd en maskulin fargepallett bestående av sort, hvitt, oransje, ispett en og annen neonfarge. Deltakerne hadde tilbakelagt en distanse på 1,9 kilometer svømming i Hardangerfjorden, 180 kilometer sykling fra Eidfjord via Geilo til Austbygde, og til slutt 42 kilometer løping fra Austbygde mot Rjukan og videre opp til Gaustatoppen.

De hadde kjempet i snart et halvt døgn. Ganglaget var stivt, innimellom litt ustøtt og ansiktsuttrykkene var innbitte. De som stod på sidelinja så hvordan utøverne slet, og alle kjente de på alvoret i den ekstreme konkurransen.

Et følt lavtrykk

Det er skyfritt over Gaustatoppen denne ettermiddagen. Likevel føles lufta tung av slit og alvor.

Med ett er det som om det kjente lavtrykket begynner å lette og sola varmer litt ekstra. En rosa fargeklatt kommer til syne nede i bakken. Den følges av ekstatiske heiarop oppover høydemeter for høydemeter.

– Heia Kristin!

– Kom igjen Kristin!

– Ikke langt igjen nå.

Det går ikke så fort. Kristin tar seg tid til å stoppe og klemme og prate med folk. Hun smiler fra øre til øre og gir alle langs løypa av sin oppmerksomhet til stor stas for både barn og voksne.

– Mamma, jeg fikk «high five», roper et av barna.

Kristin går smilende videre, mens barnet står igjen og ser ut som hun har møtt Jesus.

Norseman er gøy

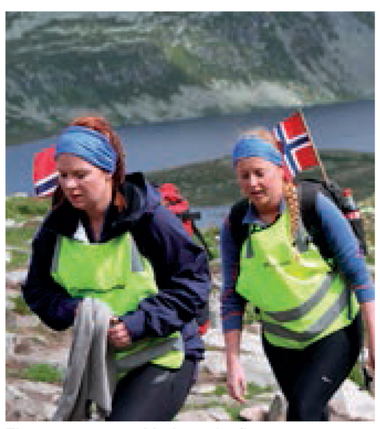
– Jeg hadde det kjempegøy hele veien fra start til mål, sier Kristin Lie til Kondis etter løpet.

– Jeg koste meg og skravlet med teamet og de jeg møtte langs løypa. Det var koselig.

Dette var første gangen Kristin Lie startet i Norseman. Hun er imidlertid ingen umerittert dame. Hjemme i stua har hun hele fem kongepokaler og 48 NM-gull. To av dem fra maraton. Resten fra triatlon og duatlon.

Den meritterte triatleten synes ikke Norseman er så ekstrem som mange vil ha det til. Hun var likevel litt skeptisk før start.

Herrevinner: Allan Hovde gjentok bragden fra i fjor, og vant Norseman for andre året på rad. Han kom i mål på tida 9.43.37. (Foto: Marianne Røhme)



Ekte supportere: Med norske flagg og muntre tilrop ble deltakerne løftet oppover mot toppen. (Foto: Marianne Røhme)

Utsikten: Utsikten ble bedre og bedre for hver høydemeter. (Foto: Marianne Røhme)

Vannet var kaldere enn noen sinne, og holdt ikke mer enn 10,5 grader. Hun hadde testet vannet noen dager tidligere, og det kjentes iskaldt.

– Det er stor forskjell på 10 grader og 13 i vannet. Det føltes svært kaldt. Jeg hadde ikke blitt overrasket om jeg svømte i isbiter, sier hun. Likevel legger hun ikke skjul på at hun syntes det var synd at svømmeetappen ble halvert på grunn av det kalde vannet.

– Det var leit, men jeg har stor forståelse for valget. Arrangøren av Norseman er svært profesjonell. Dette er et meget godt arrangement som foregår i flott natur, og arrangøren er flink til å legge ting til rette for oss, sier hun.

Isvann i fjorden

Det er uvanlig mye snø på Hardangervidda i år. Fra Hardangervidda kommer smeltevann ned til Hardangerfjorden. Arrangøren har i lengre tid overvåket temperaturene i fjorden, og på et deltakermøte dagen før start, blir det informert om at svømmeetappen ville bli halvert i forhold til tidligere år.

– Dette av sikkerhetsmessige grunner. Vi ønsker ikke å ha utøvere i vannet for lenge. De som ikke klarer å fullføre etappen i løpet av 75 minutter, vil bli tatt ut av konkurransen, forklarer arrangøren på møtet.

På konkurransedagen var vanntemperaturen like lav som da Kristin hadde prøvesvømt noen dager tidligere. Likevel kjentes det ikke like ille.

– Kanskje fordi jeg var psykisk forberedt, forklarer hun.

– Det gikk iallfall helt greit, legger hun til.

Etter 36 minutter og 51 sekunder i vannet, løp hun avgårde som sjette beste kvinne mot T1 der sykkelen var parkert. Det var på sykkeletappen hun avgjorde. Dette selv om hun selv hevder hun er svært dårlig til å sykle nedover.

– Jeg prøvde å late som jeg var tøff i nedoverbakkene. Jeg sang glade sanger og det hjalp, forteller hun.

Oppe på Imingfjell hadde hun tre minutters ledelse på Line Foss som lå som nummer to. Noe av dette klarte Line Foss å ta innpå henne nedover bakkene, men Kristin Lie klarte å holde unna og løp ut av T2 idet Line kom inn.

– På siste del av sykkelløypa tok jeg meg tid til å tøye hofteleddsbøyerne og ryggen flere ganger. Det tror jeg var lurt, og noe av årsaken til at det gitt såpass greit med overgangen fra sykkel til løping, sier Kristin.

Forspranget til de bak økte underveis på løpeetappen. Dette selv om Kristin følte at tempoet var behagelig.

– Opp «Zombiehill» fikk jeg høre at tidligere Norsemanvinner Tom Remman lå rett foran i løypa. Da burde konkurranseinstinktet mitt slått til, men jeg har visst ikke så mye av det, så jeg bare fortsatte å hygge meg og løpe i mitt greie pulsleie, forteller hun.

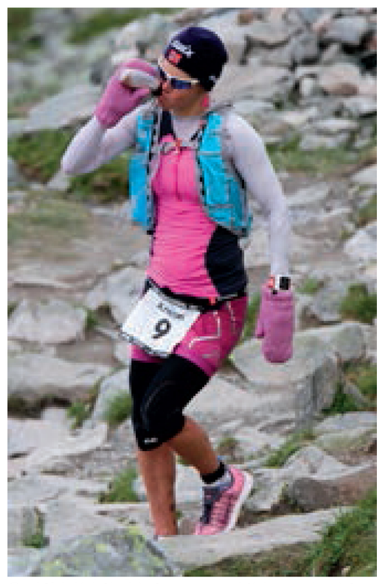
God planlegging

Det er mye god planlegging som ligger bak en start i et så ekstremt arrangement som Norseman. Kristin Lie og teamet hadde planlagt i minste detalj hva hun skulle spise og drikke, og hva hun skulle ha på seg av klær underveis.

– Dette ble svært avgjørende og gjorde at jeg kunne gjennomføre med et smil om munnen i 99 prosent av løypa, sier hun.

For Kristin Lie ble Norseman en svært god opplevelse. Hun fullførte som beste kvinne på tida 11.50.48.

Det er litt tidlig å si om hun stiller igjen til neste år, men om det skjer, lover hun å skjerpe seg. Hun lover at hun vil prøve å finne igjen litt mer av konkurranseinstinktet sitt slik at hun får tatt flere av gutta og rukket opp til toppen før NRK tar kvelden.



God tid: Kristin Lie tar seg god tid opp de siste meterne til Gaustatoppen. Hun drikker, smiler og hilser på publikum. (Foto: Marianne Røhme)