



**Dobbelt-
meister
i NM**

11

**«Lena»
herja på
sjø og land**

4

**Stor
senter-
sommarr**

5



Sidan 1951

Grenda

TYSDAG 12. august 2014 64. årgang • Nr 78 • Laussal kr. 20,-

Juice
appelsinjuice/appelsinjuice med fruktkjøtt/
eplejuice, 1,5 l, Eldorado 6,67/l

10⁰⁰

EUROSPAR

8-21 (20)

10 KRONERS

Blodslit og rekordløp



May Britt Buer sette løyperekord for kvinner då ho sprang NutenOpp på imponerende 41 minuttar og 50 sekund. På herresida vart det ikkje rekord, men Stian Hovind-Angermund var likevel uslåeleg søndag. For dei fleste er motbakkeløpet

eit blodslit, men vinnaren meinte forma var heilt kurant då han nådde mål på 36.55.
– Eg måtte hatt meir konkurranse viss eg skulle sett løyperekord. Men det var veldig kjekt å vera med, sa han etter premieutdelinga.

8-9



Desse var heigjeng i bakken då sprintarane suste forbi Høyklepp.



Ola Siqveland er berre fem år, men gjekk heilt opp til toppen av Malmangernuten saman med morfar Øystein Hellesøy.



Det er bra gjort å koma seg til Høyklepp, og. Tilde Leganger sprang meir enn ho gjekk.

Fekk folk til fjells

Både raskaste kvinne og raskaste mann slo næraste konkurrent med over fire minuttar Nuten opp. May Britt Buer (Gular) sette løyperekord for kvinner, med tida 41:50.0. Men ingen tukta vinnaren av årets motbakkeløp i Rosendal. Stian Hovind-Angermund (Varegg fleridrett) var uslåeleg med tida 36:55.0.

Til saman stilte 55 menn og kvinner i konkurranseklassen, medan 100 var påmelde i tur-

klassen. Grenda si utsendte kom seg til nedre Høyklepp med kamera, mann og born. Det var imponerende mange små som peiste i veg oppetter bakkane. Nokon etla seg matpausar og «bensin» på vegen, medan andre glatt kunne meldt seg på i løparklassen.

– Mammene våre er langt nedi bakken, sa Torje Hatteberg og Tord Seglem Hjelmeland i det dei fauk forbi.

Då konkurranseleparane sette i gong, var det samla ein heigjeng halvvegs. Årets vinnar kom allereie der eit par mi-

nuttar føre nestemann. Dei fleste heldt blikket i bakken, medan dei luta med hovuda mest nedi skoa. Andre løfta blikket, eller i alle fall tomlane, i det dei sleit seg forbi.

– No har eg gjort det du sa eg ikkje måtte, sa Vidar van Gool til heigjengmedlem Morten Leganger, medan han pesa oppover.

– Eg sa han ikkje måtte starta for hardt, lo Leganger for å forklara heigjengen kva spøken gjekk i.

Før den offisielle opninga av Rosendal fjellstref, vart det arrangert både padling på Møsevatn og guida fjelltur til Bjørndalssetra. Laurdag kveld fauk stormen Lena over Vestlandet, og opninga vart flytta frå Hestalletto til samfunnshuset i Rosendal. Der spela Irene Bjørke fleire hardingfeleslåttar, før professor

Reidar Myklebust heldt eit føredrag om det gode livet.

– Det er viktig å bruka sansane i naturen, ikkje berre trimma og gå. Vi er skapte for å røra oss over avstandar, og fysisk aktivitet aukar livskvaliteten vår. Men vi skal vera klare over at kroppens eigne morfinar er i sving. Endorfin gjev oss lukkekjensle, men vi kan bli avhengige av trening. Det er ikkje bra. Då utløyser belønningssenteret i hjernen dopamin.

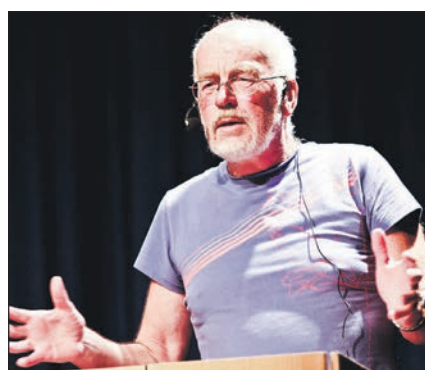
Det kan gjera folk maniske, og det er ikkje sunt. Difor seier eg alt med måte. Men det er godt for både hjarte, lunger, ledd og hjerne med rytme og fysisk aktivitet, sa han.

Vivi-Ann Brede med band spelte ein magisk og eksklusiv konsert for dei få, og fleire burde teke turen for å høyra deira funky rytmar og jazztonar.

Mari Mehl
mari@grenda.no



Denne gjengen gjekk til Bjørndal under Rosendal fjellstref, leidd av Stig Klette (bakerst) og Kåre Eik. Bak til venstre ligg Bjørndalstindane, medan stølen ligg midt i biletet ved Stølsvatnet. Til høgre ser ein Svartavassfossen. (Foto: Kåre Eik)



Reidar Myklebust snakka både for og i mot trening på opninga av Rosendal fjellstref.



Vivi-Ann Brede med band spelte på opninga av Rosendal fjellstref. F.v.: Bjarne Øymyr, Alex Grieg, Vivi-Ann Brede, Hans Martin Hjelmeland og Roger Sjøvold Dalland.



Snart 7. klassingen David Hellesøy var ein av dei to yngste som deltok i NutenOpp.



Geir Eikeland frå Kvinnherad sprang for Sandnes IL på tida 54:35.0. Eit smil i bakken var det tid til.



Kristin Seglem Hjelmeland (t.v.) og Hilde M. Hatteberg kom hundre meter bak dei spreke borna sine, som sprang lettbeint oppover bakkane.



Vidar van Gool slo av ein spøk midt i motbakkeløpet.
– No har eg gjort det du sa eg ikkje skulle, sa han til Morten Leganger i heilagjengen.
– Å, ja. Starta for hardt, smilte Morten.

RESULTAT NUTENOPP:

Gutter 12-14 år:	
1. Sondre Sørøy (Team Melkesyre)	57:21.0
2. David Hellesøy (Rosendal TL)	01:21:09.0
Gutter 15-16 år:	
1. Johannes Haugland (Uskedal IL)	53:56.0
Jenter 15-16 år:	
1. Mari Hettesæter(Hjelmeland IL)	55:26.0
2. Sara Guddal (Rosendal TL)	01:02:13.0
Jenter 17-19 år:	
1. Jogscha Abderhalden (Sarsura Zernez)	51:25.0
2. Kristin Hetlesæter (Hjelmeland IL)	59:07.0
Kvinner 23-39 år:	
1. May Britt Buer (Gular, IL)	41:50.0
2. Eli Anne Dvergsdal (Gular)	46:31.0
3. Elisabeth Vik (Varegg fleridrett)	50:35.0
4. Laura Sætveit Miles (IL Gular)	59:46.0
5. Solfrid Hellesøy Siqveland (Rosendal TF)	01:23:09.0
Kvinner 40-49 år:	
1. Margun Eik (Uskdal IL)	52:26.0
2. Asbjørg K. Hetlesæter (Hjelmeland IL)	01:07:07.0
Menn 20-22 år:	
1. Martin Finne (Gular)	42:07.0
2. Sondre Handeland (Sauda IL)	42:35.0
3. Thomas Netland (Hålandsdal IL)	45:17.0
4. André Aasen (Mathopen)	51:57.0
Menn 23-39 år:	
1. Stian Hovind-Angermund (Varegg fleridrett)	36:55.0
2. Erlend Drivenes (Tørvikbygd)	40:37.0
3. Johannes Heien (Ternen IL)	47:19.0
4. Sjur Eknes (Vikøy idrettslag)	50:19.0
5. Bjørn Ketil Sørvik (Bremnes Seashore)	50:39.0
6. Vidar Van Gool (Privat)	53:20.0
7. Stian Solheim (Fana IL)	58:15.0
8. Alexander Ø. Fludal (Team Melkesyre)	01:01:23.0
9. Ronny Nedrevåg (Privat)	01:07:08.0
10. Jostein Birkeland (Vaksdal)	01:11:09.0
Menn 40-49 år:	
1. Geir Sturetdt Skaten (Opptur motbakkekl.)	41:30.0
2. Ove Måge (Strandebarm IL)	42:37.0
3. Sveinung Erland (Haugesund IL)	43:35.0
4. Dag-Henry Nilsen (Vaksdal)	44:43.0
5. Kjetil Styrvoll (Opptur motbakkeklubb)	47:56.0
6. Tore Instebø (Bergen CK)	49:30.0
7. Åsmund Hellesøy (Stord IL)	50:15.0
8. Knut Sætersdal (Bergen CK)	51:35.0
9. Kjetil Roaldkvam (Skjalg)	51:39.0
10. Geir Eikeland (Sandnes IL)	54:35.0
11. Jostein Saghaug (IL Trio)	54:55.0
12. Frode Sørøy (Team Melkesyre)	57:22.0
13. Thor Ivar Hellesøy (Rosendal TL)	01:17:56.0
Menn 50-59 år:	
1. Oddmund Roaldkvam (Stord IL (Allianseil.))	42:37.0
2. Kjetil Dyrvik (Voss IL)	43:11.0
3. Frank Bu (Team Melkesyre)	50:37.0
4. Bjørn Egil Haugeland (Uskedal IL)	52:09.0
5. Øystein Brun (Varegg fleridrett)	53:18.0
6. Roald Haavik (Mathopen)	57:25.0
7. Gunnar Helleland (Omvikdalen IL)	57:33.0
8. Åsmund Mehl (Rosendal TL)	58:56.0
9. Magne Heien (Ternen)	59:11.0
10. Jarle Mehammer (Privat)	59:22.0
11. Peder Furuberg (Ingen)	01:18:11.0
Menn 60 år og eldre:	
1. Magne Vikne (Østerøy IL)	51:13.0
2. Per Øyvind Tveiten (Tørvikbygd IL)	51:24.0
3. Roger Angelvik (FRI IL)	01:02:19.0



Dei tre beste mennene i konkurransen. 1. plass Stian Hovind-Angermund (i midten), 2. plass Erlend Drivenes (t.v.) og 3. plass Geir Sturetdt Skaten.



May Britt Buer står her på pallen fordi ho vann klassen for kvinner 23-39 år. Ho sette i tillegg løyperekord for kvinner med tida 41:50.0. På pallen står og Eli Anne Dvergsdal som fekk 2. plass og Elisabeth Vik som tok 3. plassen i klassen.



Sondre Sørøy (Team Melkesyre) imponerte i klas-sen gitar 12-14 år med tida 57:21.0.