

# Konkurrerer mot Aamodt, Kjus og Furuset

**Birkebeinerrennet i alpint finnes ikke. Men i Kjetil André Aamodts satsing på Masterrenn kan hvem som helst konkurrere mot gamle OL-vinnere.**

STEINAR GRINI  
STEINAR.GRINI@FINANSAVISEN.NO

Det er alltid noen som har sittet i sofaen i mange år og tenkt at dette kan jeg gjøre bedre. Nå har de sjansen, sier Kjetil André Aamodt.

I fjor dro han i gang Master-serien i alpint som et tre års prøveprosjekt sammen med Kjetil Fladmark Larsen, også han tidligere alpinist. Drøyt 80 løpere stilte til start i hver av de tilsammen ni alpinkonkurransene i fjor vinter.

– Det er et tilbud til dem som liker å stå på ski og som har lyst til å møte gamle kjente. Vi samarbeider med Skiforbundet og har fått det inn i terminlisten slik at folk kan møtes noen ganger i løpet av året i tillegg til veteranmesterskapet, sier Kjetil André Aamodt til Finansavisen.

Han sykler selv Birkebeinerrittet og er fullt klar over at alpint aldri vil kunne matche de store massemonstringene på sykkel og langrenn.

– Få driver med veteranhopp for eksempel. Det er risiko for skader i alpint og sporten er litt for adrenalin-junkies.

Men det er også så håndterbart at man kan stå på ski til man går i graven selv om det ikke fenger like mye som Birkebeineren. I veteran-NM er det imidlertid god oppslutning, sier Aamodt.

## – Lasse en god nr. 2

Som arrangør var Aamodt også selvskreven deltager i fjorårets serie. Ikke uventet vant han alle rennene, noe han ikke har til hensikt å slutte med til tross for at medaljegrossist Lasse Kjus også deltok.

– Lasse var en god nummer to. Den dagen jeg blir slått, da møter jeg ikke igjen, men smyger ut i skogen og blir der. Jeg holder på til noen slår meg, sier Aamodt.

Mens Birkebeinerrennet og –rittet tiltrekker seg langt flere enn de som har konkurrert på ski og sykkel som unge, er det ikke det samme med alpinserien til Aamodt.

– Man må ikke ha vært aktiv alpinist for å være med, men 99 prosent har vært det. Rennene er åpne for alle og løypene er satt slik at det skal være

greit å komme seg gjennom så du ikke skal slite. Det er mulig for folk som har drømt om å kjøre skirenn og matche seg mot de som har vært best i Norge i sine årsklasser. Likevel er det bare alpinister eller folk som kjenner alpinister som stor sett deltar, sier han.

## Furuset: – Utstyr viktig

Mannen som startet det norske alpin-eventyret, Ole Kristian Furuset, har også varslet sin ankomst i enkelte av vinterens skirenn.

– Jeg vil gjerne bidra til at alpinporten kan litt av den store interessen som har blitt langrennssporten og sykkelporten til del, sier Furuset.

Han innrømmer likevel at inngangsbarrieren er høyere i alpint enn langrenn.

– Du trenger basic racingutstyr. Men det må tunes. Jeg hadde ikke hatt sjansen med racingutstyr uten at det er tunet. Skiene må være flate, ikke konkave eller konvekse. Dessuten må skiene planslipes før du får racingprepp. Du trenger folk som vet hva de gjør, og vanlige skisteder er ikke bra nok til det såfremt du ikke kjenner gutta.

– Hva trenger man?

## Masterrennene

### Bedriftscup

- 17. januar i Kirkerudbakken
- 1. februar Lommedalen
- 1-2. mars i Wüllerløyva

### Andre renn

- 22. mars Kolsås slalåm
- 1-3. april veteran-NM Kvittfjell (3 renn)

– Man trenger topp ski, plate, binding og støvler. Det er det minste. Du må teste skiene for å få vite at de fungerer. Ta gjerne de stiveste støvlene du kan få. I racing er det to-tre-fire hakk til. Du må ha det råeste som finnes i butikken. Det er minimum, sier Furuset og fortsetter:

– Det er utrolig viktig å justere utstyret til din kjørestil og din teknikk. Kjetil André Aamodt og Lasse Kjus har vanlig lengde på sine storslålåmski. Jeg bør velge noe som er litt enklere å svinge, sier han.

Etter å ha kjørt storslålåm trenger man nytt utstyr til slålåm inkludert padding og skinner, hansker og deksel for å slå ned leddportene.

Norges Skiforbund alpint er ifølge Furuset opptatt av å nå ut til de som har kjørt på ski tidligere.

– Hvis du drar med familie på tur, så drar du ofte til et alpinanlegg. Terskelen til å være med i konkurranser virker mye høyere i alpint, men det burde ikke være sånn. Jeg tror ikke det skal komme 5.000 på alpinrenn, men etter



◀ **SLÅR DU HAM?** Kjetil André Aamodt i aksjon under ski-VM i Åre i 2006. Gjennom en serie skirenn kan gamle eks-alpinister og andre ivrige mosjonister konkurrere mot OL-vinnerne gjennom hele vinteren. FOTO: SCANPIX

at carvingskiene kom, er det blitt mye lettere å kjøre. Det svinger mer av seg selv. Det er artigere. Det har også blitt oppsving i alpinalget etter at carvingskiene kom, sier Furuseth og oppfordrer til større deltagelse i renn.

– Det bør være et viktig mål for Ski-forbundet at det blir større oppslutning blant amatørerne. Du får mye action og holder deg i god form, sier han.

Furuseth anbefaler knebøy og hang-ups som barmarkstrening sammen med intervalltrening.

#### - En livstidsidrett

**Kjetil Fladmark Larsen fremhever at Masterserien er skirenn for alle fra 20 til 100 år. Til sammen består serien av åtte renn hvorav tre er bedriftsrenn og tre er en del av veteran-NM. Både blinde, svaksynte og sitskiere skal være med.**

– Alpint er ikke bare en barneidrett, det er en livstidsidrett, sier Fladmark Larsen, som er fornøyd med at det var 700 startende i de ni rennene i fjor.

Fladmark fremhever at det i tillegg til skirennene også er lagt opp til to ukentlige treninger i forkant av hvert av rennene. Dessuten legges det opp til trening på tid i forbindelse med verdenscuprennene i Kvitfjell i mars.

– Alpint er en teknisk idrett der det er litt mer krevende å starte. Det har aldri vært en breddeidrett, hvilket er et problem. Deler av årsaken er at det har manglet arenaer for å dele kompetanse. Nå er det etablert veterangrupper på Hafjell, Kvitfjell og i Bærum. Vi ønsker å få ned barrierene og få til kompetanseoverføring. I langrenn har det vært etablert som kondisjons- og bedriftsidrett i en manns-

alder. Alpint har vært en idrett for barn og ungdom før det tar slutt som voksen. Vi vil åpne en arena for at flere kan lære mer og innse at dette ikke er så vanskelig, sier Fladmark.

#### Dette trenger du

Han tar selv inn racingski til 12.000 kroner stykket som selger for 7-8.000. Likevel anbefaler han å oppsøke bruktskialagene i de store klubbene.

– Der får du topp utstyr til å komme i gang med. Her finner du de beste racingskiene for en billig penge. Kjøper du gamle ski for 2.000 kroner og sliper dem opp, så er de så gode som nye, sier han.

– Det neste er å tilpasse støvler så de ikke er vonde. En må ha stive og skredersyde støvler som passer din fot. Surefoot på Skøyen, Anton Sport eller Torshov Sport ordner det. Men det aller viktigste er vanlige racingski som er godt slipt. Du må ha skarpe kanter, sier han.

Går du i sportsbutikkene starter prisene ifølge Fladmark på 7-8.000 kroner for ski og binding inkludert plate. Støvlene ligger på fra 3-4.000 til 5-6.000.

Han anbefaler interesserte å starte med storslalåm og gå over til slalåm etter hvert.

– Skal du konkurrere med Aamodt og Kjus må du ha det beste utstyret, og selv dét vil ikke hjelpe. Det viktigste er å få utfordringen det er ved å stille opp.

Flere næringslivsfolk er ifølge Fladmark aktive i alpint. Mills-eier Jørgen Heje er blant disse. Også Olav og Fredrik Selvaag er aktive. Advokat Henrik Christensen har foreløpig holdt seg til speakerboden, mens investor Øystein Stray Spetalen foreløpig har utmerket seg som programhelt.



**FLERE I BAKKEN:** - Det bør være et viktig mål for Skiforbundet at det blir større oppslutning blant amatørerne. Du får mye action og holder deg i god form, sier Ole Kristian Furuseth.

FOTO: SCANPIX



**IKKE SÅ DYRT:** - Du må vite hva du skal ha, men gjør du det, kan du kjøpe brukte racingski for 2.000 kroner og slipe dem opp. Da er de som nye, sier Kjetil Fladmark Larsen.