

## SPORT

# Tar Xtremen som stafett

**KNARVIK:** Terrengløpet Knarvik Xtrem vert dette året arrangert også som stafett, og desse damene er med.

Av Ketil Tjore  
ketil@strilen.no

Venninnejengen har ikkje vore med i Knarvik Xtrem tidlegare, men dette året tek dei kvar sin etappe i det mil-lange terrengløpet. Då Strilen tok ein prat med gjengen før helga var også Atle Austrheim frå arrangørklubben Nordhordland Skiklubb på plass, og han gav gjengen ei rask innføring i etappane.

– Dette må me finna ut av no, seier Sonja Isdal, som kjapt har funne sin favorittetappe.

Nokre etappar er seigare enn andre, med opp- og nedoverbakkar, og diskusjonen går om kven som bør ta kva.

– Den tredje etappen er nok den tøffaste, med jamn stigning heile vegen opp frå Åse, seier Atle Austrheim.

Dei fire damene vert kjapt samde om at det er den femte, Cecilie Lærkerød, som ikkje er med akkurat denne dagen, som får den etappen.

## – Sosialt

Gjengen er litt skeptiske til å stilla i Strilen som «Xtrem-lag», og presiserer at dei trenar mest fordi det er kjekt å springa eller spela fotball saman.

– Det sosiale er det viktigaste, seier Lisbeth Toppe.

– Men det er rart med det: Sjølv om ein berre er med for gøy, så er det alvor likevel når ein får startnummeret på seg, seier Sonja Isdal.

Tidlegare i år var dei med på stafetten under halvmaratonløpet i Bergen City Marathon. Det 21 kilometer lange løpet var delt opp i ti etappar, med tilsvarande lengde som det vert på dei fem etappane i Knarvik Xtrem-stafetten.

– Det var grådig kjekt å vera med i den stafetten, seier Isdal.

## Utfordrar andre

– Eg trenar ikkje så mykje aleine, det er meir sosialt å trena saman med andre, seier Sigrun Tjore.

Gjengen spelar også litt fotball i lag, i Alversund.

– Men hadde me trena like mykje som me snakkar om det, så hadde me vore i kjempeform, seier Sonja Isdal.

Venninnejengen vil gjerne ha fleire stafettlag med seg i lø-



**STILLER I STAFETTEN:** Her er fire femdelar av laget som stiller under Knarvik Xtrem onsdag 20. august. Frå venstre Sonja Isdal, Trude Morken Carlsen, Lisbeth Alvær og Sigrun Tjore.



**ARRANGERER:** Atle Austrheim frå Nordhordland Skiklubb er med og arrangerer Knarvik Xtrem.

pet, og utfordrar kjapt fem andre til å stilla, nemleg Ann Kristin Legernes, Anne Kjersti Olsvik, Elisabeth Heradstveit, Ingebjørg Pollen og Hilde Flataker.

## Fleire klassar

Ein kan stilla lag i Xtrem-stafetten både med kvinnelag og herrelag, eller i mix-klassen.

– I tillegg vert det ein eigen

stafett for dei i aldersgruppa 12-15 år, i ei terrengløype som vil gå på utsida av Brekkeløypa her ved stadion, seier Austrheim.

” Hadde me trena like mykje som me snakkar om det, så hadde me vore i kjempeform.

SONJA ISDAL.

løparane verta følgde ut til starten av sine etappar.

– Me vil prøva å få merka start og stopp for kvar av etappane no før ferien, slik at folk kan gå ut i terrenget og sjekka «sin» etappe, seier Austrheim.

## Raskaste byggefirma

Reigstad-brørne i Reigstad Bygg og Eigedom AS satsar på å stilla stafettlag i Xtrem-løpet. Dei fire brørne i firmaet, Geir, Rolf, Kjell og Håkon, får med seg lærlingen Glenn Nepstad på eit eige firma-lag i stafetten.

– Me satsar på å verta kjappaste byggefirma i Xtremen, seier Geir Reigstad i Reigstad Bygg og Eigedom AS.

Det er han og broren Håkon som har lagt planane, og no må vel resten av firmaet stilla opp sidan dette står i avisa.

– Om me skal utfordra andre, må det verta Seim Bygg AS og Majo Eiendom AS, seier Reigstad, og legg til at desse to må klara å stilla lag med tilsette.

## Over fjorden

Claus Sellevoll i Nordhordland Skiklubb kan fortelja at dei også i år ventar storinnrykk frå sørsida av Nordhordlandsbrua under Knarvik Xtrem. Det er venta både deltakarar i individuell klasse og stafettlag frå Hordvik.

– Hordvikgjengen kjem over

## FAKTA

### KNARVIK XTREM:

Terrengløp med start og mål på Knarvik stadion, onsdag 20. august.

- Lang og kort løype, løypekartet kan ein sjå på skilt sett opp der løypa går ut i terrenget, tvers over vegen for Juvikstølen barnehage, like nord for Knarvik Stadion.
- Xtrem-Stafetten går i den lange løypa på 10,7 kilometer, fordelt på fem etappar:
  - 1. etappe – Knarvik Stadion – Bakketopp Brekkeløypa 2,1 kilometer
  - 2. etappe – Bakketopp Brekkeløypa – Åse der stien går inn i skogen frå fylkesveg 57 1,6 kilometer
  - 3. etappe – Åse – Indregardsfjellet 2,0 kilometer
  - 4. etappe – Indregardsfjellet – Isdalmyrane 2,5 kilometer
  - 5. etappe – Isdalmyrane – Knarvik Stadion 2,5 kilometer

fjorden for å setja sitt preg på arrangementet, slik dei gjorde i fjor, seier Sellevoll.