

UNGDOMSLANDSKAMP I ASHTINGTON 2/10-2010

Ungdomslandskampen mellom England og Norge er i ferd med å etablere seg som en tradisjon. Annenhvert veksles det mellom at de engelske løfterne stiller på det Nasjonale ungdoms- og juniorstevne i Norge og at de norske løfterne reiser til England.

Som i 2008 ble stevnet arrangert i Ashtington som ligger et par mil nord for Newcastle. Fra Norge deltok det 11 løftere. Østlendingene møttes på Rygge for samlet avreise på fredag ettermiddag med direktefly til Newcastle. Vestlandsgjengen var nok litt misunnelige da de måtte innom store deler av Nord-Europa før de var fremme. Sande KK stilte med hele 4 løftere: Fredrik Sørbø, Geir Stubberud, Eivind Sjøl og Thomas Nordquist. Jørgen Imingen (Brumunddal AK), Espen Brunstad (Oslo SK), Sara Dominguez Guddal (Askim SK), Tobias Osmundsen (Hommersåk AK), Sigurd Valentinsen (Sandnes AK), Sondre Sandstøl (Gandal AK) og Maria Aas Løseth (Fræna) utgjorde resten av laget. Lagledelsen bestod av Rolf Stenberg (Sande KK), Helge Sviland (Sandnes AK) og Steinar Wahl (Askim SK). Fredrik og Helge stod for erfaringa da de også var med i 2008.

Vi ble plukket opp på flyplassen av Stewart McKay som velvillig kjørte oss overalt hele helga. Overnattingen var lagt til Sandy Bay Resorts som er en campingplass på utsiden av Ashtington. Husvognene var langt større enn en vanlig campingvogn og minnet mer om en liten hytte. Etter at vi var på installert i vognene gikk ferden til stevnearenaen – Hirst Welfare Center. Det tilsvarende et flerbruks- eller allaktivitetshus for idrett og kultur. Her fikk vi en omvisning på løftearenaen og oppvarmingsområdet. Arenaen var en liten sal med plattning, surreområde og ca 50 stoler til publikum. Oppvarmingen var velutstyrt med 4 ER-stativer. Deretter stilte arrangøren med middag – rice & curry. Vi fikk også tid til en samtale med Fred Mackenzie som er primus motor i styrkeløftklubben. Ashtington var fra gammelt av basert på gruvedrift. Når den opphørte under 80-tallet gikk hele distriktet inn i en tøff periode med høy arbeidsløshet og tilhørende sosiale problemer. Mens styrkeløft i Norge er veldig resultatorientert, var de i Ashtington mer opptatt av å gi ungdommen et tilbud om aktivitet og et alternativ til å henge gatelangs.

På vei tilbake til campen ble det en stopp for å bunkre opp med mat og drikke. Den gjennomsnittlige handlekurven inneholdt store mengder cola, energidrikk, sjokolademelk, bananer og talkum. Med andre ord en helt normal handlekur for en styrkeløfter.

Etter inneveien ble løfterne delt i 2 puljer – 1. pulje inntil 75 kg og 2. pulje for de over. 5 minutter før stevnestart kom en dommer bort til den norske lagledelsen og lurt på hvem av oss som skulle dømme! Vi fikk forklart av vi ikke stilte med egen dommer og at vi hadde vår fulle hyre med å hjelpe egne løftere. Så i tillegg til av være sidedommer måtte han også være speaker og sekretær. En tilsynelatende håpløs oppgave, men det gikk overraskende bra.

Det engelske laget bestod av 8 løftere fra Astor Powerliftingclub i Dover samt 6 løftere fra Ashtington-distriktet. Enkelte av disse var gjesteløftere i høyere alderskategorier. Det ble raskt klart at engelskmennene brukte stevnet til rekruttering og promotering av sporten da de fleste løftet uten utstyr og med svært varierende teknikk.

Stevnet ble innledet i et tempo langt under det vi er vant til. Første runde i knebøy (12 løft) tok ca 30 minutter, så pulje 2 måtte redusere farten på oppvarminga. Vi så for oss et maratonstevne, men så dukket det heldigvis opp flere og bedre skivepåsettere og stevneavviklinga var raskt oppe i normalt tempo.

Løfterne fra Styrkeløftregion Øst fikk en knallstart da både Espen Brunstad og Sara Dominguez Guddal fikk alle knebøy godkjent og med 195 kg på Espen og 150 kg på Sara ble det pers med hhv. 12.5 og 10 kg.



2. løftet til Sara Dominguez Guddal – 145 kg.



Espen Brunstad i et lett førsteløft på 175 kg

I benkpress måtte Sara nøye seg med åpningsløftet på 77,5 kg. To forsøk på 82,5 kg, men det var litt for tungt den dagen.

Espen stilte med ny benkskjorte han ikke hadde prøvd en eneste gang, den gamle revnet på Regionskampen 2 uker tidligere. Hørtes dristig ut, men det gikk veldig greit med 122,5 godkjent i siste løftet etter et førsteløft på 115 kg og teknisk bom på 122,5 kg i andre løft. Tangering av pers og Espen var godt fornøyd.

I markløft startet Sara med 140 kg for så å sette pers med 147.5 i andreløftet. Til sisteløftet ble det lagt på 5 kg til 152,5kg. Etter en kjempeinnsats måtte Sara gi tapt helt på toppen. Sammenlagt ble det 375 kg og pers med 12,5 kg. Sara har ennå et år igjen som ungdom, så det er ikke sikkert at alle rekordene til Inger Johanne Ruud overlever 2011!



Sara i siste markløft på 152.5 kg.

Espen er en seig markløfter og fikk virkelig bruk for den egenskapen. Etter et lett løft på 217.5 kg gikk han for pers med 227.5 kg. Løftet så tilsynelatende tungt ut men vi var sterke i trua og ba om 232.5 kg til sisteløftet. Espen jobbet knallhard gjennom midten av løftet og avsluttet veldig bra. Pers i mark med 7,5 kg og med 550 kg sammnelagt flyttet han persen med 25 kg. Gliset gikk fra øre til øre selv om han lå rett ut med kramper i låra.



232,5 kg i mark ga Espen en total på 550 kg.



2 fornøyde løftere etter et flott gjennomført stevne.



Alle løftere og lagledere på et brett

Jeg fikk ikke med meg alle løft, men av de jeg fikk sett er det noen som huskes bedre en andre. Maria Aas Løseth haltet av plattingen med vondt kne etter et underkjent 2.løft. på 127.5 i knebøy. Det var derfor knalltøft å sette den vekta i 3.løftet.

Jørgen Imingen`s knebøy må også nevnes. Det var tydelig på se på oppvarminga at det var et enormt trykk. Problemet er ikke å reise seg men å finne tilstrekkelig dybde. Oppvarmingsløft på 260 kg og 280 kg var luft, men manglet en god del på dybden. Førsteløftet på 305 kg ble også korrekt underkjent pga manglende dybde. Men dybden kom seg for hvert løft. Spenningen var stor før 2. forsøk på 305 kg. Alle 3 lagledere skriker ”SETT DEG” i kor i et forsøk på å nå decibelnivået til storebror Simen Imingen. Om det var vårt forsøk på å skape vante omgivelser for Jørgen som gjorde utslaget skal være usagt – men det holdt! 2-1 godkjent. Med en alder på 17 år og 1 uke skal Jørgen være den yngste nordmann gjennom tidene som løfter over 300 kg. Imponerende – og det er mer på lager!

Etter løftingen ble det en felles middag hvor det ble servert chili con carne. Det var ingen premiering verken individuelt eller for lag, men etter middagen ble de 3 beste løfterne på poeng ropt opp og applaudert. Beste norske løfter ble Fredrik Sørbø med 384 poeng, kun slått av hjemmeløfter James Duff. James er en meget god løfter med 3. plass på Hamar og 6. plass i Plzen under årets internasjonale mesterskap. I Ashtington satte han likegodt engelsk rekord med 541 kg i klasse 67,5 ungdom.

Senere på kvelden samlet alle løftere, lagledere, dommere og arrangører seg til hyggelig samvær på puben ved campingplassen.

Søndagen ble hovedsaklig tilbrakt på Europas største shoppingsenter - Metro shoppingsenter i Newcastle.

De som skulle til Stavanger og Molde ble hentet 04.00 mandag morgon for transport til flyplassen. Vi som skulle til Rygge hadde veldig god til da flyet ikke gikk på 18.35. Vi rakk derfor en treningsøkt på velferdssenteret og en liten fottur i Ashtington. Retningssansen var det så som så med for vi havnet bare i noen boligområder. Like greit syntes mange da vi fikk sett nok butikker på søndagen.

Vil til slutt skryte av våre ungdomsløftere. De holdt alle avtaler og tider. Alle har med seg pass, billetter og alt løfteutstyr. Alle oppfører seg eksemplarisk både på og utenfor plattformen. Alle hjelper hverandre på oppvarming og støtter hverandre på plattformen. Alle løftere kommer igjennom med godkjent resultat og så godt som alle satte en eller flere perser. En så flott gjeng gjør jobben enkel for oss lagledere.

Det er verdifullt at utøverne får mulighet til å bli godt kjent med hverandre på ved å være så tett sammen en langhelg. Alle reiste hjem med nye venner og konkurrenter og ny motivasjon til å trene videre. Alle gleder seg til å møtes igjen allerede på U-NM og noen uker.