sport

Langrennseliten på farten

LANGRENN: Den norske langrennseliten har for tida eit hektisk treningsprogram. Petter Northug og resten av elitelaget for menn samlast på Lillehammer fredag. Opphavleg skulle landslagstrenar Trond Nystad teke med laget til Meråker, men den samlinga er flytta til siste veke i september.

Elitelaget for kvinner ligg for tida i Alpe di Siusi (Seiser Alm) i dei italienske Dolomittane. Til helga flyttar Marit Bjørgen og Therese Johaug seg til Livigno i Italia.

Sprintarane, som har hatt samling i Aure i samband med Toppidrettsveka, reiser neste veke til ei ny to vekers samling i Pontresina i Sveits. Dit reiser Niclas Dyrhaug og Sjur Røthe etter at dei er ferdig med samlinga i Lillehammer.

Ein del av eliteløparane skal også delta i rulleskikonkurransen i samband med Blinkfestivalen i Lysebotn og Sandnes 19. til 21. juli.

– Det meste har gått på skjener i sesongoppkøyringa. Me er der me skal vera vel fem månader før verdscupstarten i Gällivare, seier langrennssjef Åge Skinstad. (NPK)

Stian Adrian Rykkje er spent før graderinga i morgon. Her trenar han saman med morgonfuglen Tonje Engevik.

Går for blått belte

Taekwondo-treff på Stord

Stian Adrian Rykkje (11) går for blått belte på graderinga i morgon.

Han både sparkar og slår godt ifrå seg, ungguten frå Stord. Denne veka har han teke med seg liggjeunderlag og sovepose opp på ungdomsskulen.

– Det er for å sleppa å måtta gå heim kvar dag. No når eg søv på skulen, får eg jo med meg alt som skjer, smiler han.

I morgon går han for blått belte. Det grøne skal skiftast ut.

– Eg må nok øva litt meir, men trur det skal gå greitt, seier han.

> **Eg må nok øva litt meir, men trur det skal gå greitt**
>
> Stian Adrian Rykkje

Ikkje berre taekwondo

Sturle Halleraker er hovudinstruktør i Stord Taekwondoklubb. I løpet av veka har han saman med 30 medinstruktørar hatt kontrollen over dryge 300 ivrige utøvarar på Vikahaugane.

– Dette er femte gongen me arrangerer leir på Stord og her kjem det folk frå heile Noreg. Blant anna er Drammen og Tromsø representert, fortel han.

I tillegg til fire timar trening kvar dag, legg arrangørane og leiarane stor vekt på den sosiale biten.

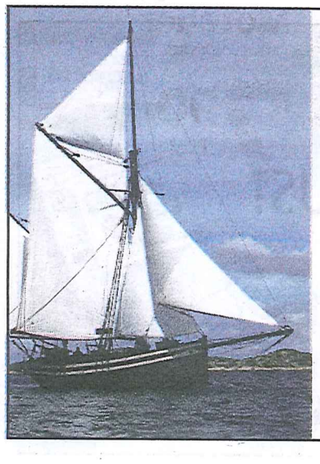
– Her skal alle få sjansen til å bli kjend med nye folk. Me tek oss ein tur i Landåsen, der me gjerne grillar pølser og padlar i kano. På kveldstid er det sosialt samvere av ulikt slag, som til dømes diskoteket på hotellet no i kveld, forklarar Halleraker.

Startar dagen med 50 armhevingar

I går tidleg var Tonje Engevik ein av 80 utøvarar som greidde å komma seg ut i skulegarden før frukost.

– Dei som vil kan stilla i skulegarden klokka halv åtte. Der tek me 50 armhevingar på rappen. Slitsamt, men kjekt og ein fin start på dagen, smiler jenta som har raudt belte med to svarte striper i.

JOAR HYSTAD



SELADON SESONGEN 2012

- **6. – 8. juli** Skånevik bluesfestival
- **13. – 15. juli** Tysnesfest
- **16. – 20. juli** Sommarseglas i Sunnhordland og Røvær/Utsira, dersom godvær
- **30. juli –15. august** Segling i Fitjarøyane for grupper som vil sjå på «Kunstprosjektet» (Sjå heimesida for turar for enkeltpersonar www.smedholmen.com)
- **7. – 9. september** Matfestivalen i Bergen, tur for gruppe

Utanom desse datoane kan skuleklassar, grupper og bedrifter tinga turar tilpassa deira ynskje.

www.smedholmen.com
info. einar@smedholmen.com
tlf. 908 94 857