

Dårlig form ødela medaljesjansene

U23-EM i friidrett var årets store mål for Helene Rønningen, men dårlig form inn i mesterskapet ødela mulighetene for edelt metall.

Friidrett

■ Thomas Rud

Tyrving-jenta løp 100 meter, 200 meter og 4x100 meter stafett i mesterskapet i svenske Gävle. På 100 meter gikk hun videre fra forsøket, men i semifinalen var det stopp.

– På 100 meter kom jeg direkte videre og ikke på tid. I semifinalen ble teknikken litt for dårlig i slutten av løpet, og hodet ville mer enn beina. Jeg hadde håpet på at tidene skulle bli bra, men det var mye motvind her. Uansett handler det jo stort sett om plassering og ikke tider i mesterskap, sier Rønningen.

Noen lyspunkt

Før mesterskapet startet visste hun at ikke formen var på topp, og spesielt på 200 meteren mener Rønningen at hun kunne kjempet om medaljer hvis formen hadde vært bedre.

– Forsøket på 200 meter var veldig positivt. I semifinalen ble det litt det samme som på 100 meteren. Jeg ville litt mye, jeg var litt sliten i beina, og kroppen hang ikke med. Det var kult å komme til semifinale, og jeg ble ikke skremt av tidene til de som kom til finalene og vinner. Jeg vet jeg kan løpe på de tidene hvis jeg er i form, forklarer Rønningen.

Tyrving-løperen sier at grunnen til at ikke toppformen var der var at hun trente for hardt i treningsperioden inn mot mesterskapet. Rønningen har fått ny trener og nytt treningsopplegg for denne sesongen og innser at kroppen må venne seg til det.

– Da jeg slapp opp på treningen klarte ikke kroppen å hente seg inn igjen til EM. Når man er så



▲ Helene Rønningen hadde ikke toppformen inne under U23-EM i Sverige.

FOTO: EIRIK FØRDE

langt nede i gropa skal det mye til for å sette personlig rekord og løpe på gode tider.

Søndag fikk hun og de andre norske jentene en liten opptur da de satt nasjonal rekord på 4x100 meter.

– Det var kult å sette norsk

rekord på stafetten, og gøy å gjøre det såpass bra og likevel ha noe å jobbe med, sier Rønningen.

VM er urealistisk

Etter trøbbelet med formen ser Rønningen at VM i Doha blir

urealistisk.

– Man setter seg alltid hårete mål før sesongen om å være med der, og før sesongen kunne det vært realistisk hvis jeg hadde løpt på persenn min på 200 meter. Sånn som formen er nå kan det bli tøft, sier hun.

Tyrving's Mina Marie Anglero og Marie Skjæggestad røk begge ut på forsøkene på henholdsvis 1500 meter og 400 meter hekk under mesterskapet i Sverige.

■ -thomas.rud@budstikka.no



Dagåpen kino hver dag!
God kinosommer!
ODEON Sandvika

ODEON



Les Budstikka som eAvis

Den kan lastes ned fra kl. 22 kvelden før utgivelse

Budstikka