

Norseman 2008 – Bent Solbakken deler med oss sin opplevelse den 9.8.2008

Klokka ringer. Den er 0200. Det er nå det begynner alvor. Lusker meg ned i hotellets frokostsal. Har med en egen pose Go'dag energi frokostblanding. Tar ingen sjanser. Bare det beste og vante er godt nok. Rune og Øystein dukker opp. De tigger hver sin asjett og der sitter vi og tenker hvert vårt. Det er helt stille..

Svømming:

Det er på tide å få på seg våtdrakt. Kroppen smøres inn i vaselin og varmesalver og jeg vet ikke hva. Vi bærer ned utstyret i T1 og blir registrert inn. Det regner. Vi blir merket med tusjer og ført inn i fergen. Føler oss som kveg. Båten bruker en time ut. Møter en tidligere kvinnelig kollega på båten og nervene roes noe. Er noe bekymret. Klarte å dra på en ryggskade 3 dager før og det siste som går i munnen er smertestillende. Puuh. Det går bra Bent!

Deltakerne kan gjøre seg klarte og gå i vannet. Det er to muligheter den store falllemmen eller kyllingluka på siden. Jeg lister meg stille av sted. Det ble kyllingluka. Håper ingen får greie på det.

Hopper i vannet. Det er mørkt, men temperaturen er faktisk overraskende god. Svømmer mot linjen av kajaker og venter. Ferjen drar i hornet og det hele er i gang. Endelig skal vi få bruk for de tidlige svømetimene i vinter. Crawler og crawler. Føler jeg nesten står stille. Etter en time har jeg svelget en del vann og en del av frokosten blir fiskemat. Faen hvor langt er igjen da.. Vi viste det ikke da, men tidevannet tok med seg fjorden ut og vi svømte mot sterk strøm. Ferjen hadde også blitt med tidevannet og svømmeturen ble langt over 4 km.

Endelig fast grunn under føttene. Var ustø og ble dyttet videre. Karine tok meg i mot og sa jeg var flink. Leiet meg til K1 der utstyret lå. Fikk av meg tøyet., men holdt litt igjen. ”Kom igjen ta av deg alt. Alle andre gjør det.” Står i nettoen, fryser litt, men gleder meg til å sette meg på sykkelen. Noen dytter en brødkive i munnen min. Har spysmak og klarer det ikke. Kaster maten og får beskjed om å skjerpe meg

Sykling:

Endelig på sykkelen. Nå skal varmen tilbake. Valgte løse knær, ermer og overtrekk over skoa. For en sykkeltur. Turen opp til Dyranut var noe av det mest fantastiske jeg har opplevd. Kroppen virker bra, fin puls. Fant et riktig gir og begynte oppstigningen. Spektakulær utsikt, serpentinsvinger. Nå har jeg det bra. Sang faktisk over et flott parti. Var ute som nr 104 etter svømmingen og begynte å plukke en del syklist. Ganske mange – ble litt bekymret om jeg gikk for hard ut. Nei, kjør på, det går bra. Etter hvert kom supporter teamet på banen. Karine og Anne. De gav alt. Første matpose fikk jeg etter 1 _ timer på sykkelen. Nei, det gikk ikke kastet maten og håpet de ikke så det. Drikke gikk greit og etter hvert smakte maten og den la seg på plass. Toppen av Dyranut - Hardangervidda lå som et vakkert skue. La meg ned i tempostyret og fikk god fart på sykkelen. Lite vind og farten var mellom 40-50 km/h. Herlig, dette er gøy.

Fikk sekundering og Øystein var 6 min. foran. To neste fjelloverganger gikk utrolig bra. Så ryggen til Øystein og fikk ekstra motivasjon. Siste fjellet over Imingfjell var en seig laaang bakke, men klarte å holde takta. Merket ryggen nå og måtte legge inn Ibox hver time. Ned fra Imingfjell gikk det fort. Sykkelen var flere ganger over 80km/h. Håper det ikke skjer noe nå og svingene kom brått. Var heldig i nest siste sving. Farten var høy og mistet kurven. Var i grusen på motgående side..puuh godt det ikke kom motgående trafikk. Det nærmet seg Austbygde og T2. Var i strålende humør og nesten overmodig. Vekslet nå som nr 49.

Maraton:

Jentene ventet i området og alt lå klart. Sko, tørt tøy mat etc. Ville ikke skifte annet enn sko og løp ut med sykkelbukse og bløt tøy. Dumt !!

Etter 5 km kjente jeg en forandring i kroppen. Ryggen verket og stivnet. Farta gikk ned og negative tanker dukket opp. Løp en time til og magen vrent seg helt. Support teamet fikk frem nødvendigheter og det bar ut i skoen. Det hjalp ingen ting. Karine tok frem sykkelen og lå ved siden av meg og fikk meg til å se fremover. Etter 25 km begynte de brattte stigningene mot Gaustatoppen. Endelig. Nå var det lovlig å gå. Jente gjorde alt får å få i meg mat. De var til og med i skogen og plukket blåbær. Karine gikk sammen med meg oppover og oppover. Nå var det slutt. Kraftig diare og ryggproblemer.. Klarer jeg dette ”Kutt ut, du klarer det. Du er kjempeflink” På nytt måtte jeg ut i skogen. Satt på en fjellhulle 10 -15 min.

I mellom tiden hadde jentene skrevet ”Heia Bent” i ett hjerte med svart isolasjonstape. Når jeg så det ble jeg rørt og motivert. De klarte å få i meg medisin for sur mage og smertestillende. En Cola gikk ned. Sakte men sikkert forandret kroppen seg totalt. Den kom i balanse og energien strømmet ut i kroppen. En vannvittig følelse. Fikk opp farta og humøret. Er det mulig ☺. Nå er det bare fjellturen igjen. Kl. var ca. 19.30 . 3 timer før tids limit går ut for å entre Gaustatoppen og motta svart trøye. Yes, jeg klarer det fint.

For hvert skritt øke motivasjonen. Gaustatoppen viste seg frem fra sin beste side og de siste meterne løp jeg opp. Øystein og Berit stod på toppen og tok meg imot. For et øyeblikk. For en dag.

På veien ned møtte vi alle de som fikk lov til å gå til Gaustatoppen før kl. 22.30. De siste var nede kl. 0200 og da snødde det på Gaustatoppen.

Norseman 2008.

En fantastisk og ubeskrivelig opplevelse sammen med Rune, Øystein og supportteam Karine og Anne !

Bent Solbakken – 10. august 2008.