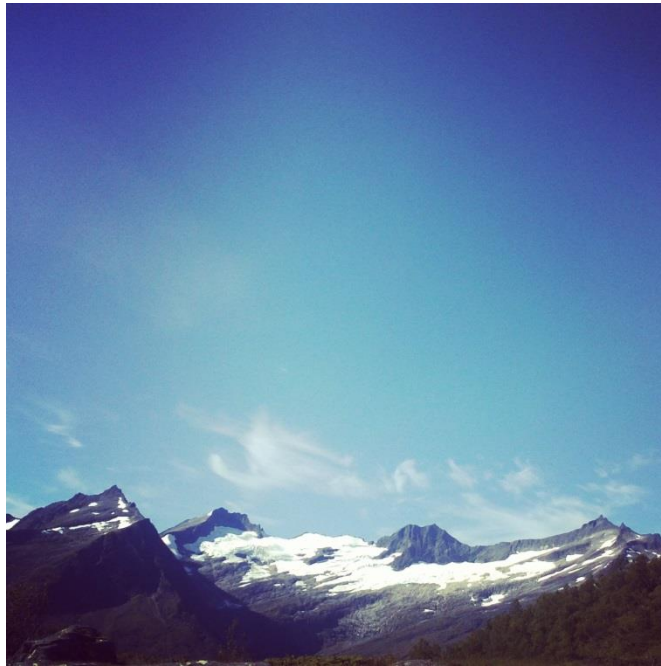
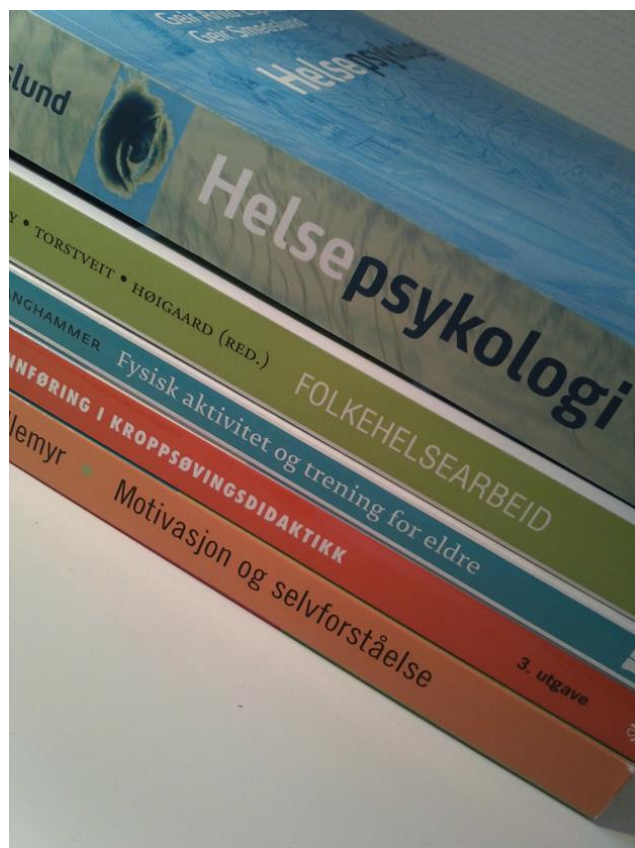


Hallo i nedslagsfeltet



Etter ein lang og fin sumar heime i Velledalen er eg no tilbake i Bergen. Kjenner det egentleg var godt å kome inn i ei normal kvardagsrytme etter ferien. Eg har byrja på eit nytt studie, bachelor i folkehelsearbeid på Høgskulen i Bergen. Dei fyrste vekene har vore hektiske med både fadderveke, ny studiestad, nytt studie, nye bekjentskap og trening. Men studiet verkar utruleg spanande og eg gler meg faktisk til å lese alt pensumet! (kryssar fingrane for at motivasjonen held seg oppe)



Å studere folkehelse verkar kanskje ukjend for mange. Det er eit relativt nytt studie som vart oppretta i 2006. Pga dette har det vore vanskeleg å få seg jobb etter endt utdanning, men eg håpar dette endrar seg sidan det i dagens samfunn nettopp er ekstra fokus på trening og ein sunn livsstil. Studiet legg spesielt fokus på ernæring og fysisk aktivitet, og ein skal lære bla om både korleis ein førebygg sjukdom og fremma helsa på individ-, gruppe – og samfunnsnivå.



Utelunsj med klassa mi som består av 24 jenter og ein gut.

Alt komande veke skal klassa mi på overnattingstur med kano. Ser veldig fram til dette, håpar berre vi er heldige med vêret – for her i Bergen er dårleg vêr inga unnskyldning for å halde seg inne.

Haustsesongen er også kome godt i gong. Sandviken er diverre inne i ein litt vanskeleg periode, både på A- og U-laget. A-laget ligg sist i Toppserien, og sjølv om dei har styrka stallen godt i løpet av ferien har poengfangsten ikkje vore god i haustopninga.

Det var litt hardt å byrje på med fire fotballøker + ein kamp i veka etter ferien. Dette har eg kjent godt på kroppen ettersom eg tre netter på rad vakna av krampe i leggane. Har også hatt litt småproblem med ei stiv hofta. Sist veke vart vi overraska med Nordlie-testen (7min kondisjonstest som er spesialtilpassa fotballspelarar). Heldigvis viste resultatet att eg har klart å trenast like godt som lagkameratane mine medan eg har vore heime heile sumaren.

Laget mitt i 2.divisjon tapte 4-2 mot Hinna i fyrste kamp etter ferien. Ein utruleg dårleg prestasjon av oss. Hinna ligg i botnen av divisjonen og kjempa difor som ulvar for å unngå nedrykk. Absolutt ikkje eit fintspelende lag, men innsatsen den skal dei ha ros for.

Sundag spela vi bortekamp mot Haugar. Det vart ei lang reise til Haugesund. Fyrst kom ikkje turbussen vi hadde leigd inn til rett tid, noko som førte til at vi ikkje rakk den planlagde ferja. Etter kampen måtte vi vente over ein time på maten vi hadde bestilt, og rakk difor ikkje ferja heim igjen heller.



Når turbussen vår fyrst kom var det ikkje berre ein liten vanleg minibuss – dette var luksus for oss

Kampen mot Haugar starta bra der vi tok med oss leiinga 1-0 til pause. 2.omg opna med at ein Haugar-spelar dempa ballen med handa før ho sende av garde eit langskot. Både heimepublikummet og trenarane jubla lite for scoringa som dei var sikre på vart annullert pga hands, men det var ikkje dommarane einige i. Dermed stod det 1-1 og vi fekk ein verst tenkeleg start på omgangen. Kampen var jamn, men det var Haugar som klarte å få inn det avgjerande målet. Kampen enda med 2-1 siger til Haugar.

Likevill vil eg seie det var ein kjekk kamp mot Haugar, sjølv om resultatet ikkje bikka vår veg. Grasbana deira var feilfri og låg bada i steikande sol. Utruleg kjekt å få spele på ei so god grasbane!

Slik burde det vere fleire av her i Noreg, ikkje berre utbygging av fleire platanlegg.



Min personlege form på ein skala frå 1-10 er i skrivande stund vurdert til: 7,5

Ellen Marie Hole