

## Hallo i nedslagsfeltet!

Her i Oslo flyg dagane av garde, og eg har allereie studert i godt over ein måned. Likevel føler eg berre at eg såvidt har rukke å kome inn i ei skikkeleg kvardagsrytme, og har vel i grunn akkurat kome i gang med litt treningsrutiner.

Sidan eg bur på Korsvoll har eg veldig kort veg til Nordmarka – faktisk ikkje meir enn ca fem meter! Det vil seie at forholda for å jogge og gå turar i marka er fantastiske, og eg prøver difor å nytte meg av det så godt eg kan. Første gongen eg var på joggetur klarte eg faktisk å rote meg vekk i over tre timar, men etter å ha prøvd mange forskjellige ruter har eg no funne meg ei ganske kort løype som tek 15-20 min å jogge. For meg passar det eigentleg best å trene om morgonen, viss ikkje utsett eg ofte økta til seint på kvelden. Dermed kan eg velje om eg vil jogge ein eller to rundar, alt etter kor god tid eg har om morgonen.

Sjølv sagt er det sabla vanskeleg å stå opp tidleg om morgonen for eit så utprega B-menneske som meg. Men faktisk er det mykje lettare å rulle seg ut av senga viss eg har lagt meg med treningsshorts og t-skjorte kvelden før, for da er det berre å hive i seg ei halv brødiskive og hoppe i joggeskoa.



*Herleg utsikt frå huset kl 05.50 tidlegare denne veka.*



*Heldigvis sto sola opp like etterpå dette bilete vart teke, slik at eg slapp å jogge i mørket.*

Jogging blir etterkvart litt einsformig i lengda, så no er eg i gang med å finne meg eit fotballag. Men det studieløpet eg har vald går ut på at eg skal studere 1.året på medisin på universitetet i Oslo, før eg flyttar til Slovakia neste år, for å ta dei siste fem åra der. Det medfører at eg både må lære meg både slovakisk, latin og avansert førstehjelp på Bjørknes Høgskule, og blir med andre ord ein 200% student. Det gjer at det blir vanskeleg å kombinere studiet med å spele fotball på eit seriøst lag, og er har difor tatt kontakt med studentlaget til Oslostudentenes idrettsforening, og satsar på at det skal passe meg bra.

Med ein hektisk studiekvardag er det veldig viktig å få kome seg ut på tur og kople av litt. Kontrasten frå å leve eit liv på folkehøgskule med friluftsliv og fjellturar, til å busetje seg midt i den stressa hovudstaden er veldig stor. Og sidan saknet etter folkehøgskulelivet absolutt er til stades, føler eg ei trong til å kome meg ut i skogen, og vekk frå bylivet for å roe ned. Eg og ein klassekamerat frå folkehøgskulen tok difor med oss stormkjøkken og gjekk ut i marka ved sidan av Sognsvann tidligare denne veka, for å lage mat og trekke frisk luft. Eit fantastisk fint tiltak dersom ein vil kople av litt, og forhåpentlegvis blir det mange slike turar framover!

I morgon er planen å ta turen på eit møte for fjellgruppa til Oslostudentenes idrettsforening for å få presentert årsplanen og finne ut om det er noko eg kunne tenkte meg å vere med på. Har trua på at dei sikkert har mange turar som freistar, og at eg har tid til å vere med på nokre av desse i løpet av året. Så får eg forhåpentlegvis eit innslag av både friluftsliv og fjellturar dette året òg!

*Mi personlege form på ein skala frå 1-10 er i skrivande stund vurdert til: 6,1.*

*- Christina Holmberg*