

Hallo i nedslagsfeltet!

No har eg kome godt i gang med studiane etter ein lang juleferie. Eg har nesten dobbelt så mykje pensum dette semesteret enn før jul, så eg er glad det ikkje er så altfor lenge til påskeferien. Vinterferie er det nemleg ikkje noko som heiter ved universitetet. Kvar dag gjeng eigentleg ut på det same; lesing og trening, sett bort i frå laurdagar der eg prøvar å gi meg sjølv litt fri. Som den sportsentusiasten eg er ser eg sjølvsgatt på alt eg kan av ski-VM også - så eg unner med litt fri.

Elles så har eg kome i gong med sesongoppkøyringa, og januar/februar har vore ein tung treningsperiode!

Denne sesongen har Sandviken bestemt seg for å satse på U-laget, i håp om å utvikle eigne spelera til Toppserien. Vi har seks treningar i veka; ei rein styrkeøkt, ei kombinert styrke/uthald og fire fotballøktar. Laget bestend av ein tropp på ca. 12. Grunnen til at vi er så få er at spelarane på A-laget (som har ein tropp på om lag 22) som får minst speletid skal vere med på nokre av våre kampar, og ein ynskjer heller ikkje ein større tropp pga at ein vil halde nivået høgast mogleg.

I tillegg har vi også vore observatørar på Sandviken sitt A-lag sin treningskamp mot Arna Bjørnar (enda 2-2) og løyst arbeidsoppgåver tilknytt vår posisjon på bana. Ein laurdag i månaden har vi også felles kondisjonsøkt, 4,5km i motbakke opp Isdalen. Dette er same løypa som Brann sitt herrelag i mage sesongar har sprunge testløp.

Sundagstreningane er faste ved Barrys Bootcamp (trener også her om utandørsforholda ikkje er gode). Har kanskje nemnd det før, men det er knall hardt! Dersom du er interessert i korleis vi trenar kan du sjå ein kort videosnutt her: <http://www.bt.no/sprek/Knallhard-trening-i-diskolys--2771616.html>

Sidan eg studera og difor har to seminar på kveldstid får eg diverre ikkje vore med på alle fotballtreningane i veka. Eg er med fast på 4 av treningane, og prøvar å få tid til eigentrening dei to andre dagane. Til dømes torsdag denne veka var ein hektisk dag, så for å rekke ei treningsøkt sto eg opp 05.30 for å ta meg ein joggetur. Veldig tungt, men må nesten til om eg skal henge med lagvenninnene mine.



utsikt over Bergen sentrum 06.00 torsdag

Sidan vi fått ein del nye spelarar, så har laget planar om å få gjennomført ei sosial kjekk trening. Planen er at vi skal få prøvd ut våre curlingferdigheiter, noko eg ser fram til!

Sjølv om kroppen kjennast ganske tung og sliten for tida, så trur (og håpar) eg at treninga gir framgang. Det er i allefall sikkert at treningsmengda har auka mykje i forhold til kva eg er vand med frå tidlegare sesongar.

Mi personlege form på ein skala frå 1-10 blir i skrivande stund vurdert til: 6,7

Vonar alle får ei fin feiring av morsdagen og fastelavn! Alle mannfolka i dalen burde trå til med bakinga av fastelavensbollar og varte opp kvinnene på best mogleg vis.

I går var eg på karneval i den anledning, utkledd som eit juletre:

