



2009-07-24

Albin och Tove bäst bland 18-åringarna

Albin Ridefelt (bilden), Linné, och Tove Alexandersson, Stora Tuna, vann 18 Elit-klasserna på O-Ringen, men inte utan dramatik. Tove tappade tre minuter till jagande Helena Karlsson, Bromma-Vällingby, och även Albin bommade rejält i skogen.

Först ut att avgöras av elitklasserna i O-Ringen var H 18 Elit, där det blev en lång väntan vid målet på segraren. När Albin Ridefelt till slut dök upp i målfällan hade han bommat nästan fem minuter, men även jagande Martin Regborn, Hagaby, som startade sju minuter bakom missade i skogen och plockade bara in en knapp minut.

- Jag gjorde en rejäl sväng vid sjunde kontrollen. Klart att tankarna kom på att någon där bakom kunde gå ikapp, men det var ju inget som jag kunde påverka så jag försökte slå bort alla sådana tankar, säger Albin, som ändå gjorde ett par misstag till.

- Ner mot tredje sista kontrollen hörde jag i högtalarna att jag låg över åtta minuter efter tidsschemat och blev lite småstressad, men så fort tror jag nog inte att någon kan springa idag, säger Albin, som skrev segermarginalen till 6.28 före Regborn.

- Jag blev för nervös och hade svårt att hålla ihop det. Fysiskt är jag i riktigt bra form, men jag har haft svårt att hinna med i orienteringen, säger Regborn, som hade 51 sekunder tillgodo på trean Anton Sjökvist, Stora Tuna.

Stabiliteten avgjorde

Stabil orientering har istället präglad Albin Ridefelts vecka, som vann de första tre etapperna.

- Då gick det kanonbra, men igår på medeldistansen bommade jag fyra minuter och idag blev det nog lite till, säger Albin.

- Jag hade bestämt mig för att ta det lugnt och fokusera på orienteringen, det räcker långt under ett helt O-Ringen. Antagligen slappnade jag av lite för mycket i slutet av veckan, men det löste ju sig ändå, fortsätter han.



Tove Alexandersson, vinnare i D18 Elit.

"Blev aldrig riktigt orolig"

Tove Alexandersson hade 5.46 att gå på jämfört med tvåan Helena Karlsson i jaktstarten. Och även om Helena lyckades knappa in större delen av den tiden i skogen så var segern aldrig riktigt i fara.

- Jag småmissade lite och sedan tog jag ett dåligt vägval på ett ställe, annars har det gått ganska bra. Jag blev aldrig jätteorolig, men tänkte på slutet att jag inte fick göra fler misstag, berättar Tove, som nu tog sin femte O-Ringens seger efter att senast ha vunnit som 13-åring.

- Det var väldigt skönt, säger Tove.

Bakom tvåan Helena Karlsson var det över fem minuter ner till totaltrean Ida Bobach, Ulricehamn.

- Jag är nöjd med att jag har lyckats springa så stabilt under veckan. Jag har inte varit sämre än fyra på någon

etapp, och även om jag varit lite efter Tove alla dagar utom idag så är det ett steg i rätt riktning för mig, säger Helena.



Tove Alexandersson och Helena Karlsson jämför vägval efter jak starten, där Tove lyckades hålla undan trots att Helena plockade in tre minuter.