



2010-02-12

## Helena gör årspremiär i Portugal

**Från minus 25 grader och en och en halv meter snö till Atlankusten. I helgen gör världsmästarinnan Helena Jansson tävlingspremiär i Portugal. Med på resan är också tränaren Harri Viinamäki.**

På fredagsmorgonen lämnade Helena Jansson hemmet i Umeå och 25 minusgrader för att flyga till Portugal och ett kombinerat tävlings- och träningsläger.

-Jag har sett fram emot det här så länge, det ska bli så jäkla skönt att få springa på barmark, säger Helena, som tränat i ett snödjup på en och en halv meter senaste tiden.

Träningslägret i Portugal innehåller också en fyradagarstävling med start redan på lördagsförmiddagen med en långdistans. Söndagens medeldistans är för övrigt en världsrankingtävling. Tävlningarna avgörs i Leirosa och Praia de Quiaios vid Atlankusten, cirka 120 kilometer söder om Porto. Helena Jansson har inga stora förväntningar inför årets tävlingspremiär.

### Tränaren med för första gången

- Tävlning är bästa träningen, men jag lägger inte så stor vikt vid resultaten. Men visst, det är alltid trevligt när det går bra och man vill förstås ha ett kvitto på att man hänger med.

Motståndet i tävlningarna är bästa tänkbara med världsmästarinnorna Simone Niggli, Schweiz, och Anne-Margrethe Hausken, Norge, i spetsen.

- Tävlningarna får utgöra det första av två träningspass under dagarna, säger Helena Jansson, som också har med sig sin tränare Harri Viinamäki, Skövde, på lägret.

- Det är första gången som Harri är med mig på ett läger och det ska bli riktigt spännande vad det kan tillföra i kvaliteten på träningarna, säger Jansson.

### Sprintturné i Italien

Totalt ska Helena vara borta i två och en halv vecka, varav den första veckan i Portugal. Därefter väntar sprinttävlingar och läger i Italien tillsammans med fyra andra landslagstjejer, fjolårets VM-silvermedaljörer Linnea Gustafsson och Kajsa Nilsson, samt Lena Eliasson och fjolårets juniorvärldsmästare Tove Alexandersson.

Tjejerna ska bland annat delta i MOC 2010 (Mediterranean Open Championships) 26-28 februari.

### Bättre startfält än ett VM

I fyradagarstävlingen Portugal O Meeting, som avgörs nu lördag-tisdag, är det ett oerhört starkt startfält och på herrsidan är det till och med tuffare motstånd än man möts av i en VM-final. Ett antal svenska landslagslöpare med Emil Wingstedt som den ende i elitgruppen är på plats. I övrigt finns bland andra Mattias Karlsson och Jonas Pilblad med, liksom i praktiken hela IFK Lidingsö elitstall.

I det seedade fältet vid söndagens WRE-tävling på medeldistans startar det här gänget på de tio sista platserna, med en minuts startmellanrum, i en elitklass med 278 anmälda: Fabian Hertner, Tero Föhr, Olav

2013-06-10

Helena gör årspremiär i Portugal - PublicTemplates

Lundanes, Mikhail Mamleev, Carl Waaler Kaas, Anders Nordberg, Valentin Novikov, Emil Wingstedt, Thierry Gueorgiou och Daniel Hubmann.  
Det lär gå undan i det gänget.

[Portugal O Meeting](#)