

2011-06-12

## Jansson skadad – missar Nordic Orienteering Tour

**Helena Jansson, Sveriges bästa orienterare på damsidan, är skadad. Hon lämnar nu återbud till den prestigefyllda Nordic Orienteering Tour (16-25 juni) som inleder årets världscupsäsong.**

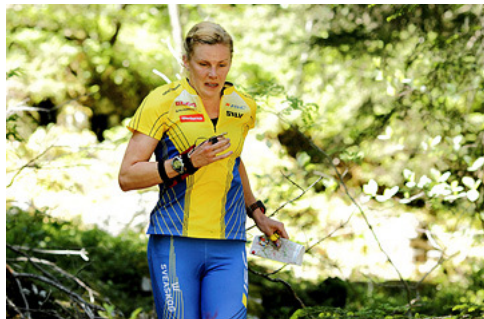


Foto: Peter Holgersson/RUNPIX

– Det känns fruktansvärt tråkigt. Men jag har fått en akut slemhinnorinflammation i höger häl. Därför måste jag nu vara klok annars riskerar jag VM senare i sommar, säger Helena Jansson.

Det var i samband med observationstävlingarna i Frankrike för drygt två veckor sedan som hon fick ont i sin högra häl. Helena vilade i tre dagar, försökte träna igen men fick då mycket ont.

– Jag kunde knappt gå och då var jag riktigt orolig för min fortsatta satsning mot VM i augusti, berättar hon.

För några dagar sedan reste Helena från Schweiz, där hon numer bor, till sin läkare i Halmstad. Där konstaterades att hon fått en akut slemhinnorinflammation i höger häl som också var godartad.

– Då blev jag glad eftersom VM inte ska vara i fara om jag sköter rehabiliteringsträningen på rätt sätt, säger Helena.

Men det innebär att hon måste tacka nej till kommande Nordic Orienteering Tour. Den inleds med en deltävling i Finland den 16 juni och fortsätter med knock-outsprint i centrala Göteborg den 21 juni som direktsänds i SVT Play. Touren avslutas i Oslo den 25 juni. Denna minitour som inleder världscupsäsongen anses av landslagslöparna vara säsongens viktigaste tävlingar efter VM som i augusti avgörs i Frankrike.

– Därför var det mentalt extra tufft att tvingas tacka nej till dessa tävlingar plus Jukola-käven i

Finland. Men VM är viktigast och agerar jag nu klokt så kan jag kanske vara fri från den här skadan om ett par veckor, säger Helena som redan börjat en period av alternativ träning.

– Nu vill jag tänka positivt. Genom att jag inte tävlar i Nordic Orienteering Tour kommer jag att få en bonusperiod av grundträning. Det blir alternativ träning, men det vet inte hjärtat om, säger

Helena, som under söndagen hade ett långt löppass i vatten vid Borås utomhusbad där hon nu befinner sig.

– Det var tråkig träning med det kan löna sig i längden, säger Helena som räknar med att kunna testa sin skadade fot om en vecka till tio dagar.

Helena Jansson kommer att ersättas av Lillian Forsgren, Tisaren.