



2012-01-03

## Sverige EM-laddar i Portugal tillsammans med norsk guru

Världens bästa landslag startar säsongen i Sydafrika och har målgång i Nya Zeeland och Australien. Det är ett mastigt smörgåsbord som landslagsledningen dukar upp för 2012 och där gobitarna förstås är EM på hemmaplan i Dalarna, VM i Schweiz och junior-VM i Slovakien.

När du läser detta pågår ett läger med inriktning på löpning och styrka i Sydafrika under ledning av världsmästaren Annika Billstam. Från nyårsdagen och fram till 16 januari är det fullt program.

Precis som så många andra aktiviteter landslaget genomför, är lägret i Sydafrika öppet och egenfinansierat. Vilket betyder att alla är välkomna, men att du samtidigt måste vara beredd att stå för kostnaderna. Även om du är stjärna i världens bästa landslag och uttagen i någon av landslagsgrupperna måste du betala för att få vara med.

- Våra bästa löpare får från RF ett riktat stöd som de har möjlighet att använda för att täcka kostnader för läger som Sydafrika och Portugal, förklarar förbundskapten Håkan Carlsson.

Ett giltigt pass och en hyfsat stor plånbok är grundförutsättningen för att fullt ut kunna smaka av smörgåsbordet i form av landslagets senior- och juniorverksamhet 2012. Säsongen avslutas nämligen i Australien och Nya Zeeland med ett träningsläger som samtidigt är startskott för de tre inledande tävlingarna i världscupen 2013. Där vill IOF, det internationella förbundet, för övrigt testa medeldistans med prolog och jaktstart.

Svenska landslaget väljer att finputs på tekniken inför EM i Dalarna 14-20 maj i Portugal. Sista veckan i februari inleds ett elva dagar långt teknikläger i samarbete med norska landslaget där Jan Kochbach (guru med läsvärd hemsida [www.worldofoc.com](http://www.worldofoc.com)) står för de tekniska analyserna.

Vad har Portugal som inte finns i Falun, Mora och Skattungbyn?

- Vi vet att vi får barmark samtidigt som vi får springa i terräng som delvis är väldigt relevant för Skattungbyn. Portugal-lägret är viktigt med tanke på vad som väntar i Dalarna i maj, förklarar förbundskapten Håkan Carlsson.

De svenska landslagsgrupperna, inklusive framtidsnamnen i juniorlandslaget, har sin säsongsupptakt och första stora gemensamma samling i början av februari i Åhus. Samtidigt genomförs en elittränarträff på temat fysisk träning och en samling för de löpare som gränsar till landslagsgrupperna.

Vill du veta hur världens bästa landslag arbetar? Kolla under fliken Landslaget här på hemsidan. Där presenteras Senior- och juniorverksamheten för 2012.