



2012-03-20

Engström jagar totalseger

Josefine Engström vann under EM i Ukraina ett individuellt guld, i sprint. Till helgen kan hon också säkra totalsegern i världscupen i skidororientering i Boden.

-Det skulle betyda mycket om jag klarar det. Världscupen visar vem som varit bäst under säsongen även om jag nog skulle värdera EM-guldet lite högre, säger hon till orientering.se

Skidorienterarna inledde sin världscup i USA, drog sedan vidare till Ukraina och Kazakstan innan Boden står som värd för säsongsavslutningen. Många tävlingar på kort tid och dessutom långa resor har slitit på de aktiva.

-När vi kom hem från Kazakstan var kroppen väldigt seg och första veckan efter hemkomsten körde jag bara ett enda pass. Förra veckan körde jag hårdare och det kändes segt i början men mot slutet av veckan var kroppen pigg igen, säger Engström.

Nu bor Engström i Tammerfors i Finland, där det fortfarande finns mycket snö, men de senaste passen har hon kört mer löpträning än skidåkning.

-Jag har provat det upplägget tidigare och det har fungerat bra, säger hon.

-Löpträningen har jag lagt in i mitt träningsprogram med tanke på orienteringssäsongen, jag vill försöka pricka formen tidigt för att ha chans att komma med till EM på hemmaplan, fortsätter hon.

I världscupställningen har Engström 423 poäng, tvåa är Polina Malchikova från Ryssland på 365 och trea är Tove Alexandersson på 340. På femte plats återfinns Kajsa Richardsson med 238 poäng.

Bland herrarna är Erik Rost bäste svensk inför tävlingarna i Boden. Han är trea i sammandraget, 69 poäng efter ledande finländaren Staffan Tunis.

Följ tävlingarna på: www.skiowc2012.org

Skrevs av Margaretha 2012-03-21 kl 11:21

[Anmäl](#)