



2012-06-19

Helgens världscuptävlingar är viktiga i VM-förberedelserna

Imorgon åker ett laddat svenskt landslag till Schweiz för att springa världscup i St Gallen. Tävlingarna, som även kallas för-VM, är ett viktigt genrep inför VM.

För det svenska landslaget väntar en intensiv period när VM-förberedelserna går in i ett avgörande skede. I morgon åker laget till Schweiz och i helgen avgörs för-VM med världscuptävlingar i medel och sprint i St Gallen.

– Vi har en viktig vecka framför oss, först med helgens världscuptävlingar och sedan kommande veckas träningspass på vår precamp. Detta är löparnas sista förberedelser i terräng liknande den som möter dem på VM, säger Sveriges förbundskapten Håkan Carlsson.

Läget i den svenska truppen är bra och de löpare som har haft skadeproblem under våren har sedan EM kunnat träna och förbereda sig på bästa sätt. Peter Öberg blir bara bättre och bättre och Helena Jansson, som på helgens Venlakavle sprang sin första tävling sedan EM, är på rätt väg.

– Orienteringstekniskt är jag nöjd med mitt lopp men jag var rejält trött och slitet i kroppen, berättar Helena, som sprang sistasträckan för Leksands OK.

Helena var en bit efter suveräne finskan Minna Kauppi som vann sträckan, men bara en dryg minut efter Simone Niggli och Anne Margrethe Hausken. Tidmässigt skiljde det inte så mycket, men Helenas egen känsla säger något annat.

– Jag vet hur det ska kännas i kroppen när jag är på topp och jag är inte riktigt där ännu.

För Helena, precis som för övriga i landslaget, går förberedelserna nu in i ett sista avgörande skede.

– Nu när vi närmar oss VM kör jag fler pass med högre intensitet vilket innebär en större risk för min hälsa. Med eftertanke och smart träning kommer jag dock att kunna förbereda mig som jag vill, säger Helena.

Mitt i dessa förberedelser är det alltså dags för världscup och även om löparna vill pricka in sin stora forntopp på VM i juli är ett positivt besked i helgen viktigt.

– När jag står på startlinjen i helgen kommer jag att ge 100 procent, säger Helena Jansson.

Världscuptävlingarna i St Gallen, Schweiz, avgörs den 23 och 24 juni med medeldistans på lördagen och sprint på söndagen. Sverige skickar exakt samma lag till världscupen som till VM i juli; Lena Eliasson, Lina Strand, Helena Jansson, Annika Billstam, Tove Alexandersson, Lilian Forsgren, Anders Holmberg, Fredrik Johansson, Erik Rost, Gustav Bergman, Peter Öberg, Johan Runesson, Jerker Lysell och Jonas Leandersson.

Det går att följa tävlingarna med liveresultat, GPS-tracking och TV-sändning på <http://www.postfinancesprint.ch/>.