



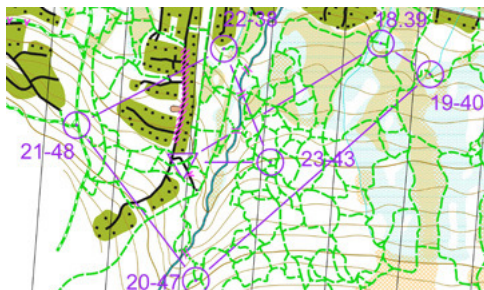
2012-12-20

## Vemdalen blir sista putsningen inför 2013

**Säsongen är i gång för skidorienterarna. I helgen kördes World Ranking Event-tävlingar med svenska framgångar. Nu gör landslaget sista lägret inför 2013.**

Efter helgens tre tuffa tävlingsdagar i Swedish ski-O tour där stora delar av världseliten var på plats stod tillslut två svenskar som toursegrare. Andreas Holmberg och Josefine Engström. En bra värdeomätare för åkarna och flera av de svenska skidorienterarna gjorde bra resultat.  
- Riktigt bra tävlingar som var krävande och utslagsgivande. Väldigt kul också att våra förstaårsseniörer tar för sig och presterar resultat, sa förbundskapten Pär Norén efter helgens tävlingar.

Efter tävlingarna väntade ett landslagsläger i Vemdalen som en sista putsning inför 2013 där de stora målen är EM i Lettland och VM i Kazakstan. Och fokus ligger på att skapa tävlingslika förhållanden. Under onsdagen kördes ett lägerrace med masstart. Distansen var medeldistans och det var nummerlapparna på för att få det så tävlingslikt som möjligt. Snabbast under onsdagen var Peter Amesson och Tove Alexandersson.



Andra delen av herrbanan.

Det är en stor trupp med alla A-landslagsåkare och nästan alla ur U-landslaget på plats. Även en del juniorlandslagslöpare har tagit sig till Vemdalen som under veckan bjudit på fantastiskt bra förhållanden för skidorientering med mycket snö och 5-10 minusgrader.  
- Fantastiskt bra spår och roligt spårssystem. Bra att få träna man mot man situationer i tävlingsfart, säger Josefine Engström.

Och hon får medhåll av landslagskollegan Erik Rost.  
- Kul att komma igång med skid-O tekniken. Värdefullt att få så bra övningar och sparra mot de bästa, säger Rost.



*Peter Amesson i Vemdalens spår.*

Både Rost och Engström byter snart skidor mot skor och reser till Nya Zeeland för världscupen i orientering som genomförs med start första dagarna i januari. Med på den resan är även Tove Alexandersson och Frida Sandberg. Resterande stjärnor i skidororienteringslandslaget ger sig också ut på resa efter nyår. Då till Centraleuropa och tävlingen Ski O Tour 2013 som genomförs i Frankrike, Schweiz och Italien i januari. Tävlingsarna blir bra värdeomätare mot internationellt motstånd. Men det är VM som är det stora målet för de svenska landslagsåkarna. Och veckan i Vemdalen passar för det kommande mästerskapet i vår.

- Det har varit bra skid-O träningar i VM-relevant terräng och spårssystem, säger Peter Amesson

[Till arrangörens sida för Ski O Tour 2013.](#)