



2013-02-06

Richardsson redo för sitt fjärde EM

För några helger sedan tog hon SM-guld när skidorienterarna avgjorde sin jaktstart i samband med SM-veckan i Falun. Nu har Kajsa Richardsson ställt om siktet mot ett internationellt mästerskap. EM i Lettland.

På lördag reser den svenska truppen till Lettland och EM i skidorientering. Med finns Kajsa Richardsson. Richardsson som debuterade i seniorsamhang 2010 kör nu sitt fjärde EM. På meritlistan finns redan stafettmedaljer och ett brons från medeldistansen 2012. Mästerskapet i Lettland avgörs bara några veckor innan årets huvudmål som är VM i Kazakstan.

- Ja, VM är huvudmålet för säsongen. Jag har haft det i fokus i fyra år, men EM är också stort och ibland kan det vara svårare att ta medalj på EM eftersom det är fler åkare med, säger Kajsa Richardsson.

Samtidigt som EM genomförs i Madona avgörs även junior-VM och ungdoms-EM där. För seniorena är det fem distanser som körs under EM-veckan i Lettland. Och det är en intensiv säsong för skidorienterarna just nu. SM i jaktstart för några helger sedan. Norska mästerskapen i helgen där Richardsson åkte till sig en andra och tredje plats. Och mellan EM och VM ligger också en SM-helg för de svenska skidorienterarna.

- Ja, det är en tuff period nu men jag försöker bara ta ett lopp i taget och under EM kommer jag inte tänka på VM alls. Det gäller att koppla bort det ibland och inte slösa energi för att sen ladda när det närmar sig. EM blir krävande så målet där är att orientera bra och rätt. Gör jag det vet jag att jag har kapacitet i åkningen som gör att jag kan vara med i toppen, så som jag var på senaste EM. Och jag känner att det efter helgens tävlingar i Norge finns lite kvar i kroppen och det är nästan en vecka kvar till EM så det går enligt planen, avslutar Kajsa Richardsson.

[Arrangörens hemsida.](#)

[Alla tre truppena.](#)

Lycka till alla EM åkare! De kommer att gå kanon!

Skrevs av Ola G 2013-02-07 kl 09:27

[Anmäl](#)