Tittel:

TUR: Snåsagutan vil sette rekord over Grønland i mai

Trener i Femundsmarka

Snåsa: Snåsagutan er i full gang med forberedelsene til rekordekspedisjonen over Grønland.

lornts eirik gifstad

[lornts@snasningen.no](mailto:lornts@snasningen.no)

I begynnelsen av mai må alt være på plass, da skal Snåsagutan etter planen legge ut på den 560 kilometer lange turen over Grønland. De er derfor i full gang med forberedelser og trening til rekordforsøket og ekspedisjonen «Med varmt hjerte over kald is» . Forrige helg hadde de voksne guttene treningssamling på Femunden. Da fikk de testet både utstyr og rutiner. Mye er på plass, men de har fortsatt mange treningsdøgn foran seg før ekspedisjonen.

– Det er godt at vi fortsatt har litt tid til å trene slik at vi kan få drillet morgen- og kveldsrutinene enda bedre. Allerede nå har det blitt mye raskere og mer effektivt sammenlignet med den første turen. Vi har blant annet kommet ned på en halvtime fra vekkerklokka ringer til vi er klare til å gå på ski. Men vi har fortsatt litt å gå på, sier snåsagut Vegard Jørstad.

Rekord

I vinter har Truls Svendsen og Cecilie Skog krysset Grønland i tv-serien «Tjukken og Lillemor» på TV2. Svendsen og Skog brukte cirka 30 dager på turen, Snåsagutans planer å gå samme strekningen på under 8 dager og ni timer. Da må de tilbringe solide 17 timers hver dag på ski hver dag, med en pulk på 20-30 kilo. En prøvelse selv for de som er i god fysisk form. Rekordforsøket er bareen del av ekspedisjonen, men likevel er det viktig for guttene å maksimere sjansene for å lykkes også i rekordførsøket.

– Det blir tøft. Selv om vi er godt forberedt og har bra utstyr er vi avhengige av godt vær for å lykkes. Blir vi værfaste én da ryker rekordsjansen med en gang, opplyser Jørstad.

Mai

Vegard og de to andre snåsagutan, Ole Christian og Ronny Andre Kjenstad, skal etter planen reise over til Grønland den første uka i mai. Ved ankomst har de et par dagers slingringsmonn hvor de kan ligge og vente på best mulig værmelding.

– Nå begynner alt det administrative å være på plass; reise, forsikringer, utstyr og alt sånt. Da er det bare opp til oss selv. Været rår vi ikke over, men hvis vi er godt forberedt på alt det andre føler jeg at vi har gjort vår del uansett. Det blir tungt, og vi har et veldig strengt tidsskjema for å ta rekorden, forklarer Jørstad.

Trening

De skal trene seg opp med lange dager og skiøkter fram mot avreise.

– Vi planlegger å ha en god gjennomkjøring i mars, mest sannsynlig på Femunden da også. Vi har funnet ut forholdene der er veldig like det vi kan vente oss på Grønland. Treningturen blir tre-fire fulle dager med 17 timer på ski, fem timer i soveposen. De resterende timene brukes på snøsmelting, matlagingrutiner og teltliv, sier Jørstad.

Guttene trenger litt ekstra fett på kroppen før de legger ut på langturen. Men selv om de har fokusert på hvilken  mat de skal ha med, har ikke Snåsagutan begynt med noen oppfeitingskur før ekspedisjonen.

– Litt ekstra fett på beina må man vel ha, men det er ikke heldig å overdrive heller. Vi testet ut ulike typer mat for å finne hva som fungerer og gir mest energi, opplyser Jørstad.

Mat

På vinterekspedisjoner med høyt energiforbruk og aktivitet nesten døgnet rundt, er det ikke akkurat slankekost med få kalorier man bør ha i pulken.

– Vi kommer til å spise frysetørket mat med ekstra smør og morrpølse som krydder. I tillegg går det i mye sjokolade og nøtter. Og ikke minst en tykk og god blåbærsuppe av typen de serverer under Vasaloppet, forklarer Jørstad.

De vil også teste ut Amundsens oppskrift på havrekjeks før turen. Oppskriften er proppfull av kalorier og har også tidligere gitt suksess på slike ekspedisjoner.

– Ja, den oppskriften må vi nok prøve, ler Jørstad og ivrer etter å komme i gang med bakingen og de resterende forberedelsene til ekspedisjonen.

Bildetekster:

Gutta på tur: Snåsagutan har funnet ut at Femundstraktene er ideelle for trening til Grønlandsekspedisjonen, og de er godt i gang med å få på plass rutinene foran ekspedisjonen og rekordforsøket over Grønland i mai. Foto: Snåsagutan.

Snø: Snøsmelting er en viktig del av teltlivet, og nok en ting det må trenes på i forkant av ekspedisjonen. Foto: Snåsagutan.

Pause: Rutiner er vitig også når det kommer til å bruke pausene riktig med både mat og drikke. Her er det Ronny Andre og Ole Christian som tar en pause på Femunden for å få i seg litt næring før de skal gå videre. Foto: Snåsagutan.