

Ikke akkurat lonking

Foto: Jøran Horn

Herlig idrettsglede: Starten for de yngste har akkurat gått.



– At én mann kan gjøre så
mye ugagn er helt utrolig, fast-
slo Lars Tomas Sletten Kapel-
rud.

Minutret etter knallet han
inn A-lagets første mål til 3-1

– Vi hadde full kontroll og
hadde posisjonert akkurat med
krefter. Men dommeren la til

A-laget: Trener Benny Tjønnøy (bak f.v.), Richard Baustad, Tedros Gebremisae, Kristian Reinfjord, Simen Garaas, Thomas Dahle, Mattheus Thraana, Lars Tomas Sletten Kapelrud, Per Høyholm. Foran f.v.: Ole Martin Trælnes, Lasse Davidsen, Matthias Andreassen, Andreas Dahle og Tor Espen Nilssen.

Vik: Både liten og stor ga det de hadde i Sømnalonken torsdag.

■ Jørn Horn

Jho@ba-avis.no

984 09 990

Først ut var ti jenter og gutter under 12 år. De sprintet avgårde på sin kilometerlange distanse fra Framheim til prestegården tur-retur. Alle ga alt og kan med rette være stolt av innsatsen.

Som fot i hanske Så var det duket for konkurranseklassen med deltakere fra og med 12 år. Rolv-Jørgen Bredesen var rasket av alle. Han tilbakela den fire kilometer lange Sømnalonken på 14,15.

– Det er ikke så langt unna persen på 14,08, så det er jeg fornøyd med spesielt ettersom det er ferietid, sier Bredesen.

Han løp i såkalte forfotsko, som er helt uten demping og ser ut som hansker for tærne.

– Disse skoene tvinger deg til å løpe på forfoten, som er det naturlige for mennesket.



Full fart: Konkurranseklassene legger avgårde.

Det er kun de siste 30 årene at vi har hatt sko med demping. Når man løper i dem, lander man på hælen. Det gir en enormt mye større belastning enn å lande på forfoten, forklarer legen.

Sømnaas A-lagsspiller Lars Tomas Sletten Kapelrud imponerte med å løpe inn til andreplass, dagen etter sommerkampen mot feriegjestene. Nils Andre Reinford tok tredjeplassen i herreklassen. Feriegjest Frode Bergrem fra Byåsene IL kom på fjerdeplass. Annie Sund løp firekilometeren på 20,08 og vant dameklassen, foran Bente Eriksen og Karen Andrea Hovemoen Solli.

Slo mamma Sivert Hass fra IL Bjørn i Luster var yngstemann i konkurranseklassen. Han er på sommerbesøk hos mormor og morfar og gjorde en god innsats og løp inn til 21,45, og slo mamma Bente Eriksen med



Hansker for tærne: Rolv-Jørgen Bredesen var rasket av alle og løp i såkalte forfotsko, uten dempling.

ni sekunder.

Ragnhild Drevland fra Hilstad IL, som har den fjerde beste dametiden i Sømnalonkens historie, var også alene i sin klasse. Torsdag kjempet hun seg inn til 18,58. Storesøster Sigrun satte løyperekord med 17,22 i 2010. Dagfinn Olsens herrekord på smått vanvittige 12,37 skriver seg fra 1988.

Løpet var en del av Sommerdagan i Sømna. Mange etterlyste friidrett på Sømna stadion, som sto i programmet

som ble publisert.

– Det er en misforståelse fra hovedkomiteens side. Vi i friidrettsgruppen har vært klar på at det ikke ble stevne i år, etter som så mange er opptatt med Midnattsrittet. Derfor arrangerer vi Sømnalonken i stedet, forklarer Roy Rørmark.

Neste friidrettsstevne arrangeres på Sømna stadion torsdag 16. august.

Sportsfakta

Sømnalonken, Vik 26. juli

4 km

Menn 17 - 49 år

1. Rolv-Jørgen Bredesen, Sømna IL 14,15
2. Lars T. S. Kapelrud, Sømna IL 14,36
3. Nils Andre Reinford, Sømna IL 14,56
4. Frode Bergrem, Byåsen IL 15,14
5. Andreas Dahle, Sømna IL 15,23
5. Werner Reinford, Sømna IL 15,23
7. Håvard Petersen, Sømna IL 15,39
8. Inge Overvik 16,25

9. Nicolai Husteli 16,58
10. Klaus Ames, Sømna IL 17,54
11. Tom Ivar Olsen, Sømna IL 18,41
12. Gunnar M. Saus, Sømna IL 19,43
13. Torstein Ramfjord, Sømna IL 21,25

Menn over 50 år

1. Øyvind Solli, Sømna IL 16,40
2. Ernst Fjeldstad, Sømna IL 18,15
3. Alf Dahle, Sømna IL 18,55
4. John Drevland, Hilstad IL 19,16

Gutter 12 - 16 år

1. Sivert Hass, IL Bjørn 21,45

Kvinner 17 - 49 år

1. Anni Sund, Sømna IL 20,08
2. Bente Eriksen, IL Bjørn 21,54
3. Karen Solli, Sømna IL 22,00

Kvinner over 50 år

1. Ragnhild Solli, Sømna IL 17,42

Jenter 12 - 16 år

1. Ragnhild Drevland, Hilstad IL 18,58

Klasse under 12 år, 1 km

Gutter alfabetisk

- August Reinford
- Fredrik Marti
- Jens Ames
- Sverre Solli

Jenter alfabetisk

- Elise Husteli
- Maja Vinsnes Ames
- Nora A. Reinford
- Signe Bredesen
- Sofie Bredesen
- Sunniva Solli