

Et arrangement til

Årets danske politimesterskaber i henholdsvis feltspor og orientering blev en kæmpe succes.



Udsigt over Gudhjem fra en klippetop.

Af Peter Sørensen, Københavns politi

Fotos: Ole Kjær Jacobsen, Københavns Politi / Dansk Politiidrætsforbund

Da jeg hørte, at man påtænkte at arrangere årets mesterskaber på Bornholm, var min første umiddelbare tanke, at den ide kan de godt glemme. For langt væk, alt for dyrt at deltage. At det var en tåbelig tanke, gav jeg selv svaret på, idet jeg for første gang i mange år tilmeldte mig feltsports-mesterskabet. Grunden hertil? Ja, det var selvfølgelig muligheden for at løbe orienteringsløb i de bornholmske skove. Denne tanke havde mange o-løbere også, derfor kom der en tilmelding på ikke mindre end ca. 100 danske orienteringsløbere, samt ca. 30 fra landene omkring os. Og sikke et arrangement man havde fået stablet på benene.

Da vi ankom til Bornholm mandag sidst på eftermiddagen, kørte vi direkte til Gudhjem, hvor der som noget helt nyt var arrangeret en sprint i selve Gudhjem. 128 deltagere havde valgt at varme op til mesterskaberne ved at løbe henholdsvis en bane på 1,9 km. og en bane på 2,4 km. At alle ikke var helt fortrolig med Sprint og området som det blev afviklet i, beskrives vel bedst af de opnåede resultater. På den korte bane var bedste tid 17 minutter og 19 sekunder og sidste mand kom i mål i tiden 48.57. På den lange bane var bedste tid 20 minutter og 46 sekunder og sidste mand

kom ind i 1 time, 12 minutter og 46 sekunder. Men uanset resultatet, så var det helt fantastisk at løbe i Gudhjem. Solen stod stadig højt på himlen, og områdets karakter af gamle bygninger, åbne områder med klipper og sparsom bevoksning, gav det bedste indtryk af Bornholm. Måske var der nogen af deltagerne, der gav sig tid at nyde turen mere end andre. Bedre velkomst til Bornholm kunne vi ikke få. Bornholms Lokal TV dækkede endda begivenheden.

Alle deltagerne blev indlogeret på Svaneke Vandrehjem. Og vi har vel ikke haft bedre indkvartering i mange år. Værten havde denne mandag aften sat gang i grillen, og efter et bad blev vi opvarmet med rødt oksekød, diverse salater m.m. Lige noget for politifolk. En rigtig god afslutning på første dag på Bornholm.

DAG 2 STOD I FELTSPORTENS TEGN

Som de fleste bekendt, så består feltsporarten af skydning, punktorientering og o-løb.

Den senere vinder af mesterskabsklassen, Per Jessen, Roskilde, vil andetsteds i bladet give sin version af dagen. Dagens strabadser var henlagt til Bolsterbjerg Skov, hvor

Slagelseholdet, som også har leveret en fin artikel andet sted i bladet.

man havde arrangeret en perfekt skydning, dernæst en punktorienteringsbane, der var fint afmærket hele vejen og med reelle punkter. Dog lagde havdisen sig lidt i vejen og gjorde et par punkter svære at se i terrænet, hvorfor disse punkter helt sportslig korrekt blev annulleret. Det afsluttende o-løb gav smagsprøver på det kuperede bornholmske terræn. Der var udfordringer under hele forløbet, og ingen tvivl om, at det var værdige mestre som senere samme aften blev hyldet ved et meget flot arrangement på Svaneke Bryghus.

I Mesterskabsklassen kunne vi med en samlet løbstid på 1.28.05 kåre Per Jessen Roskilde som Dansk politimester 2010. Nr. 2 blev Erik Olsen Helsingør i tiden 1.34.30, mens den mest vindende gennem tiderne, Erik Flarup, Skive tog 3 pladsen i tiden 1.39.54. Da der kun var 2 deltagere i Dameklassen, kunne der ikke kåres en mester, men vinder blev Anne Fønnesbech, Rpch. i tiden 1.35.41 foran Rita Breum, Rpch. i tiden 1.49.54.

A-klassen blev vundet af Frank Davidsen, Rpch, i 1.42.03 med Karsten Nielsen som nr. 2 i 1.49.25 og Brian Falk, Esbjerg som nr. 3 i 1.51.55.

Hans Pedersen, Ålborg tog sejren i C-35 med tiden 1.35.00, mens Johnny Scholzer, Køge tog sig af C-43. C-50 blev vundet af Henning Madsen, Grenå i 2.07.31., mens Arne Pedersen, Randers tog sig af C -55 i tiden 1.19.03.

Helt bemærkelsesværdig og et godt tegn for sportens fremtid, havde B-klassen i år deltagelse af ikke mindre end 30 deltagere. Jeg synes derfor at klassen fortjener at få nævnt de 10 bedst placerede i denne artikel.

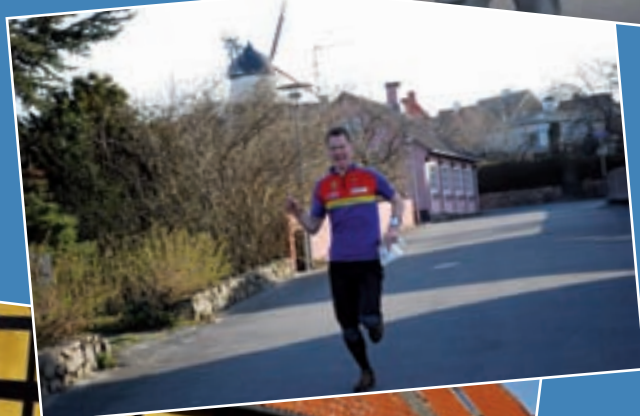
| | | | |
|-----|-------------------|------------|----------|
| 1. | Jacob Raft | Slagelse | 1.25.23. |
| 2. | Rune Jensen | Fredericia | 1.35.28. |
| 3. | Kim N. Madsen | København | 1.38.43. |
| 4. | Peter Wihan | Slagelse | 1.47.17. |
| 5. | Henrik A. Jensen | Vestegnen | 1.52.19. |
| 6. | Lasse Karkov | Roskilde | 1.57.19. |
| 7. | Carsten Mortensen | København | 2.00.42. |
| 8. | Jens Buch | Roskilde | 2.03.47. |
| 9. | Lise Klit | Esbjerg | 2.06.07. |
| 10. | Thomas Roer | Roskilde | 2.10.34. |

Arrangørerne havde som nævnt henlagt afslutningen til Svaneke Bryghus, hvor der blev serveret revelsben i ubegrænsede mængder med tilhørende salatbord. Rigtig politivenlig. Hvis man ikke var helt fanatisk (der skulle jo løbes dagen efter) kunne man smage på Bryghusets mange forskellige øl.

Vinderne blev helt fortjent hyldet og fik overrakt rødvin med egne Mesterskabsetiketter på. Fint skal det være. Man troede ikke at gårsdagens arrangement på vandrehjemmet kunne overgås, men det blev det.

3. DAGEN

Det danske politimesterskab i orientering var henlagt til skovområdet omkring Rytterknægten. »



Christopher Wiberg var banelægger, og jeg, der løb C-35, kan kun uddele roser for nogle rigtig gode baner. Stævnepladsen var lig med målområdet. Starten og især mål var placeret "højt oppe". Der var strålende solskin, og det var svært at finde på undskyldninger for et eventuelt dårligt resultat. Det skulle da også vise sig, at jeg ikke denne dag havde behov for undskyldninger. Fra starten havde jeg besluttet mig på at gå sikker til førsteposten, og lige få en fornemmelse af terrænet. Det betød at jeg, efter at have taget vejen over den første høj, løb udenom den næste og fandt post 1 på den tredje høj. Det skulle vise at der var rigtig mange høje denne dag. Videre ad et lidt længere stræk frem mod post 2, en brandt, som blev fundet uden problemer. Allerede på dette tidspunkt havde man passeret flere høje end man oplever i 4 løb på Sjælland. Strækket til post 3 var forholdsvis let, og jeg befandt mig for første gang nogensinde i Ekkodalen. Post 3 med kontrolnummer 31 blev fundet uden problemer. Ved posten mødte jeg Hans Pedersen, Ålborg, som på grund af en skade, alene var startet, for at gå rundt på dele af banen. Fik vekslet et par ord med Hans undervejs, hvilket skulle vise sig ikke at være den bedste ide. Det næste stræk frem til post 4 var ikke godt. Jeg ramte posten første gang, men den havde det forkerte kontrolnummer (35) det skulle være 33. Derfor var jeg overbevist om jeg var kommet for langt ned på skråningen, og jeg begyndte at lede længere oppe.

Efter lidt søgen kom Hans gående, og jeg blev klar over noget var galt. Helt banalt havde jeg, grundet snakken med Hans, ikke fået kontrolnummer 33 ud af hovedet fra post 3. Post 4 havde kontrolnummer 35. Satans også. Tilbage til post 4, klippe og videre mod post 5, tidstab på ca. 2 minutter. Lidt febrilsk, grundet bommet fandt jeg post 5, mens Hans stadig gående nåede den før mig. Herfra videre mod post 6 som blev fundet uden problemer. Ekkodalen forlades og jeg får et fint løb til post 7, som er et længere stræk på ca. 1 kilometer. Posten, som er en sten, dem var der mange af, blev fundet uden problemer. Post 8 og 9 findes uden besvær, og jeg føler mig alene i verden, der mødes ingen. Til post 10 er der flere oplagte vejvalg, men vælger jeg alligevel at løbe venstre om, langs en asfalteret vej. Får ved slutningen af strækket en stigning på 35 m over 300 m. Må ned i gå tempo, de bornholmske bakker kræver sit, trætheden er ved at indfinde sig, skulle måske have trænet noget mere. Posten findes dog uden problemer, og videre til post 11, som jeg bommer lidt, da jeg kommer for meget til højre for den. Imidlertid rammes en stor brandt, og kursen korrigeres. Vejvalget til post 12 sker uden problemer, men bakkerne tærer på kræfterne, og jeg bruger lidt tid på at overveje det lange stræk, 1100 meter, til post 13. Vælger at gå lige på, hvilket viser sig at være ok. Kort stræk videre til post 14, hvor jeg igen møder den gående Hans. Denne gang hilses kun, og koncentrationen fastholdes. Jeg fornemmer at jeg indtil nu har haft et OK løb, og nu skal der ikke sættes noget over styr. Videre over et åbent stykke til post 15, hvor jeg til min store overraskelse møder Kurt Petersen, som var startet før mig. Kurt var på vej til post 13, og var noget ude af kurs.

Jeg er på dette tidspunkt ved at være nede de sidste resurser, og post 16 er en grøftende ud i et forholdsvis fladt stykke. Jeg »

Karsten Jørgensen, official, slapper af med at indtelefonere resultater.



Rundkirke på Bornholm.



vælger omhyggeligt at gå uden om en mose, og går efter et sikkert opfang for ikke at bomme denne post. Trætheden gør at farten passer med tankevirksomheden, så posten findes uden problemer. Et nemt stræk til sidste posten, som banelæggeren imidlertid havde lagt på en bakketop, 25 meters stigning over 60 meter. Da jeg når posten, kan jeg næsten ikke få benene i gang igen og løbe i mål 150 meter længere fremme. De bornholmske bakker havde taget alt hvad der var. Men en fin bane, og det vidste sig at min tid, 64.26 rakte til sejren i C-35. Efter at alle var kommet i mål (det var lidt rart at se, at jeg ikke var den eneste som gik død ved sidste posten), var der præmieoverrækkelse i Svanekehallen, hvor Vandrehjemsbestyreren havde dækket op med kaffebord.

Per Jessen, Roskilde blev dobbelt Politimester, idet han også tog sig af o-løbstitlen i tiden 57.35 foran Erik Olsen, Helsingør i 1.05.41 men bronzemedaljen gik til Jesper Ginnerup, Århus i tiden 1.08.06.

Rita Breum, Rpch. vandt dameklassen i tiden 1.04.03 foran Anne Fonnesbech, Rpch. i 1.15.26. Igen kunne der ikke kåres en mester grundet for få deltagere.

Brian Falk, Esbjerg vandt A-klassen i tiden 1.01.13, mens Karsten Nielsen, Århus og Frank Davidsen, Rpch. blev nr. 2 og 3 i tiderne 1.01.51 samt 1.06.06.

Som nævnt gik sejren i C-35 til mig selv i tiden 1.04.26, foran Allan Grundsøe, Odense i 1.08.49 og Esben Blicher Fredericia i 1.09.02.

C-43 blev vundet af Torben Olesen, Randers i 1.13.00 med Peter Gaardsøe, Randers som nr. 2 i tiden 1.23.21, mens tredjeplassen gik til Holger Mikkelsen, Odense i tiden 1.24.54. C-50 vandtes af Henning Madsen, Grenå i tiden 53.40, Finn Janniche, Gentofte blev nr. 2 med 58.08 og 3 pladsen gik til Poul Badsbjerg, Ålborg i 1.02.08.

I C-55 tog Arne Pedersen, Randes sig af sejren i tiden 38.27 med H.V. Jensen Odense i 40.56 som nr. 2 og Gorm Jespersen Ålborg nr. 3 i 41.33.

B-klassen gjorde Slagels rent bord med Jacob Raft, som vinder i 44.43, nr. 2 Peter Wihan i 52.34 og nr. 3 Lasse Kroul med 57.44. I alt 35 deltager i B-klassen. Bedste Dame blev Jeannie Christensen Vestegnen som nr. 10 i tiden 1.11.42.

Afslutningsvis et flot arrangement, som alle de implicerede arrangører fortjener stor ros for. Skulle jeg give et lille minus, så skal det være det, at man skal holde mesterskabet i højsædet, og nedtone den udenlandske deltagelse under præmieoverrækkelsen for de danske vindere. Især ved FELTSportsarrangementet synes jeg at det fyldte for meget. Jeg er tilhænger af at give vore udenlandske kollegaer tilbuddet om at deltage, men igen, hold fanen højt omkring det, at fejre de danske vindere. Til gengæld stor ros til Henrik Wiberg for formidlingen af mesterskaberne i Bornholms Lokal tv. Kik ind på stationens hjemmeside og oplev Henrik.

Se alle resultaterne på www.politisport.dk



En solskinshistorie



på **Bornholm**

Af Peter Wihan • Foto: Ole Kjær Jacobsen, Københavns Politi / Dansk Politiidrætsforbund

Endelig var færgen i havn, og mange dages planlægning og mange mails havde endelig båret frugt. Vi var endelig klar til 3 dages orienteringsløb på Bornholm. Der var bestilt sommerhus, færgebilletter, brobilletter, særlige fridage og køretøj. Men hvordan var det egentligt kommet så vidt. Tankerne fløj hurtigt tilbage til mit eget første løb på Fanø ca. 3,5 år tidligere, hvor jeg selv var blevet grebet af sporten og hurtigt havde været klar på mere. Kort efter var min gode kollega Jacob også med til løb i Tidsville, Morud og senest i Hobro. Det var ikke altid let at få fri, men nogle gode ture blev det til, med både sidste og første pladser.

Jacob var samtidig super engageret i mange ting og foreslog at vi skulle arrangere et løb for alle pg2'erne i vores kreds. Jeg var frisk og vi fik kort efter lov til at afholde en temadag, bare udgifterne blev holdt på 0 kr. Vi fik lov til at låne orienteringskort til Slagelse lystskov af militæret på Antvorskov kasserne og så var det jo blot at lægge en rute. Ca. 20 kom igennem, og vi fik rigtig mange positive tilbagemeldinger. Kimen var lagt og efter feltsports arrangementet i Ulfborg, gemte jeg alt materialet, så det var klar til Bornholm. Det blev sat op med instruktioner til de forskellige discipliner da tilmeldingen begyndte. Så var det blot at skubbe interesserede det sidste stykke vej ind på tilmel-



dingslisten. Til stor glæde for os var det især personer, der tidligere havde deltaget i vores temadag der var friske. Så kort efter var et utroligt ungt hold klar. Så var det bare lige at gøre alt klar. Det viste sig hurtigt at give en del problemer pga. besøg fra Rusland, det økonomiske i en stor tur til Bornholm og simpel koordinering af de mange forskellige finesser. Mange mails senere var det meste på plads. Jeg havde dog samtidig lovet lidt opvarmning, så der blev også lige hurtigt arrangeret 2 mindre løb, med tilhørende instruktioner og forklaringer til hvad vi var på vej over til.

Fremme ved sommerhuset på Bornholm fik vi hurtigt pakket ud og da første løb allerede var samme aften var der kun tid til en kort skraber i solen. Kort efter var vi på vej til Gudhjem, hvor der var sprint for de 137 tilmeldte. Vi var alle meldt til kort sprint, så det var bare af sted over stepperne. Skæbnen ville at vi vandt den korte sprint og vi tog også en 5 plads. Mest positive var dog en super tid for Joy Nielsen, der fik 2 hurtigste tid, men desværre havde et fejlklip. I det hele taget viste løbet, at selv med masser af planlægning, så var det godt med et start løb til at lave fejlene på. Humøret var dog højt, da vi satte os i transitten og kørte til sommerhuset for at grille og blive rystet sammen. Det var selvfølgelig lidt trist at vi ikke kunne være til præmieoverrækkelsen især set i lyset af min 1 plads og Jacob's 5 plads. Aftenen gik dog i højt humør og taktikken blev lagt til næste dag.

Tirsdag var det tid til feltspor. Jeg var eneste veteran på vores hold, men alle var opsatte og mange ønskede revanche fra fejlklip dagen før. Denne gang var vi havnet lidt nord for rytterknægten, i et super kuperet og fabelagtigt landskab. Der skulle affyres 10 skud på 15 meter efter 200 meter fremløb. Herefter var det punktorientering og slutteligt alm. orientering. Jeg skulle selv løbe sidst, og fik trods et forkert kort og 5 skud forbi en fornuftig start. Problemerne skulle dog vise sig at ligge ved post nr. 2, som viste sig at være en alvorlig prøvelse for 9 ud af 10 deltagere. Jeg erkendte i det mindste hurtigt problemet og tog en kæmpe omvej for at få styr på orienteringen igen. Tilbage

i målet blev det hurtigt klart at vi alle med undtagelse af Jacob havde haft vores problemer med post 2. Kitt Nielsen var helt stoppet og vi andre havde mistet alt fra 8 til 30 minutter der. Det positive var Jacob's fantomid, min hurtige erkendelse og ikke mindst en af vores nybegyndere Lasse Krouels ret så flotte tid, som senere skulle give os holdkonkurrencen. Vi fik hurtigt samlet tropperne og kom tilbage i bad og i skiftetøjet. Samme aften skulle vi til præmieoverrækkelse på Svaneke bryghus, hvor der samtidig var dækket op til revelsben ad libitum og hjemmebrygget øl. Efter et festmåltid fik vi overrakt 1 pladsen på B-ruten til Jacob, 4. pladsen gik til mig og Lasse fik en fornem 10. plads. Samlet blev det til 1. plads på holdkonkurrencen. Glade og stolte gik vi til ro efter et par meget store og velskænkede øl.

Onsdag skulle vi igen tidligt op. Det var allerede sidste dag og sommerhuset skulle rengøres inden vi skulle løbe ved rytterknægten. Det blev dog hurtigt klaret og snart stod vi på stævnepladsen ved Lilleborg. Vejret var igen fint, om end lidt koldt så tidligt på dagen. Jeg var 5. person ude af hullet og fik bortset fra et lille bum ved post 4 en perfekt tur i det dejlige naturområde i Almindingen. Jeg kunne så stå og vente på mine kolleger, mens jeg fulgte tiderne på resultattavlen. Min tid viste sig hurtig at være rigtig fin, så det blev rigtigt spændende at se hvordan Jacob havde klaret det. Han drønedo dog ind på stævnepladsen i en helt utrolig tid som ingen kunne slå. Lasse kom også i mål i en rigtig flot tid og pludselig havde vi de 3 hurtigste tider. Tommy Hansen måtte desværre udgå, mens Joy Nielsen, Kitt Nielsen og Mette Sørensen kom fint igennem. Præmieoverrækkelsen var denne gang i hallen ved Svaneke vandrehjem. Alle var samlet og vi var 3 stolte fyre der sammen kunne indtage 1, 2 og 3 pladsen på B-rækken, samt tage holdkonkurrencen. 3 dage var gået og selvom det havde været hektisk og med op og nedture, var alle glade og havde haft en super tur. Vi sluttede af med pizza i Rønne inden vi tog færgen mod Ystad og hjem til de ventende vagter. Alle var efterfølgende enige om at dette ikke var det sidste løb de havde deltaget i.



Lederne og arrangørerne Karsten Jørgensen, Henrik Wiiberg og Torkil Hansen.



- en PG2'ers



Af Per Jessen • Foto: Ole Kjær Jacobsen, København, DPIF

SPRINT I GUDHJEM EN MENTAL RUTSJETUR

Siden en af de garvede fra "politilandsholdet" i orienteringsløb i en henskuet bemærkning sagde, at jeg kunne få hans plads, så snart jeg kunne slå ham, har sprinten i Gudhjem været målet. Jeg fordoblede derfor min o-træning henover vinteren fra én til to gange om måneden og arbejdede målrettet på at tage den med ro. Mit store problem som o-løber er nemlig, at benene ofte løber hurtigere end hovedet kan følge med.

"Bip bip", den velkendte lyd af startposten runger i mit hoved, og jeg minder mig endnu en gang om, at jeg skal tage den med ro. De første poster går fint, og jeg holder min plan, men så sker det der bestemt ikke skulle ske. På første lange stræk løber jeg alt for stærkt uden at være med på kortet. I panik søger jeg ned mod vandet. Kortet og terrænet passer ikke sammen og de negative tanker buldrer igennem hovedet. Jeg har en klar ide om, at jeg er løbet ud af kortet. Jeg ved bare ikke hvor langt. Da jeg rammer Østersøen, begynder kort og terræn at passe, og jeg møder igen andre løbere.

De negative tanker forsvinder i takt med, at jeg finder rytmen igen. Den sidste del af løbet bliver taget sikkert uden de store fejl, men tanken om bommet nager stadig. "Bip bip", sidste posten bliver klippet efter en god spurt, og jeg slutter

mig til skaren af folk, der står og nørdler kort og nyder det gode vejr på havnen. Stor er overraskelsen og glæden da jeg ser mit navn øverst på resultatlisten.

DEN ÆDLE DISCIPLIN FELTSPORT

Efter en god nat på Svaneke vandrehjem tog vi bilerne og kørte til Bolsterbjerg. I en smuk kuperet lysning havde arrangørerne lavet stævneplads. Alt var professionelt ned til mindste detalje og intet overladt til tilfældighederne – et gennemgående tema for hele stævnet. Første start går, og en af favoritterne, Erik Olsen, bliver sendt af sted på de 400 meter løb frem til standpladsen, hvor der skal afgives 10 skud med tjenestepistol mod 5 mål. Hver forbier giver en tidsstraf. Erik får hurtigt skudt og forsvinder ud i tågen, men det er tydeligt, at han ikke er tilfreds med skydningen. Så er det min tur. Taktikken fra gårdsdagens sprint gav resultat, så jeg prøver igen. Dovent lunter jeg op til standpladsen, og lader stille og roligt op i magasinerne. Da jeg tager hørevernene på, får jeg et chok. De er skruet op på max, og jeg kan høre alt, hvad tilskuerne snakker om plus en masse vindstøj. Jeg får hurtigt slukket for dem, og så jeg kan fokusere på skydningen. Det går forrygende, og jeg misser kun et skud, så det er et stort smil, der løber ud i skoven.

bekendelse



Næste disciplin er en 2,5 km bane med 10 punktorienteringsposter. Her er det muligt at få rigtig mange strafminutter, så jeg kommer helt ned i tempo og tager banen langsomt og sikkert - lidt for stille og roligt viser det sig senere. Efter ca. 30 min bytter jeg mit punktorienteringskort ud med o-løbskortet. Jeg får et hurtigt overblik over banen og kan se, at der er mange lange stræk. Helt perfekt - nu er det tid til at lade benene tale.

Løbet går forrygende. Jeg har følelsen af, at ingen andre kan følge med rent løbemæssigt, så jeg laver en del "udenoms" vejvalg på stierne. Efter at have været i gang i lidt over en time begynder jeg at lave små fejl, og jeg har svært ved at koncentrere mig. Det går helt galt ved post 12, hvor jeg helt overser en post og er på vej til post 14. Jeg smækker begge ben i jorden og finder en energi-gél frem, som jeg labber i mig. Det virker og der er ingen problem med koncentrationen resten af turen. Da alle igen har fundet stævnepladsen, kører vi tilbage til Svaneke og tager en lille lur, inden vi skal på bryghuset og spise kød og drikke øl, som de sportsmænd vi er. Glæden er bestemt ikke mindre anden gang mit navn står øverst på resultatlisten, men jeg har brugt alt for lang tid på punktorienteringen og slår kun med nød og næppe Erik Olsen.

GLÆDEN VED ØMME BEN

Stadig mætte fra gårsdagens gilde tjekker vi ud af værelserne og sætter kursen mod Ekkodalen. Endnu en gang diskurrer arrangørerne op med en stævneplads fra flotteste skuffe.

Denne gang på en bakketop med udsigt ud over Ekkodalen, der så småt er ved at trække i forårs tøjet. Stemningen er god, og alle forsøger at udråbe hinanden til favoritter. Benene er ømme fra et adventure race i weekenden op til DPM, og to dages løb i bakket terræn har bestemt ikke gjort det bedre, men jeg overbeviser mig hurtigt om, at de andres ben er mere ømme end mine. Taktikken er den samme: Sikker løb og udenoms vejvalg. Jeg bliver sendt af sted og lægger ud med at "bomme" post et. Panikken spreder sig i kroppen, og jeg glemmer alt om bomteknik. Ved rent held finder jeg posten bag en klippe ca. 10 meter hvorfra, jeg startede med at gå i panik. De næste poster står tæt. Jeg føler jeg bruger lang tid på dem og synes jeg mangler flow. Heldigvis kommer der et langstræk, som redder mig. Jeg slår hovedet fra og forsøger at glemme alt om ømme ben og dårlige vejvalg. Herfra kører det og jeg øger løbetempoet lidt, hver gang jeg overhaler nogle af de andre løbere. Det virker og der er ingen, der forsøger at følge med. Sidste post ligger placeret på en stejl bakke, og de sidste kræfter bliver suget ud af kroppen på vej derop. Der er ikke overskud til at smile til fotografen, men jeg smiler indvendigt ved tanken om, at det her burde række til et håndtryk fra repræsentanten fra Dansk Politidrætsforbund for tredje dag i stræk.

Resultatliste kan ses på www.politidræt.dk