

## Nordenskiöldsloppet 2016 - En resa i tid och rum



*Skidtester vid målområdet dagen innan loppet.*

Vasaloppet är förvisso ett ultralopp, men jag har sedan länge varit sugen på att få uppleva ett ändå längre lopp. När jag fick höra talas om Nordenskiöldsloppet för ungefär ett år sedan nappade jag direkt och gjorde en föransmälan till 2017. Tack vare sponsorer kunde loppet genomföras redan 2016. Jag tvekade lite till att anmäla mig eftersom mitt huvudsakliga mål med säsongen var att genomföra den svenska långloppscupen, men slog till slut till.

I år har jag lagt upp min träningsplan själv, men jag har följt de tips och råd jag fått av Rikard Tynell som skrivit träningsprogram åt mig de senaste tre säsongerna. Träningsupplägget har egentligen inte styrts av loppet, men fokus har legat på att öka mängden jämfört med förra året. Strategin har varit att slå ihop kortare distanspass till riktigt långa pass och istället lägga in fler vilodagar. Fart- och intervallpassen har ofta varit korta, men legat nära varandra i kortare perioder. Årets teknikhjälp har jag fått av Christian Minatti, samt Fia och Adam, två härliga skåningar, under en magisk vecka på Mora Folkhögskola i somras. Citykliniken har också varit mycket behjälplig. Linda Svensson har gett mig utmanande styrketräningsprogram för mina knäproblem och Markus Sandberg har rättat till mig med naprapatbehandling och nålar när det dragit snett.

De sista veckorna inför mitt lappländska äventyr var minst sagt krokiga. Efter en riktigt bra tävlingsperiod fyra helger i rad som avslutades med en putsning av min bästa tid på Tjejvasan var det dags för en mängdperiod. Ivrig som jag var glömde jag alldeles bort att min kropp alltid behöver en mjuk uppstart på ovana grenar. Då vintern flytt sin kos blev det rullskidor, cykling och löpning. Jag fick direkt problem med höfter och armbågar. Ett 7-timmarpass som genomfördes på skidor i Borås hanns i alla fall med innan jag förstod allvaret. Därefter blev det flera naprapatbehandlingar samt dragande i gummiband, ibland flera gånger om dagen, för genomblödning och rörlighet. För att skona armbågarna fick jag den geniala idén att diagonala på toppen av Yxbacken hemma i Norrköping. Skonsamt, men ändå grenspecifikt! Där blev det många vändor fram och tillbaka ända tills jag också fick ont i ena stortån...

Veckan innan loppet var jag tveksam till om kroppen skulle hålla. Jag blev faktiskt lättad över beskedet att loppet skulle gå på en mer kuperad bana då den variationen just nu passade mig bättre än monoton stakning ute på sjöarna. Mina krämpor gjorde det än viktigare att njuta av själva resan och vistelsen i Jokkmokk. Jag bilade upp tillsammans med Roger Strömqvist från klubben och hans kompis Hans Harbom som vi hämtade upp i Stockholm. Vi gick alla in med olika typer av förberedelser. Jag med nästan 400 timmars träning, Roger med en grundfysik som lantbrukare och snickare, samt bland annat två genomförda 90 km lopp under Vasaloppsveckan och Hasse med 100 km träning fördelat på två pass, varav det ena var öppet spår. Inför det här loppet valde jag att göra en kolhydratladdning med Vitargo för att om möjligt förlänga tiden till utmattning. Hasse laddade upp med att dricka öl. Vilket gäng!



*De tre medresenärerna. Från vänster: Hans Harbom, Sara Mangs, Roger Strömqvist.*

Resan upp förflöt smidigt med många småpauser och övernattnin hos en härlig barnfamilj i Timrå. Resdag nummer två blev det lunchstopp i Lövånger där jag bodde mina fyra första år och tog mina första stapplande steg på skidor. Väl framme i Jokkmokk skyndade vi oss att lämpa av vår packning i det hus vi hyrt tillsammans med Fia och Adam. Därefter åkte vi för att testa skidorna. Vi hittade till startområdet, men där fanns inga spår. När vi väl hittade spår var de oerhört lösa och inte lämpade för skidtester. Vi åkte vidare mot målområdet som vi inte alls kunde hitta, eftersom energin plötsligt tog slut för dagen. Förvirrade av trötthet gjorde vi istället vårt bästa för att handla frukostmat och lunch inför morgondagen.

Dagen före loppet var det dags att testa skidor, packa klädpåsar som skulle transporteras ut längsmed banan, samt fatta alla möjliga olika sorters beslut. Allt ifrån vilken mössa till storlek på trugorna. Varenda detalj kunde ju bli förödande. Jag packade ner energikakor i den ena påsen och i den andra sådant jag kunde behöva om loppet gått åt skogen och jag skulle behöva hasa i mål, pannlampa, torra sockor och mössa, vindjacka mm. Eftersom Hasse bär med sig pannbenet för jämnan, packade han ner öl i sina påsar.

Efter att klädpåsar lämnats in och jag lämnat in rätt par skidor för slutvallning hos SkiGo och Christer Majbäck, sänkte sig lugnet över vår stuga. Tävlingsdräkten låg

framlagd inför morgondagen. Vätskeryggsäcken fylld med sportdryck. Midjeväska packad med energikakor. Då jag visste att de energikakorna som serverades innehöll gluten och jag inte fått något klart besked om exakt vad som skulle serveras hade jag packat med mig ett tiotal egna kakor.



*Påsar med förnödenheter som jag aldrig behövde nyttja. Sulorna är pjäxornas originalsulor då jag var modig och körde loppet med ett par nya sulor som jag inhandlat i desperation för att lindra smärtan i min stortå.*

Eftersom jag normalt sett inte brukar sova alls innan exempelvis Vasaloppet lät jag mig övertalas om att ta en whisky innan sänggående. Jag sov gott hela natten. Eller snarare halva eftersom klockan ringde redan vid halv fyrtiden. Till skillnad från Vasaloppet fanns det ingen som helst anledning att stressa vid starten. Jag stod dessutom i elitledet. Väl medveten om att jag inte alls platsade där ställde jag mina skidor så långt bak jag kunde, i spåret direkt bakom Fia och Adam.

Sedan var det dags att värma upp uthålligheten i toalettön. Där träffade jag på Christer Löfgren, Mr Ultratriathlon som jag fått följa i rollen som funktionär under tre spännande dagar från kust till kust. Jag bad förstås om råd och hans tips var: "Ät hela tiden" och "Det är bara att bomba". Han varnade också för att se upp så att man inte drömde sig bort och glömde bort att bomba.

Klockan 06:00 gick starten i Purkijaur. Dramatik utbröt omedelbart! Klistret under skidorna högg fast i snön från första stavtaget. Framför mig ser jag hur Fia snubblar till. Hennes flaska flyger i en båge genom luften. Jag lyckas veja. Fia skriker på Adam som i samma stund stupar. Jag vejar återigen och känner hur skidorna liksom hoppar fram över den hårda snön mellan spåren. Livrädd över att själv stupa och skada min egen utrustning stakar jag mig försiktigt framåt bredbent, likt Bambi. Jag hade stora problem att hitta ett spår att stå i. Varje skär i sidled kunde vara förödande. Väl i ett spår försvann spåret igen, då antalet spår blev färre och färre. Skidorna högg och högg så fort det inte var jämnt ända tills det var två spår och isen under skidorna släppt. Efter den taffliga starten var min placering i fältet mer lagom. Nu var loppet igång och jag kunde börja tillämpa de strategier jag hade gjort klart för mig:

1. Öppna långsamt – inte dras med i för högt tempo, inga ryck utan jämn och fin åkning.
2. På armen hade jag en klocka med nedräkningstimer inställd på 25 minuter. Varannan gång vätska och varannan gång vätska + mat.
3. Följa kroppen. På tex ett Vasalopp brukar jag pressa på oavsett om energin går upp eller ned. Här hade jag bestämt mig för att om jag blir trött drar jag ned på farten, om jag känner mig pigg så kör jag på.
4. Njuta av stunden.
5. Inte slösa bort tid i kontroller mm i onödan, utan använda pauserna tidseffektivt.

Jag tog rygg på en kvinna som åkte jämnt över sjön den första milen. Så småningom utkristalliserades en klunga. Vid första kontrollen i Östra Randijaur gled de flesta rakt igenom. Min klocka hade redan pipit för matintag och jag tog fram en energikaka som jag omedelbart tappade. Jag tog en till och insåg hur svårt det var att äta och åka samtidigt. Jag tappade mina ryggar tillfälligt och kände mig handfallen över vad jag skulle göra av förpackningsmaterialet. Jag ville inte att det skulle fladdra iväg över vidderna och hamna i Sarek. Jag stoppade därför ned det innanför tävlingsdräkten. Sedan kunde jag ganska enkelt staka ikapp mina ryggar eftersom farten var återhållsam. Under några lite mer kuperade partier upptäckte jag att isen inte släppt helt från mina skidor som nu var riktigt bakhala. Jag kunde ändå ganska enkelt staka i uppförsbackarna i de isiga, mycket snabba spåren. Jag tyckte att min klunga gick väldigt långsamt och hoppade därför in efter Fia och Adam när de gled förbi efter sitt startmissöde som tydligen hade resulterat i en bruten stav. Även om jag hade kunnat hänga med, valde jag att kliva tillbaka till min ursprungliga klunga. Jag hade ju bestämt mig för att ta det lugnt i början. En man i klungan var mer pratglad än de övriga. Han hette Simon Douglas, engelsmannen som seriöst hade lärt sig åka skidor i XC Gold med bland annat Daniel Tynell som ledare. Vi var ungefär jämnstarka i alla partier och slog därför följe. Jag blev mycket imponerad över hans fina teknik! Engelsmän och skåningar kan faktiskt åka skidor!

Simon och jag växeldrog ändå fram till vändningen i Granudden efter ca 8 mil, då Simon var i behov av en längre teknisk paus. Annars flöt kisspauserna på bra under loppet, även om det innebar vissa olägenheter. Man vill ju inte behöva ta av sig skidorna och stå i kö för en bajamaja. Här gällde det att tillämpa princip 5 och inte slösa tid i onödan. Jag hoppade åt sidan på skaren strax efter en kontroll, konstaterade snabbt att tallarna låg för långt från spåret, dessutom stod de för tätt och var inte speciellt mycket grövre än mina underarmar. Stor risk att trassla in sig och inte heller mycket att skyla sig bakom. Jag bemödade mig därför inte ens att försöka. Jag gjorde en snabb avvägning om det var bäst att vända ändan mot eller från spåret. Även männen fick samma dilemma efter vändningen när det kom folk åt båda hållen... Omedelbart efter att jag tagit av mig både stavar och handskar, samt dragit ner byxorna, var min första av loppets tre vurpor ett faktum.



*Det var många tallar, väldigt många tallar, samt lite glest medskidåkare ju längre loppet fortskred. Foto: Redbull Nordenskiöldsloppet.*

Vurpa nummer två skedde någonstans på myrarna när jag njöt som mest av både härlig, snabb skidåkning och trevligt sällskap och satte jag staven på skidan.

Strax efter en kontroll susade en Australiensare förbi för andra gången. Ett långt toalettpapper hängde som en svans efter honom. Det var tydligt att han inte tillämpat princip 5, utan använt sig av bajamajan. "Well, it's the land down under", tänkte jag och skrattade inombords. Han försvann dock snabbt i fjärran. Även australiensare kan tydligen åka skidor.

Jag ville inte slösa på mina 1,5 liter vätska i vätskeryggsäcken i onödan, utan drack alltid på kontrollerna. På en av kontrollerna hade transporterna felat och man kunde bara välja mellan vatten och Redbull. Jag drack då mitt livs första Redbull.

Efter ca 7 mils åkning mötte vi eliten. Det gick imponerande fort som vanligt och jag blev alldeles överväldigad över att även dameliten låg i tätklungan. Simon och jag gjorde vårt bästa för att heja på alla vi mötte, så länge vi orkade. Ungefär samtidigt mjuknade spåren och åkningen blev betydligt tyngre. Tyvärr var mina skidor fortfarande bakhala, så jag fick problem i motluten. Det blev en hel del stakning med frånskjut. Det var dock många som hade ändå mer problem än mig för jag åkte om en efter en.

Efter ca nio mils åkning började det smärta i mina tricepsfästen/armbågar. Jag var dock nöjd över att smärtan var exakt liksidig, vilket är ett gott tecken då jag mest haft ont i på vänster sida inför loppet. Även om det bara var måttligt kuperat, så tröt krafterna ordentligt efter drygt nio mils åkning. Jag tog därför ett lite längre stopp i en kontroll och lämnade in skidorna för omvallning och såg då ishinnan i klistret. Både fäste och glid blev klart bättre efter det och jag åkte nog rätt så snabbt ikapp den tid jag förbrukat i kontrollen.

När jag mött siste man i fältet fanns det två spår att köra i. Jag testade konstant var det gick lättast. Höger- eller vänsterspår, eller mittemellan. På sina håll var snötäcket tunt och balansen sattes på prov. En och annan gel låg också i spåret. Inte bra, tänkte jag. Hur många papper, gelförpackningar mm fladdrar nu omkring i Sarek? Ca 350 om alla deltagare tappar en var. Att jag själv tappat ett, insåg jag när jag efter loppet räknade in de förpackningar jag samlat innanför dräkten.



*Vackra vyer visade sig för den som orkade vrida på huvudet. Foto: Roger Strömqvist*

Även om det var mycket talar, väldigt mycket talar, så sprack det ibland upp vackra vyer av den fjällnära naturen. Det gällde bara att bemöda sig med att vrida på huvudet för att få uppleva detta.

Nu kom också värmen ordentligt solen sken och det var mycket vackert. Jag hade för dagen valt en buff som jag vikt till en dubbel mössa under morgonen. Den tog jag av och stoppade innanför dräkten, när solen värmdes som mest. Som tur var, även om det var vackert med det soliga landskapet, så mulnade det snart på igen och temperaturen gick ned något. Då kunde jag reglera värmen genom att ha buffen på lite olika sätt, ibland runt halsen och ibland på huvudet.

En tilltagande och illavarslande smärta i händerna gav sig alltmer till känna. Jag upplevde att mina Rex-trugor av modell jättestora tog vind och fladdrade i sidled. I varje staktag fick jag rätta upp stavens riktning med hjälp av händerna. Dessutom glappade handremmarna något. Jag försökte spänna åt dem så gott det gick. Vid stakning smärtade händerna mest. Vid diagonalåkning smärtade armbågarna mest. Stakning med frånskjut gav lite lindring i jämförelse. Dessa smärtor fick jag leva med under de kommande 10 milen in mot Jokkmokk. Jag försökte variera åkningen och följa terrängen, värderade smärtan ibland, accepterade att den fanns där och kunde betrakta hur smärtnivån gick upp och ned under loppet. Det gjorde ont, men det förvärrades inte. Vid en kontroll stannade jag och vände huvudet mot solen medan jag åt min energikaka. Mest för att njuta av stunden (princip 4) och för att ta en paus från smärtan.

Nu var det rätt så ensamt. Då och då åkte jag om någon. Då och då blev jag också omåkt. I ett motlut blev jag omstakad av en äldre deltagarna från "Bonde söker fru" som vi pratade lite med innan loppet. Lite halvdann teknik, men med riktig urkraft. Honom såg jag inte mer under loppet. Även lantbrukare kan åka skidor!

Jag upplevde loppet som en resa från kontroll till kontroll. Jag hade inte med mig puls-/GPS-klocka, utan gick helt på känslan. Jag tänkte inte speciellt mycket på hur långt jag hade åkt eller hur långt det var kvar. Jag liksom bara åkte skidor, i nuet, på väg till nästa kontroll. Markeringarna med antal kilometer som dök upp med jämna mellanrum betydde liksom ingenting. Jag bara noterade att jag åkte förbi dem.

Ute på sjöarna igen kom Christer ikapp mig och ingav energi. Jag hängde på honom ett par kilometer för att få lite draghjälp, men smärtan tilltog alltför mycket när jag ökade farten. Jag malde därför på i mitt eget tempo. På sjöarna som vi svischat fram över på morgonen var det nu blött och ibland obefintligt stavfäste. Nu hade jag nytta av mina stora trugor, men det gick ändå extremt tungt. Jag tror dock att jag hellre hade valt mindre trugor och kanske sluppit smärtan. Jag testade att åka mellan spåren. Jag var dock inte först om den idén. Det gick inte att undkomma det blöta, tröga och tunga föret.

Äntligen var jag tillbaka till startområdet i Purkijaur. Efter drygt 16 mil var det dags för omvallning nummer två. Fästet bättrades på, vilket var till mycket stor hjälp under de sista milerna. Jag var också i behov av en kisspaus, men kände att gränsen gick vid att göra detta på öppen sjö. Jag undrar hur det ska lösa detta dilemma när loppet har ordinarie bansträckning? Jag joggade därför ca 100 m till bajamajorna. Korvtanterna jag mötte på vägen skrattade och undrade om jag ville ha korv eller om jag hade ett trängande behov. Jag svarade att jag hade en tid att passa. Princip nr 5 igen. När jag kom tillbaka var skidorna klara och det var dags att skida vidare över den blöta sjön. Sammanlagt var det ca 30 km i det vattniga föret.

Jag fick nu min andra svacka under loppet. Kände mig seg men knogade på över sjön som aldrig tycktes ta slut. Jag började tänka på hur långt jag åkt och hur långt det var kvar. Efter en evighet antog jag att jag missat 170-km skylten och började istället se fram emot 180 m-skylden. Tänkte på att efter det är det bara en mil kvar till Jokkmokk och därefter bara en slinga på milspåret. Det svartnade nästan framför ögonen när jag lästa 170 km på nästa skylt. Jag tänkte att jag måste ha kommit ihåg fel. Att Purkijaur inte alls var vid 164 km som jag mindes. Jag var säker på att jag åkt betydligt mer än en mil efter Purkijaur. Jag lade om perspektivet och tänkte att nu är jag i Oxberg och jag mår ändå rätt så bra. Om jag är pigg i Oxberg kan jag alltid göra ett bra avslut. Hjärnan målade direkt upp bilden från det inställda Moraloppet i vintras när vi skidade från Oxberg till Mora i -20 °C och det gick oerhört trögt och tungt. Jag bladdrade vidare i minnet och hittade istället Vasaloppet 2014 när jag kände mig urstark på slutet. Konstigt nog var det inte alls svårt att byta till detta perspektiv. Hjärnan fann sig snabbt i detta och faktiskt utan motstånd!

Vid näst sista kontrollen stannade jag till och fyllde på min Vätskeryggsäck för tredje gången under loppet. Jag valde att fylla den helt, då den annars skvalpar och stör åkningen. Det kanske var onödigt att ha med så mycket barlast de sista milen. Jag fick massor av peppning på denna kontroll och fick höra att jag såg väldigt pigg ut. Jag kände mig faktiskt också väldigt pigg. Det var nästan som att hjärnan hade gett upp och att jag istället drevs av en glädje över att snart vara i mål, ett flow. Jag var nära att åka iväg från kontrollen, ätandes en banan, men utan stavar. De hade jag lämnat till en funktionär. Alla fick sig ett gott skratt. Efter denna kontroll gick banan över en sjö med en miljö som påminde oerhört mycket om Nietsakjaure utanför Gällivare. Där hade min släkt en stuga, där jag tillbringat någon vecka varje år under uppväxten. Jag blev alldeles rörd av detta och blev genast ännu piggare.



*Vy från Nietsakjaure och vår stuga som vi besökte nästan varje år under uppväxten.*

Banan gick också under kraftledningarna från vattenkraftverket Harsprånget. Kraftledningsstolparna var mycket rejäla och robusta, byggda för att hålla i många generationer. Inget slit- och slängbygge här inte. Dessutom byggdes de under en tid då man faktiskt bedömde att Sveriges elförsörjning var tryggad, kanske för all framtid i och med utbyggnaden av vattenkraften. Som ingenjör inom energibranschen gjorde även detta mig rörd. Tänk vad detta inneburit för vårt land. Måtte vi ändå använda denna resurs klokt med tanke på vad vi åsamkat naturmiljön genom detta bygge!



*Bild på Harsprånget (Njommelsaska) före kraftverksbygget.  
Tavlan pryder en vägg hemma hos mig.*

In på den avslutande milen fick man vittring på målet då banan passerade ett stenkast därifrån. Jag sprudlade av glädje över att det "bara" var en mil kvar. Det skulle dock visa sig att den sista milen var betydligt mer än en mil. Jag hade lite koll på tiden och trodde mig ha gott om tid att klara 14 timmar. Jag övervägde att slänga Vätskeryggsäcken, men kom fram till att det skulle bli jobbigt att återfinna den igen. Spåret var rejält kuperat. I första nedförsbacken stod jag på öronen för tredje gången. En stackare låg och kravlade i ett meterdjupt hål på sidan av spåret. Han hade dock hjälp av ytterligare en åkare, så jag skidade vidare. Efter fallet fick jag kramp i ryggen och ena låret, så att jag inte längre kunde gå ner i fartställning, men det var ändå lika bra att ta det lugnt i backarna på slutet för att inte riskera utrustning eller annat dumt. Benen var dock pigga och jag springsaxade uppför backarna. Spåret var extremt opedagogiskt och snirklade hit och dit, upp och ned. Det var dessutom skymning och ibland svårt att på avstånd urskilja spårets sträckning. Sista 2 km kom jag till partier jag kände igen från gårdagens skidtester. Jag såg på klockan att tiden börjat rinna ut. Därför ökade jag farten och spurtade sista kilometern. Då slog det mig att 800 m löpning är en egen gren som är riktigt jobbigt och här är samma distans en minimal del av loppet.

Jag klarade 14 timmar: 13:59:26. Jag insåg också att all smärta försvunnit sista milen. Kanske var det att spåret ändrade karaktär, eller kanske var det för att jag var så glad över att snart vara i mål att jag glömde bort att ha ont? Kanske var det kroppen själv som satt in alla smärtlindringsresurser?

I mål blev man väl omhändertagen. Man fick såklart Pavva-Lasses medalj runt hasen. Ett stycke närtillverkad sameslöjd. En funktionär frågade om jag behövde hjälp att knäppa av skidorna. "Nej, svarade jag, men du får gärna hjälpa mig ändå!" De tyckte också att jag såg väldigt pigg ut. Jag kände mig jättepigg också, men en stund efter målgång när jag såg mig i spegeln kunde jag inte alls hålla med. Ögonen var alldeles rödsprängda. Mitt beslut att inte ta solglasögon kanske inte var speciellt smart, förutom att jag slapp krångla med dem när buffen åkte av och på förstås.

Efter loppet gick allt i ultrarapid. Jag pratade med de andra två kvinnorna jag träffade i duschen. Båda visade sig vara glutenintoleranta. Jag var dock den enda i hela startfältet som anmält detta. De hade tagit sig igenom loppet ätandes bananer. Själv blev överlycklig när jag hittade min egen hembakade glutenfria ostmacka som jag lagt i ombytespåsen på morgonen, efter att jag bara fått i mig en enda tugga innan start.





*Pavva-Lasses medalj som vi fick efter målgång.*

Efter en lång stund i bastun fördrev jag tiden i matsalen där det bjöds på lite mat. Jag fördrev tiden så gott jag kunde då Hasse snart skulle gå i mål. Han imponerade stort och gled in på 16:39. Öluppladdningen hade tydligen lyckats! Ganska snart kom också Anders Olsson, handikappidrottaren som stakat hela loppet i en sitski. Alla jämförde blåsorna i händerna. Han hade de största. Jag hade inga blåsor alls. Anders sade också att det här var det värsta han någonsin gjort. Stor respekt för honom!

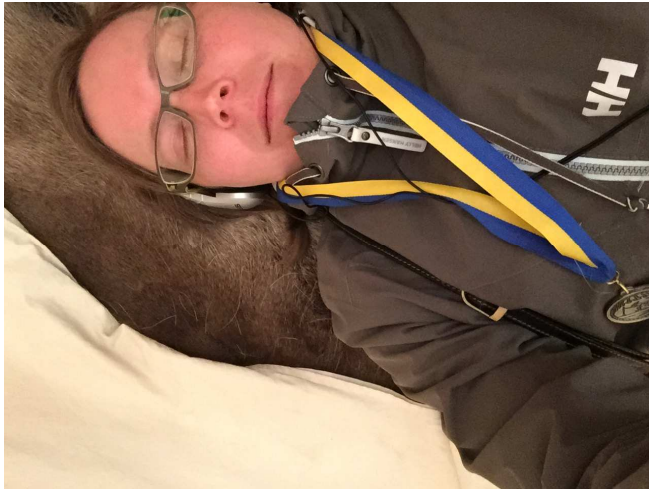
Hasse och jag åkte tillbaka till huset. Jag kände att jag nog inte alls borde köra bil och krypkörde näst intill. Väl hemma stupade jag i säng efter att Hasse lovat att hämta upp Roger som var på väg mot mål. Han gick i mål på 19:11 och fick även han Pavva-Lasses medalj. Dessutom hade han dragit en ättling till Erik Nordenskiöld till samma prestation. Till råga på allt fastnade han på ett episkt filmklipp.



*Roger fastnade på ett episkt filmklipp taget av Redbull Nordenskiöldsloppet. Här en stillbild från filmen.*

Jag slumrade och vaknade vid 5-tiden. Jag visste att någon gång mellan klockan 6 och 9 skulle P4 Östergötland ringa upp mig för en intervju i direktsändning. Jag kunde såklart inte somna om, utan gick upp och åt chips och drack cola. En ganska udda frukost för min del. Inte förrän vid 8-tiden kom samtalet och jag fick en trevlig pratstund med två knasiga programledare, som nog tyckte att jag var allra knasigast. Jag var egentligen jättenervös, men allt släppte när jag tänkte på att det här vill jag ju dela med mig av till dem som lyssnar.

Vi var alla nöjda och ägnade måndagen åt återhämtning. Det blev ett besök på det fina Samemuseet i Jokkmokk. Mitt under vandringen ringde en sportjournalist från lokaltidningen Folkbladet och jag fick göra dagens andra intervju.



*Jag passade på att vila lite på ett renskinn i en tältkåta på Samemuseet. Enligt mig är det obligatoriskt att bära sin medalj dagen efter sådana här prestationer.*

Roger valde att åka tillbaka för att sova, medan Hasse och jag gick runt i butiker, där vi pratade med ortsbefolkningen. Vi tipsade slöjdbutikerna om att de borde göra ett sameband till medaljen. Vi fick också ett minne för livet var när vi klev in i butiken "StorStalka". Där tappade vi fullständigt hakan över två samekvinnor i full samemundering och de reagerade exakt likadant över våra medaljer. Vi bara stod där och beundrade varandra! Man måste enligt mig stolt bära medaljen dagen efter ett lopp av den här kalibern! Det var tydligen "koltens dag", så de bar sina kolter med samma stolthet.

Klockan rann iväg och vi kom inte iväg hemåt förrän vid sjutiden på kvällen. Det blev därför en övernattnig i Umeå innan vi kunde slutföra resan hemåt. På vägen bromsade vi för ett av de konstigaste djur jag någonsin sett. Vi kom fram till att det förmodligen var en mårhund. Vi förstod också att det hade varit bättre om vi hade gasat, då mårhundar som invandrar kan bära med sig både rabies och dvärgbandmask. Jag gjorde en anmälan till Jägarförbundet.



*Mårhund. Bilden hittade jag på nätet.*

Jag kände mig helt ofokuserad och hade stora problem att köra bil, men Roger malde på med imponerande uthållighet! Det blev ett stopp i Sundsvall där vi lunchade med min kusin Maria som jag inte träffat på många år. Det mötet var väldigt uppskattat. Väl hemma var det oerhört skönt att nöjt få sträcka ut i sin egen säng.

Förutom stela händer har kroppen mått riktigt bra sedan loppet. Endast lätt träningsvärk de första dagarna. Däremot har jag drabbats av plötsliga och nästan okontrollerbara hungerattacker. Även sömnighet har kommit väldigt plötsligt. Nu, en dryg vecka efter loppet, börjar dock allt återgå till det normala, förutom att glädjeruset över att ha genomfört världens tuffaste skidlopp fortfarande finns med mig. Den stora lärdomen från loppet är nog egentligen upplevelsen av hur olika perspektiv kan förändra och påverka en upplevelse och den kapacitet vi människor besitter. Dessutom var det ett fantastiskt bra arrangemang där alla involverade gjorde sitt yttersta för vår upplevelse. Det här tänker jag göra om!

Sara Mangs