

JANUARI 2012

Hemresa

den 21 januari 2012

Så imorn är det äntligen dags att åka hem för oss brudar, alla utom Helena då som ska köra Masstarten imorgon. Det har varit tre riktigt roliga och lärorika veckor men trots den goda maten och fina boendet här i Italien så längtar jag hem till min egen säng nu efter några veckor i resväskan.. Har ju bara sovit 2 nätter i Östersund sen början av December så ska bli riktigt skönt att befinna sig på hemmaplan ett tag nu och ladda batterierna! Har en del skola och sånt att ta tag i nu när jag kommer hem också så blir nog fullt upp antar jag. Present till lillebror som fyller år till veckan ska också hinnas med att inhandlas, så tar gärna emot tips på presenter.. :)

Annars så har vi har fått en riktigt fin avslutning här nere då Fredrik stått för grymma prestationer främst i och med segern igår och sen följde han även upp den med en fjärdeplats idag, **GRYMT JOBBAT!** Nu håller vi tummarna för både det svenska herrlaget och Helena som kör imorgon och som har riktigt fina chanser att få kliva högt upp... :)

Väskorna är packade, väckarklockan är ställd och jag är redo att åka hem! Hörs från Sverige, kramar

Personbästa

den 19 januari 2012

Sa ju igår att jag skulle vara nöjd om jag slog min 58:e plats från Oberhof, och vad händer? Jo, jag lyckas på något sätt åka in som 44:a idag med 0-1 i skytte. **Supernöjd och överraskad tjej!!** Loppet kändes sådär idag, ingen superfart under skidorna men samtidigt inte katastrof heller. Lite tråkigt att starta så sent för hade aldrig någon att åka med så är svårt att veta vilken fart man håller, men det gick ju rätt bra ändå.. Skyttet är jag helt klart nöjd med idag och mest över att jag lyckades hålla fokus igenom hela ståserien trots att jag bommade första skottet. Så det i kombination med att jag hade snabbaste skjuttid i liggande idag tar jag med mig som det bästa från dagen! :)

Det var kul att få avsluta min världscupsväng denna gång med ett personbästa, sen att det var nära mina första wc-poäng gör inte så mycket då jag hoppas dom kommer nån annan gång.. Men hursomhelst, har fått med mig grymt med erfarenhet och det har verkligen varit inspirerande att tävla mot världseliten! Så nu är det med en bra självkänsla och fina minnen i bakhuvudet som jag återvänder till Sverige igen efter helgen och börjar ladda för Junior VM.. Och gissa om man blir taggad efter en sån här dag.... :)

Har inga bilder från idag så avslutar detta inlägg med en bild från förra årets JVM..

Tusen tack för alla underbara hälsningar, det värmer! Kramar



Var ungefär lika nöjd idag som den här dagen..

SOOOL

den 18 januari 2012

Nu har vi haft två superfina dagar här i Antholz med värme och strålande sol kombinerat med perfekta skidspår! Kontrasterna mot vädret i Oberhof och Nove Mesto kunde knappast vara större.. Vi har verkligen försökt njuta till max dessa dagar då prognosen säger snö dagarna framöver, massor av snö dessutom! Annars har jag hunnit testa banorna här nu också och dom är jättefina, inte alltför tuffa backar men höjden gör nog att de kommer vara tillräckligt jobbigt ändå.. Imorgon är det alltså dags för Sprint igen, hoppas på en pigg kropp och ett bra skytte så blir det nog kul! Målet är att slå resultatet från Oberhof, gör jag det är jag supernöjd! Men det ska bli roligt att stå på starlinjen igen, 14.30 är första start och startar som nummer 90. *Håll en tumme för mig imorgon framför tvn är ni gulliga! :)*

Men nu ska jag vila lite så jag orkar all mat till middagen.. Det är nämligen väldigt ansträngande att sitta och få i sig alla 7-rätter som serveras här.. ;) Men jag tänker inte klaga, har det hur bra som helst här även om jag måste erkänna att jag längtar lite till Semlorna hemma..

Här kommer lite bilder härifrån, kommer mer senare kanske:



Vy från fönstret i våran lägenhet igår, vackert!



En hoppbild från dagens promenad med Elisa



Elisa med den godaste varma-chokladen jag någonsin smakat!





Underbar utsikt under fika-pausen idag.. Jag är lite småkär i Italien nu..

Antholz

den 16 januari 2012

Nu är vi framme efter en dag av bussåkande och flygresor, vi klev upp klockan 06.20 och drog iväg via Prag-Wien-Innsbruck för att slutligen landa i Antholz. Sista delen av resan var helt underbar med strålande sol och vackert alp-landskap utanför flygplansrutan! När vi sedan packat upp och tagit en promenad var det dags för dagens höjdpunkt.. **Middag!** Det italienska köket är helt klart favoriten hos mig och det går inte jämföra med någonting annat.. Sen att det tar dubbelt så lång tid att äta med alla dessa rätter gör inte så mycket då allt smakar

gudomligt! Så efter drygt två veckor i Oberhof och Nove Mesto med halvtaskigt boende, tråkig mat och dåligt väder så känns det som vi hamnat i paradiset! :) Några minusgrader och strålande sol och imorgon är det dags att testa banorna här, blir spännande att se en ny stadion.

Jag delar som vanligt lägenhet här med A-K som bor i ett litet rum och sen är det Bettan och jag som sover i dubbelsängen, blir första gången vi bor med varandra faktiskt.. Inatt var förövrigt en väldigt underlig natt då varken jag eller A-K sovit särskilt bra. Tidigare i veckan hände ett litet missöde som gjorde att vårt rum blev rökfyllt och det luktade bränd plast sista nätterna hos oss.. Kanske var det anledningen till nattens spektakel! Först vaknade jag nämligen av att hon sitter på sängkanten och säger "*Nej Nej NEJ*" högt och rycker i gardinerna lite halv panikslagen varpå jag väcker henne och hon undrar vad hon håller på med egentligen.. Lite senare drömmer jag världens mardröm om att det brinner och när jag vaknade imorse har jag tydligen skickat sms i sömnen till personer som var med i drömmen och kollat så allt var okej.. Läskigt!

Men nu har vi som sagt ett nytt fint rum och ingen vattenkokare så inatt hoppas vi kunna sova gott igen! :) Jag tänkte försöka lägga upp lite bilder senare under veckan eftersom det är så fint här, men det beror på om internet samarbetar..

*Nu väntar sängen,
puss och godnatt*

Hemlängtan

den 14 januari 2012

Som vanligt när det går mindre bra så börjar man såklart få hemlängtan dessutom, är skönt att det inte är så länge kvar nu.. Uppdaterade inget här igår för var less och besviken så ville fokusera på annat.. Men nu har jag återhämtat mig lite från gårdagen och kan känna mig lite mer nöjd med mitt lopp! Jag gjorde trots allt det bästa jag kunde för dagen och det är väll det som räknas. Sen innan den här säsongen hade jag inte en tanke på att få åka Världscup, än mindre att kunna vara med och slåss om topp-60 placeringar och jaktstart. Så jag är nöjd med min 64:e plats och orkar inte lägga mer energi på att deppa över ett väder jag inte kan påverka och ett lopp som redan är avgjort.. Är bara ta nya tag och blicka framåt mot det som komma skall.. För har ju faktiskt en sprint kvar att köra i Antholz nu först och sen väntar träning på hemmaplan inför Junior VM :)

Imorgon blir det träning och lite gym med Jenny och sen ladda upp inför resan till Antholz där jag hört ryktas att det kommer vara jättefint och framförallt.. GOD MAT! Så ska vi såklart hejja på de svenska brudarna som åkte bra igår och de svenska grabbarna som förhoppningsvis åker bra idag och får köra imorgon också :)

Men nu blir det skidskytte framför tvn med min rumskamrat A-K, vi hörs!

kram



Dessa fina vita pjäxor och lite tröstätning framför OTH gjorde min kväll..

Nattsvart

den 11 januari 2012

Idag är en sån dag när jag bara vill lägga mig i sängen, dra täcket över huvudet och glömma att jag överhuvudtaget tävlat idag.. Och det är precis vad jag tänker jag göra nu! Orkar inte skriva något långt inlägg om dagen utan behöver väll bara nämna att jag sköt 8 bom idag, att kroppen kändes okej hjälper inte speciellt mycket då det blir psykiskt jobbigt att åka med så många bom.. Nog sagt om dagen, jag har svurit och surat tillräckligt så nu laddar jag om för nästa tävling istället! Som tur var gick det bra för de andra brudarna idag och de gjorde en kanoninsats med Helenas andraplats i spetsen, så jag kan glädjas åt deras framgång idag i alla fall! :)

Godnatt.

I'm Back

den 10 januari 2012

Så var jag återigen tillbaka på Hotell Jehla i Zdar Na Sásavou och Tjeckien för tävlingar.. Sa när jag lämnade det här stället sist att det skulle dröja tills nästa gång jag skulle behöva åka hit, men ack så fel jag fick.. Ett drygt år senare sitter jag nu på samma hotell igen och allt är sig likt, eller mycket har faktiskt förändrats men känns ändå väldigt bekant.. Har ju trots allt spenderat en hel månad under det senaste året här i Nove Mesto på först IBU-cup och JVM och nu alltså Världscup. Men som sagt så är det endel som har förändrats här däribland banorna som gjorts om ordentligt! Förra årets banor tyckte jag var fina och lagomt tuffa men nu har de blivit mycket tuffare med backar hela tiden och man måste verkligen jobba hårt. Att det råder vårväder ute gör ju inte att det går lättare att åka heller.. Men det blir nog bra, fin

stadio har de byggt upp också och maten som serveras iår går inte jämföra med den vi fick ifjol.. Så man kan säga att de börjar närma sig 2000-talet i utvecklig här också nu ;)

Men nu blir det lite vila och försöka få kroppen att återhämta sig från den långa bussresan hit igår, var nämligen inga pigga ben under dagens träning så hoppas på bättring till imorgon! Då väntar en Distans på 15km för min del, kommer bli grymt jobbigt och krävs ett bra skytte så håll tummarna för mig! Första start är 14.15 och loppet sänds på tv men jag kommer nog inte ha så mycket tv-tid så ni följer mig bättre [här](#).

over and out



En bild på vårt hotell, rummen är dock helt okej här!

Sista dagen i Oberhof

den 8 januari 2012

Idag är alltså sista dagen här i Oberhof innan det bär iväg till Tjeckien och Nove Mesto för nya tävlingar. På förmiddagen har jag, A-K och Jenny varit ute på ett klassiskt långpass i all snö som vräkte ner från himlen. Den ställde till vallningen en aning för min del, det gick bra första halvtimmen men sen ändrades föret i spåren och jag fick plåtåer som bara byggdes på under skidorna.. Så istället för att fortsätta med de andra så kämpade jag mig hemåt i sällskap med en snäll tysk som också hade samma problem så han fick visa vägen för mig så jag hittade hem bland all snö.. Det var trevligt med sällskap och när jag väl kom tillbaka till stadion blev skidorna bättre igen och jag kunde åka hela passet utan att behöva byta till löpning.. :) Efter passet hann vi kika lite resultat från IBU-cupen där Elin gjorde ett grymt lopp och kom 5a och sen har vi sett damernas masstart härifrån där Helena också tog en 5e plats! *Grymt jobbat brudar!* Och dagen fortsätter att spenderas framför tvn nu med herrarnas Tour de Ski följt av herrarnas masstart härifrån, blir spännande att se hur det går!

Ikväll ska det köras lite styrka och en löptur ska avklaras innan vi packar väskorna för avfärd imorgon bitti! Ser fram emot att få komma tillbaka till Nove Mesto där jag tävlade både i IBU-cupen och JVM förra året och har endel bra minnen från.. Så nästa gång jag uppdaterar blir när vi anlänt till Tjeckien och Hotell Jehla..

*Ha det fint,
kramar*

Världscup bästa

den 6 januari 2012

Sådärja, då var min andra världscup tävling avklarad och känner mig faktiskt ganska nöjd trots att skytteresultatet i stående inte var godkänt idag! Innan säsongen hade jag som mål att kanske få prova på att åka någon världscup under året men kunde inte drömma om att få åka först premiären hemma i Östersund och nu tävlingarna här i Oberhof! Jag bara njuter och försöker ta lärdom av allt under tiden här.. Fick gå på blodkontroll innan loppet idag också (skräll?) men det gick bra och börjar ju vänja mig vid dessa nålar nu trots min rädsla.. Sen gick jag och satte mig i vallaboden och inväntade de andra brudarna och när jag satt där och fick syn på allt folk blev jag galet nervös, och inte blev det bättre när jag kom ut efter spåret och det stod folk precis ÖVERALLT! Efter ett tag blev det ändå bättre och det var hur häftigt som helst att tävla idag! Det kändes som hur trött jag än var under loppet så gick det inte låta bli att njuta lite, det här gör jag gärna om! :) Loppet för min del var ändå helt okej med en 58:e plats som är mitt hittills bästa resultat i Världscupen och helt okej känsla i åkningen känns det bra inför nästa tävlingar i Nove Mesto till veckan.. Men nu blir det att däck på kudden och ladda upp krafterna igen! *Ha det superbra och tack för alla gulliga hälsningar, blir superglad när ni hör av er. :)*

Pussar från en glad tjej!



Försökte fånga stämningen på bild, men det var omöjligt! SJUUUKT!

Snöstorm inför Sprinten

den 5 januari 2012

Vädret här nere svänger ordentligt vill jag lova! Imorse när vi vaknade såg det ut som regnet skulle fortsätta och när det till och med började åska så var vi lite smått less. Men bara några minuter senare så övergick regnet i snö och med en stark vind på det så kan det väll nästan kallas snöstorm.. Snöandet har hållt i sig hela dagen och nu är det inte snöbrist längre kan jag lova! Men det blir bra inför tävlingarna imorgon, då jäklar ska det åkas! Åkte banan för första gången idag och den är tuff, tror att det är den jobbigaste bana jag åkt hittills i alla fall så det kommer bli grymt tungt imorgon! Men bara kämpa på så ska det nog gå bra, försöker förbereda mig på värsta möjliga väder också.. Men trots väder och bana så är jag ändå taggad på att få tävla nu, första start är 18.30 och jag har startnummer 70. Håll tummarna för mig därhemma! Liveresultat hittar ni [här](#).

Idag har vi annars bara suttit på rummet och kollat på herrarna som gjorde det skitbra och kom på en 3e plats, massor med grattis till dem!

Nu är det väll upp till oss brudar att försöka fortsätta med de fina resultaten.. :)

Håll tummarna, kram



Här är mitt och Strömstedts rum, påminner lite om ett fängelse ;)

Regn och blåst

den 4 januari 2012

Nu har vi hunnit spendera två dagar här nere i Tyskland redan, tiden går så himla fort och imorgon väntar redan upptakt för min del inför Sprinten på Fredag. Hittills har vädret verkligen inte visat sig från sin bästa sida då det i princip blåste storm under gårdagen och har

regnat konstant sen vi kom hit. Men skidspår har dom lyckats få ihop om än väldigt lösa och tungåkta sådana. Har dessutom inte kunnat åka tävlingsbanan något än men har fått syn på en backe som verkligen ser jobbig ut så blir spännande att få pröva ta sig upp för den imorgon.. Om vi överhuvudtaget får träna ute imorgon vill säga.. Vädret ställer till det! Håll tummarna för att vi slipper kliva in i en skidtunnel i Januari, det skulle kännas fel!

Körde ett hårdare pass för att få känna på lite fart idag igen, och kändes sådär.. Benen är inte riktigt som jag vill att dom ska vara men det blir förhoppningsvis bättre innan tävlingarna! Men nu ska jag gå upp till min rumskompis A-K som kommit tillbaka från middagen..

*Ha det fint!
Kram*



Vi satt och hejjade på brudarna som körde stafett idag vid middagen

Nytt år, Nya möjligheter

den 1 januari 2012

Och det nya året har hittills börjat helt okej, känns inte helt rätt att skriva 2012 ännu men det kommer nog. Jag har inte gett några nyårsloften än, men ska försöka klura ut något bra.. Förra året höll jag mig ju från godis hela året så får se vad det blir för något jag kommer på iår..

Nu har jag och resten av brudarna i laget i alla fall anlänt till Oberhof i Södra Tyskland där det väntas Världscup, det kommer bli riktigt kul och förmodligen kommer det vara storpublik under dagarna här också! Det som är mindre bra är att det inte finns någon snö utan har regnat från det att vi anlände. Men det löser sig, och jag är laddad på att få dra på mig nummerlappen och göra årets första tävling ;)

*Skriver mer senare om hur vi har det här nere, **Kramar!***