



Slutspurten av Vansbrosimningen. Inte många meter kvar till mål nu.

Foto: Oliver Edvinsson

105 kilo ren vilja ...

Helt säkert är att det inte är vem som helst som klarar av att genomföra en svensk klassiker. Att man måste träna i mängder i flera år är inte lika säkert.

Alldeles klart är dock att det finns en person i världen som har klarat alla fyra momenten – på ren vilja.

En svensk klassiker består i att springa tre mil i kuperad terräng på Lidingö, cykla 30 mil runt Vättern, simma tre kilometer i strömmande vatten och därefter åka skidor i 90 eller 60 kilometer.

Loppen kallas Lidingöloppet (30 kilometer löpning), Vätternrundan (300 kilometer cykel), Vansbrosimningen (3 kilometer simning) och Vasaloppet (90 kilometer skidor). Alternativt Engelbrektsloppet (60 kilometer skidor).

Det kan tyckas konstigt att man kan välja vilket skidlopp man ska göra, för det i Norberg är ju 30 kilometer kortare än Mora-Sälen. Men så är reglerna och oavsett vilket man väljer så räknas det ändå som en svensk klassiker.

Det enda villkor som finns är att man skall göra alla fyra deltävlingarna inom loppet av ett år – och komma i mål inom godkänd tid på samtliga!

Anka med marginal

– Kommer man inte först, kan man lika gärna komma sist.

Den kommentaren kanske låter som en kul sak att säga, men när det gäller Anders "Ankan" Sundström från Västerås så kommer det från hjärtat.

När målet i Norberg stängde kl 18, åtta timmar efter starten på Engelbrektsloppet, hade Anders precis passerat mållinjen med sju minuters marginal. Det var bara ett par enstaka frusna funktionärer kvar som väntade på att få dela ut den sista medaljen, för att sen få släcka ner och gå hem.

Men för Anders var det mer än bara medaljen som gjorde att han kämpade sig fram de sista kilo-

metrarna. Det var också slutet på tolv månaders slit. Han hade hade klarat av "Klassikern".

Eller hur var det där med slit, träning och kämpa? Kan det verkligen vara så att det går ändå? Att göra en klassiker i princip otränad? På ren vilja?

Vi summerar året och kollar lite hur förberedelserna har varit i de tidigare loppen och börjar med Lidingöloppet.

Hamburgare

Klockan är runt elva på förmiddagen och starten går om några timmar. Vi träffar Anders på Vanadis-Grillen där han laddar upp med en hamburgare med pommes och räksallad.

Tack vare entotal träningsmängd på tre kilometer i joggingspåret gick han senare på eftermiddagen i mål efter fyra timmar och en kvart. Inför Vansbrosimningen hör jag någon i startfällan som frågar honom om han har lagt ner mycket träning inför de stundande tre kilometrarna.

– Tja, jag testade att simma en hel längd i badhuset när jag var 16 år. (Ankan fyller 39 i år).

Dagen innan vi åker ner till Motala för att åka 30 mil på cykel hämtar Anders ut sin nyinköpta cykel från cykellaffären. Det fattas lite grejor så vi köper det sista på vägen ner. Sadel, lysen och pump med mera.

Ett dygn senare går Anders i mål efter att ha cyklat i 19 timmars ihållande regn och fyra plusgrader under natten.

Sista momentet för att ta en svensk klassiker är Engelbrektsloppet, där vi lyckas missa starten med en minut. Vi startar "tvärsist" men åker dock upp oss några placeringar under dagen.

Tyvärr gör vi några för långa fikaraster vid kontrollerna så att alla andra tävlande åker om oss innan målet. Vi blir sist, men vad gör det! Vi tog oss i mål och loppets sex mil var dubbelt så långt som Anders totalt har åkt skidor under hela sitt liv.

Eller som Anders själv brukar

säga:

– Vi lyckades i alla fall bra med pastaladdningen!

Man kan om man vill

Vad har då den här historien att säga? Jo, att om man bara vill, så går det faktiskt. Ska man lyssna på "experterna" så måste man ha minst 50 mil i benen för det ena och minst 100 timmar för det andra. Kanske är det sant om man har tänkt att klara någon viss tid, sikta på en bra placering eller rent av bara har ett par dyra skor som man inte vill skämma ut.

Men har man bara tänkt att gå i mål överhuvudtaget – då räcker det tydligen med vilja. Anders är ett livs levande exempel på detta.

Det är inte säkert att du har den elitvilja som Anders har, men du kan komma långt, bara genom att tro på dig själv.

Våga prova och kom ihåg att alla som går i mål är vinnare!

Patric Anderson

Fotnot: Stockholm Marathon ingår inte i Klassikern, men Anders passade på att springa den när han ändå var i farten. Hur det gick? Jodå, han kom i mål som sista tävlande ... med poliseskort.



Engelbrektsloppet. Starten har precis gått och vi missade den med någon minut. Sist redan nu, alltså!

Foto: Patric Anderson

Uppladdning.

Timmarna innan Lidingöloppet grundar vi med ... tja, kanske inte samma mat som elitlöparna äter?



Inför Vätternrundan. Från vänster: Anders Sundström, Patric Anderson, Patrik Ellemyr och Niclas Sundqvist.

Foto: Elise Anderson