

OTC 200

Når Mona og Einar i Langt og Lenge inviterer til fest er det ikke lett å takke nei – jeg har ihvertfall ikke klart det hittil.

Med deres nykomling OTC som en etterfølger til NUC, har styrkeprøven på Oslomarkas knotestier også tatt i bruk det 21. århundres tekniske hjelpemidler, dvs GPS, som i langt mindre grad enn 1:50000 papirkart favoriserer de som er lommekjent i marka.

Været under årets arrangement var av det aller beste slaget, nær vindstille og sol, og skikkelig kaldt på natta. Vi kan være glade for at starten ikke var et døgn tidligere, det hadde vært en svært sur, kald og våt opplevelse med snø, sludd og regn.



Tre musketerer på tur - pitstopp på Sørskogen

Vi var 8 stykker som starta på den lengste distansen 200km fra Veståsen Skole fredag kl 15.

Romeriksåsene og Lillomarka er på mange måter mer lettløpt enn ihvertfall deler av Nordmarka, jeg havna som mange ganger før sammen med Cecilie og Øystein, og framdrifta var god, men kontrollert. Ca 9-10 i snitt på kilometeren fram til Liggeren.

Varmestua på Kikut var et kjærkomment tilskudd for prepping og inntak av Real Turmat.

Jeg gikk litt tidligere ut fra Kikut enn de 2 andre og slo følge med Marco Parise fram mot vending på Mylla.

I tillegg til bra med stigning og tekniske utfordringer har løypa har som mange vet rikelig meg blaute myrer som man ikke kan – eller etterhvert gidder - å unngå. I tillegg til gjørme og vann hadde vi denne gang også en god dose med snø og is i høyden, så temperaturen på myrvannet var ikke vanskelig å gjette. Tallet er 0.

Oppgraderte for anledningen fra vanlige løpesokker til ull, det kommer godt med nå man går konstant våt på beina med jevnlig påfyll av isvann i 2 døgn.



Enormt med vindfall i naturreservatet Katnosa-Spålen, her rett øst for Finnerudsetra

Etter en god pause med middag på Mylla satte jeg ut på tilbaketuren, og møtte Cecilie og Øystein på vei inn. Antallet løpere var nå redusert til 4, Luca gikk ut ca en halvtime før meg på Mylla. Jeg havna ved Finnerudsetra sammen med Erling Rein på 100km, hyggelig samløping og bra framdrift.

Når man melder seg på løp av denne lengden og vanskelighetsgraden er man aldri sikker på å komme igjennom – jeg er det ihvertfall ikke.

OTC er i likhet med mange andre lignende løp en studie i langvarig fysisk påkjenning på den menneskelige organisme og det menneskelige sinn. I fjorårets NUC200 var jeg sliten og kald på Mylla, og min mentale svakhet sendte meg da inn i baksetet på en varm SAAB med et DNF –merke brent inn i panna. Det lå da i korta at dette måtte revansjeres..

I år var jeg ikke fysisk sliten på samme måte, kropp og framdrift var egentlig ok, men på et tidspunkt begynte nok topplokket å svikte. Parallelt med at det dukka opp flere og flere lampeskjermer, biler (Ford Escort MK1 var godt representert), påfugler og diverse pyntegenstander langs løypa mista jeg nok litt taket på tid og sted.

Så selv om kroppen var oppe og gikk – og jeg en periode ledet løpet etter at Luca stod av - påvirket nok sikringsboksens tilstand disponeringen av løpet, jeg sakka etterhvert akterut og endte opp med å ikke nå sperretida. Men jeg fikk jo en treningstur.



Kaldt på Kjerkeberget, var sikkert 5-6 minus eller mer

Veldig glad var det derfor at både Cecilie og Øystein kom i mål, det er virkelig fortjent! Tusen takk til dere to og andre for hyggelig og nyttig samløping samløping.

Mange takk til positive og hyggelige hjelpere, inkl Bjørg Marit som kom og møtte meg.

Også tusen takk til arrangørene Mona og Einar for nok et flott arrangement ☺

Arne Nåtedal



(nesten) soloppgang sett fra Kjerkeberget



Morgenstund på Katnosdammen



Blikkstilte langs Spålen