

# Albaniløbet 2024



*Af Thomas Kyrsting*

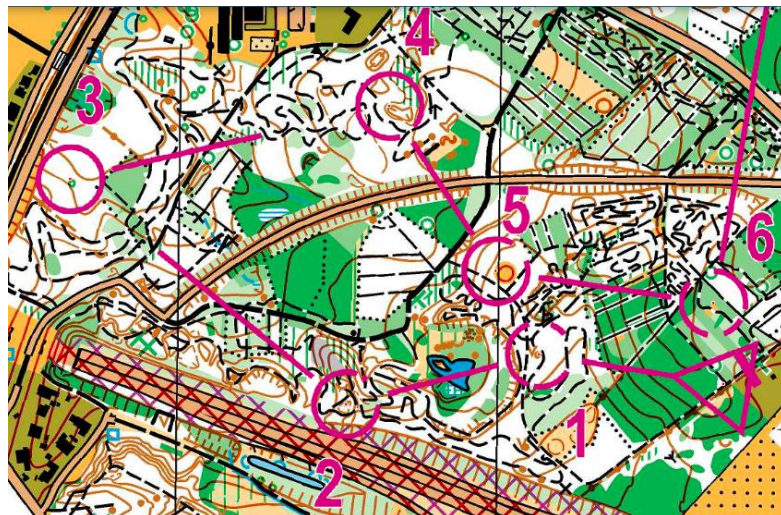
Tirsdag den 3. september gik turen til Middelfart, hvor årets Albaniløb blev afholdt lige nord for Lillebæltsbroen i Staurby Skov. Det var mit første o-løb udenfor Sjælland, siden jeg begyndte for halvandet år siden. Heldigvis behøvede jeg ikke at tage turen alene, da vi var ni friske løbere fra PI-København, som sammen tog turen til det fynske – inklusiv et hyggeligt pitstop i Nyborg med morgenbrød (en fast tradition i alt slags vejr).

Stævneplads og mål var ved en fodboldgolfbane, hvor alle løberne - 68 i alt – mødte op og var klar til en tur i skoven – heriblandt 17 fra Politiskolen, hvor seks af dem havde valgt at løbe bane 3 (4,5 km svær).

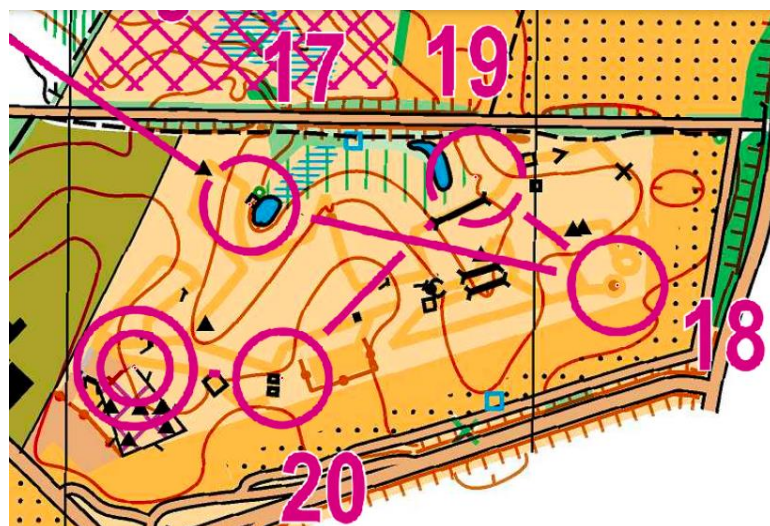
Efter en kort opvarmning luntede jeg de 6-700 meter til start i skovens sydende, hvor jeg var klar til bane 1 (6,9 km svær, 20 poster).

De første seks poster lå tæt sammen med 2-400 meter imellem hver i et gammelt tilgroet grusgravområde med rigtig mange detaljer og en del tæt nåleskov – man skulle holde tungen lige i munden og zoome helt ind for at have styr på de lidt for mange detaljer på kortet (bl.a. masser af mountainbikespor, som zigzaggede det hele). Det gik heldigvis i fin fart og uden bom, men nu kom jeg til nogle af de lange stræk på 1-1,5 km op til skovens

nordlige del med et impassabelt moseområde, der skulle løbes udenom, og med udløbere ind mod mosen, men nu med en masse forskellig bevoksning. Jeg fik valgt nogle ruter, hvor jeg kunne løbe det meste på stier og med tydelige kendetegn undervejs, så jeg kunne holde farten oppe uden at fare vild. Ved post 9 blev jeg dog forvirret af noget meget tæt skov med tujaer og løb næsten lige forbi posten og bommede to minutter. Nå, men videre måtte jeg, og ved post 9 var der også kortvend, så jeg måtte være ca. halvvejs.



Videre til et lille indhegnet område, hvor jeg ved post 12 pludselig blev helt i tvivl, om jeg havde fået vendt kortet forkert – posten var ikke ved nordenden af den træbygning, hvor den skulle være. Efter et lille minuts



forvirring blev jeg dog enig med mig selv om, at posten måtte være blevet fjernet af en eller anden vandal (hvilket det efterfølgende også viste sig), så videre med mig.

Fra post 16 til 17 tænkte jeg at skære et hjørne af, men jeg endte ud i noget værre mudder og åer, som jeg sneglede mig igennem – heldigvis var det kun ca. 100 meter – med mudder op til knæhaserne kom jeg fri og hen til opløbsstrækningen med de sidste fire poster, som alle lå fordelt på fodboldgolffanen; en bakket græsslette med meget højt græs imellem de kortklippede baner. Det var nemt at give den gas, så jeg fik sat farten op og hurtigt taget de sidste poster – det gik dog lidt for hurtigt, da jeg fik løbet lige forbi den sidste post (læste kortet forkert i min iver for at komme hurtigt i mål), så måtte lige om og spildte 30 sekunder, før jeg kunne spurte de sidste 80 meter i mål.

Alt i alt en god bane med meget varieret skov og terræn og en sjov og anderledes opløbsstrækning på fodboldgolffanen, men dog en smule meget stiløb (tror dog det var skovens skyld, da der var temmelig mange stier).

Efter at have fået lidt væske og energi indenbords og fået svedt lidt af, fik jeg evalueret lidt med nogle af konkurrenterne på min bane (og fundet ud af, at mit bom til sidsteposten kostede mig i placeringen, da jeg kun var 19 sekunder efter ham foran).

Derefter kørte vi hen til stævnecentret, hvor et vejfortjent bad ventede, og rengjorte fik vi en sandwich med de andre løbere, hvor der blev snakket videre om løb, kort, rutevalg og bom.

Tak til banelægger, banekontrol, stævneleder og PI Fyn for et godt løb!

### **Faktaboks:**

Til de fleste Politi o-løb er der seks forskellige baner:

- 1-3 svær (4,5-9 km)
- 4 veteran, svær (3,5-4 km)
- 5 mellemsvær (4-5 km)
- 6 let (4-5 km)

Distancerne er fugleflugtslinje mellem posterne, så man skal regne med at lægge 15-30% oveni, afhængigt af terræn, rutevalg og hvor meget man løber forkert.

Det er altid muligt at låne kompas og SI- eller Emit -brik (til at "stemple" poster digitalt), samt få lidt indføring og gode råd – husk bare at spørge i god tid.