

GTL nyhetsbrev august 2024.

Vi startet som vanlig opp igjen med treninga tidlig i mai.

Trenerne for kommende sesong er:

- Henrik Skjervold Pedersen (hovedtrener).
- Dorte Ballangrud Seierstad.
- Janne Østlien Evensen.
- Elin Stangstuen (sportslig leder og trener).

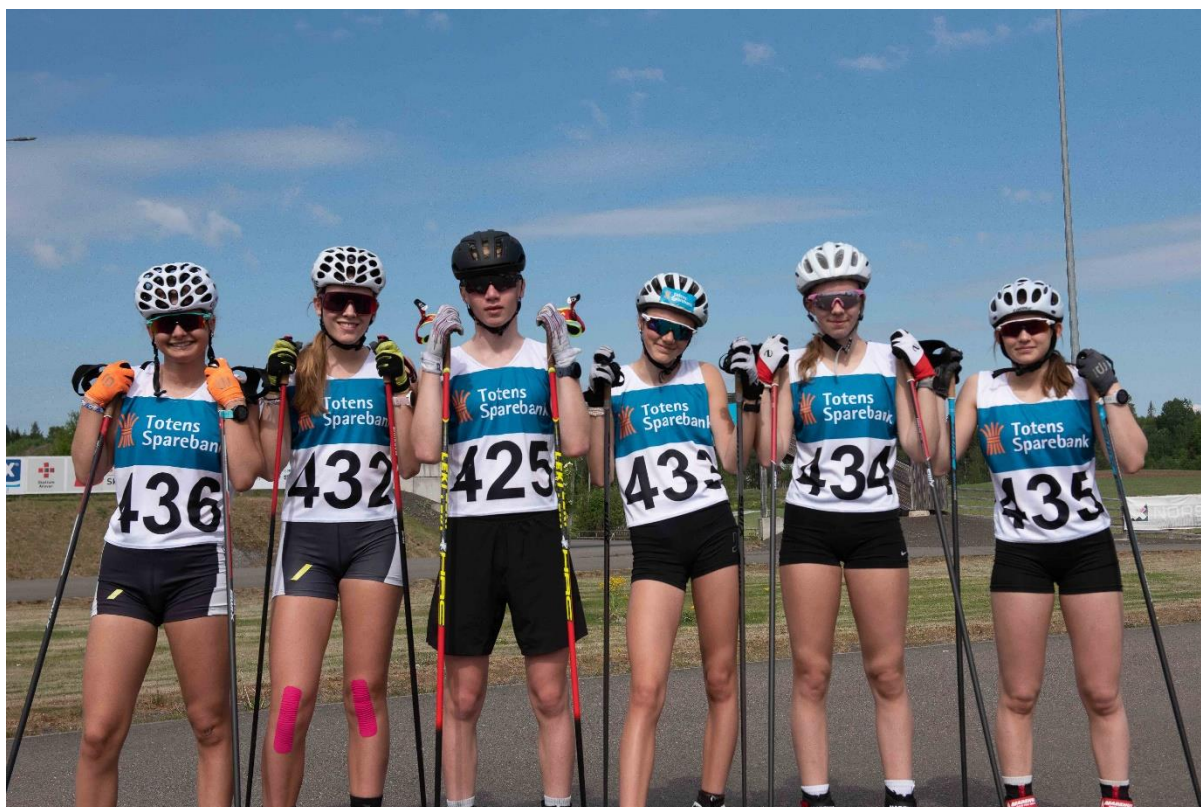
Ole Henrik Evensen har gitt seg etter en årrekke som trener i GTL. Vi er ham stor takk skyldig. Han fortsetter i støtteapparatet til vinteren som skismører for juniorene.

I slutten av mai hadde vi årsmøte der regnskapet ble godkjent, og det nye styret ble valgt:

- Hege Anita Fuglerud Flugstad (styreleder).
- Herlaug Røise Overen (økonomiansvarlig).
- Elin Stangstuen (sportslig leder).
- Merethe Narum (sosialt ansvarlig).
- Torbjørn Slettaløkken (ny, smøresjef).
- John Kvale (sponsoransvarlig).

Jan Sverre Seierstad sluttet etter mange år i GTLs tjeneste både som styreleder, styremedlem og smøresjef. Vi håper å fortsatt nyte godt av hans kunnskaper om skismøring.

Nye løpere i år er Mathilde Haugen Reiss-Jacobsen (ØTS), Elise Stangstuen Kjelsberg (Vind), Emilie Husby Berg, Hannah Myrland (Vind), Vetle Østlien Evensen (Vind), Julie Haug Lundby, Sondre Borgen (ØTS) og Vårin Schjetne (Gjøvik)



Noen av de nye løperne, fra venstre: Elise Stangstuen Kjelsberg, Mathilde Haugen Reiss-Jacobsen, Vetle Østlien Evensen, Vårin Schjetne, Emilie Husby Berg og Hannah Myrland

Vi hadde ei nærsamling i begynnelsen av juni som markerte starten på sommertreningen med litt flere treningstimer for mange, sammenlignet med vårtreningen. På lørdag ble det arrangert en sprintøkt sammen gjengen fra GTL-rekrutt, som er to alderskull under våre yngste utøvere. Det ble en dag med gode dueller og fint vær. For GTL-utøverne fortsatte dagen med lunsj på Vind Idrettsarena, etterfulgt av en enkel styrkeøkt utendørs. På søndag hadde vi en lang kombinasjonsøkt, som ofte betyr rolig tempo med vekslende bevegelsesform. Denne gangen ble det løping og sykling, før vi avsluttet med rulleski. Med mye mat og drikke underveis gikk fire timer trening som en drøm for mange av de unge lovende utøverne!



Her ser dere Endre Lykken, som er nesten blind med ledsager Lars Øvrebø foran.

I slutten av juni var vi på den årlige skisamlinga på Sognefjellet. Som tidligere år var det et fokus på å gjøre ting skikkelig, og være flink på ulike elementer som kan være avgjørende for treningsutbytte. Fokuserte og motiverte utøvere koste seg runde på runde oppe på fjellet. Det var pent vær og godt skiføre da vi ankom sommerskisenteret. Selv om været gjorde vedlikeholdet av skiløype utfordrende fikk vi gjort et godt stykke arbeid i en stadig minkende løype.



Fra venstre: Hannah Schjetne, Mathilde Haugen Reiss-Jacobsen, Emilie Husby Berg og Hedda Njå

I juli hadde vi ingen samlinger, men 2 ukentlige fellesøkter ble gjennomført, i tillegg til at utøverne som vanlig trente mye på egenhånd.

Nå i august hadde vi nærsamling med bl.a. testløp Lauvhøgda opp og sprintøkt i Karidalen. Lørdagskvelden var det grilling med hamburgere og pølser fra Toten Kjøtt og lomper fra Engers Lefsebakeri. Kvelden ble avsluttet med en spennende Quiz.



Ådne Slettaløkken i fint driv i Lauhøgda opp.



Fra venstre Sindre Syvertsen Overen, Lars Petter Frydenlund Fremstad (lagt opp), Marius Viken Vesterås (delvis lagt opp). Det er veldig hyggelig at det dukker opp igjen løpere, som har lagt opp.