

Følg Inge mot OL i London

Nyhetsbrev-2011



“Det er kaldt, det er vått –det er vintertrening”

Den siste tiden har det vært dårlige seilforhold med mye is hjemme i Kristiansand. Jeg har derfor konsentrert meg om å trene MYE styrke, og jeg har målt fremgang både i styrke og vekt (noe jeg trengte). Dessverre har jeg fått kikhoste, men det ser ut som det hemmer meg i liten grad.

Tirsdag morgen kjører jeg bil til Mallorca, en tur på 2800 km. Det blir ett døgn i bil, hvor belønningen blir fantastiske seilforhold resten av vinteren. Jeg planlegger tre intensive treningsopphold der nede frem til april.

I år blir bare de 4 beste norske sendt ned for å spise nivået mest mulig. Det har gjort at vi har fått til et treningssamarbeid med det tyske landslaget som holder ekstremt høyt nivå.

Med andre ord, alt ligger til rette for en optimal sesongstart!

Sponsored by:



Ledig

