Danske Mesterskaber inde Ungdom ( fra Claus U.)

Selv om vi ikke direkte har trænet frem mod dette stævne, men blot taget det som en del af træningen, leverede alle en rigtig flot præstation.

Medaljerne tog Ellen sig af. Bronze på den for Ellen lidt uvante distance 3000 m, hvor arrangørerne var så uprofessionelle at placere hende i B-heatet. Slet ikke OK, men det er en helt anden historie. Ellen måtte trække det hele selv og kunne ikke helt holde det planlagte tempo, men fik dog vist sin berettigelse ved alligevel mod alle ods at vinde bronze. En placering i A-heatet havde givet en anden medaljefordeling.

På 1500 m blev til en flot sølvmedalje da ellers normalt meget spurtstærke Maria Falkebo fra Sparta blev passeret i spurten på de sidste 100 m, et superflot og veldisponeret løb. Emma Kiplagat sigter vi efter en anden gang, hun vandt i flot stil, respekt for det.



Martin løb en flot 800 m omkring sin personlige rekord, mens han på 1500 m slog sin nyligt satte pr med hele 7 sekunder, så han nu er god for en tid på 4.33, så flot. Også Martin satte sin nærmeste konkurrent i en flot slutspurt, hvor der blev kæmpet til den sidste meter.

Carl-Emil havde kvalificeret sig til DMU efter en super pr. med 50 sekunder til Øst ind og fortsatte i det gode spor. Han løb et meget veldisponeret løb og rykkede endnu 15 sekunder af sin pr. til nu 10.15, virkelig en fantastisk forbedring over de sidste mdr.

Amalie havde en weekend hvor det ikke rigtig ville lykkes, men kæmpede bravt og fik noget rigtig god farttræning. Bare rolig Amalie, fortsæt det gode arbejde, så skal du nok få belønning for sliddet.

Så alt i alt en fantastisk weekend som I alle kan være stolte af. I er en super gruppe at træne og vi har gang i noget rigtig godt, så fortsæt det gode arbejde. I har alle fortjent, at vi holder restitutionsuge i næste uge

