

## 5. runde af Cross Nationals i Aalborg, DM kort cross (4 km)

DM i kort cross (4 km), som også var den 5. runde i Cross Nationals, udspillede sig lørdag den 27. januar i Sohngårdholmsparken i Aalborg, og mesterskabet udviklede sig til en særdeles intens og hurtig affære. Aalborgenserne havde på forhånd planlagt en 2 km rundstrækning, som skulle forceres to gange, på en meget flad og tør golfbane med kun få højdemeter og begrænsede tekniske passager. Det var således en rute, der, modsat de foregående fire runder, indbød til aggressive udlæg og hurtige sluttider. Som udgangspunkt lå ruten af samme grund lige til højrebænet for de mere bouncy og eksplosive mellemdistancetyper.

Med afgang fra København kl 6 lørdag morgen og en dejlig 5 timers bustur i vente var det for FIF's vedkommende den tyndest besatte runde. Rikki Frederiksen, Mohamed Hersi og Esben Krogh tog dog den lange tur til fastlandet og udgjorde et tremadshold i DM-sammenhæng.

*Esben, Mohamed og Rikki udgjorde FIF's på mange måder farverige tremadshold.  
Foto: Simon Jørn Hansen*



Med et let nedløb de første 700 meter blev der ikke overraskende lagt fra land i et drabeligt højt tempo, og Esben fandt hurtigt sig selv placeret i en mindre forfølgergruppe kort bag de førende løbere. Esben rundede de første 2 km i 6'04, godt 10 sekunder bag frontgruppen, og han måtte med let ærgrelse konstatere, at han passerede målstregen som nummer 11 i tiden 12'41, 29 sekunder bag vinderen Tom Wade. Da Tom Wade er brite og derfor ikke deltager i DM, endte det med en hæderlig 10. plads til Esben i DM-sammenhæng. Ikke helt så godt som Esben, der ved de to forrige runder havde løbet to top 5 placeringer hjem, havde håbet, men omvendt var løbet qua sin status som DM præget af et noget stærkere felt sammenlignet med de forrige runder. Mon ikke en mere teknisk krævende rute, som DM lang cross den 3. marts i Fredericia givetvis vil være, ligger lidt bedre til Esben.



Rygtet siger, at Esben har søgt råd hos klubbens sprinterne med målet om at forbedre sin ellers elegante målgang. Foto:

Mohamed havde inden dagens løb deltaget i samtlige af de fire første runder, og han har med sit evigt høje humør og sine gode præstationer været en særdeles vigtig brik i holdkonkurrencen. Sæsonens 5. crossløb endte også med at blive Mohameds klart bedste, da han formåede at disponere sine kræfter på forbilledlig vis. Efter at have

lurepasset bag Rikki de først 2,5-3 km droppede Mohamed hammeren på den sidste lille stigning og lukkede flot af med en samlet 36. plads i tiden 13'21.

Dagens eneste medaljetager blev dog Rikki, som i aldersklassen M35 kunne løbe en fornem bronzemedalje hjem, kun slået af evigt unge Jesper Faurschou og Thorkild Sundstrup. Rikki har holdt stabilt niveau hele vejen gennem sæsonen, og trods den - for Rikki - lidt lette rute blev dagens strabadser belønnet med en DM-medalje og en samlet 48. plads i tiden 13'38.

Der var dømt rent parløb for Mohamed og Rikki, men det holdt desværre for Rikki kun til 3 km mærket. Foto: Michael Hyllested



I holdkonkurrencen blev det til en acceptabel 7. plads, et godt stykke bag 6. pladsen. Den samlede holdkonkurrence for Cross Nationals er i skrivende stund ikke blevet opdateret, og da FIF ikke stillede med 5 mand bliver det ikke til en forbedring af den øjeblikkelig 4. plads.

Den 6. og sidste runde af Cross Nationals løbes i Fredericia den 3. marts, og agerer i samme ombæring DM lang cross (10 km). Forhåbentlig bliver det med et noget større FIF-hold til start.

Link til resultater kan findes her:

<https://goo.gl/ikSdjF>

//ER