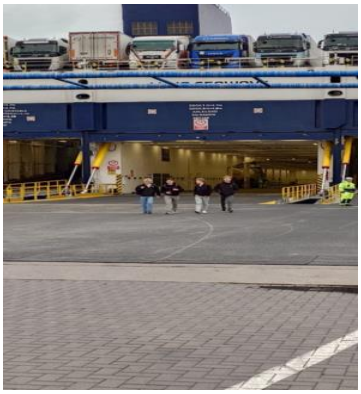
Min Baltic Cup resa + träningsläger 2025

Det hela började i somras på oringen där jag blev tipsad av en vän att anmäla mig till Baltic Cup under höstlovet 23–31 oktober. Varje år arrangeras tävlingen i ett av länderna runt om i Baltikum (Sverige, Finland, Estland, Lettland, Litauen eller Polen). Tack vare Bertils resefond som är tilldelad klubben så kunde jag åka på resan.

Första dagen torsdag var det samling på Hässleholm Central klockan 16.00 för avfärd med minibussar mot färjan i Karlshamn som under natten skulle ta oss till Klaipeda (Litauen). Det var min första gång att åka nattfärja vilket var en upplevelse. Jag och mina tre rumskamrater på färjan lyckades försova oss när vi skulle av eftersom vi ignorerade väckarklockan på litauiska samt två städerskor som tittade in i hytten. Eftersom vi var sist kvar på båten blev vi eskorterade av färjan där två minibussar väntade på oss precis utanför.



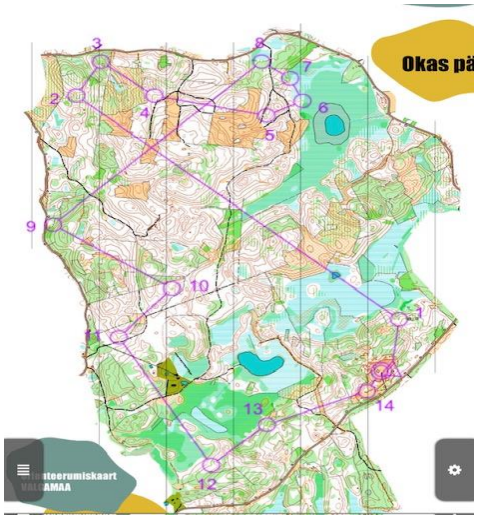
Här kommer vi av färjan ca 15 min efter alla andra

Fredagen spenderade vi i stort sett bara i att åka minibuss från Klaipeda och genom Litauen vidare till Lettland och slutligen Estland. Vi bodde på en mellan/högstadieskola i Otepää (Södra Estland). På skolan bodde samtliga distrikt som deltog i Baltic Cup, (South Sweden, Småland, Finland-Sverige, Estland, Lettland, Litauen). Det var en rätt så gammal skola och maten som serverades där var god.

Det var väldigt trångt i klassrummet vi bodde i 😊

På lördagen var det dags för långdistanstävling. Började dagen med god frukost och jag startade bland dem första strax efter klockan tio. Jag var nervös men tyckte jag hanterade första kontroll otroligt bra och kom rätt på den. Därefter gick det tyvärr utför o jag bomma 43 min till 2an och följde upp med 15 min till 3an. Blev rätt jobbigt när man insåg hur mycket tid man förlorat men jag bestämde mig efter den missen att jag skulle ta mig i mål godkänd. Det lyckades jag också med utan någon större miss vilket jag var nöjd med. Dagen avslutades med relax på ett spa i Otepää och därefter prisceremoni o en massa lekar där varje distrikt skulle komma på sin egna.

Här e jag redo för start

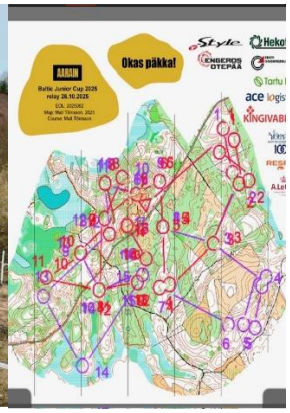


Här är långdistansbanan M18

Aulan med olika lekar

På söndagen började vi med att packa ihop våra saker eftersom vi skulle åka på stafetttävling och därefter direkt till boendet i Lettland. Det var samma arena som gårdagen men man sprang på andra sidan vägen av starten. Det gick betydligt mycket bättre på stafetten jämfört med långdistansen. Jag kunde lättare se omgivningen dels för att de var 10 000 skala och inte 15 000 som på långdistansen.

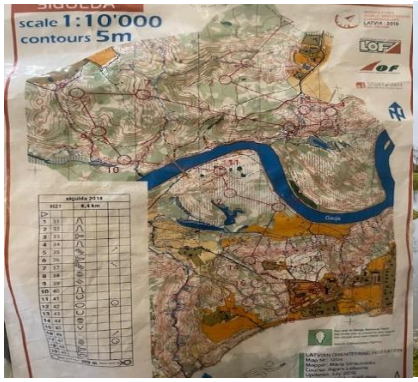
Masstart på stafetten



Stafettkartan

Lettland tog hem cupen

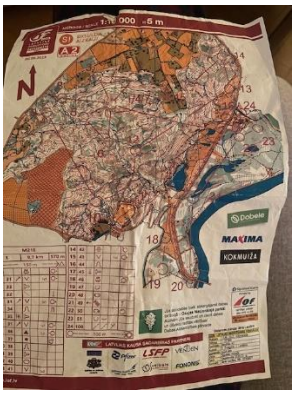
Efter tävlingen fick vi byta om till torra kläder och bege oss in i minibussarna för att få upp värmen och åka till Lettland (Sigulda). Boendet var riktigt mysigt i Lettland där ledarna hade bastu och sjö vid sin stuga. Vi fick även nu själva börja laga middag vilket var mysigt.



Boendet i Lettland, Det var kallt i vattnet! Svårt karta, fick många höjdmeter

På måndagen var det dags för träning och det var väldigt kuperat. Eftersom kontrollen var orangea snitslar så smälte dem bra in i vegetationen som gjorde det svårt att se. Jag lyckades relativt bra urskilja sänkorna på kartorna men allt det gröna på kartan gjorde det svårt. Det coola med denna karta var att det var en av VM banorna från 2018 i Lettland.

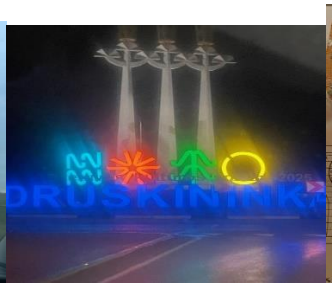
På kvällen var det nattträning där jag först blev uppföljd av Loke och därefter av Simon Hector. Fick mycket bra tips o lärdomar av båda som jag sen fick använda o testa mig själv med. Denna bana var den nog absolut jobbigaste med tanke på att det var så brant att de behövdes trappor på dem flesta ställena. Det var helt mörkt när jag var ute själv och denna skog låg en bit från boendet så jag behövde hitta tillbaka själv ute på landsbygden. Som tur var hitta jag tillbaka utan större problem.



Lettiska mästerskapen (natt)

På tisdagsmorgonen begav vi oss mot Riga (huvudstaden) som låg en timme bort för sprint. Detta var väldigt coolt också eftersom de var mycket folk ute o kolla haha och banan var från VM 2018. Efter sprinten fick man välja om man ville stanna kvar i Riga på sightseeing eller åka tidigare direkt till Litauen för att hämta kartor och hinna med ett kvällspass. Jag valde att ta ett kvällspass. Denna gång gick det inte lika enkelt utan jag yrade runt som bara den.

Jag själv in action TV tornet i Riga (EU:s högsta) VM 2018 SPRINT RIGA



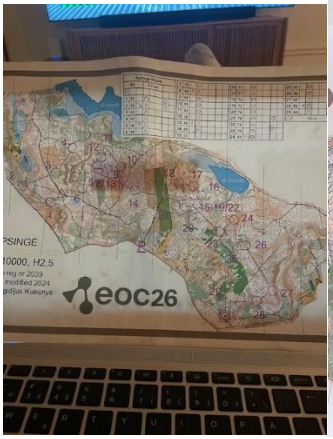
Litauisk landsbygd Byn i Litauen vi bodde i (Druskininkai), Här gick det snett

Efter träningen begav vi oss till vandrarhemmet i byn Druskininkai där vi bodde. Detta var ett boende med mindre yta där vi fick sova tillsammans i dubbelsäng. Det jag tyckte var spännande med just detta ställe var att vi endast bodde 5 km från gränsen mot Belarus. Ledarna vi fick slita med att laga middag till alla grabbar och tjejerna laga till sig själv.

På onsdagen var de dags för intervaller där man sprang i grupp av fyra. Personligen tycker jag denna bana var finast och gick bäst för mig där det var en blandning av Brösarp/Åhus/Ystad terräng. Jag sprang med Amjad, Simon och Vilgot där vi alla lyckades hålla bra tempo.

På kvällen sprang jag tillsammans med Amjad en längre bana som var rätt svår med 15 000 skala.

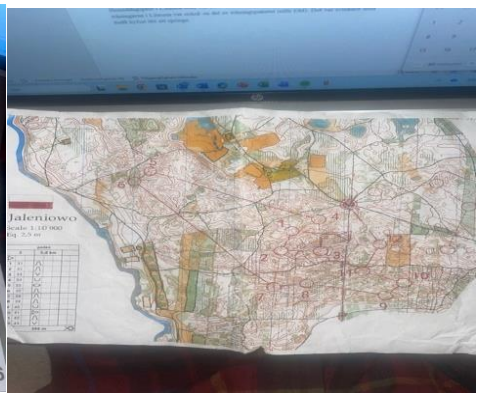
Något som vi testade att dricka var kvass som är populärt i Baltikum. Själv tyckte jag det bara var gott i början.



Intervaller Banan på kvällsträningen Kvass

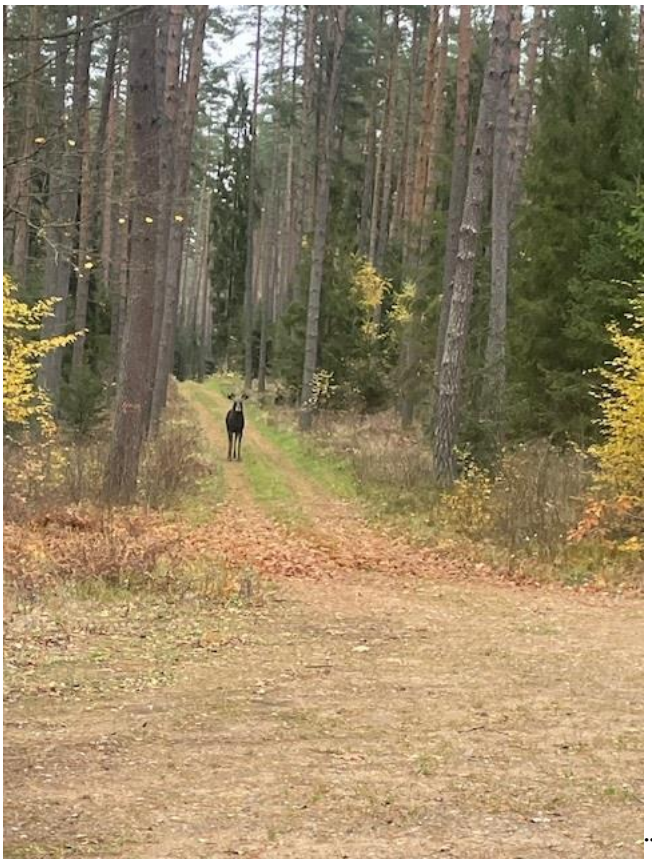
På Torsdagsmorgonen käka vi frulle o behövde packa ner våra saker för att vi skulle köra ett förmiddagspass i Litauen som var en del av ett träningspaket inför EM och därefter åka till Polen. (Alla de andra träningarna i Litauen var också en del av träningspaketet inför EM). Det var svinkallt men ändå hyfsat lätt att springa. När vi skulle köra mot Polen så valde vi inte den mest passerbara vägen.

Alla fyra minibussarna fastnade och ännu en gång senare i en uppförsbacke



Förmiddag i Litauen Eftermiddag i Polen

Banan i Polen sprang jag själv och den banan var också en av dem finare men otroligt svårt att se kontrollerna som var orangea snitslar. Träffade även Älgot på banan. Efter träningen börja det regna och vi fick sätta oss i minibussen för att åka mot Gdansk där vi skulle sova under natten. Vi stannade och åt middag på donken.



Vi gick upp jätte tidigt på fredag morgonen för att åka en halvtimme bort till Gdynia där färjan hem till Karlskrona gick. Vi åt frukost, lunch och middag färjan medans vi njöt av den gungande färden hem i 11 timmar. På färjan kunde vi se film, spela spel och ha det gött.

Den här resan var verkligen värd att åka på, dels för min utveckling inom orientering men också för de nya kompisarna jag skaffat o minnena som skapats.

Lägerbilden