



Navn: Aleksander Kristiansen Meyer

Alder: 20, fyller 21 i mai.

Bosted: Eidsvåg

Hvor lenge har du vært med i Team-long?

Begynte i Team-Long høsten 2009, så snart 8 år, men har hatt pause fra løpingen i 2 år grunnet militære og slet mye med skader og sykdom året før. Så 8 på papiret og 6 i praksis.

Hva har du drevet på med av idrett tidligere?

Har som de fleste en mislykket fotballkarriere bak meg, selv om jeg var en av Eidsvåg IL sine mest målfarlige spisser før offside regelen kom. Kommer fra en sykkelfamilie der søsteren min har konkurrert på nasjonalt nivå. Jeg drev med sykling fra 2007-2010 i Åsane CK. Har blant annet deltatt i 2 UM, men Sykkelen ble fort byttet ut med løpeskoene.

Hvorfor begynte du med løping?

Ganske morsom historie det faktisk. Drev som nevnt med sykling, men der var det kun en fellestrening i uken. For å få flere fellesøkter begynte jeg med friidrett for der visste jeg at de trente mandag og torsdag, noe som passet fint med syklingen om onsdager. Problemet ble da at jeg trente mer løping enn sykling og ble jo best til å løpe, men artig tilfeldighet det der.

Hva er det du liker best med løping?

Vanskelig spørsmål dette. Besvarer heller hva jeg ikke liker med løping, og det er langtur på fjellet på senvinterstid i pissregn. Det er ikke gøy

Har du noen forbilder innenfor idrett?

Har faktisk ikke noe konkret forbilde, men det er mange utøvere jeg har sansen for i diverse idretter. Er en sportsglad person så jeg følger med på mye rart. Men dersom vi tar løping så er Hicham El Guerrouj min favorittløper gjennom tidene (Ikke hørt om han? Søk på youtube!)

Hvilket mål har du satt deg for sesongen?

Målet for sesongen er det samme som hvert år; løpe fortere enn noen gang tidligere. Har også et mål om å nå hoved mesterskapet.

Løping kan jo foregå på flere plattformer f.eks baneløp, gateløp, terrengløp, motbakkeløp. Hvilke liker du best?

Liker meg best på tartanen. Er selvsagt gøy å løpe terrengløp og gateløp dersom det er en god løype, der har jeg opplevd begge deler i løpet av karrieren. Var tidligere en god motbakkeløper, men etterhvert som jeg har blitt eldre så er jeg ikke lengre så liten og lett som jeg var før tiden da jeg kunne løpe 10 min opp Stoltzen på terskel.

Er det noen av prestasjonene dine du er mest fornøyd med?

Å nevne en spesifikk er vanskelig. Spør du meg er det mye forskjellig som utgjør om man blir fornøyd eller ikke. Noen ganger er gjerne målet å henge med de antatt beste inn til mål og gjerne ikke plassering og tid som er viktigst. Andre ganger er det motsatt.

Men dersom jeg må trekke fram en ting, så var jeg ganske fornøyd med 16,20 løpet mitt på 5000m i g-17. Da var målet å løpe under 16,30 noe jeg hadde gjort noen måneder før i gateløp. Dessverre var det langt fra optimale forhold.

Det var 3 stykker med i feltet (ingen av de gode nok for 16,30) og mye vind på bortre langside. Men jeg gunnet på og løp helt alene fra start til mål. Lå 5 sek bak skjema så og si hele veien, men heldigvis løyet vinden på siste runden så jeg klarte å komme 5 sek under skjema.

Hva tror du må til for å bli en god løper?

Jeg tror at ikke så ekstremt mye som man skulle tro må til. Har man et godt treningsprogram som man følger, fokuserer på å jobbe med svakheter som f.eks. spurt, teknikk etc. så tror jeg man over tid vil oppnå resultatene man ønsker. Vanskelig å definere en god løper, men ligger man rundt NM kravene så holder jo man over gjennomsnittet bra nasjonalt nivå. Og det er absolutt ikke umulig for noen å komme seg dit.

Vil du anbefale noen som vil begynne å løpe om å bli med i team-long? Hvorfor?

Nå er vel flesteparten av min vennekrets for gammel til å starte med noen proffkarriere i løping på dette tidspunkt, men jeg personlig mener jeg at Team-Long er et ypperlig utgangspunkt for unge løper som ønsker å nå langt.

Gruppen har en god historie og Arne er en veldig dyktig trener på det faglige og praktiske plan. Jeg har hvert fall funnet det ekstremt lærerikt å trene i denne gruppen

Er det en «fun-fact», noe litt morsomt ved deg selv som du har lyst til å dele med oss?

Hmmm, Anser meg selv som en meget god COD spiller med sniper, quickscoping, trickshotting - U name it, I Know it!