



LK Gränslöst verksamhetsberättelse för perioden 2019-01 till 2020-02

Jag sitter på min kammare och kollar igenom bilderna på klubbens Instagramkonto och minns med glädje tillbaka på året som gått. Bilderna utgör fragment av det vi som klubb har varit med om under året. Min hjärna börjar så sakteliga att processa alla dessa fragment varpå minnesbilder tar form som i sin tur framkallar härliga känslor.

Några av de nyaste bilderna i flödet kommer från LK Gränslöst Torsdagsträning i den mörka Karlsundsskogen i Örebro. Trots vintermörkret och frånvaron av snö utstrålar bilderna ett ljus av löparglädje. Vår nyligen certifierade löptränare Patrik drog under hösten 2019 igång detta projekt i syfte att locka personer som vill träna tillsammans och få hjälp att utveckla sin löpning. Jag fick förmånen att vara Patriks ersättare som tränare under ett pass i början av februari och fick då uppleva sann löparglädje direkt från förarsätet. Att få guida någon som aldrig tidigare sprungit intervaller genom ett intervallpass och se personens kämpaglod uppblandad med mjölksyra är mäktiga imponerande. Att därtill se resterande deltagares pushande och påhejande samtidigt som de själva kämpar sig igenom sina egna intervaller är inte mindre beundransvärt. Jag kan stolt konstatera att detta är precis så som jag vill att LK Gränslöst ska vara!

Jag scrollar ner lite i bildflödet och möts av en bild där jag själv är med varpå mitt inre fylls av upprymdhet. Bilden är från upploppet av 2019 års upplaga av Vasakvartetten där vi i LK Gränslöst som första kvartettlag passerade mållinjen i Mora. För mig personligen är detta det tävlingsminne som starkast etsat sig fast under året. De känslor som infinner sig när jag tänker tillbaka på hur det var att få en lagerkrans runt halsen efter ett lopp mellan Sälen och Mora är svåra att beskriva. De förstärks dessutom avsevärt av det faktum att vi lyckades med bedriften tillsammans som en laginsats. Tack LK Gränslöst för att jag fick vara med och uppleva detta!

En summering av året som gått känns inte komplett utan att nämna något om våra tävlingar Semesterhalvmaran, Sommarmilen och knatteloppet Solruset som gick av stapeln lördagen den 13 juli. Deltagarrekordet slogs på nytt och banrekordet för Semesterhalvmaran från 2014 rök all världens väg. Hela 164 löpare fullföljde något av loppet Semesterhalvmaran eller Sommarmilen och fick vid målgång vår snygga egendesignade medalj hängd runt sina halsar. En av löparna sa efteråt att det var *"den snyggaste medalj hon någonsin fått efter ett lopp"* vilket vi givetvis är väldigt stolta över. Vi blickar nu fram emot lördagen den 18 juli 2020 då det åter är dags för Semesterhalvmaran, Sommarmilen och knatteloppet Solruset. Vilka rekord som då kommer att slås återstår att se...

Detta är bara ett axplock av de minnen som jag bär med mig från löparåret som gått. Jag vill nu avsluta med att tacka er alla för allt det som vi tillsammans fått vara med om och åstadkommit under LK Gränslöst-året 2019! Jag ser med spänning fram emot att skapa fler härliga LK Gränslöst-minnen tillsammans mer er under 2020!

Jonatan Palm
Ordförande LK Gränslöst
2020-02-29