



SUVEREN: Trine Hansen kom 20 sekunder foran neste motstander. Her like ved målgang.



GULL: Her sykler Sidsel Grøndalen mot mål i fellesstarten.



STOLT GULLVINNER: Sidsel Grøndalen viser stolt frem gullmedaljen etter at hun vant fellesstarten i sin klasse.

ALLE FOTO: FRØY

Hentet gull hjem til Norge og Nordstrand:

Frøy-syklister herjet un

Frøy-syklistene Sidsel Grøndalen (65) og Trine Hansen (48) ble verdensmestere i Master-VM i Slovenia forrige helg.

SYKKEL

ANDREAS LINDBÆK
andreas.lindbaek@dittoslo.no

OSLO: Trine Hansen fra sykkelklubben Frøy syklet inn til gull i temposykling i aldersklassen 45-49 år, mens klubbvenninne Sidsel Grøndalen sikret gull i fellesstarten og sølv i tempo i aldersgruppen 65-69 år.

- Dette var veldig morsomt, en stor opplevelse, sier Sidsel Grøndalen, som mener det er spesielt å bli verdensmester.

- Den gode opplevelsen sitter fortsatt igjen i kroppen etter at jeg kom hjem, sier den spreke syklisten fra Godlia.

I Norge er det få som sykler i

hennes aldersklasse, mens i VM fikk hun starte samtidig med alle i 50+ - klassen.

- Det var utrolig morsomt å sykle sammen med så mange deltakere, sier Sidsel Grøndalen, som vant suverent i den 97 kilometer lange løypen.

Startet med Birken

- Jeg startet rolig de tre første milene, før det kom to harde bakker. Da møtte jeg en syklist fra Slovakia som foreslo at vi skulle sykle i lag. Hun var helt rå i utforbakken og var til stor

H Det var en utrolig følelse da de spilte nasjonalsangen

TRINE HANSEN
Frøy

hjelp for meg, sier Sidsel Grøndalen.

- Når startet sykkelinteressen?

- Jeg var med i Birken for 14 år siden og det ble mye tursyk-

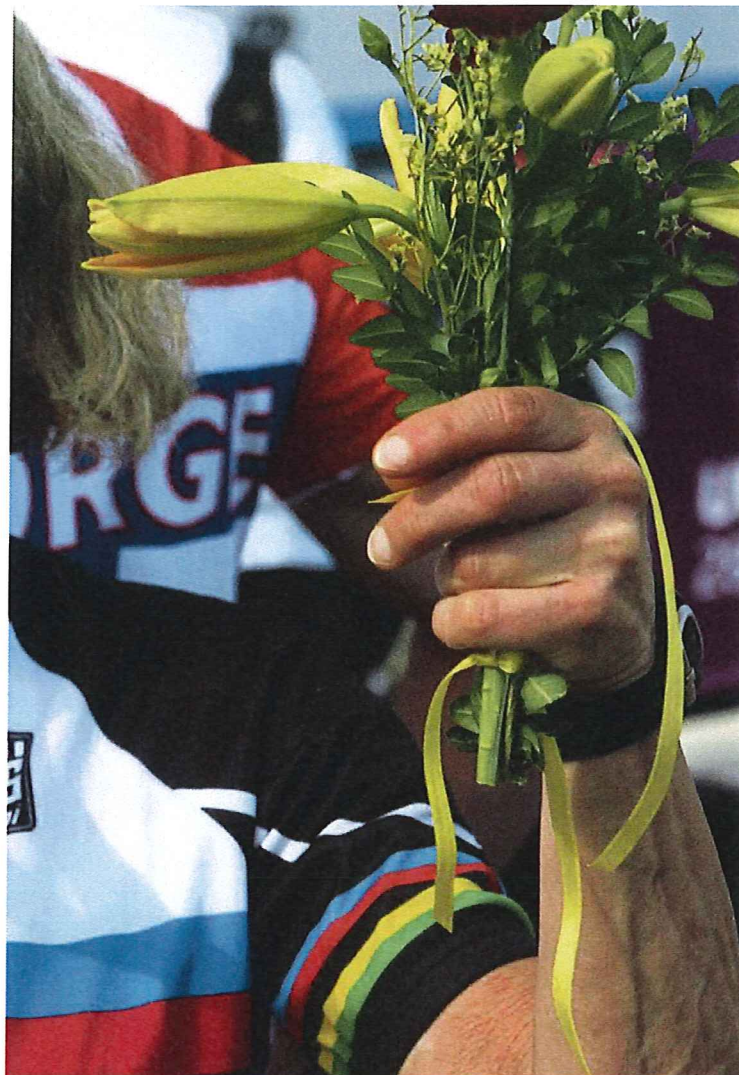
ling etter det. Etter hvert ble jeg medlem i Frøy og etter det har det blitt mer aktiv sykling, sier Grøndalen, som nå forbereder seg til skisesongen.

- Nå blir det rulleski og forberedelse til skisesongen. Jeg skal gå ski-Birken, sier den aktive 65-åringen, som roser klubben hun er i.

- Frøy tar vare på alle rytterne i klubben. Jeg anbefaler alle til å prøve ut sykling, sier hun.

Tempomester

Også lagvenninne Trine Han-



GLAD GULLVINNER: Trine Hansen (t.h) og Anny Hauglid etter rittet.



RØRT: Trine Hansen måtte holdene tårene tilbake da hun sto øverst på pallen og hørte nasjonalsangen.



STOLT: Kristin Falch fra SK Rye på pallen.

nder VM for veteraner

sen er full av lovord når det gjelder klubben de er i.

- Frøy har virkelig satset på oss. Det er en glede å gå på trening og sykle for klubben. Vi trener mye og veldig bra sammen, sier Trine Hansen, som har vært medlem siden 2009.

Fem år etter at hun meldte seg inn i sin første sykkelklubb ble hun verdensmester i tempo.

-Jeg har ikke hatt en veldig bra sesong. I tempo er det vanskelig å holde fokus, men i Slo-

venia klaffet alt. Jeg hadde veldig bra fokus og konsentrerte meg om de arbeidsoppgavene jeg hadde, sier Trine Hansen, som kom 20 sekunder foran neste kvinne på listen.

- Jeg er veldig overrasket over å vinne. Skal jeg være ærlig så hadde jeg en liten drøm å klare det om noen år, sier hun.

Også hun startet med Birken, før hun ble tvunget med på en landeveissykkel.

- Jeg ble helt frelst fra første stund, smiler hun.

Trine Hansen angret helt sik-

kert ikke på at hun valgte å satse på sykkel i sen alder.

På podiet i Slovenia presset tårene på da hun sto øverst og hørte nasjonalsangen.

- Det var stort. Jeg gruet meg til å stå på pallen, men det var en utrolig følelse da de spilte nasjonalsangen. Det var en «utenfor-seg-selv-opplevelse». Jeg gjør det gjerne igjen, ler hun.

- Hvordan er det å kalle seg selv verdensmester?

- Jeg vet ikke. Litt rart og flaut. Jeg har ennå ikke blitt

vant til det, men det er jo utrolig hyggelig da, sier hun.

- Hvordan ser fremtiden din ut?

- Nå skal jeg bare kose meg. Målet fremover er å bli bedre på fellesstart og vedlikeholde tempo, sier Trine Hansen.

Leder i Frøy, Jørn Michalsen, er stolt over utøverne.

- Vi i Frøy er stolte av de flotte jentene i klubben. Mange av dem legger ned en voldsom treningsinnsats, og har hatt god fremgang. Vi har også en veldig stor og voksende jente-

gruppe på sti i terrenget, sier han.

Flere fra Oslo

Men det var ikke bare de to Frøy-syklisterne som gjorde det bra under mesterskapet som hadde over 1500 deltakere. Anny Hauglid (Torshov SK) vant gull i tempo kvinner 50-54 år. Kristin Falch (SK Rye) tok gull i fellesstart og bronse i tempo kvinner 45-49 år. Siri Hildonen og Wenche Madsen Eriksson fra IF Frøy gjorde det også bra.