

# Opptakskrav: Merket i birken

**- Vi ønsker å være et lavterskeltilbud, sier sjef for B-laget i Team United Bakeries. Men opptakskravet er merket i Birkebeinerrennet.**

STEINAR GRINI  
STEINAR.GRINI@FINANSVISEN.NO

- Tilla snudde på parkeringsplassen. Noen som har skyss hjem? spør Jonathan Studsrød (24).

Han er aspirant i Team United Bakeries 2 og skal være med på første inter-vallokt på snø for sesongen. Gradestoken viser 21 minus. Laget ledes av André Borka som til daglig driver rekrutteringsfirma, men bruker mye av tiden sin på å organisere 30-35 medlemmer som trener og konkurrerer sammen hele året. I tillegg er det mange flere nykommere som prøver seg, men som kanskje finner ut at de ikke kan eller vil bli ordentlige medlemmer.

**- Jeg får fire-fem e-poster i uken fra folk som vil være med. Alle som vil kan stille opp på treningene våre, men for å komme inn som medlem i team 2 må du være med og gå av deg selv, sier André Borka.**

- Jeg svarer alltid at de kan bli med denne våren, høsten eller vinteren og deretter sende meg en ny e-post der de forteller hvordan de syntes treningene hadde vært. Det er ikke like mange som da svarer at det har vært gøy, forteller Borka.

**- Mange vil ha, få vil gi**

Bak laget står bakeren Remi Goullignac og hans United Bakeries som sponsor. Mest profilert er dog førstelaget, som i år har fått tilskuddene Thomas Alsgaard og Jørgen Brink.

- Jeg er kun ansvarlig for team 2. Thomas er sjefen på team 1. Det er veldig viktig, understreker Borka.

Aspirantene som slipper gjennom nålovet etter en sesong på trening får utdelt gul og svart overtrekksdress til langrenn, gul lue og svart og gul konkurranse dress.

- Dessuten får alle hente tre brød i uken fra United Bakeries, sier Borka.

- Vi ønsker ikke Birken-fokus, og er opptatt av at man må bidra for å delta. Man må gå litt skirenn og helst være på merkenivå. Det viser seg gjerne at mange vil ha, men det er ikke like mange som vil gi. Det handler om å stille opp i arrangementer og å bidra på nettsiden vår, sier Borka.

På treningene i høst har det vært opptil 30 deltagere på øktene tirsdag klok-

## Team United Bakeries

- Populært kalt «Bakerne» i langrennsmiljøet.
- Startet av en lidenskapelig sponsor, Remi Goullignac, sammen med eliteløper Thomas Henriksen etter et skikurs i regi av Bull Ski og Kajakk. Første år gikk over all forventning. Fjoråret var tyngre, og Thomas Alsgaard og Jørgen Brink ble med i teamet som nå teller seks løpere.
- Team 2 startet med en gjeng som begynte å trene sammen. Behov for å formalisere med faste treninger, nett- og Facebook-sider medførte at André Borka tok rollen som team 2-sjef. Nå teller laget 35 medlemmer, men mange flere har vært og er fortsatt innom treningene til teamet.
- Yngste medlem av team 2 er Eirik Sund, 23 år. Eldst er Olav Øverli og Tim Bennett, begge 44 år.

## Klubbregler

- Du skal, der tettheten i sporet ikke er for stor, hilse på alle med ski på beina.
- Du skal, såfremt mulig, brems på farten, og fortelle barn hvor flinke de er til å gå på ski.
- Du skal stoppe og hjelpe til med smøring dersom det er tydelig at noen sliter med dårlige ski.
- Du skal ikke slå i hjel eller ødelegge utstyr til skifrender som står i veien for deg midt i et intervalldrag eller under andre aktiviteter på ski.
- Du skal alltid være høflig mot alle andre, inkludert gående i løypa, og bikkjer i bånd. Ikke spyttede eder og galle, men på en høflig måte gi forslag til fine områder der man kan gå uten å ødelegge skisporene.
- Du skal hedre dine konkurrenter, selv de som setter markertider som gjør det umulig å ta merket i Birken selv.

ken 19, med oppmøte fra Tryvann eller badebassen på Bogstad. Det har gått i rulleskiløp og elghufs med staver omtrent annenhver gang hvor ansvarlig trener går på omgang.

**- Vi har den ubehagelige hardtreningen i uken, den som er vanskelig å gjøre alene etter at barna har lagt seg, sier André Borka.**

Nivået på medlemmene ligger ifølge Borka fra 2.55 i Birken til rundt merkekravet oppunder fire timer. Selv fullførte Borka fjorårets renn på 3.59,



FULLT TRYKK: «Bakerne» på full fart inn Sorkedalen på årets første hardokt på langrennsski.

ALLE FOTO: IVAN KVEMME

knappe 20 minutter bak merkekravet i sin klasse. Borka står registrert med ett merke på 13 forsøk i Birkebeinerrennet. Det klarte han med tre minutters margin i 2009.

**- Hvor er jentene?**

Det er ikke mer enn to dager siden han gjennomførte 24-timersløpet innendørs på Bislett. Likevel er det han som setter tempoet i det første inter-

valldraget oppover fra Elveli i Sorkedalen. Team 1-løper Thomas Henriksen og landslagsløper Simen Østensen var gjester på dagens trening, men gjorde vendereis som følge av kaldluften.

Syv menn følger Borka i dag, ingen damer.

**- Folk har prestasjonsangst, særlig jenter. Jeg tror Thomas Alsgaard skremmer mange.**

**Det gjør ingenting om man er 500 meter etter. Hvor er jentene på 20-30 år og oppover som er interessert i å trene? sier Borka som teller opp to kvinner på sin medlemsliste.**

- Det er kaldt og dette er første økt på snø så jeg foreslår at vi kjører 4x4-intervall og ikke 5x5 i dag. Tenk teknikk, sier Borka.

- Hvor lange pauser? spør én.

- To minutter. Akkurat nok til en Gin & Tonic, smeller det fra Borka.

Han er imidlertid opptatt av hvordan

de skal bli oppfattet.

- Dette er et lavterskeltilbud der alle som vil kan få være med på treningene. Her er det ikke fokus på champagneglass eller direktører. Derimot har vi laget kjøreregler som medlemmene skal følge og forsøke å spre videre til andre som går på ski, sier Borka.

**Ikke i kjelleren**

Første drag går fra Lysedammene innover dalen i lett terreng, Jonathan Stud-



IKKE I KJELLEREN: Morten Warberg (f.v.), Thomas Henriksen, Jan Dahlberg, Marius Heimbeck og Alexander Eide forbereder seg til intervaller i 20 kuldegrader.

**” Vi ønsker ikke Birken-fokus, og er opptatt av at man må bidra for å delta. Man må gå litt skirenn og helst være på merkenivå**

ANDRÉ BORKA, TEAM UNITED BAKERIES 2



IKKE GODSKIENE: Jan Dahlberg og André Borka sjekker skiene. Foret i Sorkedalen er godt, men ikke så bra at de lar steinskiene ligge igjen hjemme.

rod og André Borka tar føringen.

- Stopp, roper Borka etter de første fire minuttene.

Så starter det igjen med drag. Så drag tre. Det stiger litt og gruppen splittes opp. Foran dannes en gruppe av Marius Heimbeck og Studsrød. Ingenting høres fra Borka.

- Hvor lenge har vi gått? Atte minutter, spør Heimbeck gispende.

Han suste inn til 3.14 på Birken i fjor. Duoen snur og møter gruppen lenger ned. Så går siste drag. Denne gangen er

Borka med i spiss igjen og kommanderer stopp.

Ingen ligger på bakken og snapper etter luft.

- Vi kjører vanligvis litt hardere. Held i kjelleren, sier Heimbeck.

Han har ingen mål med skirennene i vinter utover at de er viktige ledd i treningen frem mot det store målet, som er neste års Norseman.

Så snur gjengen og kjører på i dobbelttak tilbake. Økten er over på halvannen timer.