

# Marianne Opsal og Arne Post vann BUFF Fanaråken Duatlon

Marianne Opsal og Arne Post vann BUFF Fanaråken Duatlon



Arne Post, Oppegård er den store kongen av Buff Fanaråken Duatlon. Post har delteke 4 år og vunne alle ! Vinnartida i år var 1.56,47 som er 5 min bak hans eigen løyperekord frå 2004. Marianne Opsal, Ullensaker Kisa vann dameklassa på 2.31.22. Sjå også kondis.no-reportasja frå motbakkeløpet

## [La Sportiva Fanaråken Opp](#)

*Tekst og foto Christian Prestegård*

Denne bilde-reportasjen er andre del av reportasjen frå nord-europas høgaste målgang ved på Fanaråken 2068 moh. Laurdag 9. august var Fanaråken målområde både for motbakkeløpet La Sportiva Fanaråken Opp og Buff Fanaråken Duatlon. Den fyrste reportasjen som vart lagd ut same dag hadde fokus på motbakkeløpet La Sportiva Fanaråken Opp som starta på Turtagrø 868 moh med 8,4km løping/ gang opp dei 1200 høgdemetrane til Fanaråken. Denne reportasjen har fokus på BUFF Fanaråken Duatlon som starta med 16 km sykling frå fjorden i Skjolden opp til Turtagrø og vidare til fots i den 8,4 km lange Fanaråken Opp - løypa. Tilsaman 24,4 km med 2.068 m stigning.



Marianne Opsal, Ullensaker Kisa vann dameklassa på 2.31.22. Her har Marianne passert 1750 moh og har også fått oppleve at været skiftar fort i fjellet frå regn, haglbyger til sol i løpet av ein time.



I år kom Arne Post i mål då fingrane mine var så stivfrosne at eg ikkje klarte å ta bilde av han. Difor dette bildet av Arne og Anita Håkenstad Evertsen frå i fjor med Skagastølstindane som storslagne kulissar. I fjor tok Arne bronse-medalje då Fanaråken var mål i NM i motbakkeløp. Anita tok sitt tredje strake NM-Gull. I år tok ho det fjerde NM-gullet på rad.

**Dei 6 beste menn:**

1. Arne Post, Oppegård, 1.56.47
2. Even Olsen, Team Anton Sport, 1.59.44
3. Ove Matland, Bergen CK, 2.08.40
4. Terje Hordnes, Skanska BIL, 2.11.07
5. Erlend Skogaland, Haugesund, 2.12.46
6. Geir Orrestad, Sogn CK, 2.13.16

**Dei 3 beste kvinner:**

1. Marianne Opsal, Ullensaker Kisa, 2.31.22
2. Hilde Håkenstad, Roterud, 2.45.27
3. Turid Guttormsen, Ringkollen Maraton Team, 3.05.17

Fullstendig resultatliste på [www.fanaraaken.com](http://www.fanaraaken.com)



Even Olsen, Team Anton Sport, vart nr. 2 totalt.



Hilde Håkenstad, Roterud, vart nr. 2 i dameklassa på 2.45.27



Dette bildet viser alle klassevinnarane til Ringkollen maraton team. Turid Guttormsen, som er nr. 2 frå venstre vart nr. 3 totalt i Buff Fanaråken Duatlon. Ringkollen Maraton Team hadde med totalt 15 deltakarar i begge løpa og skapte stor og positiv stemning både i motbakkøløypa og på Turtagrø Hotel. Dei var verkeleg på OPPTUR ! Sjå bildet nedanfor. På dette bildet ser me Vilbjørg Oren heilt til venstre. Ho vann kl. 60-64 i La Sportiva Fanaråken Opp. Dei andre på bildet er frå høgre mot venstre: Marit Tronrud som vann kl. 40-44 år i Duatlon, Synnøve Solbakken som vann kl. 45-49 år i Fanaråken Opp og i midten Gro Sønsteby Strande som vann kl. 45-49 år i Duatlon.



Ringkollen Maraton Team hadde med totalt 15 deltakarar i motbakkeløp-festen opp til Fanaråken. Her er dei like før avreise frå Turtagrø Hotell etter ei helg bokstaveleg tala på OPPTUR ! Dette var ein festleg gjeng som eg håpar å treffe igjen i mange motbakkeløp !



Dei siste 400 høgdemetrane opp mot mål på Fanaråken svingar stien seg oppover i urlandskapet. Her er Jan Arve Lund, Kaupanger IL, hare for Terje Sørлие, Lågen CK og Vidar Ellefsen, ACK. I mål var den bakerste den fyrste.



Anders Øyre, Sogn CK, vann kl. 18-19 år på 2.21.36



Geir Orrestad, Sogn CK, vann kl. 40-44 år på 2.13.16



Grethe Albrektsen, HSI.



Arne Brandslien, Gausdal Friidrettslag, vart nr. 4 i kl. 50-54 år med tida 2.27.09. Det var svært tett i teten i denne klassa med kun 3 min. mellom dei 5 beste !



Tommy Torgersen, Eidsvoll Sykkel, (til høyre ) vart nr. 2 i kl. 35-39 på 2.16.37. Til vestre Dag Sture Eine Friis, Fredrikstad IF, som deltok i La Sportiva Fanaråken Opp og vil gjennomføre minst 5 av 6 løp i Powerade Norgescup i motbakkeløp.



Arne Johannessen, Politiets Fellesforbund, vann kl. 50-54 år på 2.24.13.



Erlend Skogaland, Haugesund, vart nr. 5 totalt på 2.12.46.



Paul Håkon Almås, Hommelvik, kom i mål på 2.36.55 i kl. 50-54 år.



Geir Grindedal, Hydro Aluminium BIL, vart nr. 3 i kl. 40-44 år på 2.29.42



Dei som deltok i La Sportiva Fanaråken Opp fekk ikkje oppleve sola på oppturen. Det fekk dei som deltok i BUFF Fanaråken Duatlon. Her blir duatletane på opptur foreviga i sollys av Rickey Gates.



Kjell Bjarne Midtbø, Veidekke, Kl. 45-50 år.



Jakob Øygard, IL Fanaråk, kl.65-69 år var den eldste deltakaren i Buff Fanaråken Duatlon



Arne Torkildsen, Skarphedin, vann kl. 60-64 år.



Torodd Lybeck, Oslofjord Triatlon, vann kl. 55-59 år på 2.19.41



Nedturen frå Fanaråken vart ein praktfull opptur. Utsynet var ikkje like flott på oppturen i regn, haglskurar og tett skydekke. Her frå omlag 1500 moh er det utsyn heilt ned til Lustrafjorden og Skjolden der Duatlon starta. Til høgre står den tidlegare hyttesjefen på Fanaråkhytta Joar Handeland som er ein av dei som har flest turar opp til Fanaråken gjennom tidene. I La Sportiva Fanaråken Opp brukte han 1.22.40. Til venstre står Arne Johannessen, Politiets Fellesforbund som i år sette ny pers i Buff Fanaråken Duatlon med 2.24.13 og vart belønna med 1. plass i kl. 50-54 år.

Sjå også kondis.no-reportasje frå motbakkeløpet [La Sportiva Fanaråken Opp](#)

12.08.08 Christian Prestegård