

SPORT OG FRITID

Ekspert i oppoverbakke

- Jeg elsker å trene og jeg gjør det hver eneste dag. Sykling, løping, langrenn og kajakk. Jeg klarer meg ikke uten noe av det, sier polititoppen Arne Johannessen.

BJØRN HENNING GRANDAL
BHG@FINANSVISEN.NO

Arne Johannessen er kjent som en knallhard fagforeningsmann som taler politiets sak mer eller mindre hver eneste dag både på TV og i avisene. Mobilen er på 24 timer i døgnet og det er ikke uvanlig at han gir opp mot 25 intervjuer i løpet av en dag.

Det er likevel svært sjelden at Johannessen har så mye å gjøre at han dropper den daglige treningsøkten. En dag uten trening er utvilsomt en dag uten mening for lederen av Politiets Fellesforbund.

Dyrker allsidigheten

- Jeg elsker å trene og jeg gjør det hver eneste dag. Jevnt og godt med trening gjennom hele året er min styrke sammen med allsidigheten. Sykling, løping, langrenn og kajakk. Jeg klarer meg ikke uten noe av det. På sommeren sykler jeg relativt mye. Sykling er fin alternativ trening og jeg har syklet både Trondheim-Oslo og Birken. Det er imidlertid ikke tvil om at det er løping jeg satser mest og som jeg synes er aller morsomst.

Han innrømmer at det kan bli lite med langturer når jobben er som mest stressende.

- I uken blir det dessverre sjelden tid til de skikkelige lange turene. Jeg tar det imidlertid igjen når jeg kommer hjem til Luster. Jeg er ukependler og er så heldig at jeg har fri tilgang til det fantastiske fjellterrenget rundt Luster når jeg er hjemme i helgene, sier han.

Hver fredag kjører han hjem til kona i den lille bygda Hafslo i Luster Kommune i Sogn og Fjordane. Siden 1988, med to års pause da han var lensmann i Sogndal, har Johannessen bare vært hjemme i helgene.

Elsker fjellturer

- Gleden av å springe i fjellet er enorm. Jeg er svært heldig som får oppleve det hver eneste helg.



FANARÅKEN: Arne Johannessen og tidligere hyttesjef på Fanaråkhytta, Joar Handeland, nyter den fantastiske utsikten.

FOTO: CHRISTIAN PRESTEGÅRD

Fjellturer er utvilsomt min store lidenskap, sier han.

Motbakkegeneralen i Norge, Christian Prestegård, er en god venn av Arne Johannessen. Prestegård kommer opprinnelig fra Luster der Johannessen bor i dag.

- Arne er enormt god til å løpe oppover. Han gir seg aldri før han er på toppen. Viste du forresten at han også kjører snøbrett som en ungdom. Han er blitt observert løpene opp fjellsiden med snøbrett på ryggen ved en rekke anledninger. Kort tid etter kommer han susende nedover fjellsidene og folk er overbevist om at det er en tenåring som kommer kjørende og ikke en godt voksen politimann på godt over 50 år, sier Prestegård.

Alle fjellturene har gjort at Arne Johannessen er blitt en ekspert til å løpe oppover.

Bakkeløpekspert

- Det er ikke tvil om at det blir mye bakketrening og det har blitt mange bakkeløp de seneste årene. Jeg kan imidlertid også løpe på flatmark. Jeg har løpt ni helmaraton og langt flere halvmaraton. 2.42 er persen på maraton og den er fra 1984.

Bakkeløpsesongen starter for al-

vor opp i mai og Arne Johannessen sesongdebuterer i Lardal til helgen.

- Som vanlig har jeg planer om å løpe de to tøffeste og de to største bakkeløpene, Fanaråken Opp den 7. august og Skåle opp den 14. august. Fanaråken Opp går i min hjemkommune Luster og det gjør også nyvinningen Molden Opp, som går av stabelen den 19. juni. Den må jeg ha med meg. Opp til Molden har jeg løpt veldig mange ganger og det er definitivt en av mine favoritturer. Traseen i selve løpet er noe annerledes den jeg pleier å løpe, men utsikten fra toppen er den samme. Den er fantastisk og må oppleves, sier han.

Besøker Sponheim

I fjor løp Johannessen alt hva han orket over tunet til Lars Sponheim i Ulvik og det har han planer om å gjøre også i år.

- Bakkeløpet i Ulvik må jeg ha med meg. I fjor løp vi over tunet til Lars Sponheim og det frister til gjentakelse. Bakkeløp-NM på Voss har jeg også lyst til å være med på. Om det blir enda flere løp vet jeg ikke. Jeg har lyst, men det er ikke til å legge skjul på at det er litt vel travelt på jobben i perioder. Jeg kan nok ikke konkurrere hver helg fremover, sier Johannessen.

» Jeg har løpt ni helmaraton og langt flere halvmaraton. 2.42 er persen på maraton og den er fra 1984
ARNE JOHANNESSEN

TIL TOPPS: Arne Johannessen gir seg aldri før toppen er nådd.
FOTO: CHRISTIAN PRESTEGÅRD



Springer i fjellet hver he