



"... sprang 17.5km utan att stanna speciellt mycket..."



**Namn:** *Therese Karlsson*

**Tävlingsklass:** *D21/motionär*

**Rankingpoäng (2008):** *Höhö kul...*

**Kompass:** *Silva Jet Tumme*

**SportIdent-pinne:** *Röd med Vit tejp nertill*

**Meritförteckning:** *Va en ruggigt bra D10:a, 49:a på tredje etappen på O-ringen 2008*

**Jag är:** *Motionär och Coach*

### **På tal om mig själv...**

*Jag jobbar som florist och är även Rullatorrace domare, det ni ;) Som person är jag glad, positiv, envish och bra på att coacha. Ett exempel på min envishet är att man idiotiskt nog springer 17,5 km som första träningspass på ett år. Jag som orienterare är annars bra på att orientera, men sämre på att springa och mina favoritdistanser är medeldistans och stafett. Det finns ingen speciell uppladdning, bara att jag alltid springer med den ökända ol-knuten. I övrigt så gillar jag att titta på film och träna med min hund Ben. Inför nästa år ska jag ta mig i kragen och börja springa så att jag bli bra tränad. Kanske kan man slå sig in ett första lag på Tiomila.*

### **BÄSTA:**

*Att stå högst upp på ett berg i strålande solsken och 5 minusgrader och pudersnö...*

### **SÄMSTA:**

*8 plusgrader och spöregn i december och när kompassen går sönder*

**Speciell händelse:** *När jag förvånade mig själv och många andra att ställa upp på Rånäs Annandags Rogaine med Robin och sprang 17.5km utan att stanna speciellt mycket.*

### **Antingen eller...**



**Husmanskost**



**Snabbmat**



**Skogssport**



**Serietidningar**



**Varma ute-duschar**



**Kalla inne-duschar**



**Jukola**



**Halikko**



**Chattcommunitys**



**Orientering.se**

**Övrigt:** *Pain is temporary, glory lasts forever.. Men det är ruggigt jobbigt när det painar I forever!*