**JUNIOR-NM Bærum 26.-28. august 2022.**

**Rapport fra Bærum fra sportslig leder Torbjørn Aas**

**Tre gullmedaljer og flere andre meget gode prestasjoner for utøvere fra Steinkjer Friidrettsklubb p jr-NM i friidrett i Bærum!**

[Bastian Elnan Aurstad](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100031769797747/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) innfridde favorittstempelet han uungåelig får når ha stiller til start på 400m hekk. Bastian løp kontrollert og fint inn på 53.29, og ble med det et NM-gull rikere i U20. Han var forøvrig over 3 sekunder foran sølvmedaljevinneren. Bastian startet, men fullførte ikke finalen på 400m, da han kjenner litt på en forkjølelse, og ønsker å være klar til søndagens stafett.

[Grethe Tyldum](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100006731268040/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) løp meget klokt og godt på 1500m, og fikk virkelig vist fram og uttnyttet fartsressursene sine, med en svært solid langspurt de siste 300 meterne. Belønningen for modig satsing ble et veldig gledelig NM-gull på tiden 4.23.32 i klassen U23.

[Maja F. Baade](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100008583166288/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) kastet spyd i U20, og ble nr 9 med et lengstekast på 35.23.

[Sander Dalbu](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100010367434060/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) løp 100m på tiden 11.24, noe som er ny pers. Konkurransen er knallhard, og tiden holdt ikke til finaleplass. På 200m ble det nok en pers på Sander, med tiden 22.81, dessverre like bak finaleplass også her. Uanett - to personlige rekorder er svært godt prestert i et mesterskap.

[**Adrian Kinnunen**](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100014705613070/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) løp 100m i U20, og fikk tiden 11.11 i både forsøksheat og semifinale. Dette er tangering av hans egen pers, og veldig godt løpt. Desverre var tiden i semifinalen noen små hundredeler for svak til å få løpe finalen.

[Sivert Moen](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100020930682905/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) løp 200m i U20, og fikk tiden 23.39. Tiden er sesongbeste for Sivert, og bare 4 tideler bak personlig rekord. Dette er et veldig godt skritt i riktig retning i en trøblete sesong, og forhåpentligvis god motivasjon inn i forberedelsene til neste sesong.

[Amalie Grande Bjørnstad](https://www.facebook.com/groups/340560499346499/user/100007472702041/?__cft__%5b0%5d=AZV8QKVEGTFO20QKYZBYs0NmNfKmFRab5FI0c3p1dfmEf-CpjD6PjzrwPXb-YmnbrJ5mQJezad77pc7Y051l6Y3D02SHRvLWNERsjaWMyDgBfAroeL4fdmkCb0AAchu9AJHJmL__hKRIFnlZL1uqUBDtqbgwbA2YET3bWlb-eM5Y7z323ub40iHKMyYsNdHl6VQ&__tn__=-%5dK-R) har travle dager i U23-klassen i Bærum, og har prestert bra. Hun løp seg til finalen på 100m, hvor hun ble nr 7 med tiden 12.81, noen hundredeler bak egen bestenotering. I lengde fikk Amalie et lengstehopp på 5.04, og plasserte seg da på 5.plass i klassen. Amalie skal løpe 200m søndag formiddag.

Grethe Tyldum tok sitt andre jrNM-gull på to dager, med en svært god 800-meter i U23. Grethe løp igjen klokt, og fikk igjen full uttelling for både stayerevne og hurtighet. Grethe vant på tiden 2.08.20, kun sju tidendeler bak egen pers. Gull på både 1500m og 800m - fantastisk bra!

Endelig kunne Steink0jer FIK igjen stille et slagkraftig lag på 1000m stafett menn U23.  
Adrian Kinnunen, Sivert Moen, Sander Dalbu og Bastian Elnan Aurstad løp en god stafett, men måtte finne seg i å bli slått av tre lag. Tida 1.56.08 er ei svært god tid og den beste lag fra klubben har hatt siden glansperioden på 90-tallet.