



H21 13 470 m

- | | |
|-----------------------------|---------|
| 1. Audun Heimdal, NTNU | 1.27.19 |
| 2. Jon Aukrust Osmoen, NTNU | 1.29.21 |
| 3. Olav Lundanes, Halden SK | 1.29.25 |
| 4. Magne Dæhli, Halden Sk | 1.30.18 |

Heimdal vinner en jevnere langdistanse enn vi har sett på flere år. Osmoen kjemper seg også inn foran de siste fem års mester, mens Dæhli hadde en dag da kroppen fungerte bedre enn hodet.

«MOSTADMARKA SØR»

1 : 15 000 ekv. 5m
Utgitt av Sp.kl. Freidig 2020.
Første gang utgitt i 1990.
Synfaring og nyttegning i 2019-2020:
Tore Angell-Petersen og Bjørn Berger.

6. - 7. post

- | | | |
|-----|------------|-------------|
| AH | 10.08 (4) | / 31.53 (1) |
| JAO | 9.59 (2) | / 32.56 (2) |
| OL | 10.20 (5) | / 33.27 (3) |
| MD | 11.27 (20) | / 34.21 (5) |

Simen Hjalmar Wästlund er raskest (9.57) med tilnærmet samme valg som Heimdal og Osmoen. Dæhli velger «mer rundt», har stor fart, men bommer på posten.

8. - 9. post

- | | | |
|-----|-----------|-------------|
| AH | 8.17 (1) | / 43.20 (1) |
| JAO | 9.48 (17) | / 45.30 (3) |
| OL | 8.49 (4) | / 45.06 (2) |
| MD | 9.02 (7) | / 46.13 (4) |

Heimdal holder trøkket og finner mikroveivalgene. Osmoen taper på sitt høyrevalg. Dæhlis venstrevalg koster også noen sekunder.

14. - 15. post

- | | | |
|-----|----------|-------------|
| AH | 4.20 (3) | / 59.13 (1) |
| JAO | 4.27 (7) | / 60.49 (3) |
| OL | 4.19 (2) | / 60.35 (2) |
| MD | 4.15 (1) | / 61.39 (4) |

Ved passering har Heimdal en ledelse på 1.20 til Lundanes. Dæhli som normalt avslutter sterkt har bestetid med tilnærmet likt valg som OL.

15. - 16. post

- | | | |
|-----|----------|-------------|
| AH | 9.00 (1) | / 68.13 (1) |
| JAO | 9.46 (8) | / 70.35 (3) |
| OL | 9.32 (5) | / 70.07 (2) |
| MD | 9.24 (2) | / 71.03 (4) |

Kvartetten velger litt ulike traseer. Heimdal tar nye sekunder.

16. - 17. post

- | | | |
|-----|-----------|-------------|
| AH | 1.31 (64) | / 69.44 (1) |
| JAO | 1.14 (53) | / 71.49 (3) |
| OL | 0.40 (1) | / 70.47 (2) |
| MD | 1.09 (46) | / 72.12 (4) |

Kortstrekket byr på problemer. Heimdal tar igjen Osmoen. Herfra og inn er de sammen i stor fart.

17. - 18. post

- | | | |
|-----|----------|-------------|
| AH | 7.59 (3) | / 77.43 (1) |
| JAO | 7.54 (2) | / 79.43 (3) |
| OL | 8.44 (9) | / 79.31 (2) |
| MD | 7.46 (1) | / 79.58 (4) |

Heimdal og Osmoen kjører rett over åsen. Dæhli raskest med sin trasee i lia, mens Lundanes taper med en dårlig utgang. Kampen om bronse tetter seg til.

18. - 23. post

Kvartetten i tet velger tilnærmet likt mot 19. – derfra er det rett på. Heimdal og Osmoen pusher hverandre med Heimdal som førstepilot. På 22. post er han på sølvplass – to sekunder foran Lundanes. Etter bestetid på de tre siste strekkene dytter han Mesteren ned til bronse med fire sekunders margin i mål.

S - 1. post

- | | |
|---------------|-----------|
| Audun Heimdal | 2.36 (3) |
| Olav Lundanes | 2.22 (1) |
| Jon A. Osmoen | 2.43 (5) |
| Magne Dæhli | 2.52 (17) |

Lundanes gir som vanlig gass fra start og er raskest. Dæhli er halvminuttet langsommere enn Lundanes med tilnærmet samme valg.

2. - 3. post

- | | | |
|-----|-----------|-------------|
| AH | 11.02 (1) | / 15.33 (1) |
| JAO | 11.52 (5) | / 17.02 (4) |
| OL | 11.24 (3) | / 16.13 (2) |
| MD | 11.21 (2) | / 16.35 (3) |

Heimdal setter standarden. Velger tilnærmet samme som Lundanes, men er 22 sekunder raskere. Også Osmoen velger deres trasee, mens Dæhli viser at rundingen lenger ned også er et godt alternativ og dokumenterer god fart.

4. - 5. post

- | | | |
|-----|-----------|-------------|
| AH | 2.41 (3) | / 20.05 (1) |
| JAO | 2.29 (1) | / 21.21 (4) |
| OL | 3.15 (27) | / 21.05 (3) |
| MD | 2.49 (8) | / 21.03 (2) |

Osmoen raskest ved å følge myra lenger. MD følger en enda lenger og taper litt på det. OL får en sjelden bom og taper drøye halvminuttet. Heimdal styrer løpet.

5. - 6. post

- | | | |
|-----|-----------|-------------|
| AH | 1.40 (3) | / 21.45 (1) |
| JAO | 1.36 (1) | / 22.57 (3) |
| OL | 2.02 (30) | / 23.07 (4) |
| MD | 1.51 (13) | / 22.54 (2) |

Osmoen raskest med rett på likt Heimdal. Lundanes velger en litt lenger vei og taper igjen sekunder. Mesteren er nede på 4.plass!

