

Linn Sömskar – femfaldig världsmästare!

Början

Linn började sin bana som idrottare redan i unga år. Hon var tidigt på det klara med hur man äntrade en gunga och fick fart på den. Även cykling var hon tidig men stödhjul fick hon klara sig utan. Det var bara att lära sig balansera om det skulle cyklas. Och det gick bara fint!

Skidkarriären startades med att tävla för Röbäcks IF, en klubb hon stannade kvar i till hon var siståårs-junior, då hon gick över till IFK Umeå som hon fortfarande tävlar för när hon inte drar på sig landslagsdräkten.



Sin första världscup i skidor körde hon 2010 och sedan dess har det så att säga rullat på, både på skidor med och utan hjul. Men absolut aldrig med stödhjul!

Framgångar på hjul

Rullskidor körs i två olika stilar: klassisk och fristil, precis som vanliga skidor. På VM i Sollefteå i år 2017 tog Linn inte mindre än tre guldmedaljer! Två individuella och en i teamsprint. Hon hade två



VM-titlar sedan tidigare. På det individuella 18-kilometersloppet var hon 1,40 minuter före tvåan. För dem av oss som är skidåkningsfans så förstår vi hur överlägsen hon var där!

Livet som elitåkare

Idag bor Linn i Falun där hon trivs väldigt bra. Hon flyttade dit 2014 för att testa något nytt och där finns också gott om andra skidåkare där att träna med. Kanske finns också lite mer utmanande banor än Djäkneböles elljusspår... Det har hon förresten kört både i och emot körriktningen, för variationens skull. Hur många varv är okänt, men det är nog många...

I snitt tränar hon fyra timmar per dag och föredrar kvalitetsträning framför kvantitetsträning. Teknikträning är ständigt aktuell och har varit sedan tiden i Röbäcks IF och så lär det fortsätta. Det finns alltid något att förändra eller förbättra. Tidigare var den klassiska stilen favorit men nu ty-

cker hon att skate är lika roligt, bara skidorna är bra. Höghöjdsträning är populärt för vissa åkare men inget Linn aktivt söker. I Davos, som ligger ca 1500m över havet, där känner hon av höjden. Hög puls och mjölksyra kan bli ett resultat av höjden för den som är ovan.

Antalet resdagar per år har hon inte vågat räkna på men det är en försvarlig mängd dagar varje säsong. Resandet innebär att hon får se en mängd olika skidstadions runt om i världen men kanske inte lika många traditionella sevärdheter. Favoritort att tävla på är Umeå, förstås, men det är också alltid roligt att tävla i både Italien och Schweiz.

När det gäller terräng så är platt sådan favoriten för rullskidåkning. På vanliga skidor ser hon gärna att det går utför innan upploppet. Då finns en bra chans att komma in med hög fart och avancera mot mål.

Inför tävlingar är Linn alltid nervös men kan vända den till något positivt. Jobbigast är tävlingar med väntetider, som i sprint, då det körs kval, kvarts-

och semifinal samt slutligen final. Ibland föredrar hon en tävling där hon startar, kör, går i mål och sedan har tävlat färdigt för dagen.



En elitåkare idag måste alltid finnas tillgänglig för oan- nonserade doping- kontroller. De får inte missa att lämna uppgifter om var de befinner sig, för en kontroll som inte kan genomföras innebär att åkaren får en prick. Om en åkare har totalt tre prickar innebär det i sin tur avstängning.

Mål

2018 är det en dröm att få delta i Os i Pyeongchang. SOK (Sveriges Olympiska Kommitté) utser deltagare och för Linn gäller det att prestera bra resultat innan uttagningarna. Hon siktar på minst en sprintfinal och en pallplats i vinter. Vi håller förstås alla tummar för att det går vägen och önskar STORT LYCKA TILL!

*Intervjuare: Ulf Lundmark & Margareta Ström
Sammanställning: Johan Nilsson*

Från Svenska Skidförbundets hemsida:

Linn Sömskar

Född: 3 juni 1989

Bor: Falun

Klubb: IFK Umeå

Familj: Pojkvän Ragnar, pappa Ingmar, mamma Stina, lillasyster Frida.

Favoritdistans: Sprint

Mitt bästa lopp hittills: Fjärdeplatsen i vc-sprint, Toblach 2015

Favorittävlingsplats: Gammlia, Umeå

Bästa skidminne: 3-milen i US Super Tour 2013

Innan tävling måste jag: Äta havregrynsgröt

Började åka skidor när jag var: 8 år

Bestämde mig för att satsa på skidåkning: Under gymnasietiden

Om jag inte hade blivit skidåkare: Hade jag jobbat som veterinär

Person jag vill vara för en dag: Pippi Långstrump

Okänd talang: Bra på tetris i vardagen

Äter helst: Raggmunkar med hallonsylt

Måste alltid finnas i kylskåpet: Mjölk

Förebild i skid-Sverige: Toini Gustafsson Rönnlund

Tips på bra semesterresemål: Sæby, Danmark

Last jag har: Digestivekex

På fritiden gillar jag att: Umgås med nära och kära

Mitt motto: Lev varje dag som om den vore din sista

Favoritapp: Instagram

Favoritmuskel: Biceps

Kändis jag skulle vilja träffa: Usain Bolt

Hur långt innan packar du väskan: Dagen innan

Hur många timmar sover du per natt: Lite för lite

Ögonblick som förändrade mitt liv: När jag träffade Ragnar

Tre ord som beskriver mig: Tidsoptimist, perfektionist och omtänksam

