

## Nä! Inte ska du väl skriva om mig!

Det var första kommentaren av vår nästa profil.

Efter att fått visa prov på min övertalningsförmåga fick jag möjligheten att intervjua en lång, smal och ödmjuk löpare från GF Idrott. **Björn Videfors.**

Efter att varit hyfsat aktiv i tonåren började Björn springa lite mer målmedvetet i mitten på 70-talet. I Landskrona är det mestadels asfalt som gäller och ska det vara lönt, är det lika bra att springa långt.

Förutsättningarna var självklara för att springa Marathon, detta började Björn med 1977, 37 år gammal. Idag 35 år senare har det blivit 116 maror. Kanske någon tänker, jaha vadå!?

Det är nu vi måste skruva tillbaka klockan igen...

Björn's första mara gick på 3,31. Nästa på 3,07. 1979 springer han Vintermaran i Göteborg på 2,41!

Läs och häpna – nu gör Björn 72 Marathon I RAD under 3 timmar!!

Alla som någon gång sprungit en Mara vet hur lite det ska till för att misslyckas, att man bryter m m. Björn har aldrig brutet ett Marathonlopp! Ändå är det tider som många av oss bara kan drömma om.

Varje saga har ett slut, denna fick i alla fall ett avbrott 1997. Hjärtat började krångla med flimmer, vilket kunde komma mitt under tävlingarna. Under Sjöbo marknadslopp låg Björn före mig (skribenten) fram till 7 – 8 km, där stod han och väntade på att pulsen skulle lugna ner sig. Sen var det bara att fortsätta. Ett par månader senare, på Berlin Marathon sprang Björn i mål med en snittpuls på 208 och en sluttid på 3,00,55. Första gången över tre timmar sen 1979 – 18 år!!

I dag är det lite lugnare tempo, senaste var det SM i Bromölla, med silver på 4,16. Silver på SM är det bästa resultatet, trots fantastiska tider som 2,38,39 vilket är rekordet. Som 50-åring gjorde Björn 2,38,50 vilket ger 87,8% på WMA's age ranking. Men inget SM-guld! (man måste vara på rätt plats vid rätt tillfälle). Då passerade han halva distansen på 1,16, som kanske var lite optimistiskt, men skulle någon klockat på entimmes-löpning borde rekordet varit ett faktum. Skånska rekord finns det däremot några stycken.

10 st Lidingsölopp strax över två timmar, ingen dålig tid, men om dom skulle asfalterat banan hade det blivit åka av (författarens kommentar). Egentligen var det nerförbackarna som var problemet. Träningen har varit mycket mängd med bra fart, tusen meters intervaller ner på 3,10-tempo hörde till vanligheterna. På bana gjorde han 34,30 på 10 000 m.

Nu är det så, att trots detta har det inte blivit mer än 2 VeteranCup-segrar. Är man född 1940 är det inte så lätt att ta segrar – varför får ni räkna ut själva!



Vid pennan: Bo Andersson