

SKOGSMARAN

– 40 ÅR SENARE



> EN LÖPANDE LEGEND.
RWs Rune Larsson hittar
tillbaka till rötterna.

Terränglöpningen har fått en renässans. Nu vill vi springa över rötter och stenar och trampa i gegga som aldrig förr.

Rune Larsson begav sig till Skatås för att återuppleva nygamla Skogsmaran på den upprustade Vildmarksleden – och blev alldeles lycklig.



Den 10 juni 1973 skrev jag så här i min dagbok: "Blåst och regn. Jag sprang Skogsmaran, 4 mil mellan Hindås och Skatås. Jag öppnade otroligt lugnt. Låg på plats 54 efter 5 kilometer. Sedan ökade jag undan för undan och sprang utan att vara trött i mål på 3 timmar och 9 minuter."

Då var jag 17 år gammal och att springa långt i skogen var det roligaste jag visste. Men det blev inga fler skogsmaror eftersom loppet till min stora besvikelse slutade arrangeras. Inga fler skogsmaror på 41 år.

Men den 4:e oktober i år är jag åter på plats i samma trakter för att springa det drygt fyra mil långa terrängloppet. Nu har arrangörerna vänt på banan och vi ska springa från Skatås i Göteborg till målet i Hindås, som ligger halvvägs mot Borås. Jag tar det inte lika lugnt i början den här gången som då jag var 17. Efter 5 kilometer ligger jag runt plats 100 bland de 125 som medverkar. Marginalerna och prestationsförmågan har oundvikligen krympt med åren. En av löparna säger sig vara förvånad över att han kan hålla jämna steg med mig.

– Det är väl inte så märkligt. Jag är Rune "före detta" Larsson. En åldrande och något sliten veteran som är tacksam om han orkar ända till Hindås, säger jag då.

VI SPRINGER PÅ Vildmarksleden, där det finns rötter. Massor med rötter, som det ska finnas på väl upptrampade skogsstigar. Hela loppet är förresten som att komma tillbaka till rötterna. Dels därför att jag i en svunnen ungdomstid sprang här, men också för att terränglöpningen tycks ha hittat hem igen efter en flera decennier lång diaspora på grusade motionsspår. På 1980-talet försvann nästan alla riktiga terränglopp.

– Banan är bra i år. Vi har fyllt igen sumphålen och fixat till stigen där den var besvärlig, sa en arrangör en gång för några år sedan före en tävling.



Det lät förfärligt i mina öron. Men jag ville inte vara oartig och säga vad jag tyckte om att ta bort själva terrängen i terränglöpningen. Men sådan var trenden; terränglöpningen närmade sig landsvägslöpningen. Men nu har det vänt. På senare år har det blivit modernt att springa på stigar. Fötterna på rötterna, men namnet så långt därifrån. Numera springer man trail. "Same shit – new package", som man säger i USA, varifrån det nya ordet kommer. Jag ämnar dock att även fortsättningsvis kalla sporten för terränglöpning och kämpar likt en verbal gerillasoldat mot den språkliga invasionen från väster. I alla fall när vi springer på svenska skogsstigar.

RÖTTER FINNS DET som sagt gott om, liksom stenar och korta backar. En löptecknik utmaning som däremot saknas när jag nu springer loppet på nytt är sumphålen. Jag lägger märke till att mina gula skor förblir obefläckade mil efter mil. Solen glittrar i sjöarna, löven har fått sina höstfärger och det är 20 grader varmt. Vilken skillnad mot förra gången jag sprang här, i mitten av juni för så länge sedan. Då var det ruskväder. Jag känner att jag saknar klafsandet i gytjtjan på samma sätt som en hinderlöpare skulle saknat vattengraven om man tagit bort den, men tröstar mig med att ingen rår på vådrets makter.

Trots att stigen är smal kan vi umgås medan vi springer. Det gör jag med Stellan, Annika, Joakim och Susanna, liksom med flera andra medtävlade. Några gånger springer jag tillsammans

"Numera springer man trail. 'Same shit – new package' som man säger i USA, varifrån det nya ordet kommer."



”Jag har bara en midjeväska med plånbok, telefon och nycklar. Därför gläder jag mig kanske mera än någon annan åt **bananerna, potatishipsen och colan som serveras.”**

Under stod det med bokstäver i en storlek som i vanliga fall var reserverade för antingen krigsutbrott eller värsta sortens kändisskandaler: 14-ÅRING SEXA.

Att Pelle på den tiden var kortvuxen för sin ålder gjorde en del bedömare allvarligt oroliga. Det mumlades om att ej fullvuxna barn som springer så långt kunde stanna i växten och då skulle de aldrig komma att bli bra löpare senare i livet. Pelle och jag log lite överlägset åt sådana domedagsprofeter. Vi har förresten inte slutat att le ännu, för Pelle växte upp till en reslig

med löpare som har proppar i öronen och sladdar till något som förmodligen transporterar musik, eller en ljudbok från en elektronisk apparat, diskret buren. Det tolkar jag som att de vill vara ifred. Mina öron är i alla fall öppna när jag hör ett trumpetande från skyn och ser en fylking med gäss som håller på att flytta till sina vintervisten. Strax därefter fylls luften av ylandet från en MD 80, målade i SAS färger. Den är på väg in för landning på Landvetters flygplats, en halvmil söder om oss. Då anar jag att vi kommit drygt halvvägs. Eftersom det saknas kilometermarkeringar får man själv beräkna hur långt man löpt. Eller så kan man passa på att fråga någon som har en GPS. Jag gör det senare.

– Vi har sprungit 28 kilometer, säger killen jag frågar.

– Då borde vi snart vara vid kontrollen i Härskogen. Hop-pas att de serverar något ätbart där, för jag är hungrig som en tandlös bäver, säger jag.

De flesta löparna har ryggsäckar och bär med sig egen förtäring i form av energikakor eller någon sorts förtjockat sockervatten som kryddats med ett antal E-nummer. Gel kallas det visst. Jag har bara en midjeväska med plånbok, telefon och nycklar. Därför gläder jag mig kanske mera än någon annan åt bananerna, potatishipsen och colan som serveras.

Efter Härskogen springer jag ensam i några kilometer och passar på att tänka mig tillbaka till min ungdomstid. Jag skrattar nästan högt åt minnet av Skogsmaran 1972, då min träningskompis Pelle Wångdahl sprang loppet. Rubriken i Göteborgstidningen dagen efter glömmar jag aldrig: NORDKVIST VANN SKOGSMARAN, stod det överst med normal rubriktext.



VILDMARKSLEDEN

Sträckan där Skogsmaran går är en del av Vildmarksleden, mellan Skatås friluftsområde utanför Göteborg och Hindås nära Borås. Den första milen från Skatås sammanfaller med Bohusleden, sedan fortsätter Vildmarksleden via Hornasjön, Stora Härskögen och Härskögen till Hindås, där den ansluter till Knalleleden/Sjuhäradsleden. Den här delen av leden har nyligen rustats upp, ett arbete som pågått under två års tid.

– Vildmarksleden är en vandringsled som i perioder varit ett stort utflyktsmål. Under upprustningen upptäckte vi mer och mer historia, bland annat Skogsmaran som gick här på 1970-talet – en ordentlig utmaning på 38 kilometer, berättar Hans-Owe Sjöö, en av arrangörerna bakom Skogsmaran.

Genom renoveringen blev sträckan något längre, och är nu 42 kilometer. För att fira återinvigningen av ”Nya Vildmarksleden” bestämde man sig för att återuppväcka Skogsmaran i år. Läs mer på vildmarksleden.eu samt skogsmaran.se.

> ÅTERUPPSTÅNDEN.
Skogsmaran firar återinvigningen av Vildmarksleden.



man, som halvannat decennium efter att han skapade rubriker i Göteborgstidningen sprang maraton på 2:28.

TRE TIMMAR OCH nio minuter sprang jag Skogsmaran på förra gången det begav sig. Visserligen sprang vi då åt motsatt håll, men i stort sett på samma stigar. Kanske blir det en liten extrasväng på Härskögens elljusspår i år, i den här upplagan, men ändå – ändå blir jag påmind om hur obarmhärtigt tidens tand gnagat på min kropp när jag på slutet ökar tempot för att kunna komma under fem timmar. Det målet klarar jag med knappt tre minuters marginal och är nöjd med det. Nöjd med två timmars prestationsförsämring på fyra mil! Vad är det att vara nöjd över?

Jo, jag är nöjd därför att jag ännu kan springa så här långt. Nöjd över att ha fått en väldigt trevlig upplevelse i skogen, över att Vildmarksleden hålls öppen och för att Skogsmaran har återuppstått. Men kanske mest nöjd är jag över att terränglöpnings tycks ha hittat tillbaka till rötterna. 