



Fra 50 minus til nesten 50 pluss: Frode (49) fikk tredje plass i Indisk ørken

I februar løp han 300 kilometer i under 50 minus. I april ble det hett.



Av [Liv Seiff](#)

Publisert 31. mai 2018



I februar løp han 300 kilometer i under 50 minus. I april ble det hett.

Noen mennesker gjør ekstreme ting. Frode Lein mer enn de fleste. På under et halvår har han løpt i 6000 meters høyde, kjempet mot ekstremt kulde - og nå i april mot skorpioner, sandstormer og brennende hete - og ekstrem luftfuktighet i en indisk ørken.

– *Hvorfor gjør du det her?*

– Det er eventyret og mestringsfølelsen under ekstreme forhold hvor man ser at man med god forberedelse og fornuft kan takle ytterkantene av det naturen har å by på av ekstreme værtyper.





PALASS: Første natta bodde løperne i et palass. Foto: Frode Lein

Historiens verste sandstormer

I april løp han det 250 kilometer lange og helt ferske Maharaja Ultra Marathon.

– Jeg fikk en tredje plass og brukte totalt 28:42, sier Frode Lein, 49-åringen fra Hakadal som løper med langt yngre løpere fra hele verden. Denne gangen med blant annet løpere fra Rwanda, Libanon, Frankrike og Italia.

Syv døgn, alene, med sekk, gjennom en ugjestmild ørken, med godt over 40 varmegrader og historiens verste sandstormer.





ENSFORMIG: Landskapet var ensformig, og frister ikke til gjentakelse mener Frode Lein. eller kanskje? Foto: Daniele Frediani

79 mennesker omkom i sandstormene

– Etterpå fikk vi vite at 79 mennesker hadde omkommet av sandstormene i området - og godt over førti varmegrader, sier Frode.

Som fant sin egne vei gjennom stormene. De andre var drillet i å sette seg ned, pakke seg inn i redningsteppet og vente. Med ryggen mot vinden.

– Men en sandstorm tar gjerne en time til halvannen time, sier Frode Lein. Beskriver hvordan sanden pisker rundt en, og store kratt kommer rullende, som gjør at man får masse torner i kroppen. I tillegg var det forbud mot satellittelefoner så nær grensa til Pakistan.



FELLESSKAP: Ultraløpere har sitt eget fellesskap på tvers av landegrenser. På kvelden ble det utvekslet gode historier. Frode Lein til høyre.

Navigerte på tillit

– Jeg hadde en annen tilnærming. Jeg hadde klokke med kart og navigasjon. Når jeg så veggene med sand komme tok jeg på en vindtett regnjakke, caps med gardin, buff på utsiden og tettsittende briller. De ble ødelagt, skikkelig sandblåst. Så gikk jeg på himmelretningen fra klokka. Jeg sparte en time hver gang. En av grunnene til tredje plassen, sier han.



EKSOTISK: Ritualet før start var eksotisk. Foto: Daniele Frediani

For alt handler om å tilpasse seg forholdene. Uansett hvor ekstreme de er. Forberede seg riktig. På alt.

– Og så gjelder det å ha tillit til tilpasningene man gjør. At klokka viste riktig vei. Mister man tilliten gjør man feil.

Frister ikke til gjentakelse

– Det ble nesten 100 grader forskjell fra løpet i Yukon en måned tidligere, sier Frode Lein som løp Yukon Arctic Ultra i februar, i et av verdens kaldeste områder.

LES: [Etter fem dager var vi kun fem deltakere igjen: – Det var så kaldt at det ikke lenger var kaldt.](#)

[Man ble bare blå](#)

– Det var gode konkurrenter, flott arrangement, men lite variasjon i terrenget hvor vi løp tre dagene på eller ved vei av ørkensand. India frister foreløpig ikke gjentakelse, sier han, men legger raskt til:

– Men denne holdningen kan fort snu.



HELLIGE KUER: Å kjøre på en hellig ku kunne få konsekvenser. Foto: Frode Lein

Tatt imot av prinser

At de ble tatt imot i mål med musikk, en minister og to prinser hjalp lite.

– India var et trist syn med overbefolkning, forurensing, plastikk og ga meg mange tanker om jorda som våre barn skal arve, sier han.

LES: [Teambygging i høyden](#)

Varmen var overveldende om dagen, og med 34 pluss natta igjennom var det tøft å sove. At det akkurat i april er for varmt for lokale arbeidere å jobbe og at den militære redningsetaten mente løpetet det ikke var gjennomførbart, satte en ekstra spiss på det hele.

Skorpioner

Han forteller om vakkert rolig ørkenlandskap. Antiloper, dromedarer, slanger og øgler, hellige kuer - og småkryp. Maur på størrelse med en finger og skorpioner. Ikke bare bare å "gå i buskene" om natta. En natt kravlet noe over foten:

– Skapningen var stygg som fy... men i ettertid fikk jeg forklart at den var «ufarlig».





FELLESSKAP: Ultraløpere har sitt eget fellesskap på tvers av landegrensler. På kvelden ble det utvekslet gode historier. Frode Lein til høyre.

Måtte ha intravenøst

Etter førsteetappe var han fjerdemann. Høy luftfuktighet og førti varmegrader gjorde sitt. Nummer én, Alberto Tagliabue - som i tillegg er kokk, til glede for de andre deltakerne - besvimte og måtte etter hvert ha intravenøst.

Samme kveld kom den første sandstormen. hele teltleiren holdt på å fly avgårde.

- Det blåste til tider så ille at vi hadde problemer med å se . Ved leiren i Kolayat blåste det så ille at vi ble tvunget til å søke ly og flytte leiren ned i dalen. Andre dager hadde vi det svært behagelig uten et vindpust når vi løp, vi satt ute til langt på natt, lærte kultur og hørte på gode historier.



Ultraløp Løping trim og trening Helse

Kommentarer til denne saken



- Ansvarlig redaktør: Jan Fossen • Tipstelefon: 913 06 696 • E-post: redaksjonen@varingen.no
- Telefon sentralbord: 67 07 35 00 • [Redaktørplakaten](#) • [Personvernpolicy / Informasjonskapsler](#) • [PFU](#)
 - Materialet på dette nettstedet omfattes av åndsverkslovens bestemmelser. Varingen er ikke ansvarlig for eksterne nettsider.