



Foton: JENNY SCHAGERLIND

**FULL FART.** Julia Oscarsson föddes med en CP-skada som påverkar hennes motorik och balans. Utan hjälpmedel kan hon bara gå kortare sträckor men med racerunnern kan hon springa – och fort går det!

## RACE-RUNNING FUNGERAR SÅHÄR

» **RACERUNNERN** är en springcykel med sadel, styre, bröstplatta, två hjul där bak och ett där fram. Man kan springa antingen på friidrottsbanor eller släta vägar med den.

» **TRÄNING** med racerunner är ett bra sätt för rörelsehindrade att förbättra sin kondition och styrka.

» **RACERUNNINGEN** startade i Danmark för ungefär 30 år sedan, och började spridas i Sverige för fem år sedan.

» **DE AKTIVA** delas in i fyra olika klasser, beronde på graden av rörelsehinder.

» **I HÖSTAS** blev race-running godkänd av Paralympiska Kommittén som paralympisk idrott.

# ”Jag har alltid gillat fart”

**HERRLJUNGA: Som liten sprang hon i full fart med gästolen. När CP-skadade Julia Oscarsson fick prova en racerunner för första gången var det som om hon hittat hem. Idag är 14-åringen från Herrljunga med i Team Sweden och ska snart kvala till Paralympics.**

Julia har precis gått ur sjuan på Altorpskolan och har nu sommarlov. Ett fint regn faller ute när jag knackar på dörren till familjens villa i Herrljunga. Både Julia och hennes mamma Josefin Kristensen hälsar mig välkommen och visar in i köket. Jag och Julia slår oss ner mitt emot varandra vid köksbordet medan Josefin håller upp kaffe.

### ”Kul och spännande”

Det var på regionshabiliteringen i Göteborg som Julia Oscarsson första gången fick prova en racerunner.

– Det var kul och spännande, och jag kände att jag ville lära mig mer. Jag har alltid gillat fart och fläkt, säger Julia med ett leende.

Det sistnämnda kan mamma Josefin intyga:

– När hon var liten var det först gästol som kördes i världens fart. Sedan var det rullator som också kördes i världens fart ...

### Fick syrebrist

CP-skadan, som påverkar

både Julias tal, balans och motorik, uppstod då hon föddes. Det var en långdragen förlossning och Julia fick syrebrist.

Läkarna gav inte Julias föräldrar något större hopp om att hon någonsin skulle kunna gå för egen maskin. Längre ställde de in sig på att deras dotter skulle bli rullstolsburen. Men när Julia var i sjuårsåldern tog hon en dag sina första steg.

– Det var ju ganska häftigt, minns Josefin. Det hade vi inte trott. Och vi vågade inte tro på det riktigt då heller utan tänkte att det kanske bara var tillfälligt.

Men farhågorna kom på skam när Julia med ihärdig träning fortsatte att göra framsteg. Idag kan hon gå kortare sträckor helt utan hjälpmedel.

### Blivit starkare

Forskning om hur racerunning påverkar rörelsehindrades fysik pågår, men Julia och hennes mamma kan utan forskningsresultat försäkra att träningen gör skillnad. Julias styrka och uthållighet har blivit märkbart bättre de senaste tre åren.

– Du har ju fått bättre balans också, påpekar Josefin.

– Ja, och jag orkar springa längre. Nu när jag har racerunnern kan jag vara med på Skoljoggen. Det kunde jag inte förut, säger Julia som ibland tar racerunnern till skolan istället för taxi.

Hon har också haft med den till en idrottslektion och fått demonstera sporten



**HEMMA I KÖKET.** Julia (till höger) ihop med mamma Josefin och lillasyster Linnéa. Josefin är glad att hennes dotter upptäckt racerunning: ”De är ett gott gäng som träffas varje vecka, och det känns som en sport som kommer mer och mer.”

för sina klasskamrater.

### Peppad av pappa

Efter det där första mötet med racerunning på rehabiliteringen kom Julia i kontakt med handikappidrottsförbundet 3V HIF i Göteborg. Klubben har ett 30-tal aktiva som tränar racerunning varje söndag. Julias pappa, Tomas Oscarsson, som själv har varit aktiv friidrottare är numera en av tränarna. Han ser till att Julia inte

ligger på latsidan...

– Ibland blir jag trött. Men då peppar pappa mig så mycket så att jag tänker: ”Okej, jag kör väl lite till!”

Då ska man veta att Julia är en av klubbens mest drivna och målinriktade aktiva. Varje söndag kör hon dubbla entimmarpass, trots att det är frivilligt, och njuter verkligen av farten där ute på banan.

Numera tävlar hon i fyra distanser; 60, 100, 200 och 400

meter. Julia tycker själv att 100 meter är hennes bästa distans.

– Första gången hon sprang 400 meter trodde hon att hon skulle dö, minns Josefin. Hon hade aldrig fått upp pulsen så mycket tidigare.

### Åker till Barcelona

Förra sommaren tog Julia guld på alla fyra distanserna i RaceRunners Junior Cup i Danmark med deltagare från hela världen. Efter det blev

hon uttagen att representera Sverige och kommer i augusti att åka till Barcelona för att delta i en kvaltävling inför Paralympics. Bra tider där kan i framtiden innebära en OS-plats.

– Jag vet inte alls hur det kommer att gå. Jag är mest nervös och pirrig, säger Julia om sina chanser.

JENNY SCHAGERLIND

0322-641904  
jenny@alingt看