

Ildsjet i eldorado for klatring



Tannlege Cathrine Mortensen er en ildsjel for klatresporten i Lofoten, et eldorado for klatring. Hun er både instruktør for barneklating og en aktiv klatrer selv.

– Jeg liker klatring veldig godt, fordi det er utfordrende både mentalt og fysisk. Fysisk fordi det er en fordel å være sterk, smidig og spenstig. Mentalt fordi man må være konsentrert, sier hun, og snakker om risikoen for å falle, men uansett klatres det alltid med tau som sikring.

– Klatring er gøy. På jobben som tannlege er det mange problemstillinger som man må ta stilling til hver dag. Med en hobby som klatring, får jeg utfordringer, og kobler fullstendig av, sier hun.

Klatring er en fin sport for å forebygge belastningsskader.

– Tannlegeskroppen sitter fem dager i uka på jobb. Når jeg klatrer føler jeg at jeg får både manuellterapi og fysioterapi samtidig, som en naturlig følge av treningen. Klatring er veldig fint for å forebygge stivhet i nakken og skul-

drene. Og så er det veldig sosialt. Hver torsdag har vi jenteklatring. Å være på jenteklatring er balsam for sjela, sier hun.

Klatring gjør med andre ord godt både for kropp og sjel.

SPEKTAKULÆRT • Selv om Cathrine Mortensen klatrer lite utendørs, har hun hatt noen spektakulære opplevelser som klatrer i fjellene i Lofoten. En gang klatret hun i sju timer på Presten ved Henningsvær. Et fjell med fantastisk utsikt.

Her er den store klatrevæggen i Kong Øysteins Hall. Legge merke til klatrerne oppe på veggen. Foto: Espen Mortensen.



– Når jeg henger i fjellveggen der, kan jeg se rett ned i havet. Det var en tur sammen med en erfaren utendørs-klattrer. Jeg klatret etter ham, og vi hadde ti standplasser underveis på den turen. Vi brukte et 60 meters tau og klatret mellom 30 og 50 meter fra standplass til standplass.

– Etter en slik tur, kan jeg forstå klattere som sier innendørs klatring er plastikk-klatring. Turen på Presten var på en varm sommerdag, til og med berget i fjellet var varmt. Og da kunne jeg klatre i bare T-skjorte – i Lofoten. Fantastisk. Den fineste klatreopplevelsen jeg har hatt. En drømmetur.

MOR OG BARNA • Cathrine Mortensen er mor til Mathilde (9) og Mathias (5). Og hun er instruktør for barnegruppene i Lofoten Tindeklubb på stedet Vågan hvor hun bor. Der har klubben en stor klatrevegg i Kong Øysteins Hall, et topp treningsanlegg. Begge ungene er med og klatrer i veggen innendørs.

– Jeg er mest engasjert i barneklarringa, der vi har tre grupper med plass til 12 unger i hver gruppe.

Lofoten Tindeklubb har om lag 100 medlemmer. En populær klubb.

Noe av det mest spesielle med klatresporten innendørs, sammenlignet med annen sport, er at alle ungene klatrer sammen med mor eller far. En av foreldrene står på gulvet og sikrer med tauet, når barna klatrer i veggen. Cathrine Mortensen instruerer.

– Hvordan er miljøet i klubben?

– Veldig, veldig bra. Med barneklarringa kommer jeg nært inn på foreldrene, jeg blir godt kjent med mange. Foreldrene er trofaste og ivrige klatreentusiaster. Når vi sier det blir ferie, synes foreldrene og barna at det er veldig synd, fordi klarringa er noe de gleder seg til å være med på gang etter gang.

Cathrine Mortensen ser hvor lett ungene takler klatreveggen.

– For unger er klatring naturlig. Jeg har til gode å se den som ikke får dette til. Jentene bruker nærmest automatisk sin smidighet til å komme opp til top-

pen av klatreveggen. Mens guttene er sterkere, og heiser seg mer opp med armene og overkroppen. Jentene er flinkere teknisk. I klatring er det om å gjøre å kombinere god teknikk med styrke og spenst.

BYGDE VEGG • For noen år siden manglet Lofoten innendørs klatrevegg. Cathrine Mortensen og noen andre ildsjeler satte i gang et stort prosjekt og fikk bygd klatreveggen som kostet 1,2 millioner kroner.

Det ble svært mye papirarbeid med prosjektet. Byråkrati. Godkjenning fra kommunen. Søknader om tippemidler. Og innsamling av penger fra næringslivet.

Dugnadsånden er svært god i Lofoten. Mange gjorde mye for å få på plass klatreveggen. Ikke bare med papirarbeid, men også med å male veggen, feste på plass bolter, skru klattetak og mye annet.

Klatrerne kan velge forskjellig vanskelighetsgrad, og veggen har overheng, nærmest som et tak på toppen, slik at det skal bli ekstra utfordrende å klatre der.

I Lofoten kan det være mye dårlig vær, spesielt om høsten. Mørketida gjør det ikke lettere. Derfor er det nyttig med en klatrevegg hvor man kan drive klatresport hele året innendørs.

KLINIKKEN • Cathrine Mortensen driver klinikken Tanntorget i Svolvær sentrum, sammen med sin mann og tannlege Espen Mortensen og tannlege Gunnhild Johansen.

Tanntorget holder til i andre etasje i et stort bygg som de selv eier. Første etasje leies ut til Sparebank1. I tredje etasje er det både leger og fysioterapeuter.

Tanntorget har tatt med alle ansatte på teambuilding i Kong Øysteins Hall. Alle klatret i klatreveggen. Moro.

Cathrine er fra Harstad, Espen fra Bodø.

– Etter at jeg og Espen ble ferdig utdannet tannleger i Bergen, flyttet vi til Lofoten, fordi det er fantastiske



Cathrine Mortensen ved klatreveggen.
Foto: Espen Mortensen.

muligheter til både klatring og skigåing her, sier Cathrine.

– Jeg føler meg heldig som har funnet en hobby som jeg trives så godt med. Klatring anbefales! sier tannlege og klatreentusiast Cathrine Mortensen.

Harald Vingelsgaard