

# Det morsomste er å delta

Tannlege Marianne Kveberg Guldahl har fullført 12 maraton på fem år. Men det er på fjellet hun opplever de helt store øyeblikkene.

**N**år Norwegian Geriatric Snowboard Club drar på tur, hender det guiden blir en smule skeptisk etter å ha sett fødselsdatoene til deltakerne, smiler Guldahl.

Hun var ferdig utdannet tannlege i 1984 fra Universitetet i Oslo, og har siden drevet tannklinikk på Jevnaker. Sammen med mannen, Harald, har hun stått snowboard i 15 år. Foruten turene med snowboardklubben, reiser de med jevne mellomrom til fjellrike områder som Lyngen og Sunnmøre for å stå på snøbrett. Eller splitboard. For fire år siden oppdaget de gleden ved denne hybridvarianten.

– Splitboard er et snowboard som kan deles i to. På vei opp mot toppen bruker vi de to delen som ski med felles, før vi monterer brettet sammen og står snowboard nedover igjen. Naturopplevelsene vi får ut av dette er helt rå, sier Guldahl.

Ekteparet er også aktive på langrennsski, og har flere ganger deltatt i Marcialonga, et 70 km langt skimaraton som arrangeres i de italienske alper.

**– DELTAR FOR Å KOSE OSS •** I 2013 løp Marianne Kveberg Guldahl Paris maraton på 3.47. Da hadde hun og mannen trent sammen i tre år.

– Vår debut var halvmaraton i Tromsø, før vi tok en hel i Berlin senere samme år. Siden har vi deltatt på mange halv- og helmaraton rundt om i verden. Vi har løpt både i New York og Venezia, men Berlin er favo-



ritten. Og ingen slår publikum langs løypa i Tromsø i midnattssol. Helt fantastisk, sier Guldahl.

De tar det ikke så tungt skulle de ha en dårlig dag i løypa, det er det sosiale som teller.

– Vi deltar for å kose oss. Det som er kult, er at vi reiser avgårde og gjør noe sammen. Vi slapper av etter løpet og tar et glass vin. Vi deltar ikke for å vinne, men for å ha det gøy, sier Guldahl.

Noen maratonløp har i seg selv høy sosial faktor; i Bordeaux og Medoc kan deltakerne vie seg til vinsmaking mens de sliter seg gjennom de 42,2 kilometerne. På Jamaica driver reggae-musikken deg fremover.

– Jamaica maraton vil jeg virkelig anbefale. Det er varmt, så løpet begynner allerede klokka fem om morgenen.

Det er reggae-musikk overalt og en utrolig stemning i løypa. Etter målgang, er det rett ut i sjøen for et velfortjent bad i krystallklart vann, sier Guldahl.

**MANNEN ER ANSATT •** For noen måneder siden ansatte hun sin egen mann som klinikkassistent. Som tidligere konsernsjef i et internasjonalt firma, var han lei av ukentlige turer til Europa og å måtte svare på mail til alle døgnets tider. Nå steriliserer han instrumenter, og tar røntgenbilder – og telefonen når den ringer.

– Han synes han har en deilig hverdag, og jeg har fått en som fikser regnskap og dataoppdateringer. Han må kurses litt, og vi holder nå på med Tannlegeforeningens TANK-kurs om hygiene og personvern. I tillegg har



han fått grundig opplæring av mor, sier Guldahl.

Mor har jobbet som sekretær ved klinikken de siste 28 årene, men ønsket å trappe ned litt nå som hun har fylt 82.

– Nå jobber hun bare et par formiddager i uka.

**GJØR SOM DE VIL** • De bestemmer arbeidstiden selv, en god ordning for den som liker utfordringer på fritiden. Guldahl anser seg som privilegert som får jobbe med mennesker. Hun har drevet klinikk på samme sted i 31 år, og har mange faste pasienter som hun setter stor pris på. Men når de låser kontordøren, er de ferdige for dagen.

– Vi jobber lange dager i uka, og tar ovale weekender for å gå i fjellet, løpe maraton eller finne på noe annet gøy. Ingen av barna bor hjemme lenger, så nå gjør vi akkurat som vi vil. En aktiv fritid er en livsstil som gjør deg fornøyd og glad. Det handler om trivsel og ikke prestasjoner, sier Guldahl.

I år skal de løpe maraton i Tromsø og Berlin for tredje gang, og de skal til Ankor Wat i Kambodsja og løpe halvmaraton mellom ruinene.

– Mestringsfølelsen etter å ha løpt et maraton er god, men det jeg liker aller best er å gå fjellturer. Det er det som gir den store naturopplevelsen, sier Guldahl.

*Tekst: Tone Elise Eng Galåen,  
foto: privat*