



Knut G. Sæbø, initiativrik ungdom som likar utfordringar!

(Fleire bilete): 23 år gamle Knut Gilberto Sæbø frå Korsneset som no er busett i Bergen har alltid lika utfordringar. Treningsglede har han også alltid hatt. Førre helg hadde han ein skikkeleg rå dag. Saman med 27 andre nordmenn deltok han del i Tough Mudder i London, eit krevjande 2 mils løp med alle mogelege slags innlagde hinder.



28 norske sprekingar deltok i Tough Mudder i London laurdag.

Knut Gilberto reiste saman med treningsvenner ved Crossfit Vest. Han fortel etter løpet at dei sprang ei løype på 2 norske mil der det var 25 hinder som var fysisk krevjande. Det vert sagt at i Tough Mudder vert både mental styrke, kameratskap og all-round fysisk form utfordra. Det er ein kombinasjon av individuell idrett og lagidrett. Døme på hinder er Hero Walls. Det er ein 4 meter høg vegg som dei skal klatra over. På hindera hjelper dei kvarandre, og dei hjelper uansett om dei er på lag eller ikkje. Det var også gjørmehinder der gjøрма rakk dei til livet. På eitt hinder kraup dei på magen under piggrådnett. Litt knall og fall vart det, men ingen frå hans lag fekk skadar.

Dei 28 frå Noreg som deltok var frå 18 år og opp til litt over 40 år. Knut Gilberto debuterte i Tough Mudder, men nokre av dei andre deltok for 2., 3. eller faktisk 4. gang. Det var også nokre som hadde deltatt på Tough Mudder andre stader i verda, og det er unikt frå plass til plass.



[På veg opp av isbadet.](#)

Konkurransen er spesiell sidan alle heiar på alle, og dei oppmuntrar og hjelper kvarandre. Det skaper ei veldig fin felleskjensle, eller Crossfit-ånd, som Knut Gilberto uttrykte det i telefonen frå London. Han sa elles at det var så gøy at han tenkte ikkje på at løypa var 2 mil.

Dei raskaste på laget hans brukte om lag 2 timar på løypa, medan dei som brukte lengst tid brukte ca 3 og ein halv time. Mest alle på laget stilte i like og stilige leoparduniformer, og dette gjorde at dei fekk ekstra merksemd. Dei vart intervjuja på Tough Mudder live TV, og dei fekk tilgang til jaccussi. Det siste hadde dei ikkje tid til å nytta seg av då dei hadde bestilt buss heim til hotellet.

Ved å klikka inn og [sjå denne teaseren](#) får de eit inntrykk av kva han har deltatt på i dag.

Dette var ei fysisk utfordring som passa Knut Gilberto Sæbø svært godt. Det var ein svært så fornøgd ungdom vi var i kontakt med etter løpet. No er nok ungguten klar for nye utfordringar. Kva det no måtte bli?



To bilete frå springinga gjennom elektrosjokkenderet.





Fornøgd lag etter gjennomføringa.

Tekst og nett: Thor Inge Døssland
Foto: Privat/Tough Mudder