



Amund Berge-Soldal syner stolt fram friidrettsknappen i gull.

På årsmøte i Uskedal Idrettslag vart Amund Berge-Soldal tildelt friidrettsknappen i gull. Amund er 13 år i år og representerer Uskedal Idrettslag på idrettsstemne, løp og turneringar. Denne tildelinga vert gjort på bakgrunn i utrekningar frå Tyrvingtabellen der ein må oppnå 1000 poeng i ei bestemt øving.

Amund Berge-Soldal får gullknappen etter gode resultat på 1500 meter. På Tyrvingleikane 2019 sprang han på tida 4,49,42 noko som gav han 1032 poeng utrekna frå Tyrvingtabellen. På Stordleikane sprang han på 4,48,31 noko som resulterte i 1039 poeng.

Kravet for å bli tildelt friidrettsknappen endrar seg med alderen, ei justering som gjer at Amund i år må springa same løpet på under 4,38 for å oppnå 1000 poeng. Målet hans er systematisk trening for å koma i posisjon til den same tildelinga.



Det er slik vi er vane med å sjå Amund - på toppen av pallen.

Utrekninga ut frå Tyrvingtabellen gjeld for alle greier i friidrett. Det er foreldra, Gina og Stig Berge-Soldal, som er trenarar, hjelper og legg til rette for at Amund gjer det godt med topp resultat.

Tekst/nett: Kristian Bringedal
Foto: Gina Berge-Soldal