

Velkomen til Storehesten Opp 2011



Jennny Følling

Ordførar i Gaular:

Det er ei stor glede for meg å ynskje alle velkomne til motbakkeløpet Storehesten Opp 25. juni 2011 i Gaular. Det er ein flott dagstur i storslått natur opp på den mektige Storehesten i Bygstad. På toppen kan vi heie i mål topprente motbakkeløparar som spring opp på hesten på ein times tid.

I år er stiller heile 10 av ordførarane i Sunnfjord, Sogn og Nordfjord på Storehesten Opp. Dette vil bli ei stor-monstring der ordførarane i fylket slår eit slag for fysisk aktivitet og folkehelsearbeid. Vi har til og med fått lovnader om at Kommunal og regionalminister Liv Signe Navarsete stiller på Storehesten Opp.

Samhandlingsreforma set fokus på førebygging. Fysisk aktivitet er viktig for eit godt liv, og vi kan bruke den flotte naturen vi har rundt oss på alle kanter aktivt. Gaular kommune vil støtte tiltak som vil utvikle Storehesten som turmål. Der er mellom anna tilrettelegging av turstien og hytte viktige verkemiddel.

For meg personleg betyr det mykje å gå på fjellet. Det gjev meg flotte naturopplevingar, og det gjev meg krefter og energi til å stå på for det eg trur på. Eg ynskjer at alle skal få oppleve denne glede. No håpar eg på rekordtaking og nydeleg vær.

Hjarteleg velkomne på Storehesten!



Turid Reinholdtsen

Heimstad: Bur i Hordaland, har vakse opp i Bygstad.
Aktuell: Har delteke i Storehesten Opp kvart år sidan starten. Hjelper til med manuell tidtaking.

Kva betyr Storehesten for deg?

Først og fremst eit veldig flott fjell, eit landemerke i Bygstad. Når eg vaks opp var det stort og seie at ein hadde vore på Storehesten, og det er det eigentleg framleis. Målet no er å kome seg på toppen minst ein gong i året.

Når var du til topps for fyrste gong?

Det må ha vore i midten av tenåra. Vi var ein gjeng frå Haugsbø i Bygstad som gikk via Yndestadstolen, Oksekleivheia, Skarebakken og opp Eggja – slik vi gjorde på den tida. I seinare tid har eg gått løypa slik den ligg i dag, bortover langs nordsida og deretter vestsida til toppen.

Er det viktig å gå fort opp, eller er turen det viktigaste?

For nokre år tilbake var eg opptatt av høgt tempo, men no er turen det viktigaste.

Vert du dratt med, eller er du den som får med deg andre?

Eg drar ofte andre med. I Bergen reklamerer eg så ofte eg kan for Storehesten som turmål, og for arrangementet Storehesten Opp.

Trur du nokon tek Jackpoten i år?

Eg prøvgejekk stien til Kårstadstølen denne veka, og jammen er den utbetra med steinheller og trapper i starten. Eg har tru på at den nye motbakkekometen frå Bergen, Thorbjørn Ludviksen, kan vere med å kjempe om ny rekord!



Arne Njøs

Heimstad: Bygstad
Aktuell: Har vore med i Røde Kors-teamet på Storehesten Opp. I år kolliderer det dessverre med bryllaup.

Kva betyr Storehesten for deg?

Storehesten er grømfjellet med ein sterk identitet i Bygstad. Burde kanskje tatovert det på armen...

Når var du fyrste gong til topps?

Det var nok ikkje før i 1998.

Er det viktig med høgt tempo, eller er turen det viktigaste?

Det er umogeleg for meg å halde høgt tempo...

Dreg du med andre, eller vert du dratt med?

Blir nok oftast dratt med. Var på toppen med ski på beina i fjor, det hadde eg aldri trudd skulle skje.

Trur du Jackpoten ryk i år?

Eg trur Jackpotten held, men det vert ny rekord. I her-reklassen trur eg på 1.01, og i dameklassa 1.14. Til neste år tek ei dame Jackpotten!

Harald Gil Sætre frå Firda Media, Helge Kårstad, Bodil Ryste, Ole Johnny Kapstad frå arrangementskomiteen. (Arne Øvrebo, Bjørn Seljesæter, Merete Espeland Gåsvær, Knut Erik Kapstad, Ole Jakob Sande og Ole Nes er òg med i komiteén.)

Vi ønskjer deg og dine velkomne til Storehesten opp 2011!

Nytt høvet til å bestige ein av dei mest spesielle fjelltoppane i fylket, ja kanskje i heile landet!
Ser deg på laurdag!

FIRDA



Om Storehesten

Storehesten (også kalla Kvamshesten i nyare tid) er namnet på det mest markante og majestetiske fjellet i Sunnfjord og ligg mellom Førdefjorden og Dalsfjorden. Saman med Lisjehesten lenger aust og Blegja i vest dannar dette fjellmassivet ein 360 millio-nar år gammal devonavsetning eller konglomerat-og sandstein.

Frå toppen av Storehesten (1209 moh) kan ein sjå vest i havet, nord til Ålfotbreen, austover til Jostedalsbreen og sørover til fjella kring Bergen. For Bygstad eller bygda som ligg under Storehesten i sør har fjellet alltid prega det daglege livet, ja alt frå vardebrenning i vikingtid til beite, jakt og turgåing og fjellklatring i nyare tid.

Nemnast må òg at ein hestehandlar frå Bygstad ein gong selde Storehesten til ein kar i frå Valdres på marknaden i Lærdal. Karen frå Valdres som var av den snakkssalige sorten, vart stum når han fekk sjå kva han hadde kjøpt.

Om løpet - Storehesten opp

Storehesten Opp er eit motbakkeløp som vart arrangert for første gong i 2006. Gaular Idrettslag står som arrangør av løpet i nært samarbeid med grunneigarar i området. Ei mengd frivillege, kommunen, lag og organisasjonar legg til rette for arrangementet.

Løpet og fjellturen er lagt opp både for konkurran-sedeltakarar og mosjonistar. Norges Friidretts-forbund har utarbeidd tekniske retningslinjer for motbakkeløp i Norge. Konkurransetraséen i Storehesten Opp ligg innafor desse retningslinjene.

Visjonen kring Storehesten Opp er å marknadsføre og gjere betre tilgjengeleg den fantastiske og heilt spesielle naturen i denne delen av Sunnfjord, like ved dørstokken til Førde by.



Korpskonsert under Storehesten Opp

Bygstad skule- og hormmusikk med dirigent Jason Burn vil laurdag ettermiddag halde ein utandørs konsert på Sveen. Medan vi ventar på premieutdelinga til Storehesten Opp vil dei underhalde slitne løparar og mosjonistar og bygdefolket elles med lett og feiande musikk. Korpsset feira 50-årsjubileum i fjor, og planla konsert på toppen av Storehesten. Musikantane var på plass, men instrumenta mangla pga. manglande flyvær. I år satsar dei på konsert på Sveen.

Overnatting/ andre aktivitetar i området

Storehesten ligg i Bygstad – ei perle inst inne i den unike Dalsfjorden, to mil frå Førde i Sunnfjord. Bygstad ligg i Gaular kommune som har mykje spennande å by på i sommarmånadene. Vikingfjorden som er eit selskap for utvikling av kultur- og naturbasert næring i indre Dalsfjorden har laga til eit kart over mulege overnattings-stader i Bygstad.

I tillegg finn de meir tradisjonell overnatting på Sande og i Førde.

Overnatting:	
Bjørvikneset gard	Tlf. 48 14 61 99
Døskeland bruk	Tlf. 57 71 61 00
Hov hyttegrend	Tlf. 57 71 79 37
Kvamme	Tlf. 48 10 46 97 / 46 41 31 37
Leirvik gard	Tlf. 57 71 72 33 / 91 37 59 79
Nistad gard	Tlf. 57 73 55 26 / 91 72 40 59
Nysna gard	Tlf. 41 53 06 61 / 95 25 39 26
Osen gard	Tlf. 57 71 73 64 / 99 16 25 52
Rytna gard	Tlf. 97 14 00 60
Sande Kro og Hotell AS	Tlf. 57 71 80 51
Skilbrei Ungdomssenter	Tlf. 57 71 87 62
Åmot gard	Tlf. 97 16 07 04 / 97 61 01 02
Førde Vandrerhjem	Tlf. 57 82 99 60
Småbåthavn	Tlf. 57 71 79 04