

# Stipendiaten som siktar på landslagsplats

## *Ludvig Berg - 2019 års stipendiat*

Han har två guld i USM, två silver också i USM. Dessutom vann han i somras JSM på rullskidor och han delade segern i svenska rullstolscupen.

Ludvig Berg är en framtidsman av stora mått i skidpåret och nu tilldelas han ungdomsstipendiet ur Idrottsfonden av Karlskoga Idrottshistoriska Sällskap.

Ludvig Berg har åkt skidor större delen av sitt 16-åriga liv. Så fort han kunde stå på ett par lagg gjorde han det. Han har det i blodet. Såväl mamma Ulrika som pappa Niklas tävlade i skidspåren, på Värmlands-nivå.

-Jag har tävlat sedan jag var sex-sju år men det var nog först när jag var 13 som jag började träna på allvar. Sedan dess har jag ökat på träningen år efter år.

Nu går Ludvig första året på Skidgymnasiet i Torsby. Där ska han bli kvar fram tills det att han tar studenten 2023.

En vanlig dag kan se ut så här; uppgång 06.00, frukost, tvåtimmarspass i skidtunneln som startar 08.00, därefter skola och mat innan det är dags för ett eftermiddagspass på två timmar. En vilodag unnar han sig i veckan.

-Den måste man ha för att kunna återhämta sig.

### ***Två guld i USM***

I vintras vann Ludvig sitt andra guld i USM, ett lagguld tillsammans med kompisarna Simon Nilsson och Albin Källiden i Granbergsdals IF. Det första vann han säsongen innan på klassisk sprint. I vintras vann han också två silver i USM och i somras vann han JSM-guld i rullskidor och tog en delad seger i rullskidcupen.

Båda hans guldkompisar från i vintras går också på skidgymnasium, Simon i Sollefteå och Albin i Falun.

Vinterns stora mål tävlingsmässigt är junior-SM i Åsarna men han har också förhoppningar om annat.

### ***Vill till Lausanne***

-Det är uttagningar till juniorlandslaget och ungdoms-OS. Det är två viktiga tävlingar. OS går i Lausanne, landskampen i Falun.

När ni läser det här har uttagningarna redan skett och han har genomfört ett antal träningsläger ibland annat Trysil och Östersund, med skolan och med Granbergsdal.

Efterhand tänker han också öka träningsdosen undan för undan för att ta sig vidare i skidkarriären.

-Skidtunneln i Torsby är viktig i sammanhanget. Dessutom är sparringen väldigt bra i Torsby. Vi är 15 i min ålder i Torsby och det fungerar mycket bra. Jag har min egen lägenhet och får klara mig själv. Min tränare i Torsby, Mikael Jonsson, vallade skidor åt landslaget i 20 år.

Vallningen under tävlingssäsongen är det dock pappa Niklas som sköter, som han alltid har gjort. Han har numera till och med en egen firma i vallabranschen.

När det gäller träning handlar det inte bara om att åka fort och länge.

-Jag försöker träna så bra som möjligt, kanske inte i antalet mil men i innehåll. Långsiktigt behöver jag utveckla allt. Förhoppningsvis kanske det ger en plats i något av landslagen, utvecklings eller det stora. Jag sätter inte upp någon tidsplan utan det får komma som det kommer.

### ***Pannbenet en styrka***

Ludvig säger sig själv ha en ganska bra motor, hjärta och lungor är starka. Men hans kanske största tillgång i skidpåret är pannbenet. Han ger sig aldrig och han har sedan barnsben velat vara först.

-Sedan har jag väl rätt bra teknik också, jag försöker åka så energisnålt som möjligt.

Två norrmän är Ludvigs stors förebilder, Petter Northug och Johannes Hösflot Kläbo. Dessutom ser han mycket upp till svenska Johan Olsson.

-Hans femmil i Val Di Fiemme glömmer jag inte och inte heller Northugs fyra VM-guld i Falun. Kläbos acceleration och speed i sprint har utvecklat skidsporten mycket. En teknik jag försöker använda själv också, slutar Ludvig.

*Inguar Carlsson*