



Livet er mer...

Tips oss om utenomfaglige aktiviteter på telefaks 23 10 90 40 eller e-post: tidsskriftet@legeföreningen.no

Stuperen fra Stavanger så gjerne at Sentralbadet i Bergen var utstyrt med et enda høyere stupetårn. For lykken i livet er et luftig svev, og en tårnspecialist som Thorsen blir aldri helt fornøyd før han får til en vellykket to-og-en-halv-baklengs-salto fra ti meter.

– Et godt stup gir et enormt kick, og er like flott å se på som ballett, fremholder den 25 år gamle medisinstudenten ved Universitetet i Bergen. Utenom studiene er han trener for 12 unge stupere i Bergen Stupeklubb. I vår ble han også valgt til nestleder i stuputvalget i Norges Svømmeforbund, med et særlig ansvar for rekruttering. I tillegg er han medisinsk ansvarlig for landslagsstuperne.

Inn i tiden

– Hva er det ved stupesporten som trekker?

– Stuping er fri utfoldelse i luften. At det er en lekbetont aktivitet, er noe som appellerer til ungdommers behov for frihet. I stupesporten er man ikke opptatt av regler for hva utøveren ikke har lov til, men hva utøveren



Paul Joachim Thorsen (t.h.) og Vinh Hoang Trinh i Bergen Stupeklubb demonstrerer synkronstup. Foto Ø. Deisz, Bergens Tidende

Stup i det!

Nådeløse magesug og vakkende knær. Bare stegene opp på femmeteren er en prøvelse for noen hver. Paul Joachim Thorsen, derimot, har en helt annen følelse for høyder over vann.



– Stuping appellerer til barn og unge som søker spenning og lek, sier stupeinstruktør Paul Joachim Thorsen. Foto T. Sundar.

skal gjøre. Samtidig har stuping et spenningsøkende element i seg. Det er også in i tiden å presse egne grenser, sier Paul Joachim Thorsen.

Han legger til at stuping oppøver både konsentrasjon og koordinasjon: – Når du tar sats og forlater brettet, setter deg selv i ubalanse i et kort sekund. Men mister du kontrollen, er det lett å få seg en smell.

– Og det er?

– Et hardt mageplask er til å våkne av, men får du svai eller overslag, kan du skade ryggen idet du treffer vannet. Det verste er å treffe brettet med hodet. Det gjelder å være konsentrert, og bruke fysiske lover. Det er noe som kommer med erfaring.

– Er det en sport for de slanke og smale?

– Nei, stupere er langt fra noen sylfider. Det viktigste er at man har styrke, sier Thorsen.

Sosial sport

Selv om stupesporten lider under laber medieoppmerksomhet, og følgelig manglende sponsorinteresse, har det vært en klar oppsving i Bergen de siste årene. For to år siden var det 15 betalende medlemmer i Bergen Stupeklubb, nå er det flere enn 250. Klubben har draget på både gutter og jenter, de fleste tidlig i tenårene.

– Hva er forklaringen på denne veldige medlemsveksten?

– Klubben har truffet et behov. Det satses bevisst på å skape et godt vennemiljø, og rekrutteringen av nye medlemmer skjer gjen-

nom kombinasjonen av kurstilbud og sosiale aktiviteter. I vår møtte 30–40 barn opp til stupeskolet. Sist vinter hadde vi snøbrettkurs for medlemmene, noe som viste seg å være veldig populært. Selv om stuping er en sport for individualister, legger vi vekt på klubbfellesskapet når vi er på stevner, sier Paul Joachim Thorsen.

To ganger de siste årene har han arrangert stupekurs for medisinstudentene i Bergen. At det begge ganger har vært 20–30 deltakere, vitner om god respons.

– Noen ønsker å koble av, andre vil prøve noe nytt og grensesprengende. Hva kan vel da være bedre enn å kaste seg ut på dypt vann i Sentralbadet, sier Thorsen, som lover at det blir et nytt kurs denne høsten.

Som junior i hjembyen Stavanger, trente han 30–35 timer ukentlig, hvorav 16 timer var i basseng. Nå er han nede i 5–6 timer bassengtimer, men ideelt skulle han hatt dobbelt så mye tid i det våte element. Problemet i Bergen, sier han, er dårlig bassengkapasitet. Stuperne må derfor belage seg på å tørrtrene mer på sine krumspring, blant annet gjennom øvelser på trampoline.

– Hvordan får du tid til all treningen?

– Jeg må innrømme at det går med mye tid, iblant litt for mye. Det ser jeg ikke minst på karakterene mine. De er høyst sesongavhengige, smiler Paul Joachim Thorsen.

– Tom Sundar, Tidsskriftet tom.sundar@legeföreningen.no