



**GOD HJELP.** Tor Martin Austad er inne i en oppsiktsvekkende høydekarriere. I bestrebelsene på å utvikle seg enda mer, er hans nåværende trener Håkon Särnblom god å lene seg på. Foto: Morten Haave.

# ALDER INGEN HINDRING

**Tor Martin Austad var blant dem som tok sin første mesterskapsmedalje i innendørs-NM. Med det tok 31-åringen et nytt steg i en oppsiktsvekkende utvikling, som virkelig har skutt fart de siste årene.**

## Av Morten Haave

Etter å ha begynt å trene som 26-åring, satte Skjalg-gutten sin nåværende pers på 2,11 i fjor. Og han har planer om å nå enda høyere.

Austad begynte med 1,70 i 2008 og fortsatte via 1,85 i 2009, 2,00 i 2010 og 2,05 i 2012. Han forbedret seg med andre ord med seks centimeter i fjor, en måned etter at han hadde fylt 31.

Det er klart at en journalist som har sett mang en utøver slutte i mye yngre alder enn Austad var da han begynte, lurer på hemmeligheten bak dette.

### Opprinnelig basketballer

– Å være mest mulig effektiv i alt jeg gjør. Så lenge jeg har framgang i resultatene blir det verdt det, parerer Austad friidretts spørsmål.

I Stangehallen ble det bronse med 2,04.

– Jeg er fornøyd etter omstendighetene, forteller han, etter at innhoppingen ikke var fullt så optimal.

En nærmere samtale med sunnmøringen, opprinnelig fra Ulsteinvik, skaper et inntrykk av en målbevisst

utøver, som vet å kombinere idrett med studier og jobb på beste måte.

– Jeg var opprinnelig basketballer, men da jeg studerte ved NTNU, tenkte jeg det ville være gøy å godta en invitasjon til studentmangekamp. Jeg ble kretsleder og gjorde det spesielt bra i høyde. Siden jeg brakk armen den sommeren og ikke kunne spille basket, tenkte jeg å prøve noe nytt, forteller Austad.

### Fikk avtale med Skjalg

Han er nok ikke den første som har debutert i NTNUs tikamp, men Austad skiller seg ut ved at han fortsatte også på nye hjemsteder.

– Jeg flyttet snart til Stavanger, og satte ny pers i joggesko på et lokalt innendørsstevne (1,90 i januar 2010). Jeg fikk kontrakt med Skjalg, og dermed var jeg offisielt friidrettsutøver, erindrer Austad.

Det er ikke fritt for at tankene går til Donald Thomas, selv om denne eks-basketballeren drev på et enda høyere nivå. Kanskje flere basketballere burde prøve friidrett.

– Som basketballer hadde jeg

tidligere erfaring i hvilke treningsmetoder som fungerer for meg. I Stavanger var det mest egentrening i samarbeid med Victor Øvregaard, og senere har jeg vært så heldig å ha blitt trent av de beste høydetrenerne i Norge, forteller han.

### Bredere innsikt

Austad trekker fram Gisle Ellingsen (i fjor) og Håkon Särnblom (nåværende trener).

– Med ulike trenere har jeg fått ulike treningsfilosofier og derfor en bredere innsikt i kunsten å trene spenst og hoppe høyt, understreker høydehopperen, som nå har vært innom Norges fire største byer, etter å ha flyttet til Oslo for 3D- og animasjonsstudier under Norges Kreative Fagskoles paraply.

– I det videre satser jeg på at høydekarrieren vil fortsette å vokse, og Oslo er byen jeg kan tenke meg å etablere meg i. Jobbmulighetene innen 3D og animasjon er utallige; bare fantasien setter grenser, avslutter Austad.