

Ektemannen orket knapt knyte skolissene

2013: 119 KILO

RUND I KJAKENE:
– Jeg var i elendig form og orket svært lite utenom jobben, innrømmer Ørjan, her da han veide 119 kilo.

Min sofagriss er blitt supermann!

– Det er helt fantastisk – jeg har fått en ny mann, sier Irene etter at Ørjan målbevisst slanket seg 30 kilo.

Lettere, raskere, sterkere! – Kan jeg klare dette, så kan alle klare det, slår Ørjan Talhaug (41) motiverende fast.

I 2013 veide den 182 cm høye bergenseren 119 kilo, og formen var elendig.

– Bare det å bøye seg ned for å knyte skolissene var ubehagelig, medgir regnskapsføreren.

Lange arbeidsdager med

store middagsmåltider resulterte i utstrakt sofaliv og økende magemål. For tre år siden var det nok – han og kona Irene (45) meldte seg på Grete Roede-kurs.

– Vi har gått på slike kurs for, og det har hjulpet. Problemet har vært å holde vekten nede. Nå visste vi veldig godt hva vi gikk til, påpeker Ørjan.

Fikk dilla. På samme tid fikk han en telefon fra broren – han ville ha Ørjan med på løpetur.

– Jeg trodde det hadde rablet for fyren. Et utrent beist som meg på nesten 120 kilo på joggetur? Jeg brukte 36 minutter på fire kilometer!

Men en kime var sådd, og for hver joggetur merket han at kondisjonen og tiden ble bedre. Han ble bitt av basillen. På høstparten ble det noen mil-lange mosjonsløp, og han satte seg som mål å løpe Stockholm Maraton. I juni 2014 stormet han over målstreken på Olympiastadion etter

4,2 mil på under fire timer.

– Det var som å vinne OL-gull! stråler Ørjan, klar for enda et høydepunkt et drøyt år senere.

Manndomsprøven. 15. august i fjor gjennomførte han nemlig beinharde Aurlandsfjellet Extreme Triathlon. 1900 meter svømming, 10 mil på sykkelsetet og en halvmaraton ble forsert på godt under 10 timer.

– Det ga meg et vanvittig kick – jeg som knapt kunne svømme da jeg var på mitt tyngste! Men når jeg først går inn for noe, så vil jeg gjøre det ordentlig.

Fra felt til freak. Kona Irene kan underskrive på at ektemannen er en kar som liker å utfordre seg selv. Hele tiden.

– Jeg synes det er helt fantastisk – han er jo blitt en sprudlende treningsfreak. Ja, det blir nesten litt for mye av det gode til tider. Da får han beskjed, sier Irene med et smil.

Hun er i høyeste grad med på laget. Med jevne mellomrom utfordrer de hverandre på løpeturer – til Ørjans store glede.

– Noe av det morsomste jeg gjør er å løpe med Irene. Hun har støttet meg hele veien, ikke minst

med å lage sunn og god mat, med mye grønnsaker og de mest nydelige salater!

TEKST: BENT ARE SIGVALDSEN
FOTO: ERLEND HAUKELAND, PRIVAT

NB! Grete Roede AS er en del av Aller Media-konsernet som Se og Hør også er en del av.

► **TRIM I GARASJEN:** Bilen måtte ut for å få plass til sykler, sykkelrulle, tredemølle og romaskin. I denne garasjen gir Ørjan virkelig full gass!

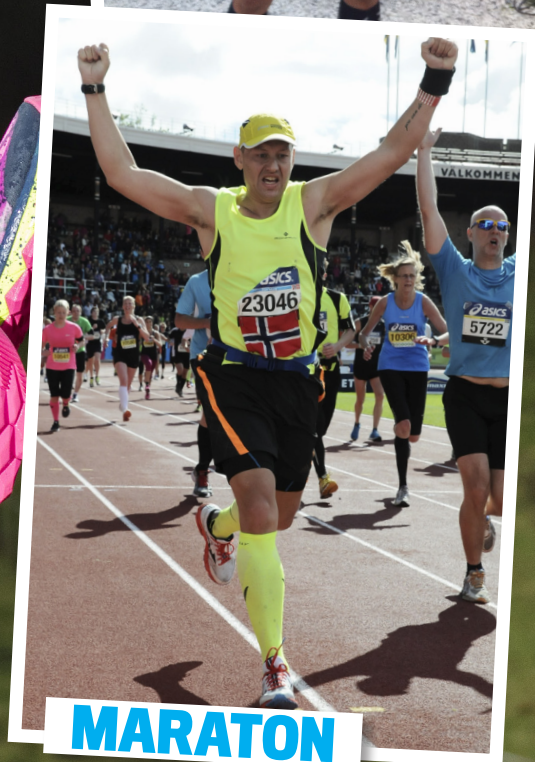
TRIATHLON

► **UVIRKELIG:**
– Å fullføre Aurlandsfjellet Extreme Triathlon på under 10 timer var en ubeskrivelig følelse, sier en superfornøyd Ørjan, her i mål i august i fjor.



NÅ: 89 KILO

LETT OG LYKKELIG: – I dag har jeg det helt fantastisk! stråler Ørjan Talhaug, 30 kilo lettere. Også kona Irene kvittet seg med 12 kilo etter Grete Roede-kurs.



MILEPÆL: Med det norske flagget på brystet gjennomførte Ørjan Stockholm Maraton sommeren 2014.

