

En løbetur

Tekst: Vase&Fuglsang
Græsted Revyen

En løber (M/K) kommer ind iført gejllet løbeudstyr + en lille løberygsæk. Hun har en smartphone om armen og høretelefoner i. Hun glæder sig voldsomt til at komme igang. Laver opvarmning, binder sko etc. og tænder til sidst smartphone (speak).

Speak: Tak fordi du har downloadet Running-app til 89 kr.
Løbetemperaturen er 16 grader. Luftfugtigheden er 52%.
Og alle pollental under 4. Løbebetingelser optimale.
Du er nu klar til din løbetur...

Hun gør sig klar.

Speak: - men bekræft først at du er iført korrekt løbeudstyr.

Kvinden lidt utålmodig.

Speak: Vandtætte tight, svedtransporterende inderbeklædning,
svedabsorberende mellemlag samt vind og vandafvisende
polypropyljakke og kompressionsstrømpe med supporteffekt.

Hun tjekker hurtigt og bekræfter undervejs med tryk på sin mobil.

Speak: Indtast nu din planlagte løberute.

Hun taster hurtigt ruten ind.

Speak: Du har valgt en tur rundt om Mozambique...

Hun taster irriteret igen.

Speak: Moskva...

Hun taster hårdt.

Speak: Mossø! Ruten er 21 kilometer lang. Vær venlig at hoppe 3 gange.

Hun undrer sig. Hopper 3 gange.

Speak: Running-app har registreret luftpudetryk i løbesko indstillet til grus,
mens løberute foregår på asfalt. Indstil udstyr.

Hun trykker irriteret på den ene skos sål.

Speak: Venstre sko stadig indstillet til grus.
Ønsker du at løbe med den ene fod i grøften?

Hun trykker irriteret på den anden sko.

Speak: Du er nu klar til din løbetur...

Hun skal til at gå igang.

Speak: ...-så snart du har igangsat pulsmåleren.

Hun trykker. Man hører meget langsomme bib-toner med 2-3 sekunders mellemrum.

Speak: Dette er din hvilepuls. Enten er din pulsmåler monteret forkert eller du er alvorligt syg og app'en ringer automatisk 112.

Hun skynder sig at rode med en ledning til håndledet. Bib-tonerne stiger i frekvens.

Speak: Pulsmåler ok. Udstyr ok. Skotryk ok. Running-app beregner nu dit væskeforbrug. Placer venligst app-enhed i mundhulen.

Hun gør det.

Speak: Beregnet væskeforbrug på rute: 3, 2 liter. Placer disse på kroppen...

Hun finder nogle vandflasker i sin løbrygsæk og klitrer dem på kroppen med velcrobånd.

Speak: - så der samtidigt er plads til 12 energibarer af 125 gram.

Hun hælder energibarer ned under trøjen.

Speak: Running-app er klar til registrere dit løbemønster og kalorieforbrug i det øjeblik der opnåes 3G-forbindelse.

Hun stønner.

Speak: 3G-forbindelse ikke opnået. Monter pandebånd med nødantenne.

Hun tager et pandebånd på med en grotesk antennestang.

Speak: Forbindelsen ok. Udstyr ok. Klokken er nu 19.24. Solen er gået ned. Denne app dækker ikke natløb. For natløb kræves pandelampe, refleksbånd, og opdatering til Running Night-app' til 148 kr.

Kvinden:Åååååååååårh hold kæft!

Hurtig exit.