

Alta-kapteinen fikk hjelp mot flyskrekk

Gikk ombord i flyet etter kun to timer i telefonen

Alta-spiller Lise Lotte Lund Martnes fikk hjelp for sin flyskrekk. Nå vil hun hjelpe sambygdinger som lider av det samme.

Av Magne Ek

magne@altaposten.no

Alta IF-kaptein Lise Lotte Lund Martnes har i mange år slitt med flyskrekk - en dårlig kombinasjon for en fotballspiller som må reise landet rundt annen hver helg.

– Jeg har egentlig hatt flyskrekk i mange år, men i høst ble det plutselig verre enn noen gang, forklarer 29-åringen.

Før bortekampen mot Voss var hun fast bestemt på å ikke reise.

– Jeg sov dårlig i en uke før Voss-kampen og hadde egentlig bestemt meg for å bli hjemme. Tanken på to flyturer hver vei var grusom, forteller hun.

Telefonhjelp

Dagen før avreise kom hun i kontakt med Petter Corneliusen og Flight Clinic i Kristiansand, og de avtalte et telefonmøte bare timer før hun skulle gå i flyet som skulle bringe henne til Oslo og Bergen. – Det var en spesiell telefonsamtale. Men jeg følte meg mye tryggere etter å ha snakket med han. Det er ingen tvil om at han hadde peiling på hva han snakket om, sier Lund Martnes. Hun er fortsatt ikke helt kvitt flyskrekken, men forskjellen fra før telefonsamtalen er stor.

– Vanligvis holder han kurs på mellom fem og åtte timer. Jeg snakket kun to timer med han og det var i telefon. Når han nå kommer til Alta skal jeg gjennomføre hele kurset, sier Alta IF-kapteinen som mener at det å innrømme for seg selv at hun har frykt var viktig for henne.

– Da jeg reiste med fly 5-6 ganger i året så klarte jeg å presse meg selv. Men etter opprykket



ILUFTA: Før kampen mot Voss for tre uker siden ville Lise Lotte Lund Martnes ikke opp i fly. I helga er hun klar for sin femte flytur siden den gang. (Foto: Magne Ek)

har vi reist bort annen hver helg og flyskrekken er bare blitt verre og verre. Da var det viktig å ikke prøve å holde det inni meg. Det er mange som har flyskrekk, men som ikke vil prate om det. Mitt tips er å få det ut, og søk hjelp, sier hun.

Nå vil hun selv hjelpe sine sambygdinger og andre interesserte.

Invitert til Alta

Gjennom Lise Lotte Lund Martnes har Alta IF nå gjort en avtale med Corneliusen og Flight Clinic. Sammen med en pensjonert pilot kommer Corneliusen til Alta for å holde kurs. Deler av inntektene går til damelaget til Alta IF.

– Vi har ikke datoen klar, men det jeg kan si er at det i hvert fall blir før jul. Trolig i november, sier Aina Hindenes i Alta IF som ber folk som er interessert i å delta på flyskrekkurs i Alta melder seg til Alta IF.

– Når datoen blir fastsatt kommer vi til å annonsere. Jeg tror det er mange som kan få hjelp gjennom dette opplegget, sier den daglige lederen.

Jeg følte meg mye tryggere etter å ha snakket med han.

Lise Lotte Lund Martnes

I skrivende stund ser det ut til at kurset, som vanligvis varer mellom fem og åtte timer, blir kjørt over to dager. En fredags ettermiddag og lørdags formiddag.

Plass til 50

Petter Corneliusen led selv av den samme frykten for over 30 år siden. Da tilbudene om flyskrekkurs ikke fantes gjorde han selv en stor innsats gjennom mange år for å få inn-sikt i hva som skjer ombord i et fly. Og han fant metoder å tenke på som ble en god hjelp for han selv. Det er disse metodene han i dag lærer videre.

– Jeg har vært i samme situasjon og vet akkurat hvordan det er, sier han.

Han er klar over at mange ikke tør å stå fram med sin flyskrekk og er derfor glad for at Lund Martnes gjør det.

– Det er sikkert flere tusen mennesker bare i Alta-området som på en eller annen måte ikke trives i fly. Så det er ingenting å være flau av, sier han.

Når han kommer til Alta vil han samle kursdeltagerne i en stor sal.

– Vi har hjulpet flere på samme måte som jeg hjalp Lise Lotte, men det er klart bedre å være i en gruppe i en sal. Så de som vil være med på dette må tørre å vise overfor de andre deltagerne at de faktisk har flyskrekk, sier han.

– Men som sagt er det ingenting å være flau av.

Sammen med sin kollega kan Corneliusen ta imot 50 deltagere.

– Jeg tror det blir fint å snakke med folk som er i samme situasjon som meg. Så at det blir samling i sal tror jeg bare er en fordel, sier Lund Martnes.

Hjalp konkurrenten

At Alta-kapteinen har fått hjelp fra Kristiansand er kanskje ikke like populært i hele byen. For midtstopperen blir en viktig brikke når Alta til helga skal møte Kristiansand-klubben Donn som også kjemper om opprykk til Toppserien.

– Hvis Lise Lotte spiller godt og Alta vinner er jeg kanskje ikke så populær i Kristiansand, smiler Petter Corneliusen som etter møtet med Alta-kapteinen har vist stor interesse for Alta IF.

– Jeg er Chelsea-supporter, men innrømmer at jeg måtte bytte kanal og sjekke tekst-tv flere ganger under lørdagens tv-sendte Chelsea-kamp. For jeg var veldig spent på om Altadamsene hadde slått Haugar, sier han.

Søndag er han på tribunen når Lund Martnes og Alta IF møter Donn.

– Jeg fikk klar beskjed fra Lise Lotte at jeg måtte komme. Og jeg gleder meg til å se Alta-jentene i kamp, avslutter han.