

Rasmus Stene (f. 1994)

Rasmus har gjennom de 10 siste årene representert Lambertseter IF i aktiv idrett og oppnådd sportslige resultater av høy klasse på friidrettsbanen. Rasmus går i 2013 av med aldersgrensen som friidrettsutøver i Lambertseter IF, men vil fortsette friidrettskarrieren i vår samarbeidsklubb IK Tjalve.

Som 10-åring deltok Rasmus i sitt første klubbmesterskap. Med serien 10,55 (60m), 3,47 (lengde) og 6,49 (kule) ble det fjerdeplass i Gutter 10 år i 2004. Veien fra klubbmesterskapet som 10-åring til seier norgesmesterskap i mangekamp for junior i 2013 og deltakelse i nordisk mesterskap – har vært fylt av hardt og målbevisst treningsarbeid. Fra Rasmus sin friidrettskarriere for Lambertseter IF kan følgende høydepunkter nevnes:

- Utendørs UM (Ungdomsmesterskap) enkeltøvelser – 5 medaljer – bronse tresteg og spyd i 2009, bronse i lengde og sølv i høyde i 2010 og sølv 110m hekk i 2013
- Innendørs UM – 4 medaljer – bronse i tresteg og kule i 2011, gull 60m hekk og bronse kule i 2013
- UM/NM mangekamp – gull 2011, sølv 2012, gull 2013
- NM senior innendørs – bronse 60m hekk i 2013
- Deltakelse i nordisk mesterskap i mangekamp 2012 og 2013

Rasmus har gjennom sin omtanke for andre, treningsvilje og gode resultater vært et positivt forbilde for de yngre utøverne i friidrettsgruppa. De siste to årene har han også vært trener for yngre utøvere.

Vi ønsker Rasmus lykke til videre i karrieren!