



Vibeke Skofterud og Steinar Mundal

Baksiden av medaljen

Begge har lang fartstid i norsk toppidrett.

- VIBEKE

- Vært på landslaget siden 2000
- OL-Gull stafett 2010
- VM-Gull stafett 2005 og 2011
- Vasaloppet 2012



- STEINAR

- Suksessrik landslagstrener i langrenn for Canada og Norge
- Trener de norske skiskytterjentene



Unik trener – utøver relasjon



Om det å se mennesket og ikke bare utøveren



Viktig å tørre å snakke om vanskelige tema..

Kjempe seg tilbake til livet - og toppen

Av CATO HUSABØ FOSSEN

20. oktober 2011, kl. 13:24 ▼

Han drakk seg frå jobben og tok ein overdose heroin, ho fekk fleire sesongar øydelagt av spiseforstyrrelsar.

DEL Langrennsløpar Vibeke Skofterud er full av beundring overfor trenar Steinar Mundal etter at [han førre helg stod fram i media](#) og fortalde si dramatiske historie om eit liv som var nær og å bli øydelagt av alkoholisme og narkotika.





SÅRBARHET

RÅSKAP

OG

Slet med dårlig selvbilde

Av ANJA CHARLOTTE MARKUSSEN

10. mai 2012, kl. 14:19

Et halvt år holdt Vibeke Skofterud seg unna Toppidrettssenteret fordi hun mente hun var for feit.

DEL **MJØNDALEN:** Nå har 32-åringen omsider et normalt forhold til mat, [skriver Dagbladet.](#)



Slik har det ikke alltid vært:

– Jeg var en toppidrettsutøver. Men tenkte at «jeg ser ikke sånn



Spiseforstyrrelser i norsk idrett

Når mat blir dop..

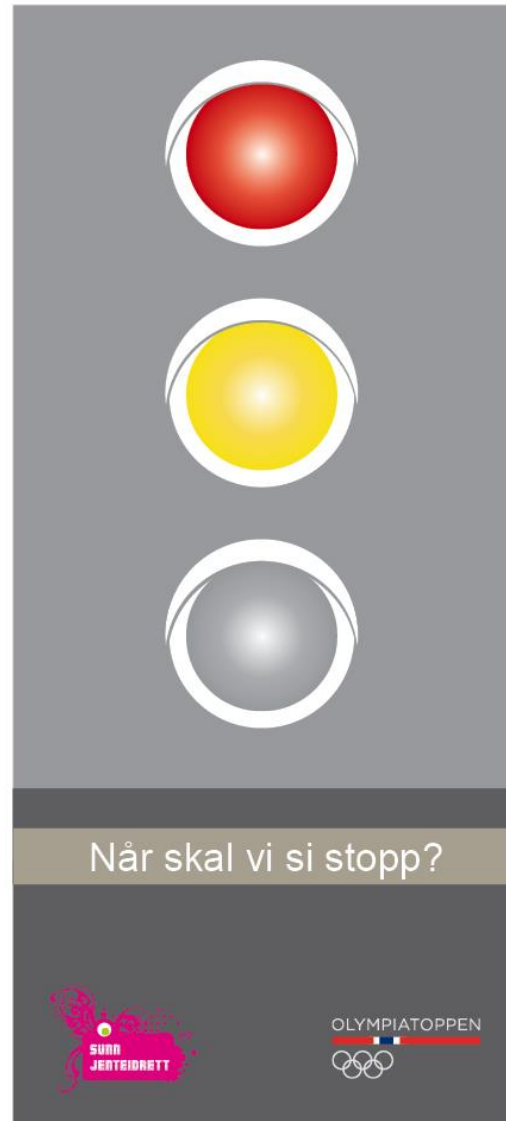
Published on: April 29, 2015 at: 12:36 pm 0 comments  848



- Hvordan skal vi ta spiseforstyrrelser på alvor i norsk idrett?

Et toppidrettsliv er sjeldent en dans på roser. Medaljen har alltid en bakside.

Hvordan forebygge, oppdage og hjelpe utøvere med spiseforstyrrelser?



Å tørre å legge opp...

Skofterud: – Mundal har vært den viktigste for meg

• Langrennsprofilen gråt da hun innså at karrieren var over



Hvordan skape morgendagens
toppidrettsutøvere?

Hvordan skal vi klare å få helse og prestasjon
til å gå hånd i hånd?



~~Questions~~

Answers

