



VALLAREN

Skrift för JÄRFÄLLA SKIDKLUBBs medlemmar • Nr 1 • April • 2013

Årsmöte

äger rum vid vår klubbstuga i Granskog

den 5 maj klocka 15:00

Efter årsmötet serveras smörgåstårta och kaffe!

Anmäl ditt deltagande till Henrik Johansson, tel: 073 3368028, e-post:

henrik@jarfallaskidklubb.se

Senast den 29 april.

Välkomna!

Ordföranden har ordet



Nu är det april och våren är här efter 4 kalla och snörika vintermånader. Som vanligt går vintern snabbare än man tror men vi kan glädjas åt några aktiviteter som vi ordnat under vintern.

Stort arbete har lagts ner på spårdragning på golfbanan och på Järvafältet och vi har ordnat ett mycket lyckat Barnens Vasalopp på Golfbanan i Viksjö. Vi har även haft skolklasser som fått pröva på längdskidor i Granskog genom idrottslyftet samt hjälpt till vid "alla på snö" som ordnades i Bruket, med olika skidaktiviteter.

Klubbstugan och spåren i Granskog kommer att förbättras under året, så att de blir mer funktionsdugliga.

Min förhoppning är att arbetet med spår och träningsaktiviteter ska leda till nyrekrytering till klubben och att vi kan få in drivkraftiga individer som kan leda klubben framåt och göra den livskraftig.

Jag hoppas vidare på en hög uppslutning på årsmötet som blir den 5 maj.

Bästa Hälsningar Henrik Johansson

Till minne av Rune Yregård - 1929-2013

Järfälla Skidklubbs ordförande, under slutet av 80-talet och början av 90-talet, Rune Yregård, har lämnat oss. Han var vice ordförande under några år men när Stig Moberg avgick som ordförande blev Rune det självklara valet. Han var också lagledare för damerna, ivrig påhejare av dottern Maria, som var duktig i skidspåret, medlem i presskommittén och representerade klubben i Stockholms Skidförbund. Han var också klubbens representant i Granskogsalliansen.

Han skötte klubben på ett förtjänstfullt och noggrant sätt och vi minns honom med värme.

Ingrid Hagström

Nio mil – inte en gång – utan 41 gånger

Vinterns stora folkära skidtävling, Vasaloppet, drar tusentals åkare varje år. Några nöjer sig med att åka en gång, men många återkommer. Vi har flera i Järfälla Skidklubb som deltar år efter år. Rekordet har Per-Olof Büren, 71 år, som kämpat i vasaloppsspåret 41 gånger.

Per-Olof är uppvuxen i Dalarna som vanligtvis har mer snö och längre vinter än stockholmstrakten. Familjen har ett fritidshus utanför Falun, där finns träningsmöjligheter när det brister i Stockholm. När Per-Olof läste i Uppsala på 60-talet tävlade han för Uppsalastudenterna. Där var då han åkte sitt första vasalopp. Efter flytten till Järfälla i början av 70-talet, blev det Järfälla Skidklubb.

– Utan våra träningsspår på Järvafältet hade det troligtvis inte blivit så många vasalopp. Georg och Allan ska ha en stor eloge för deras idoga arbete att hålla så fina spår, säger Per-Olof.

Av de 41 tävlingarna har Per-Olof åkt ungefär hälften det ”riktiga” loppet och resten öppet spår.

– Det är lugnare att åka öppet spår, trängseln är mycket mindre, det är 6-7000 åkare och i det vanliga vasaloppet närmar det sig 15000.

Till årets tävling hade Per-Olof tränat drygt 30 mil. Det blir olika år från år men mellan 20-50 mil är det vanliga. Rädslan att bli förkyld strax före tävlingen finns alltid. Att inte kunna starta när man är anmäld och har tränat är inte roligt! Men Per-Olof anser att det också mentalt går att stoppa en

annalkande förkyllning. Den får helt enkelt spara med att bryta ut till efter tävlingen!



– Man får hålla sig från barnbarnen några veckor före tävlingen, ”dagisbaciller” kan ställa till det om man har otur.

Av alla tävlingarna har Per-Olof brutit en gång. Det var 1971 vid Hökberget. Det fanns helt enkelt ingen snö att åka på. Spåret var utslitet. Några år har Per-Olof hoppat över tävlingen av olika orsaker och ett år var den inställd. Det har ändå blivit 41 lopp. Och nästa år räknar han att stå på startlinjen igen.

– Min bästa tid är runt 6.30 men då var jag i 40-årsåldern, säger han. Sedan dess har det gått några år.

Det har varit ganska jobbigt de år då föret varit dåligt. Plusgrader och dåliga spår är inget man vill ha. Ett sådant år var 1966, det var före datorernas tid. Sista biten fram till mål hade det kört ihop sig rejält. Varje ankomsttid klockades och kön till mål var lång, det blev oförskyllt extra tillägg på tiden.

Blåbärssoppa, sportdrycker, vasaloppsbullar! Det går åt mängder, sånt finns det statistik på. För Per- Olofs del blir det 6-7 liter soppa och dryck och en och annan bulle.

– Det blir ingen blåbärssoppa mellan vasaloppen, betonar han.

Många minnen är naturligtvis förknippade med tävlingarna. I början går det att prata med några medåkare men det avtar när tröttheten börjar visa sig. Fyra gånger har hans fru Elisabeth varit med i spåret. Ett år åkte han bredvid författarinnan och journalisten Åsne Seierstad och senaste gången hade han en åkare bredvid sig som hela tiden sjöng visan Halta Lottas krog. Inte en gång utan han började om så fort den tog slut!

Innan starten går klockan åtta vid Berga by har åkarna ofta varit i gång flera timmar. Ett måste, trafiken upp mot Sälen är enorm. Det går buss från Mora till starten. Det tar tid. Bussen måste ta en annan längre väg för att överhuvudtaget ta sig fram till starttiden. Så det blir minst ett par timmar i buss på morgonen.

Efter att ha åkt 30 gånger är man kvalificerad för den fina veteranklubben. Den har mellan 6-700 medlemmar som åkt 30,40, 50 och 60 gånger. Det ger en del förmåner vid anmälan osv.

Hur känns det att ha tävlat med Mora-Nisse, Janne Stefansson, bröderna Blomkvist och andra som krönts av kranskullan med lagerkransen?

– Ja, säger Per-Olof, det har man naturligtvis ingen riktig känsla av. De startar och är långt på väg när vi andra kavar på i första motluten.

Per-Olof fortsätter att träna för Lidingöloppet och 2014-års vasalopp. Lidingöloppet är precis som vasaloppet en tradition som ska fullföljas.

Och hur gick det i år? Per-Olof åkte öppet spår på tiden 8.37. Bra jobbat!

Ingrid Hagström

Skidspårarna Georg och Marti får beröm



Georg och Marti har fått välförtjänt beröm för sin fina skidspårning. Till och med Gustav Vasa har gett dem en eloge. Här är några inslag från Mitt i Järfälla.

Georg och Marti har tillsammans lagt ner 188,5 timmar för att hålla spåren i det fina skick som gjort att vi kunnat njuta av skidåkning i vinter. Stort tack!



Här är en kommentar från skidspår.se

Påskveckan erbjuder kanonspår runt Översjön! :-)

Helt underbart att få åka på perfekta "rails" en tidig måndag morgon i strålande solsken så sent som under påskveckan.

Ett jättestort TACK till Järfälla Skidklubb !!!

Våra insatser har även uppmärksammas av skidspår.se. Det är självklart

Georg och Marti som skall ha erkännandet. Det är de som har fixat den första punkten nedan.

Jag har bara skött rapporteringen, punkt 2. Stora Skidspårspriset 2013 går till Spårgruppen i Härlövs IF. För mer information, se: <http://skidspår.se/nyheter/stora-skidsparspriset-2013-gar-till-spargruppen-i-harlovs-if>

Det är många som uppskattar Georg och Martis arbete med spåren. Leif Johnsrud har överlämnat blommor till Georg och följande har lämnat "spårbidrag".

- Sven Näslund
- Marita Samuelsson
- Bo Winander
- Andrea Sieler
- Per Erik Eriksson



En skidtur på Översjön en vårvinterdag 2013

Tisdagen den 2 april 2013. Jag ringer Georg för att få hans synpunkter på hur vi ska få ihop styrelsen till nästa verksamhetsår. Tiden för årsmötet är bestämt – den 5 maj i Granskogs klubbstuga. Vi diskuterar. Georg har bra synpunkter och han för diskussionen framåt.

– Har du åkt skidor idag? frågade han plötsligt.

– Nej, svarade jag, nu är väl skidsäsongen slut?

– Nej, jag körde upp spår på Översjön igår, du kan åka i morgon. Jag åkte i morse i riktigt bra spår.

Jag kände mig nästan lite skamsen över att jag inte hade åkt, nu när Georg hade gjort sig besvär med spåren. Innan vi avslutade samtalet hade Georg fått ett halvt löfte om att jag skulle ge mig ut tidigt på morgonen dagen därpå. Jag är ganska slö på morgnarna, men Georg hade planterat en längtan i mig efter att kunna åka ännu en gång den här säsongen. Georg och jag var ute i skidspåret tillsammans för ett par veckor sedan. Han frågade mig väldigt försiktigt om "han fick ge mig några tips".

– Javisst, svarade jag, och tänkte att det skulle jag verkligen behöva. Georg var uppmuntrande och sa att jag åkte bra. Det kändes fint.

Onsdag morgon kl 8.15 spände jag på mig skidorna, jättesugen på att komma ut i spåret. Det var fortfarande någon minusgrad efter en mycket kall natt. Nu sken solen och det var vindstill. Spåren var frusna, det var upplagt för stakning. Ett lyckorus gick genom min kropp.

Jag har aldrig varit någon "storfräsare" på skidor, men idag flög jag fram över isen. Jag kände mig stark och Georgs spår var bra. En skiddag som idag den slår allt. Skidåknigen är det roligaste på hela året. Det är t o m roligare än att fiska strömning på våren. Nu skulle jag tillämpa det jag hade lärt mig av Georgs "coaching". "Håll ihop armarna och försök dra upp benen och jobba med magen", hade Georg sagt. Han som har åkt sju Vasalopp och som lägger hur mycket tid som helst på att dra skidspår för att folk ska komma ut i friska luften och få motion, njuta av livet och bli bättre människor.

När jag gav mig ut hade jag tänkt åka två varv på Översjön. Det blev fyra varv och ca 15 km. Jag stakade och jag stakade och det var jättehärligt och jag blev inte trött. Tro mig, jag blev inte trött.

När jag hade spänt av mig skidorna efter de fyra varven mötte jag Gerd Kristiansson. Gerd, som under många år var en av skidklubbens allra bästa

skidåkare. Vi kramade om varandra och småspråkade en stund innan hon gav sig iväg. Jag tittade på henne när hon åkte iväg; lite morgontröttare än jag, men vilken teknik hon har, vilken teknik. Jag förstod att det ligger många miles träning bakom den tekniken.

Jag satte mig i bilen och körde hem. Jag drack en kopp kaffe och åt en ostmacka vid köksbordet och kanske var jag lite trött ändå. Jag skulle unna fler människor att få känna den tröttheten.

Stefan Wahlström

Granskog rustas upp



Granskog i vinterskrud (Foto: Allan Edblom)

Som vi berättat tidigare får vi hjälp av kommunen att rusta upp Granskog. Skorstenen är fixad så nu kan vi njuta av härlig värme från järnspisen. Även kaminen i rummet uppe på vinden är installerad och klar att använda. Nu skall vi bara fixa lite ved..

Barnens Vasalopp 2013



Efter ett mycket lyckat Barnens Vasalopp förra året återkom Järfälla Skidklubb med ett nytt lopp 2013. Det ägde rum lördagen den 16 februari mellan kl 10 och 13 på Viksjö Golfbana. Loppet överträffade arrangörens förväntningar med råge. Förra året deltog ett 60-tal barn, i år kom närmare 120 barn och åkte Vasaloppsbanan. De yngsta deltagarna var i fyraårsåldern.

Georg Kurki, skidklubbens spårnestor, hade dragit en bana på 500 meter. Den var skyltad med startplats, målgång och många platser från det riktiga Vasaloppet. Namn som förekom var Smågan, Eldris, Mångsbodarna m fl. Loppet fick på så sätt en verklighetstrogen inramning. Deltagarna hade nummerlappar och belönades efter genomfört lopp med blåbärs-soppa och medalj. Det var många stolta barn, som gick omkring i målfällan med sina medaljer dinglande runt halsen.

Solen lyste med sin frånvara, men förhållandena var i övrigt utmärkta med någon minusgrad, vindstilla och ett utmärkt spår att åka i.

Barnens föräldrar gladdes över deras barn var så duktiga skidåkare. Inga sura miner syntes och ordet "jättekul" förekom frekvent i målfällan.

För de barn som inte hade egna skidor (och pjäxor) har skidklubben ett antal för utlåning. Den möjligheten medförde ett betydligt större deltagarantal än

som annars hade varit möjligt. T o m några mammor, som inte hade åkt skidor "på hundra år", kunde klubben erbjuda ett par utlåningsskidor.



Koncentration..Här gäller det att hålla tungan rätt i mun



Gerd och Georg trogna medhjälpare



Albin är sur för att storsyster 3 år äldre körde honom i sista backen. Han valde ospårat och tekniken är skate.

Alla på snö

Vecka 7 fick 350 fjärdeklassare från Järfälla prova på skidåkning, alpint, snowboard och längdåkning.. Instrukörer kom från Nya tekniska gymnasiet på Östermalm. Det var verkligen uppskattat och tro det eller ej, en del av eleverna tyckte att längdåkning var roligare än att åka i backe. Här har vi en utmärkt möjlighet att få flera ungdomar intresserade av längdåkning. Skidor fanns att låna och Järfälla Skidklubb fick ytterligare 20 par skidor, stav och skor.

Några provade skidåkning för första gången. Det var uppskattat.



.....Ledare från Nya tekniska gymnasiet

Härlig skidåkning



..... ..Skidor för utlåning

Järfälla Skidklubb har fått 40 par skidor från Idrottslyftet

Skidklubben har i två omgångar fått 40 par skidor, stavar och skidskor av Idrottslyftet. Idrottslyftet är Riksidrottsförbundets satsning på ungdomsidrott med målsättningen: *"Idrottslyftet ska stärka och utveckla världens bästa barn- och ungdomsidrott så att fler flickor och pojkar väljer att idrotta i föreningar där verksamheten bedrivs utifrån Idrotten vill"*.

Med idrottens "vill" menas *bland annat* den värdegrund, som bygger på fyra hörnstenar (glädje och gemenskap, demokrati och delaktighet, allas rätt att vara med samt rent spel). En högravande målsättning men också förpliktande.



De skidor som vi fått passar ungdomar i årskurs 2 – 4 och flera klasser har varit vid Granskog och prövat på skidåkning. Här ser vi Ingela Fredriksson, ungdomsledare i Järfälla Skidklubb och gymnastiklärare på Vattmyraskolan, med ett par klasser vid Granskog.

Bär klubbens mössa och buffar

Vi har mössor och buffar med klubbens logotyp som kan köpas för subventionerat pris. En buff blir vad du gör den till! mössa, halsduk, bandana, cap, vindskydd, balakava, hjälmhuva, hårband ...

Priser:

Mössa: 150 kronor

Buff 150 kronor

Kontakta Henrik Johansson.



Upprop - vi behöver fler som hjälper till!

Efter ännu en bra vinter har skidintresset ökat enormt. I Vasaloppet kommer flest antal anmälningar från Stockholmsområdet. De kalla vintrarna tycks bero på de klimatförändringar som vi människor orsakar. På grund av uppvärmningen i Arktis ändras luftströmmarna så att kylig luft kommer över Nordeuropa. Samtidigt som vi har det kallt, blommar körsbärsträden två veckor tidigare i Japan. Forskarna kan inte lova att det fortsätter men vi bör planera för flera fina vintrar så att flera kan utnyttja den skidutrustning som vi fått och den fina miljön som vi har runt Granskog.

Vi behöver fler som hjälper till. De som arbetar med skidklubben har ett tungt lass att dra. Vi är alldeles för få och många av oss har nått långt upp i pensionsåldern. För att skidklubben ska kunna överleva långsiktigt behövs nya krafter. Det är roligt att arbeta med skidåkning och vi har väldigt trevligt tillsammans. Vi behöver framförallt några, som kan ta hand om grupper av nybörjare, men även de som vill syssla med spårdragning eller pappersarbete t ex föra klubbens kassabok. Alla som på något sätt är intresserade av skidåkning kan hitta en meningsfull uppgift i skidklubben.

Ni som är intresserade av att vara med i arbetet för skidklubben, hör av er till någon av oss!

Henrik Johansson Ingela Fredriksson Stefan Wahlström Allan Edblom

073 3368028

070-508 14 60

073 6979149

070 3227447

E-post: henrik@jarfallaskidklubb.se