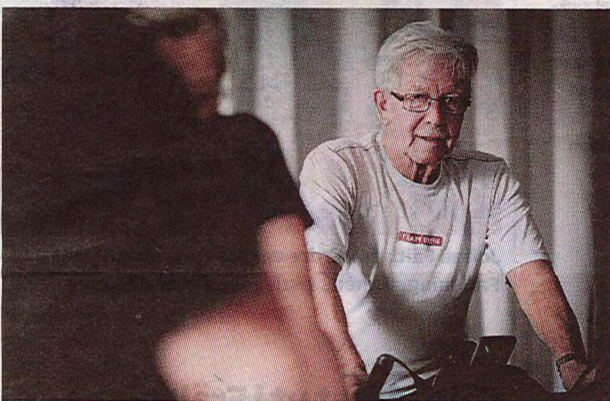




Idrottsskolan 65+ är har blivit en stor succé med 50 anmälda deltagare. Här är deltagarna i förra veckans träning samlade med ledare från Tranås gymnastik-sällskap och arrangörer från kultur och fritid och RF Sisu Småland.

Idrottsskolan 65+

- 13 föreningar deltar, Tranås GS (gymnastik), Tranås KK (karate), Tranås LTK (tennis), Sol Tranås (orientering), Tranås GK (golf), Tranås BSK (bågskytte), Tranås bouleklubb, Sommens SS (segling), Tranås FF/Sommens AIF (gå fotboll, Tranås muaythai (thaiboxning), Tranås BTK (bordtennis), Tranås BMK (badminton).
- Arrangemanget är ett samarbete med Tranås kommun, RF Sisu Småland och alla föreningar.
- Det är tre träningstillfällen för varje idrott.
- Föreningarna har haft möjlighet att söka bidrag (3 000 kronor) genom
- RF Sisu Småland för att jobba med målgruppen 65+.



Roland Konradsson, 83 år, är äldst i gruppen och han tycker att det är en suveränt bra träning.



Boel Lago och Inga-lill Fransson testar spinning. Boel har varit sjuksköterska. "Man peppade ju ungarna så nu måste man ju prova själv".



Joakim Karlsson, kultur och fritid, håller i trådarna i idrottsskolan och här pratar han med en av deltagarna, Krister Rosén.

Stor succé för pensionärernas idrottsskola – "Helt suveränt"

Tranås

Gymnastik är först ut i programmet - sedan väntar karate och tennis. Nu har idrottsskolan för pensionärer dragit igång för alla som är 65+ år och intresset är väldigt stort.

Tidningen besökte förra veckans träningspass och det var full aktivitet i gymnastiklokalen med spinning och rörelseövningar.

- Det här är helt suveränt, jättebra, säger Roland Konradsson, 83 år, som är den äldsta deltagaren i idrottsskolan.

Roland berättar att han varit aktiv idrottare i sin ungdom med fotboll, bandy och hockey. Han har även åkt skidor och sprungit halvmaran.

- Jag såg mest fram emot gå-fotboll i början, men nu



Elin Hornbrink, idrottsskolekonsult på RF-SISU Småland, berättar att syftet med satsningen på idrottsskolan är att deltagarna ska få prova på olika aktiviteter och hitta social gemenskap.

ska det bli roligt att testa på andra idrotter också. Det blir spännande med karate och thai-boxning och det är fint att kunna hålla igång med träning i min ålder. Det är bra med styrka i ben och smidighet, säger Roland, som bland annat spelat fotboll i Aneby SK.

50 pensionärer deltar och det är jämnt fördelat med 25 damer och 25 herrar.

Paret Tommy och Inger Klaar, som båda fyllt 70 år,



Så fort vi fick se det här i tidningen så anmälde vi oss och det är roligt att göra grejer tillsammans.

Tommy Klaar

tillhörde dem som anmälde sig allra först.

- Så fort vi fick se det här i tidningen så anmälde vi oss och det är roligt att göra grejer tillsammans, säger Tommy.

- Vi gillar idrott och friluftsliv och försöker att vara aktiva. Vi vandrar, cyklar och åker skidor, berättar Inger.

Nu får de möjlighet att testa på tolv olika idrotter under året.

- Jag sköt lite bågskytte i min ungdom och det är jag



Peter Gerdin vid ett spinningpass.

nog mest sugen på, det ska bli kul att få prova på igen, berättar Tommy, som varit aktiv i basket och spelat bandy i ungdomsåren.

- Thaiboxning lockar mest för min del. Jag har alltid varit lite sugen på att vara med på Simens (Kristian-sen, reds. anm.) boxningsträning, men det har inte blivit av, säger Inger.

Inger har själv ingen aktiv idrottsbakgrund.

Jag har bara varit engagerad i barnens idrott och varit kassör i Tranås AIF, berättar hon.

Krister Rosén har fyra barnbarn som tidigare varit med i idrottsskolan för barn och nu är han själv deltagare.

- Nu har jag och barnbarnen lite att jämföra, säger Krister och ler.

Han har spelat allsvensk bandy, fotboll och numera bowling.

- Jag ser fram emot att få prova alla idrotter och man kanske fastnar för någon ny sport på äldre dar. Golf ska bli kul, jag spelade en del när det bara fanns en niöhålsbana i Tranås.

För arrangören har idrottsskolan blivit en succé.

- Vi hade ingen susning om hur många som skulle kunna tänkas vara intresserade av att vara med. Vi hade varit jättenöjda med 20 till 30 deltagare, säger Joakim Karlsson, fritidskonsult på kultur- och fritidsförvaltningen, som håller i trådarna för arrangemanget.

- Det sa bara pang, på 24 timmar var det nästan fullt med anmälningar, berättar Elin Hornbrink, RF Sisu Småland.



Jakob Hedberg
0140-37 82 16
jakob.hedberg@smt.se