



Bra träning. Clara Nordberg, med hästen Tabasco, är väldigt nöjd och gillar att använda den nya ridstigen. Det är bra träning för hästen när ridstigen är lite kuperad.

Nya och bra ridstigar i Landvetter-Tahult

Nu blir det fortsatt stor satsning på friluftslivet i Landvetter. Nya ridstigar i Tahultsområdet blir nu verklighet.

Ytterligare en kilometer ridstig har anlagts i Tahultsområdet, väster om Landvetter. Totalt beräknas den här satsningen kosta cirka 700 000 kronor.

–Det här är mycket viktigt för området och en välbehövlig ökning av ridspår i kommunen, säger Hans Ljungberg, Fritidschef.

Initiativet togs av Landvetter Ryttarsällskap för två år sedan och för kommunen låg det rätt i planeringen för att göra naturreservatet i Gallhålan mer tillgängligt. Det passade också bra i arbetet med att hitta former för att satsa mer på idrott för tjejer, vilka använder kommunens övriga idrottsanläggningar i mindre grad än killar.

– Fritidsaktiviteter för både killar och tjejer är alltid i fokus för vårt arbete. Satsningar på anläggningar ska tillmötesgå alla i kommunen, killar, tjejer, äldre, yngre och så vidare, säger Hans Ljungberg.

Både ryttare och motionärer

Ridstigen kan användas av såväl ryttare som motionärer. Stenmaterialet garanterar att hästarnas hovar inte ger markskador. Tillsammans med tre kilometer ridstig som anlades för några år sedan, finns det nu fyra kilometer i området.

Ridstigen slingrar sig naturskönt ge-



Lugnt. Att ta ridstigen till Gallhålan är bra, då slipper Clara den hårt trafikerade vägen.

nom den bevarade ekskogen, lämningar av odlingsterasser och röjningsrösen. Om besökaren lämnar ridstigen, kommer man ner till Agntjärnen, där man kan fiska.

– Det här är ett område som är till nytta för många och med stora möjligheter. Både för motion, friluftsliv och fritidsaktiviteter, säger Hans Ljungberg.

Klar under vintern

Ridstigen är nästan helt färdigställd, men under vintern kommer den kompletteras med ett antal parkbänkar som gör att vardagsmotionären kan vila en stund och njuta av sin medhavda matsäck.

Fakta: Projektet genomförs tack vare EU:s landbygdsprogram "Leader", som betalar ungefär hälften, privata företag, Landvetters ryttarsällskap, Svenska kyrkan i Landvetter-Härryda, några av hästägarna samt kommunens avdelning för Mark och anläggning.

SUPERKÄND SPORTPROFIL GÄSTAR MÖLNLYCKE

Läs mer på
uppslaget om
Ledarveckan!



Pixbo Tennis bygger nya utomhusbanor!



Nu byggs det fyra nya utomhusbanor bredvid Pixbo Tennis inomhushall.

– Det blir ett lyft för kommunens tennisverksamhet säger Jon Läbom, klubbchef i Pixbo tennisklubb.

Det blir alltså åtta banor totalt, med inomhusbanorna medräknat.

– Vi vill koncentrera vår verksamhet på samma ställe för att öka flexibiliteten och skapa ett centrum för tennis, säger Jon.

Vad blir det för underlag?

– Det blir en ny typ av grusbana, vilket gör att vi kommer att kunna förlänga säsongen med tre-fyra månader. Vi sipper underhåll eftersom de i stort sett är underhållsfria, så vi kommer spara mycket tid och pengar.

– Det här gör att man kan börja spela utomhus redan i mars fram till september, kanske oktober om det är bra väderförutsättningar.

Blir det dyrt för klubben?

– Nej, det är ett samarbete med kommunen som tar tillbaka markområdet uppe vid de gamla banorna.

Kommer ni inte störas av vägen?

– Nej, det tror jag inte. Det är mindre trafik än vad man tror och det är bra att vi blir synliga och ökar attraktionskraften.

När är det klart?

– Vi räknar med invigning i april-maj. Nu är det höst- och vinterarbete så länge som vädret tillåter.

Åsa Sandell inspirerar på Ledarveckan!



Fyra snabba frågor till Åsa!

1. Vad kommer du att i huvudsak prata om?

– Om lust, rädsla, mod och drivkrafter. Om boxningsvärlden förstås, och vad jag lärt mig av den.

2. Vad har tidigare ledare betytt för dig i din karriär?

– Jag spelade basket som ung och hade flera tränare/ledare som jag minns med respekt och värme. Tränare som såg alla individer i laget och försökte nå den blyga, osäkra flickan som jag var.

3. Vad är det viktigaste rådet du vill ge till unga nya tränare/ledare, respektive äldre mer erfarna?

– Det där är svårt... Men att bejaka lekfullheten kanske, och att alltid komma ihåg att vi alla är individer med olika behov, utvecklingstakt och ambitioner.

4. Varför tror du så många ungdomar slutar att idrotta när de blir 15-16 år? Något tips om hur man behåller intresset?

– Det är ju en tuff ålder, och så mycket annat som pockar på deras uppmärksamhet. Det måste finnas möjligheter att fortsätta idrotta även om man inte vill/kan satsa, tävla och lägga ner massor av tid på sin sport.

Kortfakta om Åsa Sandell:

Åsa Maria Sandell, född 24 januari 1967 i Örebro. Samhällsdebattör, kulturjournalist, författare och före detta proffsboxare. Började boxas vid 28 års ålder. Efter fyra SM-guld och ett EM-guld inledde hon sin proffskarriär 37 år gammal. Sandell gick elva matcher som proffs, varav sex segrar (tre på teknisk knockout), två oavgjorda och tre förluster. Åsa Sandell är 185 cm lång och hon tävlade i supermellanvikt (75 kg) för klubben Winning Boxing Club i New York. Sandell blev världsmästare 2007 sedan hon besegrat Dakota Stone i Göteborg med domarsiffrorna 2-1 och la beslag på mästarbältet i WBE (World Boxing Empire). Sista proffsmatchen blev den oavgjorda titelmatchen i september 2007 mot Teresa Perozzi, USA.

Sex skäl till att gå på Ledarveckan! Annette Hansen på Fritid:

1. Lärorikt

Föreläsningar och workshops är lärorika och viktigt för ledare och tränare. Du lär dig mycket!

2. Gemenskap

Du träffar andra ledare inom olika idrotter och kan utbyta erfarenhet och idéer.

3. Gratis

Ledarveckan är ett samarbete mellan Härryda, Mölndal, SISU, och Västsvenska idrottsförbundet. Allt är gratis!

4. Åsa Sandell

Att få träffa och lyssna till en av Sveriges stora idrottsprofiler är stort. Ta dig till Mölnlycke torsdag 13 nov kl. 18.00.

5. Kvalitet

Att låta ledare och tränare gå på utbildning ökar och säkrar kvaliteten i föreningarna! Det är viktigt!

6. Inspiration

Att bli inspirerad ger mervärde till både den som går, som till hela föreningen. Kan bli lättare att rekrytera unga ledare.

Program Ledarveckan 9-15 november

De flesta aktiviteterna sker på Kulturhuset i Mölnlycke, men även på Aktiviteten (Frejagatan 1) i Mölndal.

MÖLNLYCKE KULTURHUS

Datum och tid: Söndag 9 nov 9.00-12.00

Föreläsning: Kost för träning, hälsa och prestation.

Innehåll: Vad ska vi äta för att prestera så bra som möjligt? Goda råd och tips.

Målgrupp: Ledare för barn och ungdomar

Föreläsare: Marie Erlandsson

Datum och tid: Söndag 9 nov 13.00-16.00

Föreläsning: Sömnens betydelse för hälsa och prestation.

Innehåll: God sömn tar dig dit du vill och är nyckeln för återhämtning samt fysiskt och mentalt välbefinnande.

Målgrupp: Ledare för barn och ungdomar.

Föreläsare: Florin Dinu

Datum och tid: Måndag 10 nov 18.00-21.00

Föreläsning: Bidragsskväll.

Innehåll: 4 idrottslyft, lokala bidrag, övriga bidrag.

Målgrupp: Styrelser och anställda.

Föreläsare: Lars Lindfors, Johan Gadd, Kristine Josephsson

Datum och tid: Måndag 10 nov 18.00-21.00.

Föreläsning: HLR

Innehåll: Hjärt och lungräddning, första hjälpen.

Målgrupp: Ledare och föräldrar.

Föreläsare: Fredrik Palmqvist

Datum och tid: Tisdag 11 nov 18.30-20.30

OBS: Klubbhuset, Mölnlycke IP

Föreläsning: Idrott och maskulinitet.

Innehåll: Vad lär sig flickor och pojkar om genus och jämställdhet i omklädningsrummen?

Målgrupp: Styrelser, anställda, ledare och föräldrar.

Föreläsare: Jesper Fundberg

Datum och tid: Onsdag 12 nov 18.00-21.00

Föreläsning: Dolda utmaningar - hur stöttar vi barn och ungdomar med ADHD inom idrotten?

Innehåll: Om att vara ledare för barn och ungdomar med osynliga funktionsnedsättningar, t ex ADHD, Aspergers syndrom

Målgrupp: Ledare för barn och ungdomar.

Föreläsare: Johanna Björk

Datum och tid: Torsdag 13 nov 18.30-20.00

Föreläsning: Inspirationsföreläsning Åsa Sandell.

Innehåll: Hur hittar du din passion och drivkraft för att förverkliga din dröm?

Målgrupp: Ledare, anställda, aktiva och föräldrar.

Föreläsare: Åsa Sandell

AKTIVITETEN I MÖLNDAL

Datum och tid: Måndag 10 nov 18.00-21.00.

Föreläsning: Vassa din feedback.

Innehåll: Hur man som ledare kan jobba med att förstärka önskvärda beteenden.

Målgrupp: Ledare och föräldrar.

Föreläsare: Rasmus Tornberg

Datum och tid: Tisdag 11 nov 18.00-21.00

Föreläsning: Alkohol och droger inom idrotten.

Innehåll: Om effekterna av alkohol och droger. Hur kan idrotten vara med och förebygga våld och droger.

Målgrupp: Styrelser, anställda, ledare, föräldrar och aktiva.

Föreläsare: Lennart Johansson, Marie Clasgård

Datum och tid: Onsdag 12 nov 18.00-21.00

Föreläsning: Ekonomi grund.

Innehåll: Grundläggande orientering om ekonomi och styrelseansvar.

Målgrupp: Styrelser och anställda.

Föreläsare: Martin Pernheim

Datum och tid: Lördag 15 nov 9.00-16.00

Föreläsning: Idrottskador

Innehåll: Grunder i träningslära. Akut skadehantering. Minimera rehabiliteringstiden.

Målgrupp: Ledare för barn och ungdomar.

Föreläsare: Jan Arnblad

Anmälan

Senast 29/10 på sisuidrottsutbildarna.se/vast "Sök våra utbildningar", sök på Idrottens Ledarvecka eller klicka direkt på aktuell kurs i detta dokument. OBS! Anmälan är bindande och vid avhopp senare än en vecka innan föreläsningen debiteras föreningen 100 kr.

Kostnad:

Idrottens Ledarvecka finansieras av Härryda kommun och Mölndals stad och är kostnadsfri.

Frågor

Sofia Blomgren, SISU Idrottsutbildarna
031- 726 60 34, sofia.blomgren@vsif.se
Kristine Josephsson, SISU Idrottsutbildarna
010-476 41 14, kristine.josephsson@sisu.o.se
Emma Kronberg, Härryda Kommun
031-724 64 59, emma.kronberg@harryda.se
Per AlMBERG, Mölndals Stad
031-315 16 75, per.almberg@molndal.se



Sammanhållning. Juniorlaget i Rävlanda AIS har medlemmar från många grannsamhällen.

Rävlanda AIS lockar många till sitt fantastiska juniorlag

I Rävlanda frodas fotbollen på juniornivå. Nyckeln är kamratskap och gemenskap, inte alltför många träningar och att varva med innebandy.

Rävlanda AIS, pojkar -97, stod som många andra klubbar inför den svåra utmaningen att behålla spelarna i laget när de kom upp i gymnasieåldern. Idag, två år senare, är de 26 stycken i laget.

– Det är väldigt roligt. Vi är ett gott gäng med mycket kamratskap, respekt för varandra och som tränar både innebandy och fotboll, säger Leif Eriksson, en av tränarna i laget.

RAIS satsning inom klubben på vintersäsong med innebandy och fotboll på sommaren, har lockat ungdomar från många samhällen. Laget består idag av medlemmar från Rävlanda, Hällingsjö, Hindås, Sätilla, Bollebygd, Hestrafors.

– En bidragande orsak till att vi lyckas hålla igång alla killarna, tror vi är att vi bara tränar två dagar i veckan, säger Morgan Johansson, tränare.

Det är viktigt för laget att alla har möjlighet att komma till träningarna och att sporten inte tar för mycket tid.

– Alla killarna i laget älskar att idrotta och vill vinna sina matcher, men det är viktigt att idrott inte bara handlar om att vinna och att hetsa med många träningar och toppade lag, säger Morgan.

Många fördelar

Leif och Morgan är överens om sin ledarfilosofi om blandade idrotter kombinerat med realistisk ambitionsnivå.

– Vi märker ju att killarna är måna om att komma på matcher och träningar. Alla får vara med och vi har verkligen skoj i laget. Därför reser många ganska långt för att vara med, säger Leif.



Tränarduon som lyckas. Morgan Johansson och Leif Eriksson i RAIS får ungdomarna att vilja satsa på fotbollen. Deras juniorlag lockar många spelare.

Laget spelar i Västergötland div 3, för juniorer och en av fördelarna är att man har glidande åldersgränser så att man kan få ihop lag. Juniorlaget består idag av spelare födda mellan 1996-99.

– Vi brukar ta ut 16 killar till match och alla uttagna får spela vid matcherna. Det är viktigt, säger Leif.

Nackdelar med upplägget?

Både Leif och Morgan tycker att det är viktigt för ungdomar i den här åldern att träna och hålla igång under hela året, men samtidigt så finns det nackdelar.

– Vi kanske inte når de största framgångarna när vi är i väg på cuper eller i seriespelet. Vi kanske inte lyckas fullt ut med att få fram toppspelare till A-laget, även om många redan är med på seniormatcher ibland för att testa på. Men det är viktigare att killarna mår bra och har roligt, säger Leif Eriksson.

De vill utveckla killarna individuellt inom sporten så att de vill fortsätta. Leif och Morgan har ibland kortare och stötande samtal så att alla blir sedda.

– Så många i laget som möjligt, så länge som möjligt, men samtidigt ska man utvecklas i sitt spel så att man vill fortsätta att idrotta, säger Leif Eriksson.

Föreningscertifiering på G 5000 kronor att erhålla

Härryda kommun har under året påbörjat arbetet med föreningscertifiering. Certifieringen riktar sig till kommunens föreningar med barn- och ungdomsverksamhet (7-20 år) och är ett sätt att säkerställa kvaliteten på den verksamhet som bedrivs i föreningen.

Alla föreningar, oavsett verksamhet, bedriver ett oerhört viktigt arbete. De möter en stor del av Härryda kommuns barn och ungdomar och för många av dessa är föreningen, vid sidan av familjen och skolan, den viktigaste fostransmiljön.

I grunden handlar det om att medlemmarna i föreningen ska vara aktiva i en trygg och hälsofrämjande miljö. Med hjälp av certifieringen blir det tydligare vad ledare, aktiva och föräldrar kan kräva och förvänta sig av föreningen. Certifieringen ger även goda möjligheter att ytterligare profilera och stärka sin förening i såväl intern som extern marknadsföring.

Certifieringen är uppbyggd i fyra olika steg som omfattar nulägesanalys, policy, certifiering och uppföljning. Det är viktigt att poängtera att certifieringen utgår från varje enskild förenings behov. Alla certifierade föreningar erhåller 5 000 kr att användas för fortsatta insatser i arbetet med att utveckla föreningen.

Vill du veta mer om certifieringen?

Kontakta Emma Kronberg, föreningsutvecklare

Härryda kommun Tel: 031-724 64 59

E-post: emma.kronberg@harryda.se

Du kan också läsa mer på www.harryda.se,

sök på Certifiera föreningen!

Årets simskola lockade 330 barn

Fritidskontoret vill tacka alla barn som deltagit i årets simskolor och även all fantastisk personal som gjort ett mycket bra arbete! Årets simskolor lockade cirka 330 barn och



vi sålde rekordmånga märken, kanske pga det fina vädret. Tyvärr har vi fortfarande sviktande elevantal i Hällingsjö, vilket kan tvinga oss att slå ihop skolorna i Hällingsjö och Rävlanda.

Årets idrottsprofil

Alla idrottsföreningar har varje år möjlighet att nominera en medlem i föreningen som profilerat sig med en föreningsinsats utöver det vanliga. Insatsen ska vara ideell och av den art att den gagnar föreningens utveckling i stort och smått. Föreningens styrelse skickar in nomineringen. All information finns på www.harryda.se/idrottsprofil

Utnämningen av årets idrottsprofil sker på kommunfullmäktiges decembermöte. Priset består av 2000 kr.

Svenska Mästare i Härryda

Härryda kommun uppvaktar svenska mästare som bor eller verkar i kommunen. Varje år uppvakts alla mästare som anmält sin mästarstatus till kommunen.

All information om anmälan finns på:

www.harryda.se/mastare

Uppvaktningen sker på Kommunfullmäktiges decembermöte. Varje mästare får en gåva.