

# IFK-Kamraten

IFK Moras medlemstidning, nr 2 2017, årgång 23



ALPINA FOTBOLL FRIIDROTT GYMNASTIK ORIENTERING SKIDOR

# IFK-Kamraten

IFK-Kamraten är en gemensam klubbtidning för föreningarna inom IFK Mora Idrottsallians. Tidningen utkommer med fyra nummer per år.

IFK Mora Idrottsallians  
Vasaloppets Hus  
792 32 Mora  
Tfn 0250-392 21  
Fax 0250-392 50

## Ansvarig utgivare:

Gunnel Söderberg, IFK Mora idrottsallians  
gunnel.soderberg@mora.se, 070-564 37 00

## Redaktionsråd:

Johan Trygg, redaktör  
IFK Mora Idrottsallians  
johan.trygg@ifkmora.se, 0250-392 43

Maria Melvin  
IFK Mora alpina klubb  
alpina@ifkmora.se, 0250-392 85

Pernilla Näsdal  
IFK Moras gymnastikklubb  
gymnastik@ifkmora.se, 0250-392 21

Bo Thunberg  
IFK Mora fotbollsklubb  
bosse.thunberg@gmail.com, 0250-188 21

Ing-Mari Skogs  
IFK Mora friidrottsklubb  
friidrott@ifkmora.se, 0250-392 20

Fredrik Norlin  
IFK Mora orienteringsklubb  
fredrik.norlin@hotmail.se

Elisabeth Åkärby  
IFK Mora orienteringsklubb  
akarby@gmail.com

Anna Bleckur  
IFK Mora skidklubb  
anna.bleckur@ifkmora.se, 0250-392 16

Maria Gustafsson  
IFK Mora idrottsallians  
maria.gustafsson@ifkmora.se, 0250-392 78

Jenny Eriksson  
Vasaloppet  
jenny.eriksson@vasaloppet.se, 0250-392 65

## Produktion:

Layout: Johan Trygg  
Tryckeri: Åtta.45 Tryckeri

## Annonser:

Johan Trygg, redaktör  
IFK Mora Idrottsallians  
Upplaga: Ca 2 000 ex.  
Internet: www.ifkmora.se



## INNEHÅLL Nr. 2, 2017

|                                       |       |
|---------------------------------------|-------|
| Profilen: Per Fyhr .....              | 4-5   |
| Bygget går planenligt.....            | 7     |
| Starka MTBO-cyklister .....           | 8     |
| Lyckad nybörjarkurs .....             | 9     |
| Imponerande åttondeplats.....         | 9     |
| Vad är egentligen MYC?.....           | 10-11 |
| Huber om tiden i Mora.....            | 11    |
| Många röda på mössor .....            | 14    |
| Skidklubben utökar truppen .....      | 15    |
| Uppskattad gymnastikuppvisning .....  | 16-17 |
| Skicross-säsongen .....               | 18-19 |
| Händelserik alpin säsong.....         | 20    |
| Alpin avslutning på Moraparken.....   | 21    |
| Avstamp för "Skidor hela livet" ..... | 22    |
| Ungdomsavslutning i skidklubben ..... | 23    |
| Fotbollsungdomar till elitläger ..... | 24    |
| Fotbollsskolan i bilder .....         | 24    |
| Fotbollsåret i halvtid .....          | 25    |
| Tjejerna dominerar i löpgruppen.....  | 26    |
| Avslutning för terrängserien .....    | 26    |
| Friidrottare på Ludvikaspelen .....   | 27    |
| Friidrottsskolan i bilder .....       | 27    |
| Alliansens årsmöte .....              | 28    |

## I VARJE NUMMER

|                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| Ledaren .....                      | 3     |
| Kortisar .....                     | 6     |
| Vasaloppet .....                   | 12-13 |
| Annonstorget.....                  | 28-30 |
| Klubbstugor/Fonder/Kansliinfo..... | 31    |



21 maj genomförde gymnastikklubben sedan sin uppvisning i Unihoc arena. En uppskattad och välbesökt tillställning. Se bilder från dagens på mittuppslaget.



3041 0359  
Trycksak



# LEDAREN: Peter Fredricson

**Sommarveckan 2017 står för dörren och med detta ett tydligt tecken att tiden går rasande fort.**

**Det känns som det var igår snön skottades bort från upploppsran och de sista diplomerna hämtades av stolta deltagare som skidat mellan Sälen och Mora.**

Som tävlingsledare till det näst senaste tillskottet i Vasaloppsfamiljen "Ultravasan" är det alltid med entusiasm och spänd förväntan man inväntar sommarveckan.

Kommer deltagarna tillbaka från fjolåret? Hur har vi lyckats med att rekrytera nya löpare? Hur kommer våra nyheter och förändringar att mottas (banändringar och ny layout i målområdet) och slutligen vädret, vad blir vädret i år?

I tider där vår viktigaste inkomstkälla står inför nya utmaningar i form av konkurrens från andra aktörer och nya lockande tävlingsformer samt ett nytt förhållningssätt hos utövarna av vad som värderas när man väljer att anmäla sig till olika tävlingar står Vasaloppets varumärke sig unikt och tungt vilande på den unika historiken som är en av våra stora tillgångar.

Just där, i den föränderliga tid vi lever i och behovet för deltagaren att uppleva nya utmaningar var grunden till Ultravasan som under teknad 2012 var en av idéskaparna till. Från en idé till verklighet 2014 och nu i år fjärde upplagan känns som en fantastisk resa.

## Duktiga funktionärer

En resa på 90 kilometer (eller 45) i fäders spår med historiska vingslag vi nu kan erbjuda även deltagare som inte är skid- eller cykelintressera-

de men vill uppleva äventyret från start till mål.

Den andra stora tillgången vi har är våra erkänt duktiga funktionärer som årligen får "rosor" av deltagarna för kompetens och fantastiskt bemötande som många anger som en av de viktigaste faktorerna för att motivera sig under loppet till att orka ta sig till mål.

Just funktionärer är vår andra stora utmaning i tider där vi dels har behov av ett större antal funktionärer i takt med att Vasaloppets vinter- och sommarveckor utvecklas men även att vår rekryteringsgrund förändras då medlemskap i ideella föreningar generellt minskar samt att många människor istället för att engagera sig som funktionär väljer att betala för sitt eget vardagliga idrottsutövande och söker hellre gemenskap i träningsgrupper som bedrivs i kommersiellt syfte utan krav på återgäldande i form av "funktionärstimmar".

Utan tvivel en stor utmaning att rekrytera funktionärer i ett långsiktigt perspektiv där i alla fall jag tror att vi måste tona ner argumentet "det är ju bara två veckor om året" samt att "det är klubbens viktigaste inkomstkälla och ett MÅSTE för att överleva".

## Möten mellan människor

Fokusera istället på vad dessa ideella timmar ger den enskilde medlemmen. När jag själv reflekterar över varför jag engagerar mig i våra arrangemang är det andra drivkrafter än "måsten" för föreningen jag jobbar för som attraherar.

För mig är det "möten mellan människor" som driver mig. Möten med människor från olika bakgrunder och kulturer i en gemensam idrottslig arena, möten med glädje och positiv energi. Det är INGEN dag på året som en dag som Vasaloppsfunktionär där du får möjlighet till så mycket verklig interaktion.

Att Vasaloppet dessutom har gett mig många nya vänner både nationellt men främst internationellt som dels förknippar mig som person med Vasaloppet och orten Mora med positiva intryck och upplevelser gör att jag "brinner" ännu mer för mitt engagemang att konsolidera och utveckla dessa "varumärken".

En annan intressant aspekt när jag träffar våra internationella deltagare är att få se det svenska samhället och vardagen ur nya ögon, saker man tar för givet och inte tänker på men som våra gäster ser som extraordinära och unika.

*"Yes it is true, red cottages and IKEA everywhere. It is so clean and tidy in the streets and there's something defined as "right of public access" which is amazing".*

## En kulturskatt

STOLHET är ett viktigt värdeord! Att vara stolt över vad vi som en liten ort i Norra Dalarna långt från de urbaniserade delarna av Sverige har lyckats med att skapa sedan 1922. Ett arrangemang som har fått så många att komma hit till OSS (om och om igen) och uppleva Sverige och Mora.

En kulturskatt vi ärvt och har ett ansvar att vårda och utveckla år 2017. Ett arrangemang som skall fortsätta vara drivkraften till föreningsutveckling och bygdeutveckling för framtida Mora-generationer.

En "skatt" jag tillsammans med ER får ÄRAN att förvalta på bästa sätt om några veckor och leverera till alla deltagare i sommarveckan 2017. Det "kittlar" redan av entusiasm, detta skall bli fantastiska idrottsdagar i Vasaloppsarenan!

**Peter Fredricson**  
tävlingsledare Ultravasan

*Ultravasans tävlingsledare Peter Fredricson trivs själv mycket bra på ett trail-spår i skogen.*



# Fyhr – en profil med målup

Sökes.

**Önskad profil: Målinriktad och målmedveten yngre man eller kvinna med stor arbetserfarenhet. Person med erfarenhet av lagarbete, men också beredd att ta egna initiativ och beslut för att nå gruppens mål, äger företräde. Oreglerade arbets- och måltider, liksom kvälls- och helgjobb kan förekomma. Flexibilitet, uthållighet och hårt arbete förutsätts.**

Text: Bosse Thunberg

Jag vet en som passar in på ovanstående beskrivning, och, som nyligen passerade en högt ställd nivå som jag är hundra på att inte så många når, i varje fall inte hos en och samma "arbetsgivare".

Varje idrott har ju sina rekord att uppnå. Det kan vara rekord mätta i tiondelar, sekunder och minuter, centimetrar vågrätt eller lodrätt, hekon och kilon att lyfta eller bära, det kan vara poäng att överträffa på tavlor eller lerduvor och så vidare.

I detta fall handlar det om måluppfyllelse – rätt och slätt att göra mål!

Han debuterade i IFK som 17-åring, den 4 september 2004 hemma mot Horndal i en match i division 5. Han gjorde sitt första A-lagsmål, 3-1-målet, i avslutningsmatchen borta mot Mockfjärd. IFK krönte då sin serieseger och vann med 4-2.

När han nu, 27 maj uppe i Ytterhogdal, i den 28 minuten kvitterade till 2-2 och räddade en

poäng, så visste han inte att passerade en "rekordgräns". Det fick han reda på först innan matchstart i hemmamatchen mot Hille, då han av nye fotbollsordföranden Janne Östman, uppvaktades med blommor, diplom och en speciell tröja.

## 70 mål i andra klubbar

Jag pratar om Per Fyhr som nådde en "mil-(mål-) stolpe" - 100 mål!

Att göra hundra mål för en och samma klubb är inte så många förunnat. Det tog drygt tolv säsonger, men här att märka att Per under fem säsonger lämnade IFK för spel i Dala-Järna, Kvarnsveden och en höstsäsong i FF Dalkurd.

Ett hundra IFK-mål, när detta skrivs, men dessutom 70 fördelat på 22 i Dala Järna, 40 i Kvarnsveden och åtta på tolv matcher i Dalkurd.

Mål på alla nivåer, från division 5 upp till division. Imponerande!

Att göra 18 mål på en vårsäsong i div 3 (våren 2012 med Kvarnsveden) torde vara ganska sällsynt. Inte undra på att Dalkurd lockade över honom inför hösten, debut 11 augusti mot Frej. Första målet kom i matchen efter mot Väsbys.

Hans två mål mot Västerås SK, då han vände 1-2 till 3-2 i matchens två sista minuter, gjorde VSK intresserade och Per var också och provspelade med "gurkgänget", men det blev ingen övergång, utan Per återvände istället till Kvarnsveden för att året därefter återvända till Prästholmen och IFK.

## Granath först till 100

Per är en starkt bidragande orsak till de blåvitas avancemang till division 3 och framgångarna för IFK där.

Per är den andra herrlagsspelaren genom tiderna att uppnå 100 mål.

Den förste?

Ja, då får vi gå tillbaka till fyrtio- och femtio-talet för att hitta honom. Här är statistiken lite oviss, men jag har hittat 123 mål, genom att läsa igenom många referat i Mora Tidning, men där saknas också namnen på många målgörare, det kan stå "centern gjorde..." , högeryttern svarade för..." , men inga namn.

Han hette Erik Granath och var verksam i IFK 1939-1959. Men han är kanske mest känd som ishockeyspelare i Mora IK och landslaget!

Någon gång, gissningsvis 1953 bör Erik ha passerat de 100 målen – för snart 65 år sedan...

## Duktig på hockey

Åter till Per och hans fotbollskarriär. Han började med att spela fotboll hemma på Morängen i Nusnäs IF, där hans pappa spelat A-lagsfotboll och Per i spelade föreningens MT-cuplag och olika pojklag för att sedan som 14- eller möjligen 15-åring ta steget över till IFK. Per är lite osäker på vilket år det var.

Parallellt med fotbollen spelade Per ishockey i Mora IK:s ungdomslag och var även där en duktig målskytt.

– Ja, det blev väl en fyra-fem varje match, erinrar sig Per.

Nu föll, som tur var för IFK, ändå valet mellan hockeyn och fotbollen till fördel för bollen, inte pucken. Några uttagningar till Dalalaget i fotboll eller Elitläger var aldrig aktuellt, kanske Per skulle varit i Kvarnsveden tidigare?

Efter en försiktig målproduktion i början, kom tre "produktiva år" i fyran med IFK, innan Christer Lindh, som då tränade Dala Järna i trean fick Per att pendla till Västerdalarna.

Sen bar det iväg till Borlänge och Kvarnsveden och Dalkurd innan Per vände hemåt 2014.

## Blir det 100 till?

När jag frågar om när han tänker avsluta karriären, Per är nyss fyllda 30, blir svaret lite som väntat.

– Det får bli ett år i taget, så länge jag tycker det är roligt.

Dock infinns sig en känsla av att det kanske bara var de första hundra målen vi sett...

Jag frågade Per lite mer personliga frågor då jag förstätt att erbjudandet om jobb på ALO-Center var ganska avgörande när han flyttade hem. Per jobbar som "teknisk support" på företaget som tillverkar maskiner.

Detta efter att först utbildat sig till elektriker och därefter en högskoleutbildning i maskinteknik. Här finns en liten historia att lägga till. Arbetsgivarna var så nöjda med sin nye medarbetare att de också fixade en egen läktare på Prästholmen till Pers supportrar.

Visserligen är läktaren inte så stor, men ändå - tanken!

## Serieseger i sikte

Per är sambo med Emelie Johansson och de har två barn. Emelie har själv idrottat (skidåkning) är fotbollsintresserad och följer Per vid matcher, inte bara på hemmaplan.

Då Emelies bror Anders, alltså Pers svåger, också har återkommit till spel i IFK så blir det ju det ju två stycken att hålla extra koll på!

När jag frågade om målsättningen för säsongen så svarar Per:

– Det måste ju vara att vinna serien - men också - att göra fler mål än Anders.

Kanske upp till läsaren att gissa vilket som är tyngst!

Just nu står det förresten 8-5 till Anders, kanske mycket beroende på att Per varit skadad några matcher?

Tilläggas kan att Anders och Per spelade tillsammans i Kvarnsveden också.

Frågan om förebilder besvarade Per med:

– Romario och bulgaren Stoitjkov.

Jag måste ha sett förvånad ut, varför Per tillade:



Per tar emot 100-måls-tröjan av fotbollsklubbens nye ordförande Janne Östman.  
FOTO: Markus Winsa.



# pfyllelse

– Jag kollade jättemycket på USA-VM:et 1994.

Inga dåliga förebilder då Romario blev utsedd till VM:s bästa spelare och Stoitjkov till Europas bästa 1994.

## 25 strutar 2014

Att göra mycket mål, kan kräva många egenskaper som: fysik, snabbhet, teknik, bra skott, bra huvudspel, men inte minst det något diffusa "målkänsla". Det sistnämnda nämner Per allra först när jag frågar honom om vad som gör honom till målskytt.

– Jag tycker att jag känner hur jag ska vara på rätt ställe i rätt tid.

Tittar man på Pers målpått genom åren så innehar han IFK-rekordet "mål på en säsong" med sina 25 strutar säsongen 2014. Här ser jag att en annan storskytt från Nusnäs är tvåa i samma kategori: Leif Hjelte gjorde 24 mål 1969. Skall dock för ordningens skull tillägga att Marianne "Ebba" Arvidsson gjorde 33 mål för IFK-damerna spelåret 1980 ...

Avslutar med att konstatera att ingressens omdömen "målmedveten" och "målinriktad" inte är helt fel ord att använda när det gäller profilen Per Fyhr.

Inte heller att vi gärna ser fler målfyrverkerier från hans sida...

## Per Fyhrrs fantastiska målfacit

|      |                        |      |        |
|------|------------------------|------|--------|
| 2004 | IFK Mora               | 5    | 1      |
| 2005 | IFK Mora               | 4    | 4      |
| 2006 | IFK Mora               | 4    | 18     |
| 2007 | IFK Mora               | 4    | 13     |
| 2008 | IFK Mora               | 4    | 14     |
| 2009 | Dala Järna IK          | 3 SN | 12     |
| 2010 | Dala Järna IK          | 3 SN | 10     |
| 2011 | Kvarnsvedens IK        | 2 NS | 11     |
| 2012 | Kvarnsvedens IK, våren | 3    | 18     |
|      | FF Dalkurd, hösten     | 1 N  | 8      |
| 2013 | Kvarnsvedens IK        | 2 NS | 11     |
| 2014 | IFK Mora               | 4    | 25     |
| 2015 | IFK Mora               | 3 SN | 10     |
| 2016 | IFK Mora               | 3 SN | 10     |
| 2017 | IFK Mora               | 3 SN | 5 t.v. |



Per Fyhr - en stark profil i IFK Mora-fotbollen. Sedan debuten i A-laget 2004 har han gjort 100 mål. Inte nog med det. 2009-2013 gjorde han hela 70 mål för Dala Järna, Kvarnsveden och Dalkurd. FOTO: Markus Winsa.



Kontroll på bollen och målet i sikte - det är Per Fyhr. FOTO: Markus Winsa.





### IFK Mora-vatten

Fotbollsklubben har ordnat fram IFK Mora-vatten från Mora Bryggeri. Alla IFK Moras klubbar har möjlighet att sälja vattnet vid till exempel tävlingar, matcher, jippon och arrangemang. Respektive ordförande har fått information om hur man går till väga praktiskt för att beställa vatten. Det går också bra att höra av sig till Malin Schedvin i fotbollsklubben: malin.schedvin@ifkmora.se.



*Vojtech Kral in action under sprint-kvalet vid VM i Estland.*

### Vojtech femma på VM!

Orienteringsklubbens tjeckiske landslagsman Vojtech Kral sprang in på en mycket meriterande femteplats på VM-sprinten i Estland lördag 1 juni.

I mål var han 19 sekunder bakom segraren Daniel Hubmann och med 14 sekunder till bronsmannen Jerker Lysell.

Dagen efter blev Tjeckien fyra på sprintstafetten med Vojtech och en annan mora-löpare i laget, Denisa Kosova.



*Andreas Holmberg under Vasaloppet i vintras. Kommande säsong kommer Andreas att åka långlopp för Team Serneke.*

### Andreas till Team Serneke

Med sin 13:e plats på Marcialonga som bäste svensk så imponerade Andreas Holmberg på proffsteamet inom Ski Classics.

Till vintern kommer Andreas att representera svenska Team Serneke i Ski Classics. Teamet har också värvat Vasaloppstreaan från 2016 från nedlagda Team Lease Plan, norrmannen Anders Høst.

#### Team Serneke 2017/2018

Sara Lindborg, Östersunds SK  
Andreas Holmberg, IFK Mora SK  
Anders Mølmen Høst, Lyn Ski  
Bob Impola, Örebro  
Anton Lindblad, Hudiksvalls IF

### Tre åker världscup

Tre åkare från IFK Mora skidklubb är uttagna till världscuppremiären på rullskidor i Kroatien 7-9 juli: Helene Söderlund och Victor Gustafsson på seniorsidan och Gabriel Strid bland juniorerna.

### Invigning av Mora-Nisserundan i Norra Garberg

Runt 100 personer deltog på invigningen av Mora-Nisserundan lördag 1 juni. På invigningen talade skidklubbens ordförande Tomas Bredberg. Rolf Hammar berättade historier om Norra Garberg och Mora-Nisse. Talade gjorde också kommunalrådet Anna Hed. Mora-Nisses dotter Karin Green läste dikt, sjöng och spelade. Drygt 70 personer gick sedan en tipspromenad med frågor om Mora-Nisse och IFK Mora skidklubb.

Efter promenaden bjöd skidklubben på kaffe, varm korv och saft.



*Skidklubbens ordförande Tomas Bredberg, Marianne Karlsson Eriksson (dotter till Mora-Nisse), Kommunalrådet Anna Hed och Karin Green (dotter till Mora-Nisse) under invigningen av Mora-Nisserundan vid Norra Garberg sportcenter. FOTO: Johan Trygg.*



*Jonas Buud under uppladdningen inför Western States i ett mycket varmt Kalifornien.*

### Jonas Buud tolv på Western States

Efter drygt 18 timmar och 30 minuter under mycket varma förhållanden nådde Jonas Buud målet på Western States 100. Jonas slutade på tolfte plats i det legendariska loppet över 16 mil som gick under mid-sommarhelgen.

Halvägs in i loppet låg Jonas på tredjeplats men föll sedan tillbaka. Under loppet hade Jonas också en kamp med Ockelbo-löparen Elov Olsson. I mål var Jonas tolv minuter före Elov som slutade på 13:e plats.



# Bygget i Hemus fortskrider enligt plan

Ni som besöker Hemus-området regelbundet har säkert sett hur föreningshuset växer fram.

Tidsplanen hålls och fasaden är klar. Nu fortsätter arbetet inomhus.

Idrottsalliansen och dess föreningar är fastighetsägare och har hyres- och driftavtal med Mora kommun.

I november kommer huset vara redo för att börja användas. Där finns en fin samlingslokal med plats för 80 personer med uteplats, modern teknikutrustning, stor bastu och ett kök med möjligheter till servering som kan användas av er klubbar till olika verksamheter och olika aktiviteter som ni har.

Exempelvis: upptaktsträffar, träningar, tävlingar, utbildningar, läger, avslutningar, sponsorträffar och möjligheter till trevligheter med lagen/klubben som till exempel fotbollskväll med mera. Namnet på huset kommer att presenteras i samband med invigningen.

Invigningen kommer att bli lördag 11 november.

## Beskrivning av huset

Huset är uppdelat i två delar. Hygiendelen med duschar och omklädningsrum som kommunen kommer att hyra. Den delen ska vara tillgänglig och öppen för alla, allmänheten och klubbarna.

Den andra delen är till för IFK Moras verksamheter. Där finns en samlingslokal med kök för enklare servering. Det kommer finnas modern teknikutrustning, högtalare och mikrofoner.

Det blir en stor skärm i samlingslokalen som man kan använda till utbildning, träning med mera för att visa klipp eller för att titta på till exempel en fotbollsmatch eller annat, det kommer också att finnas en skärm i entrén som kan fungera som en informationstavla.

Innanför entrén finns två skärmar, där man kan visa presentationer av sin verksamhet, historia, aktuella aktiviteter eller sponsorer. Det kommer finnas mikrofoner och högtalare i samlingslokalen och vid uteplatsen.

Den stora skärmen i samlingslokalen skapar stora möjligheter att visa olika saker visuellt: GPS tracking, teknikåterkoppling/feedback från träning, tävling, match, uppvisning med mera.

Skidklubben och orienteringsklubben kommer att ha tillgång till en klubbdel i IFK Moradelen.

## Informationskväll

Nu är det hög tid för er klubbar att diskutera hur ni önskar använda huset till verksamhet och aktiviteter framöver.

Efter sommaren kommer det att bli en infor-



Entrén på nya föreningshuset. Invigningen kommer att ske 11 november. FOTO: Johan Trygg.



Det blir högt i tak i samlingssalen. De stora fönstren är ut emot skidstadion. FOTO: Johan Trygg.

mationskväll för alla som är involverade i klubbarnas verksamhet. Då blir det mer information om huset och praktiska frågor.

*I samband med ett styrelsemöte gjorde IA-styrelsen ett studiebesök i och utanför det nya föreningshuset. Här berättar Maria Gustafson hur arbetet fortskrider.*

FOTO: Johan Trygg.







Emmy Albinsson och Gustav Johnsson är två av IFK Moras snabba mountainbikeåkare som haft stora framgångar under våren.



Erica Olsson högst upp på pallen i Österrike



Gustav Johnsson in action under SM i Sörmland.

## Många starka MTBO-cyklister från Mora

Mountainbikeorienterare från Mora har under våren deltagit i Svenska Cupen i MTBO samt SM-helgen i Sörmland.

Där avgjordes ungdoms-, junior-, senior- och veteran- SM under samma helg. Framgångarna har varit bra med många topplaceringar i de olika klasserna.

Text: Henrik Johnsson

Svenska cupen består av nio deltävlingar, fyra tävlingshelger i maj och juni och de sex bästa resultaten räknas. Det har tävlats i alla distanser som sprint, medel och långdistans och även masstart med gafflade banor, så den mest kompletta åkaren kan koras i respektive klass. Samtidigt när elitåkarna har tävlat har det funnits klasser för både ungdomar och äldre och även där har det varit deltagare från Mora som även de har gjort det med framgång.

Bland damjuniorerna är det Emmy Albinsson som deltagit och försvarat Mora i den åldersklass som har minst med deltagare men det förringar inte Emmys prestation. Emmy har varit på eller nära pallen i alla cuptävlingar och

avlutade med två JSM-silver det visar på jämnhet och en totalplacering i Sverige cupen som trea bland damerna.

### Idel topplaceringar

I herrjunior klassen har Gustav Johnsson deltagit. Gustav har visat styrka och bra orienteringskunskaper med idel topplaceringar. Inför SM och avslutningen ledde Gustav cupen och med en bra helg så slutade det med en totalseger i cupen och två guld samt ett silver i JSM. Gustav har tackat nej till deltagande i sommarens internationella mästerskap, han har två år kvar i klassen H 17-20 och kanske siktar på mästerskap något år senare.

I damsenior klassen har Erica Olsson som är junior några år till varit med för att redan nu ta till sig längre och tuffare banor som seniorer har på sina tävlingar. Och seniorerna har fått sett upp med Erica som ligger flåsar dem i nacken.

Liksom Emmy så är Erica jämn och det visar sig i totalcupen trots en tyngre avslutning under SM så slutade Erica som sexa bland damseniorerna. Erica har även deltagit i Österrike början på juni samtidigt när världscupen för seniorer genomfördes med tre segrar i junior klassen för damer, imponerande. Laura Csúcs-Fenyvesi

har också varit med bland damerna och kört med framgång.

### Silver och brons till Mood

Herrsenior klassen har Linus Mood varit på för få deltävlingar för att kunna ta en riktig topplacering totalt, men under SM så visade Linus att han är bland Sveriges bästa MTBO-åkare genom två medaljer, brons och silver. Slutlig placering totalt blev en sjätteplats. Linus har även representerat Sverige i världscupen, helgen 2-5 juni i Zwettl, Österrike. Placeringarna där blev runt 30 i de tre tävlingar som kördes. Erik Frost slutade som nia och Klaus Csúcs 24:a totalt bland herrseniorerna.

Under SM helgen har det varit ungefär 270 deltagare totalt i de olika klasserna per tävlingsdag med Mora som den största deltagande föreningen. Tobias Brodin var ensam deltagande ungdom från Mora men gjorde det bra och totalt togs det åtta medaljer i olika valörer av Mora åkarna.

Mountainbikeorienteringen är i Sverige en förhållandevis ung idrott men med bra arrangemang och mer och mer deltagande växer grenen. Det är en fartfylld idrott som kräver bra fysik och orienteringsmomentet handlar mycket om att ta rätt vägval och fatta snabba beslut.



# Nybörjarkurs med barn och föräldrar – en succé

Årets upplaga av nybörjarkursen i orientering visade sig vara en succé på fler sätt.

Kalle Björkman och Elisabeth Åkärby tog sig inte vatten över huvudet när beslutet om en lite annorlunda kurs togs.

– Vi erbjöd en kurs där barn fick lära sig grunderna i orientering tillsammans med en vuxen under fyra tillfällen under maj. Upplägget att barnen fick lära sig tillsammans med sina vuxna visade sig vara en succé, allt flöt på smidigt, barn och vuxna hjälptes åt att förstå övningarna och de fick en bra stund tillsammans ute i skogen, berättar Elisabeth.

– Vädret var med oss vid varje tillfälle och ramade in våra träffar på ett perfekt sätt. Det var 26 barn med sina vuxna som lärde sig hur kartan fungerar och hur man kan ta sig fram till kontrollerna, säger Kalle.

## Fin avslutning i Östnorsskogen

– Orientering är en familjesport där vi gärna ser de vuxna ombytta och att de deltar i vår ungdomsverksamhet, säger Elisabeth.

– Det är perfekt att ha vuxna som hjälper till ute i skogen vid övningar, barnen blir trygga och de vuxna lär sig en massa som de kan använda när de själva vill ut och springa banor.

Kalle ordnade med en fin avslutning med en riktig bana i Östnorsskogen, som avslutning fick deltagarna fina orienteringsskärmar, fika och gå upptäcksfärd på Troll- och clown-stigen."



Föräldrar och barn tillsammans under nybörjarkursen i orientering. FOTO: Johan Trygg.



Med sikte på nästa kontroll. FOTO: Johan Trygg.



Full koncentration i Östnorsskogen. FOTO: Johan Trygg.

## Imponerande åttondeplats på världens största stafett

Kvartetten Nastia Trubkina, Olha Panchenko, Denisa Kosova och Kristin Löfgren gjorde en strålande insats när de sprang hem en stark på åttondeplats på Venla-kavlen i Finland, världens största orienteringstafett.

Med växlingsplaceringarna 39, 10, 5 slutade det med åttondeplats. Klubbens bästa i den prestigefyllda tävlingen. På andra sträckan imponerade Olha genom att klättra 20 placeringar och bädda för den fina slutplaceringen.

I herrtävlingen, Jukola-kavlen, slutade IFK Mora som 31:a. Efter en del lampproblem på andra sträckan låg laget 99:a. Efter en gedigen laginsats kunde laget avancera till 31:a plats. Linus Rapp sprang starkt på fjärde sträckan av sju med fjärde bästa sträckt看id.



En glad kvartett efter åttondeplatsen på Venla-kavlen. Från vänster: Kristin Löfgren, Denisa Kosova, Olha Panchenko och Anastasia Trubkina. FOTO: Johan Trygg





Glada ungdomar från olika klubbar på aktivetsdagen under MYC 2017. FOTO: Lena Karlsson Holmer.

# Vad är egentligen MYC?

MYC undrar säkert många vad det är för något, varför det är något som återkommer i namnet på våra orienteringstävlingar varje år och kanske hur det kom till.

Det tänkte jag berätta lite om och blicka lite in i framtidens MYC.

Text: Björn Wrahme

Julafton 2008 var jag ute på det traditionsenliga träningspasset på förmiddagen. Den här gången på skidor i Hemus och som vanligt poppade det upp en idé. Den här gången funderade jag på vad det var som gjort att jag som ungdom fastnade för idrotten och som gjort att jag tyckt det var så kul att helg efter helg åka runt på tävlingar och läger.

Inte ovanligt kom saker upp som vänner, gemenskap, kortspel och allt annat kul man är med om utanför själva tävlandet. Nästa fråga blev då hur eller vad kan vi göra runt våra arrangemang för att erbjuda detta och få fler att vilja komma och vara med?

Svaret jag kom fram till var att ordna aktiviteter i samband med våra orienteringstävlingar och kanske göra något speciellt för att lyfta fram ungdomarna. Det här resulterade i att jag framförde mitt förslag vilket resulterade i MYC-konceptet, och MYC står för Mora Youth Challenge. Att det blev på engelska minns jag inte varför, men det lät väl lite coolare.

## Kreativa ungdomsledare

En grupp med kreativa ungdomsledare fick ansvaret för MYC och det blev en succé första året. Vi bjöd på gratis wook direkt efter tävlingarna till 250 ungdomar och körde brännbollsturnering med 12 lag 2009 på Vika Svalö IP. Vi hade även ett flottracé på Hemulån och sen har det rullat på genom åren med olika aktiviteter.

Kolla gärna några klipp på Youtube!

### Wooken:

<https://www.youtube.com/watch?v=gsalitflu0>

### Brännbollsturneringen:

<https://www.youtube.com/watch?v=UXEf2EfP1mE>

### Flottracé:

<https://www.youtube.com/watch?v=3hOQRfZFE6U>

## Tre tävlingsdagar

Årets MYC arrangerade på Kristi Himmelfärds-helgen och upplägget var tre tävlingsdagar med en aktivetsdag inklämt mitt i. Jo, orienterare är inte av släktet som gillar vilodag så förutom MYC aktiviteter ordnades lite träningar och annat smått och gott för de äldre. Av det jag såg och hörde var den mycket uppskattad!

Tävlingarna flöt som vanligt på mycket bra under ledning av Marie Rapp som introducerat många yngre på viktiga positioner ihop

med någon mer rutinerad vilket var ett lyckat koncept! Totalt under tävlingsdagarna kom vi upp i nästan 3000 starter. Extra kul var att det på sprinten som arrangerades med start vid Unihoc arena och mål på Prästholmen fick besök av en friidrottsklubb från Stockholm som ville prova på, med nästan 80 ungdomar som sprang!

Just på sprinten var min huvuduppgift i år som banläggare. Jag har blivit ombedd att berätta lite mer om vad det innebär och mina tankar inför och under en den uppgiften som enligt min åsikt är den roligaste uppgiften på en tävling. Den erbjuder kreativitet, ansvar, noggrannhet, grubbleri, jobb och till sist ofta glädje och lättnad när det gått bra och några gått på de "fällor" jag gillrat.

## Banläggning tar lång tid

Banläggare är den person eller grupp som bestämmer hur banorna ska gå i de olika klasserna. Arbetet börjar för min del alltid på sommaren och hösten innan själva tävlingen. Det är då chansen finns att bekanta sig med området tävlingen ska gå på. Det brukar bli ett antal träningspass i skogarna. Detta är en viktig del inför själva banläggningsarbetet jag brukar göra i princip klart under vintern för att så snart snön försvinner kunna provspringa en del banor ihop med några klubbkompisar för att få lite input innan kartorna ska tryckas.



# Huber om första tiden som tränare för orienterarna



Orienteringsklubbens elittränare Raffael Huber i eftersnack med elitedaren Björn Wrahme efter sin sträcka på Jukola-kavlen i Finland. FOTO: Johan Trygg.

Raffael Huber är orienteringsklubbens nya elittränare som har ersatt Graham Gristwood.

IFK-Kamraten träffade den 29-årige schweizaren för att höra om hans första intryck av sina nya klubb bland annat.

Text: Elisabeth Åkärby

Raffael Huber är uppvuxen i Hedingen nära Zürich i Schweiz. Han har elva år bakom sig i det schweiziska landslaget.

Vi träffar honom i ett regnigt Hemus en onsdag för att springa löpintervaller. Raffael berättar att han inte kommer från en orienteringsfamilj utan började med orientering av en slump. Han ställde upp i en klubb tävling och vann så efter det gick han på träningarna klubben hade, det var då han träffade sin bästa vän.

– Det är viktigt med kompisar i samma ålder och att ha roligt, säger Raffi, som han kallas.

I dagsläget är världen ett hem, men basen är i Trondheim. Relationen till Mora är Eva Svensson, hans blivande fru, hennes familj och släkt.

– Mora har också en annan terräng än vad jag är van vid. Det finns så mycket nytt att se och registrera i naturen här, säger han.

**Hur känns det att komma till IFK Mora OK?**

– Det känns fantastiskt! Mitt intryck är att Mora har en klubb som har bra och professionell struktur, en lång historia och tradition. Klubben ger möjlighet till alla, internationella och nationella löpare, att nå sin topp både sportsligt och socialt.

Hans tankar kring jobbet som tränare är att kunna coacha löpare, planera och organisera träningar och läger, lägga banor och göra träningsupplägg på ett bra sätt. Det är viktigt att få ihop det: orienteringstekniken, fysisk träning och det mentala.

– Orientering är så härligt! Du får springa mitt ut i naturen, trycka dig genom buskar och hoppa över stenar. Det är en utmaning rent fysiskt, mentalt och tekniskt. Mina styrkor är att jag har koll på kartan så jag slipper göra stora misstag. För några år sen var jag en stark löpare, särskilt uppför. Långdistans är favoritdistansen, berättar han.

När vi stretchar i regnet frågar vi honom om hans bästa träningstips.

– Ha en plan och håll dig till den. Delar av planen borde vara att springa mycket i backar, avslutar Raffi med ett leende.



Mycket aktivitet för gammal och ung under MYC 2017. Övre bilden t.v: Skogs-TC im Skuru. Övre bilden t.h: Alfred Danielsson kämpar på och springer ifrån några "gubbar" i en backe. Nedre bilden t.v: Sofie Karlsson Holmer med fullt fokus. Nedre bilden till t.h: Många elitlöpare trivs på MYC. Här illustrerat av Jakob Löf, Malungs OK. FOTO: Johan Trygg.



Att lägga banor för olika åldrar och olika kunskapsnivå kräver givetvis olika sätt att tänka på. Som exempel kan nämnas att det som för mig som är 180 cm lång och har en bra överblick på ett hygge med lite hallonsnår och högt gräs upplevs inte lika av en kort tioåring, eller vad en elitlöpare uppskattar i form av terräng och svårighet jämfört med en motionär och så vidare.

Det som är gemensamma nämnaren för alla är dock att alla vill ha en utmaning på sin svårighetsnivå, varierande orienteringsmoment och

att kartan stämmer med verkligheten. Så det är det jag brukar fokusera på och skapa i min banläggning. Arbetet sker delvis i OCAD som är ett datorprogram, men för att få en bättre överblick och helhet skissar jag mycket på utskrivna kartor för att få den rätta känslan.

## Hur blir det i framtiden

När väl allt detta är gjort känner jag mig trygg i att banorna blir bra för majoriteten (Det är ofta svårt att tillfredsställa alla) och själva täv-

lingsdagarna brukar det vara lugnt och man får njuta av dagen.

MYC i framtiden då?

Jag hoppas och tror vi spinner vidare på konceptet, utnyttjar de olika möjligheter vi har i Mora och behåller vår ställning som en bra arrangör som gör det där lilla extra som gör att man kommer tillbaka.

Att vi marknadsför oss lite bättre så fler upptäcker detta och att vi kan bidra till glädje och fina minnen!



### Funktionärsfest i höst!

Nu är det dags! Boka in helgen 11-12:e november i din kalender. Själva festen blir på kvällen den 11:e (festlokal än så länge hemlig), men det blir även en hel del andra spännande och intressanta aktiviteter för alla Vasaloppsfunktionärer denna helg, då det även är öppningshelg för hela arenan - förbered dig på en massa skoj! Plats för funktionärsfesten blir denna gång i Sälen. Vi planerar för en helkväll med mycket god mat, trevligt sällskap och framför allt mycket skratt, så ta och ladda upp skrattmusklerna redan nu under sommaren så du klarar kvällen!

### Kläder sommarveckan 2017

Nästa år kommer ett nytt funktionärsplog för sommaren. Exakt vad det blir vet vi inte ännu, men i år fortsätter vi att använda den ljusblå T-shirten. Han man inte en sådan går det bra att använda en klubb-T-shirt (passa på att göra reklam för din förening!) eller om man har någon annan tröja med Vasaloppslogga på.

### Tidstilllägg för nedskräpning

Då vinterns försök med att minska nedskräpningen i spåret föll mycket väl ut fortsätter vi med samma koncept även under sommaren. Detta betyder att det kommer att innebära tidstilllägg för den deltagare som skräpar ner i arenan. Det kommer att finnas speciella funktionärer (som filmar) ute i banan som har till uppgift att kontrollera att detta krav efterlevs.

### Nu ska vi bort från vägen!

2013 lovade vi myndigheterna att vi skulle vara borta från trafikerad väg inom 5 år. Förra året åkte cyklisterna 1,8 kilometer på Vasaloppsvägen, precis före Mångsbodarna. Arenagruppen jobbar nu febrilt med att färdigställa den nya sträckningen. Just nu grusas sträckan och de bygger trall för glatta livet. Det är en mycket blöt sträcka, men OM de lyckas med detta i år kan vi hålla vårt löfte till myndigheterna med

# Notiser från Vasaloppet



*Vasaloppets arenagrupp jobbar febrilt för att färdigställa en ny sträckning för Cykelvasan innan Mångsbodarna. FOTO: Vasaloppet.*

ett år till godo och så slipper vi att enkelrikta vägen och lotsen försvinner. Håll tummarna för att de hinner! En risk som kan uppstå när detta arbete är klart är att många medföljande parkerar på vägen, vilket är direkt farligt. Med anledning av detta kommer därför Red Wings att vara ute mycket och åka MC för att förhindra ovanstående.

### Flytt av målområde - tillbaka till målportalen

Mässa, nummerlappar och restaurang har befunnit sig på gamla "Strandenområdet" i Mora de senaste 2 åren. För att området direkt kring mål skall kännas mer tätt, centralt och för att

skapa en förstärkt känsla av gemenskap och "det är här det händer" så kommer dessa delar att flytta tillbaka till området kring målportalen. Stadiumtältet kommer att finnas direkt efter målgång, nummerlapparna blir bakom prästgården, restaurangen blir i Målstugan (gamla "MålkullAnn"-huset), en gångbro kommer att finnas över cyklisterna/löparna efter mål m.m. Det kommer inte heller att finnas några läktare - allt för att skapa en öppen och gemytlig yta, där allt hänger ihop.

### Vasaloppets vision: Sommar som vinter

Vasaloppet arbetar efter en version som har döpts till: "Vasaloppet, sommar som vinter".

## Du som är Vasaloppsfunktionär är med och bidrar till den reg

**Förra månaden mottog Vasaloppet en undersökning från Upplevelseinstitutet som visar på mycket bra siffror när det gäller Vasaloppsveckornas inverkan på besöks- och turistnäringen såväl som på den regionala ekonomin totalt sett - se utdrag av undersökningen nedan:**

\* Vasaloppets Vintervecka hade 66 582 anmälda deltagare, av vilka 56 639 kom till start (62 länder var representerade). 1 156 av de startande kom från de lokala Vasaloppskommunerna och räknas inte som turister. De 55 483 turistande deltagare som kom till start hade i sin

tur med sig 11 639 medföljare till Vasaloppsregionen. Vinterveckan hade även en stor publik till tävlingarna. Sammantaget var det 60 000 publiktillfällen under veckan (ca. 33 246 unika personer), men en stor andel utgjordes av deltagare, medföljare och lokal publik. Efter att dessa tre grupper räknats bort visade beräkningarna att 3 657 personer kom som turistande publik för att titta på tävlingarna. Sammanlagt beräknas 70 780 turister ha kommit till Vasaloppsregionen under evenemanget (unika personer).

\* Turisternas konsumtion i samband med Vasaloppets Vintervecka uppgår till ca 243,3 miljoner kronor, vilket fördelas på 57,2 miljoner logi/boende och 186,1 miljoner övrig konsumtion. Turister från Sverige stod för ca 208,6 miljoner av omsättningen, medan de norska stod

för ca 11,2 miljoner och de från övriga länder stod för ca 23,5 miljoner. En beräkning av var omsättningen hamnat visar att ca 234,6 miljoner omsattes i de tre Vasaloppskommunerna, medan 8,7 miljoner omsattes i andra kommuner. Här av vi räknat med att logi/boende kan härledas till var den konsumerats, medan den övriga konsumtionen till fullo tillgodosåknats Vasaloppskommunerna eftersom deltagare och publik tillbringar nära nog hela dagen och kvällen i regionen så är det troligt att nära nog hela dagskonsumtionen äger rum i Vasaloppskommunerna.

\* Bland deltagarna var turistandelen 98% medan exportandelen låg på 11%. Publiken utgjordes till stor del av deltagare, men efter att vi exkluderat deltagarna visade det sig att



Denna vision utgör grunden till affärsplanen och lyder som följer:

”Utvecklingen av arrangemangen såväl vad gäller kvalité samt eventuellt nya lopp och fler deltagare är kärnan i Vasaloppets framtidssäkring och utveckling. Strategin är fortsatt att utveckla sommaren med såväl cykling som löpning under sommarveckan som aktiviteter året runt. Sommarevenemangen utgör komplement såväl för säkringen av arenan som ytterligare ett ben att stå på.

Kortsiktigt mål i denna plan är att nå ett totalt antal deltagare (sommars och vinter) av 100 000 st. Vid planperiodens slut, 2022, det år Vasaloppet firar 100 år, är ett långsiktigare mål att aktiviteterna i Vasaloppsarenan ska ha ökat, fler personer upplever arenan, både som deltagare och besökare på annan tid under året än dagarna för evenemangen. Allt vårt arbete ska ske med bibehållen Vasaloppskvalité.”

### Vasaloppets hållbarhetsstrategi

Vasaloppet har även tagit fram en hållbarhetsstrategi som vi jobbar efter. Den grundar sig i de 20 globala målen för hållbar utveckling. Strategin innehåller många delar, men har några speciella områden med extra fokus:

#### • Social hållbarhet

- vara motor för folkhälsa och motion
- värna och utveckla samarbetet med föreningslivet

#### • Ekonomisk hållbarhet

- arbeta för långsiktig produktutveckling över tid
- genomföra hållbara investeringar i Vasaloppsarenan

#### • Hållbarhet miljö

- minska vår klimatpåverkan från transporter, resor, mat och snöläggning
- arbeta för nolltolerans mot nedskräpning längs Vasaloppsarenan

## ionala utvecklingen!

turistandelen i publiken låg på 85% medan exportandelen låg på 4%.

\* 38% av deltagarna åkte på träningsläger inför deltagande i Vinterveckan, och de stannade i genomsnitt 4,9 dygn på lägret. 19% åkte på arrangerade läger medan 81% åkte på privata läger. De platser som var populärast att förlägga sitt träningsläger på var Grönklitt/Orsa (23%) följt av Sälen (17%), Mora (11%), Idre (7%), Funäsdalen (5%), Harsa (4%). De deltagare som förlade träningsläger till Sälen och/eller Mora har i genomsnitt spenderat ca 4 800 kr på sitt/sina träningsläger. Sammantaget beräknas den turismekonomiska omsättningen kopplat till träningslägren ha varit ca 17,6 miljoner i Sälen och 11,4 miljoner i Mora och 1 miljon i Älvdalen.

## STAFETTFRÅGAN

Stafettfrågan gick förra gången från Örjan Stefansson, Oxbergs IF vidare till Älvdalen och Yvonne Sjödén, Älvdalens Skidskytteförening.

Örjans fråga var: Hur engagerar vasaloppsveckorna er förening?

Text: Jenny Eriksson

Här kommer Yvannes svar:

Under vinterveckan är vi funktionärer – och har så varit i minst 15 år - på parkeringarna kring Mångsbodarna, tillsammans med Älvdalens Pistolskytterklubb.

Vi är runt 15 personer som hjälper till och tillsammans täcker vi upp ungefär 20 arbetspass. Än så länge har vi inte engagerat oss i sommarveckan, men man ska aldrig säga aldrig.

Vi försöker hitta olika inkomstkällor till vår förening, till exempel plantsättning och sponsorer, men den mest betydande delen av våra inkomster kommer från det arbete vi gör under Vasaloppets vintervecka.

Skulle vi inte ha denna inkomst vore vi tvungna att fundera över hur vi istället skulle ”orka” att få ihop samma summor och om de aktiva istället skulle behöva betala flera kostnader själva? Som det är idag så står föreningen för all träningsammunition och anmälningsavgifter, boende och resor till de flesta tävlingarna.

Vi står dessutom för mycket av kostnaderna kring studierna för de som går på idrottsgymnasium. Varenda krona som föreningen tjänar på sitt Vasaloppsarbete går tillbaka till vår tränings- och tävlingsverksamhet.

Vi är en liten förening med cirka 35 medlemmar, i åldrarna 4 till 85 år – det är ett härligt gäng!

Vi har gamla anor i klubben med bland annat två åkare som deltagit i OS och på senare år har vi haft flera åkare som representerat landslaget på både ungdoms- och juniornivå och till hösten börjar ytterligare två av våra åkare på idrottsgymnasium.

Det är alltid mer eller mindre aktiva perioder i föreningar – det går upp och ner. Just nu har

### 79 personer satsar på en Vasaloppstrippel 2017

Att genomföra ett Vasalopp är en utmaning. Att göra tre under ett och samma år kan klassas som en riktigt bragd. 79 personer, från Malmö i söder till Luleå i norr, satsar på att göra en Vasaloppstrippel, tre 90-kilometers lopp, under 2017. De har med andra ord Ultravasan 90 i sikte under sommarträningen.



Yvonne Sjödén, Älvdalens Skidskytteförening, är fyra ut i ”Stafettfrågan”. Yvonne skickar vidare stafettpippen till Jennie Andersson i Brunnsbergs IF Dragkamp.

vi många engagerade ledare i vår klubb, alla jobbar tätt ihop och bygden med dess sponsorer ställer upp för oss, det känns fantastiskt bra!

Mellan tolv till femton stycken är idag aktiva tränings- och tävlingsåkare mellan 10 och 21 år. Trots vår lilla storlek kan vi, tack vare ett gott samarbete med varandra och med bland andra Vasaloppet erbjuda våra medlemmar en verksamhet som håller mycket hög nivå.

Våra aktiva kan delta i 5-25 stycken (beroende på ålder) tävlingar per år, vi kan anordna ett eget läger en gång per år, vi kan anordna en cup-tävling, i samarbete med Mora Biathlon, varje år, vi kan erbjuda träningar varje vecka, vi kan vara med på läger som distriktet arrangerar och så vidare.

Skidskytte är tyvärr ingen billig sport, så det fina med att vi öronmärker Vasaloppets vintervecka för att ställa upp som funktionärer är att vi minskar risken för att ekonomiska skillnader ska vara avgörande när man vill välja eller prova på en idrott att ägna sig åt – ALLA kan delta tack vare att föreningen hjälper till med stora delar av kostnaderna, det är vi stolta över och så vill vi fortsätta!

Yvonne sänder följande fråga till Jennie Andersson i Brunnsbergs IF Dragkamp:

Dragkampförbundet är ju en liten sport i Sverige, om du ser till antalet föreningar och medlemmar, men Brunnsberg IF tycks fortsätta att locka till sig aktiva och ledare - Hur gör föreningen för att rekrytera nya ungdomar och ledare?



# Många röda mössor på ICA Cup i Bollnäs

ICA Cup är riksfinalen i längdskidor för Sveriges främsta 13- och 14-åringar samlas för att tävla i lag där skidåkarna representerar sina landskap.

Dalarna representerade av sex killar och tjejer i både 13- och 14-årsklassen, som alla blivit uttagna via vinterns kvalificeringstävlingar hemma i distriktet.

IFK Mora SK har haft en stark tradition av representanter i Dalalaget men frågan är om inte årets upplaga är något extra då det var hela åtta åkare som representerade Dalalaget iförda den röda klubbmössan.

IFK Moras åkare som var med på plats:  
D13, Ida Garfvé & Lina Rydén  
D14, Elsa Hermansson & Sara Andersson  
H13, Jakob Larsson & Sebastian Svahn  
H14, Albin Gezelius & Markus Almgren

Nyckeln till att så många kvalificerade sig till laget är den härliga träningsgrupp som tränar tillsammans, och givetvis har de klubbkompisar som inte kvalificerade sig denna gång även en stor del i framgången.

## Klassisk distans

Första tävlingsdagen inleddes med tävlingar för ungdomarna i klassisk distans där Dalarna kopplade ett starkt grepp om distriktskampen. I samtliga klasser höll sig Dalaåkarna i framkant och bland våra IFK Mora-åkare bidrog bland annat Lina med en andraplats i D13, Sara med en tredjeplats i D14 och Jakob med en åttondeplats i H13.

## Klassisk sprint och skicross

Dag två inleddes med en sprint är återigen Dalarna visade på sin fantastiska bredd med flera topplaceringar skapade sig laget en rejäl lucka till jagande lag.

Efter en lunchpaus stod funktionärerna åter igen redo att släppa ut ungdomarna på tävlingsarenan och denna gång testades ungdomarna i balans, koordination och snabbhet när det skulle tävlas i skicross. Med 13 topp 10-placeringar, där Sara knep en förstaplats och där Sebastian och Albin bidrog med var sin andraplats, avgjorde Dalarna distriktskampen inför söndagens stafetter.



IFK Mora SK:s ungdomar på ICA Cup. Från vänster: Markus Almgren, Albin Gezelius, Elsa Hermansson, Lina Rydén, Sara Andersson, Ida Garfvé, Jakob Larsson och Sebastian Svahn.

## Stafetterna

Många landskap såg sin chans på söndagen att ge Dalarna en kamp i stafetterna, men trots det stora försprånget visade Dalaungdomarna sina goda skidfärdigheter när man tog hem segern i samtliga stafetter. Att dessutom få se Staffan och Mattias bjuda på härlig skidglädje i ledarstafetten sammanfattar helgen i ett ord – dalapower.

Utöver tävlingarna fick ungdomarna uppleva en härlig helg som byggde på både gemenskap, glädje och utmaningar. Att Anders och Peter gjorde ett lysande arbete under långa pass i vallatältet bidrar till att vi ännu en gång visar övriga skidsverige en positiv bild av Sveriges trevligaste skidklubb.



Staffan och Bengt? Nej, men Staffan och Mattias som dominerade på ledarstafetten under ICA Cup i Bollnäs.

## Ungdoms-skidledarna hittade både ut och hem

IFK Mora SK:s ungdomsledare avslutade säsongen med aktivitet och middag. Avslutningen startade med samling i Hemus och indelning i tremannalag.

Efter utdelning av kartor från Hitta Ut fick lagen 60 minuter på sig att hitta så många kontroller som möjligt.

Segrande laget lyckades ta hem segern med 15 funna kontroller. Segerbanketten hölls på Helt enkelt och det bjöds på god mat och dryck.

Segrarlaget: Erik Bergman, Helena Gezelius Björkman och Anders Garfvé.





# Skidklubben utökar truppen

När det gäller seniortruppen inför kommande säsong så blir det förstärkningar till skidklubben.

Det är fyra åkare från Falun Borlänge som väljer att åka för skidklubben samt en åkare från Sundbybergs IK och en från Sunne SLF, vilket ger förstärkning till stafetter för herrar och damer.

Totalt har vi nu 26 åkare i seniortruppen.

## De fem som kommit till skidklubben är:

Anna Dyvik, med i SSF träningsgrupp 1  
Karl-Johan Dyvik, med i SSF träningsgrupp 2  
Gustav Eriksson, med i SSF träningsgrupp 2  
Jonas Eriksson, med i SSF träningsgrupp 3  
Martin Herbert  
Gabriel Strid

Utöver av dessa nya åkare består seniortruppen av följande åkare:

## Damer:

Stina Nilsson, med i SSF träningsgrupp 1  
Helene Söderlund  
Frida Erkers  
Ida Lindkvist  
Sara Wadman  
Hanna Eriksson  
Ida Dahl  
Emma Björklund  
Emma Höglund  
Madelene Nord

## Herrar:

Daniel Svensson  
Victor Gustafsson  
Andreas Holmberg  
Anders Solin  
Oskar Suomi Olsson  
Nils Augustsson  
Gabriel Höjlind  
Krång Mikael Sandgren  
Martin Lindkvist  
Tim Magnusson



Anna Dyvik är ett av många spännande nytilskott i IFK Mora skidklubbss seniortrupp.

FOTO: Johan Trygg.

I juniortruppen så har vi totalt 21 stycken åkare och många av de går på Mora skidgymnasium. Johanna Andersson som kommer från Falu IK studerar vid Järpens skidgymnasium.

Det kommer bli en intressant kommande säsong med många bra resultat.

## Nya åkare som har kommit hit till denna säsong är:

Johanna Andersson  
Judith Dolleris  
Alexander Karlsson  
Gustaf Berglund  
Sofia Berglund  
Gustav Johnsson  
Johan Herbert  
Anna Herbert

Utöver av dessa nya åkare består juniortruppen av följande åkare:

## Damer:

Emma Larsson, med i SSF träningsgrupp 3  
Ella Halvarsson  
Sara Eriksson  
Wilma Björkman  
Elin Lindroth

## Herrar:

Pär Jutterström  
John Hermansson  
Gustav Björklund  
Joel Andersson  
David Höglund  
Isak Augustsson  
Axel Jutterström  
Samuel Höjlind

Sammanfattningsvi kan vi säga att det kommer bli en sporre för alla åkare och många bra träningar och tävlingsstunder tillsammans.

Inom IFK Mora skidklubb har vi målet och skall bli: Sveriges bästa skidklubb.

Att vara Sveriges bästa skidklubb kan vara resultat från skidtävlingar, att ha bästa ledarorganisationen, att ha bästa "Skidor hela livet" och då till exempel motionsgruppen, eller att vi skall vara bäst på gemenskap och samvaro.

Väl mött i skidspåret!

**Tomas Bredberg**  
ordförande, IFK Mora skidklubb

## Midsommarläger på hemmaplan



Dagarna före midsommar hade skidklubbens elitåkare läger på hemmaplan. Vi kollade läget med tränaren Håkan Löfström.

## Håkan, vad var fokus på det här lägret?

– Tanken var att få några tävlingslika pass. Tre pass som gick över tröskel, lite grann åt tävlingsfart.

## Hur känns det med många nya åkare i klubben på plats. Du har en stor grupp?

– Det känns riktigt häftigt. Vi har fått väldigt många nya duktiga talanger, både juniorer och seniorer. Det märks att det blir en väldigt bra sparring på passen.

## Hur ser det ut med läger framåt?

– A-truppen drar till Sognefjell för skidåkning en vecka i början av juli. Efter sommaren blir det ett läger i Sjusjön. Sen blir det några hemmaläger till i höst. Sen är det snart vinter igen och tävlingspremiär, avslutar Håkan.





En dans av RT truppen.

# Härlig stämning på uppska



Höga hopp på tumbling med RM truppen.



Deffilering RT truppen.



Tumblingvarv med Påbyggnadstruppen.





En dans med sporttema av RM truppen.

# ttad gymnastikuppvisning



Den årliga uppvisningen i Unihoc arena gick av stapeln den 21 maj. Trots att det krockade med andra avslutningar och uppträdanden så var det relativt många gymnaster med.

Det blir alltid fart och fläkt och stor variation på uppvisningen, allt från nybörjar truppens kullerbyttor till RM-truppens dubbelvolter och skruvar.

Alla lika duktiga på sin nivå.

**Text:** Agnetha Blomqvist Grannas  
**Foto:** Kennet Collin  
Mängs Alexandra Ytterberg



Påbyggnadsgruppen och RT-gruppen.



Tumblingvarv med Nybörjartruppen.



Balansövning i nya fristående med RM-truppen.



# Sammanfattning av skicross-säsongen

Klubben kan glädjas åt ännu en framgångsrik skicross-säsong! Förra säsongens nio FIS-åkare har blivit elva fördelat på åtta killar och tre tjejer.

Av dessa har Michael Forslund, Victor Sticko, Axel Frost och Veronica Edebo varit med i landslaget.

Text: Marie-Therese Edebo

I världscupen har vi haft hela tre åkare med i år, Micke som kört hela touren, Victor som kört både WC och Europacup och med ett personbästa i WC med en 12:e-plats i Idre! Alexandra – som valde att göra en egen satsning utanför landslaget i år – fick göra WC-debut i Idre och lyckades med en tolfte plats i debuten!

Axel Frost, Veronica Edebo och Emil Frost har åkt en del Europacup och givetvis även Scandic Svenska cupen på hemmaplan. På hemmaplan har också Emma Frost, Markus Lorentzon och Alexander Lindquist tävlat lite skicross.

På SM i Bollnäs tog klubben två silver genom Victor och Veronica!

## Två till JVM

Till junior-VM i Italien var två åkare uttagna, Alexandra och Veronica. Tyvärr fick Veronica stå över på grund av en skada. Alexandra var snabbast av alla i tidsvalet, men ett fall i stora finalen satte stopp för medaljchans och hon slutade fyra, inte illa ändå.

Nya i gänget är Jakob Hård af Segerstad och Martin Skogli. Martin har tävlat en del genom åren men flyttade från Stockholm och behövde en ny klubb och valet blev IFK Mora. Jakob är en hockeyspelare som följde med kompisen Emil och testade skicross och fastnade för sporten. Kul!



*Alexandra Edebo har en bra säsong bakom sig och ingår nu i olympiska kommitténs topp- och talangprogram.*

Bland våra yngre åkare utmärker sig Moa Lorentzon med starka insatser i både alpint och skicross under säsongen. Riktigt kul att se att det går att träna/tävla i båda disciplinerna och dessutom med framgång! Det visar att sporterna kan komplettera varandra bra.

## Fyra i landslaget

Inför kommande säsong är fyra av tolv åkare i landslaget från IFK Mora: Victor och Alexandra i träningsgrupp 2, Veronica och Axel i träningsgrupp 3.

Alexandra Edebo fick i dagarna besked om att hon antagits till svenska olympiska kommitténs topp- och talangprogram, efter att ha blivit nominerad och deltagit på Swedish Olympic Camp på Kreta för omfattande tester och inter-

vjuer. Det är ett stort steg i hennes idrottskarriär och ett kvitto på att hon lagt ned ett mycket hårt arbete på sin träning!

Klubbens erfarna och duktiga världscup/VM/OS-åkare Michael Forslund har tyvärr valt att avsluta sin tävlingskarriär efter många framgångsrika år. Micke har tre VM i bagaget. Värt att notera är hans fina tolfte plats på VM i Kreischberg 2015. Han har två OS-startar och en 22:a-plats som bästa resultat. I världscupen har nästan 80 starter bakom sig och flera fina placeringar med den absolut bästa, en tredje-plats, på hemmaplan i Åre 2015. Det är ett imponerande facit och vi kan verkligen vara stolta över Micke!

Hoppas att Micke fortsätter med skicross i någon form – kanske som tränare eller ledare i framtiden?

Klubben arrangerade även i år flera skicross-tävlingar med tävling både lördag och söndag:

Scandic Svenska cupen  
Europacupfinaler  
SNG/FIS i Hamra

Tävlingen i Hamra blev rekordstor med över 200 deltagare, och det är – förutom världens hittills största skicrossstävling – sannolikt även en av klubbens största tävlingar under modern tid sett till antal deltagare! Det visar återigen vilket enormt engagemang det finns i klubben – och att man med relativt liten tävlingsorganisation kan ro i land en så stor tävling, kul!

Dessutom delades Svenska skidförbundets nyinstiftade Scandic-stipendium till klubbar ut till IFK Mora som första klubb någonsin! Del av motiveringen: "IFK Mora har förtjänat att få det första stipendiet efter föredömligt arbete för skicross under en lång tid."



*Victor Sticko och Veronica Edebo tog båda silver på SM.*





*Hela moragänget under SM-veckan i vintras.*

#### Våra FIS-åkare säsongen 2016-2017:

##### Micke Forslund

Har ingått i världscuplaget även denna säsong, och har tyvärr dragits med lite skador. Som redan nämnts så avslutar han nu sin tävlingskarriär.

##### Victor Sticko

Ingått i landslaget, och har tävlat både EC och WC och har lyckats med personbästa i WC med en tolfteplats på hemmaplan i Dalarna i Idre! Dessutom har han flera topp-placeringar i EC, samt ett SM-silver med sig till nästa säsong.

##### Axel Frost

Har också varit med i landslaget. Axel fortsätter att imponera med flera topp tio och några pallplatser i Scandic Svenska cupen. Dessutom gjorde han en mycket stark insats på Europacupfinalerna i Gopshus med en åttonde plats ena dagen, och blev därmed bäste svensk i ett mycket tufft startfält. Blev tvåa i totalsammanställningen i Scandic Svenska cupen.

##### Veronica Edebo

Har ingått i landslagets juniorgrupp i år. Veronica har flera pallplatser och två vinster i Scandic svenska cupen (och blev tvåa i totalsammanställningen), en fjärdeplats på EC-finalen i Mora och sist men inte minst ett SM-silver!

##### Alexandra Edebo

Valde att satsa på egen hand utanför landslaget denna säsong. Satsningen har gett resultat, hon har en fjärdeplats på NORAM USA i konkurrens med WC-åkare, några vinster i EC och flera pallplatser, och en tolfteplats i WC-debuten i Idre.

##### Emil Frost

Har tävlat både Scandic Svenska cupen och Europacup. Flera toptio-resultat i Scandic Svenska cupen och några pallplatser från övriga FIS-tävlingar i Sverige och Norge.

##### Alexander Lindquist

Har haft mycket med jobbet så det blev lite mindre tävlande i år, kul ändå att han fortsätter!

##### Markus Lorentzon

Har även denna säsong kombinerat skidlärarjobbet med skicross-tävlingar, och har en fin niondeplats med sig från SM.

##### Martin Skogli

Den långhåriga och alltid lika glada killen från Huddinge som flyttat till Värmlands skogar och numera tävlar för IFK Mora. Martin är snabb men hinner inte träna så mycket eftersom han också är nybliven pappa, men när han dyker upp förgyller han tävlingarna med sitt leende!

##### Jakob Hård af Segerstad

En hockeyspelande talangfull idrottare som blev "medlurad" av sin kompis Emil till säsongens första FIS-tävling i Sverige och åkte riktigt snabbt. Så snabbt att skicross-gymnasietränarna på plats imponerades stort över hans snabbhet i starten.

##### Emma Frost

Emma startade i fem tävlingar den här säsongen och avslutade med två tredjeplatser i Hamra. Hon har flera gånger övervunnit sig själv och bestämt sig för att tävla trots att hon kanske ibland tyckt att hoppen varit lite stora. Bra inställning!

#### Axplock av resultat under säsongen:

SM Bollnäs (som också direktsändes på SVT)  
Veronica Edebo Silver  
Victor Sticko Silver

##### Junior-VM:

Alexandra Edebo 4:a

Andra resultat värda att notera:

##### Victor Sticko:

2:a EC Val Thorens  
2:a SM  
12:a WC Idre  
2:a SC Lofsdalen  
3:a SC Lofsdalen  
2:a SC Hovfjället

##### Axel Frost:

5:a SM  
8:a EC-final Mora, bäste svensk söndag  
2:a FIS Hamra  
2:a FIS Hamra

##### Alexandra Edebo:

4:a NORAM Solitude USA  
3:a EC Bardonecchia  
3:a EC Bardonecchia  
1:a EC Ebingen  
1:a EC Ebingen  
12:a WC Idre  
3:a EC-final Mora  
2:a EC-final Mora  
2:a SC-final Lofsdalen

##### Veronica Edebo:

2:a SC Hovfjället  
2:a SC Hovfjället  
1:a SC Mora  
1:a SC Mora  
2:a SM  
4:a EC-final Mora  
2:a SC Idre  
2:a SC Idre

##### Sverigeranking topp 10:

Alexandra 3  
Micke 4  
Veronica 5  
Victor 6  
Alexander 8  
Axel 9



*Micke Forslund avslutar karriären efter en lång och framgångsrik tid som skicross-åkare.*





Alpina klubben arrangerade många tävlingar i Gopshusbacken i vintras. Inte minst Europacupfinalen i skicross som här ovan. Bilden från damernas prisutdelning med klubbens egna åkare Alexandra (längst till vänster) och Veronica (längst till höger) Edebo som tvåa och fyra. FOTO: Johan Trygg.

## En händelserik säsong i pisterna

**IFK Mora Alpina klubb kan se tillbaka på en händelserik säsong med både rolig träning, tuffa tävlingar och fina resultat.**

Text: Sara Axelsson

### Deltagarrekord vid träningsläger

I december hölls enligt tradition klubbens populära familjeläger i Björnrike. Antalet deltagare ökar för varje år och nu toppade antalet med nära hundra aktiva och föräldrar. Tre dagars skidåkning i fjällen är det glädjefylla startskottet för säsongens träning och sammanhållning.

### Gopshusbacken

Vädret satte stopp för att öppna Gopshusbacken under jullovet, men efter en stor insats av klubbens medlemmar att snölägga backen sattes liften igång den 14 januari. Under tre månader har backen flitigt används under kvällar och helger till träning och tävling av de aktiva och härlig skidåkning för allmänheten.

### Skidskola blev Skidkul

Skidskola bytte skepnad till Skidkul, med en timmes skidåkning varje torsdag för barn mellan 5-9 år. Det har varit ett bra sätt att lära de yngsta att åka slalomåkning från grunden. Att träffas vid flera tillfällen i direkt anslutning till vår ordinarie verksamhet har gett en bra sammanhållning kring skidåkningen.

### Ledarrekrytering

Då klubben växer har vi haft förmånen att lyckats rekrytera ytterligare tre nya tränare/ledare. Både engagerade föräldrar och före detta aktiva.

### Skicross-träning en nyhet

Intresset för skicross är stort och en nyhet för säsongen har varit att IFK Mora Alpina erbjudit organiserad skicross-träning för barn från 9 år. Varje tisdag har det varit full fart i skicrossbanan i Gopshus.

### Tävlingar för små och stora

Klubben har arrangerat flera tävlingar i Gopshusbacken under säsongen; FIS Skicross, Gopshus Cup, LVC-kval och USM-kval, Lilla Dalacupen, RockParallellen och sist men inte

minst Europacupfinalen i Skicross. Klubben har även arrangerat FIS storslalom i Fjätervålen och FIS Skicross i Hamra.

### Från Lilla Dalacupen till VM

Klubben visar på både bredd och spets. Blåvita IFK Mora-jackor dominerar på ungdomstävlingarna runt om i Dalarna och klubben hade två ungdomar representerade vid den anrika störtloppstävlingen Guldhjälmen i Åre. Alla aktiva har gjort framsteg på sina olika nivåer. IFK Mora har även haft tre åkare som har representerat Sverige i både junior-VM och VM i skicross samt alla alpina grenar under junior-VM.

### Årets idrottsprestationer

Under Sveriges nationaldagsfirande i Mora den 6 juni prisades alla medlemmar i Mora-klubbar som tagit medaljer på SM, EM och VM-nivå med utmärkelserna Årets idrottsprestation. IFK Mora Alpina representerades av inte mindre än tre alpinister. Fanny Axelsson fick pris för sina SM-brons i alpin kombination och super-G. Victor Sticko samt Veronica Edebo tog båda emot utmärkelserna för SM-silver i skicross.





Alpina klubben höll traditionsenligt avslutning med bowling på Moraparken. Klubben kunde se tillbaka på en framgångsrik säsong.

## Alpina klubben rundade av på Moraparken

I början av juni var det dags för den årliga alpina avslutningen för säsongen med traditionsenlig mat och bowling på Moraparken. Många av våra aktiva barn och föräldrar närvarade.

Efter en god tacobuffé som avnjöts i trevligt sällskap hälsade ordförande Mats Björkman alla välkomna och redogjorde för den framgångsrika säsong som varit.

Text: Åsa Yngvesson

För att kunna ha den verksamhet som vi har med många aktiva så krävs det engagerade ledare.

Under säsongen har ungdomssidan bland annat utökats med fler barngrupper. I nuläget har klubben cirka 100 barn och ungdomar i aktiva.

Alla ledare tackades för sitt stora engagemang och fick förutom många applåder fina blommor som bevis på den uppskattning som delas av oss alla.

### Utdelning av stipendie

Varje år utnämns årets ungdom. I år gick priset till Clara Lovén. Clara bytte klubb den här säsongen från Orsa Alpina till IFK Mora alpina och har under säsongen gjort stora framsteg både på träning och tävling.

Hon tillhör de bästa U14 i landet. Vi ser fram mot att följa dig nästa säsong Clara!

Ytterligare en tradition som följdes var att dela ut stipendiet ur Mikael Matsson Djös minnesfond. Irma Darth var den aktiva som fick äran att ta emot det med motiveringen: "med



Mats Björkman delar ut priset årets ungdom till Clara Lovén.

positiv inställning visat stor tränings vilja och gott kamratskap samt presterat bra i tävlingar i sin åldersklass".

Stort grattis Irma!

### Fyra i landslaget

Mats Björkman fortsatte att berätta om den framgångsrika säsong som IFK Mora alpina har haft.

Hela fyra skicrossåkare (Axel Frost, Victor Sticko, Alexandra Edebo och Veronica Edebo) har varit uttagna i landslaget samt att vi på den alpina sidan kunnat följa Fanny Axelsson som varit med i JVM samt blivit uttagen till team Åre 2019.

### Kändisstatus

Till många aktivas stora förtjusning var det även lite kändisstatus på avslutningen då skicrossåkaren Michael Forslund närvarade. Michael



Irma Darth fick ta emot stipendium ur Mikael Matsson Djös minnesfond.

som precis beslutat sig för att lägga skidorna på hyllan och anta nya utmaningar avtackades för sin framgångsrika tävlingskarriär.

Michael har varit med hela nio säsonger i världscupsammanhang och burit IFK Moras varumärke ut i världen. Tre VM, två OS, 120 starter i världscupen samt 17 pallplatser är bara några händelser i en mycket framgångsrik karriär. Vi tackar Michael för all framgång och önskar honom all lycka framöver.

### Tack till Maria

Klubben tackade även Maria Melvin för sitt utomordentliga arbete som kanslist. Med sitt stora engagemang, positiva bemötande och effektiva arbete så underlättar det mycket för alla aktiva. Stort tack Maria!

Kvällen avslutades med tuff kamp på bowlingbanorna nästintill lika tuffa kamper som vi brukar se i backarna.





FOTO: Vasaloppet/Nisse Schmidt

## Avstamp inför kommande säsong med "Skidor hela livet"

"Skidor hela livet", skidklubbens motionsgrupp, följde under under våren upp den gångna säsongen med en enkätundersökning om vad klubbens medlemmar har för önskemål inför kommande säsong. 43 medlemmar svarade.

Nu delar vi med oss av svaren och hur planeringen ser ut inför den kommande säsongen.

• 50 % av alla svarade att ni vill att skidor hela livet erbjuder aktiviteter två gånger per vecka. Inför kommande säsong planerar vi därför att bredda klubbens utbud så att det vid valda tillfällen kommer att erbjudas aktiviteter flera dagar i veckan och då i vissa fall även för en bredare publik inom klubben.

• Den populäraste träningsdagen visade sig vara onsdagar klockan 18.30 till 19.30 så det kommer även fortsättningsvis att vara "Skidor hela livets" fasta träningsdag kompletterat med en del tillkommande aktiviteter under andra veckodagar.

• De träningsformer som helst önskades var följande:

|               |     |
|---------------|-----|
| Skidor        | 97% |
| Löpning       | 72% |
| Teknikträning | 74% |
| Stavgång      | 37% |
| MTB           | 30% |
| Rullskidor    | 23% |

Många föreslog också att vi skall erbjuda olika former av styrketräning. Även det tar vi med oss när vi planerar upplägget inför kommande säsong.

• Några förslag på temakvällar, föreläsare och klubbresor gavs av Er medlemmar och inför kommande säsong kommer klubben därför att erbjuda både temakvällar och klubbresor.

Väldigt positivt är att flera medlemmar har inför kommande säsong erbjudit sig att hjälpa till både kring "Skidor hela livet" med träningsverksamheten och med till exempel fikaservering i nya klubbhuset.

### Preliminärt program för Skidor hela livet säsongen 2017/2018

#### Juli

Mora Nisses dag i Norra Garberg. Garbergsstugan är öppen för alla och klubben bjuder på korv med bröd, kaffe och saft.

#### September

Onsdag 6/9 Upptakt kvällsträning 18.30  
Torsdag 7/9 MTB dagtid med Anders Johansson  
Söndag 10/9 Tipspromenad Garbergsstugan  
Onsdag 13/9 Kvällsträning 18.30  
Torsdag 14/9 MTB dagtid med Anders Johansson  
Söndag 17/9 Tipspromenad Garbergsstugan  
Onsdag 20/9 Kvällsträning 18.30  
Torsdag 21/9 MTB dagtid med Anders Johansson  
Onsdag 27/9 Kvällsträning 18.30  
Torsdag 28/9 MTB dagtid med Anders Johansson

#### Oktober - februari

Träning varje onsdag kl 18.30-19.30 med ett uppehåll över jul och nyår.

#### Preliminära temaaktiviteter:

Löpskolning  
Träna för Vasaloppet  
Vallningskväll  
Skate och teknikträning  
Klubbresa till Madshus - respektive SWIX-fabriken i Norge  
Upptaktshelg i Ramundberget

/Skidor hela livet



# Prisutdelning serie- kretstävlingar i Östnors bygdegård

21 maj höll skidklubben prisutdelning för vinterns serie- och kretstävlingar i Östnors bygdegård. En välbesökt tillställning där många priser delades ut.

*En kvartett som lämnar ungdomsklasserna och till nästa vinter blir juniorer: Gustav Björklund, Per Jutterström, Johan Hermansson och Wilma Björkman.*  
FOTO: Ove Björkman.



*Markus Almgren, Jakob Larsson, Albin Gezelius, Sebastian Svahn och Hannes Olsson tar emot pris.*  
FOTO: Ove Björkman.



*Johan Rydén delar ut pris till Julia Meijer, Ida Garfvé, Lina Rydén, Sara Andersson och Elsa Hermansson.*  
FOTO: Ove Björkman.





# Fotbollsungdomar uttagna till elitläger

Att bli uttagen till utvecklingsläger är en sporre för många fotbollstalanger, ett bevis på att träningen och viljan gett resultat. Konkurrensen är hård, många vill vara med.

Det är oftast lagen kring Falun-Borlänge och södra Dalarna, som är representerade, men i år har IFK Mora-spelare uppmärksammats.

Till elitpojkliggret i Halmstad 2-7 juli åker Emil Pedersen, som en av sexton från Dalarna. Han A-lagsdebuterade, med ett inlägg i borta matchen mot Hofors, den 10 juni och spelar ordinarie i föreningens U-lag.

I samma ålder, 15 år, är Alva Brottar och Emma Kratz (ny från Orsa IF i år), vilka också provat på A-lagsspel med div 3-damerna.

De är uttagna, om ej bland de 16 till elitlägret, så till det så kallade Future-lägret i Gävle 29-30 juni, ett läger för att följa upp spelare som Dalarnas Fotbollsforbund vill "hålla koll på" och följa deras utveckling framöver.

Vi önskar lycka till!

Dessa spelare har jag hittat i DFF:s verksamhetsberättelser, är kanske inte helt komplett men visar på de flesta av IFK-spelare, som har representerat Dalarna på elitlägret i Halmstad genom åren:

|      |                                                             |
|------|-------------------------------------------------------------|
| 1983 | Jonas Dofs (för Sälen/Sörsjön)                              |
| 1985 | Ola Johansson                                               |
| 1986 | Lollo Hinders                                               |
| 1987 | Ann Sofi Berlin, Joakim Gustavsson (Bouvin), Martin Persson |
| 1989 | Richard Gillgren                                            |
| 1991 | Ida Holmberg, Åsa Yngvesson, Lotta Thunberg                 |
| 1994 | Anneli Grubb (för Oxberg/Ä)                                 |
| 1997 | Malin Palmestedt, Linda Hellström                           |
| 1998 | Anna Ericson, David Gran                                    |
| 1999 | Hanna Zettergren, Björn Forsgran (för IFK Våmhus)           |
| 2000 | Andreas Ericson                                             |
| 2002 | Marcus Mattsson, Erik Olsson                                |

|      |                                                            |
|------|------------------------------------------------------------|
| 2003 | Mikael Olsson                                              |
| 2004 | Linda Holback, Johanna Jansson, Fredrik Thorstensson       |
| 2005 | Niklas Lindh                                               |
| 2007 | Kimberley Jäderlund, Therese Sundby, Benjamin Grundtman    |
| 2008 | Magnus Borgsgård                                           |
| 2009 | Jenny Runnquist, Joakim Kullberg                           |
| 2010 | Lisa Rengärde, Elin Beronius, Lydia Davidsson, Carl Spansk |
| 2011 | Ellinor Berling                                            |
| 2013 | Elise Gunnars, Klara Gottberg                              |
| 2014 | Jonathan Kullberg                                          |
| 2017 | Emil Lindgren-Pedersen                                     |

**Bosse Thunberg**



Emma Kratz och Alva Brottar är IFK Mora fotbollsklubbs bidrag till Future-lägret i Gävle. FOTO: Bosse Thunberg.



Emil Pedersen är en av 16 fotbollstalanger från Dalarna på elitpojkliggret i Halmstad. FOTO: Markus Winsa.



## Fotbollsskolan i bilder





Det har varit en bra vårsäsong för IFK Mora fotbollsklubb. Här illustrerat av herrlaget som ligger tvåa i division 3 södra Norrland. FOTO: Markus Winsa.

## Fotbollsåret 2017 - i halvtid

**Det ser bra, väldigt bra, ut för IFK-fotbollen, när vi ser till omfattning och resultat i verksamheten.**

Text: Bosse Thunberg

För att börja "nedifrån" så har MT-cupen genomfört sex speltillfällen under våren. Detta av totalt elva. Rekord för cupens 36-åriga historia, som traditionsenligt avslutas i Mora. I år söndagen 17 september.

Vi har fem lag med, det ryktas om ett sjätte då uppslutningen av de yngsta flickorna är så stor att man behöver ha två lag för att tjejerna skall få mera speltid.

Damerna hänger bra med i sin div 3-serie inte minst genom att man är obesegrade på hemmaplan, intar en plats på övre halvan.

Får man bara stil på bortainsatserna också, kan man kanske närma sig topplagen. Flera yngre spelare, har fått pröva på spel i damserien. Nya huvudtränaren Ann Sofi Frost är optimistisk inför hösten.

Herrarna, under Lasse Ericsons ledning, har gått obesegrade fram i såväl division 3 som med U-laget i norra sjuan. Man har fått både bredd på truppen och riktiga klassspelare har tillkommit.

Det brukar heta att Lasse-tränade lag håller säsongen ut och alltid gör bra höstomgångar,

varför vi kan se fram mot en toppstrid med engelsmännen i "FC" Ytterhogdal vad gäller trean och en serieseger för grabbarna i sjuan.

De senare är kanske väl starka för sin serie men eftersom IFK blandar med U-lag ibland och J-lag andra år, får U-laget starta om i lägsta serien.

Summa summarum. Vi har att se fram mot en spännande höst – vi ses på Prästholmen.

### Tabellplaceringar för IFK Mora FK:s lag

|                                                               |                                   |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Herr Div 3 Södra Norrland                                     | 2:a                               |
| Herr Div 7, U                                                 | 1:a                               |
| P Div 2, 02-03                                                | 3:a                               |
| P Div 3 blå, 04                                               | 2:a                               |
| P Div 3 vit, 04                                               | 6:a                               |
| P Div 4, 05                                                   | Ingen resultattabell för de yngre |
| P Div 5, 06                                                   | Ingen resultattabell för de yngre |
| P Div 6 blå, 07                                               | Ingen resultattabell för de yngre |
| P Div 6 vit, 07                                               | Ingen resultattabell för de yngre |
| Dam Div 3                                                     | 4:a                               |
| F Div 3, 02-04                                                | 2:a                               |
| F Div 4, 05                                                   | Ingen resultattabell för de yngre |
| F Div 5, 05                                                   | Ingen resultattabell för de yngre |
| F Div 6, 07                                                   | Ingen resultattabell för de yngre |
| Sex lag spelar MT-cupen: 4 lag P 08-09, P10-11, 2 lag F 08-10 |                                   |

### IFK MORA FOTBOLL HÖSTEN 2017 DIV 3 DAMER och HERRAR PRÄSTHOLMEN

| Dam/Herr | Motståndare      | Dag    | Datum        | Starttid |
|----------|------------------|--------|--------------|----------|
| Herrar   | Säters IF        | lördag | 5 augusti    | 15.00    |
| Damer    | Torsångs IF      | söndag | 13 augusti   | 15.00    |
| Herrar   | Kvarnsvedens IK  | måndag | 21 augusti   | 19.00    |
| Damer    | IF Vulcanus      | söndag | 27 augusti   | 15.00    |
| Herrar   | Ytterhogdals IK  | söndag | 3 september  | 15.00    |
| Damer    | Säters IF        | söndag | 10 september | 15.00    |
| Herrar   | Hofors AIF       | lördag | 16 september | 15.00    |
| Damer    | Smedjebackens FK | lördag | 23 september | 15.00    |
| Herrar   | Slätta SK        | söndag | 1 oktober    | 14.00    |

Med reservation för eventuella ändringar. Övriga lags matcher finns på hemsidan [www.ifkmora.se/flk](http://www.ifkmora.se/flk)





## Det är tjejerna som dominerar i löpargruppen

Friidrottsklubben startade i våras en löpargrupp som tränar på onsdagskvällar från Prästholmen.

IFK-Kamraten gjorde ett besök en solig träningskväll och konstaterade att det var tjejerna som dominerade stort i löpargruppen.

– Det har varit några enstaka killar med men flest tjejer. Det är kul att det är blandning med friidrottare, orienterare och skidåkare, berättar Johan Gustafsson som tillsammans med Stefan Ahron håller i löpargruppens träningar.

– Vi håller igång hela sommaren och kör 19.15 - 20.15 på onsdagskvällarna. Alla är välkomna att haka på, säger Johan.

Fokus ligger på lite snabbare löpning på kvällarna. Det har varit olika former av intervaller, backträning, löpskolning med mera.



## Fin avslutningskväll för terrängsserien

Terrängsserien avslutades på måndagskvällen 22 maj och kvällen bjöd på fint löparvader.

Som vanligt fick alla deltagare medalj och grillad korv med bröd.

Till den avslutande tävlingskvällen kom 150 löpare till start. Totalt deltog 186.

Axel Jutterström fick till årets bästa tid med 9.02 på den nya tuffa banan.

Stort tack till alla deltagare och framför allt, tack till alla som ställt upp som funktionärer!



Full fart under terrängsserien på nya tuffa banan med flera backar och sandunderlag. FOTO: Johan Trygg.



Axel Jutterström på väg mot nytt bankrekord med Adam Persson och Erik Eriksson i släptåg. FOTO: Johan Trygg.



# Morafriidrottare i farten på Ludvikaspelen



Ida Eriksson mot seger i sitt heat på 60 meter. Ida slutade tvåa på fina 8,92 i F13.  
FOTO: Jörgen Frisk.



Thea Ädling med bra häng i längdhoppet. Thea hoppade 4,66 och slutade fyra i F15.  
FOTO: Jörgen Frisk.

IFK Moras friidrottsungdomar tävlar flitigt och i början på sommaren var man bland annat med ett gäng till Ludvikaspelen. Många fina prestationer och kämpainsatse gjordes av ungdomarna. Här finns några av dessa förevigade på bild av Jörgen Frisk.



Elias Frisk flyger långt i längdhoppet i Ludvika.  
FOTO: Jörgen Frisk.



Höjd hopp.



Redo för gruppfoto grafering.

## Friidrottsskolan i bilder



Löpskolning.



Hela 80 barn och ungdomar deltog i friidrottsskolan veckan före midsommar. Här är hela gänget med ledarna längst fram.



Stafett.



# Många prisades på alliansens årsmöte

På tisdagskvällen den 23 maj genomfördes IFK Mora idrottsallians årsmöte i Vasaloppets Hus.

Jennie Hedh valdes enhälligt till ordförande för ytterligare ett år. Många IFK-are prisades också för idrotts- och ledarprestationer.

Årsmötet inleddes med en spännande föreläsning av Mora kommuns nye kommunikationschef Anders Rosén. Anders berättade om idrottens kraft genom historien och vävde in erfarenheter från sin tid i Afghanistan, där Anders jobbat som informationssamordnare för svenska Afghanistankommittén under ett par år.

IA:s vice ordförande Sören Calleberg öppnade mötet (ordförande Jennie Hedh var på semester). Peter Helander och Lottie Dahl valdes till mötesordförande respektive mötessekreterare.

I inledningen av mötet delades utmärkelser ut enligt följande:

**Årets idrottsprestation** (Lagborgs minnesfond): **Stina Nilsson, IFK Mora SK** som dock inte var närvarande på mötet.

**Årets junior: Fanny Axelsson, IFK Mora AK.** Priset mottogs av Fannys mamma Sara.

**Årets ungdom: Albin Gezelius, IFK Mora OK.**

**Årets ledare: Sara Hodler, IFK Mora OK.**

**Årets ungdomsledare: Elisabeth Åkärbjär, IFK Mora OK.**

**Årets funktionär: Karl-Erik "KEA" Andersson, IFK Mora OK.**

Lädeorden delade ut följande utmärkelser:

**Lädeordens hedersdiplom 2017 till ledare: Bo Thunberg.**

**Lädeordens stipendium till elitaktiv 2017: Fanny Axelsson, IFK Mora AK.**

**Lädeordens stipendium 2017 till Eivín Johanssons minne: Lydia Sundin, IFK Mora FIK.**

När det blev dags för val till styrelsen så valdes Jennie Hedh enhälligt till ordförande för det kommande året.

Nyval till styrelsen blev Malin Gummås som tidigare var suppleant. Karl-Erik Palm hade av sagt sig omval. Anna Wadman nyvaldes som suppleant. Till Mora Nisses jubileumsfond skedde nyval av Erik Svensson som därmed ersatte Tommy Höglund.



Prisade på IA:s årsmöte. Från vänster: Albin Gezelius, Elisabeth Åkärbjär, Lydia Sundin, Bosse Thunberg och Karl-Erik "KEA" Andersson.

Därmed ser IFK Mora IA:s styrelse ut enligt följande för kommande år:

Jennie Hedh, **ordförande**

**Ordinarie ledamöter:**

Sören Calleberg  
Olav Cristoferson  
Gunnel Söderberg  
Pär Stårner  
Bo Thunberg  
Malin Gummås

**Suppleanter:**

Towe Söderlund  
Anders Norén  
Anna Wadman

**Revisorer:**

Ing-Britt Dahlman  
Lars Wilhemsson  
Bengt Jernhall

**Mora Nisses jubileumsfond:**

Erik Svensson  
Marianne Karlsson Eriksson  
Åsa Mattsson

**Valberedning:**

Bo Thunberg  
Johan Frost  
Lottie Dahl

Mötet avslutades med att Karl-Erik Palm avtackades för sin tid i IA-styrelsen. Olle Andersson tilldelades ett diplom för att han vid förra årets årsmöte tillsammans med Arne Andersson utsågs till hedersordförande i IFK Mora IA.



Anders Rosén bjöd på en spännande föreläsning som inledning på IA:s årsmöte.



Olle Andersson och Bosse Thunberg.



Stora delar av IA-styrelsen 2017. Från vänster: Pär Stårner, Anna Wadman, Anders Norén, Gunnel Söderberg, Jennie Hedh, Towe Söderlund, Bosse Thunberg, Malin Gummås och Sören Calleberg.





Ny sträckning Krångåsen - Eldris.  
FOTO: Vasaloppet

## Ny gammal spårdragning för en bättre löpupplevelse

Nu kan Vasaloppet presentera en ny dragning av spåret i Ultravasan 45, Ultravasan 90, Vasastafetten och Vasakvartetten inför sommarveckan 2017. En dragning som har sitt ursprung i det allra första Vasaloppet 1922.

– Ändringen görs helt och hållet sett ur ett upplevelseperspektiv. Den nygamla sträckningen bjuder på en jättefin miljö, säger Anders "Hobbe" Holmberg, arenachef på Vasaloppet.

Det handlar om en etapp på cirka 3 kilometer mellan Krångåsen och Eldris som tidigare gått längs en tio meter bred skogsväg och som nu istället flyttas österut på andra sidan av ett stort våtmarksområde. Det blir en ny dragning med historiska vingslag.

– Egentligen är det inte en helt ny etapp. Här gick nämligen det ursprungliga Vasaloppet redan 1922. Därefter ändrades sträckningen men flyttades sen tillbaka igen från 1935 till 1983. En av anledningarna till att den flyttades var solen som påverkade snön i skidspåren vilket ju spelar mindre roll när sträckan ska avverkas till fots i augusti, berättar "Hobbe".

Den första delen på den nya sträckningen går längs en smal skogsväg med sandunderlag och på slutet finns flera partier med fina, slingrande stigar innan kontrollen i Eldris nås. De tre markägare som berörs av förändringen är alla positiva till den nya sträckningen.

– För oss är det jätteroligt att med relativt enkla medel kunna genomföra den här förändringen. Avståndsmässigt blir det i princip ingen skillnad, deltagarna kommer inte att påverkas mer än att de, förhoppningsvis, kan njuta ännu mer av de vackra omgivningarna i Vasaloppssanrenan och känna historiens vingslag när de tar sig fram i spåret, säger "Hobbe".

IFK Moras gymnastikklubb

## Sommargympa 2017

Vi kör till och med  
vecka 33!

Vi fortsätter med vår populära sommargympa där flera av våra grupptränare finns med och kör sina pass

**Plats:** Siljans strand, vid "glassbåten"

**Tid:** Måndagar och torsdagar  
19.00 - 20.00

**Sommargympan är gratis!**

Varmt välkommen!

[www.ifkmora.se/gk](http://www.ifkmora.se/gk)



gymmix  
SEA TRÄNING NÄRA TIG

IFK Moras gymnastikklubb

## Bli ledare hos oss!

Inom IFK Moras GK söker vi alltid fler ledare för att expandera vår verksamhet.

Vi behöver ledare till vår verksamhet, nu främst i barn- /ungdomsgrupperna: Bamse-grupperna för de mindre barnen samt action, parkour och inom truppergymnastik för de lite större barnen.

Titta in på vår hemsida [www.ifkmora.se/gk](http://www.ifkmora.se/gk) och se hela verksamheten och beskrivning av de olika grupperna. Om du är intresserad kan du skicka in en intresseanmälan till kansliet.

Inga förkunskaper krävs. Men vi tycker det är viktigt att du har ett brinnande intresse för att aktivera, inspirera och leda barn och ungdomar till rörelseglydelse!

Det finns flera förmåner för dig som deltagande ledare: Bland annat betald utbildning genom Svenska Gymnastikförbundet.

Hör av dig!

[www.ifkmora.se/gk](http://www.ifkmora.se/gk)



# Moraspelen 2017

Lördag 2 september på Prästholtens IP

| Lördag 2/9 |                                                                         |
|------------|-------------------------------------------------------------------------|
| K/M/S      | 100m, 400m, 800m, 3000m, Höjd, Längd, Kula, Slägga, Diskus, Spjut, Stav |
| F/P17      | 100m, 800m, 3000m, Höjd, Längd, Kula, Slägga, Diskus, Spjut             |
| F/P15      | 80m, 800m, 2000m, Höjd, Längd, Kula, Slägga, Diskus, Spjut              |
| F/P15      | Stafett 4x200m kan även vara mix-lag                                    |
| F/P13      | 60m, 600m, Höjd, Längd, Kula, Spjut                                     |
| F/P11      | 60m, 600m, Höjd, Längd, Kula                                            |
| F/P11      | Stafett 4x200m kan även vara mix-lag                                    |
| F/P9       | 60m, 600m, Längd, Boll                                                  |
| F/P7       | 60m, Längd, Boll                                                        |

## Anmälan:

Ange namn, ålder, förening samt personbasta i löpgrenar.

**Anmäl senast fredag 25/8**

Anmälan sker via

E-post: [friidrott@ifkmora.se](mailto:friidrott@ifkmora.se)

Post: IFK MORA FRIIDROTT,  
Vasaloppets Hus, 792 32 Mora

## Avgift:

Avgift 70:-/gren (alla åldersklasser). Ingen betalning i förskott, faktura skickas efter tävlingen.

Ange fakturaadress vid anmälan!

Efteranmälningar i mån av plats senast 1 timme innan start mot förhöjd avgift.

Ungdom/ Senior 140:- per start.

## Priser:

Medalj till de tre första i varje klass.

**Dalahäst till nya Moraspelsrekord.**

## Information:

Hemsida [www.ifkmora.se/fik](http://www.ifkmora.se/fik)

Tel: 0250-392 20

[friidrott@ifkmora.se](mailto:friidrott@ifkmora.se)

## Logi:

Mora Parken 0250 276 00

<http://www.moraparken.se/>

**Kiosk:** Finns på idrottsplatsen där det kan inhandlas hamburgare, korv, kaffe, läsk, godis mm. Öppnar med kaffe och smörgås kl 9.

**IFK MORA friidrottsklubb**



**IFK MORA SK**



## Ledarupptakt

**TID:** Onsdag 23 augusti  
kl. 18.00

**PLATS:** Vasaloppets Hus

Vi behöver fler ledare till vår verksamhet. Är du nyfiken på vad det innebär att vara ledare för våra ungdomar i IFK Mora SK? Då är det ett utmärkt tillfälle att vara med på vår gemensamma ledarupptakt för "gamla", nya och nyfikna ledare.

**IFK MORA skidklubb kansliet**

Tel: 0250-392 16

Mail: [anna.bleckur@ifkmora.se](mailto:anna.bleckur@ifkmora.se)

**IFK MORA SK**



## Ungdomsupptakt

Nu drar träningarna igång för barn och ungdomar födda 2002 - 2011

**TID:** Torsdag 14 september  
kl. 18.00

**PLATS:** Hemus

Det blir föräldrainformation och ett lättare träningspass för barnen och ungdomarna. Det behövs ingen föranmälan.

**IFK MORA skidklubb kansliet**

Tel: 0250-392 16

Mail: [anna.bleckur@ifkmora.se](mailto:anna.bleckur@ifkmora.se)

## UTGIVNINGSPLAN IFK-KAMRATEN 2017

### Nummer 3-2017

Mannusstopp: 20 september.

Utgivning: vecka 41.

### Nummer 4-2017

Mannusstopp: 29 november.

Utgivning: vecka 51.

Vill du bidra med något till klubb-tidningen så kontakta din klubb-  
representant i redaktionen.

Se sidan 2.



**www.ifkmora.se**

**www.facebook.com/ifkmoraia/**



# VÅRA KLUBBSTUGOR

## Hökberg

I den vackra fäboden i Hökberg har IFK Mora två stugor. Den ena kallas bystugan och den andra kallas för kontrollstugan, den är även en kontrollstation för Vasaloppet. Vasaloppsspåret passerar därför alldeles utanför fönstren på stugorna.



## Pris per dygn

Vid arrangemang av IFK

|                                          |         |
|------------------------------------------|---------|
| Mora och Vasaloppet:                     | Gratis  |
| Stugvärd (i tjänst):                     | Gratis  |
| IFK medlem med familj:                   | 200 kr  |
| Skolor (klass med lärare/ledare):        | 500 kr  |
| Externa föreningar:                      | 500 kr  |
| Privatpersoner, ej medlem i IFK Mora IA: | 500 kr  |
| Företag, organisationer:                 | 1000 kr |

Stugorna bokas i receptionen på Vasaloppets Hus: tel. 0250-392 00

Ett skid- och vandringsparadis! Redan 1931 års Vasaloppssägare Anders Ström grundade sin form i Garbergsterrängen! Sedan följde Mora-Nisse efter på 40-talet! Norra Garberg - en mycket vacker fäbod belägen 520 möh! Har varit fäbod till byn Selja-Långlet sedan 1600-talet. Den ligger 22 km från Mora och det är skyltat dit från Vasaloppsvägen vid Långlet. Här ligger IFK Moras klubbstuga - en sport- och vildmarksstuga med stora logimöjligheter!

## Eldris

En av de nyast uppförda kontrollstugorna utefter Vasaloppsspåret! Stugan byggdes så sent som 2002 och är en genuint timrad byggnad. I stugan finns en stor samlingslokal med många bord och stolar. Den perfekta lokalen för barndopet, kalaset, festen och bröllopet etc.



## Norra Garberg sportcenter

Kan hyras av medlemmar i IFK Mora skidklubb, IFK Mora medlemmar, skolor, föreningar, företag och privatpersoner. Kontakta kansli 0250-39216 eller email skidor@ifkmora.se

## Priser

|                          |              |
|--------------------------|--------------|
| Stugvärd (i tjänst)      | Gratis       |
| Medlemmar i skidklubben: | 250 kr/dygn  |
| IFK Medlem (ej SK)       | 500 kr/dygn  |
| Övriga                   | 1000 kr/dygn |

# IFK MORAS FONDER

Stöd våra fonder genom donationer eller använd fonderna för att hylla och hedra.

Ändamålet med fonderna är att samla in pengar för att med stipendier stimulera våra ungdomar, aktiva och ledare till fortsatt träning och utveckling. Stipendierna ska trygga IFK Moras framtida rekrytering samt ge våra duktiga ledare stimulans.

## Ernfrid Lagborgs Minnesfond

Utdelas till IFK Moras bästa idrottsutövare under verksamhetsåret

## Mora-Nisses Jubileumsfond

Utdelas till juniorskidåkare inom Sverige.

## IFK Moras Ungdomsledarfond

Utdelas till välförtjänt ledare inom IFK

Mora under året och som stipendier för ledarutveckling.

## Hillevi och Ingemar Karlbergs

**Minnesfond** Utdelas till unga lovande friidrottare och/eller ungdomsledare inom friidrotten i Mora med omnejd.

## Mikael Mattson-Djos Minnesfond

Utdelas till förtjänt aktiv inom IFK:s Alpina klubb.

## Sture Jorbrinks Minnesfond

Utdelas till förtjänt ledare/aktiv inom IFK Moras Gymnastikklubb.

## Erik Mattssons Minne

Utdelas till förtjänt ledare/tränare inom IFK:s fotboll.

Betalas in på bankgiro: 680-6756

# KANSLIerna

Öppettider Vasaloppets Hus:

Mån-ons, fre 8.00-16.30

Tors 8.00-15.00

För att komma in andra tider, prova att ringa till din klubb på porttelefonen.

IFK Mora idrottsallians

Maria Gustafsson, idrottschef

Tfn: 0250-392 78

E-post: maria.gustafsson@ifkmora.se

Johan Trygg, IFK-Kamraten, webb, mediakontakter

Tfn: 0250-392 43

E-post: johan.trygg@ifkmora.se

Ulrika Hugerth, ekonom

Tfn 0250-392 28

E-post: ulrika.hugerth@ifkmora.se

Gun-Britt Cristoferson

Tfn: 0250-392 42

E-post: Gun-Britt.Cristoferson@ifkmora.se

IFK Mora alpina klubb

Maria Melvin

Tfn: 0250-392 85

E-post: alpina@ifkmora.se

IFK Mora fotbollsklubb

Marie Varjonen-Hansson

Tfn: 0250-392 15

E-post: fotboll@ifkmora.se

IFK Mora friidrottsklubb

Ing-Mari Skogs

Tfn: 0250-392 20

E-post: friidrott@ifkmora.se

IFK Moras gymnastikklubb

Pernilla Näsdal

Tfn: 0250-392 21

E-post: gymnastik@ifkmora.se

IFK Mora orienteringsklubb

Thomas Eriksson

Tfn: 0250-392 13

E-post: orientering@ifkmora.se

Daniel Duhlbo, ungdomstränare

Tfn: 070-096 10 43

E-post: daniel.duhlbo@ifkmora.se

IFK Mora skidklubb

Anna Bleckur

Tfn: 0250-392 16

E-post: anna.bleckur@ifkmora.se

**www.ifkmora.se**





# Trevlig sommar!

IFK Mora önskar alla medlemmar en trevlig sommar. Hoppas vi ses under något att arrangemangen vid Vasaloppets sommarvecka. Om du inte anmält dig som funktionär så ta kontakt med din förening. Se kontaktuppgifter på näst sista sidan.

## Vasaloppets sommarvecka 2017

- |            |                                                                                           |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11 augusti | Cykelvasan Öppet spår, Cykelvasan 45, Cykelvasan 30, Cykelvasasprinten, Ungdomscykelvasan |
| 12 augusti | Cykelvasan 90                                                                             |
| 19 augusti | Ultravasan 90, Ultravasan 45, Vasakvartetten, Vasastafetten                               |

