

IFK-Kamraten

Nyhetsbrev December 2021



ALPINA FOTBOLL FRIIDROTT GYMNASTIK ORIENTERING SKIDOR

Viktoria Stärner ny ordförande i IFK Mora gymnastikklubb

Hej Viktoria!

Berätta lite kort om dig själv

Jag är 28 år. Uppvuxen i Mora och en klassisk hemvändare. Efter nästan 10 år, först för studier i Uppsala och sedan jobb i Stockholm, är jag nu tillbaka i Mora.

Innan jag flyttade var jag aktiv som ledare i både barngymnastiken och alpina, satt med i gymnastikstyrelsen.

När jag fick frågan om att kliva in som ordförande kändes det främst som en fin ära, IFK Mora ligger mig otroligt varmt om hjärtat och det känns väldigt roligt att återigen få vara en del av föreningslivet.

Du har nu varit ordförande i gymnastikklubben sedan årsmötet den 12 oktober. Hur känns det?

Eftersom jag inte bott i Mora på ganska många år, och därmed inte har koll på vad som hänt i föreningen och vad som är på gång, så är det självklart en hel del att sätta sig in i. Sen har jag fördelen att ha lite koll sedan tidigare så det underlättar givetvis.

Men det jag slås av är vilket engagemang som finns, troligen har det alltid funnits där, men det blir extra påtagligt att komma lite utifrån och se det "med nya ögon". Det gör mig otroligt stolt över att vara en del av hela IFK Mora.

Utövar du själv någon sport nu? Tränings-/tävlingsbakgrund?

Jag har själv ingen tävlingsbakgrund, har mest tyckt det är kul att få vara delaktig och som ledare tycker jag det är fantastiskt att se andra utvecklas.

Träning är väldigt viktigt för mig, på motionsnivå, mest för att jag mår bra av det. Åker en del utför för att det är så vansinnigt kul, samlar lite skidmil för att något lopp under vasaloppsveckan ska bli så kul som möjligt och däremellan älskar jag högintensiv träning på gymmet. Tänker att jag ska göra lite studiebesök i gymnastikens olika grupper, kanske vågar mig på någon kullerbytta med lite fart tillsammans med truppgymnastiken och sen har jag hört det pratas om sveltiga träningspass på något av gruppträningspassen.

Tankar om gymnastikklubben

Det jag tycker är så otroligt fint, och troligen även unikt om vi jämför med de andra IFK-klubbarna, är att gymnastik kan du hålla på med hela livet. Från pytteliten i familjegympan, upp till en ansevärd ålder då enklare form av gympan kan anpassas till alla åldrar och förutsättningar. Snacka om rörelse hela livet!

Flytten hem till Mora

En viktig faktor till att jag och min sambo valde att flytta till Mora är framför allt närheten till allt



vi gillar, naturen, skidåkning, närheten till familj och möjligheten till föreningslivet. Det har jag saknat under mina år borta från Mora och det känns superfint att vara tillbaka till detta.

Tack Viktoria för att du tog dig tid att svara på våra frågor. Och varmt välkommen tillbaka till Mora och IFK Mora gymnastikklubb!

Intervjufrågor: Pernilla Näsälv

Foto: Privat

IFK Mora gymnastikklubb

**Gratis
julgympana**

Se hemsidan och facebook.

www.svenskalag.se/ifkmora-gymnastik-grupptraining





Lädeordens Hedersdiplom 2021

Lädeorden har delat ut sitt Hedersdiplom till Ledare 2021

IFK Mora gymnastikklubb kan med stolthet berätta att en av deras ledare och styrelseledamöter Anneli Jogedal Helgeson har mottagit Lädeordens Hedersdiplom till Ledare för 2021.

Motiveringen lyder:

Annelie kan i år fira 25 års jubileum som aktiv ledare inom IFK Mora Gymnastikklubb. Hon har dessutom under många år suttit i klubbstyrelsen. Tre till fyra pass i veckan instruerar hon sina grupper, alltid lika positiv, inspirerande, engagerad och glad. Vasaloppet har mottot "vi sätter Sverige i rörelse". Vi säger att årets stipendiat "sätter Mora i rörelse".

Annelie Jogedal Helgeson är en ytters värdig mottagare av Lädeordens utmärkelse till årets ledare 2021.



Annelie Jogedal Helgeson. Foto: Viktoria Stårner

Gävleborgsjakten - Truppgymnastiktävling i Hudiksvall

Efter två års uppehåll från tävlande var det äntligen dags! Gymnaster och ledare gick den 20 november upp i ottan för att åka till Hudiksvall.

Nervösa och taggade utförde tjejerna i T3 en makalös tävling som rörde samtliga ledare till tårar. Trots tävlingens högsta tumblingpoäng och en riktigt bra trampett-poäng, höll det inte hela vägen. Både ledare och gymnaster var ändå nöjda, men framför allt väldigt glada att åter få tävla igen!

För ledarna blev det en hel helg uppe i Hudiksvall då även tjejerna i lagen T1 och T2 tävlade på söndagen den 21 november. Även dessa lag har haft två års uppehåll från tävlande, och för många var det till och med första tävlingen någonsin. Tävlingen gick bra och med bra omdömen från domarna lämnades samtliga gymnaster Hudiksvall med ett leende på läpparna.

Text & foto: Filippa Eriksson



På bilderna:
Ovan: Lag T1 och T2 tillsammans i samma lag.

Till vänster och denna bild: Lag T3.



Lyckad truppuppvisning - GYMPA MOT CANCER

Söndagen den 24 oktober bjöd utvecklings- och tävlingsgrupperna in till Gympa mot Cancer.

Det blev en härlig uppvisning där inträdet oavkortat gick till Cancerfonden. Vi fick in helt otroliga 7 840 kronor! Stort och varmt TACK till våra fantastiska gymnaster och ledare och till alla anhängare som skänkte pengar så frikostigt!

Text: Pernilla Näsdal

Foto: Alexandra Ytterberg



Truppgymnastik är en lagsport som går ut på mycket fart och fläkt, höga hopp och många volter. Det är den gymnastikgren som är störst i Sverige och Europa. Fokus ligger på god kropps kontroll, spänning och spänst.

Man tävlar i 3 grenar tumbling, trampett och fristående.

Tumbling – Är ett golv som byggs upp, med svikt och studs i. På golvet utför man flera olika serier med volter som man sedan visar upp i en ström med laget. Tumblinggolvet används främst i tävlingsgrupperna och vid högre ålder. För de yngre används mattvåder.

Trampett - Detta är en gren med fart och fläkt. Springandes tar man sig fram för att sedan hoppa så högt man kan i trampetten och göra volter. Även här visas det upp i ström tillsammans med laget.

Fristående - Är gymnastiska rörelser i grupp, synkront koreograferade till musik. Programmet innehåller ett flertal olika akrobatiska moment och svårigheter. Det utförs på lägre ålder på vanligt golv och vid högre ålder på mattvåder.

Säsongsavslutning Orienteringsklubben

Säsongsavslutning i orienteringsklubben

Text av Karl-Erik KEA Andersson.

IFK Moras Orienteringsklubb har haft sin säsongsavslutning. Dagen började med Siljan Trophy där det först tävlades på en ny karta där det gällde att hinna med så många kontroller som möjligt på 38 minuter. Omstart med en 2 km lång bana på en Storskifteskarta över centrala Mora från 1848 där 7 st kontroller skulle besökas. Roman Ryapolov och Ulf Rask vann varsin klass.

I samband med en tre-rätters middag, tillagad av Per Holm och Lars-Erik Lindqvist i Selja-Långlets bygdegård var det prisutdelning för årets Mästarnas mästare där segern gick till Hanna Eriksson på 138 poäng. 2.Frida Brudin 129. 3.Björn Albinsson 122. 4.Gunnel Rask 122. 5.Sara Hodler 119. 6.Olof Eriksson 118. 7.Tord Norell 114. 8.Kane Andersson 112. 9.Simon Hodler 109. 10.Ulf Rask 108.

Det tävlas i 8 st klubbmästerskap där de 6 bästa resultaten räknas.

Samtidigt premierades alla medlemmar som erövrat någon mästerskapsmedalj på VM, EM, SM och EYOC under året. Totalt 29 st medaljer till IFK Mora OK:

Andrey Lamov (6 medaljer, varav 5 guld), Jonathan Ståhl (6 medaljer, varav 4 guld), Magdalena Olsson (5 silver), Albin Gezelius (2 guld och 1 silver), Linus Rapp (1 guld och 2 silver), Hanna Eriksson (1 silver och 1 brons), Elsa Hermansson (1 silver), Gustav Johnsson (1 brons), Nicola Müller (1 brons) och Mark Tutynin (1 silver).

Lasse Back fick mottaga en bok för sitt arbete med kartriting och stora arbete med banläggning. Under kvällen var det även en "på spåret"-quiz som Tobias Eriksson-Brodin höll i.



*Bilden ovan: Uppvakning medaljörer. Utdelare Per Holm, medaljörer Elsa Hermansson, Hanna Eriksson och Linus Rapp.
Foto: Karl-Erik Andersson*

På bilden nedan Kockarna Lars-Erik Lindqvist och Per Holm bjöd på en delikat 3-rätters middag. Foto: Karl-Erik Andersson



Bilden ovan: Albin Gezelius efter segern på sprint-SM i klassen H18 den 16 oktober i Norrtälje. Foto: Peter Fredricson

Försäsongsläger IFK Mora alpina klubb

Idre Fjäll Race Arena sparar snö från föregående vinter och erbjuder träning från oktober

Detta har alpina klubben utnyttjat under flera år, och även denna säsong. Fyra läger har genomförts sedan V42 där även höstlovet erbjöd hela 5 skiddagar. Vädret har varit mycket skiftande under denna period där vi fått smaka på regn, sol, storm och snöfall. Underlaget i den branta och tuffa Idre Fjäll Race Arena har dock blivit bättre för varje besök och under de sista lägren var backen som en lutande hockeyplan. Det krävdes sylvas slipning av stålkanter inför varje träningspass och ungdomarna gjorde fantastiska framsteg dag för dag.

Bilden till höger: Lina Wessung, Irma Darth, Olle Frost och Herman Holmström laddar för race i Idre.



Familjeläger i Björnrike

9-12/12 hölls alpina klubbens traditionella familjeläger i Björnrike med nära 70 st på plats.

Säsongspremiär för de många av de minsta och längre samt tuffare backar för de som tidigare provat på Idre Fjälls backar under de tidiga försäsongslägren.

Familjeläget är just vad det heter, en trevlig uppstart av säsongen med hela familjen på plats där klubben till största delen subventionerar lägerkostnaden för de aktiva.

Varje dag serverades, i en av anläggningens restauranger, gemensam lunch samt en

mycket uppskattad kamratmiddag på lördag kväll. Tacos till ungdomarnas förtjusning!

Boendet fördelades i lägenheter med perfekt "Ski in/ski out-läge", dvs backen precis utanför dörren. Många backar var öppna vilket inbjöd till härliga svängar i pister som passade alla.

De yngre grupperna provade på olika övningar ledda av Jenny Forss och Anders Sandberg. Till sin hjälp hade de också de 16 år unga tjejerna Elsa Frost, Lina Kånåls och Tilde Höglund som nu börjat sina karriärer som tränare och ledare i klubben. Jättekul för klubben och inte minst de yngsta aktiva som slogs om att få åka med de tre tjejerna i liften.

Den äldre gruppen, som redan varit på ett antal skidläger denna säsong, fick äntligen sätta på sig de längre skidorna och sträcka ut i både Super G och storslalom. Björnrikes storslalombacke är en av Sveriges längre och mjölksyran sprutade ur öronen när åkarna nådde mål. Tränare för den äldre gruppen var Axel Frost, Viktor Sticko samt Anders Holmström. Förutom trevligt samkväm och bus på kvällarna fanns även möjlighet att få kurs i skidvård av klubbens duktiga ledare. Låter detta spännande? Häng gärna på nästa år!

Text: Mattias Frost

Bilden nedan: Lilla gänget tackar för härliga dagar i Björnrike.



Gopshusbacken - ett prövoår i klubbens regi

Gopshusbacken ägs av Mora Kommun. Driften i form av öppethållande, snötillverkning samt pistning under kvällar, helger och nätter har klubben stått för, samtidigt som Mora Kommun haft dagpersonal för snötillverkning och pistning.

Inför denna säsong blev klubben ombedda att ta över backen alternativt flytta verksamheten till annan plats. Ett övertagande kändes inte aktuellt, inte minst med tanke på att vi nyligen genomlidit 1 ½ säsong med pandemi samt en hel del osäkerhetsfaktorer kring vad ett övertagande verkligen innebär vad gäller arbete, ansvar och inte minst ekonomi. Klubben förhandlade fram ett s.k "prövo-år" där klubben verkligen testar att drifva backen helt i egen regi även om Mora Kommun fortsatt står för driftskostnaden. Detta sätter givetvis klubben på prov och även om det inte är en önskvärd modell var detta det enda alternativet som stod till buds.

Hittills har dock arbetsinsatsen i backen gått förhållandevis bra trots stor del av ideella insatser. Snötillverkningen har gått som smort då temperaturen varit helt idealisk och att klubben köpt in externa tjänster för att passa snökanonerna dagtid. En icke önskvärd utgift, men helt avgörande för att få det fungera.

På absolut rekordtid har nu snö producerats i såna mängder att backen, inklusive barnbacken, öppnas från toppen med full bredd för allmänheten redan 18-19 december. Förutsättningar för detta har funnits i perfekta snötillverkningsförhållanden, nya effektiva snökanoner (som f.n leasas) men inte minst klubbens hjältar som hjälper till med både snökanoner och pistmaskiner.

(Otroligt nog fanns möjlighet för öppnande redan till den 11-12/12 men då var ju hela personalen (klubben) på läger i Björnrike)

Alpina klubben ser nu fram emot en spännande säsong i backen där både allmänhet och övriga träningsgrupper välkomnas. Till vintern anordnas två tävlingshelger och först ut är en ungdomarna med kval till "Lilla Världscupen" 22-23/1 och

efterföljande helg, 29-30/1 välkomnar vi även internationella gäster då IFK Mora arrangerar FIS-tävling. Deltagare som nosar på landslaget väntas på plats.

Välkomna!



Bilden ovan: Snökanonen i full gång i Gopshus.

Bilden nedan: Klubbens pistmaskinchaufför Jonas Sahlander funderar på hur han ska schakta all snö i Gopshus



IFK Mora skidklubb

Tävlingar

Våra seniorer har börjat säsongen bra med många fina resultat. Flera åkare har varit på världscup och tävlat. Även vid tävlingar i Sverige har vi många bra resultat och även vinster. Åkare som tävlat världscup är: Anna Dyvik, Jonas Eriksson, Eric Rosjö, Gustaf Berglund och Johan Herbert.

Våra juniorer har premiär helgen 18 – 19 december med Bauhaus cup.

Årets först serietävling gick torsdag 9 december med 80 deltagare vid Mora skidstadion.

Hemusgårdens Kafeteria:

Precis som tidigare år planerar klubben att hålla kafeteria vid Hemusgården öppet på helger och helgdagar för fikaförsäljning.

Det krävs inga förkunskaper eller något förberedelsearbete utan det är bara att infinna sig på bestämd tid. Det kommer finnas instruktioner

på plats för hur man ska brygga kaffe, ordna smörgåsar, värma korv och torka borden.

Vill du hjälpa till med kafeterian, mejla till: skidor@ifkmora.se

Serietävlingar:

20 januari Klassisk stil

10 februari Klassisk stil

10 mars Ski Cross

13 mars Klassisk stil Lilla Vasaloppet



Bilden ovan: Anna Dyvik överst på pallen i Gällivare.

IFK Mora skidklubb Tävlingar 2022

MoraPinglan 8 – 9 januari:

En tävling vid Mora skidstadion som körs i fri teknik med individuell start på lördag och med jaktstart klassiskt på söndag.

MoraLoppet 22 januari:

Ett klassiskt långlopp på 44 km från Oxberg till Mora skidstadion. Loppet går på samma sträckning som Halvasan. MoraLoppet ingår i The Originals, klassiska svenska långlopp. Det är 6 lopp som ingår i The Originals, Craft Ski Marathon 9/1, MoraLoppet 22/1, Billingsens Långlopp 4/2, Orsa Grönklitt Ski Marathon 12/2, Bessermerloppet 20/2 och Lofsdalen Epic 2/4.

Norra Garberg Hill Climb 19 mars:

Ett klassiskt lopp på 19 km med start vid Mora skidstadion och mål uppe vid Norra Garberg.



Vi har öppnat upp för stugvårdsbokningen i Norra Garberg inför säsongen 2021/2022

Garbergsstugan är under vintersäsongen öppen för allmänheten 10.00 – 15.00 helgdagar. Mellan jul, nyår, trettonhelgen har vi öppet alla dagar. Som stugvärd ansvarar man för stugans öppethållande, försäljning av spårkort samt enklare servering.

När man är stugvärd vanliga helger bokar man in sig med ankomstdag fredag samt 2 nätter övernattning. Detta gäller alla helger utom mellan jul, nyår och trettonhelgen, då väljer man hur många dagar man önskar vara stugvärd. Som stugvärd enskilda dagar kan man bo natten innan och fler nätter om man är stugvärd flera dagar i sträck.

Så här gör du för att boka dig som stugvärd:

- Gå till www.ifkmora.se/sk klicka på fliken "Norra Garberg sportcenter" klicka sedan på länken för att boka din vistelse.
- Markera önskad ankomstdag i kalendern.
- Välj antal nätter enligt ovan.
- Klicka i rutan "Jag har en kod" och ange/

Norra Garberg sportcenter



- Välj "Storstugan" bland tillgängliga stugor, priset skall vara 0 SEK, Tryck på BOKA
- Kontrollera bokningsuppgifterna på nästa sida, (Anm: Som stugvärd behöver du inte köpa spårkort) Tryck på FORTSÄTT
- Fyll i dina uppgifter och BEKRÄFTA BOKNING.

Observera: Som stugvärd har du skyldighet att hålla stugan öppen till kl. 15.00 på söndagen och därför gör du din utcheckning efter detta.

Moragalan:

Vid årets Moragala fick skidklubben tillsammans med Mora Biathlon ta emot priset för Årets Moraupplevelse! Skidklubben tackar för ett bra samarbete Mora Biathlon och alla partners, funktionärer och publik som gjorde tävlingarna till en succé.

Nomineringen lät följande: Allt började med en liten snöhög i Oxberg, som nu vuxit till i en succéartad stortävling. Arrangemanget i oktober har målet att vara den första att ställa Sverigeeliten på snö och sätta den egna, nya skidarenan på kartan. Ytterligare ett mål var att lokalbefolkningen skulle upptäcka Mora Skidstadion, den nybyggda Hemusgården och skidskyttearenan samt den fina miljön runt Vasaloppsarenan.

IFK Mora Skidklubb och Mora Biathlon har lyckats tänka utanför boxen och hitta nya sätt att arrangera tävlingar på. Genom att anordna tävlingar för både längdskidor och skidskytte samma dag fick både publiken på plats och framför tv:n därmed det bästa av två världar – för att inte tala om en helt ny upplevelse.

Det lyckade genomförandet och det positiva mottagandet har dessutom möjliggjort för klubbarna att fortsättningsvis kunna satsa ytterligare på sina barn- och ungdomsverksamheter inom respektive idrott.

Arrangemanget Mora Ski Festival är här för att stanna, utvecklas och sätta Mora på kartan.

Läget bland ungdomarna

Trots en snöfattig inledning på vintern så har snön säkrats på flera lika sätt (sprutning, sparad snö) på ett kanonbra sätt.

Torsdag 9/12 kördes första serietävlingen och vi har 3-4 km konstsnö-banor att åka på! Förhoppningsvis fyller det på med lite natursnö också.

Träningsverksamheten snurrar på bra i de fem träningsgrupperna (7-16

IFK MORA skidklubb

Barnens skidskola



IFK Mora skidklubb, i samarbete med Mora skidgymnasium, välkomnar barn födda 2016 och 2017 till Barnens skidskola. Lek och glädje i skidspåret är syftet med denna verksamhet.

Plats: Mora skidstadion, Hemus.

Datum: Onsdagar: 26/1, 2/2, 9/2, 16/2.

Tid: 18.00 - 19.00.

Anmälan: Senast 21 januari via www.ifkmora.se/sk

Kostnad: 150 kr. Betalas i samband med anmälan, via swish eller kortbetalning.

Ange namn, personnummer och kön i anmälningsformuläret på hemsidan.

Köldgräns: -12 grader

Välkomna!

IFK Mora SK och Mora skidgymnasium



år gamla) och i januari kommer 5-6 åringarna ha Bauis skidskola.

Efter Mora Ski Festival är det nu dags för "comeback" med tävlingar mot ungdomar från hela Sverige i helgens Björnjakten (i Älvdalen) innan vi torsdag 16/12 har en liten "jula avslutning" med fika och lite åldersövergripande aktiviteter på den träningen.

IFK MORA 1909

MORALOPPET

22 januari

Elite

JOHNS SPORT

The Originals

Penningpriser till de sex första i DH 21

Bergspris i Hökberg till första dam och herre

Välkommen att åka 44 km i den vackra Vasaloppsarenan

Lördag 22 januari 2022
Start 11.00
Tävlings- och motionsklass

Anmälan:
<https://raceid.com/sv/races/7962/about>
(upplysningar 070-321 36 33, skidor@ifkmora.se)

Start: Oxberg
Mål: Mora skidstadion, Hemus.

Lägesrapport från IFK Mora fotbollsklubb

Summering av säsongen 2021.

Årets säsong har varit speciell, liksom för alla andra idrotter har vi fått anpassa oss till de rådande omständigheterna. Totalt sett har vi haft 12 ungdomslag igång som har tränat och spelat matcher. Tyvärr så utgick MT-cupen i år men de yngsta lagen har lyckats få ihop matcher på egen hand.

4 seniorlag, U16 Dam, U17, U19 samt A-laget har varit igång och spelat matcher. A-laget missade oturligt nog avancemang till div 3 med ett mål, men ser positivt på nästa säsong. Goran Cuckovic fortsätter som tränare, truppen kommer att bestå av många unga spelare, med viss mix av erfarna, och många "egna" produkter.

U17 har spelat en nationell serie med mycket bra motstånd och i och med det utvecklats mycket. De fortsätter nu sin resa och blir U19 och kommer även då att spela i en nationell serie. Även U16 Dam, som numera blir U17, har mött väldigt bra motstånd och utvecklats.

Parafotboll

U19 – spelarna Emil Stark, Edvin Bäck och Filip Martinsson som går Barn – och fritidsprogrammet på Mora gymnasium hade under hösten 4 träningstillfällen med Gymnsiesärskolan. Eleverna fick prova på fotboll och det visade sig vara mycket uppskattat både från tränarnas



Bilden ovan: Nya tränaren Jens Törnberg.

håll samt av deltagande elever. Förhoppningsvis kan detta vara en start för att få igång en grupp Parafotboll inom IFK Mora Fotboll.

"Många av deltagarna tyckte att det var roligt och vi hoppas att det eventuellt går att göra någon mer gång, dessutom ett bra sätt för oss att samtidigt öva på ledarskap som ingår i vår utbildning" säger Filip Martinsson.

Bilderna nedan:

Överst: Bild på parafotbollsgruppen.

Nederst: Bild tagen på Prästholmen.

Tränartillskott

Jens Törnberg är ett nytt tränartillskott som kommer att hjälpa till på Dam/flick-sidan med U17 Dam tillsammans med Christian Tôrres samt även hjälpa till i F07. Jens kommer från Edsbyn, bor numer i Mora med fru och barn. Jens har varit verksam som både spelare och tränare på hög nivå tidigare. Som tränare besitter Jens en hel del erfarenhet då han tränat Brynäs IF och Valbo FF mellan Division 2 och Division 4. Dessutom har Jens nio säsonger som ungdomstränare i Hille IF.

Utvecklingsansvarige Jerry Andersson om rekryteringen:

- Det är jättekul att knyta till sig Jens, och det säger jag av flera anledningar. Främst är han en erfaren och duktig fotbollstränare, för det andra känns det extra roligt att kunna rekrytera en driven och erfaren ledare som Jens till just vår flickverksamhet. Vi har idag bra verksamhet för både flick och pojk, och det här är ett stort steg mot att få detta att hålla över tid. Av vad jag har sett utav Jens så är han väldigt energifull, något jag tror är viktigt då energi smittar och det kommer då bidra till en ännu bättre arbetsmiljö i föreningen!



Från Mora till Portugal

Noah Nielsens väg till Sporting Club the Portugal och Cristina Ronaldo Academy.

Noahs Nielsens väg till Sporting Club the Portugal och Cristiano Ronaldo Academy.

Sporting CP även känd som Sporting Lissabon är en av dom största klubbarna i Portugal och har fostrat spelare som Cristiano Ronaldo, Luis Figo och Bruno Fernandez, Sporting har dessutom precis kvalificerat sig för vidare spel i Champions League där man slog ut Borussia Dortmund och kommer spela mot Manchester City i kvartsfinalen.

Under Våren anmälde vi Noah till en fotbollscamp i Örebro med NF Academy. En camp som alla spelare har möjlighet att anmäla sig till. Varje år arrangeras flera liknande camper runt om i Sverige.

NF Academy är en internationell fotbollsakademi som samarbetar med spelare, föräldrar, tränare, klubbar och federationer för att utbilda och utveckla fotbollsspelare. NF Academy har bland annat verksamhet i alla dom nordiska länderna och samarbetar bland annat med Sporting Lissabon.

När vi anmälde Noah till campen vet vi att det finns möjligheter för dom bästa spelarna vid varje camp att bli uttagna till ett läger i Danmark senare på sommaren.

Noah blir av ca 20 spelare utsedd till Player of the Camp och åker till Danmark sista helgen i Augusti. Där samlas dom bästa spelarna från alla inledande camper runt om i Norge, Sverige, Danmark och Finland. På plats finns bland annat scouter från Sporting Lissabon. På detta läger finns ca 150 spelare födda 2004-2008.

Efter tre dagar i Danmark står det sedan klart att Noah åter igen har utsetts till Player of the camp. Dock i sällskap med 7 andra spelare.



Han får genom detta möjlighet att åka och bo och provspela med några av bästa spelarna i hans åldersgrupp (killar födda 2007) i hela världen.

Under höstlovet åkte vi till Portugal och Noah bor och lever som ett proffs under en hel vecka på Sportings akademi "Academia Cristiano Ronaldo".

Noah tycker själv att han har utvecklats väldigt mycket som fotbollsspelare från lägret i Örebro tills han hamnade i Portugal. Och tycker det har varit en fantastisk resa. Mest av allt tyckte Noah det var kul att få känna på den annorlunda spelstilen och riktigt höga nivån i Portugal.

Noah rekommenderar alla med ambitioner att testa på något av dom lokala lägren som NF Academy arrangerar då detta oavsett utfall kommer kunna ge nya erfarenheter och utveckla er som fotbollsspelare. Man möter dessutom nya kompisar.

Under säsongen har Noah även varit och tränat med IFK Göteborgs 05/06 lag samt efter att ha blivit inbjuden till Norge även provspelat med den Norska klubben Kongsvingers akademilag.

Noah är väldigt tacksam för de möjligheter som givits i IFK Mora och uppskattar att han har getts nya utmaningar eftersom att han har utvecklats..

Noah ser nu fram emot att nästa säsong skall börja igen.

IFK Mora friidrottsklubb

Vinter- inomhussäsongen har kört igång sedan en månad tillbaka.

Klubben har tre stycken träningsgrupper igång, elitgruppen, ungdomsgrupp 7 år och uppåt samt paragrupper.

Träningen bedrivs i Mora Gymnasiums idrotts-hall samt Gymnasiets löparkorridor. Stefan Henriksson ansvarar för elitgruppen, Lina Englund ackompanjerad av fyra stycken skidgymnasie-ungdomar med friidrottsbakgrund håller i ungdomsgruppen samt Annelie och Johan Gustavsson håller i paragrupper.

Vissa tillfällen har intresserade ungdomar åkt till Faluns friidrottshall och tränat ihop med Leksand (vid intresse, kontakta Kalle Björkman om du inte redan gjort det!) Klubbens aktiva har redan hunnit representera

IFK på tre stycken tävlingar med glädje, härliga insatser inkluderande många PB och att barnen lärt känna nya kompisar.

Vinterspelen Örebro 20/11 (med Gustavsvikbad 21/11): Albin Gezelius P19, Hedda Kuchler F11, Hilma Björkman Kabo F10

Triumfglasspelen Örebro 27/11: Kevin Eidersten P10, Hilma Björkman Kabo F10, Isabell Eidersten F8

Fotokungens inomhustävling Falun 4/2: Sebastian Alin P15, Jonatan Alin P11, Kevin Eidersten P10, Isabell Eidersten F8.

Bilden till höger: Bild från Vinterspelen i Örebro. Hilma Björkman Kabo och Albin Gezelius.



Nordiska Mästerskapen

Albin Gezelius gjorde ett mycket fint lopp på Nordiska Mästerskapen och slutade på en nionde plats - därmed också bästa svensk i tävlingen. Sveriges insats räckte till en bronsmedalj i lagtävlingen.



Bilden till vänster: Albin i full fart under loppet.

Bilden ovan: Albin pustar ut efter målgång.

Bilden ovan till höger: Albin tillsammans med sina två lagkamrater, Jonathan Grahn och Benjamin Classon, som tillsammans vann bronsmedaljen.



IFK Mora Friidrottsklubb

**Inneträning
på Mora gymnasium**



Onsdagar 18.00-19.00

Grupp födda 2008-2014

Parasportgruppen

www.svenskalag.se/ifkmora-friidrott

IFK centralstyrelse utdelade ungdomsstipendie för 2020

Simon Karlsson-Holmer har fått ungdomsstipendium.

På orienteringsklubbens halvårsmöte den 12 december fick Simon ett ungdomsstipendium för 2020 av IFK:s centralorganisation. Utdelare av priset var Ieva Sargautyte, hon är sekreterare i IFK centralstyrelse och medlem i IFK Mora OK.

Motiveringen löd:

IFK Centralstyrelse beslutade vid sitt styrelsemöte måndagen den 9 november 2020 att tilldela Simon Karlsson Holmer, IFK Mora Orientering ett stipendium på 7 500 SEK för en fantastisk säsong, SM Medel H18 A-final, DM Sprint placering 3 i H18 och DM Medel placering 2 i H18. Simon har funnits med i klubbens verksamhet sedan knattestadiet. Han brinner för orientering i all dess former men nu mest med satstning på "vanlig" orientering. Tyvärr har pandemin satt käppar i hjulen för Simon att visa upp sig eftersom tillfällena att tävla har varit mycket få under 2020. Stipendiet ska användas till resor och läger tillsammans med klubbens elit.

Stort grattis Simon!!!



Stor och fin gåva till Mora Nisses jubileumsfond



Fredrik Hyland, son till legendaren Lennart Hyland, avled tragisk i Covid-19 sommaren 2020 (Fredrik var född 1955).

Per Otto Hyland är storebror till Fredrik och har tagit kontakt med oss i Mora Nisses jubileumsfond angående gåvor insamlade till minne av Fredrik Hyland till jubileumsfonden.

Per Otto skriver:

"Hej Marianne! Det gläder mig, och Fredrik, att vi kunde lämna ett bidrag till Mora Nisses jubileumsfond. Fredrik och jag växte upp med och var ofta på plats när pappa rapporterade från skidtävlingar och längdåkning på skidor var en av pappas favoritsporter mycket på grund av de många genuina idrottsmän och kvin-

nor som åker skidor. Fredrik åkte Vasaloppet en gång men han var mer av en bolltalang än skidkämpe. Han älskade dock att följa sporten, framför allt den nordiska konkurrensen i spårren."

Lennart Hyland var journalist och programledare vid Sveriges Radio samt Sveriges Television.

Han ansågs under sin storhetstid som en inflytelserik medarbetare inom sport och underhållning.

Inom sporten tog han med tiden över Sven Jerrings roll som ledande sportreporter och var även sportchef på radion. Bland annat bevakade han, tillsammans med Sven Jerring, Olympiska vinterspelen 1948 i S:t Moritz, där Nils "Mora Nisse" Karlsson vann guld på 50 km.

Bilden ovan: Bild på Fredrik Hyland.



Bilden ovan: Lennart Hyland, Ingemar "Ingo" Johansson, världsmästare i tungviktsboxning 1959 och Mora-Nisse.

Styrelsen till Mora Nisses jubileumsfond känner stor tacksamhet för den fina gåvan som kommer att bidra till fondens syfte som är att stödja svenska skidjuniorer i sin fortsatta satsning.

//Marianne Karlsson Eriksson



Bilden ovan och till höger: Lennart Hyland intervjuar Mora-Nisse i två olika sammanhang.





Vasaloppets Vasastreak – häng med och sätt Sverige i rörelse!

Några knäböj, en promenad, lite rörlighet för axlarna. En aktivitet varje dag för att komma i gång. Nu uppmanar Vasaloppet svenska folket att hänga med i en så kallad rörelsestreak – en Vasastreak. Med start 15 december gör du en rörelse, olika varje dag, i 66 dagar och skapar på så sätt en ny, hälsosam vana i din vardag.

Det som 1922 började som en skidtävling med 139 anmälda deltagare är i dag en motor och inspirationskälla för motion och hälsa. Vasaloppet har genom åren sporrat svenska folket till åtskilliga timmar av träning och naturupplevelser. Sedan 1922 kan totalt 1,7 miljoner målångar i något av Vasaloppets alla olika lopp räknas in.

– Att fylla 100 år är stort men det är de kommande 100 åren vi tar sikte på nu där vi vill slå ännu ett slag för folkhälsan. Det är inte alla som

vill, eller kan, ge sig ut och åka skidor. Men alla kan hänga med på Vasaloppets Vasastreak och göra en liten insats varje dag och på så sätt få in mer aktivitet i sin vardag, säger Johan Eriksson, Vasaloppets vd.

I en liten men ofta citerad studie publicerad i European Journal of Social Psychology 2009 fann psykologiforskaren Philippa Lally och hennes kollegor att det tog i genomsnitt 66 dagar att skapa en ny vana. Det har Vasaloppet tagit fasta på och uppmanar nu så många som möjligt att hänga på i rörelseutmaningen Vasastreak.

– Vi har 66 fantastiska inspiratörer som alla bidrar med varsin filmad rörelse under vår Vasastreak. Den som vill kan anmäla sig på vasaloppet.se och varje dag få en påminnelse om när det är dags att genomföra dagens aktivitet och, om man vill, även registrera den. På en digital karta kan alla sen se hur mycket aktivitet vi får och dessutom var man är som mest aktiv. Tillsammans sätter vi Sverige i rörelse, säger Johan Eriksson.

Att vara med i Vasaloppets Vasastreak är kostnadsfritt och redan nu går det att se vilka de 66 inspiratörerna är. Vilka rörelser de olika personerna bidrar med avslöjas dock först på varje inspiratörs aktuella dag. Man kan få en påminnelse med länk till den filmade rörelsen skickad till sig via e-post eller följa Vasaloppets konton på Instagram och Facebook där filmerna publiceras varje dag.

Starten för Vasaloppets Vasastreak, en 66 dagar lång rörelsekampanj med syfte att skapa en god vana, går onsdag 15 december men det går bra att starta när man vill, dock senast 18 februari. Läs mer och registrera din e-postadress och din ort på vasaloppet.se/vasastreak

(Ordet rörelsestreak och namnet Vasastreak är inspirerat av engelskans run streak som betyder att man springer en kort sträcka (minst en mile) varje dag, utan uppehåll. En av inspiratörerna i Vasaloppets Vasastreak, ultralöparen Ellen Westfelt, har som exempel sprungit en sträcka varje dag sedan september 2013.

66 rörelser



Jenny & Sanna Kallur
Dag 01 av 66



Lasse Åberg
Dag 02 av 66



Ninni Schulman
Dag 03 av 66



Mattias Särnholm
Dag 04 av 66



Anja Persson
Dag 05 av 66



Hans Olsson
Dag 06 av 66



Vasaloppet vinner Stora Turismpriset 2021

Vasaloppet har utsetts till årets vinnare av Stora Turismpriset i Sverige. Johan Eriksson, vd på Vasaloppet, fick den 24 november på plats i Stockholm ta emot priset på 100 000 kronor som delades ut av Stiftelsen för kunskapsfrämjande inom turism tillsammans med Tillväxtverket. En glad och uppenbart rörd vd sade: "Vi är en hel bygd som slitit hårt för det här".

Tillväxtverket är huvudman för Stiftelsen för kunskapsfrämjande inom turism som delar ut Stora Turismpriset och arbetar för att sprida kunskap till besöksnäringens aktörer. De 21 kandidaterna nomineras i sina respektive län. I Dalarna är det Visit Dalarna som nominerar länets kandidat. Priset delades ut i samband med konferensen Besöksnäringen på agendan. I konkurrens med välkända nationella och internationella besöksmål som Gröna Lund, Icehotel och Medeltidsveckan i Visby utsågs Vasaloppet som vinnare av Stora Turismpriset 2021.

– Det värmer otroligt extra ett sådant här år. Vi tittar tillbaka på det förmodligen tuffaste året för hela branschen och näringen. Samtidigt har det varit en väldigt lärorik period och som organisation har vi utvecklats otroligt mycket. En gammal hundraåring som Vasaloppet har fått leva som en startup. Det betyder mycket att bli uppmärksammas på det här sättet. Vi är en motor för motion och hälsa och även för

regional och nationell utveckling, sade Johan Eriksson, vd för Vasaloppet, när han tog emot priset.

Johan Eriksson var tydligt rörd över utmärkelsen, som förutom äran innefattar en prissumma om 100 000 kronor.

– Vi är en hel bygd som slitit väldigt hårt för det här. Nu har vi och Vasaloppet snart klarat av de första hundra åren, nu siktar vi på nästa hundra. Det är en stor ynnest att få jobba med det här och det betyder mycket för hela bygden och regionen.

Motivering till vinnaren av Stora Turismpriset 2021:

"Som en motor för motion och hälsa i Sverige inspirerar Vasaloppet människor till rörelse året runt. De är en förebild som med stor kreativitet har utvecklat nya produkter och nått nya målgrupper för att fortsatt göra Dalarna till en attraktiv region för besökare. Deras ständiga fokus på hållbarhet skapar långsiktiga resultat, till gagn för både föreningsliv och besöksnäring."

– Gemensamt för alla nominerade är att de är innovativa och har fokus på hållbarhet. Under pandemin har de satsat sig ur krisen istället för att bromsa. Vasaloppet är ett utmärkt exempel på en organisation som på ett kreativt sätt utvecklat sin verksamhet och nått ut till fler målgrupper, säger Lars Christensen, ordförande för Stiftelsen för kunskapsfrämjande inom turism.

Om Stora Turismpriset

För 28:e året i rad delas Svenska Turismpriset ut till en aktör som på ett nytänkande och

innovativt sätt bidragit till att utveckla besöksnäringen. Varje län nominerar varsin kandidat som sedan tävlar om den nationella vinsten.

Kriterierna för Stora Turismpriset är att de nominerade ska:

- bidra till nytänkande och innovativ utveckling av besöksnäringen
- utveckla, sprida och dela kunskaper för att stärka besöksnäringen
- metodiskt och målmedvetet utveckla en hållbar verksamhet
- lyckats ställa om sin verksamhet under pandemin

Alla nominerade till Stora Turismpriset 2021 från respektive län:

Icehotel, Norrbotten, Västerbotten Experience, Västerbotten, Hotell Klövsjöfjäll, Jämtland Härjedalen, Bröderna Bommen, Västernorrland, Trolska Skogen, Gävleborg, Vasaloppet, Dalarna, Kraftstationen i Deje, Värmland, Krogen som inte finns, Örebro, Aktivt Uteliv Björnögården, Västmanland, Gamla Uppsala Museum, Uppsala län, Gröna Lund, Stockholm, Slussens pensionat, Västra Götaland, Bergs gård i Trosa, Södermanland, Vadstena Klosterhotel, Östergötland, Medeltidsveckan, Gotland, Wallby Säteri, Jönköping, Åstad Vingård, Halland, Kosta Safaripark, Kronoberg, Stufvenäs Gästgiveri, Kalmar, Hotell Mossbylund, Skåne, Mörrums Kronolaxfiske, Blekinge

Textkällor: Visit Dalarna och Tillväxtverket.

Bildkälla: Tillväxtverket.

Ny säsong i Gopshusbacken!

Alpin skidbacke längs
Vasaloppsspåret



Öppet lov- & helgdagar 10-15
Kvällsåkning torsdagar 18-20

Öppethållande & liftkortspriser

www.ifkmoraak.se



Följ Gopshusbacken på Facebook



Skidkul i Gopshusbacken

Tisdag 18.00-19.00

Skidkul är slalomträningen för barn
mellan 4-9 år, födda 2012-2017.
Träningen bygger på att du som förälder
engagerar dig som hjälpledare och
stöttar i både lift och backe.



Start tisdag 11 januari - 22

Anmälan till kansliet
alpina@ifkmora.se
www.ifkmoraak.se



Följ IFK Mora Alpina på Facebook

ALPINA

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

IFK MORAS FONDER

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

Swish 123 1098 045

UTGIVNINGSPLAN IFK-KAMRATEN 2021

Paus i utgivningen av IFK- Kamraten

Det är fortfarande paus i utgivningen av IFK-
Kamraten.

Däremot så kommer vi under 2022 fortsätta
med dessa digitala nyhetsbrev, med samma
utgivningsperioder som tidningsupplagan haft.

Nr 1 - April

Nr 2 - Juni

Nr 3 - Oktober

Nr 4 - December



VÄLKOMMEN TILL VÅRA KLUBBSTUGOR



Hökberg

I den vackra fåboden 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.



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.

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 via Ulrika Hugerth, IFK Mora Idrottsallian: tel. 0250-392 28	



Hemusgården

Hemusgården ägs av IFK Mora idrottsallians som består av sex olika klubbar: fotboll, skidor, orientering, gymnastik, alpin och friidrott. I byggnaden finns en serviceavdelning med duschar, bastu och omklädningsrum som hyrs av Mora Kommun som är öppen dagligen för alla. Öppettider serviceavdelningen är alla dagar 06.00-22.30. Servicedelen går inte att boka separat.



Norra Garberg sportcenter

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 fåbod belägen 520 möh! Har varit fåbod 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!

I huset finns också en samlingslokal med plats för 80 personer med ett modernt cateringskök, media- och teknikutrustning med stor bildskärm samt högtalare och mikrofoner.

Samlingslokalen kan användas i samband med träningar, tävlingar, träffar, möten, läger och sociala sammankomster med mera. I huset finns också klubbbrum som används av skidklubben och orienteringsklubben.

Det finns möjlighet för andra föreningar och organisationer att hyra samlingslokalen, köket och stora bastun när IFK klubbarna inte använder dessa.

Bokning sker genom Mora kommun och deras Föreningsservice som vi samverkar med. Privatpersoner som vill hyra vänder sig till IFK Mora idrottsallians.

Läs mer på www.ifkmora.se

Kan hyras av medlemmar i IFK Mora skidklubb, IFK Mora medlemmar, skolor, föreningar, företag och privatpersoner.

Priser

Storstugan 800:-/dygn (6 bäddar).

Lillstugan Klacken 600:-/dygn (4 bäddar).

Lillstugan Risåsen 500:-/dygn (3 bäddar).

Som medlem i skidklubben har man 15% rabatt på boende.

Skolor & Föreningar 1600:-/dygn (Storstugan, Lillstugan med rummen Klacken & Risåsen).

Företag 2500:-/dygn

Önskar ni boka eller har andra funderingar, kontakta Tomas Bredberg 070-321 36 33.

Ostädad stuga debiteras med 1000:-.

IFK Mora-klubbarnas kanslier

Vasaloppets Hus är öppet för bokade möten, men museet är stängt tills vidare.

IFK Mora idrottsallians

Jennie Hedh, kanslichef
Tel: 0250-392 78
E-post: jennie.hedh@ifkmora.se

Ulrika Hugerth, ekonomi
Tel: 0250-392 28
E-post: ulrika.hugerth@ifkmora.se

Gun-Britt Cristoferson, ekonomi
Tel: 0250-392 42
E-post: Gun-Britt.Cristoferson@ifkmora.se

IFK Mora alpina klubb

Erika Åkesson
Tel: 0250-392 85
E-post: alpina@ifkmora.se

IFK Mora fotbollsklubb

Marie Varjonen-Hansson
Tel: 0250-392 15
E-post: fotboll@ifkmora.se

IFK Mora friidrottsklubb

Ing-Mari Skogs
Tel: 0250-392 20
E-post: friidrott@ifkmora.se

IFK Mora gymnastikklubb

Pernilla Näsdal
Tel: 0250-392 21
E-post: gymnastik@ifkmora.se

IFK Mora orienteringsklubb

Thomas Eriksson
Tel: 0250-392 13
E-post: orientering@ifkmora.se

Mats Jönsson, ungdomstränare
E-post: mats.jonsson@ifkmora.se
Tel: 070-641 95 99

IFK Mora skidklubb

Tomas Bredberg
Tel: 070-321 36 33
E-post: skidor@ifkmora.se



www.ifkmora.se

Fri start i Vasaloppet 10 för dig som är funktionär

Vasaloppet erbjuder alla funktionärer fri start i Vasaloppet 10.

Anmäl dig på vasaloppet.se och använd koden FUNKTIONAR-VL10-2022

Vasaloppet 10 är ett helt nytt lopp för alla som vill vara med och fira Vasaloppets 100-årsjubileum. Klä dig gärna i träningskläder och använd utrustning från valfritt decennium. Segerkransar och priser i form av startplatser delas ut till de tio bästa klädda skidåkarna.

