



## KOMMANDE AKTIVITETER

### BARNENS VÅRAVSLUTNING

Den 5 maj kl. 13.00 anordnar Föreningen Idla årets våravslutning på Gymnastik- och Idrottshögskolan. I och med Olympiajubileet blir det i år en mindre avslutning som enbart är till för barnen och deras familjer. Vi ser fram emot en ny våravslutning nästa år där samtliga medlemmar är välkomna att komma och titta på vad våra barn har lärt sig!

### VÄLKOMMEN TILL IDLAS SOMMARTRÄNING!

Under maj månad hålls ett antal sommarträningar på GIH och i Immanuelskyrkan. Uppmärksamma gärna att det sista datumet på GIH leds av både Ulla-Stina Mannhagen och Lennart Sundquist och är gemensam för män och kvinnor. I augusti hoppas vi dessutom kunna erbjuda sommarträning utomhus på Eriksdalsbadet. Mer information om detta kommer under maj månad.

#### Sommarträning på GIH

Tisdag den 8 maj, kl. 18:00-19:00 Margareta Österlund  
Tisdag den 15 maj, kl. 18:00-19:00 Kerstin Wendell  
Tisdag den 22 maj, kl. 18:00-19:00 Agneta Sundquist  
Tisdag den 29 maj, kl. 18:00-19:00 Ulla-Stina Mannhagen och Lennart Sundquist

#### Sommarträning i Immanuelskyrkan

Torsdag den 3 maj, kl. 13:00-14:00 Margareta Ardell  
Torsdag den 10 maj, kl. 13:00-14:00 Ulla-Stina Mannhagen  
Torsdag den 24 maj, kl. 13:00-14:00 Vanja Engström  
Torsdag den 31 maj, kl. 13:00-14:00 Margareta Ardell

Kostnad: 60 kronor per gång

## INFORMATION OM OLYMPIAJUBILEET 2012

Föreningen Idla har ålagts en spännande och ansvarsfull uppgift! Vi ska roa och entusiasmera en stor publik på Stockholms Stadion. Det kommer att kräva mycket träning och aktivt deltagande. Alla inom Idla kommer på olika sätt att kunna medverka. För Idlas tre minuter måste tyvärr antalet damer maximeras till 50 inklusive reserver. Övriga som är intresserade av att vara med är välkomna att delta i det pampiga öppnandet av Olympiafirandet då alla gymnaster marscherar in på gräsmattan. Därefter utför de olika gymnastikföreningarna sina uppvisningar och övriga står runt om på gräsmattan och väntar in de tre sista minuterna, då det blir en massuppvisning av Stockholms alla gymnaster till musik av Peps Persson. För dem som medverkar i det allmänna programmet gäller Idlatröja samt svarta byxor. Att det finns entusiastiska Idlor på läktarna är också viktigt. De har ju dessutom förmånen att

få se hela härligheten från ovan. Biljetter till festen kommer att säljas på Ticnet, och kosta 100 kronor för vuxna och 50 kronor för barn. Mer information om Stadionfesten kommer inom kort att finnas på Idlas hemsida samt på [www.arenastockholm2012.se](http://www.arenastockholm2012.se)

## SOMMARLÄGER PÅ GÅLÖ

Årets Idlaläger för flickor 9-12 och juniorer anordnas vecka 32. Lägret, som hålls på Gålögården 3,5 mil söder om Stockholm, kostar i år 2 800 kronor. Du anmäler dig genom att sätta in 700 kronor på Föreningen Idlas plusgirokonto 50 94 55-2 senast den 30 april. Ange lägerdeltagarens namn och adress samt födelsedata vid inbetalning. Ansvarig ledare kommer även i år Johanna Leback att vara. Om du har några frågor är du välkommen att höra av dig till din ledare eller till Inga-Maria Bergkvist tel. 510 515 36, e-post: [ingamaria.bergkvist@telia.com](mailto:ingamaria.bergkvist@telia.com)

## INFORMATION

### GLÄDJANDE BUDSKAP OM FÖRENINGENS EKONOMI

Våra träningsgrupper blir alltmer välfyllda av aktiva medlemmar och ger ett större överskott än föreningen behöver. För några år sedan sänkte vi avgifterna för barnen och nu är det dags för de vuxna.

Träningsavgifterna för hösten blir:

1 400:- för 1,5-timmeslektioner 15 gånger  
1 120:- för 1,5-timmeslektioner 12 gånger  
900:- för 1-timmes lektioner 15 gånger  
720:- för 45 minuters lektioner 15 gånger

Priserna för träningskort 6 gånger ändras inte, vilket medför att det lönar sig bättre att betala för hela terminen. Särskilt fördelaktigt blir det att betala för två grupper eftersom 50 procents rabatt på den lägsta avgiften gäller även i fortsättningen.

## DELTOG DU I OLYMPIAJUBILEET 1962?

För femtio år sedan deltog Idla i firandet av att det gått femtio år sedan de olympiska spelen hölls i Stockholm. I och med detta vill vi gärna höra era historier om vad ni upplevde denna dag! Har du ett minne eller en historia får du gärna skicka den till IdlaNytt's redaktör, Linda Eriksson. Även du som var på Olympiajubileet -62 som publik får gärna skicka din berättelse! Samtliga berättelser kommer att samlas i en bilaga och skickas ut till alla medlemmar med nästa nummer av IdlaNytt. Eventuella bidrag skickas till redaktören senast den 30 juli med e-post till: [lieri13@hotmail.com](mailto:lieri13@hotmail.com), alt. med vanlig post till Blommodlarvägen 32, 165 70 Hässelby.

## RAPPORTER

### FÖRENINGEN IDLAS 10-ÅRSJUBILEUM FIRADES PÅ DANSMUSEET

Den 1 december 2011 hälsades ett 80-tal förväntansfulla "Idlor" välkomna med ett glas vin, och därefter inledde Birgitta Wickholm kvällen med att berätta om föreningens tillblivelse för tio år sedan. Marie-Louise Lavén tog sedan vid och introducerade Lilla baletten och dess ledare Kathleen Quinlan som inspirerats av Isadora Duncan. Till vacker pianomusik spelad av Mattias Nilsson, utförde baletten ett antal graciösa danser, där vissa moment påminde om våra Idlarörelser. Både Ernst Idla och Isadora Duncan, fick vi veta, var moderna och nyskapande rörelsepedagoger, som satte det enkla och naturliga främst. Efter dansuppvisningen visades två Idlafilmer med en blandning av gammalt och nytt och där vi bland annat kunde beundra det starka uttrycket i rörelserna och precisionen i uppställningarna. Kvällen avslutades med att föreningens ordförande Karin Törngren inbjöd till en läcker måltid samt inte minst trevlig samvaro. Föreningen Idlas styrelse med Birgitta Gedeberg och Marie-Louise Lavén som främst ansvariga tackades för ett fantastiskt arrangemang. Bättre kunde föreningens jubileum inte ha firats.

*Louise Crona*

### JULTRÄNING FÖR BÅDE BARN OCH VUXNA

Den 29 december bjöd Margareta Österlund och Lennart Sundquist på traditionell mellandagsträning för kvinnor och män. Cirka 50 träningsugna medlemmar kom till GIH och gjorde bollövningar, mag- och ryggrörelser, danslekar, med mera till glad musik. Även flickor 9-12 och juniorer hade julträning denna dag, vilken leddes av Johanna Leback och var mycket uppskattad.

### KAMRATKVÄLL MED IDLAVÄNNER

Onsdagen den 15 februari träffades cirka 40 Idlor i lokalen på Valhallavägen för att äta och dricka gott, umgås och för att få höra Anette Walles från "Akademi Liss Wallin" berätta hur man blir vacker både inuti och utanpå. Det är viktigt med syra-bas-balansen för att bli vacker inuti. Vi fick rådet att äta basiskt. Starta gärna dagen med en grapefrukt. Ät rotsaker, bönor, grönsaker etc. Tips: Googla på "basiska livsmedel" för att få fler exempel. Som demomodell fick Eva Stjärnkvist lyckan att bli vacker utanpå. Det var mycket att hålla reda på; foundation, puder, grundskugga, ögonbryn, globlinje, läppkontur med mera. Tack till alla som ordnade den mycket trevliga kvällen från en mycket skrynklig Idla-medlem, som kanske borde göra mer än att bara använda Decubal hudsalva från Apoteket.

*Ellen Ahrent*

### NÅGRA GLIMTAR FRÅN ÅRSMÖTET

På kvällen den 14 mars var det dags för föreningens årsmöte. Innan mötet startade fick de 48 mötesdeltagarna lyssna till vacker musik spelad av vår Idlatrion (Anna-Britta Barter, piano; Ulla Drossel, cello; Gunilla Malmberg, fiol). Karin Törngren utsågs till mötesordförande och blev också omvald som föreningens ordförande för ytterligare ett år. Även Margareta Englund omvaldes medan Rebecca Remélius samt Margaretha Wanecek är nya styrelseledamöter. De ledamöter som har ett år kvar i styrelsen är Birgitta Gedeberg, Jane Karlsson Tengvar, Marie-Louise Lavén samt Inger Norstedt.

Karin och föreningens kassör Inger gav glädjande besked om att föreningens ekonomi är god och gör att föreningen kan bekosta dräkterna för deltagarna i Idlauppvisningen på Stadion den 9 juni. Föreningen kommer också att ha lägre träningsavgifter under höstterminen. Att detta är möjligt beror på ökat antal tränande medlemmar, fler som tränar flera gånger i veckan samt att det senaste året har givit ett överskott. Till årets stipendiat utsågs Katarina Idla, som är Idlalärare och har undervisat i barn- och ungdomsgrupper under många år, tränar representationsgruppen samt startat en förskolegrupp. Hedersnämmandet tilldelades Lisa (Elisabeth) Möller. Hon var med i starten av föreningens nuvarande hemsida och som redaktör uppdaterar och förbättrar hon vår hemsida [www.idla.se](http://www.idla.se). Lisa är dessutom en framstående medlem i Representationsgruppen. Innan årsmötet avslutades blev de avgående styrelseledamöterna Linda Eriksson, IngaLill Lunde och Astrid Sivander avtackade med blommor och varma applåder.

Efter avslutat årsmöte var det dags för Margareta Englunds tangolärare Kristina och Tommy att göra entré. De berättade om den sociala, argentinska tangon där paren dansar tätt tillsammans och vi fick se dem dansa några olika varianter. Deras fotarbete var intressant att följa. Mannens steg var mjuka och gjordes golvnära med hela foten medan kvinnan i sina läckra skor med höga, smala klackar gör sina steg med främre delen av foten och då och då svänger elegant med hela benet. Margareta berättade att ju äldre man blir ju bättre dansar man tango. Dansen ger starka ben och fötter – precis som Idlaträning. Ernst Idla framhöll ju att åldrandet börjar i benen, inte i ansiktet. I god stämning avslutades kvällen med en härlig buffé och Idlatrion smekte våra öron med välkända melodier. Stort och varmt tack för den vackra dansen och all vacker musik som förgyllde kvällen.

*Marie-Louise Lavén*

## NUMMER 1, 2012

Föreningen Idla, c/o Norstedt  
Tullgårdsgatan 8, 116 68 Stockholm

Telefon ordförande: 08-767 33 25  
E-post: [karin.torngren@tele2.se](mailto:karin.torngren@tele2.se)

Redaktör: Linda Eriksson  
E-post: [lieri13@hotmail.com](mailto:lieri13@hotmail.com)