



## **KOMMANDE AKTIVITETER** **HÖSTENS FÖRSTA KAMRATKVÄLL**

– ”Hjärnan, hjärnhälsan och minnet!”

Onsdagen den 26 september kl. 18.00 föreläser Gunilla Bruce Litton, VD och ledare för Hjärnlyftet, i detta viktiga ämne på den nyöppnade Lingbaren på GIH. Efter föreläsningen får vi avnjuta en härlig buffé (inkl. kaffe/te) som dukas upp i Lingbaren. Vin kan som vanligt fås för 20 kr/glas. Kostnad för kvällen är 120 kr, vilket betalas på plats. Anmälan snarast, dock senast den 12 september, till Birgitta Gedeberg tfn: 08-550 170 09, mobil: 073-771 47 44 eller e-post: [birgitta.gedeberg@gmail.com](mailto:birgitta.gedeberg@gmail.com). Välkommen till en lärorik och intressant kväll!

## **RAPPORTER** **OLYMPIAJUBILEET DEN 9 JUNI 2012**

Firandet av 100-årsjubileet av Stockholm Stadion och OS i Stockholm 1912 har pågått sedan början på 2012. Höjdpunkten på jubileumsåret var den stora Stadionfesten - århundradets idrottsfest! En fartfylld hyllningsfest för världens äldsta fortfarande aktiva OS-arena. Under dagen pågick prova på-aktiviteter och under kvällen bjöds det på idrottsuppvisningar och underhållning. Kvällen inleddes med att 700 svenska olympier marscherade genom Stadion. Kungen och drottningen var på plats, och solen sken precis som den gjorde för 100 år sedan under Solskensolympiaden. När olympierna marscherat ut var det dags för Idla att inleda massgymnastikuppvisningen. Närmare 100 Idlaflickor från flera generationer lyste upp Stadions gräsmatta med sina röda dräkter. Vi genomförde ett specialkomponerat tema, Super Troupes, med både röda och vita bollar i luften. Olyckligtvis startade musiken innan vi ens var inne på plan, så det blev till att öva snabba och graciösa Idla-spring-steg. Efter dessa nervösa inledande sekunder fick vi ihop temat med bravur, forandes fem OS-ringar. De uppskattade applåderna värmdes i den kyliga juni-kvällen. Efter Idla följde uppvisningar från Brommagymnasterna, Solflickorna, Täby GS, Sofiaflickorna, och Stockholm Top Gymnastics. Därefter var det dags för alla gymnaster att sätta på sig regncaper i glada färger. Inte för att det regnade, ty solen fortsatte att skina, utan för att ge färg och form åt det gemensamma masstemat Oh Boy, som avslutade gymnastikuppvisningen och Idlas medverkande. Stadionfesten var en mäktig upplevelse, och som Idlaflicka kände jag mig förstas oerhört stolt över att vi fick äran att inleda dessa festligheter! Tack till alla duktiga Idlaflickor och alla andra som jobbat hårt för vårt medverkande!

*Lisa Möller*

## **SENIORERNAS VÅRUTFLYKT**

Man talar om Stockholms skärgård, som om staden ägde skärgården. Det är nog en missuppfattning. Det är skärgården som omsluter Stockholm. Det blev vi trettio seniorer varse, när vi efter en kort båtferd från Skeppsbron, nådde Fjäderholmarna. Nästan mitt i stan fann vi en typisk skärgårdsö i vårblomn-

ing med vågor kluckande mot strand. I strålade sommarsol gick vi på upptäcktsfärd. Uppfinnarglädje och handskicklighet visas hos alla de nyöppnade konsthantverksbodarna runt ön. Här finns mycket originellt och vackert som lockade till inköp. Men att promenera i vårgrönska och njuta av sol, vind och glittrande vatten, var nog det som lockade allra mest. Det var med viss möda som Ulla-Stina lyckades samla alla till uppställning för det traditionella utflyktsfotot. Med frisk aptit intog vi så vår lunch i den sjönära ljusa restaurangen. Som alltid stiger ett sorl av glada röster, vi skålar och tackar för det vackra vädret och den goda samvaron. Med en kopp kaffe alfresco i eftermiddagsolen avslutades vårt skärgårdsbesök. Åter på Skeppsbron skildes vi åt, mycket nöjda med vår tjugoförsta vårutflykt.

*Britta Pihlblad*

## **SOMMARTRÄNING PÅ ERIKSDALSBADET**

Det var underbart att få träna igen efter sommaren. Tre tisdagar i augusti hade vi en fin och stor gräsmatta en bit från bassängerna på Eriksdalsbadet. Barbro Hultman ledde den första träningen med bravur. En fotograf från Eriksdalsbadet tog lite bilder, och en mycket bra bild kom sedan upp på en skylt vid ingången. Den andra träningen leddes av Kerstin Wendell, även den lika underbar. Att få träna utomhus är något alldeles speciellt. Vi hade vädret med oss också denna gång. Tredje träningen leddes av Rebecca Remnélius, som hade en rolig och lekfull träning. Lite annorlunda, men mycket härlig. Dessa Sommarträningar var mycket uppskattade, och vi var cirka 25 deltagare varje gång.

*Gun Sjodin*

## **RAPPORT FRÅN SOMMARLÄGRT**

– *Platsannons: Lägerledare för Föreningen Idlas sommarläger.*  
Beskrivning av tjänsten: Du skall under en sommarvecka leda och träna ca 30 elever i åldrarna 8-15 år. Du skall även planera rum-sindelning, kvällsaktiviteter, vattenkrig och badutflykter etc. En merit är om du inför lägret vill ta fram musik och skapa ett antal nya teman. Arbetstiden är 7 dagar i veckan från 07:30-00:00.



*God och uppskattad Idlatårta på sommarens läger!*

*Foto:Nils Lavén.*

Din profil: Vi tror att du är en glad och positiv person som gillar barn på alla humör och Idraträning i alla dess former. Du skall gärna ha lång erfarenhet av att leda barn- och ungdomsgrupper samt ha god kännedom om Idlas träningsmetod, våra grundrörelser och ca 100 långa och korta Idrateman. Du gillar att leta fram modern och bra musik som stämmer överens med Idrarörelserna och som barnen tycker det är spännande och kul att träna till.

Vi ser gärna att du har följande egenskaper: Älskar barn - Glad - Positiv - Entusiastisk - Driftig - Bestämd - Konsekvent - Tålmodig - Diplomatisk - Morgonpigga - Kvällspigga - Bjuder gärna på dig själv - Gillar tandkräm på dörrhandtaget, fusktoapapper, tejp på vattenkranen, vitlökskarameller och kottar i sängen - Räds inte mörker, åska eller blod.

Du bör kunna följande: Ha många bollar i luften, i dubbel bemärkelse - Tända en lägereld - Trösta barn som längtar hem - Plocka bort fästingar, ta ut lösa tänder, plåstra om småsår, linda stukade fötter samt ha bra handlag med feber, blodsockerfall och kräksjuka - Fläta inbakade och utbakade flätor - Konfliktlösa - Högläsa - Komponera lägersånger, helst på rim - Arrangera en Oscarsgala eller en OS-show - Filma och fotografera - Göra dig hörd över 800 m2 blåsig fotbollsplan eller skränig matsal.

Du bör ha tillgång till: Egen bil - Minst 60 meter skarvsladd - Idlabollsförråd hemma - Tamburin - Bocciaklot - Brännbollssat - Myslampa - Presenning - Partytält - Kortlek - Galaklänning - Snöre - Sopsäckar - Regnponcho - Ett antal uppsättningar träningskläder samt en röd glansig dräkt.

Vi erbjuder i gengäld följande: Tusen tillfällen till skratt och lek - Underbart umgänge med våra fina barn och tonåringar - Fantastiska minnen - Härliga kollegor - Schysst träningsvärk.

Väl mött,

*Evelina Kling, Johanna Leback och Rebecca Remnélius*

## DANSDAGEN I VÄLLINGBY EN SOLIG SUCCÉ!

SMHI:s påbud om annalkande höststormar till trots bjöd lördagen den 25:e augusti på ett gassande solsken som gjorde luften näst intill sommarhet och fick de lägerflickor som slutit upp på Vällingby Torg att svettas i sina röda Idradräkter. Det var tio fnissigt nervösa och fint uppvisningsflätade flickor som beträdde den konstgräsmatta som rullats ut på kullerstenen mellan torgets fontäner. Här bjöds på dagens första uppvisning och flickorna tog oss med tillbaka till Gålöängen där de bara någon vecka tidigare visat upp de teman som nu framfördes. Efter en välbehövd energipåfyllning i skuggan utnyttjades pausen mellan dagens två uppvisningar till prova-på i Solursparken, där det var både folk-

fyllt och riktig feststämning, innan det blev dags för flickorna att stiga upp på scenen och genomföra dagens andra bejublade uppvisning. Applåderna var både varma och ihållande då flickorna klev av scenen och backstage belönades med kakpaket och lovord från Dansdagens arrangörer.

*Rebecca Remnélius*

## NOTISER

### IDLA HAR FÅTT EN EGEN YOUTUBE-SIDA!

I början av sommaren fick Idla en egen YouTube-sida, där Rebecca Remnélius kontinuerligt lägger upp nya videofilmer av vår verksamhet. Du hittar föreningens YouTube-sida på [www.youtube.com/foreningidla](http://www.youtube.com/foreningidla).

## VÅRAVSLUTNINGEN 2012

Idlas årliga våravslutning för barn och ungdomar ägde rum lördagen den 5 maj 2012 på Gymnastik- och Idrottshögskolan. I och med Olympiajubiléet på Stadion några korta veckor senare där många av våra flickor deltog, var årets våravslutning en mindre tillställning med endast föräldrar och syskon i publiken. De bjöds sedan på ett program som visade upp vad flickorna – och i år även pojkar då förskolebarnen var med och uppträdde! – tränat på under terminen som gått.

## REPRESENTATION PÅ CENTRALEN

Inför Stadionfesten deltog Idlas representationsgrupp i en uppvisning på Stockholms Central den 4 juni. Förvånade tågresenärer och vardagspendlare fick se både två och tre bollar i luften i tvåbollstemat Charlie och det nykomponerade trebollstemat Chariots of Fire. Programmet visades upp två gånger under dagen, och blandades med andra idrottsföreningars uppvisningar av bl.a. fäktning, dans och rytmisk gymnastik.

## SOMMARSKOLA I ESTLAND

Maret Nyström och Anette Birch-Jensen reste i augusti till Estland för att delta i Idlas sommarskola. Under utbildningen, där bl.a. gymnastik- och danslärare så väl som förskolelärare deltog, delades sammanlagt 39 diplom ut. Undervisande lärare från Estland var Tiia Kadalipp, Katrin Reinup, Kadri Tiis, Kai Randruut samt Tiina Aasmann.

## KICKOFF PÅ GIH

Lördagen den 1 september anordnade föreningen sin årliga kickoff för ledare och styrelse. Dagen inleddes med information om sommarens aktiviteter, vilken följdes av ett par timmars Idraträning. Efter lunch diskuterades hösten i olika intressegrupper.

## NUMMER 2, 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)