



## KOMMANDE AKTIVITETER

### KAMRATTRÄFF

Den 15 oktober anordnar föreningen en kamratträff för samtliga konstintresserade medlemmar på Lingbären. Efter föreläsningen, som hålls av Louise Lyberg, dukas det som föreningens tradition bjuder upp till buffé. Är du intresserad av att delta i nästkommande kamratträff (som kan vara allt från en filmkväll till ett museibesök eller en spännande utflykt) håll utkik efter anmälningsinformation på hemsidan eller i IdlaNytt.

## TRÄNINGSRESA

Årets träningsresa går till Lanzarote den 14-21 november och arrangeras av Margareta Wanecek. Ledare är Kerstin Wendell och Margareta Österlund.

## JULAVSLUTNING

I samtliga barngrupper anordnas en julavslutning under terminens sista lektionstillfälle. Föräldrar, syskon, mor- och farföräldrar och vänner är då inbjudna att se vad barnen lärt sig under terminen. Som föreningsmedlem är du självklart också välkommen, så passa på att hälsa på i en av våra barngrupper och se hur de arbetar. Information om dag, tid och plats finns i kursprogrammet samt på hemsidan.

## IDLADAGEN

Nästa år har Idlaverksamheten funnits i Sverige i 70 år och det ska vi fira! I samband med 70-årsdagen bjuder vi in alla våra medlemmar med familj och vänner till en händelserik dag med massor av aktiviteter för både stora och små. Vi kommer att bjuda på allt från jongleringsskola och prova på för så väl förskolebarn som seniorer, till uppvisningar av samtliga av våra grupper. Du kommer också få en chans att lära dig mer om Idlametoden och vår historia samt få möjlighet att få reda på mer om våra medlemsaktiviteter så som sommarlägret för barn och ungdomar, och träningsresor för vuxna. Hjärtligt välkomna till Eriksdalshallen den 17 maj 2015!

## RAPPORTER

### KICK-OFF MED SIKTE PÅ FRAMTIDEN

I slutet av augusti var det dags igen för årets kick-off för alla idlaledare och föreningens styrelse. Det brukar vara en trevlig dag som "kicker" igång oss för den kommande terminen, men den här gången blev det något alldeles extra! Vi fick mjukstarta med dans i Isadora Duncan-stil som visade sig vara både vacker och glädjeväckande. Genom att berätta dansen med bilder förflyttade vi oss från en sandstrand, till en sommaräng där vi dansade kring en lind och vidare till en vagg där vi sjöng en godnattvisa!

Sen var det dags att verkligen börja jobba! Med hjälp av Anna Iwarsson (sjukgymnast, f.d. generalsekreterare för Friskis & Svettis och debattör inom hälsa) arbetade vi kring temat "Med sikte på framtiden". Genom att ställa och väcka frågor skapade Anna snabbt stor aktivitet bland oss och diskussionsgrupper bildades utifrån när man först kommit i kontakt med Idla. Tänk, tillsammans skapade vi en tidslinje från 1945 och fram till idag! Helt fantastiskt! Vilken samlad idlaerfarenhet! Efter att ha kartlagt vår gemensamma historia blickade vi framåt och funderade

på hur Idla uppfattas idag, vilka som kan lockas att träna Idla i framtiden och vad vi ska fokusera våra gemensamma krafter på! Det blev en minst sagt livlig diskussion och ett helt otroligt engagemang! Vi är många som brinner för Idla!

Avlutningsvis diskuterade vi hur vi ska fira att Idla har funnits i Sverige i 70 år. Tid och plats är redan klart, 17 maj i Eriksdalshallen! Många idéer presenterades och det ska bli väldigt spännande att se vad det blir. Jag är övertygad om att den dagen också kommer att bli något alldeles extra! Du kommer, eller hur?  
*Skribent: Maria Albanese*



## OM SOMMARENS LÄGER

I somras var jag på mitt första Idlaläger på Gålö. Först var jag jättepörrig för att det var ju första gången. Vi sov lite oroligt första natten men sedan blev det bra. Vi sov i våningssängar, jag sov i sovsäck. Vi tränade på att jonglera. Vi hade musiken från filmen Frost som tema. Vi gjorde teman till "Let it go" och några till av de där sångerna. På torsdagen kom några barn från 6-8-årsgrupperna på besök. Ibland gick vi till en liten strand och badade. Det var superkul! Maten var supergod! Idlatårtan var godast. Vi hade en festkväll också. Då fick man lappar där det stod vad man skulle göra för någonting. Det var mycket roliga bus vid rummen. En gång hade någon gömt bollarna och lagt ledtrådar om var de fanns. Det var ett superduperroligt Idlaläger. Jag ska åka nästa år också!

*Skribent: Janina, 10 år*



## UTFLYKT TILL FJÄDERHOLMARN

Sex resglada damer samlades på kajen vid Slussen för att ta båten till Fjäderholmarna på morgonen den 14 maj. Väderutsikterna hade avhållit flera deltagare från att anmäla sig, men de visste inte vad de missade! Båtturen var kort, bara 25 minuter med kort mellanlandning vid Nacka Strand, och väl framme mötte oss en ö full med intressanta byggnader och upplevelser. Att det var maj månad med en natur som stod i full blom gjorde inte utflykten sämre.

I början av stigen hittade vi olika sorters skärgårdsekor där målningar, huvudsakligen skärgårdsmotiv, var exponerade. Alla var till salu till överkomliga priser. På en vägg fanns tioalet öppna gäddkäftar uppspikade. De såg verkligen otäcka ut. Att få in handen i ett sådant öppet gap med massor av skarpa huggtänder är inte att rekommendera. Inte mindre än fem olika ställen att äta eller fika finns nu tillgängliga. Dessutom står ett antal hantverksbodas öppna med allt från föremål i trä och glas till textil och keramik. Du kanske inte gör fynd i ekonomisk bemärkelse, men du kan hitta originella saker som du inte delar med flertalet runt omkring. Särskilt butiken med handgjorda tunikor, sjalar, blusar och vackra plagg i ull och andra naturmaterial attraherade flera av oss.

Vi hade beställt bord på Rökeriet, som ligger strax intill den hamn där vi gick i land. Rökeriet har bord med härlig utsikt över vattnet och även en stor uteveranda, där vi dock inte kände oss hugade att äta – vädret var kyligt och det småduggade. Men jag ser fram emot att sitta där en härlig sommarkväll när solen sänker sig och luften är ljum och fylld av dofter. Det är definitivt värt ett återbesök!

*Skribent: Carina Lindqvist*

## HET IDLASOMMAR

Sommarens hetta dämpade inte rörelseglädjen hos Idlas medlemmar. En liten men entusiastisk grupp seniorer, både damer och herrar, sommartränade under juli månad på Riksdagshusets inbjudande gräsmatta. Två åskådare från San Marino och Spanien hoppade in i bollövningarna, som de klarade galant. De var båda professionella dansare!

Riksidrottsmuséets prova på-aktiviteter första augustihelgen blev en succé. Idla ställde upp för fjärde året, populärt framför allt bland barn och föräldrar. På lördagen hade vi hård konkurrens från Pridefestivalen men på söndagen kom desto fler. Idla slog aktivitetsrekord och muséet med fantastiska assistenter vill gärna fortsätta samarbetet.

*Skribent: Barbro Hultman*

## NOTISER

### SOMMARENS TRÄNING

Sommarträningarna i maj avslutades på GIH. Uppslutningen var stor och i blandade åldrar. I augusti bjöds det på solig utomhus-träning på Eriksdalsbadet, också mycket uppskattat! Ulla-Stina Mannhagen och Lennart Sundquist ledde den avslutande träningen i maj, och de bjöd på massor av träningsglädje och några styrkeprov. Stort tack för er sprudlande energi!

### STOCKHOLM GYMNASTICS SHOW

Stockholm Gymnastics Show anordnades den 14 september av Gymnastikförbundet Öst. Idla deltog med ett bejublat framträdande med så väl damer som flickor inför cirka 550 besökande. Det fullspäckade programmet innehöll allt ifrån barngymnastik till trupp-gymnastik, artistisk gymnastik, rytmisk gymnastik och uppvisningsgymnastik från 15 regionala föreningar. En fullständig rapport från dagen kommer snart att publiceras på hemsidan samt i nästa nummer av IdlaNytt.



Foto av Fredrik Arnryd från Gymnastikförbundet Öst ([gymnastik.se/Distrikt/GF-Ost](http://gymnastik.se/Distrikt/GF-Ost))

### IDLA PÅ SOCIALA MEDIER

Föreningen Idla finns numera både på Facebook, Instagram, Twitter och YouTube! Följ oss med hjälp av /foreningenidla (ex. [facebook.com/foreningenidla](https://www.facebook.com/foreningenidla)) eller genom att gå in på vår hemsida där länkar till samtliga sidor finns att hitta!

### TACK

Jag vill framföra ett stort tack för uppvaktningen i samband med min 70-årsdag och även ett varmt tack för allt vänligt deltagande i form av blommor, telefonsamtal och kort efter det att min make gått bort.

*Kerstin Wendell*

## NUMMER 3, 2014

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

E-post: [foreningenidla@gmail.com](mailto:foreningenidla@gmail.com)  
E-post Ordf.: [kerstin.sirvell@movendum.se](mailto:kerstin.sirvell@movendum.se)

Redaktör: Linda Eriksson  
E-post: [hasselby.foreningenidla@gmail.com](mailto:hasselby.foreningenidla@gmail.com)