

# *Dala Active Skaters*

*Inlines för barn och ungdom sommaren 2012*



*Dala Active Skaters har fått sin förste svenske ungdomsmästare!  
Vid Track-SM i Karlstad vann Ahmad Haidari samtliga fyra distanser i pojkar 15-16.*

*DAS har nu fått igång en grupp på 10-12 barn 6-13 år, här nedan Zuni, Elin och Kjersti Webb vid Bilprovningen.*



*Här t.v. ligger Ahmad i draget bakom Björn Larsson på 5 000 m, där pojkarna åkte samtidigt som H 35+. Både Björn och Ahmad tog hem segern i sin klass.*

# Propaganda för inlines och Dala Active Skaters



*Må bra-aktivitet Varpan runt*



*Runn-dagarna*



*Prova på inlines för  
ensamkommande flyk-  
tingpojkar från Af-  
ganistan, Sudan och  
Somalia!*

# Inlines i skolan hösten 2012

Så här såg den inbjudan ut som skickades till idrottslärare på skolor i Falun och Borlänge åk 3-6



## Åk inlines i skolan med Dala Active Skaters!

Dala Active Skaters (DAS) har sökt och fått bidrag ur Idrottslyftet för att kunna köpa in inlines och skridskor, hjälmar och andra skydd, så att vi kan erbjuda skolelever i åk 3-6 möjligheten att prova på att åka inlines sommartid och hastighetsskridskor vintertid. Under den senaste vintern 2011-2012 utnyttjade mer än 500 elever möjligheten att lära sig åka med hastighetsskridskor på is.

Dala Active Skaters erbjuder nu i höst skolelever i Falun och Borlänge att prova på inlinesåkning. Klubben har erfarna instruktörer och utrustning, som tillhandahålls utan kostnad för skolan. Det som behövs i övrigt är en hyfsat fin asfalterad yta, typ gång- och cykelväg eller asfalterad plan.

DAS tränar regelbundet i både Borlänge och Falun. Tisdagar kl. 18-19.30 tränar vi vid Bilprovningen i Falun, vissa torsdagar vid Dala Airport i Borlänge och på söndagar vid Torsång. I övrigt har vi bra koll på var det finns bra asfaltvägar och -ytor att åka på.

Dala Active Skaters har idag ca 80 medlemmar i Falun och Borlänge. Vi har en bred inriktning från motion- och nöjesåkning till tävlingsverksamhet för alla åldrar och nivåer. Ett 20-tal medlemmar är mer elitinriktade och tävlar på hög nivå. Vid SM för inlines på bana i Karlstad den 4-5 aug. 2012 erövrade DAS 13 medaljer, varav 8 guld.

Klubben bedriver en seriös barn- och ungdomsverksamhet och har för närvarande tiotalet barn i åldrar från 5-13 år i regelbunden träning samt en handfull ungdomar 13-17 år. Läs mer på vår hemsida [activeskaters.se](http://activeskaters.se) om vår policy och våra mål.

Välkomna att höra av Er till:

Daniels Sven Olsson, Moragatan 4, 791 72 Falun, 023-259 24, 070-578 20 35, [daniels.sven.olsson@tele2.se](mailto:daniels.sven.olsson@tele2.se)

## Skolor som deltog i projektet:

Hälsingbergsskolan, Vikaskolan och Hälsingårdsskolan i Falu kommun samt Kyrkskolan i St Tuna i Borlänge kommun.

**Ledare från Dala Active Skaters:** Sven Olsson, Ulf Hellström och Olle Eriksson

**Kontaktpersoner:** Hälsingberg – Lotta Jungåker 073-836 16 89

Vikaskolan – Drago Vukovac 023-83 262

Hälsinggården – Eva-Lena Johansson 073-092 22 36

Kyrkskolan, St Tuna – Kerstin Nisula-Falk [kerstin.nisula-falk@edu.borlange.se](mailto:kerstin.nisula-falk@edu.borlange.se)

## Schema:

Tisdag 11/9	10.10-11.00	15 elever i åk 5 Hälsingbergsskolan
	12.20-13.10	14 elever i åk 5 Hälsingbergsskolan
	13.20-14.10	12 elever i åk 4 Hälsingbergsskolan
Onsdag 12/9	08.10-09.00	10 elever i åk 3 Vikaskolan
Torsdag 13/9	08.30-09.30	12 elever i åk 5 Kyrkskolan, St Tuna
	13.20-14.10	13 elever i åk 6 Hälsingberg sskolan
Fredag 14/9	08.10-09.00	åk 3 Vikaskolan - inställt p.g.a. regn
	12.00-12.50	åk 3 Hälsingbergsskolan - inställt p.g.a. regn
Måndag 17/9	10.00-10.50	åk 4 Hälsingbergsskolan - inställt p.g.a. regn
	11.55-12.45	åk 4 Vikaskolan - inställt p.g.a. regn
	13.20-14.10	åk 5 Vikaskolan - inställt p.g.a. regn
Tisdag 18/9	08.30-09.50	25 elever i åk 4 Kyrkskolan, St Tuna
	10.10-11.00	10 elever i åk 6 Kyrkskolan, St Tuna
	13.20-14.10	åk 6 Vikaskolan - inställt p.g.a. regn
Onsdag 19/9	08.30-09.20	åk 3 Hälsingbergsskolan - inställt p.g.a. regn
Torsdag 20/9	08.30-09.30	åk 5 Kyrkskolan - inställt p.g.a. regn
	13.20-14.10	10 elever i åk 6 Hälsingbergsskolan
Fredag 21/9	12.00-12.50	12 elever i åk 3 Hälsingbergsskolan
Måndag 24/9	09.30-11.00	17 elever i åk 3-5 Hälsingbergsskolans fritidshem
	12.00-14.00	24 elever i åk 3-5 Hälsingårdsskolans fritidshem
Tisdag 25/9	08.30-09.50	10 elever i åk 5 Kyrkskolan, St Tuna
	10.00-11.00	12 elever i åk 6 Kyrkskolan, St Tuna
	13.20-14.10	15 elever i åk 6 Vikaskolan

**Totalt: 23 tillfällen** (varav 8 tyvärr blev inställda p.g.a. regn) **och 211 elever i åk 3-6**



*Glada elever vid Hälsingbergsskolan provar på att åka inlines. Alla vill vara med!*

*Efter instruktion och basövningar fortsatte vi med slalombanor för överstegsåkning och slalomåkning...*



*...visade upp lite trickåkning som slingerbulten, vändningar i fart, tvåhjulsåkning och flygskär och avslutade med Limbo - rekordet på H-berg blev 50 cm som tre barn i åk 3 klarade!*





*Vid Hälsingbergsskolan finns en fin asfalterad vägstump, som vi stängde av, så att de som ville fick prova på att åka med högsta fart.*





*Här lastar vi ur alla inlines, hjälmar och skydd vid Hälsingårdsskolan. Jag hade hela bilen fullpackad med grejer. Barnen kom i grupper om 10-15 elever, så att alla skulle kunna få hjälp och rätt storlek på inlinesen. Här hjälper Uffe till med att justera skorna så att de passar.*





*Uffe, Olle och jag instruerade och hjälpte till medan lärare och fritidsassistenter stöttade, tröstade och plåstrade när det ibland behövdes (trots skydd för handleder, armbågar, knän och huvud). Roligast var att se att alla elever, även de som aldrig provat förut, efter en stund kunde åka riktigt bra. Även här var Limbo uppskattat. Hälsingårdens rekord blev 53 cm. Bra!*







*Vid Kyrkskolan i St Tuna går två av våra egna ungdomar, Elin och Jonna. Här visar Elin sin eminenta förmåga att veckla ihop sin långa kropp och susa under 50 cm på limbo. Men det fanns fler viga och skickliga åkare på skolan.*





## *Dala Active Skaters*

*egna klubbträningar har nu fått ett fint litet gäng av flitiga barn på inlines. 10-12 barn från 6-13 år tränar regelbundet med oss vid Bilprovningen i Falun varje tisdag kl. 18-19.30. Här ovan står Tim, Sammi, Isac och Zuni under regnbågen och här nedan åker Rasmus, Simon, Linus och Isac samt pappa Anders olika slalombanor.*



*Vi värmer upp med att leka Bergslagsleken och köra "Vem är rädd för fångaren?" Därefter blir det mycket teknik, slalombanor, stoppövningar och översteg m.m. Barnen använder våra nyinköpta låneinlines, omställbara K2. Flera föräldrar, både pappor och mammor brukar också vara med.*



*Vi brukar avsluta med ett litet 100 meterslopp på tid, med målet att var och en ska förbättra sitt personliga rekord. Här har DAS duktigaste flickor utmanat undertecknad på 100 m med gemensam start. Från vänster ses Hanna Davidsson, Jonna Bäcksholm, Elin Danielsson och Sven Olsson. Undrar vem som vann?*

*Limbo är ett återkommande inslag, kul för ungarna och utvecklande för åktekniken. Det är inte lätt att behärska åkning och balans när man blir en liten köttbulle på max 50 cm, som är klubbrekordet. Det delas av Jonna (bilden), Elin och Isac.*



## Varvloppet på Ingarvet 25 september 2012



Redo för start i Varvloppet 2012: fr.v. Jonna, Elin, Zuni, Tilda (+ mamma Kjersti), Sammi, Tim och Isak.

### Resultat

Sju barn och fyra vuxna deltog i DAS första tävling ”Varvloppet” – att åka så många varv runt Bilprovningen, ca 250 m, man hann med och orkade på ett visst antal minuter beroende på ålder. De yngsta åkte 5 min, de något äldre 8 min och de äldsta barnen 10 min medan de vuxna kämpade på i en kvart.

Varvloppet 5 min (3-6 år):	Tilda Webb (3 år)	1 varv	= 250 m
	Sammi van Vliet (6år)	1 varv	= 250 m
	Zuni Webb (6 år)	4 varv	= 1000 m
Varvloppet 8 min (7-9 år):	Isac Eriksson (8 år)	6 varv	= 1500 m
	Tim Teledahl (9 år)	9 varv	= 2250 m
Varvloppet 10 min (10-13 år):	Elin Danielsson (11 år)	9 varv	= 2250 m
	Jonna Bäcksholm (10 år)	12 varv	= 3000 m
Varvloppet 15 min (senior-65+):	Karl-Henrik Naarttjärvi	16 varv	= 4000 m
	Ulf Hellström	19 varv	= 4750 m
	Stig Bohman	24 varv	= 6000 m
	Lars Bäcksholm	29 varv	= 7250 m

Alla barn belönades med en fin guldmedalj efter loppet samt varm korv med bröd, juice och bananer. De vuxna fick kaffe med kanelbulle.

Tävlingsledare och tidtagare: Sven Olsson & Björn Larsson



*Starten har gått! Zuni, Sammi och Tilda (framför mamma Kjersti) drar iväg med Ulf som assistent.*

*Jonna i full fart efter ett par varv. Hon skulle hinna med 12 totalt på 10 min!*



*Isac trampar på i kurvan. Böjda ben och bra tryck på inlinesen. Hej vad det går!*

*Tim och Zuni orkade åka många varv. Bra gjort!*





*Sammi åkte inlines för tredje gången och nöjde sig med ett varv. Det blir fler längre fram!*

*Elin hade bra fart hela tiden och passerar här Zuni och Kjersti. Lars och Ulf tittar på i bakgrunden.*



*Gott med varm korb med bröd, juice och banan efteråt. Isac, Jonna, Elin, Sammi och Zuni mumsar.*

*Sju glada medaljörer och en stolt mamma efter loppet. Det gjorde ni bra!*



*Vid pennan och kameran: Daniels Sven Olsson*

*Barn- och ungdomsansvarig i DAS*