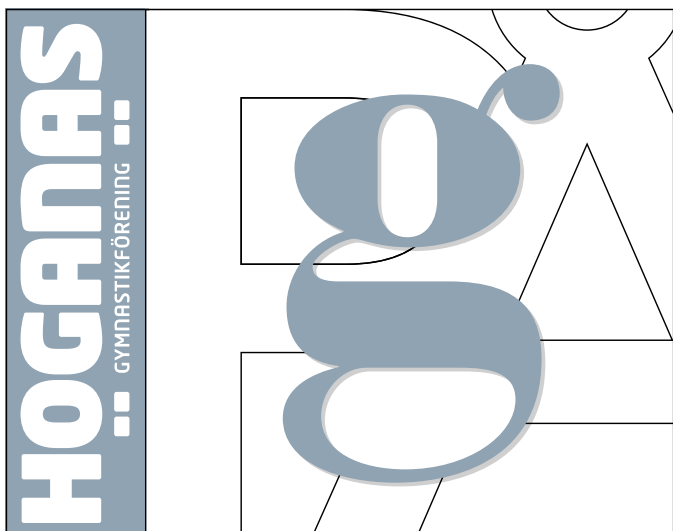




HÖSTEN 2015

Rekordmånga i vår hall

Lycka till i NM på Island

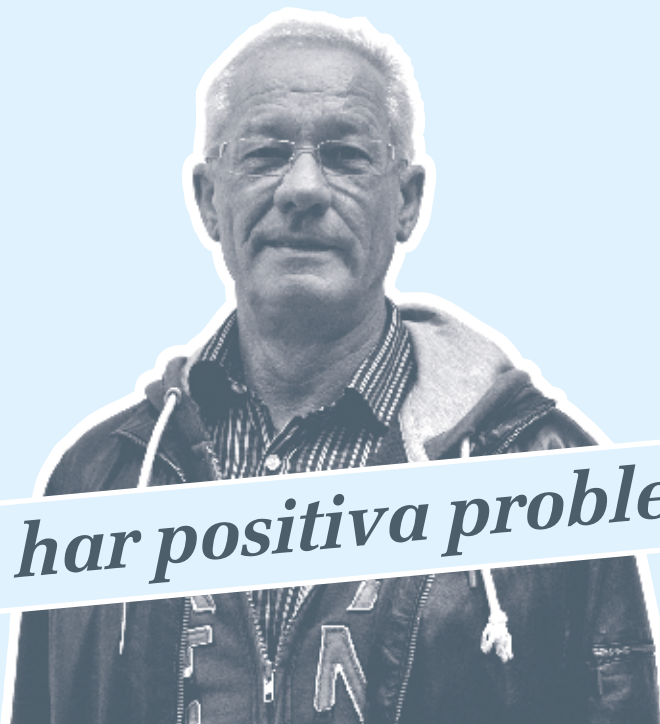
Hur var det i Italien?

Hopprens-SM i Höganäs

Julshow med träsktroll



TREDJE RAKA
SM-GULDET!



Vi har positiva problem

Intresset för att hålla på med gymnastik har nog aldrig varit så här stort. Förra hösten trodde vi att vi nått taket med 680 gymnaster, men i år är vi uppe i 730 medlemmar på helåret. Fantastiskt roligt, men det medför också vissa positiva problem.

När hösten startade hade vi en lista på 150 nyanmälningar, men bara 40 lediga platser. Veronika har gjort ett fantastiskt jobb och lyckats få in 150 nya gymnaster i systemet. Men vi har fortfarande 40-50 barn och ungdomar i kö, så problemet med för liten hall och för få ledare kvarstår.

Vår trupp gymnastik håller fortfarande – efter ganska många år i toppen – väldigt hög klass, vilket förvånar många i gymnastiksverige. Höganäs gymnastikförening är ju inte direkt landets största förening eller belägen i en storstad med allt vad det innebär av brett underlag osv.

Vad vi har är fantastiska ledare och gymnaster som gör det möjligt att ligga i framkant hela tiden. Sommarens SM-guld är bara toppen av en mängd fantastiska prestationer under året.

En annan gren som växer i Höganäs är hopprep som började i USA som en kvinnlig spontanidrott. I höst har våra rephoppare avverkat en tävling i Kämpinge med fina resultat, ett guld blev det också där.

Efter ett återbud från arrangören av JSM och SM i hopprep så kommer den tävlingen istället att avgöras i Höganäs den 12-13 mars 2016. Det blir en fantastisk möjlighet att få inspirera fler till att börja med denna idrott. Och när det gäller hopprep har vi både lokaler och ledare.

De senaste åren har det skrivits en del om missförhållanden kring träning och tävling. Detta har varit koncentrerat kring elitsatsningar inom artistisk gymnastik och då främst i Mälardalen.

Höganäs gymnastikförening har aldrig behövt vidkännas denna typ av problem, vilket jag är tacksam för. Våra ledord är att det ska

vara roligt med träning och tävling. Målsättningen med att delta i tävlingar är just att delta i tävlingar. Det är ju det som är det roliga.

Föreningens absolut största gren är barn & ungdomsgymnastiken. En utåt sett ganska anonym grupp om ca 400 barn som tränar och har roligt i hallen. Går man förbi en söndag, så undrar man nästan om det finns några barn i kommunen som inte håller på med gymnastik.

Det är extra roligt att många fortsätter gymnastik långt upp i åldern och att en del som slutat faktiskt kommer tillbaka i 11-12-årsåldern.

Lite nervöst var det inför vinterns stora begivenhet – julshowen. Efter ett litet upprop fick Lotta Rhodin hjälp av en arbetsgrupp som fixar till en show. Det hade varit en katastrof av enorma mått om vi inte hade fått till det, både för gymnasterna och för vår trogna publik.

Som tidigare är de stora sponsorerna av julshowen Fremlab och Höganäs kommun. Det tackar vi för! Nu hoppas vi på fyra fullsatta föreställningar och en fantastisk stämning.

Vi fick äntligen råd att köpa nya fristående mattor genom bidrag från Sparbanksstiftelsen Gripen och Idrottslyftet. Tack! Ett gäng slitna och smutsiga mattor åker nu ut. Det var nog inte en dag för tidigt, men kostnaden på runt 100 000 kr har varit avskräckande.

Till sist vill jag rikta ett särskilt tack till våra sponsorer. Vi är stolta och glada över att så många av bygdens företagare väljer att satsa på Höganäs gymnastikförening.

Och så hälsar jag alla varmt välkomna till vinterns höjdpunkt – julshowen Shrek den 7-9 januari. Missa inte!

/Rolf Atmer, Ordförande

P.S. En positiv nyhet till: taket ska snart läggas om! ☺

På G ges ut av Höganäs gymnastikförening, Sporthallsvägen 15, 263 54 Lerberget, tfn 042-33 32 43, www.hoganasgf.se.

Ansvarig utgivare: Rolf Atmer

Redaktör: Lena Ståleker

Omslagsfoto: Fredric Berggren

Foto: Lena Ståleker m fl.

Från SM: Fredric Berggren och Hanna Söderberg

Text: Lena Ståleker

Grafisk formgivning: Dag Ståleker

Tryck: Tryckservice i Ängelholm

November 2015



KONTAKTA OSS

Vill du komma i kontakt med Höganäs gymnastikförening finns vår kanslist Veronika Weinitz på plats dagtid. Du kan också mejla till info@hoganasgf.se.

Vill du prata med någon i styrelsen så prova kvällstid i hallen. En lista med de aktuella ledamöterna finns på hemsidan.

Kansliets öppettider under termin:

Mån-fre kl 08.00-15.00

Kansliets tfn: 042-33 32 43

Caféet har öppet fredagar

kl 16:00-17:30 för försäljning av fika, föreningsartiklar, biljetter m.m.

VÄLKOMMEN!



Lycka till i NM!

**Den 14 november tävlar vårt SM-lag i de nordiska mästerskapen på Island.
Tjejerna har ett NM-silver och ett NM-brons i bagaget och satsar nu på att toppa med ett NM-guld.**

I juli försvarade Höganäs GFs damlag sitt SM-guld och knep därmed också en biljett till Nordiska Mästerskapen i truppergymnastik på Island. På lördag är det dags, då gör de bästa klubbagen från fem nordiska länder upp om medaljerna. Tävligen går vartannat år.

- Vi tog brons 2013 och silver gången innan, så det hade suttit fint med ett NM-guld nu, säger Lovisa Magnusson Ericsson.

Tränare Richard Persson vill inte lova något mer än att det blir spännande.

- NM i Odense 2013 var en jobbig tävling. Vi hade en skakig uppladdning och en del skador, så det var en bragd att vi tog brons där. Eftersom det är tajt mellan SM och NM i år har vi bara haft en kort uppladdningsperiod nu, men vi är i form och satsar på att göra en bättre prestation än sist.

Richard, som tränar NM-laget tillsammans med Sakarias Lindell och Sofie Tarring, tror att värsta konkurrenterna i Reykjavik blir något av de isländska damlagen. Även Örebro och danskarna kan bli farliga.

Sverige representeras av de två klubbagen som kom etta respektive tvåa i SM i somras. På damsidan är det Höganäs GF och Örebro GF KIF som åker till Island. På herrsidan tävlar Brommagymnasterna och KFUM, i mixed Västerås GF/Gefle GF och Brommagymnasterna.

NM livesänds, se mer info på Gymnastikförbundets hemsida. Tävlingsstart för damerna är lördag den 14 november kl 16:10 svensk tid.

Vi håller tummarna!

SAMLA KVITTON FRÅN CITY GROSS!

City Gross i Höganäs stödjer HGF med en procent av beloppet på alla kvitton från butiken som föreningen lämnar in. Under 2014 fick vi ca 32 000 kr i kassatillskott, pengar som går direkt till nya redskap och inventarier i hallen.

Så fortsätt samla och lämna in dina kvitton från City Gross i Höganäs. Fråga gärna mormor och farfar om vi får deras kvitton också. Lägg dem i lådan som finns ovanför trappan på läktaren. Tack!

BÄSTA JULKLAPPSTIPSET!

Kläder, mobil, dataspel och leksaker... Julen närmar sig och en del har redan börjat beta av barnens önskelistor för att vara klar med paketen i god tid.

Här kommer ett tips på en användbar julklapp till din gymnast: Höganäs GFs föreningsställ. Stället består av en vit hoodtröja med dragkedja fram och föreningens logotype tryckt på bröst och rygg, samt mörkblå byxor. Stället är i mjuk bomull och det används bland annat av våra yngre trupper på tävlingar.

Denna perfekta julklapp finns att köpa på kansliet för 500 kr. Man kan även köpa tröjan separat för 300 kr och byxorna för 200 kr. Tröjan finns i storlekar 5-13 år, byxorna i storlekar 116-152.

Prova på parkour

Parkour är en spontanidrott som växer kraftigt. Att intresset är stort märks inte minst när Höganäs Parkour och gymnastikföreningen håller öppna träningar i hallen.

Parkour går ut på att träna kroppen till att på ett smidigt och kontrollerat sätt forcera olika typer av hinder i omgivningen, utan några hjälpmedel.

Det stora intresset märks när Höganäs Parkour, i samarbete med Höganäs gymnastikförening, håller öppen träning i hallen två kvällar i veckan.

- Fria träningar innebär att alla tränar tillsammans på vad man vill, oavsett ålder och kunskaper, berättar Gustav Gibrand som driver Höganäs Parkour och som själv har tränat parkour i drygt sju år.

- Jag började köra utomhus, sen fick jag träna här i hallen och blev så småningom tränare för trickinggruppen.

Bidrag från kommunen

I våras kom förslaget med öppna träningar upp. Föreningen sökte och fick bidrag på 7 000 kr från kommunen. Pengarna går främst till att täcka en del av den särskilda försäkring som krävs.

Träningarna smygstartade i maj, för att dra igång ordentligt nu till höstterminen. Ryktet spred sig och nu brukar det vara 20-30 tjejer och killar på varje pass.

- Det är såklart många gymnaster som kommer för att få köra lite friare, men även andra - allt från nybörjare till föräldrar som vill prova, säger Gustav.

Han är på plats tillsammans Durim Begu, som också är ledare i gymnastikföreningen, och de ger deltagarna goda råd och tips för att de ska utvecklas.

Fredag och söndag

Fredag och söndag kl 19-21 är tiderna som gäller. Man ska ha fyllt 10 år och det kostar 100 kr per gång, en avgift man gärna får betala med kort eller Swish. Första gången ska man lämna sitt personnummer för försäkringen. Man binder inte upp sig för något och kan komma när man vill.

För mer info - gå med i Höganäs Parkour facebook-grupp.

VARFÖR ÄR DU HÄR IKVÄLL?

Eimantas Fedenka, 11 år:

- Det är kul att göra volter, jag kör både frontflip och sideflip. Det är andra gången jag är här. Jag gillar att man får göra det man vill och att tränarna ger bra tips.

Billy Jespersson, 15 år:

- Jag tränar både trupp och tricking, men brukar gå hit också. Här får jag träna på vad jag vill, det är inget bestämt. I trupp gymnastik kan man lägga till en volt eller en skruv, i parkour kan man hitta på helt nya grejer själv. Jag gillar den fria biten och så är här duktiga tränare som peppar oss.

Filippa Ardemalm, 13 år:

- Det är första gången jag är här och det är jättekul. Jag går i trupp och där är det ju tränarna som bestämmer vad man ska köra. Här kan man träna mer på det man vill. Det är också roligt att man kan ta med kompisar hit.



Grattis Fay!

Fay Stensson i SM-truppen har fått Riksidrottsförbundets elitstipendium på 50 000 kr.

– Jag hade faktiskt glömt att jag sökt stipendiet, så jag blev väldigt överraskad och glad när jag fick beskedet, säger Fay.

En måndagskväll i oktober satt Fay i bilen på väg hem från träningen i Höganäs när hon såg att hon fått ett mejl.

– Men jag körde bil så jag bad min kompis läsa det. ”Du har vunnit 50 000 kr” ropade hon, men då tänkte jag att det måste vara ett bluffmejl.

Fay kom nämligen inte ihåg att hon sökt något stipendium, det var mitt i röran innan hon åkte till USA i våras. Men dagen efter mejlet så kom nyheten ut på Gymnastikförbundets hemsida och då vågade hon tro att det var sant.

RFs elitstipendium delas varje år ut till elitidrottare på landslagsnivå som studerar minst halvfart på eftergymnasial utbildning. Pengarna ska skapa förutsättningar att kunna kombinera elitidrott med studier, så att den aktiva har en civil karriär att falla tillbaka på i framtiden.

– Jag har inte tänkt ut något särskilt som pengarna ska gå till än – böcker kanske, haha. Nej, men de kommer alltid till användning när man pluggar, säger Fay som läser till civilingenjör inom bioteknik i Lund.

Fay är 21 år och kom 2011 från GF Ling till Höganäs GF. På meritlistan har hon bland annat ett EM-guld och fem SM-guld (ett med Ling och fyra med Höganäs).

I år delas RFs elitstipendium ut till 75 idrottare från 42 specialidrottsförbund. Fyra av dem är gymnaster inom trupp gymnastik, trampolin och artistisk gymnastik. Stipendiet delas ut i samband med Idrottsgalan i Globen den 25 januari 2016.



Hoppregs-SM till Höganäs

Hoppreg har bara funnits i Höganäs GF i fem år, men grenen har utvecklats snabbt. Vi har nu två hoppreggrupper med drygt 30 aktiva hoppare, allt från nybörjare till JSM-nivå. Här berättar ledaren Fanny Olsson om läger och tävlingar de varit iväg på – och om den stora hoppregstävling som kommer att arrangeras i Höganäs till våren.



Hoppreg i Höganäs fortsätter att utvecklas. Många tävlingar har gjort att vi blivit mer erfarna och samtidigt skaffat nya vänner från andra föreningar. Vi arrangerade till exempel ett läger i somras där hoppare från Helsingborgs Turn också medverkade. Det var roliga och givande dagar, med utbyten av trick och bra gemenskap.

Hoppreg är en sport som ständigt utvecklas, så det är väldigt intressant att se när flera samlas på samma plats och lär av varandra.

Den 17 oktober hölls Skånemästerskapen i Kämpinge. Alla de olika nivåerna fanns representerade; Vikingahoppet yngre/äldre, Ungdomshoppet och JSM/SM.

Höganäs skickade deltagare i de flesta klasserna, med mycket goda resultat. Det var en hel del nervositet, men också mycket glädje när hopparna framförde sina freestyles och kämpade med snabbheten. Hoppreg är en fantastisk sport att se på.

Från Höganäs gjorde några en fin debut i nybörjarklassen, medan andra kämpade i Ungdomshoppet såväl som i JSM. Bäst gick det för Louise som kammade hem första platsen och därmed tog hem ännu ett guld till föreningen.

Alla hoppare var otroligt duktiga och vi tränare är väldigt stolta!

Till våren händer det spännande saker då Höganäs GF har fått i uppdrag att arrangera SM och JSM i hoppreg samt Rikshoppet Sexan. Rikshoppet är en fortsättningsklass mellan nybörjartävlingen och SM.

Hoppare från hela Sverige kommer hit och tävlar både individuellt och i lag. Vi ser väldigt mycket fram emot att arrangera detta och hoppas det kommer bli två fina tävlingsdagar. Datumerna är den 12-13 mars och tävlingarna kommer att hållas i läktarhallen i Höganäs Sportcenter.



SM-guld, SM-guld

SM i trupp gymnastik avgjordes i Sundsvall i början på juli. Det var sommarens absolut varmaste helg, luften i hallen dallrade av hetta och spänd förväntan. Skulle Höganäs GF ta sitt tredje raka SM-guld?

Ja, det skulle de. Och dessutom med ganska stor marginal. I finalen den 5 juli stod Höganäs damlag som segrare med 58,90 poäng, före Örebro på 56,60 poäng och Motus Salto på 53,80 poäng.

– Det kändes skitbra. Vi hade haft en annorlunda uppladdning än åren innan, så det var inte alls självklart för oss att vi skulle vinna. Men när vi väl var där kände man att laget var rutinerat och det kändes tryggt på golvet. Det märktes att det var vårt tredje SM.

Det säger Lovisa Magnusson Ericsson, 18 år, som blev SM-mästare för tredje gången.





ld, SM-guuuuld!

För lagkompisen Mathilda Nilsson, också 18 år, var det andra SM-guldet.

– Alla kunde inte vara med på uppladdningen, så den här gången var det mer nervöst inför tävlingen. Men sen när vi väl var där kände vi oss säkra och kunde ändå njuta, förklarar hon.

Tjejerna är extra nöjda med fristående.

– Vi var det första damlaget någonsin som fick över 23 poäng på en svensk tävling. Jag blev nästan gladare över att just friständepoängen var så hög och inte över totalpoängen, säger Lovisa.

Det har ju gått otroligt bra för er de senaste åren. Blir ni mätta på framgångar?

– Nej, varje tävling är en ny utmaning, man utvecklas ju och kör nya varv eller nytt fristående. Vi är lika taggade nu till NM och JSM, säger Mathilda.

– Ja, på Island ska vi kämpa för att ta hem det där NM-guldet som vi inte har än. Och det är vårt sista JSM, sen är vi för gamla, så det blir lite speciellt, tillägger Lovisa.

■■■■



Snart dags för UNGDOMSCUPEN OCH JUNIOR-SM

Den 28-29 november går Ungdomscupen av stapeln i Helsingborg. Helgen efter är det dags för Junior-SM i Uppsala. Våra tjejer satsar på medalj i båda tävlingarna.



HÖGANÄS GF STÄLLER UPP MED TVÅ LAG I JSM I UPPSALA.



LAGET SOM SKA TÄVLA I UC I HELSINGBORG.

Ungdomscupen hålls i Idrottens hus i Helsingborg och är för gymnaster 13-15 år. 24 flicklag från hela landet deltar i kvalet och åtta lag går vidare till final.

USM-truppen ställer upp med ett lag i Ungdomscupen, där de ska försöka försvara sitt guld från förra året.

- Det gick inte lika bra på USM i juni, där vi kom fyra efter en del missar. Men det ska vi sudda ut nu och ta revansch, hoppas Richard Persson som tränar truppen tillsammans med Hanna Meini och Fiona Hay.

- Det är extra kul att tävlingen nästan går på hemmaplan, fortsätter Richard. Vi hoppas på stor publik som vi förhoppningsvis kan bjuda på några nya tävlingsvarv.

Siktar mot toppen

Första helgen i december avgörs JSM i Uppsala och då är det för 14-18-åriga gymnaster. 21 damlag deltar, varav två från Höganäs. Åtta lag går vidare till finalen på söndagen.

- Liksom hos andra föreningar är det vår policy att ställa upp i tävlingar på SM-stegen

med det bästa lag vi har, så vårt lag 1 består av en ny konstellation med både SM- och USM-tjejer. Det är roligt att vi kan fylla på underifrån och det ger oss fler valmöjligheter, säger Richard och avslutar:

- Vi siktar såklart högt, men man ska komma ihåg att vi har ett delvis nytt lag och de får en kort uppladdning eftersom det är både NM och U-cupen innan.

Se info om livesändning på Gymnastikförbundets hemsida.

Heja Höganäs!!!



RIKSCUPEN 1, YNGRE



SKÅNSKA GRENCUPER 3



TRANAN CUP



TRANAN CUP



NATT & DAG



TRANAN CUP



JUNIORCUPEN

HÖGANÄS GF PÅ TÄVLINGAR

Sedan i våras har våra trupper fortsatt tävla ute i gymnastik-sverige. Alla har kört bra och det har också blivit flera sköna medaljer: silver i Riksmästerskapen 1, guld i Juniorcupen, guld i Svenska mästerskapen, brons i Gympa Natt & Dag, brons i Skånska Grencuper 3 och brons i Tranan cup. Grattis och bra kämpat allihop!



RIKSMÄSTERSKAPEN 1



NATT & DAG



HALLÅ DÄR...



... Richard Persson
som håller i
föreningens
inköp av
nya redskap.

Hur var det i Italien?

På G har träffat Felicia Lejon och Leia Onsmark som åkte med USM-truppen till Italien i somras.



Ni var nitton gymnaster och tre ledare som var på träningsläger i Cesenatico i augusti. Ganska varmt, va?

– Ja, det var ju värmeölja så vi hade minst 35 grader hela veckan, förutom när det kom ett oväder – då var det kanske under 30 grader på natten. Det var svårt att sova, men annars vande man sig, säger Felicia.

– Men det gick ändå bra att träna. Vi hade bra träningstider, oftast ett pass på morgonen och ett på kvällen. Man fick använda svetthandduk, dricka mycket vatten och ta resorb, berättar Leia.

Hur såg det ut på campen?

– Vi sov tillsammans 3-4 stycken i varje rum. Det fanns två pooler på området och det var bara någon minut till stranden. Där fanns flera olika hallar, vi tränade i tre av dem: utomhushallen, tältet och en inomhushall som vi kallade för ugnen för där var så himla varmt, säger Leia.

– Det var många grupper där samtidigt. Vikingarna från Stockholm var där samma vecka och så såg vi andra som höll på med basket, rytmisk gymnastik och akrobatik. Det bästa på campen var utomhushallen med poolen precis utanför, det sämsta var myggorna, menar Felicia.

Hur var veckan då?

– Jättejättebra! Mycket sport såklart, men vi hade också väldigt mysigt ihop och kom varandra mycket närmare. Alla var med alla, inte bara i samma grupper som det brukar bli här hemma. Visst går man varandra på nerverna ibland när man umgås 24-7, men vi hade så kul ihop. Det märks också nu efter resan, vi är som en stor familj, tycker Leia.

Då vill ni gärna åka på träningsläger igen?

– Absolut! Det sa vi redan på vägen hem. Vi jobbade ihop 30 000 kr till den här resan genom att ordna lotteri, sälja Idrottsrabatten och göra armband som vi sålde. Vi fick också ett stipendium från Lions och bidrag från föreningen, resten betalade vi själva. Så nästa år blir det nog ett mindre läger, men sen vill vi försöka komma iväg igen, säger Felicia.



Vi har fått ny, blå fristående-matta i hallen. Berätta!

– Den gamla hade vi haft i 20 år och med tiden blir skummet trött och tappar sin spänst. En ny matta kostar runt 100 000 kr, men tack vare bidrag från Sparbanksstiftelsen Gripen och Idrottslyftet kunde vi göra denna investering nu. Den nya mattan är mjukare och spänstigare, vilket minskar skaderisken. Samtidigt är den lite halare så nu har vi en friständematta som är mer lik dem vi kör på ute på tävlingar.

Vad har vi mer köpt in i år?

– Mattan är den största enskilda investeringen, men vi har också köpt nya fodral och nytt skum till mattor och klossar. Renoverat och fräschat upp alltså. Vi har även beställt nytt överdrag till mattan i gropen, det gamla är slitet och söndrigt.

Föreningen investerar mycket?

– Ja, hela tiden. Vi tycker det är viktigt att ha ordentliga redskap. Det är rekordmånga som tränar här nu, så det ska finnas bra redskap till alla och samtidigt blir slitaget ju större. Men redskapsmässigt har vi en bra hall, ska vi utveckla verksamheten mer behöver vi bygga ut och den bollen ligger hos kommunen.

VILL DU SYNAS I EN SUND MILJÖ?

Föreningens sponsorer är viktiga för att vi även i fortsättningen ska kunna bedriva och utveckla vår verksamhet. Idag har föreningen ett fint samarbete med drygt 30 sponsorer, men vi välkomnar fler. Är du egen företagare eller tror att din arbetsgivare kan vara intresserad? Kontakta vår sponsggrupp. Se mer info på hemsidan.

VARMT TACK TILL VÅRA SPONSORER:

HUVUDSPONSOR

Cator
construction & services ab

GULDSPONSORER

kullaflyg.se



mediagarden.se

Höganäs 

SILVERSPONSORER

ZOEGA^S
FÖR ETT SMAKFULLARE LIV

LJUD, LJUS & AV-TEKNIK
FREMLAB

schades



BRONSSPONSORER

SEB

MP Bygg

PoseidonTravel
At sea since 1979

bralyt

Meinl
MASKINBRODERI AB

Fysiokliniken
I KULLASTADEN

Advokaterna
Nordquist & Ståhlhake

TAPET & FÄRGLAGRET

CLB
Redovisning & Konsult AB

i'm lovin' it
ÄNGELHOLM



Swedbank 

HÄLS  **KRAFT**

TUNNEBERGA
ENTREPRENAD AB

Kyl & Värmepumpservice

PRENAD

HNA Storköksservice
-kökets bästa vän

ShoeMe
GOLD

ADVOKATFIRMAN
SCHUMACHER & Co
Attorneys at law • Anwälte • Rechtsanwölter

IBC **el**installation

Handelsbanken

HÖGANÄS SHIPPING AB

G **Gräsklipparservice**

 **Hyresgästföreningen**

TACK TILL

CITY GROSS
Där maten gör skillnad



Goddag

TRYCK
SERVICE



Julshowen i januari blir en gymnastisk tolkning av Shrek 1 och 2. Du möter Shrek, Åsnan, Fiona, Mästerkatten, Drömprinsen och de andra figurerna i en fartfylld show. Häng med!

Vår 24:e julshow går av stapeln den 7-9 januari med fyra föreställningar i Höganäs Sportcenter. Temat är Shrek, fritt tolkat efter de två första filmerna.

- Första akten är baserad på Shrek 1 och andra akten på Shrek 2. Ettan är ett klassiskt Disney-äventyr, medan den andra har en mer avancerad historia och mer humor.

Det säger Lotta Rhodin som tillsammans med Malin Bennborn står för manuskript och regi.

En större arbetsgrupp

Produktionen av den årliga julshowen har vuxit med och det krävs många ideella timmar för att sätta upp föreställningarna. Därför gick föreningen inför hösten ut med en förfrågan till alla föräldrar för att få ihop en större arbetsgrupp.

- När frågan kom, då kände jag att jag gärna vill vara med och tänkte samtidigt att min yrkeskompetens kan vara till hjälp, säger Malin Bennborn som till vardags jobbar som dramapedagog på Helsingborgs kulturskola.

Åter till Shrek. Den första filmen kom 2001 och fick en Oscar för bästa animerade film. Den handlar om ett träsktroll som en dag vaknar upp med en massa sagofigurer som dumpats i hans träsk. Shrek och Åsnan ger sig iväg till Lord Farquaad som lovar att flytta på figurerna om Shrek räddar prinsessan Fiona.

I tvåan reser Shrek, Åsnan och Fiona till prinsessans föräldrar i landet Långt Långt Borta. Där urartar besöket till ett nytt skruvat äventyr.

Filmerna är löst baserade på karaktärerna i William Steigs barnbok Shrek. Ordet "shrek" betyder monster på jiddish.

Kärlek och vänskap

Julshowen Shrek består av 25 scener inklusive den stora finalen.

- Showen har 10-11 roller som tillsammans med olika gymnastiska nummer för handlingen framåt.

Bland de karaktärer som publiken får möta finns bland andra Shrek, Åsnan, Fiona, Lord Farquaad, Mästerkatten och Den goda fen, berättar Lotta.

Filmernas styrka - den fantastiska musiken och den fina historien om kärlek och vänskap - finns såklart med som en röd tråd genom showen.

- Budskapet är att när man är sitt sanna jag, så är man alltid vacker, förklarar Malin.

Det blir en varm, fartfylld föreställning med mycket humor.

- Som alltid hoppas vi att alla som är med i showen får en fantastisk upplevelse och att vi lyckas ge publiken en känsla av den kärlek och glädje som alla på scenen känner för gymnastiken, avslutar Lotta.

Föreställningar i Höganäs Sportcenter:

Torsdag 7 januari kl 18:00

Fredag 8 januari kl 18:00

Lördag 9 januari kl 13:00 och 16:15

Förköp av biljetter fr o m 29/11 hos HGFs kansli, Sportcentrets reception och Bogrens i Höganäs.

Pris: Vuxna 130 kr,
ungdom 10-17 år 100 kr,
barn 5-9 år 40 kr
(barn under 5 år går gratis om de sitter i knä, egen stol 40 kr).

