



Våren 2012

Hjärtstartaren på plats i hallen

..... sid 3

Porträttet:

Richard Persson

..... sid 4

Vi minns årets julshow

..... sid 5, 6 & 7

Olgornas skapare

..... sid 8-9

Två guld i Englacupen

..... sid 9

Våra tjejer i trupplandslaget

..... sid 12



Ordföranden har ordet

Ibland är det svårt att veta vad jag ska berätta om i den här krönikan, andra gånger går det lätt.

Den här gången är det riktigt enkelt: Jubileumskavalkaden i nya sporthallen blev en stor framgång. Föreställningarna blev fort utsålda och många stod utan biljetter. Alltså lade vi i stor hast in en extra föreställning på lördagen. Sådant känns alltid bra!

Och vilken kvalitet vi höll den här gången: alla våra bästa nummer från de gångna åren men i en ny stor och ljus anläggning med bra läktare och gott om utrymme på golvet. Jag tycker att lokalbytet blev ett lyft.

Men vi hade knappt hunnit städa sporthallen och pusta ut i en halvtimme eller så förrän det var dags att ta itu med den nya terminen.

Och vilken termin!

2011 var ett stort år för oss. SM, JSM, NM ... både små och stora gymnaster fick det övriga landet att sätta sig upp och märka ut Höganäs på den mentala kartan. Och vad gör man då? Jo, man höjer ribban. Så klart.

Så i vår arrangerar vi ett par stora rikstävlingar. Den 14–15 april går truppträningarna Svenska Cupen, Juniorcupen och Swedish TeamGym Open. Det kommer massor av gymnaster i alla åldrar till hallen för att visa upp vad de kan. Den svenska truppgymnastiken har nått upp till en helt ny klass – kom gärna hit och titta.

Kansliets öppettider

Vill du få kontakt med Höganäs Gymnastikförening så finns vår kanslist Veronika Weinitz på plats dagtid. Du kan dessutom lämna meddelande på telefonsvararen, skicka mail till info@hoganasgf.se eller prova på kvällstid, då det ofta finns någon från styrelsen i hallen. Kansli och café har öppet för försäljning av fika, föreningsartiklar med mera. Under sommaren är det bäst att ringa och kontrollera om någon är på plats, eller avtala en tid. Välkommen!

Kansliets öppettider (under vår- och hösttermin):
Vardagar 8.00–15.30
Tis, ons, fre udda veckor 11.00–19.00
Udda söndagar 15.00–18.00
Telefon: 042-33 32 43



För den som är mer intresserad av artistisk gymnastik arrangerar vi riksmästerskapet den 29 april. Fantastiskt duktiga tjejer från hela landet tävlar i stegserierna 7–10. Kom gärna och titta då också.

Den 21 april arrangeras Nordiska mästerskapet för juniorer i Halmstad. Höganäs kvalificerade sig i december 2011 genom att vinna JSM (för andra året i rad, kan jag tillägga). Och 18–19 maj tävlar SM-truppen i SM i Västerås. Naturligtvis hoppas vi bli svenska mästare – igen.

I korthet

Glöm inte kvittot från Citygross!

Citygross i Höganäs skänker en procent på våra insamlade kvitton. Så glöm inte att lägga dina i brevlådan på läktaren. Under hösten har vi samlat ihop kvitto för 22 100 kronor. Sedan vi började samla kvitton hösten 2010 har vi samlat in 68 000 kronor. För de pengarna har vi köpt redskap till våra gymnaster.



Äntligen på kansliet!

Julshows-dvd:n. Förstås! Köp den för 150 kronor och njut av alla numren från vår jubileumskavalkad. Har du några luckor i samlingen kanske du vill passa på att komplettera med dvd:er från tidigare år också.

Vi är minst lika stolta över vår härliga barn- och ungdomsgymnastik. Jag vill gärna betona att alla kan vara med, även om man inte kan göra en dubbel sträckt med halv eller ens hjula. Det lär man sig. Åtminstone att hjula. Vi har platser kvar i flera grupper, så det går bra att anmäla sig.

För föräldrar som står på läktaren och känner hur det spritter i kroppen kan vi nu dessutom erbjuda föräldragympa på söndagar. Kom gärna och prova på ett rejält svettigt pass. Jag lovar inte att du lär dig att hjula, men du får bra motion.

Slutligen vill jag tacka alla er som lägger era kvitton från Citygross i lådan uppe på läktaren. Citygross sponsrar oss med 1 procent av beloppet och hittills har det inneburit att vi för de pengarna och andra medel kunnat byta ut redskap och köpa nya för sammanlagt 145 000 kronor. Tack!

Tack också till alla er som lämnade bidrag under julshowen så att vi kan köpa en hjärtstartare till hallen. Jag hoppas att vi aldrig behöver använda den.

Vi ses i hallen.

Rolf Atmer

Ordförande Höganäs Gymnastikförening

Höganäs Gymnastikförening

Sporthallsvägen
263 34 Höganäs
Telefon: 042-33 32 43

Styrelse

Ordförande: Rolf Atmer (sponsorer)
Vice ordförande: Anneli Eriksson
(ledaransvarig barn och ungdom)
Sekreterare: Lena Ståleker

Ledamöter

Marie Irell-Hedlund (AG-ansvarig)
Bende Larsson (konstnärlig ledare)
Linda Lavré (truppansvarig)
Evastina Törnqvist Holmberg
(information & marknad)

Suppleanter

Cecilia Hjelm
Lotta Bengtsson

Ledamöternas kontaktrapporter finns på hemsidan, www.hoganasgf.se. Det går också bra att mejla till info@hoganasgf.se

I korthet

HD-galan – HGF nominerades i tre klasser

Höganäs Gymnastikförening nominerades i tre kategorier till HD-galan i februari men lyckades inte vinna någon utmärkelse.

HGF var nominerad i tre kategorier: årets prestation, årets lag och årets ledare (nomineringen gick till Höganäs tränarteam David Cederblad, Sakarias Lindell, Stephanie Popova-Lundberg och Anna Olsson).

Årets prestation röstades fram av HD:s läsare. Björn Hellkvist, ishockey, Rögle BK, vann med 30,8 procent av rösterna.

Årets lag blev, inte helt oväntat, HIF, medan årets ledare blev HIF:s Conny Karlsson.

– Vi är glada och stolta över att ha blivit nominerade i tre klasser, säger HGF:s ordförande Rolf Atmer.

Vill du gympa?

Vi har platser kvar i flera av våra barn- och ungdomsgrupper. Känner du för att börja så hör av dig till kansliet på 042-333243 eller skicka ett mejl till info@hoganasgf.se.

Nu har vi köpt hjärtstartaren

Insamlingen under de fyra föreställningarna av årets julshow gav enastående dryga 16 000 kronor, så nu har vi kunnat köpa en hjärtstartare till gympahallen. Stort och varmt tack till alla som bidrog!

Under HGF:s årliga julshow i början av januari bad vi om publikens hjälp för att få ihop pengar till en hjärtstartare. Gensvaret blev otroligt stort och föreningens vänner i publiken bidrog med allt från femmor till femhundraappar. Varmt tack till alla som skänkte pengar!

Totalt gav insamlingen under de fyra föreställningarna drygt 16 000 kronor. Det innebär att vi långt snabbare än vi hade vågat tro



FOTO: LAURA HOLMBERG

Filippa Lavré, Nora Hedlund och Judith Ahlström blev alla uttagna till gymnastikförbundets utvecklingsgrupp 2012.

Filippa, Nora och Judith – våra tre AG-tjejer i utvecklingsgruppen 2012.

Under en tuff uttagning för gymnastikförbundets tränare togs 35 flickor från fjorton olika föreningar i hela landet ut till utvecklingsgruppen, som är till för flickor i åldrarna tio till tretton år. Under ett år träffas de och tränar gemensamt vid tre

tillfällen. Den första träffen hade tjejerna i Leksand i februari, de två följande blir i Malmö och Höganäs. Höganäs chefstränare David Cederblad är för övrigt ansvarig för verksamheten tillsammans med Tina-Mari Jonasson från Stockholm Top Gymnastics.



Den nya hjärtstartaren i hallen är utmärkt med den här igenkänningsymbolen.

Porträttet:

Rille – nybliven skåning i hallen

Rille är nyanställd tränare i Höganäs Gymnastikförening. Fast egentligen heter han Richard Persson, fyller tjugo den 18 mars och önskar sig lägenhet och körkort.

Rille kommer från Örebro och gick ut gymnasiets samhällsprogram med idrottsinriktning i våras. Han har gympat i evigheter, varit tränare länge och ingått i Örebros mixlag.

– Jag vet bara att jag vill vara i hallen och att gymnastik är det roligaste jag vet. Så jag tänkte: ska jag skaffa ett vanligt jobb och stå i hallen på kvällarna, eller ska jag ta anställning som gympatränare och stå i hallen på kvällarna?

Och gissa vad, han står i hallen om kvällarna. Alla kvällar. Sju stycken i veckan.

– Det blir inte tid över för så mycket annat. Fast soffan och jag är bra kompisar.



Rille under ett pass i hallen.



FOTO: LAURA HOLMBERG

Hemma i Örebro var han tränare fyra–fem kvällar. Christian Mossberg, GK Engelholms-gymnasternas tidigare tränare, är en god vän. När han slutade lovade Rille att åka ner till Ängelholm en kväll i veckan och träna tjejerna.

– De stod ju utan tränare så vad skulle de annars göra? Packa ihop?

Efter jul förvandlades en kväll i veckan till en halvtidstjänst och Rille flyttade till Skåne. Sedan dess har han sytt ihop deltiden till en heltid eftersom han dessutom blivit anställd på deltid i Höganäs.

– Jag vet att det sticker i ögonen på en del att jag tränar tjejer som tävlar mot varandra, men jag ser inte problemet. Jag gör mitt bästa på båda ställena och vill att det ska gå bra för allesammans.

Nu är han inneboende i Höganäs och står i rackethallen tisdagar, onsdagar, fredagar och lördagar. På måndagar, torsdagar och söndagar tar han bussen till Ängelholm.

– Jag kan säga att körkortet står högt upp på listan. Men det kommer.

Han känner många gymnaster och tränare från Ängelholm och söderut i Skåne.

– Jag kan själv träna med Fram i Helsingborg, fast jag har väl inte riktigt bestämt mig. Men jag har inte heller bestämt mig för att sluta heller. Man kan väl säga att jag har ett uppehåll.

Örebro GF är en stor truppförening med sju – åtta tränare.

– Då blir det svårt att sätta en egen prägel på verksamheten. Både Höganäs och Ängelholm är ju mindre föreningar där man märks mer. Det är kul. I Ängelholm är jag huvudtränare, i Höganäs ser jag mig själv mer som en stötta åt David och Sacke. Jag ska se till att de inte står ensamma på träningarna.

Han hjälper Sacke med SM-truppen, David med JSM/USM-truppen och så har han dessutom börjat träna AG-tjejerna.

– Det är roligt. Och jag har aldrig tränat AG förr, så det är helt nytt.

Någon gång i framtiden tänker han börja plugga igen. Men just nu är det gymnastik som gäller. Samt förstås att hitta en lägenhet i Höganäs.



En show i våra hjärtan

Gulliga kaniner och fala damer, lejon-tämjare och busiga barnhusbarn. Dansande hippies. Bland mycket annat. Vår jubileums-kavalkad 5–7 januari hämtade inspiration från våra föregående nitton julshower och hade så många fantastiska nummer att välja bland att det var svårt att gallra. Publiktrycket blev så stort att vi satte in en extraföreställning och därmed fick tillfälle att visa upp vår kavalkad sammanlagt fyra gånger.

I fokus för vårt tjugoförstaårsjubileum stod Bende Larsson, som satt upp samtliga tjugoföreställningar. Vi ville hylla henne med något vi visste att hon skulle uppskatta, och det blev elittruppens egen tolkning av *Cell Block Tango* ur musikalen Chicago, som vi fick se till att repetera i smyg för att inte Bende skulle ana något ...

Tack alla!



Nu sätter vi snart i gång med opus 21. Men fram till premiären kan du trösta dig med årets dvd som finns att köpa i kansliet.

Foto:

Sara Svenningrud och Catharina Andersson







FOTO: LAURA HOLMBERG

Jennifer Rahfeldt skapar sina skulpturer i glasstudion i Höganäs.
– Jag försöker sammanfoga fysikens rörelser med objektet, säger Jennifer.

Jennifer: kvinnan bakom Olgorna

Varje vår utser Höganäs Gymnastikförening årets tre tränare: inom trupp, AG och barn- och ungdom. De belönas med varsin Olga.

Ungefär som en Oscarsstatyett, fast snyggare.

– Fysik intresserar mig. Det är ett element av rörelser och mönster. Precis som gymnastik! När man slänger kroppen och huvudet bakåt skapas nya rörelser och mönster. Om och om igen, säger Olgans skapare konstnären Jennifer Rahfeldt.



Olga i stående split och närbild.

Jennifer Rahfeldt är en gränsöverskridande människa i både bokstavlig och andlig bemärkelse. I sitt liv och i sin gärning. Hon är född i Michigan i USA, växte upp i Strandbaden, har sin mor i Höganäs, sin far i Florida, sin partner i Woodstock i norra delstaten New York och bor själv tillsammans med sin tvååriga dotter i Mjöhult. Och i Woodstock.

– Vi bor båda i både Woodstock och Mjöhult, förtydligar hon det något förvirrande scenariet.

Hon är en multidisciplinär konstnär som målar, skulpterar, koreograferar, komponerar och leder dessutom The Swedish Soundpainting Orchestra, som består av musiker, dansare, skådespelare, poeter och visuella konstnärer. På paletten finns faktiskt även ett förflutet som Höganäsgymnast, fast det är länge sedan.

En fot i varje land och ett finger i varje disciplin.

– Jag är en människa som försöker befria mig från rädslor, säger Jennifer. Och jag sätter en stolthet i att inte upprepa mig. En av anledningarna till att jag är en skapande människa är att jag är delad. Jag hör inte hemma i ett fält utan i många. Konst är på sätt och vis som kärlek, där det inte finns ett perspektiv utan många olika uttryck.

Sina skulpturer skapar hon i olika material. Glas, metall, plast, pärlor ... de förstärker och utmanar varandra.

Olgan kom till för fem år sedan.

– En av mina bästa vänner, Katarina Berg, var aktiv i Höganäs Gymnastikförening och bad mig ta fram förslag på ett årligt tränarpris.

Jennifer tog fram tre förslag. Ett av dem var den långbenta Olgan i stående split.

– Olgan ska ha bestående värde. Den ska representera kärlek, omtanke och planering. Egenskaper som ingår i och utmärker tränarens roll. Senare i livet kan Olgan symbolisera ett minne från en viktig tid i ungdomen då man arbetade som gymnastiktränare.

För Jennifers del är Olgan ett återkommande inslag i tillvaron. En upprepning, om man så vill, men också en gammal god vän:

– Jag jobbar vanligtvis väldigt fritt. Olga är ovanlig som något som återkommer. Det blir som en vän som kommer på besök. Jag plockar fram henne varje år och gör tre nya.

Här kan man tillägga att samtliga Olgor alltid är nyskapade, gjorda för hand, och att ingen någonsin är någon annan exakt lik.

– Jag tycker om att utveckla och förvandla sådant som kommer flytande längs floden.

Floating down the river. Så tänker jag om Olgan också.

– Att leva är att skapa. Som ett pågående samtal. Jag är tacksam att jag får göra detta i livet.

Årets Olgor är klara. Nu lägger Jennifer i stället kraft och energi på att skapa nya verk till årets konstrunda, då hon har öppet i ateljén i Mjöhult. Den som är nyfiken på hennes konst kan redan nu besöka hemsidan, www.jenniferrahfeldt.com

Grattis till årets tre Olgavinnande HGF-ledare:

Årets AG-ledare: Julia Lopez

Årets truppleddare: Hanna Meinl

Årets barn- & ungdomsledare:

Desirée Baghernejad



En av Olgorna i sällskap med andra av Jennifer Rahfeldts fantasifulla och smäckra skulpturer i glas och metall. Som visioner som kommit flytande med flodens strömmar ...



FOTO: JESSICA JONHAG

Guldtjejrna: Felicia Lejon, Majken Lilja, Linnea Jonhag, Minna Ståleker, Ebba Wittström och Sanna Nilsson.

Två guld i Englacupen!

I Englacupen i februari tog samtliga fyra lag från HGF:s trupp 1 sig till semifinal. Ett lag gick vidare till final och där vann de guld i både matta och hopp.

Hela 208 lag startade i trupptävlingen Englacupen som hölls på Lingvallen den 4-5 februari. I Englacupen tävlar lagen i matta och hopp. Ett lag består av fyra-sex gymnaster, varav fyra är aktiva på ett varv. Lagen tävlar i cupform och till sist återstår tre lag i finalen i varje åldersklass.

HGF deltog med fyra lag från trupp 1. Det ena laget tog sig ända till final i både matta och hopp. Där mötte de lag från Engelholmsgymnasterna och Lugi, men det blev Höganäs som vann båda finalerna med sina fantastiska varv.

Vinnarlaget består av: Ebba Wittström,

Sanna Nilsson, Felicia Lejon, Minna Ståleker, Majken Lilja och Linnea Jonhag. Stort grattis till guldtjejrna!

Samtliga HGF:s fyra lag gjorde fina insatser och tog sig vidare till semifinal, men där tog det tyvärr stopp för tre av lagen. Grattis alla duktiga tjejer!



Här tävlar Höganäs fristående i Larvik i höstas. De slutade på silverpallen.

Silver i Larvik

Höganästjeerna jublade över silvret de tog vid Nordiska mästerskapet i trupp gymnastik i november.

– Alla var mycket nöjda med vad vi lyckades prestera i Norge. De åtta tjejer som var med gjorde verkligen vad de kunde, säger tränaren Sakarias Lindell om tävlingen som ägde rum i Larvik, en stad vid havet med runt 40 000

invånare och kanske mest känd som Thor Heyerdals födelseort.

Gulder gick till de isländska favoriterna Gerpla, som fick 49,100 poäng. Höganäs fick 47,950 och Örebro som blev trea fick 47,100.

Höganäs fick högst poäng i tumbling (16,600) och var tredje bäst på fristående (15,200) och fjärde bäst i trampett (16,150).

I Höganäs lag deltog:

Emma Hult, Sofie Håwi, Hanna Meinl, Mathilda Lagerstedt, Emma Lindblom, Tilda Mobärg, Sofia Rönn och Fay Stensson.

Vårens tävlingar

Våren 2012 är en intensiv tävlingssäsong för HGF. Svenska Cupen i hemmahallen, JNM i Halmstad, SM i Västerås och ett stort riksmästerskap i Höganäs kräver inte bara skickliga gymnaster och tränare utan dessutom god planering och hårt arbete.

Så här ser vårens agenda ut:

- I februari åkte våra duktiga tjejer i SM-truppen till Örebro för att vara med om uttagningen till det svenska landslaget. Grattis Emma Hult, Emma Lindblom, Hanna Meinl, Julia Meinl och Fay Stensson som blev uttagna och Johanna Nilsson som blev ett wild card.
- I mars går AG-tävlingen Kullapokalen i Höganäs.
- 14–15 april arrangerar HGF Svenska Cu-

pen, Juniorcupen och Swedish TeamGym Open, tre tävlingar som går parallellt.

- 21 april arrangeras nordiskt mästerskap för juniorer i Halmstad. Höganäs kvalificerade sig i december 2011 genom att vinna JSM. Det andra svenska laget är silvermedaljörerna Vikingarna från Stockholm. Samtliga nordiska nationer är representerade.

- 29 april arrangerar Höganäs Gymnastikförning AG-tävlingen Riksmästerskapet, dit



det kommer AG-gymnaster från hela landet för att tävla i stegserierna 7–10.

- 18–19 maj tävlar Höganäs SM-trupp i SM i Västerås. I fjol vann vi SM för första gången – och i år kommer vi att göra vårt bästa för att göra om bedriften!
- Våra yngre gymnaster tävlar under våren i flera olika regionstävlingar.

Våra sponsorer

HGF riktar ett varmt tack till föreningens huvudsponsor:



Och stort tack till alla våra andra sponsorer:

BRONSSPONSORER



Handelsbanken



HÖGANÄS SHIPPING AB



BRONSSPONSORER



GULDSPONSORER



SILVERSPONSORER



BRONSSPONSORER



OCH TACK TILL VÅRA GYNNARE





FOTO: TILDA MORÄNG

Emma Lindblom, Emma Hult, Hanna Meinl och Fay Stensson ingår alla i det svenska damlaget i truppgymnastik. Johanna Nilsson är uttagen som wild card. Julia Meinl saknas på bilden.

Svenska trupplandslaget för damer:

5 av 15 kommer från Höganäs

Efter intensiva uttagningar i Örebro så stod det klart. Fem av femton gymnaster i trupplandslaget för damer är från Höganäs. Grattis Emma Hult, Emma Lindblad, Fay Stensson, Hanna Meinl och Julia Meinl – och Johanna Nilsson som blivit uttagen som wild card.

– Vi är regerande svenska mästare, så det är inte konstigt att vi fick med fem gymnaster i damlaget, säger David Cederblad, tränare i Höganäs, men tillägger att ett par av SM-truppens Höganäsare för närvarande är skadade:

– Vi får hoppas att övriga kan hålla sig friska så att vi når bra placeringar.

staterar att framgångarna är kulmen på en långsiktig satsning på truppgymnastiken.

– Vi har arbetat hårt och har duktiga tjejer och tränare. Nu går vi vidare med att sätta vår prägel på svensk truppgymnastik, säger han.

Våren blir intensiv. För Höganäs seniorer gäller det att försvara SM-guldet i Västerås i maj. Juniorlaget vann JSM i december och har

två viktiga tävlingar framför sig: det nordiska juniormästerskapet i Halmstad, och kvalet till JEM, som kommer att avgöras i Helsingborg.

Det nybildade damlandslaget ska kämpa för Sverige under det EM som hålls i Århus i oktober. Extra roligt är att Höganästränaren Sackarias Lindell är utsedd till en av landslags-tränarna.

HGF:s ordförande Rolf Atmer kon-



**Ska du sälja din bostad?
Anlita då föreningens huvudsponsor.**

Säg till mäklaren att du tillhör HGF:s supporters, så får du rabatt vid försäljningen och föreningen får dessutom 1000 kr i extra stöd från mäklarfirmen.



Kontor på Storgatan 53 i Höganäs och Bygatan 31 i Viken. www.andersjohansson.se