



 **Tunafors Skidor**
Publicerat av Per Åkerlund (?) · 27 december 2018 · 🌐

<https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx...>



Om den här webbplatsen

SVERIGESRADIO.SE
Klartecknen för mer snöstillverkning i Eskilstuna - P4 Sörmland
Eskilstunaborna kan nu få längre skidsäsong i Vilsta friluftsområde tack va...



STYRELSEN

Styrelsens sammansättning under det gångna verksamhetsåret:

ORDFÖRANDE	Per Åkerlund
SEKRETERARE	Gunnar Fredriksson
KASSÖR	Irene Karlsson
LEDAMOT	Peter Karlsson
LEDAMOT	Tommy Gustafsson
SUPPLEANTER	Leif Mathisen

VALBEREDNING	Göran Karlsson Vakant
--------------	--------------------------

UNGDOMSTRÄNARE	Peter Karlsson, Johan och Lina Gustavsson
----------------	---

Rekryterad Vuxentränare	Joakim Holmgren
-------------------------	-----------------

TÄVLINGSKOMMITTÉ

Rolf Mathisen
Leif Mathisen
Marianne Liss
Sven-Ove Olsson
Göran Karlsson
Per Åkerlund
Lars-Olof Stenström

Representantskap	
HUVUDSTYRELSEREPRESENTANT	Vakant
FANBÄRARE	Vakant
OMBUD I SÖDERMANLANDS SKIDFÖRBUND	Vakant

Innehållsförteckning

VERKSAMHETSBERÄTTELSE.....	
STYRELSEN.....	
Representantskap.....	
Säsongen 2018-2019.....	
Aktiviteter översikt.....	
SAMMANTRÄDEN OCH SAMMANKOMSTER.....	
AKTIVITETER OCH TRÄNINGAR.....	
Träningar.....	
17 Mars Avslutning barnträningen.....	
Arrangemang	
Idreläger 13-16/12.....	
Våravslutning för alla.....	
Snö tillverkning och spårproduktion.....	
Kanaler för information.....	
Sponsorer	
Tävlingar och prestationer	
DM Individuellt – Hällbyrundan.....	
DM Skiathlon.....	
DM stafett.....	
Vasaloppsveckan.....	
Vasaloppssöndag.....	
Andra Tävlingar.....	
SLUTORD	

Aktiviteter översikt

Rullskidupptakt med Norström

Årsmöte

Barnträning

Vuxenträning

Träningskläder

Planering av snöproduktion

Vinterupptakt med prylbyte

Snöproduktion – första åkbara snön 23/11.

Läger Idre

Träning motionärer och seniorer med Joakim

Möte med Tunafors Slalom

Nya sponsorer

DM-tävlingar

Vallakurs för föräldrar

Deltagare i tävlingar runt om i Sverige

Vasaloppsveckan med Nattvasan

Avslutning barnträning

Drygt 2.6 km spår och 110 Skiddagar

Våravslutning

Vuxenträningar löper på in i våren

Å-Loppet

Löpskolning med Margot Gustavsson fd elitidrottare

Midsommarloppet i Hällby

Sommarträning med löpning, MTB, rullskidor.

Planering inför nästa säsong



Tunafors Träningsläger i Idrefjäll 13-16 december

Transport: Sker i egna bilar. Försök samåka så gott det går.

Avresa: Valfri tid, incheckning i stugorna tidigast klockan 16. Peter Karlsson

Hemresa: Valfri tid, utcheckning från stugorna klockan 10. Duschmöjlighet söndagen i aktivitetscenter om någon vill åka skidor även då.

Stugfördelning: Se separat uppdelning

Matlagning: Samordnas i respektive stuga. Ett förslag är att var och en håller lagar lunch och middag gemensamt i stugan.

Kostnader: Klubben står för stughyra och spårkort. Var och en står för resor vid gemensam middag på fredag kväll.

Vi fokuserar på att få många mil i benen och lägger merparten av tiden på förhoppningsvis kan vi köra en stor del gemensamma pass. För barnträningen kör vi endast 1 tränarlett pass om dagen. Pass 2 försöker åker gemensamt med utgångspunkt från skidstadion i Idrefjäll med fokus på snötillgång finns spår från ca 3 km - >10 km med slogbodar där det finns eld och dricka varm choklad för barnen på "distanspass".

Preliminärt schema

TORS DAG 13 december

Från kl 16 Incheckning stugor
19:00- Mingel på värdshuset, uppsnack inför dagarna samt träning-, kost och skidsnack

FREDAG 14 december

09:00-11:00 Distanspass minst 1h och 30 minuter med fokus på att bibehålla teknik
14:00-15:30 Teknikpass, fokus stakning (Eventuellt med teknikcoach)
Tränarledd barn och ungdomsträning
18:30- Gemensam middag på värdshuset

LÖRDAG 15 december

09:00-11:00 Distanspass, sista halvtimmen med impulser 30 sekunder var 5 minut (Fartlek på snö)
14:00-15:30 Teknikpass, diagonal, stakning med frånskjut
Tränarledd barn och ungdomsträning
19- Eventuellt mingel för de som orkar

SÖNDAG 16 december

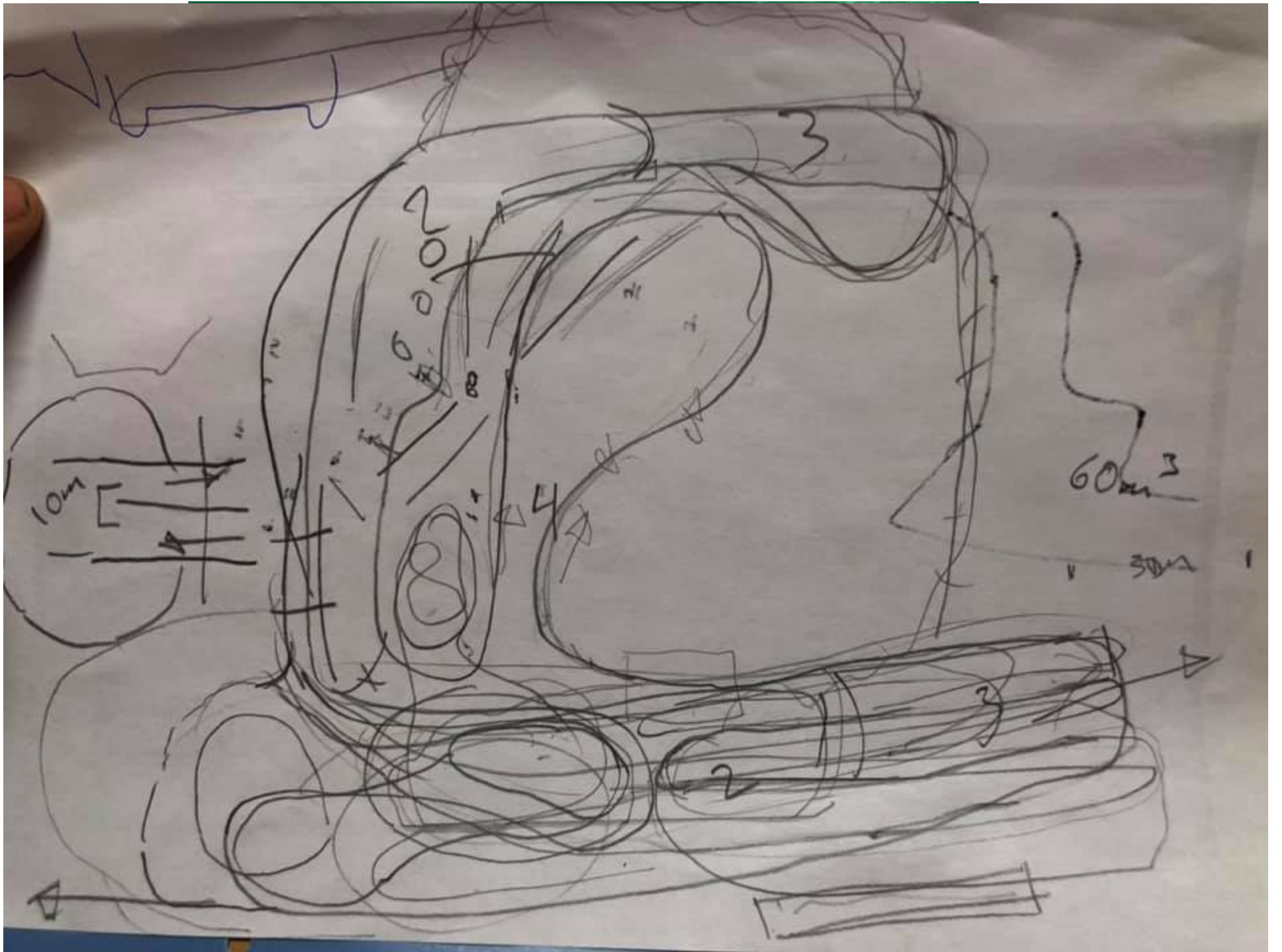
10:00 Städning samt utcheckning
10:00- Skidor för de som vill, hemresa på valfri tid.

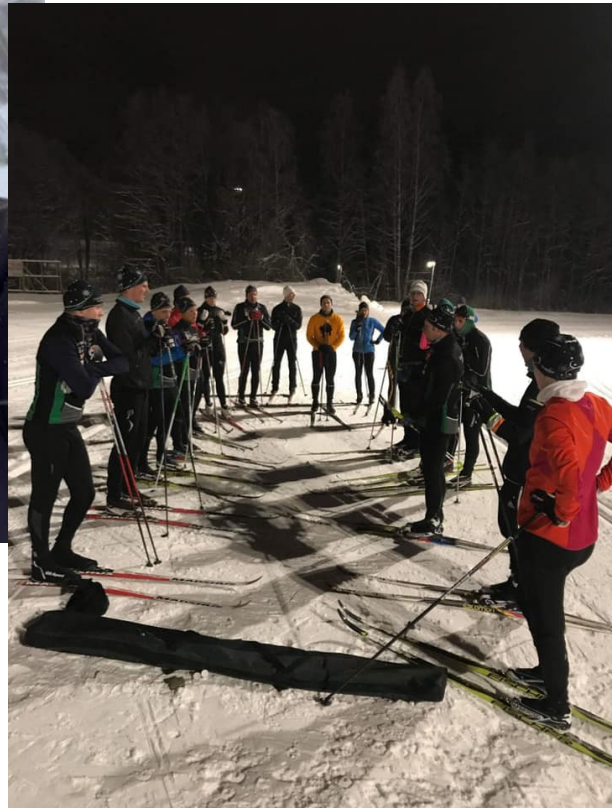
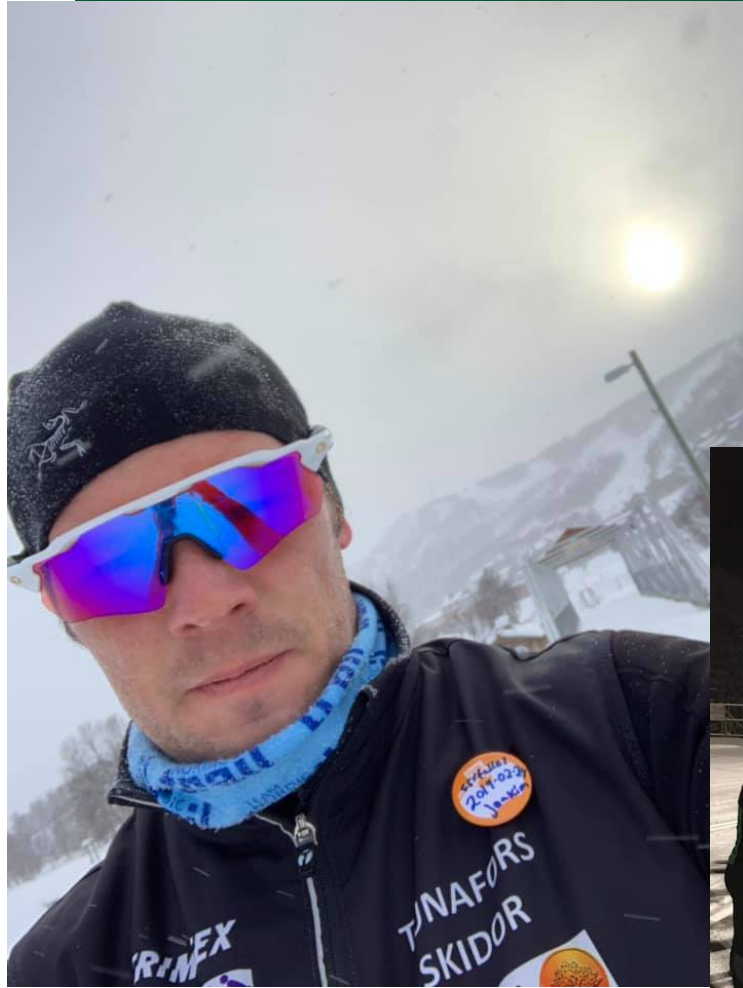


Frågor:

Kontakta Peter Karlsson (070-2061105) eller Johan Gustafsson (070-3567795)











Ivar Näsholm från Ärla IF, har ett bildbevis på att han hade Joakim Holmgren och Patrik Niklas Holm







Nattvasan Oskar Kanmert-Gustafsson och Andreas Johnsson

Mellantider

Mellantid	Klockan	Tid	Sträcktid	min/ km	km/h	Plac.
Smågan	20:33:05	00:33:04	33:04	03:01	19.95	3
Mångsbodarna	21:06:44	01:06:43	33:38	02:36	23.19	3
Risberg	21:35:41	01:35:40	28:57	02:38	22.79	5
Evertsberg	22:12:34	02:12:33	36:52	03:05	19.53	4
Oxberg	22:49:51	02:49:50	37:17	02:30	24.13	4
Hökberg	23:16:44	03:16:43	26:53	03:00	20.09	2
Eldris	23:44:10	03:44:09	27:25	02:45	21.87	5
Mora Förvarning	00:06:40	04:06:39	22:29	02:41	22.40	-
Mål	00:08:37	04:08:36	01:56	03:15	18.48	5





Sponsorer

Under den gånga säsongen var nedan företag sponsrat vår verksamhet. De har bidragit på olika sätt för att gynna aktiviteter främst runt Vilsta skidstadion.

#ldrottsevolution

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB

Sparbanken Rekarne

Rådek KB

Team Sportia/Eskilstuna

Vilsta Sporthotell Eskilstuna

Eskilstuna kommun

Destination Eskilstuna AB

SUFAG





Tillsammans skapar vi Sörmlands bästa skidförening som gör skidåkning till något för alla, ung, gammal, nybörjare och proffs. Satsningen i Vilsta är unik och det som vi ser framför oss är en vison om en skidarena som kan ge Eskilstuna en nyckelroll som skidort i mellansverige.

Du som varit med och bidragit på något sätt vill vi tacka och till dig som är ny vill vi säga välkommen att vara med i Tunafors SK en riktig förening.

Styrelsen i oktober 2019

