

# Hur ser elegant åkning ut?

TRE GENERATIONER SKIDINSTRUKTÖRER GER  
SIN SYN PÅ UTFÖRSÅKNINGEN.

TEXT: KERSTIN ENGLUND





FOTO: REPORTAGEBILD

*Två skidkungar samtalar: Tv Olle Rimfors, 30- och 40-talets skidlärarkung. Th Ingemar Stenmark. Bilden från 1979.*

### **Peter Lundkvist, 39 år, skidskolechef i Åre**

#### **Din skidskolas teknik?**

Skidskolan lär inte bara ut *en* teknik utan många. Det är helt beroende på elevernas förkunskaper, målsättning och andra förutsättningar.

#### **Hur ser elegant åkning ut?**

Elegant åkning är när man åker harmoniskt utan en massa onödiga rörelser. Om man anstränger sig för att åka snyggt är det lätt att åkningen blir låst, och det är inte elegant! För ett par år sedan åkte Österrikes tävlingsåkare som om deras knän var ihoplimmade. Det blir till slut som att åka på en skida. Det är inte rationellt.

#### **Är det svårt att åka elegant?**

Det gäller att ha kontroll över skidorna och kroppen för att åka elegant.

#### **Fördelar att åka vackert?**

Fördelen är att det är kraftbesparande. Det kan också vara säkrare i skidbacken.

#### **Världens bästa stilåkare**

Jean Claude Killy åkte himla snyggt. Han slog an den nya stilen inom skidåkningen. En annan som åker elegant är Olle Rolén. Det är en fröjd att se honom åka slalom när han kopplar av från jobb och världscuptävlingar. När han jobbar bränner han bara rakt nerför backen med jackan fladdrande.

### **Kristina Olsson, 28 år, skidlärare inom Friluftsrämjandet**

#### **Din skidskolas teknik?**

Jag lär mina elever tekniken att åka slalom. Sedan vill jag förmedla glädjen som jag känner när jag åker skidor. Det viktigaste är att ha kul när man åker!

#### **Hur ser elegant åkning ut?**

Elegant tycker jag inte är rätt ord. Då tänker jag mer på hur man klär sig och uppför sig. Det är roligt att se på en skidåkare som njuter av sin åkning och har kontroll. Då tycker jag att han åker snyggt, men hur det ser ut, det varierar från åkare till åkare.

#### **Är det svårt att åka elegant?**

Det blir svårt att åka om man hela tiden tänker på hur man ser ut. Då blir åkningen låst.

#### **Varför åka elegant?**

Jag tycker som sagt att man ska ha "elegans" som målsättning, men den ska komma naturligt. Där har vi skidlärare en stor uppgift. Människor rör sig olika och ser olika ut när de åker skidor. Man kan inte låsa sig vid ett sätt och sedan försöka få alla att åka likadant.

#### **Världens bästa stilåkare?**

Det vet jag inte. Eftersom jag stöder tjejerna inom utförsåkning vill jag nämna Camilla Nilsson. Hon åker mjukt och fint. Det ser ut som om hon har roligt!

### **Olle Rimfors, 91 år, förde tillsammans med Sigge Bergman utförsåkning till Sverige på 30-talet, legendarisk skidlärare, fd landslagsbas i utförsåkning**

#### **Skidtekniken på din tid, från 20-tal och framåt?**

När jag höll på så kämpade vi mest för att komma ner snabbt. Utförsåkning var ung som sport och inte tänkte vi så mycket på hur det såg ut. Det prövades olika tekniker och man hämtade intryck från längdåkningen. Tekniken utvecklades för att kunna accelerera så mycket som möjligt. Stilen varierade.

#### **Hur ser elegant åkning ut?**

Elegant åkning är när åkaren har kontroll över skidorna och rör sig harmoniskt.

#### **Världens störste stilåkare?**

Jag kan omöjligt säga vem som är världens största skidåkare. Ingemar Stenmark åker elegant. Man kan säga att han fick fason på modern åkning här i Sverige. Han är ett bra föredöme. Det är på något vis medfött hos honom, inte genomtänkt. Jag har koll på unga Camilla Nilsson också. Hon har talang och möjlighet att utvecklas till en verkligt duktig åkare.

#### **Fördelar att åka vackert?**

Jag tycker fortfarande att det är viktigt att komma ner snabbt. Nu när jag är 91 år får jag dock ta det lite lugnare i backen. Fördelen med att åka vackert är att risken för olyckor minskar.