

Starten går och det är full fart som gäller!



Sveriges största snöskolopp

Friluftsförbundet i Härnösand arrangerar Snöskoloppet för fjärde året i rad. Den 26 februari

blir det stor folkfest på berget vid Vårdkasens friluftsområde med över 90 deltagare, korggrillning och prisutdelning. Alla kan delta, gammal, ung, mormor, farfar, barnbarn och hundar! **TEXT:** Héléne Lundgren **FOTO:** Felix Oppenheim



Hektiska men kontrollerade förberedelser inför årets stora snöskofest i Härnösand.

Det luktar eldstad lång väg och högt uppe på berget vid Vårdkasens friluftsområde har det samlats en hel del folk. Från den fjällnära naturen på berget har man en fin utsikt över Härnösand. Solen tittar fram genom molnen och det ligger mycket snö här uppe. Det råder febril aktivitet med de sista förberedelserna inför Snöskoloppet och Lars Faijersson är ute med skotern för att preparera spåren. Lena Hamrén som är en av initiativtagarna har mycket att stå i, men hon ser ut att ha läget under kontroll. För tre år sen var hon med att starta Snöskoloppet som redan det första året hade 55 deltagare. Antalet tävlande har sedan dess nästan dubblats till 93 deltagare under förra årets lopp.

- Det började för tolv år sen när det kom ett mejl till alla Friluftslivets stavgångsledare i hela landet. I mejlet fanns ett erbjudande om jag ville åka ner till Alperna för att prova på snöskovandring. Jag nappade på det och i Alperna fick vi prova på att göra en guidad snöskovandring, samt en kvällsvandring till en toppstuga i La Clusaz ovanför Annecy där

»**En kille berättade** att han aldrig hade provat varken snöskor eller skidor tidigare. Nu har han återkommit varje söndag på snöskovandringarna.«

vi åt en god middag. Vi fick även delta i säsongens sista snöskolopp tillsammans med 800 andra tävlande. Jag kände direkt att snöskovandringar även skulle kunna bli något på hemmaplan, berättar Lena Hamrén som har varit ledare för Friluftslivets främjandet i Härnösand i 27 år.

Efter den resan satte Lena igång att arrangera snöskoaktiviteter hemma i Härnösand. Varje tisdagskväll, från mitten av januari till början av april är 20-25 personer ute i skogen med snöskor och pannlampa. På söndagar är det snöskovandringar med 20-30 personer i skogar och på bergen kring Härnösand. Rekordet är 43 personer

vid förra årets första tur på Fälleberget.

Lokalavdelningen hyr även ut snöskor till skolor, arbetsplatser och andra intresserade.

- I mars hade vi en prova-på dag i Stadsparken och då kom det 80 personer. En kille berättade att han aldrig hade provat varken snöskor eller skidor tidigare. Nu har han återkommit varje söndag på snöskovandringarna. Varje säsong gör vi även ett par afterwork-snöskovandringar med pannlampa i Murbergsskogen. På skogsnära Spjutaregården avslutar vi med glöewine, gulaschsoppa eller viltgryta. Det är precis som de brukar göra i Frankrike, berättar Lena Hamrén.

I Alperna arrangeras VM och snösko-



Härnösand



Snöskor funkar verkligen för alla, ung som gammal, snabb och lite långsammare.

Hanial Moustafa far fram i snöskoloppet



»Det är en fantastisk frihetskänsla att bara kunna kliva rakt ut i skogen. Man får kondition samtidigt som man kan prata med folk.«

tävlingar med över 800 deltagare från hela Europa, Kanada och USA. Lena hade haft det i tankarna att försöka ordna ett snöskolopp i Sverige, och i samband med att Anna Lena Lundblad från lokalavdelningen blev pensionär för några år sedan blev det lättare att sätta igång med planeringen.

– Anna Lena som har många års vana att arbeta med friluftaktiviteter fick mer tid att arbeta med tävlingen. När vi skickade ut ett mejl till alla våra medlemmar, var det 25 personer som anmälde sig som volontärer, berättar Lena Hamrén.

På väg till boden där man kan hyra snöskor träffar jag på Gudrun Berglund som berättar att hon har varit med ända från början.

– Lena jobbade på samma skola som mig och det var genom henne som jag fick höra talas om snöskovandringarna. Jag brukar vara med ganska ofta, både på tisdagsträningar och under söndagsvandringarna. Det är en fantastisk frihetskänsla att bara kunna kliva rakt ut i skogen. Man får kondition samtidigt som man kan prata med folk, berättar Gudrun Berglund.

Att hyra snöskor kostar bara 25 kronor och utanför en röd stuga ligger det högar med röda och gröna snöskor till uthyrning. Lena har lånat in över 150 par snöskor och mitt bland alla dem arbetar Carina Ljungström för tredje året i rad. Hon hjälper till med att passa in deltagarnas snöskor, och visar hur de ska sitta. Hon ger mig lite tips, och berättar att det är bättre att ha en lös häla under tävlingen. Vid uthyrningen träffar jag också på en strålande glad Kristina Solberg.

– Jag har precis köpt mina första egna snöskor idag, berättar Kristina Solberg som brukar vara med på snöskovandringarna på söndag.

Med de lätta snöskorna på fötterna fortsätter jag till Orienteringsklubbens stuga där Anna Lena Lundblad och

Janne Hamrén har fullt upp med att ta emot alla anmälningar. Det finns tre olika distanser att välja på, 2,5 km, 5 km eller 10 km och de flesta väljer 5 kilometersbanan. Både unga och gamla har anmält sig och utanför stugan träffar jag på tre generationer av familjen Hultin. Farmor Stina, sonen Kalle och barnen Elsa 8 år och Astrid 12 år ska alla vara med och tävla.

– Jag brukar vara med på snöskovandringarna nästan varje söndag och har deltagit i snöskoloppet flera år i rad. Den här gången fick jag med mig familjen.



”Det är så fint väder ute och ni har sportlov, ska ni inte hänga med” sa jag till tjejerna som är med första gången, berättar Stina Hultin.

Hanan Apojazar från Palestina är också här med sina två söner Faiez och Muhammed.

– Det var min lärare i svenska, Anna Lena som berättade om snöskovandringen och vi var även med förra året. Då vann

Muhammed 2,5 km loppet och i år har han anmält sig till 5 km loppet, berättar Hanan Apojazar stolt.

Alla börjar göra sig redo att samlas vid starten. Några tjejer kör uppvärmningen med årets mellolåtar på högsta volym och alla deltar glatt med snöskor på fötterna. Starten närmar sig snabbt och när startskottet går rusar de snabba löparna iväg först. Efter dem kommer motionärerna i rask takt över fältet på väg in mot skogen. Det är otroligt vad lätt det är att vandra i snön med snöskor. Spåren är bra och det är riktigt vackert i skogen med all snö. Molnen spricker upp lite, och när det blir en glänta i skogen på toppen av berget, kan man se ut över hela Härnösand. Mitt inne i skogen delar sig spåret i ett kortare och ett längre spår. Här träffar jag på Anja Lundin med hunden Gissa som ska gå fem kilometersbanan för första gången.

– Jag har aldrig ens provat snöskor



Till hits från melodifestivalen värmer loppets deltagare upp.

innan, men nu är jag helt såld och ska köpa egna snöskor, säger Anja Lundin innan hon försvinner in i skogen med Gissa glatt springande bredvid.

Det är 33 deltagare anmälda i tävlingsklassen och några av dem hinner varva oss motionärer på väg mot mållinjen. Väl framme vid mållinjen står alla och hejar och själv kommer jag fram strax före tävlingsklassen som är dubbelt så snabba. Marcus Strömsten vinner enmilsloppet utan stavar på tiden 58,56 och ser trött, men glad ut när han korsar mållinjen.

- Förra året var jag också med, men annars brukar jag inte använda snöskor så mycket. Jag brukar åka mycket längdskidor och cyklar mountainbike på tävlingsnivå, berättar Marcus Strömsten.

2015 var 30 personer som var alldeles nya i Sverige anmälda till Snöskoloppet och förra året tävlade tio asylboende

från projektet Inlöparna - Höga kusten. Inlöparna startades hösten 2015 av tre tjejer, Milly Lundstedt, Åsa Karlberg och Jessica Ögren som samlade in träningskläder och startade löpträning för personer som nyligen kommit till Sverige och svenskar. När deras tävlande från Inlöparna börjar närma sig målnöret sätter tjejerna igång och hejar så mycket de bara kan.

- Förra året kom Hani Al Mustafa tvåa i Snöskoloppet på fem km och i Syrien var han landets tredje snabbaste löpare på 100 meter, berättar en av de andfädda killarna för mig.

Doften av grillad korv sprider sig ner till målgången, och plötsligt börjar

man känna sig lite hungrig efter loppet. Det ryker från grillen utanför Orienteringsklubbens hus och där kan man också köpa varma mackor och fika. Så småningom börjar alla deltagare komma i mål, och det är skönt att värma sig

framför grillen. Jag träffar på Jan Bos som egentligen skulle ha gått fem km.

- Det gick så bra efter fem km så jag fortsatte ett varv till och höll Margareta Tiger sällskap. Hon vann enmilsloppet i sin klass på tiden 1,56 timmar, berättar Jon Bos som kommer från Holland.

Det börjar bli dags för prisutdelningen, och vi förflyttar oss en bit upp till borden som är fyllda med priser. Det är Örjan Leek som är dagens konferencier och vinnarna får välja bland presenterna på bordet. Oskar Jonsson som kom på andra plats vinner ett par racersnöskor och ser mycket nöjd ut. Margareta Tiger vinner en cykeldag med tillhörande picknickkorg på Härnön i Härnösand vilket låter mycket trevligt. En kvinna vinner en trumresa, en annan en kniv och själv vinner jag ett presentkort på en lunchrestaurang i Härnösand. Skymningen börjar lägga sig på berget och prisutdelningen håller på ända tills det är tomt med presenter på borden. Det har varit en riktigt lyckad dag, och vi får hoppas att det kommer mycket snö denna vinter, så att vi återigen kan bege oss ut i skogen med snöskor. ❄️



Snöskor gör vinterskogen tillgänglig för alla.



»Det har varit en riktigt lyckad dag, och vi får hoppas att det kommer mycket snö denna vinter, så att vi återigen kan bege oss ut i skogen med snöskor.«