

# För Lotta är ridningen helig tid

Motion och avkoppling gör att skolarbetet på Tekniska högskolan går bättre

Av CHRISTIAN CARLSSON

Telefonkatalogstjocka böcker och långa föreläsningar — kaffe.

Nya föreläsningar, tentapluggande — och kaffe igen.

Till slut hjälper inte ens kaffet.

Hjärnan behöver en stunds avkoppling och kroppen lite motion. En ridtur i skogen skänker frid åt kropp och själ, tycker Lotta Wollmar, som läser på Tekniska högskolans datatekniklinje.

Ridningen är en helig tid. Det spelar ingen roll om det skulle vara tenta nästa dag, jag rider ändå. Det tar ett par timmar med resor och förberedelser, men det är det värt. Det är härligt att komma ut i naturen och att känna närheten till hästen.

Akademiska ridklubben i Stockholm hyr in sig hos ridklubbar runt om i stan. Djursholms ridklubb är en av dem, idylliskt belägen vid den lilla Ösbysjön. Vid sidan av hästhaningen står en skylt som berättar att där hästarna nu springer omkring låg en gång järnaldersbyn Ösby.

Tidiga värkanslor får hästarna att rulla sig runt i den kletiga leran. När en skötare från klubben dyker upp vet alla hästar att det är lunchdags och det uppstår vild turbulens. Ett och annat tjuvbett delas ut. Först ur hagen och fram till stallet är den häst rider för dagen, Calippo, en åttaårig polsk fullblodshäst.

Lotta har ridit sedan barnsben och sedan i jul är hon också ansvarig för Akademiska ridklubbens kurser. Det innebär bland annat att hon delar in klubbens medlemmar i grupper efter ridvana. För de studenter som är duktiga finns tävlingar i hoppning och dressyr.

Går att tävla

Varje år avgörs SAM (svenska akademiska mästerskapen) i såväl lag som individuellt i Uppsala, Lund, Göteborg och Linköping är några andra orter som också håller sig med akademiska ridklubbar.

Tävlingsmomentet är kul som omväxling. Det blir en måttstock på hur man utvecklats. Ridsporten är en av de få idrotter där man kan bli bättre med åren.

Det finns också möjlighet att tävla internationellt. Utländska studentklubbar runt om i Europa arrangerar varje år nationstävlingar. Studenterna får dock bekosta resorna själva, vilket kan vara hårt om man lever på studielån.

Men de flesta studenterna rider trots allt inte i första hand för att tävla. Akademiska ridklubben anordnar också värfester och "spaque-igång"-fester, där medlemmarna — och ibland även nya kurskamrater — kan knyta kontakter inför terminsstarten.

Höst ordnar klubben en "Hubertusjakt". Hubertus var en fransk biskop som levde åren 656-727 och som fått epitetet "jaktens, hundarnas och boskapens skyddspatron". En Hubertusjakt är mer att betrakta som en social begivenhet än en tävling.

Den sociala gemenskapen utanför själva ridningen är väldigt viktigt, kanske speciellt om man är nyinflyttad student. Men det är också många ex-studenter som rider kvar hos oss fast de redan har tagit sin examen. □

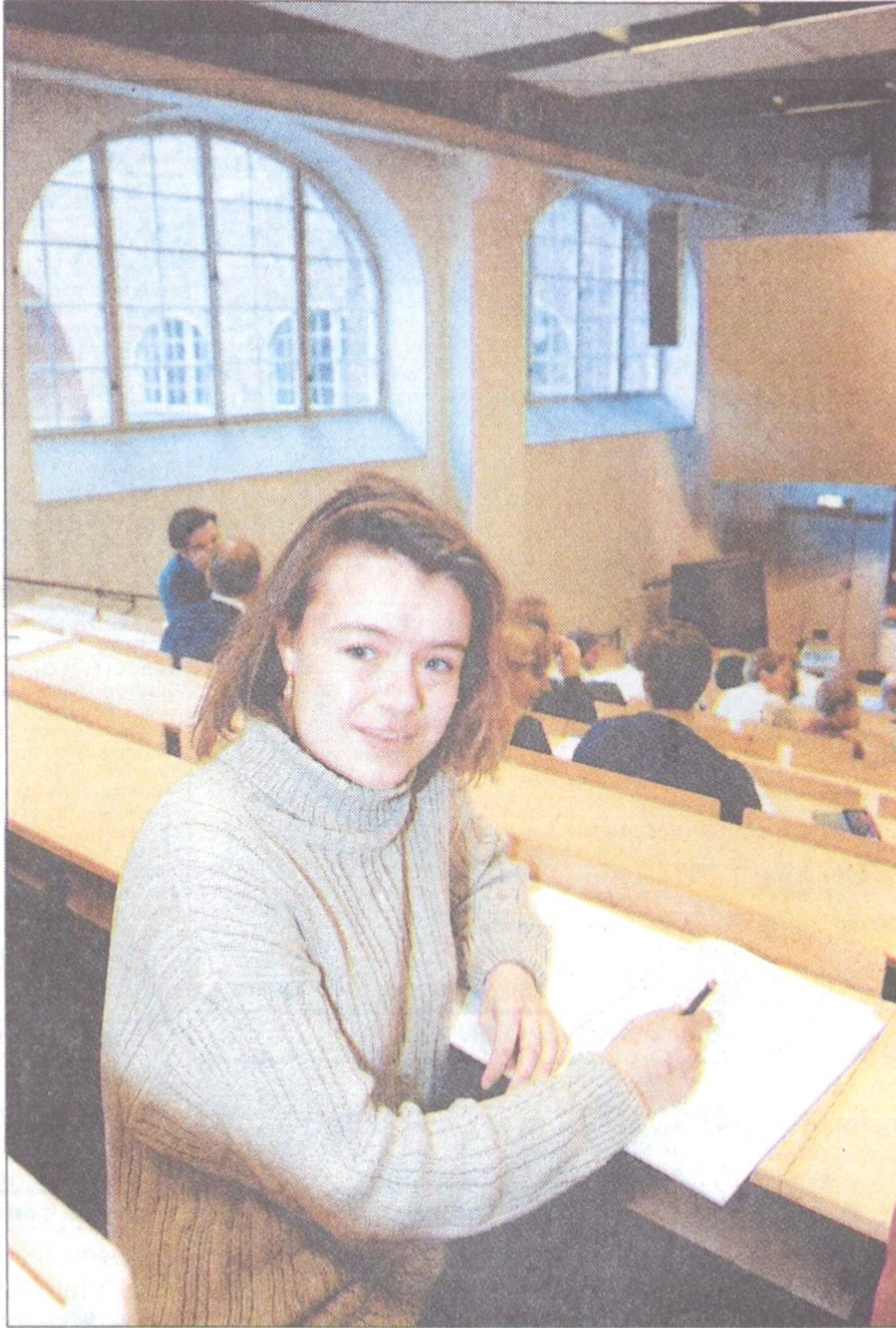


Foto: JAN E CARLSSON

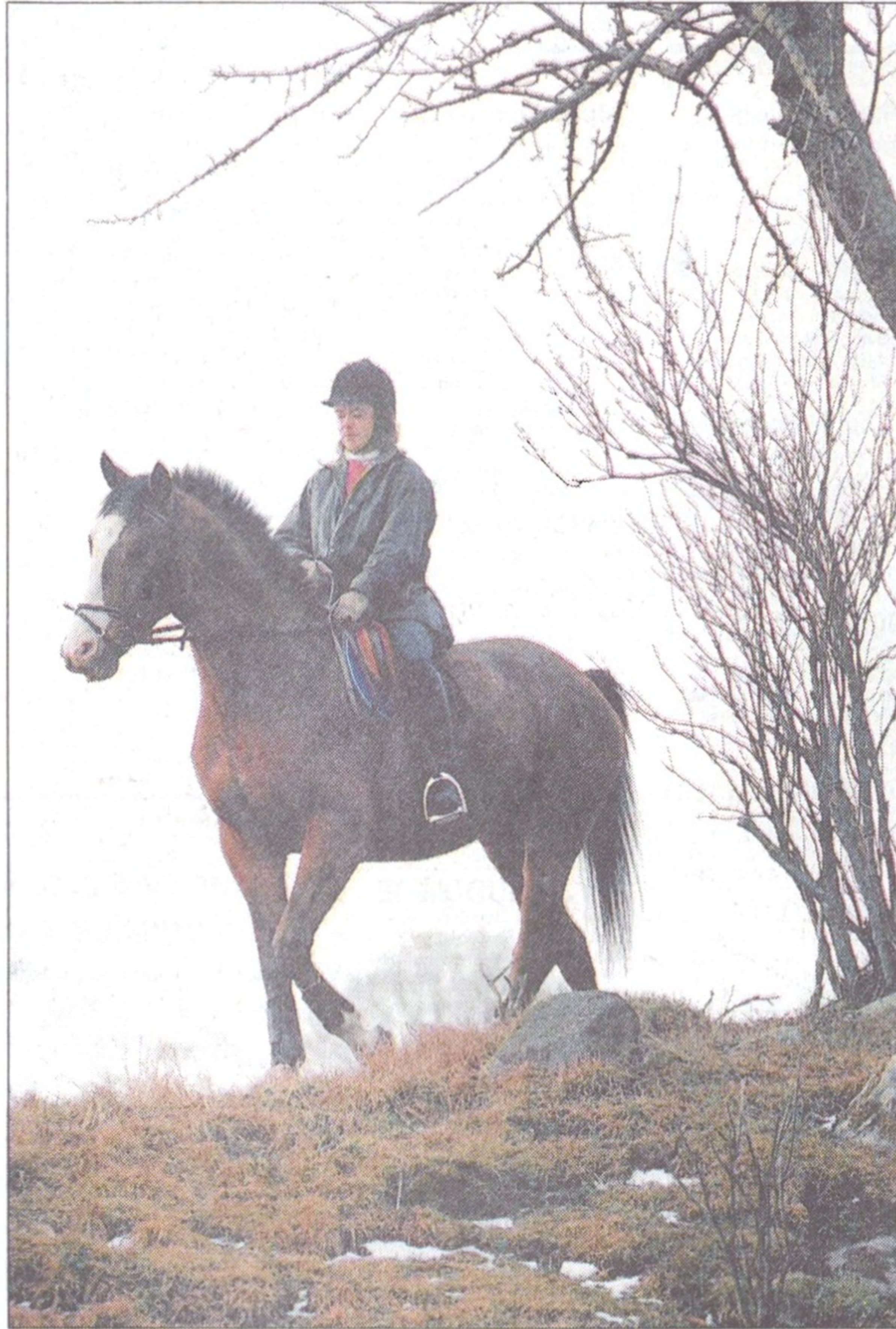


Foto: FREDRIK FUNCK

Kombination som går ihop. För Lotta Wollmar är det viktigt att rida. Då får hon den avkoppling och motion hon behöver för att orka med studierna på Tekniska högskolans datatekniklinje.

## Nästan alla sektioner i SSIF fulltecknade

Av CHRISTIAN CARLSSON

I dag läser omkring 50 000 studenter på högskolenivå i Stockholm.

Ett delmål är att hälften av dessa skall motionera i någon form, säger Ulf Moberger på Stockholms Studenters Idrottsförening.

Enligt SSIF:s deltagarstatistik motionerar för närvarande mellan 10 000 och 12 000 av Stockholms högskolestudenter i någon av föreningens 30 sektioner.

Det är ju förstas några tusen studenter som tränar på elitnivå eller deltar i andra motionsgrupper också. Och även om vi givetvis vill att studenterna tränar hos oss, så är det viktigaste trots allt att de rör på sig någonstans.

Det finns en komplikation med SSIF:s målsättning att locka fler deltagare till studentidrotten. Nästan alla sektioner är nämligen fulltecknade. Inte ens den imponerande motionsanläggningen Frescatihallen kan svälja studenternas motionsbehov.

Inbyggt i målsättningen ligger med andra ord en passning till Stockholms kommuns politiker att det behövs en ny motionsanläggning.

Om det fanns en liknande hall som den vi har i dag, så skulle medlemsantalet öka kraftigt. Det är inte bara studenter som har rätt att träna i våra grupper, vi har en hel del ex-studenter och äldre människor som tränar hos oss, studenterna går dock i första hand om en grupp blir fulltecknad.

Ulf Moberger är förstas medveten om att kommunpolitikerna är svårflirtade i åstämningstider som dessa. Studentföreningar som Akademiska ridklubben, Stockholms studenters tennisklubb, Handelshögskolans idrottsklubb med flera har redan fått känna på de bistra ekonomiska realiteterna i form av slopade aktivitetsbidrag för personer över 20 år.

Tidigare var åldersgränsen 25 år. På grund av de minskade intäkterna tvingas många föreningar nu ta ut högre avgifter av studenterna.

Det är vansinnigt. Jag kan inte förstå varför man inte skall få bidrag till idrottsverksamhet bara för att man fyllt 20 år. Studenter tjänar ju knappast några stora pengar, säger en påtagligt irriterad Ulf Moberger.

Modelföreningen SSIF har, än så länge, klarat sig från kommunens sparnit. SSIF får ett fast

bidrag för sin motionsverksamhet på cirka 600 000 kronor om året. Men hur det blir med det bidraget i framtiden är högst osäkert, säger Ulla Friberg på Stockholms kommuns förenings- och idrottsavdelning.

Vi har väldigt hårda sparkrav på oss och väljer då att prioritera barn- och ungdomsidrotten före vuxenidrotten. Det kan tyckas hårt att studenter med dålig ekonomi skall drabbas, men vad skall vi göra?

Vad gäller det lokala aktivitetsstödet så har vi helt enkelt fått rätta oss efter direktiv från regeringen som säger att bidrag endast skall utgå för ungdomar mellan 7 och 20 år.

Tre sportsliga mål

Den ekonomiska målsättningen för SSIF är att få verksamheten att gå ihop, vilket man hittills lyckats med. De sportsliga målen är tre.

En bred verksamhet för så många som möjligt, så billigt som möjligt och så bra som möjligt. Vi siktar i första hand på att introducera studenterna i nya idrotter och har därför fått fortsättningskurser.

Gympan är den motionsform som lockar flest studenter, närmare 3 000 gymgade i SSIF:s regi i höstas. Därefter kommer inne-

bandyn, som har organiserat en studentserie, med 900 deltagare. Totalt sett är det flest tjejer som idrottar inom SSIF, mycket tack var gympan.

Några undersökningar av vilka kårer som är aktivast finns inte, men Ulf Moberger har en personlig uppfattning.

Jurister, ekonomer och naturvetare tycks vara mer aktiva och idrottsintresserade. Humanister och journalistelever är mindre rörliga. Vi har faktiskt anställt extra personal för att få fart på de kårer som är segra.

Förutom den löpande verksamheten så arrangerar SSIF också tävlingar som "Studentidrotten", "Cykelsnurrett" och "Student massport games" där studenter från hela Norden deltar.

Tävlingsverksamheten inom studentidrotten handläggs annars i första hand av SAIF (Sveriges akademikers idrottsförbund), som är den centrala sammanslutningen för alla lokala föreningar, SSIF till exempel.

Svenska studentmästerskapen är ett årligt återkommande evenemang i SAIF:s regi. Helgen 3-5 april avgörs student-VM i badminton med deltagare från 23 länder, bland annat Kina.

Svenska studenter som vill mäta sina krafter med kolleger i andra länder kan, om de kvalificerar sig, få representera Sverige i Universiaden som näst efter OS är världens största idrotts-tävling. Där är konkurrensen knivskarp. I USA till exempel är idrotten helt central i collegelivet. □

### Från folkdansen till work-out

Här följer en presentation av SSIF:s 42 sektioner:

Akademiska folkdanslaget, akademiska roddföreningen, akademiska konstängsklubben, akademiska ridklubben, badminton, balett, basket, bordtennis, bowling, brännboll, bugg, dragkamp, fotboll, friidrott, fäktning, golf, innebandy, jazz, jogging, judo, karate, kendo, klippklättring, navigation, orientering, rinkbandy, segling, simning, simhopp, sportdykning, styrketräning, squaredans, squash, sällskapsdans, tai chi chuan, tennisklubben, tennisskolan, triathlon, Vasaloppet, vattengymna, vindsurfing, volleyboll, work-out. □

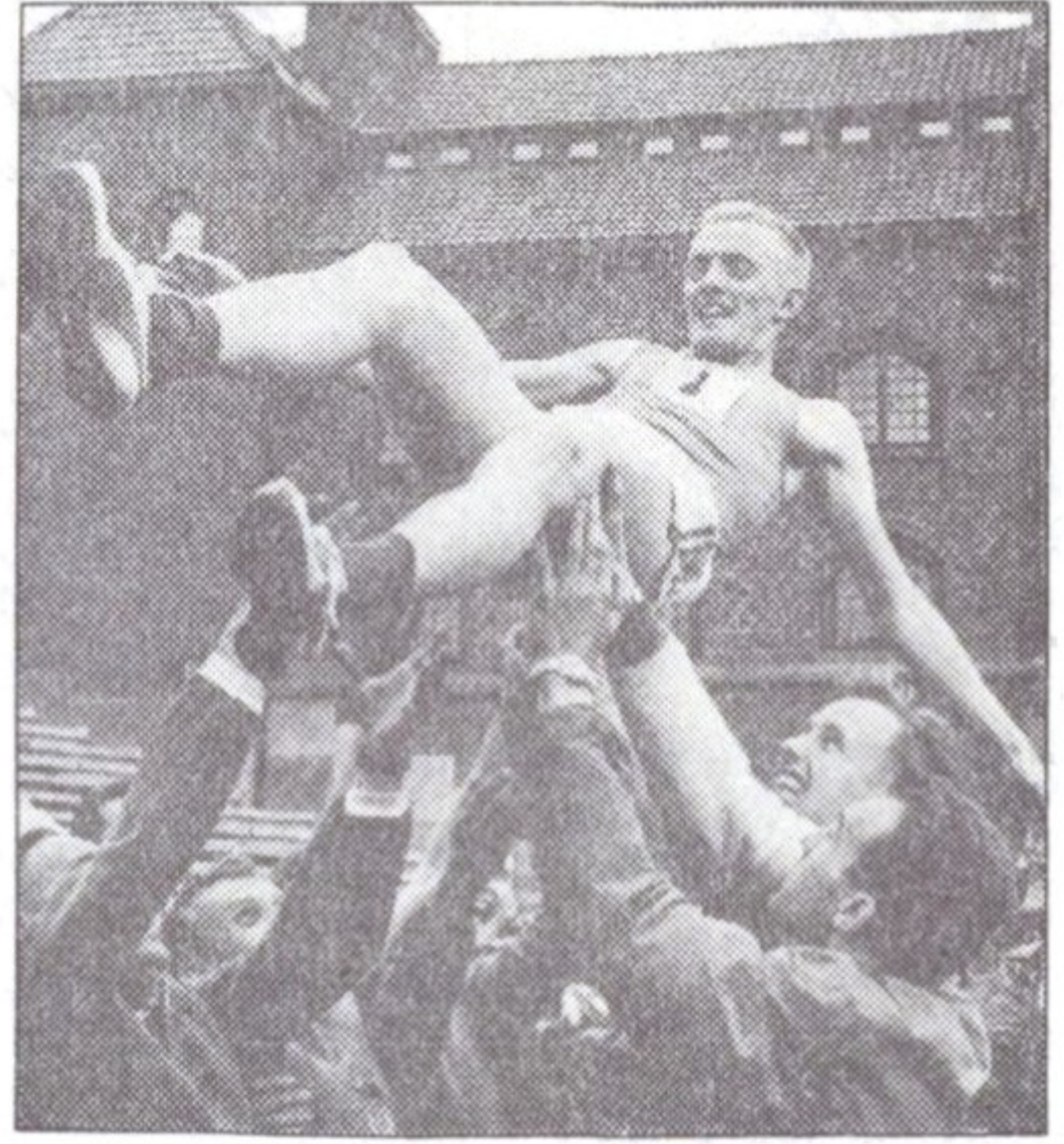


Foto: OLLE SEIBOLD

Glada studenter. Per Knuts åker i luften efter Studenternas seger i Dagbladstafetten 1961.

## Studenterna blir allt spännigare

STUDENTIDROTTEN är stor i Sverige: 120 000 medlemmar i 43 föreningar vid landets universitet och högskolor.

Sveriges akademiska idrottsförbund, SAIF, fyller 80 år 1993.

Idrottslandet började i liten skala vid universitetet i Uppsala, Lund och Stockholm med tävlingar i fäktning, ridning och gymnastik. I dag är SAIF ett av de största breddidrottsförbunden i landet med ungefär lika många manliga och kvinnliga medlemmar.

Ursprungsgrenarna finns kvar men dagens studenter lockas mest av jympa, innebandy (rena boomen på senare år), volleyboll, basket, jogging och orientering.

Fyra gånger om året arrangeras student-SM.

INTRESSET för motion och friskvård vid högskolorna bara ökar.

Vi börjar bli ordentligt trångbodd i sporthallen och skulle behöva flera lokaler, berättar idrottsläraren och friskvårdaren Björn Almqvist vid Stockholms universitet.

I dagens reportage skriver en av studenterna där, vår frilansande medarbetare Christian Carlsson, om Lotta Wollmar, ryttrarna i Stockholmsstudenternas idrottsförening.

Många studenter motionerar regelbundet för att orka med en hög studietakt eller för att, som Björn säger, "blåsa av sig" under en tentamenläsningsperiod. Andra rör på sig för att "syresätta en trött hjärna" eller för att uppnå avslappning och avstressning. Kamratskapet motionen kan ge är en annan viktig dragkraft.

Andra tycker att motion i alla dess former bara stjälar dyrbar studietid.

SJÄLV LÖPTE jag på vägarna. Inbillade mig också att ensamma promenader i gryningen den dag jag skulle tenta i Lund och Uppsala var bra. Jag fyllde lungorna med lärdomsständernas morgonluft. Det friskade upp även i hjärnvindlingarna.

Statsvetaren Torbjörn Vallinder, huvudlärare i Lund, såg ut som en medeldistanslöpare. Han var lika spännig i talet som han såg ut att vara i benen. Det gjorde intryck.

DEN GÅNGNA veckan har jag under en reportageresa träffat skogsfolk och idrottslärare i Dalarna. Längdskidorna fanns med i bagaget. Tillfälle gavs också till några härliga militurer. Snön fanns i Grönklittsbergen i Orsa.

Solen glimmade i ett perfekt spår, universitetsparken gav bra glid, musklerna värkte i stigningarna men det släppte i utförsloporna.

Färska harspar korsade färdriktningen, på höjderna såg man ut över skogarna.

Det finns väl ingenting som går upp mot skidåkning i värmtidertid?

Vad säger läsarna? Nästa söndag återkommer vi till inbjudan om att skriva ner era bästa motionstips.

SÖREN LÖFVENHAFT

# Det är enklare att prenumerera

Och billigare. Skicka in kupongen så har du tidningen i brevlådan om ca en vecka. Du kan också ringa direkt till DN:s ombud i landet (se telefonkatalogen) eller till DN i Stockholm 08-22 24 40. Telefax 08-656 29 20.

Ja, jag beställer Dagens Nyheter			
fr o m _____		och tillsvidare*	
eller fr o m _____		t o m _____	
Jag vill betala	Stor-Stockholm	Göteborg, Malmö o. Sthlm närliggande orter	Övriga landet
<input type="checkbox"/> Månadsvis	129:-	149:-	170:-
<input type="checkbox"/> Kvartalsvis	359:-	419:-	479:-
<input type="checkbox"/> Halvårsvis	689:-	799:-	934:-
<input type="checkbox"/> En gång om året	1349:-	1569:-	1790:-
Namn _____			
c/o _____			
Adress _____		tr _____	
Postadress _____			
Telefonnummer _____			
* Ett tillsvidare-abbonemang innebär att tidningen kommer tills abonnenten själv kontaktar oss om att abonnemanget ska upphöra. Reservation för eventuella prisförändringar.			

Frankeras ej  
DN betalar portot

**DN.**  
Prenumerationsavdelningen

SVARSPOST  
Kundnummer 110490002  
110 00 STOCKHOLM