

Verksamhetsberättelse för skid- och löpsektionen i Växjö AIS 2025

Styrelsen

Ordförande:	Maria Fogelström Karlsson
Vice ordförande:	Åsa Brohlén
Kassör:	Per Järgren
Sekreterare:	Kristin E Karlsson
Ledamöter:	Håkan Korsberg och Linnea Christiansen
Suppleanter:	Göran Ren Sjöbeck, Ola Fogelström Karlsson, Mats Svensson och Mats Dahlqvist
Valberedning:	Sören Martinsson
Revisor:	Christer Thorstensson
Revisorssuppleant:	Björn Trollius

Styrelsen hade under 2025 åtta protokollförda sammanträden.

Sektionen hade 125 medlemmar 2025, vilket är en ökning med 31 personer jämfört med 2024.

Träning

Funktionell styrketräning på tisdagar – Vår och höst ledde Maria och Ola Fogelström Karlsson styrke- och konditionsträning på gräsmattan intill VAIS-torpet. Det var åtta tillfällen under namnet *Kom i gång* på våren och lika många *Håll i gång* på hösten, med i snitt tolv deltagare per gång.

Intervallträning på torsdagar – De flesta torsdagskvällar under året var det löpträning med intervaller. Utgångspunkten var VAIS-torpet och träningen leddes av Kristin E Karlsson. Totalt blev det 45 träningstillfällen, med i snitt 3,5 deltagare per gång.

Gym – Damernas omklädningsrum byggdes under våren om till träningsrum. Vikter och annan träningsutrustning flyttades dit från förrådet i VAIS-torpet, för att lättare kunna användas av klubbens medlemmar. Damernas tidigare bastu blev nytt omklädningsrum.

VAIS-dagen – Söndagen den 21 september anordnades VAIS-dagen, där det hos skid- och löpsektionen gick att prova på funktionell styrketräning. I en femkampstävling, där sektionerna tävlade mot varandra, vann skid- och löpsektionens representanter Maria och Ola Fogelström Karlsson.

Juljogg – På juldagens förmiddag ordnades juljogg för andra året i rad. Fem personer samlades vid VAIS-torpet, där det var tre minusgrader och barmark. Fyra sprang i lugnt tempo Trestugespåret och en gick en promenad. Efteråt bjöds det på varm saft och pepparkakor i torpet.

Tävlingar

Deltagande i skidtävlingar – Fem medlemmar åkte seedningsloppet Moraloppet. I Vasaloppet tävlade 33 personer för Växjö AIS. Axel Boreback var snabbaste Vaisare på tiden 5.19.55. VAIS hade även två deltagare i Öppet Spår, en i Vasaloppet 45 och en i Tjejvasan.

Deltagande i löptävlingar – Under året var Växjö AIS representerat med bland annat sju deltagare i Växjöloppet, varav fem på 10 kilometer och två på 21,1 kilometer, fyra i Göteborgsvarvet, en i Stockholm Marathon, tre i Lidingöloppet och en i Växjö Marathon. Fem medlemmar sprang på nyårsafton ut året i välgörenhetsarrangemanget Sylvesterloppet i Hovmantorp.

Egna arrangemang

VAIS-loppet – Vi anordnade terrängloppet VAIS-loppet vår och höst, med två banor om 8,4 respektive 4,4 kilometer. Tisdagen den 6 maj sprang 16 personer den långa banan, och 10 den korta. Den 9 september deltog 15 på respektive bana. Ungefär hälften av deltagarna var medlemmar i Växjö AIS. Efter loppen bjöds det på fika, som Kenneth och Margareta Kramer ordnade.

Hyrox-simuleringstävling – Söndagen den 16 november arrangerade Växjö AIS en hyrox-simuleringstävling i Växjö Tipshall tillsammans med Crossfit Växjö. Tävlingen var en så kallad Hyrox-simulering double. De tävlande var indelade i lag om två damer, två herrar eller en dam och en herre, som genomförde åtta funktionella träningsövningar varvade med en kilometers löpning. Tävlingen blev lyckad med totalt 86 deltagare. För många av deltagarna var det den allra första tävlingen av detta slag. Sex medlemmar från VAIS hjälpte till som funktionärer.

Skidspår

Vi ansvarade för skidspårning på Trestugespåret, elljusspåret, Glasrikets golfbana och Araby golfbana – totalt cirka tre mil. Under 2025 var det möjligt att dra skidspår i januari och november. Så fort det hade kommit tillräckligt med snö var en av våra spårpatruller ute, och efter nysnö spårades det på nytt. Spårade gjorde Kenneth Karlsson, Evert Nylander, Stefan Andersson, Sven-Erik Månsson, Stig Gustavsson, Per Järgren och Sune Emanuelsson. Tillsammans arbetade de runt 60 timmar med förberedelser och spårdragning. Spåren var välbesökta och mycket uppskattade av både medlemmar och allmänhet.

Vasaloppsresa

Varje vinter brukar vi ordna en bussresa till Vasaloppet, och så gjordes även 2025. Resan blev fulltecknad med 46 deltagare. Göran Ren Sjöbeck ansvarade för resan och ordnade med mat och boende i Lindvallen.

Julbord

Tisdagen den 9 december bjöds alla medlemmar in till vårt traditionella julbord. Det var som vanligt utmärkt tillagat och ordnat av Kenneth och Margareta Kramer. Runt 25 personer deltog. Det var sista gången julbordet arrangerades i sektionens regi, men det finns en förhoppning om att föreningsstyrelsen ska ta över och bjuda in till ett gemensamt julbord kommande år.

Styrelsen för skid- och löpsektionen tackar alla medlemmar för det gångna året och hoppas att vi ses i några av de aktiviteter som vi planerar att anordna under 2026.