

Hälsomagasinet firar - under 30 år har Svalövsborna vallfärdat till tränings-Mekkat

Av Roger Sunesson

Det firas riktigt rejält på Hälsomagasinet under 2025.

Under de senaste 30 åren har föreningen huserat under taknockarna i det gamla Magasinet och givetvis vankas det jubileum.

På kvällen måndagen den 11 september 1995 slogs portarna upp och det visade sig bli ett fantastiskt lyckokast.

Svalövsborna gick man ur huse, sökte sig till byns nya tränings-Mekka och under årens lopp har Hälsomagasinet växt mer och mer för varje år som gått.

Redan första dagen fylldes styrkehallen snabbt. Likaså aerobicspassen, så till den milda grad att instruktörerna Annelie Lindkvist, Annelie Nilsson, Lotta Olofsson, Lisen Ljungberg och Jenny Jansen fick sätta in extrapass så att alla som ville, kunde få vara med.

Två personer som varit med från start är veteranerna Christer Hedin och Inge Lundkvist som lagt ner ett stort antal timmar för att Hälsomagasinet ska leva vidare och må bra.



Christer Hedin och Inge Lundkvist var med allt började och tar sig en titt på gamla bilder.

Foto: Roger Sunesson

- Men det är väldigt viktigt att framhålla att vi är många som jobbat hårt. Det visade sig bli hur bra som helt när vi öppnad upp.

- Folk ville verkligen träna och må bättre, minns de båda.

En stor anledning till att Hälsomagasinet bildades var eldsjälens Karl-Erik Kruses uppoffrande arbete.



Karl-Erik Kruse drev på hårt för att förverkliga Hälsomagasinet och han tränar flitigt än i dag.

Foto: Roger Sunesson

Under några år hade dåvarande Svalövs Athletic Club bedrivit träning i gamla idrottshallens källare. I takt med att allt fler ville styrketräna blev lokalerna till sist för små.

Kruse - som under många år firat triumfer som styrkelyftare på elitnivå - drev på hårt för att alla som ville skulle få träna.

En vision jobbades fram, ett medlemsmöte anordnades i kommunhuset och det blev som väntat ett rungande ja och under 1994 började förvandlingen av de nya lokalerna på Svalegatan 4.

Kommittéer bildades som tog ansvar för lokaler, reception, information och marknadsföring, aerobic, utbildning, styrketräning och styrkelyft.

Ägarna Svalövs kommunala fastighetsbolag var glädjande nog villiga att hjälpa till ekonomiskt med en öppen planlösning till träningsytorna och med duschar både för herr och dam.

Totalt uppgick ytan till 400 kvadratmeter för styrketräning och aerobics i den stora salen på tredje våningen.

- Vi fick själva ombesörja att sätta upp innerväggar. Det installerades även en hiss för att göra lokalerna tillgängliga för personer med funktionsvariationer, minns Kruse.

Christer Hedin kommer mycket väl ihåg dagen då han och Kruse kollade in lokalerna. I princip fanns bara väggar och tak:

- Vi körde upp och tittade och ärligt talat var jag skeptisk till en början. Såg framför mig ett oerhört stort jobb, men jag fick fel som tur var. Det har krävts mycket uppoffringar, men jag är glad i dag att beslutet togs.

Med från starten var även en annan eldsjäl i Bengt-Arne Lozell:

Bengt-Arneagerade allt i allo och tog sig an och hjälpte äldre, sjukskrivna och arbetslösa med träning.

Hösten 1995 löpte snabbt och när Hälsomagasinet gjorde bokslutet hade föreningen 557 medlemmar, 257 fler än den dåvarande styrelsen kalkylerat med.



Ohej ! Två unga tyngdlyftare tar i för fullt.



Stepmaskiner och andra Cardiomaskiner var och är fortfarande populära.



Fullsatt på ett spinningpass.

Sedan dess har utvecklingen för Hälsomagasinet bara gått åt ett håll. Föreningen har bland annat varit aktiv med att arrangera både friskvårdsdagar och erbjudit fysisk aktivitet på recept.

- Allt för att sprida glädjen med att vara delaktig i en förening som välkomnar alla människor till ett aktivt liv.

I dag ligger medlemssantalet på starka 1400.

Christer Hedin och Inge Lundkvist poängterar att Hälsomagasinet är till för hela familjen:

- Det är socialt mycket viktigt. Att få träna och träffa folk är stärkande för hälsan. Både psykiskt och fysiskt.

Tillkomsten av namnet Hälsomagasinet förtjänar samtidigt sitt eget lilla kapitel, som dessutom tog mycket tid av styrelsens diskussioner.

En kväll när man avslutat ett styrelsemöte utbrast plötsligt Annelie Jonsson, en av de ursprungliga drivkrafterna:

- Hälsomagasinet Svalöv !

Pang, där satt det!

Senare klubbades namnet på ett medlemsmöte. Bakgrunden var att verksamheten passande nog skulle bedrivas i de gamla och välkända magasinsbyggnaderna på Svalegatan.

När det gällde loggan var det även här Annelie som kläckte idén och hon hade på egen hand tecknat ett rött hjärta med en gubbe.

Redan från start var föreningens ambitioner att träningen skulle rikta sig till alla åldersgrupper och här ingicks ett samarbete med både företagshälsovården och vårdcentralen.

När det handlar om styrkelyftet har Hälsomagasinet rönt stora framgångar:

Jonas Celin har representerat Sverige under Paralympics 1996, vunnit flera SM och satt svenska rekord i både knäböj och bänkpress.

I nutid gör Anders Andersson och Håkan Mellberg fin reklam genom att ta hem medaljer i både VM, EM och SM.



Jonas Celin satte Hälsomagasinet på världskartan.



På senare år har både Anders Andersson och Håkan Mellberg satt Svalöv på kartan både nationellt och internationellt med mycket fina resultat.

Foto: Roger Sunesson

Under 1997 började en ny träningsform att locka allt fler:

Spinningen var på gång och föreningen var inte sena att haka på. Cyklar köptes in, totalt elva, inför höstsäsongen 1998 och träningarna kördes i den så kallade Stora salen.

Intresset var enormt och redan under hösten 1998 planerade Hälsomagasinet för en egen lokal som togs i bruk våren 1999.

Framtiden ser mycket ljus ut för Hälsomagasinet. Utveckling sker hela tiden och för ett par år sedan satsades stort på en upprustning av både lokalerna, utrustningen, redskapen och organisationen.

Joy Marcher och Linda Zander är personer som numera jobbar hårt för att föreningen ska överleva och utvecklas ännu mer.

Med deras outtröttliga glöd att föra verksamheten framåt poppar nya idéer upp allt som oftast.

Joy har lagt många timmar i lokalerna sedan 2010, Linda kom med i bilden lite senare, 2021. Båda är nyfikna och entusiastiska:

- Vi vill utveckla hela tiden. Det krävs att vi förnyar oss, medlemmarna ska ha ett bra utbud att välja av och det tycker vi att vi har. Men allt kan alltid bli bättre, klargör Joy och Linda.



Joy Marcher och Linda Zander lägger all sin lediga tid på att utveckla Hälsomagasinet.

Foto: Roger Sunesson

Alla ska känna att de kan komma hit och träna, oavsett ålder eller hur mycket man tränat tidigare.

- Vår äldsta tränande medlem har fyllt 80, de yngsta tretton.

Under året som gått har föreningen uppmärksammat de gångna 30 åren på olika sätt.

Nya maskiner har köpts in, ny trivsamt belysning ska installeras och många temapass, året till ära, har genomförts.

- Vi ska fortsätta i samma fina anda. Våga satsa och få in fler ideella krafter som vill engagera sig.

Hela föreningen drivs av frivilliga krafter:

- Och vi hoppas bli fler. Att träna, och hålla igång mår alla bra av, manar Joy och Linda.

Viktiga händelser under 30 aktiva år:

Måndagen den 11 september 1995 öppnades dörrarna till Hälsomagasinet på Svalegatan 4.

Första året löstes 557 medlemskort. I dag ligger antalet medlemmar på 1400.

I begynnelsen var aerobics väldigt populär. En tillsatt kommitté utarbetade olika pass. Det var bland annat step och dance och alla ledarna gick externa utbildningar. Kommittén jobbade även för att samtliga fick en grundutbildning för den verksamhet som man skulle vara instruktör inom.

Namnet och loggan till Hälsomagasinet kläcktes på ett styrelsemöte. Medlemmen Annelie Jonsson kom med de båda idéerna och som klubbades lite senare på ett medlemsmöte.

Hälsomagasinet utsåg under några år även Årets hälsoprofil. Den förstes prisades var Kerstin André som då var sjukgymnast på företagshälsovården i Svalöv.

Byggnationen av Hälsomagasinet i det gamla Magasinet inleddes 1994 och här installerades en hiss för att personer med funktionsvariationer skulle ha möjlighet att nyttja lokalerna.

Under det första året uppgick medlemsavgiften till 600 kronor för vuxna och 400 för juniorer.