

Gnagis

Nummer 2 - 2010

BLADET



Hejsan!

Oj, oj vad vi har hittat på mycket roligt i år. Vi har bland annat haft världens första Gnagislopp, AIK-dag på Karlberg och i Solnahallen, Gnagisland och summercamp med innebandyn. I detta nummer av Gnagisbladet får du lära känna Karl-Johan Nilsson lite bättre, han är grym i AIK Innebandy dessutom är han lag-

kaptan för innebandylandslaget. Nyss tog han och hela landslaget hem VM-silver för Sverige efter en tuff match mot Finland. Grattis Kalle och hela laget.

Kolla in alla schyssta bilder från Gnagisloppet, tävla om biljetter till en match med AIK Innebandys och mycket mycket mer.

Trevlig läsning och god jul och gott nytt år.

Vi ses på Gnagislandet på Hovet och julgransplundringen i januari.

Vi ses kompis!

JULGRANSPLUNDRING

Det blir en massa skoj som vanligt. Vi börjar kl. 12.00 och håller på till 15.00. Vi ses på Restaurang Råsunda, Parkvägen i Solna.

Håll utkik på hemsidan för mer information gällande aktiviteter och anmälan till plundringen den 30 januari.

GNAGISLAND 23 JANUARI!

**BALLONGER!
GODISREGN!
ANSIKTSMÅLNING!
AUTOGRAFSKRIVNING!**

**GNAGISLANDPORTARNA
ÖPPNAR KL 14, ENTRÉ 16!**

PÅ HOVET!

AIK ISHOCKEY TAR EMOT HV 71
OCH MATCHSTART ÄR KL 16. GRATIS ENTRÉ VID
UPPVISANDE AV MEDLEMSKAP I GNAGISKLUBBEN I ENTRÉ 16.
MEDFÖLJANDE VUXEN BETALAR ENDAST 100 KR FÖR SIN BILJETT (ORDINARIE PRIS 185 KR).

Hösten i Norrtälje

börjar med AIK:s upptaktsläger

Upptaktslägret gick av stapeln i Norrtälje sportcenter. Det var tredje året i rad som hela klubben träffades på orten som lever upp under sommaren. När AIK-ungdomarna invaderar stan vet ortsborna att sommaren lider mot sitt slut och hösten är i antågande.

Traditionen med upptaktsläger för både ungdomar, juniorer och seniorer sträcker sig väldigt långt tillbaka i tiden. Den som skriver dessa rader var med när vi lånade Solna kommuns sommargård Sandvik i Sörmland och tränade i Solbacka och hallar där omkring. Då ingick kräftfiske med efterföljande kräftkalas i rutinerna.

Senare flyttades upptaktslägret till Åland för att nu ha tagit färjan tillbaka till Sverige och Norrtälje. I barackerna i anslutning till sporthallen bor de yngre flick- och pojklagen. De äldre bor på hotell inne i Norrtälje.



AIK HANDBOLL



Lägergeneralen Britt Bergström är väldigt nöjd över den stora uppslutningen bland ungdomslagen.

– För många är detta första gången de sover borta utanför familjen eller slakten, säger hon och enligt hennes erfarenhet brukar det gå alldeles utmärkt. Det ser alla duktiga ledare till.

Föräldrar får komma och hälsa på under lördagen om de vill. Då är det Mixedturnering, där alla spelare oavsett ålder blandas i lagen. Den anordnades i den stora inomhushallen som delades upp på två planer med mål på långsidorna. Lägerdeltagarna delades upp i ett dussin lag. De tolv lagen delades sedan upp i två sexlagsgrupper där alla mötte alla i matcher över sju minuter. Turneringen avslutades med en final mellan de två gruppsegrarna. För många är det Mixedturneringen som blir det verkligt bestående minnet av Upptaktslägret, tänk att vara 7 år och spela handboll med någon som är 20 år eller äldre, det är coolt. De yngre barnen får här sina första AIK handbollsidoler, som man kan morsa på när man möts i Solna hallen.

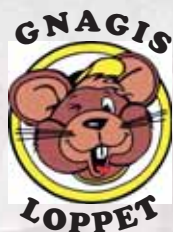
I övrigt tränar lagen flera pass under de tre dagarna som Upptaktslägret pågår, och givetvis är träningen anpassad till de olika åldrarna som är i lagen. När söndag eftermiddagen kommer är det många trötta hjältar och hjältninnor som lämnar Norrtälje men med många glada minnen av hur kul man har det med sitt handbollslag.



Vill du veta mer om oss i AIK Handboll, så titta in på våra olika lags hemsidor som du hittar på www.aik.se/handboll/ungdom. I högermarginalen finns lagsidorna. Är du sugen på att pröva på handboll, kan vår Handbollsskola vara ett bra tillfälle. Vi kör varje lördag i Råsta Parkhallen kl 09.30 till 11.00, kom-i-håg Vattenflaskan!



Text: Anders Lindén. Foto: Anders Henrikson



11 september - Gnagisloppet!

I många år har planerna funnits inom AIK att arrangera ett motionslopp i Solna. För första gången i historien genomförde vi Gnagisloppet. Där var alla som var AIK-are i åldrarna sex till tolv år inbjudna till att springa.

Start och mål för loppet var runt Skytteholm och enbart på parkvägar. Loppet gick av stapeln söndagen den 11 september med olika klasser och distanser. De minsta sprang cirka 1 km och de äldre sprang 1,5 km.

Dogge och Gnagis höll givetvis i uppvärmningen. Vid målgången fick alla barn som deltagit en medalj, frukt, dricka, diplom och en stor godispåse från Karamellkungen!

Tack alla härliga och duktiga löpare för en fantastisk dag!



Uppvärmning

Fartfyllda starter!



Dogge peppade vid starten.



Här gick det undan!



Några passade på att hälsa på Gnagis och Dogge innan loppet.





Duktiga löpare som precis gått i mål.



Näst år är det dags igen för Gnagsloppet! Se till att du får en plats till evenemanget. Mer information om nästa års lopp kommer till våren!



Coola och snygga medaljer!



S
P
U
R
T
!



I målområdet fanns Dogge och grattade och hälsade på de duktiga löparna.



Dogge röjde på den stora scenen efter att ha värmt upp alla barn.



Snygga påsar delades ut vid målgång.



Prisutdelning och intervjuer från den stora scenen.



Foto: anders-h

Ett stort tack till loppets sponsorer!



APROPO
Profflar er framgång med kända varumärken

**KARAMELL
KUNGEN**



INNEBANDY

AIK- dagen och Karl-Johan Nilsson

Den 14 november var det dags för AIK-dagen i Solnahallen. Under dagen hade man möjlighet att följa våra duktiga ungdomslag i massor av matcher! Självklart fanns jag på plats för att heja på våra duktiga spelare.

Dessutom fanns det möjlighet att få autograf av sin favoritspelare i herrlaget. Dagen avslutades med en A-lagsmatch för herrarna då de mötte Sirius.

Kolla in några bilder från dagen här!



Tre glada målgörare.



AIK-killar in action!



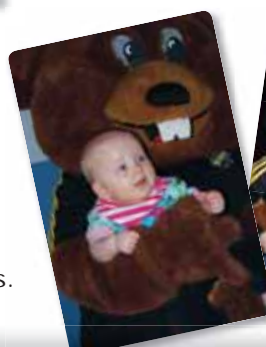
Glada autografjägare



Duktiga innebandykillar.



Foto: jojjesplejs.com



Både små och stora ville hälsa på Gnagis.

Träffa Karl-Johan Nilsson # 16

Under AIK-dagen så fick jag en pratstund med Karl-Johan Nilsson. Hans smeknamn är Kalle eller KJ som en del kallar honom. Kalle är lagkapten i landslaget och har spelat i AIK:s herrlag sedan säsongen 2008/2009 och det gör honom stolt att spela för en så stor klubb med sådan tradition.

Dessutom är det häftigt att spela för en klubb som berör och betyder så mycket för så många, säger Kalle.

Det händer mycket runt Kalle

Fotboll, hockey, handboll, pingis och judo är andra sporter som Kalle har utövat. Anledningen till att han började spela innebandy var att en kompis i hockeylaget spelade och tyckte att Kalle skulle komma och prova även innebandy.

När Kalle inte spelar innebandy själv är han innebandyinstruktör i Solna Gymnasium

och han håller på att ta sin lärarexamen.

Att vara positiv är viktigt

Det bästa med att spela i lagsport är att man får vara en del av ett kollektiv, alla bidrar med något och det är dessutom roligt att träna och spela matcher tillsammans. Hela laget har också ett gemensamt mål, det ger också gemenskap, säger Kalle.

Att vara positiv är något som är väldigt viktigt tycker Kalle. Dessutom är det viktigt att inte tappa glädjen och ta vara på den tid och



Klarar du av att hitta fem fel i bilden nedan och kan svaren på de fem frågorna? Mejla då in dina svar till mig så är du med i utlottningen av signerade bollar och biljetter från AIK Innebandy.

Och du, glöm inte att skriva vilken innebandymatch som du vill gå på. Mejla till gnagisklubben@aik.se senast 31 januari 2011.

Lycka till!

Bilden högst upp är originalbilden. Bilden nerdanför har jag trixat lite med, hittar du de fem saker som jag ändrat?



Tävla och vinn!

Kan du svara på frågorna nedan?
Tips, alla svar hittar du i det här Gnagisbladet.

1. Vilket datum kommer Gnagisloppet att vara nästa år?
2. Vilket nummer har Karl-Johan Nilsson i herrlaget i Innebandy?
3. När är det dags för Gnagisklubbens traditionella julgransplundring?
4. Vilka var det som värmde upp alla barn innan starten av Gnagisloppet i år?
5. Vart har AIK Bandy sin skridsko- och bandyskola?

de möjligheter som man får. Det är Kalles bästa tips till alla unga som vill satsa och vill bli riktigt duktig i någon sport.

Många duktiga idrottare gör alltid samma sak innan de ska in på en match, har du något som du alltid gör innan match?

- Jag gör inget som att sätta på mig vänster sko först och sedan den högra och så vidare. Det viktigaste för mig är att jag får en ordentlig sömn innan matchdag, sedan är jag noga med att äta vid exakt samma tidpunkter, det är min rutin för att det ska kännas bra innan jag kliver in på plan.

Till sist, Kalle är tydligen grym på att laga mat och Fischerström är en de busigaste i laget dessutom sprider han energi och glädje.



Snabba med Kalle

Kalle fick fem frågor där han skulle välja ett alternativ. Kolla hur han svarade och håller du med honom?

Godis

Glass

Sol

Snö

Här kunde han inte välja :-)

SM-guld

VM-guld

TV-spel

Film

Hamburgare

Pizza



AIK BANDY

Häng med du också!

AIK skridsko- och bandyskola är i gång söndagar kl. 10-11 på Bergshamra Arena. Och det är aldrig för sent att hänga med!

På med skridskorna som du har i garderoben sedan tidigare. Här på Bergshamra Arena ligger isen klar och blank. Ja, den bara väntar på dig och dina kompisar.

I år vänder sig skridsko- och bandyskolan till alla flickor och pojkar som är födda år 2002 till 2005.

Här blandar vi skridskoåkning med lek och självklart får du tillfälle att spela bandy. Alla ledare har ett gediget bandykunnande och erfarenhet av att leda barn. Spelare från AIK:s damlag – de regerande svenska mästarerna – gästar träningarna.

Ett roligt minne

Miska Suves ansvarar för bandy- och skridskoskola. Hon är sexfaldig svensk mästare med AIK och har spelat i finska landslaget. Dessutom har Miska varit förbundskapten för Sverige på såväl senior- som juniornivå.

– Jag vill att barnen ska ha roligt på isen och upptäcka hur kul det är med bandy! Dessutom är det både nyttigt och skönt att röra på sig i friska luften. Och det gäller hela familjen!

Hon berättar att ambitionen är att bandy- och skridskoskolan ska locka barn att bli bekväma på isen.

– Givetvis hoppas jag att vi på sikt kan få igång fler ungdomslag både på pojk- och flicksidan. Men antingen man nöjer sig med att bara vara med och lära sig grunderna eller spelar vidare, vill jag att AIK:s bandy- och skridskoskola ska vara ett roligt minne.

Varmt välkomna! Vi kör alla söndagar i januari och februari kl. 10-11 (ej 2/1). Pris för resterande 8 tillfällen är 550 kronor. I det ingår bland annat bandytröja och bandyklubba.

Mer information: www.aik.se/bandy.
Anmälan: bandyskolan@aik.se eller direkt på plats.

Adress:
AIK Gnagisklubben
Solnavägen 45
169 51 Solna
Telefon: 08- 735 96 00
Hemsida: aik.se/gnagisklubben
E-post: gnagisklubben@aik.se

Ansvarig utgivare:
Lars Rekke

Redaktion
Redakör, layout/skribent:
Lena Jansson
Gästskribenter:
Anders Lindén
Miska Suves

Foto:
anders-h
jojjesplejs.com
Johannes Medlock
Lena Jansson

Tryckeri:
Mediagallerian



Albin på hal is tillsammans med Ylva, som är en av flera duktiga - och snälla ledare.