

Träningsboom bäddar för dygnet runt-gym

Intresset för träning är på frammarsch i norra länet. I morgon invigs ett dygnet runt-öppet gym i Fagersta där medlemmarna kan komma och gå som de vill.

FAGERSTA. Mikael Årling kryssar mellan verktyg och målarburkar när FP tittar in hos Work it 24 hour på måndagen, bara en knapp vecka innan invigningen.

–Just nu är det lite stressigt, men vi hinner, säger han.

Stockholmaren Mikael Årling fick upp ögonen för Fagersta av en ren slump. Han var ute och körde bil i Enköping i somras när han såg en vägskylt som pekade mot Fagersta och blev nyfiken. ”Där ska jag bygga”, tänkte han.

När Mikael Årling sedan fick nys om att Factory Outlets gamla lokaler på Västmansvägen stod tomma – då slog han till.

Den senaste månaden har han och ytterligare fyra personer renoverat den 300 kvadratmeter stora lokalen från golv till tak.

WORK IT 24 hour finns sedan tidigare i Enköping, Avesta, Sala och Bålsta. Än så länge är Mikael Årling dock långt ifrån klar, han vill helst se att företaget finns i hela Sverige.

–Träningsintresset bara ökar och ökar. Friskvård är aldrig fel och att ha god fysik är viktigt för alla. Jag tror att tv-program som Biggest Loser och Du är vad du äter bidrar till att folk vill träna. Det finns en stor marknad, säger han och fortsätter:

–Jag bygger en anläggning i Gävle samtidigt som jag bygger här i Fagersta. Det är mycket jobb, jag skulle behöva en helikopter för att kunna åka emellan, säger han och skrattar.

I MORGON SLÅS portarna upp i Fagersta. Därefter får medlemmarna komma som de vill med hjälp av ett passerkort. Gymmet kommer att vara bemannat på vardagarna.

Det finns redan ett stort gym i Fagersta, räcker Fagerstaborna till?

–Ingen aning, det får vi se. Man måste vara lite galen för att ta risken och våga göra en sådan här satsning. Målet är så klart att få verksamheten lönsam, säger han.



ANNA LILJEMALM
anna.liljemalm@ingress.se
■ 0223-466 10



SISTA SPURTEN. I måndags tog Mikael Årling emot samtal från kunder som ville teckna medlemskort samtidigt som han redde ut sladdtrassel och konstaterade att betongen tagit slut. I morgon invigs Fagerstas enda dygnet runt-öppna gym.

FOTO: ANNA LILJEMALM

Allt fler tränar på kvällar och nätter i Norberg



KVÄLLSTRÄNING. Kenneth Ekström passar på att träna på kvällarna.

FOTO: ANNA LILJEMALM

NORBERG. Träningsboomen märks av även i grannkommunen. I Norberg ligger man dessutom steget före. Här finns redan ett dygnet runt-öppet gym som öppnade i januari.

–En del jobbar skift och då är det praktiskt att kunna träna när man vill, säger Tommy Westling.

Till skillnad från Work it 24 hour i Fagersta drivs Norbergsgymmet ideellt. Allt började i en källarlokal i Björkås för två år sedan.

Tommy Westling, Bertil Hult, Lennart Skansfors och ytterligare ett tiotal norbergare bestämde sig för att bilda Norbergs kraftsportsförening och snart blev medlemmarna allt fler.

Till slut växte föreningen ut ur källaren.

–Det blev för taskig luft där nere. Då var det svårt att locka folk, säger Tommy Westling.

–Ja, och man kunde bara träna mellan 07:00 och 22:00 eftersom det bodde folk i lägenheten ovanpå. Då gick det inte att spela hög musik och träna på nätterna, säger Lennart Skansfors.

Lösningen blev en centrumnära lokal som är dubbelt så stor



NORBERGS KRAFTSPORTSFÖRENING, Bertil Hult, Lennart Skansfors och Tommy Westling.

som den gamla. Eftersom det inte finns några lägenheter i närheten förvandlades gymmet till ett dygnet runt-öppet gym i samband med flytten i januari i år.

–Nu droppar det in medlemmar igen, hela tiden. Det är många som uppskattar att man kan träna på sina egna tider, säger Tommy Westling.

DEN SOM BLIR

medlem i föreningen får betala en nyckelavgift. Sedan är det fritt fram att komma och gå som man vill.

–Vi har allt ifrån morgonpigga pensionärer till nattmänniskor som tränar hos oss, säger Bertil Hult.

Majoriteten av de 200 medlemmarna är män, men det håller på att ändras. I dag är mellan 30 och 35 procent kvinnor. Antalet kvinnliga medlemmar ökar i takt med att föreningen köper in löpband och spinningcyklar.

–Det duger inte att bara ha utrustning för dem som gillar att lyfta, säger Lennart Skansfors.

–Och det är det som är den största utmaningen för oss som ideell förening – att förnya vår utrustning. Det går inte att göra allt på en gång.

ANNA LILJEMALM

anna.liljemalm@ingress.se
■ 0223-466 10



TUNGT. Per Nord är en av medlemmarna i Norbergs kraftsportsförening.