



Pressmeddelande den 29 juni 2007

Fullständigt opålitlig och populär träningsform inne på 25:e året

Sommarjympan lever! Precis när man undrat vilka som ska ta över efter de eldsjälar som med dragspel, sång och folkdräkt får oss att hoppa på huk runt midsommarstången så startar Friskis&Sveltis utejympan. Där syns inga problem med återväxten. I sommar kan man träna på 79 orter och välja bland 1 791 pass. Fast man vet aldrig vad som kan hända.

Lena Reisner och Monica Tjörnhagen, ansvariga för utejympan i Stockholm respektive Malmö lyfter fram samma saker. Det är solen, vinden, frihetskänslan, lekfullheten, känslan av folkfest, nästan som en rockkonsert och möjligheterna att kombinera träningen med en picknick, ett skönt bad efteråt och en helkväll med familjen och vännerna som lockar folk till utejympan.

Behöver den mer än någonsin

Anna Iwarsson, generalsekreterare för Friskis&Sveltis menar att utejympan svarar mot ett viktigt behov:

- Vi lever i en hård och snabb värld. På vår utejympan kan man visserligen träna hårt och effektivt, men inramningen är snäll och välkomnande. Det är glädje och samvaro utan krav och över alla åldersgränser, en påminnelse om hur skönt och enkelt livet kan vara, särskilt om sommaren.

Leenden värda många kronor

Friskis&Sveltis Stockholm satsar cirka 250 000 kronor på att bjuda hela Stor-Stockholm på utejympan, varav tre femtedelar går till hyror (bl a av parkerna), transporter, el, podium och reparationer. Och klottersanering av containrar.

Men utejympan är värd alla satsningar och all uppmärksamhet. Om det är Lena Reisner och Monica Tjörnhagen överens.

- På sommarjympan kommer kärnan i Friskis&Sveltis varumärke fram, kombinationen av gedigna kunskaper om hur man bedriver effektiv träning och vår opretentiösa och välkomnande attityd.

Rekord i sommar?

Generalsekreterare Anna Iwarsson har en känsla av att det kommer att bli deltagarrekorde i sommar.

- Det är bara att kolla in våra lokala hemsidor. Sommarjympan finns på 79 orter, där vi totalt kommer att bjuda in till 1 791 utejympapass i sommar. Det är bara att hänga på. Allt du behöver är ett par sjsyssta dojor och en flaska vatten.

Allt kan hända

Också det okontrollerade är en del av tjusningen med utejympan. Det *kommer* att regna. Ljudanläggningen *kommer* att paja. Det *kommer* att stå ett partytält som människor ovetande om utejympan slagit upp precis där jympan ska vara. Hundar *kommer* att skapa oro i leden. Barn *kommer* att gråta.

Kolla hemsidan

Ofta händer det något extra som faktiskt är planerat också. Man lottar ut cykelhjälm, vattenflaskor och t-shirts och bjuder på andra happenings. På varje lokal föreningshemsida kan du läsa mer om specialevenemangen. På friskissveltis.se finner du länkar till alla föreningsidor, samt hela listan på orter som erbjuder utejympan i sommar.

För mer information kontakta Anna Iwarsson på 0704 65 00 59