

Gymnastik för alla



Här visar Visbytruppen upp sitt fristående program under Wisbycupen

Gymnastikförbundet är en av Sveriges största organisationer med 248 000 medlemmar i drygt 1 300 föreningar runt om i landet. På Gotland finns Gymmix, en av Gymnastikförbundets lokala föreningar.

Text & Foto: Jenny Nordenankar
Foto: Yvonne Loob

Anette Bevacqua är "gymnastikmamma", administrativt ansvarig för barn- och ungdomsgrupperna samt även styrelsemedlem.

Gymmix är den enda renodlade gymnastikföreningen på Gotland, med utövare i alla åldrar.

– Vi har tretton barn- och ungdomsgrupper i dag, med cirka 230 barn och ungdomar mellan fyra och 19 år.

– Vi vill visa bredden, hos oss finns deltagare mellan fyra och 87 år – det är nog ganska unikt! säger Anette Bevacqua.



Josefine Mattsson är gymnastikledare och Anette Bevacqua är administrativt ansvarig för barn- och ungdomsgrupperna i gymnastikföreningen Gymmix.

Gymnastik för alla

Runtom i olika gymnasalar i Visby hålls gymnastikpass med varierande inriktning och på olika nivåer. Utöver gymnastikpassen finns även motions-, aerobic-, step up- och gymstickpass.

Barn- och ungdomsgrupperna är fulla, men Anette Bevacqua önskar att fler seniorer skulle börja på gymnastikpassen.

– Vill att alla ska få möjlighet att hålla på med gymnastik, det ska inte ha med plånboken att göra. Ofta har man fler barn och alla barn i en familj ska kunna ha råd att vara med, säger Anette. Den ideella föreningen får ekonomiskt stöd från kommunen och allt eventuellt överskott går tillbaka till verksamheten.

Truppgymnastik

Truppgymnastik är en av aktiviteterna i föreningen och ingår som en

av sju discipliner inom tävlingsgymnastik. Josefine Mattsson, tränare samt styrelseledamot i föreningen Gymmix, beskriver det som att fler gymnastiserar på samma nivå, inom ett lag. Grenarna som ingår i truppgymnastik är plint, trampett, tumbling/matta samt fristående.

Att utöva gymnastik på Gotland har sina begränsningar, bland annat vad gäller utbildade tränare på högre nivå samt tävlingar.

Men målet med Gymmix trupper är inte att nå elitnivå, det viktigaste är att ha roligt. Men att åka på en tävling då och då ser gymnasterna som en höjdpunkt efter idogt tränande. I Gymmix finns fyra trupper som tävlar, nyligen deltog några i tävlingen Vikingacupen i Lidingö. Visbytruppen åkte hem med två brons och ett guld.

På senare år har Gymmix och Gymnastikförbundet Gotland arrangerat Wisbycupen, en gren-

trupptävling där alla åldrar och förmågor ska kunna delta.

Anette berättar att det är en stor tävling, förra året kom runt 500 gymnaster till ön.

Föredömliga ungdomsledare

I föreningen finns även plats för yngre gymnastikutövare: från fyra



Josefine Mattsson och Lovisa Jansson som tar emot en av flickorna i gruppen

år och uppåt finns flera grupper. Ledare rekryteras från de egna leden, de flesta gymnasterna i de äldre grupperna är tränare och ledare för andra grupper.

– Idén med Gymmix är att det ska vara roligt. Våra gympass ska vara så enkla att alla kan vara med och så roliga att alla vill vara med, det är vår vision.

– Det är jättekul för vi har suveräna barn- och ungdomsledare, både utbildningsmässigt och dom har bra hand med barn – väldigt fina föredömen! säger Anette.

Josefine Mattsson berättar om anledningen till att fokus hamnat på truppgymnastik i stället för de individuella disciplinerna:

– Gymnastik har en bredd. Vi vill lägga fokus på gruppgymnastik eftersom alla kan vara med och det är ju Gymmix tanke.

