

ÅTTA HÖJDARE PÅ LÄNGDEN
VI LISTAR SVERIGES HÄRLIGASTE LÄNGDÅKNING

ALL THE WAY

MAGASINET FÖR DIG SOM KÖR SUBARU
#19, OKTOBER 2023



NYA

CROSSTREK

En "Outback junior" som gör entré nästa år!

VASALOPPSVINNAREN
EMIL PERSSON OM
SATSNINGEN SOM
KRÄVS FÖR ATT VINNA

sid 28

FAMILJEN HOLMSTEN
JAGAR LANDETS TOPPAR

sid 16

HIGHPOINTING

sid 26



SUBARU

FORTSÄTT PÅ DEN TRYGGA VÄGEN

Säkerhet skapas inte över en natt. Precis som din Subaru är resultatet av årtionden av forskning och utveckling har Subaru Försäkring utformats under lång tid för att passa din bil. Det gör att du är i tryggt sällskap under varje resa och stunderna däremellan. Med oss får du snabb och smidig hjälp om något skulle hända, och 3 000 kronor i självriskreducering vid vagnskada. Dessutom ser vi till att alla reparationer görs med originaldelar så att din Subaru fortsätter vara lika säker som den är idag. Genom att välja Subaru Försäkring väljer du den trygga vägen.

Lästips!

Magdalena Lindman är forskaren och personen bakom Subaru Försäkring. Du hittar en artikel om hennes viktiga arbete i detta nummer.



Se ditt pris och läs mer om fördelarna på subaruforsakring.se



SUBARU
FÖRSÄKRING

VI KÄNNER OSS SOM VINNARE!

Att vara en vinnare handlar först och främst om känsla. Känslan du får när du når ett uppsatt mål. Oavsett om målet är lätt eller svårt att nå krävs det att du håller fokus. Är ni ett lag eller grupp krävs dessutom att ni hjälps åt för att nå dit.

Årets vinnare i Vasaloppet, Subaruföraren Emil Persson, satte upp ett tufft mål; att bland över 15 000 deltagare från 50 olika nationer korsa mållinjen i Mora först. I detta nummer av All The Way berättar Emil lite om vad som krävs för att lyckas och hur viktiga alla personer runt omkring honom är för att han ska kunna vinna.

Vi på Subaru känner oss också som vinnare!

Ännu en gång vill vi tacka alla er fantastiska Subaruägare som i AutoIndex, Sveriges största och bredaste konsumentundersökning på bilområdet, röstat fram Subaru som det märke med de mest nöjda bilägarna. Detta är ett mål som vi satt upp och hela tiden arbetar för att nå. Precis som det krävs ett starkt lag för att vinna Vasaloppet krävs det också ett starkt lag för att få nöjda bilägare. Från de som utvecklar och bygger bilarna i Japan till de som räcker över nycklarna till en ägare av en ny eller begagnad Subaru och alla servicetekniker som hjälper till att hålla din bil i gott skick eller som reparerar den om olyckan varit framme. Vi arbetar alla mot samma mål – att du ska bli nöjd med din Subaru!

Nu är vintern snart här igen och vad du än planerar så hoppas jag att du når dina mål och kan känna dig som en vinnare. För det är en härlig känsla!

Christer Blomdell
Verkställande direktör
SUBARU Nordic AB



4 MÖT NYA SUBARU CROSSTREK
SOM HAR PREMIÄR I VINTER



28 OUTBACK MÖJLIGGÖR EN AKTIV
LIVSSTIL FÖR EMIL PERSSON



44 SJÖRÄDDARE HAR 15 MIN INSTÄLLESETID
-VI SLÄPPER I PRINCIP ALLT VI HAR I HÄNDERNA

INNEHÅLL

NYA CROSSTREK	4
FORSKNING GER OSS SÄKRARE VÄGAR	12
ELBILSRESAN	14
JAKTEN PÅ LANDETS HÖGSTA TOPPAR	16
Highpointing	26
INTERVJU MED VASALOPPSVINNAREN OCH SUBARUFÖRAREN EMIL PERSSON	28
SUBARU TOPPAR AUTOINDEX IGEN	33
ÅTTA HÖJDARE PÅ LÄNGDEN	34
SÅ ARBETAR FRIVILLIGA SJÖRÄDDARE PÅ MUNSÖ/EKERÖ	44
Årets insamling till sjöräddningen	49
NYHETER I VÅRT NÄTVERK	50

Ansvarig utgivare: Christer Blomdell. Projektledare: Emma Måhlgrén.
All The Way är en kundtidning för Subaru-ägare.
Tidningen ges ut en gång per år av: SUBARU Nordic AB, Box 21041, 200 21 Malmö.
Subaru reserverar sig för eventuella ändringar, tryckfel, felaktigheter och prisändringar



SubaruSverige



NYA SUBARU CROSSTREK – en "Outback junior"

CROSSTREK. NAMNET ÄR EN BLANDNING AV ORDEN
"CROSSOVER" OCH "TREKKING". DET HANDLAR OM ATT VARA
FRI ATT ÅKA VAR SOM HELST – UTAN ATT BEHÖVA VÄLJA.

TEXT: JOAKIM LÖWING FOTO: MAX SJÖGREN



Likheterna mellan nya Crosstrek och Outback är många men en väsentlig skillnad – storleken. Outback är en storsäljare av många anledningar, bl a den tysta kupén, fyrhjulsdriften, komforten och säkerheten. Nu erbjuder Crosstrek allt detta men i en mindre storlek.

Den skarpa och dynamiska designen med en kraftfull framsida och överhängande stänkskärmar är något som verkligen sticker ut och höjer intrycket lite extra. Crosstrek är utrustad med Subarus allra senaste säkerhetssystem som ger sinnesfrid oavsett väder och väglag.

Invändigt kommer du att upptäcka en plats där både du som förare och dina passagerare kan dela en trevlig och tillfredställande resa tillsammans – på korta, såväl som långa körningar. Med extra ljudisolering har väg- och motorljud minimerats.

Framstolarna – baserat på den senaste medicinska forskningen om källor till obehag för människokroppen vid färd – är designade för att stabilt stödja bäckenet med utmärkt komfort under acceleration, kurvtagning och på ojämna vägar.

Crosstreks kraftfulla framsida och överhängande stänkskärmar höjer intrycket lite extra.



Hög markfrigång gör att du enkelt tar dig fram, och det gör dessutom att bilen är lätt att kliva i och ur.

Minskade utsläpp, piggare bil och 10 års vägassistans. **Allt i en flaska.**



Vår nya helsyntetiska motorolja är utvecklad speciellt för Subaru. Den har marknadens högsta bränslesparegensaper och minskar bilens utsläpp av klimatdrivande gaser. Dessutom förebygger den problem och håller motorn pigg och fräsch. Det gör att vi kan lova fri vägassistans i tio år med obegränsad körsträcka för Subaru-bilar som servats med vår olja*.

Serva din Subaru på en auktoriserad Subaru-verkstad så kan du vara säker på att alltid få vår högkvalitativa olja i motorn. Din bil kommer att tacka dig.



*För att omfattas av detta mervärde måste bilen ha lägst halvförsäkring och servats på auktoriserad Subaruverkstad med vår motorolja för Subaru enligt serviceintervallet var 12:e månad eller var 1 500:e mil, vilket som infaller först. Bilen får vara max tio år gammal med obegränsad körsträcka. Under de första tre åren omfattas alla Subaru-bilar av nybilsgaranti med vägassistans. Detta mervärde förlänger vägassistansen med ytterligare sju år.

SKILLNADEN MELLAN DRÖM OCH VERKLIGHET ÄR EN BRA FINANSIERINGSLÖSNING!



Det finns många anledningar till varför det är mer fördelaktigt med en bilfinansiering via ett finansbolag, jämfört med att till exempel ta ett vanligt banklån eller använda sparade pengar.

Genom oss kan du välja olika typer av finansiering beroende på om du skall köpa eller hyra din Subaru. Dessutom ser vi till att finansieringen anpassas efter dina förutsättningar och till en månadskostnad du klarar. Du betalar av per månad och har möjlighet att komplettera med ett flertal tilläggstjänster som till exempel 3 månaders fritt låneskydd. Allt samlat på en månadsfaktura där du får en tydlig överblick.

Vill du veta mer? besök subaru.se eller kontakta din Subaruåterförsäljare.



Ett kort för alla dina köp. Dessutom delbetalning utan ränta hos Subaru. Skaffa kortet redan idag!

- Dela upp din service utan ränta i 4 månader
- 0 kr i årsavgift
- Tanka med rabatt
- Bra försäkringar

Skaffa kortet här →



*Vid 4 mån räntefri delbetalning, eff. ränta 2,42%. Vid delbetalning lägst 5%/mån: månadsränta f.n. 1,54% (årsränta: 18,50%) och adm. avg. 25 kr per avi, eff. ränta 24,4% vid kredit på 20.000 kr (augusti 2023). Villkor: subarukortet.se/villkor/



Rymligt baksäte med gott om plats för alla passagerare. Baksätet är delbart 60/40.



Bra laddningsmöjligheter i mittkonsolen.

Även säkerheten ligger i topp. En extra krockkudde mellan framsätena ser till att förare och passagerare inte stöter ihop i händelse av en olycka.

Crosstrek har den allra senaste generationen av säkerhetssystemet EyeSight. Stereokamerorna har kompletterats med en vidvinkelkamera vilket ger avsevärt förbättrar möjligheten att upptäcka faror tidigare, speciellt då många element är i rörelse samtidigt t ex i en korsning med bilar, cyklister och fotgängare.

I Crosstrek är det enkelt och smidigt för dig att ta med dig bekvämligheterna i ditt dagliga liv. De senaste åren har användningen av smartphones och surfplattor blivit en del av vardagen. Infotainmentsystemet förväntas ge samma bekvämlighet. För att leva upp till detta har den senaste avancerade utrustningen tagits fram. Systemet har en stor 11,6 tum display, med

Infotainment-systemet har en stor 11,6 tum display, med snabb respons.

snabb respons. Genom att ansluta en smart-phone kan du enkelt använda apparna i din telefon, antingen trådlöst via Apple Carplay och via Android Auto.

Med Crosstrek är det bara att lasta din utrustning och njuta av alla dina fritidsaktiviteter. Ryggstödet i baksätet fälls helt eller 60/40. I bagageutrymmet finns lastöglor på båda sidor för att säkra last och krokar för att hänga upp småsaker.

Crosstrek erbjuds med antingen 17- eller 18-tumsfälgar beroende på vilken utrustningsnivå du önskar. Båda storlekarna har en design som förstärker bilens attityd och tilltänkta användningsområde.

För att förstärka bilens attityd ytterligare har Crosstrek riktiga takrails, både för att underlätta montering av tillbehör och för att förstärka arvet från Outback.

Precis som övriga Subaru-modeller kommer även Crosstrek att erbjudas med XFuel som gör att du kan köra på valfri blandning av bensin och etanol, vilket sänker din årsskatt avsevärt.

När vi närmar oss premiären i vinter kommer vi publicera fler detaljer och specifikationer på vår hemsida. ■



18-tumsfälgarna med den tjocka ekerdesignen är bara en av många detaljer som skapar ett roligt och sportigt utseende.



Strålkastarspoling, en viktig säkerhetsdetalj. Skillnaden på ljusflödet från smutsiga jämfört med rena strålkastare är stor.



Den funktionella reptåligen strukturen med bergskedje-motiv återkommer även i dörrtrösklarna.



Takrailsen förstärker bilens attityd.

KUMHO TIRE

All-Ways, Go With you



WINTERCRAFT
ice wi32

WINTERCRAFT
ice wi51

Kör säkert Kör Kumho

Förbättrad våtinbromsning
Bra prestanda på is och snö
Låg ljudnivå och hög komfort

Interwheel
Wheels and tires B2B platform
www.interwheel.se

FORSKNINGEN GER OSS SÄKRARE VÄGAR

HUR KAN OMKÖRNINGAR AV CYKLISTER PÅ LANDSVÄGAR BLI SÄKRARE? VAD ÄR EGENTLIGEN DEN STÖRSTA TRAFIKFARAN RUNT SVENSKA SKOLOR? FORSKNINGEN GER OSS SVAR SOM ANVÄNDS FÖR ATT UTVECKLA EN SÄKRARE TRAFIKMILJÖ. HÄR BERÄTTAR MAGDALENA LINDMAN, FORSKARE PÅ IF, OM SITT VIKTIGA ARBETE.

Magdalena Lindman är forskningsledare på If som står bakom Subaru Försäkring. Hennes arbete går ut på att analysera trafikolyckor och ta fram data som kan användas för att utveckla en säkrare trafikmiljö. För henne handlar trafiksäkerhet inte bara om tekniska aspekter som hastigheter och vägar, det handlar framför allt om människorna bakom ratten och deras beteende i trafiken.

– Vi måste ha kunskap om människor, både fysiskt och psykologiskt. Det är en kombination av båda som ingår i analysen av trafikdata, förklarar hon.

Forskningen är grunden

Enligt Magdalena är den stora styrkan med att jobba på ett försäkringbolag att hon har tillgång till otroligt mycket data. Detaljerade uppgifter om bland annat fordon- och personskador som uppkommer i samband med trafikolyckor. Genom att samla in och analysera data kan Magdalena och hennes forskarteam driva fram nya innovationer. Deras arbete är en viktig pusselbit i utvecklingen och testningen av nya bilar.

– Vårt arbete utgör grunden för att utveckla bilsäkerhet. Det är där allt börjar: kunskapen om vad människor verkligen behöver för att bli säkrare i trafiken. Vi kartlägger vad som händer i verkliga situationer, berättar hon.

Många år i branschen

Magdalena har jobbat i branschen i 24 år. Hennes forskning ligger bakom flera av de säkerhetslösningar som har tagits fram i svensk bilindustri. Den har bland annat bidragit till utvecklingen av olika testmetoder för personbilar i Euro NCAP, en europeisk organisation som testar nya bilar säkerhet.

Osäkra omkörningar

Just nu arbetar Magdalena med ett projekt som fokuserar på landsvägskörning. Där visare en studie att mer än hälften av alla bilister har gjort osäkra omkörningar av cyklister på landsvägar. Något som hör ihop med en otidlig lagstiftning. Enligt Trafikförordningen ska omkörningen ske med ”betryggande avstånd”.

– Just här finns det en lucka i lagstiftningen, ett glapp som skapar osäkerhet. Vi behöver se till att både cyklister och bilister är överens om hur en säker omkörning ska gå till. Med hjälp av förarsupportsystem kan man guida föraren till omkörningar som känns trygga för alla. Kanske får vi se sådana system i framtiden, hoppas Magdalena.

Största trafikfaran kring skolor

En annan studie som nyligen gjorts handlar om trafiksäkerheten kring skolor. Den visar att hälften av alla rektorer anser att föräldrar som lämnar sina

MAGDALENAS TRE SÄKERHETSTIPS:

1.

Se till att du sitter rätt och bekvämt i stolen – diagonalbältet över axeln och höftbältet på höften.

2.

Barn upp till fyra år ska sitta bakåtvänt. Större barn, upp till 12 år ska sitta på kudde.

3.

En bra funktion som finns i nya bilar är SOS Alarm. Läs på så att du är förberedd om du skulle behöva komma i kontakt med räddningstjänsten.

barn med bil är den största trafikfaran för eleverna. Dessutom upplever var tredje rektor att föräldrarna inte följer trafikreglerna runt skolan. Detta skapar oro, både hos föräldrar och rektorer.

– Här är det jätteviktigt att alla vuxna som rör sig runt skolor, även de som hämtar och lämnar sina barn, tänker på hur de beter sig i trafiken. Om vi skulle välja *en* typ av trafikmiljö att värna lite extra om, visst skulle det väl vara runt skolorna där våra barn rör sig, säger hon.

Nära samarbete med bilindustrin

Magdalena och hennes kollegor utvecklar inte själva några system, men deras kunskap ligger till grund för andra som gör det. De jobbar nära myndigheter och industrier och ser till att de som bygger trafiksäkerhetssystemen har den bästa informationen.

Bra innovationer tar tid

Subaru har jobbat aktivt med säkerhet ända sedan starten. Genom att utveckla världens säkraste bilar vill man inte bara skydda dem som sitter i bilarna, utan även alla andra som rör sig i trafiken. Under de senaste 30 åren har Subarus tekniker arbetat med att ta fram det förarassistanssystem som idag är standard i alla Subarubilar – EyeSight.

EyeSight bidrar till färre olyckor

EyeSight lanserades 2008 och satte en helt ny standard för trafiksäkerhet och förarassistanssystem. Flera studier visar att EyeSight har förhindrat många olyckor under åren. Magdalena fyller i:

– Det ser vi tydligt i färska rapporter från USA. Man konstaterar till exempel att tidiga versioner av Subarus EyeSight-system förhindrade

Kort om Euro NCAP

Euro NCAP är ett trafiksäkerhets-samarbete mellan europeiska länder, biltillverkare och organisationer. De utför krocktester för att bedöma hur väl bilar skyddar förare, passagerare och fotgängare. Betyg ges i form av stjärnor (1-5) baserat på prestanda i olika kategorier. Syftet är att skapa en säkrare trafikmiljö.

Subaru fick toppbetyg

Subaru Outback tilldelades högsta betyg – fem stjärnor – i Euro NCAP:s säkerhetstest 2021.

Senaste generationen EyeSight fick den högsta poäng som hittills tilldelats ett förarassistanssystem. ■

nästan 30 procent av bil-cyklist-olyckor där bilen och cyklisten färdas i samma körriktning. Fantastiskt fina resultat.

Hur ser vägen framåt ut?

Ett långsiktigt mål för hela branschen är att få bilarna att köra och hantera alla situationer på egen hand.

– Men trafiken är komplex, så det kommer ta tid att nå dit, säger Magdalena.

Under tiden får vi ta hjälp av förarstödsystemen. Magdalena understryker att vi inte ska glömma bort att dessa system är just hjälpmedel:

– Med till exempel autobroms får du ett verktyg som hjälper dig att reagera, men det är du som förare som har det yttersta ansvaret.

Inga fler trafikolyckor

På tal om långsiktiga mål säger Magdalena att hon hoppas på att hennes forskning ska leda till en framtid där ingen människa skadas i trafiken.

– Mitt mål är definitivt att mitt jobb ska vara överflödigt. Helt klart. Det är dit man vill komma – att inga fler trafikolyckor kan hända, avslutar hon. ■

ÅR 2030 SKA 50 % AV SUBARUS MODELLER VARA ELBILAR



EFTER SUBARUS FÖRSTA ELBIL, SOLTERRA, PLANERAS NU YTTERLIGARE TRE ELBILAR ATT LANSERAS UNDER DE NÄRMSTA TRE ÅREN. MÅLET ÄR ATT HÄLFTEN AV FÖRSÄLJNINGEN SKA VARA ELDRIVEN ÅR 2030.

TEXT: JOAKIM LÖWING

Under 2022 var det premiär för Subaru Solterra – med fyrhjulsdrift, världsledande säkerhet och osannolikt hög utrustningsnivå redan i sitt grundutförande. Detta gjorde den oerhört lik övriga Subaru-modeller med en viktig skillnad – den drivs på el.

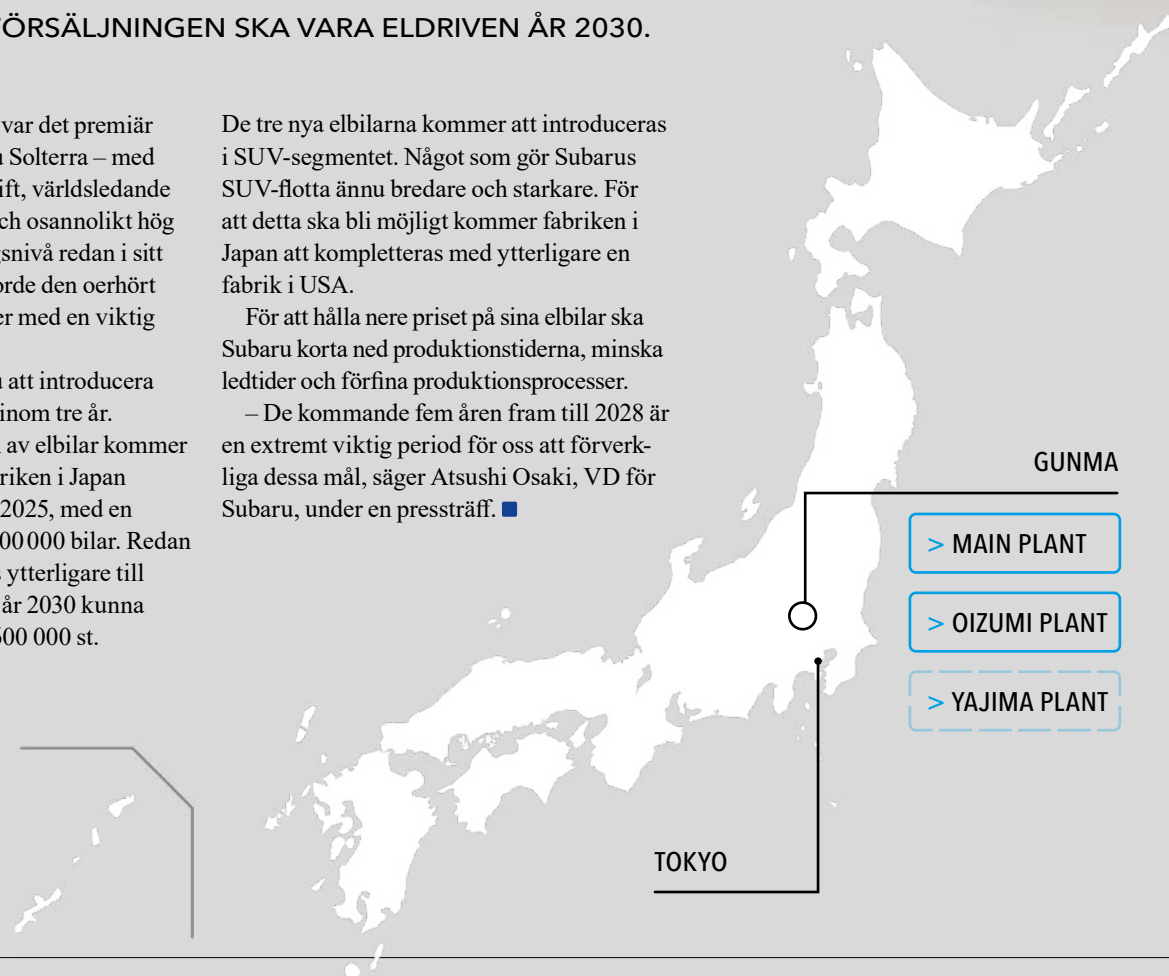
Och nu planerar Subaru att introducera ytterligare tre nya elbilar, inom tre år.

Den egna produktionen av elbilar kommer att ske vid nya Yajima-fabriken i Japan och är beräknad att starta 2025, med en produktionskapacitet på 100 000 bilar. Redan 2026 ska kapaciteten ökas ytterligare till 200 000 bilar. Målet är att år 2030 kunna sälja 50 % elbilar, dvs ca 600 000 st.

De tre nya elbilarna kommer att introduceras i SUV-segmentet. Något som gör Subarus SUV-flotta ännu bredare och starkare. För att detta ska bli möjligt kommer fabriken i Japan att kompletteras med ytterligare en fabrik i USA.

För att hålla nere priset på sina elbilar ska Subaru korta ned produktionstiderna, minska ledtider och förfinas produktionsprocesser.

– De kommande fem åren fram till 2028 är en extremt viktig period för oss att förverkliga dessa mål, säger Atsushi Osaki, VD för Subaru, under en pressträff. ■



SÅ HÄR UPPDATERAS SOLTERRA MY23 TILL MY24:

- 3-fas 11kW ombordladdare.
- Uppgraderad Subaru Safety Sense med fler funktioner. Subaru Safety Sense tar hand om sin förare och alla som befinner sig i och utanför bilen. Genom övervakning kan systemet upptäcka om föraren brister i uppmärksamhet eller plötsligt blir oförmögen att fortsätta köra. Skulle det ske försöker systemet att få föraren uppmärksam genom att visuellt och med ljud avge signal för ändrat beteende.
- Ratt med platt ovansida för bättre synbarhet av instrument.
- 8-vägs eljusterbar stol på passagerarsidan.
- Högvoltsbatteriet får uppgradering av värmare från 550 W till 3,5 kW för snabbare laddning i låga temperaturer.
- Största skillnaden för kunder kommer att ske i form av 3-fasladdning och snabbare uppvärmning av batteri.

KAMPANJ

KÖP & FÅ JUBILEUMSKLOCKA 50 ÅR AWD



Handla för minst 800 kr och få Jubileumsklocka 50 År AWD på köpet.

Lägg klockan i din varukorg och ange koden **FORFREE#** när du checkar ut din varukorg för att få tillgång till erbjudandet.



Vi reserverar oss för slutförsäljning.

Beställ hos
SUBARUSHOP.SE

Jakten på de högsta topparna

SUSANNA OCH ANDERS HOLMSTEN JAGAR
LANDETS HÖGSTA TOPPAR

- VI HAR SNART BESÖKT DEN HÖGSTA TOPPEN
I ALLA SVERIGES 290 KOMMUNER, BERÄTTAR
SUSANNA HOLMSTEN SOM TILLSAMMANS
MED MAKEN ANDERS OCH HUNDEN FALOO
BARA HAR TOLV TOPPAR KVAR.

TEXT: NIKLAS KÄMPARGÅRD
FOTO: FAM HOLMSTEN & NIKLAS KÄMPARGÅRD



Det kanske låter enkelt att besöka den högsta toppen i alla kommuner, åtminstone för den som bor i de södra- eller mellersta delarna av landet där kommunerna ligger tätt och topparna sällan bjuder på några imponerande höjder. Men när man förstår hur avlägset vissa toppar ligger och hur långt det kan vara att gå från närmsta farbara väg så inser man att det är svårare än vad man kan tro. Att bara hitta den högsta punkten i respektive kommun har visat sig vara en utmaning. Vid flera tillfällen har de fått felaktiga uppgifter av kommunala GIS-ingenjörer (geografiska informationssystem) och på andra håll har det varit svårt att nå toppen då den är lokaliserad på ett militärt skyddsobjekt. Anders har till och med kontaktat Försvarsmakten och bett om undantag, berättat om projektet med kommun-topparna och hoppats på en välvilja, men mötts av avslag. Med dagens omvärldsläge är det helt uppenbart fel tid att be myndigheten sänka garden och bjussa på ett nöjesbesök.

Friluftsförmedlingen, geocaching och utmanande målbilder

Trots att både Susanna och Anders varit friluftsvana ända sedan barnsben var det först med egna barn som skogsturena återupptogs. Först som ledare inom Friluftsförmedlingen och sedan med egna äventyr. Anders minns hur en främjarkollega spände upp en tarp och la sig på ett liggunderlag under för att sova. Svårare än så behöver inte friluftslivet vara. Varken utrustningskrävande, svårt eller särskilt dyrt. Fascinationen för att hitta rätt, planera en kommande utflykt och ta sig ända fram till en avlägsen eller svårfunnen plats är något som underhåller både Anders och Susanna. Dessutom trivs de i varan-



FAKTA:

Susanna och Anders Holmsten. Hunden Faloo och två utflugna barn.

BOR: I en liten by utanför Åtvidaberg i Östergötland.

GÖR: Susanna studerar till landskapsvetare och Anders jobbar som programmerare.

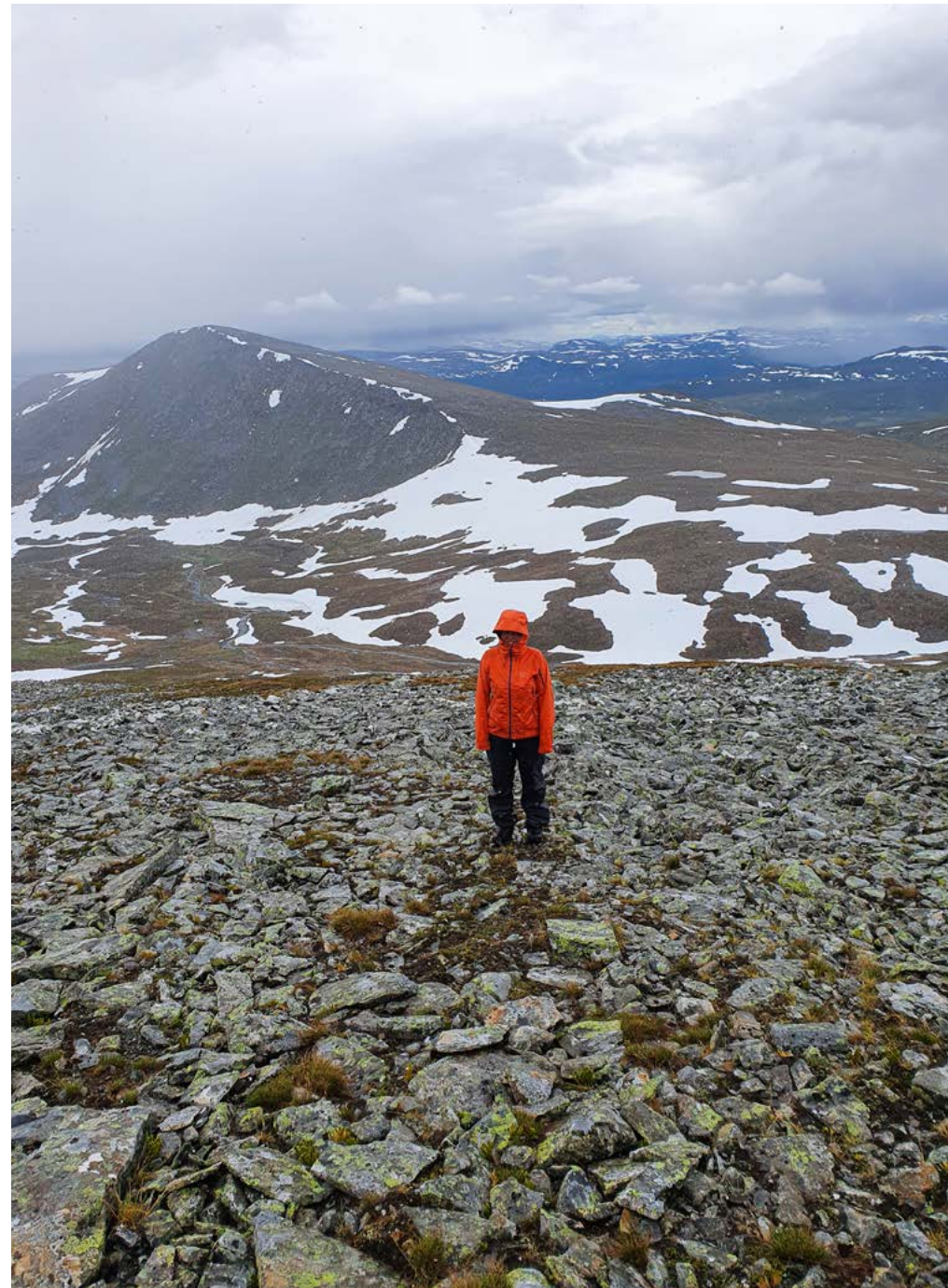
KÖR: Subaru Outback 2018.

LÄS MER: Följ gärna @famholmsten på Instagram eller läs om deras strapatser på <https://famholmsten.se>



dras sällskap och uppskattar gemensamma projekt. Efter att Susanna läst en artikel om geocaching, en slags digital skattjakt där man med hjälp av GPS-positioner letar efter gömda skatter i natur- eller stadsmiljöer gjorde de ett första trevande försök med barnen alldeles utanför radhuset och blev alldeles sålda. Båda köpte nya mobiltelefoner, på den tiden var det ovanligt med smartphones vilket krävdes för att kunna använda appen och leta efter gömda skatter.

Snart geocachade familjen så fort det fanns en ledig stund över och allt oftare



DOROTEA, JIENGEJEHTSEME (1 477 m) kallas även för Jengen eller Jen Jen

Ett två dagars familjeäventyr med relativt utmanande terräng som bjuder på branta stigar. Från toppen ser man både Marsfjället och en bra bit in i Norge. På topptursdagen hade Anders och Susanna laddat upp med ryggsäcken full av godis, lunch och bra att ha saker, allt för att göra turen så njutbar som möjligt. De tog lunch i en raststuga och njöt av solen samtidigt som de åt sin medhavda lunch. Därefter förändrades vädret drastiskt och bjöd på regn, snö, hagel och ömsom tjock dimma. Först på toppen klarnade det en aning och de kunde njuta av en fantastisk utsikt på 1 477 meters höjd, Ett riktigt minnesvärt och tufft familjeäventyr.





FALUN, SPJÄRSHÄLLEN (506 möh)

Ett krispigt vinteräventyr med snöskor. Vintern hindrar inte familjen Holmsten från att besöka nya höjder, snarare tvärtom. Ibland får de vända, oftast på grund av oplogade vägar och djup snö, men i de flesta fall kommer de fram till startpunkten med bilen. Spjärshällen, som egentligen består av två olika toppar, där den östra är högst bjöd på betydligt mer utmaningar än vad familjen trott. De gick fel med snöskorna, försökte sig på en genväg, men

sjönk ner till midjan i snön trots att de hade snöskor på sig och fick vända tillbaka till bilen. Tillbaka på startpunkten hittade den en skoterled som gick rakt upp mot toppen. De följde leden (betydligt enklare än att pulsa i den djupa snön) och kom fram till ett vindskydd och ett utsiktstorn. De lagade mat i vindskyddet och övernattade sedan på toppen i eget tält.

– Jag minns att det var så oerhört mysigt att krypa ner i sovsäcken när temperaturen gick ner mot 15 minusgrader efter att ha njutit av den stjärnklara krispiga vinterkylan, säger Anders. Ett fint minne från en härlig Highpointing-tur.



deltog de i olika statistikutmaningar som är vanliga inom geocachingvärlden. Exempelvis att ta en cache om dagen så nära bostaden som möjligt, att maxa antalet skatter på en och samma dag eller att ta den högsta och den lägsta cachen inom ett särskilt område på kortast tid.

På nyårsafton 2018 (då det snart skulle bli 2019) satt familjen runt middagsbordet och funderade på ett nytt projekt. De hade precis avslutat sitt senaste geocaching-projekt, att ta minst en geocache i Sveriges alla kommuner och började känna sig mätta på kravet att leta efter gömda skatter. De behövde helt enkelt en ny långsiktig friluftslivshobby. Plötsligt dök det upp en idé om att se mer av Sverige och besöka den högsta punkten i respektive landskap, men ju mer Susanna och Anders planerade desto mindre sugna blev de på att prova. I stället utvecklade de utmaningen och växlade upp från 25 landskaps-toppar till 290 kommunala toppar. Ett nytt projekt var skapat, tillräckligt stort för att vara i flera år.

– Vi gillar helt enkelt att upptäcka Sverige, men behöver ett tydligt långsiktigt mål som vi kan

nokian
TYRESBORN IN FINLAND
1934
WINTER TIRE INVENTORFÖDD FÖR
VINTERNLEDANDE
ENERGIEFFEKTIVITET
MED KLASSENS
BÄSTA DUBBFRIA
ISGREPPNÄSTA GENERATION
DOUBLE STUD-
TEKNOLOGI FÖR
UTMÄRKT GREPP
OCH KÖRKOMFORTHAKKAPELIITTA® R5
REN
SÄKERHETHAKKAPELIITTA® 10
NÄSTA GENERATIONS
SÄKERHET

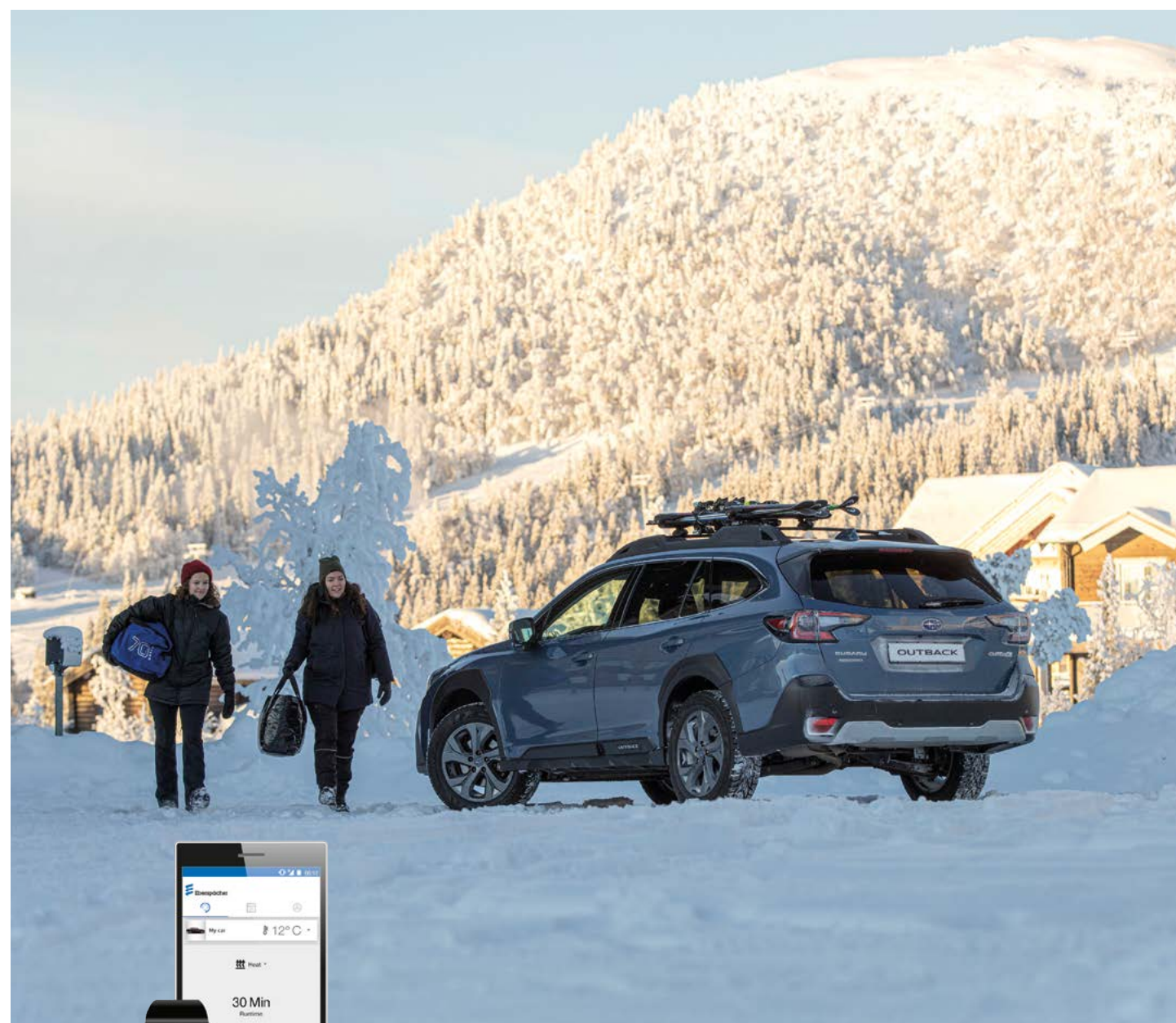
Nokian Tyres uppfann världens första vinterdäck för den tuffa nordiska vintern. Än idag fortsätter vi göra de bästa vinterdäcken för alla typer av väder, med mer än 100 patenterade innovationer för vinterdäck och kontinuerlig utveckling för att du ska slippa överraskningar på vägen. Njut av pålitligt grepp från uppfinnaren av vinterdäcket.

NOKIANTYRES.SE

Se nokiantyres.se/innovativt-arbete/testframgangar/

A WORLD OF COMFORT

 Eberspächer



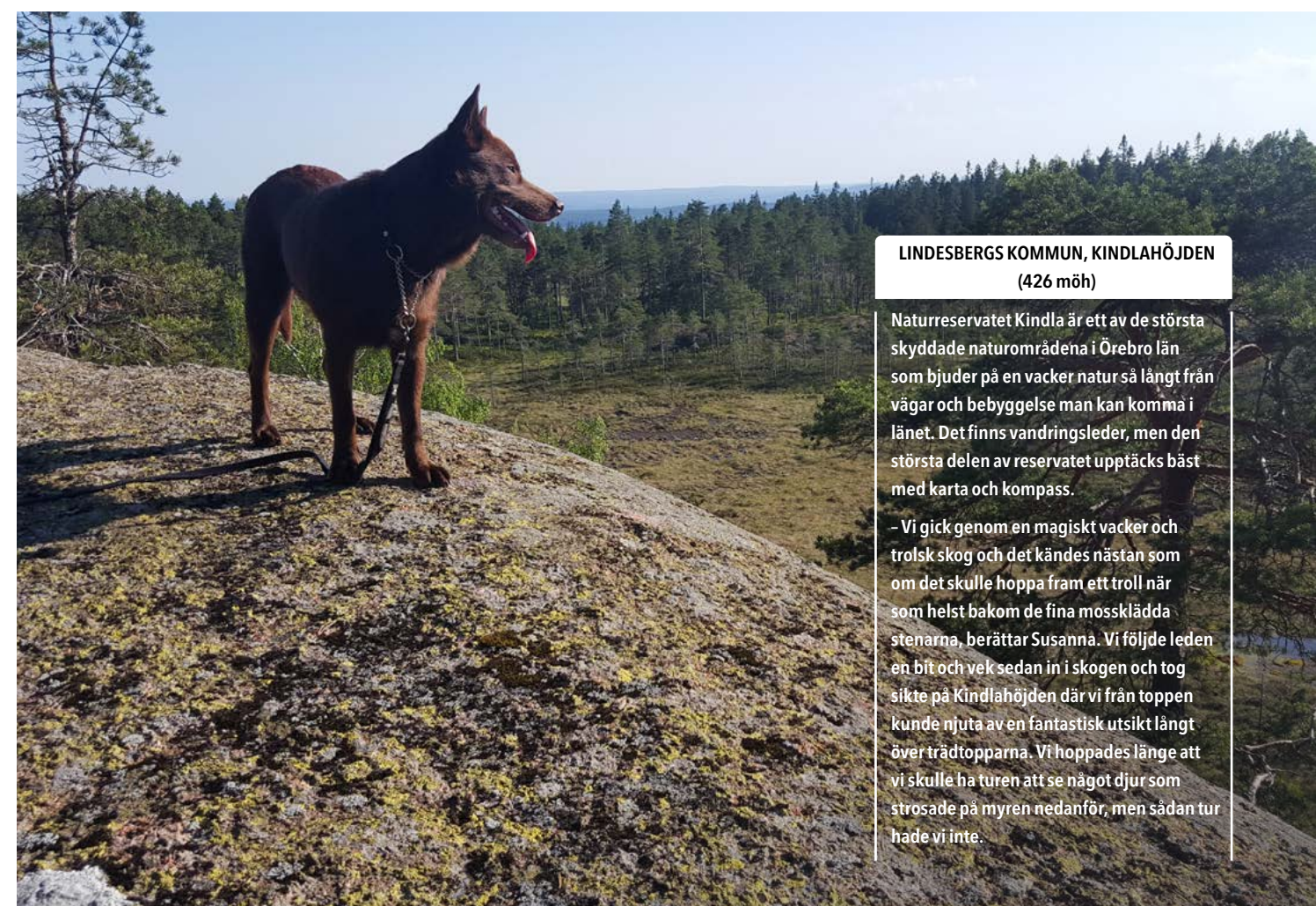
HÄRLIG KÄNSLA REDAN FRÅN START

Med en parkeringsvärmare från Eberspächer får du en förvärmd och säker bil med isfria rutor. Den drivs av bilens eget bränsle och fungerar utan tillgång till eluttag. Med kontrollenheten EasyStart Web, kan värmesystemet styras från vilket avstånd som helst via din smartphone, smartwatch, surfplatta eller dator.

| EBERSPAECHER.SE



UPPTÄCK | LANDETS HÖGSTA TOPPAR



LINDESBERGS KOMMUN, KINDLAHÖJDEN (426 möh)

Naturreseptat Kindla är ett av de största skyddade naturområdena i Örebro län som bjuder på en vacker natur så långt från vägar och bebyggelse man kan komma i länet. Det finns vandringsleder, men den största delen av reservatet upptäcks bäst med karta och kompass.

– Vi gick genom en magiskt vacker och trolsk skog och det kändes nästan som om det skulle hoppa fram ett troll när som helst bakom de fina mosklädda stenarna, berättar Susanna. Vi följde leden en bit och vek sedan in i skogen och tog sikte på Kindlahöjden där vi från toppen kunde njuta av en fantastisk utsikt långt över trädkronorna. Vi hoppades länge att vi skulle ha turen att se något djur som strosade på myren nedanför, men sådan tur hade vi inte.

sträva mot. Vissa toppar har varit enkla att nå, medan andra varit betydligt svårare, säger Susanna och beskriver ett av de sista topptursförsöken (Highpointing) i Arjeplog-sfjällen då de fick vandra i sex dagar och lika länge tillbaka för att ens nå den högsta punkten på den svenska sidan. Sulitelmafjällets högsta topp, Suliskongen (1909 möh) ligger i Norge.

Tolv toppar återstår

När den här texten skrivs har familjen Holmsten tolv toppar kvar att besöka. Och det är inte enkla fjälltoppar direkt utan höjder i de allra största kommunerna längst norrut. Och så Gotland förstås. Än kvarstår toppar i Kiruna, Gällivare, Jokkmokk, Sorsele och Lycksele och även om kommunerna gränsar till varandra så kan det vara rejält

långt mellan topparna. Så långt att inte ens semesterdagarna räcker till. I princip alla toppar nås med bil, eller rättare sagt startpunkten för vandringarna, vilket innebär att de åker i runda slag 3 000-4 000 mil om året, alltid i en Subaru Outback från 2018 med rejäla året runt däck som innebär god framkomlighet året om.

– Vi åker rätt ofta på dåliga vägar där det krävs både fyrhjulsdraft och bra markfrigång. Efter att ha kört punktering flera gånger tröttnade vi på dåliga däck och skaffade riktiga monsterdäck som är förstärkta både undertill och långt upp på sidorna, berättar Anders som avskyr att byta däck. Med hjälp av grovmönstrade däck från BF Goodrich tar familjen sig fram oavsett underlag. Efter att ha besökt en äventyrs-mässa för overlandfordon fick Anders lust



att prova bilens terränegenskaper på riktigt och än har Subarun aldrig svikit. Visst har de behövt vända ibland, då snön legat alldeles för djup eller då vägen inte längre existerar, men punkteringarna är borta och familjen slipper att oro sig för att inte komma fram.

Taktält på bilen

Eftersom många av topparna ligger avlägset långt från närmaste samhälle behöver de nästan alltid kombinera toppturförsöken med tältnätter och vandringsskridskor. Klassiska fjälltält är en sak, men för att göra tältandet smidigt också under resdagarna har de valt att skaffa ett taktält som innebär att de kan sova på bilens tak. Smidigt och betydligt mer bekvämt än ett vanligt fjälltält samtidigt som det alltid sitter monterat på bilen och snabbt kan förvandla Subarun till en enkel husbil. Med extra varma sovsäckar kan man dessutom använda tältet på vintern, också när det är rejält kallt utomhus. Att bo på hotell är liksom inte Susannas typ av resande även om Anders gärna tar en hotellnatt då och då.

– Vi gör nästan alla våra äventyr tillsammans, men Susanna är nog den av oss som kräver minst lyx



ÖCKERÖ KOMMUN, BJÖRKÖ (54 möh)

Toppen på Röseberget är en riktig pärla för de bofasta på Björkö, men betydligt mer okänd för besökare utifrån. Susanna berättar: Stigen ledde oss genom tät träskliknande natur och förbi ängsmarker, vissa delar med mycket sten och andra med lerigt underlag. Strax innan toppen hoppades vi på fin utsikt och blev inte besvikna. En otroligt vacker plats med utsikt över Hönö, Hälsö och Källö-Knippla. Även en huggorm gillade utsikten och låg och solade på toppen.



Viklight YMER Ledramp

- Lyser 501m
- Heltäckande lins för att slippa lacksläpp
- Endast 38mm hög
- Mörk optik ger diskret montering



för att ta del av fantastiska naturupplevelser, säger Anders och nämner ledaren från Friluftsrådet som i mångt och mycket fått honom att uppskatta det enkla utelivet.

Även om det fortfarande återstår tolv toppar innan familjen är klara med äventyret så kan både Anders och Susanna känna en tomhet då målgången närmar sig. Den sista toppen är redan förutbestämd, det blir Kiruna kommuns högsta topp då familjen Holmsten siktar på att traska upp på Kebnekaise igen. Inget dåligt avslut på ett långt projekt som under flera år fått familjen att upptäcka Sveriges avlägsna land och mängder med vackra naturområden som många av oss aldrig ens tar chansen att se. ■



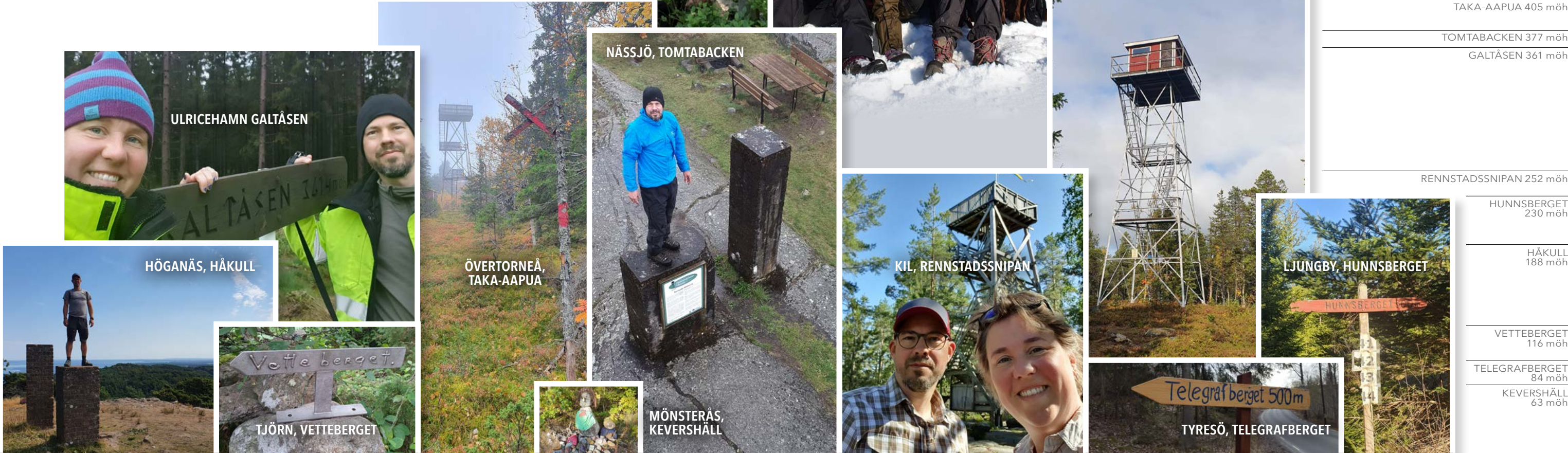
Finns hos din lokala
Subaruåterförsäljare

HIGHPOINTING

AKTIVITETEN ATT BESÖKA HÖGSTA PUNKTEN INOM ETT GIVET GEOGRAFISKT OMRÅDE.

TEXT & FOTO: NIKLAS KÄMPARGÅRD & FAM. HOLMSTEN

Susanna och Anders tipsar om 12 olika toppar som du kan besöka på egen hand. Många av turerna funkar fint året om, men vädret är ofast mest gynnsamt under sommarhalvåret. Tänk på att vädret kan förändras snabbt och ta alltid med dig förstärkningskläder, en laddad mobiltelefon, karta och kompass och givetvis något att äta och dricka. På så sätt blir turerna trevligare. Och glöm inte regnkläder. ■



Kommun	Bra att veta
BJURHOLM Sexberget 499 möh	Markerad led från parkering. Namnet kommer från att man kan se sex kommuner från toppen. Fin stuga och utsiktstorn på toppen. Koordinater; toppen N7093515 E675334, parkering N7092742 E676848
HÖGANÄS Håkull 188 möh	Finns olika val för att komma till toppen. Vi parkerade vid Himmelstorp och vandrade först till konstverken vid havet, därefter gick vi mot toppen. Den enda toppen vi tagit med start vid havet. Koordinater; toppen N6240789 E346908, parkering N6239748 E348081
KIL Rennstadssnipan 252 möh	Toppen ligger i Rennstadssnipans naturreservat. Iordningsställd parkeringsplats. Vandringsled med tydlig markering hela vägen till toppen. Utsiktstorn, dass, grillplats, vindskydd. Koordinater; toppen N6610308 E392003, parkering N6610228 E390974

Kommun	Bra att veta
LJUNGBY Hunnsberget 230 möh	En del av Sagobygden. Besök platsen och läs om Skomakaren i Sutarestugan. Fin utsikt och bra parkering. Koordinater; toppen N6293576 E399550, parkering N6293157 E399275
LJUSDAL Stora Korpimäki 711 möh	Ca 3 km tur och retur. Gävleborgs högsta punkt. Trevlig vandrings-slinga från parkeringen. Toppen ligger i Stora Korpimäki naturreservat i Orsa Finnmark. Koordinater; toppen N6833846 E480162, parkering N6833658 E479562
MALÅ Fnöskberget 624 möh	Det sägs att man kan se 7 kyrkor från toppen. Utsikt över Malåbygden. Vacker plats med ett kors på toppen, varför korset finns där vet vi inte. Men på ngt sätt en fridfull plats. Koordinater; toppen N7240590 E659503, parkering N7238388 E659634

Kommun	Bra att veta
MÖNSTERÅS Kevershäll 63 möh	Fin rundslinga, barnvänligt, många små troll och andra små figurer på vägen upp till toppen. Vid klart väder kan man se ända till Öland. Koordinater; toppen N6325665 E583621, parkering N6325132 E583692
NÄSSJÖ Tomtabacken, 377 möh	Smålands, sydsvenska höglandet och Götalands högsta punkt. Utsiktstorn och grillplats vid toppen. Koordinater; toppen N6373220 E468248, parkering N6373173 E468322
TJÖRN Vetteberget 116 möh	Vid fint väder kan man se Pater Noster och Marstrand. Bra parkering och markerad led, cirka 4 km tur och retur. På toppen finns en av de största bronsåldersrösena i Bohuslän, 19meter i diameter. Koordinater; toppen N6429280 E299365, parkering N6429105 E298292

Kommun	Bra att veta
TYRESÖ Telegrafberget 84 möh	Led från parkering vid Trinntorpsbadet. Utsiktstorn på toppen. Fin tur som följer en till viss del markerad led. Koordinater; top-pen N6569720 E691661, parkering N6570222 E691420
ULRICEHAMN Galtåsen 361 möh	Ingen utsikt men fint ordnad plats med flagga, infotavla och skylt. Västra Götalands högsta punkt. Koordinater; toppen N6405617 E413800, parkering N6405659 E413499
ÖVERTORNEÅ Taka-Aapua 405 möh	En trevlig promenad med gammalt brandtorn på toppen. Koordinater; toppen N7437373 E869518, parkering N7438646 E869091

FÖR ATT VINNA KRÄVS PANNBEN, UTHÅLLIGHET OCH JÄVLAR ANAMMA

ATT SOM EMIL PERSSON KUNNA ÅKA SKIDOR SOM YRKE ÄR FÅ SVENSKAR FÖRUNNAT. ÅTMINSTONE I TÄVLINGSSAMMANHANG DÄR PANNBEN, UTHÅLLIGHET OCH JÄVLAR ANAMMA ÄR LIKA VIKTIGT SOM FORMELL KOMPETENS FÖR EN INGENJÖR.

TEXT: NIKLAS KÄMPARGÅRD FOTO: PRIVATA





Emils placeringar i Ski Classics föregående säsong:

1aBad Gastein Criterium	1aGrönklitt Criterium
1aLa Venosta Criterium	1aGrönklitt ITT
1aPustertaler Ski Marathon	1aVasaloppet
1aPrato Piazza Mountain Challenge	14Birkebeinerrennet
1aLa Diagonela	27Reistadløpet
1aMarcialonga	19Summit To Senja
11aJizerska Padesatka	

Nu mera är det inte bara skidåkarlandslaget som ges möjligheten, att kunna åka skidor som yrke, utan också fristående långloppsteam där syftet är att prestera toppresultat på exempelvis Vasaloppet.

– Jag är så otroligt tacksam för att jag har möjlighet att åka skidor på heltid. Det gör att jag kan träna på dagarna och slipper pussla med att synka arbetstider med träningspass och långlopp, säger Emil Persson som tävlar för Lager 157 Ski Team, ett uttalat långloppslag vars främsta målsättning är att fajtas om Vasaloppssegern och topplaceringarna i Ski Classics.

Årets Vasaloppsseger tog Emil hem på den imponerande tiden 3:37:43.

Hård träning året om

För att kunna prestera på toppnivå tränar Emil Persson hårt och målmedvetet året om. Han tar visserligen ledigt från träningen fram på vårkanten, direkt efter säsongsavslutningen i april, men är snabbt tillbaka på barmark, med exempelvis löpning, cykel och rullskidor.

– Det finns otroligt fina träningsmöjligheter i Jämtland, både vad det gäller höjd, längd och snötillgång, berättar Emil Persson som är född och uppvuxen i Östersund och inte ser något större behov av att flytta. Snarare tycker han att staden blir alltmer tilltalande och att utbudet och innehållet blir alltmer imponerande. Dessutom ligger flygplatsen nära.

När det handlar om att träna strategiskt brukar Emil Persson gradera satsningen i klassiska procenttal där omkring 50 % av framgångarna beror på ett medvetet sätt att



Emil kör en Subaru Outback av 2022 års modell.

Att vinna Vasaloppet kräver 100 %

Så här fördelar Emil sina procent för att lyckas:

Träning.....	50 %
Laget.....	30 %
Utrustning.....	10 %
Kost.....	5 %
Teknik.....	5 %

träna. Allra viktigast är träningen alldeles innan Vasaloppet för att vara ordentligt förberedd och i fysisk toppform redan från start. För att hamna rätt i formkurvan föredrar Emil att träna intensivt omkring fyra veckor innan långloppet med en rad olika långpass och längre intervaller på uppemot 40 – 50 timmar i veckan (mot normala 20–30 timmar) för att därefter gå ner i träningsintensitet under den kommande (tredje) veckan. Syftet med ett sådant upplägg är att ge kroppen möjlighet att återhämta sig samtidigt som han bygger på med mer energi. Exempelvis kör han kortare träningspass och försöker fokusera på intervallpass där träningsupplägget stimulerar syreupptaget. Detta sker med hjälp av en aerob stimulering där träningen bedrivs på ett sådant sätt att syretillgången är tillräcklig och för att musklerna ska kunna energiförsörjas med nedbrytning av kolhydrater och fett. Om syretillgången i stället minskar blir träningsformen anaerob (icke syrgasberoende) och ämnesomsättningen sker med hjälp av anaerob metabolism då den huvudsakliga energigivande processen sker med hjälp av glykogenspjälkning

vilket genererar mjölksyra. Intervallträningar kombinerar vanligtvis den aeroba och anaeroba träningen vilket ger effekt både på energitillgången och kroppens förmåga att hantera och tolerera mjölksyra. Under den sista veckan handlar förberedelserna i första hand om att hitta en bra känsla i kroppen och bygga upp en förväntan och ett sug på att genomföra Vasaloppet.

– Jag brukar planera in ett långpass på 4–5 timmar under tisdagen (fem dagar innan start) som en sista check på att jag verkligen är förberedd på distansen och kör sedan ett kortare intervallpass på 5x5 minuter under onsdagen, säger Emil Persson som under resten av veckan kör korta och lugna träningspass i maktigt tempo och intensitet.

– Man bör absolut inte testa kroppen med några nya grejer under den sista veckan innan tävlingen eftersom man inte vet hur den svarar på en sådan omställning.

Lagkamrater, material, kost och teknik

För att lyckas i skidspåret är det otroligt viktigt att vara en del av en laganda, både vad det gäller träning, tillhörighet och gemen-

Emil Persson tävlar för Lager 157 Ski Team, ett uttalat långloppslag vars främsta målsättning är att fajtas om Vasaloppssegern och topplaceringar i Ski Classics.



Lagkamrater, material, kost och teknik

För att lyckas i skidspåren är det otroligt viktigt att vara en del av en laganda, både vad det gäller träning, tillhörighet och gemenskap och när Emil synar framgångskonceptet så står lagtillhörigheten för omkring 30 procent av framgångarna. Dels för träningskompisarna, dels för att generera drag, push och energiresurs under tävlingsdagarna. Utöver träning och lagets inverkan på resultatet tycker Emil att skidutrustningen: skidor, stavar, pjäxor och kläder står för omkring 10 % av uppladdningen. Resten är kost (5 %) och tekniskt finlir (5 %).

– Teknik är otroligt viktigt och man finslipar ständigt sin teknik som skidåkare. Mycket tid går åt för att fundera och utveckla sin tekniska skidåkning och vi tar ofta hjälp av andra som kan utvärdera vårt sätt att åka skidor och ge oss tips och råd för att åka snabbare.

Utöver längdskidåkning tycker Emil Persson om att jaga och fiska och han är sällan svår att övertala för en topptur i Offerdalsfjällen. Åtminstone inte utanför tävlingsssäsongen.

– Jag gillar verkligen storslagenheten i fjällvärlden och har alltid uppskattat de fria vidderna, något det finns gott om när man bor i norra Sverige, säger Emil Persson som kör en Subaru Outback som möjliggör en aktiv livsstil både som skidåkare och jägare. Dessutom äger Emil skog och måste då och då ge sig ut på sliriga grusvägar för att sköta skogsbruket.

– Jag är otroligt tacksam för samarbetet med JemtBil i Östersund och tycker att bilen har en fantastisk framkomlighet oavsett om det ligger djup snö eller om jag kör på dåliga grusvägar.

Under vinterhalvåret kör han ofta med takbox för att rymma några uppsättningar skidor, men därutöver är bilen tillräckligt stor för att rymma alla Emils behov.

– Packutrymmet är helt suveränt och det spelar ingen roll hur många saker som jag tar med mig. Det får plats i alla fall, säger Emil och skrattar. ■



Laget är en viktig del för att lyckas. Enligt Emil står det för ca 30% av framgångarna.



Emil och Lars Starkman från JemtBil

Emil Persson (28 år).



GÖR: Åker skidor på heltid för Lager 157 Ski Team.

BOR: Östersund.

KÖR: Subaru Outback av 2022 års modell.

FAMILJ: Föräldrar och bror – Nils Dahlsten – som åker skidor i samma team.

INTRESSEN: Skidåkning. Natur, skog, jakt och fiske. Äger egen skog som skogsbonde.



Subaru toppar AutoIndex 2023

AUTOINDEX ÄR DEN OJÄMFÖRLIGT STÖRSTA OCH MEST OMFATTANDE BILÄGARUNDERSÖKNINGEN I SVERIGE. 2023 SVARADE ÖVER 17 500 PRIVATPERSONER PÅ 100-TALET FRÅGOR OM SIN BIL, BILHANDLARE OCH VERKSTAD.

Under de senaste 17 åren har Subaru kammat hem hela 7 förstaplatser, 8 silver och ett brons.

Subarus resultat i AutoIndex sticker verkligen ut. Att vi konsekvent prenumererat på pallplatser gör oss unika bland bilmärkena på den svenska marknaden. Det är ett, genom åren, obrutet bevis på uppskattning från Subaruägarna att bilen lever upp till deras förväntningar och deras Subaru levererar ett bekymmersfritt biläande.

Vår genomgående höga kvalitet är naturligtvis en av förklaringarna, men även vårt dedikerade återförsäljar- och verkstadsnätverk med pålitliga och engagerade medarbetare är en avgörande faktor. Tillsammans har dessa även medfört att vi har branschens absolut högsta kundlojalitet. Subaruägarna älskar sina bilar, rekommenderar dem varmt till vänner och bekanta.

En annan sak som gör resultaten i AutoIndex så intressanta är att det bara är

privatpersoner som betygsätter sina bilar. Betygen kommer alltså endast från de som betalat bilen med egna pengar. Det är rimligt att anta att dessa tar frågorna på lite större allvar.

Vi är oerhört stolta och tacksamma över att ha Sveriges mest nöjda bilägare – en glädjande belöning för vårt långsiktiga arbete.

Alltid nöjda bilägare

En del köper bil utifrån vad grannarna kör. Andra köper för att färgen är fin eller för de många mugghållarna. Och så finns det vi som köper Subaru. Vi som läser tester, provkör, funderar och provkör igen. Vi som är petiga, svårflörtade och som sätter funktion och driftsäkerhet framför prestige. Att vi är den gruppen bilägare som är mest nöjda med vår bil, vår Subaru, säger väldigt, väldigt mycket. ■

Åtta höjdare på längden

FJÄLLSPÅR MED MAGISKA VYER, MYSIGA SLINGOR I TROLLSKOG, KRÄVANDE TÄVLINGSSPÅR OCH LÄTTÅKT ÖVER VIDSTRÄCKTA MYRAR. ROGER BORGELID LISTAR SVERIGES HÄRLIGASTE LÄNGDSKIDÅKNING

☉ = HÖJDARE I ARTIKELN ☉ = YTTERLIGARE HÖJDARE

TEXT & FOTO: ROGER BORGELID

- 
- ☉ GÄLLIVARE
 - ☉ HEMAVAN TÄRNABY - MAGISK DALGÅNG I LEGENDARISKA FJÄLL
 - ☉ EDSÅSDALEN
 - ☉ VÅLÅDALEN - TUFFT & VACKERT I SPORTENS VAGGA
 - ☉ FUNÄSFJÄLLEN - HÖGFJÄLLSVIDDER & FRIHETSKÄNSLA
 - ☉ GRÖVELSJÖN - TURKARAKTÄR VID VÄGS ÄNDE
 - ☉ LOFSDALEN - PRISBELÖNT DOLDIS MED ALLA SKEPNADER
 - ☉ FJÄTERVÅLEN
 - ☉ HÄRJA
 - ☉ SÄLENFJÄLLEN - LÅNGT MER ÄN STARTEN
 - ☉ ORSA GRÖNKLITT - KOMPLETT & KOMPETENT
 - ☉ LÅNGBERGET - VÄRMLÄNSK VÄRLDSKLASS FÖR ALLA
 - ☉ MATTILA

I Lofsdalen finns, förutom tolv välpreparerade spårkil, en sällsynt variation på skidåkning, vyer och upplevelser. Lofsdalen utsågs till "Bästa fjälldestination" på turistnäringens egen "Oscarsgalan" 2023.

Grövelsjön

Grövelsjön ligger inkilad i hjärtat av den gränslösa fjällvärlden kring nordvästra Dalarna och norska nationalparken Femundsmarka. Bokstavligen där vägen tar slut. Alldeles vid tröskeln till fjällvärlden.

Som sydlig start på Kungsleden är Grövelsjön för de flesta förknippat annars med turåkning längs ledkryss. Men på senare år har det gjorts en rejäl satsning på just längdskidor här, med flera nya spår – varav många går uppe på kalfjället på den norska sidan gränsen. Här kan du glida fram i preparerade spår mitt i de storslagna

högfjällens sagolika prakt, omgiven av stillhet, vyer och frihet. Lite som att vara på tur, fast i preparerade spår.

Beläget på 750 meters höjd är Grövelsjön dessutom snösäkert. Här faller normalt upp mot fyra meter snö om året, och kvaliteten är lika hög som kvantiteten – torr kall och lättvallad natursnö. Här finns också spår i väderskyddad skog, över myrar och förbi fäbodvallar.

Oexploaterad natur, samisk kultur och tradition bidrar också till en riktigt genuin fjällupplevelse i spåren. ■

Lofsdalen

Beläget i södra Härjedalens avkrokar hamnar Lofsdalen ofta i skuggan av de omgivande alpina jättarna Funäsfjällen, Vemdalen och Idre Fjäll. Men nyligen fick det relativt anonyma vinterparadisets den uppmärksamhet man förtjänar, då Lofsdalen utsågs till “Bästa fjälldestination” på turistnäringens egen “Oscarsgala” 2023. I motiveringen lyftes framför allt gästernas höga betyg på möjligheterna för längdskidåkning. Det är lätt att förstå.

För den lilla orten med knappt 200 bofasta bjuder, precis som byns slogan säger, på stora skidupplevelser. Inte minst i längdspåren. Här finns inte bara tolv välpreparerade

spårmil, här väntar också en sällsynt variation på skidåkning, vyer och upplevelser. En omfångsrik palett av längdåkningens allra fagreste element och skepnander. Här finns fjällspår med luftiga panoramavidder, ljuvliga skogsslingor med vykortsmålade sagotråd längs spåret och öppna myrstråk i drömmiga trädgränser – alltid med väldiga fjälllandskap i fonden.

I stort sett samtliga spår är dessutom länkade till varandra, så man kan enkelt och fritt komponera ihop sin egen skidtur, genom att kombinera sträckor från olika spår till egna rundor, efter eget tycke, smak och ork. En annan förtjänst som verkligen sticker

3 FAVORITSPÅR I GRÖVELSJÖN

VALDALSTUREN (20 KM): Grövelsjöns vackraste slinga bjuder på alla ingredienser – natur, kultur, fika, skog, fjäll och vyer. Första biten är en långsam stigning genom skog och kulturlandskap fram till fäbodvallen Valdalsbygget. Nästa stopp är Valdalen Gård som lockar med med väffelmys för den som är sugen. Sista halvan går spåren uppe på kalfjället, i en härlig sträcka längs fjällsidan med vyer över både norska och svenska fjäll – innan det till sist bär utför i välförtänt fartfylld epilög.

OLÅN RUNT (8 KM): Ett storslaget spår med fantastiska vyer och härlig fjällkänsla. Från starten nere vid Sjöstugan väntar sköna diagonalslingor upp på kalfjället, med fagra Salsfjället i fonden. Vid Olåns vindskydd vänder spåret neråt igen och genom fjällbjörkskogen i ringlande utförlöpor med nya högfjäll som kuliss. Sista biten följer ån Grövlan tillbaka till sjön.

LAPPVALLENLEDEN (12 KM): En småkuperad slinga som sträcker sig i en trekant, från Grövelsfjäll till Lövåsgården och tillbaka via byn och upp igen. Spåret går på skrå längs foten av högfjället, mestadels genom skogen vilket gör turen väderskyddad. Luckor mellan träden bjuder ändå på viss utsikt och fjällkänsla.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 100

WEBB: <http://www.grovelsjon.com/>

ut är att Lofsdalen kan erbjuda fjällspår hela vintern och därmed i praktiken i stort sett halva året. Lofsdalens spårssystem är också ovanligt lättillgängligt. När det gäller fjällspåren som utgår från Hovärkens parkering, är det bara att kliva ur bilen, så är man ute på fjället. ■

3 FAVORITSPÅR I LOFSDALEN

GYLLENE TRIANGELN (14 KM): Lofsdalens populäraste slinga står inte på några spårkartor och har ingen beskrivning. Men i lokal folkmun är “Gyllene Triangeln” ett etablerat begrepp – som verkligen lever upp till sitt namn. Slingan är ett hoplock av de härligaste sträckorna på tre olika spår. Först en dryg halvmil på övre Strådalsleden över kalfjäll med panoramavidder över fjällhavet, därefter en halvmil längs Petterssonspårets drömmigaste delar med vyerna från Kvarnåsen och de sköna slingorna över öppna myrar ner till vindskyddet och till sist övre Hovärkspåret tillbaka till parkeringen. En triangelformad slinga med guldkant.

PETTERSSONSPÅRET (10 KM): Ett kuperat spår i fjällnära men ändå väderskyddad terräng. Första halvan går mestadels upp för genom granskog, men i etapper på trivsamt vis. När spåret vänder ungefär halvvägs återstår ytterligare ett två kilometer långt motlut upp för Kvarnåsen. Men här uppe väntar också natursköna omgivning, med hänförande vyer över fjällvärlden synliga genom den allt glesare trädgränsen. Spåret avslutas med välförtänta utförlöpor och skön stakåkning, hela tiden i sällskap av vackra snötyngda granar, öppna myrar och fortsatta vidder över fjäll och landskap. Ett omväxlande och roligt spår som har allt.

LUSSILEDEN (24 KM): Ett populärt högfjällsspår och ljuvlig långtur under vårvintern, som i stort sett endast sträcker sig över det öppna kalfjället. Första halvan är samma del som Övre Strådalsleden, lätt upp från Hovärksparkeringen till solgropen, sedan flackt utför ner mot grillkåtan. Där viker spåret av och följer Pilgrimsleden, nu lätt upp för fjällvidderna. Obruten horisont ger ständiga och milslånga 360-gradersvyer, med både Sömlingshågna, Digerhågna, Lussifjäll och Sonfjället i blickfånget. Den här turen är väderutsatt och öppnas först när snötillgången är stor och vinden inte riskerar att driva igen spåren.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 122

WEBB: <https://www.lofsdalen.se/>

Vålådalen

Vålådalen söder om Åre är något av längdsportens vagg och ett klassiskt träningsmecka. Hit har svenska landslagsåkare och världselit kommit för att träna, slipa form och ladda inför stora mästerskap sedan 30-talet. Och det är lätt att förstå. Många av spåren här håller riktig tävlingskaraktär, dragna för efterlikna de mästerskapsbanor som då stod för dörren. Här finns därför inte oväntat några av landets mest utmanande och tekniska spår. Men också flackare och mer lättåtkäta spår längs fjällsidor och över myrar.

Oavsett vilket spår du väljer väntar vidunderlig utsikt över Jämtlandsfjällen, spårkvalitet i världsklass och en stillhet och ett lugn som uppstår djupt in i fjällen vid vägs ände. Här kan du ostört lägga fullt fokus på träning och återhämtning i roliga tekniska och utmanande spår. Kunskap, erfarenhet och engagemang är grundmurat. ■

3 FAVORITSPÅR I VÅLÅDALEN

HOLMENKOLLEN (17 KM): Vålådalens snällaste spår som har lite turkaraktär över sig. Följer höjdd kurvorna runt berget Vålåsen längs myrstråk och gammelskog, med fina fjällvyer längs vägen. Här hittar stakåkaren sitt eldorado, men även den som söker njutbar skidåkning med stor fjäll- och turkänsla. Spåret går mestadels genom naturreservat med genuin vildmark och varierad karaktär på både natur, spår och banprofil.

SAPPOROSPÅRET (7 KM): Ett av Sveriges vackraste skidspår är också ett av de tuffaste. Den här slingan drogs och skapades för att efterlikna OS-spåren i Sapporo inför spelen 1972, vilket säger en del om utmaningen som väntar. Spåren klättrar upp och ner för Ottfjällets branta bergssidor, vilket kräver både fläs och teknik. Men bakom varje krön och krök väntar nya magnifika vyer över fjällvärlden och då glömmar man snart att hjärtat bankar som en slägga i bröstet. Ett riktigt grymt träningsspår för eliten, som även motionären kan uppskatta.

LILL SAPPORO (3,5 KM): En myrslinga i anslutning till Sapporo. Erbjuder samma fantastiska miljö och vyer som på Sapporo, men med en flackare och mer avkopplande dragning. Ett härligt spår att nöta teknik i och samtidigt njuta av utsikten.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 60

WEBB: <https://www.valadalen.se/>



Hemavan Tärnaby

Djupt inne i mytomspunnen alpin mark gömmer sig en av landets mäktigaste skådeplatser för längdskidåkning. Kobåsets magiska dalgång ovanför Hemavans slalombackar bjuder på den häftigaste omgivningen och upplevelsen man kan ha på ett par längdskidor.

Som alpins näste är Hemavan och Tärnaby legendariska fjäll. Som längddestination har området fört en relativt anonym tillvaro. Här finns inget välutbyggt spårssystem och inte heller så många kilometer spår. Men här finns några verkliga höjdare, i nästan utomjordisk grandiosa miljöer.

Men det är viktigt att komma hit under rätt säsong. För det är först framåt vårvintern som de attraktiva spåren prepareras med pistmaskin. Innan dess är dessa högalpina miljöer ofta alldeles för utsatta för väder och vind för att kunna spåras.

Hit kommer man med fördel för att förlänga säsongen, för att njuta av längdskidåkning när vintern är över på många andra platser. När solen värmer men snön fortfarande är kall.



3 FAVORITSPÅR I HEMAVAN TÄRNABY

KOBÅSSPÅRET (10 KM): Ett av landets häftigaste längdspår bjuder på en magisk upplevelse i storslagen högfjällsmiljö. Spåret startar strax nedanför Centrumliftens topp, och börjar med en rejäl klättring uppför fjällsidan på 200 höjdmeter de första tre kilometerna. Väl över krönet öppnar dalgången upp sig i majestätisk scen. Inne i dalgången är spåret följsamt och lättåkt, med 600 meter höga fjällväggar som reser sig runt om. På vägen ut ur dalgången väntar maffiga vidder över Lappalandsfjällen, innan det bär utför i serpentin ner till liften igen. Sträckan på varvet varierar eftersom spåret dras lite olika varje år, beroende på snöläge. För att slippa alla höjdmeter i starten och slutet av spåret, väljer många att bara åka fram och tillbaka uppe i dalgången.

ÄNGESDALSLIA (14-30 KM): Ett naturskönt spår med massa åkgäldje och milsvida vyer. Startar i Ängesdalslia, en dryg mil söder om Hemavan, och sträcker sig hela vägen ner till Tärnaby. Men många väljer att vända halvvägs, för att bara njuta av den lättåtkäta och drömmiga sträckan av spåret. Här uppe på fjällryggen ringlar sig spåret fram i trädgränsen, med behaglig och skiftande karaktär på terräng och spår. Små backar, slakmotor, stakning och kurvor ger härligt flyt i åkningen. Öppet och fritt med vida panoramavyer mot fjällhavet omkring. Spåret går genom Vapstens samebys marker, så var beredd på sällskap av ren och skoter ibland.

DROTTNINGLEDEN (10 KM): Leden mellan Laisaliden och Hemavan är egentligen ett kryssmarkerat fjällturspår. Men på helger mellan vecka 8 och 17 (samt under påsk) prepareras sträckan också med pistmaskin för längdskidåkning. Spåret går mestadels över kalfjället och bjuder på vackra vyer över Norra Storfjället och de norska fjällen i fjärran. Många utgår från Laisaliden för att slippa klättra så många höjdmeter upp.

ANTAL SPÅRKILOMETER: Varierar beroende på säsong, som mest runt 45 kilometer.

WEBB: <https://visithemavantarnaby.se/>



Som alpin destination är Sälenfjällen en celebritet i skidsverige, men i längdsammanhang en reellt anonym doldis, i stort sett endast förknippat med starten på Vasaloppet. Det är svårt att förstå. För längdåkare borde Sälen snarare vara målet.

För här strax bortom slalombackar och afterski gömmer sig ett riktigt längdparadis, som få andra platser kan mäta sig när vad gäller utbud, kvalitet på spår och sköna skidmiljöer. Här väntar över 250 kilometer längdspår, oräkneliga slingor och system som ringlar sig i genom snötunga granskogar, över myrar, längs älvar, förbi öppna sjöar och uppe på kalfjällen. Varierat, välpreparerat och lättillgängligt.

3 FAVORITSPÅR I SÄLENFJÄLLEN

KALVEN RUNT (12 KM): De här fjällens autostrada och det i särklass mest vältrafikerade spåret. Men det är förstas populärt av goda skäl. Slingan går i en dalgång runt fjället västra Kalven vid Tandådalen, vilket innebär att det är väderskyddat och alltid bra spår. Dessutom lite gammaldags skön skidåkning med småkuperad terräng och snötynad granskog tätt inpå. Halvvägs är Lindalens fabod – med fräsiga våfflor och tama lavskrikor – ett charmigt och givet depåstopp.

MYRFLODDAMMEN (8 KM): Det här spåret är mer än mysig utflykt än ett träningspass. Småkuperat och naturskönt varierad terräng, genom granskog, över myrar och slutligen ner mot sjön där torra tallfuror speglar sig som sagoväsen i det öppna vattnet som ännu inte frusit, där bäcken rinner under den bro som spåren passerar. Förtrollande vackert.

HÖGFJÄLLSSPÅRET (10 KM): En utmanande slinga med mer kuperad terräng, som klättrar uppför fjällsidor och ner i dalgångar. Bjuder på både lättåtkäta sträckor, men också branta backar och tekniska utförslopor. Ligger alldeles intill slalombackarna Högfjällshotellet med after ski och pjäxdans, men bara efter några stavgångar är du ute i snörik och stilla vildmark.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 250 (om man räknar in Stöten och Kläppen)

Få ut det mesta av din laddbara bil med en installerad laddstation. Monterad och klar!

Vill du veta mer om Eldrivet för livet?

Kontakta din Subaru-återförsäljare för mer information.



POWERED
by KGG

DEFA Power™

More power to you



Display och fast kabel – här är laddboxen som tar din upplevelse till nästa nivå



Långberget

Sydsveriges vintrigaste miljö med drygt sex mil perfekta spår, orörd vildmark och vidsträckta panoramavyer – det väntar här uppe på ”Värmlands tak”. Långberget vilar på en bergsplatå på drygt 600 meters höjd, vilket ger långa och snörika vintrar trots att det ligger så långt söderut.

Här är hela konceptet dessutom uppbyggt kring längdskidåkning och inget annat, med idealiska förutsättningar för träning. De flesta spåren är skapade och designade av Lars-Göran Pettersson – förbundskapten under guldåren med Svan, Vassberg och

Mogren på 80-talet – när han sedemera var sportchef här. Och det märks och känns som att varenda meter är genomtänkt för att ge bästa tänkbara träning och skidglädje, harmoniskt dragna i samklang med naturen. Dessutom i imponerande variation. Oavsett om du är nybörjare, vasaloppsveteran eller världselit, så finns här slingor som passar just dig. Välpreparerade spår och familjär atmosfär bidrar ytterligare till ett stycke värmländsk världsklass. ■

Orsa Grönklitt

Orsa Grönklitt är en av landets mest välbesökta och populära längddestinationer – och det finns många goda skäl till det. Här väntar landets kanske mest kompletta träningscenter för längdskidåkning.

Här finns också ett utbredd och extremt varierat spårssystem, med som mest 13 mil spår fördelat på nästan 30 olika slingor och sträckor. Så oavsett smak, nivå och önskemål finns verkligen något som passar alla. Spårsystemen utgår samtliga från samma knutpunkt och förgrenar sig ut i naturen som myriad av ringlande slingor, där skidstadion och längdcenteret är navet i nätet. Allt binds samman av vägspåren, som länkar mellan de olika spåren, vilket ger gör

alternativen oändliga.

Det är också bra omväxling i karaktären på naturen och terrängen. Här finns kanske inte fjällens vidder – även om utsiktsspåret och spåret till Frykås bjuder på fina vyer över Orsasjön och de blånande bergen – men när det kommer till skogs- och myråkning är Grönklitt fagraft i klassen.

En annan styrka som verkligen sticker ut är kunskapen och servicen. Grönklitt har ett eget Längdcentrum beläget alldeles intill spåren i skidstadion. Här kan man få hjälp med både tekniklektioner, proffsvallning och till och med provåka och testa skidutrustning innan man köper den. Dessutom är de som jobbar här själva elitskidåkare – så kompetensen håller absolut toppklass. ■

3 FAVORITSPÅR I ORSA GRÖNKLITT

GRÖNA MILEN (10 KM): Småkuperat spår som sträcker sig genom hela spektrumet av Grönklitts låglandsnatur – genom olika typer av urskog, över myrar och längs sjöar. Även karaktären på spårdragningen är tekniskt varierad. Det böljar fram över krön och i svängar, i följsamt samklang med terrängen. Populärt och vältrafikerat, med stor åkglädje och variation.

BÖLLINGMYREN (11 KM): Ett naturskönt spår som snirklar sig fram längs myrar och myrkanter. Trots att banprofilen är i stort sett helt flack är det ett förvånansvärt omväxlande spår, med nya fina kulisser bortom varje krök. Dunga av säregna vackra träd och mysiga passager ger liv och karaktär till landskapet. En slinga med rogivande natur och goda solchanser.

KALLBOLSRUNDAN (16 KM): Vasaloppssliknande spår som till stora delar går längs vidsträckta myrar. Enkelt och flackt med mycket stakåkning. Spåret kantas också av tallfuror och trollskog, vilket bidrar till vildmarkskänslan.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 130 km WEBB: <https://www.orsagronklitt.com/>



3 FAVORITSPÅR I LÅNGBERGET

TOINIBANAN (10 KM): Ett populärt milspår som passar de flesta skidåkare. Slingan bjuder på hela omfånget av Långbergets natur, med öppna myrar, några utmanande backar, snötyngd granskog och vackra vyer.

PETTERBANAN (10 KM): Extremt kuperat elitspår med totalt 400 höjdmeter på en mil. Döpt efter nämnde Pettersson som skapade just den här banan för att ge tävlingslik träning – och det råder ingen tvekan om att han lyckats. Första biten går uppe på myrarna bakom hotellet med mäktig utsikt över Sälenfjällen sju mil bort, en fond som följer oss i hisnande utförslöpor utför berget. Klättringen tillbaka kallas inte oväntat mördarbacken och tar käl på de flesta. Krävande och tekniskt, men värt varje meter.

VASABANAN (25 KM): Det här spåret är draget över myrarna söderut och påminner mycket om den riktiga Vasaloppsterrängen, med mycket stakåkning och långa motlut. Här är också ensligheten och känslan av äkta vildmark extra stor. Bortsett från stavarnas knarr mot snön, råder total stillhet. Det är också en skön känsla att åka så långt utan att behöva åka i samma spår.

ANTAL SPÅRKILOMETER: 63 km WEBB: <https://langberget.se/>



Säkraste vägen till fikapausen.

Oavsett vart du ska i vinter sätter vi säkerheten främst. Därför är våra testvinnande vinterdäck utvecklade för att ge din bil ett tryggt grepp på snö, is och slask. I alla situationer. Utan att ge avkall på körglädje, räckvidd och livslängd. Hitta rätt däck för din bil och körstil på [continental.se](https://www.continental.se)

Säkerhet startar med däcken.



VikingContact 7
NORDISKT FRIKTIONSDÄCK

VikingContact 7 225/50 R17 Teknikens Värld nr 20 2022. 205/55 R16 Aftonbladet hemsida 2022-09-17.

Funäsfjällen

Funäsfjällen i Härjedalen är kronjuvelen bland svenska längdparadis. Här väntar ett av världens största sammanhängande spårssystem Nordic Ski Center med 300 kilometer spår. Men det som framför allt gör längdskidåkningen här unik är i mina ögon den storslagna sagolika miljön och det vidunderliga landskapet som spåren sträcker sig genom.

Här finns mängder av perfekt preparerade spår helt uppe på kalfjällen, vilket ger en svårslagen kombo av världsklass skidåkning och magisk naturupplevelse. Här är du omgiven av snörik stilla vildmark och milsvida vyer

över böljande högfjäll i alla väderstreck, ofta med upplevelsen helt för dig själv – vilket ger en ljuvligt innerlig känsla av frihet.

Urvalet i övrigt är förstås enormt med otaliga slingor av olika karaktär, svårighetsgrad och miljö – både i högfjäll och skyddad terräng nere i dalgångar och längs fjällsidornas trädgränser. Dessutom är Funäsfjällen en av landets mest snösäkra områden, med natursnö av bästa kvalitet. Här finns också gedigen kunskap och kompetens hos de som preparerar spåren, håller läger och tekniklektioner, samt hjälper till med vallning och utrustning. ■



3 FAVORITSPÅR I FUNÄSFJÄLLEN

MITTÅKLÄPPSPÅRET (22 KM): De här fjällens "Signatur"-spår bjuder på dryga två mil som på alla sätt tar andan ur dig. Först den brutala starten med sex kilometers konstant uppförsläge från Bruksvallarna – och sen när du (först efter en mil) är helt uppe, väntar andlösa vidder över fjällhavet. Här skidar du fram med Skars, Helags och den episka vyn över Mittåkläppen i fonden. Spåret vänder vid Djupdalsvallens fåbodvall och efter hisnande nerförsbackar till Ramundberget följer du Ljusnan tillbaka. Det är i de här spåren världseliten slipar formen under tidiga försäsongsläger, så förbered dig på en rejäl utmaning. Men där lönen matchar mödan, helt klart.

SOLSKENSTUREN (15–20 KM): Från och med vecka sju preparerar man spår uppe på kalfjällen och mer storslaget än så här blir det inte. Solturen sträcker sig från Bruksvallarna till Fjällnäs. Första bitens klättring upp på Kariknallen är långa och branta höjdmeter, så de flesta väljer vessla upp. Därifrån väntar sedan 15 kilometers härlig skidåkning rätt in i solen, långt uppe i himlen – med 360 graders panoramavyer. Kanske den härligaste upplevelse jag haft på ett par längdskidor – svindlande vackert, långt ut i vildmarken med stor frihetskänsla. Missa inte ett fikastopp på "Fjällnäs på fjället", stugmys på lite lyxigare vis.

TUSENSPÅRET + ÖSJÖSTUREN (2 + 10 KM): Spåret för dig som söker storslagen skidåkning med liten insats. Hit till toppen av Ramundbergets alpina backar tar du enkelt liften upp och bjuds på liknande vyer som på Mittåkläppspåret. En slinga som du med lätthet kan åka varv efter varv, eller så kan du förlänga turen genom att ta spåren över kalfjället mot Ösjöstugan och ner till Bruksvallarna.

ANTAL SPÅR/KILOMETER: 300 km.

WEBB: <https://www.funasfjallen.se/vinter/>

De är redo att inleda en räddningsinsats inom 15 minuter

FRIVILLIGA SJÖRÄDDARE PÅ MUNSÖ/EKERÖ BEVAKAR EN STOR DEL AV ÖSTRA MÄLAREN PÅ TRE OLIKA BRYGGOR I FLERA VÄDERSTRECK BEMANNAR ETT ÅTTIOTAL FRIVILLIGA SJÖRÄDDARE MUNSÖ/ EKERÖ DYGNET RUNT MED BEREDSKAP ATT INLEDA EN SKARP RÄDDNINGSINSATS INOM 15 MINUTER.

TEXT & FOTO: NIKLAS KÄMPARGÅRD

Att engagera mig i Sjöreddningssällskapet är nog det bästa jag gjort, säger Olle Svensson, till vardags affärs-systemkonsult, för dagen befälhavare på Lars Söderman vid Karlskärns brygga.

Det är ingen tillfällighet att närvaron av frivilliga sjöräddare är extra värdefullt i skärgården eller i de sjöar där Sjöreddningssällskapet är verksamma. Båtfolk, fiskare, kajakpaddlare, långfärdsskridskoåkare och surfare tycks nämligen uppskatta känslan av att kunna ringa efter hjälp om sjöturen inte blir som planerat. Det kan handla om sop-patorsk (jodå Sjöreddningssällskapet hjälper kostnadsfritt medlemmar som kört slut på bensin) eller en surfare som blivit strandsatt på en ö och inte kan ta sig hem. Dessutom rycker sjöräddningen ut vid skarpa insatser för att rädda liv och egendom, i den prioriteringsordningen. Och assisterar vid sjuktransporter.

– För mig handlar det om att kunna hjälpa till och bidra till att folk känner sig trygga vid och på vattnet. Vi flyttade ut på Färingsö för några år sedan och jag insåg snabbt att sjöräddningen fyller en viktig funktion för människor som bor på en ö eller nära vatten, berättar Hans Niklasson som värdesätter kamratskapen i organisationen och möjlig-heterna att vidareutbilda sig internt. Mycket

handlar om att våga hjälpa andra människor, såväl i arbetskläder som civilt där återkom-mande övningar ger trygghet i yrkesrollen.

Kort inställelsetid för snabba insatser

Alla tre: Hans, Olle och Kari har nära till bryggan där Rescue Lars Söderman (båtarna får namn efter donatorer som skänker pengar till Sjöreddningssällskapet) ligger förtöjd i Mälaren. Som en av landets största Sjöredd-ningsstation är larmfrekvensen på Munsö/ Ekerö högre än i riket som stort, vilket kanske inte är så konstigt med närheten till Stockholm. Särskilt sommartid är det extra mycket människor i rörelse och ju fler folk som är ute på Mälaren eller i dess närhet desto större risk för allvarliga händelser. Nästan alla uppdrag görs förebyggande, för att undvika att en harmlös händelse utveck-las till ett livshotande tillstånd.

– I mitt fall handlar det om att kunna hjälpa till. Om jag bara räddar ett enda liv så räcker det för mig, säger sadelmakaren Kari Mikkonen som bor några hundra meter från Karlskärns brygga och cyklar ner till räddningsbåten. Medan Hans och Olle kör varsin Subaru föredrar Kari att trampa ner till bryggan.

– Vi har femton minuters inställelsetid och släpper i princip allt vi har i händerna för att så snabbt som möjligt kunna påbörja



Olle Svensson har varit sjöräddare sedan han flyttade ut på Färingsö för fyra år sedan. – Framförallt är jag engagerad för det ger mig möjlighet att hjälpa andra.



Kari Mikkonen är sadelmakare civilt och engagerad sjöräddare sedan många år.



Hans Niklasson flyttade ut på Öarna för ett par år sedan och engagerade sig efter det att han sett en lapp där sjöräddningen sökte fler frivilliga sjöräddare.

Oljekontroll efter övning. Det är viktigt att båten alltid är startklar och redo för en skarp insats.

Det är bra fart i Rescue Lars Söderman. Olle Svensson fungerar som befälhavare ombord medan Hans är räddningsman. Sjöräddningssällskapet står för alla utbildningar internt och det finns fina möjligheter att växa som sjöman och utvecklas som båtförare.



Engagemanget i sjöräddningen är ideellt, men i gengäld möts sjöräddarna av god kamratskap, fina utbildningar och fantastiska stunder på vattnet.



Olle Svensson åker liksom Hans Niklasson Subaru.



Kari Mikkonen möter upp på bryggan i Karlskär.



Närvaron i skärgården och i de stora insjöarna gör det lättare att påkalla hjälp och assistans av sjöräddningen. Man vet helt enkelt vilka som kommer. Rescue Lars Söderman är ett välkänt inslag runt Färingsö.

en insats, säger Kari Mikkonen som tycker att det går lika fort att cykla som att åka bil till bryggan. Sommartid, under juni, juli och augusti turas sjöräddarna om med att bemanna en av räddningsbåtarna som är till sjöss under hela högsommaren för att så snabbt som möjligt kunna inleda en skarp insats. Även om personalen arbetar ideellt är det sällan några problem att bemanna räddningsbåtarna trots att nästan alla har civila arbetsgivare. Istället tar sjöräddarna semester, byter jourpass med varandra och pusslar med tider som vilken småbarnsförälder som helst för att kunna bemanna räddningsbåtarna och upprätthålla beredskapen. Målsättningen på Munsö/Ekerö är nämligen att ha minst en räddningsbåt till sjöss under högsommarens alla dagar, från tidig morgon till sen kväll för att finnas till hands när behovet – och riskerna – är som störst.

Sjöräddningssällskapet arbetar brett för att förbättra sjösäkerheten

Bortsett från konkreta insatser lägger sjöräddarna stor vikt vid att sprida sällskapets vision. Genom igenkänning ökar inte bara mängden medlemmar utan folk får också upp ögonen för vad sjöräddarna faktiskt gör. Det är också en av anledningarna till att Olle, Hans och Kari gärna pratar med nyfikna människor som tittar förbi. Man hälsar, småpratar och ser till att skapa goda relationer som inte bara stärker organisationens goda rykte utan som också gör det enklare att be om hjälp om någon hamnar i sjönöd. Den som känner en sjöräddare eller gärna allihop tycks nämligen ha lättare att ringa efter hjälp om motorn krånglar, om navigationsutrustningen inte fungerar eller om någon skadat sig. ■

FAKTA:

Sjöräddningssällskapet RS Munsö/Ekerö grundades 1994 och har ett åttiototal frivilliga sjöräddare som är verksamma vid tre olika bryggor;

- Sjöängen på Munsö,
- Jungfrusund på Ekerö och
- Karlskär på Färingsö.

<https://www.sjoraddning.se/munsoekero>





Säkerheten på sjön är lika viktig som säkerheten i våra bilar

SÄKERHET ÄR ETT CENTRALT BEGREPP BÅDE FÖR SJÖRÄDDNINGSSÄLLSKAPET OCH SUBARU. GEMENSAMMA NÄMNAREN ÄR ATT RÄDDA LIV.

Våra bilägare ska vara lika säkra i och kring vatten som de är i sina bilar. Ingen ska dödas eller skadas allvarligt i eller av en Subaru.

Subarus budskap till besökarna på Sportfiskemässan, Orust Sailboat show och Allt på Sjön i Gustavsberg var att rädda en anka ur plurret och stödja Sjöräddningssällskapet. Resultatet? En imponerande donation som överlämnades en varm och gråmulen sensommardag i Lomma.

Subaru kunde tillsammans med besökarna överlämna ett bidrag på 104.950 kronor!

– Stort tack för den generösa donationen till vår verksamhet, hälsar Hannes Pennsäter,

en av sjöräddningssällskapets representanter som var med när checken presenterades.

Pengar som till största delen samlats in genom Subarus ankfiske på Sportfiskemässan i mars och Sweboats båtmässor under sommaren. Tack alla besökare för en lyckad insamling. Nästa år siktar vi ännu högre.

Vi på Subaru hoppas att årets donation gör det möjligt för Sjöräddningssällskapet att fortsätta sitt arbete med att rädda liv och främja säkerheten på våra sjöar och kuster.

UPPLEV TOTAL
FRIHET MED
WERA ADVENTURE



Det är många som har gått runt och burit på våra flytvästar. De första åren gick insamlingen till Svenska livräddningssällskapet och de senast åren har pengarna gått till Sjöräddningssällskapet. Totalt har vi delat ut fler än 5000 flytvästar.

PASSA PÅ!

POWER CHARGER 4 000 MAH



PRIS 249:-

Kompakt, platt och kraftfull powerbank med inbyggt Li-polymer-batteri på hela 4 000 mAh. Kapaciteten motsvarar ungefär tre fulla laddningar av din mobiltelefon, beroende på mobiltelefonbatteriets kapacitet.

Levereras med laddningskabel för micro-USB samt bruksanvisning.

Subaru logon lyser upp när du använder produkten.



Beställ hos SUBARUSHOP.SE

Nyheter i vårt nätverk



ARLANDASTAD Första april i år startade Team Autocar som ny återförsäljare i Arlandastad.



NORRKÖPING Bilbörsen tar över TB Bils anläggning i Norrköping. Samma lokal och samma personal som du är van vid.



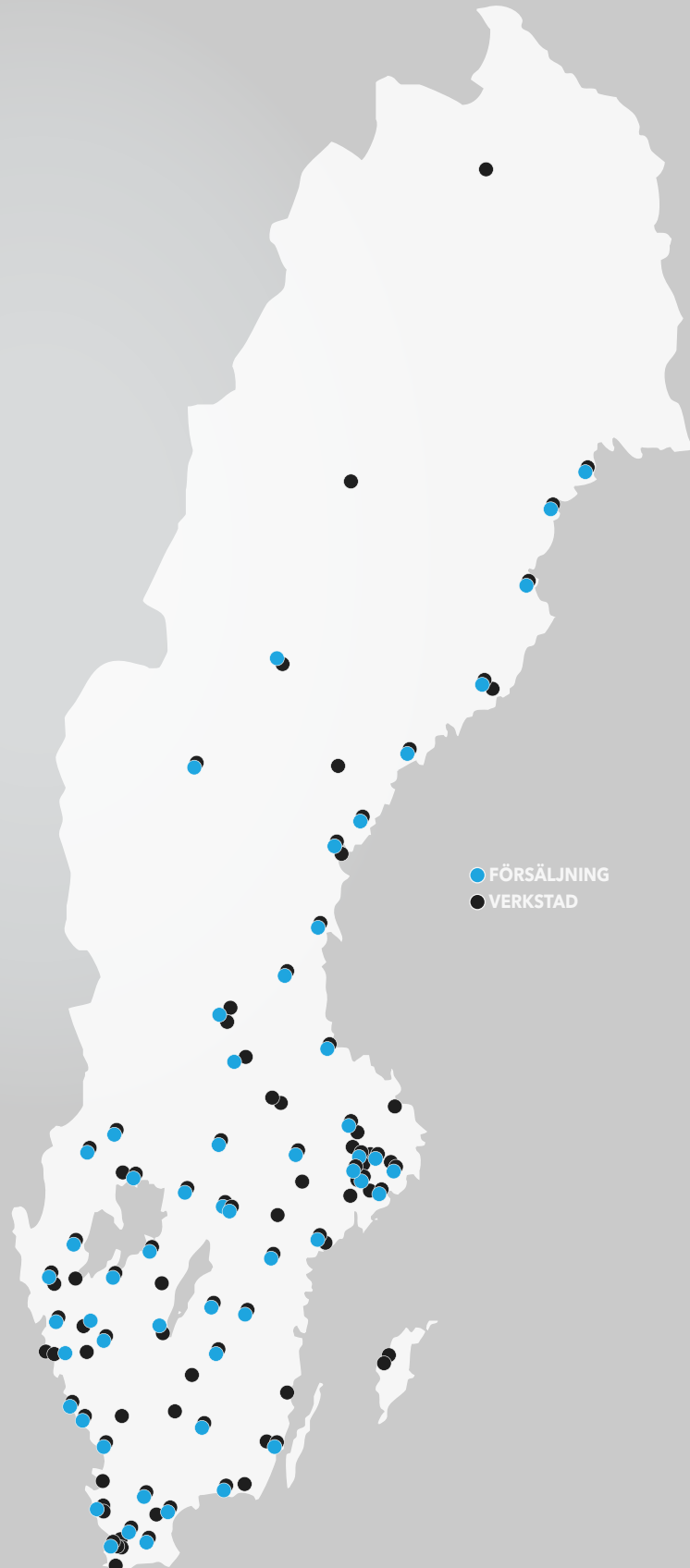
ÖREBRO Vi välkomnar ÖBAB Örebro som återförsäljare. Öppningspremiär i samband med Subarudagen 21/10.



KIRUNA Utöver nya återförsäljare välkomnar vi Nordservice i Kiruna som ny verkstad.

ALLTID NÄRA

ALINGSÅS	KRANTZ AUTO	0322-30 38 00
ARVIKA	ROY ANDERSSON BILBOLAGET	0570-72 74 00
AVESTA	BELINS BIL	0226-541 81
AVESTA	LANDRINS BIL	0226-577 00
BOLLNAS	TUPPZ BIL	0278-61 34 50
BOR	LUNDSTROMS AB	0370-65 01 35
BORLANGE	MATS BILAR	0243-830 40
BORLANGE	AUTOTJANST	0243-160 10
BORÅS	AUTO 7H	033-20 52 50
BURLOV	HEDIN BIL	040-53 48 00
EKSJÖ	EKSJÖ MOTORCENTRUM	0381-61 18 95
ESKILSTUNA	LANDRINS BIL ESKILSTUNA	016-17 43 00
FALKENBERG	BILPALEN	0346-714 470
GAVLE	DAHLBOMS BIL	026-10 04 00
GÖTEBORG/KUNGÄLV	ROY ANDERSSON BILBOLAGET	0303-20 86 00
GÖTEBORG/MÖLNLYCKE	MÖLNLYCKE LACK OCH KAROSS	031-88 05 20
GÖTEBORG/V.-A.FROLUNDA	HÖGSBO BILSERVICE	031-47 35 80
GÖTEBORG/V.-A.FROLUNDA	SUBARU GBG/MÖLNLYCKE BIL	031-88 05 25
HABO	RUNES BIL	036-404 80
HABO	HALLBERGS BILSERVICE	036-466 30
HALLSTAVIK	CEGERBLADS BIL	0175-234 46
HALMSTAD	GP BIL	035-18 68 00
HELSINGBORG	AUTOTEKNIK	042-16 18 47
HELSINGBORG	BILFORUM I HELSINGBORG	042-15 67 70
HELSINGBORG	TÅGABORGS BILSERVICE	042-20 18 00
HÖTING	IVARS BIL	0671-71 30 00
HÖTING	IVARS BILSERVICE	0671-109 30
HUDIKSVALL	SELLMANS BIL	0650-57 99 00
HYLTEBRUK	BILPALEN	0345-186 60
HÄSLEHOLM	NEWMANBIL	0451-38 40 00
KALMAR	BILKOMPANI SYDOST	0480-42 50 00
KALMAR	FORZE	0480-363 667
KARLSKOGA	HEDIN BIL	0586-364 50
KARLSKRONA	BILKOMPANI SYDOST	0455-30 97 60
KARLSTAD	B&T BIL	054-56 08 10
KARLSTAD	SVEMA BIL	054-17 66 70
KATRINEHOLM	MOTORKOMPANIET	0150-132 70
KINNA	LAHALL BIL	0320-20 70 90
KIRUNA	NORD SERVICE I KIRUNA	0980-160 50
KISA	GRAHNS BILAR	0494-793 00
KRISTIANSTAD	HEDIN BIL BILVARHUSET	044-781 77 00
LIDKÖPING	HARENE BIL	0510-53 50 49
LINDERÖD	BÖRJESSONS BIL & TRAKTOR	044-34 02 31
LINKÖPING	BILBORSEN	013-13 90 96
LULEÅ	BOSSER BIL & MOTOR	0920-877 70
LUND	HEDIN BIL	046-23 51 00
MALMÖ	AUTODUO	040-93 14 50
MALMÖ	CONNY FIIHNN BILSERVICE	040-94 29 50
MALMÖ	HEDIN BIL	040-671 11 00
MARIESTAD	BILCENTRUM I MARIESTAD	0501-710 70
MELLERUD	ROY ANDERSSON BILBOLAGET	0530-444 40
NORRKÖPING	BILBORSEN	011-31 17 70
NYKÖPING	BILLOTEKET	0155-28 20 20
NYKÖPING	STENBERGS BIL	0155-764 40
OSKARSHAMN	BILKOMPANI SYDOST	0491-76 82 00
PITEÅ	BILHALLEN	0911-141 35
RONNEBY	BILVAL I BLEKINGE	0457-210 50
RÄTTVIK	BILTJANST OLLE GRUVIS AB	0248-101 28
RÄTTVIK	KENTS BILCENTRUM	0248-127 50
RÄTTVIK	RÄTTVIKS BILSERVICE	0248-123 22
SJÖBO	BILFIRMA THOR NILSSON	0416-120 30
SKELLEFTÅ	GUSTAFSSONS BIL	0910-137 77
SKÖVDE	SVENSKA MOTOR	0500-44 48 44
SOLLEFTÅ	WINTEROVIST BILSERVICE	0620-141 70
SÖRSELE	KARLSSONS BILSERVICE	0952-121 30
STOCKHOLM/AKALLA	HEDIN BIL	08-505 692 00
STOCKHOLM/ARLANDASTAD	TEAM AUTOCAR	08-591 226 10
STOCKHOLM/BROMMA	MIN BIL	08-684 044 50
STOCKHOLM/GUSTAVSBERG	DANNEVALL SERVICECENTER	08-570 278 00
STOCKHOLM/GUSTAVSBERG	TORVALLA BIL VÄRMDÖ	08-707 56 00
STOCKHOLM/HANINGE	TORVALLA BIL HANINGE	08-707 58 00
STOCKHOLM/NORSBORG	LG BIL OCH MOTOR	08-531 759 60
STOCKHOLM/SEGELTORP	HEDIN BIL	08-505 691 00
STOCKHOLM/SÖLLENTUNA	MIN BIL	08-684 044 10
STOCKHOLM/TYRESÖ	MIN BIL	08-684 044 70
STOCKHOLM/TÄBY	RISBERGS BIL	08-54 44 34 40
STOCKHOLM/UPPLANDS VÄSBY	TUREBERGS BILCENTER	08-51 00 52 00
STORA	HUGO ERIKSSONS BIL	0581-406 20
SUNDSVALL	BIL & MASKINSERVICE	060-55 44 16
SUNDSVALL	BILFOCUS	060-56 90 40
SUNNE	SUNNE BIL & MASKIN	0565-135 10
SAVSJÖ	NIFAB	0382-127 45
SÖDERTÄLJE	MUSCLECARS	08-88 00 56
TRANÅS	GRAHNS BILAR	0140-180 95
TRELLEBORG	HEDIN BIL	0410-481 00
UDDEVALLA	NORES BILVERKSTAD EFTR	0522-370 72
UDDEVALLA	ROY ANDERSSON BILBOLAGET	0522-65 32 00
UMEA	ALL-BILAR	090-327 70
UMEA	BERGNERIS BIL	090-70 23 80
UPPSALA	BEOS BILSERVICE AB	018-69 30 30
UPPSALA	RA MOTOR	018-18 28 80
VARBERG	DELUXE BIL	0340-20 57 00
VISBY	EP MOTORCENTRUM GOTLAND	0498-22 22 20
VISBY	PG BILSERVICE	0498-21 01 20
VÄNERSBORG	HANSSONBIL	0521-27 87 80
VÄSTERÅS	LANDRINS BIL HALLA	021-18 51 00
VÄXJÖ	MOTORSPOORT	0470-451 20
ÅLANDSBRO	DAHLBOMS BIL	0611-610 90
ÄNGELHOLM	FRIBROCKS BIL SKÅNE AB	0431-44 35 50
ÖREBRO	MARIEBERG BIL	019-22 39 49
ÖREBRO	NY FULLSERVICEANLÄGGNING FR O M 21 OKT OBAB	019-10 87 20
ÖRNSKÖLDSVIK	ULF NYLANDERS BILAR	0660-186 60
ÖSTERSUND	JEMTBIL	063-15 59 00



SUBARU



SJÖRÄDDNINGSSÄLLSKAPET

Det är du som är räddaren i sjönöden.

En stor del av våra dagliga kostnader täcks av medlemsavgifterna från våra 143 000 medlemmar. Som att utbilda våra frivilliga och hålla båtar och utrustning redo för utryckning. Men för att kunna fortsätta behöver vi ditt stöd. Ge gärna en gåva på sjoraddning.se eller swisha till 900 5000. Tack för att du är en av oss!



1. Starta Swish
2. Scanna QR-koden
3. Ange belopp
4. Godkänn – klart!