

PRESSMEDDELANDE

2021-02-11

Gratis träning för Tjörnborna

Pandemin har gjort att vi idag inte kan träna på samma sätt som tidigare och att vi blivit mer stillasittande. I en unik satsning startar därför Tjörns kommun projektet "Ute är det nya inne", där Tjörnborna erbjuds gratis träning. Projektet genomförs tillsammans med föreningslivet och en lokal hälsoaktör på Tjörn.



Tränaren Lena Olofsson ska hålla i passen på GF Atletica. Foto: GF Atletica

Tjörnborna erbjuds fri tillgång till två utegym och sex instruktörsledda träningspass i veckan. Utegymsen kan nyttjas närsomhelst och passen bokas på respektive aktörs hemsida. Allt är kostnadsfritt och alla är välkomna.

– Syftet är att erbjuda gratis träning för Tjörnborna under en tid då det är svårt att utöva sin vanliga idrott och träning. Pandemin har ju gjort att vi rör på oss i mycket

mindre utsträckning, säger Caroline Jönsson, folkhälsostrateg vid Tjörns kommun.

Projektet startar 15 februari och pågår i 15 veckor till och med 30 maj. Tre aktörer deltar: GF Atletica i Svanvik, Träningskliniken i Skärhamn och Åstols IS på Åstol.

Information om "Ute är det nya inne" kommer att finnas på aktörernas hemsidor. Passen kommer att ha olika svårighetsgrad, allt från nybörjarnivå till mer avancerad träning.

– Fler föreningar och aktörer har fått frågan om att delta i projektet och vi hade givetvis önskat att fler hade sagt ja. Men vi är nöjda med den geografiska spridningen som vi fått, säger Camilla Jansson Edholm, föreningssamordnare på kultur- och fritidsförvaltningen vid Tjörns kommun.

Från Tjörns kommuns sida är det näringslivsstrategen, folkhälsostrategen och föreningssamordnaren som deltar i projektet.

Kontaktperson och information

Caroline Jönsson

Folkhälsostrateg
0304–60 11 82

caroline.jonsson@tjorn.se

