

själva så här i mitten av mars är någonting som skulle ha börjat snurra i hjärnorna på "experterna" i Fritidsförvaltningen för länge sen. Egentligen. Iden att skapa en klubb för de klubblösa, skapa en klubb som inte i första hand är inriktad på prestationsidrott utan som vill se till att Medelmotionären får möjlighet att träffa andra Medelmotionärer. Kanske få "bygga" lite granna - magen bort o så där. Avdramatisera det här med skivstångsträning lite grann. Dom flesta har nämligen nytta av att stärka vissa viktiga muskelgrupper; rygg, mage och ben ex.. Och dom flesta blir aldrig färdiga till att träna rätt själva. Eller att träna över huvud taget. Saken har en annan sida också. Fritidsförvaltningen formulerar höga mål - idrott åt alla ungefär. Men att kolla in Ingemar Stenmark är väl inte "idrott för alla". I varje fall inte om man gör det på TV. Vi som har tränat nere på Baltiska några år vet att det var ungefär samma "gubbar" som kom ner. Dom stora, starka och tysta männen i vänstra rummet och vi andra i det andra. Ryckande i småstängerna med runda ryggar. Det gäller naturligtvis i stället att rycka i Folket. Rycka ner dom till träningslokalerna. Ge sig ut och propagera på skolor och arbetsplatser. Ta kontakt med andra klubbar, där styrketräningen är eftersatt. Prata med arbetskamrater och bekanta. Och med frun och syskon. Och det försöker vi göra i Cluben. Ytterligare andra aspekter. Sjukvårdskostnaderna har per huvud i det här landet stigit mellan 1962 och 1972 från 600 till ca 1800 kronor per år. 1800 kronor! En stor del av dessa kostnader ligger på patienter som har rygg- och andra rörelseskador, skador som delvis skulle kunna motarbetas med riktig träning i tid. Massor av människor i det här landet får "blodpropp i hjärtat" - infarkt - och är sen borta från arbetslivet. Dom skulle kunna lotsas in i normal aktivitet via försiktig och riktig träning. Inte bara när dom ligger på rehabilitering / uppbyggnad på sjukhuset, utan också när dom har lämnat. Det är aldrig kul att träna ensam, och så lägger man av. Fel. Gå med i Baltic Club i stället. Vill vi! Och vidare. Ett av de bästa sätten att överbrygga kontaktsvårigheter, fysiska och psykiska störningar, språksvårigheter, sociala klyftor mm är att komma in i en idrotts-gemenskap. Och vi vill att alla skall komma med. Gå ner på Baltiska hallen en kväll och upplev varför!

Vilken klubb som helst duger, säger Du. Icke!

Teoretiskt kanske, men i praktiken gäller det hela tiden att vara bäst, bäst, bäst. Vi skall försöka komma ifrån det där på Baltic Club. Musklerna är inte det viktigaste - jo, det är säkert!

Men kom ner och träna och ha roligt - och snacka med varandra på träningen. På fuskas Baltic Club!