

SVENSK FALLSKärmssport

SVENSKA FALLSKÄRMSFÖRBUNDETS MEDLEMSMAGASIN

Hoppande familjer

Rekord i headdown

Hoppning och graviditet



CYPRES
Reliability made in Germany

HIGH
PERFORMANCE
depends on
PRECISION

ULTIMATE
AAD
performance is our
COMMITMENT

29 years
231.000 units
152.000.000 jumps
more than 5000 saves
ALWAYS ACTIVATED

when the conditions were set
to our current knowledge

photo: frodografie

WWW.CYPRES.CC



Nu är det höst

Efter senarelagda säsongstarter verkar det ändå som det hoppats på ganska bra i vårt avlånga land. Högsommarvärmen i juni och augusti möjliggjorde mycket hoppning och på sina håll har det hoppats tandem som aldrig förr. Kanske är det ett resultat av att många svenskar stannat hemma under semestern och önskat sig ett äventyr utöver det vanliga. I det här numret kommer du att få läsa om vår mest erfarna svenska tandeminstruktör genom tiderna: Ingemar "Kingmar" Eriksson i artikelserien Nyfiken På. Den 5 augusti i Nya Zeeland gjorde han sitt 25 000:e hopp! För mig som är en rookie i sporten med blygsamma 450 hopp är den siffran snudd på ofattbar. Jag kan bara översätta den mängd samlad erfarenhet som Ingemar skaffat sig genom åren med den värld som jag haft störst förankring till. Ridsport har varit en professionell heltidssysselsättning för mig i över 30 år. Det blir många år tillsammans med hundra och åter hundra olika hästar och ryttare och tillsammans med ett stort antal timmar i sadeln ger det en erfarenhet som är svår att mäta. Jag var ändå bara en ganska medelmåttig tävlingsryttare men har mött många aktiva på elitnivå. Det som slår mig är att lång och gedigen erfarenhet och kunskap hos ryttare, andra idrottsutövare och såklart även fallskärms hoppare nästan alltid visar på, att ju mer erfaren personen är desto mer ödmjuk. Ingemar och andra legendarer i vår sport utstrålar en enorm, väldigt klädsam, ödmjukhet och respekt inför de risker som förknippas med hoppningen. Deras vilja att dela med sig av sina kunskaper, ska vi tack-samt ta emot och som svampar suga åt

oss av. Ta del av Ingemars tips och råd i anslutning till artikeln.

I sommar har det genomförts ett SM i tiomanna, ett svenskt head-down-rekord, uppvisningsläger och höghöjdshoppning, för att bara nämna några exempel på vad du kan läsa om i det här numret av tidningen. Vi på redaktionen försöker alltid att hitta nya ämnen att skriva om utöver det som händer i hoppssverige och vi tar tacksamt emot förslag och idéer. Du kan till exempel läsa om hur det är att kombinera graviditet och fallskärms hoppning där två erfarna hopptjejer berättar om sina tankar och upplevelser i ämnet. Återigen spelar kanske erfarenhet en ganska stor roll, och hur man agerar i en så viktig del av sitt liv som under sin graviditet är såklart individuellt. Det finns inget rätt och fel här, det viktiga är att man gör det som känns rätt för en själv.

Det är två månader kvar av året och vi återgår kanske till umgänget med våra vanliga kompisar, åker till våra tre tunnlar och övar eller hoppas på att coronapandemin ger sig så att vi kan resa utomlands och hoppa igen. Oavsett är jag säker på att vi alla kommer att hålla oss sysselsatta tills det är dags att ge oss ut i lufthavet igen till våren.

Ha en fin höst!

 Penny

Innehållsförteckning

- 4 Kalendariet, notiser
- 6 R!-spalten
- 7 Incidentrapporter
- 9 Hoppande familjer
- 10 Ordförandespalten, Höghöjdshoppning
- 12 Rekord i headdown
- 14 SM i tiomanna speedformation
- 16 Nyfiken På Ingemar "Kingmar" Eriksson
- 21 Uppvisningslägret
- 22 Hoppning och graviditet
- 24 Att börja vinkla-med Tim Douglas
- 26 Svensk fallskärms historia del 3
- 30 Fyra frågor



Olle Bergkvist på uppvisningslägret.
Foto: Mikael Söderberg.

Ansvarig utgivare

Jens Grahn
jens_grahn@hotmail.com
Svenska Fallskärmsförbundet

Produktion

Layout, originalarbete,
bildredigering och distribution:
V-TAB Falkenberg

Annonser

SFF kansli
021-41 41 10
info@sff.se

Signerade artiklar

Signerade artiklar speglar författarens bild av verkligheten och inte nödvändigtvis Svenska Fallskärmsförbundets.

Insänt material

Redaktionen ansvarar endast för beställt material. Vi förbehåller oss rätten att redigera insända texter och bilder. Godkännande av publicering i SFFS är samtidigt publiceringsgodkännande av det tryckta materialet som en låguppläst PDF-fil på hemsida för SFF eller SFS.

Preliminära utgivningsveckor kommande nummer 2020

5/20 vecka 51

Adressändring

Medlemmar i Svenska Fallskärmsförbundet, samt övriga mottagare och prenumeranter skickar adressändring till SFF, info@sff.se

Prenumeration

Icke medlemmar som önskar prenumerera på Svensk Fallskärmsport kontaktar SFF:s kansli, se kontaktuppgifter nedan. Pris för fem nummer inom Sverige: 500 kr.

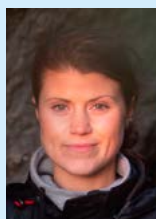
Svenska Fallskärmsförbundet

Sjöhagsvägen 2
721 32 Västerås
Telefon: 021-414110
E-post: info@sff.se
Hemsida: www.sff.se

Redaktörer



Penny Robertson-Pearce
0702-75 97 47
penny.robertson@telia.com



Pixine Lyckner
0733-23 13 13
pixine@live.se

Kalendariet

November

7-8 Förbundskonferens, Stockholm

December

5 SM, Wingsuit indoor, Bromma

Februari

12-14 BAS-kurs, Bosön

26-27 SM indoor, Bodyflight, Göteborg

Mars

13 Riksstämman



Nya AFF-instruktörsutbildningen påbörjad

Den nya AFF-utbildningen består numera av tre steg och det första steget har i skrivande stund genomförts i Fallskärmsklubben Aros och en likadan kurs är planerad i Skånes Fallskärmsklubb i oktober. Sammanlagt kommer ett tiotal AFF-kandidater att ha deltagit på båda kurserna, med inriktning på hoppning.

"Steg 1 ger insikt i olika utmaningar en AFF-instruktör ställs inför och vilka färdigheter som behövs i verkligheten", säger Sven Mörtberg som tillsammans med Utbildnings- och säkerhetskommittén utformat det nya formatet. Nästa år genomförs steg 2 i tunneln och examination som tidigare är.

"Jag är övertygad om att kandidaterna kommer känna sig väl förberedda och därmed klara av examinationen nästa år, men framförallt vara bättre rustade för sin framtida AFF-instruktörsroll", säger Sven.

Fallskärmsintresse som börjar tidigt

Förskoleläraren Nahid Hansson från Föräldra-kooperativet Stures förskola i Älvsjö hörde av sig en dag till SFF:s kansli. Barnen hade visat ett stort intresse för fallskärmar och hur de var konstruerade. Efter att fått lite bilder på hur en fallskärm är uppbyggd hade kreativiteten på förskolan dragit igång på allvar. Här är några bilder på barnens alster. Det ska böjas i tid...



Dags att nominera kandidater för förtjänsttecken och Årets SFF:are 2020

Flygsportförbundets förtjänsttecken

• Sista dag för nominering av någon du tycker förtjänar och uppfyller kriterierna för förtjänsttecken ska nomineras senast den 31 december 2020.

Styrelsen beslutar vilka som får förtjänsttecken i januari och det tillkännages och delas ut i samband med Riksstämman 2021.

Flygsportförbundets kriterier kring förtjänsttecken hittar du på deras hemsida: www.flygsport.se

Årets SFF:are

• Sista dag för nominering av årets SFF:are är den 31 december. Du kan nominera någon som verkat ideellt för sportens, klubbens eller förbundets bästa under 2020.

Styrelsen väljer ut kandidater bland de nominerade i januari och omröstning sker under februari där alla medlemmar i SFF får rösta på en kandidat.

Utmärkelsen "Årets SFF:are" tillkännages och delas ut på riksstämman 2021.

Namnet på din kandidat som du nominerar samt din motivering mejlar du till info@sff.se senast 31 december 2020.

30 år som instruktör

Jesper Bergstrand, förbundskursledare, medlem i Utbildnings- och säkerhetskommittén och AFF-examinator gjorde sitt sista hopp som aktiv AFF-instruktör i hemmaklubben Örebro i somras. Efter 30 år som aktiv instruktör i fallskärmsbrottning väljer Jesper att lägga just den delen på hyllan.

"Som instruktör och utbildare så är du aldrig bättre än din sista utbildningsinsats, oavsett hur stor eller liten den var. Det är viktigt att känna ett engagemang och också ta sig, och känna att man har tid, för dem man utbildar", säger Jesper. Han fortsätter; "Men allting har ett slut, och det är ju som så, att man skall gå hem när festen är som bäst. Och det har blivit dags för mig att göra det, att tacka för mig nu medan jag fortfarande känner inspiration och glädje."

Jesper har varit en oerhört uppskattad instruktör och förebild för många genom åren. Han rekommenderar alla som funderar på att gå vidare och utbilda sig till instruktör att göra det!

"Det har varit en fantastisk tid och jag känner redan att jag kommer att sakna det."



Foto: Pelle Andersson

Jesper Bergstrand



Bakre raden från vänster: Sebastian Croon, Tobias Resebo, Mikael Helgesson
Nedre raden från vänster: Peter Dernhagen, Alexander Andersson
På planet: Piloten Fred Ruhstorfer

Tredje gången gillt

Mikael Helgesson, en av de fem godkända tandeminstruktörerna i år, delar med sig av sina reflektioner från årets examinering.

"Få år, om några, har varit så kända och svårplanerade ur en organisatorisk synpunkt för hoppssverige som detta. Årets planerade tandem-examination klarade sig inte heller undan utan fick skjutas upp vid ett par tillfällen. Tack vare en stor kämpainsats från RI, Sven Mörtberg, kunde kursen till slut genomföras med hjälp av examinering från Svenska Försvarsmakten.

Det blev några riktigt krävande men också väldigt givande och roliga dagar. Samtliga deltagare som genomförde kursen kom väl pålästa och vi upplevde nog alla att kursen bjöd på ett väldigt uppmuntrande och positivt klimat där både kursdeltagare och utbildare pushade på och hjälpte till för att föra samtliga framåt mot ett lyckat slutmål. En uppskattad del av eleverna var att vi hade gemensamma "debriefers" vilket medförde att vi alla kunde lära mycket av varandras prestationer under kursens gång.

Vädrets makter var inte riktigt med oss och det var till och med nära att en av hoppdagarna flyttades till annan ort, men till slut kunde samtliga hopp i utbildningen ändå genomföras och på lördagen den 5 september kunde ytterligare fem personer titulera sig som tandeminstruktörer. Jag kan nog tryggt säga att vi alla i gruppen är oerhört glada och stolta men samtidigt ödmjuka för den uppgift vi har framför oss. Personligen är jag djupt imponerad av de kursdeltagare som jag examinerades tillsammans med.

Vi som deltagit i årets examination vill avslutningsvis rikta ett extra stort tack till Sven Mörtberg för att han inte gav upp utan lyckades arbeta fram en väldigt väl anordnad tandemexamination trots otaliga motgångar och svårigheter. Vi önskar också ge ett enormt tack till Svenska Försvarsmakten för att de ställde upp med oerhört kompetenta examinering, utan dem hade det inte varit möjligt att genomföra denna kurs."

Myggbugit, tradition i Östersund

Östersunds Fallskärmsklubb anordnar varje år sitt traditionella myggbugi i månadsskiftet juli/augusti. Malin Eriksson, ordförande i ÖFSK berättar:

"Det är bästa veckan på hela året, nio dagar fyllda med fallskärms hoppning och tillsammans med fallskärmsfamiljen! Glada tandempassagerare, mycket skojhoppning och före detta ÖFSK:are på besök, kan det bli annat än bra? Solen lyste på oss och hoppet i solnedgången var lika vackra som alltid. Det tävlades i FS2, "gropen-challenge" och speedstar och såklart hade vi ölpresision också. Veckan avslutades med den traditionsenliga bugifesten. Ni som inte upplevt Jämtland från ovan ännu har en härlig upplevelse framför er -Vi ses på Myggbugit 2021!"



Ilustning.



Svärdfight med Stefan Hillblom, Adam Claréus i bakgrunden.

Fortsatt samarbete

Samarbetet mellan SFF och V-Tab i Falkenberg fortsätter efter att två provnummer av tidningen producerats. Beslut togs av styrelsen i början på september och kort därefter signerades avtalet. Samarbetet har fungerat bra och efter en del justeringar efter första numret, har du därför det tredje numret med V-Tab i din hand. Målet med att sänka kostnaderna för produktionen av tidningen har uppnåtts.

RI-spalten



Läser man Svens spalt här och längre fram i tidningen tankar och råd som Ingemar "Kingmar" Eriksson delar med sig av skulle man kunna säga att det är en otrolig slump att de tar upp exakt samma saker. På var sitt håll tar de upp viktiga frågor inom hoppningen som ständigt behöver belysas både här hemma och i resten av hoppvärlden. Så någon slump är det kanske ändå inte, utan bara ett ständigt pågående säkerhetstänk hos två mycket erfarna hoppare i varsin del av världen.

Sven Mörtbergs RI-spalt

Haverikommissionens rapport efter den tragiska olyckan i Umeå förra året har nu släppts - [https://www.havkom.se/En gedigen utredning där Haverikommissionen](https://www.havkom.se/En%20gedigen%20utredning%20d%C3%A5r%20Haverikommissionen%20framf%C3%B6r%20s%C3%A4kerhetsrekommendationer%20till%20b%C3%A5de%20EASA%20(EU%20Aviation%20Safety%20Agency)%20och%20Transportstyrelsen)

framför säkerhetsrekommendationer till både EASA (EU Aviation Safety Agency) och Transportstyrelsen. Säkerhet är en naturlig och viktig del i SFF:s verksamhet och rapportens rekommendationer välkomnas förstås för att ytterligare förstärka vårt säkerhetsarbete. SFF kommer därför tillsammans med Transportstyrelsen genomföra analys och vidta de åtgärder som är lämpliga i syfte att öka säkerheten ännu mer. Man kan dock konstatera att de säkerhetsrekommendationer Haverikommissionen framför, är de som SFF redan infört eller håller på att utvärdera före införande, till exempel liftchef och gemensam utbildningsplan för fallskärmspiloter. SFF har sedan starten 1955 bedrivit ett aktivt säkerhetsarbete och nu behöver vi tillsammans anstränga oss ännu mer i gemensamma åtgärder som ska syfta till att liknande olyckor inte händer igen.

Kudos till alla som hjälper till att hålla igång fallskärmsverige och ser till att vi inte bara har kul, utan att vi även hoppar säkert! För när det kommer till säkerhet, får det inte hänga på om chefsinstruktören är på fältet och ser till att alla sköter sig. ALLA har ett ansvar att hjälpa till. Säg till om du ser något som är tveksamt eller fel. Be andra om hjälp. Föregå med gott exempel. Gör som Jesper Bergstrand i USK – han har hoppat sedan fallskärmarna var runda, men skäms inte för att be om visitation före hopp, så kallad "kompiskoll". Han lever som han lär och visar tydligt i handling att det inte bara är elever som visiteras före hopp. Jesper är ett

exempel på motsatsen till det man i hoppkretsar internationellt brukar kalla complacent. Ingen bra svensk översättning, men att vara självbelåten och

nonchalant. Man har en övertro på sin egen förmåga och svårt att se sitt riskbeteende. Det behövs istället ödmjukhet inför att vi alla bara

är människor. Vi är inte perfekta och gör inte alltid allt rätt. Att be om en "kompiskoll" är att visa omtanke och förtroende för varandra. Så, var mer som Jesper och bli själv ett föredöme för andra!

SFF:s kompetenta förbundskursledare har trots motgångar med omplanering av gemensamma SFF-kurser på grund av pandemin, utbildat många nya instruktörer; hoppmästare, hoppledare, AFF- och tandeminstruktörer. Det är roligt att se alla års-färska instruktörer ta sig an sina nyvunna kunskaper och färdigheter i verkligheten på hoppfältet! Hög energi och entusiasm som lovar gott inför framtiden – härligt!

Hoppåret är inte slut än och det finns förhoppningsvis många fina hösthelger kvar. Passa på att lägga grunden för nästa säsong och så är det bara att hoppas att pandemin klingar av och att vi kan återgå till ett mer normalt hoppande.

Och glöm aldrig att ha roligt – för det är inte antingen roligt eller säkert!

Vi ses på fältet!

Sven Mörtberg
SFF:s riksinstruktör

Incidentrapporter

Mats Svensson är chefsinstruktör i Halmstads Fallskärmklubb och har även varit med i Utbildnings- och Säkerhetskommittén (USK) i många år. Här delar han med sig av sina reflektioner gällande två incidenter som skett i sommar.



Händelse 1 - låga drag.

Sammandrag från rapporten:

"Friflygarhopp 5-manna. Vid separationen över på rygg, tappade mycket höjd och det blev ett lågt drag. Skärm ute på 400 meter. Det var en person i hoppet som drog på "rätt" höjd. Fyra personer inklusive mig hade skärm ute lägre än vanligt, de andra på ca 600 meter."

Mats reflektion:

En händelse med några låga drag efter ett coachat friflygarhopp. Enligt chefsinstruktörens kommentarer så var deltagarnas erfarenhet låg i förhållande till svårighetsgraden på hoppet. Efter ett stökigt bryt så förlorar flera av hopparna höjdmedvetenheten, vilket resulterar i låga drag. Att dra lågt är att minska sina marginaler. Att dra riktigt lågt är att helt ta bort sina marginaler. I det här fallet gick allt bra och det gör ju oftast det när vi drar lågt. Det är inte sällan när jag sett låga drag att hopparen i fråga inte riktigt tar det på så stort allvar. Under elevutbildningen lägger vi stort fokus på höjdmedvetenhet. Ett helt perfekt elevhopp med den enda avvikelserna att draghöjden missats är alltid underkänt. Det är ganska stor skillnad att konstatera att man fått ut skärmen på 400 meter eller att på 400 meter konstatera att man fått en högfartsfelfunktion.

Händelse 2 - landning utanför hoppfältet.

Sammandrag från rapporten:

"Utelandning vid banänden. Fel spot eftersom den blev parallellflyttad på grund av moln. Jag gick av sist och agerade "kommunikation" mellan den som spottade och piloten, för att flytta spoten norrut från molnet. Spoten blev fel och vi blev av långt norrut och fick motvind hem."

Mats reflektion:

En händelse där en justerad spot resulterar i utelandning. Vi spottar allt mer sällan praktiskt genom att sticka ut huvudet genom flygplansdörren och styra in flygplanet på rätt final. Idag spottas det ofta inte i högre utsträckning mer än att vi tittar var vi är i förhållande till första och sista uthoppsspunkt. Oftast är det redan klart på marken och piloten flyger perfekt efter GPS. Många har säkert inte spottat "på riktigt" mer än under steg 3 på sin hoppmästarutbildning. När då förutsättningarna förändras så att en ny spot måste göras så är det viktigt att förstå vilka konsekvenser dessa förändringar ger. I det här fallet resulterade de

minskade marginalerna, på grund av en parallellflyttad spot, till att hoppare landade utanför hoppfältet. Utelandningar är ytterligare en konsekvens som många hoppare ser på som något mindre allvarligt. Ändå är det utanför hoppfältet en betydande del av våra skador sker, vilket vi kan se i fallskärmrapporterna. Det är många faktorer som snabbt blir okända utanför hoppfältet, turbulens inte minst. På många av våra stora snälla elevfält finns vissa områden där elever inte får landa när vinden blåser i vissa riktningar, för att det blir farligt på grund av turbulens. Tänk då att utanför hoppfältet är det enbart din bedömning, uppifrån cirka 600 meters höjd, som du ska lista ut ett bra ställe att landa på.

Sammanfattande reflektion från Mats:

Två händelser som kanske hade kunnat se annorlunda ut om större hänsyn hade tagits till sin egen och sina hoppkompisars erfarenhet och förmåga. Det är lätt att vara klok i efterhand när man vet hur det blev, det är svårare att vara klok före något händer. Därför måste vi anstränga oss desto mer för att hela tiden försöka se vilka konsekvenser våra handlingar får för oss och våra hoppkompisar. Många av oss har sett de där fyra rookisarna med sammanlagt 50 hopp som ska försöka sig på något tillsammans, eller när det är sju A-certare och tre B-certare på "den där härliga tiomanna sunset-blobban". De gör inget regelmässigt fel och de inser ofta inte själva att det här kanske inte är en så bra idé. Det är ibland svårt att inse sina begränsningar och att det kanske behöver tas lite mindre steg framåt. Vi som står där bredvid och ser vad som håller på att hända måste hjälpa till vid den här typen av situationer. Hjälpa till att förklara, hjälpa till att föreslå förändringar och skapa bättre förutsättningar. Jag har hört erfarna hoppare på fältet som både säger "det där kommer aldrig att gå" och "det där var bara en tidsfråga innan det här hände" utan att förmedla detta till de eller den inblandade i tid. Det tycker jag är en ganska trist inställning. Vi måste hela tiden hjälpa varandra att bli bättre och säkrare i luften och på marken. Ser du något som inte verkar vara bra men känner att du inte har tillräcklig erfarenhet eller kompetens att komma med tips själv, hjälp till genom att föreslå att man pratar med någon som har det.

Ingen kan allt och alla kan något, tillsammans växer vi som hoppare. Ha som mål att alltid ge dig själv och dina hoppkompisar de bästa förutsättningarna för kul och säker hoppning.

**"EVERY NEW BEGINNING COMES FROM
SOME OTHER BEGINNING'S END."**

-LUCIUS ANNAEUS SENECA



**PERFORMANCE
DESIGNS, INC.**

WWW.PERFORMANCEDESIGNS.COM/FIRST-TO-KNOW



Hoppande familjer – Familjen Lundberg

Text: Pixine Lyckner

Fallskärmsklubben Aros fick under säsongen tillskott i medlemsskaran av familjen Lundberg. Lundbergarna kan beskrivas som en väldigt tight sammansvetsad familj som väldigt gärna umgås med varandra. De reser, hittar på upptåg hemma och kommer nästan alltid i flock trots att barnen nu är i övre tonåren.

Mamma Jennifer hoppade som ung i USA men när hon flyttade till Sverige, träffade Anders, gifte sig och började bygga familj, trodde hon att det var slut på hopplivet. Ett presentkort på Bodyflight var dock nyckeln tillbaka. Inom kort tunnlade Jennifer och barnen tillsammans varje vecka. Pappa Anders hade fullt upp med sin karate men resten av familjen gick två sexveckorskurser och sedan började de köpa egen tid att flyga på tillsammans.

Himmelslängtan

Jennifer längtade mer och mer tillbaka till himlen och hoppningen och tänkte att om hon fick med sig familjen så behöver det inte vara så svårt att hitta tid till att utöva sporten. Efter tandemhopp i Västerås stod det klart, Jennifer, Isabella och Carl skulle börja hoppa fallskärm, de skulle gå en AFF-kurs tillsammans under 2020. Anders var fortfarande inte särskilt intresserad, han hade fullt upp med annat.

Till Isabellas förtret lyckades Jennifer norpa en plats på en kurs som egentligen redan var full och

gick därmed sin AFF-utbildning redan förra året. Jennifer berättar mycket entusiastiskt med lysande ögon "Jag kunde bara inte vänta!"

Poletten trillade ner i Zephyrhills

Under en resa till USA besökte Anders och Jennifer hoppfältet Zephyrhills där Anders testade ett tandemhopp. Han hann knappt landa innan han tog sin rabattkupong (som man fick när man hoppade tandem) och köpte ett till. Efter det andra hoppet var även han förälskad i frifallet och på flyget på väg hem till Sverige kom frågan till Jennifer "Du... tror du det kan finnas en plats ledig på barnens kurs?".

Det fanns det och de blev kända hos instruktörerna som "Familjen som alltid har så bråttom ut genom dörren" då de alla tre var mycket kvicka i exit.

Utökning i familjen

Den sprudlande och lite busiga familjen består



Familjen Lundberg trivs allra bäst när de är tillsammans, här med familjens två nyaste medlemmar.

sedan några veckor tillbaka av sex medlemmar. Valparna Qvizzla och RubyLee tog både Lundbergarna och Arosfamiljen med storm. De två mjukpälsade livsnjutarna trivs mycket bra i sin lekchage under den stora eken där de ofta får besök av hoppare som tar en paus för att fylla på myskontot.

Hela familjen är väldigt eniga om att de är i hoppvärlden för att stanna och de ser fram emot nästa säsong och att få hoppa tillsammans.

Vi frågade familjens tvåbenta medlemmar om deras bästa familjeminne, vad det bästa med hoppningen är, hur de beskriver resten av familjen, vad som är bäst i deras liv just nu och vad de gör om 10 år: ■

ANDERS LUNDBERG BERÄTTAR

Mina bästa familjeminnen är från våra resor. Vi reser mycket, första familjeresan vi gjorde var Carl bara 9 månader gammal. Jag minns framförallt när vi åkte till träskmarkerna i USA och klappade alligatorer, barnen var 7-8 år då och vi kunde börja göra lite mer äventyrliga resor.

Det bästa med hoppningen är att gå 'all in' och bara fokusera på hoppet, inget annat existerar, det är en sådan kick!

Familjemedlemmarna är oerhört olika men vill väldigt gärna vara tillsammans, vi drar nytta av att vi är olika och har så olika egenskaper.

Det bästa just nu är våra valpar Qvizzla och Ruby Lee. Att ha hund igen efter att vår älskade Kayli gick bort i våras är underbart och att dessutom ha hundar som vi kan ta med till klubben är helt klart bäst just nu.

Om 10 år fortsätter vi hoppa som familj och gör hoppresor ihop!

CARL LUNDBERG 15 ÅR, BERÄTTAR

Mitt bästa familjeminne är när vi fick vår första hund. Det var 2015 och jag kom hem från skolan, hela familjen var hemma och jag fick en stor låda och i den satt Kayli. Jag och Isabella visste ingenting, mamma och pappa hade köpt henne i hemlighet så när Isabella kom hem hade även hon fått öppna lådan.

Det bästa med hoppningen är att stitflyga!

Familjen är energisk, ja kanske inte mamma då, jag skulle mycket hellre välja att spendera tid med min familj än med kompisar.

Det bästa just nu är datorspel, jag spelar Fallguys och GTA5.

Om 10 år hoppar jag fortfarande och har skaffat familj. Jag har ett bra jobb och en bra utbildning och bor i alla fall inte hemma.

ISABELLA LUNDBERG 17 ÅR, BERÄTTAR

Mitt bästa familjeminne är när vi fick vår första hund Kayli, jag såg nosen genom handtagshålet i lådan som hon satt i och jag hade, efter år av tjt, lyckats övertyga mamma och pappa om att vi skulle ha en hund!

Det bästa med hoppningen är att man känner sig fri, som en fågel, och man känner sig som superman.

Familjen beskriver jag såhär; Mamma – Envis hoppare som alltid vill hoppa när som och var som. Generös och ser andra hoppare som familj. Pappa – Humoristisk, bra på att lära känna nya hoppare och hitta nya hoppkompisar snabbt. Carl – Retsam men ändå snäll. Motiverad till att prova nya saker. Lite blyg när det kommer till att lära känna nya.

Det bästa just nu är kompisar, familjen och hundarna. Tråkigt att jag inte kan hoppa så mycket på grund av skolan, men vi åker ut till klubben över helgerna ibland.

Om 10 år vill jag fortfarande vara hoppare och jag vill ha utvecklats mer. Jag vill ha hoppat i flera olika länder och känt på olika hoppmiljöer. Jag vill inte jobba inom sporten förutom att kanske sitta i manifestet eller tandemstugan ibland, men annars vill jag fortsätta lära mig saker.

JENNIFER NOLAND LUNDBERG BERÄTTAR

Jennifer Noland Lundberg berättar
Bästa familjeminnen är när barnen var små och var så otroligt påhittiga. De skapade shower och cirkus och underhöll ofta oss vuxna. Jag minns speciellt en gång när de satte ihop en show ute vid poolen, Isabella var hawaii-dansös och Carl var clown och de dansade och busade och var så otroligt roliga.

Det bästa med hoppningen är friheten. Och frifallet, mage, rygg, head down, sitta, det spelar ingen roll, att bara få vara i frifallet är det bästa.

Familjen har mycket överskottsenergi och är alltid igång, de är kreativa, envisa, påhittiga och väldigt lösningsorienterade, de hittar sätt att göra det de vill göra även om det är hinder i vägen.

Det bästa just nu är att jag inte visste att livet kunde vara såhär bra. Att komma tillbaka till hoppningen var som att komma hem till mormor, tryggt, kärleksfullt och härligt, och att göra det ihop med familjen gör mig så otroligt lycklig.

Om 10 år, herregud då är jag ju jättegammal! Men då är jag instruktör, just nu är det mycket med familjens hoppning men om 10 år kan jag ge tillbaka till hoppningen genom att vara instruktör och lära andra. Om 10 år är också klassisk pardans en gren i fallskärms hoppning, det skulle vara så otroligt läckert!

Ordförandespalten

Hej!

I förra numret av Svensk Fallskärmsport skrev jag att tandemutbildningen var ett av mina mål för säsongen. Utbildning samt examination kunde efter många turer genomföras under första veckan i september på Fallskärmsklubben Aros, i Västerås. Tack vare Riksinstruktörens ovilja att ge upp och ett gott samarbete med Försvarmaktens instruktörer blev det äntligen av och det var härligt och intressant att än en gång få vara elev och erbjudas möjlighet att utvecklas och lära tillsammans med kursens övriga deltagare.



Tandemkursen inleddes under onsdagen med teori och praktiska övningar som avslöste varandra följt av nödprocedurexamination före middagen. Det första hoppet under kursen är ett ensamhopp med tandemrigg och då fick vi för första gången kasta drog och bekanta oss med det nya systemet i frifall. Ingen av oss hade nog förväntat sig att göra detta redan första dagen med tanke på veckans väderleksprognos, men efter middagen blev det i alla fall tillräckligt bra för att hoppa. "Tillräckligt bra" kom sedan att bli temat för vädret under kursens resterande dagar.

Jag upplevde att kursen stundtals var utmanande och att det ställdes höga krav på oss deltagare, men vi var väl förberedda och blev snabbt ett sammansvetsat gäng. Vi pluggade och tränade tillsammans, peppade, stöttade och hjälpte varandra när det var kämpigt och hejade på varandra när det gick bra. Det var ett gott gäng att gå kurs med helt enkelt.

Redan hopp två med tandemsystemet genomfördes med passagerare. Passageraren var under kursen antingen en av instruktörerna eller en kurskamrat. Vi hoppade, debriefade hoppfilmerna i helklass, fick feedback och sedan gjorde vi om det igen. Instruktörerna var med oss hela tiden och stöttade med tips och saker att tänka på inför nästa hopp. I den ordningen fortsatte det till lördag morgon när vi genomförde de sista examinationshoppen. Med den nivå av engagemang som instruktörerna hade kändes det som att de ville att vi skulle lyckas nästan lika mycket som vi själva ville det. Till alla er som gjorde att tandemexaminationen kunde genomföras, tack för ert arbete och tack för visat förtroende i passagerarselen!

För fallskärmsveriges del har vi lämnat högsäsongen bakom oss och närmar oss årets mindre hoppvänliga månader, och när klubbarna inte längre kan hoppa som vanligt så intensifieras istället planeringsarbetet för avslutandet av denna säsong och början av nästa. I klubbarna planeras det årsfester, eventuell vinterhoppning och kommande säsongens verksamhet. På förbunds nivå planerar vi SFF:s förbundskonferens, möten och budget inför 2021 samt den kursverksamhet som skall genomföras under de kalla månaderna framöver.

Jag ser personligen fram emot att träffa kollegorna i ordförandekåren och att få tacka av Peo, i samband med förbundskonferensen efter år av hårt arbete som ordförande för SFF. Likväl ser jag fram emot vinterns förbundskurser och jag hoppas att ni som går kurser i vinter får en lika bra upplevelse av dessa som jag fick under TandemX.

Sebastian Croon
Ordförande

Andas in...

Under sommaren har man installerat ett syrgassystem i D-FPAR, flygplanet som Fallskärmsklubben Aros i Västerås leasar från Tyskland. Detta möjliggör höghöjdshoppning från 6000 meter för de som gärna ägnar mer tid i frifall. Systemet har provats och några höghöjdshopp gjordes i somras, men tanken är att regelbundet kunna erbjuda möjligheten vid läger eller som 'sunsetload'.



Foto: Camilla Björklund

Sebastian Croon som tidigare har höghöjdshoppat i Zephyrhills i USA började utforska möjligheterna kring höghöjdshoppning i Sverige. "Det har förekommit höghöjdshoppning på Aros tidigare med andra flygplan" berättar han och idén har legat och grott sedan man började leasa D-FPAR. "Vi, alltså jag, styrelsen och Fallskärmscenter, samt Robert som vi hyr flygplanet av, har

HYPOXI

Hypoxi är en medicinsk term som innebär att kroppens vävnader lider brist på syre. Symtom som stickningar i fingrarna, tunnelseende och blå läppar är tecken på hypoxi. Att se till att alla mår bra och att ingen 'zonar ut' är bra sätt att hålla koll på varandra på liften.

snackat om möjligheten till syrgassystem i källan tidigare. En dag i somras hörde Robert av sig och visade bilder på ett system som han sa att vi kunde installera i D-FPAR i samband med att hon skulle på service" berättar Sebastian.

De räknade lite på priset och kort därefter genomförde de installationen tillsammans, i samband med att Robert hämtade hem det plan som ersatt D-FPAR då det var på service. "Själva installationen är inte särskilt svår, vi

"Kvällsvinkel är trevligt, från 6000 meter är det extra trevligt. Om man lyckas tajma det rätt så är halva hoppet i solsken och avslutas med skymning. Nollvind med dagg i gräset efter solnedgång garanterar goa landningar."

– Peter "Derna" Dernhagen

...Hoppa ut!

Text: Pixine Lyckner



Foto: Henrik Bjerkeryd

Kvällsvinkel från 6000 meter stod på många önskelista i år, här vinklar Artur Kransengren-Buracki, Sebastian Croon, Peter "Derna" Dernhagen och Nils Van Der Poel över Västerås.

monterade slang och kopplingar längs väggarna i flygplanet och ledde dessa till utrymmet bakom piloten, där de anslöts via grenkoppling till regulatören och syrgastuben" förklarar Sebastian.

När man behöver använda sig av syrgas samt procedur för detta under flygning finns beskrivet i SBF:en. "Vi vrider på syrgas strax innan vi når 4000 meters

"Den 7:e augusti var det äntligen dags: HALO från 6180m på Aros! Johan Janzén och jag bestämde oss att vi skulle 'carva' tillsammans. Vägen upp med lite extra syre kändes knappt längre än vanligt och sedan var det dags! Skulle det se mycket annorlunda ut? Vi kollade runt lite direkt efter exit och visst upplevde vi den extra höjden. Vi började 'carva', varv efter varv, bytte håll och det tog aldrig slut! Kort innan bryt flög vi lite på rygg – det var så himla roligt. Vi fick 97 sekunder frifall och en av sommarens absoluta höjdpunkter! – Alex Liebert



Foto: Johan Janzén

Alex Liebert njuter av att få prova höghöjdshoppning för första gången.



Foto: Alex Liebert

"Spännande när min 30 år gamla Barigo stannade vid 5000m. Fint att den funkade igen vid 'lägre' höjd" berättar Alex Liebert.

"Jag tycker att det är fantastiskt att man från klubbens sida gjort det möjligt att göra höghöjdshopp i Västerås! Det är en rolig och spännande sak som fler hoppare nu får möjlighet att testa, men med den trygghet som det ger att få hoppa hemma i Sverige. Det är ett av mina finaste minnen från den här sommaren, att hoppa av på 6000 meter och flyga en vinkel med hoppkompisarna i solnedgången. Ett hopp som varade en evighet. Tack till FKA:s styrelse och speciellt Sebastian Croon, som drivit detta och som gjorde det möjligt!" – Camilla Björklund

höjd, varpå alla på liften får andas syrgas via en liten slang som man håller löst mellan tänderna medan man andas som vanligt. Dock viktigt att tänka på att andas lugnt och att andas in genom munnen och ut genom näsan. Det är också viktigt att hålla koll på varandra, vid misstanke om hypoxi går hela liften ner" berättar Sebastian.

Kollaboration med god atmosfär

Att införskaffa materialet, installera systemet och att skapa rutiner för den här

"Nervositeten var stor efter att ha hört och läst Facebook-skröner om avtuppade hoppare på den exithöjden. Saken blev inte bättre av prestationsångesten som följer av att hoppa med Uffe och Helen (Ulf Anderzon och Helen Samuelsson reds. anm) efter ett strikt väl inövat program. 'Braina inte' var den återkommande tanken på väg upp till höjd. Väl syresatt på höjd med skärpta sinnen som följd gjordes en formidabel exit och ovanligt många poäng. Euforin var fullkomlig vid landning efter det eviga frifallet. Och ja, jag 'brainade'. Alla J:na, donutsen alltså, föll bort från mitt alfabet men vad spelar det för roll när man har gjort ett episkt hopp med legenden. Jag ser verkligen fram emot mitt nästa höghöjdshopp på Aros och varför inte med min wingsuit nästa gång." – Omar Baki

typen av hoppning var ett samarbete mellan flera av klubbens medlemmar med Robert, Sebastian och Fredrik Bergman som drivande aktörer. "Många bidrog med kompetens och idéer kring ämnet", berättar Sebastian. "Jag och Robert installerade

"Det är väldigt roligt med mer falltid om man till exempel vill vinkla eller formationshoppa eller utöva annan avancerad flygning. Dessutom är det en upplevelse lite utöver det vanliga som alla borde prova i alla fall en gång under sin hoppkarriär bara för att ha det gjort!" – Sebastian Croon

systemet, Fredrik fixade syrgastuben och tillsammans tog vi fram riktlinjer och rutiner", fortsätter han. Sebastian ser fram emot nästa säsong höghöjdshoppning och välkomnar alla nyfikna att komma och prova. ■

VEM KAN KOMMA OCH VARA MED PÅ HÖGHÖJDSHOPPNING PÅ AROS?

Alla som har C-cert (SBF-krav) samt att man är bekant med området och fältet (lokalt krav). Är man inte medlem och uppdaterad på klubben och området, krävs det att man har gjort några hopp på klubben under dagen innan höghöjdshoppet.

NÄR? Vi gör det generellt som 'sunsetloads', alternativt de 2-3 sista lyften på dagen för att det inte ska störa ordinarie hoppning och verksamhet.

KOSTNAD? 360 kronor för medlemmar och 440 kronor gästhoppare.

KRAV? Bortsett från C-licens och övriga krav i SBF:en samt att man har bekantat sig med att hoppa på FKARos, krävs bara att man har mobilen med sig (och har FKARos Hoppledär-nummer inlagt)

VAD BEHÖVER JAG? Allt som krävs för att kunna genomföra hoppet ingår i priset (utöver standard hopputrustning).

VARFÖR VILL MAN HÖGHÖJDSHOPPA? Varför skulle man inte vilja det? Mer frifalltid är fördelaktigt vid till exempel rekordförsök eller mer avancerad hoppning.

KAN JAG HOPPA MED WINGSUIT PÅ 6000 METER? Ja det kan du men det bör göras med försiktighet. Människor reagerar olika på att vistas i syrefattiga miljöer. Det längre frifallet wingsuit medför kombinerat med lägre lufttryck gör att du löper ökad risk för hypoxi jämfört med friflygare och maghoppare. På Aros har det gjorts ett fåtal wingsuithopp från 6000 meter av erfarna hoppare som gjort det förr på andra platser. Än så länge saknas dock etablerad rutin för detta och mer research behöver göras innan beslut fattas om och hur detta ska tillåtas. Att göra sitt första höghöjdshopp med wingsuit rekommenderas inte.

VAD KAN JAG INTE GÖRA PÅ ETT HÖGHÖJDSHOPP? High-pull och cross-country är inte rekommenderat.

Nytt rekord i headdown

Text: Penny Robertson-Pearce

HÄR ÄR ALLA SOM VAR MED I REKORDET:

Mikael Belenki	Jerry Lindahl
Andreas Bergström	Sonya Michanek
Adrian Cederholm	Rikard Mogren
Tim Douglas	Per Nissborg
Karim Ennasri	André Persson
Jesper Forsman	Tobias Persson
Cornelia Franzén	Henrik Runbjörk
Nils Hedström	Marie Sjödin
Anna Heimdahl	My-Annie Svelander
Fredrik Johansson	Johan Svensson
Tilda Järbel	Marcus Turula
Artur Kransengren	Viktor Zetterström
Markus Krassas	



Foto: Liina Väänänen

Den 19 augusti sattes nytt rekord i headdown formation med 25 hoppare. Platsen var Gryttjom och Stockholms Fallskärmsklubb stod värd för inledande träning och rekordförsök. Till rekordet användes klubbens egen Twin otter samt Supercaravanen inlånad från Fallskärmsklubben Aros.

I december i fjol när Nils "Nisse" Hedström var på Headdown Bigwayläger i Spanien väcktes idén att det var dags för ett nytt rekordförsök i Sverige. I Spanien träffade han

Jenny Norin som året innan organiserat ett läger i Gryttjom där man tränade headdown i större grupper. Nisse påbörjade det organisatoriska arbetet tidigt i år och det första var

att samordna med det planerade bigwayläger på mage som var tänkt att anordnas i augusti, där en norsk twinotter skulle lånas in. "Tyvärr blev det lägret inställt på grund av coronapandemin och norska twinottern avbokades. Men jag ville ändå försöka genomföra rekordförsöket och kontaktade istället Fallskärmsklubben Aros gällande deras supercaravan."

Många nya i rekordsammanhang

Anmälningarna började strömma in under sommaren och intresset var ganska stort. "Det var ändå ganska många som inte hade möjlighet att komma som var med under rekordet 2014 och det visar ju på att vi har en bra tillväxt med duktiga friflygare", säger Nisse. Tim Douglas och Adrian Cederholm anlätades som coacher och Adrian som deltog i förra svenska rekordet och även i världsrekordförsöket i Arizona 2018 har stor erfarenhet av storformation i headdown. Under helgen blev det lite uppvärmningshopp inför lägret som startade på måndagen. "Då gjorde vi sex hopp i två grupper med 12 hoppare i varje", berättar Nisse. "På sista hoppet för dagen gjorde vi ett rothopp (hopp ur två flygplan) och för några av deltagarna var det första gången."



Foto: Liina Väänänen

Rekordgänget övar inför nästa hopp.



Foto: Adrian Daszkowski

Nils Hedström, organisatör för rekordet, har under förra året deltagit i många bigwayläger i headdown utomlands, här på Skydive Spain.

ADRIAN CEDERHOLMS RÅD TILL DEN SOM VILL VARA MED PÅ REKORD I FRAMTIDEN



Foto: Bruce Griffith

1. Flyg vertikalt!

Det finns många extremt duktiga flygare idag men en sak som man behöver träna lite extra på om man vill vara med på ett headdown-rekord är att flyga mer statiskt vertikalt. Nuförtiden när dynamisk flygning blivit populärt tränar man mindre på "old school" statisk friflygning. Lägg lite tid på vertikal flygning både ute och i tunneln om du har möjlighet. Att flyga helt still headdown är också en aktiv handling samt att kunna hålla ett grepp en längre stund.

2. Level!

Titta på film från rekord och studera hur man flyger level i en headdown formation. Till skillnad från maghoppning ska de som ligger i utkanten flyga lite under formationen. Ju större formationen är desto viktigare blir det att man har rätt level för att undvika "tensions" i greppen. Träna detta i en liten grupp, med en bas och några som bygger på utifrån och öva på principen "level, slot, dock". När man flyger in rätt, lite underifrån, kommer greppet till dig. Du ska aldrig behöva sträcka dig efter ett grepp.

3. Större grupper

All form av hoppning är bra träning om man vill träna på att hoppa i en större formation. Det som är viktigt när man hoppar med många andra är att man gör ett säkert bryt, 180 grader från formationen och att man är bra på att tracka.



Foto: Oscar Asfuera

dagen med 25 hoppare och två som filmade, Liina Väänänen och Oscar Asfuera, satt äntligen rekordet. Man tittade spant på filmerna efteråt och när man såg tydligt att rekordet satt blev alla jättegglada. Rekordfilmen skickades till Zeljko som skulle godkänna det tillsammans med två extra domare enligt den rutin som gäller vid rekordförsök. "Rekordet är godkänt av domarna men blir officiellt först när Flygsportförbundet har godkänt det, vilket mest är en formalitet", berättar Nisse. Självklart finns tankar på att göra rekordförsök igen, särskilt med vetskap att många erfarna saknades denna gång som potentiellt hade kunnat vara med. "Inte säkert att det blir nästa år redan men nu har vi ju slagit Norges rekord som är 23 hoppare och det vore kul att slå finska rekordet också, där de var 26." Att i framtiden sätta ett nytt nordiskt rekord står också högt på önskelistan för många hoppare. ■

Planera formationen

Adrian och Tim satte sig ner på måndagskvällen för att finslipa hur formationen skulle se ut inför tisdagens första rekordförsök. Adrian berättar; "Vanligtvis utgår man ifrån en bas och sedan flera poddar som bygger på utifrån." Eftersom planen måste lämnas in i förväg till den huvudansvarige domaren, i det här fallet Zeljko Tanaskovic, så är det även viktigt att det framgår vilken plats varje hoppare ska vara på. "Under hoppdagarna hade vi en pågående dialog med Zeljko och så fort vi ändrade något i formationen skickades en

ny plan in. Vi är tacksamma för hur engagerad Zeljko var under rekordförsöket." På tisdagen gjordes 6 rekordförsök som inte satt och lite justeringar gjordes från hopp till hopp.

Äntligen satt det

Efter något byte och några nya hoppare som tillkom var gruppen laddad på onsdagsmorgonen. På första hoppet för



Sommarens enda SM avgjort

Text: Pixine Lyckner

Foto: Stockholms Fallskrämsklubb



Årets SM-vinnare, Gryttjom Allstars: Ulf Liljenbäck, Tobias Alsio, Anders Brouzell, Kenneth Arnell, Sven Mörtberg, Mikael Kaulanen, Rikard Rodensjö, Peter Mårtensson, Måns Burman, Peter Törnестam. Foto: Stockholms Fallskrämsklubb.

Det blev en annorlunda säsong med ett enda SM under sommaren. Tack vare idogt arbete av tävlingskommittén med Peter "Törna" Törnестam i täten samt ett gott samarbete med Tierps kommun så kunde SM i Tiomanna Speed Formation gå av stapeln den 29:e augusti. Sven Mörtberg som tävlade för det vinnande laget Gryttjom Allstars vittnar om en fantastisk stämning och gott sportmannaskap.

Väderprognoserna på samtliga vädersajter visade regnmoln hela lördagen och under fredagen rullade tjocka, mörka moln in över Stockholms Fallskrämsklubb i Gryttjom där tävlingen hölls. Normalt sett är det hoppning 10.00-18.00 på lördagar men när det är SM kan man få dispens att hålla igång hoppningen ytterligare två timmar, därmed gick första liften 08.00 på lördagsmorgonen. "Det hade regnat mycket under natten, det var väldigt blött i gräset men gott om luckor bland molnen. Det var helt otroligt, alla lagen hann med samtliga rundor och det var oerhört roligt då allt annat under sommaren blivit inställt", berättar Sven Mörtberg som kallar årets tävling *Miraklet i Gryttjom*.

"Miraklet
i Gryttjom"

"Det blev ju inget publikrekord direkt så här i coronatider" skrattar Sven och understryker hur härlig stämningen var, att det var gott kamratskap, glada hoppare och inga sura miner. Sven är stolt utan att vara mallig, hans lag Gryttjom Allstars, vann tävlingen och det är därmed hans tionde förstaplacering av de tio speedformations-SM han deltagit i. "Att förlora är inte ett alternativ och tro mig, det har inte med tur att göra, det är ingen slump att vi vann", menar han och syftar till gruppens samlade erfarenhet.

Kändisstatus i Tierp

Under kvällen samlades man på den lokala restaurangen Brorsans och tack vare jubel och skålar mellan borden förstod de lokala



Årets SM-logotype gjordes av Olivia Axelsson.

10-MANNA SPEED FORMATION

SM-grenen Speed Formation går ut på att vara snabbast med att bygga en på förhand lottad formation från att man hoppat ur flygplanet på 3500 meter. Hopparna får inte hålla grepp vid uthopp och ingen del av hopparna får synas utanför flygplanet. Detta kallas 'No Grip No Show'. På en av laget given signal dyker alla tio lagmedlemmar ut så fort det går, likt en champagnekorksöppning. I det fria fallet bygger laget den formation som domarna lottat fram. Arbetstiden är 40 sekunder och farten är ca 200 km/tim. De snabbaste lagen tar dryga 20 sekunder på sig att bygga en komplett formation.

Resultat SM Speed Formation 2020

PLACERING	LAG	KLUBB	OMGÅNG 1		OMGÅNG 2		OMGÅNG 3		OMGÅNG 4		TOTAL	
			Tid	Antal	Tid	Antal	Tid	Antal	Tid	Antal	Tid	Antal
1	Gryttjöm All-Stars	SF	24,31	10	25,87	10	23,17	10	27,68	10	101,03	40
2	Fast Scones	SFK	40	9	21,95	10	22,42	10	24,97	10	109,34	39
3	84 gram	UFK	34,25	10	40	7	33,02	10	40	6	147,27	33

gästerna att något stort hade skett. Detta ledde till att helt okända människor kom fram och gratulerade till tävlingsbedrifterna och atmosfären var på topp.

Peter "Törna" Törnестam är väldigt nöjd med att tävlingen blev av trots vädret och trots pandemin. "Det var speciellt, tävlingen hölls utan publik, lagen hölls separerade, handspritsstationer fanns utplacerade vid ilastning och andra ställen där de tävlande rörde sig berättar han. Sanering av flygplanet före, under och efter hoppning sköttes av klubbens medlemmar ideellt och samarbetet var gott. "Det var en skön stämning under tävlingen och jag, och Stockholms Fallskärmsklubb, vill tacka Tierps kommun och kringboende för deras positiva inställning till norra Europas största fallskärmsklubb" säger han och är väldigt nöjd med det samarbete man nått med Tierps kommun.

Christopher Gärner, som för första gången deltog i SM tycker att tävlingen var väldigt spännande och rolig.

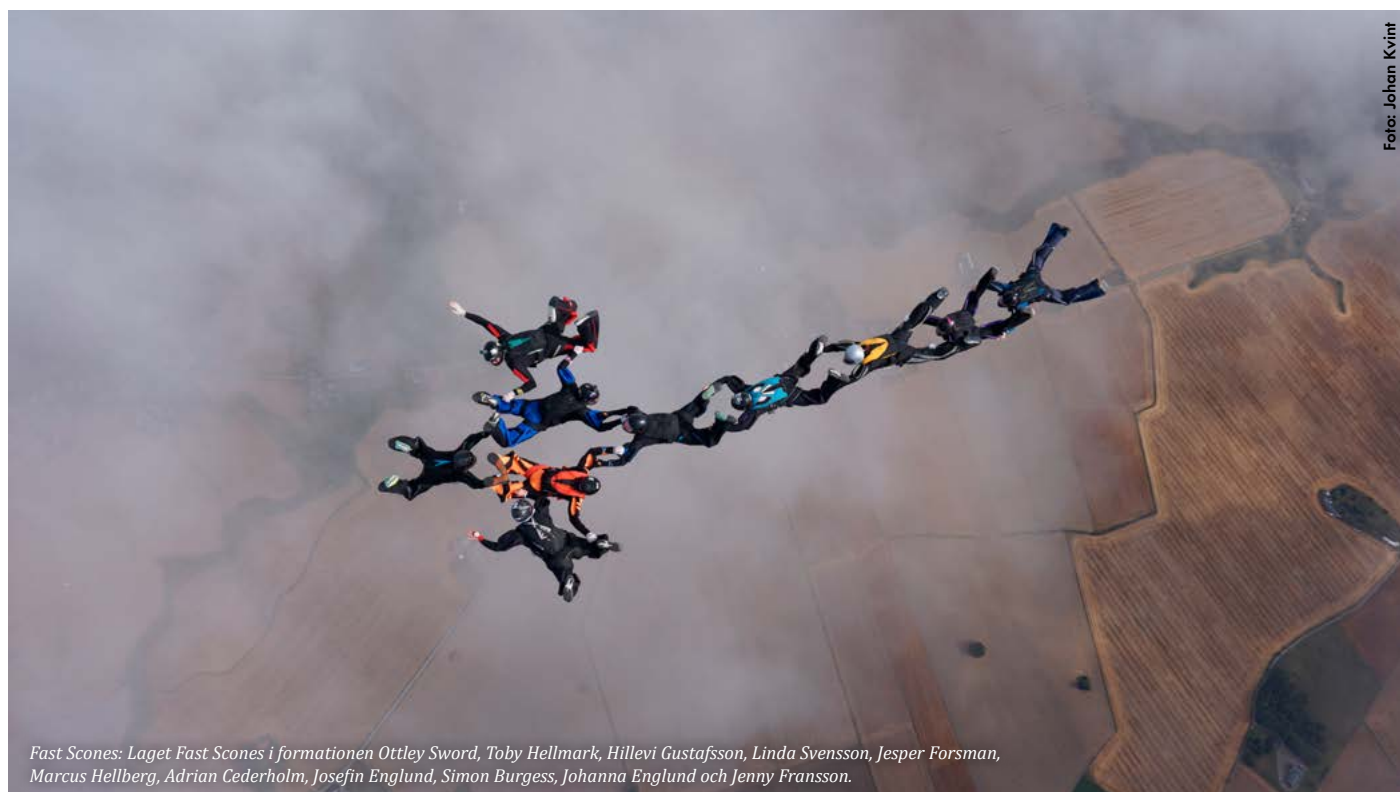
"Jag visste inte riktigt vad jag hade att se fram emot men eftersom vi var två lag från Skånes Fallskärmsklubb var förhoppningarna höga", berättar han och upplever tävlingen som väldigt välorganiserad. "De som anordnade det hela gjorde ett fantastiskt jobb, de kom med tydlig information och hade man frågor var det lätt och få svar på dem. Det enda jag kan komma på som var mindre bra var att vi inte vann", skrattar han och berättar om planerna

inför nästa års tävling. "Strategin för framtiden är att träna mer ihop, som lag. Det här året hann vi inte göra några hopp ihop som komplett lag, vilket märktes då vi inte hade riktigt rätt person på rätt plats i formationerna." Vinnare eller inte så är Christopher väldigt nöjd med att ha deltagit i sitt första SM. "Trots den lilla erfarenhet vi hade av att hoppa ihop är jag väldigt stolt över mina lagkamrater och vad vi åstadkom ihop!" säger han stolt. ■



Kitten håller modet uppe tillsammans med Catharina Gilljam efter att hon landat med den skadade armen.

KITTEN NORDLÖF som skadade armen under SM: "Det var en jätterolig tävling med otroligt bra stämning och massor av skratt. Dock är det en väldigt hetsig tävlingsform och till följd av detta skadade jag mig i dörren när vi skulle kliva av. Jag var riktigt rädd ett tag för det gjorde vansinnigt ont och jag trodde jag skulle bli av med armen. Nu är jag på bättringsvägen, det kommer ta ett tag men jag ser fram emot nästa säsong!"



Fast Scones: Laget Fast Scones i formationen Ottley Sword, Toby Hellmark, Hillevi Gustafsson, Linda Svensson, Jesper Forsman, Marcus Hellberg, Adrian Cederholm, Josefin Englund, Simon Burgess, Johanna Englund och Jenny Fransson.

Foto: Johan Kvint

NYFIKEN PÅ

Ingemar

Text: Penny Robertson-Pearce

Kingmar – mannen, myten, legenden eller i alla fall den svenska hoppare som gjort flest hopp genom tiderna. Om du lägger till en stor portion ödmjukhet, kunskap och humor och ett helt liv med fallskärms hoppning på heltid så får du en ganska bra sammanfattning av mannen som fick sitt smeknamn Kingmar redan tidigt i hoppkarriären. Hur han fick det passande smeknamnet får du läsa om här, samtidigt som du får en inblick i hans innehållsrika liv och en god portion av hans kloka tankar och råd. Var så goda –Kingmar!

När intervjun blir av sitter jag vid frukostbordet här hemma i Sverige och Ingemar som bor i Nya Zeeland har precis kommit hem och lagt barnen efter kvällens hockeyträning. Det är 12 timmars tidsskillnad och enda möjligheten att få till en intervju är via Skype. Jag har egentligen aldrig träffat Ingemar, med undantag för ett kort möte på ett tandemseminarium i Karlsborg 2015, och jag måste erkänna att jag är lite "starstruck". Som enda svensk genom tiderna har Ingemar gjort hela 25 000 hopp! Det är väldigt många hopp och jag hänförs över att han efter alla dessa år med hoppning som heltidssysselsättning fortfarande är så ödmjuk inför riskerna med vår sport. Ingemar som hemma i Sverige fått smeknamnet "Kingmar" är en förebild för många, men också en man som många hört talas om, men inte riktigt vet vem det är. Det ska vi ändra på nu och vi börjar från början.

En musketör

Ingemar växte upp i Vikmanshyttan utanför Hedemora i Dalarna med sina föräldrar; sin äldre bror Tobbe och sin yngre syster Linda. I unga år blev det mycket utförsäkning på skidor och från 12 års ålder satsade Ingemar mer på ishockeyn och spelade aktivt i ett klubbtag tills han var 19. Att Ingemar en dag skulle börja hoppa fall-

skärm bestämde han redan vid 10 års ålder. "När familjen tog bilen till Borlänge passerade man alltid Romme flygfält och ofta såg vi fallskärmar i skyn och jag blev intresserad redan då", berättar Ingemar och fortsätter; "Jag gjorde små fallskärmar av plast till mina legogubbar, och jag ritade teckningar av olika fallskärmsformationer." Ingemar berättar att han ofta tänkt på den viktigaste anledningen till att han började hoppa och senare trivdes så bra i gemenskapen på klubben. "I skolan började det kännas som om jag var född i fel tid och kanske på fel plats, jag hade alltid en känsla av att det hela kändes lite fel på ett sätt man inte kunde sätta ord på när man var så ung. Att vara en del av hoppningen kändes lite som att vara en av musketörerna... spännande och man riskerade livet för något större." Tillsammans med bästa kompisen Niclas från skolan åkte de för att titta på en hoppuppvisning i Hedemora, där de imponerades av Johan Bond som "landade mitt på krysset". Efteråt var det informationsmöte om fallskärms hoppning och genast hade Ingemar ett tydligt mål –att börja spara ihop pengar till en kurs.

Lucky Luke

"Under gymnasietiden körde jag ut tidningar på mornarna innan skolan började och när jag var 19 år hade jag äntligen råd att

INGEMAR "KINGMAR" ERIKSSON

Ålder: 45 år

Familj: Fru: Yuko Eriksson och barnen:

William Ryota, 6 år

och Leo Toshiharu (Toshi), 3 år

År i sporten: 26

Antal hopp: 25 000

Yrke: Tandeminstruktör

Utrustning: Sigma tandemrigg eller

Vector Micron med Icarus J VX 83





Ingemar som barn. Foto: Privat arkiv.



Teckning ritad av Ingemar.



Ingemar under elevtiden i FK Dala. Foto: Privat arkiv.



Upp och ner.
Friflygaren Ingemar.
Foto: Hans Berggren.

gå min efterlängta-
de kurs ute på Fall-
skärmsklubben Dalas
hoppfält i Romme.”
Ingemar skrattar
gott när han berättar
om tiden som elev i
den konventionella
utbildningen. ”Jag
gjorde 74 hopp!

Kursledarna var Monica Holst och Stefan Hellman och klubben gick snudd på i konkurs eftersom jag aldrig blev godkänd och klar, eftersom man på den tiden betalade för ett A cert, omhoppet vid underkända hopp var gratis. Inte förrän året efter, när jag hade mitt A-cert i handen kunde klubben andas ut och få styr på ekonomin igen.” Det var en nervös tid som för de flesta elever men Ingemar hann bli riktigt erfaren trots att han fortfarande på pappret var elev. ”Mot slutet fick jag till och med både spotta in finalen och fälla de andra eleverna innan jag klev av sist och blev underkänd”, säger han med ett skratt. ”Om jag inte tumlade runt så drog jag för snabbt. Jag fick smeknamnet ”Lucky Luke” av vissa instruktörer eftersom jag alltid drog skärmen direkt och inte väntade tillräckligt länge.” Men tack vara alla elevhopp fick Ingemar en lång och gedigen utbildning och han var mycket nöjd med sina instruktörer som satte spår som levte kvar i hela hans hoppkarriär.

”Clown killer”

I klubben fanns på den här tiden Pia Sellberg som var en legend i många-
as ögon eftersom hon hade gjort 2 000 hopp. Tandempiloten Stefan Häggqvist hade gjort 200 tandemhopp och Ingemar bestämde sig ganska tidigt att han

också ville göra många hopp. ”Jag var jätteimponerad av alla hoppare i klubben som gjort 1 000 hopp och mer, eller ens lyckats ta sitt certifikat”, skrattar Ingemar. ”Under en bilresa till ett årligt hoppplägi i Orsa våren 1996, frågade jag en av de andra i bilen vad jag skulle satsa på. Skulle jag hoppa så mycket det bara gick, eller hålla tillbaka lite så att det skulle vara roligt längre?” 26 år senare och med 25 000 hopp lever Ingemar fortfarande efter filosofin som utvecklats av svaret han fick då. ”Jag ville hoppa mycket och det har jag gjort. Mest tandemhoppning har det blivit genom åren men jag har även filmat en hel del och i början av hoppkarriären blev det mycket friflygning.”

Året efter lägret i Orsa, övertalades Ingemar av hoppkompisen Fredrik ”91:an” Eriksson att följa med till Skydive Arizona i USA. Det blev tre oförglömliga månader. Olav Zipzer och Omar Alhegelan från gruppen ”freefly clowns”, som var den tidens pionjärer inom den nya grenen friflygning, fanns på plats i Arizona och när Ingemar och 91:an hade chansen köpte de coachhopp. ”Vi hade friflugit en hel del hemma i Dala och jag verkade ha fallenhet för både ”head up” och ”head down”. Ingemar skrattar lite och tillägger: ”Kanske berodde det på att jag tumlade så mycket som elev att jag lärt mig att hantera alla positioner i frifallet”. Efter lite coachning av Olav gjorde de en hel del framsteg och kunde snart flyga ’headdown’ stabilt tillsammans. Det var här i Arizona han fick sitt smeknamn Kingmar: ”Under ett coachhopp med Olav råkade jag sparka honom mellan benen och när jag sedan råkade packa en ”felfunkis” åt Omar sa Olav: ”Are you trying to kill us clowns one by one?” Ola Jameson, dåvarande redaktör, råkade snappa upp det hela och skrev en text i Svensk Fallskärmsport 1997; ”Det går en clownmördare lös, Kingmar- the clown killer!” Ingemar skrattar och berättar att han godkände smeknamnet som sedan följt honom i alla år.

Drömmen om att leva på hoppning

För att ha råd att hoppa så mycket som möjligt i USA körde Ingemar hoppfältets skolbuss som användes för att köra hopparna från hangaren

till ilastningsplatsen. För detta fick han tre hoppbiljetter per dag vilket gjorde att han hade råd med fler hopp. I Arizona höll kända FS-lag som Arizona Airspeed och Golden Knights till och när killarna från Sverige blivit hemmastadda på fältet blev de också vana att vara lite kompis med alla dessa ”skygods”. Det var en inspirerande tid och året efter återvände Ingemar till USA för att lära mer. Han satte upp ett mål att försöka bli bäst i världen men insåg ganska snart att det skulle krävas mycket goda ekonomiska förutsättningar för att uppnå det, och viktigast var ändå att få hoppa mycket. ”Mitt resonemang var att jag ville hoppa varje dag om möjligt och jag ville kunna leva på fallskärmsbushoppning. Det skulle vara ett helt okej liv, mer än okej, faktiskt ett riktigt bra liv.” Så efter hemkomsten till Sverige och något mellanår med diverse jobb i matvarubutiken, på hörselkäpefabriken och på valsverket hemma i Dalarna, bestämde sig Ingemar för att gå tandemutbildningen 1998. Fallskärmsklubben Dala har alltid varit Ingemars hemmaklubb men efter tandemutbildningen blev det även en hel del hoppning i Gryttjom hos Stockholms Fallskärmsklubb. I Stockholmsklubben kände sig Ingemar alltid välkommen och några år förnyade han där och höll en del grundkurser. ”Jag och 91:an tävlade också två säsonger i Freestyle och lät oss övertalas att börja hoppa med tights vilket var nytt då”, säger Ingemar och tillägger; ”Jag filmade mycket under den här tiden också. Jag älskade att vara med och filma på ”Basic Camp” och ställde gärna upp med att filma tränande FS4-lag. Det kunde vara riktigt utmanande att filma ett bra FS-lag.”

Hoppning på heltid

1999 bar det av till Nya Zeeland när det blev klart att Ingemar fått en anställning på ett hoppfält i Wanaka nära Queenstown. ”Att jag tog steget och åkte dit kan jag tacka Lennart Vestbom för som visade mig annonsen i ett utländskt fallskärmsmagasin. Jag kallade Lennart för ’Mentorn’ och han gav mig många goda råd på vägen då.” Där efter följde tre säsonger i Wanaka under den svenska vintern och på sommarhalvåret åkte Ingemar till San Diego första året och kommande säsonger hoppade han tandem hemma i Sverige. I drygt 20 år har det varit hoppning på heltid för Ingemar. ”När man jobbar professionellt utomlands så blir det både som tandempilot och som kameraman”, berättar han. Någon skojhoppning



Privat uppvisning för Ingemars farfar som fylde 90 år tillsammans med sin bror Tobbe. Foto: privat arkiv.



Tandem NZONE. Foto: Ingemar Eriksson.



Tandemgänget från NZONE i caravanen från 2016. Foto: Ingemar Eriksson.

blir det inte mycket tid för nuförtiden men Ingemar uppskattar och trivs med att hoppa tandem. Ingemar har fortsatt logga alla hopp genom åren men efter 10 000 slutade han summera de olika typ av hopp han gjort på varje sida och skulle han ta reda på hur många av hoppen som är skojhopp skulle det bli ett antal loggböcker att gå igenom. "Jag kan tyvärr inte säga på rak arm hur många hopp som är skojhopp eller kamerahopp och hur många som är tandem. Däremot vet jag att det är fler tandemhopp än övriga hopp." Som anställd är man schemalagd för hoppning 5 – 6 dagar i veckan. Under sommaren kan det bli långa dagar, men på vintern när det blir mörkt tidigare finns det mer tid över för annat.

Efter Wanaka följde fem år i Taupo med företaget "Freefall, Great Lakes" där Ingemar och hans fru, Yuko så småningom köpte sig ett hus. Han träffade Yuko genom hoppningen då hon också arbetade i Taupo. Efter ett par år förändrades saker och ting och det var dags att byta arbetsplats. Han återvände istället till Wanaka där han var varmt välkommen tillbaka. Tragiskt nog skedde en dödsolycka, några år senare, med ett efterföljande självmord, som Ingemar tog mycket hårt och han och Yuko kände att det var dags att dra vidare.

Chefsinstruktör

Från 2012 har Ingemar varit anställd på NZONE som ligger i Queenstown och som numera ingår i samma grupp som Skydive Wanaka och ett hoppfält som heter Skydive Southern Alps. Liksom i Sverige har man en chefsinstruktör på varje hoppfält. Ingemar var ansvarig CI i 2,5 år på dessa tre hoppfält. "Det är ju en ganska omfattande verksamhet, bara under ett av åren gjordes 65 000 tandem- och kamerahopp. Jag tycker själv att jag genomförde en hel del bra förändringar och det var ett roligt men också smärtsamt uppdrag. Till slut bad jag om att få återgå till vanlig hoppptjänst vilket beviljades när de hittat en bra ersättare." Ingemar ser dagligen resultatet av de system och processer som han brunn för och genomförde under sin tid som CI och han tycker det känns väldigt positivt. "Vattenträning i bassäng med flytvästar är en sak och vikt och balansför-



Tandemhopp Under ett inhop i Borlänge centrum med orienteringsvärldssgärnan Tove Alexandersson 2016. Foto: Ingemar Eriksson.



Avtackning i Orsa efter avslutad samarbete med FK dala 2017. Foto: privat arkiv.



CECILIA BURSTRÖM OM INGEMAR:

"Jag lärde känna Ingemar 2011 när han kom hem till Dala och hoppade tandem under säsongen. Det kändes stort att Kingmar med sjukt många tusen hopp skulle komma och hoppa hos oss i lilla Dala. Jag var lite nervös för att träffa denna legend. Skulle han vara kaxig? Skulle han vara en diva? Men så fort Ingemar klev in genom dörren försvann alla tvivel. En mer ödmjuk och varm person är svår att hitta. Ingemar är en fantastisk person som jag är oerhört glad över att jag fått lära känna.

Ingemar är otroligt professionell när det kommer till tandem. Trots att han gör ofantligt många tandemhopp varje år så får varje passagerare alltid 100% och han anpassar sig efter varje kund och ger dem en upplevelse för livet. Det kändes väldigt tryggt att låta mina släktingar hoppa tandem med Ingemar.

Men trots alla år och all erfarenhet så visar det sig att han fortfarande kan hänga med på inte allt för genomtänkta hopp, som till exempel när några hoppare tyckte att de skulle slå Dalas rekord i crosscountry och Ingemar var en av dem. Ett avancerat excelblad skapades där noggranna uträkningar gjordes, men nog visade det ändå lite fel? Ett par mil till borde gå, och visst funkade det med våra små, swoopskärmar tyckte Ingemar och Tummen. Där står man som hoppladare med kikare och väntar på att få se dem dyka upp i horisonten, men det var inte ens nära att de kom hem och det var bara att skicka ut bilar och hämta upp dem vid ett kalhygge någon mil från klubben. Som tur var hade de bara skadade egon."



FREDRIK 91:AN ERIKSSON OM INGEMAR:

"Jag var så lyckosam att jag fick tillbringa den bästa tiden i livet med Ingemar. Ni vet, de där åren mellan 17 och 24 där allt är möjligt och allt är kul och det finns ingen morgondag att tänka på. En farlig tid och en rolig tid. Vi startade ett litet team och åkte runt och hoppade. Vi bodde i tält i ett halvår i öknen i Arizona och vi bodde i olika baracker runt om i Sveriges klubbar där vi ibland hoppade 20-25 hopp per dag för att lära andra friflygning. Det finns många stunder att berätta om: clownkillerincidenten, skolbussincidenten, brädgården, skyvanspotten, sommarlägret '96 och otaliga andra. Men vet ni, det gör sig aldrig lika bra i text. Jag hoppas att ni har något att träffa Ingemar själv någon gång, och över en öl eller två, få höra någon av dem. Åk till Queenstown, det är väl värt ett besök!

Förutom att Ingemar är en av mina närmsta, äldsta och käraste vänner, så är han, inom det svenska fallskärms-samhället, en legend. Han gör sällan fel och han har alltid hjärtat på rätt ställe. Hans konsekventa sätt, hans driv att aldrig sluta lära sig och aldrig sluta lära ut till andra, är speciellt. Och det är sättet han lär ut på som skiljer honom från många av oss andra. Sättet han lyckas nå fram till människor är unikt. Han är ödmjuk och passionerad. Det finns nog många gamla elever i Sverige som kan vittna att just det mötet de hade med Ingemar, just de instruktioner de fick av honom, det gjorde skillnad. Många har honom att tacka för sin fortsatta fallskärmskarriär och jag har honom att tacka för så mycket mer."



JOHAN BOND OM INGEMAR:

Ingemar var en ung spjuver när han började sin karriär i Dalaklubben och jag började lära känna honom. Det tog inte lång stund innan han "teamade upp" med en annan likasinnad ung herre, 91:an Eriksson. De två tillsammans gjorde tillvaron osäker för oss andra på klubben (och lite senare även i resten av hoppvärlden).

Ingemar är väldigt hjälpsam och omtänksam i sitt sätt och vara. En ödmjuk person som alltid har glimten i ögat. Ideellt arbete har aldrig varit ett problem, snarare tvärtom. Han har lagt ner mycket tid på att hjälpa och stötta klubben, framförallt med tandem-verksamheten såklart.

En av Ingemars egenskaper som imponerar mycket på mig är hur han efter så många år och så många hopp, fortfarande har entusiasm kvar när han välkomnar en ny tandempassagerare. Trots att det kanske är en vanlig dag på jobbet för honom så lyckas han fortfarande förmedla glädje och energi till den som skall göra sitt första tandemhopp så det blir en toppenupplevelse. Riktigt imponerande!

delning i flygplanen är ett annat exempel på saker jag jobbade med som CI."

Ingemar och Yuko fortsatte regelbundet att resa hem under lågsäsongen i Nya Zeeland, dock inte under tiden som Ingemar var CI, för att hoppa hemma i Sverige. De var även en säsong i Tyskland och längre fram en kort säsong i Japan. "Hemma i Sverige hjälpte jag och Yuko Dalaklubben att driva tandemverksamheten mellan 2011 och 2017." Det fanns också tid för Ingemar att starta upp ett företag i Sverige som hette Oda-



Tandemhoppning i Orsa 2017. Foto: privat arkiv.

ningen", säger Ingemar som faktiskt precis gjort en beställning av en svenskdesignad produkt som han har en överenskommelse att sälja i Nya Zeeland. "Det ska bli spännande, ytterligare ett projekt på sidan om hoppningen." 2013 föddes deras första son, William, under deras vistelse i Sverige och han blev tidigt ganska berest eftersom han följde med på alla resor. Före andra barnets nedkomst, tre år senare, beslutade sig Ingemar och Yuko för att flytta till Nya Zeeland permanent och därmed avslutades ett långt och roligt samarbete med hemmaklubben i Romme.

Ishockey

I år flyttade hela familjen in i ett nytt hus i Queenstown nära hoppfältet NZONE. "William är nu 6 år och lillebror "Toshi" är 3 år och såklart kommer vi att resa hem till Sverige på semester ibland", berättar Ingemar. I år den 5 augusti gjorde Ingemar sitt 25 000:e hopp och numera kallar kollegorna honom skämtsamt för Sir. När man hoppar så mycket som Ingemar så får man

såklart vara med om många händelser, både bra och dåliga. Efter en olyckshändelse på arbetsplatsen som Ingemar själv inte var inblandad i, men som ändå kändes jobbig, bestämde han sig för att ta upp ett gammalt intresse. "Både jag och Yuko kände att det är viktigt att man har andra intressen på sidan av hoppningen så att man får avkoppling och möjlighet att fokusera på annat. Så för min del tog jag upp hockeyspelandet igen", säger Ingemar glatt. Han berättar att nu när barnen blivit större började han åka ner till en hock-

eyrink för att de skulle få åka skridskor. Där fick han kontakt med ett "korplag" i hockey och sedan 1,5 år spelar han hockey igen. "Det är verkligen jätteroligt och vi spelar tre till fyra dagar i veckan. Mest matcher, men även vanlig träning. I juli vann vi en turnering och det var riktigt kul."



Skidor med familjen på Coronet Peak, Queenstown. Foto: Yuko Eriksson.



Vinst i Erewhon cup med hockeyslaget Wakatipu Goldrush i Alexandra, central Otago juli 2020. Tillsammans med svenskarna: Patrik Bilich och Kimberley Helmersson. Foto: Yuko Eriksson.

Vårt samtal börjar lida mot sitt slut och det har varit både intressant och underhållande. Det är svårt att ta in hur erfaren man måste ha hunnit bli efter så många hopp. Samtidigt är Ingemar en ödmjuk person som gärna vill dela med sig av sin kunskap och sin erfarenhet. Jag tänker att det är ett bra tillfälle att låta Ingemar göra just det och därför bjuder vi på lite tankvärdheter från Ingemar som avslutning. Läs och begrunda. Vi är alla i olika stadier i vårt lärande och när man får chansen att få råd av självaste Kingmar – mannen, myten, legenden, då tar man den! ■

Lockdown i Nya Zeeland gav familjen mer tid för varandra. Här på vandring nära deras tidigare hem. "The Remarkables" i bakgrunden. Foto: Ingemar Eriksson.



Ingemar delar med sig av sina tankar kring:

Angående att följa regler...

"Jag läste Sven Mörbergs R1-spalt i förra numret av tidningen och jag kan bara hålla med om vad han skrev. Följ reglerna, ha roligt, gör inte illa dig! Inget inom hoppningen blir tråkigare för att du följer reglerna. Det finns stora skillnader i attityder och uppfattningar gällande risk i både tandem- och övrig hoppning. För egen del när det gäller tandem och risk så prioriterar jag alltid kunden, exempelvis gällande om man ska hoppa i starka vindar. Även om vindstyrkan är inom riktvärdena måste man känna att man är kompetent till att göra det - inte bara modig..."

Angående säkerhetskultur...

Jag tycker att Sverige har ett bra säkerhetsarbete som jag respekterar. Det är viktigt att Svenska Fallskärmsförbundet och riksinstruktören fortsätter leda vägen till en ännu bättre säkerhetskultur. Det behövs för att stötta chefsinstruktörerna och instruktörerna så de klarar av uppgiften att forma kulturen i klubbarna. Det finns några begrepp inom flygvärlden som jag arbetade mycket med under min tid som CI här i Nya Zeeland.

-Risk denial syndrome

Ett sätt att börja bygga en bra säkerhetskultur kan vara att inse att alla individer och även organisationer på något område inte helt och fullt förstår och inser vilken hög risk man faktiskt tar på vissa områden. Då behövs ett strukturerat säkerhetsarbete både från förbunds- och klubbarna. Man kan säga att säkerhet är allas ansvar, men dom svåra/hårda besluten måste komma uppifrån. Ett exempel är när regeln infördes att man måste ha en AAD (räddningsutlösare, red:s anm.). Det blev en regel och ett måste för att få hoppa. Hade det varit en chefsinstruktör som hade försökt införa en sådan regel lokalt hade det varit en tuff, kanske omöjlig uppgift.

-Risk denial and blood priority

Det kan handla om att man har ett säkerhetsarbete, men att man inte fullt ut är steget före. Att det tyvärr kanske måste ske incidenter och olyckor innan man ser nödvändigheten i att införa en ny regel eller restriktion. Att uppmärksamma incidenter av mindre allvarlig art och försöka tänka efter före är ett sätt att vara proaktiv i ett säkerhetsarbete.

-Significant human error

Det här är när man låter bli att införa åtgärder för att minimera risker som man vet existerar. Det kan resultera i att det händer olyckor som hade kunnat undvikas om man vidtagit vissa åtgärder innan. Lika illa kan det vara att införa en regel/rekommendation för syns skull men sedan låta bli att följa den eller upprätthålla den.

Angående flytvästar....

Med erfarenhet av hoppning nära vatten så vill jag säga att om man är en klubb som ligger i närheten vatten så kanske man borde tänka igenom lite extra om man borde hoppa med flytväst. Eller i samband med inhopp på stränder som är populärt under sommaren. Jag har förstätt att det finns regler i SBF gällande elever och flytväst, men kanske borde man fundera på om det skulle utökas att omfatta fler. Att landa i vatten är mycket besvärligt, så vattensträning är ett sätt att förbereda sig på hur situationen kan bli. Tänk dig till exempel ett nödhopp över vatten, hur ska det gå, med en hel lift i vatten där ingen har flytväst och ingen heller har tränat i vatten...?

Angående Kompiskoll....

Det vi här kallar för 'buddycheck' önskar jag att alla gjorde till en rutin. Det tar kanske bara 20 sekunder och jag ber alltid någon kolla mig, inför varje hopp! Jag vet att det finns många olyckor som hade kunnat förhindras om man varit noggrannare med att kolla sin egen eller någon annans utrustning. Ansvar att kolla att allt är rätt med utrustningen ligger hos hopparen som har utrustningen på sig, den som gör kompiskoll gör just bara det som termen lyder, kollar sin kompiskoll en extra gång innan ilastning.

Att få in en bra rutin i klubben med kompiskoll i samband med ilastning skulle vara en bra idé. När jag införde den rutinen hos oss här i NZ så blev det inte bara positivt mottaget, men med tiden när rutinen satt sig så blev det mer utbrett. Om jag själv kollar inför varje hopp så borde de flesta klara av att göra det åtminstone vid 10 procent av sina hopp. Jag ser det som en skyldighet gentemot mig själv, min passagerare och våra anhängare. Ser du någon annan hoppare som spant bröstremmen fel eller något annat som kan innebära en risk, säg till. Tillsammans kan vi hjälpas åt att kolla varandra. En annan sak som jag tycker är viktigt när man kontrollerar sin

egen eller andras utrustning är att det inte räcker att titta, man måste veta vad man letar efter. Det är det avvikande, felaktiga som man letar efter och vill upptäcka. Kontrollera inte att allt är okej, hitta felet som bara är där en gång under hela din karriär!"

Angående låga svängar...

"Bortsett från om man tittar på ett VM i Canopy Piloting, som är den mest extrema formen av landningar, kan man betrakta vanliga landningar hemma på klubben och sedan ta en funderare på riskerna med en låg sväng. Helst vill man ju försöka ta sig igenom en hoppkarriär utan att svänga så lågt att man skadar sig. Alla fallskärmsvängar som tar mindre än fyra sekunder från sista input (sele, toggel, bärremmar) till flär är lite låga tycker jag, oavsett om det är med en tandemskärm eller en Petraskärm. Om man förstår uttrycket 'natural recovery arc', det vill säga kalottens naturliga återhämtningskurva efter exempelvis en sväng, och sedan börjar betrakta och fundera på de minimum av fyra sekunder så hoppas jag att många hoppare kan förstå vad jag menar. Så klart är jag för Canopy Piloting och även extrem sådan men dessa hoppare är mycket erfarna och väljer att ta en mycket större risk än oss som vill minimera risk."

Angående hur man hanterar en kris...

Under min karriär har jag varit med om två dödsolyckor på nära håll. Oavsett om man är ny i sporten eller har lång erfarenhet så vänjer man sig aldrig vid när något riktigt allvarligt händer. Det påverkar en på olika sätt varje gång och rätt som det är kan vara en närstående eller att du på något annat sätt drabbas extra hårt. Vid en av dessa olyckor tog det mycket hårt på mig. Det var en tuff tid och mina råd till den som råkar ut för en liknande kris är: Våga vara öppen och prata med andra om det som hänt. Oavsett hur dåligt man mår så finns det alltid andra i ens närhet som behöver en. Man får inte ge upp utan måste låta tiden göra sitt och aktivt försöka ta sig upp ur det hål man hamnat i. Det finns alltid hjälp att få! Som vän till någon annan i kris är det viktigt att man ställer upp för varandra, stöttar och har tålamod och förståelse för hur andra känner sig. Nästa gång kan det vara du som behöver stöd. Jag vet hur det kan vara och ställer gärna upp om någon behöver prata, hör av dig!

Uppvisningsläger i Nyköping

Text: Pixine Lyckner



Foto: Mikael Söderberg

Överst från vänster: David Bergman, Hugo Liljeström, Osvaldo Appelgren, Sofia Axelsson, Tom Sehlán, Per Eklund, Sven Pettersson, Simon Burgess, Eric Höglund, Christoffer Gärner, Daniel Billman, Jens Grahn, Erika Bergqvist, Alexandra Stadig, Aron Andersson, Lars Johansson. Nederst från vänster: Martin Schabbauer, Nils Vestberg, Said Zenhari, Jackie Samuelsson, Olle Bergkvist, Pasi Orha, Kevin Azad, Mikael Söderberg

Ganska tidigt i våras blev det bestämt att uppvisningslägret skulle bli av, trots att utsikterna för uppvisningar under året var tämligen små i och med rådande pandemi. "Förbundet valde att satsa på att upprätthålla lägret då det är utvecklande och för att det skulle hända lite roliga grejer under sommaren" berättar Mikael Söderberg som tillsammans med Jens Grahn och Sven Pettersson höll i årets läger.

Uppvisningslägret är till för de som vill lära sig mer om uppvisningshoppning, alla med lägst B-cert och uppåt är välkomna att delta. Dock är det vissa moment som kräver högre licensgrad, exempelvis planerad utelandning.

Mikael berättar att uppvisning, och därmed lägret, är uppdelat i två delar. "Dels är uppvisning själva hoppandet med flaggor, vimplar, rök, in-hopp och precisionslandningar och dels är det markarbetet. Inför en uppvisning behöver man söka tillstånd hos polisen och hos markägaren, man behöver tillstånd från förbundet alternativt Chefsinstruktör om man gör uppvisning i klubbens regi och man behöver rekognoscera området, titta på hinder, möjliga outs och så vidare" berättar Mikael. Under tisdagen och onsdagen hoppades det för fullt och under torsdagen ägnade man sig åt teori, att åka och titta på möjliga uppvisningsplatser samt analog spotting såsom streamerkast.

”Alla med B-cert och uppåt är jättevälkomna att vara med på all träning som inte kräver högre certgrad

Jackie Samuelson deltog i uppvisningslägret för första gången, "Som relativt erfaren hoppare med runt 1000 hopp letar jag ständigt efter nya sätt att utvecklas, och bortsett från några enkla inhoppar har jag inte gjort något som skulle

kunna komma i närheten av uppvisningshoppning" berättar Jackie, som fått blodad tand och definitivt vill börja uppvisningshoppa.

För Jackie som tidigare fokuserat på att ha hög vingbelastning för att få ut så mycket kraft och hastighet som möjligt ur sin skärm var det en ögonöppnare att gå tillbaka till större skärm och "flyga på andra delen av spektrumet".

"Precisionen var enkel för min del, så jag koncentrerade mig mer på att finslipa tekniken

att komma in sakta på halvbroms bland 'folkhavet' och testa allsköns leksaker som flaggor och rök. Under lägret passade jag också på att testa pappas (Ulf Anderzons reds. anm) gamla precisionsskärm Foil 282 och med en vingbelastning på 0.65 var det en helt annan upplevelse med mer tid att tänka och en annan sorts kontroll, men också tröghet i responsen."

Jackie berättar om andra läger hon varit på där det bland annat varit svårt att få vegansk kost. "Campet kändes mer uppstyrt än exempelvis storformationslägret i Klatovy och mottagandet av klubben var riktigt bra. 'Klubb-pappan'

Said såg till att det fanns mat och fika för alla preferenser, problem existerade inte och stämningen var på topp!"

"Jag är riktigt sugen på att uppvisningshoppa, och en av anledningarna till att jag var med på lägret var att bevisa dels för mig själv, dels för uppvisningsgruppen att jag kan" berättar hon och vill varmt rekommendera hoppare att delta i nästa års läger. "Om inte annat så för att öva på hur man landar på jobbiga platser!"

En annan nöjd lägerdeltagare är Sofia Axelsson Zenhari "Jag har varit nyfiken på uppvisningslägret tidigare och nu när jag äntligen kunde delta så passade jag på. Det var en ro-

lig utmaning att få arbeta mer med min skärmflygning och jag såg fram emot att ha Jens, Sven och Mikael som kursledare."

Sofia har 130 hopp och har inte deltagit i några fallskärmsläger tidigare men vill varmt rekommendera uppvisningslägret "Jag tycker att fler borde anmäla sig till uppvisningslägret! Man får massa bra verktyg för skärmflygning och planering, både som hoppare och hoppledare. Det är dessutom ett bra tillfälle att få testa på att hoppa med rök, flagga eller streamers."

Lägret uppfyllde Sofias förväntningar, med en härlig grupp och bra stämning lärde hon sig mycket. "Jag fick lära mig mycket om hur jag kan påverka mitt landningsvarv och min final, hur min skärm betar sig och vilka egenskaper den har samt hur jag kan planera en optimal inflygning när jag ska landa på ett mindre område. Jag fick även inblick i hur det kan se ut för hoppledaren när det är uppvisning. Vi fick också direkt feedback vid landningen vilket var skönt. Och kasta streamers såklart, det var väldigt roligt!" berättar hon.

Två av deltagarna som är vana tandeminstruktörer övade tandemuppvisningshopp och under ett av dessa hopp skadade sig Oscar Cottrell. "Det var odramatiskt" menar Mikael som är väldigt nöjd med hur olyckan hanterades av



Foto: Mikael Söderberg

Sofia Axelsson Zenhari

alla på plats. "Oscar landade med en rullning och sa 'Ring en ambulans, jag har ont i ryggen' och därefter skedde ett smidigt samarbete av alla som var på marken. Hoppledaren skötte sig exemplariskt, ambulansen blev effektivt framvisad till platsen och det hela skedde utan större uppståndelse. Vi är bra på att hantera olyckor, de olyckor jag varit i närheten av i sporten har alla skötts bra och effektivt" fortsätter Mikael. ■



Foto: David Bergman

Jackie Samuelson

OSCAR COTTRELL har ont men håller modet uppe efter olyckan under uppvisningslägret. "Första hoppet andra dagen på lägret slutade med en fraktur på L3-kotan. Jag har tittat på filmen från hoppet mängder med gånger och känner egentligen inte att jag hade skulle gjort något särskilt annorlunda. Öppningen var ganska hård, men inget nytt rekord, men kroppspositionen var så fel att hela öppningschocken hamnade på en kota. Den kombinationen räckte för att sätta stopp för resten av säsongen för mig.

Men jag kände mig väl omhändertagen av alla. Vi hade tragikomiskt nog kvällen innan pratat om att tävling och utbildning ju är högriskhopp inom sporten, och nu ligger Kitten (Nordlöf, reds. anm) som skadade sig på SM och jag och skickar våra röntgenbilder till varandra. Men jag tror att bådas förhoppningar är att vara med på såväl SM som uppvisningsläger nästa år!"

Hoppning och graviditet

Text: Penny Robertson-Pearce

Fallskärmsporten i Sverige består av 25 procent tjejer och många träffar sina framtida partners via hoppningen. Vi har pratat med två hoppande tjejer som delar med sig av tankar och erfarenheter kring graviditet och hoppning och hur det är att komma igång efter att barnet är fött.

Carolina "Carro" Mallwitz är 37 år och har hoppat sedan 2006. Det har blivit 2 200 hopp och nu väntar hon tillsammans med sin man, Tomas Almbo, sitt andra barn i december. Första sonen, Iver, föddes i januari 2018 och båda graviditeterna var planerade för att inte krocka med den svenska hoppssäsongen. Carro som hoppat ganska flitigt under båda sina graviditeter berättar: "När jag väntade Iver var jag inte så stor och därför kändes det hela tiden ganska naturligt att hoppa långt in i graviditeten. Jag slutade i vecka 24 som inföll i oktober, mest för att jag och Tomas hade en inplanerad resa till Japan." Det året blev det 130 hopp som gravid och Tomas som också är en aktiv hoppare gjorde runt 300 hopp. I år har det blivit 78 hopp för Carro som medger att hon självklart gjort mer omfattande riskbedömningar när hon hoppat som gravid. "Jag

har till exempel bara hoppat med för mig kända hoppare som är erfarna och som jag är van att hoppa med. Jag har ännu mer än vanligt velat att hoppen ska vara välplanerade och säkra." Även väder och vind har spelat in en del och vid turbulenta vindar har Carro valt att stå på backen när hon tidigare inte tvekat på samma sätt.

Ett uppmärksammat Instagraminlägg

Carro har avstått från oplanerade, spontana hopp eller att hoppa med rookies, just för att sådana hopp tenderar att kunna bli lite oberäkneliga. När det gäller utrustningen så har hon valt att hoppa med sin vanliga kalott, en JFX 88. "Jag har hela tiden hoppat med min vanliga utrustning som jag ju är van vid, även om en del tyckt att jag kanske borde valt en större skärm för säkerhets skull. Jag har gjort 1300 hopp



Foto: Tomas Almbo

Den omdiskuterade bilden som Mirage la ut på Instagram. Ett av årets sista hopp för Carro Mallwitz i september.



Ett av Maries noggrant utvalda hopp i år, ett fantastiskt hopp över Koster-öarna utanför Strömstad.

Foto: Martin Kristensen

med den och jag älskar den, och skulle aldrig kunna tänka mig att byta."

När den nybeställda riggen från Mirage äntligen kunde skickas till Sverige från USA efter coronabrottet hann Carro göra de sista hoppen för den här säsongen med den. "Skillnaden i år har varit att jag haft betydligt större mage och andra har tydligt kunna se att jag är gravid." Mirage som tyckte det var kul att publicera en bild på en mycket glad ägare av en ny Mirage, och samtidigt gravid, var inte beredda på anstormningen av frågor från folk runt om i världen som sett bilden på Instagram. "Mirage hörde av sig till mig och berättade att de fått många oroliga kommentarer och de blev mycket tacksamma när jag kunde svara och förklara gällande min erfarenhet och den riskbedömning som jag gjort. Dessutom finns ju i Sverige ingen regel som förbjuder hoppning under graviditet." Carro har haft samma barnmorska under båda graviditeterna och hon har inte haft några invändningar. "Barnmorskan har haft en sund syn på min livsstil och menat att jag själv bäst kan avgöra hur stora riskerna är, eftersom hon inget kan om hoppning och vad kroppen kan utsättas för. Självklart hade hon sagt ifrån om hon trodde att det skulle äventyra min hälsa."

Man känner när det är dags att sluta hoppa

Sista hoppet gjorde Carro tillsammans med Tomas för några veckor sedan. Då var hon i vecka 24 och förutom att magen började vara lite i vägen så var det även andra aspekter som gjorde att det kändes lagom att sluta just då. "Jag kände att jag började få lite ont i höfterna och svårt att sitta på hårt underlag som man gör i flygplanet. Dessutom började jag reflektera över att kroppen kanske inte skulle klara G-krafterna som kan uppstå innan och i samband med ett reservdrag." Längre fram i graviditeten blir kroppen lite känsligare men att fortsätta motionera med exempelvis gymträning och yoga är bara ett bra sätt att hålla igång kroppen inför födseln. "Tomas verkade rätt nöjd efter mitt beslut. Han kände nog också att det var tid för 'preggot' att sluta hoppa", skrattar Carro.

Det är väldigt individuellt hur tjejer mår under graviditeten och där Carro känt sig 100 procent bekväm, både fysiskt och psykiskt, att hålla igång

hoppningen kan det kännas helt annorlunda för andra. "Självklart är det många kompisar som undrat hur man vågar eller som inte alls känt sig bekväma med att hoppa som jag valt att göra. Alla måste göra det som känns rätt för dem och som inte äventyrar den egna eller barnets hälsa."

När kan man börja hoppa efter nedkomsten?

Den här frågan är det många som funderar över och självklart är det individuellt. De blödningsar som uppstår efter födseln och kan vara upp till 9 veckor, måste avta helt. Oftast blir man kallad på återbesök till barnmorskan efter cirka två månader för att kontrollera livmodern. Om allt är som det ska får man känna efter själv när man kan återuppta den träning eller de aktiviteter man sysslat med tidigare. Det är vanligt att bålstabiliteten behöver tränas upp igen och ska man hoppa fallskärm är det ju även lämpligt att man klarar att springa lite grann och att man mår fysiskt och psykiskt bra rent allmänt. "Amningen och sömnbristen kan inverka både på ork och sinnesstämning", förtydligar Carro. "Jag började hoppa tre månader efter Ivers födsel. Det sammanföll med klubbens säsongstart och då kände jag mig redo. Jag behövde få känna mig som något mer än bara Ivers mamma och fallskärms hoppningen gav mig just det. Dessutom är det jättebra avkoppling att hoppa, eftersom hoppningen ju kräver fullt fokus." Som två hoppande föräldrar kanske det är lättare när man kan åka ut till klubben tillsammans och turas med att hoppa och ha hand om barnet och många hoppande par löser det på det viset.

Mer konsekvenstänk och mognad

Marie Sjödin är en annan erfaren tjej som tillsammans med Marius Soth-

berg, även han en erfaren hoppare, fick sitt andra barn i november förra året, en dotter som heter Vilja. När Maries son, Kid föddes för 11 år sedan påbörjade Marie sin AFF-utbildning 12 veckor efter födseln. "Jag var ju betydligt yngre då, hade inte samma konsekvenstänk som jag har idag och hade heller inte någon riktig kännedom om riskerna i hoppningen", säger Marie och menar att med erfarenheten och mognaden nu 12 år och 2500 hopp senare, har tänket varit lite annorlunda. "Jag hoppade ganska långt in i graviditeten, in i sjätte månaden, och såklart fanns det många som hade synpunkter på det. Men jag kände mig bekväm och var hela tiden extra försiktig." Sista hoppet gjorde Marie i augusti förra året och på grund av coronapandemin blev det inget årsförsta förrän i maj, nio månader senare. "Det var mitt längsta uppehåll i hoppningen sedan jag började hoppa och såklart kändes det därför lite extra nervöst", berättar Marie och fortsätter; "Som nybliven mamma igen så kommer lite nya tankar. Man ställer sig frågan, vad händer med barnen om det händer mig något?" Både Marius och Marie är mer restriktiva i hoppningen numera och gör bara de hopp de verkligen vill göra. Oftast hoppar de var och en för sig, så att båda två inte är uppe samtidigt. "Jag gör helt klart mer riskanalyser än tidigare och det beror nog inte bara på föräldraskapet utan även på att jag är mer erfaren i sporten och mer medveten om riskerna man utsätter sig för." I år har Marie hoppat ovanligt lite, bara 30 hopp, men både hon och Marius värdesätter att njuta lite mer av familjelivet också. Ett deltagande på svenska rekordet i headdown har i alla fall Marie hunnit med. "Som sagt, man väljer ut hoppen med omsorg, vilka man verkligen vill göra", säger Marie. ■

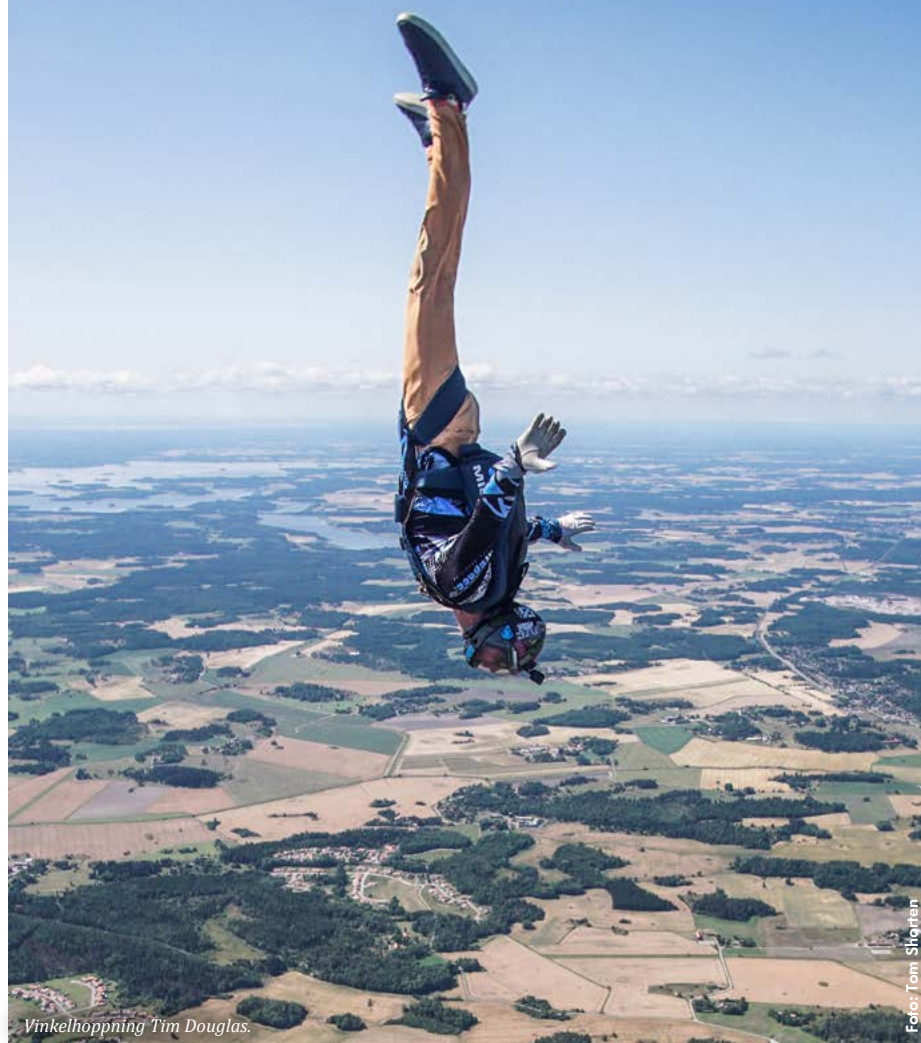


Marius Sothberg och Marie Sjödin efter ett in hopp på Koster i juli.

Foto: Martin Kristensen

Att börja vinkla

Text: Penny Robertson-Pearce



Vinkelhoppning Tim Douglas.

Foto: Tom Shorten

När man som relativt oerfaren hoppare vill börja lära sig vinkla är det en hel del man måste tänka på. När man börjar med något som är nytt för en själv, är det viktigt att börja försiktigt och att alltid sätta säkerheten främst. Tim Douglas är en av de mest etablerade vinkelcoacherna i Sverige, som coachar på läger både här hemma och utomlands. Här kan du ta del av hans råd för dig som vill börja med vinkelflygning.

1. Vilka förkunskaper krävs för att kunna börja vinkla?

TIM: Du måste kunna flyga stabilt på mage. Du behöver också ha kunskap och förståelse för hur flygplanet flyger sin final på höjd (line of flight) och hur du själv ska flyga i förhållande till den. Gällande utrustning måste du ha en friflygarsäker rigg och en akustisk höjdvare (dytter). Om du är osäker på din rigg så fråga en kontrollant.

2. När är det lämpligt att börja vinkla?

TIM: Som nybörjare börjar man egentligen bara att tracka. Att kunna tracka bra är viktigt för all sorts hoppning så att man kan separera ordentligt när man hoppar i en grupp. En bra track är grunden för den som vill lära sig att vinkla. När du är säker och stabil i din track kan du vara redo att börja prova olika grader av vinkelflygning.



Foto: Andreas Mosling

TIM DOUGLAS kommer från Nya Zeeland och har varit i Sverige till och från sedan 2009, men flyttade hit permanent 2016. Tim gjorde sin AFF-utbildning 2010 i Vårgårda och Näsing. Sedan dess har han gjort 2 600 hopp och föredrar vinkelflygning framför allt annat. Tim är också pilot sedan 2005 och har flugit för Skydive Sweden, som driver verksamhet i Vårgårda tillsammans med Fallsärmsklubben Cirrus Göteborg. Tim är en uppskattad coach både i Sverige och internationellt och nästa år kommer Tim fortsätta att coacha flitigt hemma och i Europa.

3. Om man vill lära sig vinkla, hur ska man börja?

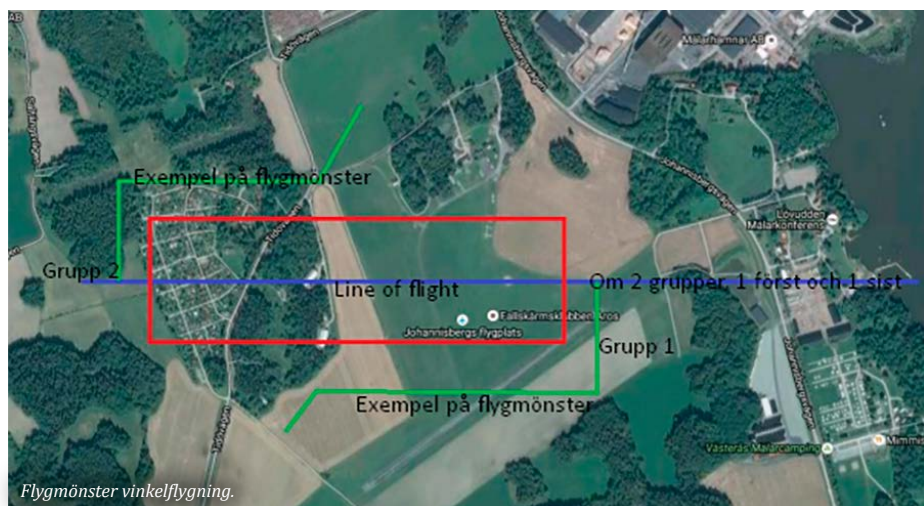
TIM: Kontakta en erfaren friflygare eller friflygarcoach och gör så kallade one-to-one hopp, det vill säga en elev och en coach. Din coach kommer att ge dig bra övningar som du kan öva på när du flyger solo och även ge dig instruktioner och råd gällande säkerhet och kroppsposition. De flesta coacher filmar också, vilket ger dig värdefull återkoppling när ni går igenom hoppet efteråt.

4. Vad är en lämplig utbildningsstege för en ny hoppare?

TIM: Börja alltid med en coach eller erfaren hoppare. Håll gruppen liten och hoppa bara med dem som har mer erfarenhet än dig. I början räcker det gott och väl att vara max två i en vinkelgrupp. Gör så många coachhopp som du har möjlighet till och öva gärna genom att hoppa solo. Först när du kan flyga kontrollerat och har bra koll på den du hoppar med kan det vara dags att lägga till ytterligare en hoppare i gruppen.

5. Vad är en liten respektive stor grupp?

TIM: Det beror på hopparnas erfarenhet. För oerfarna hoppare är det två till tre personer och för mer erfarna så är gruppen att beteckna som liten när det är tre till fyra som flyger



tillsammans. Allt över det är en större grupp, oavsett erfarenhetsnivå. Det väsentliga är din förmåga att både kunna ha uppsikt och koll på alla andra som ingår i gruppen, samtidigt som du ska flyga stabilt och säkert själv.

6. Vilka är de största riskerna för en ny hoppare som lär sig vinkla?

TIM: Att flyga i ett felaktigt flygmönster som gör att du riskerar att flyga in i andra grupper på finalen eller att du flyger bort dig och landar ute. Att vinkla ställer stora krav på dina kunskaper om vindar, flygfinal samt vad övriga ska göra på liften. Risk att kollidera i frifall finns alltid, men risken är betydligt större när hopparna brister i uppmärksamhet eller saknar förmåga att flyga tillräckligt stabilt och förutsägbart.

7. Vilken position ska man börja med?

TIM: Du börjar alltid flyga på mage tills du kan hålla samma level som övriga i gruppen, och har skaffat dig tillräckligt med kunskap och tekniska färdigheter i din flygning. När du behärskar magpositionen bra då kan du börja flyga på rygg. Har man blivit tillräckligt duktig på mage för att ha utökat gruppen något behöver man backa tillbaka igen och köra rena coach-hopp för att få in tekniken i ryggflygningen.

8. Om man övar på egen hand, vad kan man öva på då?

TIM: Tracka eller vinkla aldrig själv om du inte har koll på hur ditt flygmönster ska se ut, eller inte har kännedom om omgivningarna så att du kan navigera rätt. Detta är alltid högsta prioritet. Fråga gärna en coach eller erfaren friflygare för förslag på flygmönster och riktning. När du har detta klart kan du öva på din kroppsposition och balans. Växla mellan att flyga flackare, lite brantare, på broms eller lite fortare. Om du hoppat med coach har denne gått igenom dessa positioner med dig.

9. Vad ska man tänka på när man flyger i en grupp?

TIM: Försäkra dig alltid om att erfarenhetsnivån och storleken på gruppen matchar din egen nivå. Bestäm dig för hur många det max får vara i gruppen för att du ska känna dig säker och bekväm och håll fast vid ditt beslut. Att hçoppa med mer erfarna är alltid bra så

länge hoppet är anpassat efter den som är minst erfaren.

10. När är man tillräckligt erfaren för att flyga i en större grupp?

TIM: När man kan flyga på rätt "level", närma sig gruppen stabilt, hålla sin plats och bryta på ett säkert sätt. Förhoppningsvis känner man när man är redo för en större grupp. Det kräver att man känner sig säker och litar på övriga i gruppen och att man själv flyger stabilt för de andras säkerhet.

11. När är man redo att leda en grupp?

TIM: När man leder en grupp så är man ansvarig för säkerheten för alla som ingår i gruppen. Såklart måste man kunna navigera och följa ett planerat flygmönster. Ledaren ska flyga så förutsägbart och tydligt så att alla kan följa på ett bekvämt sätt. Hoppet ska även planeras så att det är anpassat efter gruppens förmåga. Ledaren går igenom hoppet med gruppen från exit till brytet som ska utföras på rätt sätt. Om man känner sig osäker på någon av dessa punkter-rådfråga en coach. ■



Vinkelhoppning Jenny Norin & Angelica Darheden.



Del 3. SVENSK FALLSKÄRMSHISTORIA

Söker man på ordet "pionjär" i Svenska Akademiens Ordbok finner man 4) bildl.: banbrytare, föregångsman, vägröjare, nyröjare; äv. oeg., om institution, rörelse, tidskrift o.d. som banar väg för ngt nytt -ett tämligen passande ord för vår sports förfäder.

I de två tidigare artiklarna i denna serie om svensk fallskärmshistoria kan vi läsa om flertalet eldsjälar som offrat tid, pengar, anseende och till och med livet för vår sport. Dessa spänningslystna män och kvinnor stod emot majoriteten, lagen, det som ansågs vara folkvett och säkerligen stundtals sina egna rädslor. För att vi, idag, ska kunna glädjas åt vinkelhopp i solnedgången, höghöjdshopp, tävlingar i speedformationer och kalottflygning hem mot fältet.

1964

Ett skottår som började med en onsdag, TV-serien Vi på Saltkråkan börjar sändas, The Beatles framträder för första gången i Sverige, Stockholms tunnelbana får en ny linje, Kung Gustaf VI Adolf inviger Volvo-fabriken i Torslanda, Stig Wennerström döms till livstids fängelse för spioneri och Sverige skickar för första gången ett lag till VM i fallskärmsbrottning.

Tävlingen hölls i Leutkirch i Västtyskland och Olle Falkerheim var delegationschef. Bertil Liljedahl, Ove Elvén, Willy Frick, Hans Magnusson och Bo Hallgren tävlingshoppade med Stig Einerth som lagkapten och laget kom på plats 21 av 29 tävlande nationer. Svenska Dagbladet rapporterade "Inte dåligt med tanke på att det är första gången Sverige deltar i ett VM. Nästa VM går i Leipzig i Östtyskland. Det blir först 1966. Årets tävling har dock visat att svensk fallskärmsbrottning är på frammarsch."

Civilhoppningens vagga

I början av sextiotalet drog den civila hoppningen igång på allvar när lokalavdelningen i Stockholm bildades. Bertil Liljedahl, Sonny Hellberg, Hasse Stennek, Ove Elvén, Willy Frick och Hasse Magnusson tog täten och var väldigt tävlingsinriktade. Några år senare anslöt Åke Almgren, Hans Ulrik von der Esch, Leif Lindgren, Anders Pettersson och Tony Månsson (Tony är aktiv hoppare än idag). Dessa herrar kom att spela stor roll för sportens utveckling.



Gräver man riktigt djupt i arkiven kan man hitta följande notis som återigen styrker Olle Falckerheims ihärdiga och outtröttliga jobb för att driva den svenska fallskärmssporten framåt.

"SFK deltagande i VM 1960"
 "Vid Årets Årsmöte beslutade att ställa upp med fullt lag i Årets VM i Bulgarien."
 Den redogörelse som följde skildrar den hade största personliga ansträngning som förekommit i klubbens historia då Olle Falckerheim med riskerande av sin karriär uppvaktade alla tänkbara instanser och myndigheter för att få till stånd deltagande till VM. - "Det var dagen innan Årendet skulle dras för förvaltningsministern kl 1000. På eftermiddagen kom då telefonbevakning att hopparna inte ville deltaga främst av färd- och ekonomiska skäl." - "När nu allt var avslutat, skickade jag ett stopptelegram i hopp om att ledandet inte sett sig av från Frankrike." - Den franske tränaren satt emellertid och väntade på hotell Gastie, Karlseborg.

Sonny Hellberg, då med A-licens nummer 5, har bland annat varit ordförande i förbundet under tidigt 70-tal. En av de viktigaste sakerna han gjorde i sportens ungdom var när han såg till att vanliga hoppare skulle få packa fallskärmar. På den tiden fick fallskärmar endast packas av yrkespackare. Svenska Fallskärmsklubben hade ett tiotal fallskärmar som fanns i Karlsborg. De lokala klubbarna lånade dessa fallskärmar, hoppade med dem och sedan skickades de tillbaka för att packas. "Det var ju väldigt ineffektivt så jag tog med en fallskärm och packade den på skrivbordet hos dem som bestämde reglerna och visade att vi minsann kunde packa vi också" berättar han. I och med denna packdemonstration fick SFK tillstånd att, efter utbildning, packa skärmarna och på så sätt kunde man få mer tidseffektiv hoppning.



Bertil Liljedahl, Tony Månsson och Leif Lindgren



Sonny Hellberg.



Åke Almgren.



Bo Hallgren och Åke Almgren "träffas ovan molnen" i ett reportage som tidningen SE gjorde.

Kryphål ger framgång

Trots att fallskärmssporten växte och svenska hoppare deltog i fler tävlingar samt att flera avdelningar startades runt om i landet (underklubbar till SFK) blev det ändå ett blankt nej när man ansökte om att gå med i Riksidrottsförbundet. Åke Almgren, som bland annat var riksinstruktör 1969-1975, var en av de som hittade öppningen in.

Åke berättar "Hoppningen och sporten var en livsstil för mig, jag gick Stockholms nybörjarkurs och gjorde mitt första hopp på våren 1964" i det skedet började sporten expandera till många fler än de som kom från Fallskärmsjägarskolan. "Det var en tid av snabb utveckling både tekniskt och organisatoriskt och jag blev väldigt engagerad i sporten och dess tillväxt" vittnar han.

Det fanns två tydliga utmaningar på fallskärmssportens horisont, den ena var att få reglera sporten inom klubben och inte genom Luftfartsverket. Den andra utmaningen var att få fallskärmshoppning accepterad som sport.

"Vi försökte bli anslutna direkt till Riksidrottsförbundet, men fick ett tydligt NEJ. Vi ansågs för små. Exakt hur vi fick vinken eller listade ut rätt metod minns jag inte men vi förstod att om vi kunde bredda sporten till all flygsport fanns en chans att Riksidrottsförbundet skulle acceptera oss" berättar Åke. Därmed skapades år 1966 Svenska Flygsportsförbundet med segel- och motorflyg. "I ärlighetens namn såg vi från fallskärmssidan oss som en mer 'äkta' sport än de andra" skrattar Åke "men vi var i ett stadie av 'kosta vad det kosta vill' och vi blev antagna av RF!" fortsätter han. "Jag kan inte ensam ta 'cred' för att vi lyckades, vi var ett team där Sonny Hellberg, Hans Ulrik von der Esch och jag var kärnan" fortsätter han ödmjukt "och Bertil Florman från KSAK (Kungliga Svenska Aeroklubben) var ett stort stöd!" Än idag är det via Svenska Flygsportsförbundet som vi inom sporten är anslutna till Riksidrottsförbundet.

Den hängivna gruppen av pionjrhoppare kämpade vidare och

Att vara ansluten till Riksidrottsförbundet innebär bland annat att vi har vissa riktlinjer att följa när det kommer till tävlingar och elitsatsningar, det innebär också ekonomiskt stöd till utbildning, utveckling och tävling inom sporten.

När bildades Svenska Fallskärmsförbundet då?
Jo, faktiskt redan 1955, Svenska Fallskärmsklubben (SFK) antog namnändringen Svenska Fallskärmsförbundet under riksstämman 1974. Kuriosa om namnändringen är att Skånes Fallskärmsklubb (då Svenska Fallskärmsklubben Skåne -SFKSk) snabbt bad om att få överta SFK som förkortning, vilket de fick.

fick till slut förtroendet av Luftfartsverket att utveckla regelverket själva. "Men de gjorde det klart att om vi inte gjorde det seriöst eller om allvarliga olyckor hände, skulle de ta tillbaka det, vilket med all säkerhet hade gjort hoppningen mer komplicerat och saktat ner utvecklingen!" säger Åke och berättar att han gjorde ett enormt jobb under tiden som riksinstruktör med att utveckla regler och instruktioner; däribland utbildning av hoppmästare och instruktörer.

Fyra år senare stod att läsa i Svenska Fallskärmsklubbens årsberättelse "SFK har efter riksdagsbeslut intagits i Kungliga Majestätets kungörelse om frivillig försvarsverksamhet" och vidare "Fördelar för SFK som frivilligorganisation kan uppdelas i två huvudposter; gratistjänster respektive ekonomisk ersättning. Såväl lokalt som centralt kan gratistjänster som exempelvis lån av materiel utnyttjas. All ekonomisk ersättning disponeras och fördelas centralt av SFK:s styrelse efter fastställda normer. Efter fastställda mål, resultatkrav och aktivitetsplaner kommer SFK att under 1971 kunna åska anslag för en bredare aktivitet 1972/73."



Rolf Käck i frifall, hopp ur DC:3 över Östersund med en PTCH-6 fallskärm.

Frivillig försvarsorganisation

Svenska Fallskärmsförbundet är alltså en frivillig försvarsorganisation, Jens Grahn som sitter i styrelsen och är ansvarig för Totalförsvarskommittén berättar. "Samarbetet med försvaret har gått upp och ned under tidens gång men i nuläget är det på uppsving. Många militärer upprätthåller sin hopplicens via förbundet och de är alltid välkomna till klubbarna för att hoppa."

Vidare berättar Jens att man just nu ser över ytterligare områden där förbundet skulle kunna bidra för att stötta försvarsmakten och MSB, Myndigheten för samhällsskydd och beredskap. "Bland annat har vi ju massor av små flygplan som är billigare i drift än försvarets Herculesplan som man kan använda vid mindre övningar" säger han "de står ju ändå mest i hangaren under veckorna så här års".

"Tjejkarna har varit med från början i den här sporten, en rysk kvinna som vann precision i Bled hade mer än 10 000 hopp!"

-Rolf Käck berättar om den stora gemenskapen i sporten där kvinnor alltid varit välkomna.

Jens fortsätter "våra erfarna hoppleddare är mycket duktiga på krishantering och skulle kunna finnas tillgängliga som krisledare när något händer" berättar han och fortsätter "just nu gör vi inte lika mycket uppvisningar för försvaret som vi gjorde förr men i somras höll SFF en tandemutbildning tillsammans med instruktörer från försvarsmakten." Något annat som förbundet jobbar med just nu är att erbjuda hjälp att släppa materiel (via engångsfallskärmar) vid exempelvis bränder och att tandemhoppa in läkare på

svåråtkomliga platser. Även fallskärmshoppning som stresshanteringsträning är något som diskuteras och forskas i. Svenska Fallskärmsförbundet erhåller ekonomiskt stöd för samarbetet med försvaret.

En symbios med försvaret

En person som hoppat såväl privat som i försvaret är Rolf Käck som bland annat varit chefsinstruktör för Fallskärmsjägarskolan och deltagit i flera VM. Både som coach i Bled 1970 och som tävlingsdeltagare i Rom 1976 och i Zagreb 1978. "Det var inte direkt några framskjutna placeringar för Sverige i Rom men vi hade roligt" berättar han och fortsätter "I Zagreb kom Sigbritt Strömblad, GFK, på tionde plats i precision bland ett 70-tal tävlande i damklassen. Vi gjorde också ett bra resultat i herrklassen i lagprecision med svenskt rekord som stod sig några år."



Rickard Henrysson.



Är fallskärmsbarn dånar eller har de bara barnasinnat kvar?

Även Rolf menar på att likväl som förbundet har försvaret att tacka för mycket när det kommer till sporten har även försvaret mycket att tacka Svenska Fallskärmsklubben för. Rolf berättar om den frifallskurs som SFK arrangerade i Gryttjom 1963 "Jag fick hoppa med Rickard Henrysson från Göteborg, han var superduktig och visade upp frifallstekniken i luften. Men det gick väldigt fort och man hann inte se så mycket." Året därpå åkte Rolf till Chalon-sur-Saône i Frankrike för att frifallutbilda sig, där fick man hela 70 sekunders frifall då man hoppade av på 4000 meter och det var stor skillnad från hoppen i Sverige.

Fotnot: Draghöjden var lägre och overallerna större på den tiden så frifallet blev längre än idag.

Under 60-talet åkte många hoppare till Frankrike just för att utbilda sig i frifallsteknik. Rolf berättar "Den stora skillnaden var

att man i Frankrike kunde hoppa mycket" dock fanns det en begränsning på tre hopp per dag. Rolf fortsätter "låga drag pliktades med hoppförbud en eller flera dagar. Jag drabbades av detta 1964 men efter ett par veckor hade jag gjort 26 hopp och klarat utbildningsplanen".

Rolf berättar också om barackerna som man bodde i på Stockholmsklubben "Carl-Erik Almgren, Åke Almgrens pappa, var arméchef och jag minns när Åkes föräldrar var och hälsade på oss på fallskärmsklubben. Åkes mamma beordrade Carl-Erik att fixa till barackerna. Vilket han gjorde, han såg till att det renoverades och fräschades upp ordentligt."

Åke Almgren ler åt historien om hans föräldrar "Som jag minns det var mina föräldrar uppe i Gryttjom och tittade när vi hoppade. Jag tror det kan stämma att min mor tyckte barackerna behövde få ett lyft och det är fullt möjligt att hon sa det till min far. Men jag minns inte att det blev någon upprustning via armén. Förbättringarna av barackerna var nog mest tack vare individuella initiativ."

Fallskärmsbarn är dånar

Fallskärmsbarnningen var fortfarande ett nytt fenomen, det skrevs mycket i tidningarna om dessa galna människor som frivilligt kastade sig ur flygplan.

"Europaväg 4 passerade precis vid Stockholmsklubben och från bilen kunde man se skärmarna över fältet, berättar Rolf. "En dag var det en man som tvärnitade vid macken och rusade in och ringde polisen för att rapportera en flygolycka" skrattar han, det var så ovanligt att se fallskärmar på himlen att den stackars bilisten trodde att det hade hänt något mycket allvarligt.

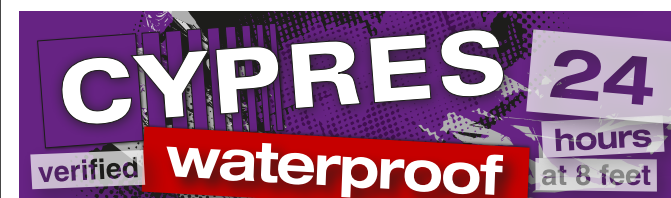
Stockholms Fallskärmsklubb var den klubb där det var mest aktivitet, den klubb som hade flest medlemmar och den klubb som alltid var först med det senaste, dock ska det tilläggas att Göteborgs fallskärmsklubb låg dem hack i häl. "Jag tror den tävlingsrivalitet som uppstod tidigt mellan Stockholm, Göteborg och Skåne bidrog kraftigt att utveckla sporten" berättar Åke Almgren.

Vad som hände sedan, RW-hoppningens framväxt och fler anekdoter om hängivna eldsjälar kan du läsa om i nästa fristående artikel i denna artikelserie om svensk fallskärmshistoria. ■

Källor: Svenska Fallskärmsförbundet arkiv, Hopp i Nöd och Lust-Stig Kernell, Kungliga Bibliotekets tidningsarkiv, Svensk Flyghistorisk Förening arkiv, Föreningen Svenskt Flyg arkiv, militärhistoria.se, Fallskärmar och fallskärmsstrupper-Björn Lindskog, intervjuer med Sonny Hellberg, Rolf Käck och Åke Almgren.

Man blir galen av att hoppa fallskärm

Den så kallade Sjösalakvinnan, Mona Wallén-Hjerpe, som brände ner Evert Taubes sommarhus i Sjösala 1969 var fallskärmsbarn och detta gav naturligtvis vatten till tidningarnas galenskapsskvarnar. Kvinnan greps och diagnosticerades som schizofren, hon vårdades senare på Ulleråkers mentalsjukhus i Uppsala. Mona gav ut boken "Sjösala Brinner" för den som är intresserad av hennes synvinkel, som bland annat menar att Evert Taube ville gifta sig med henne och att det var han som bett henne bränna ner huset. Några vidare kopplingar till fallskärmsbarn har inte hittats.



Fyra Frågor

Text: Penny Robertson-Pearce

1. Varför började du med fallskärms hoppning?
2. Hur känns det att vara yngst på klubben och hur tycker du att du tagits emot?
3. Vilket är sommarens bästa hoppminne?
4. Vad har du för framtidsplaner gällande hoppningen?

I år har Svenska Fallskärmsförbundet haft rekordmånga medlemmar under 19 år vilket delvis beror på att många yngre gått fallskärmskurs i år. Här får du lära känna fyra av dem lite extra och utöver dessa är det även: Isabella och Carl Lundberg samt Edwin Lyckoskiöld som gått kurs på Fallskärmsklubben Aros. Ludvig Stenman från Smålands Fallskärmsklubb, Hugo Wiahl från SYD samt Oscar Botås och Oliver Lantz från Stockholms Fallskärmsklubb. Härligt med yngre tillväxt i sporten!



Foto: Lena Falk

Jonas Falk

Klubb: Nyköpings Fallskärmsklubb

Ålder: 16

1. Jag hade tråkigt, så jag bestämde mig för att göra något kul.
2. Det känns bra, jag har bara blivit bemött med vänlighet.
3. Jag har inte gått klart min kurs än, men om jag skulle välja i nuläget är det SFU 7. (Jonas är nu klar med sina utbildningshopp och har A-cert, red:s anm.)
4. Jag vet inte riktigt



Foto: Will Snelson

Olle Falk

Klubb: Stockholms Fallskärmsklubb

Ålder: 18

1. Jag har växt upp med fallskärms hoppning eftersom min pappa hoppar. Familjen har genom min barndom hängt på klubben. Så fort jag började förstå vad fallskärms hoppning är, vilket var när jag var ungefär fem år gammal, så ville jag börja hoppa.
2. Det har inte känts så speciellt eftersom jag blev mottagen så väl av alla på klubben direkt från början.
3. Sommarens bästa hoppminne var när jag gjorde ett inhopps på Kosteröarna.
4. Mina framtidsplaner gällande hoppningen är att fortsätta hoppa så mycket som möjligt och fortsätta ha kul!



Foto: Åsa Allerstav Pettersson

Gustav Pettersson

Klubb: Linköpings Fallskärmsklubb

Ålder: 18

1. Jag har alltid velat hoppa fallskärm och när jag kollade på priser så tyckte jag att det var mer valuta för pengarna att gå kursen än att göra ett tandemhopp, och det var det verkligen!
2. Att vara yngst är absolut inget jag har något emot och jag har känt mig extremt välkommen till klubben. Alla medlemmar har varit väldigt inbjudande att hänga med eller äta och bada tillsammans med, och det känns verkligen som jag har blivit en del av en familj.
3. Bästa minnet var efter min första hoppdag och några medlemmar frågade om jag ville följa med och äta. Väl vid bordet så skålade vi för mig och första hoppdagen.
4. Planer inför framtiden är väl att hoppa så mycket jag kan och sedan bli tandemfotograf.



Foto: Jenny Söderqvist

Hugo Lindholm

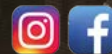
Klubb: Fallskärmsklubben Aros

Ålder: 18

1. För några år sedan testade jag vindtunneln på Bodyflight. Det var superkul. Det ena ledde till det andra och för ett år sedan fick jag jobb i cafeterian på Bodyflight. Jag har nog alltid haft en dröm om att hoppa fallskärm. Förra året gjorde jag mitt första tandemhopp och det gjorde bara att jag kände ännu starkare att jag verkligen ville hoppa fallskärm.
2. Det känns inte som att det spelar någon roll hur gammal eller ung man är. Alla delar samma passion och då har inte åldern så mycket med det att göra. Jag kände redan första dagen på kursen att jag blev en i gänget. Det blev en härlig gemenskap mellan alla som gick samma kurs och även andra som var på klubben.
3. Jag har massor av härliga hoppminnen. Varje hopp kändes speciellt. Det var en härlig känsla att hoppa helt själv och att man hade ganska mycket tid uppe i luften innan det var dags att dra skärmen.
4. Jag vill göra många hopp framöver såklart, men har inga särskilda planer i nuläget.



TUNNELSÄSONGEN ÄR I GÅNG!



Alla nivåer är välkomna!



Nya öppettider!

Onsdag – Söndag

Kontakt och bokning:

Göteborg: elisabeth.pedersen@bodyflight.se

Stockholm: proflyersthlm@bodyflight.se



BODYFLIGHT

bodyflight.se



Kontakta SFF

Beställ utbildningsmaterial

via hemsidan:
www.sff.se ->
medlemsärenden ->
beställ böcker

- Boken "Hoppa fallskärm" är en utbildningsbok i grunder för fallskärms-hoppning
- Boken "Flyga fallskärm" är en utbildningsbok i fallskärmsflygning

Vill du veta mer om...

Skatter och avtal
Lina Gardlow, lina@sff.se

Ekonomi
Stefan Nilsson, kassor@sff.se

Kommunikation och presskontakt
Anna Oscarson, anna.oscarson@gmail.com

Försäkringsfrågor
Sven Mörtberg, ri@sff.se
Stefan Nilsson, b.stefan.nilsson@telia.com

Materielkommittén
Håkan Andersson, haan@bredband.net

Utbildnings- och säkerhetskommittén
Sven Mörtberg, ri@sff.se

Tävlingskommittén
Lena Kaulanen, lena.kaulanen@gmail.com

Luftrumsfrågor
Pelle Scherdin, flygmyra@gmail.com

Totalförsvarskommittén
Jens Grahn, jens_grahn@hotmail.com

SFF:s kansli



**Riksinstruktör
och kanslichef**
Sven Mörtberg



**Kanslist,
medlemsärenden**
Penny Robertson-Pearce

Svenska Fallskärmsförbundets styrelse



Sebastian Croon
ordförande
sebastian.croon@gmail.com



Anna Oscarson
vice ordförande
anna.oscarson@gmail.com



Stefan Nilsson
kassör
kassor@sff.se



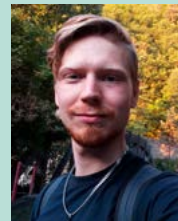
Maria Sukhova
ledamot
maria.s97531@gmail.com



Jens Grahn
ledamot
jens_grahn@hotmail.com



Pelle Scherdin
suppleant
flygmyra@gmail.com



Johan Mood
suppleant
svenjohanmood@gmail.com

Valberedningen: Kent-Ove Ulander - kentove.ularer@gmail.com, Sebastian Berglund - ordforande@skydiveskane.se, Joakim Berlin - jocke@cerno.se



Svenska Fallskärmsförbundet är en frivillig försvarsorganisation, medlem i Flygsportförbundet och Riksidrottsförbundet.

Transportstyrelsen har till Svenska Fallskärmsförbundet delegerat tillsynen av sporthoppning med fallskärm i Sverige.



www.sff.se

På hemsidan hittar du bland annat fakta, information, nyheter om hoppning och tidsningsarkiv

NY HEMSIDA EFTER 20 ÅR
UFFESHOPPSHOP.SE

VÄLKOMMEN TILL UFFES HOPP SHOP

SVERIGES STÖRSTA FALLSKÄRMSAFFÄR
- SEDAN 1981

VÅRA PRODUKTER



HÖJD



HJÄLMAR



RIGGAR



FALLSKÄRMAR



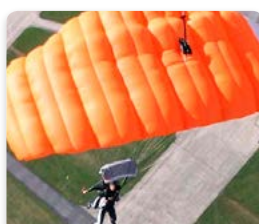
OVERALLER



HJÄLMTILLBEHÖR



GLASÖGON



TANDEM



RESERVDELAR



KLÄDER

213

år i sporten

27400

hopp

35

cuttar

21400

reservpackningar



Efter 20 år har vi en ny hemsida. Besök oss på **uffeshoppshop.se** för att köpa din utrustning. Med vår erfarna personal som tillsammans har 27400 hopp så får du den hjälp du behöver. Välkommen!

Uffes Hopp Shop AB

Kokillgatan 12 B, 721 33 Västerås
021-355 750
info@hoppshop.se