

OTRÄNAD!

Vi har ett
8-veckorsprogram
för dig!

CLUB ACTIVE

Ett gym för dig som inte gillar gym

Tel 08-540 883 30 • Sälgvägen 4, Åkersberga

Tilda siktar mot SM

Åkersbergabon tävlar i motorcross



Sidan 18

TRETTONÅRIGA TILDA WEDARS tävlar i motorcross i klassen MX-Girl. Hon satsar nu hårt för att både delta och nå en pallplats under nästa USM.
Foto: Jonas Wiese

Samhälle & politik

Vasas syster- skepp funnet vid Vaxholm

Sidan 4

Kultur & nöje

Sago- stund med drag

Sidan 24

tema



Sidorna 8-16

Volkswagen ID.4

Enklaste valet i år.

Välkommen att provköra Sveriges mest köpta bil.

ID.4 Pro Performance
Lease & Care - privatleasing från 5 557kr/månad*
inklusive service och 12 månaders betalskydd

Energiförbrukning vid blandad körning från 16,9 - 18,3 kWh/100 km. CO₂-utsläpp från 0 g/km. Mått enligt SAE.
*Pris för 100 km i månadsavgift. Volkswagen Lease & Care - Volkswagen privatleasing (36 månader), 1 000 km per månad, 0 km utöver kostnadsfritt, garantierade kilometer, 0 km/100 km betalt och 100% betalt (max 1000 km). Översikt och detaljer om leasing villkor finns på Volkswagen.se. Volkswagen Lease & Care - Volkswagen privatleasing (36 månader), 1 000 km per månad, 0 km utöver kostnadsfritt, garantierade kilometer, 0 km/100 km betalt och 100% betalt (max 1000 km). Översikt och detaljer om leasing villkor finns på Volkswagen.se. Volkswagen Lease & Care - Volkswagen privatleasing (36 månader), 1 000 km per månad, 0 km utöver kostnadsfritt, garantierade kilometer, 0 km/100 km betalt och 100% betalt (max 1000 km). Översikt och detaljer om leasing villkor finns på Volkswagen.se.

AFTÉN | BIL

Rällarvägen 10, Åkersberga
Telefon 08-503 351 00
www.aftenbil.se

Vinnare
Årets Bakt 2021
Volkswagen Performance
Energy



11

notiser

IFK vände kvalmatch

■ **ÖSTERÅKER** IFK Österåker är mitt uppe i kvalet till division 1. I lördags spelade laget sin första kvalmatch mot Friska Viljor FC på bortaplan. Matchen slutade med seger, 4-1 för IFK Österåker, efter en snygg vändning från underläge 0-1.

–Det känns jättebra. Nu fokuserar vi på lördag då möte mot Assyriska väntar. De kommer med mycket folk och troligen en kläck med bengaler så det vore kul om vi kunde möta upp det med stor hemmapublik också, säger tränare Per Hyppel.

Om Österåker spelar minst oavgjort eller vinner mot Assyriska väntar omgång två där de får möta laget som hamnar på kvalplats i norra ettan i ett dubbelmöte. Det blir antingen Täby, Urneå eller Haninge. **SS**

Hemmasegrar för både Waxholm och Österåker

■ **VAXHOLM/ÖSTERÅKER** Hockeytrean Östra Å spelade både IK Waxholm och IFK Österåker matcher i fredags. Waxholm tog emot Norrtälje hemma i Sane-co-Hallen och vann enkelt med 10-3 efter periodisiffrorna 4-2, 3-0, och 3-1. Även IFK Österåker spelade hemma och tog emot tabeljumbon Solna SK. Efter en trevande förstaperiod drog IFK ifrån i andra perioden till 4-1 och avslutade med ytterligare ett mål i sista perioden fastställande resultatet till 5-1.

Waxholm leder fortsatt serien, följt av Österåker. **JA**

Lag	M	V	O	F	GM	IM	MS	P
IK Waxholm	4	4	0	0	29	7	22	12
IFK Österåker HC	4	3	0	1	21	13	8	9
Sala HK	2	2	0	0	12	3	9	6
Vallentuna-Örmsta	4	1	0	3	11	19	-8	3
Norrtälje IK	4	1	0	3	15	28	-12	3
Solna SK	4	0	0	4	5	23	-18	0

15/9-31/12

Råder generellt fiskeförbud i Åkers kanal. Detta för att skydda havsöringens lekvandring.

Nyförvärv lämnar Ackers

■ **ÅKERSBERGA** Inför spel i Svenska Superligan, SSL, som är landets högsta innebandyliga värvade Åkersberga IBF, även kallade Ackers, en hel del nya spelare. En av dessa var den finska landslagsmålvakten Krista Nieminen. Nu står det klart att Nieminen lämnar Ackers – redan efter sju matcher. **LA**

Satsning på ungdoms-SM

■ **VAXHOLM** För första gången ska Waxholms gymnastikförening göra en satsning på ungdoms-SM, USM. Slutmålet med satsningen är att få en plats i USM 2023. Går denna satsning bra hoppas klubben på fler satsningar framöver, som mot exempelvis junior-SM. **LA**

Två nya klubbrekord

■ **ÅKERSBERGA** Åkersberga Simsällskap har två nya klubbrekord – ett på 200 meter fjärlil och ett på 200 meter frisim. Rekordet på fjärlil sattes 1983 av Mats Gustavsson på tiden 2.22.90 och slogs av 16-åriga Melvin Bosson under Swedish swim games i slutet av september. Melvin Bossons tid, och numera klubbrekord, ligger på 2.21.56. Det var även Melvin som slog det andra klubbrekordet på 200 meter frisim. Det gamla rekordet sattes 1995 av Henrik Bokell på tiden 2.01.90 och det nya rekordet är 2.01.86. **LA**



NYLIGEN ÅKTE Tilda Wedar till Norge för en träningshelg ledd av före detta VM-föraren Kenneth Gundersen. Det går alltid att jobba på tekniken och med bra teknik kommer fart, säger Tilda.

Foto: Johan Wiese

Full fräs för Tilda mot ungdoms-SM

■ **ÅKERSBERGA** I år har Tilda Wedars namn syns på resultatlistorna från motocrossstävlingar runt om i Sverige. Endast 13 år gammal men med siktet inställt på pallplats i ungdoms-SM kör hon med full fart genom crossbanorna.

Åkersbergabon Tilda Wedar har snart kört motocross i tre år. Det var hennes pappa Johan som först tog med henne till en prova-på-dag som anordnades på Asätra Motorklubb. Tilda, som gillar fart och fläkt, fastnade direkt.

–Det bästa med sporten är att det går fort. Jag är sällan rädd, tvärtom blir jag mer arg om jag ramlar för då tappar jag tid eller placering, säger Tilda.

Att inte vara alltför rädd är en bra egenskap för den som vill satsa på motocross förklarar Tilda, men det ingår också en hel del teknisk träning. Det är enkelt att köra när det är rakt men där det blir stökigt och kurvigt finns det stora tidsmarginaler att tjäna för de som planerar körningen rätt.

En annan aspekt är även fysikträningen som utgör en viktig del av träningen. Loppen håller sig oftast runt kvarten men det är stora muskelgrupper i arbete för att parera alla ojämnheter i banan. Tilda tränar runt fyra gånger i veckan blandat med både körning och fysik. Hon har i år dessutom tagit tränarhjälp av Kenneth Gundersen, en före detta norsk VM-förare, vilket gett ytterligare resultat.

Målarfräsen och Skaraborgsfräsen är två tävlingsserier där varje serie har bestått av sju deltävlingar och en gemensam final. Tilda kammade hem förstaplaceringen i båda dessa.

–Jag tävlar i en klass som heter MX-Girl. Det är en klass med tjejer och motorstorleken är 85 kubik men man kör tillsammans med killar. Skulle vi bli fler tjejer så skulle det kunna innebära att vi får våra egna race, tillägger Tilda.

Nu stänger många banor i väntan på att tjelen kommer, då blir det dubbdäck och träningen kan fortgå men under tiden planerar Tilda även resor söderut för att kunna träna vidare på frostfria banor. Hon har haft en imponerande utvecklingskurva det här



DET HÄR ÅRET har Tilda satsat mer på tävlingar där hon deltog i både Målarfräsen och Skaraborgsfräsen. Efter säsongens avslutade deltävlingar stod hon som vinnare i båda serierna.

Foto: Susanne Skantelbury

året och nästa år är siktet inställt på en pallplacering i ungdoms-SM.

Susanne Skantelbury

redaktionen@famedia.se

