

Intervju med Sabina "Sabbe" Konradsdal

Av Nathali Mäki

Hur många år har du varit aktiv i föreningen?

Jag började 1983 och höll på till 1991 som gymnast. Min sista tävling var SM 1991 i Huddinge. Efter det la jag av. Det var tyvärr så att våra tränare Anette och Mita skulle sluta, så vi var många födda 1971 som slutade då.

Men då var det faktiskt så att jag vart erbjuden att bli tränare för det laget. Så jag blev då tränare 1991–1993 för mitt gamla lag.

Sen år 1993 bildade jag och Anna Asp ett lag tillsammans som jag tränade till december 1994. Jag minns så väl att det sista jag gjorde var att vi i december tävlade i Eriksdalshallen och jag var med som tränare och passade. Jag var då höggravid och min dotter Amanda föddes en månad senare i januari.

Efter det körde jag igång 1999 igen när jag startade ett lag för tjejer födda 1995 där Amanda gick.

År 2002 startade jag ett lag som hette förberedande trupp. Första RM för det laget 2005 gick vi från DIV 6 hela vägen upp till DIV 1 där vi kom 5: a 😊

Jag var kvar till år 2008 som tränare tillsammans med min syster Fia och Jenny. Efter det var jag endast med i valberedningen med Kerstin Björck och år 2009 gick jag med i styrelsen som kassör.

Kan du berätta lite om hur föreningen såg ut för ca 40 år sen när du var aktiv gymnast?

Vi tränade i Vendelsöalmsskolan, Lyckebysskolan och Brandbergsskolan. Det var endast dom hallarna vi hade.

Vi körde väldigt många bänkprogram på den tiden. Vi hade även Artistisk Gymnastik i föreningen som några gymnaster tränade. Dom var väldigt duktiga, men tyvärr flyttade deras tränare till Göteborg så gruppen lades ner.

En vanlig träning såg ut som så att Mita hade gjort en uppvärmningsdans. Så vi visste exakt vad vi skulle göra när hon tryckte på play. Det var alltid bra och välgjorda uppvärmningar med stretch. Sen tränade vi på dom där tjocka (äckliga) mattvådena. Sen när vi började lägga tunnmattoner under så fick vi ju lite mer studs. Det tyckte vi ju var fantastiskt. Sen efter några år så började voltgolvet att komma. Då bestämde styrelsen att alla som var truppgymnaster skulle lägga 400kr så föreningen kunde köpa in detta voltgolv. Stackars mina föräldrar som hade 3st truppgymnaster....

Då började vi träna i Lyckebysskolan där voltgolvet fanns. Men det var inte helt enkelt att ta fram voltgolvet, så mycket tid gick åt till fram- och bortplockning. Vi tränade alltid lördagar i Lyckebysskolan samt tisdagar och torsdagar. Så var det i flera år. Sen efter tiden vart det så att vi började rikta in oss på att ha fristående vissa dagar. Från första början var det inte så.

Mita var väldigt noga med att vi skulle ha riktiga balettkunskaper. Så när vi var 13 år gamla så hade vi en Dansk pianist som spelade piano för oss i Brandbergshallen. Så fick vi stå där: första position, andra position osv...

Hur kommer det sig att du började med gymnastik?

Det var en kompis i min klass som gick på gymnastik. Hon visade mig vissa saker och jag tänkte - Åhh va roligt det där vill jag också kunna!
Men hon sa att jag inte fick börja om jag inte kunde gå ner i spagat. Så då satt jag där hemma och tränade spagat. Men jag hade väldigt lätt för att lära mig när jag började. 😊

Vilka olika roller har du haft i föreningen?

Jag har varit gymnast och tränare. Sen har jag även varit med i truppkommitén ett tag, och det var väldigt roligt. Sen vart jag huvudledare för Amandas lag. Efter det vart det valberedningen och tillslut styrelsen. Jag hade lite svårt att skilja mig från gymnastiken, det var ju så himla roligt 😊!

Vad är ditt starkaste minne?

Det måste vara när vi kom 3:a på JSM i Huddinge 1987. Jag minns när vi körde hoppen och vi körde på satsbräda, volterna överslag och Petrik med världens ström. Mita hon drog ju ut satsbräda över 1 meter ifrån plinten för att vi verkligen skulle få den där fina bågen. Då kom Huddinges tränare som hette Lovisa fram till oss efter och sa:

- Äntligen har ni börjat springa och göra ordentliga volter.

Så när poängen kom trodde vi ju inte det var sant. Högsta poängen...

- Ett annat starkt minne jag har är att på den här tiden hade man inga begränsningar på hur lång tid man fick vara ute på golvet. När vi 1990 skulle tävla på bord med Frivolt upp Frivolt ner för första gången. Vi väntade så länge för vi stod och fokuserade. Jag tror vi var ute på golvet i 5 minuter. 😊

Vad är det bästa med Vendelsö GF?

Gemenskapen! Underbar gemenskap har vi haft i alla år. Sen tror jag också för att vi bor så nära varandra så man har träffat varandra antingen i affären eller i skolan. Så man har alltid haft en kontakt till varandra. Jag tror att det är jättebetydelsefullt! Även alla engagerade tränare och föräldrar genom åren. Jag minns när vi arrangerade USM och det var 90 lag anmälda i 7 divisioner. Så många som ställde upp gratis och alla gjorde det för vi hade så kul tillsammans.

Gunnar Pettersson som satt som ordförande i 20 år var alltid så glad och positiv. Vi får inte glömma dom väldigt kompetenta tränarna under alla åren!

Det finns vissa tränare som ska lyftas lite extra från tiden 1981-1991
Maria "Pia" Smångs och Marita "Mita" Löfgren