



Daniel Andersson möter alla medlemmar med ett leende. Foto: Jennie Einarsson

Daniels gym blåste nytt liv i övergiven biograf

Publicerad: 23 januari 2025

Författare: Jennie Einarsson

Det har nu gått tolv år sedan gymmet i Frövi öppnade dörrarna för första gången. Vad som började med en liten lokal på källarplan har utvecklats till en modern och populär träningsanläggning på hela 1100 kvadratmeter, där både träning och socialt umgänge står i centrum. - Jag känner att Folkets Hus har fått tillbaka sitt värde, folk rör sig här i huset igen, säger ägare Daniel Andersson glatt.

Det var när Daniel och hans dåvarande sambo återvände till Frövi, efter att ha varit bosatta i Örebro, som de insåg att det saknades ett gym i samhället. Eftersom att

Daniel var en hängiven träningsentusiast krävdes en lösning – så de satte sig vid köksbordet och började planera. Kort därefter började resan. Våren 2013 öppnade gymmet, som då gick under namnet Tränografen.

- I början var det många som trodde att gymmet bara var för stora kroppsbyggare, men vi ville att alla skulle känna sig välkomna. Vi hade fasta maskiner som fungerade för alla. Det var en utmaning att jobba bort den känslan hos invånarna. När den här lokalen blev ledig så bestämde vi oss för att bygga in den och göra en ny entré på långsidan mot Järnvägsgratan och ge gymmet ett fräschare utseende, berättar Daniel.



Gymmet fick ett lyft med den nya entrén som vetter mot Järnvägsgratan i Frövi. Foto: Jennie Einarsson

För tre år sedan blev Tränografen We Are Gymmo, med ny entré och ny skepnad och kort därefter genomgick Gymmo den största förvandlingen. Med en investering på omkring 3,6 miljoner kronor omvandlade man den gamla biografens lokal till en luftig och toppmodern del med ny maskinpark, spinningsal och gruppträningsrum.

- Från början hade jag inte hjärta att riva biografen, den var så fin och det gjorde verkligen ont i själen av att tänka på att göra det. När jag var liten såg jag själv Jurassic Park där för första gången, säger Daniel nostalgiskt och förklarar vidare:

- Biografen har tyvärr stått oanvänd i många många år och det tycker jag är ovärderligt en sådan lokal. Folketshuset har ett signalvärde för alla som är uppvuxna i Frövi, det symboliserar en samlingsplats där man bygger relationer. Kanske hittade man sin

kärlek här en gång i tiden. Jag kände att med det nya konceptet så följer nya tider och nu känner jag att det åter har fått sitt värde, folk rör sig här i huset igen. Det blev precis som jag tänkte när jag startade gymmet från början, reflekterar Daniel glatt.



I den gamla biograflokalen har man skapat en ny del av gymmet. Biografscenen rymmer numera gruppträningsrum samt ett spinningrum ovanför.

Även om lokalen inte längre används som biograf har man valt att behålla många av detaljerna från eran. Den rosa färgen på väggarna är original från 1955 och har varit en inspiration för Daniel när han omsorgsfullt har designat hela gymmet.

- Vi har bevarat mycket av lokalens känsla, den rosa färgen är dessutom grunden till vår nya logga som är lite 80-tals inspirerad. Även scenen i biografen är kvar men har fått en ny funktion, den rymmer både gruppträningsrum och ett spinningrum ovanför, berättar Daniel.

Utöver en ny tjugig kostym har gymmet även fått en hel del nya maskiner - något som bland annat har lockat 19-åriga Maja Moberg till den nya delen av gymmet. Hon är på gång att söka en fysiskt utmanande utbildning och tränar cirka 3 gånger i veckan för att bygga upp styrkan.

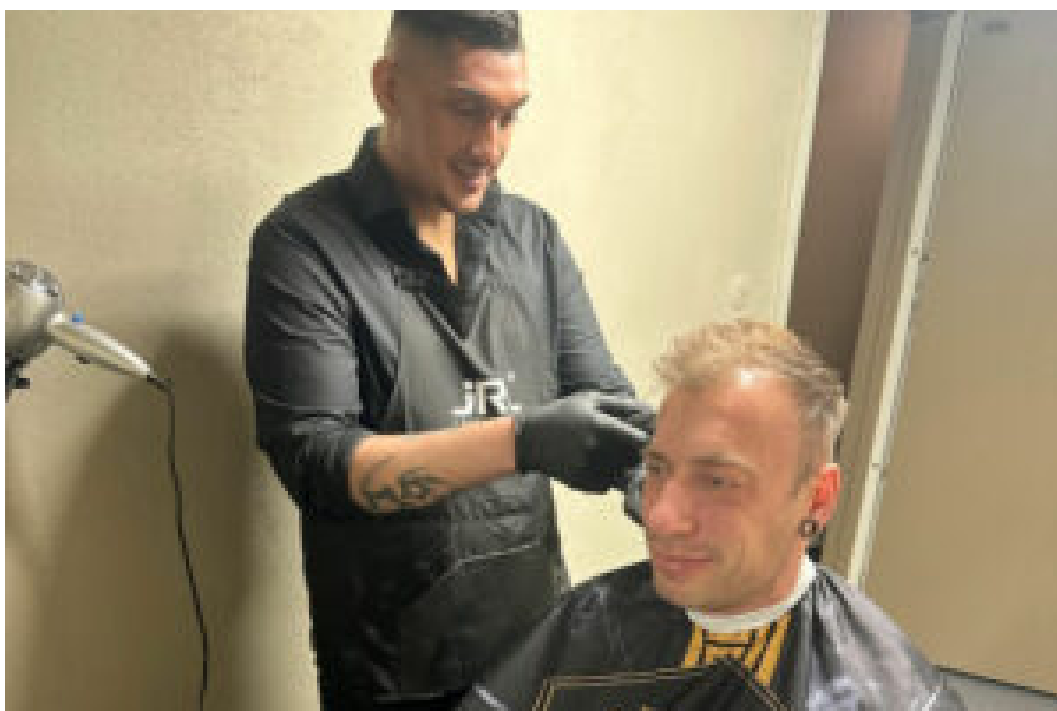
- Det är ett väldigt bra gym och speciellt efter den nya renoveringen. Det är många nya och spännande maskiner att använda. Sedan ligger det väldigt bra till mitt i Frövi, säger Maja.



Maja Moberg tränar flitigt tre gånger i veckan. Foto: Jennie Einarsson

Idag har anläggningen vuxit till hela 1100 kvadratmeter och rymmer de flesta bekvämligheter man behöver. Här finns utöver gym även duschrum, bastu, solarium, behandlingsrum och när du ändå har varit och tränat - varför inte fixa frisyren samtidigt hos barberaren?

- Det är min vän Demiri Naima från Fellingsbro som driver Frövi Barbershop i källarlokalen några dagar i veckan. Det är verkligen lyckat, han har fått ordentlig snurr på det hela, vilket är väldigt roligt, säger Daniel.



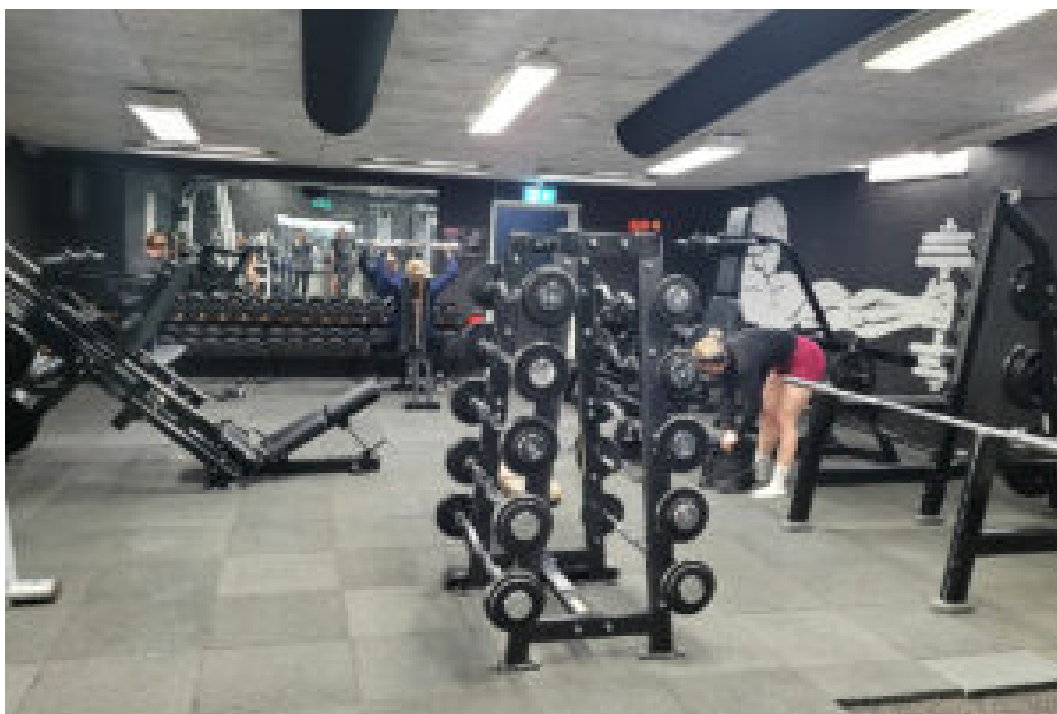
Daniel uppgraderar frisyren hos Demiri. Foto: Privat

Gymmet lockar en hel del besökare med en stor spridning på åldrarna. Daniel berättar att den största ökningen av medlemmar är från den yngre generationen, men att det även är många pensionärer som fått upp ögonen för Gymmo.

- Vi har vuxit med cirka 20 procent varje år, träning är ju så i ropet nu. Jag tror att folk har en annan syn på träning i allmänhet, det tycker jag vi ser i vår medlemspool. Det senaste halvåret har den största ökningen varit i gruppen 15-21 år, och ungdomarna håller dessutom i träningen. Vi ser att trenden är att man hellre går till gymmet än ut på krogen, det känns som att vi har gjort ett avtryck på den generationen. Sedan har vi märkt att många pensionärer som börjat träna har börjat tajma in varandras träningstider för att få umgås, berättar Daniel med ett stort leende.

Under fyra års tid åkte Daniel till gymmet varje dag för att låsa upp dörrarna klockan 04:30 och låsa igen klockan 23:00. Idag är allting automatiserat, allt från lås, belysning, medlemskapsregistrering till musiken som strömmar ut i lokalerna.

- Jag har byggt upp hela anläggningen med strukturen att det i stort sätt ska sköta sig självt. Det är lite som ett självspelande piano idag, allt är helt digitaliserat. Kunder löser medlemskap på nätet och får nyckeln direkt i telefonen. Jag kan styra hela anläggningen från min telefon. Sedan är anläggningen också helt kameraövervakad för allas säkerhet.



Det är full fart i gymmets alla träningsrum. Foto: Jennie Einarsson

Det som en gång började som en hobby vid sidan av Daniels ordinarie arbete vid Sveriges riksdag, har med åren vuxit till en självgående verksamhet. I utvecklingen har man låtit medlemmarna vara delaktiga, det är något Daniel tror har varit en stor del av framgångssagan, men betonar att framgången inte bara handlar om gymmets utveckling, utan också om det fantastiska teamet som jobbar där.

- Jag har jättebra personal, man måste omge sig med de man känner förtroende för och som själva känner en stolthet för anläggningen. Jag har investerat mycket i min personal för att de ska känna att jag ser och tror på dem. Jag har även många ungdomar som jobbar här, det är viktigt för mig att ge dem en plats där de känner att de kan få ta eget ansvar och utvecklas. Idag är vi 6 personer som hjälps åt och ställer upp för varandra. Vi har ett väldigt bra arbetsklimat och vi har framförallt väldigt roligt tillsammans här, avslutar Daniel.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/daniels-gym-blaste-nytt-liv-i-overgiven-biograf/>