



Tobias Stridälv, Maria Söderlund och Kalle Söderlund är trion bakom mest gym i Stråssa. Foto: Camilla Lagerman

Det blir mest gym på jobbet för stark trio

Publicerad: 29 januari 2021

Författare: Camilla Lagerman

När kompistrion Tobias Stridälv, Maria Söderlund och Kalle Söderlund tog över gymmet i Stråssa efter Mats Funck hade det 25 medlemmar som tränade regelbundet. Nu, knappt två år senare, är antalet uppe i över 100, och trots den envisa pandemin ser man positivt på framtiden.

Den 1 september 2014 fick Stråssa äntligen ett eget gym, när den numera bortgångne Mats Funck gjorde verklighet av sin dröm. Under våren 2019 lämnade han över ägarskapet till Maria, Kalle och Tobias, som sedan dess byggt vidare på den grund som Mats lade för några år sedan. Idag går gymmet under namnet m.e.s.t gym, och precis som namnet säger är det mest gym, men även andra sorters träning som man tillhandahåller i den 400 kvadratmeter stora lokalen på Stråssaplan.

- Vi lekte lite med olika namn, och landade i m.e.s.t, som står för muskler, energi, styrka och träning, vilket är ord som vi verkligen står för, berättar Maria.

Sedan trion övertog gymmet för knappt två år sedan har fler och fler medlemmar anslutit sig, och i dagsläget har man runt ett hundratal anslutna, men man siktar högre än så.

- Vi har ett stort upptagningsområde, och vi har medlemmar som åker från både Ställdalen och Lindesberg för att träna hos oss, så runt 150-200 är ingen omöjlighet. De flesta som kommer hit blir positivt överraskade, vi har gott om plats, och det har lockat hit några medlemmar som gärna ville kunna träna lite för sig själva, säger Kalle.

- Jag som inte hade varit här innan blev så glatt överraskad över att det var så stort, och att det finns något för alla. Allt ifrån fria vikter och maskiner för alla muskelgrupper till konditionsträning och golvyta för egna cirkelpass, så det är ju mest gym men lite annat också, skrattar Maria.



Stora ytor gör att det är enkelt att hålla avstånd. Foto: Camilla Lagerman

Trots den envisa coronapandemin som fått många gym runt om i landet att stänga, ser man inga tendenser till ett minskat intresse för träningen, snarare tvärtom.

- Intresset är stort, och antalet medlemmar ökar stadigt, men tyvärr går det inte att genomföra alla former av träning just nu. I våras när pandemin kom hade vi nyss startat upp våra gruppPASS som blev väldigt populära, men de var vi tyvärr tvungna att lägga på

is så länge. Vi provade att köra utomhus ett tag, men vädret var inte på vår sida, och många vågade inte träna i grupp överhuvudtaget, så då var det bättre att ta bort dem och sedan starta upp igen när coronan är borta, säger Kalle.

- Nu har vi infört ett bokningssystem, så att man inte kan vara fler än 10 personer i gymmet samtidigt, och vi jobbar mycket med rengöring och städning, och påminner alla som tränar om det. Men det är sällan vi är fler än 10 personer här samtidigt, så det är inget stort problem, säger Tobias.

Nu när vaccinationerna har dragit igång ser man positivt på framtiden, och visionerna är många för gymmet och dess verksamhet.

- Vi fick en förfrågan från vårdcentralen om att göra något för pensionärer som behöver röra på sig, och de var intresserade av ett samarbete. Mats hade ju cirkelpass för pensionärer och det var väldigt omtyckt, och något som har efterfrågats. Så det vore roligt att kunna göra efter pandemin, säger Maria.

- Sedan utbildar sig Maria till PT och bli klar i mars, säger Kalle och tittar glatt på sin fru.

- Vi hade en del teknikseminarier, kostkvällar och föreläsningar förut, och det vill vi gärna göra mer av, flikar Tobias in.

De cirka 100 medlemmarna är i olika åldrar mellan 15-85 år, och åldersspannet är något man ser som en stor tillgång.

- Det är meningen att alla ska våga komma hit, vi hjälper varandra och de flesta här känner ju igen varandra sedan tidigare, avslutar Maria.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/det-blir-mest-gym-pa-jobbet-for-stark-trio/>