



Ola Nordahl öppnar portarna för sitt träningscenter i Lindesberg i morgon fredag. Foto: Christer Karlsson

Lindegym öppnar portarna

Publicerad: 5 december 2013

Författare: Christer Karlsson

I morgon fredag klockan 14 ska alla maskiner, bänkar och löpband vara på plats - de sista kommer idag. När portarna slår upp finns det 120 träningsplatser vid de olika redskapen och ytterligare 30 personer kan gruppträna i lokalen intill. - Alla kommer få plats, ler en nöjd Ola Nordahl.

På 1500 kvadratmeter får från och med fredag Lindesbergsborna möjlighet till en allsidig och varierad träning. Här finns runt 120 olika redskap och en större och en mindre hall med öppna ytor för olika varianter av gruppträningar.

Ola Nordahl driver också sedan hösten 2012 ett gym i Frövi och har nu på bara drygt fyra månader lyckats iordningsställa den tidigare gamla och slitna industrilokalen till en trevlig och inbjudande träningslokal.



- Jag vill hellre kalla det träningslokal än gym. Det unika med vårt koncept här i Lindesberg är bredden och variationen av olika träningsredskap och träningsmetoder, säger Nordahl.

Ungefär femton instruktörer är hittills knutna till verksamheten, alla med olika bakgrund och erfarenheter vilket Ola menar kommer stärka bredden. Han nämner som exempel en kille som precis har flyttat till Lindesberg och som är utbildad instruktör inom thai-boxning.



Lokalerna och markerna runt om anläggningen kommer också användas för andra verksamheter, inte bara träning berättar Ola.

- Den 14 december blir det en julklappsmässa i den stora träningshallen och där kommer det också bli en loppis i januari.

Runt anläggningen har Ola låtit mäta upp en slinga på 574 meter där det den 28 december kommer springas ett maraton. Hittills är det kommit in ungefär tjugo anmälningar för att springa de drygt 74 varven.

- Jag tror att det blir upp emot sextio innan anmälningstiden går ut, säger Ola.

Ola Nordahl tänker redan en hel del på framtiden och hur han vill utveckla anläggningen. En tanke han har är att också utveckla anläggningen till ett testcenter där elitidrottare likaväl som motionärer ska kunna mäta olika värden för hur kondition och muskelstyrka utvecklas i samband med träningen.

- Efterfrågan från vanliga motionärer att kunna testa sig växer hela tiden. Man vill få ett kvitto på att värdena utvecklas i takt med träningen säger Nordahl.



Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/lindegym-oppnar-portarna/>