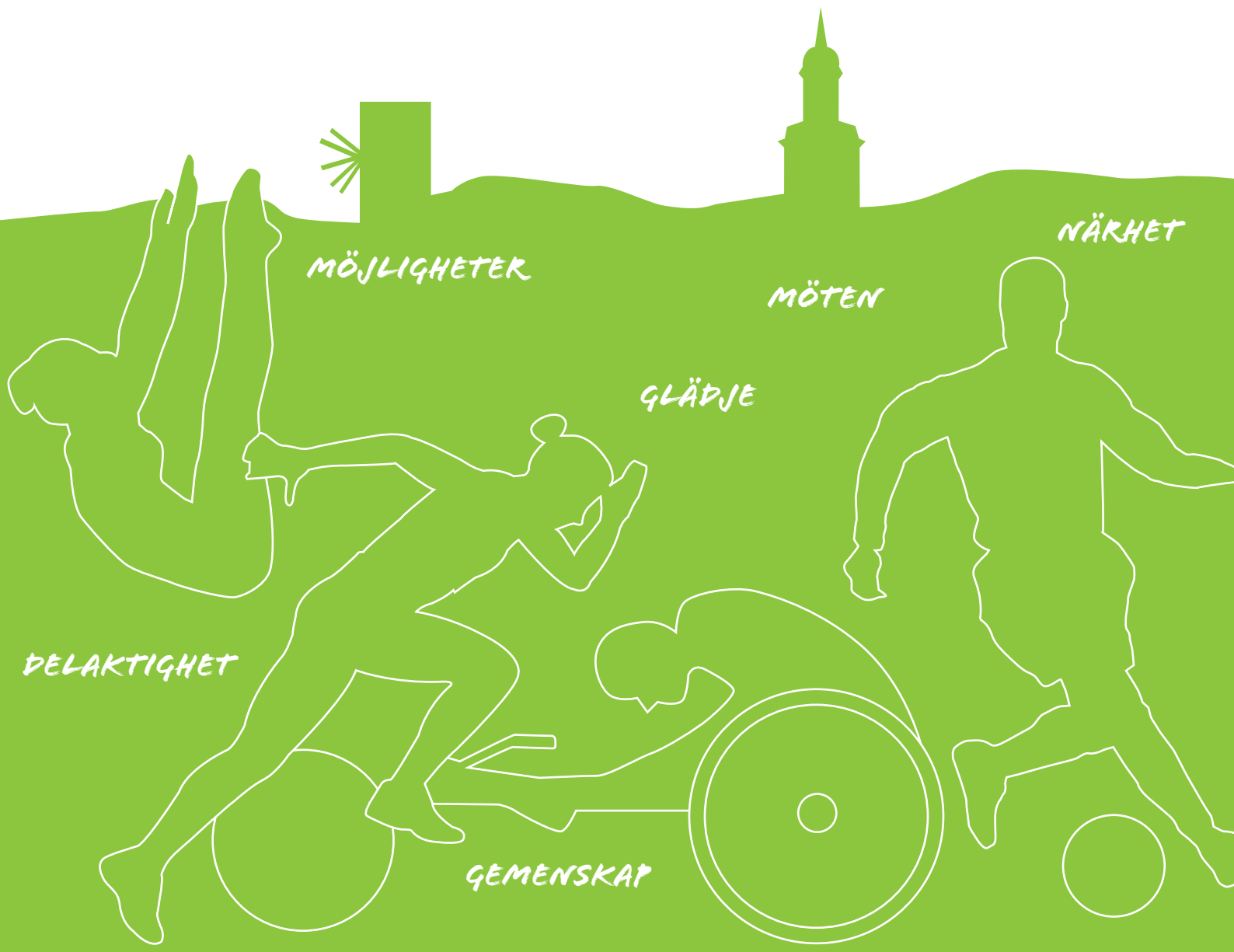




Hedemora
vällkomnar

Södra Dalarnas Idrottscentrum





DRÖMMAR



DELAKTIGHET



MÖTEN



MÅLSÄTTNINGAR



MÖJLIGHETER



REVANSCHER



UTMANINGAR



HOPP



SEGRAR



Välkommen till idrottsstaden!

Hedemora välkomnar till Södra Dalarnas nya Idrottscentrum. Efter många år av drömmar har nu Hedemora en komplett idrottsanläggning med unika idrottsmöjligheter mitt i centrum. Sveriges vackraste idrottsanläggning har den kallats – där den ligger i sin natur-sköna ravin.

Vasahallens sim- och sporthall och Vasaliden Arena bildar nu kärnan i Södra Dalarnas Idrottscentrum. Arenan med sina friidrotts- och fotbollsmöjligheter och Vasahallen med sina inomhussporter, bad och styrke-träning. De båda anläggningarna i kombination med det cen-

trala läget och de goda boendalternativen gör att Hedemora kan erbjuda en fantastisk helhetslösning för alla idrottsälskare från både när och fjärran. Allt är självklart handikappanpassat.

*"SVERIGES VACKRASTE
IDROTTSANLÄGGNING"*

I Hedemoras omnejd finns dessutom utmärkta komplement till idrottscentret. Långshyttans sportområde med bland annat is- och sporthall, Hedemora Motorstadion och Brunnsjöberget med sin skidanläggning är några goda exempel.

Vill du arrangera idrottsläger eller tävling? Är du aktiv idrottare eller entusiastisk åskådare? Engagerad förälder eller syskon? Södra Dalarnas Idrottscentrum tillgodoser allas behov.

Tillgänglighet är vår styrka

Södra Dalarnas Idrottscentrum är tillgängligt i många avseenden. Dels Hedemoras placering i förhållande till kringliggande större städer och dels det centrala läget i själva stadskärnan. Dessutom har man lagt mycket resurser på tillgängligheten för handikappade.

Här erbjuder anläggningen inte bara ett rikt utbud av idrott för alla, utan även relax-möjligheter, vackra promenadstråk och kulturhistoria. En fulländad kombination av rekreation och idrott.

Närhet till all tänkbar service

Vasaliden Arena och Vasahallen har ett unikt läge med sin närhet till logi, restauranger, caféer, affärsgator och promenadstråk. Allt finns inom räckhåll, både för åskådare och sportutövare – en dröm för arrangörer av läger och evenemang. Med bara några hundra meter till järnvägsstationen och med närheten till riksvägen blir Vasaliden också mycket tillgängligt för besökare.

Anpassad för alla

Handikappanpassningen har varit en kärnfråga i planeringen av anläggningen. Allt är nu toppmodernt utrustat för att Vasahallen

och Vasaliden Arena ska kunna ta emot idrottare med vitt skilda förutsättningar och behov.

"ALLT INOM GÅNG-
AVSTÅND FÖR
ÅSKÅDARE OCH
IDROTTSUTÖVARE."

Inte bara idrott

Hotell och vandrarhem finns inom gångavstånd, liksom restauranger, café och krogar. Själva stadskärnan är i sig ett vackert besöksmål med sin rika kulturhistoria – Hedemora är faktiskt Dalarnas äldsta stad. I närheten finns den välkända fågelsjön Hovran, fina fiskesjöar och badstränder.



AVSTÅND TILL HEDEMORA:

- VÄSTERÅS - 93 KM
- GÄVLE - 93 KM
- UPPSALA - 120 KM
- ÖREBRO - 147 KM
- STOCKHOLM - 175 KM
- KARLSTAD - 256 KM
- MOKA - 141 KM
- SUNDSVALL - 304 KM



Nu är drömmen om en komplett anläggning för friidrott, fotboll, handikapp- och skolidrott uppfylld. För föreningar och förbund som söker platser för läger och arrangemang erbjuder vi det unika – all service inom gångavstånd. Med kombinationen Vasaliden Arena och Vasahallens sim- och sporthall har Hedemora skapat Södra Dalarnas Idrottscentrum!

*Kjell Rosén, eldsjäl för Vasaliden
och chef för kultur- och fritidsförvaltningen*



Vasaliden Arena – en komplett anläggning

Planen

Vasalidens konstgräsplan mäter 65x105 meter och ger utrymme för en elvamanplan eller två sjuvannanplaner. Planen har värme och ordentlig belysning.

Friddrottsanläggningen

Friddrottsanläggningen är komplett utrustad för samtliga hopp-, kast- och löpgrenar. Runt planen finns allvädersbanor för friddrottens löpgrenar med sex löpbanor och åtta banor på upploppet, samt utrymme för längd-, höjd och stavhopp.

För kastsporier som slägga, diskus och spjut finns en särskild kastplan med måtten 60x100 meter, omgiven av en naturlig läktare.

Målbyggnaden

Vid arenans sydvästra del ligger en målbyggnad i två våningar för tävlingsledning. Här finns en komplett ljudanläggning för kommentarer och musik, samt mötes- och administrationslokaler med it-utrustning.

För åskådarna

Läktarbyggnaden kan ta emot 600 sittande åskådare. Utöver detta finns en naturlig läktare runt arenan i ravinens slänter, där nästintill obegränsat antal åskådare kan få plats. I målbyggnaden finns kiosk med servering av kaffe, läsk, korv, hamburgare, med mera.

Övrigt

Dusch- och omklädningsmöjligheter finns i Vasahallens sim- och sporthall, se nästa sida.



Världsmästaren från Vasahallen

Arun Sondhi heter en av Hedemoras idrottshjältar – flerfaldig världsmästare och guldmedaljör i bänkpress, både öppen klass och för handikappade. Arun kom till Hedemora i slutet av 80-talet och i Vasahallen lades grunden till hans framgång. Här har i princip all träning skett även om han har tävlat för andra klubbar. Otaliga medaljer har det blivit genom åren, bland annat VM-guld 1990 för handikappade i Assen, Holland och guld i öppna VM i Rüsselsheim, samt flera världsrekord.

Arun Sondhi är i dag aktiv som instruktör inom friskvård och handikappidrott. Han ser den nya anläggningen som ett enormt lyft för Hedemora.

– Vasahallen har varit en stor tillgång för mig som handikappidrottare. Tillsammans med Vasaliden Arena finns här nu allt man behöver som idrottare, vilket gör Hedemora till en utmärkt ort för träningsläger och tävlingar. Personalen här är också fantastisk, säger Arun.



Vasahallen är en av de finaste idrottsanläggningarna i Södra Dalarna. Med sina goda möjligheter till inomhus-sporter och bad bildar Vasahallen tillsammans med Vasaliden Arena kärnan i Södra Dalarnas Idrottscentrum

Vasahallen sim- och sporthall

Sporthallarna

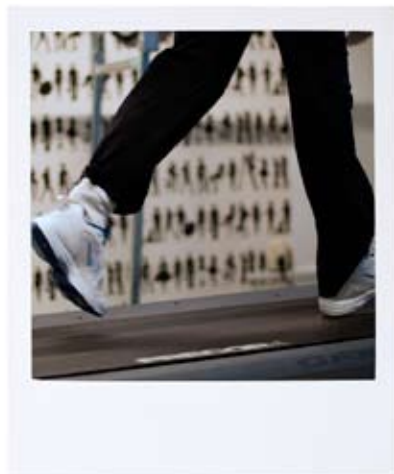
I Vasahallen finns en stor och en mindre sporthall, utrustade för de flesta inomhussporter. Hallens läge och dess flexibla lokaler ger även goda möjligheter till utställningar och mässor. Den lilla sporthallen mäter 10x20 meter, där också en klättervägg finns. I anslutning till sporthallarna finns sex nyrenoverade omklädningsrum.

Simhall och relax

Vad passar bättre efter ett hårt träningspass än att ta en lugnande simtur eller ett avslappnande bastubad tillsammans med laget? Den stora bassängen (25x10,5 meter) med hopptorn och svikt lämpar sig både till hårdträning och rekreation. Här finns även en mindre pool för barnen och bubbelpool.

Motions- och styrkerum

Sporthallen inrymmer ett välutrustat gym med två löpband, motionscyklar, roddmaskin, skivstänger, hantlar och ett rikt utbud av träningsmaskiner. Här finns också väl tilltagna ytor för uppvärmning, stretching, med mera.



Cafeteria

Cafeterian ligger vid entrén, där man kan njuta av en fika, diskutera taktik med kamraterna, titta på tv, eller bara slappna av.

Övriga verksamheter

I Vasahallens källarvåning inryms även en bowlinghall där flera bowlinglag spelar, bland annat det framgångsrika BK Granen i division ett. Även här finns ett café. En pistolskyttebana finns också här som hyrs av en lokal skytteklubb.

Sveriges nya simstjärna

Sveriges nya simstjärna har hon kallats – Jennie Johansson från Hedemora. Hösten 2009 debuterade hon i Europamästerskapet 21 år ung och tog ett brons på 100 meter bröst. Därmed började det spekuleras om deltagande i OS i London 2010. Även om hon numera bor och tränar i Uppsala simsällskap så är det i Hedemora simsällskap och Vasa-

hallen hon är fostrad. Karriären inledde hon som tioåring under ledning av Hedemoras välkände simtränare Evert Sandberg. När hon fick SM-guld för juniorer tog hon steget upp till den större klubben i Uppsala. Men Dalarna är och förblir hennes hem och så fort tillfälle ges återvänder hon till Hedemora.





FULL FART FRAMÅT



BRA JOBBAT...
...SOM VANLIGT;-)



HÅRDA FIGHTER



DRIBBLING PÅ HÖG NIVÅ

Vad vore Södra Dalarnas Idrottscentrum utan sina idrottsentusiaster och sportprofiler? Hedemoras eldsjälär är många och de har gett inspiration till Hedemoras stora idrottssatsning. Familjen fotboll är ett exempel.

Källströms – tre generationer fotbollsfantaster

Familjen fotboll kallas de – Källströms i Hedemora med tre generationer fotbollsfantaster. Varje annandag jul träffas hela gänget i Hedemora för att spela sin traditionella match i Vasahallen – farfar Gunnar med barn, mot barnbarnen. Cirka 25 av dem deltar i drabbningen varje år. Entusiastisk deltagare är Kim Källström, idag proffs i Lyon i franska ligan och etablerad landslagsman.

Traditionen inleddes för cirka 20 år sedan, men inledningsvis var det faktiskt innebandy de spelade.

– Vi blev snart utklassade då ungdomarna växte upp, så vi gick över till vår paradgren, fotboll, säger Janne Källström som tillhör andra generationen Familjen fotboll och som tränar fotboll med Hedemoras skolungdomar.

I Hedemora har Källström länge varit ett begrepp i fotbolls-sammanhang. Farfar Gunnar var en framstående spelare på 50-talet och den dominanta fotbollsgenen har slagit igenom från generation till generation. Fem av hans barn har varit aktiva spelare i Hedemora och flera av barnbarnen går i deras spår.

*"MED DEN NYA
ARENAN HAR VI
FÖRUTSÄTTNINGAR
FÖR FOTBOLLEN
I HEDEMORA SOM
ALDRIG TIDIGARE"*

– Med den nya arenan har vi förutsättningar för fotbollen i Hedemora som aldrig tidigare. Men även för friidrotten har det öppnats jättemöjligheter. Arenan ligger i direkt anslutning till skolorna, vilket ger ungdomsidrotten ett rejält lyft, säger Janne Källström om den nya arenan.



Hedemora – evenemangsorten

Det är svårt att hitta en lämpligare stad för arrangemang och evenemang. Hedemora var redan före Vasaliden en välkänd evenemangsort. Med nya arenan förbättras möjligheterna ytterligare. Här ser du några av de viktigaste sportevenemangen i Hedemora med omnejd.

Hockey

Södra Dalarnas Cup för ungdomar spelas under mellandagarna varje år. Tio lag från Mellansverige spelar i Bolidenhallen, Hedemora och Klosterhallen, Långshyttan. Hockeyskolor anordnas varje år i båda hallarna med ca 250 deltagare. Hedemora SK spelar idag i allettan och tillhör, tillsammans med Leksand, Mora och Borlänge, Dalarnas fyra bästa hockeyleg! I Långshyttan har Leksand och Brynäs spelat sista träningsmatchen innan seriespelet de senaste åren.

Dans

Hedemorabuggen är en danstävling som arrangeras i Vasahallen av föreningen DK Hedemora Svänggång. Cirka 500 tävlanden deltar inför publik från hela Sverige.

Motorsport

Hedemora har en lång tradition av motorsport. Det legendariska TT-loppet gick första gången redan 1933 och på 50-talet hade de över 100 000 åskådare. Även Lappenracet och Masnatta är vida kända i motorkretsar. SMK Hedemora håller till på Hedemora Motorstadion, och omfattar en mängd motorsporter. Här finns Dalarnas enda inomhushall för gokart och även utomhusbana.

Ridning

Hedemorabygdens Ridklubb (HBRK) arrangerar en hopp-tävling som heter Gräsmeeting i augusti med cirka 200 starter under en helg. Deltagare kommer från hela Mellansverige. De arrangerar också spektakulära ridskoleavslutningar i juni och i december bjuder de på hästshow.



Skidor

Matsboloppet är en välkänd längdåkningstävling för seniorer, barn och ungdomar vid Brunnsjöberget, där IFK Hedemora skidklubb har en anläggning. Tävlingen går i början av januari varje år och lockar 200-300 startande från hela Mellansverige.

Handboll

Vasahallen är hemmaplan för IFK Hedemora Handboll. Här spelas Södra Dalarnas Handbollscup med cirka 35 lag från Norrland och Mellansverige. Dalarnas handbollsförbund har under flera år förlagt läger och kurser i Hedemora och Långshyttan.

Bordtennis

I Långshyttan arrangerar Långshyttans Bordtennisklubb (LBTK) nationella tävlingar. Här finns en tradition av bordtennisarrangemang på nationell nivå.

Basket

Täby Basket med cirka 230 ungdomar, väljer sedan något år tillbaka Hedemora för sitt årliga sommarläger efter många år på Åland. ”Fina anläggningar, riktigt god mat...och bara två timmar från Täby – toppen!”

Golf

Hedemora Golfklubb anordnar varje år i juli månad sin populära golfvecka.

Ungdomsidrott har alltid varit viktigt för Hedemora. Det nya idrottscentret ligger i direkt anslutning till kommunens skolor och utgör ett stort lyft för skolidrotten.



Plugga och idrotta i Hedemora

Södra Dalarnas Fotbollsgymnasium...

... är ett samarbete mellan IFK Hedemora och Martin Koch-gymnasiet. Fotbollsprofilen kan kombineras med samtliga gymnasieprogram och träningen sker på skoltid. Kurs A och B omfattar 300 poäng med 80 procent praktisk träning och 20 procent teori. Utbildningen är individanpassad för att ge fotbollsleven det allra bästa stödet.

Metodiken följer tre huvudspår. **Grunder**, med individanpassade övningar. **Fördjupning**, med individ- och positionsanpassade övningar och tillämpning. **Tillämpning**, med spelmoment, situationer och övningar.

För mer information

Bo Nordqvist, rektor, Martin Koch-gymnasiet
Tfn: 0225-343 47, 070-329 35 16
bo.nordqvist@fc.hedemora.se

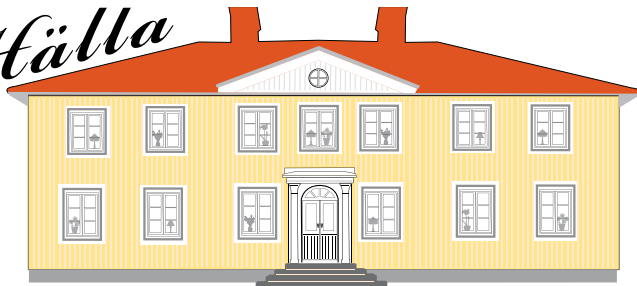
Södra Dalarnas Hockeygymnasium...

... är ett samarbete mellan Hedemora SK och Martin Koch-gymnasiet och ger den hockeyintresserade tre roliga år i en spännande idrottsstad. Hockeyträningen sker på skoltid med erfarna tränare som erbjuder en professionell kartläggning av elevens egenskaper för att utveckla dem på bästa sätt. Is- och fysikträning omfattar cirka 80 procent av hockeykurserna. Teori, träningslära, kost, psykologi med mera, omfattar cirka 20 procent. Utvecklingsplanen är individanpassad.

Som elev har man möjlighet att spela kvar i sin ursprungsklubb men är naturligtvis välkommen till någon av Hedemoras hockeyklubbar.

Birgitta Grahm, studie- och yrkesvägledare
Tfn: 0225-342 74
birgitta.grahn@fc.hedemora.se

Hälla

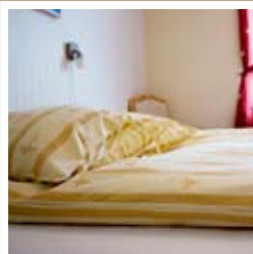
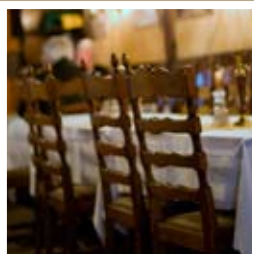


VANDRARHEMMET

i Hedemora

Öppet året om

www.hedemoravandrarhem.com • Info: 070-270 53 63



HEDEMORA STADSHOTELL

Stora Torget 5 • 0225-122 60
www.hedemorastadshotell.se

VI TROR PÅ FRAMTIDEN...
VI SATSAR PÅ HEDEMORAS
BARN OCH UNGDOMAR...

SPONSORER VASALIDEN ARENA:



www.hedemoraenergi.se
0225-263 00



AB HEDEMORABOSTÄDER

hedemorabostader.hedemora.se
0225-343 00



www.rf.se
08-699 60 00

Södra Dalarnas Sparbank

www.sodradalarnassparbank.se
0225-358 40

BOLIDEN

www.boliden.se
0225-360 10



www.trelco.se
0225-308 30

ICA Supermarket
Hedemora

0225-59 55 90



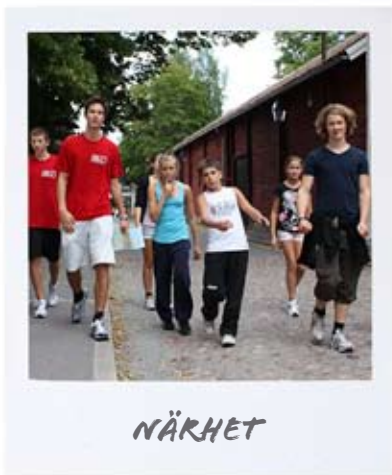
www.grytnasbolagen.se
0225-362 60



www.hiak.se
0225-59 56 00

SÖDRA DALARNES TIDNING

www.dt.se
0225-59 54 00



NÄRHET



TRIVSEL



Foto: Johan Paulin

GEMENSKAP

Täby Basket på sommarläger i Hedemora.

Södra Dalarnas Idrottscentrum

Vasaliden Arena

- Konstgräsplan 65x105 meter med värme och belysning
- Komplet fröidrottsanläggning med särskild kastplan
- Sex löparbanor, med åtta banor på upploppet
- Målbyggnad med komplett ljudanläggning för tal och musik
- Tävlingssekretariat med it-utrustning
- Konferenslokal för 15 personer
- Läktare med 600 sittplatser och naturliga läktare runt arenan
- Kiosk med servering av kaffe, läsk, korv, hamburgare mm.
- Motionsbana 1,2 kilometer

Vasahallen sim- och sporthall

- Simbassänger med hopptorn och barnpool
- Bubbelpool och bastur
- Cafeteria
- Sporthallar med bland annat klättervägg
- Sex fräscha omklädningsrum
- Motions- och styrkerum
- Bowlinghall med cafeteria
- Pistolskyttehall
- Klubbrum

För mer information och bokning:

Hedemora Turistbyrå

Box 201
776 28 HEDEMORA

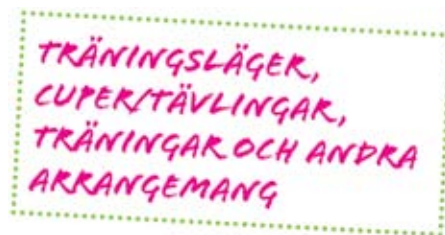
Tel. 0225-343 48 – offert läger mm.

Tel. 0225-341 56 – bokning av träningstider/matcher

Fax. 0225-341 24

turistbyran@hedemora.se

www.hedemora.se



En del av
SÖDRA DALARNA



**Hedemora
välkomnar**