

## Idrottsförvaltningens vinterprogram 2013-2014



### Aktiv vinter i Stockholm

Stockholm erbjuder en mängd idrotts- och motionsmöjligheter även på vintern. Skridsko- och längdåkning på skidor mitt i stan och alltid närhet till skogar som Nackareservaten och Ågesta friluftsområde. Allmänhetens skridskoåkning har en lång tradition i Stockholm och erbjuder ishallar och utebanor runt om i staden. Kungsträdgårdens isbana och Östermalms IP är två av de mest populära isarna.

Ågesta nära Farsta är Stockholms längdåkningscentrum. Hellasgården är en klassisk friluftsgård som lockat generationer av stockholmare. Där finns skidspår, skridskobana, vinterbad och en sprakande brasa. För fotbollen hålls flera konstgräsplaner öppna. På Zinkensdamms IP på Södermalm spelas det bandy på elitnivå och det finns fler bandyplaner att välja på.

Tyvärre kan det vara lite så och så med vintervädret. Men det går ändå bra att röra på sig om det blaskar. Motionsspåren på olika platser i Stockholm brukar hålla för både jogging och promenader. Dessutom erbjuder Stockholm som alltid motion och friskvård i någon av stadens 13 sim- och idrottshallar.

Idrottsnämnden och idrottsförvaltningen arbetar aktivt för att stockholmarna ska röra på sig mer. Målet är att få fler stockholmare i rörelse året runt, inte minst barn och ungdomar. Förhoppningsvis kan vinterprogrammet 2013/2014 ge information och inspiration. Aktuell information om öppettider med mera finns alltid på [www.stockholm.se/idrott](http://www.stockholm.se/idrott).

Välkommen till en aktiv vinter i Stockholm.

Olof Öhman  
Förvaltningschef

## Allmänhetens åkning

Stockholm är skridskostaden med åkning på småsjöar, Mälaren, havsis och konstis på många håll i staden. Allmänhetens skridskoåkning har varit populär i Stockholm sedan 1880-talet. Först på Nybrovikens is, nu i ishallar, uterinkar och naturis runt om i Stockholm.



**Ishallar** där allmänheten har tider: Zinkensdamms IP, Östermalms IP, Grimsta IP, Spånga IP, Stora Mossens IP, Mälärhöjdens IP och Farsta IP.

**Konstfrusen** ishockeyrink ute: Kärrtorps IP.

**Konstfrusna bandybanor** där allmänheten har tider: Zinkensdamms IP, Gubbängens IP och Spånga IP.

**Västerort naturisbanor:** Nockeby BP, Olofslunds BP, Bromstens IP, Ängby IP och Mellangårdens BP.

**Söderort naturisbanor:** Axelsbergs BP, Årsta gårds BP, Kämpetorps BP, Örby BP, Stureby skola BP, Sköndals BP, Sandåkra BP, Skarpnäck sportfält, Bandhagens skola BP, Aspuddens IP, Enskede IP och Kärrtorps IP. Sätra IP (uterink), Vårbergs IP (uterink).

**Innerstadens naturisbanor:** Östra real, Stadshagen och Essinge BP. Kungsträdgården samt Eriksdals BP, Vasaparken och Medborgarplatsen som är konstfrusna.

Vintern 2013/2014 erbjuder idrottsförvaltningen ”Allmänhetens åkning” på 15-talet anläggningar med start den 1 november 2013. Tiderna finns i vår webbapplikation "Interbook". Klicka på länken **Lathund för att hitta allmänhetens tider**. Ta alltid reda på vilka tider som gäller innan du tar dig till skridskobanan. Tiderna kan ändras på grund av flyttade ishockeymatcher eller för att vädret omöjliggjort att ordna åkbar is. De olika anläggningarna har olika tider när det är tillåtet att använda ishockey- eller bandyklubb. Det förekommer också att isen ”delas” mellan ”klubb” och ”klubbfritt”. Idrottsförvaltningens personal ger besked om vad som gäller. Vänligen respektera reglerna. Ni som har klubb måste alltid visa hänsyn mot inte minst barn som är på den klubb fria delen. Hjälms är obligatoriskt för barn och rekommenderas för ungdomar och vuxna.



Östermalms IP erbjuder skridskoåkning på rundbana för både nybörjare och ”proffs”.

### **Skridsko på sjöis och sjöisbanor i söderort**

Så fort isen ligger tillräckligt tjock och säker (se längre fram) plogar idrottsförvaltningen sjöisbanor i söderort, där de flesta skridskosjögarna finns. Skridskoåkning på sjöis bygger helt på säkerhet och omdöme.



#### **Trekantens sjöisbana:**

- Längd 1 300 meter
- Stadsdel Gröndal, Hägersten
- Påfart Trekantsbadet Lövholmsvägen/Blommensbergsvägen
- Kommunikation T-bana, tvärbanan till Liljeholmen

#### **Långsjön**

- Längd 2 100 meter
- Stadsdel Herrängen/Långsjön, Älvsjö
- Påfart Långsjöbadet Strandängstigen
- Kommunikation Buss 144 eller 141 till Långsjöplan

#### **Magelungen**

- Längd 2 500 meter
- Stadsdel Farsta
- Påfart Farstastrandsbadet Ekshäradsgatan
- Kommunikation T-bana Farsta eller buss 185 H till Farstahallen

### Drevviken

- Längd ca 2 mil
- Stadsdel Farsta, Sköndal i samarbete med Tyresö, Haninge och Huddinge.
- Påfart Hökarängsbadet/Stora Sköndals handikappbad
- Kommunikation Buss 181 Ekebergabacken/Perstorpsvägen

För samtliga banor gäller:

- Första plogning sker när det är ca 10 cm bra kärnis.
- Banorna öppnas när isen växt till 20 cm.
- Information finns även på telefon 08-508 456 85. (telefonsvarare)
- All åkning sker på egen risk. Ta reda på isförhållanden. Ha alltid med isdubbar och annan säkerhetsutrustning. Undvik att åka ensam.

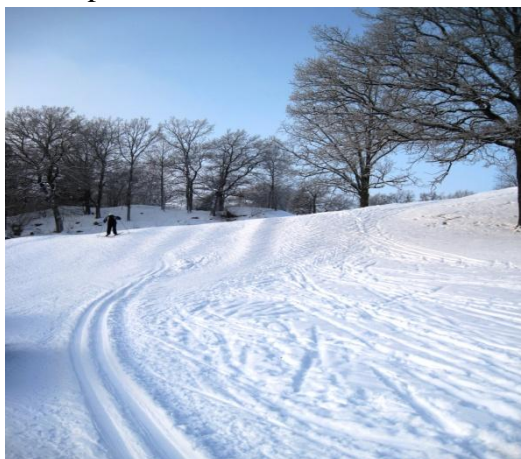
Fler banor kan plogas under säsongen beroende på isläget. För skridskoåkning i Stockholms grannkommuner hänvisas till respektive kommuns hemsida.

### Längskidåkning

Så fort snön ligger tillräckligt djup erbjuder Stockholm mycket goda möjligheter för längdskidåkning. Ågesta, nära Farsta, är Stockholms längdåkningscentrum med stor variation och olika spårlängder. Spårningen sköts av Läktare & Evenemangsservice Sverige AB på uppdrag av idrottsförvaltningen. Se [www.laktare.com](http://www.laktare.com) för aktuell information.

Nytt för denna vinter är att det kommer att anläggas skidspår på Stockholm stadion, Gubbängens IP och Spånga IP:s sportfält.

I övriga Stockholm är det varje stadsdelsförvaltning och Kungliga Djurgårdens Förvaltning som avgör vilka slingor som spåras för skidåkning. Ofta ”spontanspåras” lämpliga platser av alerta skidåkare vilket gör att många kan åka där. Stockholms grannkommuner har också skidanläggningar och spår. Se respektive kommuns hemsida.



### Utförsåkning

Stockholm är en av få storstäder som kan erbjuda utförsåkning ”mitt i stan”. Hammarbybacken ligger intill Hammarby sjöstad och det är enkelt att åka dit med buss, tvärbana eller båt. Hammarbybacken erbjuder nedfarter och liftar som passar både stora och små och en

”Funpark” för alla som gillar hopp och trix. Här finns också skidskola, uthyrning och servering. Hjälpm rekommenderas för alla utförsåkare och fler och fler använder även ryggskydd. Se: [www.skistar.com/sv/Skidorter/Hammarbybacken/](http://www.skistar.com/sv/Skidorter/Hammarbybacken/). För den som vill åka skidor på längden börjar spåren vid backens fot.

Hammarbybacken drivs av Skistar som får ett driftbidrag från idrottsförvaltningen.



Om snötillverkning: Snökanonerna sätts gärna igång i början av vintern eftersom konstsnö består av tätare, rundare och mer kompakta korn som blir en bra grund innan det börjar snöar uppifrån. Snöläggarna gör snö genom att pressa vatten med högt tryck ut genom munstycken i snökanonerna. Vattendropparna fryser under tiden som dragningskraften tvingar dem neråt. Rätt temperatur och luftfuktighet är en förutsättning för snötillverkning och blåser det åt fel håll så hamnar snön inte där den ska vara.

<http://www.skistar.com/sv/Skidinspiration/Skidakning/Sa-gor-man-kanonsno/>

### **Hellasgården**

Hellasgården vid Ältasjön i Nacka har sitt ursprung i slutet av 1800-talet. Den nuvarande Hellasgården byggdes 1940. Hellasgården är ett av Storstockholms mest populära utflyktsmål året runt. Där finns skidspår, skridskobana, vinterbad, pulkabacke och mycket annat. Hellasgården ligger i Nacka kommun på mark som ägs av Stockholms stad. Anläggningen drivs av idrottsföreningen Hellas med ett driftbidrag från idrottsförvaltningen. Se [www.hellasgarden.se](http://www.hellasgarden.se) för information om öppettider, skidspår, skridskobana m.m.

### **Fotboll på vintern**

Idrottsförvaltningens förslag om konstgräsplaner som, oberoende av vinterns karaktär, ska hållas öppna för fotbollsföreningarna februari-mars 2014, d.v.s. under försäsong, har remitterats till Stockholms Fotbollförbund. Vid en snöfri vinter är även övriga konstgräsplaner bokningsbara om behov uppstår. Förvaltningen förbehåller sig rätten att styra bokningarna och öppna planerna utifrån efterfrågan. Konstgräsplaner nära bebyggelse har generellt kortare öppettider och stänger kl. 20.00 under perioden november–mars.

**Följande föreslås gälla för öppethållande av konstgräsplaner vintersäsongen 2013/2014:**

Uppvärm� konstgräsplan på Stadshagens IP (från och med februari)

Kärrtorps IP (11-mannaplan konstgräs men ej uppvärmd)

Mälarhöjdens IP (11-mannaplan konstgräs men ej uppvärmd)

Farsta IP (11-mannaplan konstgräs men ej uppvärmd)

Spånga IP (11-mannaplan konstgräs men ej uppvärmd)

Åkeshovs bollplan (11-mannaplan konstgräs men ej uppvärmd)

Uppvärm� konstgräsplan på Grimsta A-plan (separat avtal med BP)

Vårbergs IP (11-manna konstgräs föreslås utgöra reserv och snöröjas om det finns efterfrågan).

**Fotbollshallar vintersäsongen 2013-2014:**

Fotbollshallen på Spånga idrottsplats (IP) (7-manna)

Hjorthagens IP (Fotbollshallen 11-manna, separat avtal med Djurgårdens IF)

När det gäller de föreningsdrivna konstgräsplanerna håller fotbollförbundet med förvaltningen om att föreningens kompetens, resurser och utrustning måste säkerställas innan snöröjning godkänns. Utifrån ovanstående förutsättningar föreslår förvaltningen att snöröjning tillåts på:

Hagsätra IP, Rågsveds IF

Hammarby IP, Hammarby IF

Älvsjö IP, Älvsjö AIK

Under vintersäsong tas planhyra ut för all verksamhet enligt gällande taxa för vinterplaner. 0-taxa för ungdomsverksamhet gäller inte utanför säsong.

I fotbollshallarna gäller dock en särskild ungdomstaxa under vintersäsongen.

Fördelning av tider sker utifrån önskemål från klubbarna och gällande fördelningsprinciper. Det innebär att fördelning sker jämställt samt att elitlagen prioriteras före ungdomsfotbollen utanför säsong.

**Stockholms stads sim- och idrottshallar**

Stockholms stads 13 sim- och idrottshallar erbjuder ett brett utbud av aktiviteter för alla åldrar. Du kan utnyttja bad, bastu, simskola, vattengympa, gym och mycket mer. Hit är alla välkomna för att röra på sig och må bra. Se [www.stockholm.se/KulturFritid/Sim-och-idrottshallar/](http://www.stockholm.se/KulturFritid/Sim-och-idrottshallar/) för mer information om öppettider, aktiviteter m.m.

### **Klimatsmart uppvärmning**

Stockholm blev Europas första miljöhuvudstad. Ett av många projekt i samband med detta var att få stockholmarna att undvika att ta bilen när de ska träna, tävla eller motionera. Idrottsförvaltningen uppmanar givetvis till *Klimatsmart uppvärmning* och på vår hemsida finns information om olika kollektiva resealternativ. De flesta av Stockholms stads idrottsanläggningar nås med buss, tunnelbana, spårväg, pendeltåg och till och med båt. (LÄNK). Ett bra sätt att ta sig till anläggningar som ligger en bit från kollektivtrafiken är att samåka i bil.

