

# SNÄTTRINGE HUSBLAD

Nr 69 – ÅRGÅNG 27 – OKTOBER 2006  
MEDLEMSINFORMATION



Långsjörundan – Stavgång – OK/Q8

[www.snattringe.com](http://www.snattringe.com)

## Innehåll i detta nummer

Ledare.....	3
Styrelse, medlemsrabatter.....	4
Grannsamverkan.....	5
Föreningens tält.....	5
Långsjörundan.....	6
Frågor och svar.....	8
Valdebatt.....	10
Macken.....	12
Blomkurs i höst.....	17
Efterlysning gamla bilder.....	17
Stavgång.....	18
Diplom till kiosken.....	22



## Snättringe Husblad ges ut av Snättringe Fastighetsägareförening

Medlemsinformation  
utkommer 4 gånger per år  
varav Husbladet 3 gånger per  
år. Upplaga 3200 ex.

### Ansvarig utgivare:

Lars Lehman

### Redaktion:

Anna Enström

Bengt Höglund

Lars Tiberg

Karin Östmark

### Webmaster:

Staffan Kihl

### Annonsansvarig:

Bengt Höglund

### Adress:

Snättringe fastighetsägare-  
förening

c/o Gråbergsvägen 17

141 43 Huddinge

**E-post:** [info@snattringe.com](mailto:info@snattringe.com)

**Hemsida:** [www.snattringe.com](http://www.snattringe.com)

# Att bry sig om

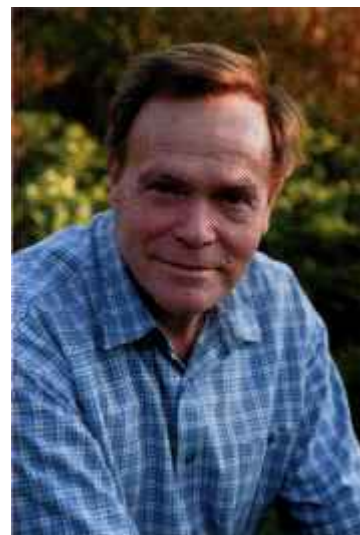
**För några veckor sedan blev jag upprörd av en man vars fru föregående kväll hade blivit frånryckt sin väska av några ungdomar i närheten av Snättringekiosken.**

Jag hörde hur djupt tagna de var av detta.

I ett sådant läge står det största hoppet till den lokala personkännedomen och goda relationer mellan ungdomar och vuxna. Efter några dagar fick vi bekräftat att dessa goda ting hade gjort att de unga väskryckarna hade lämnat tillbaka väskan till kvinnan.

Av information från närboende har vi fått veta att innehavaren av Snättringekiosken har haft en viktig roll för detta och även för ett klart förbättrat ordningsläge vid kiosken. I det annars kallare, mer isolerade och bortseende Sverige vågade han ta initiativ som förhoppningsvis har gjort att två ungdomar i riskzon för kriminalitet i tid har fått en chans att avbryta banor som annars brukar leda till utsatthet, lidande och förkortade liv.

Jag är glad att se detta goda exempel på civilkurage i Snättringe. — Låt honom nu inte bara vara ensam om detta. Sverige och Snättringe är i stort behov av människor som



vågar titta och bry sig. Om det i ett samhälle bara finns människor som blundar och några enstaka individer avviker genom att titta framstår dessa tittare som hot mot de onda krafter som annars gärna vill att vi blundar när de begår brott. De kan då lätt få för sig att vilja angripa de som sticker ut genom att titta på dem. Därför är det viktigt att vi alla vågar titta. Då kommer ingen av oss att sticka ut mer än någon annan.

Låt Snättringe vara ett område där vi alla värnar och bryr oss om varandra.

**Snygga trygga Snättringe - innebär även att vi bryr oss om.**

Lars Lehman, Ordförande

# Snättringe Fastighetsägareförenings styrelse och kommittéer 2006

## Styrelse

### Ordförande

Lars Lehman

### Vice ordförande

Bo Antonsson

### Kassör

Annsöfi Ericsson

### Sekreterare

Anna Enström

### Ledamöter

Bengt Höglund

Gert Östergaard

### Suppleanter

Lars Tiberg

Ulla Markhester

## Kommittéer

### Miljö och stadsplaner

Lars Lehman

### Information

Lars Tiberg

Lars Lehman

Bengt Höglund

Staffan Kihl

Anna Enström

Karin Östmark

### Inköp

Ulla Markhester

Gert Östergaard

### Fest

Bo Antonsson

Birgitta Eriksson

Halina Öhman

## Granssamverkan

Lars Lehman

Bo Antonsson

Halina Öhman

## Historia

Gunnel Jacobsen

## Placeringar

Kennet Bergh

Eric Byström

Annsöfi Ericsson

## Studiecirklar

Halina Öhman

## Tält

Lars Lehman

Mikael Jonsson

Gert Östergaard

## Medlemsregister

Ann-Britt Nyberg

Östergaard

Gert Östergaard

## Revisorer

Leif Andersson

Gustaf Rubinsson

## Revisorssuppleanter

Thomas Hugosson

Ingvar Gustafsson

## Valberedning

Per-Axel Lindqvist

Bernt Söderlund

**Fax till föreningen:** 711 13 38

**E-post:** [info@snattringe.com](mailto:info@snattringe.com)

**Hemsida:** [www.snattringe.com](http://www.snattringe.com)

## Medlemsrabatter

Visa upp årets medlemskort i Snättringe Fastighetsägareförening för att erhålla din rabatt.

### Dala Trä

Lillerudsvägen 39 Tel 774 74 70

10 % på ordinarie pris.

### IG:s WS Fastighetservice

Tel 774 42 43 Mobil 070-607 94 91

15 % på ordinarie timpris.

### Lelles Bildelar

Gullarängens gård Tel 774 13 00

15 % på begagnade, bildelar.

Gratis skrotning av komplett bil.

### LTH EI

Tel 774 41 63 Mobil 070-491 39 00

5 % på elinstallationer och materiel.

### Malms Fastighetsbyrå

Tel 774 82 88

20 % på mäklararvodet.

### OKQ8

Huddingevägen 376 Tel 711 10 82

10 % på tillbehör och oljor

(ej batterier, däck och special-erbjudanden).

10 % på hyra av släp.

### Stuvsta Glasmästeri

Stationsvägen 29 Tel 711 17 40

10 % på reparationer av fönster i hemmet.

30 % på reparation av fönster inlämnat i butik.

10 % på inramningar.

### Stuvsta Rör

Djupåsvägen 19 Tel 556 405 90

10 % på ws-varor, tillbehör och beställningsvaror

(ej extrapriser eller kampanjer).

### Thomas Glad AB

Solhemsvägen 25A

Tel 779 80 50 Mobil 070-779 57 00

5 % på allt inom grävning och markarbeten.

### Woody

Djupåsvägen 8 Tel 608 93 00

Begär offert vid större köp.

## Annonsera i Husbladet!

Du når cirka 3 200 hushåll i Snättringe, tre gånger om året. Våra läsare är en köpstark grupp som gärna gynnar sina lokala leverantörer!

Vänd dig till Bengt Höglund på telefon 08- 774 97 47. Priserna nedan är exklusive moms och gäller per nummer vid annonsering med samma material i tre nummer. Dimensionerna anges i cm, bredd x höjd.

Husbladets redaktion kan vid behov hjälpa till att utforma annonsen.

### Annonsprislista

Storlek		Sv/v	Färg
Helsida	21 x 30	1 500 kr	3 000 kr
Halvsida	16,5x12,5	800 kr	1500 kr
Kvartssida			
liggande	16,5 x 6	500 kr	1 000 lo-
stående	8 x 12,5	500 kr	1 000 kr

# Grannsamverkan

## Ni kanske har läst i tidningen om att villainbrotten har ökat igen i Huddinge under sommaren.

Under tiden fram till 30/4 hade vi sex inbrott i Snättringe. En person hade gripits. I Huddinge begicks därefter 71 inbrott i bostad, framför allt villor och radhus. Under denna tid har vi i Snättringe drabbats av tre nya bostadsinbrott varav ett stannade vid försök.

## Inbrott i Snättringe

Måndagen den 19/6 mellan kl 09.45 och 14.30 var det ett inbrott genom garagedörren på Prostvågen.

Någon gång mellan 24/7 och 7/8 skedde ett inbrottsförsök

på Häradsvågen. Brytmärken altandörrs fönster på baksidan.

Mellan kl 19.00 den 10/8 och kl 20.15 den fredagen den 11/8 gjordes inbrott på Stålmansvågen. Brytmärken på framsidans dörr. En hel del skador. Senare misstänktes en yngling för brottet.

Av 71 anmälda brott i Huddinge hade vi alltså tre, varav ett försök och en misstänkt. Vi har ju cirka 10 % av Huddinges befolkning.

## Var vaksam

Nu gäller det fortfarande att hålla våra ögon öppna.

Natten till söndagen den 27 augusti körde någon med bil in i staketet vid en villa på

Gråbergsvågen. Kvar lämnades del av plastkofångaren på höger sida från en SAAB 900.

Torsdagen den 31 augusti blev en kvinna bestulen/rånad på sin handväska av två ungdomar på moped vid Furuvågen nära Snättringekiosken. (Se ledaren och artikeln på sidan 22.)

## Polisinsats

Den 31 augusti var det också en större polisinsats i våra trakter med helikopter och flera polisbilar som jagade rånare. De hade begått ett brott i Trångsund, jagats hitåt men ställt sin bil bredvid järnvågen och gett sig in i Älvsjö skogen till fots.

*Lars Lehman*

## Rekord för tältet

Att hyra föreningens tält har blivit en succé i Snättringe. Hela 18 helger har tältet varit bokat under säsongen! Du vet väl att du kan boka tältet redan nu inför kommande sommarsäsong? Kontakta Gert Östergaard på telefon 08-711 99 14 eller bokning@snattringe.com.



*Partytältet i bröllopskrud*



*Leopardmönstrat är inne! Vinnare sådan matte/sådan hund.*

Under årets Långsjörunda visade sig vädret från sin bästa sida. Söndagen den 10 september strålade solen från blå himmel och det var fullt med folk som promenerade runt sjön. Nio olika föreningar hade ställt upp med olika aktiviteter och en klurig fråga till tipspromenaden.

Segeltorps Scoutkår var med för första gången. Där kunde man mumsa på Krabbelurer - en slags pannkakor som gräddas med sockerkakssmet. Scoutkåren har cirka 80 medlemmar och har de senaste åren vuxit kraftigt. Som alternativ till dataspel och internet vill man erbjuda möjligheten att vara ute i naturen och göra både nyttiga och roliga saker. Hajker och läger är fortfarande centrala i scoutverksamheten och man har även utbyte med andra länder.

# Vilken härlig dag!



*Många var intresserade av Snättringes historia.*

Hos Snättringe Fastighetsägareförening kunde man få lite historiska kunskaper i tältet och en kopp kaffe medan den yngre generationen kastade boll och fick lite extra söndagsgodis.

Frågor och svar till tipspromenaden finns på nästa uppslag.



*Fina priser från våra sponsorer.*



Vinnare bäst klädda hund: Bella.

För andra året i rad arrangerade SFF en hundtävling där det fanns chans att vinna fina priser från Purina Pro Plan och Stockholms Zoovarhus. Femton olika fyrbenta vänner ställde upp i tre olika kategorier. I kategorin "Sådan husse/matte sådan hund" vann Celeste - en Staff Bullterrier med matte Rosanna. Som "Bäst klädda hund" utsåg domarna Inger och Janne en vit Hedehund som lystrade till namnet Bella och i kopplet höll matte Edith. Den sista kategorin var "Tricksigaste hund" där Cavaljeren Selma hämtade hem priset till sin matte Tuula. Hundtävlingen är ett populärt inslag som samlar många applåderande åskådare. Det är inte alltid lätt att visa sig från sin trixigaste sida med så många andra kompisar som man vill hälsa på. Men med lite hundgodis och glada tillrop så fixar sig det mesta. Leopardmönstrat är inne i år och passar även på hund och en pigg liten tomteluva är aldrig fel.

*Text: Lars Tiberg  
Foto: Bengt Höglund*



Selmas matte tar emot priset för tricksigaste hund.



# Frågor och svar från tipspromenaden vid Långsjörundan

1 A. Av invånarna i Segeltorp bor följande andel i småhus?

- 1) mer än 95 % X) 85-90 % 2) mindre än 85 %

**Rätt svar: X**

1 B. Vid senaste kommunvalet (2002) var valresultatet följande i Segeltorp?

- 1) majoritet för det som idag kallas alliansen.  
X) mycket nära 50% för båda blocken  
2) majoritet för det "röd-gröna samarbetet"

**Rätt svar: 1**

2 A. Det finns ett spelföretag som är mycket känt och som tillverkar olika spel. Företaget som avses heter Nintendo. När skapades det?

- 1) 1929 X) 1889 2) 1989

**Rätt svar: X**

2 B. Läran om tandvård, munnens hälsa och sjukdomar har en egen benämning. Vilken av följande är den rätta?

- 1) Onkologi X) Pomologi 2) Odontologi

**Rätt svar: 2**

3 A. Vem äger Långsjön?

- 1) Stockholm stad X) Huddinge kommun  
2) Stockholm stad och Huddinge kommun

**Rätt svar: 2**

3 B. Hur lång är Långsjöbadets strandbredd?

- 1) 200m X) 150m 2) 300 m

**Rätt svar: X**

4 A. Det är ont om högre berg i Stocholms stad, men Långsjö har några "toppar". Hur hög är Långsjöbranten?

- 1) 63 möh X) 73 möh 2) 83 möh

**Rätt svar: X**

4 B. I Långsjön finns ett antal olika vattenväxter, däribland näckrosor. Vilka av följande påståenden är rätt avseende Långsjön?

- 1) Finns bara gula näckrosor  
X) Finns både gula och vita näckrosor  
2) Finns bara vita näckrosor

**Rätt svar: X**

5 A. Röda Korset i Segeltorp har insamlingsbössor placerade hos ICA Segeltorp, Netto, Heron City, systembolaget m fl. Hur mycket samlades in i dessa bössor under år 2005?

- 1) 65 256 kr X) 27 698 kr 2) 43 952 kr

**Rätt svar: 2**

5 B. I vilket bibliotek har Röda Korset i Segeltorp läxhjälp på måndagseftermiddagar?

- 1) Segeltorpsskolan X) Vårby gård 2) Utsäljeskolan

**Rätt svar: X**

6 A. Vad är detta för knop?

- 1) Pålstek X) Trumpetstek 2) Råbandsknop

**Rätt svar: 1**

6 B. Vad är en nying?

- 1) Ett annat ord för scoutalsduk  
X) En första års sälunge 2) En sorts eld

**Rätt svar: 2**

7 A. Vilken slogan har nyligen lanserats i Snättringe för grannsamverkan även utanför tomtgränsen?

- 1) Snättringeandan X) Det bästa av Huddinge  
2) Snygga, trygga Snättringe

**Rätt svar: 2**

7 B. Snättringe fastighetsägareförening ger återkommande ut en tidning, Snättringe Husblad, till de boende i området. Vilket år kom det första numret?

- 1) 1969 X) 1979 2) 1989

**Rätt svar: X**

8 A. Vem lät bygga äldreboendet i Långsjöbo som ligger här intill vid Långsjön?

- 1) Delicatos grundare X) Ägaren till Zetas trädgård  
2) Ägarna till Segeltorps brädgård

**Rätt svar: 1**

8 B. Vem kokar Bamses dunderhonung?

- 1) Bamses mormor X) Bamses moster  
2) Bamses farmor

**Rätt svar: 2**

9 A. Vilken är Södermanlands landskapsblomma?

- 1) Röd näckros X) Vit näckros 2) Gul näckros

**Rätt svar: X**

9 B. Vilken är Upplands landskapsblomma?

- 1) Svärdsilja X) Gullviva 2) Kungsängsilja

**Rätt svar: 2**

## Grattis alla vinnare!

Åsa Söderstam, Ulf Andersson och Reine Lööf prickade in hela 18 rätt i Långsjörundans tipspromenad. De får varsin presentcheck från Woody Sven-Erik Johansson och Wicharthebol Surapolbichet vinner varsin chokladkartong för 17 rätt. Ett stort grattis till er alla!

*Snättringe Fastighetsägare Förening*



# Snättringe Fastighetsägareförenings Valdebatt 2006

Onsdagen den 4 september ställde Huddinges lokala partier upp i en valdebatt i Snättringe Fastighetsägare förening regi. Närmare 40 av våra medlemmar hade tagit sig till Snättringeskolans matsal för att lyssna till de lokala partikandidaterna samt möjlighet att få ställa frågor till dem.

Ordförande Lars Lehman hälsade välkomna och de olika partirepresentanterna fick presentera sig fem minuter var.

Efter presentationerna ställde publiken frågor som de olika partierna kunde diskutera kring. Livligaste diskussionerna blev det om skattesänkningar i Huddinge, varför Huddinge inte röstar om biltullar, och marksubventioner i Huddinge. Även diskussioner kring Långsjön, cykelväg till Gömmaren och 30-sträckor inom Snättringe väckte stort intresse.

I en utfrågningsstund fick politikerna tre färgade lappar och skulle svara genom att räkna upp en lapp: grön stod för ja, röd för nej och gul vet ej. Ett intressant inslag när frågor om föräldraförsäkring, kommunalskatten och kommunikationer till och från Huddinge skulle besvaras.



*Publiken var stor och intresserad.*

Tack till de lokala partierna i Huddinge för att de kom till vår valdebatt och ett stort tack också till våra medlemmar som kom och lyssnade. När tidningen kommer ut har det varit val och då vet vi hur det har gått för respektive parti i Huddinge.

*Text och foto: Anna Enström*

#### **Deltagare i valdebatten:**

Socialdemokraterna i Huddinge: Ann-Marie Högberg

Moderaterna i Huddinge: Bo Trygg

Huddingepartiet: Charlotte Björkman

Folkpartiet i Huddinge: Rafael Zawlinski

Kristdemokraterna i Huddinge: Tomas Hansson



*Politikerpanelen: Bo Trygg, Charlotte Björkman, Rafael Zawlinski, Tomas Hansson och Ann-Marie Högberg.*



# En riktig mack där korven är bannlyst

Husbladet har hälsat på hos en av våra äldsta annonsörer- bensinstationen vid Huddingegymnasiet. Det är bröderna Lars och Bertil Hultin som har tagit över efter pappa Björn sedan 2001. Bröderna vill fortsätta i sin pappas anda och satsa på service och biltillbehör. Annars börjar de flesta bensinstationer bli mer närbutiker än mackar.

Bilisten står i centrum när man kommer in i Lars och Bertils OK/Q8-mack. Det finns gott om reservdelar och andra prylar som behövs för att det ska vara njutbart att rulla fram på fyra hjul. Det som inte finns i butiken går lätt att ta hem. Bakom disken finns också ett kunnande som gör att även den mest tafatta bilägare kan få hjälp med att byta torkarblad och lampor eller fylla på olja och glykol. En service som börjar bli allt mer ovanlig. Kunderna visar sin uppskattning genom att bli stammisar, skaffar sig ett medlemskort i OK/Q8 och tankar oftast lika billigt (eller kanske rättare sagt dyrt) som på den obemannade stationen. Fast här kan man passa på att tvätta rutan och fylla på lite luft i däcken. Rätt däcktryck är som bekant ett bra sätt att spara på de dyra dropparna.

## Släpvagnar en hit

Uthyrning av släpvagnar har länge varit en specialitet för familjen Hultin. Pappa Björn var en av de första mackägare som slog sig på släpvagnsuthyrning och idag är hans söner störst i Huddinge. De stora mackarna har många bilar medan bröderna Hultin har många släpvagnar. Det är också en lättare hantering med släpvagnar som är lättare att kontrollera och hålla i trim.

Många medlemmar i Snättringe Fastighetsägareförening utnyttjar sina möjligheter till 10% rabatt när man hyr släp. Rabatten gäller även på oljor, tillbehör samt maskintvätt.

Biltvätten är populär - både den automatiska och den där man själv får gno med svamp och sämskskinn. De manuella hallarna präglas av lugn och ro där man för en billig penning kan tvätta i sin egen takt. Det finns ingen högtryckstvätt eller andra finesser men nog skiner pärlan i kapp med solen när man drar ner garagedörren och åker hem. För den som vill överlåta det smutsiga hantverket till maskiner så kan vi avslöja att en ny maskintvätt är på gång. Den kommer att monteras in under hösten för att så skonsamt som möjligt vara redo inför vinterns salt och slask.



Bröderna Hultin driver OK/Q8-macken vid Huddingegymnasiet.

Foto: Bengt Höglund

## Gammaldags bilverkstad

Skulle bilen inte må så bra så finns det även en verkstad att tillgå. Det är Maurizio som är på plats i smörjgropen för att ta hand om allmän service, byte av avgasrör och bromsbelägg med mera. I vår tid av datorstyrda serviceanläggningar kan det vara skönt att det finns några verkstäder kvar som varken är märkesbundna eller främmande för att hitta både bra och billiga lösningar på kundens problem. Man kanske inte alltid behöver byta halva motorn för att bilen ska rulla.

## Aldrig några korvgubbar!

Även om bilprylar är i centrum så finns det även chans att få en kopp automatkaffe, köpa en tub tandkräm eller några rullar toapapper. Fast gränsen går vid korv. Någon korvförsäkring blir det aldrig. Det är Björn, Lars och Bertil helt eniga om. Vill man kunna ge service till kunderna under motorhuven kan man inte i nästa andetag smeta senap och ketchup på en korv.

## Etanol eller gas

Framtiden ser ljus ut med ett nytt utbyggt Kvarnbergsplan med cirka 350 nya bostäder. Det borde öka kundunderlaget och kanske ge fler miljömedvetna bilägare. Frågan är vilket alternativt bränsle - etanol eller gas - som bröderna Hultins mack kommer att utökas med i första steget. Mycket talar för att OK/Q8 vid Ågestavägen tar etanol och att det i så fall blir gas. Inte lika vanligt bland privatbilster, men nya bussar och lastbilar har ofta möjlighet att även drivas av gas.

## Hej då macken!

Då var det dags att säga hej då till macken som är ett riktigt familjeföretag. Pappa Björn är fortfarande med i leken, nu som anställd, och tar ofta det första passet från 06.00 på morgonen. Förutom Lars, Bertil och Maurizio i verkstaden jobbar även en gammal barndomsvän sedan 4-årsåldern i macken och vem sitter inte i kassan när vi går om inte Lars dotter. Bara tillfälligt - men det sa säkert även Lars och Bertil när det först började jobba extra hos sin far. Men sedan vet vi hur det gick!

*Lars Tiberg*



*Maurizio i smörjgropen.*

Foto: Bengt Höglund

# Blomsterarrangemang i höstens tecken

**Snart håller föreningen ytterligare en av de populära kurserna i blomsterarrangemang. Denna gång i höstens tecken.**

Kursen ges torsdagen den 26 oktober klockan 19.00 - 21.00 i Snättringeskolans matsal. Under kvällen får vi lära oss att göra två arrangemang; ett med höst/halloween-tema samt ett gravsmyckningsarrangemang. Allt material till båda arrangemangen ingår i kursavgiften.

Vi som deltog på blomsterarrangemanget i våras den åttonde maj känner igen kursledaren som är Charlotta Lindström. Charlotta är florist och driver Blomsterateljén Solrosen i Stuvsta Centrum.

Kostnad för att delta är 250 kronor och är självkostnadspris för materialet. Anmäl dig genom att betala in, i förskott, 250:- på föreningens postgirokonto 752 73-3

Eller ring Halina Öhman, som är studiecirkelansvarig i föreningen, på 070/478 92 36. Anmälan är bindande.

Sista anmälningsdag är den 20 oktober.



*Kursledare även i våras:  
Charlotta Lindström,  
Blomsterateljén Solrosen*

Välkomna!

*Snättringe Fastighetsägare Förening*

## Efterlysning!

Föreningen planerar att ge ut en skrift om Snättringe och dess historia baserad på ett manus av Gunnel Jacobsen. Tanken är att skriften bland annat ska kunna fungera som en introduktion till området för nyblivna Snättringebor.

Vi hoppas att Husbladets läsare i sin gömmor har bilder som illustrerar olika sidor av livet i Snättringe (nu eller i gången tid) som kan bidra till att göra skriften mer attraktiv. Vi hjälper gärna till med till exempel inscanning av dia, negativ eller kopior.

Har du bilder som du tror kan vara av intresse, kontakta Bengt Höglund eller Staffan Kihl.

# Här stavas det rätt!

**Alla vet vi att vi behöver röra på kroppen för att må bra. Vi vet också att promenader är bra för kroppen. Vi fick tips om en stavgångsgrupp som går ut och går varje onsdag.**

Onsdagkväll 18.30 vid Källbrinks IP. Stavgångsgruppen samlas vid tennishallens parkeringsplats med Lillvor Appelblom från Friluftsrämjandet som ledare.

Stavgång är en motionsform som passar alla, från elitidrottare till den som aldrig har tränat tidigare. Den är skonsam mot kroppen och engagerar alla stora muskelgrupper. Med rätt teknik tränas, förutom ben och höfter, också rygg, nacke och armar skonsamt och effektivt, berättar Lillvor.

Inspirationen till den nya formen av stavgång kommer från Finland, där den är en folkrörelse av stora mått. Stavgången sprider sig runt om i Sverige. Ute i Europa kallas den Nordic Walking.

## Stavgång i Huddinge

Stavgången i Huddinge startades redan 1997 av Friluftsrämjandet. Från början var det cirka 40 deltagare per gång, på senare tid har de blivit något färre. I gruppen är det spridning på åldrarna, från 20 år till 85 år.

Det är mest tjejer, men en och annan kille hänger också med, säger Lillvor.

## Teknik

Det här med teknik verkar vara viktigt vid stavgång. Lillvor ger en kort introduktion vad man bör tänka på när man är nybörjare.

Vi ser olika stilar och varianter hela tiden, men det är bättre att vi alla är ute och går än att inte gå alls, säger en stavgångsdeltagare.

Tekniken påminner om längdskidåkning. Lillvor varnar för belastningsskador vid fel teknik. Det är viktigt att man skjuter ifrån bakåt!

Det är också viktigt att alla i gruppen går i sin egen takt. De som är vältränade och har gått länge kan anpassa sin stavgång för att få mer träning. En normalrunda med Friluftsrämjandet är spåret vid Källbrinks IP två varv och det är cirka fyra kilometer.

## Utrustning

Utöver ett par bra stavar krävs ingen speciell utrustning. Bra skor är dock viktigt som vid all motion. Det är inget fel att välja en kraftig sko som ger bra fäste i terrängen, joggingskor är också ett bra alternativ.



Stavgångare i farten.

Foto: Bengt Höglund



Lars Lehman (till höger) överlämnar föreningens diplom till Snättringekioskens ägare Per-Magnus Vämberg.

# Diplom till Snättringekiosken

**Föreningens första Diplom för ett Snyggare Tryggare Snättringe är utdelat till Snättringekioskens nya ägare, Per-Magnus Vämberg.**

Som Lars Lehman skriver i sin ledare så har Per-Magnus sett till att de ungdomsgång med mopeder som brukar hålla till vid kiosken sköter sig. Han är van efter ha arbetat med struliga ungdomar på Ekerö.

Det har varit olika gäng från Älvsjö, Segeltorp och Flemingsberg som haft för vana att mötas vid Kiosken. För att få testa en moppe så måste man vara lite tuff, vilket ledde till en del överilade händelser. Men det är mycket lugnare nu, till glädje för de närboende.

Men Per-Magnus betonar att tonåringarna naturligtvis är välkomna till kiosken, och många kommer till kiosken för en fika, pizzabit eller toast.

I början av april tog Per-Magnus tillsammans med sin sambo, Lill-Cristin, över

Snättringekiosken. Per-Magnus har rötter inom restaurangbranschen och Lill-Cristin har haft hand om en par Pressbyråkiosker. Hon har tidigare också jobbat extra i Snättringekiosken.

När de tidigare ägarna skulle sälja var det bara att köpa, skulle Lill-Cristin ha en kiosk ännu en gång så skulle det vara Snättringekiosken! Och så blev det.

## Egen kryddning på korven

När vi var på besök klockan sju på morgonen var det full fart på kommersen.

Morgonkaffe och smörgåsar för många som inte tar sig tid att fixa det hemma.

En ny meny med nya smaker på pizzabitarna, toast och korvar. Bland annat en korv med Per-Magnus egen kryddning och med 80% kött. Den ska naturligtvis heta Snättringe Special.

*Text och foto: Bengt Höglund*