



2017-03-14 07:52 CET

Fritt deltagande i ActionRun ska öka fysisk aktivitet

Det går nästan inte en dag utan att vi får varningsklockor kring att den fysiska aktiviteten bland unga minskar och hur det påverkar bl a skolresultat. ActionRun vill försöka förändra och bidra till en positiv utveckling och erbjuder därför alla elever i år 9 i Borås Stad att fritt delta i

ActionRun den 19 augusti.

- När du bygger ett hus är det nödvändigt att grundstommen blir stabil och rak, annars får du problem under hela byggprocessen. Vi människor fungerar på samma sätt, har vi inte en stabil grund blir utvecklingen mycket svårare. Vi vill se ActionRun som en del i en verktygslåda för idrottslärare att motivera elever till ett mer aktivt och hälsosammare liv, säger Tomas Ahremark, ActionRun.

Inspirationen har hämtats från projektet "Puls för lärande", en nationell satsning som i Borås drivs på två skolor sedan höstterminen 2016 genom Daniel Fornell och Daniel Ask.

- Redan efter den första terminen har det märkts mycket positiva effekter hos eleverna. Omklädningsrummet har blivit en social arena istället för en oroshärd och tillbudsrapporterna har minskat, berättar Fornell och Ask.

I ActionRuns satsning ingår Svensons Hälsocenter och bildar en viktig del genom att erbjuda varje grundskola en personlig tränare för att informera och ge tips kring träning, mat och förberedelser inför deltagandet i loppet.

- Det finns så många belegg för de positiva effekter som fysisk aktivitet medför, exempel, forskningsrapporter, statistik. Ja kort sagt tror jag ingen längre tvivlar, det handlar nog mer om att hjälpa unga att ta steget till förändring. Där tror jag vi kan vara goda och inspirerande förebilder, dessutom är det ju en vansinnigt rolig resa mot ett fantastisk mål, säger Lars Häggblad, Svensons Hälsocenter.

Förutom information från personlig tränare erbjuds ett separat eventområde med tält där respektive skola kan samlas, peppa varandra och ladda upp. Banan kommer att gå över 5 km, där vissa extrema hinder undantas denna yngre grupp deltagare. Det individuella tävlingsmomentet tas bort genom att utesluta tidtagning, däremot skapas en skoltävling, där skolan med procentuellt flest deltagande elever är vinnare.

- Vi hoppas och tror att det här ska bli den perfekta uppstarten för höstterminen. Det blir som en kick off med enbart positiva förtecken. Kan vi tillsammans i någon liten del bidra till en långsiktig hälsosam utveckling är det ju helt fantastiskt, avslutar Ahremark och Häggblad tillsammans.

I slutet av april kommer mer information om deltagande och anmälningsförfarande att gå ut till alla skolor i Borås Stad som har elever i år 9.

Mer information:

- [Tomas Ahremark](#), ActionRun, 0706-11 88 78
- [Lars Häggblad](#), Svensons Hälsocenter, 0704-85 76 62

Fakta ActionRun

ActionRun är ett av de största publikeventen i de sex

arrangemangstäderna; Borås, Örebro, Helsingborg, Västerås, Norrköping och Malmö.

- ca 10.000 deltagare/år
- mer än 120.000 åskådare i sex städer
- 7 långtradare (170 flakmeter) fulla med utrustning
- 150-180 funktionärer per tävling
- jämn könsfördelning bland deltagarna

actionrun.se

Borås TME är ett av staden och näringslivet i Borås samägt bolag. Bolaget har till uppgift att marknadsföra, sälja och aktivt verka för att staden upplevs som en attraktiv destinationsort med gott värdskap. Målet är ökad hållbar tillväxt till nytta för medborgarna och näringslivet i Borås.

boras.com

facebook.com/borascom

twitter.com/boraspunktcom

Kontaktpersoner



Marita Curran

Projektledare

marita.curran@boras.com

0734-32 75 04