



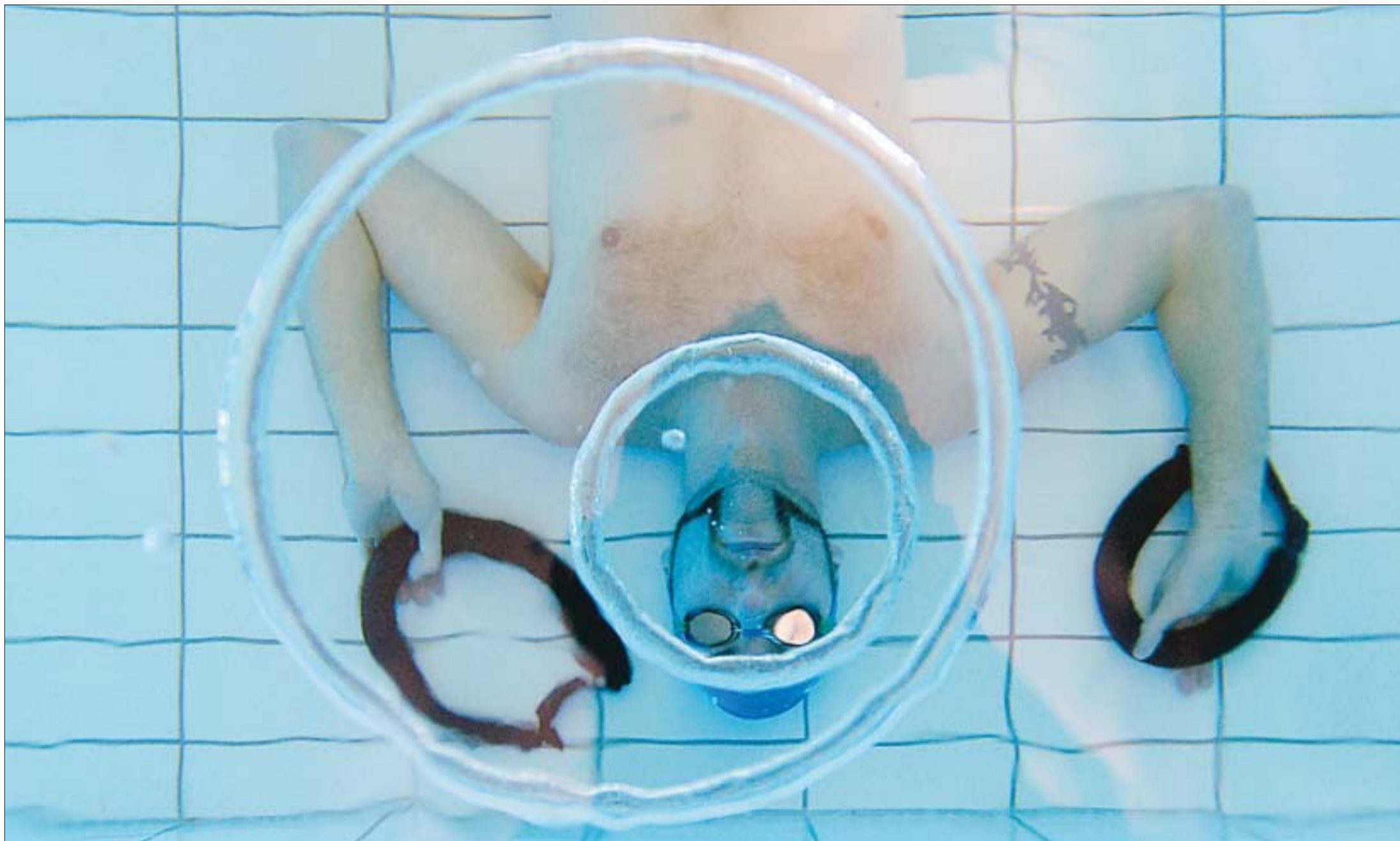
alin Tillström
 ost: malin.tillstrom@nyan.ax
 lefon: 528 478

sport



TV-tipset

EM i konstakning, 23.30-00.30 i SVT 2
 Sammandrag från dagens tävlingar



Bubbelblåsare. Anders Larsson har som längst legat på botten och blåst luftbubblor i drygt 2,5 minuter.

De fridyker för att hitta ett inre lugn

FRIDYKNING. Det handlar inte om några självplågare som vill vara macho och visa hur länge de kan hålla andan. Nej, snarare handlar det om ett gäng fridykare som vill finna både frihet och viktlöshet.

– Det här är en oerhört mental sport, säger Ingela Karlsson.

Det hela tog fart för några år sedan. **Peter Sjöberg**, **Daniel Flöjt** och **Jani Sundman** simmade på Idrottsgården och började testa hur länge de kunde hålla andan under vatten.

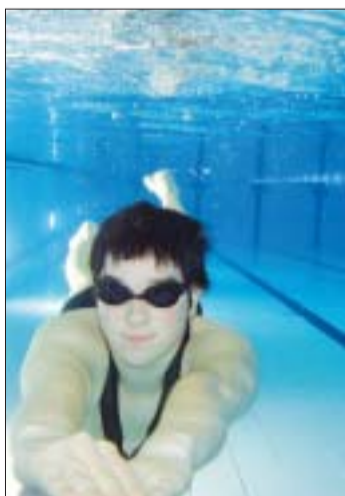
– Då hade vi inte en aning om att det fanns en sport som fridykning, säger Sjöberg.

– Jag hade gått en ytbärgarkurs där man måste klara att hålla andan 45 sekunder, och det utvecklade vi genom att dammsuga internet och kombinera det med våra kunskaper om apparatdykning, säger Flöjt.

Ingen machosport

När **Anders Larsson** korades till svensk och finsk mästare i fridykning i somras, ökade intresset på Åland.

– Intresset har väl alltid funnits, men folk har varit för blyga



Kristian Pyhyjärvi hör till den yngre generationen fridykare som spås en fin framtid.

för att ta kontakt. Men när de sett hos öva här och efter Anders framgångar, har det blivit annorlunda, säger Ingela Karlsson vars engagemang växte efter en fridykningskurs i Thailand.

Förra helgen hade Freediving Team Åland en introduktionshelg för nybörjare och passade samtidigt på att visa upp sin verksamhet.

– Det finns en uppfattning om att det här är en machosport som går ut på att plåga sig själv

och nästan försöka att svimma, men det handlar om att lära känna sig själv, hitta en gräns och flytta fram den, förklarar Sjöberg och fortsätter:

– Det är viktigt att informera allmänheten om att vi har kontroll. För en som inte är insatt kan det se omänskligt ut, men det handlar om teknik.

Uppnår viktlöshet

Gänget värmer ofta upp med yoga och har olika strategier för att hitta ett inre lugn. Det är det det handlar om när man väl är i vattnet.

– Det här är en oerhört mental sport, säger Karlsson.

Varför fridykning?

– Det finns lika många orsaker som det finns dykare. Jag gör det för att jag älskar vatten och natur. Att dyka utan utrustning och se fiskarna i tredimensionell miljö är helt fantastiskt, säger Sjöberg.

– Det här är ett sätt att nå viktlöshet utan utrustning som man bara gör i rymden annars, säger Flöjt.

– Från början var det friheten, men med tiden har det kommit att handla om att pressa kroppen, säger **Johan Larsson**.

– Det finns lika många fridy-

kare som tävlar som inte gör det, utan som bara vill njuta och få ett fantastiskt dyk, säger Karlsson.

Hög säkerhet

Teamet påpekar ofta hur viktig säkerheten är. Läkarvetenskapen är förundrad över hur människor klarar av att, som rådande världsrekordhållare, hålla andan i över nio minuter.

– Vi är en av klubbarna med högst säkerhetstänkande. Man får aldrig träna ensam, det finns en risk att man skadar både sig själv och klubbens rykte. Det är viktigt att alla som är med lyssnar, det kan annars bli att man dyker med livet som insats, säger Ingela Karlsson.

– Det här är som vilken extremsport som helst. Följer man inte reglerna riskerar man livet, precis som i bergsklättring eller fallskärmshoppning, påpekar Peter Sjöberg.

På www.freedivingteam.com kan du läsa mer om Team Åland.

MALIN TILLSTRÖM
 malin.tillstrom@nyan.ax
 tfn 528 478

Foto: JONAS EDSVIK
 jonas.edsvik@nyan.ax
 tfn 528 470



Gemensamt intresse. Här är en stor del av gänget som sysslar med fridykning. Längst fram från vänster ses Johan Larsson Jannic Svensson, Staffan Sonntag och Kristian Pyhyjärvi. Bakom dem från vänster: Johannes Petrone, Peter Sjöberg, Ingela Karlsson, Daniel Flöjt och Wille Rundberg. Längst bak från vänster: Anders Larsson och Leif Håkansson.



Håller andan. Daniel Flöjt klockar Johan Larsson och Leif Håkansson som tränar på att hålla andan så länge som möjligt.