



Calle Ahldén, football freestyler

2020-10-12 13:29 CEST

"All you need is a ball"

En Frisk Generation vill inspirera barn och vuxna till en mer aktiv livsstil. Bara två av tio barn rör sig tillräckligt och särskilt stillasittande är de på kvällar och helger. För att inspirera till mer fysisk aktivitet får En Frisk Generation hjälp av flera ambassadörer. Calle Ahldén är ny ambassadör för En Frisk Generation och han har valt en idrott som kan utövas närsomhelst, varsomhelst - och allt du behöver är en boll.

Vem är du, berätta lite kort om dig själv?

Jag är 25 år gammal uppvuxen i Täby norr om Stockholm. Jag är egenföretagare inom TV/media, så film och foto är något jag brinner för, både

till jobb och till vardags. Jag har under hela min uppväxt kört football freestyle, detta har gett mig möjligheten att köra uppvisningar med min boll, inte bara runt om i Sverige utan även i världen. Jag har även tävlat i Världsmästerskapen och Svenska Mästerskapen i denna sport och min bästa merit är Top 16 i Skandinavien vilket jag var 2018, det är jag väldigt stolt över.

Hur kom du på att du ville hålla på med Fotboll Freestyle?

Jag hittade Fotboll Freestyle någon gång runt 2008. Allt började med att jag kom över en film på youtube där en kille som hette Palle gjorde tricks med en fotboll. Då var det väldigt inne med att kicka boll på rasterna i skolan, så lite grundteknik i boll-kickning hade jag. Filmen blev startskottet och jag började träna på tricks, för jag ville göra det Palle gjorde. På den vägen är det, sen dess har jag kickat boll tusentals timmar och träffat jättemånga vänner under tidens gång. Football Freestyle har blivit en livsstil för mig, varje gång jag går ut och tränar så känns det precis likadant som det gjorde 2008 när jag var ny i sporten. Frihetskänslan att träna vart man vill och när man vill, ingen tränare som skriker på en vad man ska göra. Den känslan är nog anledningen till att man fortsätter köra, freestyle blir aldrig tråkigt! Och som vi säger i sporten som jag lever mycket efter "All you need is a ball!".

Vad hoppas du kunna förmedla som ambassadör för En Frisk Generation?

Det viktigaste att förmedla för mig är att man ska våga gå sin egen väg. Ingenting är omöjligt med mycket träning. Har man något som man älskar att göra så ska ingen säga åt en att "det där går inte" eller "det finns ingen framtid i det där". Gör det du älskar så kommer du gå långt! Och ha för guds skull KUL när du tränar. Har man inte roligt på träningen så kommer man tröttna. Jag hoppas självklart också att jag får komma ut till olika aktiviteter med En Frisk Generation och lära ut tricks till barn och föräldrar. Det ser jag fram emot!

Vi bryter trenden med den ojämlika hälsan genom att ge alla familjer möjlighet till en aktiv gemenskap. Vi erbjuder en aktiv fritid för hela familjen där alla får vara med. En Gemenskap som inte baseras på prestation pengar eller färdigheter. Vi gör något konkret genom att två gånger i veckan under ett år erbjuda barn och föräldrar fysisk aktivitet, kunskap om mat och en social gemenskap i närområdet. H.K.H. Prins Daniel är beskyddare av En Frisk Generation och ett forskningsteam från Karolinska Institutet utvärderar

effekten av metoden.

Kontaktpersoner



Janna Hellerup Ulvselius

Presskontakt

Generalsekreterare

janna@enfriskgeneration.se

0708-543588