

**Olle Rimfors hälsas välkommen som vår medarbetare. Olle är skidhistoria och nu skriver han den med samma fläkt som han undervisade.**

# Olle!

Den moderna utförsåknningen är en förhållandevis ung skididrottsgren — ca 50—60 år — åtminstone i jämförelse med den nordiska längd- eller terränglöpningen, som har anor sedan årtusenden. Men utvecklingen har gått snabbt samtidigt som intresset dynamiskt har spritt sig till alla världens hörn. Utförsåknningens rötter finns i Norge, där redan de gamla vikingarna utövade den i sina idrottsliga lekar — "slaa-lom". Det var då främst i Telemarken som terrängmässigt sett också var gynnsam härför. Efter att under lång tid råkat i glömska levde den dock kvar som en variant i form av backhoppning.

På 1890-talet höll sålunda några telemarkingar uppvisningar i backhoppning i dåvarande Kristiania. Därvid avslutade de i regel varje hopp med en svängstoppörelse i form av "telemarksväng" eller "kristianiasväng". Det är nog sannolikt att den sistnämnda svängrörelsen, som utfördes med parallella skidor och kroppsrotation, uppkom just i Kristiania och därav fick sitt namn.

Turistande engelsmän i Norge medförde vid sina senare besök i alperna telemarkskidor och vid sina försök att i alpin terräng tillämpa vad de sett och lärt i Norge smittade engelsmännens skididrottsintresse av sig till den alpina Ortsbefolkningen. Ett centrum för engelsmännens skidsportsliga verksamhet blev Mürren i Schweiz, där de bl a experimenterade ut ett tävlings-system, som fick namnet "slalom" och som i stort sett överensstämmer med vår moderna tävlingsslalom. Detta hände i början av 1900-talet och utförsåkningsintresset spred sig snabbt över hela alpområdet bl a till Tyrolen, där Hannes Schneider i början av 1920-talet grundade sin världsberömda skid-skola — arlbergskolan.

Här i Sverige fick vi impulser att åka skidor på detta nya sätt genom underbara alpina skidfilmer och riklig skid-

litteratur. Gunnar Dyhlén blev en pionjär för utförsåknningen här framför allt genom sina skidkurser i Storlien, där Främjandet 1927 förvärvat "Högfjället". Kring sig samlade Dyhlén många intresserade, skickliga elever och efterföljare, som spred intresset för utförsåknningen vidare över landet. Den teknik som tillämpades var hämtad ur kontinental skidlitteratur och kännetecknades av låg sittställning med bakvikt, stora upp- och nedgående rörelser i knän och höfter samt kraftig rotation på lika belastade skidor. Metodiken var ej särskilt omfattande och bestod liksom stegringen av härmningsmässig inläring av plogsväng, telemarksväng, stäm-kristiania, sk styrd kristiania och "tvärkristiania" mm. En gammal backhoppare fann sig väl tillrätta med eller lärde sig snabbt hela övningsprogrammet.

Två av Dyhléns elever och medhjälpare: Rimfors och Bergman, fann småningom tekniken i många avseenden diffus och oklar och gjorde 1934 en studieresa till Hannes Schneider i StAnton am Arlberg. De trimmades där i arlbergtekniken och deltog avslutningsvis bl a i FIS-tävlingarna i St Moritz samma år med efter omständigheterna tillfredsställande resultat. Arlbergtekniken karaktäriserades av mycket stark framvikt, mycket utpräglade plog- och stäm-svängar och stäm-kristiania med dalstäm. Telemarksväng tillämpades icke främst på grund av skidbindningarnas låga fästpunkt. Rotationsrörelsen var måttlig.

Efter hemkomsten igångsatte R. och B. ett intensivt instruktions- och propagandaarbete framför allt i Jämtland, där bl a ett 40-tal slalombackar anlades på kort tid på olika platser. En skidskola m/St Anton startades av Främjandet i Storlien med B. som professionell ledare och skidlärare. R. ägnade sig särskilt åt tävlingssidan samt Främjandets kursverksamhet vid jul- och nyårstid mm. Behovet av flera utbildade instruk-

törer och skidlärare växte och resulterade i att Sv. Skidförbundet och Främjandet tillsammans i slutet av 1930-talet instiftade vår svenska skidlärare-examen, vilken producerat ett 100-tal adepter, de flesta numera anslutna till den "Svenska Skidläraryöreningen", bildad år 1957. År 1937 gick vårt första SM i slalom av stapeln i Östersund med R. som tävlingsledare. Segrare blev backhopparen Hedjersson tätt följd av Selånger-Eriksson. På damsidan vann repetitionskurstränade Söderbaum. Härmed startades en snabb kvantitativ utveckling av tävlingssporten med deltagare som i stor utsträckning lärdes upp av äldre kamrater, vilket kom tävlingsåkarna att följa en djärvare, kärvare och kanske också ensidigare men enhetligare linje än kursernas i Storlien. Som resultat av tävlingsutvecklingen med arlbergskolan kan sättas Sveriges första deltagande i OS 1948 i St Moritz under ledning av R. Här nådde exvis Olle Dahlgren en 5. plats i slalom, Hasse Hansson en 10. plats i störtlopp och 6. plats i kombination samt vår enda dam May Nilsson 9. plats i slalom och 15. plats i kombination. Storslalomgrenen hade då ännu ej upptagits på det olympiska programmet.

Utomlands gick emellertid utvecklingen snabbt framåt och fransmännen hade i slutet av 1940-talet fått en aktiv tävlingsåkare med så framstående egenskaper att han skapade underlag för "L'Ecole de Ski Français", vars främsta symbol blev parallellsvängen "ruade" samt i övrigt en del ganska överdrivna, dynamiska ställningar. Ruaden karaktäriseras, som namnet anger, av en parallellsväng med under kraftig framvikt utförd uppryckning av bakändarna, senare även föregången av återstuds. Ruaden accepterades internationellt och även i Sverige av tävlingsåkarna under det att huvudsakligen det dynamiska ställningsåkandet blev föremål för många och långa diskussioner

och praktiska försök vid den mera amatörmässiga utbildningen av ett stort klientel vid skidkurserna i Storlien, där bl a Håkan Tjerneld var dess främste förespråkare. Den "franska skolan" dominerade en tid över arlbergsskolans anhängare, men snart kom nya intryck från Schweiz, som genom sitt geografiska läge och nationella kynne funnit en medelväg mellan Arlbergs och Frankrikes skidstilar. Schweizarnas grundsfururer var Rominger och Christian Rubi, som svarade för pedagogiken. Tekniken var dock ganska obestämd och påverkade i varje fall inte tävlings-tekniken nämnvärt.

Ruaden fick emellertid en effektivare utformning i och med OS 1952 i Oslo, där normannen Stein Eriksen genom sin fantastiska skidtekniska naturbegåvning blev den dominerande guldmedaljmannen och den alpina skidelitens jämlike. Som lagledare för den svenska truppen observerade R. redan under träningsåkningarna före spelen hurusom Stein utförde sina "ruader" utan den vanliga jämfota belastningen och med en tydlig växling av belastningen från dalskidan till den nya dalskidan i kombination med växling också av utåtvikten allt utan nämnvärd rotation, snarare med lätt torsion. Försöket att få våra egna tävlingsåkare teknik att motsvara Steins sätt att åka gav ringa resultat. Det är ett känt faktum att en rutinerad, gammal tävlingsåkare i utförsåkning har mycket svårt att ändra på sin invanda teknik. Vår främste man Stig Sollander kom dock på 5. plats i slalom och 6. plats i stor-slalom.

Emellertid sökte R. som vid denna tid blivit chef för Främjandets skidskolor, att där tillämpa Steins nya teknik och skapa en lämplig metodik för dess inlärande. R gjorde detta därför att han ansåg att amatörtekniken vid denna tid spårat ur och att det var nödvändigt att skidskoletekniken riktade in sig på vad som var användbart vid tävling. Detta lyckades ganska bra tack vare metoden att använda särskilt anordnade serier av terrängvågor. Sålunda kunde de flesta eleverna snabbt lära in ruaden medan konsten att undvika rotationen var svårare. Stämsvängen, som användes som förberedelse för ruaden utfördes som ett innerskär med stark belastning på den blivande dalskidan och gav en naturlig lagom utåtvikt.

Bland våra tävlingsåkare var Stig Sollander nog den bästa svenske repre-

sentanten för Steins teknik och han lyckades ju också bra vid OS 1956 i Cortina, där han blev vår förste olympiske bronsmedaljör i slalom och kombination.

Steins framgångar i Oslo 1952 blev signalen för en teknisk omställning även bland de alpina ländernas tävlingsmän och skidpedagoger. Den moderna österrikiska skidskolan växte fram och demonstrerades teoretiskt och praktiskt vid skidlärarkonferensen i Storlien 1957. Den österrikiska skidstilen gjorde sitt segertåg över hela världen bland skidpedagoger och amatörer, men inflytandet bland tävlingsmännen har varit mindre framträdande, trots österrikarnas dominans under många år på tävlingsbanorna. Fransmännen har dock aldrig accepterat den österrikiska skidskolan utan har envetet arbetat — i hög grad med statsstöd — efter egna linjer. Detta trägna arbete, bakom vilket bl a namnet Joubert och OS-mästaren i störtlopp 1960 Vuarnet skyntar, har också avsatt påtagliga resultat i tävlingsprotokollen de senaste åren och särskilt vid sista OS i Grenoble 1968, där guldmannen Jean-Claude Killy helt dominerade prislis-torna.

Vad innebär då den nya franska skidskolan rent tekniskt för skillnad i förhållande till den österrikiska? Det är kanske svårt att tillräckligt klart definiera denna, men klart synes vara:

att bakvikten vid svängstarten i allmänhet är mycket markerad och



Exempel på Rimfors "amatörteknik". Visar slutskedet av en ruade från åren 1950—1956. Åkare är Rimfors himself på besvärlig vindskare i Riksgården. (Numer är Olle R. 72 år)

åstadkommes med en framskjutning av fötterna,

att bergskidan tidigt redan i svängstarten belastas och med en inner-skidsliknande rörelse vrides i en båge mot fallinjen,

att svängens initiering samtidigt understöds genom isättning av dalstaven nära svängens centrum samt kroppens medrörelse i svängriktningen,

att dalskidans framända från början helt avlastad förs nedåt mot fallinjen,

att växling från svängstartens bakvikt sker till framvikt i fallinjen åtföljd av erforderlig kantning till skärande bergkanter, som resulterar i ett exakt bågspar från fallinjen,

att skidornas bakändar i regel icke lämnar marken,

att den extrema smalspårigheten saknas men trots detta går svängspåret i en jämn båge med smalt sladdspår,

att den fartbromsande sladdrörelsen med extrem hällpress och återstuds saknas,

att motrörelse, torsion och extrem utåtvikt också saknas,

att framändarna således principiellt svängs ner i fallinjen, vilket dels är lättare, dels mindre ansträngande och framför allt snabbare än att svänga bakändarna uppåt mot fallinjen,

att svängrörelsen sålunda saknar eljest vanligen förekommande moment, men gärna börjar och slutar med fartökning,

att svängrörelsen principiellt är användbar i alla lutningsförhållanden och med små variationer i puckelpister och olika snöförhållande från is och hård snö till lös snö av växlande djup.

Vid skidlärarkonferensen "8 Interski i Aspen 1968" förekom som vanligt vid dessa konferenser demonstrationer av olika nationella tekniska och metodiska system, varvid även fransmännen visade upp sina huvudsakligen tävlingsmässiga rörelser. Några närmare redogörelser för vad som förekommit i Aspen har jag tyvärr ännu ej sett i tryck på svenska. (Åre 20.10.68.) Sannolikt synes emellertid vara att fransmännens tekniska principer genom sina framgångar vid tävlingar de senaste åren och framför allt vid OS 1968 i Grenoble torde komma att bli bestämmande för vad som kommer de närmaste åren.

**Olle Rimfors**