



Elit på riktigt i Strömstad

”Roddgymnasiet har varit en viktig byggsten i min OS-karriär”

På Strömstads Roddgymnasium tas hänsyn till elevernas hela livssituation – studier, träning, tävling och ett rikt socialt liv. Samtidigt en krävande utmaning som kan leda ända till OS.

- Att Strömstad Gymnasium fortfarande är en viktig del av mitt liv är ett gott betyg till skolan och Strömstad, säger elitroddaren Frida Svensson.

Frida är elitidrottare. Det innebär att ha sin egen kropp som främsta arbetsredskap och att leva ett elitidrottsliv fullt ut. Det medför tidiga kvällar för att orka morgonens första träningspass.

- I samband med att jag kom in på Roddgymnasiet i Strömstad som 16-åring tog jag första kliven att på allvar göra en seriös elitsatsning. Den utväxling jag fick under de tre åren motiverade mig att fortsätta. Framgång ger energi. Jag ser det som en livsresa, ett medvetet val som ligger mig varmt om hjärtat. Familj och studier kan jag förverkliga senare i livet.

Strömstad före Sydafrika

Som dubbel olympier och roddare i absoluta världseliten, saknas inte inbjudningar att träna i såväl Sydafrika som London. Frida har dock valt att stanna kvar i Strömstad.

- Här finns de bästa förutsättningarna och en uttalad elitsatsning. Johan Flodin är Sveriges bästa tränare, vi har roddvatten i världsklass och allt är nära i Strömstad. Här finns även ett näringsliv som backar upp. Min arbetsgivare Intersport är oerhört flexibel och förstående. Det finns över huvud taget en vilja att ställa upp för ortens elitidrottare. Vi roddare känner oss omtyckta i Strömstad. Då får man ta att klimatet är lite bistert ibland, ler Frida.

Ofta två pass om dagen

På Roddgymnasiet i Strömstad, Sveriges enda, studerar idag ett femtontal ungdomar med höga ambitioner. Förutom skolschemat läggs femton timmar per vecka på träning. Frida är ofta med och tränar med gymnasieeleverna.

- Jag hoppas att jag kan inspirera och ge goda råd. Jag är beviset på att man kan lyckas.

Next stop London

Den 17 augusti 2008 var annars en tung dag i Fridas elithistoria. En fyraårig satsning på OS i Peking var slut. A-Finalen missades med liten marginal och segt sjögräs. Vinsten i B-finalen och en slutlig 7:e plats var en klen tröst.

- Vi hade en högre målsättning, den dagen var ångestfylld. Helt plötsligt var ett fyra årigt projekt över. Vad skulle vi göra nu?

Frida och Johan analyserade situationen och



”**Det finns över huvud taget en vilja att ställa upp för ortens elitidrottare. Vi roddare känner oss omtyckta i Strömstad**”

Fakta Frida Svensson:

Moderklubb: Falkenbergs RK
Karriär: Otaliga JSM- och SM-guld.
5 NM-guld. 2:a U23 VM 2003.
3:a VM 2006, 8:a OS 2002. 7:a OS 2008.



Fridas väg till OS går genom många timmars hård träning på Strömsvattnet i Strömstad. Frida är en av fem elitroddare som stannat kvar i staden efter genomgången Roddgymnasium.

har nu bestämt sig för att göra en ny OS-satsning. Frida förklarar sin nysatsning:

- Jag är 31 år vid OS i London. Kanske en roddares bästa ålder. Jag känner mig nu riktigt sugen på denna nya OS-resa. Jag har mer att visa och ge.

Mental styrka

För elitroddare, liksom andra elitidrottare, är vardagen fylld med mycket schemalagda övningar. Rutiner som tillsammans ska skapa ett konkurrenskraftigt team vid regattorna sommaren 2012.

- Du kan fråga mig vad jag ska göra 8 maj 2010 och jag kan säga dig om jag är ledig på eftermiddagen. Det gäller att vara mentalt stark och fokusera på livsstilen, tänker jag bara på roddcyklar blir jag dum i huvudet, skrattar Frida.

Rikt liv

Rik på pengar blir dock inte Frida. Hon lever på sitt deltidsjobb samt stipendier och lägerbidrag från Sveriges Olympiska Kommitté. Sponsorer ger henne en ny båt för 85 000 kronor årligen plus nödvändig extrautrustning. Den stora mediala uppmärksamheten begränsas oftast till OS vart fjärde år

Tröttnar du aldrig Frida?

- Nej jag trivs med mitt liv och min livsstil och jag har roligare idag som 27-åring jämfört med när jag var 17. Det är svårt att beskriva känslan av att lyckas, att vinna något man kämpat för länge. Det är värt allt.

Liten och stor på samma gång

”Med våra 450 elever och sex nationella program med 16 nationella inriktningar är vi både en liten och stor skola på samma gång. Till detta kommer våra profiler som alla elever kan välja oavsett vilket program eleven går på. Vi kan alltså erbjuda närhet, trivsel och god gemenskap kombinerat med stor variation i vårt studiebud.”

Vår målsättning är att vara förstahandsvalet för elever i regionen och att vara attraktiva för hela landet med våra två program med riksintag; Rodd och Sjöbefäl. Dessutom ska vi vidga vår blick med ett framtida utvecklat samarbete med Norge och stärkt internationellt kontaktnät. Möjligheterna till utomlandspraktik och studieutbyte över nationsgränserna berikar våra elevers studietid.”

Rektor Ola Nilsson



Tel 0526-195 00
ola.nilsson@stromstad.se
www.stromstad.se/gym
Tångenvägen 2
452 80 STRÖMSTAD