

# Demokratiutskottets förslag till styrelseledamöter i Friskis&Svettis Stockholm 2024-2025



## NYVAL 1 ÅR



### Sara Schönbeck, Lidingö, ledamot och ledare Coreflex

Arbetar som fysioterapeut på Friskispraktiken och är specialist på barn och ungdomar. Är också verksamhetschef och delägare på praktiken.

Jag blev ledare i Friskis 1996 och sedan 2002 är jag aktiv utbildare i Friskis Riks. Just nu håller jag kurser inom coreflex och seniorklubben. Sedan några år tillbaka har jag även engagerat mig i Friskis Lidingös styrelse först som ledamot och sedan april 2023 som ordförande.

För mig är Friskis&Svettis en fantastisk värderingsburen förening där alla är välkomna och där vi möter människor precis där de befinner sig i livet. Vi vill få så många människor som möjligt i rörelse och få uppleva med och i sina kroppar!

## NYVAL 1 ÅR

### Rolf Strandin, Järfälla, ledamot och motionär

Till vardags arbetar jag inom IT-branchen där jag är chef för ett affärsområde som utvecklar och förvaltar system för medlemsorganisationer.

Jag började min Friskisbana som glad och tacksam motionär 2006. Nio år senare blev jag invald som styrelseledamot i Järfällas styrelse och mitt engagemang för Friskis som rörelse tog fart. Sedan 2018 har jag haft förmånen att sitta som ordförande för Friskis Järfälla.

Mitt engagemang för Friskis bygger på att jag delar de värderingar som Friskis står för. För mig är träning i alla former förknippat med glädje och jag önskar att så många som möjligt kan ta del av detta i en miljö där alla är välkomna.



## NYVAL 2 ÅR



### Lena Kring, Sollentuna, ledamot och motionär

Är tidsmiljonär (ett bättre ord för pensionär) sedan lite drygt två år tillbaka.

Jag har ett aktivt liv med barnbarn, träning och så jobbar jag som statist som är ett väldigt roligt "jobb". Jag är ordförande i Friskis&Svettis Sollentuna sedan snart 3 år tillbaka och eftersom jag är en genuin Friskis entusiast så har det känts som ett värdefullt och viktigt uppdrag.

Jag älskar Friskis för att det verkligen är träning för alla. Vi har en välkomnande attityd och det märks på både medlemmar och funktionärer.

## NYVAL 2 ÅR

### Jan-Ivan Smedberg, Huddinge, ledamot och motionär

Jag är pensionerad klinikchef och specialisttandläkare från Folktandvården Eastmaninstitutet. Några timmar i veckan jobbar jag fortfarande som handledare till några doktorander. Min lediga tid använder jag till Friskis Huddinge, min hund inklusive jakt och olika hantverksprojekt.

Jag gillar Friskis för att alla känner sig välkomna och den höga kvaliteten i allt man gör.

