



Med sin bok vill paret Erwald inspirera till ett lägre tempo och mer närvaro i skidbacken. Åkaren på bilden heter Viola Kaiser.

FOTO: ADAM ERWALD

Frida Hansdotter berättar om sina drivkrafter i ny bok

NORBERG ■ Frida Hansdotter är en av skidprofilerna som medverkar i Mats och Cissi Erwalds bok "Slow Skiing".

– Hon berättar bland annat om att glädje och passion är drivkrafter för att komma långt, säger Mats Erwald.

Paret Erwald har länge ägnat delar av vintersäsongen åt att åka skidor i Alperna. Idén till en bok om skidåkning med ett annat tempo föddes en dag i en sittlift.

– Cissi reflekterade över att folk stressade så mycket i backen. De har betalat dyra pengar för att åka skidor men väl i backen har de så bråttom och verkar mest stressa omkring. Vi började prata om skidåkning, stress, prestation och att man kan tänka på ett annat sätt, berättar Mats Erwald.

De arbetade fram ett manifest på tio punkter om "slow skiing".

– Vi hämtade inspiration från slow food och liknande rörelser, att tempot kan



Paret Erwald har länge ägnat delar av vintersäsongen åt att åka skidor i Alperna. Idén till en bok om skidåkning med lägre tempo föddes en dag i en sittlift.

FOTO: ERWALD GROUP

”

"Hon tackade ja direkt och tyckte att det var en kul idé."

Mats Erwald

intervjua skidprofiler om dessa frågor, säger Mats Erwald.

En av skidprofilerna som de kontaktade var tidigare alpinist och OS-guldmedaljören Frida Hansdotter, från Norberg.

– Hon tackade ja direkt och tyckte att det var en kul idé. På grund av restriktionerna fick vi göra intervjun via videolänk, hon kopplade upp sig från padelhallen i Avesta och vi satt hemma vid köksbordet i Täby, berättar Mats Erwald.



Mats och Cissi Erwald har precis gett ut boken "Slow Skiing" där bland andra Norbergsbördiga skidprofilen Frida Hansdotter intervjuas.

FOTO: CAROLINA BYRMQ/AFTONBLADET

Frida tipsade även om Idrebaserade fotografen Nisse Schmidt som författarna kontaktade för att få tillgång till bilder på Frida som de kunde använda i boken.

– I boken berättar Frida bland annat om att glädje och passion är drivkrafter för att komma långt. Det

passade väldigt bra i temat för boken, säger Mats Erwald.

Boken "Slow Skiing" släpptes i början av september.

– Andra skidböcker innehåller mest häftiga actionbilder där skidåkare gör svåra och coola grejer. Vi ville göra något som tilltalar

fler och har bland annat bilder på barn och människor i olika åldrar i boken. Vi är entusiaster med kärlek till snö och skidåkning och vill få fler att fundera över sin medvetenhet och närvaro, säger Mats Erwald.

Pär Sönnert

personnert@annonsbladet.com

