



Anders Backe flyr høyt i Trysil, og datteren Anna (5 år) heier. Foto: Ola Matsson/SkiStar Trysil

07-02-2023 08:00 CET

Slik skaper du skiglede hos barna

Etter at Anders Backe, profesjonell friskikjører, ble pappa, er skiglede hos Anna (5 år) det viktigste for han. Her gir han noen gode tips for å få en vellykket dag på ski med barna.

- Woohoo, du er flink, roper Anna (5 år) når hun ser pappa Anders Backe fly høyt over Night`n, det største hoppet i Trysils terrengpark. Anders har tatt med seg datteren til Trysil for å gjøre noe av det de liker aller mest, stå på ski.
- Det er gøy å vise Anna hva som er mulig å få til på ski. Dette er jo også lek, sier Anders.

For lek er viktig for den erfarne skikjøreren.

- Skiglede er jo det som sitter igjen fra da jeg var liten, å kunne dra ut og bare ha det moro i bakken. Det er jo det viktigste, sier Anders.

«Hvis barna har det bra så har de voksne det bra»

Trysil har tre barneområder, som er tilrettelagt med små hopp, lekne kuler, slalåmfigurer og skogskjøring med morsommeinstallasjoner. Områdene ligger sentralt i skianlegget og er lett å komme seg til. I tillegg er det flere aktivitetsarenaer rundt i skianlegget.

- Barna er våre viktigste gjester i skianlegget. Hvis de har det gøy, så har også de voksne det bra. Derfor tilrettelegger vi områder som oppfordrer til lek og moro, både for de helt minste og for litt større barn. Arenaer som terrengpark, crossløype, parallellslalåm og Fun Ride er veldig populære, forteller Gudrun Sanaker Lohne, destinasjonsleder i SkiStar Trysil.

Legg en plan for skidagen

Anders' tips for en vellykket skidag med barna er at foreldrene lager en liten plan i forkant. Bli kjent med skiområdet, og se hvilke løyper som fungerer på deres nivå. Og så må man rett og slett tilpasse dagen etter været og stemningen.

- Når dere er ute på ski er det viktig å ha det gøy. Utforsk, lek og ta pauser før barnet blir for sliten, sier Anders. – Og så kan det være lurt å ha litt «bensin» i lomma, en banan eller energibar gjør kanskje at barnet holder ut en ekstra tur eller to.

Overfør gleden til barna

Anders mener at hvis foreldrene har det gøy så er det lettere å overføre dette til barna. Enkelt og greit.

- Mestring er utrolig viktig. Det bygger selvfølelse, som de tar med seg videre i livet. Undervurder aldri hva en god skidag gjør for barn, det får du igjen i rikt monn senere, smiler Anders.



[Se video på YouTube her](#)

For mer informasjon, ta kontakt med

Gro Kveldro Bruksås, PR-ansvarlig i Destinasjon Trysil, e-post: gro@trysil.com eller telefon: 46 82 66 74.

Destinasjon Trysil er en medlemsorganisasjon for næringsvirksomhet i Trysil, eid av over 200 virksomheter i Trysil.

Trysil er Norges største ski- og stisykkeldestinasjon. Vi har 885 000 gjestedøgn, 28 500 senger rundt Trysilfjellet, over 1 100 000 skidager, 255 millioner NOK i skipassomsetning, 68 bakker, 31 heiser, over 500 km med langrennsløyper. Over 87 000 sykkel dager, 100 km med naturlig sykkelstier, sykkelparker, over 50 km tilrettelagte sykkelstier og et stort utvalg av aktiviteter og arrangementer. 80 % av de kommersielle gjestedøgnene i Trysil kommer fra utlandet. Trysil reiselivsstrategi 2030 viser retningen for en optimalisert og bærekraftig vekst, med en offensiv satsning på å videreutvikle Trysil som helårlig og internasjonal destinasjon.

Kontaktpersoner



Ida Dyreng

Pressekontakt

Daglig leder, Destinasjon Trysil

ida@trysil.com

+47 90 73 23 08