

Sandviken

Hej Olle Boström! Du gick i Sandviken 2006-2009.

Vad är dina bästa minnen från den tiden?

Mina bästa minnen är alla kompisar och allt roligt vi gjorde. Det är både minnen från när vi åkte på fina träningar runt i Gästrikland och minnen från alla äventyr och skoj vi gjorde på kvällarna.

Elevboendet ligger 900 m från Bessemerskolan. Hur bodde du? Hur gjorde ni med mat?

Jag bodde som alla andra på orienteringsgymnasiet i lägenhet. Jag delade den med några kompisar. Maten lagade vi själva i lägenheterna. Lunch åt vi alltid i skolan och två av kvällarna åt vi också middag tillsammans alla OLGY-elever i anslutning till skolan. Så en vanlig vecka blev det ofta för mig att göra middag två kvällar och äta de fixade middagarna två kvällar, sedan åkte jag oftast hem på fredagarna efter skolan och över helgen.

Hur var teknikträningen i Sandviken?

Teknikträningen var bra minns jag och jag utvecklades mycket tekniskt i Sandviken. Det var oftast två bra ordnade teknikträningar i veckan. Terrängen var väldigt varierad. Inom en halvtimme med minibussarna fanns det både kuperad vildmark, tallhed, detaljerad hållterräng, och lite bökgigare gästriketerräng. Min uppfattning är att det går att få ganska komplett teknikträning här.

I Sandviken finns ett speciellt koncept med styrketräningen, hade det börjat på din tid och har du haft nytta av det i så fall?

Under min tid så hade vi ett bra koncept tyckte jag med MAQ.-styrketräning. Något jag sedan har hört har utvecklats ännu mer under de tre år det har gått sedan jag slutade. Jag har byggt vidare på vår styrketräning sen jag slutade och jag tycker att det har fungerat mycket bra och hjälpt mig.

Vad tycker du om tränarna i Sandviken?

När jag gick hade vi två anställda tränare, Björn och Jocke. Både kan otroligt mycket om orientering, både från egna tävlingskarriärer och efter att ha varit tränare under lång tid. Jag har även efter min tid om jag behövt hjälp med något bett om råd av Björn och Jocke, så jag tycker att de är väldigt bra. Maria har jag också fullt förtroende för och tycker är mycket bra så jag tror det är väldigt svårt att hitta en bättre tränarstab på ett orienteringsgymnasium än i Sandviken.

Vad tyckte du om Bessemerskolan?

Jag gick Natur och är mycket nöjd med den del av Bessemerskolan som jag fick ta del av. Det var aldrig några problem att få ledigt för läger, eller hjälp om jag missat något när vi hade varit borta.

Hur sammanfattar du tiden i Sandviken?

Tiden i Sandviken var väldigt givande för mig, jag utvecklades enormt både som människa och orienterare. Jag tror helt ärligt att jag aldrig skulle ha nått dit jag är nu inom orienteringen om jag inte hade gått i Sandviken. Det var tre fantastiskt roliga år och efteråt har jag aldrig ångrat en sekund att jag gick i Sandviken.