



Åshild Sjøwall med trofea ho har sikra seg sidan ho tok idrettsmerket første gongen i 1964. (Foto: Ola Matti Mathisen).

Uskedalen har ein imponerende idrettsmerkekvartett som består av Åshild Sjøwall, Tordis Myklebust, Aslaug Lyse og Astrid Haugland. Men det er Åshild (70) som toppar statistikken. Ho har "mista" berre eitt år sidan ho tok idrettsmerket fyrste gongen i 1964. Det var året da ha måtte skifta ein hjarteklaff. I år fekk ho eit brot i eit fall, men det stoppa henne ikkje! Og ho har ingen planar om å slutta med å ta merket.

- Eg starta med å ta idrettsmerket då eg bodde i Matre og har teke det her i Uskedalen sidan 1976, fortel Åshild, som må tala å bli kalla ei eldsjel innan idrettsmerkesaka. Ho er ikkje nøgd med den årsrapporten ho no legg fram frå Idrettsmerkenemnda, der ho sit saman med Kurt Haugland og Steinar Kroka.

Oppslutnaden om idrettsmerketakinga har gått attende i bygda i dei seinare åra utan at Åshild kan vise til ein einskild grunn. Det er ikkje minst problematisk å få med yngre folk. I 2006 var det berre åtte kvinner og to menn som klara krava til idrettsmerket. To av dei, Aslaug Lyse og Astrid Lyse, får etter dei nye reglane 40-årsmerket no.

Apropos reglar: Opp gjennom åra har dei dels nytta år og dels poeng under berekinga og vi skal ikkje her freista å tolka det noko kompliserte og varierende regelverket. Vi vil heller minna saman med Åslog:

- Det var stor stas ved utdelinga av Idrettsmerkestatuetten i "gamle dagar"?  
- Jau, utdelinga var verkeleg ei storhending då den var felles for heile landet. Etter å ha nådd opp til 30 poeng, fekk også eg statuetten og det skjedde i Oslo Rådhus. Den alltid smilande ordførar Albert Nordengen stod for utdelinga og kom med ein kompliment for den fine Hardangerbunaden min, minnast Åshild.

Siden har ho fått fleire høgthengande trofear.

Kruset fekk ho i 1978 etter å ha passert 45 poeng og så kom miniatyrstatuetten i bronse, sølv og gull. Statuettklubbens heiderspris kom i 1991 og veteranskjoldet i 2002.

- Å ta idrettsmerket er ein fin måte å halda seg i form på og langt fleire burde nytta den som ei "gulrot", seier spreke Åshild. Ho presiserar at krava er vel tilpassa dei einskilde aldersgruppene og viss ein ikkje får merket første gongen, er det greitt å freista att.

For å få merket må ein klara krava i fire øvingar som er innanfor spenst, hurtigheit, styrke og uthaldenheit. Ein må og minst 20 gonger i det året det gjeld gjennomføra ein fysisk aktivitet som varar i minst ein halvtime. Ein kan velja i eit vidt spekter av aktivitetar og spekteret er utvida i dei seinare åra. Til dømes kan ein nå få godkjendt tre lange fjellturar.

- Er det hard konkurranse mellom dei som toppar statistikken, spør uskedalen.no Åslog.

- Vi konkurrerer framom alt med oss sjølve, men det er jo eit mål for mange å gjera det betre enn krava, er svaret.

Her er lista over dei i Uskedalen som tok idrettsmerket i 2006:

Åshild Sjøwall 48 gonger (år)  
Tordis Myklebust 45 gonger (år)  
Aslaug Lyse 40 gonger (år), 40årsmerke  
Astrid Haugland 40 gonger (år) 40årsmerke  
Steinar Kroka 34 gonger (år)  
Vivik Rimestad 27 gonger (år)  
Ingrid Kroka 22 gonger (år)  
Kjersti Bråtun 21 gonger (år)  
Kurt Haugland 17 gonger (år)  
Ingun Kroka 6 gonger (år)

Av Ola Matti Mathisen