



Jag heter Liselott Salomonsson, är 49 år och har varit medeljympaledare i Sollentunaföreningen sedan 2012.

Jag har tränat på Friskis under hela mitt vuxna liv. Först i Stockholmsföreningen men framförallt i Sollentunaföreningen efter att jag flyttade till Sollentuna 1999. Beslutet att bli jympaledare är ett av de bästa beslut jag tagit. Känslan av att ge och få energi under ett jympapass är superhärligt.

När jag inte leder själv går jag gärna på andras pass och försöker variera min träning så mycket jag kan. Mitt mål med träningen är att förutom att ha roligt, att få en hållbar kropp som är stark och rörlig.

Jag jobbar som studievägledare på Institutionen för Global folkhälsa på Karolinska Institutet i Solna. Det bästa med mitt jobb är alla möten med studenterna och få stötta och motivera i deras studiesituation.

Mina starka sidor är att skapa relationer, organisera, strukturera och att jag har en positiv grundinställning. Jag har två ganska vuxna barn och bor med min sambo i ett parhus i Törnskogen. Jag älskar att gå i skogen på långa hundpromenader.

Att få möjlighet att engagera mig i styrelsen på Friskis & Sveltis i Sollentuna vore roligt, intressant och utvecklande.

Liselott