

## **Nu startar Erik Sanders longboard-resa Sverige runt**

***Tisdagen den 1 maj 2018 kl 12.00 sparkar äventyraren Erik Sander igång sin resa runt hela Sverige på longboard under 120 dagar.***

Resan börjar i Smygehuk i Skåne varifrån han åker med våren längs västkusten upp till Karesuando och tillbaka med sommaren längs östkusten för att sluta cirkeln i Smygehuk i slutet av augusti 2018.

Erik, som är 31 år, är den första som genomför en Sverige-runt-resa på longboard.

Resan runt Sverige sträcker sig över drygt 500 mil, med dagsetapper motsvarande ett genomsnitt på 4–5 mil under de runt 120 dagarna äventyret genomförs.

Erik reser ensam utan följebil och bär resans alla förnödenheter på ryggen. Han sätter upp sitt tält varje kväll och packar ned det igen varje morgon. Resan går i hållbarhetens tecken, det enda avtryck han lämnar efter sig är sina egna hjul- och fotspår.

Resan gör Erik för att utmana sig själv både fysiskt såväl som mentalt, leva ute i naturen och inspirera andra till att genomföra sina drömmar och idéer, sätta sina kroppar i rörelse, reflektera kring sina livsval och utforska Sverige.

”Det är så otroligt enkelt att skjuta på det viktiga i livet, på det vi vill förändra, det vi vill ha mer av, det vi innerst inne vet att vi egentligen vill göra men inte tar oss tid till – det som verkligen betyder något för oss. Vänta inte. Gör det bara. Typ nu kanske – det ska alltid vara svaret på när en förändring skall ske.” säger Erik.

”Kan jag bara få några stycken att ändra på sig, att skapa sig en mer aktiv livsstil är jag supernöjd.” avslutar Erik.

### **För ytterligare information kontakta:**

Ingrid Christensson, 0729 – 37 95 95, [ingrid@littlebig.se](mailto:ingrid@littlebig.se)

Anna G Magnúsdóttir, 070 2616465, [anna.g@littlebig.se](mailto:anna.g@littlebig.se)

[www.sandersadventures.se](http://www.sandersadventures.se)

[www.littlebig.se](http://www.littlebig.se)

För pressbilder och ytterligare info: <http://www.sandersadventures.se/#press>

## Resan i grova drag och ungefärliga datum

- 1 maj Smygehuk
- 2 maj Malmö
- 3/4 maj Helsingborg
- 8/9 maj Göteborg
- 11 maj Vänersborg
- 13/14 maj Åmål
- 16 maj Forshaga
- 18 maj Ekshärad
- 20/21 maj Malung
- 26 maj Tännäs
- 31 maj, 1 juni Östersund
- 5/6 juni Gäddede (Vildmarksvägen öppnar)
- 13/14 juni Sorsele
- 17 juni Arvidsjaur
- 19/20 juni Jokkmokk
- 22 juni Gällivare
- 26/27 juni Karesuando
- 1/2 juli Övertorneå
- 5 juli Boden
- 7 juli Piteå
- 9/10 juli Skellefteå
- 13/14 juli Umeå
- 21 juli Sollefteå
- 24 juli Sundsvall
- 26/27 juli Hudiksvall
- 30 juli Gävle
- 3/4 augusti Norrtälje
- 5/6 augusti Stockholm
- 9 augusti Vagnhärad
- 11/12 augusti Valdemarsvik
- 14 augusti Västervik
- 18/19 augusti Kalmar
- 21 augusti Karlskrona
- 23/24 augusti Åhus
- 25 augusti Simrishamn
- 27 augusti Smygehuk



## Mer om Erik

Erik som alltid varit aktiv och målinriktad, diagnosticerades med Multipel Skleros, MS, när han var 24 men har hittills klarat sig bra trots sjukdomen. Han menar att den största inverkan diagnosen hade var på hans eget ögonöppnande inför något vi alla innerst inne redan vet – att ingenting är givet och allting ändligt.

Efter diagnosen blev Erik än mer intresserad av att ta vara på sin kropp och utnyttja den till sin fulla potential. Vikten av att ha en stark och funktionell kropp borde prioriteras av alla – diagnos eller inte.

Erik har pluggat Biomedicin med inriktning mot träning, byggt och drivit två egna gym och alltid jobbat inom kost- och träningsbranschen. Men nu har han bestämt sig för att ta en ny väg, följa sin kärlek till naturen och de fysiska prövningarna och bli äventyrare på heltid. Sommaren 2017 genomförde Erik en resa runt Island på bräda som ett led i förberedelserna för Sverige runt. Han menar att det inte finns någon bättre tid att sätta igång än just nu.

”För mig står äventyret alltid i första rummet – det är störst av allt. Jag brinner för all typ av träning, älskar naturen och triggas av att tänja mina gränser och se hur långt jag kan nå. Det är svårt att sätta ord på det, jag behöver helt enkelt utmana mig själv, jag behöver vara obekvä, jag behöver ha ett visst mått av osäkerhet inför om det är möjligt – jag behöver ett äventyr” säger Erik.

”Jag är nyfiken och tycker det mesta är ballt, det finns en otrolig rikedom att utforska i vår närmaste miljö och så många människor med spännande bakgrund, kunskaper och livssyn att möta. Sätter man sig ned och börjar prata, visar det sig att varje människa har mycket att berätta. Vilka är vi som bor i Sverige, vad är roligt, vad är viktigt, hur har det varit, hur skall det bli?” säger Erik.

Sverige är ett stort och avlångt land som sträcker sig långt både i norr och söder med mycket varierande landskap, kultur, natur, växtlighet och djurliv. Jag som till exempel älskar mat, vill ha mycket av den och tycker allt är gott, vill få veta mera om matlagning i olika landskap och framförallt smaka på anrättningarna!” avslutar Erik.