

Träningsläger på Fighter Center i Göteborg Göteborg 19-20/9 2009

Text: Mattias Hastler
Foto: Leif Laaksonen



Kl. 08:30 lördagsmorgon stod det ett gäng sugna Taekwon-Do utövare utanför Fighter Center i Göteborg. Vi hade 3 långa pass framför oss. Två pass på lördag och ett på söndag.

De första 3 timmarna lades vikten på att hålla rätt distans till motståndaren och olika typer av förflyttningar. Efter en tung drillning var det lunch som intogs utomhus på Wasagatan.

Andra passet var lite mer uppblandat med grundtekniker, lite självförsvar och kontringar. Det blev en dag med många inspirerande intryck på hur man kan träna Taekwon-Do. Efter 6 timmar träning var det många som såg fram emot soffan där hemma för att hämta nya krafter till nästa dag.

Nästa dag startade 10:00. Full fart från första början. Ingen ide att fundera på gårdagens krämpor. Det blev ett pass fullt av sparringövningar med att utnyttja motståndaren misstag.

Efter en helg med många nya och mer finslipade tekniker blev det några fler verktyg att lägga i Taekwon-Do verktygslådan. Ett stort tack från oss till Arto Ala-Häivälä som höll inspirationen på topp hela helgen.

På lägret fans deltagare från följande klubbar:
Torslanda
Lindome
Kärva
Partille
Fighter

