

Kampläger för barn och ungdomar

Jönköping - 26-27 april 2014

Text och foto: Patrik Carlström



Helgen den 26-27 april anordnade Jönköping Taekwon- do ITF tillsammans med instruktör Patrik Carlström, ett träningsläger för barn och ungdomar i åldern 12-18 år.

Som vanligt när Jönköping Taekwon-do ITF anordnar träningsläger visade sig vädret från sin allra bästa sida. Trots det strålände solskenet var det ett 30-tal barn och ungdomar från sju olika klubbar runt om i Sverige, som begav sig in i träningslokalen för att lära sig mer om taktik och tekniker för att lyckas i kamp.

Lägret leddes av Patrik Carlström, IV Dan, som har många års erfarenhet av att tävla i kamp på den högsta nivån och han har även flera EM- och VM-medaljer i bagaget. Till sin hjälp hade han även sina egna elever Maria Hovelius, II dan, och Zdenka Sekerija, 1 kup.

Lördagens träning handlade mycket om att manipulera distansen till sin motståndare så att man får ett bra läge för att attackera. Deltagarna fick också träna på sidoflyttningar och hur man kan använda sig av det för att ta sig ur en jobbig situation i en match.

Under söndagen fick deltagarna lära sig hur man kan styra sin motståndare i matchen och till exempel stänga in dem i ett hörn. Både under lördagen och söndagens avslutande pass fick barnen testa vad de hade lärt sig i friare former av kamp mot varandra.

Även om de flesta av barnen var lite blyga i början av lägret, släppte detta snart och många lärde känna flera nya vänner från andra klubbar.

Lägret blev mycket uppskattat och trots ganska ömmande fötter på de flesta av barnen var den allmänna uppfattningen att det här vill vi gärna göra om snart igen!





