

Träning med Jaroslaw Suska

Jönköping 11-13 september 2015

Text och foto: Patrik Carlström



11-13 september 2015

Jaroslaw Suska 6 dan besöker Jönköping Taekwon-Do ITF

6 gånger bäst i världen och under 20 års tid bäst i Europa. Suska ett respekterad utövare i hela taekwon-do världen. Jag jämför honom med fotbollens messi. Han är perfektionist i det han gör och är beredd att göra jobbet för att vara bäst. Hur som helst så är han min vän från tiden på läktaren under mina 14 år i landslaget.

Många timmar har jag spenderat på att vänta på min tur att tävla och lika så har det varit för Suska. Man har hunnit prata med många från olika länder och skapat vänner. Men eftersom jag har polskt blod och kan prata polska så har utövaren från polen varit ett mer naturligt val av bekanta sig med under min tid i landslaget.

Suska och jag har många gånger pratat om hur man gör för att utveckla tkd och klubbverksamheten. Han erbjöd sin hjälp med den tekniska biten i tkd för några år sedan vilket jag tog i mot och nu har han varit här i min klubb för andra gången på besök.

Det är med stolthet jag presenterar sabum-nim suska i klubben som vän och utövare.

Helgen blev som väntat stenhårt! Han vill få med det allt och några pauser var ett minne blått! Uppvärmningen på 1h tog nästan kol på våra barn i klubben och de vuxna men de härdade ut och gav aldrig upp.

Vi gick igenom allt från träningsupplägg till detaljer hur handen ska hållas i våra mönster.

Under helgen gav han mig feedback efter varje pass på vad som han anser saknas och vi diskuterade hur och vad som ska förbättras. Mycket visste jag redan om men kanske inte vilken skillnad det kunde göra.

På söndagen bjöd jag in resten av Sveriges utövare från blått bälte eller mer till att träna med Sabum-nim suska. Han fick 2 pass på sig att gå igenom det viktigaste och visst fick alla lära sig nått, men viktigast av allt alla trivdes och hade kul! Jag har fått god feedback från flera håll även Suska har fått mail med tack för hjälpen och träningsvärk : -)

Summering av detta besök är vi planerar redan nu fler besök samt att vi ska åka ner till hans klubb i Polen. De håller på att skapa en flyglinje dit han bor från Skavsta så det värda gott för framtiden. Nu går vi vidare till tävlings säsongen som går igång i okt.



Stort tack till alla som deltog!

Together we fight!
Patrik Carlström