

## Göteborg Open 2012



En något reducerad trupp tog sig till den årliga Göteborg Open.

Väl framme på fredagen promenerade vi till Liseberg för julmarknad och den jättefina och imponerande isdans. För det mesta ser man isdans och konståkning på TV men detta var något helt annat. Det skall ses "Live"! Efter föreställning i lätt duggregn promenerade vi till den nu traditionella restaurangen La Vacca vid Ullevi, där vi vid detta lag kan kalla oss stammisar här. Maten är bra och den nu renoverade restaurangen är trivsamt. Speciellt i rummet med timmerväggarna.

På lördagen körde vi till Aktiviteten i Mölndal, där träning och tävling skulle hållas. När alla stod på mattan var vi 75 deltagare inkl. tränare och ledare. Det känns verkligen som en stor och vänlig familj där alla bryr sig om varandra. Förmiddagens träning bjöd på uppvärmning, lekar, några tekniker och sedan poolindelning efter storlek och praktiskt kunnande. Det gäller att få ihop så jämna grupper som möjligt.

Lunchlåda med spaghetti satt gott i möra kroppar. Sedan var det dags för tävling.

Våra judokas gick vars tre-fyra matcher mot en del nya ansikten. Sam från IK Södra var en rejält stark och bastant kille som orsakade problem för de andra i poolen. Visserligen hade han bara hållit på med judo i sex månader, så det var lite stelt. Men ack så svår han kommer att bli framöver när balansen behärskas.

Jonathan var en av dem som råkade ut för Sam, som han höll ut länge men stupade till sist med skrapsår i ansiktet som minnesbeta efter denna drabbning.

Johan gjorde fina matcher och vann en match på ett klockrent fall. För det imponerande kastet tog han hem bronset.

Daniel hamnade i en tuff grupp med större killar än honom men lyckades ändå erövra silvret. Johanna fick tyvärr lämna walkover på grund av magsjuka, vilket hon var väldigt ledsen för.

På kvällen var det Tacobuffé och disco hos Synskadades Riksförbunds lokal på Majorna. Att hitta dit var ett äventyr, men så är det i Göteborg. Stämningen var hög på dansgolvet när man tävlade i rullstolsbugg.

Söndagen var avsatt till träning och det var en hel del träningsvärk hos många av deltagarna. Om det berodde tävling eller discot kvällen innan är osäkert. Några valde att stå över. Vi tränare från Staffanstorp fick det plötsliga förtroendet att hålla träningspasset. På stående fot gällde det att sammanställa ett varierande träningspass för denna stora grupp. Helst med lekar och övningar som ingen gjort tidigare. Leken med Havet-Bryggan-Stranden var uppskattad, precis som koordinationsövningen att sammankopplade efter varandra ta sig över mattan. Träningspasset gick bra men med lite framförhållning och förvarning skulle det blivit bättre. Den stora fördelen att olika klubbar håller träningen innebär att olika metoder, lekar och tekniker sprids och man får en större variation på träningstillfällena hemma.

Hemvägen till trygga Skåne blev en blöt resa. För en gångs skull hade SMHI rätt i sina prognoser.

Vid tangentbordet  
Bert & Pihl