

## Seminarium med Jaroslaw Suska

### Jönköping, 1-2 september 2012

Text och foto: Patrik Carlström



Först och främst vill jag rikta ett tack till de klubbledare/instruktörer och elever som tog sig an och besökte min klubb och träna med sabum-nim Suska.

För 3 år sedan öppnade jag en Taekwon-do klubb och nu 3 år senare har jag en klubb med ca 100 medlemmar till min glädje. Och nu får vi besök av min vän och flerfaldige Världsmästare Jaroslaw Suska VI. Det är svårt att tro det är sant ibland.

Jag har genom mina år tillbringt många timmar på läktaren som utövare/coach i väntan på matcher på tävlingar världen över. Dessa timmar har många gånger varit långa men även korta fyllda med känslor. Men nu efter dessa år och timmar fick jag betalt. För när man är på tävlingar runt om i världen vinner man garanterat vänner och fina minnen. Även om man inte tar med sig en medalj så tar man med sig ofta enlig min mening större vinster med sig hem som vänskaper och minnen.

Efter senaste EM i våras bestämde jag och sabum-nim suska att han skulle besöka min klubb för han var intresserad och nyfiken på den samt att han ville besöka mig. Vi har ju några timmar bakom oss som vänner på alla tävlingar genom åren vi har varit på samtidigt.

Så till lägret.

Jag trodde ju inte att det var sant för än jag skakade hand med honom i Jönköping suska till min klubb. Vi åkte till klubben där eleverna stod som statyer. Ingen sa ett enda ord. Det märktes att alla var taggade och nervösa. Inte undra på med tanken på vem som hälsade på. Första passet var med full fart direkt! Han frågade mig innan passet om han kunde köra hårt, bara att kör på sa jag med ett leende. Han gick igenom ben tekniker och visade hur de skulle utföras. Det såg ut som det man har sett på Youtube eller film. Fast det är en sak att se på en skärm en annan sak att se live. Inspirationen och motivationen i klubben gick i taket.



Efter första passet var det en annan atmosfär i klubben. Suskas ödmjukhet hade fått folk att slappna av och inse trots hans kaliber och status så var han en vanlig person men som kunde göra väldigt ovanliga grejer bara. Dagen efter var det dags för barnen i klubben att träffa suska. Det märktes även här på de barn som var på plats att de var nervösa. Men trots att jag fick översätta verkade barnen hänga med bra på de mesta. Barnen var också efter detta möte motiverade till att öva hemma. Suska gav mig några idéer om hur jag ska motivera mina barn att utveckla sina tekniker som jag redan har provat på måndagsträningen och det verkade funka, bara att se om det håller i längden.

De två andra passen på lägret med klubbens seniorer skulle bli de hårdaste i ben teknik väg som de någonsin har upplevt. Jag som klubbledare var jag så nervös att jag knapp sov något natten till lördagen. Jag låg vaken och försökte greppa allt han hade gjort med mina elever och vad jag kunde förbättra osv.. Och vad skulle han säga om klubbens mönster/tul.

Jag har upplevt träningen med suska förr och inte blev det mycket annorlunda nu men han har även nya grejer anpassade till dagens tkd. Under mönster passet på eftermiddagen gick han igenom grunderna för vägrörelse och teknik. Det fanns en del att påpeka, men han var inte helt besviken på mig vilket var en lättnad. Om man jämför suskas tekniker med vem som helst finns det alltid nått att förbättra kändes det som. Men jag är motiverad att trycka ännu hårdare på mönsterbiten i klubben. Fast kontentan av det hela är att det är mina elever själva som är mest motiverade. Jag har vissa i klubben som inte gärna tränar teknik, men som nu säger att nu ska det se till att förbättra sina mönster och tekniker för att de har insett att de kan ha användning av det även i sparring. Som instruktör är det mycket tacksamt att höra. =)

På söndagen var det dags för Sveriges Klubbledare att ta sig an suskas träning. Första passet och en stor del av andra passet gick vi igenom alla mönster upp till 3 dan. Vilket var väldigt skönt att få göra för de flesta som var där. Han frågade oss själva vad vi ville ha ut av träningen där alla var överens om att det var tul som gällde. Sista timmen på söndagen var som planerat ben teknik och fotarbete. Alla kämpade på och atmosfären var även denna dag på hög nivå. Efter lägret så hade jag en feedback med suska där han var mycket nöjd med vad han hade sett i teknik väg. Det finns saker att förbättra men överlag så är det en bra nivå på alla som var på lägret. Om min klubb så sa han kortfattat så här. Det märks att mentalitet i klubben finns i klubben som du har. Hur än jag la upp träningen så var det ingen som gav upp. Var det 10 sparkar som skulle göra så blev det 10 sparkar, även om det inte var på min nivå så var det kämpaglöden och viljan att göra rätt som slog mig mest sa suska.

Jag känner att det var ett bra betyg och jag lämnar nu detta läger bakom mig som en stolt instruktör och klubbledare. Men denna helg har gått till ett historiskt ögonblick i Jönköping Taekwon-do ITFs historia.

Åter igen ett stort tack till de som deltog men framför allt till Sabum-nim Jaroslaw Suska VI dan

/ Patrik Carlström IV dan





