

Girlfighters BK

Om klubben

Historik

Girlfighters brottarklubb är en idrottsförening som startades 2012 av två familjer vars passion och kärlek för sporten växt under åren i samband med deras barns utövande och brottarkarriärer. Under början av 2013 startade klubben upp med träningar efter att under våren besökt några skolor och förevisat fristilsbrottning under idrottslektioner. Responsen från förevisning och prova på verksamhet under året har varit mycket god vilket resulterade i en etablerad träningsgrupp med ca 20 aktiva utövare.

Dagens brottning är en modern variant av forntidens kamp mellan två kämpar och sporten har en stolt historia – fanns med på programmet i det antika olympiska spelen i Grekland på 500-talet f.Kr. Inom den moderna brottningen förekommer två stilar, Grekisk-romersk stil och fristil. I grekisk-romersk stil är grepp nedanför höfterna inte tillåtet. Fristilen, som främst utvecklats i USA, innebär även att grepp på benen är tillåtna. I Sverige har vi främst ägnat oss åt Grekisk-romersk stil, men i och med fler och fler kvinnliga utövare så har även fristilen fått fäste. Men tekniken skiljer sig åt, vilket också kräver att träningen måste anpassas till vilken stil man utövar. En hel del klubbar kör fortfarande mycket grekisk-romersk stil på sina träningar vilket medför att man inte får utrymme för att finslipa tekniken inom fristil, vilket är viktigt eftersom tjejer endast utövar fristil.

Idag

Idrottsföreningen Girlfighters BK bedriver brottningsträning, främst fristil, för alla åldrar, men med störst fokus på barn och ungdomar. Vi försöker erbjuda en så mångfacetterad (allsidig, lekfull och åldersanpassad fysisk aktivitet) idrottsverksamhet som möjligt och hoppas att genom det kunna nå en stor andel av vår målgrupp, mätt i aktiva medlemmar. Barn-och ungdomsidrott ska utgå ifrån barnets intressen och behov. Leken glädjen och lusten att röra sig sätts i första rummet och det är sättet vi inom Girlfighters BK vill bedriva vår idrottsverksamhet. Brottning erbjuder en allsidig träning med god allmän fysik, smidig och stark kropp med utmärkt motorik och som med dess träningsform uppmuntrar deltagande i andra idrotter. Vidare är tävling en naturlig del av brottningen och är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor.

Girlfighters BK

Inom klubben arbetar vi för att stärka möten mellan barn- och ungdomar samt att skapa samspel mellan individer, oavsett ålder, livsstil och socioekonomisk tillhörighet. Med brottningen får man gärna en känsla av ett meningsfullt idrottsutövande - där alla räknas och är främjande för både psykisk och fysisk hälsa. Vidare ökar det även prestationen i skolan och den egna känslan av välmående. Så för oss är brottning en utmärkt träningsform med målet att öka känslan av sammanhang som gör att individer får en högre förmåga att hantera utmaningar.

Målgrupp

Även om vår primära målgrupp främst är tjejer 6-17 år (barn och ungdomar) anordnar vi träning för alla åldrar. Viktigt i vår verksamhet är att våra barn- och ungdomars föräldrar får ta del av idrottsverksamheten och på så sätt samtidigt stödjer barnet på ett positivt sätt och fungerar som ambassadörer för vår verksamhet. Antalet aktiva medlemmar i föreningen visar på hur stor bredd klubben har.

Alla som är aktiva och delaktiga i vår verksamhet på något sätt har få men för oss väldigt viktiga förhållningssätt att följa; Vi betar oss på ett juste och icke dömande sätt mot varandra och vi gör det utan alkohol, tobak eller droger.

Vi ser en stor potential och engagemang i vår primära målgrupp och redan nu ser vi resultatet av brottningsens fyra grundstenar – styrka, snabbhet, smidighet och taktik – få genomslag. Det finns inga prestationskrav utan vill man så finns möjligheten att komma till träningar för att röra på sig tillsammans med kompisar. Lika viktig som verksamheten utan krav på prestation tycker vi verksamheten med prestationsmöjlighet är viktigt att förverkliga; träningsutveckling, träningsläger, träningsstävlingar och tävlingar. Dessa utgår från barn och ungdomarnas egna förutsättningar och vilja.

Varmt välkomna att prova på brottning – fristil önskar tränarna och ledarna för Girlfighters BK.

Adress: Norrbygården, Höglundagatan 10.

Girlfighters BK, 2014-02-19