

# Bryteskolen ga økt rekruttering



**PÅ BRYTEMATTA:** Kroppsbeherskelse, balanse og koordinasjon er viktige elementer i bryting. Det vet denne gjengen fra Lørenskog Bryteklubb. **BEGGE FOTO: ANNE-KARINE MIDTSJØ**

**Lørenskog Bryteklubb jobbet seg opp fra bunnen ved blant annet å satse på bryteskole for barn. Ti år senere har det gitt resultater.**

Av Anne-Karine Midtsjø

anne-karine.midtsjoe@rb.no  
63 89 45 91

## SKÅRER

I 1995 lå Lørenskog Bryteklubb (LBK) nede for telling etter at hele klubben hadde raknet. Tilbake sto Chris Borg.

– Jeg ønsket å gjøre noe for å holde liv i klubben som jeg var og er glad i, sier 28-åringen fra Fjellhamar.

Og han lyktes. I dag har klubben over 40 aktive brytere i alderen fra 8 til 25 år.

### Mye lek

Løsningen ble å arrangere bryteskole for barn. Det har Chris Borg gjort hvert eneste år siden 1996. Og de aller fleste som i dag er med som aktiv bryter i klubben, har startet på bryteskolen.

I tillegg har klubben et samarbeid med Løkenåsen skole. Alle elevene i enkelte klassetrinn får prøve seg på brytematta i løpet av skoleåret.

Denne høsten er 28-åringen i gang med en ny bryteskole – med barn fra fire år og oppover. Men det dreier seg ikke bare om bryting – det er mye lek også.

– Det viktigste er at de har det gøy. Jo mer de ler på trening, jo mer positive blir barn til å bevege seg, tror Chris Borg.

### Introduksjon

Elementer som står sentralt i LBKs bryteskole er balanse, koordinasjon og akrobatikk.

– På den måten blir de kjent med sin egen kropp, sier Chris Borg.

I tillegg får de en introduksjon til brytesporten.

– Som avslutning før jul kan deltakerne ta «bryteknappen». Det betyr at de må vise at de behersker de seks grunnleggende brytegrepene. Da får de premie og diplom, forteller Chris Borg.

### Kamerater

De to kameratene Martin Stenrud-Asmyhr (9) og Martin Bergli (8) er blant deltakerne på gruppa for de yngste bryterne. De legger ikke skjul på at bryting er artig.

– Det er gøy å lære seg grepene. Men det aller kuleste er nesten å spille kanonball. Det hender vi gjør det også, nemlig, sier de to Martin'ene, som også går på speideren sammen.



**KAMERATER:** Martin Bergli og Martin Stenrud-Asmyhr.