



KJAPP. Sebastian Aak, Fremad-Hurdal, var kjapp på Hafjell. Unggutten er alpinist, bryter og fotballspiller.

Kjapp, sterk - og ung

Sebastian Aak synes det meste er morsomt. Han er alpinist, deltok i landsfinalen i bryting sist helg og spiller fotball sommertid.

PER ERIK PAULSEN
pekk@eub.no
63 92 26 75

For en tid tilbake var Sebastian på Hafjell. Unggutten, som er bosatt på Eidsvoll Verk, kjørte ned til en annen og en tredjeplass i henholdsvis slålåm og

storslålåm.

Sebastian er medlem av Fremad-Hurdal i alpint, og har sin far, Preben, som trener. Påfølgende helg deltok Sebastian i et brytetestevne i Fredrikstad og endte opp på tredjeplass.

I innledningskampen vant han over en polsk utøver og i bronsefinalen seiret han på fall-over en Kolbotn-bryter.

Sist helg deltok han i et landsfinalen i bryting og fikk mange positive tilbakemeldinger fra brytetreneren, sjøl om han tapte sine to innledningskamper.

På sommerstid spiller han fotball for Eidsvold IF.

BRYTING ER MORSOMT

– Bryting er det mest morsomme. Da får jeg bruke hele kroppen, sier Sebastian, på spørsmål om hvilken idrett han liker best.

– I alpint synes jeg det er mest morsomt å kjøre slålåm, hvor det er mange porter, sier Sebastian.

– Hvorfor akkurat bryting?

– Det var pappa som mente at jeg at jeg burde prøve en annen idrett i tillegg. Og jeg er glad for at han gjorde det. For bryting er kjempemorsomt, sier Sebastian.

– På fotballbanen er jeg forsvarsspiller, slår unggutten fast.

ALLSIDIGHET VIKTIG

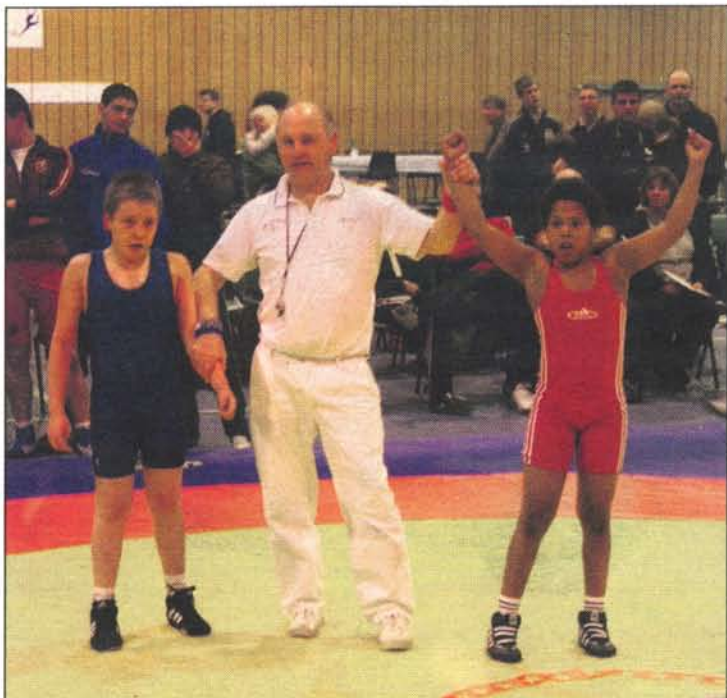
– Allsidighet er avgjørende viktig for unge idrettsutøvere. I den motoriske gullalderen, som jeg regner fra sju til 11-12 år, har man best forutsetninger for å utvikle evnen til å koordinere bevegelsene, sier pappa Preben Aak. Sjøl er han tidligere aktiv alpinist, og alpin-trener.

– Det å trene opp kroppsbeherskelsen og balansen er viktige grunnleggende elementer uansett hvilken idrett Sebastian velger i framtida, sier Preben.

– Sebastian trener fire dager i uka i tillegg til konkurranser i helga. Er han sliten, så har vi aldri problemer med å hoppe over ei økt eller en konkurranse, sier pappa Preben.

Det er fortsatt en del konkurranser igjen før fotballen overtar Sebastians oppmerksomhet. Blant annet skal familien Aak til hytta i Sirdal og besteforeldrene i Stavanger. Brytesesongen fortsetter med Lørenskogstevnet i april, før det hele avsluttes i Göteborg i mai.

Og deretter overtar fotballen...



JUBEL. Sebastian Aak jubler etter seieren i bronsefinalen i bryting i Fredrikstad.