

#RookieTilRockstar – Fortællinger om vores landsholdspringere og deres vej fra Rookie til Rockstar

I denne artikelserie kan du lære vores landshold i de forskellige discipliner lidt bedre at kende og få et indblik i deres vej fra begynder til elitespringer. Denne gang handler det om disciplinen Præcision (Præc.), hvor Torben Glud fortæller lidt om det at være på præcisionslandsholdet.



Hvornår og hvordan startede du med din disciplin?

Jeg startede med at springe d. 25. august 1984, og kom med på det der i gamle dage hed Ungdomslandsholdet i Stil og Præcision. Jeg var med på den første 3 ugers træning med alle de andre ungdomsspringere og landsholdsspringere i marts/april 1985 i Frankrig.

Har du haft særlige mentorer eller rollemodeller, som har haft betydning for din udvikling som springer?

Det hele gik ret hurtig i starten, fordi jeg havde nogle super rollemodeller i Mike Petersen og BS Christiansen, som hjalp og guidede mig hele vejen igennem. I starten var det specielt BS, som hentede mig hos mine forældre, og kørte mig til Aars (NJFK) stort set hver weekend, og samtidig hjalp mig med at pakke de runde skærme, som der skulle udføres 55 spring i, inden der kunne springes i 4-kantet skærm. Det gik så hurtig og jeg fik så meget hjælp, at jeg ikke nåede at få pakkecertifikat til nogen af de runde skærme :-). Efter en masse træning og

Om disciplinen

Præcision handler om at være præcis i sin landing.

Fra dit allerførste spring er et af målene at styre skærmen, så du lander så præcist og kontrolleret som muligt, og det er lige præcis det, præcisionsspring går ud på i forfinet grad – her skal man nemlig forsøge at ramme en to-krone med sin hæl! Præcision er den ældste konkurrencedisciplin og Danmark har en lang tradition for at være med i toppen på internationalt niveau.

Du kan læse mere om disciplinen [lige her](#)

konkurrencer deltog jeg til mit første VM i Slovenien i 1990.

Hvad motiverer dig til at bruge tid og ressourcer på træningen?

Det er fedt at se at alt vores træning udmønter sig til gode resultater i den sidste ende, og så er det selvfølgelig fedt at være sammen med de andre springere som med tiden selvfølgelig også, er blevet mine gode venner.



Hvad synes du er særligt fedt ved din disciplin?

Når man har opnået et vist niveau (lært at styre skærmen hen i nærheden af el-disken hver gang), begynder det at være oppe i hovedet det hele foregår. Det er f.eks. vigtigt, at man ikke bruger for meget energi på at flyve faldskærmen ned til el-disken, da man så ikke har 100% koncentration til at sætte hælen på den elektroniske skive, som kun er 2 cm. i diameter. Nogle gange har man haft verdens flotteste finale og sætter så alligevel hælen ude på 2-3 cm. (hvilket inden for vores disciplin er en ude landing, når vi deltager i internationale konkurrencer.



OBS: Den herre der vandt individuel præcision i Bulgarien i 2018, havde en SAMLET afvigelse på 4 cm. efter 10 spring). Omvendt kan man nogle gange have en forfærdelig indflyvning ned til el-disken og ende med at ramme alligevel. Her kan det at arbejde med en selv være meget inspirerende og givende, og det er utrolig hvor meget mentaltræning, og bare det at se en masse spring, kan hjælpe os i vores disciplin.

Samtidig synes jeg vi har et rigtig godt sammenhold springerne imellem og samtidig et rigtig godt forhold til vores dommere. Der er ikke noget bedre efter en konkurrencedag eller træningsdag, at evt. grille og hygge med de andre :-).

Hvad er din største drøm og mål?

Det kunne være rigtig fedt på et tidspunkt at komme til at stå på skamlen til et VM, som er hvert andet år eller en af de store World Cup konkurrencer, som der typisk er 6 af om året. Enten som hold eller individuel. Dette er realistisk inden for nærmeste fremtid, med de træningsredskaber vi kommer til at tage i brug i år.



Hvad er dit råd til håbefulde og måske kommende landsholdspringere?

Som i alt andet, kommer man rigtig langt med ydmyghed, godt humør og så have øjne og ørerne åbne. Samtidig har vi en mentorordning, hvor man kommer under vingerne på en af de etablerede præcisionsspringere, som gerne hjælper med gode råd og anbefalinger til f.eks. hvordan man kommer i gang med at springe præcision, hvilken skærm kan jeg starte i, hvilke træninger er bedst for mig at deltage i, hvordan gør jeg dit, og hvordan gør jeg dat. VI VIL RIGTIG GERNE HJÆLPE.

Kontakt AU repræsentant Peter Dam Madsen for at høre mere på tlf. 2080 7200 eller mail: pdm@asetek.com, og hør mere om hvordan du kan blive en del af mentorordningen.