



## Trenerrapport 2019

### Mellompartiet

Mellompartiet har i løpet av 2019 blitt en utrolig fin gjeng. Det er fin treningsmentalitet og sosiale bånd mellom utøverne.

Vi er nå 18 utøvere på mellompartiet fordelt på utøvere fra 10 – 15 år. Flere utøvere har hatt merkbar fremgang det siste året og prestasjonene er gode.

Det er nå tre organiserte brytetreninger i uken; Mandager, tirsdag og torsdager. Planen fremover er å starte med organisert styrketrening med fokus på teknikk og oppbygging av utvalgte utøvere. På fredager er det valgfri fristilstrening med Ali for de som vil.

#### Landsmesterskapet / Norgesmesterskapet 2019

Islam Kagirov tok sølv i G12 30kg etter 2 seire og tap i finalen  
Casper Elverhøi ble norgesmester i G12 33kg etter 4 strake seire + kåret til stevnets beste bryter.  
Victor K. Michelsen brøt seg til en 5.plass i G12 37kg etter 2 seire og to tap  
Jard Even Aaseby tok 4.plass i G12 41kg etter 1 seier og 3 tap  
Hjalmar Menne tok gull i G12 50kg etter 3 strake seire  
Mathilda Graven tok bronse i P12 50kg etter 1 seier og 2 tap  
Elijah Aanes Neve tok 4 plass i G15 38kg etter 1 seier og 2 tap  
Daniel Bajan Skog tok 4.plass i g15 41kg etter 2 seire og 2 tap  
Ayan Halim brøt seg til en bronse i G15 52kg etter 3 seire og tap i finalen  
Aleksander Svendsen fikk 10. plass etter 2 tap  
Marius Grothe Karlsen tok 4.plass i G15 57kg etter 2 seire og 2 tap  
Victor Asak ble norgesmester i G15 75kg med seier i finalen  
Oliver Svendsen tok sølv i G15 85kg etter tap i finalen

**OBK ble Norges beste klubb totalt sett med samme poeng som 2 andre klubber**  
**OBK ble Norges beste klubb for guttebrytere**

Trenerteamet har bestått av Kjell Karlsen, Robert Sollie og Rune Pedersen Murby

Vi ser frem til et nytt spennende år for mellompartiet – dette blir bra!

Hilsen - Kjell Karlsen, Robert Sollie og Rune P. Murby