

udspil lokalt



Freestyle Fodbold
- en mand og hans bold
Læs side II og III



Freestyle fodbold - En mand og hans fodbold

Bolden ruller hen over kroppen, hvorefter den legende let hopper mellem ryg, ben, arme og hoved. Kroppen tilhører Lars Munck, der er en af de bedste freestylere i Danmark. I uge 32 er han også instruktør på den første Freestyle Fodboldskole i Danmark.

Det ser let ud, når bolden bevæger sig over kroppen, men der ligger mange timers træning bag at kunne holde bolden kørende i så lang tid ad gangen, som Lars Munck kan.

"I vintersæsonen bliver det ikke til så meget træning, men når foråret kommer, og jeg kan være udenfor, træner jeg mellem 1 time til 1½ hver anden dag", fortæller Lars Munck.

Bold på nettet

Freestyle Fodbold gælder om at vise de vildeste og fedeste moves med en fodbold. For det meste uden at bolden rører jorden, mens kroppen roterer. Bolden bliver jongleret, og hele kroppen bruges som platform. Sporten vinder mere og mere fremblandt andet på grund af Youtube.

"Vi bruger nettet rigtig meget. Både til at se andres moves i ind- og udland og til at få hinandens vurdering af det nye, man selv har fundet på", fortæller Lars Munck og fortsætter: "Det var også en video på Youtube i 2006, der gjorde, at jeg selv blev interesseret i at spille Freestyle Fodbold. Jeg havde spillet traditionel fodbold i nogle år men stoppede, fordi jeg blev træt af, at man sad der og ønskede, at andre spillede dårligt, så der blev plads til en selv på banen."

Laudrup & Høeg og Lars

Der gik tre år, fra Lars Munck så den første video med Freestyle Fodbold, til han i 2009 fik lagt en video op med ham selv på Youtube. Videoen blev set af Kristoffer Licht, der selv

spiller Freestyle Fodbold. Og så gik det stærkt:

"Kristoffer Licht spurgte, om jeg ville stille op til Laudrup & Høeg Street i Odense. Her mødte jeg andre freestyle-spillere, der igen inviterede til andre events", fortæller Lars Munck og fortsætter: "Da jeg så de andre freestyle-spillere tænkte jeg, at det der, det kan man ikke. Men jeg blev stædig og øvede og øvede".

Vi er venner

Lars Munck's stædighed har gjort, at han i dag er blandt de bedste i Danmark. I de sidste tre år har han arrangeret Meets i Sorø. Meets er en form

for opvisning for Freestyle-spillere indbyrdes. Hen over en weekend viser de hinanden deres moves, og giver fif til, hvordan nye moves er blevet til. Ifølge Lars Munck vil freestyle-spillere kun hinanden det bedste, også selvom de kan komme til at konkurrere mod hinanden på et tidspunkt. Og det er noget af det Lars Munck vil lære de børn, der deltager på DGI Midt- og Vestsjællands Freestyle Fodboldskole til august:

Freestyle fodboldskole

"De skal lære, at freestylekulturen handler om, at man kun vil det bedste for ens kammerater, at man hjælper hin-



Freestyle er lidt en "lonely ridder" sport. Man øver og træner for sig selv, og på de tidspunkter, der passer en selv – det er med til at gøre sporten interessant for Lars Munck.

anden til at blive dygtigere", fortæller Lars Munck, og fortsætter: "Jeg glæder mig til at vise, hvad Freestyle Fodbold går ud på, men det bliver også en udfordring, fordi jeg kommer til at gå mod freestyle-principperne, der handler om, at man gør det man kan i sit eget tempo, og ikke "nu gør du sådan og sådan, ellers ...". Men det bliver nødvendigt, når nu børnene skal lære basisteknikken, så de har noget at arbejde videre på".

Lars Munck håber, at der blandt de, der kommer på Freestyle Fodboldskole i Sorø, er et par stykker, der vil "hoppe" med på Freestyle Fodbold. Pt. er der kun otte rigtig gode spillere i Danmark, og han syntes det kunne være cool, hvis der er flere til at udbrede sporten og endnu flere at konkurrere med og mod.

Fakta om Freestyle

- Freestyle Fodboldskole afvikles i samarbejde mellem Lyngby-Broby IF i Sorø og DGI Midt- og Vestsjælland. Det sker i dagene fra torsdag den 8. til lørdag den 10. august 2013, alle tre dage kl. 9-15.
- Moves er at vise de trick, man kan.
- Ifølge Lars Munck har Freestyle Fodbold sin oprindelse fra en Street fodboldspiller i Holland, der i forbindelse med en kamp begyndte at lave vilde tricks med bolden.
- Sorø Meets afholdes hvert forår på LBI's område. Meets er et forum, hvor freestyle-spillere viser hinandens tricks. Meets

foregår henover en weekend. Der er intet program, man går til og fra, som man selv har lyst. Spillerne er typisk i gang fra morgen til aften.

- Lars Munck er allerede gået i gang med at arrangere Sorø Meets 2014. Til næste års vil han have konkurrencer indlagt for at gøre det mere attraktivt for udenlandske spillere at komme til Sorø. I år var der spillere med fra Sverige, Finland og Tyskland.

- Lars Munck har været til Meets i Sverige, Norge, Polen, Amsterdam og Tjekkiet. Til efteråret skal han til Tokyo og Prag.

- Hvis du vil se Lars Munck i aktion sammen med

vennen Simon Atli Larsen, så søg på MS freestyle på youtube. (<http://fodbold-2006.wix.com/msfreestyle>)

- Red Bull er Freestyle fodboldens Danmarksmesterskab. Red Bull Street Style-konceptet er enkelt: Tre minutter, to spillere og en bold. I hver duel konkurrerer to deltagere en mod en, og de har 30 sekunder ad gangen til at vise de bedste og mest kunstneriske moves. Der konkurreres til lyden af breakdance- og hip hop-musik på en rund scene med en diameter på syv meter. (kilde: dinby/århus)

Lars Munck er en del ude til firmaarrangementer og konfirmationer. Han tror, at det er fordi Freestyle Fodbold er publikumsvenligt, at det er blevet populært til fx firmaarrangementer.



Få Freestyle Fodboldskole i din forening

Vil din forening have en Freestyle Fodboldskole? Kontakt idrætskonsulent Christian Abildgaard på 7940 4663 eller christian.abildgaard@dgi.dk