**Intresset återupplivades i Mariefred**

**Som sjuåring började han brottas men la sporten på hyllan för karriärens skull som 22åring. Ett par år senare började han träna ungdomsgrupper i Stockholm och nu har Robert Toth flyttat till Strängnäs med sin familj och valt att träna gruppen på Arbes AoBK i Mariefred.**

**Hej Robert! Berätta om din brottarkarriär?**

– Jag började brottas när jag var sju, det var pappa som släpade med mig till träningen. Jag slutade femton år senare, för när man fyller 22 år börjar man tävla som senior och det är då man får ställa sig till om man vill skaffa sig en karriär utanför brottningen eller lägga ner sin själ i sporten och träna två gånger om dagen för att se resultat. Men under de här åren hann jag vinna lite priser inom Junior-SM, jag har vunnit ett femtontal tävlingar under mina år. Mitt uppehåll varade till jag fyllde 29, då blev jag ungdomstränare i Spårvägens BK i Stockholm.

**Vilka brottas?**

– Det är lite som att dansa balett eller spela fotboll; det passar inte vem som helst att brottas. Men samtidigt är det en perfekt allround-sport för att träna upp kroppen; jag ser gärna att det kommer ner fotbolls- eller hockeyspelare som kanske inte har byggt upp styrkan i hela kroppen under sina träningspass. Det är som sjuåring man ska börja prova på sporten, tycker jag, för då är man hyfsat mogen i huvudet. Det är en hård idrott och man måste vara lite vaken; man kan inte ligga och sova på mattan för då har man snart någon över sig. När jag tog med min son till träningen för att han skulle få se hur det såg ut tyckte han att uppvärmningen verkade vara så hård, så han sa att han inte ens ville prova. Det måste man tänka på; sjuåringar är inte vuxna, de är fortfarande små. Men man kan formas till man eller kvinna redan i den åldern, så just då är det bra att börja. Vi har ett fåtal tjejer i gruppen här i Mariefred, och man märker att tjejer ofta är starkare, smartare och snabbare än vad killar är i den åldern. Majoriteten av gruppen är killar idag, vi hade tyckt det vore jättekul om fler tjejer kom och provade på att brottas.

**Hur kommer det sig att du blev tränare i Arbes AoBK?**

– Det var främst att min son kommit upp i den åldern nu. Jag blev överlycklig när jag hörde att det fanns en klubb i Mariefred, det var ett perfekt tillfälle att ta upp intresset och sporten igen, det fanns verkligen en anledning att åka ner och börja träna gruppen där. Mariefred är en liten stad och vi har bara en träningsgrupp, i den går barn från sex till femton år vilket egentligen inte är idealiskt; tänk en kille på 22 kilo mot en på 70. Men vi är tre tränare som har ögonen på dem och kan ta de mindre åt sidan. Det är ju inte världens största yta vi tränar på men lokalen är fin, nymålad med en ny matta. Brottningen är ju en källarsport från början så jag ser charmen i att Arbes AoBK ser ut som den gör. En nackdel med små klubbar är annars att vi bara kan träna barn och ungdomar; vuxna får söka sig vidare.

**Vad är roligast med att träna ungdomar i brottning?**
– Det är ju särskilt kul när det går extra bra för några. Vi har ett par killar som var sju-åtta år när de började träna hos oss, och nu vann de SM! Sedan kanske de går vidare och lyckas vinna VM, då känns det jättekul att de har tränat hos oss en gång, så man får sträcka på ryggen och känna att de ju lärde sig sina första grepp hos oss. Det är kul att se när de börjar tävla, vilket man gör ganska tidigt i brottning. När man sedan ser att barnen tar ett grepp som man har lärt dem blir man stolt, det är så roligt att se hur de utvecklas. Det finns inget roligare!

**Faktarutan**

**Namn:** Robert Toth

**Ålder:** 39 år

**Familj:** Fru och tre barn, två hundar och en häst

**Bor:** I Strängnäs

**Uppväxt:** I Huddinge

**Fritidsintressen:** Familjen och hundarna

**Favoritmat:** Sushi

**Senast lästa bok:** Hundcoachen av Fredrik Sten

**Önskeresmål:** Costa Rica!

**Livsmotto:** Lev i nuet och ta det som det kommer