



Anna Bernholm, till höger, har rest runt med sina klubbkamrater på flera träningsläger. FOTO: Frövi Judoklubb

Anna toppar formen till VM: "Åker dit för att vinna matcher"

Publicerad: 25 augusti 2017

Författare: Hannes Feldin

Nästa fredag går hon upp på mattan och tävlar vid judo-VM i Budapest. Inför mästerskapsäventyret har Anna Bernholm en sista vecka till att förbereda sig - för LindeNytt berättar hon om sina förväntningar.

Om en vecka startar judo-VM i ungerska Budapest. Anna Bernholm gör då sitt femte framträdande på den yttersta internationella scenen och förberedelserna är det inget

fel på. Frövi Judoklubbs stora affischnamn har under sommaren vässat formen inför mästerskapet, med flera goda resultat på de europeiska tävlingarna.

- Det känns bra tycker jag. Vi hade det sista lägret förra veckan, det var riktigt tufft. Sen har vi så klart träning hela vägen fram till mästerskapet. Det känns verkligen som att jag är på väg mot en toppning, berättar Anna som lagt upp hela träningsåret med fokus på VM.

- Jo exakt, först var det en ren toppning mot EM i våras. Det är EM och VM som är de två stora tävlingarna det här året.

Resultaten har gått uppåt - flera pokalplatser

På måndag reser Anna tillsammans med det svenska judolandslaget till Ungern. För 26-åringens del är det på fredagen som det är dags att kliva upp på mästerskapsmattan, då damernas -70 kilo avgörs. På meritlistan har hon en rad internationella tävlingar och mästerskap och det är en erfarenhet som kan bli viktig.

- Varje tävling är ju annorlunda den andra. Jag kör en lite annan judo nu jämfört med första gången jag var med i VM. Sen har man en fördel av att ha varit med på en stor tävling innan, då vet man hur allt fungerar runt omkring, resonerar Anna.

2017 har så här långt varit ett resultatmässigt bra år för Lindesbergsatleten. Efter att ha inlett med ett gäng bittra femteplatser har det gått uppåt för Anna, med flera pallplatser och pokaler från tävlingarna. För ett år sedan bytte hon viktklass från -63 till -70. Anpassningen har gått bra för Anna Bernholm, som reser till VM i Ungern med tydliga målsättningar.

- Det är att gå så många matcher som möjligt, om man ska se det väldigt brett. Men jag åker dit för att vinna matcher och så får jag se hur långt jag tar mig.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/anna-toppar-formen-till-vm/>