

**Du skal ikke være alene om at nå dine mål og indfri dine ambitioner.**

Undertegnede vil hermed gerne på det varmeste anbefale Peak Clinic, hvor vores kontakt person primært har været Per Geisby.

Min søn, Troels Buch Christensen (årgang 1993), har været på Judo Landsholdet for Cadetter/Juniorer siden 2008.

Grundet ambitioner, krav og niveau, var Troels på et tidligt tidspunkt nødt til at intensivere turneringen i væsentligt omfang. Dvs. fra almindelig træning 2 gange om ugen, til 3-4 gange judo træning, samt fitnesstræning 2-3 dage om ugen, hvilket var særdeles vigtigt og krævende.

Per er særdeles kompetent til at vejlede og give gode råd, samt opstille træningsplan og metoder:

- Træningsmetoder blev tilpasset Judo'en og det høje aktivitetsniveau.
- Skadesforebyggende opvarmning og strækøvelser.
- Ernæringsråd og vejledning
- Bedømmelse og vurdering af skaders betydning og varighed.

Per og Peak Clinic, har været en uundværlig og stor hjælp og støtte for såvel udøver som forældre.

- Udøveren for kvalificeret råd, hjælp og vejledning, der ikke kan fås i hverken fitnesscentre eller hos egen læge.
- Udøveren får konkrete "arbejdsplaner" og værktøjer, også alternative træningsmetoder (effektive)
- Forældrene får ligeledes hjælp og vejledning af en kompetent person, og står ikke alene med en (elite) sportsudøver.

Judo Klubben Tomoe i Kolding har haft tilknyttet to personer, med stor effekt. I sæsonen 2010-11-12 påregner vi at ville tilknytte yderligere 2-4 landsholdskæmpere fra klubben.

Min søn nåede målet - EM 2009 .... han sled, slæbte og gav althvad han havde i sig, men det nåede han trods alt ikke uden et godt bagland som Peak Clinic.

Skulle der være spørgsmål er De altid velkommen.

Preben Buch Christensen

Forælder, træner og coach.