



KENDO & KENJUTSU

Hej! Nu är det dags igen för ett nytt nummer av Kendo & Kenjutsu. Det har hänt en hel del sen det förra numret kom ut för drygt två månader sedan. Vi har tävlat i Saltsjöcupen, deltagit vid två träningsläger i Malmö, hållit graderingsläger och har just nu i skrivande stund en gubbe i Japan som försvarar fosterlandets och klubbens färger i 1979 års världsmästerskap i Kendo. Det är verkligen roligt att jobba med en klubb, när man märker att det finns intresse och respons hos medlemmarna samt en vilja att ställa upp vid läger och tävlingar. Intresset är till och med av den graden att vi tycks vara landets aktivaste Kendo-klubb trots att vi numera huvudsakligen sysslar med Kenjutsu, jojömän.

Nog om detta, nu är det hösten det gäller. Det betyder nya tider, avgifter och nybörjare. Viktigast av allt när det gäller föreningsarbete är nyrekryteringen, skulle man försumma denna kommer föreningen mycket snart att vackla eftersom dessa nybörjare utgör själva grunden för verksamheten. Nybörjaren ger till att börja med ett ekonomiskt tillskott i kassan och efter en eller ett par terminer har hon/han helt plötsligt blivit en avancerad träningspartner som man kan utbyta erfarenheter med vid framtida träning. Hösten -79 kommer vi att satsa på två kurser, d.v.s. mellan 30 och 40 nya medlemmar. Känner Du någon som är intresserad, se till att han/hon anmäler sig medan det finns platser kvar. Det flygblad som vi kommer att trycka upp, ser Du här intill. Hjälp oss att sprida det, på jobbet, i skolan, på stan etc. Det kommer att vara färdigt för spridning i vecka 34.

Till sist ett tips, läs Gunillas jättetrevliga rapport från Malmö-lägret.

Ha det så bra!

Kjell S.

SAMURAJ?!

Samurajväsendet existerar inte längre, men dess traditionsrika vapenkonster lever vidare. I KENJUTSU-systemet tränar vi flertalet av dessa, på fyra olika nivåer. Tidigare års överfulla nybörjarkurser gör att vi till hösten 1979 utökar till två kurser, med start den 11 och 13 september.

Dessa datum börjar höstens nybörjarkurser i KENJUTSU (klassisk KENDO). På kurserna lär Du Dig samurajernas sätt att handskas med svärdet, som på deras tid var ett måste för att överleva, men som idag tränas för att utveckla och stärka såväl fysiska som psykiska egenskaper såsom tanke- och handlings snabbhet.

Kurserna som ger en grundläggande teknisk färdighet med det japanska svärdet (vi använder träsvärd under träningen) kostar 245 Kr och innefattar kurslitteratur samt lån av utrustning och ger även inblick i japansk historia och filosofi.

Några axplock ur kursinnehållet:

- Bushidobegreppet
- Grundläggande fallteknik (ukemi)
- Zen-buddism
- Reigi
- Kiai
- Jo-jutsu
- Iai-jutsu
- Svärdskonstens filosofi
- Strategi

KURSDATA

Tid: Grupp 1: Tisdag 18.00-19.30
11 september - 11 december
Grupp 2: Torsdag 20.00-21.30
13 september - 13 december

Plats: Vällingbyhallen, invid T-banestationen Vällingby.

Pris: 245 Kr att betalas per postgiro 85 24 94 - 4 eller vid första träningstillfället.

Anmälan och upplysningar telefon 89 98 54.



KENJUTSU

BUDOKWAI-STOCKHOLM

NYTT I KORTHET

SALTSJÖCUPEN den 19 maj samlade många tävlande från Stockholm och Malmö. Från Budokwai deltog Per Flood, Gunilla Hansson, Hans Lundberg, Lena nart Ringdahl samt Erik Walberg. Segrade gjorde Leif Svensson Sr. från Malmö efter att ha besegrat Hans Lundberg i finalen. Dömde gjorde Johan Appelberg och Anders Markie från SSBK samt Kjell Söderström från BKW.

TRÄNINGSLÄGER I MALMÖ för Roald Knutsen och hans hustru Pat var det den 24-27 maj. Kendo, iai (trad.Omori-Ryu) samt naginata tränades. Deltog från BKW gjorde: Mikael Bornholm, Östen Ehrstedt, Gunilla Hansson, Fredrik Norberg, Lennart Ringdahl, Kjell Söderström och Erik Walberg. Läs separat artikel.

TRÄNINGSLÄGER I MALMÖ för John Gibb var det den 2-4 juli. Naginata, iai (modern Omori Ryu) samt kyodo tränades. Mikael Bornholm och Kjell Söderström deltog.

GRADERING i Kenjutsu skedde i Vällingby den 22 maj. Samtliga deltagare klarade proven. Godkända till 1:a graden: Mark Basigara, Per Bjerlow, Lars Bäckstam, Thomas Göransson, Leif Hermansson, Niklas Hammarström, Stefan Forslund samt Sören Jakobsen. Godkända till 2:a graden: P-O Björn, Mats Dérans, Dennis Ehrstedt, Per Flood, Gunilla Hansson, Robert Sjöberg samt Erik Walberg.

VM I KENDO går av stapeln 4-5 augusti i Sapporo, därefter följer en veckas internationellt träningsläger. **Hans Lundberg från BKW är med i den svenska truppen.**

RIKSINSTRUKTÖR har utsetts av SBF:s kendosektion. Kinichi Kamiyasu har kontrakterats för tio träningar i månaden under ett år. Landets klubbar har möjlighet att boka honom vid behov.

SOMMARTRÄNINGEN flyttas fr.o.m. Onsdagen den 15 augusti till Vällingby. Träningen kommer då att pågå i denna hall kl. 20.00-21.30 t.o.m. den 5 september, varefter vi övergår till det ordinarie schemat. Detta schema hittar Du på sista sidan av detta nummer. Spara det!

AVGIFTER för hösten, vill vi ha in så snart som möjligt. Träningsavgiften är fortfarande 195:- och Du kan betala ner postgiro 85 24 94 - 4 eller kontant till instruktören. Du som har påbörjat någon av våra nybörjarkurser, men inte har kunnat fullfölja densamma har rätt att delta i någon av höstens kurser till det lägre priset 195:-. Men Du måste anmäla Dig i tid, medan det finns några platser kvar.

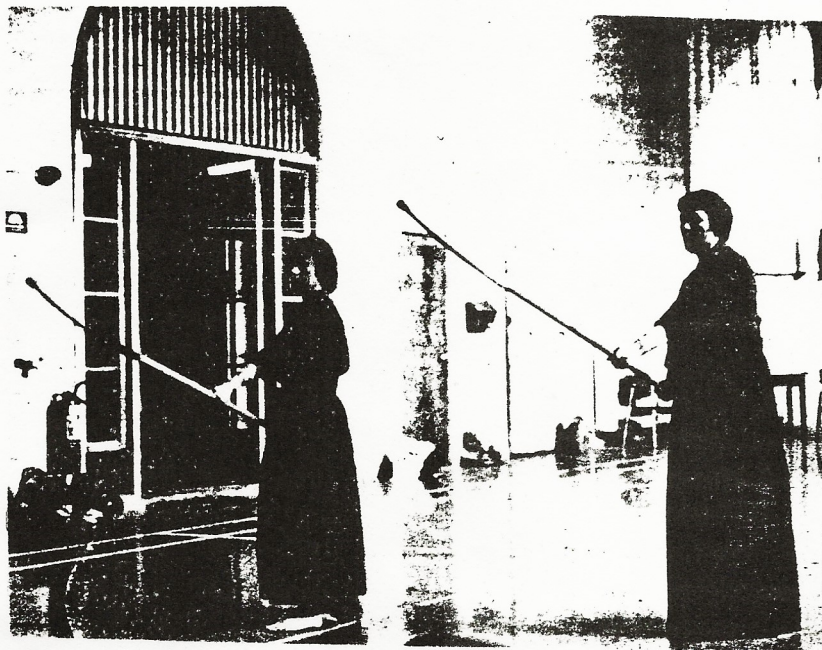
SM I KENDO en påminnelse om denna tävling, som vi håller i Vällingby Lördagen den 13 oktober.



TRÄNINGSLÄGER I MALMÖ av Gunilla Hansson

med Roald Knutsen och hans fru Pat, var det under Kristihimmelfärdshelgen. 7 budokwaiare, 1 student och 1 supporter stoppade in sig i en Ford transitbuss med fullt lass. 1 st rustning åt var och en plus ett otal bambuspröt och pinnar av olika slag. Hela resan började med en rundtur genom Stockholm för att hämta sånt som hade glömts: t.ex. träningskläder, Fribee, glasögon. Hade vi kommit 2 min senare till macken där Leif väntade, så hade han inte väntat. Så småningom var vi i alla fall på väg, med stickning i näven och punkmusik dånande i öronen. Efter fika-paus var vi inte sena längre, utan tidiga, först på vägarna. Och först till centralens restaurang i Malmö. Trekart eller så före öppningsdags. Stor frukost, sen fick jag förtroendet, som varande piggast, att ringa Leif Svensson Stor. Han mötte oss, och visade oss till sin lägenhet som vi fick husera i. Fram med sovsäckarna och sov.

På eftermiddagen fick vi träffa den Store, hans fru samt Mr Chadwick. Och så Malmöiterna förstås. För första gången på väldigt länge var jag inte ensam i damernas omklädningsrum. Pat fanns där och en Malmötjej, som tränade naginata, Pat's specialitet. På söndagen fick jag möjlighet att prova på just



Naginata-övning

naginata som varit kvinnovapnet framför andra. Den övriga träningen var uppdelad i Kendo och Iai. Jag tyckte nog kendosträningen var hård, men lärde mig bl.a. att det är viktigare att fullfölja tekniken än att hänga med i tempot. Fast att hålla både tempo och göra tekniken riktigt är ju bäst! Efter att ha upptäckt att Iai-övningarna i de flesta fall skedde stående kunde jag vara med på det också. Men jag var nog den enda som bara hade bokuto, och det ger inte riktigt samma effekt som att ha balja och klinga. Malmöiterna gjorde inte som vi, utan antingen deltog man i kendo eller iai.

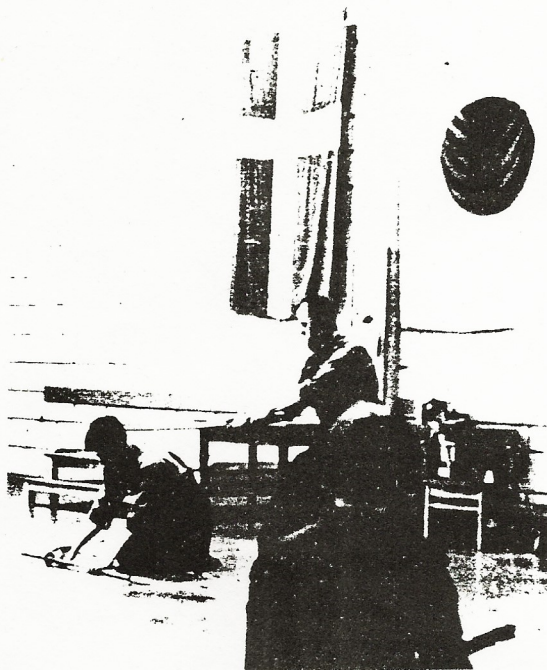
En kväll var vi bjudna till en av iai-killarna. Ett toppenställe utanför Lund. Ett gammalt fint hus, med dålig värme. Mat och dryck och mycket snack! På lördagen skulle vi fara till Köpenhamn hade vi tänkt. Försökte beställa biljetter på morgonen, upptaget. Vi åkte iväg. Stod i kö ett tag. Biljetter fanns endast till nästa avgång kl. 12.30. För sent tyckte vi. Vi tar Storbåt istället. Stod i kö, köpte biljetter till 11-båten. Kom till påstigningen kvart i. Fullpackat i väntrummet, inte en chans att komma med. Tillbaka till flygbåten. Endast biljetter till nästa avgång: kl. 14. Då la vi av och gick nån annanstans istället. Vi kom i alla fall till Danmark.



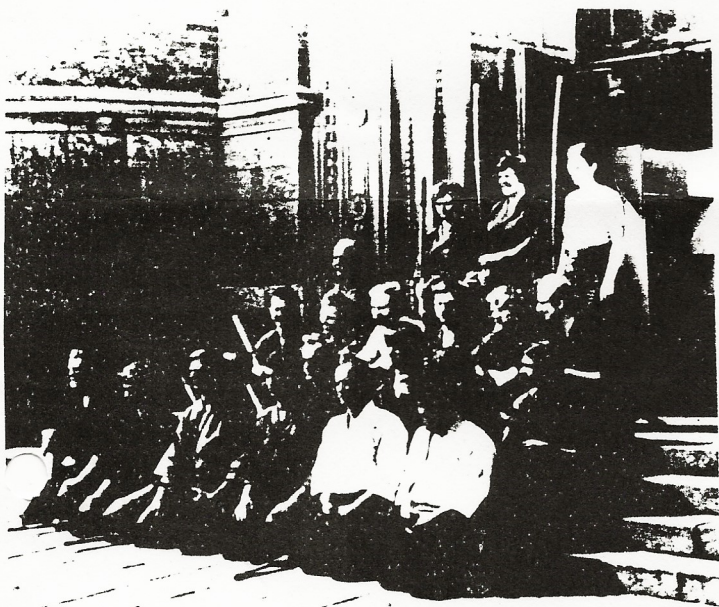
I lånade persedlar

forts. nästa sida

Bilade till Limhamn, färjade till Dragör, spatserade och besökte krogen och så tillbaka med sista båten. C:a 1 timme hade vi tillbragt i grannlandet. En givande tillställning, även om det ibland kändes som man gick i lågstadiet och undervisningen var på högstadienivå. Men somliga fick ju extra undervisning Och en del bra upplysningar och tips fick jag. Bl.a. om hemligheten med Ladie's Kendo! Jag vill minnas att Barbro var mest imponerad av iai-övningarna. Det var så elegant.



Leif Svensson Liten har begått seppuko och assisteras av R. Knutsen.



Hela gänget, utom Roald som plåtar

剣

Höstens träningstider fr.o.m. den 11 sept. Samtliga tider i Vällingby.

Tisdag	kl. 18.00-19.30	LR	Nybörjarkurs	Grupp 1
Tisdag	kl. 19.30-21.00	KS	Kenjutsu avancerad	Grönt bälte och uppåt.
Onsdag	kl. 20.00-21.30	HL	Kendo ojämn vecka/Kenjutsu jämn v.	Blandad grupp.
Torsdag	kl. 20.00-21.30	MB	Nybörjarkurs	Grupp 2
Fredag	kl. 19.30-21.00	KS	Kenjutsu	Blandad grupp

Instruktörer: Mikael Bornholm tel. 751 25 90, Hans Lundberg tel. 715 85 56,

Lennart Ringdahl tel. 89 98 54 och Kjell Söderström tel. 33 41 55.