



Hej, nu är det dags att vädra grejorna igen.  
 Höstens träningstider finns här nedan, om du inte fått dom tidigare. Inbetalningsblankett finns för er som ännu ej betalat. Medlemmar betalar 245 kr och nybörjare 295 kr per termin.

Det här exet innehåller även några ord om Kyodo av Kjelle, samt vilka som har graderat sig under våren.

Det finns också en artikel översatt till svenska, som var insatt i Nihon Budo. Artikeln är om Knutsen lägret i våras.

Hasse har bättre sent än aldrig lämnat slutsidorna om sin Japanresa.

Några ord om Kenjutsu och Rei dyker också upp.

För att Du ska veta vilka vi som sitter i styrelsen är får Du se bilder på alla som är med där.

## BUDOKWAI's träningstider

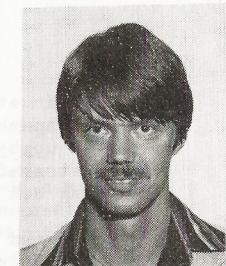
### hösten -80

DAG	TID	TYP AV TRÄNING	HÅLL ATT DELTA	INSTRUKTÖR
Tisdagar	Kl. 18.00-19.30	Kenjutsu/Steg 1	Delegerade i nybörjarkursen	Lennart Ringdahl
Tisdagar	Kl. 19.30-21.00	Kenjutsu/Steg 4	Brun-/Svartbälten	Kjell Söderström
Onsdagar	Kl. 20.00-21.30	Kendo	De som genomgått nybörjarkurs samt gästende från andra klubbar	Hans Lundberg
Torsdagar	Kl. 20.00-21.30	Kenjutsu/Steg 2	Grö-/Grönbälten samt upgraderade som genomgått nybörjarkurs	Mikael Bornholm
Fredagar	Kl. 19.30-21.00	Kenjutsu/Steg 3	Grön-/Brunbälten	Kjell Söderström
Lördagar	Kl. 10.00-12.00	Kyodo	Förhandesannmälde	Kjell Söderström/ Mikael Bornholm

Träningen börjar vecka 35 dvs. den 26 augusti 1980.  
 Höstens nybörjarkurs startar dock först den 16 september.



Ordförande  
Kjell Söderström



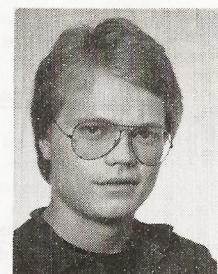
Vice ordförande  
Lennart Ringdahl



Kassör  
Mikael Bornholm



Sekreterare  
Gunilla Hansson



Tävlingsledare  
Hans Lundberg



Redaktör K & K  
Lars Carlberg



Materielförvaltare  
Björn Csordas

## KENJUTSU

KENJUTSU är ett system för träning av traditionell japansk vapenkonst med betoning på svärdsteknik. Systemet är uppbyggt i fyra steg med succesivt ökande svårighetsgrad. Efter varje genomfört steg sker gradering och diplom utfärdas.

I samband med den tekniska och fysiska träningen betonas träningens mentala aspekter och inblick i japansk historia och religion samt filosofi och strategi ges också.

Steg 1 är nybörjarsteget och beräknas ta en termin att genomföra vid träning en gång/vecka.

Kunskapskrav: Se särskild trycksak.

Efter gradering ska gult bälte bäras.

Steg 2 beräknas ta en termin att genomföra vid träning en å två gånger/vecka.

Kunskapskrav: Se särskild trycksak.

Efter gradering ska grönt bälte bäras.

Steg 3 beräknas ta två terminer att genomföra vid träning en å två gånger/vecka.

Kunskapskrav: Se särskild trycksak.

Efter gradering ska brunt bälte bäras.

Steg 4 beräknas ta fyra terminer att genomföra vid träning en å två gånger/vecka.

Kunskapskrav: Se särskild trycksak.

Efter gradering ska svart bälte bäras.



IAIJUTSU-träning

## KYODO

av Kjell S

Det japanska bågskyttet.

Som du säkert känner till, tränas denna Budo-disiplin av flera medlemmar i Budokwai's Kendo&Kenjutsu-sektion.

Intresset tycks dessutom sprida sig, vilket vi som håller på tycker är positivt.

Problemet för den som vill börja är i första hand utrustningen som är ganska omfattande. Förutom själva bågen måste man ha, dels pilar, dels en skjuthandske (strängen hålls mellan tummen och pekfingret) och dessutom en massa små-prylar, koger, stränghållare, reservsträngar, innerhandskar, hartsburkar etc.

Visserligen kan man ju prova på lite genom att låna en båge på träningen av någon kompis, men det är bättre att ha egna grejor. Något kan ju gå sönder.

Jämför man Kyodo med västerländskt bågskytte finner man klart likheter men kanske fler olikheter.

Det västerländska skytet går ut på att träffa en tavla och ta så många poäng som möjligt. Till sin hjälp har man sikten, motvikter, releaser (anordning som hakar strängen i handen), clicker (talar om när fullt drag uppnåtts) etc. När det gäller Kyodo, har vi natursträngar, pilar som är lite hip som hap (försök få tag på två exakt lika bambu-pilar), sikta ?? skjuter du på större avstånd kommer du inte ens att se tavlan, vänsterhanden skymer nämligen. Kyodo är alltså definitivt inget precisionsskytte, utan träning i att fullända en serie rörelser. Alla rörelser är exakta, allt från bugningen mot tavlan, sättet att nocka pilen, draget och själva avfyranet.

En sensei som behärskar detta vet var pilen kommer att träffa och behöver helt enkelt inte sikta.

Sammanfattningsvis kan det sägas att Kyodo är en avancerad och intressant budoart där det finns mycket att lära.

## GRADERINGAR

Under våren graderades följande:

Till gult bälte, Barbro Delin, Lars Forss, Magnus Hedström samt Christian Wickström.

Till grönt bälte, Lars Bäckstam, Mike Henry, Sven Juhlin samt Peter Lindgren.

Till brunt bälte, Gunilla Hansson, Fredrik Norberg, Robert Sjöberg samt Erik Walberg.

NU KOMMER DEN LÄNGE EFTERLÄNGTADE  
FORTSÄTTNINGEN PÅ HÄRIFRÅN TILL JAPAN

JAPAN VADÅ?

(part två av "KONSUM"-delar)

LÖRDAG 4/8 HUR JAG NÄSTAN BLEV VÄRLDSMÄSTARE,hmm

Världsmästerskaps tävlingarna hölls i MAKOMANAI ICESTADIUM, byggt till OS-72. Bussresa dit, byt om och töntarnas intåg. Eh, jag menar de "tävlades" intåg, under klapp å klang. TV på plats förstas. Hela en-och en halv sekund var de svenska laget i bild, inte fy skam då man betänker vad reklamtid kostar. Diverse tal och annat officiellt "dösnack" gjorde att man under en halv timme fick stå och stelna, inga bortförlaringar men..... Åsså kom då tävlingarna igång. Tyvärr minns jag inte så mycket av de andras matcher, då jag koncentrerade mig på mina egna. Mina motståndare var en japan (6:e DAN lätt match????) och en hawaiian (3:e DAN peanuts...). Den ovan nämnde japanen var bäste polare med "KURRE" och KUMADA. Då jag innan resan vidtalat MHAHATMA att den förste japan jag möter skall få veta att den "svenska" shinaien biter, så var jag fyllt av kampanda. Den räckte ända till jag fick syn på honäm. 95 kilo tung och bred som en lagårdsdörr. SMACK-SMACK sa det inte oväntat. Hawaiianen då. WELL, har man tränat nio år over there så hade väl jag inte mycket att hämta. SMACK-SMACK. Väl utslagen såg allting mycket ljusare ut. (nu får du förklara dig). Jo men det var så att en gång för länge, länge sedan närmare bestämt den 4/8-79, så var HANS KEJSERLIGA HÖGHET prins Den-å-Den på besök. Han skulle då få hälsa på ngt "EXOTISKT" land gissa vilket. BRASILIEN. FEL. HOLLAND. py pan. SVEDALA med bihang. RIGHT YOU ARE, CUNNINGHAM. En blek, smal kille (alltid små,UH,nästan...) kille på tju-go vårar som så jätterädd ut. Bits dom tänkte han, väl. Bussresa tebacks.

TILL HOTELLET

Ut på stan här skall det käkas "KANIN". NJA, kanske inte riktigt, kurre å kumada viftade bakom örat så vi nästan gick på't. Det visade sig vara krabba ("VERY TYPICAL HOKKAIDO SEAFOOD", sådetså), tillkom gjorde också bläckelfisk. Efteråt bidrog vi till den allmänna trevnade vid ett gathörn. Och ROLAND "pussade" flickorna på kinden. GUTARNAS NATT.

SÖNDAG 5/8 LAGTÄVLINGEN "BARAPARAM"

In kliva de svenska tuffingarna sjungande "ICH BIN KEIN IMO-SAMURAI". Här först åminner jag mig att den "svenske coach" hava deltagit även å lördans matcher. SHAME SHAME. Denne coach gående under namnet K.LINDBERG bragte mången munter kommentar till de svenska förtröstan. Första match ut var inte SVEDALA-BELGIEN, dock kom den efter cirka en timme. Först ut var ROLAND, orädd sedan 800-talet, blid var ej hans min. Två snabba. 1-0 till oss. Nästa var DOGGE. Två snabba. 2-0. Därvid följde undertecknad. Döm om hans (det är jag det) o-höljda förväntning när han själv (jag,alltså) åker på en nukido (är det inte otroligt). HUKA ER GUBBER, NU LADDER EN ÖM. Med två snabba nedlades den lede, och vi leder 3-0. Upp stod SAKE-SAN. Två snabba. 4-0. WHISKEY-SAN avslutade med två snabba. 5-0. Glädjen stod att läsa på både coachen och "THE SENSEIS" anläten. Efter den av...anrättningen skola vi nog kunna visa "DEM DÄRA SPANJORERA ATT DE'Ä' INT BAMBUSKOTT SOM VI RÖR OM VE'!"

Spanjorerna var smätt bleka om nosen då vi avisat belgarna så enkelt. Först opp var Roland, två snabba. 1-0. Dogge som slappnade av, en halvsnabb. 2-0. "YOURS TRULY", två snabba. VAD ANNARS. SENIOR, två snabba. Herr HURTIG avslutade uppvisningen. 5-0. Under stormande applåder från vår lagledarmadrass avtågade segrarna. Härpå följde väntan och studium av våra motståndare i kvarten USA. Våra japanska experter hänvisade till en något ändrad kamae.

Så var det dags."VINNER VI DET HÄR SÅ ÄR VI BRONSMEDALJÖRER, GRABBAR". Först ut Roland, två snabba men ack ve åt fel håll. 0-1. Dogge åkte också dit. 0-2. ER GUIDE, en något utdragna match med mycket bökande. Som dock resulterade i att JÄNKAPANEN satte dit två "kotte". 0-3. Sake-san, förlust. 0-4. NURTIG. 0-5. HE-TE, vi som kunde ha blivit medaljörer. AVSLUTNINGSFESTEN PÅ SAPPORO BIER GARDEN talar vi tyxt om. ssshhh natti. (eller var det måndag morgon halvsex)

FORSÄTTNING WHENEVER I FEELS LIKE IT.

MHAHATMA=guru ivasastan

DOGGE=vonsandörjr

ROLAND=Loland

SAKE-SAN=very typical skåning

WHISKEY-SAN=whatdidhedrink

Loland=Loland=very bad japanese uttal=LAURENT