



European Kendo Championships '93 in Turku

UTVARDERING KENDO-EN, ABO-93

-----

JAG BRUKAR INDELA EM I TRE DELAR, SOM VI HAR KAN KALLA FASER.  
FÖRSTA FASEN ÄR            FÖRBEREDELSEFAS    930101-930403  
                                 UPPLADNINGSFAS    930403-930409  
                                 TAVLINGSFAS        930410-930411

FÖRBEREDELSEFASEN KANDES KORTARE AN VANLIGT I ÅR DA VI INTE TRÄFFADES I JANUARI I GÖTEBORG SOM VI BRUKAR UTAN DEN FÖRSTA SAMLINGEN VAR VID SUGO-CUP I FEBRUARI. MIN MÅLSÄTTNING VAR ATT SKICKA SAMMA LAG SOM TILL EM-92 DA VI HADE EN MYCKET BRA STAMNING OCH ETT BRA LAG. JAG HADE EJ HELLER PÅ NÅGON TÄVLING SETT NÅGRA "HETA" KANDIDATER SOM SKULLE KUNNA PETA DE SOM VAR I BARCELONA. JAG BLEV EMELLERTID TIPSAD OM EN PERSON SOM BL.A TRÄNAT I JAPAN (G.STRANDELL) OCH JAG ÅNSAG ATT HANS STANDARD VAR BRA OCH HAN BLEV DÄRMED DEBUTANTEN I ÅRETS LAG. LAGET BLEV

: MATS WAHLQWIST  
PER BJERLOW  
CHRISTOFFER HALLA  
GUSTAF STRANDELL  
JOAKIM STRÖMÉNÄS  
JENS NILSSON  
BJÖRN GUSTAFSSON

AV PERSONLIGA SKAL HOPPADE C. HALLA AV LAGET OCH JAG BESTÄMDE ATT VI INTE SKULLE TA IN NÅGON RESERV. SAMLINGEN I MALMÖ BLEV LYCKAD MED PERSONLIGA SAMTAL OCH NUMERA SEDVANLIGA TEORETISKA TRÄFFAR. NYTT FÖR I ÅR ATT VI BÖRJADE JOBBA MED "SJÄLVANALYSKORT" SOM I KORTHET INNEBAR ATT VI FÖRSÖKER VANDA ÖRO OCH FÖRVENTNINGAR TILL POSITIVA TÄNKAR. DEN MENTALA TRÄNINGEN ÄR VIKTIG OCH NÖDVÄNDIG OM VI I SVENSK KENDO SKALL BEHÅLLA DEN POSITION VI UPPNÅTT INTERNATIONELLT. ETT LAGER I MARS VAR OCKSA MED I PLANERINGEN, OCH EFTER VISSA TURER FÖRLADES ETT LAGER I MALMÖ TILLSAMMANS MED FINSKA LANDSLAGET. 12-14. MARS PÅ DETTA LAGER ANVANDDE VI OSS AV VIDEO FÖR ATT ANALYSERA MATCHERNA OCH DETTA ÄR ETT HJÄLPMEDEL SOM VI SKALL UTNYTTJA FRAMÖVER. REAKTIONERNA VAR MYCKET POSITIVA. DET ÄR UNDER FÖRBEREDELSEFASEN MAN SKALL HJÄLPA OCH RÄTTA TILL TEKNIKEN, OCH EJ UNDER TÄVLINGSFASEN DA DET STJÄLPER MER AN HJÄLPER. UNDER ALLA TRE FASER HAR VI I ÅR HÅFT HJÄLP AV IIJIMA-SENSEI, SOM TILL VARDAGS JOBBAR INOM KEJSARGÅRDET I TOKYO. UNDER TIDEN FRAM TILL EM Pendlade IIJIMA MELLAN STOCKHOLM OCH MALMÖ. PLUS EN VECKA I GÖTEBORG.

## UPPLADDNINGSFASEN

-----

FÖR FÖRSTA GANGEN SAMLADES VI I LINKÖPING-STOCKHOLM. FÖR UPPLADDNING INFÖR RESAN TILL FINLAND.

DET HAR JU ANNARS NÄSTAN BLIVIT RUTIN PÅ ATT SAMLAS I MALMÖ MED DE UTMÄRKTA TRÄNINGSFACILITETER SOM ENIGHET SPORTCENTER KAN ERBJUDA.

I ÅR STALLES NYA KRAV PÅ OSS ALLA. UPPLADDNINGSVECKANS PRIMÄRA UPPGIFT ÄR (I MIN PLANERING) ATT FÅ ALLA TRÄDAR PÅ PLATS OCH FÅ ETT LAG. DÄR ALLA KÄNNER ANSVAR FÖR VARANDRA OCH SIG SJÄLV. KENDO ÄR I GRUNDEN EN INDIVIDUELL SPORT, MEN SKALL VI SOM NATION LYCKAS MÅSTE VAR INDIVID I GRUPPEN KÄNNA SITT ANSVAR. DENNA VECKAN ÄR OCKSA VIKTIG UTIFRÅN ASPEKTEN ATT SKAPA GLADJE OCH HARMONI. TRÄNINGEN SKALL INTE HELLER VARA TEKNIKBETONAD UTAN MOTIVATIONSTRÄNING DÄR VI ALLA FÅR IN I KROPPEN, OCH HJARTA OCH HJÄRNA, VILKEN UPPGIFT VI STAR INFÖR.

MÅLSÄTTNINGEN VAR NÅGON FORM AV MEDALJ I LAG, OCH SAMMA I DEN INDIVIDUELLA TÄVLINGEN.

SAMMANFATTNINGSVIS TYCKER JAG ATT ÅRETS UPPLADDNING MED TRÄNING I LINKÖPING-STOCKHOLM, RESAN TILL ÅBO, TRÄNING DÄR, ATT BÅ NÄRA INPÅ VARANDRA UNDER EN VECKAS TID FUNGERADE MYCKET BRA. DET ÄR LÄTT ATT MAN BLIR OSÄMS ELLER TAPPAR HUMÖRET NÄR MAN TRÄNAR MYCKET OCH MAN LADDAR UPP INFÖR EN STOR TÄVLING. MEN HELA VECKAN FRÅM TILL TÄVLING BLEV SOM JAG VILLE HA DEN. VI BLEV ETT LAG SOM FUNGERADE BRA IHOP OCH DÄR ALLA HJÄLPTE VARANDRA.

DET SÄTTET VI JOBBAR PÅ ÄR GEMENSAMMA SAMLINGAR DÄR VI GÅR IGENOM LÖTTNINGAR TÄKTIK OCH ALLT SOM KAN KOMMA UPP. DESSA SAMLINGAR HAR VI EN ELLER TVÅ GANGER OM DAGEN OCH DÄRIMELLAN ÄR DET FRITT (UNDER ANSVAR). FRUKOST, LUNCH , OCH MIDDAG ÅTER VI GEMENSAMT. ATT HÅLLA TIDER UNDER HELA VECKAN ÄR HÖGSTA PRIORITET.

HOTELLET I ÅBO VAR BRA OCH VI FICK RUM INTILL VARANDRA MED MÅTSALEN PÅ SAMMA VÅNING. DETTA UNDERLÄTTAR NATURLIGTVIS SAMLINGAR OCH ATT HÅLLA IHOP LAGET. VI PRÖVADE OCKSA ETT NYTT GREPP I ÅR. JAG SKREV VISSA SLOGANS SOM DE AKTIVA SKULLE SÄTTA UPP PÅ VÄGGARNA SÅ ATT DE HELA TIDEN BLEV PÅMINDA OM DESAMMA. DETTA TYCKTE JAG FUNGERADE BRA, OCH NÄR DE BLEV ÅLAGDA ATT SJÄLV SKRIVA NER NÅGRA SLOGANS VAR DETTA INGET PROBLEM. LAPPARNA TOG VI MED OCH HÅDE I OMKLÄDNINGSRUMMET TÄVLINGS DAGARNA.

DETTA VAR ETT LED I DEN MENTALA TRÄNINGEN.

LITE ÖRO I LAGRET UNDER VECKAN VAR SKÅDELISTAN.

BJÖRN MED HÅLSONT, JENS LIKÅSÅ, MÅTS MED EN ÖND FÖT OCH ÅXEL, PER OCH JOCKE MED RYGGONT GJÖRDE ATT MÅN INÖMBORDS TVIVLADE. VISS DEL ÄR PSYKOLOGIST MÅN MÅN KOMMER INTE IFRÅN ATT LAGET HÅDE EN DEL KRÅMPOR. MÅN ALLA VAR DOCK VID SÅ GÖD VIGÖR ATT MÅN KUNDE TÅVLA, OCH DET VAR BÅRÅ ATT HÖPPÅS ATT ALLA SKULLE KUNNÅ PRESTERA SITT BÅSTÅ OCH HELST LITE TILL.

FÖR ATT UNDER TÄVLINGS DAGARNA SE HUR LÅNGT DET SKULLE RÅCKÅ.

## TAVLINSFAS

-----

LÖRDAG 10 APRIL AVGJORDES LAGTAVLINGEN MED SEXTON NATIONER ANMÄLDA. INDELADE I FEM POOLER OCH DÄR DE TVÅ BÄSTA I VAR GRUPP GÅR VIDARE. DAREFTER DIREKTUTSLAGNING.

SVERIGE VAR SEEDADE, MEN LÖTTNINGEN I POOLEN BLEV TUFF. HOLLAND OCH POLEN. TVÅ LÄNDER SOM SVERIGE BRUKAR HA PROBLEM MOT.

HOLLAND OCH POLEN MÖTTES FÖRST, SÅ NÄR VI MÖTTE HOLLAND HADE DE REDAN EN MATCH I KROPPEN.

MEN MYCKET BERÖM TILL VARA POJKAR SOM VANN MED KLARA 4-0. DIREKT DAREFTER MATCH MOT POLACKERNA. VI HADE FÅTT INFORMATION OM ATT VI SKULLE HA PAUS INNAN POLENMATCHEN.

DENNA UTEBLEV OCH VI GICK DIREKT PÅ POLENMATCHEN.

DET VAR INTE RIKTIGT BRA EFTERSOM VI INTE FICK VARVA NER FÖRSTA MATCHEN OCH SEN LADDA FÖR DEN ANDRA.

DET MÄRKTES OCKSÅ I RESULTATET; 2-0 TILL SVERIGE

DET VAR INTE SAMMA GNISTA OCH BESLUTSAMHET SOM FÖRSTA MATCHEN OCH KANSKE EN SMULA AV UNDERSKATTNING DA VI SLOG HOLLAND KLART OCH ATT POJKARNA INOMBORDS KANDE ATT DE VAR DE STARKASTE AV DE TVÅ.

SOM GRUPPSEGRARE I VAR POOL GICK VI DIREKT TILL KVARTSFINAL. VI FICK DÄR MÖTA ENGLAND. REDAN PÅ PAPPRETT EN SVAR MATCH OCH DET BLEV LIKA SVART PÅ BANAN. 2-2 OCH MED ENDAST ETT MER HUGG GICK VI VIDARE TILL SEMIFINAL. MEN KÄNSLAN JAG PERSONLIGEN KANDE EFTER ENGLANDSMATCHEN ÄR SVAR ATT BESKRIVA.

DET JAG KANDE VAR ATT VAR MENTALA INSTALLNING GAV RESULTAT. VI VILLE MER. VI VAGADE MER. VI VAGADE FÖRSÖKA!

OM SEMIFINALEN KAN MAN BARA SÄGA EN SAK. BRA!! ALLA I LAGET VANN SINA MATCHER MED 2-0. VI MÖTTE BELGIEN.

ÄN EN GANG I FINAL. FÖR TREDJE GANGEN PÅ DE FYRA SENASTE EM. TYVÄRR RÄCKTE DET INTE TILL GULD I ÅR HELLER.

FRANSMANNEN VAR BÄTTRE ÄN OSS, DET SKALL ERKÄNNAS. MEN SAMTIDIGT TROR JAG OCKSÅ DET BEROR PÅ EN LITEN MENTAL SPÄRR HOS POJKARNA. DEN FINNS INTE NÄR VI MÖTER ANDRA LAG, MEN JUST MOT FRANSMANNEN FINNS DEN DÄR. NÅGOT I MÅSTE JOBBA PÅ FRAMÖVER!!

SÖNDAG ÄR INDIVIDUELL TAVLING. JAG VILL INTE GÅ IN OCH KOMMENTERA ENSKILDA INSATSER. MEN MÅSTE NATURLIGTVIS GRATULERA MATS TILL EM-TITELN, GRATTIS MATS!!

FÖR ÖVRIGT TYCKER JAG ATT VI I SVERIGE ÄR DUKTIGA PÅ ATT VINNA DE MATCHER VI PÅ PAPPRETT SKALL VINNA. INGEN SOM FÖRIVRAR SIG ELLER GÖR NÅGRA DUMHETER. NÄR POJKARNA BLEV UTSLAGNA VAR DET

PÅ GRUND AV ATT MOTSTANDET VAR BÄTTRE. EN SAK SOM GLADDE MIG ( UTAN ATT VARA SKADEGLAD ) VAR ATT VI VAR BRA PÅ ATT SLÅ FINLANDARNA NÄR VI MÖTTE DOM. DOM HADE HEMNAPLAN OCH PUBLIKSTÖD. MEN POJKARNA VISADE INTE NERVDAJLIGHET UTAN GENOMFÖRDE MATCHERNA TAKTISKT MYCKET BRA.

SOM AVSLUTNING VILL JAG BARA SÄGA ATT MAN KÄNNER SIG GLAD OCH STOLT ATT FÅ VARA TILLSAMMANS MED POJKARNA SOM GJORDE EN MYCKET BRA INSATS, BÅDE PÅ OCH UTANFÖR BANAN OCH SOM RERESANTER FÖR SVERIGE.