



# BUDO

## – INGET FÖR DEN SOM VILL SLÄSS

De asiatiska kampsporterna är den snabbast växande idrotten jämte inbandyn.

Allt fler yngre strömmar till någon av budoförbundens många klubbar.

Samtidigt ökar våldet med sparkar bland ungdomarna. Men de som sysslar med kampsporter vill inte förknippas med bråkstakarna.

Av KENNETH KARLSSON

– Det finns många fördomar som vi får slåss emot. Men de som bråkar på stan blir uteslutna ur klubben, säger Simon Melkersson, 18 år, nybliven Europamästare för juniorer i karate shotokan.

### Sprider sig överallt

Svenska budoförbundet, som tillhör Riksidrottsförbundet, har i dag 41 000 medlemmar i 664 klubbar. Förbundet administrerar 14 olika kampsporter med ett stort antal olika stilar.

– Varje gång en äldre mästare dör blir det olika falanger och ännu fler stilar.

– Kampsporterna är som ett träd med rötter som sprider sig överallt. Det växer ständigt upp nya klubbar, dit främst ungdomar söker sig, säger budons riks-konsulent Javier Escalante.

iDAG har studerat de fem största kampsporterna, som i sin tur administrerar de nio andra.

### Förbudet i Sverige

**KARATE**, som kom till Sverige på 1960-talet, är den äldsta och största budosporten med 18 000 aktiva i Sverige och totalt 45 miljoner utövare i 145 nationer. Det tävlas i 25 olika stilar, alltifrån vanligt självförsvar utan kroppskontakt till fullkontakt.

Kenpo karate är till exempel mer inriktad på fighting, men där tillåts inte fullkontakt i Sverige.

**JU-JITSU**, den mjuka tekniken, är speciellt inriktad på självförsvar. Det är den gren tillsammans med karate där Sverige haft störst framgångar internationellt.

### Samurajernas stridskonst

**KENDO** har anor från samurajernas svärdkonst där man använder traditio-



Moderna samurajer i aktion. Kendo är en av de många kampsporter som lockar ungdomar. Här handlar det om att behärska den gamla japanska stridskonsten.

BILD: LENNART REHNMAN

nella japanska utrustningar och olika vapen som svärd, trästavar och pilbåge.

Kendogrenen naginata är en utpräglad kvinnogren, där bruket av ett ovalt

ekskäft och två bamburör härstammar från samurajkvinnors träning med stridslie för att försvara sig när deras män var ute och krigade. Skydd för

huvud, bröst och höfter gör kendo i det närmaste ofarlig.

**AIKIDO** är en utpräglad självförsvarsteknik helt utan anfallsmoment, där teknik ställs mot styrka. Den gren som främst drabbats av kritik är den koreanska självförsvarstekniken **TAEKWONDO** vars sparkar många gånger liknar dem som ungdomar i alla åldrar använder på skolgårdar, på gator och torg.

### En kamp mot kritikerna

En specialgren inom taekwondo är crossteknik, där det gäller att slå av så många plankor som möjligt med hjälp av slag eller sparkar.

Det finns många kritiker som anser att det är kampsporternas fel att ungdomsvåldet, där sparkar hör till vardagen, ökar.

Nyblivne junioreuropamästaren Simon Melkersson, Mariestad, som tävlar i den traditionella karatestilen shotokan, håller inte med om den kritiken.

– De som kommer till oss för att lära sig slåss ute på stan blir inte gamla i klubben. Här handlar det om hård disciplin.

– Kampsporterna ger bra självförtroende och stärker en både fysiskt och psykiskt, säger Simon och tillägger:

– I shotokan, där vi använder tand- och knogskydd, är det tillåtet med fullkontakt mot kroppen och skintouch mot huvudet. Men det är inte fler skador än i andra idrotter.

### Var fjärde är tjej

Det är inte enbart killar som håller på med kampsporter.

– 25 procent av alla medlemmar är kvinnor. Allt fler tjejer hör av sig och vill träna självförsvar, få bättre kondition och stärka självförtroendet. Det ligger ju i tiden, säger Javier Escalante.

– Eftersom det i budo handlar om teknik och den psykiska styrkan kan en tjej på 60 kilo lätt besegra en hundrakilos kille. Här behöver man inte vara stor och stark.

### "Vilda västern" – i tamaste laget

Västra Frölunda Hockey blev i går påmint om att det stundar tuffa tag i allsvenskan.