

kare Kerstin Kristoffersson och psykolog Katarina Ekermo om epilepsi. Frågestund.

Jazzdagar

- ENTRA CAMALEON, Line Out och Göteborgs Musikkollektivs Stora Band spelar på Fasching, Kungsgatan 63, kl 19.30.
- GUGGE HEDRENIUS Big Blues Band spelar på Bal Palais, Kungsgatan 65, kl 21.
- PUTE WICKMANS kvartett spelar i Kulturhusets hörsal kl 14. Entréavgift.
- OVE LIND/Staffan Broms kvartett spelar på Mosebacketerrassen kl 19. Fri entré.
- BJÖRN ALKES kvintett med Lulu Alke spelar på Trappan i Vällingby kl 14.

Kungsträdgården

- ULF BAGGE sjunger och berättar om Fröding på Kungsträdgårdens scen kl 14-16. Dessutom medverkar popbandet Neon Rose, folkdans och teater m m.

Kvinnofestival

- 1981 ÅRS KVINFOFESTIVAL fortsätter i Rålambshovsparken kl 11.30-15.30. Medverkande: Karin Lentz, Sjung För Livet, finländska feminister. Regn. Barnaktiviteter. Festivalen fortsätter i Eriksdalshallen kl 18-01 med Nässlorna Bränns, Misstag, Siv Arb, Rosa Lux, Trolldruva och Livets Mangfold m m.

Musik

- STRIPPIS spelar "glad och snäll" rockmusik på Vällingby torg kl 12.30. Västerrock arrangerar.
- ORGELMUSIK av Ragnhild Pettersson i Sofia kyrka kl 15.
- THE BUSCHBAND spelar funky och reggae på Münchenbryggeriet, Torkel Knutssonsgatan 2, lördag och fredag kl 21.
- MUSIKFÖRENINGEN Violen i Midsommarkransen anordnar en utekonsert i Hägerstensåsens parkteater kl 14. Vägen dit utmärks med pilar från Telefonplans T-station. Medverkande: Insekt, Herr Marmelad och hans Skorpor, Bomb, D.D.R. (fd Elvärket), Kalle Bollträ och Yfront m fl. Fri entré. Hägerstens kulturkommitté är medarrangör.
- VAN DER LUBBE MEMORIAL anordnas för andra året i rad på Sergelstorg kl 14. Det blir en timmes rockmusik med grupperna Kommo och Ståålfågel.
- ANTIKRÄFTSKIVA på Långholmen lördag-söndag kl 14-22. Medverkande band: Calcutta Transfer, Överfallsorkestern, Plektra och Cha Cha Cha Skakers samt Anita och eventuella överraskningar. Kräftsparkampanjen arrangerar. Se vidare sid.
- DRAGSELSFESTIVAL på Gröna Lund kl 15-01.30. Programmen äger omväxlande rum på Gamla och stora scenen samt Komeditatern.
- COLD FUNERAL BEER BAND, och Lokomotiv Konkret ger konsert i Moderna museets trädgård lördag och söndag kl 15. Big Mama kör i gång efteråt kl 19.
- SVENSK MUSIK med Drottningholms barockensemble på Drottningholms slotts inre borggård lördag och söndag kl 15.30. Biljetter hos Svala & Söderlund, biblioteken i Tappström och Stenhamra samt vid entrén från kl 14.30.
- SOLNA BLECK konserterar vid Drottningholmsspaviljongen lördag och söndag kl 14.
- PUB-KLUBB-KROG. — Engelen: Roland Storm. — Stampen: Lee Saint's Bleus. Gamlingen: Happy Souls. —

Möte

- VÄNSKAPSFÖRBUNDET Sverige-Nicaragua anordnar ett offentligt möte i Strindbergssalen, Barnhusgatan 20-22, kl 14-17 Tal musik, servering och bokbord. Från kl 19 fest i samma lokal med dans till Basinas latinamerikanska rytmer. Med anledning av ettårsdagen av alfabetiseringskampanjens genomförande.
- KULTURFRONT SIMON BOLIVAR har årsmöte på Ynglingagatan 11 kl 15. Underhållning och snabbtävling i bordtennis m m. Te och kaffe serveras.

FORTS SID 5

Karate, judo, jiu-jitsu, aikido sprider sig i stan

■ Jupooo! hojtar Yoshi. Jussooo! hojtar Masayuki. Den ene gör hiskeliga hopp och sparkar. Den andre parerar i karate. Lokalen i Mariebergsgården, Stockholm, är en av cirka hundra lokaler i stan, där sammanlagt 4 500 träningsglada stockholmare övar japansk kampsport eller budo. I hela Sverige tränar 18 000 människor japanskt i fem olika grenar.

■ Karate är äldst och mest utbrett. Sen följer de hundrafemtioåriga judo, aikido och jiu-jitsu. Dessa tre sporter har rätt många kvinnliga anhängare. Kendo — samurajfäktning med svärd av bambu eller trä — har anor från 1600-talet och omfattar cirka hundra stockholmare och hundra fäktare ute i landet. Karate skapades för tusen år sen i Indien av eremiten Darma. Han mediterade ensam i djungeln i många år och måste svara sig mot vilda djur. Darma flydde till Kina och lärde ut karate. Därifrån spreds karate till ön Okinawa och landade för sjuttio år sen i Japan, berättar Yoshi. Han sitter i vit judogi-dräkt med svart bälte i tredje graden av åtta möjliga. Dessa grader hänger ihop med zenfilosofi. Yoshi bor i Stockholm sen femton år. Nu kommer han direkt från internationell karateträning i Milano. England, Italien och Frankrike är de europeiska länder där budo är mest utbredd. Sverige kom i gång i slutet av 50-talet.

Yoshi talar om harmoni och hård självdisciplin, om grönsaksdiet, andningsteknik och stor koncentration. Den gör att energin exploderar i höga rop, som kallas kiai.

Många stilar

■ Det finns väldigt många stilar, berättar Yoshi. Enbart karate har sextio stilar i hela världen. I Europa har Shotokan Karate utvecklats under tjuguar av läraren Kanasawa. Där har blivit en hierarki med stort avstånd mellan olika grader av lärare och elever. Yoshi tillhör Shotokan Karate International, där alla deltagare ingår i en enhet. Allt flera övergår dit. I karate tävlar man med händer och fötter. Angriparen sparkar men får inte träffa motståndaren. Denne får träffa, när han parerar.

Judo gäller också tävling och har då också domare. Man får bara använda händerna i judo, gripa tag i motståndarens dräkt och kasta honom. För judo, liksom aikido och jiu-jitsu finns skyddande gummimattor på golvet.

Självförsvar

■ Jiu-jitsu gäller rent självförsvar med finter och knep. Aikido är mera motion och rörelse än självförsvar. Det är ingen tävlingssport. Därför har både Hasse Gauffin, taxiägare, och Ingela Hildeman, pedagog, valt denna mildare variant. Jag träffade dem när de tränade i en budokwailokal på Frejgatan. Det sa dong! dong! i gummimattorna när lätta lilla Ingela med väldig fart störtade mot Hasse och med ett slags cirkelrörelse kombinerad med grepp dängde Hasse i golvet. Han verkade helt oberörd. Jag frågade hur han kunde låta sig snurras och smällas så där.

— Annars går armarna av, svarade Hasse lugnt.



FOTO: BERTIL ERICSON
• Disciplin och harmoni krävs för karate. Här parerar Masayuki Otaki ett anfäll från Yoshi Yukawa.



FOTO: CLAS BARKMAN
• Dong! Lilla lätta Ingela Hildeman kastar aikidoinstruktören Hasse Gauffin.

De virvlade båda runt i olika kast med fladdrande, svarta hakamabyxkjolor utanpå sina judogi.

Brunt bälte

■ Hasse är aikidoinstruktör med brunt bälte. Han började 1964 för holländaren Gerard Gosen. I Vällingby undervisar Hasse bland annat en familj i

aikido. Sonen är 6 år, mamman 43 och pappan 62. De vanligaste åldrarna för budo är annars 20-30 år.

Läraren formar sina elever mycket personligt. De svenska bryr sig mera om motion än om zenfilosofi. Japanska lärare talar om zen. Ibland anställs japanska tränare, ibland kommer kringresande japanska specialister. Licens för att bli instruktör

kan bara utfärdas av folk från centralförbunden i Japan. Ansvar och kraven är stora.

Varför ge sig på en japansk sportgren? frågar jag Hasse och Ingela, två av de 18 000 svens-karna.

— För motionens och sportens skull. För nöjet. För kamratskapet. Men det gäller för all sport, men vi har hittat det här.

MARGARETA ROMDAHL