

# Carina – främst i landet på iaido

■ – Det såg så löjligt enkelt ut när han hanterade svärdet, så jag sade: Ge mig ett svärd och en vecka!

Så gick det till när Carina Holmberg, 26, Skellefteå, för första gången kom i kontakt med den japanska kampsporten iaido.

Vad hon inte visste var att den sensei (mästare) hon såg på en uppvisning då i början på 1986 hade övat i 30 år!

Efter tre års träning, bl a i Japan, är Carina i dag Sveriges främsta kvinnliga utövare av iaido.

– Min målsättning är att fortsätta träna iaido hela livet, säger Carina.

– *Mitten* –



Foto: CAMILLA  
ÖJHAMMAR

★ – På det här viset tränar jag lugn, avspändhet, koncentration, uthållighet och handlings snabbhet, säger Carina Holmberg, 26, Sveriges främsta kvinnliga utövare av den japanska kampsporten iaido.