



# Lidingö Budoklubb

Lidingö den 8 september 1971

Till alla som har antecknat sig som medlemmar i Lidingsö Budoklubb.

Härmed översändes detaljerade upplysningar om klubbens träningsverksamhet inför den första säsongstarten.

Detta ligger i allas intresse att bifogad anmälningsblankett ifylles snarast möjligt och att den återsändes till nedanstående adress.

Observera att årsavgiften måste betalas samtidigt för att anmälningen skall vara gällande.

Glöm inte passfoto för medlemskortet!

Efter inkomna anmälningar görs upp träningschema och alla meddelas sina egna träningsdagar och tider.

Med hjärtliga hälsningar

LIDINGÖ BUDOKLUBB

Styrelsen



# Lidingö Budoklubb

VI hälsar dig som medlem I LIDINGÖ BUDOKLUBB och översänder härmed medlemskortet.

Dina träningsstider är följande

## Måndagar

18,00 - 19,30

19,30 - 21,00

21,00 - 22,00

## Onsdagar

18,00 - 19,00

19,00 - 20,

20,00 - 22,00

## Torsdagar

18,00 - 20,00

20,00 - 22,00

## Lördagar

10,00 - 11,00

11,00 - 12,00

## JUDO

|   |
|---|
| X |
|   |
|   |
|   |
|   |
|   |
|   |
|   |
|   |
|   |

## KENDO

|   |
|---|
|   |
|   |
|   |
| X |
| X |

Följande tränare tjänstgör: måndagar Olle Edeklev (judo) onsdagar Olle Edeklev

Jonny Arvastsson(judo), torsdagar Olle Edeklev (judo)

Kendoträningen handhas av Robert von Sandor

Träningen börjar alltid på utsatt klockslag och du måste veta att det anses vara dålig budoanda att komma för sent och "hoppa in i träningen" Kommer du för sent hör det till etiketten att först be tränaren om lov att få "hoppa in!"

VI vill också nämna att vi planerar månatliga budoträffar med film, föredrag och demonstrationer i klubbmötesform där du är välkommen och har möjlighet att även ta med gäster. Meddelande om detta följer senare

Med vänlig hälsning

LIDINGÖ BUDOKLUBB

**Judo**

PG 71 95 57-1

c/o Robert von Sandor  
KLIPPUDDSVÄGEN 13  
181 62 LIDINGÖ

**kendo**

TEL. 08-766 08 81

## Våra tränare - en presentation.

### JUDO

OLLE EDEKLEV, 42, svartbälte av 3:e graden (3 dan) en av landets skickligaste instruktörer och specialist på teknikträning.

Under flera år landslagets kapten och tränare. Gästtränare i Finland, Norge. Svensk mästare. Ordförande i Budoförbundets domarkommitté och ungdomskommitté licensierad domare inom Europeiska Judounionen.

Specialist på ungdoms- och barnträning. Även tävlingsjudo för dessa.

Olle tränar barn och ungdom på måndagar.

Robert von Sandor, 42, en av "judoveteranerna" i Sverige. svartbälte av 2:a graden (2 dan) en av Svenska Judoförbundets grundare, mångårig styrelseledamot s.s. sekreterare, v. ordförande och ordförande.

Författare av facklitteratur om judo och judoteknik.

Egentligen kendospecialist men mycket road av barn och ungdomsträning samt träning mera för motion än för tävling.

Robert tränar på onsdagar (och lördagar med kendo)

Jonny Arvastsson, 26, svartbälte av 1:a graden (1 dan) är utbildad idrottslärare med judo som specialitet. I många år var han en av de främsta tävlingskillarna inom Uppsala Studenters Judoklubb och som mångårig landslagsman har han meriterat sig som en av Sveriges skickligaste tävlingsjudoka.

Han har varit chefstränare i flera stora klubbar med många svenska mästare och Jonny skall därför ta hand om klubbens mera "hårdförda" träning för ungdomar och vuxna som vill tävla.

Jonny tränar på torsdagar och är specialist på konditionsträning, uppbyggande gymnastik samt tävlingsjudo med alla dess "tillbehör".

### KENDO

Träningen är Roberts specialitet. Han har introducerat denna anrika japanska fäktkonst i Sverige, skrivit böcker om den, är president i Europeiska Kendoförbundet och v. president i Internationella Kendoförbundet. Han har skördat uppseendeväckande framgångar i Japan bl.a. på världsmästerskapen 1970 och han är svartbälte av 2:a graden även i denna sport.

Han säger sig kunna garantera en intressant, spännande, hård och annorlunda träning i den anrika japanska fäktningen.

Han söker "fighters" och väljer med speciell omsorg dom som har förutsättningar att trivas med att kämpa "med svärdet i hand".

Han tränar på lördagar och står gärna till tjänst med svart på alla upp-  
tänkliga frågor om klubbens verksamhet. Det är bara att ringa 766 08 81.