

STOCKHOLMSSPORT

tisdag, torsdag och lördag. Redaktör: Lars Grimlund, tel: 738 10 28, fax: 08-738 18 90, e-post: lars.grimlund@dn.se

Derby inleder dambandy

BANDY. Trots att IK Göta möter AIK lär premiären av damernas elitserie inte kunna matcha de siffror som Hammarby når upp i på Zinkensdamms IP. Inte när det gäller publik i alla fall. Men helt säkert är att det blir mer målrikt än när Hammarby lirar. För Göta och AIK har mötts två gånger tidigare under hösten och då har AIK vunnit med 12-1 och 12-4.

– Avstället krymper, konstaterar Götas nye tränare Håkan Larsson.

– Känns namnet bekant? Jo, visst är det Sandvikens gamle storspelare (två SM-finaler) som tillsammans med Claes Pernhult (före detta guldmakare i AIK) som ska matcha Göta till en framskjutna placering framåt varen.

– Att träna tjejer är mycket roligare än jag trodde, säger Håkan Larsson. De vill gärna träna hårt, vi kör tre dagar i veckan förutom individuell träning och matcher. De är otroligt positiva och vill verkligen lära sig.

– Den stora skillnaden är skridskoåkning och hårdheten. Vi får stryka av 15-åriga killar, då hänger vi inte med.

– Göta har två nya spelare. Maria Simu kommer från AIK och från Oslo i Norge får man Beata Bölgerud, 19-årig landslagsspelare.

– Lämnar Göta gör Ita Nieminen och Sofia Pettersson – båda går till AIK.

– Jag tippas att det blir 4-4 på fredag, säger Håkan Larsson.

– Vad säger AIK:s storskytt Miksa Suves om det – nöjer hon sig med fyra mål?

Lars Grimlund

Peter Grim till Spårvägen

FOTBOLL. Det blir lätt en hel del rundgång i Stockholmsfotbollen. När Per Apelgren lämnade Spårvägen för att hjälpa Vasalunds tränare Peter Lenell så gick gamle Vasalundsspelaren Peter Grim åt motsatt håll. Grim lämnade Plavi Team, Vasalunds "farmarlag", för att i fortsättningen assistera Micke Andersson i Spårvägen.

DN

Halmat ställer höga krav

Kampsport. "Klubben blir som en stor familj."

Av Lars Grimlund
08-738 10 28

I början av 80-talet var Halmat Amen gerillasoldat i Kurdistan. Han flydde kriget och fängslades senare i Pakistan. Efter nio månader skickade Halmats bror 2 000 dollar (i dag cirka 13 000 kronor), det räckte som betalning för att Halmat åter skulle få friheten. Den 20 december 1986 landade han i Västerås.

– Det var kallt, minns Halmat, som bara hade en t-shirt på överkroppen. Efter tio år i Sverige talar han bra svenska, men det han är bäst på är – kung fu. Halmat har svart bälte och är bäst i Europa inom sin stil, den så kallade ekorrestilen.

Halmat har tränat kampsport i hela sitt liv. Karate, ju-jutsu och kickboxning är några av de sporter han provat på. Till slut fastnade Halmat för kung fu. I dag har han en egen klubb med över 100 medlemmar i Tensta, Sättra och Skärholmen.

Många förknippar kung fu med sparkar och slag. Visst förekommer våldsamma ben- och armbroser, men det är inte hela sanningen.

– Jag fastnade för kung fu just för att det inte bara handlar om sparkar och slag, säger Halmat Amen, samtidigt som han förbereder sig för en träning på Sättras skolan.

– Det handlar mest om att lära känna sig själv. I andra kampsporter är man inte lika intresserade av mental träning.

Medan Halmat sätter på sig den tjugåriga röd-vita masterdräkten, bara en mästare kan ha en sådan, droppar eleverna in. Många är unga och har

Fakta/kampsporter

I Svenska budoförbundet finns det fem olika stilsporter:

- Aikido.
- Kendo (iaido, jodo, kyudo, naginata).
- Ju-jutsu.
- Karate (kung fu, shorinji, kempo, taïdo, taishi).
- Taekwondo (wtf, itf).

invandrarbakgrund. De härskar artigt och på ett mycket speciellt sätt. Med en markerad fotsättning och en rörelse framåt med överkroppen samtidigt som de för ihop armarna visar de Halmat sin respekt.

– Jag försöker att få dem att tycka om mig, att se upp till mig. Många som kommer hit behöver hitta en identitet, de behöver stöd från vuxna, annars går de vilse.

Reglerna i Halmats Kung Fu Club är stenhårda. Den som utnyttjar sina kunskaper och bråkar på stan är inte välkommen längre.

– Flera var tidigare ute på stan och slogs, många var ligister. De sökte sig till kung fu för att bli starka och kunna slå folk. Men efter en månad har de en annan syn på livet, menar Halmat.

– Ofta har de bråkiga inte så mycket självförtroende. De vill visa styrka, men har inte styrka i sig själva.

– Jag är bra på en sak, du på en annan. Det försöker jag lära ut till mina elever.

Under träningen i Sättras skolan visar Halmats elever upp vad de lärt sig.



Den som går med i Halmats Kung Fu Club måste vara drogfri och beredd på att uteslutas om han eller hon använder karate ute på gatorna.

FOTO: TORBJÖRN F GUSTAFSSON

tillbaka och lovade att aldrig mer göra så.

– Klubben blir som en stor familj, det blir svårt att bryta kontakten.

Många unga pratar om att det är viktigt med respekt. Halmat talar hellre om att acceptera varandra.

– Jag är bra på en sak, du på en annan. Det försöker jag lära ut till mina elever.

Under träningen i Sättras skolan visar Halmats elever upp vad de lärt sig.

En och en tar de plats mitt i salen och visar upp ett program som kräver både koncentration, smidighet, styrka och kondition. Det hela påminner faktiskt rätt mycket om rytmisk sportgymnastik. Heresh Zarimand gör en imponerande uppvisning med en solfjäder, Elon Höglund använder sitt svärd och Farid Bomedien gör konstner med sitt spjut.

På lördag åker Halmat med sina bästa elever till Västerås

för att göra upp om SM-medaljerna. Halmat ställer inte upp själv, men han vet att det kommer gå bra ändå.

När Halmat Kung Fu Club tävlade i Malmö nyligen vann man två klasser: vapen och fighting +80 kilo. Andra pris tog man i handform och fighting -60 kilo.

– Det blir medaljer i SM också för det finns inte bättre tävlande i Sverige, säger Halmat och man både hör och ser att han är stolt över sina elever.

Hockey i Globen Torsdag 21/11 kl 19

DJURGÅRN-LEKSAND

Hemmande matcher:
25/11 DIF-LULEÅ
28/11 DIF-MODO

Hvällens stöttebåt

EXPRESSEN
ANNONSAVDELNINGEN

Globens biljettförsäljning
08-600 34 00



Börja klappa nu!

Välkommen till Tandy's Computer City och handla julklappar, som Du aldrig tröttnar på. I lugn och ro innan julruschen. Hos oss får Du de goda råden och den rätta hjälpen. Vi har det största sortimentet och de lägsta priserna på alla kända datorer, skrivare, spel och multimedia. Här några exempel - mycket mer finns i butiken! 8 dagars öppet köp och 30 dagars bytesrätt är dessutom extra tryggt när man köper julklappar till andra.

TANDY'S
COMPUTER



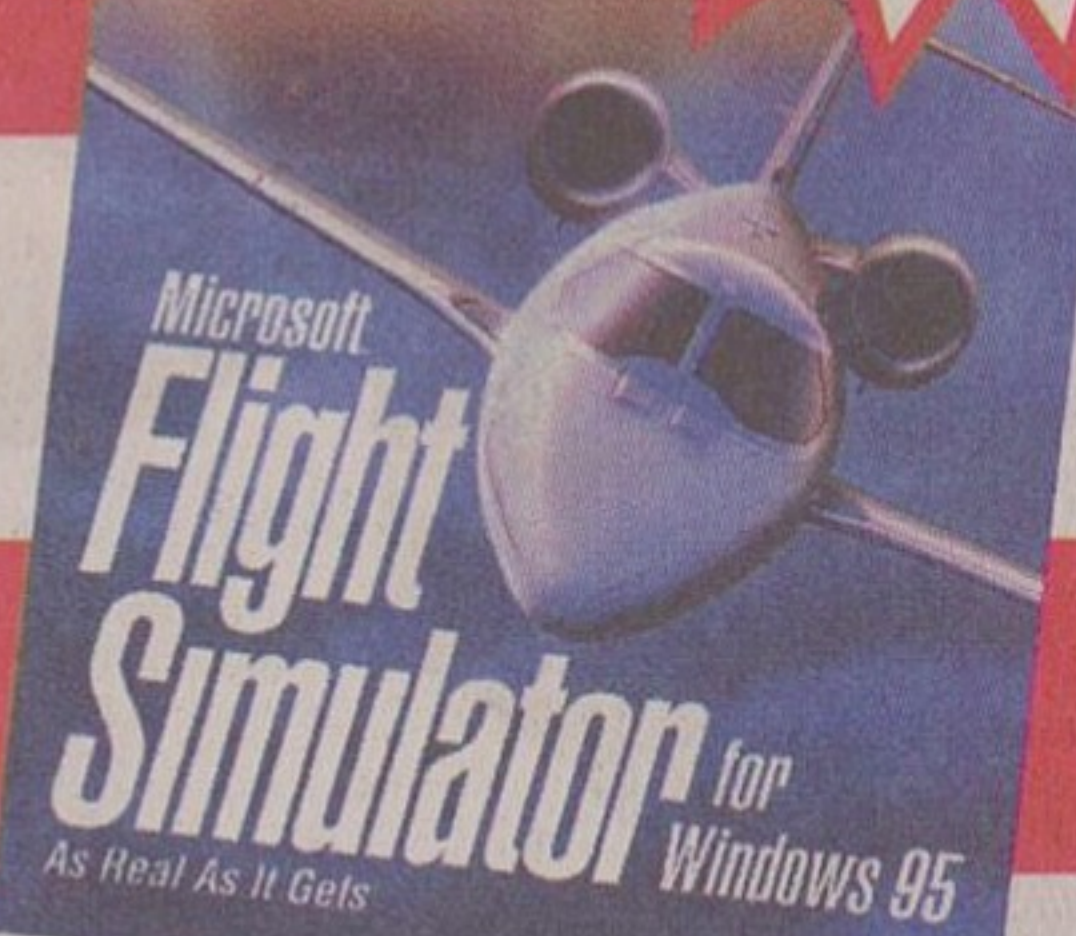
**Du kan också avbetala på 36 eller 48 mån. till 9,9% ränta. (Från 11,9% effektiv ränta).

Hyllorna är fulla med julens alla spel! Här är bäst-säljarna:

Kanonpriser PASSA PÅ NU!

MS Flight Simulator 6.0 W95	449:-
GrandPrix 2 PC CD	379:-
Civilization 2 PC CD	369:-
Fångarna på Fortet PC CD	379:-
NHL '97 UK PC CD	369:-
Quake PC CD	379:-
MS Encarta '97 W95	269:-
Norstedts Focus '97 WIN CD	595:-
MS Monster Truck W95 CD	379:-
MS Close Combat W95 CD	379:-

Nr 1!



Microsoft Flight Simulator 6.0 W95 CD.
Flyg Ditt eget plan. Mycket realistiskt!

Levereras med följande CD program:

Grolier Encyclopedia
The Ultimate Human Body
Disney • Aladdin
Disney • Lion King Story
Disney • Toy Story Preview
Kan Du tänka Dig 3
Villes Värld
The Best of Euro Soccer
Full Throttle
Descent
PowerPete
Internet Connection Kit
Kupong för Mac Skatt eller StepOne Bokföring



Julpaket! Familjedator
+ Du får utan extra kostnad en Color Stylewriter 1500

Apple Performa 5400/180. 180 MHz processor, 16 MB/1,6 GB. Komplet multimedia dator med inbyggd 15" skärm. 8xCD-ROM, 28.8 modem, inbyggd TV och radio. Apples TV- och videosystem för anslutning av video och video-kamera. Claris Works 4.0 ingår.

Apple Color Stylewriter 1500. Färgskrivare som nästan ljudlöst skriver ut 3 sidor i minuten. Färgutskrift sker med upplösningen 360x360 dpi, text och svartvit grafik med hela 720x360 dpi. Utskriftsformaten är A4, kuvert, etiketter, OH film.

22.975:-

12 mån.kostnad **2.140:-***
48 mån.kostnad **625:-****
Räntefritt! 9,9% ränta

Kungens Kurva, Jägerhornsväg 4 i Huddinge, tel. 08-680 67 00, fax. 08-680 06 16.
Bredden, Kanalvägen 3B i Upplands Väsby, tel. 08-590 960 60, fax. 08-590 777 15.
Öppet: vardagar 10-19, lördagar 10-16, söndagar 12-16.

Våra erbjudanden gäller t.o.m. 15/12 eller så långt lagret räcker. Samtliga priser inkl. moms!

Teckna Företagskonto hos Tandy's Computer City så får företaget en egen kontaktperson som hjälper till med allt från enskilda datorer till totala nätverk. Vi har även förmånliga finansieringsmöjligheter. För mer information, ring vår Företagsgrupp tel. Norr 08-590 960 80 eller tel. Söder 08-680 67 00, månd - fred 8:30-17. Välkommen!