



JUDOKAS

Nr 2: 2015

Web: <http://www.LinkopingJudo.org>
E-post: info@LinkopingJudo.org
Besöksadress: Nya Tanneforsvägen 13
Postadress: Box 6022
580 06 Linköping
Telefon: 013-149224
Organisationsnr: 822001-9494
Plusgiro: 42 02 92-5
Redaktör: Henrik Carlqvist
Ansvarig utgivare: Jonas Räntilä

Välkomna till en ny termin!

Vi kör igång igen **lördagen 22e augusti** med nytt schema enligt sidan 2. Jiujitsu intensivkurs börjar lördagen 29e augusti.

Graderingar



Det är alltid roligt när någon graderar i klubben och får ett kvitto på sin kunskap. Dan-grader (svart bälte och uppåt)

ges inte vid graderingar i klubben utan vid externa läger. De senaste månaderna har vi haft många från vår klubb som graderat sig till högre grader.

I maj graderade Vladimir Valyukh och Martin Qvigstad till 1 dan i Lindesberg.

I maj graderade också Jonas Räntilä och Mathias Brage till 3 dan i Lund.

I juni graderade Olof Danielsson till 6 dan vid Svenska Jiujitsuförbundets sommarläger i Vessigebro.

Stort grattis till alla graderade!

Vårläger

34 glada barn och två glada ledare vid vårens läger som även innehöll discojudo!





Träningschema höstterminen 2015

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Freitag - Lördag	Söndag
17-18 Minijudo fortsättning (4-7år)	17-18 Nybörjare (7-14 år)	17-18 Minijudo Nya (4-7år med föräldrar på mattan)	17-18 Minijudo fortsättning (4-7år)	Freitag 17-18 Ungdomar + Vuxna Fotboll/Teknik/mm LK + JN Fredag 18-19 Teknik/Kata/gradering (med egen partner)	9:30-11:30 Lokalen uthyrd till Tai Chi 14:30-15:30 Funktisjudo LH +
LK + JN	SN + JP	LK + KP	LK + KYP + EM	Lördag 10-11 Nybörjare Barn + Ungdom + Vuxna HC + MS	16-17 Minijudo: Nya + fortsättning (4-7 år) LH + LK
18-19 Nya/fortsättning (7-14 år) Vitt- gult bälte LK + TJ + HK	18-19 Teknik/randori (7-14 år) (Orange streck och uppå) TP + LK	18-19 Nya/fortsättning (7-14 år) Vitt- gult bälte MnQ + JN + JJ	18-19 Teknik/randori (7-14 år) (Orange streck och uppå) LK + TP	Lördag 11-12 Fortsättning Alla grader Barn + Ungdom + Vuxna HC + MS	17-18 Teknik/randori (7-14 år) (Orange streck och uppå)
19-20 Randori / Teknik Ungdom + Vuxna Alla grader LK + JJ + JN	19-20 Motion / Teknik/ Nya Ungdom + Vuxna Alla grader LK + TP	19-20 Randori / Teknik Ungdom + Vuxna Alla grader LK + JJ + JN	19-20 Motion / Teknik/ Nya Ungdom + Vuxna Alla grader LH + LK	Lördag 13:30-15:00 12 egr intensivkurs jujitsu Nybörjare Ungdom från 12 år + Vuxna JR + OD	18 - 19:30 Ungdom + Vuxna Nya + fortsättning Motion / Teknik / Kata JRä + MRä
20.00-21.30 Jujitsu Fortsättning OD	20-21 Teknik/Kata/gradering (med egen partner)	20-21 Teknik/Kata/gradering (med egen partner)	20-21:30 Jujitsu Nybörjare + Forts OD		

Tränare

EM = Emma Tasaadi	JRä = Jonas Rönttiä 0708-152231	MRÄ = Maria Rönttiä 0705-152231	
HC = Henrik Carlqvist 0704-493343	KP = Klara Pettersson 140120	MS = Mats Sundin	
JJ = Joakim Jonsson 070-3537405	KYP = Kyra Pettersson	OD = Olof Danielsson 273429	
JN = Johnny Nilsson 0768-056710	LH = Leif Hansson 0709-136769	SN = Sam Nostrahadi 072-4207597	
JP = Jonathan Peolsson 072-9620311	LK = Lasse Karlsson, 174407, 0705-311405	TJ = Thorbjörn Jernander 0766-201514	
JR = Johan Rasmusson	MnQ = Martin Qvigstad 0760-158515	TP = Tommy Peresin 0705-497482	

Postadress
Box 6022
580 06 LINKÖPING

Besöksadress
Nya Tannetorsvägen 13

Telefon
013-14 92 24

Telefax
013-31 24 48

E-post
info@linkopingjudo.org

Hemsida
www.linkopingjudo.org

Pengäro
42 02 92-5

Tävlingsplaneringsmöte



Måndagen 7e september kl 20:15 hålls planeringsmöte för de som vill tävla.

På mötet bestämmer vi vilka tävlingar klubben kommer att åka på samt ge bidrag för resekostnader. **ALLA** tävlingsintresserade bör delta!

Elektroniskt utskick



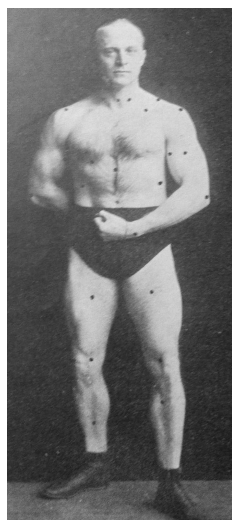
Sen en tid tillbaka använder vi oss av elektroniska utskick för att skicka ut klubbtidning, information om terminsstart och inbetalningskort. Detta besparar

oss både porto och mycket arbete.

Alla email-adresser som vi har i vårt medlemsregister sportadmin är dock inte korrekta. Till aktiva medlemmar som ej betalat in medlemsavgiften kommer vi därför fortsätta skicka ut pappersbrev. Vid dessa fall har dock styrelsen tagit beslut om att lägga till en avgift på 30:- för att täcka porto och arbete.

Se till att du har en aktuell email-adress i vårt medlemsregister SportAdmin så får du information om terminsstart innan terminen börjar samt slipper avgift för pappers-utskick!

Jiujitsuprofilen Viking Cronholm



I det feodala Japan utgjordes det främsta och yppersta samhällsskiktet av en krigisk adel. Medlemmarna ur denna elit kallades samurajer. Redan från tidig barndom lärde sig samurajerna att hantera allehanda vapen, men de lärde sig även vapenlösa stridstekniker. Dessa obehäpnade tekniker kallade de jiu-jitsu. Under den senare hälften av det adertonde århundradet föddes den man som skulle komma att bli den

förste att ta med sig jiu-jitsun till Norden och Sverige. Hans namn var Viking Cronholm.

Redan som barn visade Viking Cronholm ett stort intresse för idrott och fysisk rörelse. Sedermera kom han att arbeta med sjukgymnastik och

friskvård. Han tillskansade sig ävenledes icke så ringa kunskaper i pugilism, och gick även segrande ur en rad bataljer i denna gren. När Cronholm var trettio år gammal reste han till Sydafrika, och det var där han lärde sig jiu-jitsu. I Sverige lärde han ut jiu-jitsu till såväl civila som militärer och poliser. Han skrev också en bok, "jiu-jitsutricks", som med ett intensivt intresse lästes av en stor allmänhet.

Det finns en del bevarade filmer och fotografier på Viking Cronholm. Vid iakttagandet av dessa kunna vi konstatera att Cronholm besatt en Herkulisk fysik, utmejslad med en vilja av järn, under tusentals timmar av hårdande kroppsövningar. Viking Cronholm vigde hela sitt liv åt förkovrandet i kampens konst och år nittonhundranittiofem, trettiofyra år efter det han gått till sina fäders salar, upphöjdes han av det svenska budoförbundet till den högsta graden i jiu-jitsu, tionde dan.

Peter Ståhl

Intensivkurs självförsvar

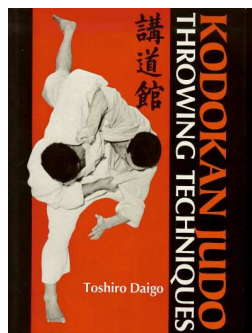


Under tolv lördagar med start 29/8 kommer en intensivkurs i jiu-jitsu genomföras kl 13.30-15.00. Denna kurs riktar sig till såväl barn från 12 år och uppåt som vuxna. Av administrativa skäl har vi valt att låta kursavgiften vara densamma som terminsavgiften, d v s betald terminsavgift ger tillgång även till denna kurs.

Johan Rasmusson, Olof Danielsson och Henrik Carlqvist

Johan Rasmusson, Olof Danielsson och Henrik Carlqvist

Boktipset



Kodokan Judo Throwing Techniques av Toshiro Daigo får ses som ett referensverk när det gäller judokast.

Förutom den engelska översättningen av originalversionen på japanska finns det även en tysk översättning, men boken finns tyvärr inte

på svenska.

Rikligt illustrerad går boken igenom 67 olika kast och dessutom med flera varianter av varje kast!

Henrik Carlqvist



Benify

Arbetsgivare anslutna till Benify kan välja Linköping Judo som leverantör. Anställda kan då betala den egna terminsavgiften via en förmånsportal varpå avgiften dras som löneavdrag och/eller friskvårdsbidrag från arbetsgivaren. SAAB kallar sin portal My SAAB och IFS kallar portalen IFS Benefits.

Anmälan, avanmälan och medlemskap

Betald avgift innebär att man är medlem i klubben. Som medlem får man tillgång till alla de träningspass som bedrivs av klubben och som passar när det gäller ålderskategori och kunskapsnivå.

Nya medlemmar får prova två träningspass gratis innan de bestämmer sig för om de vill fortsätta träna. Det krävs ingen föranmälan, det är bara att besöka ett nybörjarpass och prova på!

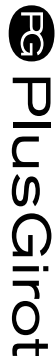
Terminsavgiften skall vara betald senast två veckor efter terminstart.

Om man av någon anledning inte kan eller vill träna ytterligare en termin krävs inte heller någon särskild avanmälan, icke betald avgift innebär att man gått ur klubben.

Terminsavgifter

Upp till 20 år:	750 kr/termin
Från 21 år:	900 kr/termin
Pensionär:	600 kr/termin
Minijudo:	600 kr/termin
Funkisjudo:	500 kr/termin
Familjeavgift:	1650 kr/termin
Passiv medlem:	100 kr/år

Klipp längs den streckade linjen



Meddelande till betalningsmottagaren

Namn	Född (yymmdd-mmnn)

PLUSGIRO INBETALNING/GIRERING A

Till PlusGirokonto/personkonto

42 02 92-5

Betalningsmottagare (endast namn)

Linköping Judo

Avsändare (namn och postadress)

Svenska kronor

öre

•
