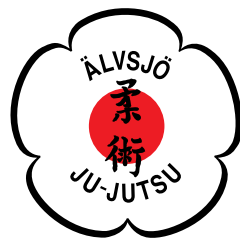




AKTIVASTE ELEVPRISET

Det är en utmärkelse för 100 % -ig närvaro under terminen som gått. Som belöning till eleverna bjuder klubben på halva terminsavgiften för kommande termin. Under höstterminen 2002 har följande fått "Aktivaste elev-priset":

Victor Rodrigues
Thomas Koskela
Lucas Wartin
Karin Larsen
Vendela Angermund



D-KURSEN

Den 2 oktober var det dags att gå D-kurs. En kurs för dem som riktar in sig på att bli barninstruktörer någon gång i framtiden. Eftersom klubben betalade *Tack* var jag såklart där kl.10.00 på morgonen. Vi var ett litet gäng från Älvsjö och det var också flera från andra klubbar där. Några hade åkt i ca.1,5 timme för att komma till kursen i vår lilla lokal.

Vi fick lära oss massor med bra saker t.ex. var alla nödutgångar finns och hur man inte ska ta av

en elastisk binda. Vi fick lära oss att planera träningar, anpassa övningar för olika åldrar, och att variera passen. Det var mycket teori varvat med att prova på gamla tekniker på nya sätt och hoppa runt för att inte blodet till hjärnan skulle strypas... dvs. vi satt inte mer än 20 minuter i sträck. Kl. 17.45 slutade kursen. Jag lärde mig mycket och har nu fått massor att ta med mig till nästa kurs. Det var väldigt kul och instruktörerna var jättebra.

/Helene J. 3 kyu

HJÄLP TILL DU OCKSÅ!

Lördagen den 11/1 samlas vi utanför dojo kl 11 för att sätta upp reklamlappar i närområdet. Alla kan vara med barn såväl som vuxna. Vi tar gärna emot hjälp från barnens föräldrar, bilburna efterfrågas speciellt. Har du SL-kort, ta gärna med det! Dagen avslutas med att klubben bjuder på gemensam lunch. Vi räknar med att vara färdigätna senast kl 14.



ORDFÖRANDEN HAR ORDET

Så var både jul och nyår överstökad. Hoppas att ni har fått uppleva en skön ledighet och att ni inte har ätit för mycket julmat. Kanske har till och med träningslusten börjat smyga sig på så här dagarna innan terminen sätter igång.

Nu när det första året i vår nya dojo är till ända kan man se att det mesta har fungerat bra, ibland över förväntan. Knatteverksamheten har till exempel visat sig bli så bra att vi nu har fler på kö än vad som kan få plats i den nya nybörjargruppen. På barnsidan har vi så många gulbälten nu att vi måste dela upp dem i två grupper. Detta kommer också att begränsa antalet nybörjare. På vuxensidan är tillströmningen inte lika stor

men varje termin får vi ett gäng nya gulbälten som just påbörjat sin vandring mot mörkare bältefärger. Framtiden ser ljus ut helt enkelt.

De som inte kunde vara med på graderingen i december har en ny chans lördagen den 22 februari. Detta gäller barn som vuxen. Även om du inte har graderat ännu så ska du givetvis träna i den grupp som motsvarar den grad du ska gradera till i februari.

Som synes av schemat längre fram så blir det inga större förändringar denna termin. För knattarnas del så kommer alla som tränat under 2002 att träna i en fortsättningsgrupp. De nya nybörjarna får en egen grupp. På barnsidan gör vi en uppdelning av gulbältena. Det

blir en grupp med bara gulbälten och en med ungefär hälften (nygraderade) gula och hälften nybörjare. Uppdelningen kommer att ske på måndagen den 13 januari. Det är det första passet för de gulbältade barnen och alla ska vara med på det passet kl. 17:30-18:30. Kan ni inte eller har några frågor så kan ni ringa Christer Engström.

Annars ser det i princip ut som förra terminen. Den stora skillnaden är att vi denna termin har många fler hjälpinstruktörer. Så även inom instruktörsleden är återväxten god. Så välkomna till en ny och rolig termin med träning och rörelseglädje åt alla!

/ Stamp

TERMINSAVGIFT

För terminsavgiften får medlemmarna förutom den ordinarie träningen dessutom delta i förbundsläger och tävlingar samt en olycksfallsförsäkring som gäller till, under och från träningen.

Om andra än de som tränar vill stödja klubben så finns även möjlighet till det. En stödmedlem kan delta i all verksamhet utanför själva träningen och har rösträtt på årsmötet om man fyller minst 14 år under året.

Vi har även en familjerabatt som innebär att den i familjen som har

högst terminsavgift betalar hela sitt belopp, övriga familjemedlemmar betalar bara halva sin terminsavgift, dock lägst 75 kr. Terminsavgiften ska betalas på medsänd postavi *senast 31 januari!*

Med den nya lokalen följde även en högre hyra, därav den höjda avgiften. Eftersom pengar till hyra är något som måste prioriteras så är vi tvungna att ta ut en *påminnelseavgift på 100 kr* om terminsavgiften inte är betald innan 31 januari. (nybörjare har till den 31 mars på sig) Om ni av olika orsaker inte kan betala inom utsatt tid vänligen kontakta din instruktör.

VAD SKA JAG BETALA?

Barn

nybörjare & gula 500 kr
avancerade 750 kr
knattar 400 kr

Vuxna

nybörjare 1060 kr*
övriga 1000 kr

Stödmedlem
både barn & vuxna 100kr

*inkl. ju-jutsupass

Hade du full närvaro förra terminen betalar du halva priset.



KLUBBMÄSTERSKAPEN

Lördagen den 16 november var det dags för KM. Dojon var fylld med ju-jutsukas, vänner och familjer som ville titta på tävlingarna. Först ut var barnens duotävling. Tre nervösa par fick visa upp sina tekniker för domarna som poängbedömde dem. Det blev väldigt jämnt, men till slut kunde vinnarna koras. Grattis Simon och Patrik till förstaplatsen!

Eftersom det bara var Anna och Eva som ville ställa upp i vuxenduo blev det tyvärr ingen tävling. Däremot bjöd de på en liten uppvisning. Tack för det!

Även knattarna bjöd på uppvisning. De två grupperna visade upp varsin kata som de lärt sig på sina

lektioner. De var mycket imponerande med både fall, förflyttningar och blockeringar.

Slutligen var det dags för vuxenkampen men då det bara var Fredrik och Thomas som anmält sig blev det endast en omgång newaza och en omgång kamp. Trots detta visades det prov på stor skicklighet och kampvilja. Segrande ur båda matcherna gick Thomas. Grattis!

När kampanget och uppvisandet var överstökade kunde dagen summeras som trevlig och lyckad. Till nästa år hoppas vi att fler känner sig manade att testa sina kunskaper på mattan.
/Sofia 1 kyu

GRADERINGAR HT-2002

3 kyu

Eva Fornaeus

4 kyu

Cecilia Kemi, Tomas Gustavsson
Malte Ehrlen, Martin Isaksson
Francisco Teixeira

5 kyu

Kristoffer Nyström, Erik Ovebring
Rasmus Lindbacke, Joaquim Ponte

3 mon

Davis Gutå, Johnny Forssén

4 mon

Emelie Höjer, Michael Söderlind
Adrian Fröjd, Axel Florin
Dennis Söderström, Jesper Stelius
Mikael Kårsell, Simon Nilsson
Tony Högsten

5 mon

Elin Ardlinger, Sheba Best
Karin Larsen, Joakim Strandbrink
Fredrik Strandbrink
Benny Forssén, Lucas Wartin
Victor Nilsson, Thomas Koskela
Victor Rodrigues
Sebastian Engström
Johan Andersson, Jonatan Kozma
Viktor Soriano, William Appelgren
Mikael Lund, Lacki Kristimus



BARN

Nybörjare	måndag	18:30-19:30	(Caroline & Li)
Gula	måndag	17:30-18:30	(Christer)
Avanc. (orange-brun)	tis & tors	17:30-18:30	(Johan K.)
Allmän monträning	varannan lördag	13:00-14:00	(Varierande instruktörer)

KNATTAR

Nybörjare	söndag	13:00-14:00	(Johan L.)
Fortsättning	söndag	14:00-15:00	(Johan L.)

VUXNA

Nybörjare & gula	måndag	19:30-20:45 &	(Viktor)
	onsdag	19:00-20:15	(Fredrik)
Orange & grön	tis & tors	19:45-21:00	(Ove)
Avanc. (blå-svart)	tis & tors	18:30-19:45	(Stampe, Kent & Johan L.)
Allmän kyuträning	söndag	15:00-16:30	(Varierande instruktörer)

TELEFONLISTA TILL INSTRUKTÖRERNA

Staffan Magnusson	81 53 60	070-588 06 98
Kent Nordlund	711 17 47	073-934 00 88
Johan Landgren	603 10 43	0733-700 297
Viktor Koelega	99 28 84	073-985 78 17
Fredrik Nilsson	645 70 85	070-495 24 42
Ove Demander	711 17 47	073-931 88 82
Caroline Stangerholt	86 86 78	070-733 50 45
Li Sjökvist	646 75 46	073-77165 77
Christer Engström	744 41 77	070-426 32 32
Johan Klange	18 44 86	070-251 53 40

SE HIT KNATTAR!

Alla ni som har tränat en termin eller mer ska från och med nu träna i fortsättningsgruppen!

SKRIV I TIDNINGEN!

Vi på redaktionen tar tacksamt emot insändare till nästa nummer av klubbtidningen på e-postadressen:
pr@alvsjojkk.org!

KALENDARIUM

vecka 2	Terminsstart	Välkommen!
11/1	Reklamdag kl 11-14	Dojon
19/1	Styrelsemöte kl 16:45	Dojon
26/1	Instruktörmöte kl 15	Dojon
vecka 4-7	Nybörjarstart	Tipsa alla du känner!
februari	Årsmöte	Dojon
18/4-21/4	Påskläger	Linköping

SJÄLVFALLET
Älvsjö JJK's klubbtidning

Redaktion: Li Sjökvist,
Helén Wilny & Johan Landgren
Lay-out: Johan Landgren
E-post: pr@alvsjojkk.org
www.alvsjojkk.org

