

Älvsjö JJK, bästa klubb. Igen!



Med 15 deltagare, eller 22% av klubbens vuxna, blev vi aktivaste klubb för andra året i rad.

Älvsjö har etablerat sig som en av landets stora lägerklubbar när vi för andra året i rad fick pokalen för aktivaste klubb på sommarlägret. Förutom denna och förra årets pokal så har vi varit nära att ta hem pokalen vid fler tillfällen men missat med några få procent. Pokalen är ett vandringspris men blir vi aktivaste klubb även nästa år får vi behålla den och då kommer den att bli en permanent syn i dojo.

Sommarläger, en självklar del av min och mångas semestrar. Hur skulle en sommar se ut om man inte fick packa dräkten, bilen söderut och kramas med andra vitklädda pyjamasdårar?

Träningen startade mjukt och lugnt, ingen idé att stressa kroppen. Vi hade ju trots allt semester. Två pass hann vi med innan det var dags för middag. I vår klubb så brukar vi dela in oss i matlag som har hand om maten en kväll under veckan. Tillgången till hemkapskapsalen är en av de mest praktiska sakerna under sommarlägret, även om det ibland är lite kaosartat. Man håller nere kostnaderna och alla i klubben kan äta tillsammans och skvallra om dagens händelser. I år kunde vi desutom äta utomhus, något som inte gjordes möjligt förra året.

Dagarna gick, träningen fortsatte

och efter dag kommer kväll. Kvällarna innehåller alltid något skoj på sommarlägret. Tradition på måndagskvällen är grillning och sen något år tillbaka är karaoke ett självklart inslag i slutet när maten ätits upp. Låtarna framfördes i rask takt och Älvsjö var som vanligt ofta uppe och sjöng för fulla halsar.

Till skillnad från förra året så fick vi sol, massor av sol. Solen kom till oss på tisdagen och då kunde man se folk småspringa mellan träningen o sovsalen för att hämta handdukar och badkläder, allt för att få så mycket tid på stranden som möjligt under lunchrasten. Att det var mycket sol syntes även på massagekvällen. När man kommer in i rummet ser man ett hav av röda nakna ryggar med inslag av kritvita streck där bikini-banden eller linnet varit. Det måste ha varit ett smärtsamt sätt att få reda på att sommaren kommit till Öland.

Lördag, dagen för hemfärd. Två kortare träningspass blir det innan klockan hinner ikapp oss. Det är dags för uppställning, medaljer, pokal, avhälsning, städning och kramar. Det är med lite sorg i bröstet man lämnar stora hallen efter att ha hälsat av, vem vet var sommarlägret hamnar nästa år. Var detta sista gången i Löttorp? Time will tell, som dom säger. Men oavsett var vi hamnar så är en vecka av min semester redan bokad, bokad för sommarläger.

/ Johan L, 2 dan





5 frågor till Cecilia Kemi, 3 kyu, som vann medalj för bästa elev i sin grupp på sommarlägret.

Värför började du träna?

För att Fia Gripenbäck var så envis och inte förstod att jag bara var artig när jag sa att "det där med ju-jutsu verkar ju roligt, man kanske skulle pröva".

Har du några uppdrag i klubben?

Förutom att ta hand om Stampe? I så fall är jag hjälpinstruktör i den vuxna nybörjargruppen, sekreterare i styrelsen, ju-jutsupassansvarig samt fuskar som "bidrags-inskickare".

Vad gör du helst när du inte tränar?

Sover. På det sättet är jag den eviga tonåringen, tyvärr. Är trött av naturen. Precis som Skalman.

Vilket är ditt favoritgodis?

Vadå? Finns det godis som inte är gott? Men måste jag välja blir det Polly.

Om du vann 100.000 kr, vad skulle du göra då?

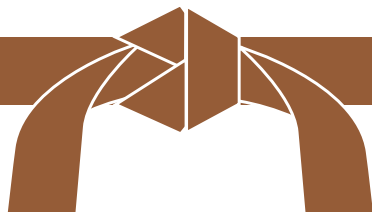
Hade helst velat svara något roligare än "Resa" (Just nu skulle jag välja Egypten) samt "Betala av lånen" (Studielånen i mitt fall), men det är sanningen, så jag håller mig till den.

Uppvisning på Gärdet

5-10 augusti arrangerades det Stockholm japanska dagar kallat Tokyo Style. Lördag 8 augusti skulle det på Gärdet vara en kampsport-supervisning och vi i Älvsjö fick en förfrågan av Hasse Greger om vi ville visa allmänheten vad vi inom Ju-jutsu kai håller på med. Självklart ställde vi upp.

Lördagen infinder sig och vi var sex stycken som hade satt ihop ett program med tydlig självförsvarsprägel, både i gi och i civila kläder, men även kamp och partävling fick varsin avdelning. Detta var en av årets varmaste dagar med en temperatur runt 30 grader, klarblå himmel och nästan vindstilla, uppvärmning kändes överflödigt. Vi tog på oss våra dräkter, kände hur vi smälte bort, klev upp på mattan och gjorde våra grejer. Jag och Cecilia körde några blandade jigo waza, Fredrik och Jocke visade kamp, Helén och Li visade hur duo går till och avslutningsvis körde jag och Helén tekniker i vanliga kläder. Stampe fick göra det han gör bäst, prata. Mycket svettiga och nöjda med vad vi gjort satte vi oss för att se vad de övriga hade att visa upp. Vi fick se iaido, judo, kendo, jodo och Goju ryu karate. Fast även om vi hade det svettigt var det nog värst för kendo-gruppen. Mörk rustning i den värmen, jo jag tackar.

/ Johan L, 2 dan



Uppvisning på Älvsjödagen

Enligt SMHI skulle lördagen den 4 september bli en solig dag men när vi körde hemifrån var det gråa moln över hela himlen men humöret var på topp ändå. Älvsjö ju-jutsuklubb skulle vara med på Älvsjödagen

Föräldrar och barn kom då och då fram till vårt bord och ställde frågor om ju-jitsu, karate och judo medan vi förstående förklarade att vi tränade ju-jitsu. Så kom det fram en äldre man och frågade om jag visste vem Viking Cronholm var. Jo, det visste jag ju. Honom har jag tränat för, svarade mannen leende. Det var på 40-talet. Sedan kom en lång men intressant berättelse om 40-talsjutsu och hur den användes. Våldigt spännande tyckte vi som lyssnade på honom.

Dags för uppvisningen. Tre barn och två vuxna visade exempel på hur ju-jutsu kan se ut till mitt informativa prat. Eftersom arrangören hade sett till att endast en förening i taget fick ha uppvisning så hade vi allas ögon på oss för en kvart. Scenen var omgiven av människor som var fascinerade och intresserade och "kolla jag kan också"-barn.

En halvtimme senare fick vi ytterligare tid i rampljuset. Helt plötsligt var arrangörerna före planeringen istället för efter så där stod jag ensam medan de andra hade gått för att titta på de andra stånden. Goda råd var dyra, vad gör man för att locka folk när man är ensam? Svaret



blev att låta alla som ville få skicka mig i golvet. Tydligt helt rätt idé för plötsligt stod ett gäng barn och ungdomar i kö för att få spöa "mästaren". En efter en fick de en snabbundervisning i kote gaeshi och o soto otoshi. Med höga smällar for jag i golvet medan flickorna höll för munnen och fnittrade förvånat över att de lyckats fälla ett svartbälte. Killarna var lika nöjda de, en decimeter längre och lika stolta som tuppar ställde de sig sist i kön igen. Alla ville ha mer. När klubbkamraterna insåg att vår andra kvart redan hade börjat så undsatte de mig och vi for alla till höger och vänster. När tiden var ute lyckades vi med svårighet få de prövande att inse att nu var en mycket omtyckt prova-på-omgång slut.

Resten av eftermiddagen fortsatte informationsarbetet. Men vi knöt också kontakter. En ungdomsgård i Älvsjöområdet ville samarbeta med oss och vi skildes åt med ett löfte om fortsatt kontakt och framtida prova-på-tillfällen för deras ungdö-

mar. En dansförening hade koll på det där med Handslaget från RF och ville att vi skulle arbeta tillsammans för att få in pengar i samband med uppvisningar på skolor. Självklart tänkte vi på idén, framför allt eftersom vi redan hade skickat ut ett informationsbrev till närområdets alla skolor.

Sammantaget var det en oerhört rolig och intressant eftermiddag. Alla som varit med fick en ros av arrangörerna och kunde gå hem med ett leende på läpparna. Och när eftermiddagen började lida mot sitt slut så tittade solen fram och det blev en strålande dag i Älvsjö centrum.

/Stampe, 2 dan



Dennis gör sig redo för bakåtfall

Graderingar

5 september hade vi en liten gradering för några som råkade vara sjuka på den stora graderingen innan sommaren. De som uppnått nya grader är:

4 mon

Tomas Sahlin

5 mon (från knattegrupp)

Per Brishammar, Veronica Fredriksson & Andreas Boijssen

Stort grattis!

Klubbmästerskap

Lördagen 13 november går årets klubbmästerskap av stapeln. Om du tränar i vuxengrupp kan du tävla i kamp, ne waza och duo, barn tävlar i duo. Ta chansen och ställ upp i en rolig tävling. Mer information och anmälningslistor kommer att sättas upp i dojo när vi närmar oss tävlingsdags. Vill du inte tävla men kan tänka dig hjälpa till med saker runt KM eller om du vill veta mer kontakta Fredrik Nilsson, frenil@alvsjojkk.org

Bingo-lotto

Du vet väl att du kan köpa dina bingo-lotter via klubben. Du får dom bekvämt hemskickade i brevlådan. Antingen så fyller du i baksidan på

en lott och registrerar ÄJJK som "din" klubb eller så pratar du med någon i styrelsen för få veta hur du ska gå tillväga för att få dina lotter.

Tack till Li

Li Sjökvist har efter många års engagemang i klubben beslutat sig för att kliva av sina uppdrag och att fokusera sig på träningen. Li har under sina 10 år i klubben varit vice ordförande, instruktör, tjeje-representant, pr-ansvarig samt med i denna tidnings redaktion. Hon var faktiskt den som grundade tidningen. Vi tackar Li för all tid och arbete hon lagt ner för klubben.

Varför är det så mörkt?

Fastigheten vi håller till i är under renovering och under sommaren har dom bl.a. målat om i korridorerna. Anledning till att det är mörkt är att dom även renoverar det elektriska ledningarna som blivit gamla och slitna. Enligt fastighetsskötaren ska arbetet vara klart

Träningsläger för alla barn

29-31 oktober kommer världens första "alla helg(m)ons läger" att gå av stapeln. Det kommer att vara i Hökarängensskola och kostnaden för 3 dagars träning inklusive mat är 200 kr. Om du vill åka på detta läger ska du prata med din instruktör eller hämta en anmälningslapp på vår hemsida, www.alvsjojkk.org.

Skriv i tidningen!

Åker du på läger, går på kurs eller upplever du något roligt hemma i klubben så skriv och berätta så att alla andra också får veta. Vi på

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

Bilder från sommarlägren



SJÄLVFALLET

Älvsjö JJK's klubbtidning

Redaktion: Camilla Lundberg & Johan Landgren

Lay-out: Johan Landgren

E-post: info@alvsjojkk.org

www.alvsjojkk.org

