



Hela sommarlägergänget samlat vid det mobila Älvsjöbadet.

SISTA SOMMARLÄGRET I HETA EMMABODA

Sommarläger i Emmaboda. Det låter kanske inte så hett, men det var det. Solen kröp fram från sin gömma bakom molnen efter två dagar och lös med sina starkaste strålar på oss under resten av veckan. När vi inte svettades i dojo så svettades vi ute på gräsmattan och svalkade oss gärna med ett dopp i poolen.

Det var fjärde året som sommarlägret arrangerades i Emmaboda och det var nog det minsta lägret som jag upplevt där. Minsta lägret till antalet deltagare alltså. Ibland förstår jag inte varför våra träningsugna kompisar ute i landet inte

åker till Emmaboda. Jag minns en lysande recension som Kent gjorde efter det första lägret och Emmaboda krossade Löttorp i poäng. Men nu när jag blivit pappa så förstår jag även varför Emmaboda tappar deltagare. Det finns inte mycket att göra om man vill ha med sig familjen (som inte tränar). Det ska bli intressant och se vart som lägret hamnar nästa år.

Men som vanligt så bjöds vi som var på plats på riktigt bra träning. Undertecknad tränade alla pass och som vanligt kördes det mycket randori i min grupp men jag gladdes

även åt Bertil Bergdahl som vågade bryta randorimöstret och köra gammal hederlig atemi på led. Precis som på film från Hongkong.

En annan som körde alla pass var Oscar i gulgruppen. Han tränade på så bra att han blev vald till bästa elev i sin grupp. Stort grattis! Men det var inte bara Oscar som fick pris. Hela klubben blev "aktivasteklubb". För fjärde gången kommer den stora bucklan att bo på hyllan i dojo under ett helt år tills det är dags för nästa sommarläger. Var det nu ska bli av någonstans. Men spännande är det.
/ Johan L. 3 dan

MONSTER PÅ LÄGER

En fredag i maj samlades en massa förväntansfulla barn och lika många oroliga föräldrar på centralen. Det är dags för årets monsterläger i Köping. Resan dit går med tåg och i Västerås håller första katastrofen på att inträffa! Bästa gossedjuret faller nästan av tåget, räddad av en dam som kliver på.

Ett läger inleds med fotografering och det är ingen lätt uppgift att samla över 200 barn på bild samtidigt. När alla väl står på plats och är redo att säga det magiska ordet (k-skrit) så rullar en liten "köttbulle" på första raden ur bild, samtidigt som en annan glatt vinkar till någon och inte alls tittar på fotografen. Till slut så blir det en bra bild där alla barnen åtminstone står på sina platser.

På fredagskvällen är det dags för en



av lägrets höjdpunkter, disco i dojon! Naturligtvis har kiosken öppnat innan. På monsterläger är kiosken en uppskattad plats. Letar man efter någon som inte tränar, så går man till kiosken. Där kan barnen som inte tränar samla ny energi i allt gott som finns att äta och allt kul som finns att göra såsom att spela spel, biljard, airhockey, läsa tidningar eller bara sitta och snacka med kompisarna.

Lördag morgon är det tidig väckning för att hinna med frukost innan första träningspasset. Alla barnen är fantastiskt duktiga och kommer iväg till alla träningspass. En öm tå, lite näsblod, huvudvärk och emellanåt väldigt trötta barn är inget som hindrar. Våra barn är jätteduktiga i dojon. Alla kämpar på så gott dem kan och lär sig en massa nya saker. Alla instruktörer, bland dem 6:e dan graderade Ola Johansson och An-

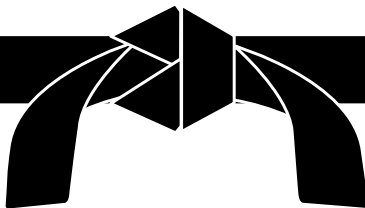
ders Bergström, har stort tålmod med alla små och stora barn som inte alltid lyssnar på vad dem säger.

Efter en hel dags träning är det gott med mat. Det bjuds på tacos och alla äter med stor aptit. Efter middagen är det dags för nästa höjdpunkt, ta-langjakten. Alla som vill får anmäla sig att vara med och göra något man är bra på. Älvsjö hade med tre nummer och David fick ett hederspris för sitt framförande av en sång på kinesiska dialekten mandarin.

På söndagsmorgonen är det trötta barn som ska väckas. Ingen vet väl riktigt hur det gick till, men när det är dags för träning så har alla hunnit både packa och äta frukost. Efter lunchen får barnen se på en uppvisning av Svenska ju-jutsuförbundets uppvisningsgrupp som kommer och visar upp tekniker med action i högt tempo. Barnen tycker det är jättestroligt att se på och några motiveras till att fortsätta lära sig nya coola tekniker.

Några barn åkte hem under helgen, en förälder kom och sov en natt, andra föräldrar hälsade på under någon av dagarna för att se sina barn träna och ha roligt. Alla barn är inte helt nöjda med att det finns regler att följa även här. Men jag lovar – monsterläger är otroligt roligt och måste upplevas på plats, självklart ska ni följa med nästa år!!

/ Monstermamman i Köping





Helén instruerar en äldre herre hur han ska slänga Johan i marken på uppvisningen veckan efter den som Stampe skrev om.

UPPVISNING VID RIKSIDROTTSMUSÉÉT

Riksidrottsmuséet uppmärksammar Ju Jutsus 100 årsfirande under 2008. Som en del av detta ska uppvisningar med prova-på-möjligheter erbjudas under tre lördagar i juli. Lördagen den 19 juli var det Älvsjös första tillfälle att hålla detta evenemang. Cecilia, Kent och jag var utvalda att sköta denna dags uppvisning. Efter att ha hämtat upp Kent åkte vi genom regnskurar ut till Djurgården där Riksidrottsmuséet ligger. Väl fram hade regnet slutat men all otur var inte bortblåst. Medan vi gick in och pratade med personalen om vem som skulle betala parkeringen så fick vi en parkeringsbot. Under de tio minuter vi var borta hann p-bolaget alltså både rulla in på parkeringen, ge oss en bot och rulla därifrån.

Maximal otur alltså! Suck!

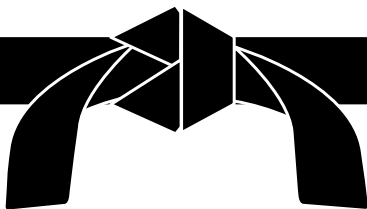
Efter denna kalldusch började dock solen titta fram ordentligt så vi plockade fram alla mattor och annat material. Ganska snart hade vi en proffsig framtoning runt om oss. Så då gällde det för oss att leva upp till den proffsigheten. Självt hade jag lagt upp en planering för att kunna arbeta kring men den var beroende av att folk kom skockande kring oss. Så var inte fallet. Istället fick jag småprata lite om ju jutsu med de som spatserade förbi medan Cecilia och Kent körde på i bakgrunden med det som de själva kom på för stunden, enligt egen utsago blev det alltså ett två timmar långt rando-ripass i lugnt tempo för att folk skulle kunna se vad som hände.

Totalt pratade vi med 20-30 personer,

ungefär hälften kom från Stockholm och resten var svenska turister med undantag av ett par Österrikare och Polacker. Bland annat var det en äldre dam som nyligen hade upptäckt att hon inte längre gick ut om kvällarna för att hon kände sig rädd. Efter lite prat och prova-på så är hon nog den troligaste att börja träna till hösten, dock inte i vår klubb.

Vår käre soke Hans Greger dök upp med sin fru och pratade lite och tog några kort. Sedan var det dags att plocka ihop och åka hem. Trots p-boten så lämnade vi Djurgården med en viss tillfredsställelse. Vi hade gjort ett ganska bra jobb och bilen var ju kvar trots att Cecilia i chocken över p-boten hade glömt nyckeln i låset.

/Stampe



UNGDOMSGRUPP

Denna termin så är vi mycket glada över att kunna meddela att vi har en ungdomsgrupp. Den vänder sig till alla monelever som är födda 1994 eller tidigare. Det är alltså ingen nybörjarträning i ungdomsgruppen. Tanken är att erbjuda en smidig övergång till vuxengrupp utan att behöva byta direkt från mogngrupp. Vi kommer att träna på de tekniker som ingår i vuxensystemet för att när terminen är slut gradera till gult vuxenbälte. Instruktörer för gruppen är Stampe och Johan L.

GRADERINGAR VTO8

2 kyu: Hampus Widén
Gengsheng Wang

3 kyu: Natalie E O'Connell,
Maria Svensson, Erik Ahlén,
Philip Goy, Maria Palmqvist,
Tobias Hellsten, Erik Söderström,
Alex Danielsson, Jean Manco
Rivero.

4 kyu: Emil Widén,
Christer Björklund,

5 kyu: Mikael Berg Andersson,
Oscar Norlander, Anders Kristiansson,
Vladislav Kha, Marco Brandi

1 mon: Vendela Angermund

2 mon: Per Brishammar

3 mon: Sebastian Carling,
Malin Olsson

4 mon: William Freidh,
Lucas Larsson Cottone,

5 mon: Jennie Goode,
Kristoffer Halldén,

Wilma Engström,
Julia Köldal, Joachim Lindgren,
Sanne Lindqvist, Alexia Petrini,
Jonas Runnerstam, Mattias Lind

STÄDNING AV DOJON 16 AUG

Innan terminen startar vill vi snygga upp dojon och städa bort allt damm som samlats under sommaren. Lördag 16 aug kl 14-16 samlas vi i dojon för att lyfta bort alla mattor och dammsuga, damma i bokhyllor och slänga annat skräp som inte ska ligga i dojon. Förhoppningen är att så många som möjligt vill hjälpa till för då går det fort. Förra gången klarade vi uppgiften på under två timmar. Alla medlemmar är välkomna, barn som vuxna. Vi tar även tacksamt emot hjälp från föräldrar.

HEMSIDAN ÄR DÖD LÄNGE LEVE HEMSIDAN

Lagom till terminsstarten har vår hemsida fått sig en välbehövd ansiktslyftning. Där hittar du alla aktuella träningstider, bilder på instruktörerna, en kalender med viktiga händelser, bilder från läger, ett ju-jutsuforum och mycket mer. Adressen är som vanligt:
www.alvsjojkk.org.

ÄJJK PÅ GRÖNA LUND

13 juli var det åter igen dags för klubbens årliga besök på Gröna Lund. Vi var där från tidig morgon till sent på kvällen. Bilden nedanför visar att det som vanligt gick väldigt knasigt till. Känner du igen dom?



REKLAMDAG 23 AUG

Lördag 23 aug kl 11-13 är reklamdagen. Då ska vi försöka locka så många som möjligt till att prova på ju-justu. Tidigare år har vi åkt runt i närområdet och satt upp lappar vid busshållplatser och på anslags-tavlor men i år tänkte vi prova något nytt.

Vi tänkte placera oss på olika centrum och knutpunkter i närheten för att, klädda i gi, dela ut lappar till de som passerar. Vill du hjälpa till? Prata med din instruktör.

6 SEPT = JU-JUTSUNSDAG

6 september är det återigen tid för ju-jutsuns dag. Den dagen har klubbar över hela landet aktiviteter för att visa allmänheten vad ju-justu är för något. Vi ska ha en uppvisning utomhus som visar varför vi i vår klubb är så bra.

Tycker du att det här låter roligt? Prata med din instruktör. Alla får vara med, barn och vuxna.

SIJÄLVFALLET ÄR ÄLVSJÖ JJK'S
OFFICIELLA KLUBBTIDNING

ORIGINAL OCH LAYOUT: JOHAN LANDGREN
FOTO: MEDLEMMARNA I ÄLVSJÖ JJK
KONTAKTA TIDNINGEN PÅ:
INFO@ALVSJOJJK.ORG



Hela sommarlägergänget samlat vid det mobila Älvsjöbadet.

SISTA SOMMARLÄGRET I HETA EMMABODA

Sommarläger i Emmaboda. Det låter kanske inte så hett, men det var det. Solen kröp fram från sin gömma bakom molnen efter två dagar och lös med sina starkaste strålar på oss under resten av veckan. När vi inte svettades i dojo så svettades vi ute på gräsmattan och svalkade oss gärna med ett dopp i poolen.

Det var fjärde året som sommarlägret arrangerades i Emmaboda och det var nog det minsta lägret som jag upplevt där. Minsta lägret till antalet deltagare alltså. Ibland förstår jag inte varför våra träningsugna kompisar ute i landet inte

åker till Emmaboda. Jag minns en lysande recension som Kent gjorde efter det första lägret och Emmaboda krossade Löttorp i poäng. Men nu när jag blivit pappa så förstår jag även varför Emmaboda tappar deltagare. Det finns inte mycket att göra om man vill ha med sig familjen (som inte tränar). Det ska bli intressant och se vart som lägret hamnar nästa år.

Men som vanligt så bjöds vi som var på plats på riktigt bra träning. Undertecknad tränade alla pass och som vanligt kördes det mycket randori i min grupp men jag gladdes

även åt Bertil Bergdahl som vågade bryta randorimöstret och köra gammal hederlig atemi på led. Precis som på film från Hongkong.

En annan som körde alla pass var Oscar i gulgruppen. Han tränade på så bra att han blev vald till bästa elev i sin grupp. Stort grattis! Men det var inte bara Oscar som fick pris. Hela klubben blev "aktivasteklubb". För fjärde gången kommer den stora bucklan att bo på hyllan i dojo under ett helt år tills det är dags för nästa sommarläger. Var det nu ska bli av någonstans. Men spännande är det.
/ Johan L. 3 dan

TRÄNINGSSCHEMA HÖSTTERMINEN 2008 (START 18 augusti)**KNATTAR**

Nybörjare + 1 streck (nyb start 31 aug)	söndag	16:00 - 17:00
2 streck och uppåt	söndag	17:00 - 18:00

BARN

Nybörjare (start 25 aug)	måndag	18:00 - 19:00
Gult	måndag	19:00 - 20:00
Orange - brunt	tis & tors	17:30 - 18:30
Ungdomar (född 1994 eller tidigare)	onsdag	18:00 - 19:15 & söndag 18:00 - 19:15

VUXNA

Nybörjare + Gult (nyb start 26 aug)	tisdag	19:45 - 21:00 & söndag 19:15 - 20:30
Orange + Grönt	måndag	20:00 - 21:15 & torsdag 19:45 - 21:00
Blå - svart	tis & tors	18:30 - 19:45
Allmän vuxenträning, alla färger	fredag	18:30 - 20:00

VAD SKA JAG BETALA?**BARN**

knattar	500 kr
nybörjare & gula	500 kr
avancerade + ungdom	750 kr

VUXNA

Alla grupper	1000 kr
--------------	---------

STÖDMEDEL

både barn & vuxna	100kr
-------------------	-------

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 lägst 14 år under året.

Terminsavgiften ska betalas på medsänd postavi **senast 31 augusti!** Om terminsavgiften inte är betald innan 31 aug så är vi tvungna att ta ut en påminnelseavgift på 100 kr. Om ni av olika orsaker inte kan betala inom utsatt tid vänligen kontakta din instruktör.

Hade du full närvaro förra terminen betalar du halva priset. Det finns även en familjerabatt som innebär att den i familjen som har högst termins-avgift betalar hela sitt belopp, övriga familjemedlemmar betalar bara halva sin terminsavgift, dock lägst 100 kr.

