



# Knutpunkten

*Svenska Jiujitsuförbundets Nyhetsblad*

Nr 2 - 2016



**Läger till minne av Kurt**

Läs också om:

- Graderingsläger för de yngre
- Svartbältesläger

## Innehållsförteckning

Ordförande har ordet	2
Till minne av Kurre	3
Graderingsläger för barn	5
Svartbältesläger. Behövs det?	8
Svartbältesläger hos JK Seisin	10
Halmstad går för vatten	12
Avslutning hos JK Seisin	13
Avslutning hos UJJK	14
Veteranföreningen Shiai	15
Familjenytt	16
På höstbesök i Japan, fortsättning	17

## Information

KNUTPUNKTEN – Svenska Jiujiitsuförbundets (SJF) informationsblad är förbundets nyhets- och informationsorgan till klubbar i förbundet och dess medlemmar. Knutpunkten distribueras på Internet via SJFs hemsida: [www.jiujitsu.nu](http://www.jiujitsu.nu)

Innehåll med text och bilder, sammanställs av redaktionen. Det står redaktionen fritt att ändra eller stryka i inskickat material. Bilderna får ej användas i andra sammanhang utan upphovsmannens skriftliga tillstånd.

### Redaktionen består av:

Erik Lorinder, ansvarig utgivare,  
[ordforande@jiujitsu.nu](mailto:ordforande@jiujitsu.nu)  
Caroline Torstensson, layout.  
Marja Durewall-Nilson, Mats Lindh,  
Felix Straumits, Johan Flakberg.  
Material skickas till  
[Marja@kurtdurewall.com](mailto:Marja@kurtdurewall.com)  
Foto: Där inget annat anges: DW-Foto, Gbg.  
Utgivningsdatum: 160612

### OMSLAGSBILD

#### MINNESLÄGER 9 APRIL

Samling framför Gansos porträtt på Kamiza i JK Seisins trivsamma Dojo, där ett speciellt minnesläger hölls den 9 april i år.

## Ordföranden har ordet



Erik Lorinder

Det är mycket att tänka på både i en väletablerad klubb och i en nystartad klubb. Allt för ofta uppfinns dock hjulet om och om igen. Mycket tid och energi kunde sparas om erfarenhetsutbytet var större. Det som fungerar bra för en klubb kan säkert fungera bra för en annan klubb också. Det är i alla fall värt att prova. Förbundsstyrelsen finns också för att stötta och ta i där det behövs. Det är bara att höra av sig.

Det finns några ledord som kan leda till framgång och ett är *gemensamt och ihop*. Det betyder att medlemmarna i allmänhet men klubbledningen i synnerhet känner att de har ett gemensamt ansvar att föra klubben mot ett gemensamt mål. Därför är det viktigt att sätta upp vad målet är. Utifrån målet, ansvarsfördelningen och det förtroendet vi ger varandra så är det helt okej att vara rak och tydlig med varandra. Ge därför varandra utrymme att vara som man är så länge man gör det man ska.

Ett annat ledord är *leverera efter löftet*. Som klubben har satt nivån har klubben också satt förväntan. Rannsaka er klubb. Vilka löften på nivån har ni satt för er verksamhet? Vad utstrålar hemsida, trycksaker, lokalens inredning och annat? Harmonierar era träningspass med den förväntan som målas upp i marknadsföring och inramning? Om inte, vad ska justeras? Reklam och information eller träningspassen?

Ett tredje ledord är *rätt från mig betyder lätt för dig*. Underlätta för varandra. Låt gärna slutet på ett pass vara inledningen till nästa. Det lyfter de olika passen och dess instruktörer genom att bjuda på en liten "cliffhanger". Tala med varandra om upplevelse från träningen. Bjud på lärdomar och erfarenheter. Det ökar

Forts. sid. 16

## Till Minne av Kurre

Vad passar bättre än att kunna arrangera ett regionsläger med titeln ”Till Minne av Kurre”?

Den 9 april var nämligen hans födelsedag och då skulle Kurre ha fyllt 92 år. Marja har berättat ”- att vara på mattan på sin födelsedag det var det bästa som Kurre visste”. Vi hade den stora äran att ha Marja närvarande på denna speciella dag och det är alltid lika roligt när Marja är med på träningarna.

Den kunskap och erfarenhet som Kurre hade var något utöver det vanliga. Kurre levde för jiujitsun och för ett humant självförsvar. Att kunna förmedla hans tankar och synsätt är en uppgift som vi ska föra vidare. Drygt 35 personer från Höör, Bjärred, Landskrona, Ängelholm, Göteborg, Uddevalla och Halmstad deltog. Vi började med en genomgång av att använda minsta möjliga kraft i våra tekniker. Vi fortsatte med detaljträning au-waza, allt för att man ska få en så bra förståelse för sina tekniker som möjligt. Vi passade även på att köra några nya tekniker för att se möjligheterna att man kan utvecklas i sitt försvar så länge man följer principerna.



*Christer Johansson, JK Seisin i försvar mot Ängelholmsklubbens nye ordförande Peter Berck.*



*Au-waza-genomgång. Benny påpekar de små detaljerna som gör så stor skillnad i försvaret.*



*Riksinstruktören visar utgång ur Bo Forsbergs kravattgrepp.*



*Skön uppvärmning inför en spännande dag.*



*Bo Forsberg, JK Seisin visar rullning över i uppvärmningssyfte.*



*Riksinstruktör Benny Ericsson i snygg försvarsrörelse.*



*Annika Gerhardsson Bernhardt, JK Seisin och klubbkompisen Sverker Carlborg.*



*Anders Hagelberg, JK Seisin övar flitigt med Anne-Maj Thomasson, Ångelholms JK.*



*Benny Ericsson i detaljundervisning på angriparen Johan Flakberg.*



*Annika Gerhardsson Bernhardt justerar de nya deltagarnas fina träningsövningar.*



*Johan Flakberg i sitt stress-träningspass.*

Därefter delades Johan och Bosse in i två grupper, knivförsvar stående och liggande med Bosse och försvar mot kontaktangrepp med Johan, allt under varierat tempo.

Nästa pass skiftade grupperna instruktörer

och innehåll. Annika instruerade försvar mot kontaktangrepp medan Benny och Johan tog hand om knivförsvar. Under passen fick instruktörerna möjlighet att berätta om sin egen erfarenhet av Kurre; det kunde vara något som han sagt eller gjort och som gjort intryck på dem. Vi fick även träna försvar mot slag och spark samt golvtekniker. Det blev ett träningspass där vi fick se på video med Ganso Kurt Durewall där han visade några tekniker och där gruppen senare skulle utföra samma tekniker som Kurre visade. Detta var ett väldigt uppskattat inslag.



*Johan Flakberg visar videoklipp från Ganso Kurre Durewalls tidigare läger. Dessa tekniker övades sedan flitigt på mattan under Riksinstruktörens vakande ögon.*

På kvällen var vi några som avnjöt en trevlig middag på restaurang Lotus och där Micke Kardell helt plötsligt visade sina nya färdigheter på buktaleriets svåra konst och där Bosse ställde upp som docka. Detta gjorde Micke så bra att han kanske rent av ska byta yrkesbana. Om Kurre hade varit med oss idag så tror jag att han hade varit nöjd med sin födelsedag.

Tack alla för ett bra och minnesvärt läger!



*Ola Wagner, Usagi Dojo Landskrona i sutemi-övning med Rickard Holm, Höörs JK.*

**Benny Ericsson**  
**Riksinstruktör**

# Graderingsläger för barn

## Läger hos Kyo

Kyo Jiujitsu anordnade vårterminens barnläger helgen den 7 och 8 maj kl. 10 – 14 på Sörredsgården. Totalt var det 60 barn som tränade varav 13 stycken kom från Falköpings Jiujitsu-klubb. 9 instruktörer och ledare höll i träningen under helgen och graderingstester genomfördes under lägrens gång. 33 barn klarade graderingstesterna och blev graderade i slutet av respektive lägerdag. Ansvariga för graderingstesterna var specialinstruktören Rolf Dahlström och förbundsinstruktören Karl-Erik Jakobsson.

Det tränades flitigt på tekniker och principer från Jiujitsu enligt Durewallsystemet som Svenska Jiujitsuförbundet följer.

I pauserna bjöds det på frukt och saft samt korv med bröd som mellanmål.

Vi tackar alla instruktörer och ledare, de föräldrar som servade oss i pauserna samt alla föräldrar som kör barnen till och från träningen.



Gruppbild från lördagens läger.



Gruppbild från söndagens läger.

## Barn och ungdomar från Falköping graderade

Träningen i Falköpingsjiujitsuklubb är igång väldigt fint. Klubben har nu ca 35 medlemmar, ca hälften vuxna och hälften barn.

Samtliga medlemmar är väldigt flitiga och inte minst barnen dyker upp på nästan alla träningar som är torsdagar och söndagar, kl 17-18 för barn och kl 18-19 för vuxna.

Thomas Crona har varit och hjälpt till med flera träningar och Karl-Erik Jacobson från Kyo har också varit uppe och hjälpt till. Det är väldigt uppskattat när de båda kommer på besök. Själv försöker jag hjälpa till i klubben så ofta jag hinner, men framförallt försöker jag handleda min bror Peter Lövholt, som trots att han bara har orange bälte får ha huvudansvaret för träningen i klubben. Peter är ju dock numera aspirant. Han kommer att delta på sommarlägret och han brinner verkligen för att få lära ut Durwallsjiujitsun till andra.

Nu till lägret.

Den 8/5 hade Kyo jiu-jitsu tränings- och graderingsläger för lägre graderade barn och ungdomar. Denna dag deltog även 13 barn och ungdomar från Falköpings Jiu-jitsuklubb.

Lägret varade i fyra timmar och innehöll en mängd olika övningar och även korta teoretiska pass.

Tre av Falköpings barn och ungdomar testade för vitt bälte med rött streck.

Fyra av Falköpings barn och ungdomar testade för gult bälte.

Sex av Falköpings barn och ungdomar testade för gult bälte med rött streck.

Samtliga deltagare på lägret kämpade på helt fantastiskt, lyssnade noggrant på instruktörerna och gjorde sitt allra bästa för att ta till sig av träningen.

Mycket glädjande så klarade samtliga 13 deltagare från Falköpingsjiujitsuklubb sina tester och det var ett mycket glatt och stolt gäng som åkte tillbaka till Falköping när lägret var slut.



Vi ses på sommarlägret!

Daniel Gustafsson

## Ungdomsläger JK Seisin

Jiu-jitsuklubben Seisin samlade 40 tal ungdomar till ungdomsläger den 2 april under ledning av Christer Johansson 3 Dan, Annika Gerhards-son Bernhard 3 Dan, Mats Mandegård 2 Dan och Johan Flakberg 5 Dan. Medhjälpare Christer Arvidsson, Mia Gunnarsson och Anders Hagelberg samtliga 3 kyu.

Träningen var uppdelad i tre gruppen och fyra träningspass med ett fika pass emellan. Lägret på fyra timmar intensiv träning avslutades med roliga lekar. Som grädd på moset skedde några graderingar av våra flitiga och duktiga ungdomar.

**Johan Flakberg**  
**JK Seisin**  
**Foto: Johan Flakberg**



*Mats Mandegård instruerar intresserade ungdomar.*



*Full fart på mattan i Halmstad då ungdomarna har eget läger.*



*Glada deltagare och instruktörer.*

## Svartbältesläger. Behövs det?

Efter mer än 30 års jiujitsu-tränande kan säkert utomstående tycka att du kan allt (borde kunna allt). Tänk vad kul, eller tänka vad tråkigt. En av många anledningar för mig att fortsätta med jiujitsu är utmaningen att utveckla, förfina samt ifrågasätta det jag själv lärt mig tidigare. Under svartbältesläger i Halmstad fick vi alla möjligheten att göra detta.

I anförande av Olof fick vi se nya träningsätt för att öva in kast, delvis taget från den franske judomästare Philippe Jacomin. Det gavs även en demonstration av två jiujitsu-katas. Olof drillade oss alla i otaliga kast både stående och offrande av stående ställning. Alltid nyttigt och kul att få möjlighet till kast med lite olika ukes. Några jämnstora och några 50% tyngre.



UR medlemmen Johan Flakberg leder falltekniken och UR-medlemmen Benny Ericsson ser något konfunderad ut.



Delar av UR värmer upp – Erik Lorinder, Roslagen och Olof Danielsson, Linköping.



Conny Akterhall och Ulf Gyllenhav har tränat många år tillsammans på Teatergatan i Göteborg 70 och 80-talen.



Riksinstruktören Benny Ericsson går igenom lägrets uppläggning – att verkligen träna **med minsta möjliga kraft**.

Min personliga favorit var au-waza (detaljträning) med Benny som dirigent. Alltid kul att hitta små riktningar, dragningar eller placeringar som gör stor skillnad. För mig som oftast är mindre än den jag tränar med skapar dessa små ändringar märkbar effekt. Vi små har den fördelen/nackdelen det fungerar bara om man gör nära nog helt rätt. Finns inte mycket styrka eller räckvidd att kompensera eventuella brister i teknikutförandet.

Under dessa två dagar fanns mycket mer att nämna. Vapen-försvar, stresstester, mötet med jiujitsukompisar och mycket mer. Vi som följde med till kvällens restaurang Alizas och valde buffé fick prova på att komponera sin



Daninstruktör Erik Lorinder assisterar vid norrmannen Arne-Ivar Hansens knivförsvar.



Rune Sandnes Norge angriper klubbkamraten Thomas Myhre.





*Sverker Carlborg, JK Seisin, Ulf Gyllenhav, SHIAI och Johan Rasmusson, Linköpings JK för hjälp att hitta detaljerna.*



*Jonna Sjöberg från nystartade Kristianstads JK Anzen in action. Jonna tränade många år för just Ganso på Teatergatan i Göteborg.*



*Biträdande Riksinstruktören Olof Danielsson visar ett knivmoment i kataframförandet. Uke: Johan Rasmusson.*



*Olof Danielsson visar utgång ur en ne-waza-fasthållning, utförd av Bo Forsberg.*



*Daninstruktör Johan Flakberg tipsar Jan Josell, Bjerreds JK och Ola Wagner, Usagi Dojo, Landskrona om en liten förbättring i tekniken.*



*Glada norrmän från Norsk Judo og Jiujiitsuclub, som trivdes fint i Halmstad vid Gansos porträtt. Tv.v. Thomas Myhre och Magnus Hardar Nilsen. Th överst Tom Rikenberg, Arne Ivar Hansen och Rune Sandnes.*



*UR-medlemmen Olof Danielsson i en snygg judokastning på Bo Forsberg.*



egen maträtt. Var och en plockade lite råvaror och lite kryddor som sedan kocken kastade på stekbordet. Kul grej.

Som svartbälte och instruktör i en liten förening, är svartbältesläger otroligt givande. För min del blir det lite av hat-kärlek. Komma till läger som mästare och få undervisning/ tillrättavisning som en nybörjare. Vid varje

läger känner man sig både frustrerad över sina brister, men stolt över det man kan och har fått lära sig.

Vi ses på sommarlägret

**Janne Josell**  
**Bjerreds Jiujitsuklubb**

---

## Svartbältesläger hos JK Seisin

Svartbälteslägret hade lockat ca 30 deltagare från de flesta klubbar i Sverige och 5 från Norge, för att träna under RGK:s ledning, bestående av Benny Ericsson, Olof Danielsson, Johan Flakberg och Erik Lorinder.

Benny inledde med au-waza träning på olika tekniker i systemet. Alltid intressant att fila på detaljer i teknikerna och fördjupa sina kunskaper.

Olof fortsatte med grunder i judotekniker som återkommer i Durewall jiu-jitsu självförsvar. Judo är även bra träning i kamp både stående och liggande. Från senaste militära erfarenheter så har det visat sig att av dem som hamnar i närmkamp i strid, så är 72% kamp i stående eller i liggande brottnings, resten är vapen, spark och slag i fallande skala. Även civila erfarenheter visar vikten av att träna stående och liggande brottnings liknande judo och jiu-jitsu. Gapet mellan verklig kamp och dojon minskar med realistisk träning, för att klara sig. Vi håller inte på med judo, utan använder det som metod för teknikträning och sparring. Det bästa och med minsta skaderisken är ne-waza, sparringen på marken och jag rekommenderar det vid varje träning några minuter.

Olof och klubbkamraten Johan Rasmusson visade två olika jiu-jitsukator, som tränades flitigt av läger- deltagarna. Enligt mig så är all grundträning kata, när man vet angrepp och gör en förutbestämd teknik. Variation, överraskning och stress saknas. En kata skapar precision i teknikerna och mängdträning. Är

även vacker att titta på ex. vid uppvisning. För effektivt självförsvar, så måste variation, överraskning och stress läggas med i olika nivåer av svårighetsgrad, med Reaktions slingan som topp.

Erik hade ett grundläggande knivpass och drilade in grunderna, avslutande med några avancerade knivförsvar med svepning av ben. Benny körde olika vapenangrepp där han hade med sig en "godispåse" av överraskande vapen, som Kurt Durewall skänkt till klubben. Piska, basebollträ, kedja, mm. gav eleverna något att svettas över.



*Johan Flakberg poängterar principerna vid ett angrepp med pistol bakifrån. Angripare är Jan Josell, Bjerreds JK.*

Johan hade stress-övningar samt ett teori-pass. Stress är komplext, men måste tränas för ökad framgång i självförsvar. För att lära sig tekniker så måste de först läras in lugnt och avslappnat. Problemet är att ett angrepp sällan är lugnt och avslappnat utan upplevs i varierande grad av obehag, skräck eller dödsångest. Att plötsligt konfronteras av kniv, pistol, flera angripare ex i en mörk gränd, kan inte tränas in helt i en dojo. Erfarenheter visar att ju mer regler, domare, olika skydd och kamp utan överraskningar på en säker plats som dojo eller i en ring, ju längre kommer du från verkligt självförsvar, vilket det finns otäcka exempel på. Sportkamp kan ge grunder, som judo mfl arter. Men självförsvar måste alltid tränas särskilt med träning som bygger på grundtekniker/kata, men som går över till variation, överraskning och olika former av stress som ljud, lukt, mörker, miljö mm. Fördelen i sportkamp som judo är att där finns mängder med variationsträning, men nackdelen är att det är helt tryggt med regler och domare som stoppar fighten när man är i underläge. Den tryggheten ger polisen i samhället om de får 112 samtalet. Du är oftast helt ensam utan hjälp på de mest oväntade ställen med angrepp på de mest överraskande sätt. Utmaningen är att hitta relevanta

dagsaktuella övningar som simulerar olika angrepp på ett säkert sätt och att eleverna känner att deras självförtroende ökar för att klara sig utanför trygga dojon. Talade också om känslan av fara. Det är många som ignorera sin känsla av fara, ex när de ska in i en hiss. Där står en person som de omedelbart känner obehag för, men många är socialiserade att vara snälla och går ändå in, för att de tror att de är elaka om de går ut och tar nästa hiss. Många har efteråt berättat om att de kände faran men ignorerat den. Lär dig att lyssna på magkänslan, den har oftast rätt. Skydda dig själv!

Benny hade träning med ovanliga tekniker som vi sällan övar, detta var mycket uppskattat!

Olof höll träning i marktekniker och sedan stående tekniker med först judo-utförandet och sedan i ett självförsvar, mycket intressant! Lägret var mycket uppskattat av deltagarna, där flera uttryckte att detta hade varit ett mycket bra läger.

Tack till Benny och Olof som gjorde hästjobbet!

**Johan Flakberg  
JK Seisin**



*Glada och mycket flitiga deltagare.*

# Halmstad går för vatten

Den 14 maj kl. 10.00 slogs dörrarna upp för ”Halmstad går för vatten”. ”Det är en promenad till förmån för Rotaryprojektet Rent vatten i Afrika, där hälften av intäkterna från insamlingen oavkortat går till rent vatten i Afrika och till de medverkande föreningarna.

Insamlingen sker genom att sponsring där sponsorer betalar 5 kr per deltagare som går



Först ut var det gulabältade ungdomar med Johan Flakberg, Mia och Stefan som tränare. Andra grupp ut var det det orangebältade ungdomar med Bo Forsberg och Christer som tränare.



Tredje och sista gruppen ut var det de grön-, blå- och brunbältade ungdomarna och även där med Bo Forsberg som tränare.

promenaden från och tillbaka till Norre Katts park, längs med Nissan. Längs med promenaden finns sponsor- och förenings-aktiviteter och Jiu-jitsuklubben Seisin var en av dom.

Sist ut var det de vuxnas tur att ha uppvisning, med ryggslottsskadade Benny som tränare, för de som gick promenaden längs med Nissan.

Det var hela 1526 stycken som gick promenaden denna vår dag. Det var många som stannade och då passade vi instruktörer på att prata om jiu-jitsuklubben och vad jiu-jitsu är.

Många av dom som gick fick även möjlighet att prova på. Till hösten hoppas vi få många nya medlemmar.

**Bo Forsberg**  
**JK Seisin**

## HÖSTENS LÄGER

**Instruktörläger**  
**1-2 okt**  
**JK Kyo Göteborg**

**Riksläger**  
**29-30 okt**  
**JK Seisin Halmstad**

**Förbundsäger/julläger**  
**10-11 dec**  
**JK Kano Göteborg**

## Avslutning hos JK Seisin

Mats Mandegård välkomnade 31 ungdomar till JK Seisins sommaravslutningsläger. Lägerinstruktörer var Benny Ericsson 7 Dan, Johan Flakberg 5 Dan, Bo Forsberg 4 Dan, Christer Johansson 3 Dan, Annika Gerhardsson-Bernhard 3 Dan och Mats Mandegård 2 Dan. Biträden var Anders Hagelberg och Mia Gunnarsson.

Ungdomarna delades upp på 3 grupper för specialträning av deras tekniker. Träningen var under två timmar med uppehåll för vätska i det varma vädret. Träningen avslutades med flera graderingar till högre grad, grattis till er alla! Isabelle Mandegård graderades till högsta ungdomsgraden 1 mon, stort grattis!



*Isabelle Mandegård, nygraderad till 1 Mon.*



*Fina balansövningar för både "ryttare" och "hästar".*



*Bosse och Anders förbereder deltagarna i "svärdskampen".*

Sedan så var det kul utomhuslekar och korvgrillning under 3 timmar med härligt väder, under ledning av Mats Mandegård.

Först så delades vuxna och barn upp i två grupper, som möttes i brännboll, men varierade träffresultat och brända löpare. Därefter var det stönade dragkamp med rep i samma grupper. Avslutades med Yosike och Kamiza lek med mjukis "svärd" och ögonbindel, där första träffen vinner. Lågsmygaren var bäst!

Bra grillat Mats och Anders, mina kalkonkorvar smakade Mumma!



*Alla ska knuffa omkull Riksinstruktören Benny!*

**Bo Forsberg**  
**JK Seisin**  
**Foto: Johan Flakberg**

## Avslutning hos UJJK

Även i Uddevalla Jiujitsuklubb har träningen avslutats för terminen. Klubben har som tradition att under den sista träningen för terminen leka några lekar barn mot vuxna. I år stod kampen mellan barnen och föräldrar. Föräldrarna bjöds upp på mattan och fick utmana sina barn i tävlingar som tunnelboll och bolljage.



*Aran är på väg över sista hindret och en av banans bästa tider.*

Som sista gren stod hinderbanan, där barnen får använda sig av sådant de lärt sig under terminen, volter framåt och bakåt, balans och att våga stå själv inför allas blickar. Sista hindret bestod i att ta sig över ledarna för barngruppen: Stig Rörvik och Ronny Tibblin. De flesta föräldrar avstod från att ställa upp i denna gren, förutom Urban, pappa och tränande i vuxengruppen. Han gick i mål

under stort jubel och applåder. Trots denna starka insats, tog barnen hem segern med flest vunna tävlingar under denna sista träningsdag för terminen.

Vi ser fram emot att se er igen till hösten.

**Caroline Torstensson**  
**Uddevalla Jiujitsuklubb**  
**Foto: Caroline Torstensson**



*Urban får Stig och Ronny att ifrågasätta vad de givit sig in i. Micke står redo att rycka in, som han gjort även för barnen.*



## Veteranföreningen Shiai

Inom föreningen uppvaktar vi våra medlemmar vid ålder som slutar på 0 eller 5 och då med start vid 50 år – ett halvt sekel – precis som vi själva är! Då många varit med oss under åren har vi redan här i Knutpunkten berättat om deras olika intressanta ”jiujitsu-judoliv” och kan därför nu hänvisa tillbaka till våra arkiv av Knutpunkten.

Vi gratulerar följande trogna medlemmar som nu följt med tiden och lagt ytterligare 5 år till sin levnad:

Först ut år 2016 var Svante Silvén JK Hontai Karlstad som blev 85 år. Om Svante har vi skrivit bl.a. i Knutpunkten Nr 1 årgång 2011. I samma Knutpunkt finner du även texter om både Kurt Wicke, Uddevalla JK som nu blivit 65 år samt vår store judoinspiratör Mahito Ohgo, hedersmedlem i SHIAI, som fyllt 75 år. Johnny Sjöström fyllde 70 år i februari månad, men kommer att fira i juli istället. Vi har skrivit om Johnnys långa jiu-jitsuliv i Nr 4 2014 med rubrik ”50 år med jiu-jitsu”.

SHIAIs tidigare kassör Jarl Öijerholm, Halmstad firade sina 80 år bl.a. med att få ett celebret besök av sina klubbkamrater från JK Seisin Christer Johansson och Benny Ericsson. Dessa båda herrar representerade även både förbundet och veteranklubben. Mer om Jarl kan du läsa i Nr 4 2013 JK Seisin 40 år.

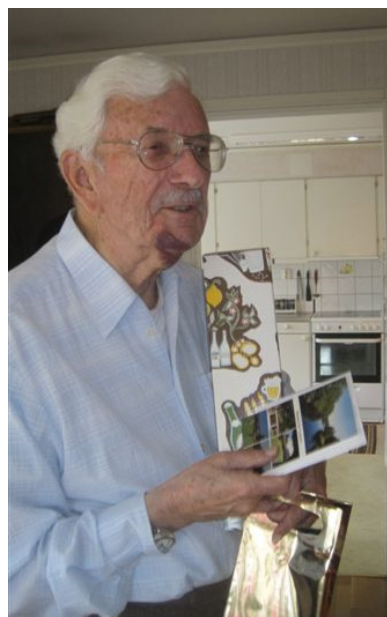
Flitig i dubbel bemärkelse är Johan Flakberg. Både på mattan och bakom sina kameror. Han firar 55 år den 25 maj och mer om Johan kan man läsa i så gott som varje Knutpunkt, men speciellt i Nr 3 2014 under rubrik Vägen till 5:e Dan.

Bruno Adler, mannen som introducerade judo i Sverige 1953, firade ståndsmässigt sina 90 år med ett hejdundrande kalas i Hindås Stationshus. En del judofighters från 50- och 60-talen var närvarande. Bruno utnämndes nu till Hedersmedlem i Veteranföreningen SHIAI och uppvaktades även av SJF med en vacker glasstatyett och fin inskription. Mer om Bruno



*Bruno Adler blev glatt överraskad av såväl Hedersmedlemsskapet i SHIAI som förbundets vackra glasstatyett*

kan du läsa när vi presenterade honom på hans 80-årsdag i Nr 2 2006 under rubrik Judo på och utan matta samt på sidan 10.



*Hedersordförande Fritz Schubert uppvakts av SJF och SHIAI.*

Litet undantag gör vi med allas vår Fritz, som nu ”bara” blir 94 år! En av förbundets stiftare Hedersordförande Fritz Schubert firade sin stora dag i hemmets lugna vrå, med uppvakting av bl.a. Svenska Jiu-jitsuförbundet genom undertecknad samt Veteranföreningen SHIAIs nuvarande kassör Dan Åkerberg. Fritz har presenterats i många omgångar i Knutpunkten, men den som vill läsa mer om hans otroliga levnadsöde rekommenderas att skaffa han bok Svensk i tysk krigstjänst (annons i Nr 1 2016).

Ytterligare en stiftare håller sig i år inom "stadgarna" d.v.s. hans nya år slutar på 0 eller 5. Det är Göran Celander som blir "pensionär" d.v.s. 65 år, men som han själv säger "jag slutar inte arbeta, för det är det mest intressanta som finns!" Mer om Göran finner du i Tidningen JiuJitsu Nr 1 1994.

Många gratulationer till samtliga jubilarer från oss alla inom den stora budofamiljen!

MDN

## Familjenytt

Den 4 mars föddes vår son Melvin. Vikt 4100 g och längd 50 cm. En hungrig grabb som gått upp 1 chokladkaka (200 g) i veckan senaste tiden, håller hög gard och jabbar med vänstern. Mamma Lotta Fornander är stolt och längtar efter att komma igång med träningen igen. Info från Pappa Rikard Brink.



Självklart Gratulerar vi alla i läsekretsen till förbundets tillökning! Hoppas få se hela lilla familjen snart tillsammans på någon träningsmatta – kanske i sommar?

*Forts. fr. sid 2.*

delaktigheten och samförståndet mellan instruktörerna. Lämna lokalen i lika gott skick som ni vill finna den. Gå en rond innan ni släcker och stänger; finns det något kvarglömt, är det undanplockat och är papperskorgarna tömda? Små detaljer som påverkar helhetsintrycket och underlättar för nästa träningspass.

Ett fjärde är att *klagomål är en gåva*. Om det framförs klagomål så är det egentligen en köpsignal. All form av motstånd är egentligen signal för intresse. Det handlar i dessa situationer om att vinna relationen på bekostnad av diskussionen. Om vi tvärtom strävar efter att vinna diskussionen kommer vi garanterat förlora relationen. Här handlar det mycket om att kunna mötas kring klubbens budskap. Se till att budskapet är konsekvent och med ett innehåll som grundar sig i er värdegrund. Se till att ni ser, hör och bekräftar medlemmens klagomål eller invändning och led in det till hur klubben kommer att göra allt för att tillmötesgå medlemmens önskemål. Var mild mot person men fast i sak; *jag förstår..., jag känner igen mig i..., jag har upplevt samma sak..., nu när jag förstår vad du söker är det enklare för mig att tillmötesgå dina önskemål etc.*

Ett sista tips är gå *från inspiration till resultat*. Uppmuntra om inspirera, stötta och hjälp till. Skapa en team-känsla som är på riktigt eftersom ni är ett team. Umgås utanför träningen, hitta på tokigheter tillsammans, prata med varandra och kom överens om små förbättringar som alla i teamet tror på. Det kommer att göra underverk.

Kör nu på så det ryker. Lycka till!

**Svenska JiuJitsuförbundet**  
**Erik Lorinder**  
**Förbundsordförande**



## På höstbesök i Japan, fortsättning

Ny dag. Nya upplevelser. Våra tre resekollegor har återvänt mot Tokyo. Tom och jag har bestämt oss för att åka med ånglok upp i bergen. Vi tar oss till stationen för att skaffa biljetter. Här byter man från Shinkansen till ett gammalt ånglok! Hur ska det gå kan kanske undras? Tåget är ett upprustat gammalt ånglok som tar oss genom ett vackert japanskt landskap med små stopp här och där med möjlighet till lite souvenirer och givetvis mat. Hitoyoshi är målet och det tar ungefär två timmar att ta oss dit. En trevlig liten resa. Kan vara skönt ibland att åka fram så där lite lugnt och skönt, att bara njuta och få insupa lite intryck.



I Hitoyoshi tillbringar vi några timmar. Här besöker vi Aoi Aso shrine, ursprungligt grundat år 806, som betecknas som Japansk nationalskatt. Givetvis ändrat med byggnader från 1600-tal, väldigt speciella. Här frågar vi en japan en liten fråga och helt plötsligt får vi en noggrann guidning genom hela området på japanska. Intressant, jag förstod nog flera ord... Nedan ser vi Tom under något bekant.



Så efter tillbringat några mycket intressanta dagar i Kumamoto med omnejd tar vi oss tillbaka till Tokyo, eller i alla fall försöker. Avfärd bestämd men vi är lite tidigt ute. Shinkansen anländer inte på ett tag så när vi sitter på stationen och väntar ser vi att ett annat tåg går åt vårt håll. Ska vi ta det? Ja, det gör vi. Snabbt in och avgång. Efter ett tag börjar vi titta på resrutten. Alla namn på japanska. Tåget stannar vid varenda liten by och går ju inte i shinkansen fart precis. Vad att göra? Undrar var vi är? Helt plötsligt ändstation så vi går av. Någon att fråga? Hittar en japansk dam och säger, Gomen nasai. Eki no Tokyo koko desu ka. Shinkansen okudasai. Nanbanzen. Eigo hanashimasuka? Ja det betyder ungefär, ursäkta, tåg mot Tokyo. Vänligen Shinkansen. Vilket spår. Förstår/pratar ni engelska? Plötsligt blir vi avbrutna av en röst med amerikansk brytning. Vi vänder oss om. Vart ska ni? Vad gör ni här på en sådan här liten station? De presenterar sig som herr och fru Seishi, japaner men boende i Palm Springs, USA sedan slutet av 60-talet. Då blir allt plötsligt lite enklare.

Tom och jag berättar om vår lilla utflykt på den japanska landsbygden. Herr och fru Seshi ler och säger häng med oss. De ska till samma station som vi och här kan vi byta till Shinkansen för att lite senare än planerat anlända åter till Tokyo. Det blir en trevlig tur med tid för lite samtal om allt mellan himmel och jord. Ja, så nu är man polare med ett par japaner boende i USA! I bland är det märkligt.

Vid ankomst till Tokyo station byter vi till Yamanote Line. Här hittar vi så denna gång kommer vi inte på avvägar. Vi tar oss till Gotanda några stationer bort där vi checkar in trötta och nöjda på Tokyo Stay. Centralt och bra. Ut för lite mat sedan åter för sömn. En ny dag imorgon.

Idag ger vi oss ut för att besöka lite speciella affärer. Som alltid mycket att se och gå igenom. Det tar alltid lite tid att åka i Tokyo och att ta sig mellan de olika ställen som kan vara

intressanta. Det är klokt att planera sina besök för att kunna vara så effektiva som möjligt. Ofta hinner vi ändå inte med mer än max tre. Vi vill ju inte stressa för mycket och det uppkommer alltid något oplanerat.

Dai Token Ichi, eller den största mässan med Japanska svärd är målet för nästa dags utflykt.



Ovan syns undertecknad förberedd inför besöket. Detta är ett måste om intresse finns för dessa föremål. Deltager gör ca 200 utställare från hela Japan. Här finns fantastiskt mycket att titta på. Mycket att lära och många med samma intresse att samtala med. Ja, vill du köpa något så går det också bra.

Här träffar jag också Abe Keigo sensei för lite samtal. Vem är Abe keigo, sensei kanske någon undrar. Abe sensei är graderad 9 Dan och Chief Instruktor i Shotokan karate, (född år 1938). En levande legend i karatevärlden.

Utställningen pågår under tre dagar så det blir flera besök, som sagt det finns mycket att lära här. Imorgon skall jag dock lämna min vän Tom bland alla föremål för att gå på en ny liten utflykt. Innan dess ger vi oss nöjda efter dagens intryck hemåt. Lite japansk mat sitter inte fel sen återvänder vi till vårt hotell i Gotanda för lite eftersnack innan sömnen drabbar oss båda.

Så är det min sista dag i Japan för denna gång. Lite presenter behöver införskaffas så vi ger oss ut i Tokyos vimmel igen. Nedan ser ni en rätt lugn shopping gata i området Harajuku. Avresedagen tar jag mig från Gotanda till Shinagawa där Narita express tar mig direkt till Tokyo internationella flygplats Narita. Här ifrån tar SAS mig helt enligt tidtabell till



En bild in i den fina traditionella dojon. Vem vill inte ha det så?



Köpenhamn och Kastrup.

Så börjar ju kaoset. För vi kan ju inte köra tåg eller hålla tidtabeller. Får till och med använda min Japanska för att hjälpa ett par japaner på Malmö station där vi helt plötsligt blev avsläppta då man omdirigerat tåget med ändstation Göteborg till att gå mot Kristianstad! Mina uttryck skriver jag inte i denna berättelse. Jodå, kom hem till slut.

Hoppas att min reseberättelse varit av intresse och att ni något så när kunnat följa mig i min resa genom Japan. Det finns så mycket att berätta om men att få det i text är inte det lättaste.

Med vänliga japanhälsningar till er alla. Vi ses kanske på något läger, vem vet.

Dewa matta. Sayonara  
**Anders**



**Svenska Jiujitsuförbundet**  
- ett effektivt realistiskt självförsvar -

柔術

## Sommarläger 2016

Nu är det dags att boka in SJF's årliga sommarläger,

**Passa på att få träna för några av förbundets bästa instruktörer.**

**Platsen är på Katrinebergs Folkhögskola i Vessigebro, Falkenberg.**

### **Ungdomsläger 29 – 30 juni**

För femte året arrangerar SJF också ett särskilt läger för er mellan 8 år upp till 14 år. Specialkomponerat tränings- program med lekar, miljöträning m m under ledning av SJF's instruktörer.

### **Vuxenläger 29 juni – 3 juli**

Gruppindelad träning efter kunskaps- nivå gör att alla kan delta. Du kommer att få möjlighet att specialträna tekniker inför nästa bältesgrad, delta på reaktionsslinga, bankett, grillkväll m m. Du bor, äter och tränar tillsammans med jiujitsuvänner från hela Norden.

### **Anmälan och information**

Det är viktigt att du bokar i tid då antal rum är begränsade. På lördagskvällen dukas det upp till bankett i matsalen och nöjespatrullen arrangerar olika aktiviteter under lägret.

Prislista för olika boendalternativ samt anmälan för både vuxna och ungdomar finns på förbundets hemsida [www.jiujitsu.se](http://www.jiujitsu.se)



## Hjärtligt välkommen!

# Ge inte upp!

*är titeln på min sista bok,  
den jag precis hann  
skriva klart.*

## Boken om mig, Kurt Durewall

Mitt liv från barndomen, över fosterhem,  
anstalter och institutioner genom  
boxning, foto, judo, jiu-jitsu, självskydd,  
förflyttningsteknik, ergonomi och det  
underbaraste av allt –  
att få dela med mig av kunskaperna  
till vetgiriga elever!



Storlek: 18 x 26 cm, inbunden  
344 sidor med över 400 bilder.

**Pris: 350:- inkl moms**  
*exkl. frakt 70 :-*  
**Välkommen att beställa!**

För mer information och beställningar

[www.kurtdurewall.com](http://www.kurtdurewall.com)

031 - 200 705

PG 42 63 29 - 9

[marja@kurtdurewall.com](mailto:marja@kurtdurewall.com)

Engelbrektsgatan 48

411 39 Göteborg