



AIKIAVISEN

白
米
道
LUNDS AIKIDOKLUBB

FREDAG 17 AUGUSTI 2007

USCHI DESHI HOS LASSE ANDERSSON I TORSBY, VÄRMLAND.

Sista veckan i juni var Johan och Moa och tränade hos Lasse i Torsby. Tillsammans med tio glada aikidokas från hela landet fick vi Lasses odelade uppmärksamhet under sex intensiva dagar. Träning i dojo eller utomhus tre gånger om dagen kombinerades med matlag, rödmålning av vägg, plockning av vinbär, bastubad och umgänge. Vi uppskattade mycket Lasses ödmjuka undervisningsstil liksom att Lasse alltid var tillgänglig för frågor och funderingar – sådant som det uppstod en hel del av under veckan.

Träningen tillät varken festande eller sena kvällar. Varje morgon inleddes med ett bokkenpass kl 07.00. Vi fokuserade en hel del på grundträning inom både vapen och taijutsu, vilket alltid behövs. På kvällsträningen blev det trångt i dojo när Lasses elever från Torsby anslöt, men samtidigt bra träning.

Veckan avslutades med en grillning på Lasses veranda som vi uschi deshis ordnade, med god mat och många glada skratt. Sen var det dags för hemfärd, och i bilen diskuterades det flitigt hela vägen kring träning, stil och tekniker.

Vi kan varmt rekommendera en veckas träning hos Lasse i Värmland av flera anledningar: den intensiva träningen, den uppmärksamme och generöse instruktören, den underbara miljön och möjligheten att lära känna andra aikidokas från andra klubbar i Sverige.

/ Moa och Johan



HÖSTSTART

Hoppas alla har haft en riktigt bra sommar, trots det ostadig vädret, mer om detta senare. Ordinarie träning kommer att starta igen nu på måndag, den 20 augusti.

NYTT SCHEMA (20/8–26/10)

MÅNDAG

18.00–19.00 Vapen grund
19.00–20.15 Taijutsu grund
20.15–21.30 Nybörjare 1

TISDAG

17.00–18.00 Barn (8–11 år)
18.15–19.30 Nybörjare 2
19.30–20.30 Taijutsu avancerad
20.30–21.30 Vapen avancerad

ONSDAG

07.30–08.30 Morgonträning
18.00–19.00 Vapen forts
19.00–20.15 Taijutsu allmän
20.15–21.30 Nybörjare 1

TORSDAG

17.45–18.45 Ungdom (12–15 år)
19.00–20.15 Nybörjare 2
20.15–21.30 Taijutsu allmän

FREDAG

18.00–19.00 Vapen grund
19.00–20.15 Nybörjare

SÖNDAG

14.30–16.00 Ungdom (12–15 år)

Från och med måndag finns nya schemalappar i dojo (och senaste nytt finns förstås också på lunds aikido.se). Om man är nybliven fortsattare (dvs om man gick nybörjargruppen i slutet av våren, eller gick nybörjarintensiven i juni) finns det nu betydligt fler pass att gå på. *Taijutsu grund* tar vid där nybörjarpassen slutade och är alltså tänkta särskilt för er. *Taijutsu allmän* är lite mer utmanande, men också bra träning och så finns det förstås en massa *nybörjarpass* man kan gå och briljera (eller repetera) på. Alla nykomlingar är också välkomna på *vapen grund*-passen. Bokken och jo tillför nya utmanande dimensioner i träningen...

BETALNING

Det är dags att betala träningsavgiften. Sista betalningsdatum är 31/8 för första terminshalvan och 31/10 för andra halvan. *Träningsavgiften är 400 kr per terminshalva för studerande, 600 kr för yrkesverksamma.* För barn är träningsavgiften 400 kr per termin, eller 300 kr om ett syskon redan tränar. *Betalning sker till BG:5861–6459, glöm inte att uppge ditt namn och vilken period du betalar för.*

UPPVISNING I REGNIGT LUND

Lördagen den 28 juni hade vi uppvisning på Stortorget i Lund. Vi körde två uppvisningar med en kvarts mellanrum. Första gången ösregnade det, andra gången sken solen. Sommaren 2007 i ett nötskal alltså. Uppvisningen gick iallafall bra, vi hade en liten skara nyfikna åskådare som stog i skydd av teaterns tak och tittade. Hör av er till Jacob om ni vill se filmsnuttar från uppvisningen.

NYBÖRJARSTART 3/9 OCH 4/9

Måndagen den tredje september kl 20.15 och tisdagen den 4/9 kl 18.15 är det dags för nybörjstart. Säg till vänner och bekanta och kom framför allt gärna till dojo själv och hjälp till. Det behövs mycket erfaret folk på mattan för att starten ska bli bra.

AFFISCHERING

Affischering är, jämte hemsidan, vår viktigaste informationskanal och för att få ett nytt gäng entusiastiska aikidoka in på mattan krävs en insats av alla i klubben. Så greppa din häftpistol och tejpulle för snart är det dags! Från och med måndag kommer det att finnas affischer och smålappar i dojo.

BARNTRÄNINGEN

Snart börjar barnträningen igen. Det finns lediga platser i båda grupperna så sprid ordet till vänner och bekanta. Den yngre gruppen är 8–10 år och den andra 11–14. Michael har erbjudit sig att hjälpa till med den större äldre gruppen i höst men vi behöver också hjälp med den yngre gruppen. Kom dessutom ihåg att dessa pass är öppna för alla! Är du nyfiken så är det alltså bara att komma och testa.

UPPVISNING I LUND OCH PÅ BURLÖVS CENTER

Aikido syns och hörs inte mycket i media. Vi ska försöka bli bättre på detta. Ett väldigt bra sätt att sälja aikido är att helt enkelt visa upp det, och det är vad vi tänker göra lördagen den 1 september. Uppvisningar kommer att hållas både i Lunds centrum och på Burlövs center. Det kommer gå åt mycket folk, så håll utkik efter listor i dojo om du vill hjälpa till. Det ska delas ut flygblad, bäras mattor och förstås tränas aikido.

KULTURNATTEN

Är i år den 15/9. Detta är ytterligare ett utmärkt tillfälle att visa upp aikidon. Vill du hjälpa till eller bara har någon strålande idé om vad vi borde göra, hör av dig till någon i styrelsen.

KAJAIKIDO OCH TRÄNING I HOLLAND

I början av sommaren var Jonas och Lina inbjudna till Lewis de Quiros grupp i Holland för att hålla läger. Det blev uppskattat och kommer göras om nästa år. Då är förhoppningen att få med ett gäng från Lund, så utbytet mellan klubbarna blir större. Holländarna är duktiga, trevliga och ofta väldigt stora...

Första helgen i augusti bar det iväg till Karlskrona och ett kombinerat paddel- och aikidoläger. Vi paddlade ut till en ö, tränade i stekande sol, badade och njöt av det plötsliga sommarvädret innan vi paddlade tillbaka igen. Samtliga lundensare höll sig storstilat på rätt sida om vattenytan, till skillnad från vännerna från Karlskrona. En tvåmannskajak hamnade upp och ned hela tre gånger, men besättningen var glad ändå och hade förberett sig noga med att stoppa mobiltelefoner och annat i plastpåsar.

LÄGER I HÖST

Många intressanta läger är på gång under hösten. Håll koll på anslagstavlan i dojo, eller på www.rensanaikidojo.com/Seminars.

/ Styrelsen genom Otto