



Det är mycket nu!

Regionen här i väst/syd har startat året med ett rasande tempo, för att fortsätta följetongen tänkte jag nämna lite om det som varit under mars månad.



GKK stod värd för regionens andra Dan-preparand-läger i mitten av mars. Denna händelse samlade mestadels brun- och svartbälten från hela Sverige. Shihan Collins meddelade tidigt att detta läger skulle fokusera på tekniker och kator upp till svart och så blev det. Vi var många som fick oss en skopa av slevan för att få vett att rätta till de sista bitarna innan olika graderingar, det är intressant att se hur kass man är fast man tror man kan nå!!! Vi fick oss också en fantastisk lektion i vikten av att andas rätt, på rätt tidpunkt och av rätt anledning, detta för att förfina våra tekniker och uppnå den yttersta sanningen. Ja det var i alla fall min tolkning, det som är fascinerande är att när jag började tänka på

hur jag andas så funkade det inte alls, jag har ju trots allt andats ganska problemfritt i 38 år samt fått två barn och det har gått bra, men nu plötsligt så infann sig vissa komplikationer. Karate är coolt. Shihan fortsatte också att påpeka hur viktigt det är att gå från 0 till 100 och det kändes nog som att det gick bättre på detta läger än förra, visst är det bra när man tar till sig någons kunskap och gör det till sin egen? Avslutningsvis tog Shihan fram alla hemliga vapen som GKK använder sig av i sin verksamhet, det var hinkar med sand för att härda fingrarna. Vidare en stor board för att härda knogarna och sist och absolut tyngst något verktyg för att stärka underarmarna. Det blev en tung avslutning på ett trevligt och inspirerande läger.

Två veckor senare samlade Sensei Bosse Lantz och Sempai Tony Gullbrandsen till möte. Det var dags för terminens kata-squad. Denna gång var alla oavsett grad välkomna, detta ledde naturligtvis till en stor spridning mellan graderna. Men vem kan vara mer lämpade som regionens ansvariga inom kata än Sempai med sin ungdomliga iver samt Senseis mognare inställning att träning ger färdighet. Sempai inledde passet med en kort teoretisk genomgång om vikten av att gå kata därefter flyttade vi bokstavligen tyngdpunkten neråt. Sempai påpekade vid ett flertal tillfällen hur viktigt det är med låg tyngdpunkt i kata för att därigenom uppnå perfektion. För att råda bukt på vår okunnighet hade Sempai valt ut små sektioner ur olika kator som vi tränade lite mer intensivt. Detta ledde till att när vi sedan satte ihop katorna igen hade vi ett bättre fokus och driv på hela katan. Senare under dagen delades gruppen i enlighet med god tradition i hög och lågbälten, sedan fortsatte vi uppåt i katornas mystiska värld under Sensei Bosses ledning.

Vänligt men kyokushin,
Nina, Banzai



Individuella RM i Göteborg 8 maj

Plats Lundbystrands idrottshall.

Sista anmälningdag 20 april.

Uppge vid anmälan:

Namn

Vikt

Grad

Ålder

Tränat antal år

Tävlingserfarenhet antal år

OBS: Om möjligt bifoga gärna en bild i halvkroppsformat för att användas i programmet. Detta för att göra tävlingen så attraktiv som möjligt för publiken.

Vi ser fram emot ett givande arrangemang för tävlande och publik och hoppas på ett stort deltagande. Vi planerar även för någon form av samkväm i anslutning till tävlingen, så passa på och boka upp helgen. Vi kommer dessutom att kunna erbjuda olika förmånliga övernattningsmöjligheter med tillhörande transport.

Gå in på www.banzai.se och håll er uppdaterade via vår RM-länk.

Bästa hälsningar

Arrangörsklubben

Banzai Karate Kai

Tfn.031-231154

Fax.031-231115

Mail. info@banzai.o.se

EM i Bulgarien

Sverige representeras i Bulgarien av två deltagare i kata och fyra i fighting.

Kata, herr - Johan Isberg, Östersunds Budo Kai

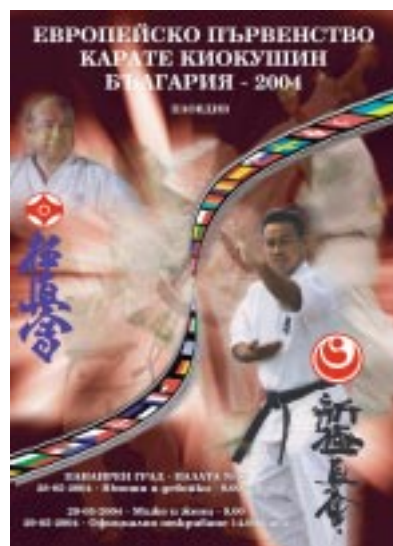
Kata, dam - Lotta Kronåker, Stockholms Kyokushin

Damer +65 kg - Maria Stensson, Göteborgs Karate Kai

Herrar -80 kg - Jimmie Collin, Banzai & Andreas Almén,
Linköping Kyokushin Center

Herrar -90 kg - Shaban Shipoli, Banzai Karate Kai

Truppen coachas av Shihan Håkan Nygren. Country representative shihan Michael Söderkvist, shihans Collins och Fitkin kommer också att finnas på plats. På domarsidan representeras Sverige av senseis Naser Ghanbari och Camilla Wigardtsson.





Shihan Collins bok innehållande graderingstekniker för MON-bälten kommer att finnas till försäljning inom kort. Mer information i nästa SKK-info, håll även utkik på hemsidan, www.kyokushin.se



Stort GRATTIS till Wanessa Lassarp, Östersunds Budo Kai, som vid SM i karate tog hem silvermedaljen i klassen damer +60 kg.

DANISH OPEN 2004

Herrar, lättvikt

1. Vasily Khudiakov, Ryssland
2. Kim Holm, Danmark
3. Gabor Buzas, Ungern
3. Daud Nakasthiov, Ryssland

Damer, lättvikt:

1. Simon Orsloya, Ungern
2. Dagmar Christen, Schweiz
3. Hanne. P Nielsen. Århus (Ashihara)
4. Bartók Julia, Ungern

Herrar, mellanvikt

1. Jimmy Collin, Sverige - Banzai
2. Andreas Almén, Sverige -
Kyokushin Center Linköping
3. Christian Christensen, Danmark
3. Kenneth Emde, Danmark

Damer, tungvikt:

1. Veronica Szovetes, Ungern
2. Demeter Monika, Ungern
3. Daniela Erkelenz, Sverige - Banzai
3. Natasha Gottschalk, Danmark

Herrar, tungvikt

1. Ivan Berdinkov, Ryssland
 2. Maxim Shevchenko, Ryssland
 3. Benno Rasmussen, Danmark
 4. Brian Jakobsen, Danmark
-

Genomgång för domare

Samtliga domare som avser att vara med och döma vid RM i Göteborg ska infinna sig i Banzais dojo på Hisingen på fredagkvällen för domarkurs / genomgång. Start 20.00 och beräknad sluttid ca 22.00.

I nästa SKK-info...

Påskläger 2004 - reportage och bilder
Läs allt om Danish Open
Nationell squadträning i Göteborg
och naturligtvis mycket mer!



Nationell Squadträning i kumite 1-2 maj

Shihan Håkan Nygren håller läger på Banzai i Göteborg första helgen i maj. Alla fightingintresserade är välkomna utan krav på tävlingsdeltagande. Träningen kommer att vara inriktad på teknik, rörelse och snabbhet. Shihan kommer även att hålla individuella utvecklingssamtal med landslagsmedlemmarna.

Träningstider:

Lördag den 1 maj; klockan 11.00 - 12.30, 14.00 - 15.30

Söndag den 2 maj; klockan 10.00 - 11.30, 12.30 - 14.00

Pris; 60 kronor för deltagare som inte tillhör landslagstruppen.

Möjlighet att övernatta i dojo finns.

Vid eventuella frågor som är av praktisk karaktär vänligen kontakta Banzai Karate Kai på tfn 031-231154 eller Mikael Andersson på 0707-651 311.

SOMMARLÄGER 18-20 JUNI

Stockholms
Kyokushin
för mer info, kontakta
shihan Brian Fitkin

Deadlines

2004

7 maj

4 juni

SKK's Kansli

Box 12090
402 41 Göteborg
Pg 9 84 92-2
skk.kansli@swipnet.se

Kalendarium

2004

April

- 9-11 april Påskläger, Östersund
17 april Danish Open, Köpenhamn
24 april Regionsträning, kata, Stockholm kl 11-15
25 april Regionträning, kumite, Uppsala kl 13-17 För mer info: Martin Aparicio 0708-744470

Maj

- 1-2 maj Nationell kumite squad, Göteborg, kl 11.00
8 maj Individuella RM, Göteborg
28-29 maj EM för juniorer och seniorer, Bulgarien

Juni

- 18-20 juni Sommarläger, Stockholm
24-27 juni Danska sommarlägret

Juli

- 20-24 juli Ungerska sommarlägret, mer info på www.stabilitas-sport.hu

Augusti

Har ni något på gång på klubben? Se till att just ert event finns med på kalendariet i både info och på hemsidan!