JUDOKAS

Nr 2 2009

Web: www.linkopingjudo.org
E-post: info@linkopingjudo.org
Nya Tanneforsvägen 13
Telefon klubben: 013-14 92 24
Organisationsnr. 822001-9494
Plusgiro: 42 02 92 – 5
Redaktör: Kristina Loinder
Ansvarig utgivare: Johan Rasmusson

Rei!

Vi närmar oss slutet på en fin vårtermin med en rekordvarm aprilmånad och flera härliga dagar i maj. Hoppas att ni alla får en skön sommar med behövlig ledighet och verksamhet utomhus. **Sommarträna med oss gratis!,** tisdag- och torsdagkvällar, kl. 18.30 - 19.30, 2 juni - 20 augusti. Under juni månad, direkt efter sommarträningarna, kl. 19.30 - 20.30 kommer gästinstruktörer från andra inriktningar som tränar med oss en timma. Garanterat annorlunda och lärorikt! Alla som tränat Budo en termin och är över 7 år är välkomna på våra sommarträningar!

Betala gärna avgiften för höstterminen 2009 eller bli stödmedlem för 100 kr innan 1 juli! Alla som gör detta är med i en **utlottning av en judodräkt** och sportkläder från vår butik**! Den ordinarie höstterminen startar måndagen den 24 augusti. Städ- och reparationsdagar blir måndag 17 augusti och onsdag 19 augusti , kl. 17-20.**

Vi i styrelsen vill tacka alla medlemmar, föräldrar, tränare och funktionärer för era insatser i vår! Det är vad vi tillsammans gör som är Linköping Judo. Linköping Judo är en klubb där alla är välkomna. Man ska kunna träna judo och jiujitsu effektivt och säkert hos oss. Vi ordnar även uppvisningar, judobarnkalas och minnesvärda aktiviteter för företag och skolor. Pröva oss! Rekommendera oss för andra! Linköping Judos styrelse vill speciellt lyfta fram några av vårens insatser:

- Uppvisningsgruppens arbete att visa upp vår verksamhet
- Jämställdhetsgruppens arbete att öka andelen tjejer och kvinnliga tränare
- Sponsorgruppens arbete som gett väsentliga tillskott till ekonomin
- Lokalgruppen som ordnat nya möbler och städrutiner
- Informationsarbetet om tränarroll och säker träning
- Tidningsgruppen omformning av klubbtidningen Judokas
- Mediagruppens arbete med information och hemsidor
- Valberedningens arbete för nya, effektivare arbetssätt
- Deltagande på Pokaljakter, Distriktsmästerskap och övriga tävlingar med tävlande, funktionärer och entusiastiska föräldrar

TACK!

Inför hösten vill vi gärna ha ännu fler medlemmar och föräldrar som praktiskt kan bistå Linköping Judo, t.ex. i grupperna ovan. Vi söker även nya tränare och hjälptränare för bland annat Minijudo och Graderingsträning. Vi har roligt tillsammans. Fler händer gör sysslorna lättare för alla. Alla platsar, alla behövs i Linköping Judo. Besök våra hemsidor ofta, **www.linkopingjudo.org** för aktuell information, schema och diskussionsforum. Du kan även kontakta oss i styrelsen, personligen eller via e-post: **info@linkopingjudo.org**.

Varma sommarhälsningar från Linköping Judo styrelse!

Johan Rasmusson, ordförande.

Nya hemsidan

- www.linkopingjudo.org -

Linköping judo har fått en ny hemsida och en ny kommunikationsform. Kom in och ta del av informationen och nyheterna som finns där, och registrerar du dig på forumet så kan du skriva om sådant du undrar över eller tycker är viktigt också. Vi vill ha en levande sida där den gemytliga och respektfulla stämningen i lokalen också gör sig påmind.

Vill du kan du ladda ner och skriva ut vårt informationsmaterial och sätta upp på jobbet, skolan, fritids, pizzerian, mataffären... Det är kul om vi blir fler!

Errol Tanriverdi

Förälder – titta hit!

Du som är förälder till ett barn som tränar judo vet vilken fin sport vi håller på med. Du vet också att Linköping Judo är en seriöst arbetande klubb, med duktiga och engagerade tränare. Du vill antagligen gärna göra något för klubben. Det kan du göra, utan att anstränga dig alltför mycket. Man måste inte vara med i klubbstyrelsen för att göra en insats. Allt efter tid, förmåga och intresse finns det många saker man kan göra för att stötta klubben. Här är några exempel alla kan göra:

Gå in på klubbens hemsida och leta rätt på affischerna och annat material som finns där. Skriv ut sakerna på en färgskrivare och sätt upp på anslagstavlan på jobbet i affären och i barnens skola. Det är ett viktigt jobb som är enkelt att göra.

En annan sak som är ännu enklare är att tala väl om klubben i olika sammanhang, för barnens kompisar, i barnens skola, i andra sammanhang där ditt barn har någon annan aktivitet, på din arbetsplats, etc. Hjälp helt enkelt till att sprida kunskap om klubben. Vet du inte vad du ska säga? Titta in på hemsidan, där finns massor av information. Men bäst blir det naturligtvis om berättar med egna ord (eller barnens ord). Det når alltid längst.

Allt det jag har skrivit handlar förstås om att få fler människor, barn, ungdomar och vuxna att börja träna hos oss. Det handlar alltså om ekonomi. Om du är i den ställningen att du har möjlighet kan du också stötta klubben rent ekonomiskt på flera sätt. Om du kan förmå din chef att sponsra klubben med en peng, mot att vi gör reklam för företaget på hemsidan, är vi otroligt tacksamma. Som tack kan vi köra en prova-på-träning för företaget i vår dojo. Ett annat sätt är att bjuda barnens kompisar på judokalas. Ett mycket trevligt event som vi tar en tusenlapp för. Att köpa barnens judodräkter i vår shop är ju ett annat sätt att sponsra klubben.

Sten Sunnergren

Uppvisningsgruppen

Som du kanske vet har vi en uppvisningsgrupp i Linköping Judo. Vi uppträder vid olika tillfällen för att visa människor att judo finns och vad vi gör. Vi visar både uppvärmningstekniker och judotekniker. Vi har väldigt roligt när vi visar upp oss. Folk som ser oss uppskattar det vi gör och en del hör av sig och vill börja träna. Ibland kör vi prova-på-pass, där folk får komma upp på mattan och testa.

Vi har både ungdomar och vuxna i uppvisningsgruppen. Vi vill gärna ha fler medlemmar i gruppen - gärna yngre ungdomar. Kom med du också! Du måste inte deltaga varje gång, men jag vill gärna kunna nå dig (eller en förälder) via email.

Det senaste året har vi haft uppvisningar vid följande tillfällen:

- aktivitetsdag i Vikingstad i september
- lunchuppvisning vid Restaurang Husman i Mjärdevi i oktober
- vid klubbmästerskapet i december
- lördagsuppvisning vid Budo&Fitness-butiken i januari
- vid en aktivitetsdag i Collegium i mars hade vi en prova-på-träning för ungdomar i åldern 8 - 12 år
- vid DIVA-mässan (tjejer 12 – 19 år) på Arbis i april hade vi en uppvisning och prova på i både judo och jiujitsu (självförsvar)

Som synes en blandning av publik och platser. Men hela tiden har vi kul. Det blir som ett extra roligt träningspass.

Vi anordnar också prova-på-träningar i vår dojo. Ett perfekt event vid t.ex. kick-off på företaget eller födelsedagskalaset.

"*Vid uppvisningen vid Restaurang Husman i Mjärdevi kastade Tjorbjörn Jemander Lasse Karlsson i en O-goshi.*"
Foto: Johan Rasmusson

Sten Sunnergren

Emma – judotjej

Den stora majoriteten av tränande i Linköping Judo är killar, men det finns tjejer som också trivs bra med att träna judo. Jag fick en pratstund med Emma Sundberg efter träningen en lördag i mitten av april.

Emma är 15 år, och berättar att hon har tränat judo i 4-5 år. ”Det började med att jag provade på en massa olika sporter när jag gick i mellanstadiet” berättar Emma, ”och judon gav mersmak”. ”Det bästa med judon”, fortsätter hon, ”är variationen. Det är en ständig utveckling, man lär sig något nytt varje gång”.

Jag undrar om hon har något särskilt mål med sin träning. ”Att träna judo är ett kul sätt att hålla igång på”, säger Emma. Hon berättar att hon ännu inte har tävlat i judo, men att det finns funderingar i de banorna. Hon berättar vidare att hon har hoppat in som hjälptränare vid några tillfällen. ”Det var kul, och man lär sig väldigt mycket själv när man lär ut” säger hon, men vill inte vara huvudtränare för någon grupp som läget är nu: ”jag går i skolan i Norrköping, så det vore svårt att få till rent praktiskt, jag tränar nästan bara på lördagarna just därför”.

Jag frågar hur hon tycker det är att vara tjej i en mansdominerad sport/klubb. ”Det vore jättekul om fler tjejer upptäckte vilken kul och varierad sport judo är”, säger Emma. ”Kanske skulle en ren tjejgrupp vara ett sätt att få fler tjejer att stanna i klubben” säger hon. För att fler tjejer ska hitta till Linköping Judo föreslår hon att man sätter upp lappar på anslagstavlor på så många samlingsplatser som möjligt, t ex skolor. ”På påsklovet var jag med och visade upp judo på en tjejmässa (DIVA), och det var jättekul” berättar Emma. ”Hoppas att några blev nyfikna nog för att vilja prova på själva”. Jag håller med, och så skiljs vi åt efter att ha önskat varandra en god fortsättning på helgen.

Kristina Loinder

Butiken

I vår butik tillhandahåller vi judodräkter och tillbehör. All ev vinst går till driften av klubben. Här finns bl a att köpa:

Judodräkter:	
120 cl	450:-
130-140 cl	500:-
150-160 cl	550:-
170-180 cl	600:-
190-200 cl	650:-
Bälten (alla färger)	80:-
Extra judobyxor:	
120-160 cl	200:-
170-200 cl	300:-
Klubboverall	500:-
Judopass	100:-

En mer utförlig lista över sortimentet finns på hemsidan!

Träningsavgifter höstterminen 2009

Aktiv medlem t o m 20 år	600:-/termin
Aktiv medlem fr o m 21 år	700:-/termin
Passiv medlem	100:-/år
Familjeavgift (oavsett antal aktiva)	1300:-/termin
Minijudo	350:-/termin

Avgift betalas till klubbens plusgiro: 420292-5

Höstterminens ordinarie träning startar 24:e augusti.

För aktuell information besök vår hemsida: www.linkopingjudo.org

STORT TACK TILL KLUBBENS SPONSORER!