

4. **Lette vekter:** 2. serie m/ øvelser (som 1. serie).
5. **Boksing:** Punchball eller skyggeboksing, høyt tempo.
6. **Strecking:** Bevegelsestrening/uttøyninger. **UIK**

O. M., Kristiansand S.

Når blir det arrangert C-kurs og hvem kan delta?

SVAR:

UIK har planlagt første C-kurs til begynnelsen av 1984. Vi jobber nå med opplegget for dette, og fra plannene kan vi røpe følgende:

C-kurset går over tre week-ender, hvorav 1. week-end består i å ha deltatt på minst en av trenersamlingene som arrangeres av UIK/Macconnell.

Minimumskrav ellers vil være:

- Autorisert trener i minst 1 år.
- 1. kyu for deltakelse, 1. kyu for å bli autorisert trener II (C-kurs). (Kan gis dispensasjon).
- Trenererfaring med trening av viderekomne. **UIK**

Fra flere hold har det kommet spørsmål om regionstrening/regionsinn-deiling:

SVAR:

N.J.F.'s målsetting med å etablere regionsinn-deiling var:

- Grunnlaget for å gjennomføre samlinger i de enkelte kretser ble ofte for «tynt».
- Ved å åpne for samarbeid mellom nabokretser, kunne det bedre nivå og interesse for felles trenings-samlinger av eliten.
- Skape/etablere sentra for judo på høyt nivå også utenfor Oslo.
- Bedre mulighetene til talentene fra distriktene til å bli rekruttert til landslagene.
- Være Macconnells «utstrakte arm» for hele Judo-Norge.

Stoff til Norsk Judo

Hvis noen skulle få ånden over seg, les: SKRIVEKLØE, når det gjelder stoff til bladet, så følger her de aktuelle datoer for innsendelse av stoff:

- 21. september.
- 16. november.

Bladet kommer ut henholdsvis 20.10. og 20.12. **Red.**

Vi er fullstendig klar over de «umulige» avstander som eksisterer her på berget. Når det ikke er mulig å putte Norge inn i ovnen og lage en rund kake ut av landet, må vi gjøre så godt vi kan for å kompensere dette.

Regionsordningen er på ingen måte ferdig utviklet. Den er funksjonsdyktig i de delene av landet der det i dag eksisterer treningsmiljø på akseptabelt nivå.

De delene av landet som i dag faller utenfor de etablerte sentra, vil om-

gående bli del i regionsordningen, når det kan vises til judonivå og treningsvilje som påkreves.

Kritikken på å kalle regionen som er etablert i Trøndelag for Region Nord, har vi tatt til følge. Den er nå omdøpt til Region Midt-Norge. (Nå får vi vel kritikk fra Oppland/Hedmark?). **UIK**

Dette var første runde med spørsmål og svar.

Send inn dine spørsmål. Det er din respons på denne spalten som avgjør om den skal fortsette eller ikke.

Terminliste høsten -83

SEPTEMBER

11.	Blindern Cup	Blindernhallen
9.—11.	Trenerseminar i Trondheim	
10.	Åpent Hollandsk - Damer	Haag
11.	Blindern Cup III	Blindernhallen
24.	Trønder Cup	Trondheim
24.	Billman Cup	Husqvarna
24.	Åpent Svensk - Damer/Herrer	Lund
24.	Int. mesterskap	Nordheim, V-Tyskland

OKTOBER

1.—2.	NM jr. lag og indiv.	Trondheim
8.	NM herrer lag sen.	Oslo
8.—9.	Åpent Britisk - Damer	London
13.—16.	VM herrer senior	Moskva
22.	Oktober-lekene	Krogstad
15.	Landsstevnet - Gutter	Bergen
29.	Landsstevnet - Piker	Ås
30.	Blindern Cup IV	Blindernhallen
16.	Knalle Cup	Nacka

NOVEMBER

5.—6.	Nordisk Mesterskap - Damer + jr.	Åbo
12.—13.	EM jr. herrer	Papendal, Holland
12.—13.	NM damer lag + indiv.	Florø
18.—19.	Lederseminar på Sundvollen	
20.		
19.	Billman Cup	Borås
26.—27.	Åpent Skandinavisk - Herrer	Helsingfors
19.	Granger Cup	Oxelösund
26.—27.	Toyota og Knalle Cup	Borås

DESEMBER

4.	Sandefjord Cup	Sandefjord
10.—11.	Åpent Skandinavisk - Damer	Åbo
17.—18.	EM lag herrer	Polen

SØRLANDET

har fostret mange navngjetne personer, både med poesi i årene og andre talenter. De kan nevnes i rask rekkefølge: Wilhelm Kragh, Tjøtta, Julius Hougen (med sine snekkekåserier), Karsten Johansen og Kay Otto Nilssen. Derfor var det med spenning vi så frem til stoff herfra, men hva skjer — svært lite.

Årsaken til dette er, ifølge kretsens formann, at all aktivitet legges ned fra ca. 1. juni til midten av august når sommeren er over.

Alt dreier seg kun om snekka, sol, saltvann, spise nykokte blåskjell på holmene. Ja, i det hele tatt kunne ligge rett ut å duppe i bølgene. — Eia var vi der ---

Vest-Agder judokrets

Kretsen består i dag av fire klubber: Budosør, Iveland, Kjevik og Vennessla, med tilsammen 236 medlemmer. Det er med beklagelse Norsk Judo får høre om tingenes tilstand i Vest-Agder Judoutvalg for tiden av formann Kjell Skofteby.

Beklageligvis viser det seg også der at det er noen «Tordenskiolds soldater» som har trukket kretslasset i flere år, og når disse gir seg eller nedtrapper, så er det ikke så mange som er villige til å være med å overta.

Det er forståelig at å sitte i et administrasjonsapparat som judokretsen må bli, ikke er så gøy som å være med i klubben. Der er en EN i et tema, en virker som instruktør eller gjør noe konkret for sitt «nærmiljø», som det så fint heter: Til Vest-Agders trøst kan jeg si at dere ikke er alene om disse problemene, men la nå ikke det bli noen sovepute.

Jeg er hellig overbevist om at det rundt omkring, både i Vest-Agder og andre steder, sitter folk som overhodet ikke er interessert i å drive med aktiv idrett, men har administrativ legning.

Gå ut i bygda og byen og trekk disse med. (Dette er lett for meg å si som er medlem av et I.L. med 1500 medlemmer, hvor vi har vært uten formann i et halvt år.)

Ifølge Skofteby så er det ikke hel-svart. Kretsen vil ta ut folk og sende dem på samlinger etc., men som

han sier selv, han MÅ prioritere skolegangen denne vinteren, men neste år kommer han igjen for fullt.

Regionstrening

Det skal ikke stikkes under en stol at kretsen ikke er helt fornøyd med forbundets «distribusjon» av rikstreneren Tony Macconnell. Tony er en inspirasjonskilde for trenere og utøvere over hele landet, og burde derfor når han først er en uke i Vest-Agder, også holdt treningssamling og ikke bare redigere video.

Videre smiler en litt av forbundets opplegg med landslagssamling i Oslo en lørdag i måneden som har to timers varighet (for egen regning med rette). Det virker mer som en vil tekkes utøverne i Oslo-regionen enn å satse seriøst på landslagskvalitetsfrening. En slik trening burde ha minst 10 timers aktivitet.

Klubbaktiviteten

Kretsen består i dag av fire klubber med nesten 250 medlemmer — i tillegg kommer Lillesand JK som er blitt et assosiert medlem av kretsen. Klubbene har et forholdsvis stabilt medlemstall. Imidlertid, det store problemet er at nybegynnerkursene stort sett består av mindreårige, og 90 prosent av disse går opp til gult belte, men bare 20 prosent av disse igjen fortsetter.

— Hva med markedsføringen på ungdomsskolene og de videregående skolene i kretsen?

— Det mest positive, som mange andre bør merke seg, er at de beste utøverne fra både Lillesand og Vennessla kommer to ganger i uken til Budosørs lokaler for å trene. «Det-te», sier Skofteby, «er med på å skape en fin atmosfære klubbene imellom, både blant utøvere og ledere.»

Med dette i tankene tror jeg det skulle være liv laga for kretsapparatet.

Her har vel enkelte andre kretser mye å lære av Vest-Agder. Det er tull å tro at en kan få verdensmestere ved hjemmeavl, en må ut og hente inspirasjon fra andre.

Kretsens planer for nye klubber er ennå noe i det blå, med Grimstad er det stedet som den i første rekke vil satse på, selv om det ikke blir aktuelt før i 1984, sier Skofteby til slutt.

Noen sluttord

Norsk Judo vil få komme med kritikk til Vest-Agder Judoutvalg og en advarsel til de andre. Her har vi et medlemsblad alle (håper jeg) ønsker skal komme ut. Bladet skal ha et innhold som er lærerikt, interessant, et medlemsblad fra landsdel til landsdel, ha ferske nyheter internasjonalt og nasjonalt, terminliste, lesernes spalte etc.

Hva skjer?

Her får en krets melding i god tid om å skaffe stoff til veie fra kretsapparatet og klubbmiljø, men hva blir gjort? — *ingen ting*. Det som er skrevet er tatt ut fra en telefonsamtale med kretsens nye formann. La ikke slikt bli Norsk Judo's fremtid — sørg for å sende inn stoff i tide.

Jeg tillater meg herved å sette opp følgende rekkefølge på stoff fra de neste kretser (stoff en måned før):

- 20.10. 83 Møre og Romsdal Judoutvalg.
- 20.12. 83 Oslo Judokrets.
- 20. 2. 84 Vestfold Judoutvalg.

AW

Landslagskandidater

Som nevnt innledningsvis — Sørlandet har fostret mange navngjetne personer.

Kay Otto Nilssen er i judosammenheng en av dem. Han var den første som klarte å skaffe «gamle» Norge en medalje i et internasjonalt mesterskap.

Vi var ikke lite stolte når han kom hjem med en bronsemedalje etter EM for juniorer i San Marino i 1981.

Nå er Kay Otto alene om å være landslagsaktuell fra Vest-Agder.

Erik Brunvatne har vært fast inventar på laget det siste året. En virkelig fighter som har hatt en positiv utvikling, til tross for et år i det militære. Noe av dette skyldes vel at han kom inn ved idretstroppen på Elverum, hvor de får fri for å delta på landslagssamlinger og stevner samt tid hver dag til egentrening.

Kanskje noe for andre lovende judokas også?

På spinnesiden har Hans Badertscher tro på at både Anne Berit Svendsen,

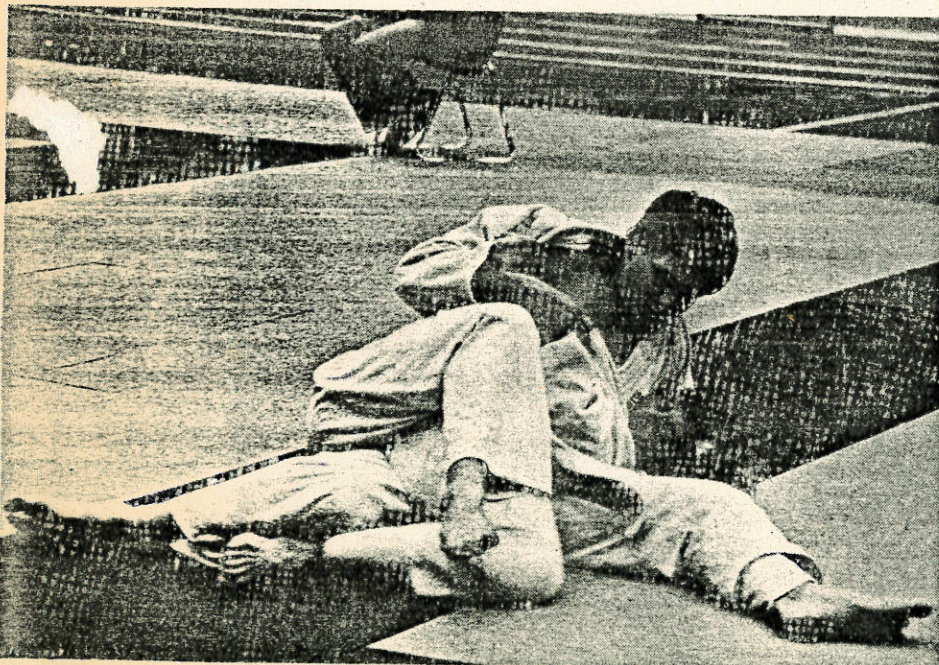
Vennesla JK, og Hanne Pedersen, Lillesand JK, skal kunne være med å kjempe om representasjonsoppgavene i tiden fremover.

Dette bare beviser igjen at selv om du kommer fra distriktene, er ingen vei for lang til landslaget.

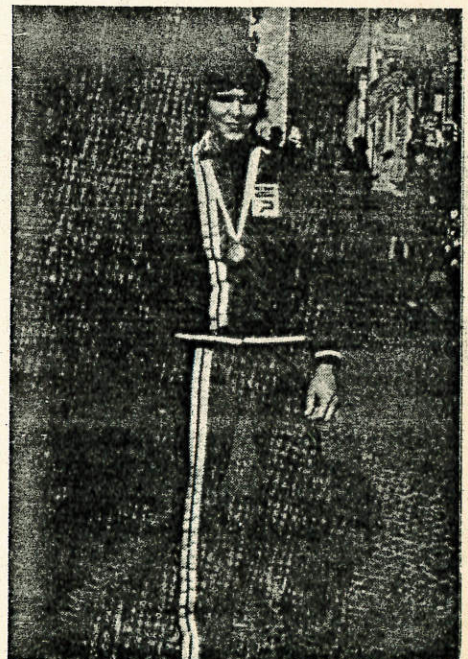
Så STÅ PÅ — FOLKENS!



Fighteren Erik Brunvatne.



Kay Otto har festet et sikkert holdegrep.



Kay Otto med bronsemedaljen.