



Rädd för överfall? Börja träna jiu-jitsu. Rune Nyren i jiu-jitsu-klubben Ronin har enkelt avvärjt flera rånförsök i sin köttaffär. "Vi är tränade för att klara våldsmän som använder kniv eller pistol", berättar han.

Ronin har 60 medlemmar. En tredjedel är flickor. Många av dem jobbar som taxichaufförer eller har andra yrken där de riskerar stöta på våldsverkare.

En av Ronin-tjejerna arbetar på mentalsjukhus. Där blev hon hotad till livet av en man med ett stolsben i högsta hugg. Med hjälp av några enkla jiu-jitsu-rörelser var angriparen avvärjd på några sekunder.

Det fina är att man inte behöver ha en massa muskler för att försvara sig, säger Rune Nyren. Det handlar bara om att "bryta balansen" för busen. Sedan kan man lugnt hålla honom tills polisen kommer.

□ Imponerad

Som affärsman har Nyren vid fle-

ra tillfällen haft användning för sina jiu-jitsu-kunskaper.

— En kille kom in och hotade slå ihjäl mig. Jag blev tvungen att försvara mig. Dagen efter sökte han upp mig och bad om ursäkt. Han verkade rätt imponerad av jiu-jitsu...

De välutbildade inom sporten kan utan vidare klara ett vapenöverfall. Man övar genom att möta angriparen med kniv eller pistol på träningarna.

— Det fungerar perfekt. Busen hinner oftast inte bruka sitt vapen. Och skulle han få liväg ett hugg eller skott hamnar det alltid vid sidan om.

Ordet jiu-jitsu kommer från Japan och betyder "mjuk teknik". Dagens jiu-jitsu har sitt ursprung i japanska

soldaters försvarsövningar.

Judo är en vidareutveckling av jiu-jitsu. I judo har man avlägsnat alla de tekniker (grepp) som kan skada en motståndare.

DE GLÖMDA SPORTERNA

Till skillnad mot judofolket tävlar inte jiu-jitsuns anhängare. Träningen är det allena saliggörande.

□ 600 varianter

Nog finns det saker att träna i

denna självförsvarets ädla konst. Jiu-jitsu är omkring 150 olika försvarsgrepp. Lägg därtill tre-fyra variationer av varje grepp.

— Det tar en väldig tid att lära sig allt inom den här sporten, menar Rune Nyren. Man kan hålla på och utvecklas i många år.

Roninveteranen Knut Svensson var med i den häftiga leken ända tills han fyllde 67 år. Den nedre gränsen sätts i allmänhet till 15 år. Innan dess har inte leder hunnit utvecklas som de bör.

Ronin har sju medlemmar med svarta bälten — det förnämsta som finns i jiu-jitsu — och sex bruna bälten. De noteringarna gör klubben till den främsta i landet.

En gång i månaden undervisar Ronins toppar den norske rikstränaren Nils Erik Lövestad. Det säger en

del om hur långt framme göteborgsklubben ligger.

Underligt nog sorterar inte jiu-jitsu under Budoförbundet. Där finns istället en snarlik gren som kallas ju-jitsu. Dess grepp är något våldsammare.

Jiu-jitsu betonar att man i självförsvar inte får använda mer våld än nöden kräver. Motståndaren skall till varje pris skyddas från skador.

Med denna humana målsättning i botten har jiu-jitsu-klubbarna lyckats få tillträde till Svenska gymnastikförbundet!

Konsulent Stig Forsberg på Budoförbundet säger till G-P:

— Vi har protesterat mot gymnastikförbundets handlande. Det är direkt fel att släppa in jiu-jitsu där. Den hör naturligtvis hemma i vårt förbund.

□ Billigare

Hos gymnastikförbundet är medlemsavgiften 75 kr per klubb. Hos Budoförbundet 25 kr per medlem (för Ronins del alltså 1 500 kr).

— Den ekonomiska aspekten är viktig för en ganska fattig klubb som vår, erkänner Rune Nyren. Ronin har inhandlat speciella mattor för 20 000 kr. Idag är hela verksamheten förlagd till Anäskolan. Inom kort öppnar man en ungdomsfilial i V. Frölunda.

— Börja med jiu-jitsu, tycker Nyren till slut men gör det inte på egen hand, utan ta hjälp av en instruktör som kan sporten. Annars riskerar du att lära in fel saker.

JAN HANSSON