

Hej alla Fujianer, här kommer Fujinytt! NR 1 2022

**I DETTA NUMRET AV FUJINYTT.
Japanska spalten, Judons historia del 1.
Läger inbjudan och mycket mera**

Välkommen till 2022 alla Fujianer!

Vi hoppas på att vi för gott har lämnat pandemiåret 2021 bakom oss. Och ser nu fram emot ett riktigt trevligt år med massor av träning. Vi börjar redan i februari den 12/13 med att hålla i ett internationellt läger med mycket kvalificerade instruktörer (se inbjudan) sidan 4.

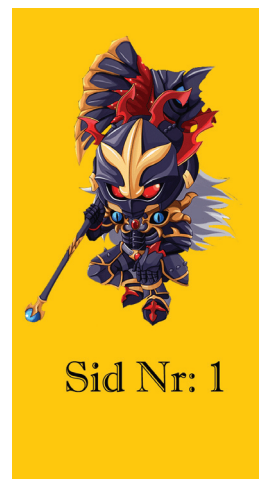
Här har du chansen att träna för absoluta topp instruktörer för nästan ingenting, vi behöver hjälp med att göra ett sådant här läger. Om du hjälper oss så kostar det dig ingenting, du får endast stå för matkostnaden som för två dagar blir 200:-.

Och JA alla KAN ungdomar och vuxna alla kan hjälpa till med något!
Så tveka inte in på klubbens hemsida och anmäl dig så fort som möjligt.

www.cjkk-fuji.se

I maj så vill vi åka ner till Kristianstad och fira den klubbens 50års jubileum se sidan 7. Klubben kommer här stå för så många kostnader (resa, lägret, mat & boende) som det går anmäld ditt intresse så fort du kan så att vi kan vet hur många och hur mycket det kommer att kosta. Det går bra att redan nu göra en preliminär anmälan till mig på kim.hson61@gmail.com

Vi hoppas och tror på att 2022 kommer att bli ett riktigt gott nytt år för klubben!
Välkomna vecka 3.





Judons historia del 1

Judo är en välkänd och respekterad kampsport som gjort sig känd genom tiderna som tävlingssport och självförsvarsteknik. I dag är den grund till många moderna kampsporter och grenar inom dessa. Men var kommer originalet ifrån, den ursprungliga judon, och vad har det fått för betydelse? Judo är japanska och betyder ”Den följsamma vägen”. Enligt grundfilosofin går judo ut på att hitta ett flöde mellan sinne och kropp, att använda fysikens lagar för att på smidigast och effektivast sätt fälla, kasta eller hålla fast sin motståndare. Tekniker kan delas upp i kast, fasthållningar, armlås och halslås. För att förstå judo, måste vi lära oss lite om jujutsu. En av de vanligaste ursprungshistorierna är att tre herrelösa samurajer, så kallade ronins, fick lära sig jujutsutekniker av en man från Kina, vid namn Chin Gempin (1582-1674).



Dessa tre ronins ska ha åtagit sig uppgiften att lära sig mer om kampkonsten och efteråt grundat sina egna stilar. Därifrån sägs sedan enligt vissa, att jujutsun är sprungen. Ytterligare en spekulation till jujutsuns uppkomst är att den härstammar från kamptechniken kumiuchi, som den japanska militären tränade under 1190-talet. Under ledning av samurajerna ska denna form av sumoliknande kamp sedan ha utvecklats till jujutsu. Oavsett vad som stämmer så är jujutsu en väldigt gammal metod för närstrid. Använd av samurajen, utvecklad för både obeväpnad men också beväpnad kamp i form av kortare svärd och knivar, i en del fall även riktad mot motståndare i kroppspansar. I grunden finns här olika sätt att besegra sin motståndare, så som stryppgrepp, hårda kast, svärds- eller knivhugg, lås mot golv och väggar, armlås, fingerlås och mera. Med andra ord, en metod inriktad på ren strid.

Tekniker för jujutsun hade varit kända sen tidigare, men i slutet av 1600-talet började kampsporten systematiskt läras ut och utövas. Under historiens gång öppnade flera olika skolor grundade av jujutsumästare, varje mästare hade sin egen tekniktolkning, skulle man kunna säga.

Men var kommer judon in i allt det här? Det hela börjar med en ung man vid namn Jigoro Kano (1860-1938). Jigoro var som ung ganska svag, vilket gjorde honom till ett enkelt byte för skolans mobbare. Efter tillräckligt mycket stryk fick Kano nog och bestämde sig för att börja träna jujutsu. Under den här tiden var jujutsu inte särskilt populärt i Japan längre, sedan samurajens förfall.

Det spelade för den unge Jigoro ingen roll, han talade med en så kallad ”bensättare”, en sorts dåtida kiropraktor, som tog honom till en jujutsumästare. Jigoro visade sig vara mycket duktig.



Han utmärkte sig under de år han tränade på de olika jujutsuskolorna i Japan och blev till slut själv en erkänd och respekterad kämpe inom kampsporten. Snart skedde dock det som skulle förändra kampsportsvärlden för en lång tid framöver.

Jigoro var långt från nöjd med jujutsun och hade sina egna idéer om en kampsport som yttrade sig något annorlunda i sin karaktär.

De olika teknikerna och metoderna som fanns inom jujustu gjorde Jigoro Kano osäker på vad som egentligen var det rätta utövandet av kampsporten och dess tekniker, och bestämde sig för att leta reda på den gemensamma nämnaren för kampsporten, den essentiella grunden. Han kom fram till att det viktigaste, det som kampsporten bygger på måste vara att använda kombinationen av mental och fysisk energi på effektivast sätt. Jigoro förklarar:



Sid Nr: 3

”Med denna princip i sinnet, gick jag återigen igenom alla metoder för attack och försvar jag hade lärt mig, och behöll endast de som stämde överens med principen. De som inte stämde överens övergav jag, och ersatte dessa med tekniker som stämde överens med principen. Den kropp som resulterade av alla tekniker tillsammans, som jag döpte till judo för att skilja denna från dess föregångare, är vad som lärs ut på Kodokan.”

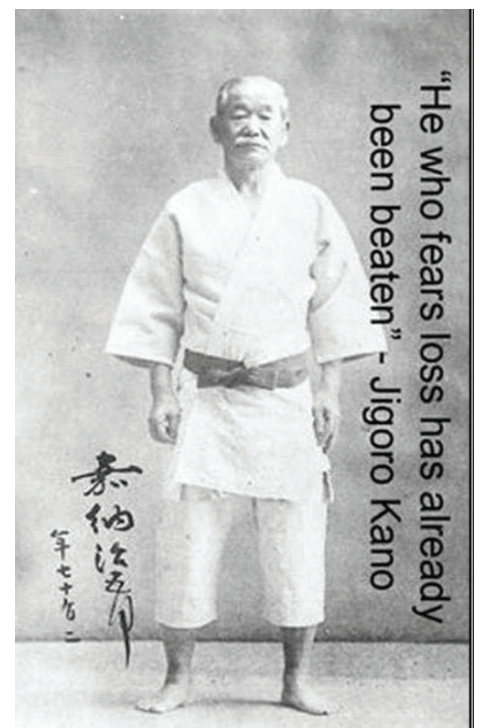
Någon gång mellan åren 1860–1882 utvecklade Jigoro Kano det som idag kallas för judo. I grunden är det en blandning av shinyo-ryu jujutsu, kito-ryu jujutsu, och sumotekniker.

1882 grundade Jigoro Kano den första judodojon, Kodokan Judo, inuti Eishoji templet i Tokyo. Ju betyder ungefär på svenska ”följsam”. Do betyder ”principen” eller ”väg”. Judo blir då alltså ungefärligt översatt till ”den följsamma vägen”, och Kodokan direkt översatt ”skolan för studerande av vägen”. Så fokus ligger helt och hållet på själva vägen, den rätta vägen. Inte bara i praktiken men också i teorin, vilket gör att judo inte blir begränsat till bara en kampsport, utan även kan bli en livsstil.

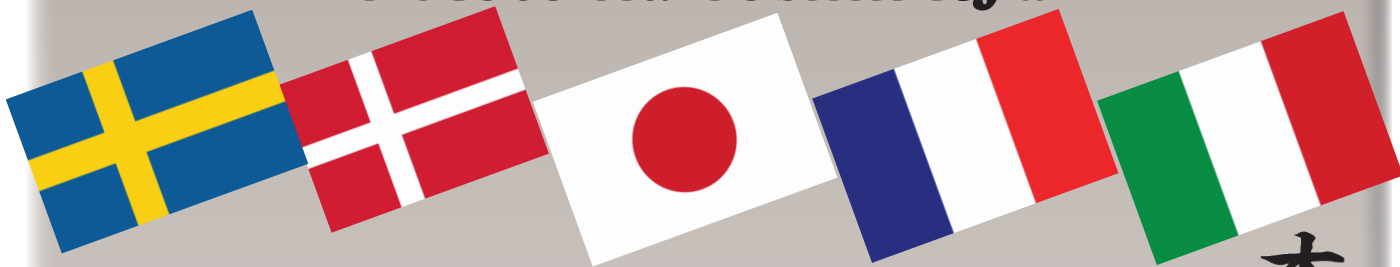
För att förklara den ”följsamma vägen” ger Jigoro Kano några exempel:

”Säg att en man står framför mig vars styrka är tio, och min egen är sju. Om han knuffar mig så hårt han kan, blir jag säkert knuffad bakåt eller

omkullslagen, även om jag gör motstånd med all min kraft. Det är att möta styrka med styrka. Men om jag istället för att göra motstånd ger väg för hans knuff, genom att dra undan min kropp och hålla balansen, kommer min motståndare att förlora sin. Försvagad av sin klumpiga position, kommer han inte kunna använda all sin styrka. Den har nu fallit till tre. Eftersom jag håller min balans, är min styrka fortfarande sju. Nu är jag starkare än min motståndare och kan besegra honom genom att bara använda halva min styrka, medan jag håller den andra halvan kvar för något annat syfte. Även om du är starkare än din motståndare, är det bättre att först vara följsam. Genom att göra så, sparar du energi och samtidigt tröttar ut din motståndare.” Forsättning i nästa nummer av Fujinytt Judons historia del 2.



INTERNATIONELLT LÄGER/ SEMINAR I Moto Ha Yoshin Ryu



Plats: Wämöskolan, Ekorrvägen 4, 371 42 Karlskrona.

När: Lördagen den 12 februari Träning kl 10:00 – 16:00.
Söndagen den 13 februari Träning kl 10:00 – 15:00.

Instruktörer:

Mauro Toso 7. Dan Menkyo Kaiden Honbu Cho of the Italian branch
Allan Jonassen 7. Dan Menkyo Kaiden Honbu Cho of the Danish branch
Jesper Holm Espenhein 7. Dan Menkyo Kaiden Shibu Cho Frederiksværk
Denmark
Daniela Cappi 5. Dan Okuden Honbu Cho of the French branch

本派揚心流

Hur: Med glatt humör och mycket KI.

Pris: 700 sek inklusive lunch för bägge dagarna.
För en dag betalar du 400 sek inklusive lunch.

OBS
Begränsat antal platser
Först till kvarn.....

Anmälan: Görs via klubbens hemsida: www.cjkk-fuji.se

OBS: senast söndagen den 6 februari måste vi ha din anmälan.

Betalas: Till BG: 5906-9294 senast tisdagen den 8 februari.
Ange: Moto Ha läger och namn.

Vem: Alla som känner sig sugna – ungdomar och vuxna –
oavsett grad, stil eller klubb.



Sid Nr: 4

Supé
vi kommer att gå ut och
äta en bit mat
tillsammans under
lördagskvällen.
Ange i anmälan om du
vill följa med.

Vid frågor:
Kim Håkansson
0735/ 266 063

I samarbete med

DISTRIKT ÖST
SVENSKA BUDO &
KAMPSPORTSFÖRBUNDET



svenska
jujutsufederationen

Hej alla Fujianer!

Vi vill härmed välkomna er till vårt internationella läger helgen den 12-13 februari med instruktörerna:

- Mauro Toso 7. Dan Menkyo Kaiden Honbu Cho of the Italian branch
- Daniela Cappi 5. Dan Okuden Honbu Cho of the French branch
- Allan Jonassen 7. Dan Menkyo Kaiden Honbu cho of the Danish branch
- Jesper Holm Espenhein 7. Dan Menkyo Kaiden Shibu Cho

Lägret kommer att hållas i Wämöskolans gymnastiksal. Vi tar tacksamt emot all hjälp vi kan få i anslutning till lägret. För de som har möjlighet att hjälpa till står föreningen för lägeravgiften. Och du betalar då endast för maten som du äter, kostnad 100:- per dag. OBS alla kan hjälpa till undomarna och vuxna.

Anmäl ert intresse så fort som möjligt på vår hemsida www.cjjk-fuji.se och meddela gärna om och i sådana fall när och hur ni kan vara behjälpliga.

Med vänliga hälsningar Styrerlsen

Vill du stödja Klubben men vet inte hur?

*Gräsraten är en liten enkel sak som inte kostar dig en krona!
Men som ger pengar i kassan till klubben. Om du spelar på
någon av Svenska spels alla spel.*

Bara säg till att du vill stödja

*Carlskrona Jiu-jitsu Fuji, kostar inget extra och ju fler vi blir
desto mer*

pengar får vi från Svenska Spel.

*Just nu är vi tre personer som stödjer klubben på detta sätt,
självluklar*

både vill och kan vi bli fler.



Hoppas du är nästa!!



Sid Nr: 5

VÅRTERMINEN 2022 STARTAR VECKA 3

Tisdagar 18.00 – 19.30 alla vuxna & unga

Torsdagar 18.00 – 19.30 alla vuxna & ungdomar

本派揚心流

Instruktörer:
Peter Sundqvist,
Per Tedin,
Jimmie Rudvall,
Jonas Kedjevåg



Försök aldrig förklara dig
när det blir fel.
De som gillar dig behöver
ingen förklaring & de
som inte gillar dig, tror dig
inte ändå.

Gilla & Dela / Like & Share



www.facebook.com/GillaDelaLikeShare



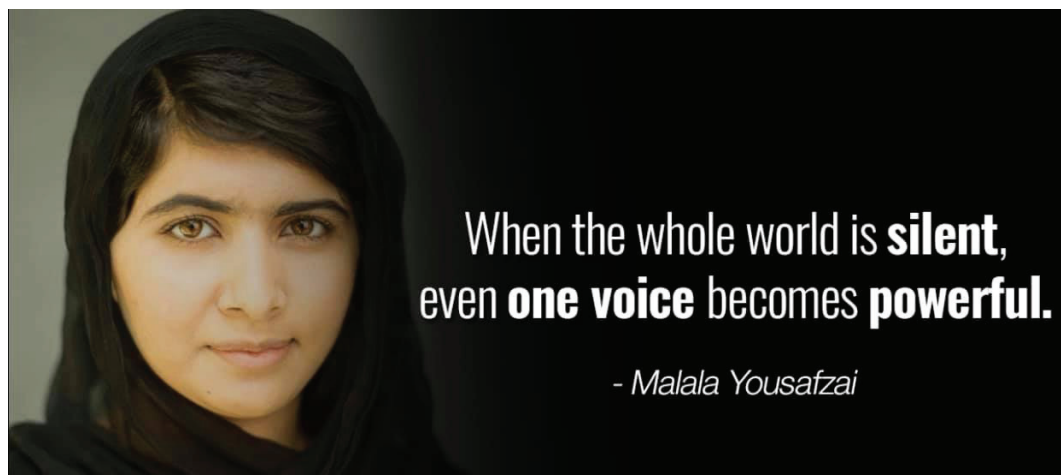
I CHOOSE

To live by choice, not by chance,
To be motivated, not manipulated,
To be useful, not used,
To make changes, not excuses,
To excel, not compete.

I choose self-esteem, not self-pity,
I choose to listen to my inner voice,
not to the random opinions of others.

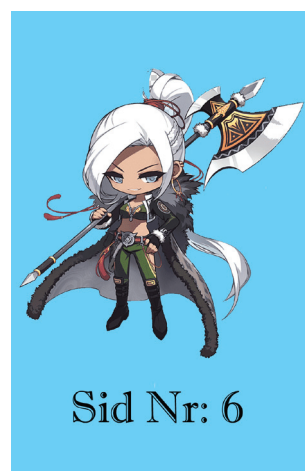


DSB



When the whole world is **silent**,
even **one voice** becomes **powerful**.

- Malala Yousafzai



Sid Nr: 6

Hej alla Fujianer!

Helgen den 20-22Maj 2022 kommer Kristianstads Kampsports center att arrangera ett läger för att fira 50 år som förening. Vår förening planerar att ordna en resa dit för att delta på lägret. Alla medlemmar som är intresserade är välkomna. Om intresse finns kommer även övernattnig att erbjudas. Kostnad för resa, läger och övernattnig För eventuella vårdnadshavare som vill följa med kommer vi att ta ut en mindre kostnad för... Mer detaljerad information kommer när vi fått en överblick över hur många som är intresserade.

Vi hoppas att alla vill hänga med.

Anmäl ert intresse så fort som möjligt!



JUBILEUMSLÄGER!

Kristianstad Kampsportcenter firar 50 år som förening! Vi vill uppmärksamma detta med ett stort läger med duktiga instruktörer

RAINER GRYTT 10 DAN JIU JITSU (TYSKLAND)
HARRY BÖHMER 10 DAN TAI JITSU (TYSKLAND)
MARKUS BOLLI TEMPELBOXARE (SCHWEIZ)
JOHAN PETERSSON 9 DAN GAKE RYU JU JUTSU (SVERIGE)
ANDREAS LORENZ 7 DAN MUSO-RYU JIU JUTSU (TYSKLAND)
ASIF ZEJNIC TAEKWONDO (SVERIGE)
DAVID JÖNSSON 1 DAN BJJ (SVERIGE)

Eftersom klubben firar 50 år, har vi satt lägeravgiften till 50 kr!

Plats: Taekwondo-klubbens lokal på Galleria Boulevard i Kristianstad

När: 20-22 Maj 2022

Träningstider:

Fredag: 14.00-18.00 | Lördag: 10.00-16.00 | Söndag: 10.00-13.00

Anmälan till harry.zweiacker@kristianstadkampsportcenter.se senast den **30 mars 2022**



Rainer Grytt



Harry Böhmer



Markus Bolli



Johan Petersson



Andreas Lorenz



Asif Zejnic



David Jönsson

www.kristianstadkampsportcenter.se



Skvaller dör när det når en intelligent människas öron.

De tårar som gör mest ont är inte de som faller från ögonen... Det är de som förblir inuti hjärtat och som ingen någonsin kommer att få veta om...



Sid Nr: 7



2

DINING OUT IN JAPAN

2

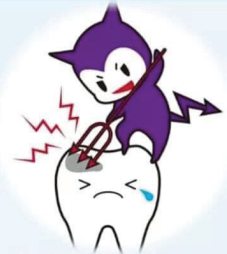
essential phrases by japanesetest4you.com

- | | |
|---|---|
| 1 For here or to go? | こちらでお召し上がりですか、お持ち帰りですか?
kochira de omeshiagari desu ka, omochikaeri desu ka. |
| 2 I'll eat here. | 店内で食べます。
tennai de tabemasu. |
| 3 To go, please. | 持ち帰りをお願いします。
mochikaeri de onegai shimasu. |
| 4 Can I see the menu, please? | メニューを見せていただけますか?
menyuu o misete itadakemasu ka. |
| 5 I'll have this one. | これをお願いします。
kore o onegai shimasu. |
| 6 What would you like to drink? | お飲み物は何にしますか?
onomimono wa nani ni shimasu ka. |
| 7 Is there anything else I can get you? | ほかに必要なものがありますか?
hoka ni hitsuyou na mono ga arimasu ka. |
| 8 Can I have a hand towel? | おしぼりをいただけますか?
oshibori o itadakemasu ka. |
| 9 May I have a glass of water? | お水を1杯いただけますか?
omizu o ippai itadakemasu ka. |
| 10 I want to order something else. | 追加で注文をしたいのですが…
tsuika de chuumon o shitai no desu ga. |
| 11 This is not what I ordered. | これは注文したものと違います。
kore wa chuumon shita mono to chigaimasu. |
| 12 Can I change my order? | 注文を変更できますか?
chuumon o henkou dekimasu ka. |
| 13 Wait a moment, please. | 少々お待ちください。
shoushou omachi kudasai. |
| 14 Sorry to keep you waiting. | 大変お待たせしました。
taihen omatase shimashita. |
| 15 Please enjoy your meal. | ごゆっくりお召し上がりください。
goyukkuri omeshiagari kudasai. |
| 16 I want to take the leftovers home. | 残ったものを持ち帰りたいのですが…
nokotta mono o mochikaeritai no desu ga. |
| 17 May I have the check, please. | お勘定/お会計をお願いします。
okarjou/okaikai o onegai shimasu. |
| 18 I think the check is wrong. | お会計が違っているようです。
okaikai ga chigatte iru you desu. |
| 19 Let's split the bill. | 割り勘にしましょう。
warikan ni shimashou. |
| 20 Let me pay the bill. | わたしに払わせてください。
watashi ni harawasete kudasai. |
| 21 Thank you for the meal. | ご馳走様でした。
gochisousama deshita. |

created by
JTEST4U



Sid Nr: 8



虫歯(むしば)です
Mushiba desu
I have bad teeth



めまいがします
Memai ga shimasu
I feel dizzy



鼻水(はなみず)が出ます
Hanamizu ga demasu
I have a runny nose



胃(い)がむかむかします
I ga mukamuka shimasu
I'm sick at my stomach



くしゃみが出(で)ます
Kushami ga demasu
I have been sneezing

REJECTING IN JAPANESE

essential phrases by japanesetest4you.com

- ❶ Let's just start out as friends. 友達から始めましょう。
tomodachi kara hajimemashou.
- ❷ I'm in love with someone. 好きな人がいます。
suki na hito ga imasu.
- ❸ I already have a boyfriend. わたしには彼氏がいます。
watashi ni wa kareishi ga imasu.
- ❹ Sorry, I'm already seeing someone. 悪いけど、付き合っている人がいるんだ。
warui kedo, tsukiatte iru hito ga irun da.
- ❺ I can only think of you as a friend. あなたのこと、友達しか思えない。
anata no koto, tomodachi to shika omoenai.
- ❻ I can't go out with you. あなたとお付き合いはできない。
anata to otsukiai wa dekinai.
- ❼ I love you as a brother. わたしはあなたをお兄さんのように好きだわ。
watashi wa anata o oniisan no you ni suki da wa.
- ❽ My heart is another's. わたしの心は別の人のものなんです。
watashi no kokoro wa betsu no hito no mono nan desu.
- ❾ I won't be able to make you happy. 僕ではあなたを幸せにできない。
boku de wa anata o shiawase ni dekinai.
- ❿ I don't think I'm the right person for you. わたしはあなたにふさわしくないとします。
watashi wa anata ni fusawashikunai to omoimasu.
- ⓫ I can't give you all of me. 僕は自分のすべてをきみに挙げられないんだよ。
boku wa jibun no subete o kimi ni agerarenain da yo.
- ⓬ I want to focus on my job so I can't go out with you. 仕事に集中したいのでお付き合いはできません。
shigoto shi shuuchuu shitai node, otsukiai wa dekimasen.
- ⓭ I don't deserve you. 僕はあなたに愛される資格などない。
boku wa anata ni aisareru shikaku nado nai.
- ⓮ Must you make me say things that will hurt you? きみを傷つけるようなことを言わせるつもりかい？
kimi o kizutsukeru you na koto o iwaseru tsumori kai.
- ⓯ Will you reconsider marrying me? 僕との結婚を考え直していただけますか？
boku to no kekkon o kangaenaoshite kuremasen ka.
- ⓰ I can't marry you. あなたとは結婚できない。
anata to wa kekkon dekinai.
- ⓱ I'm not the marrying kind. 僕は結婚に向かない男だ。
boku wa kekkon ni mukanaï otoko da.
- ⓲ If we get married, we won't agree on many matters. 結婚しても理解しあえないところがきっとたくさん出てくる。
kekkon shite mo rikai shiaenai tokoro ga kitto takusan dete kuru.
- ⓳ No matter how I apologize, it doesn't change the fact that I've hurt you. どんなに謝ってもあなたを傷つけたことかわりはない。
donna ni ayamatte mo anata o hizutsu. keta koto ri kawari wa nai.
- ⓴ I am really sorry. あなたには本当にすまない。
anata ni wa hontou ni sumanai.
- ⓵ Please forgive me. どうか僕を許してください。
douka boku o yurushite kudasai.

created by
JTEST4U

JAPANESE GREETINGS

by japanesetest4you.com

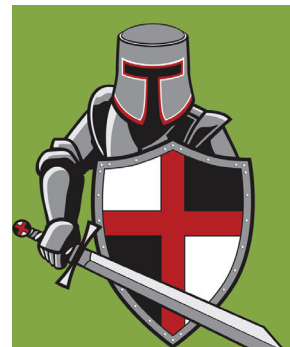
- ❶ Good morning. おはようございます。
ohayou gozaimasu.
- ❷ Nice to meet you, I'm John. はじめまして、ジョンと申します。
hajimemashite, jon to moushimasu.
- ❸ I'm happy to meet you. どうぞよろしくお願ひします。
douzo yoroshiku onegai shimasu.
- ❹ What's your name? お名前は何ですか？
onamae wa nan desu ka.
- ❺ Where are you from? ご出身はどこですか？
goshushin wa doko desu ka.
- ❻ I'm from America. アメリカから来ました。
amerika kara kimashita.
- ❼ How are you doing? お元気ですか？
ogenki desu ka.
- ❽ I'm fine, thank you. おかげさまで元気です。
okagesama de genki desu.
- ❾ It's an honor to meet you. お目にかかれて光栄です。
ome ni kakarete kouei desu.
- ⓫ I don't believe we've met... 初めてお会いすると思いますが...
hajimete oai suru to omoimasu ga...
- ⓬ I've been looking forward to seeing you. お目にかかるのを楽しみにしていました。
ome ni kakaru no o tanoshimi ni shite imashita.
- ⓭ Thank you for your support in advance. これからお世話になります。
kore kara osewa ni narimasu.
- ⓮ This is a token of my gratitude. これ、ほんの気持ちです。
kore, hon no kimochi desu.
- ⓯ Long time no see. お久しぶりですね。
ohisashiburi desu ne.
- ⓰ You look great. 元気そうですね。
genki sou desu ne.
- ⓱ What have you been up to? 最近はどうしていましたか？
saikin wa dou shite imashita ka.
- ⓲ When was the last time we met? 最後にお会いしたのはいつでしたか？
saigo ni oai shita no wa itsu deshita ka ne.
- ⓳ I hope we'll meet again soon. 近いうちにまた会えるといいですね。
chikai uchi ni mata aeru to ii desu ne.
- ⓴ I'll be leaving now. そろそろ失礼します。
sorosoro shitsurei shimasu.
- ⓵ Goodbye. さようなら。
sayounara.
- ⓶ See you again. それじゃあ、また。
sore jaa, mata.



熱(ねつ)があります
Netsu ga arimasu
I have a fever



風邪(かぜ)です
Kaze desu
I have a cold



Sid Nr: 9



Välkomna till vårterminen 2022

Priserna för året 2022 är:

OBS NYA PRISER FÖR 2022! OBS




Ungdomar / mon-graderade :	500kr/termin eller årsavgift 800kr
Vuxna / kyu-graderade:	600kr/termin eller årsavgift 1000kr
Familj (upp till 4 personer):	1400kr/termin eller årsavgift 2200 kr
Stödmedlem:	100kr/år
Instruktörer & aspiranter:	100kr/år

OBS: Årsavgiften gäller endast kalenderår OBS

I avgiften ingår förutom medlems- och träningsavgift också en försäkring som skyddar dig ifall det skulle ske en olycka.

Ps. För att underlätta mitt jobb som kassör var vänlig och skriv för samt efternamn och vilken grupp ni tränar i på inbetalningen.

Sista betalningsdag: för vårterminen är 2021-02-28

INBETALNING/GIRERING AVI	
 EXEMPEL	
Betalningsavsändare Anna Andersson Ny Ungdom VT - 2018	Betalningsmottagare (endast namn) Carlskrona Jiu-jitsu Klubb Fuji
Belopp kronor 425,00	Till bankgirot: (I fylls alltid) 59 06 - 92 94

Med vänliga hälsningar
Kassören



SWISH Nummer:

123 211 04 84

Vid frågor och funderingar, kontakta:
Ordförande: Kim Håkansson 0735-266 063
Träningsansvarig: Jimmie Rudvall 0736-785 838



Sid Nr: 10