

Højby Skytte- og Gymnastikforenings 150 års jubilæum



Budo

Af Annette Brandsholm

Højby Budo Klubs historie

Højby Budo Klub er stiftet i 1983 af Steen Syrak Hansen, som stadig er aktiv og klubbens cheftræner med en rang af 6. DAN (vedr. dan-grader se nedenfor).

Klubbens primære stilart er Jiu-Jitsu, hvor man lærer at bryde et angreb ved hjælp af balancebrydning og modstanderens egen styrke, med teknik, hurtighed og smidighed – ikke råstyrke. Vores stilart er ikke låst fast til gamle traditioner, men udvikler sig konstant for at følge med tidens udvikling, og vi træner derfor både det traditionelle og det moderne. Via vores basistræning, som er opbygget af karate, judo og aikido, træner vi den klassiske sport og det effektive selvforsvar med og uden våben.

Grundet klubbens brede træningsgrundlag og træningssted, opstod klubbens navn Højby Budo Klub: Budo er en samlet betegnelse for japansk filosofisk morallære samt tilhørende træningsmetoder inden for de japanske kampdiscipliner.

Ved klubbens begyndelse i 1983 trænede vi på Højby Skole. Først i et centralt rum (fællesrum), men på grund af megen gennemgang fra andre brugere af skolen ønskede vi en forflytning til andet lokale. Her trænede vi i et par sæsoner, inden vi fik deres biologilokale. Her var vi kun i en kort periode, da vi ikke kunne have vores måtter (Tatami'er) liggende på gulvet. Ligeledes var det her for farligt at kaste med hinanden, da vi var for tæt på deres borde og stole.

Herefter blev vi flyttet til musiklokalet, som var trænings- og sikkerhedsmæssigt rimeligt. Her var blot et minus, vi skulle flytte alle borde og stole frem og tilbage ved hver træning. Vi fortsatte vores træning i musiklokalet i en hel sæson, samtidig med at vi søgte nye og bedre lokaler på Højby Friskole. Dette lykkedes, og vi flyttede til et mindre gymnastikrum på ca. 20 m². Super dejligt, og det hidtil bedste for klubben og dens træning. Efter et par år valgte Højby Friskole at bygge en hal, hvor vi flyttede

med ind i deres nye super lokaler. Her trænede vi i mange år (8-10år), inden vi igen valgte at flytte til Højby Hallerne, hvor Højby S&G i 2004 fik en ny tilbygning af en Multihal. Vi, Højby Budo Klub, valgte at takke ja til indflytningen i Multihallen i 2004, og blev herved rykket sammen med alle de andre afdelinger under Højby S&G. Vi er fortsat at finde i Multihallen, hver tirsdag og torsdag. I år 2010 oprettede vi et børnehold, som kun er modtaget positivt og som fortsat vokser.



Klubben består af ca 50 medlemmer i alderen fra 7 - ..

Vores medlemmer er opdelt efter alder og i tre mulige hold:

Børn (7-10), Junior (10 - 14), Senior (15+). Holdene træner i samme hal, og nogle af holdene på samme tidspunkt, hvilket gør sporten mulig som familiesport. Børnene træner i den ene ende af hallen, og de voksne i den anden ende.

På børneholdet tumles, leges og hygges der. Vi anser det for en vigtig detalje, at det skal leges ind. Bevægelse og forståelse af kroppen er vigtige elementer af ethvert barns udvikling. Børnene lærer ligeledes lidt teknikker.

På juniorholdet arbejder vi lidt mere målrettet. Her skal det virke. Vi træ-



ner fysikken. Af og til endda hårdt. Men aldrig mere end at man stadig kan følge med, både fysisk og mentalt. Det er også i denne aldersgruppe, at fødderne bliver for store, så de

ikke rigtigt lystre mere :-). Det tager vi også i stiv arm. Det skal der også være plads til. Vi ved også godt, at det er her, at skolen begynder at fylde meget. Andre ting kommer ind i de unges tanker. Men alligevel kører vi videre. Det er OK at have andre interesser eller pligter. Vi tilpasser. For os er det vigtigere, at du kommer en gang om måneden, end at du slet ikke kommer.

Klubbens instruktører er veluddannede og deltager løbende ved nationale og internationale kurser i løbet af året. Klubbens instruktører rejser til Holland for at opnå fornyelse og forbedring ved diverse Kata- og andre træningskurser ved venskabsklubberne i NL. Klubben sætter høj pris på venskabet med de hollandske

Dan Grader	1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan	6. Dan	7. Dan	8. Dan	9. Dan	10. Dan
Bælte farve										

klubber og ikke mindst Steens læremester Mario Den Edel, 9.DAN.

Selvom klubben er lille i forhold til andre afdelinger i Højby S&G, har vi formået at holde et højt niveau gennem tiden, med medlemmer der har opnået guld- sølv- og bronzemedaljer med Rollinge Cup (børn) og Nippon Cup (junior/senior). Klubben har ligeledes haft den ære af at have haft en Danmarksmester i Fighting (Nippon Cup).

Klubben har også været vært for flere store arrangementer, såsom 3*Sommerlejr (100-150 medlemmer pr. lejr), 3*DM i Reaktionsbanemesterkaber, DM i Fighting (Nippon Cup), forskellige Sektionskurser og træningsweekender for vores landsholdkæmpere.

En 'lille' klub, med stort engagement og ildsjæle. Flere hundrede piger, drenge, damer og mænd, har og er en del af klubbens historie. Alle har mere eller mindre lært at manøvrere selvforsvar (Jiu-Jitsu) og hertil fået kendskab til sporten og dens japansk filosofiske morallære samt tilhørende træningsmetoder inden for de japanske kampdiscipliner.

柔

術