



Internasjonal **AIKIDO** SOMMERLEIR



Norges Aikidoforbund vil gjenta suksessen fra i fjor og inviterer til sommerleir i 1987. Stedet blir igjen Norges Idrettshøyskole, Oslo, som på alle måter er ideell for et slikt arrangement med sin beliggenhet og med sine gode treningslokaler. Boligtilbudet er imidlertid i år blitt bedre da vi har leid rom i Toppidrettssenteret tilknyttet høyskolen.

M. SUGANUMA 7. Dan

Suganuma Sensei syntes å stortrives i Norge, og han har sagt seg villig til å instruere oss også denne sommeren. M.Suganuma er til vanlig hovedinstruktør for Vest-Japan. Han er dessuten internasjonalt kjent fra leire i Europa, Amerika og Australia. Suganuma Sensei er svært populær for sin ekstraordinært fine Aikido og ikke minst for sin omgjengelige holdning overfor sine elever. I tillegg til å være ansvarlig for nærmere 40 Dojoer i Japan er han også Shodo (Kalligrafi)-instruktør, og hans tilknytning til Zen illustreres ved at han er i ferd med å skrive sin andre bok om emnet.

M. KANETSUKA 6. Dan

Som vel kanskje de fleste vet har Kanetsuka Sensei vært syk. Men med sitt utrolige pågangsmot synes han å være godt på bedringens vei, og alt taler for at han vil komme til Oslo til sommeren. Kanetsuka Sensei er teknisk rådgiver for Norges Aikidoforbund, og han har besøkt Norge jevnlig de siste 7 åra. Senest var han her i januar 87, og både Aikido'en og undervisningen var "more to the point" enn noensinne før. Aikido-utøvere fra hele Europa kjenner ham fra leire i bl.a. England, Holland og Norge, og han er meget avholdt for sin vennlige spontanitet og for sin søken etter sann Aikido.

Det vil bli instruert Aikido ca 5 timer pr dag. I tillegg vil spesielt interesserte kunne praktisere Zazen, Yoga, Iaido og Shodo.

Men en Aikido-leir er ikke bare trening, den er også en sosial sammenkomst med gode muligheter for ferie og rekreasjon. Ved Idrettshøyskolen innbyr omgivelsene til turgåing og bading, samtidig som hovedstadens mangfoldige tilbud bare ligger minutter unna med sporgogn.

Oslo ligger sentralt for besøk fra andre europeiske land. I fjor var det deltakere fra hele ti nasjoner, og spesielt kunne vi glede oss over stor interesse fra våre skandinaviske naboer. Vi håper på ennå flere gjester i år, i et virkelig internasjonalt Aikido-miljø.

Velkommen.

Norges Aikidoforbund

En del praktiske opplysninger

Tidsrom: Mandag 3. - søndag 9. august.

Sted: Norges Idrettshøyskole, Kringsjå, Oslo (Ta sporvogn, linje "Sognsvannsbanen", Fra Oslo sentrum til siste stoppested - ca 20 min.).

Registrering: Mandag 3. august på Idrettshøyskolen fra 1200 - 1500 .
(Vær tidligst mulig ute).

Første trening: 1600 - 1845, mandag ettermiddag.

Kursavgift: N. kr 600 for hele uken eller N.kr 125 pr dag.

Bolig: Det er i år arrangert innkvartering på Toppidrettssenteret tilknyttet høyskolen - et senter av meget høy standard med peisestue, sauna, kafeteria samt selvbetjent kjøkken. Det finnes to boligalternativer:

- 1) Seng på tomannsrom, N.kr 975 inkl. frokost pr person for hele uken.
- 2) Seng på tremannsrom, N.kr 750 inkl. frokost pr person for hele uken (Dette tilbudet forutsetter at vi har fullt belegg på de 20 rommene vi har bestilt).

De først innmeldte vil bli prioritert i tilfelle det ikke blir nok rom.
Romtilbudet gjelder bare for en hel ukes opphold.

For de som bringer med eget campingutstyr er det mulig å ligge på Idrettshøyskolens anviste område. De som ønsker å benytte seg av dette må regne med å arrangere eget vakthold og bæring av vann. Tilbudet er gratis!

For de som måtte ønske det finnes det ellers et rikelig hotell-, herberge- og campingtilbud i Oslo og omegn.

Måltider: Frokost er inkludert i romprisene på Toppidrettssenteret.

Øvrige

måltider kan tilberedes i felleskjøkken (ta med bestikk og kasserolle), bestilles i kantinen eller kjøpes i kafeteria like ved. De som camper bør bringe eget kokeutstyr dersom de ikke ønsker å spise i kafeteria.

Gradering: For de som ønsker det vil det bli anledning til å ta gradering en av de siste dagene i leiren.

Instruksjonen vil fortrinnsvis foregå på engelsk.

Påmeldingen bes innsendt før 25. juni, og deltagere som ønsker å benytte seg av vårt boligtilbud må sende ved et depositum på N.kr 200 pr person.

Påmelding eller andre henvendelser kan skje til:

Bjørn Eirik Olsen
Lillebergsvingen 6
0662, OSLO 6
(Tel. 02-65 63 52)

eller

Mouliko Nils Ola Halén
Sunyata Dojo
Platous gt. 11, 5.etg.
0190, OSLO 1 (Tel. 02-68 61 07)

Depositum kan sendes som postanvisning, sjekk eller betales direkte til sommerleirens bankkonto (4750.6405-854 v. B.E.Olsens adresse).



NAVN.....

POSTADRESSE.....

KLUBB..... NÅVÆRENDE GRAD.....

Kursavgift:

Ønsker å trene hele uken N.kr 600
ellerdager a N.kr 125 fra.....til.....

Overnatting:

Alt. 1: Dobbeltrom N.kr 975 / pers. Sender depositum
Alt. 2: Tremannsrom N.kr 750 / pers. N.kr 200

Ønsker å dele rom sammen med:

Camping
Ordner bolig selv

Familie:

Har med ektefelle som ikke trener
Har med barn som ikke trener

(Send med egen påmeldingsblankett for ektefelle, samboer eller barn som vil delta i treningen.)

Annet:

Sign.....

SEND INN PÅMELDINGEN FØR 25. JUNI !