

Kampsport på topplan i Sønderø

PRØVEDAG. Budo Skolen Zanshin, som holder til på Mejerivej i Sønderø, lagde i lørdags lokaler til nogle helt særlige prøver.

Der skulle uddeles dan-grader, det vil sige gradueringer af bæltefarverne, som fortæller, hvor god den enkelte sportsudøver er på sit felt. Deltagerne kom fra Holland og Tyskland, og kun en enkelt dansker var imellem prøvedeltagerne, nemlig Jesper Simonsen, som underviser på Budoskolen i ISS = International Survival System, altså overlevelsesteknik. Han skulle gradueres efter 2000 Outdoor Stunden.

Ingen kommunale kroner
Budoskolen Zanshin drives på helt privat basis af Ulla Lundberg og John Hjort, som begge har Europamesterskaber i kampsport bag sig. Træningslokalet er indrettet i forbindelse med deres private bolig i Sønderø, og en stor del af parrets tilværelse handler om forskellige former for kampsport. Mellem 90 og 100 elever benytter hver uge lokalerne, og både Ulla og John underviser selv nogle af holdene.

Der undervises blandt andet i Jiu-jitsu samt i Jiu-jitsu kamp, som minder lidt om judo. En tredje mulighed er ACS, som står for Atemi Combat System, der er et europæisk



Budoskolen Zanshin i Sønderø er den eneste klub i WCA Europa, som nu kan prale af at have to personer med 6. dan i Jiu-Jitsu, nemlig Ulla Lundberg og John Hjort.

s selvforsvarssystem, som ikke kræver stor fysisk styrke.

- Ulla har også yogahold, hvor hun arbejder med et system, som hun selv har udviklet, fortæller John Hjort. - En kombination af meditation, af at beherske kroppen og at trække vejret på den rigtige måde.

Ulla Lundberg har 6. dan i Jiu-jitsu, og i lørdags fik John Hjort tildelt samme for nemme dangrad for sin store indsats for kampsporten. Nu er Budoskolen Zanshin den eneste klub i WCA Europa-organisationen, som kan prale af at have to personer med 6. dan i Jiu-Jitsu.



En graduering til en dan-grad varer typisk halvanden time, og er fysisk meget krævende.

Spændende dag

Prøverne til dangraderne er ikke noget, som bare lige overståes. Når sportsudøverne er kommet så højt op i niveau, at de kan gradueres til dan-grader, så består hver prøve typisk af halvanden times test af både teoretisk og fysisk kunnen.

- Prøvedeltagerne fra Tyskland og Holland overnat-

tede her i Sønderø, for det er meget hårde gradueringer, fortæller John Hjort. - Ulla og jeg er meget glade for, at vi fik muligheden for at huse gradueringerne. Det var spændende og ikke noget, man oplever så ofte. Der er trods alt ikke mange kamp-sportsudøvere, som ligger på så højt plan.