



HOLLANDRESAN

Torsdagen den 21 oktober kl 21.30 var vi nio st taidoutövare från Uddevalla Taidoklubb som packade ihop oss i en niomanna buss för den långa bilfärden ner till Leiden i Holland för ett träningsläger. Vi som åkte var Stefan, Tommy, Olivia, Emelie Roos, Emelie Björkdahl, Philip, Tuula, Julia och Robin.



Resan planerades att ta 10 – 12 timmar så vi beräknade att vara framme vid lunchtid nästa dag. Dagen till ära så var det snöstorm när vi begav oss söderut, men redan mellan Stenungsund och Göteborg övergick snöandet till kraftigt regnväder istället och det blåste så mycket att det kändes som om vi hade två chaufförer som ville åt olika håll. Men med Tommy bakom ratten så gled vi tryggt mot vårt mål.

Efter en gungig båtfärd mellan Rödbby – Puttgarden och några extra varv i en rondell i Holland så kunde vi till slut rulla in som beräknat på fredag vid lunchtid till Leiden sportcenter, samma ställe där EM hölls för ett par år sedan.

Vi packade in våra saker i träningslokalen och tog oss sedan in till centrum för att äta en välförtjänt lunch och gå runt lite på Leidens shoppinggator och kika på kanalsystemen som ringlar sig runt hela staden. De flesta av oss var ganska trötta efter den långa bilfärden, så efter en stund åkte vi tillbaka till sportcentret och lade oss för att sova en liten stund innan träningen började kl 19.00.



Vid ca 18.15 tiden började vi bli lite oroliga, för det hade inte kommit några andra än oss nio från Uddevalla Taidoklubb och det låg inte några mattor på golvet i Dojon. Vi ringde till Anne som var ansvarig för lägret som lugnt förklarade att dom kommer kl 19. Ca fem i sju dyker folket upp och faller ut en typ av ihopvikbara tatamis, och det tog bara ett par minuter, så kl 19.00 var det dags att dra igång träningen.

Det var folk ifrån Göteborg, Stockholm, Danmark, Uddevalla och Holland med på lägret och instruktörer var Sensei Mikael

Jansson från Stockholms taido förening och Sensei Okke Kervers från Holland. Totalt var vi ca 30 st.

Temat på passet var Doko Gokai och vi gick igenom punkt för punkt och vi hann med att köra till och med Hengi. Ett annat tema som genomsytrade passet var att tro på sig själv och viljan att hela tiden förbättra sig själv. Att inte bara intentionerna finns där utan att även utföra det. Att ingenting blir fel, utan kanske bara inte som vi hade tänkt oss....

Kl 22.00 var det första passet över och efter en dusch och en välförtjänt kvällsmat så kom vi i säng ca 24.00.

Jag tror att dom flesta sov som små barn och hade ingen som helst lust att gå upp när klockan ringde kvart i åtta på lördags morgon. Efter frukosten var det dags att hoppa i taidodräkten igen för träningen började kl 09.00.

Trött, sliten och med stela ben började lördagens pass med en rivstart. Hård fysträning med en massa övningar som bygger upp spänst och explosivitet för att sedan övergå till att fortsätta med Doko Gokai och gå igenom punkterna för Nengi och Tengi.

Kl 12.00 var det en timmes paus för lunch och kl 13.00 så stod vi klara att ta oss an dagens nästa pass som började med rengi övningar. Vi fick olika teknikkombinationer som vi tränade in själva, för att sedan para ihop oss med en kompis och utföra dessa med respektive försvar. Vi tränade också en typ av "gatlopp" där man skulle ta sig förbi olika motståndare med olika förutbestämda tekniker såsom sentai chokujo tsuki mot hentai manji geri, untai tobi tsuki mot nentai hangetsu ate, hentai manji geri mot tentai hai senten tsuki, nentai ashi garami mot sentai kaijo geri och tentai sokuten geri mot untai nidan geri.

Det sista vi tränade denna dag var jissen, men man fick bara poäng om man gjorde en teknik från en viss rörelse som var förutbestämd av Sensei Okke.

Träningen slutade kl 17.00 och kl 20.00 skulle vi samlas vid en Japansk restaurang inne i Leidens centrum, som ligger ungefär en kvarts promenad från sportcentret, så det fanns gott om tid att duscha och fixa till sig innan utgång.



Restaurangen som vi kom till var stor men välfylld med folk. Det var till och med kö för att komma in, men som tur var så hade holländarna bokat bord.

När vi väl hade fått förklarar för oss hur vi skulle beställa så var vi alla helt konfunderande och fattade ingenting. Man skulle beställa fem stycken rätter var från menyn under första omgången och detta skulle sedan upprepas under åtta omgångar. Ni kan ju tänka själva... Fem gånger åtta rätter blir fyrtio rätter var. Vi tyckte att det

lät hel skumt, men vi beställde och åt, för det fanns ju så otroligt mycket gott att välja mellan. Det fanns massor av olika sushi rätter, kycklingspätt, nötkött, potatisbullar, grönsaksrätter, soppor, bläckfisk, you name it. Det fanns hur mycket gott som helst att välja mellan, vilket kanske Olivia och Julia inte håller med om. Problemet var bara det att efter andra omgången så var alla så proppmätta att det var omöjligt att få ner en enda bit till och då hade vi sex omgångar till att beställa plus efterrätt. Det är då vi får höra att det står på menyn "att man får böta för den mat man inte äter upp..." "Rule of the game".

När vi väl hade rullat hem efter denna gastronomiska upplevelse så var klockan redan efter 24.00, så det var bums i säng för att orka med morgondagen.

På söndagsmorgonen ringde klockan kvart i åtta igen och det var åter dags att stiga upp och förbereda sig för en ny träningsdag. Denna morgon tror jag att folk var tröttare än morgonen innan för Philip och vissa Stockholmare höll på att missa frukosten.

Dagens pass började kl 09.00 och bestod av träning i att lära sig andas rätt i vissa grundövningar och i hokeidelar med betoning på att spänna magen i rätt lägen.

Vi körde fram till 12.00 för att sedan ha en liten lunchbreak på 45 minuter.

Efter lunchen fick vi chans att introducera våra vänner i den så populära vikingaleken "föda björn" som var mycket uppskattat.

Efter denna uppvärmning blev det mera hokeiträning där våra tjejer parades ihop med några holländare för att köra henin no hokei. Robin fick lära en kille som var dubbelt så gammal och

nästan dubbelt så lång som honom själv sentai no hokei och när detta udda par körde laghokei blev det så populärt att det filmades av många.



Sedan skulle Sensei Okke öva på att hålla gradering under överseende av Sensei Mikael och behövde några frivilliga som körde hokei som han kunde träna på att bedöma. Emelie Roos och Olivia var snabba på att ställa upp och fick köra var sin ”prov gradering” inför hela klassen och fick sin hokei bedömd samt lite tips och råd att tänka på inför kommande träningar.

När detta var avklarat så var klockan 15.00 och träningslägret slut för denna gången. Efter en härlig dusch så var det dags att packa ihop vår packning och stuva in allt i bussen för den långa färden hemåt.

Alla var hungriga och ungdomarna var fast beslutna att göra ett besök på Mc Donald, eller Donken som Disken kallar den.

Problemet var bara den att vi råkade missa ett par stycken och sedan hittade vi ingen förrän vi hade passerat Holländsk-Tyska gränsen. Vid det här laget så var Diskens Donken abstinens så stor att han höll på att gå i taket.

När vi hade stillat vår hunger så kunde vi lugnt luta oss tillbaka i vår lilla buss medan Tommy säkert förde oss mot Puttgarden via lite extra sightseeing runt närbelägna städer och landsbygd. Det var tur att vi hade en karta med oss för en GPS är inte alltid att lita på fick vi erfar.

Efter en mycket gungig båtresa och lite ulkande från Disken så rullade vi ut i Danmark och fortsatte vår resa norrut mot Uddevalla som vi anlände vid ca 04.00 på morgonen.

Slutligen så skulle jag vilja säga att det var en mycket rolig resa och jag tror att många lärde sig mycket och har många roliga minnen att ta med sig hem.

Det var ett mycket bra arrangemang av holländarna och det blev inte så dyrt då träningen var gratis och dom bjöd på frukost, lunch och mellanmål. Det fanns hela tiden frukt, smörgåsar och vitamindryck att tillgå.

Som huvudinstruktör i klubben vill jag ge en stor eloge till dom medlemmar som var med på resan. Ni skötte er exemplariskt som var med på alla pass, var i tid till alla träningar, gjorde ert bästa och ställde upp trots sena kvällar, tidiga mornar och söndervridna knän. Jag fick höra idel lovord från holländska medlemmar och från instruktörerna.

Hoppas att det blir fler roliga resor i framtiden.



Stefan Nilsson

