



# Kyokush info

NYHETSMAGASIN FOR TROMSØ KARATE KUBB

Redaktør: Sempai Erling Paulsen



JANUAR 2000

Nr. 1

16. Årgang



Sensei Filho fra Brasil vant sensasjonelt VM – se side 5.

## 2000 SITUPS

**I Japan er det tradisjon at man ønsker det nye året velkommen med en nyttårstrening. Vi ønsket å gjøre det samme, men med en millenni-ums-vri.**



Ansiktsuttrykket sier det meste. Sempai E. Paulsen.

### I dette nummeret:

2000 SITUPS	2
OPPVISNING PÅ RITØ	3
NNM I TROMSØ	4
7. ÅPNE VERDENSMESTERSKAP	5
TRENINGSTIDER	6

## NNM I TROMSØ



**Rapport og Resultatliste fra NNM i Kyokushinkai Karate 28/11-99.**

## 2000 SITUPS

I Japan er det tradisjon at man ønsker det nye året velkommen med en nyttårstrening. Vi ønsket å gjøre det samme, men med en millenniums-vri.

Resultatet ble at det den 31. desember 1999 kl. 1100 møtte 5 ivrige medlemmer fra Tromsø Karate Klubb opp for å vise Kyokushin spirit ved å ta 2000 situps. John-Åge Johnsen (2. dan), Erling Paulsen (1. dan), Rune Hogseth (1. dan), Bjarne Rafaelsen (1. dan) og Ronny Hansen (1. kyu) klarte på 53 minutter å ta 2000 stiups hver. Dette ble gjort i 20 serier på 100 si-

tups med 30 sekunders pause mellom hver serie. Dermed brukte vi 43 minutter på selve situps'ene og totalt 10 minutter på pausene.

Underveis ble verdenshistorien kommentert fra med alt fra vikinger, svartedauen og verdenskriger. Dette var antageligvis for å at utøverne skulle få tankene vekk fra ømme magemuskler. Slitne, men fornøyde gikk fem glade gutter ut for å feire nyttår.

Sempai Bjarne Rafaelsen (1.Dan)



Fra venstre:  
John-Åge Johnsen,  
Ronny Hansen,  
Bjarne Rafaelsen,  
Erling Paulsen,  
Rune Hogseth.



# KYOKUSHIN OPPVISNING PÅ RITØ

**Onsdag 17. november hadde Tromsø Karate Klubb oppvisning for pasienter, pårørende og ansatte på Regionsykehuset i Tromsø (RiTØ).**

Partiet med videregående juniorer samt deres trenere skal ha æren for at det ble en god oppvisning. De viste frem to flotte kataer, en renraku, shuto-teknikker og semikontakt kamp. Deretter medvirket en av de i en selvforsvars-sketsj hvor vi kledde oss ut som innbruddstyv, sykepleier og lege. Ronny Hansen (1. kyu) og Bjarne Rafaelsen (1. dan) viste til slutt selvfors-

var, fullkontakt kamp og knusing.

Det var artig å ha en litt annen type oppvisning enn det som er vanlig før et nybegynneropptak. Sketsjen var spesial-laget for anledningen og ble godt mottatt. Våre kontaktpersoner på RiTØ var fornøyd med opplegget og vi fikk også god tilbakemelding fra publikum. For oss var det viktig å kunne tilby de som ligger innlagt over lengre tid annen underholdning

Sempai Bjarne Rafaelsen (1.Dan)



Tromsø Karate Klubb sitt juniorparti viser basic-teknikker (fra oppvisningen på Regionsykehuset i Tromsø).

Bjarne Rafaelsen knuser (fra oppvisningen på Regionsykehuset i Tromsø).





# NNM I TROMSØ

## Nord-Norgesmesterskapet i Kyokushinkai Karate 28/11-99

NNM ble avholdt i gymsalen på Tromsø Maritime Skole søndag fra kl. 1000-1330. På grunn av for få deltakere ble alle klassene i fullkontakt kamp avlyst. I klassene for ikke-kontakt ble vektklassene slått sammen slik at det kun ble konkurrert i en åpen klasse ikke-kontakt damer, en åpen klasse ikke-kontakt herrer og en åpen klasse ikke-kontakt juniorer. I mønster (kata) ble herre- og dame-klassene slått sammen slik at det kun ble konkurrert i en åpen klasse kata. Stevnet gikk fint for seg uten noen skader.

### Resultater:

#### Åpen klasse ikke-kontakt herrer:

- |   |                   |                       |
|---|-------------------|-----------------------|
| 1 | Ronny Hansen      | Tromsø Karate Klubb   |
| 2 | Jan-Håvard Hansen | Tromsø Karate Klubb   |
| 3 | Erik-Anders Helin | Finnsnes Karate Klubb |

#### Åpen klasse ikke-kontakt damer:

- |   |                       |                       |
|---|-----------------------|-----------------------|
| 1 | Mary-Sissel Eilertsen | Finnsnes Karate Klubb |
| 2 | Karin Paulsen         | Alta Karate Klubb     |
| 3 | Elisabeth Eriksen     | Tromsø Karate Klubb   |

#### Åpen klasse ikke-kontakt juniorer:

- |   |                |                       |
|---|----------------|-----------------------|
| 1 | Remi Hansen    | Tromsø Karate Klubb   |
| 2 | Fredrik Ås     | Tromsø Karate Klubb   |
| 3 | Julian Paulsen | Finnsnes Karate Klubb |

#### Åpen klasse kata (mønster):

- |   |                   |                     |
|---|-------------------|---------------------|
| 1 | Bjarne Rafaelsen  | Tromsø Karate Klubb |
| 2 | Ronny Hansen      | Tromsø Karate Klubb |
| 3 | Elisabeth Eriksen | Tromsø Karate Klubb |



Dommerne var enig om at det var best fult i Junior klassen. Her ser vi en annen junior med "futt", en 9 årig Shodan (1.Dan) fra Japan.

NNM ble avholdt i forbindelse med en helgesamling hvor deltakere fra hele Nord-Norge møttes for å trene under Nord-Norges høyest graderte instruktør, Tommy Edvardsen (3. dan), samt en instruktør fra Lørenskog, Gorm Øian (2. dan).

Sempai Bjarne Rafaelsen (1.Dan)

# DET 7. ÅPNE VERDENSMESTERSKAP I KARATE



FOR FØRSTE GANG I HISTORIEN VANT EN IKKE-JAPANER VERDENSMESTERSKAPET I "FULLKONTAKT". VINNEREN BLE SENSEI FRANCISCO ALVES FILHO (3.DAN) FRA BRASIL (TIL HØYRE PÅ BILDET). FILHO MÅLER 187CM OG VEIER 105KG. HAN VANT FINALEN OVER SEMPAI HAJIME KAZUMI (2.DAN) FRA JAPAN (TIL VENSTRE PÅ BILDET). INGEN

## RESULTATLISTE FRA VM

1	FRANSISCO ALVES FILHO	BRASIL
2	HAJIME KAZUMI	JAPAN
3	ALEXANDRE PITCHKOUNOV	RUSSLAND
4	GLAUBE FEITOSA	BRASIL
5	NOCHOLAS PETTAS	DANMARK
6	YASUHIKO KIMURA	JAPAN
7	RYUTA NOJI	JAPAN
8	RYU NARUSHIMA	JAPAN

BESTE "SPIRIT" PRIS: TATSUYA FUKUDA (JAPAN)

BESTE TEKNIKK PRIS:: RUY NARUSHIMA (JAPAN)

MEST PÅ KNUSING (TAMESHIWARI): EMIL KOSTOV (BULGARIA)



極真道

*#1 "The Martial Way begins and ends with courtesy.  
Therefore, be properly and genuinely courteous at all times."*  
(Det første av Mas Oyamas 11 motto)

極真道

## TRENINGSTIDER FOR VÅREN 2000

Mandag	Tirsdag	Ons.	Torsdag	Fredag
<b>1700-1800</b> Nybeg. jr. Elisabeth (89220)	<b>1800-1900</b> Vg. jr. Ronny H. (71358)		<b>1700-1800</b> Vg. jr. Elin (92425)/ Kristin (97650850)  <b>1700-1800</b> Nybeg. jr. Vidar (70623)	
	<b>1800-1930</b> Nybeg. senior Bjørn (80113)		<b>1800-1930</b> Nybeg. senior John-Åge (74111)	
<b>1800-2000</b> Knock Down Evan (91358042)	<b>1900-2100</b> Orange-sort Bjarne (55466)		<b>1945-2130</b> Orange-sort Erling (78840)	<b>1730-1900</b> Fellestren- ing Knut (81699) / Elisa- beth (89220)