

# Verksamheten 2020

## Svenska Budo & Kampsportsförbundet

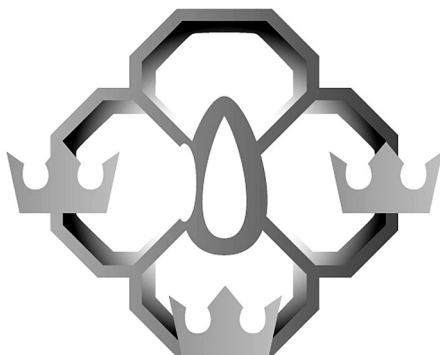


Tävling Träning Tradition

**Tävling  
Träning  
Tradition**

[www.budokampsport.se](http://www.budokampsport.se)

# Verksamheten 2020



**Svenska Budo & Kampsportsförbundet**

Svenska Budo & Kampsporfsförbundet är ett specialförbund inom RF (Riksidrottsförbundet) som hyser en lång rad österländska och andra kampsporfer. Förbundet bildades 1960. Här berättas om verksamheten under år 2020.

Omslagbild framsidan: Khamzat Chimaev vid UFC on ESPN 14, den 25 juli 2020, då han besegrade Rhys McKee i Abu Dhabi. Foto: Jeff Bottari/Zuffa LLC/Bildbyrån.

Baksidan: Kampsporfgalans prisstatyett, utformad av Graffiti-sthlm. Foto: Stefan Stenudd.



**[budokampsport.se](http://budokampsport.se)**

**Verksamheten 2020. Svenska Budo & Kampsporfsförbundet**

Redaktion: Mats Lilja, Mona Lundkvist och Stefan Stenudd.

© Svenska Budo & Kampsporfsförbundet och artikelförfattarna, 2021.

Grafisk form av Stefan Stenudd.

Svenska Budo & Kampsporfsförbundet, Stockholm.

# Innehåll

Förord	8
Michael Kuntz lämnar jujutsulandslaget	11
Få har betytt mer än Michael Kuntz	13
Lars-Göran Andersson shihan	15
Elina Moestams trippel	17
Kampsport går INTE ut på att skada	20
Moderna idrottsledare talar om känslor	22
”Jag tror vi kommer att fortsätta växa”	25
Nils Björkegård i exklusiv kendoskara	28
Nomineringar till Kampsportsgalan	30
Patrik Asplund till SB&K:s styrelse	35
Sara Abouzeedan till SB&K:s styrelse	36
Årsmötet och Kampsportsgalan inställda	38
Fredrik Gundmark om att stänga ner	39
Jörgen Kruth är en av Sveriges främsta	40
Årets pristagare	42
Pernilla Johansson har vinnarinstinkt	56
Uppsala Kampsportcenter utomhus	58
En miljon till barn och ungdomar	60
Tydliga nej till doping	61
Tip välkomnar kampsportsutredningen	69
EM i wushu hålls online	71
Följ myndigheternas restriktioner	73
Kampkonstförbundet i digitalt årsmöte	75
Online-EM i wushu	76
Diskussioner kring tävling fortsätter	81
SB&K korttidspermitterar personalen	82
Sammanfattning av SB&K:s årsmöte	83
Gundmark gillade digitalt årsmöte	85
Para-kommittén vill bli mer synlig	87

Mike Malmer i "Heja Sverigelaget" 89  
Utvecklingsläger på Bosön 91  
Kevin Sasaki dömde titelmatch i UFC 93  
Chimaev är stekhet 95  
Elina Moestam får Elitidrottsstipendium 97  
Mats Lilja till SB&K 98  
Vinnaren känner sig som en nybörjare 99  
Kosttillskott och dopingrisk 101  
Aikidon gör ny reklamsatsning 103  
Ordföranden inför Riksidrottsforum 2020 105  
Så var Riksidrottsforum 2020 106  
Idrott under pandemin: Capoeira CDO 109  
Nya restriktioner, samma utmaningar 113  
Kickboxning i Europeiska spelen 115  
Pannie Kianzad vann tredje raka 117  
Allstyle blir eget underförbund 118  
Julhälsning från ordföranden 120

## **Verksamheten 2020 123**

Årsredovisning 2020 146

## **Underförbundens verksamhet 151**

Aikidoförbundet 153  
Armsportförbundet 173  
BJJ-förbundet 176  
Bujinkanförbundet 184  
Capoeiraförbundet 188  
HEMA-förbundet 189  
Jujutsufederationen 193  
Kampkonstförbundet 204  
Kickboxningsförbundet 207  
Kung fu & Wushuförbundet 211  
Kyokushinförbundet 214  
MMA-förbundet 221

Muaythaiförbundet 225  
Shorinji Kempoförbundet 230  
Submission Wrestlingförbundet 234  
Taidoförbundet 238

# Förord

När jag skriver detta kan vi lägga ytterligare ett år till handlingarna. Början på det nya årtiondet blir ett vi sent kommer glömma. Den framtidstro och positiva anda som inledde året efter ett för kampsporten fantastiskt 2019 gick gradvis över i frustration och oro. Nu när 2021 inleds står vi inför vad som troligtvis är kampsportens största utmaning någonsin. Det är nu vi ska visa vår styrka och vår förmåga att inte bara klara utmaningen, utan även gå stärkta ur den.

Vad finns då att säga om 2020? När vi gick in i året var det med förhoppning om ett nytt rekordår. Vi som förbund hade fler medlemmar än någonsin och stora framgångar både vad gäller tävling och att synas i idrottssverige.

Strax innan det var dags för vår årsstämma och den årliga Kampsportsgalan där vi firar förra årets framgångar kom covid-19 som en rejäl högerkrok. Så gott som all idrottsverksamhet stängdes ner från en dag till nästa och hela året efter det har starkt präglats av ord som rekommendationer, restriktioner, ställa in, ställa om, zoom, meet och så vidare.

Kansliet med Mona i spetsen, samt Musse från förbundsstyrelsen, styrde med väldigt kort varsel upp en digital Kampsportsgala så att vi på något sätt kunde uppmärksamma 2020 års fantastiska prestationer. Magnus och Sofia tillsammans med Leif Sunje såg till att vi lyckades genomföra alla våra underförbundsstämmor samt vår centrala årsstämma digitalt.

Jonathan, Annie och sedermera även Mats har dragit ett tungt lass i att följa med i alla turer kring rekommendationer och restriktioner och har jobbat hårt för att med den





*Fredrik Gundmark i uppvisning av kyokushin på Kampsportsgalan 2017. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

många gånger knapphändiga informationen från Folkhälsomyndigheten och Riksidrottsförbundet hålla våra föreningar uppdaterade kring vad som för tillfället gällde.

Efter sommaren fanns det hopp om att gå tillbaka till en något mer normal verksamhet men när vintern stod i antågande visade det sig att läget blivit än värre. Den nedstängning av idrott som vi sett under slutet av året får vi hoppas att vi aldrig upplever igen.

En effekt av allt det här är att alla kampsporfsförbund börjat samarbeta närmre. Vi har haft ett par möten och påbörjat ett arbete med att driva gemensamma frågor gentemot Riksidrottsförbundet. Det känns positivt då kampsporten totalt i Sverige engagerar ungefär 200 000 personer.

Vi är stora och vi är starka. Nu vill vi att våra viktiga frågor hamnar på agendan. En sådan fråga som berör alla våra föreningar är utmaningarna vi har gällande lokaler.

Några framgångar kan vi dock stoltsera med detta år. Vi har en fighter, Khamzat Chimaev, nominerad till idrottsgalan som årets genombrott. Tyvärr vann inte Khamzat men att finnas med i det sammanhanget är en rejäl fjäder i hatten.

Nu har den bistra vintern tagit landet i sitt grepp och vi får blicka fram mot varmare tider då vi förhoppningsvis får se lättnader i restriktioner och en sakta återgång mot det normala. Under tiden får vi lägga vårt fokus och vår kraft på att attrahera både nya och gamla medlemmar att upptäcka vilka givande och utvecklande idrotter vi har i vårt förbund.

Just nu må det vara kallt och tufft men precis som våren oundvikligen anländer med nytt liv kommer kampsporten återigen att blomstra efter en tuff tid. Och tillsammans kan och ska vi få den att blomstra som aldrig förr!

*Fredrik Gundmark*

*ordförande*

*Svenska Budo & Kampsportsförbundet*

# Michael Kuntz lämnar jujutsulandslaget

*9 januari 2020 av Jonathan Broberg*

Efter tio framgångsrika år som förbundskapten för svensk jujutsu lämnar Michael Kuntz den rollen. VM i Abu Dhabi i fjol, där Sverige tog tre guld, blev därmed hans sista mästerskap.

– Det bästa under de här åren har varit själva lagkänslan, säger han till budokampsport.se.

Förbundskaptenen för det svenska jujutsulandslaget Michael Kuntz lämnar sitt uppdrag. Kuntz har haft rollen i tio år och har varit en stor pusselbit i att svensk landslagsjujutsu har upplevt en framgångsepok.

– Det beror helt enkelt på att jag inte har den tid eller ork som krävs längre. Det är inte något lätt beslut, för det har varit otroligt fina år. Men det går inte att få ihop det här med det privata längre, jag har inte den tiden eller kraften.

Framgångarna sedan Michael Kuntz klev på rollen som förbundskapten har varit storartade.

– Under min tid har vi vunnit 99 medaljer på junior- och seniornivå. Det är klart att det är något jag är stolt över.

Men det är inte medaljerna i sig som har varit det bästa med rollen som förbundskapten.

– Det har varit att få vara med och se människor utvecklas. Inte enbart idrottsligt, utan som människor. Jag har känt William (Seth-Wenzel), Freddan (Fredrik Widgren) och många andra sedan de var små och att se hur de har utvecklats, det har varit det bästa med det här.

– Sedan, självklart, VM 2018 i Malmö. Sättet vi verkligen var ett lag, inte bara ett landslag utan verkligen ett lag – det kommer jag aldrig att glömma.



*Michael Kuntz får priset Årets ledare på Kampsportsgalan 2019. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

Och det är just själva lagbyggandet han hoppas att andra kan bygga vidare på.

– Jag hoppas det. Det är något som vi ledare – Rob, Martin, Isabell, Jocke, Paul – har kämpat hårt för, att vi ska bli ett team. Så det hoppas jag att man fortsätter jobba med. Och det är något, alltså lagbyggandet, som jag verkligen vill tacka alla för. Alla som jobbat runt landslaget.

På kort tid har alltså Rob Haans, Martin Ingholt och nu också Michael Kuntz lämnat sina uppdrag.

– Ja, det blev så. Jag hoppas att styrelsen hittar bra ersättare och självklart bistår jag med min kunskap om man skulle behöva hjälp.

# Få har betytt mer än Michael Kuntz

*9 januari 2020 av Jonathan Broberg*

Århundradets andra decennium slutade med grått, ack så grått, väder – vart var vintern? Och det nya årtiondet har inletts minst lika grådaskigt. Dessutom har det nya decenniet börjat med ett stort avslut.

Jag känner få vars ansiktsuttryck så väl kan ringa in olika sinnesförmimmelser som Michael Kuntzs. Man mår bra när den mannen ler, och man förstår allvaret när han ilsknar till. Däremellan finns det också utrymme för mycket värme, ty det är glädjen och engagemanget som jag verkligen tycker kännetecknar Kuntz ledarskap.

Innan Michael Kuntz var svensk landslagsjujutsu inte vad den är, och kanske kommer den heller aldrig att bli vad den har varit – vad vet vi?

Det vi åtminstone kan konstatera är att svensk jujutsu inte haft någon mer medaljrik förbundskapten i modern tid (ja, kanske någonsin).

När Kuntz tog rollen för tio år sedan hade svensk jujutsu det tufft på landslagsnivå. Medaljerna var lättträknade, om det ens vanns någon. Och flera tunga profiler hade tagit farväl av landslaget.

Kuntz fick börja bygga om. Han förlitade sig på ungt och orutinerat, som syskonen Sara och Fredrik Widgren. Och det dröjde inte länge förrän de stora, tunga resultaten började ticka in. Mästerskapsmedaljerna likaså. Och däri ligger mycket av nycklarna, tror jag. Kuntz har varit bra på att lyfta fram unga talanger. Han har också varit bra på att få de lite äldre att satsa vidare, som Jennie Brodin, Linda Lindström och Isabelle Sarfati.

Jag har fått äran att följa med landslaget vid flera in-

ternationella mästerskap och det är tydligt hur man har försökt få ihop ett lag av alla individualister – och hur man har lyckats. Det påminner rätt mycket om den modell Pelle Bånghäll jobbade utefter med thaiboxningen, och kanske är det ingen slump att just de två landslagen har varit några av vårt förbunds allra mest framgångsrika.

Det är en ganska oviss landslagsframtid för jujutsun. Innan jul deklarerade Martin Ingholt och Rob Haans att de lämnar sina uppdrag – och nu följer alltså Kuntz efter.

Samtidigt är inget för alltid. Endast minnen och historien blir kvar, så länge man minns.

Jag kan innerligt säga att för min del kommer Michael Kuntz att bli saknad. Ihågkommen, javisst, som en av de främsta förbundskaptener svensk jujutsu har skådat.

Ihågkommen, men ändock saknad. Tack för allt, Michael Kuntz!

# Lars-Göran Andersson shihan

14 januari 2020 av Jonathan Broberg

En av svensk aikidos allra främsta, Lars-Göran Andersson, blev i helgen utsedd till titeln shihan av Hombu Dojo. Något han faktiskt såg först via – Facebook!

– Jag är glad och stolt, säger han.

Lars-Göran Andersson har tränat aikido sedan 1965 och är en stor profil inom idrotten. Under helgen blev Lars-Göran också tilldelad titeln shihan.

– Det är så klart en uppskattning för allt arbete som man har lagt ner, och det manar också till fortsatt arbete. Jag är glad och stolt.

Det är Svenska Aikidoförbundets styrelse tillsammans med graderingskommittén som har ansökt om shihan för Lars-Göran, vilket nu alltså blivit verklighet.

– Jag fick reda på det först via Facebook, faktiskt. Det är klart att för mig personligen betyder det här väldigt



Lars-Göran Andersson. Foto: privat.

mycket. Vad det sedan betyder rent aikidomässigt, om jag får fler tränande hos mig eller om jag blir bokad till fler läger, det får framtiden utvisa.

Han ser det här som en av de stora händelserna i aikidolivet hittills, förstås.

– Ja, så är det ju. Andra höjdpunkter var när jag tog mitt första svarta bälte och när jag ifjol fick 7 dan. Något annat jag inte glömmer var min andra resa till Japan 1973, när jag var uchideshi. Det var mycket speciellt och oerhört lärorikt.

Framgent är det annars läger som hägrar, närmast ett i Torsby 8–9 februari.

– Jag undervisar mer än jag själv tränar numera, men det kanske man kan kosta på sig (skratt). Det blir ett kul läger och något jag ser fram emot.



# Elina Moestams trippel

28 januari 2020 av Annie Bondefelt

Elinas vecka har varit minst sagt händelserik i en positiv bemärkelse. I helgen ökade hon på sin lista över internationella meriter då hon tog EM-guld i brunbältesklassen under BJJ-mästerskapen.

Vid prisutdelningen väntade en överraskning, då hon även graderades upp till svartbältesklassen, och under gårdagens Idrottsgala fick hon mottaga Elitidrottsstipendiet från Svenska Spel.

– Jag vann VM i somras, så jag kände att jag hade press på mig att vinna och att tjejerna som jag skulle möta skulle försöka slå ut mig. Jag var ovanligt nervös faktiskt för den här tävlingen.

– Första matchen höll på att gå åt skogen tidigt, jag var inte riktigt med från start och hon var väldigt snabb på att ta positioner så jag fick börja matchen med att försvara ett stryp men lyckades på något sätt komma ur det och dra ut henne på ett rakt knälås. Andra matchen gick vi tiden ut och det var en match där vi bägge försökte ta positioner. Jag hade den bättre starten och kunde i slutet på matchen säkra positionen och de två poängen som jag behövde för att vinna, säger Elina Moestam.

Att få svart bälte på pallen blev också ett stort bonus då Elina hade många vänner och även föräldrarna på plats.

– När jag stod på podiet och tog emot min medalj kom min tränare Alan do Nascimento springandes med ett svart bälte. Det var väldigt känslösamt och häftigt och jag hade många av mina vänner från min klubb och min tidigare klubb omkring mig som kunde dela stunden med mig. Mina föräldrar var också där för att kolla på tävlingen



*Elena Moestam. Foto: Annie Bondefelt.*

och det kändes väldigt fint att de kunde få vara med på den graderingen.

Och nu väntar en ny tävlingssäsong.

– Jag kommer tävla på Pan Ams i mars, World Pro i april och absolut på VM i juni också. I och med att jag vann VM i brunbältesklassen i somras behöver jag inte rankingpoängen som de andra tjejerna behöver, så jag hoppas att jag kan utnyttja det genom att få en riktigt bra uppladdning och en välplanerad säsong.

Inför vårsäsongen har Elina fått Svenska Spels elitidrottsstipendium som gör att hon enklare kan kombinera sin satsning med studier.

– Jag blev utvald att få elitidrottsstipendiet redan i september faktiskt, men igår delades det officiellt ut på Idrottsgalan. Stipendiet delas ut till elitidrottare som studerar och i och med mina universitetsstudier så finns det väldigt lite tid över till att jobba extra när alla träningar är

gjorda. Elitidrottsstipendiet är på 50.000 kronor så jag har kunnat släppa den ekonomiska stressen för att få ihop ekonomin med min tävlingssatsning det här året. Landslaget och förbundet hjälper oss att finansiera två tävlingar om året, resten får vi stå för själva. Förra året tävlade jag på 13 tävlingar varav endast två var i Sverige.

– Jag älskar den här sporten och det är vad jag vill göra av min tid och av mitt liv, så jag har aldrig tänkt att jag skulle göra något annat för pengarna som jag får in, men det är klart att det känns skönt och proffsigt att få hjälp att finansiera resorna. Det innebär också extra motivation att prioritera studierna och att det faktiskt finns en möjlighet att kombinera en elitsatsning med heltidsstudier, avslutar Elina.

# Kampsport går INTE ut på att skada

*29 januari 2020 av Jonathan Broberg*

Jag har noterat, med betoning i riktning gäspning och noterat, att DN hade en insändare igår, där skribenten hävdar att MMA och andra kampsporter inte har någon plats i ett civiliserat samhälle. Är ni inte redan uttråkade, så säg.

Är det något som budo och kampsporter har lärt mig är det att idrotterna försöker se alla individer, och få dem att känna sig välkomna.

Utifrån det perspektivet ska man kanske vara försiktig med att raljera över folks syn på våra idrotter, eftersom vi gärna tar människors tycken till oss – också när de upprör.

Men nog trodde jag att vi hade kommit längre än den insändare DN har publicerat. Jag hävdar med bestämdhet att budo och kampsporter, MMA förstås inkluderat, har en viktig roll i dagens samhälle. Och jag ska försöka förklara så gott jag kan.

Min tolkning, efter dryga tio år i förbundet, är att budo och kampsport inte alls, inte i närheten, går ut på att skada varandra. Visst, stämningen mellan två dundertränade atleter kan ibland inför matcher piskas upp. Och någon enstaka gång under de här åren har jag upplevt att jag tycker att uppsnacket gått för långt.

Annars är sportsmannaanda, respekt för motståndare och domare och publik (ömsesidig sådan) det som jag skulle säga verkligen präglar idrotternas utsmyckning.

Man kan också ställa sig frågan vad som egentligen skulle hända om kampsporter verkligen förbjöds. Jag tror vi hade haft en drös människor i samhället som ändå hade kampsportat: antingen som en undergroundrörelse (och

dit vill vi verkligen inte) eller så hade man sökt sig utomlands. Och man hade varit oförsäkrad. Tänk på konsekvenserna det hade kunnat bli.

Dessutom, dagens samhälle behöver snarare få fart på befolkningens rörelse istället för att hitta förbud mot det. Och budo och kampsporter är förknippade med väldigt allsidig och god träning.

Vidare skulle jag tro att budo och kampsporter också är föredömen gällande viktiga ämnen som integration och jämställdhet. Det är vackert att konstatera att alla kan träna med varandra – oavsett ålder och kön.

Ja visst, budo och kampsporter kan innebära skador. Under min tid på förbundet har statistiken för inrapporterade skador legat mellan 200–400 om året (åtminstone till 2016). Antalet huvudskador (där exempelvis tandskador och ögonbryn också ingår) har under den här perioden inte överstigit 100. Och då ska man komma ihåg att statistiken gäller samtliga våra 30 idrotter, fördelade på ungefär 50.000 medlemmar.

Skador förekommer alltså, tyvärr. Helst hade vi förstås inte velat ha en enda, men vi kan åtminstone konstatera att de inte verkar öka. Och det tror jag beror på den rigorösa säkerhetsapparaten, med bland annat en lag som kontrollerar kampsporten i vårt land.

Så ja, kampsport kan ibland vara farligt ur den aspekt att skador händer och det är något som man aldrig ska förringa. Men sett ovanifrån tror jag att budo och kampsport, även MMA, räddar betydligt fler liv än de tar.

Vad är det då som gör att folk häver ur sig att kampsporтер borde förbjudas? Att det är nesligt att slåss?

Ja, jag kan då inte se det på så mycket annat vis.

# Moderna idrottsledare talar om känslor

*3 februari 2020 av Kent Hansson*

De flesta av oss tycker säkert att idrott ska vara lustfyllt och jag har genom åren som sportreporter och idrottsvän upplevt magiska saker. Men jag har även sett medaljens baksida, hur tjejer och killar farit illa i jakten på segrar. Psykisk ohälsa finns också inom idrotten, även om många undviker att ta upp ämnet.

Nyligen hade Sydsvenskan en stort uppslagen artikel om brottaren Jörgen Olsson, en trikåmatador som jag följde på 90-talet.

Olsson var med på de stora mästerskapen. Han blev Europamästare och VM-tvåa. Men han kastade även öppet sin trikå i en soptunna på Globen efter en VM-förlust. OS i Barcelona 1992 skulle bli hans livs äventyr men efter förlust i den första matchen lämnade han OS-byn i vrede-mod. Hans frustration orsakade naturligtvis stora rubriker, det fanns inga ledare som lyckades fånga upp Olssons ångestladdade utbrott.

Jörgen Olsson mätte inte bra under delar av sin idrottskarriär. Något han har berättat om i sin bok Gossen Ruda. Hans karriär var kantad av prestationsångest. Jörgen betraktades av brottningsledarna och till viss del även av sportjournalisterna som lite udda, en person som var svår att få grepp om.

Brottnings har, precis som många andra kampsporter, haft rätt så många ledare med tuff stil. "Ledarna vågade inte blotta sig. De skulle vara stora och starka. Jag har inga problem med att säga till en 12-åring att jag grät som ett litet barn när jag var 22 år gammal. Det vågade inga ledare säga i mina ungdomsår. Vad fan piper du om fick man

höra”, säger Jörgen Olsson bland annat i SDS-intervjun.

Jörgen Olsson är i dag en annan person än den han var under åren som elitbrottare. Han jobbar som konsulent och tränare i Limhamns Brottarklubb. Han är ett föredöme som idrottsledare.

Jag blir glad när jag läser om hur Jörgen Olssons ser på sin roll som idrottsledare. Det behövs mer av Jörgens tänk inom idrotten, framför allt inom kampsporterna, där förlusterna kan vara extra smärtsamma.

En idrottsledare ska få en ung kille och tjej att växa som människa. En modern idrottsledare vågar öppet tala om känslor och misslyckande. Jörgen Olsson hade, trots många ångestladdade stunder, en snygg karriär. Jag tror att han med sin erfarenhet skulle kunna bli en uppskattad föreläsare för våra unga kampsportare. Det gamla macho-idealet måste vara ett minne blott.

Jag har själv sett en del idrottsdrömmar krossas på grund av psykisk ohälsa. För 10-talet år sedan, vid ett SM i styrkelyft, inträffade en sak som skakade om mig rejält. Efter tävlingarna träffade jag en kille som hade bommat ut sig. Lyftaren, som var stark och lovande, sa med glansiga ögon: ”Det känns som att jag går till min egen begravning. Jag har laddat för denna tävling i ett år och så går det så här.”

Den här killen var helt knäckt och dök aldrig mer upp i något sportsammanhang.

Jag ska nämna att jag genom åren har träffat på många fantastiska idrottsledare som brinner för sina uppgifter, men dessvärre har jag även stött på personer som aldrig borde haft roller inom idrotten.

Kampsportsåret har precis börjat. Det stundar många härliga tävlingar under 2020, på olika nivåer. Det blågula medaljregnet på de stora internationella mästerskapen kommer att fortsätta. Jag hoppas att alla våra fighters får

uppleva glädje och positiv stöttning från tränare och ledare.

Avslutningsvis konstaterar jag att inte någon av våra duktiga kampsportare blev nominerade till Idrottsgalan. Varför är jag inte förvånad...?



# ”Jag tror vi kommer att fortsätta växa”

*13 februari 2020 av Jonathan Broberg*

Sen vinter, eller tidig vår, är alltid en hektisk tid för SB&K:s generalsekreterare Mona Lundkvist. Det är mycket som ska göras inför stundande årsmöte och Kampsportsgalan. Dessutom fortsätter förbundet att växa – och även intresset för SB&K:s idrotter i gemen.

– Jag tycker att det känns bra överlag, fast vi har mycket kvar att förbättra, säger hon till budokampsport.se.

När Svenska Budo & Kampsportsförbundet lämnade 2010-talet bakom sig gjorde man det med en rekordhög notering gällande medlemsantal. Dessutom har andra stora milstolpar uppnåtts under decenniet som var.

År 2004 började Mona Lundkvist på kansliet, då i en administrativ roll. Idag är hon generalsekreterare och hon kan se tillbaka på en tid av utveckling och många fina minnen.

– Ja, men så det ju. När karate lämnade förbundet och tog med sig runt 14.000 medlemmar trodde vi ändå på förbundets styrka. Men att vi skulle växa ut till att bli över 50.000 medlemmar, ha tävlingar som lockar 30.000 åskådare och vara det medaljrikaste förbundet i hela idrottsrörelsen – nej, det hade jag nog inte trott på om någon hade sagt det till mig 2004. Man får ibland nypa sig lite i armen, faktiskt.

Med blicken ut över ett nytt decennium finns det ändå saker som stör Mona.

– Jag hade önskat att allmänhetens och i viss mån även idrottsrörelsens syn på oss kampsportare hade varit mindre fördomsstyrd. Jag är trött på att höra nedvärderande skämt, som att ”dig ska man ju passa sig för” och dylikt.



*SB&K:s generalsekreterare Mona Lundkvist. Foto: Jonathan Broberg.*

– Samtidigt är det just sådant som fortfarande driver mig framåt. Jag ser på våra idrottare som sliter med jobb och studier bredvid sina satsningar, och som ofta får betala för sina landslagsresor själva. Jag ser hur våra föreningsledare sliter, hur ideella krafter sliter, hur vårt kansli sliter. Alla jobbar stenhårt för att föra fram svensk budo och kampsport – och det är det som också kommer ta vår idrott framåt ännu mer. Jag är övertygad om att det är vi alla tillsammans som är isbrytaren.

Under 2020 kommer jämställdhetsprojektet "60.40. På riktigt" att på allvar rulla igång, något Mona ser fram emot.

– Ja, för det är ett välbehövligt arbete som måste göras och som vi verkligen vill göra också. Jag kan tycka att vi i grunden har strukturen i vårt sätt att träna för att vara jämställda, men sedan är det något annat att faktiskt vara det också. Vi är väldigt glada över att Sara Wiggberg, som jobbat med jämställdhet för RF, kom till oss. Det gör att vi kan ta sats i arbetet från en högre höjd än annars.

Ett annat projekt som numera är ordinarie verksamhet i förbundet – MotoriQ – går in på sitt tredje verksamhetsår. Och Mona är imponerad.

– Det är något vi verkligen vill fortsätta att utveckla och där vet jag att Magnus och Pilo gör ett bra jobb. Se bara på vad som har hänt under de här åren sedan idén föddes.

Slutligen blickar Mona ut över det kommande decenniet, som hon tror blir ett bra sådant för SB&K.

– Ja, det tror jag. Jag tror att vi kommer att fortsätta att utvecklas. De indikationer vi får pekar på det. Samtidigt måste vi inom kampsportsfamiljen också dra åt samma håll. Vi behöver varandra för att kunna lyfta ännu mer, det får vi inte glömma.

# Nils Björkegård i exklusiv kendoskara

*20 februari 2020 av Jonathan Broberg*

För en tid sedan graderades kendoprofilen Nils Björkegård till 7 dan. Med det är han den tredje svensken hittills att få den höga graden.

– Det är smått överkligt, säger han.

Efter graderingen i Bryssel kan Nils Björkegård, en av svensk kendos största profiler, numera även titulera sig 7 dan. Han sällar sig således till Mats Wahlqvist och Kumi Sato, som tidigare är de svenskar som innehar 7 dan.

Men att Björkegård började med kendo, för snart 30 år sedan, var egentligen något av en slump.

– (skratt) Så är det. Jag ville börja träna någon budodrott och hade siktet inställt på kenpo. Det här var innan internet fanns, så jag hörde av mig till Budoförbundet som det då hette och fick en folder med en massa idrotter. Jag letade efter kenpo, men det fanns inte i min närhet. Så såg jag att kendo fanns och tänkte att det kanske inte var så stor skillnad, det skilde ju bara någon bokstav.

Första träningen i kendo hölls av Momiyama sensei.

– Han sade väl rätt saker, för jag blev helt fast.

Björkegård har efter det hunnit med mycket under sin kendoresa. Han har varit en bärande del i landslaget och vunnit flera mästerskapsmedaljer. Han har engagerat sig inom Kendoförbundet. Han är ledare. Men mest är han utövare.

– Jag har väl egentligen bara tränat på. Det finns inga genvägar mer än att lägga ner mycket tid, och för det krävs så klart att man har passion för det. Jag har tränat i 30 år, det är inget man gör i bara ett nafs.

Men Björkgårds meriter skvallrar om att det inte enbart är "att träna på" som har varit framgångsreceptet.

– Skulle jag säga något så är det väl att jag har haft ambitionen att hålla mig till min stil. I matcher kan man så klart ha olika taktiker för att nå bäst resultat, men på det stora hela har jag tränat stilenligt och det har liksom satt sig i ryggmärgen, och den har alltid funnits till hands att plocka fram. Det är kanske lite flummigt beskrivet, men det är det som kanske främst har tagit mig dit jag är idag.

Graderingen till 7 dan beskriver han som en närmast överklig upplevelse, fylld av – nervositet.

– Jag har nog aldrig varit så nervös som jag var inför kata-delen. Det var något jag aldrig upplevt tidigare och det är definitivt något jag kan ta med mig in till träningen och livet i stort också, skulle jag tro.

– När jag sedan fick reda på att jag hade blivit godkänd, så var det smått överkligt. En underbar känsla, förstås.

Med detta skriver han in sig i den svenska idrottshistorien som en av tre som uppnått denna kendomilstolpe.

– När du säger det så känns det lite extra, men jag känner mig inte historisk på det sättet. Jag är inte annorlunda bara för att jag nu har tagit 7 dan. Men det blir ju lite speciellt att från en dag till en annan leva upp till en högre standard. Det ställer säkert lite krav på mig också, men samtidigt är det här ett mål jag har haft länge och jag är bara ruskigt glad just nu.

# Nomineringar till Kampsportsgalan

*21 februari 2020 av Jonathan Broberg*

Den 21 mars i Stockholm är det dags för Kampsportsgalan. Och nomineringarna för galan är klara.

– Vi har haft det medaljmässigt bästa året i förbundets historia, säger ordförande Fredrik Gundmark.

Kampsportsgalan drivs av Svenska Budo & Kampsportsförbundet och hålls för elfte gången den 21 mars. Priser delas ut i tio olika kategorier och nu är de nominerade framtagna.

– Vi har haft ett framgångsrikt år på många sätt. Vi har haft det medaljmässigt bästa året i förbundets historia, och vi tar medaljer i många av våra idrotter. Det är förstås glädjande. Samtidigt har vi ökat medlemsantalet till över 50.000 och vi har rönt stora framgångar med vårt projekt på att få folk i rörelse, MotoriQ. Så vi har mycket att vara stolta över i förbundet.

## **Årets traditionella utövare**

Tilldelas den utövare som under året gjort den största idrottsliga gärningen inom budoidrotterna. Både tävlingsaktiva och icke tävlingsaktiva ska beaktas.

- 1) Lars-Göran Andersson (aikido)
- 2) Oskar Sjöberg (taido)
- 3) Hanna Svedberg/Arnaud Tiquet (shorinji kempo)
- 4) Jesper Waldestål (iaido)

## **Årets genombrott**

Tilldelas den utövare, gammal som ung, som stått för ett idrottsligt genombrott under året.

- 1) Mirjam Björklund (kyokushin)
- 2) Nicholas Bryant (thaiboxning)
- 3) Khamzat Chimaev (MMA)
- 4) Tobias Sporrang (armbrytning)

### **Årets mästarinna**

Tilldelas den kvinnliga utövare som vunnit den tyngsta, gärna internationella, titeln under året.

- 1) Bianca Antman (MMA)
- 2) Elina Moestam (BJJ)
- 3) Fia Reisek (armbrytning)
- 4) Jenny Öster-Hall (jujutsu)

### **Årets mästare**

Tilldelas den manlige utövare som vunnit den tyngsta, gärna internationella, titeln under året.

- 1) Erik Fahlgren (armbrytning)
- 2) Zebastian Kadestam (MMA)
- 3) Jesper Waldestål (iaido)
- 4) Fredrik Widgren (jujutsu)

### **Årets ledare**

Tilldelas den ledare som via sin gärning bidragit till att exempelvis en klubb, ett landslag, eller en utövare har lyckats med något exceptionellt under året.

- 1) Daniel Augustsson (armbrytning)
- 2) Emil & Johan Bjarnestad (thaiboxning)
- 3) Michael Kuntz (jujutsu)
- 4) Alexander Tilly (shorinji kempo)

### **Årets klubb**

Tilldelas den SB&K-anslutna förening som verkat mest för en kampsportslig framgång under året, där både idrottsliga prestationer, sociala aktiviteter och arbete utefter

idrottens ideal i stort kan ligga till grund för utmärkelsen.

- 1) Aikidoföreningen Riai Aikido Dojo
- 2) Föreningen Brynäs Armwrestling
- 3) Tullinge Muay Thai Thaiboxningsförening
- 4) Varbergs Thaiboxningsklubb

### **Årets kampsportare**

Tilldelas den utövare som dels mäktat med stor idrottslig gärning under året, men som också lever upp till själva epitetet och idealet för en god kampsportare.

- 1) Josefine Lindgren Knutsson (thaiboxning)
- 2) Lina Länsberg (MMA)
- 3) Elina Moestam (BJJ)
- 4) Eva-My Persson (submission wrestling)

### **Årets förebild**

Tilldelas den medlem (utövare, ledare) som gjort något alldeles särdeles under året och som betytt något för många, eller som på ett eller annat sätt med kampsporten som verktyg gjort nytta också utanför kampsportens sfär.

- 1) Roger Berger (jujutsu)
- 2) Josephine Breisch (MMA)
- 3) Sanny Dahlbeck (thaiboxning)
- 4) Josefine Lindgren Knutsson (thaiboxning)

### **Folkets Pris – guldsuban**

Tilldelas den utövare som via omröstning med svenska folket får flest röster. De nominerade tas fram på basis gällande idrottsliga prestationer under året, samt deras genomslagskraft såväl inom kampsporten som utanför.

- 1) Karl Albrektsson (MMA)
- 2) Hamza Bougamza (thaiboxning)
- 3) Khamzat Chimaev (MMA)
- 4) Zebastian Kadestam (MMA)



- 5) Malin Kleinsmith (armbrytning)
- 6) Elina Moestam (BJJ)
- 7) Alan do Nascimento (BJJ)
- 8) William Seth-Wenzel (jujutsu)
- 9) Sadibou Sy (MMA)
- 10) Jesper Waldestål (iaido)

### **SB&K:s Hederspris**

Tilldelas den utövare som för förbundet, eller någon av förbundets idrotter, stått för en livslång gärning. Utses av SB&K:s förbundsstyrelse.

### **Jury för Kampsportsgalan**

Årets galajury består av sju budo- och kampsportsprofiler:

- Helena Hugosson, ordförande
- Anders Axklo
- Magdalena Kowalczyk
- Leif Sunje
- Gabriella Ringblom
- Joakim Borgudd
- Elin Bladh

Helena Hugosson har sin bakgrund i jujutsu och har på senare år också suttit i förbundsstyrelsen, samt leder SB&K:s elitträningprojekt.

Anders Axklo är profil inom svensk armbrytning och är bland annat ordförande i det nystartade internationella förbundet IAF.

Magdalena Kowalczyk har lång och gedigen thai-boxningsbakgrund och har bland annat ett VM-guld på meritförteckningen.

Leif Sunje har stor och djup kunskap om budoidrotter, men är främst meriterad inom aikido och iaido.

Gabriella Ringblom är före detta VM-guldmedaljör i MMA, men har lång bakgrund inom olika kampsporter.

Joakim Borgudd är frilansjournalist och har breda kunskaper inom kampsporter.

Elin Bladh är verksam inom MMA, medlem i Fighterpodden samt vice ordförande i Svenska Budo & Kampsportsförbundet.

# Patrik Asplund till SB&K:s styrelse

*5 mars 2020 av Annie Bondefelt*

Lär känna Patrik Asplund som är en av de som är nominerade till ny ledamot när årsmötet arrangeras den 21 mars.

Patrik har sedan tidigare arbetat i 18 år inom Djurgården Fotboll och även startat upp Kampsportsstadion 2012 tillsammans med Richard Nordstrand. Patrik brinner för sociala projekt och har jobbat med "Djurgårdsandan" innan han tog över stiftelsen Goodsport som han arbetade upp genom att hjälpa organisationer landet runt att starta egna projekt.

Två projekt som stiftelsen drev själva utöver det var "Nattfotboll", en mötesplats där ungdomar erbjuds möjligheten att spela fotboll tillsammans mellan kl. 20 och 01 ute i förorterna. Projektet har rullat på i 15 år och fungerar genom att tidigare aktiva sedan utbildar sig till ledare och fortsätter att utveckla arbetet. Det andra projektet är "Skolträffen" där ungdomar från olika delar av Stockholm får mötas och lära känna varandra.

– Vi är uppe i 5500 ungdomar som deltagit i projektet, 40% blir kompisar efteråt och 90% tycker det var ett positivt första möte, säger Patrik om projektet.

En av anledningarna till att Patrik nu kandiderar är hans önskan att få driva dessa frågor även inom kampsporten. Han tror även hans kunskaper om att sammanföra sociala projekt med sponsorer kan vara en värdefull erfarenhet och gynna SB&K.

– Om kampsporten skulle ha ett större socialt projekt som sprider sig runt om i Sverige blir det en bra grund för att hitta framtida sponsor för förbundet. Sedan gäller det att inte bara starta någonting utan man måste utveck-

la det, man måste prova sig fram. Skapa en produkt man kan baka in i kampsport som hjälper ungdomar och bidrar till att göra sporten mer populär socialt och lokalt och kan locka fler medlemmar till våra föreningar, säger Patrik.

Sin egen idrottsbana inledde han vid 10-årsåldern då han började med ninjutsu innan fotbollen tog över i tonåren. Efter en längre paus hittade han sedan tillbaka till kampsporten och även boxningen innan han startade en egen kampsportsförening.

Patrik har också mottagit pris för Årets peppare på Idrottsgalan 2019 med motiveringen "för sitt genuina engagemang, trovärdiga ledarskap och för en verksamhet som skapar skillnad för barn och unga varje dag".

## Sara Abouzeedan till SB&K:s styrelse

*9 mars 2020 av Annie Bondefelt*

Sara Abouzeedan är nominerad till suppleant när nästa styrelse ska väljas under årsmötet den 21 mars. Sara brinner för att alla som vill ska få utöva idrott och har sedan tidigare själv tränat kampsport, studerat idrotts- och hälsovetenskap och är även Fighter Manager för Superior Challenge.

Sara arbetar till vardags som platsansvarig på ett gym samtidigt som hon själv gärna tränar bland vikterna. Sara har tidigare även tränat thaiboxning men ägnar sig numera åt boxning. Utöver det har Sara en kandidatexamen i Idrotts- och hälsovetenskap med inriktning prestation och är även licensierad kostrådgivare. Sara som sen länge varit engagerad inom kampsporten är sen 2013 också

Fighter Relations Manager inom Superior Challengeorganisationen, har arbetat i olika redaktioner och producerat kampsportsrelaterat material.

– Jag tror att om man vill göra skillnad, så är SB&K:s styrelse den ultimata styrelsen att vara del av. I SB&K:s styrelse finns verkligen möjlighet att påverka, och jag tror att jag kan tillföra ett intressant perspektiv. Det är viktigt för mig att alla som vill utöva eller tävla i en sport ska få göra det. En sport består av en människas förmåga att utföra en viss uppgift. Det ska inte spela någon roll hur människan ser ut, klär sig eller vad den har för kön.

– Jag har tidigare suttit i två föreningsstyrelser, i en av dem som ordförande. Jag har varit skribent, arrangör, instruktör och utövare. Jag har sett kampsport från många olika håll, och som jag nämnde tidigare tror jag mig ha ett perspektiv som är intressant för SB&K. Jag brinner för kampsport och det gör många, men det är få som har det perspektiv jag har och det är också med det jag tror jag kan tillföra något, säger Sara.

# Årsmötet och Kampsportsgalan inställda

*12 mars 2020 av Jonathan Broberg*

Svenska Budo & Kampsportsförbundet har beslutat, på grund av den rådande smittriskan med coronaviruset, att ställa in årsmötet och Kampsportsgalan. De skulle ha hållits nästa helg, den 21 mars.

– Vi vill inte under några omständigheter utsätta våra medlemmar för någon risk i det här läget. Även om valet känns oerhört trist var det enkelt i det större perspektivet att fatta, säger ordförande Fredrik Gundmark.

I tisdags höjde Folkhälsomyndigheten smittriskan av coronaviruset i Sverige till "mycket hög risk". Under onsdagen skickade myndigheten en hemställan till regeringen, där man föreslog att inga allmänna sammankomster på folkmassor över 500 personer bör få förekomma. En hemställan som regeringen följde.

Under torsdagen medverkade SB&K i ett möte, på initiativ av RF och för andra SF (specialidrottsförbund), där man diskuterade hur den här risknivån ska hanteras av idrotten.

Nu väljer SB&K att ställa in det stundande årsmötet samt Kampsportsgalan. Evenemangen skulle ha hållits lördagen den 21 mars.

# Fredrik Gundmark om att stänga ner

*13 mars 2020 av Jonathan Broberg*

Svenska Budo & Kampsportsförbundet får en hel del frågor om att eventuellt komma med rekommendationer kring föreningarnas dagliga verksamhet.

– Vi kan inte bestämma om föreningar ska ha öppet eller stängt, men vi kan mana till sunt förnuft, säger ordförande Fredrik Gundmark till budokampsport.se.

Flera av SB&K:s föreningar har stängt ner sin verksamhet.

SB&K får en del frågor om en sådan typ av rekommendation kan komma från just Svenska Budo & Kampsportsförbundet.

– Huruvida föreningar ska stänga ner sin verksamhet eller inte är ett beslut varken SB&K, RF eller UF äger. Det ligger helt och hållet på föreningarna. Vi kan inte bestämma om föreningar ska ha öppet eller stängt, men vi kan mana till sunt förnuft.

Så SB&K har ingen sådan rekommendation?

– Nej, inte i nuläget. SB&K har inga andra rekommendationer än att följa myndigheternas aktuella riktlinjer och beslut.

# Jörgen Kruth är en av Sveriges främsta

*17 mars 2020 av Kent Hansson*

Det är mycket som känns skakigt ute i vardagen just nu. Coronaviruset är på allas läppar. Men mitt i allt krissnack försöker jag hitta ljusglimtar. Det håller ju inte att gå omkring och deppa för jämnan.

SVT:s Mästarnas Mästare är definitivt ett ljus i mörkret. Just nu är det kampsportaren Jörgen Kruth som står i fokus. Vi fick i söndags se ett par av hans grymma fighter i karriären och det var inte utan att det vattnades i munnen på en kampsportsälskare.

Jörgen Kruth, 45, är en av Sveriges genom tiderna främste inom thai, kick, MMA, savate och K1. Han gick även en match i proffsboxning som han vann. Jörgen Kruth började träna judo när han var sju år. Under sina 25 tävlingsår gick han 50 amatörmatcher och 90 proffsmatcher och radade upp åtskilliga tunga titlar. Jörgen har tidigare berättat att VM-guldet i thailboxning 1996 är det som han rankar främst i karriären.

Jörgen gör i Mästarnas Mästare stor PR för sig själv och svensk kampsport.

Rent tävlingsmässigt i Mästarnas Mästare har det gått så där för Kruth. Det handlar inte enbart om kraft i det här programmet. Senast gick friidrottaren Susanne Kallur upp i ledning och hon fick därmed välja motståndare till Josefine Öqvist i säsongens första nattduell. Valet föll på Jörgen Kruth som lyckades besegra Josefine efter en rysare. Därmed fick Jörgen återvända till huset och är kvar i tävlingen.

Jörgen Kruth är en ikon inom svensk kampsport och jag tror att han genom MM skaffade sig ytterligare fans.



Jörgen Kruth hade om man så säger krut i nävarna i sina fighter. Privat är han som en go nallebjörn. Jag hoppas innerligt att han får vara med länge i programmet.

Mästarna Mästare är ett underbart program, framför allt älskar jag när vi får blicka tillbaka på stjärnornas karriärer, då får jag gåshud.

Programledaren Micke Leijegard leder programmet på ett lugnt och behagligt sätt.

Expressens TV-krönikör Anders Björkman sågade mer eller mindre första avsnittet som han menade påminde om en repris från tidigare program. Jörgen Kruth betraktades som "anonym" av TV-krönikören.

Jag tycker det är dumt att skryta med sin okunnighet. Möjligen är Jörgen Kruth anonym för Anders Björkman men inom svensk idrott, framför allt kampsportsdelen, är Jörgen Kruth en kändis.

Det finns, vilket kanske överraskar en och annan, en värld utanför fotbollen, hockeyn och skidsporterna. Det som kändes märkligt under Jörgen Kruths storhetstid var att massmedia glömde bort honom. Han fick inte den uppmärksamhet han förtjänade. När det gäller den massmediala bevakningen av våra kampsporter har den blivit betydligt bättre under de 10 senaste åren, mycket tack vare den blågula girlpowern i thaiboxning och The Maulers framfart i UFC-buren.

I min förra krönika spådde jag mäktiga blågula prestationer i våra kampsporter under 2020. Det skrevs innan coronaviruset med full kraft knockade idrotten.

Nu tar merparten av tävlingarna en längre paus. Låt oss hoppas att den här mörka perioden inte varar alltför länge.

# Årets pristagare

23 mars – 7 april 2020 av

Annie Bondefelt

## Fia Reisek blev Årets mästarinna

Årets mästarinna gick till armbryterskan Fia Reisek som under året bland annat tog hem två VM-guld till Sverige. Fia har en lång och framgångsrik karriär bakom sig med både EM och VM-guld i bagaget och kände sig stum och förvånad när hon hörde sitt namn ropas upp.

– Jag satt i sovrummet och castade upp sändningen på tv:n och skulle se det hela i lugn och ro. Så kom min man och min yngste son och la sig bredvid och var med när mitt namn lästes upp. Sonen sa "Va? Vann du guld, mamma?" Han hade tydligen missat att jag vann dubbla VM-guld för några månader sedan men kom på det när motivering lästes upp, berättar Fia.

– Självt blev jag alldeles stum och förvånad. Vann jag? Jag blev förstås oroligt glad och tacksam också. Jag har fortfarande svårt att förstå att jag faktiskt fick utmärkelsen, att bara vara nominerad i ett land av världsbästa kampsportare. Kanske hade jag en fördel då man faktiskt kan vinna dubbla guld på ett och samma mästerskap som armbrytare, och att jag som få faktiskt gjorde de förra året. Kanske var de därför jag blev årets mästarinna, säger Fia.

Hon vill även passa på att tacka de människor runt omkring henne som gjorde och gör hennes satsning möjlig och framgångsrik.

– Mitt tacktal på plats hade antagligen blivit långt och tråkigt, antagligen hade jag börjat gråta flera gånger också. Jag har så otroligt många att tacka för min karriär. Först och främst min mamma och pappa för all stöttning och pepp genom alla år, alla klubbar och brytare jag fått



*Fia Reisek. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

äran att träna med, min nuvarande klubb Aktiv Armsport, såklart Budo & Kampsportsförbundet – och min familj som låter mig hålla på, det krävs ändå ganska mycket av dem för att stå ut med mig i perioder.

Kommande år för Fia ser lite mer osäkert ut på grund av läget men hon hoppas på att få tävla.

– Kommande års tävling ser väldigt ovisst ut för tillfället. SM som för första gången skulle vara med på SM-veckan nu i slutet av mars blev den första tävlingen att ställas in, alla andra tävlingar väntar vi fortfarande på besked om. Kanske blir det inte så mycket tävlande i år. Men jag tränar på och förbereder mig för att vara mitt bästa när det till slut gäller, avslutar Fia.

### *Juryns motivering*

Att vinna guld är en bragd i sig. Att vinna dubbelt är en dubbel bragd. Att vinna VM-guld med både höger och vänster arm är något alldeles exceptionellt. Det du gjorde ifjol – det är respekt.

## **Alan do Nascimento vann Folkets pris**

Alan blev överraskad över utmärkelsen och extra rörd då det var folket som röstat fram honom till pristagare av årets Folkets pris guldsuban.

– I confess that I was surprised when I heard my name. Accomplishments in life are always great when they happen and of course I'm happy for this prize, especially when you are chosen by the people. That's priceless, säger Alan.

Han tror och hoppas att folk röstade på honom för det han har presterat som idrottare och som ledare och att hans resa till toppen, som inte alltid varit enkel, inspirerat andra.

– I believe that it is a lot of facts that I can think of that could make people vote for me, but the ones that I can believe that made it happen is that I have been accomplishing good results in what I do. As an athlete, as a trainer and as a leader. People that I have with me, they know, and they feel my loyalty towards them and also they recognize what I have been overcoming along the journey. That's probably what has inspired them. So, it may be those reasons why they voted for me.

Alan vill passa på att tacka alla de som tillsammans med honom har gjort hans karriär möjlig och tillägger att det är viktigt att komma ihåg att man alltid behöver andra människor för att nå framgång, man är alltid ett team.

– I believe that one of the important parts of being able to accomplish big things in martial arts, is that you need to understand that you will always need people. In my case it couldn't be different. That's why I would like to thank everyone who has been a part of my life in and out of the martial arts. My teamwork is big and strong and I have so many people doing things for me that's hard to even express. My family, my BJJ students and my team,



*Alan do Nascimento. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

the Allstars gym, my sponsors HE fitness, Shoyoroll, Fightpharm and vigour8. Thank you all for the support and belief, avslutar Alan.

*För Folkets pris guldsuban skriver juryn ingen motivering, eftersom det röstas fram av allmänheten.*

### **Josephine Breisch blev Årets förebild**

Årets förebild gick i år till MMA-utövaren Josephine Breisch. Josephine vann årets SM och vid sidan av sin elitidrottskarriär startade hon ett framgångsrikt koncept med tjejträningar på hennes hemmaklubb som uppmärksammades av Gästriklands Idrottsgala tidigare i år.

Årets gala blev i en digital version och så här berättar Josephine om när hon hörde sitt namn presenteras.

– Det kändes väldigt överkligt när det var mitt namn som kom upp, jag hade aldrig kunnat tänka mig att jag



*Josephine Breisch. Foto: Amelia Mauritzon.*

skulle vinna. Men jag blev väldigt glad och berörd, det känns väldigt hedrande att vinna titeln Årets förebild.

På frågan varför Josephine blev den som slutligen tog hem priset berättar hon om sitt arbete med att få bort de fördomar som finns mot MMA.

– Jag tror att mitt arbete med att få fler tjejer att våga prova på MMA har hjälpt till att sudda ut många fördomar kring sporten. Att jag kombinerar familjeliv med att träna och tävla på elitnivå samtidigt som jag har egna tjeppass tror jag inspirerar många.

Det finns många i hennes omgivning hon vill passa på att tacka för sina framgångar.

– Jag skulle vilja tacka mina MMA-brudar, min tränare Roger Landström, min familj, min klubb Sandviken Budo & Kampsportsklubb och alla som stöttar mig.

Och framtidsdrömmarna finns det fortfarande gott om.

– Jag vill fortsätta utvecklas inom sporten, träna och tävla på elitnivå! Jag hoppas att jag kan fortsätta inspirera fler till att börja med MMA, avslutar Josephine.

### *Juryns motivering*

Den här idrottarens dygn kan inte bestå av 24 timmar. Elitaktiv. Klubbledare. Styrelseledamot. Fyrbarnsförälder. Hon har startat och driver träning för tjejer, vilket gjort att klubben har nära nog 50 % tjejer numera.

### **Jesper Waldestål blev Årets traditionella utövare**

Priset Årets traditionella utövare togs hem av iaidoutövaren Jesper Waldestål. Jesper, som redan 2016 vann EM-guld och har tagit många internationella medaljer utöver det, gjorde en favorit i repris när han under 2019 vann EM-guld i godanklassen. Och det är en ödmjuk pristagare budokampsport.se samtalar med.

– Jag hade aldrig kunnat ana att just jag skulle få äran att erhålla priset för årets traditionella utövare. Kategorin har historiskt sett vunnits av pionjärer för sina idrotter som ålagt större delen utav sina liv åt att träna samt att sprida sina arter både nationellt och internationellt – min egen sensei Takao Momiyama till exempel, säger Jesper.

– Följaktligen så känns det fel att jag med min ringa erfarenhet och egentligen endast en framgångsrik tävlingskarriär tar emot utmärkelsen. Årets traditionella utövare bör ha fokus och ansvar för något som ligger utanför den egen personliga träningsutvecklingen, något som jag själv kanske inte nödvändigtvis uppfyller kraven för. Jag kan därför inte gott samvete ta emot priset.

– Bo Munthe ska enligt uppgift ha sagt följande till något kaxig nybörjare: “Jag har glömt mer än vad du någonsin kommer lära dig.” En mottagare av årets traditionella utövare bör med lämplighet kunna säga något liknande. Jag har knappt gått in skorna på resan längs budovägen, avslutar Jesper.



*Jesper Waldestål. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

### *Juryns motivering*

Idrottaren bär inte enbart upp det traditionella inom budon. Han är en av de som vunnit mest de senaste åren. Ifjol utgjorde inget undantag. Trots relativt ny klass blev det ett EM-guld i iaido.

## **Fredrik Widgren blev Årets mästare**

Årets mästare blev jujutsu-utövaren Fredrik Widgren. Fredrik har under sin karriär tagit ett flertal internationella medaljer men i år tog han klivet upp på pallen och fick äntligen sitt efterlängtnade guld. Och Fredrik blev väldigt glad då han förstod att han också tagit hem utmärkelsen Årets mästare.

– Jag blev väldigt glad när mitt namn ropades upp. Hade inte tänkt på det så mycket men sen när jag såg att videon låg ute blev det lite pirr i magen. Det är en väldigt stor ära att få det här priset från SB&K, säger Fredrik.

Att han tog hem VM under året tror han avgjorde





*Fredrik Widgren. Foto: Jonathan Broberg.*

beslutet om vem som skulle bli Årets mästare och han har många han vill tacka för året som gått.

– Jag har tagit medalj på VM tidigare men aldrig guld. Så nu när det blev guld var det dags för ett pris. Det är många som hjälpt mig under resan men framförallt vill jag tacka min flickvän, min familj, min vapendragare William, min klubb, min landslagstränare Rob och förbundskapten Micke och min klubbtränare Rickard, säger Fredrik.

Många tävlingar har på grund av nuläget ställts in men Fredrik fortsätter sin träning så gott det går.

– Med de tiderna som är nu har allt lagts på is. Alla tävlingar under våren är flyttade eller inställda. Ingen vet ju riktigt hur det kommer bli. Just nu tränar jag på så gott det går, så får vi se hur det blir sen, avslutar Fredrik.

### *Juryns motivering*

Efter så många finalförsök tidigare kom äntligen VM-fullträffen. I Abu Dhabi vann du ditt efterlängtrade VM-guld i judo. I ett förtrollat ögonblick, som vi aldrig glömmet.

## Josefine Lindgren Knutsson Årets kampsportare

Priset Årets kampsportare tilldelades thaiboxaren Josefine Lindgren Knutsson, en lysande stjärna på kampsportshimlen. Josefine har under året återigen bevisat sin storhet genom imponerande insatser mot tufft japanskt motstånd och under våren vann hon kampen mot landets superstjärna Kana.

– Jag blev så glad över utmärkelsen och självklart berörd över den fina motiveringen, det betyder verkligen så mycket för mig i allt jag gör, säger Josefine.

Varför tror du att du blev den som fick ta emot Årets kampsportare?

– Det är svårt för mig att säga exakt när man är nominerad bland så grymma atleter och även förebilder! Men jag kan tänka mig dels att det handlar om att man själv blivit ett ansikte internationellt det senaste året. Sedan är man ingenting utan sitt team. Därför tycker jag även att det är så viktigt att kunna hjälpa och motivera andra när man väl har möjligheten till detta. Genom att få träna och motivera våra tjejer i thaiboxningsgruppen på Allstars känner jag att jag kan ge tillbaka lite av den resan som jag har fått möjligheten till och även motivera dem till att våga satsa.

Josefine är glad över utmärkelsen och vill passa på att tacka alla de som hjälpt henne att nå toppen.

– Jag vill tacka min fanatiska klubb Allstars som alltid backar mig och gör denna resa möjlig för mig, både min fantastiska coach och tränare Sanja, som gör allt och lite till för mig som tränare, och Andreas Michael, min andra tränare, som hjälper oss med allt vi behöver. Utan dem hade det inte varit möjligt på många olika sätt, bland annat det att tro på sig själv. Stort tack till de som supportar och ständigt hejar på en, det betyder alltid mycket men särskilt när man är på bortaplan.

– Detta år har ju tyvärr börjat trassligt med viruset,



*Josefine Lindgren Knutsson. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

vilket gör att många matcher framåt blir något fördröjda, inte bara för mig men för alla atleter, kan jag tänka mig. Jag har ju mitt fokus på VM i Abu Dhabi oavsett vilket datum det blir av. Kanske lyckas jag få in två Japan-matcher efter VM innan året är slut, men det får vi se längre fram. Nu är det bara VM-guldet jag har som fokus i huvudet, avslutar Josefine.

### *Juryns motivering*

Du är en stor stjärna. Du tävlar på stora arenor mot de allra främsta. Men framgångarna har inte stigit dig åt huvudet, tvärtom. Du har vuxit tillsammans med dem. Vi är så innerligt glada och stolta över att du valde kampsporten en gång i tiden. Du är en förträfflig ambassadör för våra idrotter.

### **Khamzat Chimaev blev Årets genombrott**

Khamzat har ett record på 5–0 och har under året fått sitt internationella genombrott i organisationen Brave FC. På



*Khamzat Chimaev. Arkivbild.*

den digitala Kampsportsgalan blev MMA-fightern utnämnd till Årets genombrott för sina framgångar.

#### *Juryns motivering*

Vilken utveckling du har haft. Ifjol gick du två matcher i organisationen Brave. De slutade som det brukar bli för dig. Med vinst. Och nu har du fem proffsmatcher, idel segrar, på meritförteckningen. Framtiden ser ljus ut.

### **Hederspriset till Alexander Gustafsson**

En stor förebild och en stor atlet fick detta år mottaga SB&K:s Hederspris.

– Tack till förbundet och Kampsportsgalan för SB&K:s Hederspris, det känns ärofyllt och jag är väldigt tacksam, skriver Alex på sin Facebook.

#### *Juryns motivering*

Många är vi som har följt din karriär de senaste åren, om



*Alexander Gustafsson tampas med Glenn Hysén på Kampsportsgalan 2014. Foto: Hamid Ershad Sarabi.*

det så varit på plats i välfyllda arenor eller framför tv-apparaterna. Bland alla våra stjärnor i förbundet, och de är sannerligen många, har du lyst allra starkast de senaste åren. Du är en stor orsak till att kampsport i allmänhet har nått allmänheten på ett sätt vi inte har upplevt tidigare. Din framfart i UFC har gjort dig till en stor idrottspersonlighet. Samtidigt har du hela tiden behållit ödmjukheten och fötterna på Jorden. Du är en otrolig ambassadör för våra idrotter. Och din betydelse för svensk budo och kampsport överlag är monumental.

### **Varbergs thaiboxningsklubb blev Årets klubb**

Årets klubb blev Varbergs thaiboxningsklubb som driver ett jämställdhetsarbete som även har blivit uppmärksammat i deras hemkommun. För drygt tio år sedan inleddes

arbetet som idag resulterat i att föreningen har hälften tjejer och hälften killar som är aktiva. Klubben har arbetat med att skapa en naturlig plats för tjejer, på varje pass finns det exempelvis alltid en kvinnlig ledare.

### *Juryns motivering*

Er klubbs tävlingar är alltid uppskattade, av idrottaren såväl som av betraktaren. Er klubb har också tagit ett stort ansvar för jämställdhet, och det under lång tid. Idag är ni en ledstjärna inom vår värld och ert slit är så otroligt viktigt. För oss och för alla andra.

### **Johan och Emil Bjarnestad blev Årets ledare**

Årets ledare är en utmärkelse som tilldelas en ledare som under året lyft upp sina idrottare och visat på ett skickligt och inspirerande ledarskap. Denna gång gick priset till bröderna Emil och Johan Bjarnestad för deras arbete för ungdomar på Tullinge Muay Thai men också som inspirerande föreläsare landet runt.

– Superkul! Det kändes som vi fick ett kvitto på det hårda jobb vi gör, all energi vi lägger ner. Vi har krigat hårt för att komma dit vi är idag, så att få priset kändes väldigt bra och smickrande, säger Johan.

Johan och Emil har länge arbetat med att utveckla sin verksamhet, och att fortsätta sträva framåt tror de är en av anledningarna till att just de fick priset.

– Jag tror vi är i framkant när det gäller att fokusera på psykisk ohälsa och att inkludera tjejer för att få en jämnare fördelning. Jag tror även att våra framgångar internationellt och vårt ökande antal medlemmar bidrog, samt att vi hela tiden vill växa och bli bättre.

Så vad är en bra ledare enligt Årets ledare?

– Vi tycker det är viktigt att möta individen där den





*Emil och Johan Bjarnestad i full färd med att coacha. Foto: Annie Bondefelt.*

är, att stötta människor i tuffa tider, att ha roligt tillsammans och hjälpa människor att nå sina mål inom sporten. Vi vill att våra medlemmar ska känna sig sedda. Vi vill erbjuda trygga miljöer, glädje och gemenskap men samtidigt utmaningar och utveckling, oavsett om målet är att må bra eller om man vill elitsatsa, avslutar Johan.

### *Juryens motivering*

Att vara en god ledare är att vara en konstnär. Man ska behärska kunskap, lära ut den och låta andra ta del och växa utav den. Ni har legat i bräschan i så många kategorier. I elitverksamhet, att få en förening att blomstra. Att se människan bakom idrottsmasken. Vikten av ert arbete sträcker sig långt utanför idrottens sfär, rakt in i samhället, rakt in i den enskilda människan. Tack!

# Pernilla Johansson har vinnarinstinkt

*14 april 2020 av Kent Hansson*

Det gäller att hitta ljusglimtar i dessa coronatider. I min förra krönika skrev jag om Jörgen Kruths insats i Mästarnas Mästare. Den här gången lyfter jag fram Pernilla Johansson, en av giganterna i svensk kampsports historia.

Pernilla har vunnit det mesta som är värt att vinna på den internationella scenen, i taekwondo, kick- och thai-boxning. Det som många kanske minns mest från hennes fantastiska karriär är WMC:s VM-titel 2006 (proffsvarianten) då hon besegrade Sindy Maricic, Australien, inför ett kokande Globen.

Pernilla Johansson är kanske inte jättekändis för den stora sportpubliken i Sverige men inom kampsportsfamiljen är hon för alltid en grym fighterdrottning.

Det var ett tag sedan Pernilla var uppe i de stora fighterna men att 45-åringen fortfarande bär på en fantastisk vinnarinstinkt har vi fått se i Mästarnas Mästare.

Jag älskar att se filmbilderna från de olika mästarnas karriärer, det är något som får mig att bläddra i minnenas kammare. Jag älskar också MM:s avslutande rysare, nattduellen. Eftersom Pernilla kom sist efter de tre deltävlingarna i söndags hamnade hon i natthrillern.

I nattduellen ställdes hon mot fotbollsikonen Kim Källström. I en nattduell kan det gå hur som helst och det blev också en hård brottningskamp om ljusstavarna. Till slut stod Pernilla som vinnare med 2-1.

”Sjukt kul att vinna”, konstaterar Pernilla. Källström såg inte lika glad ut...

Vi kan glömma det där med att Mästarnas Mästare är på lek. När gamla sporthjältar drabbar samma vaknar



segerglöden. Då står prestigen på spel. Då är det frågan om fight på lika villkor.

Pernilla Johansson är, precis som Jörgen Kruth, en fantastisk reklampelare för svensk kampsport och det ska bli superkul att följa hennes vidare äventyr i Mästarnas Mästare.

Eftersom jag är allätare av all sport njuter jag av det mesta på idrottens träd. Sålunda njöt jag i fulla drag när Kim Källström plockade fram sitt bästa minne, VM-kvalmatchen borta mot Tyskland då 0–4 blev 4–4 och Kim Källström hoppade in och spelade en avgörande roll.

Det märks tydligt att deltagarna i Mästarnas Mästare trivs tillsammans och jag kan bara åter igen lyfta på vårluvan för SVT som bjuder på detta suveräna sport- och underhållningsprogram. I år är det 12:e gången som SVT sänder Mästarnas Mästare. Stor del i succén tillskriver jag programledaren Micke Leijnegard, vars lugn och sympatiska framtoning smittar av sig på deltagarna. Micke har i en intervju öppnat för att han kanske drar sig tillbaka från sin roll i Mästarnas Mästare, men som tittare protesterar jag och hoppas att han fortsätter.

På grund av coronaeländet har det blivit en hel del tid framför TV:n och eftersom det inte finns något aktuellt sportutbud har det handlat om fighter bakåt i tiden och det kan också ha sin tjusning.

Galor och mästerskap pausar men våra kampsportare ligger sannerligen inte på latsidan. De tränar för fullt med siktet inställt på framtida fighter och medaljstrider.

Denna farsot har naturligtvis ett slut.

Låt oss hoppas att den annalkande våren och sommaren kan avnjutas i full frihet för de flesta.

Ha det gott mina vänner.

# Uppsala Kampsportcenter utomhus

*15 april 2020 av Annie Bondefelt*

I coronans spår har många föreningar tillfälligt fått göra förändringar i sin verksamhet. En förening som fortfarande håller träning är Uppsala Kampsportcenter. Föreningen som vanligtvis utövar både thaiboxning och boxning i lokaler i centrala Uppsala erbjuder nu sina medlemmar träning antingen utomhus eller online.

Utomhusträningen innehåller fysträning, klassisk backlöpning men också skuggboxningsövningar för att möjliggöra teknikutveckling.

– Det gäller att tänka om. Den här situationen är såklart ekonomiskt belastande för alla och för att behålla medlemmar gäller det att vara kreativ och komma på nya lösningar. Vi anpassar vår träning, de pass vi tidigare hade i våra lokaler får vi nu justera lite och ha utomhus, säger tränaren Bodil Frick.

Onlineträningen som föreningen arrangerar andas kampsport och fylls med en blandning av konditions- och styrkeövningar under parollen "kampsportsfys".

– Vi har börjat med onlinepass på 20–30 minuter tre dagar i veckan. Vi delar passen via vår Facebookgrupp och det har fort blivit väldigt uppskattat.

Utmaningen med förändringarna som skett till följd av corona har delvis varit ekonomiska men också att hitta på ett upplägg som fortfarande genomsyras av kampsport.

– En utmaning har varit att tänka ut ett koncept utan att det ska kännas för mycket som ett Friskis-pass. Vi vill erbjuda våra medlemmar kampsport även om det är under lite annorlunda former. Sen gäller det alltid att nå ut



*Utomhusträning. Foto: Uppsala Kampsportcenter.*

kommunikativt och att som ledare förmedla positivitet och hopp inför framtiden, säger Bodil.

Det nya upplägget har även fått både medlemmar och ledare att upptäcka något nytt och de nya erfarenheterna är något de kommer att ta med sig även när coronaläget förbättras.

– Vi har fått väldigt positiv feedback kring att vi hittar på nya lösningar och tänker nytt. Vi försöker fortsätta att leda och stötta våra medlemmar även under dessa tider. Vi har också märkt att en ny målgrupp har hittat till oss under de här veckorna, vilket är väldigt roligt. Det är framförallt 10–15 stycken mellan 50–60 år som har kommit till uteträningarna och som aldrig har tränat med oss innan men ändå vågat komma nu, säger Bodil.

– Onlineträningarna kommer vi definitivt att fortsätta med även när läget har stabiliserats, det tror vi kan bli riktigt bra. Innan corona hade vi nog inte ens tänkt tanken men det har fungerat väldigt bra och vi tror att det i framtiden kan bli en inkomstkälla för föreningen och en tillgång för våra medlemmar, avslutar Bodil.

# En miljon till barn och ungdomar

*17 april 2020 av Jonathan Broberg*

SB&K skjuter till en miljon för att bibehålla verksamhet för barn och ungdomar. SB&K:s styrelse har beslutat om att lägga till en miljon kronor i Projektstöd IF. Föreningarna kan nu ansöka om ett nytt projektstöd under kategorin Bibehålla verksamhet för barn och ungdomar. Medlen kommer från de pengar som förbundet får ifrån Svenska spels Prispallen.

Det finns nu möjlighet att söka stöd för att bibehålla verksamhet för barn och ungdomar så länge coronarestriktionerna gäller. Syftet med stödet är att stimulera att daglig idrottsverksamhet kan fortsätta i så stor utsträckning som möjligt, så länge det kan ske enligt regeringens beslut och Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

Medel kan beviljas föreningar för att öka möjligheterna till aktivitet under pågående restriktioner. Det kan handla om att köpa in utrustning för att bedriva utomhus träning, genomföra annorlunda idrottsverksamhet (exempelvis i digital form) eller täcka kostnader för ändrat anläggningsbehov på grund av att kommuner stängt ner anläggningar.

Medel kan beviljas för verksamhet som ska genomföras framåt i tiden, däremot kan inte stöd ges som kompensation för utebliven eller inställd verksamhet. Området är aktuellt till och med 31 december 2020. Vi hanterar ansökningarna löpande.

Maxbelopp att söka är 25 000 kr.

# Tydliga nej till doping

21 – 23 april 2020 av Annie Bondefelt

Under veckan som kommer lyfter vi upp det arbete som görs inom idrottsrörelsen för att förhindra doping inom våra idrotter. Några av våra idrotter har idrottare som visstelserapporterar men det finns också de som har kontakt med Svensk Antidoping för att de behöver söka dispens för olika mediciner.

## Lovisa Wahlström

En av dem är armbrytaren och VM-guldmedaljören Lovisa Wahlström som har diabetes och behöver söka dispens en gång om året.

Hur kom du i kontakt med antidoping första gången?

– Jag tror att min första kontakt med antidopingfrågan var när jag började att engagera mig i föreningsarbetet i min klubb, Vätternbrytarna. Vi pratade mycket om hur man ska kunna medverka till en renare och mera rättvis sport. Självklart har jag innan det hört diskussioner där man resonerat om ifall någon är "ren" eller ej, men det var först då som jag började att engagera mig i frågan. Jag har själv blivit testad och då fått upp ögonen ännu mera för hur frågorna drivs och hur det praktiskt går till vid en kontroll, säger Lovisa.

Hur ser du på Armbrytningsförbundets beslut att göra e-utbildningen *Ren vinnare* till ett obligatoriskt moment om man ingår i landslaget?

– Jag tycker att det är så otroligt bra! Det finns ingenting som är dåligt med det beslutet. Genom att göra detta obligatoriskt ställer man också kravet på oss landslagsbry-

tare att vara informerade, medvetna och man tvingas ta ställning i en otroligt viktig fråga.

Vad tyckte du själv om Ren vinnare?

– Jag tycker att utbildningen är väl utformad och hel-  
täckande, man får med sig lite information om det mesta är  
min uppfattning. I och med att Sverige är en idrottsnation  
som driver frågan om antidoping ganska hårt så tycker jag  
att det framför allt är bra att det finns en del i utbildningen  
om hur ett dopingtest ska gå till, och vad som är viktigt att  
tänka på och veta om innan och i samband med att testet  
utförs. Om första gången man blir uttagen för att testas är  
när man tävlar internationellt känns det mycket säkrare  
om man vet hur proceduren ser ut, till exempel att det är  
jag som ska välja och hantera behållarna till testet så att  
ingen annan kan påverka eller mixtra med mitt prov.

Vilka frågor kring antidoping upplever du själv ge-  
nerellt kommer upp inom armbrytningen och inom idrotts-  
rörelsen i övrigt?

– Jag upplever att det just nu finns många frågor och  
diskussioner om mängden prover som tas på olika tävling-  
ar i Sverige, att det borde vara fler och att tävlingar där  
prover faktiskt genomförs blir mer uppskattade. Jag tror  
att majoriteten vill ha en renare och mera rättvis idrott.

Hur fungerar det när man måste ansöka om dispens  
för ett läkemedel, i ditt fall insulin?

– Det är superviktigt att ha koll på sina läkemedel och  
om man behöver söka dispens eller ej. I mitt fall som diabe-  
tiker handlar det om insulin. Jag har då gått in på RF:s röd-  
gröna lista och kontrollerat att jag behöver söka dispens,  
eftersom jag tävlar på hög nationell och internationell nivå.  
Efter det har jag, tillsammans med min behandlande lä-  
kare, fått fylla i dispensblanketten och skicka med bilagor  
om medicinsk historia, labprovsvär med mera. Det blir en  
hel del papper och det kan ta tid att få till en komplett an-



*Lovisa Wahlström. Foto: privat.*

sökan, speciellt eftersom läkartider just idag inte växer på träd. När blanketten är ifylld och alla bilagor är i ordning så postar jag den till Svensk Antidoping, som måste ha ansökan hos sig *minst* 30 dagar innan jag behöver ha dispensen verkställd.

– Det är av just den här anledningen jag vill trycka på att vara ute i god tid! När ansökan är inne ska den granskas av handläggare och sen av Dispenskommittén, som beviljar eller avslår, och inom 21 dagar från start av granskning ska jag få ett svar. Tävlrar man internationellt ska man också alltid kolla om det är så att man behöver söka dispens direkt hos sitt internationella specialidrottsförbund.

Var hittar man information om hur man går tillväga för att söka dispens?

– Det finns jättebra och tydlig information om när man behöver söka dispens, för vilka läkemedel eller behandlingar, var man ansöker och hur man ska gå tillväga, på RF:s hemsida. Där finns en egen flik för Svensk Antido-

ping. Väldigt lättillgänglig och bra information. Börja med att kolla om du uppfyller kriterierna för att söka dispens och ta sen kontakt med din läkare och starta processen så tidigt som möjligt är mitt tips. Då slipper man hoppa över en massa roliga tävlingar.

Hur ofta måste man ansöka om dispens?

– Det varierar hur ofta man behöver ansöka om dispens beroende på läkemedlet eller behandlingen det handlar om. Jag ansökte om min dispens i mars 2015 och ska komma in med en ny ansökan i mars 2023. Första gången jag ansökte tror jag att jag beviljades dispens i tre år och andra gången blev det åtta. Det kan som sagt variera eftersom det är Dispenskommittén som beslutar och registrerar i sin interna och WADA:s databas. Jag kan inte säga det nog mycket, det är därför superviktigt att ha koll på tider och datum och att vara ute i god tid, säger Lovisa.

Vad kan hända om man inte ansöker om dispens?

– Om man inte har ansökt om dispens för sitt läkemedel, eller om dispensen har gått ut, och man blir uttagen för testning kan man bli avstängd för att ha brukat ett otillåtet preparat. Man blir alltså avstängd enligt samma regelverk som någon som nyttjat otillåtna preparat med mål om att höja sin prestation, om inte dispens är beviljad vid kontrolltillfället. Man kan ansöka om dispens retroaktivt när det handlar om akutbehandlingar eller liknande. Själv tycker jag det är smidigare och lugnare om man är förberedd och har varit ute i god tid, mindre ångest.

Varför tycker du att det är viktigt att lyfta antidopingfrågan och frågan om dispens?

– Jag tror att användandet av otillåtna preparat är större än vi vet om och jag tänker att det är enormt viktigt att tydligt visa på vilken sida man står i denna fråga. I och med att idrotter, i mitt fall armbrytning, växer och fler utövare tillkommer hoppas jag att om man lyfter frågan och



håller den aktuell hela tiden att fler aktivt ska ta ställning och säga nej. Idag är vi ofta försiktiga med att uttrycka var vi står i olika frågor men jag tror att om vi alla blir tydligare med våra nej till doping skulle färre våga gå över gränsen och fuska. Lyfter vi ständigt frågan om dispens kommer fler att minnas, ställa frågor till läkare om behandlingar och mediciner, och vi kan förhoppningsvis förhindra att någon som tar medicin för att överleva och inte för att fuska ska bli avstängd från att idrotta, avslutar Lovisa.

## **Nicholas Bryant**

En av de idrottare som tillsammans med många väljer att jobba mot doping är thaiboxaren och VM-bronsmedaljören Nicholas Bryant.

Nicholas Bryant VM-debuterade i somras under mästerskapen i Bangkok. Det var också där han för första gången kom i kontakt med antidoping via WADA.

– I samband med IFMA-VM i Bangkok skulle vi genomföra en WADA-antidopingblankett, där fick man för första gången lära sig lite närmare hur allting gick till och med platsrapporteringen, med mera. Sen har jag också gjort Svensk Antidopings e-utbildning, Ren vinnare, som jag tyckte var smidig och gav bra upplysningar, säger Nicholas.

Prestationshöjande produkter finns mer eller mindre på ställen kopplade till träning, oavsett motionsträning eller tävling. Men det finns också de som fastnar i dopingkontroller på grund av bruk av så kallade "partydroger", det vill säga narkotika.

– Jag har personligen inte kommit i kontakt med prestationshöjande, dock har jag sett folk i min omgivning använda det. Som tur är har det inte varit någon som tävlat på en seriös nivå. När det kommer till narkotika överlag är det något som ständigt förekommer i olika kretsar men



Nicholas Bryant. Foto: Annie Bondefelt.

av personliga skäl utöver idrotten har jag alltid tackat nej.

– Jag tycker överlag det känns som att prestationshöjande preparat inte är så accepterat i Sverige som det är i andra länder och det är jättebra. Det jag tycker är Sveriges "problem" är narkotika, många av de jag vet som åkt fast för doping har varit för så kallade "partydroger". Något som i sin grund är ett resultat av att man är oseriös och rent av klantig.

– Som idrottare har alla rätt till samma förutsättningar, själva poängen med sport är att uppnå sin egen kropps fulla potential utan fusk. Alltid har sport varit just det, pushandet av sin egen fysiska förmåga. Tar man ett olagligt preparat tar man en genväg som dessutom mycket väl kan leda till hälsorisker senare i livet. Idrottens hela poäng är att utmana sin fysiska förmåga, att fuska hör inte hemma i en idrottares vardag, avslutar Nicholas.

## Armbrytningslandslaget

Armbrytningslandslaget är ett av SB&K:s landslag som har som rutin att dess landslagsmedlemmar gör webbutbildningen *Ren vinnare*, en utbildning kring doping framtagen av Svensk Antidoping.

– Vi arbetar informativt. En viktig del av arbetet är att låta alla i landslaget göra Ren Vinnare varje år för att alla ska vara uppdaterade om vad som gäller, säger Jimmy Cebula till budokampssport.se.

Information och kunskap är två viktiga grundstenar i Armbrytningsförbundets antidopingarbete.

– I vårt förbund handlar de flesta dopingfrågorna om dispenser på mediciner. Vi har en antidopingkommitté som arbetar hårt med att se till att alla som tävlar är informerade om vad som gäller och svarar på frågor. Kommittén kom även med utvecklingsförslaget att samtliga skulle göra Ren vinnare i förebyggande syfte, ett beslut som motogs väl. Vissa var oroliga för det tekniska men det gick jättebra för alla. Vi har haft dopingärenden där atleter har testat positivt på olika substanser och det är jättetråkigt, det är dock väldigt sällan det händer, som tur är.

Utbildning i kombination med dopingtester inkluderas i arbetet för en rättvis och dopingfri sport.

– Dopingfrågan är väldigt viktig för vårt förbund av flera anledningar. Armbrytningen som sport har i Sverige alltid präglats av att man ska vinna rättvist. Dopingtester på SM har varit en självklarhet och vi uppmanar till dopingtester på lokala tävlingar också. Internationellt har vi kämpat för att införa dopingtester i vårt tidigare världsförbund vilket har gett resultat. Det tråkiga med testerna på EM och VM är att runt 10% av alla som testas är positiva fortfarande. En annan anledning som har varit viktig för förbundet är att vi under lång tid har jobbat för att få armbrytning att anses som en seriös sport vilket den inte riktigt

gjorde för drygt 20 år sedan. Att arbeta för en dopingfri sport har varit en del av arbetet med att bevisa att vi är en riktig sport, berättar Jimmy.

Och förändringen inom förbundet har varit positiv samt skapat dialog mellan föreningar och ledare.

– Vi ser en positiv förändring, det förs samtal om doping i föreningarna och jag tror att ledare känner sig mer bekväma att ta upp frågan. Vi har fått in många fler dispensansökningar också, vilket är väldigt positivt för att det fanns flera personer som gick på mediciner som krävde dispens utan att veta om det.

– Mitt tips till andra förbund som vill arbeta med antidopingfrågan är att börja söka information. Det finns massor med information och hjälp att få. Det är ett arbete som inte är särskilt krävande men som är oerhört viktigt.

– Nästa steg i vårt arbete är att fortsätta jobba med att sprida kunskap och information till föreningarna där all verksamhet sker. Ett steg kan vara att se till att våra föreningar uppmanar alla sina medlemmar att göra Ren vinnare.

# Tip välkomnar kampsportsutredningen

*24 april 2020 av Jonathan Broberg*

Lokalfrågan för kampsportsföreningar har blivit högaktuell efter att Sweco, på uppdrag av RF-SISU Stockholm, presenterade en stor utredning i förra veckan. Pernilla Johansson, ledare för Tip Muay Thai IF (Impact), vet mycket väl vad problematiken handlar om.

– Vi blev tvungna att hitta ny lokal. Det är frustrerande att behöva göra en massa annat än det man faktiskt är bäst på – att leda en idrottsförening, säger hon.

Det var förra året som en av svensk budo och kampsports allra mest hyllade klubbar på senare tid, Tip Muay Thai (Impact), blev tvungna att hitta en ny lokal. Föreningen hyrde en privat träningslokal i centrala Stockholm, men hade inte möjlighet att vara kvar. Idag hyr de lite utanför stan.

– Vi blev tvungna att hitta ny lokal. Det har varit en tuff tid för föreningen.

Pernilla Johansson har tagit del av den kampsportsutredning som Sweco, på uppdrag av RF-SISU Stockholm, har tagit fram.

– Jag tycker det är intressant att se att så många andra också har liknande bekymmer som vi. Man lever lite i sin egna värld, så när utredningen visades blev det tydligt att man inte är ensam.

Hon berättar att klubben, för att få hyra lokal, blev tvungen att starta ett aktiebolag.

– Vi kunde hantera det, men det är många som inte kan det. Samtidigt, jag är en föreningsmänniska, en föreningsledare. Det är frustrerande att behöva göra massa an-

nat än det man faktiskt är bäst på – att leda en idrottsförening.

Även om kärleken till kampsporten och att med den som verktyg kunna hjälpa individer framåt är stark, finns det en baksida. Pernilla sliter hårt och i och med lokalfrågan för föreningen sett ut som den gjort har hon inte haft en ledig helg på väldigt länge. Hon erkänner att det funnits stunder då hon undrat om allt slit verkligen är värt den tid hon lägger ned.

– Tanken har slagit mig. Absolut.

Kampsportsutredningen visar på att många föreningar tar ett stort samhällsansvar utanför träningen. Samtidigt kan ett sådant ansvar begränsas om man måste leta lokal, få in pengar till att betala dyra hyror och så vidare.

– Många kampsportsföreningar gör enorma samhällsinsatser, det vet jag. Men hade lokalfrågan sett lite annorlunda ut hade man kanske kunnat göra ännu mer ute i samhället. Vi är bra på att fånga upp ungdomar och vi når en lite annorlunda målgrupp än idrott i stort. Jag vet att många som håller på med kampsport inte är det minsta idrottsintresserade annars.

– Men vi måste ju också ha möjlighet att kunna ta hand om de barn och ungdomar och vuxna som vill träna. Jag önskar att politiker och de som bestämmer, med hjälp av den här undersökningen, skulle kunna rikta ljuset lite mot oss inom kampsporten, så att vi kan ägna oss åt det vi är bäst på och där vi gör mest nytta.

# EM i wushu hålls online

*30 april 2020 av Jonathan Broberg*

Den 25 maj skulle EM i wushu ha hållits i Moskva. Men rådande omständigheter med coronakrisen fick EM först att skjutas upp. Nu står det klart att EM kommer att hållas digitalt online, med start den 25 maj.

– Jag tycker att det är ett jättekul initiativ, säger Svenska Wushuförbundets ordförande Peder Finnsjö.

– Jag är inte helt insatt i alla detaljer, men det här gäller taolu och taiji och det gäller både juniorer och seniorer. Formerna kommer att göras på en yta antingen i hemmet eller utomhus och sedan skickas de in till bedömning. De är lite kortare än vanligt, runt 40 sekunder vardera.

– Den 25 maj och en vecka framåt kommer sedan de olika klasserna att publiceras online.

Finnsjö menar att online-EM är en bra idé i dessa annars svåra coronatider.

– Ja, jag tycker att det är ett jättekul initiativ. Det är svårt att hålla motivationen uppe och fokusera mot ett mål med träningen just nu, många klubbar har ju helt stängt. Så det här är ett sätt att faktiskt ha just ett mål med träningen om man är tävlingsaktiv normalt.

Hittills är tre svenskar, samtliga från det ordinarie landslaget, klara för online-EM.

– Ja, det är Lovisa Baldal, André Hermansson och junioren Joar Jacobsson som är startklara. Sedan har vi öppet för fler deltagare att anmäla sig också fram till och med ikväll. Det är rätt hög höjd på gränsen på deltagare per nation, så vi vill försöka få så många det går att vara med, även om man kanske inte tillhör landslaget i normala fall.

Det kommer att hållas medaljceremoni online, men

deltagarna kommer att få sina medaljer fysiskt vid nästa års EM, berättar Finnsjö.

– Ja, så blir det och även det tycker jag känns rimligt. Det ska bli kul att följa det här mästerskapet och framför allt, som jag har påpekat, det är kul för utövarna att ha något att fokusera sin träning emot.



# Följ myndigheternas restriktioner

*15 maj 2020 av Jonathan Broberg*

Coronakrisen påverkar idrotten stort. Också budo och kampsport, så klart. Elin Bladh är vice ordförande i SB&K och ger sin syn på den rådande tillvaron just nu.

– Vi är en del av samhället och vi behöver alla ta vårt ansvar för att se till att minska smittspridningen, säger hon till budokampsport.se.

Det är ingen lätt tid för någon just nu. Svensk budo och kampsport drabbas förstås hårt av coronakrisens framfart och dess uthållighet. Det är fortfarande viktigt, förstås, att följa myndigheternas råd och restriktioner, för att minska smittspridningen. Det håller SB&K:s vice ordförande Elin Bladh helt och hållet med om.

– Det har varit en väldigt prövande tid för förbundet och för våra idrotter sedan coronaviruset bröt ut. Samhällets gemensamma ansvar att minska smittspridningen för att inte överbelasta sjukvården har krävt uppoffringar av alla – och kanske särskilt för många av våra idrotter där närkontakt är själva essensen i verksamheten. Men vi har sett mycket kreativitet bland föreningar som ställt om sin verksamhet för att kunna hålla idrottandet vid liv, samtidigt som de efterföljer myndigheternas råd, vilket är inspirerande och glädjande.

Det har dock också kommit till förbundets kännedom att vissa föreningar kanske tänjer på restriktionsgränserna. Något som bekymrar och upprör Bladh.

– Till stor del följer våra föreningar restriktionerna, men vi har också sett fall där föreningar försöker leta krypthål för att undvika att följa råden. Det är inte läge för det

just nu. Vi är en del av samhället och vi behöver alla ta vårt ansvar för att se till att minska smittspridningen.

Elin, som själv är aktiv idrottare inom förbundet, menar att den här tiden är oerhört tung och oviss.

– Jag är fullt införstådd med hur man kan uppleva den här situationen – jag är både idrottare och ordförande i en av våra föreningar som för tillfället håller stängt. Det innebär dels svårigheter rent ekonomiskt, dels finns det en oro för framtiden och hur vi kommer kunna få tillbaka våra medlemmar när vi sedan öppnar igen. Men det här är inte rätt tid att endast agera utifrån sina egna intressen. Vi behöver vara starka och kreativa för att ta oss igenom det här.

– Det finns pengar att söka hos både RF och SB&K för uteblivna intäkter, och det finns flera exempel på föreningar som gått väldigt långt i sina ansträngningar för att säkerställa att man kan träna på ett säkert sätt som följer myndigheternas råd.

### **SB&K:s gällande riktlinjer i nuläget**

- Var noga med att poängtera att personer som är sjuka ska stanna hemma.
- Var noga med handhygien, och hygien överlag.
- Kroppskontaktsövningar ska undvikas under en tid.
- Var noga med följa myndigheters fortsatta information och direktiv.
- Undvik fysiska möten, använd video- eller telefonkonferens.
- Om det går, försök att bedriva träning utomhus.

# Kampkonstförbundet i digitalt årsmöte

*20 maj 2020 av Jonathan Broberg*

På grund av coronakrisen sköts både underförbunds och SB&K:s årsmöten upp. Under tiden har det jobbat på att hitta digitala alternativ till de klassiska fysiska mötena – och på måndag genomförs det av Svenska Kampkonstförbundet.

Måndag den 25 maj 2020 blir ett historisk budo- och kampsportsdatum. Det är första gången som ett årsmöte i SB&K:s regi hålls digitalt. Det är Kampkonstförbundet som har sitt möte då. Ordförande inför mötet och även valberedningens förslag för kommande år, Martin Jönsson, känner historiens vingslag komma krypandes.

– Jo, men det är väl härligt att vara först ut. Det ska bli rätt så spännande faktiskt. Jag hade kanske trott på lite fler ombud i och med att man inte behöver ta sig dit fysiskt, men vi verkar bli något fler än ifjol ändå.

Kampkonstförbundet är ett slags mini-SB&K med flera olika idrotter inom sig. Vilken fråga som det lär debatteras mest om på måndag vet inte Jönsson.

– Jag har varit med i två år nu. Vi har en del idrotter och jag tycker vi har rätt så bra representation från dessa i styrelsen. Det känns som att alla drar åt samma håll. Vi har försökt bli lite mer synliga som förbund och det har varit en ganska rolig resa så här långt.

– Vad som kommer debatteras mest... det vet jag faktiskt inte. Det känns som att det kan bli ett lugnt årsmöte på måndag.

# Online-EM i wushu

## Brons till Lovisa Baldal

25 maj 2020 av Jonathan Broberg

EM i wushu, som i år hålls helt och hållet på webben, har haft sin första dag av tävling. Och för svensk del har dagen varit fin. Allra finast för Lovisa Baldal som för en liten stund sedan tilldelades en bronsmedalj i stilen taijiquan.

– Det är förstås jättekul, säger hon.

Det blev ett brons för Lovisa Baldal i online-EM i wushu idag. Bronset vanns i stilen taijiquan, där hon fick 8.8 i poäng av domarna.

– Det är förstås jättekul. Jag har kunnat få det att sjunka in lite och det är skoj, det är det. Samtidigt är jag en tävlingsmänniska och känner att "vad ska jag göra för att vinna". Jag vill hela tiden bli bättre och lära mig mer.

Maka Gabeskiria från Georgien knep guldets på 8.97 och Sabine Smeets från Nederländerna vann silver med 8.82 i poäng. Övriga svenskar idag har varit junioren Joar Jacobsson som slutade sexa och Niklas Borgh hamnade på fjärde plats, just utanför medaljerna.



*Lovisa Baldal. Foto: Carl Månsson.*

## **Brons till Niklas Borgh**

*26 maj 2020 av Jonathan Broberg*

Online-EM i wushu rullar vidare och idag var Niklas Borgh, fjärdeplacerad under gårdagens taijiquan, ensam svensk i tävlingen. Det blev ett brons för Niklas i stilen taijijian med domarpoängen 8.62.

– Det var skönt, det blev som en liten revansch för fjärdeplatsen igår. Egentligen brukar jag vara bäst i handform så det var skönt att medaljen kom i den här stilen.

Formatet på online-EM är sådant att deltagarna fick spela in en film på sin form och skicka in för bedömning hos domarna.

– När jag spelade in min blåste det ganska rejält, så det var inte alldeles lätt med balansen.

– Det här har varit ett annorlunda sätt att tävla på. Det har varit ett tillfälle att visa sitt bästa jag istället för sitt nervösa jag. Men det har varit kul.

Betydelsen av den här medaljen ser han mest som att han är på rätt väg i utvecklingen.

– Det är förstås bara roligt att ta medalj. Det är en bekräftelse på att man går framåt.

## **Silver till Lovisa Baldal**

*27 maj 2020 av Annie Bondefelt*

Svenskarnas framgångar fortsätter under EM i wushu. Lovisa som redan tidigare i veckan tog ett EM-brons klättrade idag ytterligare ett steg upp och kammade hem silverpengen.

Lovisa stod för en imponerade EM-debut och i dagens tävlingar i chen style taiji med vapen tog hon välförtjänt hem EM-silvret med poängen 8.83.

– Jag är jätteglad, mitt mål var att komma topp tre på EM så jag är supernöjd. Den här formen är ny för mig. Vapnet kändes väldigt gött att jobba med men det var lite intensivt inför mästerskapet, säger Lovisa.

Hon är nöjd med sin prestation och att hennes ambition och hårda arbete räckte till en silvermedalj.

– Efter att jag hade tävlat, när det var över, och jag kunde titta tillbaka på hur jag kämpade, var trött och sliten, så kändes det skönt att det gav resultat. Det kändes verkligen värt alla uppoffringar man får göra på vägen och det kändes bra att hårt jobb föder en viss kvalitet.

Nu väntar firande av den nya EM-silvermedaljören.

– Idag blir det god mat hemma med familjen men till helgen blir det nog till att poppa en bubbel.

Guldet i klassen togs av Maka Gabeskiria från Georgien och på tredjeplats kom ukrainskan Nataliya Oprishchenko.

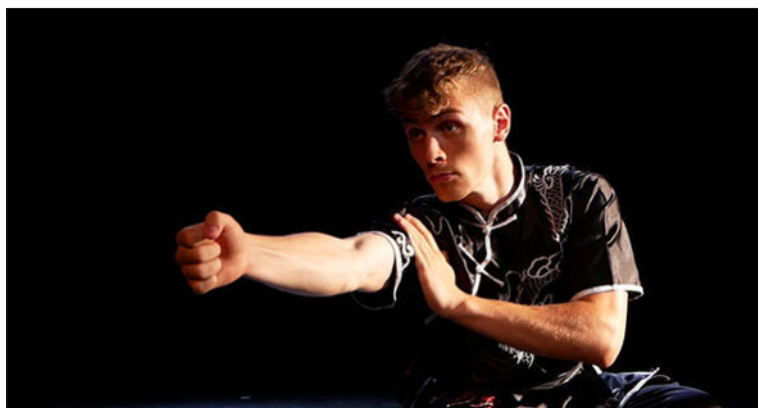
## **Guld till Axel Westerkull**

*4 juni 2020 av Annie Bondefelt*

Axel blev dubbel medaljör då han under morgonen även vann ett EM-silver i shuangdao.

Axel, som tidigare är både trefaldig svensk och nordisk mästare, gick in i mästerskapet med en sjunde plats på VM som bästa merit. Målet för detta mästerskap var medalj. Och medaljer blev det. Axel började morgonen med att ta ett EM-silver i shuangdao med poängen 8.62 innan han toppade sin egen prestation och tog hem EM-guldet i jiujielian med 8.98 och slog därmed sin ryske konkurrent Denis Zagibalov.

– Självlklart känns det bra med guld, känns alltid bättre att höja ett silver till guld än tvärtom. Lite besviken



*Axel Westerkull. Foto: Carl Månsson.*

är jag på silvret då det nog hade kunnat bli ett guld med lite små justeringar, säger Axel till budokampsport.se.

Årets EM i wushu arrangerades i digital form där de tävlande skickade in filmer till en domarkommitté som sedan bedömde deltagarnas prestationer. Något som gjorde morgonens väntan på resultaten annorlunda och nervositeten uteblev.

– Grejen med online-EM är att man kan sova samtidigt som man tävlar. Jag är mitt i en tentavecka just nu så jag har haft lite annat i fokus sen videon blev inskickad, skrattar Axel.

## **Brons till André Hermansson**

*4 juni 2020 av Annie Bondefelt*

Under den sista tävlingsdagen för svenskarna i EM i wushu presterade svenskarna på topp. En av de två svenskarna som tävlade under morgonen var André Hermansson som tog hem bronsmedaljen i shuangdao med poängen 8.4.

– Givet det korta varsel vi fått att förbereda oss får



*André Hermansson. Foto: Kai Chen / Chen Photography.*

man vara nöjd. Det var kul att få delta i det här unika EM:et, säger André.

Inför mästerskapet kommenterade André årets EM som för första gången skedde i digital form.

– Jag tror det kommer bli lite annorlunda känsla mot att delta på plats. Inte samma spänning och tävlingskänsla som att stå på mattan och veta att du bara har en enda chans att få till det bra. Det är på ett sätt en fördel att kunna slappna av mer i vetskapen om att man alltid kan göra en tagning till ifall man kände att det inte gick så bra första gången. Samtidigt finns en risk att man just därför inte tar det lika fullt på allvar och därmed kan få svårt att verkligen prestera 100 %, vilket krävs för att ha en chans att vinna.

Men André presterade på topp och tog till slut hem bronspengen till Sverige.



# Diskussioner kring tävling fortsätter

*29 maj 2020 av Jonathan Broberg*

Tidigare idag kom besked om att Folkhälsomyndigheten häver tre av rådande allmänna råd från och med 14 juni. Därmed kunde det meddelas att tävlingsverksamhet för vuxna kan startas upp den 14 juni, under förutsättning att de andra råden följs. Dock är det fortfarande lite oklart kring närkontaktsidrotter. Fredrik Gundmark, ordförande i SB&K, har följt dagens besked.

Först och främst, Fredrik – vad är dina spontana tankar kring dagens besked?

– Beskedet i morse är i sig positivt för de som vill tävla, förstås. Samtidigt gäller det att vi fortsättningsvis också följer de råd och restriktioner som myndigheterna tar fram.

Du var med på ett digitalt möte idag med andra specialidrottsförbund. Där framkom det att det finns vissa ottydligheter i de kommande nya råden, bland annat gällande närkontaktsidrotter och om tävlingar måste bedrivas utomhus.

– Ja, det gjorde det. Det uttrycktes att diskussioner kring idrotter med närkontakt som en viktig del, exempelvis brottning, ska fortsätta under kommande vecka. Och gällande tävlingar utomhus var det fråga om tolkning av kommunikationen. RF skulle helt enkelt ta med sig frågan hem om tävlingar måste bedrivas utomhus och återkomma med ny information.

Det är Riksidrottsförbundet som har kontakten med Folkhälsomyndigheten och har skött dialogen åt idrotten. Nu när närkontaktsidrotter blir lite mer utpekade, skulle

man inte kunna tänka sig att exempelvis SB&K får delta i dialogen?

– Jag kan ju tycka det, eftersom vi faktiskt kan våra idrotter bäst. Jag hoppas att en mer direkt dialog med i så fall berörda idrotter kommer att föras, givetvis tillsammans med RF.

Det har också med tydlighet framkommit att ändringarna i de allmänna råden träder i kraft den 14 juni, fram till dess ska de nuvarande råden följas.

– Ja, det var det ingen tvekan om. Och jag hoppas att alla verkligen gör det också. Idrotten har fått ett förtroende och det är fortsatt så att matchen mot viruset och smittspridningen långt ifrån är vunnit, även om dagens besked så klart i grunden är positivt för de som vill tävla.

## **SB&K korttidspermitterar personalen**

*2 juni 2020 av Jonathan Broberg*

Svenska Budo & Kampsportsförbundet inför korttidspermittering för sin personal som en effekt av coronapandemin. Beslutet fattades 26 maj, med tanke på minskad arbetsbelastning och osäkerhet kring hur förbundets ekonomiska situation påverkas. Det träder i kraft 1 juni och gäller till och med 31 augusti och är MBL-förhandlat med facket.

Förbundet har kollektivavtal med Arbetsgivaralliansen som har tagit fram ett nytt avtal som gör det möjligt för oss att införa korttidspermitteringar. Det innebär att personalen går ner i arbetstid för att dra ner på kostnaderna för förbundet. Vi hoppas att ni har förståelse för att det kan bli lite längre svarstid under denna period.

# Sammanfattning av SB&K:s årsmöte

*13 juni 2020 av Annie Bondefelt*

I dag hölls SB&K:s årsmöte, som arrangerades digitalt och fortlöpte väl med 77 deltagande föreningar. Nedan följer en kort sammanfattning.

Under mötet beslutades i stora drag att stämman gav förbundsstyrelsen i uppgift att utreda dagens system med fullmakter och hur dessa kan göras säkrare, att utreda frågan kring medlemmarnas åsikter kring representativ demokrati samt att utreda frågan kring tvååriga mandatperioder i SB&K:s förbundsstyrelse.

Stämman gav även förbundsstyrelsen i uppgift att undersöka intresset hos medlemmarna att bilda en arbetsgrupp som tittar på revideringar av stadgar för underförbund och distrikt, detta baserat på det förslag förbundsstyrelsen tog fram som svar på motionen kring att införa enhetliga stadgar för underförbund, distrikt och föreningar.

Förslaget från förbundsstyrelsen om stadgeändring kring disciplinnämndens sammansättning röstades igenom. Beslutet togs med bakgrund av att det under Riksidrottsmötet 2019 röstades igenom ändringar i RF:s stadgar kring att ledamöter till specialförbundens disciplinnämnder numera ska väljas på specialförbundens årsmöten och inte av förbundsstyrelsen. Stämman valde Peter Dahlqvist till ordförande och Daniel Svensson och Sara Axelsson till ledamöter i disciplinnämnden.

Motionen från Jujutsufederationen kring SM-status för newaza drogs tillbaka av motionären.

Stämman godkände att Allstyle blir ett eget under-



Mötesordförande Leif Sunje och mötessekreterare Helga Une. Foto: Magnus Ledin.

förbund från och med årsskiftet, baserat på att de uppfyller de kriterier som finns.

Valberedningen blev omvald. Ombud och suppleanter till Riksidrottsförbundets stämma blir förbundsstyrelsens uppgift att tillsätta.

De förändringar av förbundsstyrelsen som röstades igenom var att tidigare ledamöterna Clara Wetzelmayr och Patricia Kazimierzczak inte ställde upp för omval och Patrik Asplund och Sara Abouzeedan röstades in som nya i styrelsen.

## **Styrelsens sammansättning i sin helhet**

*Ordförande*

Fredrik Gundmark, omval

*Ledamöter*

Elin Bladh, omval

Johan Pettersson, omval

Marina Regné, omval

Musse Hasselvall, omval

Kirsi Höglund, nyval som ordinarie (tidigare suppleant)  
Patrik Asplund, nyval  
*Suppleanter*  
1. Ulf Hjerppe, omval  
2. Sara Abouzeedan, nyval

## **Gundmark gillade digitalt årsmöte**

*24 juni 2020 av Jonathan Broberg*

Förra lördagen hade Svenska Budo & Kampsportsförbundet årsmöte. Det var första gången i förbundets historia som mötet hölls helt digitalt, vilket ordföranden Fredrik Gundmark tyckte om.

– Jag hoppas att vi fortsätter att använda det digitala momentet även i framtiden, säger han.

Årsmötet för SB&K hölls lördagen den 13 juni. Det hölls helt digitalt, vilket är en milstolpe för förbundet. Ordförande Fredrik Gundmark, som omvaldes under mötet i ännu ett år, menar att mötet gick bra och att det lär fortsätta vara ett digitalt inslag även fortsättningsvis.

– Jag tyckte det gick bra även om min egen internetanslutning försvann precis lagom till att jag skulle öppna mötet. Leif Sunje och Helge Une gjorde ett strålande jobb och även Magnus och Sofia från kansliet ska lyftas fram. Jag hoppas att vi fortsätter med digitala inslag och kan erbjuda mötet både fysiskt och digitalt i framtiden.

Det var ett lugnt årsmöte, menar Fredrik, och lyfter fram diskussionen kring motionen newazas SM-status.

– Det var på förhand kanske den största diskussionspunkten. Jag tycker den löstes smidigt och jag hoppas att

BJJ-förbundet och Jujutsufederationen kan komma fram till ett bra samarbete kring frågan.

Två nya styrelsemedlemmar röstades in, Sara Abouzeedan (suppleant) och Patrik Asplund (ledamot).

– Det tror jag kommer att bli bra. De båda har ju gedigen erfarenhet från föreningsidrotter och det känns som bra tillskott till styrelsen.

Samtidigt lämnade Clara Wetzelmayr och Patricia Kazimierczak sina styrelseuppdrag.

– Ja, vi får passa på att tacka dem för deras engagemang och den jätteinsats de båda har gjort för vårt förbund under flera år. Det känns som de har varit med för alltid, och jag är glad att ha samarbetat med dem båda.

Fredrik, vad händer här och nu för förbundet?

– Det stora är att se och följa upp hur det går efter att tävling och träning fått klartecken att öppna igen med restriktioner och riktlinjer. Det är klart att pandemin är och har varit enormt bekymmersam för våra föreningar, och kommer även fortsätta att vara det under en tid. Vi får hoppas att vi inte får bakslag utan att vi går mot ljusare tider.

Apropå ljust, det är ju sommar. Vad ska du göra under sommaren?

– Jag ska vila och ta det lugnt. Vi har en hundvalp, en labrador, som gärna vill upp tidiga morgnar... Det är lite som att ha en bebis igen. Men det är mysigt också, förstås.

# Para-kommittén vill bli mer synlig

*1 juli 2020 av Jonathan Broberg*

SB&K:s para-kommitté leds av ordföranden Mike Wall och han menar att kommittén har haft en liten nystart sedan 2018.

– Vi tog fram en plan med kortsiktiga och långsiktiga mål, där vi känner att vi är igång och att vi vill att mer ska hända, säger han till budokampsport.se.

Para-kommittén i Svenska Budo & Kampsportsförbundet är på frammarsch. Ordföranden för kommittén Mike Wall berättar att man har arbetat med en både kort- och långsiktig plan, som kom till under 2018.

– Ja, det handlade om att kartlägga verksamheten, kan man säga. Både intresset för att vara med i kommittén och hur det ser ut för tränande medlemmar med speciella behov. Vi har också haft två inspirationsläger under 2019, ett i Norrahammar och ett i Helsingborg. Vi skulle ha haft ännu ett läger nu, faktiskt, men det har inte kunnat gå att genomföra på grund av coronasituationen. Vi kikar även på att under 2020 ta fram ett presentationsmaterial.

Mike, hur skulle du säga att det ser ut med para-idrott inom våra idrotter?

– Det beror lite på dagsläget, vilka ledare som finns på klubbarna, skulle jag säga. Alla våra idrotter är paravänliga till sin natur, men just nu är det beroende av vem ledaren på klubben är. Det finns stor acceptans hos vissa idrotter, och så tycker jag att det finns de idrotter där det inte känns lika självklart. Det här grundar jag på de enkäter jag har skickat till våra underförbund.

Om man vill starta para-verksamhet på föreningarna, kan man ta kontakt med para-kommittén då?

– Självklart kan man höra av sig till oss för att få lite mer kunskap. En start är att om det kommer någon till föreningen och vill träna med ett speciellt behov, och man som klubb tänker "det är klart du ska träna här", då har man kommit en bra bit på väg. Men sedan gäller det att ha kunskap och där kan vi absolut komma till stöd.

– Kommittén är exempelvis med i ett nätverk i södra Sverige som heter "fungera mera", och föreningar kan också söka stöd i sådana liknande nätverk, så klart.

Så vad händer nu och framåt i para-kommittén?

– Vi vill få till en internetplattform där vi kan presentera oss lite bättre. Vilka vi i kommittén är och vilka kunskaper som finns och så vidare. Den här intervjun är en del i det också. Vi kommer också att jobba vidare med nätverksbyggandet och med ett utbildningsmaterial, ett slags handbok i andan så kan man göra.



# Mike Malmer i “Heja Sverigelaget”

2 september 2020 av Annie Bondefelt

Mike Malmer är för många känd som en framstående judoutövare men har gjort minst lika bra ifrån sig inom parajujutsu där han under VM i Malmö 2018 tog hem guld. Just nu är han aktuell i dokumentärserien “Heja Sverigelaget” som sänds på SVT2 och UR Play.

Förutom Mike får tittarna följa tre andra idrottare och deras förberedelser inför Special Olympics World Games 2019.

Under inspelningarna som pågick några månader följde filmteamet deltagarna i deras förberedelser inför Special Olympics World Games och deras äventyr på plats under tävlingarna i Abu Dhabi.

– Det var riktigt kul! Det bästa filmteamet, man blev som en stor familj och jag kunde visa upp mitt bästa och vara mig själv, berättar Mike.



Mike Malmer. Foto: Parasport Sverige.

Mike är en multitalang inom kampsport och tävlar utöver judo även i både jujutsu och BJJ. Idrotter som betyder mycket för honom.

– Idrotten betyder allt, det är en fristad. Det är grymt kul med idrott och man blir accepterad för den man är. Det är bra människor omkring en hela tiden vilket är skönt eftersom det annars är lätt att hamna snett. Det finns en gemenskap i idrotten, man blir som en familj och man blir accepterad även om man skulle ha en dålig dag. Man får vara sig själv.

Efter framgångarna under Special Olympics World Games ligger nu fokus på utveckling.

– Jag kör på som vanligt men man vill ju alltid bli bättre, starkare, smidigare och utmana sig själv, avslutar Mike.

# Utvecklingsläger på Bosön

*17 september 2020 av Annie Bondefelt*

I helgen genomfördes ett utvecklingsläger i SB&K:s regi. Syftet var att ge ungdomarna redskap att öka kunskapen om fysisk träning och samtidigt ha roligt. På lägret deltog 22 ungdomar mellan 14 och 18 år från hela landet och åtta tränare.

Helena Hugosson höll i tränarutbildningen som innehöll workshops där deltagarna fick diskutera taktik och träningsupplägg, samt fördjupa sina kunskaper kring praktisk fysträning för tonåringar. Därefter följde ett pass med samma tema och en föreläsning av Sam Burman och Gabriella Ringblom.

Gabriella och Sam ansvarade för ungdomsgruppen som bestod av deltagare från flera olika idrotter. Upplägget var att genom utbildningen främja utveckling i deras respektive idrott men samtidigt få ett helhetsperspektiv på träning, motivation och kost.

– Ungdomarna fick prova acroyoga, en teamskapande aktivitet som kräver kroppskontroll. Vi hade ett löp- och konditionspass samt ett styrkepass med fokus på utveckling. De fick även lyssna på en föreläsning om träningslära och kost, berättar Gabriella.

Minst lika viktigt denna helg var att uppmuntra ungdomarna att känna sig trygga i sig själva, lära känna folk från andra budo- och kampsporter och motivera dem att vara bra förebilder.

– Utöver den styrda verksamheten verkade ungdomarna ha haft en väldigt rolig helg. De kom från olika stilar och olika delar av landet men de skapade egna idrottsliga



*Lägerdeltagarna. Foto: Gabriella Ringblom.*

aktiviteter och umgicks vid sidan av det som stod på schemat.

– Syftet var att alla ska känna sig duktiga, skapa gemenskap över idrotterna, ge ungdomarna redskap att utvecklas vidare i sina idrotter, motivation att fortsätta kämpa och möjligheten att få vara förebilder och inspirera varandra, avslutar Gabriella.

# Kevin Sataki dömde titelmatch i UFC

*30 september 2020 av Annie Bondefelt*

Som första svensk dömde Kevin Sataki en titelmatch i den amerikanska MMA-organisationen UFC när Blachowicz och Reyes mötes under helgen.

I sju år har Kevin Sataki varit MMA-domare och sex utav dem har han varit en del av UFC-organisationen.

– I sex år har jag varit med UFC. Jag tror att ingen annan har kommit in på så kort tid. Jag fick chansen och jag tog den men vi har sett på senare år att det är inte alltid det bästa. Man ska skynda långsamt och låta dig växa in i rollen, för man får oftast bara en chans och det gäller att man är redo då till 100%, berättar Kevin.

Det var något speciellt i domarrollen som fick honom att börja döma och som fortfarande får honom att brinna för det han gör.

– Att finnas där för utövarna och ge dem en möjlighet till en ärlig och rättvis chans att prestera efter deras fulla förmåga. Jag är där för deras säkerhet, ingenting annat. Det är utövarna som skall vara i fokus och inte vi som domare. Jag försöker vara osynliga så gott det går.

– Jag vet att det är stort. Första gången en svensk, en nordbo, dömer en titelmatch i världens största organisation UFC. Men för mig där och då var det en match som alla andra. Jag går in och gör min grej, vilket är att ha 100% fokus på min uppgift och det finns inget utrymme för misstag.

– Men nu i efterhand, dagen efter, när det har sjunkit in lite förstår man att det är ganska stort att en person från lilla Sverige dömde en titelmatch i UFC. Lite som om en svensk domare skulle döma en VM-final i fotboll eller en

VM-match i boxning. Så absolut ingen press bara en vanlig dag på jobbet.

Efter att ha dömt en titelmatch i UFC, vad finns det då för nya mål i sikte?

– Det här är inte mitt yrke och jag ser inte det här som min karriär. Jag gör något som jag brinner för, något jag älskar. Det är ett sätt att ge tillbaka till sporten. Jag vill fortsätta att sätta Sverige på världskartan inom MMA och fortsätta finnas där för dessa moderna gladiatorer så länge hälsan och mina kunskaper tillåter mig att göra det jag älskar. Det är målet.

– Jag vill ta tillfället att tacka George Sallfeldt som såg något i mig, som trodde på mig och pushade mig framåt och har funnits där under hela resan och finns där fortfarande. Resan är inte slut än. Vi kämpar vidare för att nå IOK. IMMAF gör ett fantastiskt jobb och jag hoppas att jag får döma en OS-match i MMA inom snar framtid, det vore coolt.

– Kul att detta uppmärksammas, vi har ett av världens svåraste jobb, avslutar Kevin.

# Chimaev är stekhet

8 oktober 2020 av Kent Hansson

Coronaeländet har bokstavligen slagit knock på idrotten. Inte bara här hemma utan i hela världen. Kampsporten har drabbats extra hårt och det smärtar oss alla som älskar kampsport.

Men mitt i all bedrövelse finns det ljusglimtar. 26-åriga Khamzat Chimaev har stormat in på UFC-scenen. Verkligen med dunder och brak.

Chimaev har gjort en makalös resa. I mitten av juli debuterade han för UFC. Tio dagar senare hade han noterat två segrar i två olika viktklasser, weltervikt och mellanvikt.

Jag ska villigt erkänna att jag inte visste särskilt mycket om Chimaev inför debuten i Fight Island, Abu Dhabi. Men nyfikenhet har alltid varit en drivfjäder för mig. Jag älskar att se killar och tjejer som plötsligt blommar upp på kampsportstrådet.

Min nyfikenhet inför Chimaevs tredje UFC-fight i september hade stigit rejält. Förväntningarna på den nya svenske UFC-stjärnan var därför stora när han steg in i oktagonen i Las Vegas. I den här branschen kan allt få ett snabbt slut. Det har vi fått många bevis på.

17 sekunder, det var allt som Chimaev behövde för att göra slut på Gerald Meerschaert. Svenskens framfart fick naturligtvis UFC-bossen Dana White att tända på alla cylindrar.

Chimaev är stekhet och nästa gång han går i buren har han en av huvudrollerna. Chimaev krigar med stor pondus. Han har ett komplett register. Han är stark i brottningen, en sport som han höll på med innan MMA-karriären.

ren kickade igång. Han slår med sting och precision. Den mentala biten, ett stort självförtroende, är kanske det viktigaste för en krigare som går in i buren och Chimaev har verkligen ett självförtroende utöver det vanliga.

Chimaev har en tuff bakgrund i Tjetjenien. Han föddes under en period då Tjetjenien låg i krig mot Ryssland. För sju år sen flydde han tillsammans med sin mamma och tre syskon till Sverige. Numera bor och tränar han i Stockholm. Tack vare den senaste tidens fighter kan Chimaev börja se ljuset i tunneln, rent ekonomiskt.

Vem som ställs mot den nye svenske stjärnan nästa gång är inte hundra procent klart men de viskas högt om femterankade Stephen "Wonderboy" Thompson i en gala i november, i Las Vegas. Thompson har i intervjuer sagt att han inte vill möta ett orankat stjärnskott men när det kommer till kritan väger Dana Whites ord tyngst. Chimaev har kanske redan skrämt slag på Thompson.

Chimaev inledde sin MMA-karriär för tre år sen. Idag står han på nio fighter och lika många vinster, varav de tre senaste i UFC.

Kung Alexander Gustafsson har gjort sitt på den stora internationella scenen. Men knappt har The Mauler hunnit tacka för sig förrän en ny svensk kampsportsstjärna ser dagens ljus.

Chimaevs mål är att fightas om titeln nästa år och bli den förste svensk som blir UFC-mästare.

– Jag vill göra folk glada och jag vill själv vara glad, sa Chimaev nyligen i en intervju.

Mitt i coronans härjningar är det säkert många med mig som känner glädje över att vi har fått en blågul krigare för den prestigefyllda organisationen UFC.

Fortsättningen i Khamzat Chimaevs resa lär gå med högsta hastighet...



# Elina Moestam får Elitidrottsstipendium

*8 oktober 2020 av Jonathan Broberg*

60 idrottare från 35 idrotter har tilldelats Riksidrottsförbundets och Svenska Spels Elitidrottsstipendium. En idrottare kommer från SB&K – BJJ-stjärnan Elina Moestam.

– Det är superroligt såklart. Och skönt!

– Jag har inte så stora möjligheter att jobba extra och studielånet räcker inte så långt när det ska resas och tävlas. Jag har blivit ganska bra på att leva snålt men det känns också skönt att kunna spara undan lite pengar för framtiden. Det är tufft att studera på heltid och hinna träna så mycket som jag behöver göra och det är verkligen uppmuntrande att bli utvald för det här stipendiet!

Stipendiet kommer väl till pass och har stor betydelse för hennes fortsatta idrottande.

– Det betyder lite större trygghet ekonomiskt. Min sambo både arbetar heltid och tränar på heltid och det känns skönt att jag också kan spara undan lite för vår framtid ihop.

– Det är också väldigt motiverande för att fortsätta studera. Just nu har jag väldigt mycket utanför skolan. Vi har precis startat en klubb med allt vad det innebär och jag har känt att studierna halkar efter lite. Det här stipendiet blev som en påminnelse om hur viktigt det är att fortsätta säkra mitt framtida yrke även om jag har mycket att göra i idrotten.

# Mats Lilja till SB&K

16 oktober 2020 av Jonathan Broberg

När Annie Bondefelt snart blir föräldraledig kommer hon att ersättas av Mats Lilja. Han har en lång bakgrund som sportjournalist och ser nu fram emot uppdraget inom Svenska Budo & Kampsportsförbundet.

– Det ska bli väldigt spännande, och jag tar mig an uppdraget med stor nyfikenhet.

I går, torsdag, gjorde Mats Lilja sin första dag som informator på SB&K. Han har tidigare jobbat många år med tv-sport, framförallt på TV4/C More, men har också en bakgrund på både dagstidningar och radio. Han kommer nu att vikariera för Annie Bondefelt under hennes föräldraledighet.

– Med mina erfarenheter inom media hoppas jag kunna hjälpa förbundet att utveckla sin kommunikation både internt och externt. Samtidigt ska det också bli intressant att arbeta ännu närmare idrotten.

Hur är det med den egna bakgrunden inom budo och kampsport?

– Det är framförallt som åskådare även om jag som nyhetsreporter har jobbat lite med det. Lyckligtvis för alla så är det inte främst som kampsportsexpert jag har rekryterats...



Mats Lilja. Foto: Jonathan Broberg.

# Vinnaren känner sig som en nybörjare

*19 oktober 2020 av Jonathan Broberg*

År 2018 stod Göran Blixt på Djurgården i Stockholm och betraktade en kyudo-uppvisning med stor entusiasm. Några dagar senare tränade han idrotten för första gången. I lördags blev han svensk mästare – en synnerligen häftig resa.

– Det är lite smått överkligt att ta in, säger han.

SM-debutanten Göran Blixt skrällde och vann guld i kyudo i den individuella skjutningen i helgen. Han vann efter sarskjutning mot Kari Jansson – de båda hade sex träffar i finalskjutningen.

– Jag var egentligen mest spänd på att se hur ett SM går till. Jag hade enbart tävlat i en deltävling i Svenska cupen innan det här, så att jag skulle vinna guld var liksom inte speciellt realistiskt innan tävlingen.

Under själva skjutningen imponerade han stort.

– Det kändes bra. Men jag försökte att inte fokusera på resultatet. Jag sköt mina omgångar, och även om jag hörde att jag låg bra till, ville jag ha fokus på nästa pil. Det gick ju vägen. Att jag skulle vinna guld på mitt första SM, det trodde jag inte.

Han kom i kontakt med kyudo, det japanska bågskyttet, när idrotten visades upp sommaren 2018 på Djurgården i Stockholm.

– Jag tyckte det såg roligt ut. Det verkade vara något som skulle passa mig bra.

Där och då hade han inte den minsta tanke om att han två år senare skulle vara svensk mästare.

– Hahaha, det är svårt att ta in. Då kände jag bara att det här kunde vara något som passar mig. Jag har dock



*Göran Blixt. Foto: Linda Wohlin.*

aldrig hållit på med någon annan budo eller kampsport, men det här föll jag verkligen för. Men SM-guld – jag känner mig ju fortfarande som en nybörjare.

# Kosttillskott och dopingrisk

23 oktober 2020 av Mats Lilja

Under två dagar 22–23 oktober pågick Riksidrottsförbundets Elitidrottskonferens.

Två av talarna under den första dagen var idrottsnutritionisten Emma Lindblom och chefen på Svensk Antidoping Christine Helle. Då antidoping är en av de viktigaste frågorna för SB&K kommer här en sammanfattning av deras föreläsning "Hur ska vi tänka kring kosttillskott och dopingrisk?"

Emma Lindblom, idrottsnutritionist på RF Elitidrottstöd, betonade i sitt anförande att en balanserad kosthållning är grunden för alla idrottare. Hennes åsikt är att man behöver egentligen inga tillskott om man äter en balanserad kost. Har man brist på någonting i kroppen, exempelvis vitaminer, är rådet att gå till en läkare för att få detta utrett.

Hon gav också sin syn på ergogena hjälpmedel, det vill säga produkter som sägs ha en prestationshöjande effekt. Enligt Lindblom påverkar dessa den totala idrottsliga prestationen bara någon eller några få procent och bör endast vara aktuella för den yppersta eliten. Man måste också alltid ha i beaktande att det finns klara baksidor med dessa hjälpmedel.

– Är det värt möjligheten till en procents förbättring att utsätta sig för riskerna med dessa tillskott?

Christine Helle är utbildad dietist och har tidigare varit verksam i den norska idrottsrörelsen under många år. Sedan 2018 är hon chef för Svensk Antidoping. Hon konstaterade att 15–20% av de svenska dopingfallen de senaste tio åren har orsakats av kosttillskott.

– Många idrottare har fått sina karriärer förstörda, då man inte haft koll på tillskotten.

Det är stor skillnad på olika kosttillskott och risken finns att man får i sig dopingklassade substanser. Allra störst risk för detta är vid användning av preparat som marknadsförs med att de ger effekt på muskeltillväxt, fettförbränning, hormonreglering och energinivå.

Enligt Helle kan inget kosttillskott garanteras vara fritt från dopingklassade substanser. Risken kan reduceras när producenter kvalitetssäkrar sina kosttillskott enligt ett certifieringssystem, men även dessa system kan vara bristfälliga enligt henne.

Avslutningsvis tryckte chefen för Svensk Antidoping på att utövaren själv är ansvarig för intag av dopingklassade substanser – även om dessa kommer från kosttillskott.

Svensk Antidoping har mer information om kosttillskott på sin hemsida.

# Aikidon gör ny reklamsatsning

*29 oktober 2020 av Mats Lilja*

För att möta ett något minskande medlemsantal satsar Aikidoförbundet offensivt för att locka nya utövare. Med hjälp av ett professionellt filmteam producerar man nu en ny reklamfilm för att berätta om sin idrott.

Satsningen på filmen har letts av Aikidoförbundets styrelse och projektletts av styrelseledamoten Jenny Lagerqvist.

– All idrott verkar ju gå mot individualisering, man går på gym eller springer eller vad man nu gör. Klubbidrotten får lite grann stryka på foten, och även för oss går medlemsantalet sakta nedåt, säger Aikidoförbundets ordförande Magnus Burman.

Han berättar att man från Aikidoförbundets sida därför har lanserat en ny kommunikationsplan.

– Vi satsar på att marknadsföra oss mer och nå ut med vad "erbjudandet aikido" står för.

Ett 30-tal aikidoutövare var på plats på Värmdö för att delta i filminspelningen den 24 oktober. Tillsammans med två personer från produktionsbolaget höll man på nästan en hel dag. Ett flertal olika scener filmades, med allt från stillsamt tedrickande till intensiva kampmoment, och olika typer av ljudeffekter skapades på plats.

– Filmfotografen var helt amazed när folk flög till höger och vänster, säger Jenny Lagerqvist och skrattar.

Målet med inspelningen har varit att visa upp lite av bredden i den verksamhet man bedriver. Den yngsta i filmen är 10 år, den äldsta är 72 år.

– Det här är en idrott som man kan träna från väldigt ung ålder och genom hela livet. Vi har inga uppdelningar



*Videoinspelning. Foto: Svenska Aikidoförbundet.*

mellan kvinnor och män i våra grupper, och unga tränar tillsammans med gamla. Det är viktigt för oss, berättar Jenny.

Att det är blandade träningsgrupper är också något man tror att alla drar nytta av.

– Man lär sig genom att titta, man lär sig genom att göra och man lär sig genom att lära ut, förklarar Magnus.

Filmen kommer att kretsa kring de nyckelbegrepp som idrotten Aikido står för: Ai – möte utan konflikt, Ki – kraft utan styrka, Do – träning utan tävling.

En av de som medverkar är 17-åriga Carolina Heiter från KFUK-KFUM Uppsala.

– Jag har inte varit med på någon filminspelning tidigare. Men det var roligare än jag hade trott. Och jag är väldigt nyfiken på resultatet!



# Ordföranden inför Riksidrottsforum 2020

*6 november 2020 av Mats Lilja*

Till helgen är det dags för idrottsrörelsens stormöte Riksidrottsforum, som i år arrangeras digitalt. Här ger SB&K:s ordförande Fredrik Gundmark sin syn på konferensens viktigaste frågor.

Vartannat år håller Riksidrottsförbundet sitt årsmöte Riksidrottsmötet (RIM). Under åren däremellan är det istället så kallat Riksidrottsforum (RIF), där man bland annat gör ett förberedande arbete inför kommande RIM.

Nästa RIM är planerat att hållas i Uppsala i maj 2021. Men även RIF är viktiga för Svenska Budo & Kampsportsförbundet, förklarar Fredrik Gundmark.

– Idrottsförbunden får där en möjlighet att delta i diskussioner och utformandet av Riksidrottsförbundets strategiska vägval för de kommande åren. Flera av de frågor som arbetas igenom återkommer sedan för beslut om under Riksidrottsmötet.

– Det är alltid viktigt att ta del i dessa typer av arbeten, då det är här vi har möjlighet att göra oss hörda och även vara med och påverka idrottens vägval. Om vi ska kunna vara en aktiv del av svensk idrott behöver vi visa oss och vara aktiva i de diskussioner som förs. Exempel på frågor som finns på agendan i år är frågan om långsiktig påverkan på idrotten utifrån corona, de nya stödformerna, framtidens elitidrottsstöd och frågan om en för idrotten gemensam olycksfallsförsäkring. Alla dessa frågor är intressanta för oss som förbund.

Med anledning av den pågående coronapandemin kommer årets forum (7–8 november) att vara digitalt och anordnas på distans.

– Det kommer naturligtvis att bli annorlunda, säger Gundmark. Jag tror att det kan bli bra ändå men vi tappar möjligheten till de möten och diskussioner som alltid förs mellan de olika sessionerna. Det är naturligtvis synd eftersom många bra kontakter då knyts och erfarenhetsutbyten sker.

Enligt SB&K:s ordförande lär pandemin ta stor plats i helgens program.

– De viktigaste frågorna för oss tycker jag är punkten långsiktig påverkan på idrotten utifrån corona. Detta med tanke på att många av våra föreningar har det extra svårt idag och vi lyfts fram som ett av de förbund som drabbats mest. Där blir även diskussionerna kring stödformerna viktiga för vårt förbund.

En stor övergripande fråga för idrottsrörelsen är också förändringsarbetet Strategi 2025, där huvudmålet är att fler ska idrotta och även göra det längre genom livet.

– Jag tror att vi kan bidra med en hel i den diskussionen, med tanke på att vi har bra elitverksamhet samtidigt som vi har väldigt bra breddverksamhet, avslutar Fredrik Gundmark.

## **Så var Riksidrottsforum 2020**

*10 november 2020 av Mats Lilja*

I helgen genomfördes årets RIF – den här gången på distans. Den pågående coronapandemin satte givetvis sin prägel på programmet men det fanns också gott om andra frågor som lyftes.

Totalt deltog 260 delegater från idrottsrörelsen framför sina datorskärmar, där Svenska Budo & Kampsportsförbundet representerades av ordföranden Fredrik Gund-

mark samt styrelseledamöterna Elin Bladh och Musse Hasselvall.

– Totalt sett var det bra. Intressanta diskussioner och en bra möjlighet att diskutera och ge vår syn på idrottens framtida vägval, säger Fredrik Gundmark.

– Det fungerade bra med tekniken men visst saknade jag minglet och snacket mellan arbetspassen. Det var också lite svårt att få en överblick och känsla för hur gruppdiskussionerna gick i andra grupper. Det hade varit intressant att få veta.

Enligt SB&K:s ordförande hade forumet ett perspektiv bortom coronapandemin, med fokus fram till 2025. Men pandemin fanns med som en egen punkt på programmet och återkom även i andra diskussioner. Bland annat diskuterades stödinsatser och krisersättning till förbund och föreningar, berättar Gundmark.

– De olika utgångspunkterna för stödet diskuterades och vi fick möjlighet att ge synpunkter på dessa. Här kunde olika deltagare i grupperna lyfta perspektiv från den egna idrotten. Exempel på frågor som diskuterades var i vilken utsträckning antalet idrottsföreningar och idrotter fortsatt ska vara en faktor i stödets storlek, även hur stor del av stödet som ska vara verksamhetsstöd och hur mycket som ska vara projektstöd.

– Alla synpunkter från mötet tas nu vidare till Riksidrottsstyrelsen, som senare kommer tillbaka med hur stödet kommer fördelas.

Specialidrottsförbunden ser ju väldigt olika ut gällande antalet medlemmar, idrotter, föreningar och så vidare. Är det svårt att hålla ihop idrottsrörelsen när det händer något så extraordinärt som coronapandemin?

– Jo, det är det på sätt och vis. Alla är överens om att samverkan är bra och att alla måste dra sitt strå till stacken. Samtidigt finns det väldigt skilda behov och utmaningar.

Det kan handla om i vilken utsträckning råden för restriktioner i träning är för alla, även de där idrotten av naturen är enskilt och utomhus till exempel.

– Kampsporten har drabbats extra hårt i och med dess inslag av nära kontakt, åtminstone för många av våra idrotter. Detta har lyfts av både oss och RF och vi hoppas att det även ska visa sig i framtida stöd.

Vilka frågor fick ni från SB&K möjlighet att ta upp?

– Vi lyfte bland annat lokalfrågan och att våra föreningar behöver hjälp och stöd gentemot privata hyresvärdar. För dessa föreningar är det svårare att få hyreslättnader under pandemin och de behöver stöd i den frågan.

Bland övriga punkter som diskuterades i årets RIF märktes parasport, Strategi 2025, elitidrottsstöd och inte minst arbetet med en ny antidopingorganisation, som kommer att vara separerad från idrottsrörelsen – på tiden, enligt Fredrik Gundmark.

– Vi är troligtvis det enda landet i världen där antidopingorganisationen både finansieras och tillsätts av den idrott den är satt att granska. Så ur ett internationellt trovärdighetsperspektiv är det nog på tiden att vi skiljer på idrottens organisation och antidopingverksamheten. Jag tycker att svenskt antidopingarbete gör ett mycket bra och viktigt jobb men, som sagt, för den internationella trovärdigheten tror jag att detta är bra.

Nästa Riksidrottsmöte (RIM) är tänkt att hållas i Uppsala i maj 2021.

# Idrott under pandemin: Capoeira CDO

*24 november 2020 av Mats Lilja*

I skuggan av coronapandemin har en utsatt idrottsrörelse försökt att hålla verksamheten igång. I Stockholm har en capoeiraförening fått flytta träningarna till videomöten.

Föreningen Capoeira Cordão de Ouro Stockholm håller till centralt i huvudstaden. Innan pandemin hade man flera pass i veckan på Södermalm och i Gamla Stan, där man hade barn, ungdomar och vuxna i träning.

– Vi har en stark barngrupp på 15 elever och en vuxengrupp på cirka 20 elever. Vi har även ett projekt för ungdomar och hade en dedikerad träning varje vecka som endast var avsedd för dem, berättar Simon Lundblad.

Han är en av tränarna i CDO Stockholm och sitter även med i klubbens styrelse. I capoeirakretsar är han känd som Xumi och hans resa inom capoeiran började i Australien 2004.

– Jag såg capoeira för första gången på ett torg i Perth. Från avstånd hörde jag en musik jag aldrig hört och som musiker var det ju ett måste gå närmare för att se vad det var. Väl där blev jag tagen av den starka vänskapen, gemenskapen och glädjen som gruppen hade. Sen blev jag såklart imponerad av akrobatiken, sparkarna och hur smidigt de rörde sig.

16 år senare är känslorna för kampkonsten ännu starkare.

– Jag har framförallt tagit med mig känslan av gemenskap, men även träningsformen i sig. Den håller mig ung, smidig och stark. Betydelsen av gemenskapen i vår grupp ligger på något sätt kvar från kampkonstens historiska rötter. Capoeira har sitt ursprung från kolonialismen



Foto: CDO Stockholm.

i Brasilien där slavarne fräntogs all frihet. Förutom att bekämpa sina förtryckare var capoeiran även viktig för att bevara deras traditioner och kultur, men kanske viktigast för att hålla en stark gemenskap och hoppet vid liv.

År 2020 har givetvis varit en prövning även för CDO Stockholm. Men utifrån rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten och Riksidrottsförbundet har man i perioder ändå kunnat bedriva viss träning.

– I våras stängde vi ner träningarna i vår sal och omorganiserade oss till att ha träningar online över Zoom, berättar Simon Lundblad. Det gällde även barnklasserna. Och vi har uppmuntrat alla elever att ta ansvar för sig själva och alltid sätta sin egen och andras hälsa först.

– Efter de senaste restriktionerna i Stockholm fortsätter vi med barnträningarna men övriga klasser sker över Zoom.

De gånger även vuxna har kunnat ses fysiskt har man hållit extra avstånd under klasserna, och man har sett till

att både handsprit och munskydd har funnits tillgängligt.

– Samtidigt så är capoeira som träningsform ingen kontaktsport till skillnad från många andra kampsporter. Det har ändå varit en fördel för oss.

När han ombeds att beskriva capoeirans kärna väljer han att citera en text som har skrivits av en av de andra ledarna i föreningen, Vasiliki Katsi:

”Capoeira är en tyst dialog genom rörelse, vilket kan utvecklas till oändligt många nyanser och meningar. Genom capoeira arbetar man med självkontroll, fysisk kondition, flexibilitet, musikalitet och socialisering.”

I sin roll som ledare har en av de viktigaste frågorna för Simon Lundblad varit att få ännu fler att upptäcka capoeira.

– Vi jobbar aktivt med två för oss viktiga projekt. Att integrera nya svenskar med capoeira som verktyg genom att erbjuda gratis träning hos oss. Målet är att de ska lära sig svenska bättre och utveckla ett kontaktnätverk för att integreras i samhället. Ett flertal av våra medlemmar kommer från utlandet och har skapat sig en trygg bas genom vår gemenskap i gruppen.

– Det andra projektet handlar om att få fler ungdomar att röra på sig. Att stärka deras självförtroende och mentala hälsa genom capoeira.

Som idrott och kampkonst betraktad är capoeira under ständig utveckling.

– Den utvecklas hela tiden i världen både i det fysiska och i musiken, vilket når oss här. I Sverige är vi många tränare som är medvetna om hur kroppen fungerar och anpassar till detta i vårt ledarskap. En annan sida av detta i vår grupp är att varje elev uppmuntras att utveckla sin egen stil och sitt eget sätt att uttrycka sig på, säger Simon Lundblad.

– Jag ser dock i Sverige att capoeira ofta hamnar i

skuggan av andra kampsporter, kanske eftersom det är väldigt brett och mer än bara kampsport. Det är även kultur, historia, dans, musik och språk, då vi sjunger sånger på portugisiska. Jag är övertygad om att om fler visste vad capoeira är och vilka fördelar det har både fysiskt och psykiskt så skulle capoeira i Sverige växa. Förhoppningen är att capoeira ska få mer ljus på sig och bli mer erkänd som kampform.

Xumi vill ta tillfället i akt att avdramatisera en seglivad myt om idrotten – att man måste vara vältränad för att kunna börja med capoeira.

– Många blir nog avskräckta för att det ser väldigt avancerat ut och tron är att man behöver vara i bra form och smidig redan innan man börjar. När jag började för 16 år sedan rörde jag mig som ett kylskåp och kunde inte ens göra en kullerbytta. Det mest givande för mig som tränare är att se den överväldigande känslan hos nybörjare som lyckas med något de kämpat med.

– Allt är möjligt om man ger det chansen!



# Nya restriktioner, samma utmaningar

*16 december 2020 av Fredrik Gundmark*

De senaste dagarna har ett antal frågor kommit till förbundet, där föreningar vill veta hur just de ska agera i samband med träning. Förbundet och ordföranden förtydligar nu några av råden i två sammanhängande artiklar.

Ett stående inslag för kansliet är att svara på frågor från våra föreningar. Det är något som i dagsläget tar upp en ansevärd tid för personalen. De försöker vara så tydliga de kan gentemot er och vi alla känner den frustration som restriktionerna medför. Många föreningar kämpar för sin överlevnad och många är oroliga för vad framtiden för med sig.

Att vara tydliga är något alla efterfrågar och vi är så tydliga som vi kan. Vi lyssnar på myndigheterna och vill vara så ansvarstagande som möjligt. De rekommendationer som kommer till oss delar vi med oss av till er direkt men att sätta exakta gränser är dock för oss en omöjlighet – dels beroende på Folkhälsomyndighetens (ibland vaga) formuleringar och dels för att vi har en sådan bredd av idrotter med så vitt skilda förutsättningar. Det gör att ni som föreningar måste vara aktiva och fatta de beslut som är nödvändiga utifrån de riktlinjer som ni får från myndigheterna via RF och SB&K.

Vi som förbund kan inte ta beslut utifrån var förenings specifika förutsättningar, det ansvaret vilar på er som föreningar. Vi har stort förtroende för att ni är kloka och tar väl genomtänkta och bra beslut utifrån de premisser och riktlinjer som finns.

Vi tycker att det är viktigt för våra medlemmars fysiska och psykiska hälsa att de ska kunna bedriva tränings-

verksamhet men det måste ske under säkra former utifrån det läge Sverige befinner sig i nu. Det personliga ansvaret under pandemin är stort, både hur vi agerar i träningsmanhang och i vardagslivet. Det gör att vi alla tvingas att ta beslut vi helst inte skulle vilja ta och följa riktlinjer och rekommendationer som medför en negativ påverkan på föreningen och vardagen i stort.

Det är dock viktigt att vi står enade i arbetet med att bekämpa smittspridningen. Covid-19 kommer inte försvinna inom en överskådlig framtid och vår förmåga att anpassa oss kommer att ställas på stort prov – ett prov vi tillsammans ska klara av.

# Kickboxning i Europeiska spelen

*17 december 2020 av Mats Lilja*

Just nu pågår det inte särskilt mycket tävlingar inom kampsportsvärlden. Men en glad nyhet redan nu är att vi får ett tillskott till Europeiska spelen 2023.

Sedan 2015 anordnar Europeiska Olympiska Kommittén vart fjärde år ett multisportevenemang med olympiska förtecken – ett europeiskt "mini-OS" kallat Europeiska spelen. Det föregår nästkommande års OS-tävlingar, och liknande spel har sedan tidigare anordnats på övriga kontinenter.

Första upplagan avgjordes 2015 i Baku, Azerbajdzjan, och den andra 2019 i Minsk, Belarus. De tredje Europeiska spelen kommer att anordnas i Krakow, Polen, 21 juni–2 juli 2023. Och till idrotterna som kommer att få göra upp om medaljerna där räknar vi nu också kickboxningen, vilket det internationella förbundet WAKO kunde bekräfta häromdagen.

Ett glädjebesked givetvis även för den svenska kickboxningsrörelsen.

– Det är en stor ära att få tävla under olympisk flagg, säger Kickboxningsförbundets ordförande Björn Ljungdahl.

Enligt förhandsuppgifterna lutar det åt att disciplinerna Pointfighting och K1 tar plats i tävlingarna 2023. Den förstnämnda finns inte i svensk kickboxning men Björn Ljungdahl ser potentialen inom svensk K1.

– Det beror på hur vi placerar oss internationellt på vägen dit. Men tar vi oss ut så finns det ju oändliga möjligheter.

Kickboxningen har idag status hos Internationella

Olympiska Kommittén som olympiskt erkänd idrott, men man finns ännu inte med på det olympiska programmet – något man sen många år har arbetat intensivt för att få göra.

– WAKO fortsätter det jobbet. När jag var på plats på VM i Turkiet i slutet av 2019 var även IOK där och kollade på arrangemanget. De var mäkta imponerade. Förhoppningen är att kickboxningen inom två OS-turneringar kommer att kunna ta plats även bland OS-sporterna, säger Björn Ljungdahl.

# Pannie Kianzad vann tredje raka

*20 december 2020 av Mats Lilja*

”Banzai” fortsätter att gå starkt i UFC. I natt tog hon en ny seger mot en högre rankad motståndare. Mötet med amerikanskan Sijara Eubanks var den sjätte matchen i galan som fått namnet UFC Vegas 17 och som avgjordes i UFC Apex, Las Vegas.

Khamzat Chimaev mot Leon Edwards var tilltänkt huvudkort, men för några veckor sedan fick matchen ställas in efter att Edwards smittats av covid-19.

Pannie Kianzad från Helsingborg var nu galans enda svenska fighter och som 14:e-rankad i damernas bantamvikt ställdes hon mot den 13:e-rankade Eubanks.

Sijara Eubanks inledde matchen bäst men Kianzad var den starkare i de två efterföljande ronderna. Matchen gick tiden ut och svenskan tilldömdes segern via enhälligt domslut (29–28, 29–28, 29–28). Amerikanskan tog ner sin motståndare två gånger men Pannie Kianzad landade betydligt fler slag och fick domarna på sin sida.

”Banzai” har nu tre raka segrar i UFC, efter de tidigare vinsterna mot Jessica-Rose Clark och Bethe Correia. Av allt att döma kommer hon att få chansen i en stormatch nästa gång.

Hennes professionella record är efter segern 14–5, varav 3–2 i UFC.

# Allstyle blir eget underförbund

*21 december 2020 av Mats Lilja*

Man har blivit erkända som egen idrott och man har arrangerat sitt första SM. Nu tar allstyle ett kliv till och blir eget UF inom SB&K.

Vid årsskiftet går Svenska Budo & Kampsportsförbundets antal underförbund från 17 till 18. Detta då Allstyleförbundet blir ett självständigt UF, efter att senast ha tillhört Kampkonstförbundet.

– Det var egentligen aldrig meningen att vi skulle bli en ny svensk idrott men det är vi nu. Och när det väl sjunkit in så känns det överväldigande. Vi har haft en lång utvecklingsresa hit, säger förbundets ordförande Thabo Motsieloa.

Förutom att han grundade Svenska Allstyleförbundet 2017 är han även grundare av idrotten allstyle. Han hade själv kung fu-bakgrund och när han fick kontakt med taekwondoprofilen Chago Rodriguez så uppstod 1984 det regelverk som grundlade allstyle – av vissa kallat för ett svenskt MMA. Detta berättade Thabo Motsieloa mer utförligt om i en intervju med budokampsport.se under hösten 2018.

Under de senaste decennierna har allstyle tillhört flera olika underförbund – Karate, Kung Fu & Wushu, Kickboxning och senast Svenska Kampkonstförbundet. Men med ett 50-tal aktiva klubbar inom allstyle har det nu blivit dags att bli ett eget UF.

– Men det är fortfarande mycket vi har att göra, understryker Thabo Motsieloa. Det stora arbetet vi har framför oss nu är att vi måste bli starkare riks än vad vi är just

nu. Vi är egentligen starka i hela landet men vi har nästan bara tävlingar i Stockholm.

– Den andra utmaningen är att knyta fler internationella kontakter, det är viktigt för idrotten att få en internationell bredd. Det är lite som att ha en fax – den är värdelös om man inte har någon att faxa till...

Sverige är idag det enda landet där allstyle bedrivs som organiserad idrott under eget namn. Men tävlingarna i allstyle – där discipliner som thaiboxning, jujutsu, karate, taekwondo och kung fu kan mötas under ett och samma regelverk – har rönt intresse från en rad andra länder.

– Jag har genom åren bjudit in fighters från bland annat Finland, Slovenien, Kroatien, Holland, Storbritannien och Rumänien. Och förra året var jag på besök i både Norge och Kina, berättar Thabo Motsieloa.

Det historiska första SM:et i allstyle avgjordes nästan på dagen för ett år sen, den 14 december 2019. Årets tilltänkta SM har som så mycket annat blivit uppskjutet med anledning av coronapandemin.

Grunderna i allstyle är att olika kampsportsstilar ska kunna mötas, och detta på ett lättbegripligt sätt när det gäller poängräkningen. Man tävlar också i korta matcher – två ronder om 2 minuter vardera.

– Det kräver inte samma sorts kondition som i längre matcher, istället kan du gå upp till fyra matcher på en tävling. Och det gör att det är lättare att få bra tävlingserfarenhet. Även om man vill satsa på någon annan kampsport framöver så är det ett bra sätt att "mängdtävla", förklarar sportens grundare.

Den 1 januari 2021 blir Svenska Allstyleförbundet formellt SB&K:s 18:e underförbund.

# Julhälsning från ordföranden

23 december 2020 av Fredrik Gundmark

*Årets sista artikel på hemsidan är signerad Fredrik Gundmark, SB&K:s ordförande.*

Jag sitter vid köksbordet med en kopp kaffe. Ute regnar det och är grått, en inte helt ovanlig syn vid jul numera. Jag tänker att vädret är ungefär som detta konstiga 2020 varit, grått och tråkigt. När vi gick in i året var det med hopp om ett bra år men för många kommer nog 2020 bli året som försvann.

Trots att det bara har gått nio månader sedan pandemin satte klorna i oss känns det som en evighet. Men snart är året förbi och hoppet om ett bra år 2021 lever kvar.

Samtidigt har 2020 för mig inneburit mer tid hemma med familjen och, när så gott som alla möten blivit digitala, mycket mindre tid på tåg och hotell. Inget ont som inte har något gott med sig alltså. Jag, liksom många andra, har fått tid till att reflektera över vad det riktigt viktiga i våra liv är och våra värderingar kring ansvar och solidaritet har även de testats. Vi har ett samhälle och en regering som sätter stor tillit till vårt personliga ansvarstagande. Det har för många inneburit en källa till frustration, vilket vi ser dagliga exempel på i tidningar och sociala medier.

Jag tror dock fullt och fast på att det är rätt att lita på att människor i grunden vill ta ansvar och göra gott.

För mig som har en bakgrund inom japansk kampsport är bushidons sju principer alltid levande och nu mer än någonsin. Att rättrådigt ta bra beslut med rätt attityd baserat på sanningen, att ha mod att uthärda de mest prövande av tider, att visa universell kärlek gentemot mina



medmänniskor, att visa respekt genom att göra det rätta, att vara uppriktig, att vara lojal både mot personer runt omkring mig men även mot samhället i stort och att heder- samt sträva vidare är viktigt för mig.

Jag hoppas att det är det även för många andra oavsett idrott eller dess ursprung. För mig är det ingen skillnad mellan det budskap som kommer med julen och bushidons principer.

Så här inför julafton börjar julfriden så sakteliga in- finna sig hos mig och jag hoppas att ett konstigt och stund- tals hektiskt år ska avslutas med en lugn och skön jul för alla. Min önskan är att vi fortsatt visar hänsyn och respekt mot våra medmänniskor, att vi visar lojalitet mot varandra och samhället och att vi tillsammans gör allt vi kan för att 2021 ska bli året då vi vaknar upp ur våra iden och med full kraft visar att svensk kampsport fortsatt står sig stark.



# Verksamheten 2020

## Förbundsstämman

På förbundsstämman som genomfördes digitalt den 13 juni via Easymeet var 77 föreningar representerade med sammanlagt 132 röster. Ordförande för stämman var Leif Sunje.

## Propositioner

### *Proposition 2019:1 angående stadgeändring*

Propositionen föredrogs av förbundsordförande Fredrik Gundmark. Propositionen innebar stadgeändringar gällande 3 kap 5§ 5.1 och 12 kap 1§ 1.1. Yamasaki Academy Ingared IF genom sitt ombud Monika Stylin yrkade bifall till propositionen. Omröstningen utföll enligt nedan:

74 röster för bifall för förslaget

58 röster ej lagda

Förslaget fick 100 procent av de angivna rösterna och 2/3 majoritet uppnåddes. Stämman beslutade därmed att bifalla propositionen som den framlagts av styrelsen.

### *Proposition 2019:2 angående demokratiutredning*

Propositionen föredrogs av vice förbundsordförande Elin Bladh. I propositionen föreslog förbundsstyrelsen stämman:

att ge förbundsstyrelsen i uppdrag att utreda dagens system med fullmakter och hur dessa kan göras säkrare.

att ge förbundsstyrelsen i uppdrag att utreda frågan kring representativ demokrati och vad medlemmarnas inställning till den frågan är.

att ge förbundsstyrelsen i uppdrag att utreda frågan om tvååriga mandatperioder i SB&K.

Yamasaki Academy Ingared IF genom sitt ombud Monika Stylin samt Fenix Budo och Kampssportsförening genom sitt ombud Mike Wall yrkade bifall för propositionen. Stämman beslutade att bifalla propositionen som den framlagts av styrelsen.

## **Motioner**

### *Motion 2019:1 Enhetliga stadgar*

Motionären var ej närvarande. Motionen föreslog att SB&K inför enhetliga stadgar, samt tillsätter en arbetsgrupp som genomför stadgerevideringen. Förbundsstyrelsens yttrande över motionen föredrogs av vice ordförande Elin Bladh. Förbundsstyrelsen föreslog att stämman beslutar:

att avslå motionen om enhetliga stadgar.

att ge förbundsstyrelsen i uppdrag att undersöka intresset inom organisationen för en arbetsgrupp vars syfte är att föreslå revideringar av stadgar för underförbund och specialidrottsdistriktsförbund.

Fenix Budo och Kampssportsförening genom sitt ombud Mike Wall, Yamasaki Academy Ingared IF genom sitt ombud Monika Stylin samt Shorinji Kempo Karlstad Shibu IF genom sitt ombud Anders Pettersson yrkade avslag av motionen och bifall för förbundsstyrelsens andra att-sats.

Stämman beslutade att avslå motionen samt bifalla förbundsstyrelsens andra att-sats.

### *Motion 2019:2 Färre men bättre möten*

Motionären var ej närvarande. Motionen föreslog att SB&K tillsätter en arbetsgrupp som arbetar fram ett förslag till ny mötesstruktur för SB&K, underförbund samt distrikt. Förbundsstyrelsens yttrande över motionen föredrogs av vice ordförande Elin Bladh.

Förbundsstyrelsen föreslog att stämman beslutar att

motionen anses besvarad i och med propositionen om demokratiutredning.

Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall samt Yamasaki Academy Ingared IF genom sitt ombud Monika Stylin ställde sig bakom förbundsstyrelsens yrkande att motionen ska anses besvarad. Stämman beslutade att anse motionen besvarad.

#### *Motion 2019:3 Representativ demokrati*

Motionären var ej närvarande. Motionen föreslog att SB&K tillsätter en arbetsgrupp som arbetar fram ett förslag på representativ demokrati. Förbundsstyrelsens yttrande över motionen föredrogs av vice ordförande Elin Bladh. Förbundsstyrelsen föreslog att stämman beslutar att motionen anses besvarad i och med propositionen om demokratiutredning.

Följande ställde sig bakom förbundsstyrelsens yrkande att motionen ska anses besvarad: Nacka Dojo IF genom sitt ombud Ricard Carneborn, Föreningen Team Hang Loose genom sitt ombud Erik Gahnertz, Yamasaki Academy Ingared IF genom sitt ombud Monika Stylin, Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall, Ikigai Aikidoklubb genom sitt ombud Magnus Burman, Malmö Budoklubb genom sitt ombud Per-Ola Olsson, Järfälla Aikidoklubb genom sitt ombud Thérèse Björhult, Forca Fighting MMA Klubb genom sitt ombud Babak Ashti, KFUK-KFUM Uppsala Aikidoklubb genom sitt ombud Sofia Lungren, samt Karate Syd IF genom sitt ombud Mehdi Nabahi.

Stämman beslutade att anse motionen besvarad.

#### *Motion 2019:4 SM-status för newaza*

Jujutsufederationen hade lagt fram en motion om SM-status för newaza. Federationsordförande Isabelle Sarfati

meddelade att Jujutsufederationen drar tillbaka motionen. Även om motionen var tillbakadragen föredrog förbundsordförande Fredrik Gundmark förbundsstyrelsens yttrande över motionen.

Föreningen Stenungssunds Kampsportsakademi genom sitt ombud Martin Janson yttrade sig positiv till att motionen drogs tillbaka och framförde kritik mot att förbundsstyrelsen yrkat på bifall av motionen med hänvisning till SB&K:s stadgar 2 kap 3 § Idrotter, där det står att en ny idrott skall till utformning och namn vara urskiljbar från befintliga idrotter i förbundet. Han ifrågasatte också att förbundsstyrelsen föreslog bifall då frågan varit uppe på tidigare stämmor och avslagits. Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall ställde sig bakom Martin Jansson i dennes kritik av hur förbundsstyrelsen bemött motionen.

Margareta Myhr, ordförande för BJJ-förbundet, välkomnade ett samarbete med Jujutsufederationen.

#### *Motion 2019:5 Bildande av underförbund*

Motionen föredrogs av Eva Callenbo Motsieloa. Förbundsordförande Fredrik Gundmark föredrog förbundsstyrelsens yttrande över motionen. Förbundsstyrelsen föreslog att stämman beslutar att bifalla motionen om att Svenska Allstyleförbundet upptas som ett eget underförbund inom SB&K.

Stockholm Wushu Kung Fu Idrottsförening genom sitt ombud Peder Finnsjö yrkade bifall till motionen. Martin Jönsson, ordförande i Kampkonstförbundet, det förbund i vilket Allstyle i dagsläget är organiserat, ställde sig också bakom bifall för motionen.

Det noterades att i enlighet med SB&K:s stadgar kan en ändring inte träda i kraft förrän vid årsskiftet 2020/2021.

Stämman beslutade att bifalla motionen.

## Val av förbundsstyrelse

### *Ordförande*

Valberedningen föreslog omval av Fredrik Gundmark som ordförande i förbundet. Stämman beslutade att till ordförande i förbundet välja Fredrik Gundmark.

### *Ledamöter*

Valberedningen föreslog följande sex ledamöter: Elin Bladh (omval), Johan Pettersson (omval), Marina Regnér (omval), Musse Hassellvall (omval), Patrik Asplund (nyval) och Kirsi Höglund (nyval som ledamot, tidigare suppleant). Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall yrkade bifall för valberedningens förslag i sin helhet. Stämman beslutade därmed att till ledamöter i förbundsstyrelsen välja:

Elin Bladh,  
Johan Pettersson,  
Marina Regnér,  
Musse Hassellvall,  
Patrik Asplund,  
Kirsi Höglund.

### *Suppleanter*

Valberedningen föreslog omval av Ulf Hjerppe och nyval av Sara Abouzeedan. Stämman beslutade att till suppleanter välja Ulf Hjerppe och Sara Abouzeedan.

## Revisorer

Valberedningen föreslog Micaela Karlström (auktoriserad) samt Christian Lund till revisorer för förbundet. Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall yrkade bifall. I enlighet med valberedningens förslag valdes Micaela Karlström (auktoriserad) och Christian Lund till revisorer för förbundet.

### *Revisorssuppleanter*

Valberedningen föreslog Anna Wretholm (auktoriserad) samt Sabrina Sedin Roskvist till revisorssuppleanter för förbundet. Malmö Budoklubb genom sitt ombud Per-Ola Olsson yrkade bifall. I enlighet med valberedningens förslag valdes Anna Wretholm (auktoriserad) och Sabrina Sedin Roskvist till revisorssuppleanter för förbundet.

### **Valberedning**

Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall yrkade omval av sittande valberedning. Stämman beslutade att välja om Jöran Fagerlund till ordförande i valberedningen. Till övriga ledamöter omvaldes Anders Pettersson och Irene Brändström.

### **Disciplinnämnden**

Valberedningen föreslog Peter Dahlqvist som ordförande, samt Daniel Svensson och Sara Axelsson som ledamöter i disciplinnämnden. Fenix Budo och Kampsportsförening genom sitt ombud Mike Wall yrkade bifall. I enlighet med valberedningens förslag valdes Peter Dahlqvist till ordförande i disciplinnämnden, samt Daniel Svensson och Sara Axelsson till övriga ledamöter.

### **Kommittéer**

Förbundsstyrelsen utsåg följande kommittéer:

#### *Parakommittén*

Ordförande, Mike Wall.

Övriga ledamöter:

Urban Aldenklint

Jenny Lagerkvist

Roger Berger

Yvonne Berger



### *Medicinska kommittén*

Ordförande, Dr Christian Engvall

Övriga ledamöter:

Dr Pontus Inerup, vice ordförande

Dr Jonas Johard

Dr Sofia Göthe

Dr Lisa Villabona

### *Utbildningskommittén*

Ordförande, Fredrik Gundmark.

Övriga ledamöter:

Altan Celik

Gabriella Ringblom

## **Kansliet**

Vid utgången av 2020 hade kansliet åtta anställda, varav en vikarie och en deltidsanställd: Mona Lundkvist, generalsekreterare och chef för kansliet, Jonathan Broberg informationsansvarig, Annie Bondefält informatör, Magnus Ledin verksamhetsledare, Sofia Arnbom idrottskonsulent, Pilo Stylin idrottskonsulent, Matilda Ritzén förbunds-koordinator, Carl Halling administratör, samt Mats Lilja som vikarie för Annie Bondefält under hennes föräldradighet.

Vi har också haft Sven Knutsson som anlitad ekonomikonsult, samt två anställda projektledare: Sara Wiggberg som varit projektledare för vårt jämställdhetsprojekt och Helena Hugosson som varit projektledare för vårt elit-idrottsprogram.

## **Elitverksamhet**

Riksidrottsförbundet (RF) fördelar landslagsstöd till specialidrottsförbunden (SF) med syfte att skapa förutsättningar att utveckla den internationella konkurrenskraften. Stödet

består av två delar, Landslagsstöd samt Landslagsstöd X och fördelas likt RF:s övriga stöd i tvåårscykler.

Landslagsstödet baseras på resultat, konkurrens och kostnader för det aktuella landslaget. Stödet beräknas av RF utifrån uppgifter som respektive landslag rapporterar. Rapportering inför Landslagsstöd 2020–2021 gjordes i början av 2019 och utfallet blev att 9 av 16 inrapporterande landslag inom SB&K erhöll ekonomiskt stöd i varierande storlek till en total summa av 890 000 kronor 2020 och preliminärt även för 2021.

Landslagsstöd X baseras på genomförda elitdialoger där SF bland annat presenterar sin elitutvecklingsplan. Bedömningen görs av det samordnade elitidrottsstödet med representation från RF, Sveriges Olympiska Kommitté (SOK) och Sveriges Paralympiska Kommitté (SPK). Följande områden ligger till grund för bedömningen:

- idrottslig förankring,
- vetenskaplig förankring och evidensbaserade metoder,
- organisationens och ledningens kompetens och resurser för utvecklingsplanens genomförande,
- förutsättningar för utvecklingsplanens genomförande.

Tack vare det arbete som gjordes kring utvecklingsplaner under 2019 blev SB&K av RF tilldelat 500 000 kronor i Landslagsstöd X för elitverksamhet 2020 och preliminärt även för 2021. SB&K samlar insatserna som genomförs med hjälp av Landslagsstöd X inom projektet Elitidrottsprogrammet.

## **Elitidrottsprogrammet**

Projektansvarig för Elitidrottsprogrammet är Helena Hugosson. Landslagsstöd X är villkorat från RF så till vida att det ska användas till insatser för utveckling av Organisation & Ledning (O&L) samt prioriterade idrottare. Stödet ska riktas mot ett av RF bestämt antal landslag och indivi-

der. O&L ska fördelas på sex idrotter och antalet prioriterade idrottare får, efter extra förhandlingar, uppgå till 30 istället för initialt 20 personer.

SB&K har beslutat att följande kriterier ligger till grund för uttagning till elitidrottsprogrammet:

- internationella framgångar,
- utarbetad utvecklingsplan med påbörjat eller pågående arbete med nämnda plan.

Andra faktorer som också tas hänsyn till:

- möjligheten att genom sitt arbete med utvecklingsplanen bidra till SB&K i stort,
- kontinuerlig kommunikation med ansvarig för elitidrottsprogrammet samt deltagande på konferenser och övriga sammankomster.

Året började lyckosamt med framgångar i flertalet idrotter som hade mästerskap eller större tävlingar från januari till början av mars. Därefter kom coronapandemin och mästerskap samt landslagssamlingar ställdes in. Årets elitverksamhet centralt inleddes därför i mars med två träffar på Bosön för landslagsledningarna för att sätta igång någon form av verksamhet under året.

Under året blev det tre träffar inom O&L för landslagsledningarna på Bosön, då det utöver de två i mars även hanns med en uppföljande träff i oktober. Dessutom fick jujutsun stöd till att utveckla sin tävlingsverksamhet.

Det som genererade mest aktivitet var den kompletterande fysträning som många prioriterade idrottare ändå kunnat genomföra under året. Totalt genomfördes tre fysiska träffar samt en digital träff. Utöver ovan nämnda träffar genomfördes även två mindre landslagssamlingar på Bosön, medan fyra landslagssamlingar fick ställas in.

För många har året inneburit den tid och hjälp att få en bättre fysik som annars får stå tillbaka till förmån för mycket idrottsspecifik kampsport.

## **Tränarutbildning**

En kompetent tränarkår inom förbundet är av största vikt för en livskraftig och givande verksamhet. För att säkerställa att tränare och ledare är fortsatt kompetenta arrangerar SB&K idrottsövergripande tränarutbildningar i tre steg. Utbildningarna arrangeras av SB&K centralt eller med hjälp av förbundets distrikt och medlemsföreningar.

Årets utbildningsverksamhet såg lovande ut vid årets start, med ett stort antal utbildningstillfällen inplanerade runt om i landet tack vare intresserade arrangörer. En utbildning kan dock inte genomföras utan deltagare och några tillfällen fick ställas in till följd av för få anmälda deltagare. Merparten av övriga tillfällen fick ställas in till följd av coronapandemin och de restriktioner som den medförde.

Vi landar därmed på två genomförda tränarutbildningar under året. En steg 1 och en steg 2 genomfördes med reducerat deltagarantal och andra rekommenderade anpassningar på Bosön utanför Stockholm i början av oktober.

Anpassning till utbildningsformer som kompletterar den fysiska krävs mest troligt fortsatt framöver och en översyn av möjligheterna är inledd.

## **Jämställdhetsprojektet "50/50. På riktigt."**

I januari 2020 startade SB&K sin första stora satsning på jämställdhet. Genom projektet "50/50. På riktigt." skulle man för första gången kartlägga och analysera hur jämställd förbundets verksamhet är och syna vilka normer som ligger till grund för den verksamhet som bedrivs.

Genom pengar från Riksidrottsförbundets Projektstöd SF Jämställdhet kunde en projektledare/jämställdhetsstrateg anställas och arbetet sätts igång. "50/50. På riktigt." sträcker sig från januari 2020 till juni 2021.

Från början och formellt heter projektet "40/60. På riktigt." men i takt med att arbetet satte igång sågs ingen anledning till att satsa på en målsättning mindre än 50/50. Därav namnet "50/50. På riktigt."

För att få mesta möjliga förankring och långsiktighet i projektet tillsattes en arbetsgrupp som arbetat nära jämställdhetsstrategen under 2020 och kommer att fortsätta göra det under projektets gång. Jämställdhetsprojekt tenderar att stanna vid just projekt och tillfälliga uppgångar eller lösningar och därför var det av största vikt att skapa förutsättningar för att arbetet kan leva vidare även efter juni 2021.

I arbetsgruppen medverkar:

Musse Hasselvall, förbundsstyrelsen

Jenny Lagerkvist, Aikidoförbundet

Cecilia Ralfe-Stelander, Aikidoförbundet

Simon Ogolla, Thaiboxning

Mats Lilja, kansliet (ersatte Annie Bondefelt, föräldraledig)

samt jämställdhetsstrateg Sara Wiggberg.

Det har naturligtvis också varit viktigt att arbetsgruppen är så jämställd som möjligt på grund av det uppdrag som finns och på köpet blev det en arbetsgrupp som representerar verksamheten från olika nivåer och förbund.

Arbetet har varit kontinuerligt och aktivt med cirka ett till två möten per månad och olika personliga uppdrag för medlemmarna.

Sin 61-åriga historia till trots är det alltså första gången SB&K gör en större jämställdhetsinsats. Formellt syftar "50/50. På riktigt." till att kartlägga, analysera och påverka strukturer och normer inom förbundet. Av förbundets drygt 50 000 medlemmar är idag runt 30 procent kvinnor.

Idrotten i stort bedriver ett stort utvecklingsarbete

sedan några år, "Strategi 2025", där målet är att till år 2025 bland annat vara en jämställd verksamhet, definierad som att ettdera könet är representerat med minst 40%. För att SB&K ska vara en del av detta arbete och kunna uppfylla de mål som ställs centralt från idrotten har årets satsning på jämställdhet varit både aktuell och relevant.

Hur får man då reda på hur det ser ut med jämställdhet i en så stor idrottsverksamhet som SB&K bedriver? Arbetet har lagts upp enligt följande: Under våren 2020 planerades för en kartläggning, som genomfördes under sommaren och analyserades under hösten. En sammanfattande rapport kring detta kommer i början av 2021 med rekommendationer framåt och förslag på utbildningsinsatser.

Kartläggningen sågs som viktig att genomföra för att få fram fakta kring hur jämställdhetsarbetet och synen på ett sådant ser ut i förbundet. Det finns ofta mycket känslor och fördomar kopplat till jämställdhet och därför är en kartläggning en god väg att starta. Kartläggningen har i huvudsak genomförts med hjälp av tre olika metoder/arbetsätt: Dels har en enkät kring jämställdhet skickats ut till samtliga UF och svarsfrekvensen blev god, drygt 800 svarande. Därtill har ett antal djupintervjuer gjorts både enskilt och i grupp, samt har statistik tagits fram och samlats in.

Resultatet av kartläggningen kommer som sagt att presenteras under 2021, men kort kan sägas att det som framkommit är en bild av att många anser att den verksamhet man bedriver eller är en del av till stor del är jämställd. Alla är välkomna och samträningen mellan kön och åldersgrupper, som är unik för många kampsporter, bidrar till detta. Genom vidare analyser visar det sig dock att det inte riktigt är så enkelt, utan tolkningsföreträden och traditionella föreställningar kring manligt och kvinnligt påver-

kar i hög grad hur denna bild har växt fram. Kunskapsnivån kring frågan kan höjas, vilket också förhoppningsvis kommer att skapa en ny typ av samtal.

Naturligtvis har pandemin påverkat även detta jämställdhetsarbete men i förhållande till mycket annat har det rullat på bra. Arbetsgruppen ser fram emot att driva "50/50. På riktigt." i hamn, men också mot att finna vägar för hur jämställdhetsarbete kan bli ett naturligt och bestående inslag i SB&K:s verksamhet framåt.

## **Information**

Informationsarbetet är fortsatt en stöttepelare i förbundets verksamhet. Då det mesta i tävlingsväg har varit inställt under året har stort fokus lagts på coronapandemin och hur den påverkat våra föreningar och aktiva. Den professionella idrott som trots allt har bedrivits (framförallt MMA) har vi bevakat under årets gång och vi har även följt upp händelser av nyhetskaraktär som varit relevanta för vårt förbund.

Hemsidan budokampsport.se har en fortsatt central roll i förbundets kommunikation och under året har det publicerats hundratals artiklar där. Spridningen av dessa artiklar sker även i våra kanaler på sociala medier, framförallt på Facebook.

Kampsportspodden har fortsatt att ges ut men har under pandemin fått ett litet annat format. Under den andra halvan av året har poddavsnittet spelats in på distans och varit kortare jämfört med de tidigare studioinspelningarna.

Nyhetsbrevet har skickats ut en gång i månaden och framförallt riktat sig till medlemsföreningarna.

Informationsarbetet på kansliet leds av Jonathan Broberg (informationsansvarig) och Annie Bondefelt (informatör). Den senare gick på föräldraledighet under slu-

tet av 2020 och ersätts under sin frånvaro av Mats Lilja. Förbundet har även samarbeten med sportjournalisterna Kent Hansson och Kenneth Range.

## **MotoriQ**

MotoriQ är Svenska Budo & Kampsportsförbundets satsning på att utbilda och implementera physical literacy i förbundets verksamhet. Precis som annan verksamhet har MotoriQ fått ställa in och ställa om på grund av den rådande pandemin.

Året kunde dock inledas som planerat och i januari hölls den första fördjupningsutbildningen i physical literacy. Under ledning av professor Dean Kriellaars träffades ett 50-tal ledare från förbundets föreningar på Bosön för endagsutbildning. Alla deltagare hade tidigare gått förbundets introduktionsutbildning och fick nu chansen att fördjupa sina kunskaper.

När pandemin tog sin fart betydde det främst att nya utbildningar inte planerades in. Våren var därför händelselös på den fronten. Samtidigt fortlöpte arbetet med den digitala webbutbildningen i physical literacy.

I oktober hölls två uppdragsutbildningar i Upplands Väsby. Kommunen driver ett projekt för ökad fysisk aktivitet i skolan och det fanns en önskan att lära sig mer om physical literacy. Under två dagar fick förskollärare, fritidspedagoger, lärare och rektorer från samtliga skolor i Upplands Väsby bekanta sig med begreppet och förbundets satsning.

Svenska seglarförbundet arrangerar årligen Seglarträffen, en stor konferens med föreläsningar och utbildningar för förbundets alla medlemmar. I år hölls konferensen digitalt under en vecka i november och SB&Ks idrottskonsulent Pilo Stylin var inbjuden för att föreläsa om MotoriQ och physical literacy.



Under december månad hölls också en digital utbildning på uppdrag av RF-SISU Västra Götaland för föreningar i distriktet.

## **Kampsportsskolan**

Kampsportsskolan kombinerar kunskap från forskning om barns lek med den positiva verksamhet som redan bedrivs inom budo och kampsport. Denna sammantagna kunskap skapar argument för varför kampsport inte bara är bra utan till och med viktig för barn att få prova på.

Under 2019 skapade vi Kampsportsskolan. I och med Projektstöd IF 2020 kunde föreningarna söka ett bidrag för genomförande av Kampsportsskola. 24 föreningar blev beviljade medel. Dessa genomförde en digital utbildning i Kampsportsskolan under oktober månad, ledd av Grim Jernudd. Vissa föreningar genomförde sedan Kampsportsskolan under 2020, medan vissa föreningar planera att genomföra den under 2021.

## **Projektstöd IF**

Syftet med Projektstöd IF är att skapa förutsättningar för Idrottsföreningen (IF) att utveckla sin barn- och ungdomsidrott i enlighet med Riksidrottsförbundets Strategi 2025.

SB&K fördelade 1 870 000 kronor i projektstöd till förbundets föreningar. Föreningarna skickade in 140 ansökningar för totalt 6 197 284 kronor. Föreningarna kunde ansöka om medel utifrån tre olika projektmallar: Utvecklingsprojekt, Kompetenshöja föreningen samt MotoriQ - Kampsportsskolan. Totalt tilldelades 62 ansökningar projektstöd. Bidragsbesluten bereddes av en särskild grupp tillsatt av förbundsstyrelsen.

## **Projektstöd för barn och ungdomar**

Förbundsstyrelsen beslutade i april att öppna upp för för-

eningarna att söka stöd för att bibehålla verksamhet för barn och ungdomar under coronarestriktionerna. Medlen kom från de pengar som förbundet får ifrån Svenska Spels Prispallen.

Syftet med stödet var att stimulera den dagliga idrottsverksamheten så att den kunde fortsätta i så stor utsträckning som möjligt, så länge det kunde ske enligt regeringens beslut och Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

SB&K fördelade ut en miljon kronor i projektstöd för att bibehålla verksamhet för barn och ungdomar under coronarestriktionerna. Totalt tilldelades 65 idrottsföreningar detta projektstöd.

## **Antidoping**

Att hålla SB&K:s idrotter dopingfria är ett sätt att legitimera verksamheten och som grund för antidopingarbetet finns ett fastställt antidopingprogram. Antidopingprogrammet är till för hela SB&K, dess underförbund, samtliga medlemsföreningar samt aktiva och ledare inom förbundets verksamhet.

Christian Engvall, som är ordförande i vår medicinska kommitté, är förbundets antidopingansvarige. Av de anställda koordineras dopingrelaterade frågor primärt av Sofia Arnbom. Det centrala arbetet mot doping sker i samarbete med Riksidrottsförbundets antidopingavdelning, Svensk Antidoping.

Svensk Antidoping administrerar och genomför dopingkontroller vid träning och tävling. Under året genomfördes 16 dopingtester vid tävling och 54 utanför tävling, kopplade till medlemmar inom SB&K. Antalet tester vid tävling är markant lägre än föregående år (105) till följd av att merparten av årets tävlingar ställts in. Testerna utanför tävling är något lägre än föregående år (79) då corona-

pandemin haft viss inverkan på möjligheten att genomföra även dessa.

SB&K fortsätter vara ett av de specialidrottsförbund med flest fall där aktiva på olika nivåer använt dopingklassade medel. Arbetet kring antidoping är därmed även framöver viktigt inom hela förbundet. Informationsspridning inom förbundets alla delar är prioriterad för att öka medvetenheten.

För andra året i rad genomfördes en temavecka där frågor kopplade till antidoping behandlades i olika format. Syftet med temaveckan är att öka kunskapen och visa praktiska exempel på hur antidopingsarbete kan genomföras. I år lyftes bland annat armbrytningens aktiva antidopingsarbete fram genom en intervju med förbundskapten Jimmy Cebula. Landslagsaktiva Lovisa Wahlström (armbrytning) samt Nicholas Bryant (muaythai) intervjuades om hur de som aktiva hanterar eventuellt behov av dispens respektive håller sig uppdaterade i antidopingfrågor för att inte riskera misstagsdoping.

Prioriterade idrotter utses av Svensk Antidoping i samråd med SB&K och betyder bland annat att elitidrottare från dessa idrotter som uppfyller fastställda kriterier omfattas av reglerna för vistelserapportering. Idrotter anslutna till SB&K som varit prioriterad under året var BJJ, kickboxning, MMA och muaythai. Under året har tyvärr förbundet inte klarat av att tillsätta alla 20 platser som tilldelats i poolen.

*Vaccinera klubben* är en idrottsövergripande webbaserad utbildning som föreningar oavsett verksamhetsinriktning bör använda som utgångspunkt i sitt antidopingsarbete. Under året gjordes en toppnotering på 63 aktiva vaccineringar men då vaccineringen löper ut efter tre år landade det vid årets slut på att 58 av SB&K:s 790 medlemsföreningar hade en aktiv vaccination. Procentuellt är

det på samma nivå som föregående år.

*Ren vinnare* är en webbaserad utbildning där aktiva och ledare kan lära sig det allra viktigaste inom antidoping och på så sätt minska risken för att av misstag bryta mot dopingreglerna. Från den 1 januari 2020 gäller i enlighet med SB&K:s antidopingprogram genomförd utbildning som krav för alla landslagsaktiva inom förbundets idrotter. 316 personer hade vid årets slut genomfört hela utbildningen vilket är 58 fler än vid årets start.

I och med beslut på extra RF-stämman den 22 december är från och med årsskiftet nationell antidopingorganisation (NADO) Antidoping Sverige. Beslutet om en fristående NADO är i linje med den nya Världsantidopningskoden.

## **Ekonomi**

### *RF-bidrag*

Organisationsstöd 4 793 000: -

Verksamhetsstöd Barn- och ungdomsidrott 4 740 000: -

Verksamhetsstöd Paraidrott: 350 000: -

Verksamhetsstöd Vuxenidrott: 260 000: -

### *Landslagsstöd*

Landslagsstöd 890 000:-

Landslagsstöd X 500 000: -

### *Projektstöd*

Demokratidrott:400 000: -

50/50. På riktigt: 750 000: -

Forskningsprojekt: 350 000: -

### *Stöd till UF*

Aikido Wareware 180 000: -

Aikido internationell representation 30 000: -

Jujutsu internationell representation 35 000: -

### *Projektstöd IF*

1 870 000:-

## **Medlemskap i internationella förbund**

Svenska Budo & Kampsportsförbundet är medlem i följande internationella organisationer:

### *Aikido*

International Aikido Federation (IAF)

European Aikido Federation (EAF)

### *Armsport*

International Federation of Armwrestling (IFA)

### *Glima*

Viking Glima Federation (VGF)

### *Jujutsu*

Ju-jitsu European Union (JJEU)

Ju-jitsu International Federation (JJIF)

### *Kempo*

International Kempo Federation (IKF)

### *Kendo*

International Kendo Federation (FIK)

European Kendo Federation (EKF)

International Naginata Federation (INF)

European Naginata Federation (ENF)

European Kyudo Federation (EKF)

International Kyudo Federation (IKYF)

### *Kickboxning*

World Association of Kickboxing Organisations (WAKO)

### *Kyokushin*

World Fullcontact Karate Organization (WFKO)

### *MMA*

International MMA Federation (IMMAF)

### *Muaythai*

International Federation of Muaythai Associations (IFMA)

World Muaythai Council (WMC)

### *Shorinji Kempo*

World Shorinji Kempo Organization (WSKO)

*Submission Wrestling*  
United World Wrestling (UWW)

*Wushu*

European Wushu and Kungfu Federation (EWUF)

International Wushu Federation (IWUF)

*Taido*

World Taido Federation (WTF)

## **Utmärkelser**

Följande förtjänsttecken har delats ut under 2020:

### *Förtjänsttecken 1*

345 Emil Nilsson, Halmstad Kampsport

346 Anders Fall, Halmstad Kampsport

### *Förtjänsttecken 2*

307 Hans Månsson, IF Bujinkan Dojo Norrköping

308 Stefan Brendel, Markaryds JJK

### *Förtjänsttecken 3*

288 Magnus Knutström, Oskarshamns Ju-jutsuklubb

### *Förtjänsttecken 4*

142 Johan Sjöholm, Furulund JJK

143 Måns Karlsson, Laholms JJK

### *Förtjänsttecken 6*

27 Johan Pettersson, Markaryd, Laholm, Furulund JJK

28 Robert Van Helsing, Marks Budoklubb, Fristads Aikido-klubb

## **Medlemsantal 2020**

Antalet medlemsföreningar var vid årets utgång 790. Antalet är en ökning från föregående år och bestod av 46 inval, 13 utträden och 13 uteslutningar.

En förening som på egen begäran avslutar sitt medlemskap utträder medan uteslutna blir föreningar som trots påminnelser ej betalat årets medlemsavgifter. I vissa

## Statistik till VB 2020 - Medlemsantal

Siffror hämtade ur SB&K:s klubbregister 2020-12-31

	Föreningar*	Medlemmar**	Kvinnor		Män	
			< 25 år	> 25 år	< 25 år	> 25 år
Aikido	99	3485	742	496	1116	1131
Allstyle	47	805	189	88	321	207
Armsport	36	722	73	79	183	387
Brazilian Jiu-jitsu	148	9071	1337	745	2916	4073
Bujinkan	22	645	106	43	260	236
Capoeira	25	991	361	182	282	166
Defendo	4	39	2	10	2	25
FMA	8	113	6	24	12	71
Glima	1	3	0	1	0	2
HEMA	25	710	50	97	167	396
Iaido	31	267	23	37	31	176
Jodo	12	67	4	12	1	50
Jujutsu	148	7911	2223	559	3445	1684
Kempo	12	376	117	26	172	61
Kendo	15	385	31	45	148	161
Kickboxning	79	3458	733	602	1063	1060
Krav Maga	13	592	126	123	142	201
Kyokushin	51	4441	1203	392	1834	1012
Kyodo	5	100	4	44	4	48
MMA	109	2911	238	207	1253	1213
Muaythai	170	10954	1880	1599	3813	3662
Naginata	2	34	6	16	3	9
Sambo	0	0	0	0	0	0
Savate	0	0	0	0	0	0
Shorinjikempo	11	304	77	23	104	100
Submission Wrestling	135	2982	331	291	1009	1351
Sumo	0	0	0	0	0	0
Systema	2	71	12	15	20	24
Taido	11	396	125	40	162	69
Wushu	57	2115	381	276	924	534
<b>Totalt</b>		<b>53948</b>	<b>10380</b>	<b>6072</b>	<b>19387</b>	<b>18109</b>
<b>Totalt antal kvinnor</b>	<b>16452</b>		<b>Andel kvinnor</b>	<b>30%</b>		
<25 år	10380		<25 år	19%		
>25 år	6072		>25 år	11%		
<b>Totalt antal män</b>	<b>37496</b>		<b>Andel män</b>	<b>70%</b>		
<25 år	19387		<25 år	36%		
>25 år	18109		>25 år	34%		

\*En förening kan vara ansluten till mer än en idrott inom förbundet.

\*\*En person kan vara aktiv inom flera idrotter i samma förening samt medlem i flera föreningar.

fall ansöker och beviljas uteslutna föreningar medlemskap igen tätt inpå en verkställd uteslutning och kan därför finnas med i statistiken för både inval och uteslutningar under samma år.

Vidare kan konstateras att antalet föreningar som saknade organisationsnummer vid årets utgång var fem.

Dessa föreningar är medlemmar i förbundet och ingår i antalet medlemsföreningar här, däremot räknas föreningarna inte i Riksidrottsförbundets officiella statistik förrän de uppfyller kraven för grundbidrag.

Medlemsantalet vid årets utgång var 53 948 vilket är en ökning med 1384 medlemmar. Andelen kvinnor och män är densamma som föregående år.

I tabellen framgår medlemsantalet per idrott. En förening kan vara ansluten till mer än en idrott inom förbundet. En person kan vara aktiv inom flera idrotter i samma förening samt medlem i flera föreningar. Av förbundets 30 idrotter saknas medlemsföreningar helt i tre av idrotterna.

## **Distrikt**

SB&K:s medlemsföreningar är anslutna till det specialidrottsdistriktsförbund (SDF) där de är geografiskt hemmahörande. Förbundet har sju SDF vilka är uppdelade utifrån de svenska länen enligt nedan.

Distrikt Övre Norr utgörs av Norrbottens län och Västerbottens län.

Distrikt Nedre Norr utgörs av Jämtlands län och Västernorrlands län.

Distrikt Mellan utgörs av Dalarnas län, Värmlands län, Södermanlands län, Örebro län, Uppsala län, Västmanlands län och Gävleborgs län.

Stockholm-Gotlands Budo & Kampsportsförbund utgörs av Stockholms län och Gotlands län.

Distrikt Väst utgörs av Västra Götalands län och Hallands län.

Distrikt Öst utgörs av Östergötlands län, Jönköpings län, Kalmar län, Kronobergs län och Blekinge län.

Skånes Budo & Kampsportsförbund utgörs av Skåne län.



## Statistik till VB 2020 - Distrikt

Siffror hämtade ur SB&K:s klubbregister 2020-12-31

	Föreningar	Medlemmar	Kvinnor		Män	
			< 25 år	> 25 år	< 25 år	> 25 år
Mellan	152	8226	1585	912	3068	2661
Nedre Norr	23	1132	243	149	358	382
Skåne	108	7959	1556	773	3145	2485
Stockholm/Gotland	204	16156	3151	2014	5508	5483
Väst	159	12471	2316	1454	4267	4434
Öst	90	5208	917	555	1934	1802
Övre Norr	54	2796	612	215	1107	862
<b>Totalt</b>	<b>790</b>	<b>53948</b>	<b>10380</b>	<b>6072</b>	<b>19387</b>	<b>18109</b>

## Distriktsutredning

Förbundsstämman 2019 behandlade en motion som föreslog en avveckling av distrikten alternativt genomförande av en utredning av distriktens roll och uppgifter. Stämman beslutade att en utredning skulle göras och för detta tillsatte förbundsstyrelsen en arbetsgrupp bestående av Johan Pettersson, Marina Regnér och Monika Stylin.

Ett möte hölls med distrikten i februari, vilket rapporterades till förbundsstämman 2020. Den allmänna meningen vid mötet i februari var att distrikten har en roll att fylla. Tanken från arbetsgruppen var att följa upp detta i samband med den förbundskonferens som var planerad i april.

På grund av coronapandemin genomfördes aldrig konferensen och arbetet avstannade. Arbetet samt dialogen mellan distrikt och förbund behöver återupptas för att fortsätta processen kring distriktens roll och uppgifter.

# Årsredovisning 2020

## Svenska Budo & Kampsportsförbundet

802005-2588

Årsredovisning för räkenskapsåret 2020-01-01 – 2020-12-31

Styrelsen avger följande årsredovisning

### Förvaltningsberättelse

#### Allmänt om verksamheten

Svenska Budo & Kampsportsförbundet organiserar inom ramen för Riksidrottsförbundet följande idrotter: Aikido, Allstyle, Armsport, BJJ\*, Bujinkan, Capoeira, Defendo, FMA\*, Glima, Iaido, Hema, Jodo, Ju-jutsu, Kickboxning, Krav Maga, Kyokushin, Kendo, Kempo, Kyudo, MMA\*. Muaythai, Naginata, Shorinji Kempo, Submission Wrestling, Sumo, Savate, Sambo, Systema, Taido och Wushu.

\* FMA-Filipino Martial Arts, MMA-Mix Martial Arts, BJJ-Brasilian Jiu Jitsu, HEMA-historical european martial arts.

Förbundets verksamhet omfattar att administrera och befrämja ovan nämnda idrotter.

Förbundet har sitt säte i Stockholm.

#### Medlemmar

Vid årets utgång har förbundet 790 medlemsföreningar i våra underförbund (idrotter) med totalt 53 948 medlemmar, förra året fanns det 767 föreningar och 52 564 medlemmar.

#### Främjande av föreningens ändamål

Vi har nått slutet på arbetet med en webbutbildning i physical literacy, den kommer

att lanseras under 2021. I januari hölls en fördjupningsutbildning i physical literacy.

Kampsportsskolan har genomfört en digital utbildning under hösten.

Vårt jämställshetsprojekt håller tidsramen, det har genomförts kartläggningar kring hur det ser ut i våra verksamheter, det har också genomförts djupintervjuer och analyser.

Vi genomförde en temavecka där frågor kopplade till antidoping behandlades i olika format.

#### Väsentliga händelser under räkenskapsåret

Då vi drabbades av Corona pandemin drabbade det våra föreningar på olika sätt, vissa har haft det väldigt svårt, fokus har legat på att informera och stötta på det sätt vi kan.

Förbundsstyrelsen beslutade i april att öppna upp för föreningarna att söka stöd för att bibehålla

verksamhet för barn- och ungdomar under corona restriktionerna. Medlen togs från de pengar

förbundet fått in via Svenska Spels satsning prispallen. SB&K fördelade ut 1 miljon kronor till

föreningarna, totalt tilldelades 65 föreningar stöd. Föreningarna ansökte om stödet via IdrottOnline.

Om inget annat anges, redovisas alla belopp i svenska kronor.

#### Flerårsöversikt kkr

	2020	2019	2018	2017
Bidrag	13,909	10,061	10,314	9,327
Nettoomsättning	1,770	2,197	2,222	2,293
Årets resultat	5,434	-681	-1,561	270
Eget kapital	8,382	2,948	3,629	5,191
Soliditet %	74	58	62	66

<b>RESULTATRÄKNING</b>	<b>NOT</b>	<b>2020</b>	<b>2019</b>
	1		
<b>Föreningens Intäkter</b>			
Medlemsavgift		0	0
Gåvor		433,333	1,240,000
Bidrag	2	13,909,246	10,061,000
Nettoomsättning		1,770,553	2,197,203
Övriga föreningsintäkter		643,355	210,472
<b>Summa intäkter</b>		<b>16,756,487</b>	<b>13,708,675</b>
<b>Kostnader</b>			
Lämnade bidrag		-1,000,000	-1,349,998
Övriga externa kostnader		-5,390,594	-7,358,052
Personalkostnader	3	-4,931,028	-5,678,624
<b>Summa kostnader</b>		<b>-11,321,622</b>	<b>-14,386,674</b>
<b>Verksamhetens resultat</b>		<b>5,434,865</b>	<b>-677,999</b>
<b>Resultat från finansiella investeringar</b>			
Räntekostnader och liknande poster		-231	-3,221
		<u>-231</u>	<u>-3,221</u>
<b>Resultat efter finansiella poster</b>		<b>5,434,634</b>	<b>-681,220</b>
<b>Årets resultat enligt resultaträkningen</b>		<b>5,434,634</b>	<b>-681,220</b>

BALANSRÄKNING	NOT	2020-12-31	2019-12-31
	1		
<b>TILLGÅNGAR</b>			
<b>Anläggningstillgångar</b>			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	4	<u>0</u>	<u>0</u>
		0	0
<b>Summa anläggningstillgångar</b>		<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Omsättningstillgångar</b>			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		88,416	134,169
Övriga fordringar		63,552	51,596
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		<u>478,082</u>	<u>179,852</u>
		630,050	365,617
<i>Kassa och bank</i>		<u>10,705,405</u>	<u>4,674,815</u>
		10,705,405	4,674,815
<b>Summa omsättningstillgångar</b>		<b>11,335,455</b>	<b>5,040,432</b>
<b>SUMMA TILLGÅNGAR</b>		<b>11,335,455</b>	<b>5,040,432</b>

#### EGET KAPITAL OCH SKULDER

<i>Eget kapital</i>	5		
Balanserat kapital		2,948,231	3,629,451
Årets resultat		<u>5,434,635</u>	<u>-681,220</u>
		8,382,866	2,948,231
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		1,270,455	415,710
Skatteskuld		122,409	0
Övriga kortfristiga skulder		179,123	217,549
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		<u>1,380,602</u>	<u>1,458,942</u>
		2,952,589	2,092,201
<b>SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER</b>		<b>11,335,455</b>	<b>5,040,432</b>

## Noter

### Not 1 Redovisnings-och värderingsprinciper

Årsredovisningen har upprättas i enlighet med årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd BFNAR 2016:10 Årsredovisning i mindre företag.

#### Avskrivningar

Materiella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med avskrivningar enligt plan. Anskaffningsvärdet har minskats med eventuella bidrag som erhållits. Avskrivning görs systematiskt över den bedömda ekonomiska livslängden. Härvid tillämpas följande avskrivningstider.

Hyresrätter/spelarrättigheter	Kontraktstiden
Kontorsinventarier	5 år
Maskiner av olika slag	5 år

#### Nyckeltalsdefinitioner

##### Soliditet

Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

##### Medlemsavgifter

Medlemsavgifter omfattar inbetalningar för medlemskap i Idrottsförbundet

### Upplysningar till resultaträkningen

Not 2	Bidrag	2020	2019
	Stat genom Riksidrottsförbundet	13,909,246	10,061,000
	<b>Summa</b>	<b>13,909,246</b>	<b>10,061,000</b>

### Not 3 Medelantalet anställda

Medelantalet anställda	2020	2019
	8	8

### Not 4 Inventarier och verktyg

	2020	2019
Ingående anskaffningsvärde	24,889	24,889
Försäljningar och utrangeringar	0	0
<b>Utgående ackumulerade anskaffningsvärden</b>	<b>24,889</b>	<b>24,889</b>
Ingående avskrivningar enligt plan	-24,889	-24,889
Försäljningar och utrangeringar	0	0
Årets avskrivning	0	0
<b>Utgående ackumulerade avskrivningar enligt plan</b>	<b>-24,889</b>	<b>-24,889</b>
<b>Bokfört värde</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Not 5	Eget kapital	Balanserat	Ändamåls	Årets	Totalt
		kapital	bestämt	resultat	
	Ingående balans	2,268,231	680,000		2,948,231
	Utnyttjande av ändamålsbestämda medel	680,000	-680,000		
	Reservering av ändamålsbestämda medel	-4,097,905	4,097,605		
	Årets resultat			5,434,634	5,434,634
	<b>Utgående balans</b>	<b>-1,149,674</b>	<b>4,097,605</b>	<b>5,434,634</b>	<b>8,382,865</b>

Specifikation till ändamålsbestämda medel:	RF-medel	Egna medel
Aikido, projektmedel	240,000	
Jujutsu, projektmedel	15,000	
Armsport, projektmedel	40,000	
Forskningsprojekt, Kampsport och inkludering	350,000	150,000
Jämställdhetsprojekt	225,465	
Demokratiidrott	387,500	
Elitidrottsprogrammet	94,381	
Vuxenidrott	260,000	
Paraidrott	350,000	
Barn- och ungdomsidrott	1,425,014	
Kampsportsskolan	39,309	
Landslagsstöd	521,236	
<b>Summa</b>	<b>3,947,905</b>	<b>150,000</b>

Ort Stockholm 21/02/15

Fredrik Gundmark Musse Hasselvall Johan Pettersson

Kirsi Höglund Marina Regnér Elin Bladh

Patrik Asplund

Vår revisionsberättelse har avgivits 2021-02-

Micaela Karlström Christian Lund  
(Auktoriserad revisor) (Lekmannarevisor)

# Underförbundens verksamhet



*Inspelning av aikidofilm i Lillsved, oktober 2020. Foto: Jenny Lagerqvist.*



*Inspelning av aikidofilm i Lillsved, oktober 2020. Foto: Jenny Lagerqvist.*



# Aikidoförbundet

## Ordföranden har ordet



Mina tankar går först till alla som drabbats av den pågående pandemin, nära och kära som vi inte kunnat träffa på väldigt länge, som blivit allvarligt sjuka eller lämnat oss i förtid.

Ett mycket märkligt verksamhetsår har nått sitt slut. Istället för att se tillbaka på ett lyckat och inspirerande Sverigeläger, roliga klubbaktiviteter och spännande möten på mattan, har vi i stället i mångt och mycket tvingats till krishantering på alla nivåer, klubbledare som kontinuerligt anpassat träningsformer och ställt om scheman, styrelser som ägnat tid att söka verksamhetsstöd i stället för att jobba med marknadsföring. Årets förbundsstämma genomfördes digitalt med både högt deltagande och stort engagemang, tack alla. Särskilt den ursprungliga verksamhetsplanen diskuterades och flera bra förslag kom från våra medlemmar.

Förbundsstyrelsen kunde därefter genomföra en omfattande revision av både verksamhetsplan och budget. Vi har tvingats ställa in mycket av årets planerade verksamhet, workshopen med inriktning på jämställdhet, Sverigelägret, uppvisningar och prova-på-aktiviteter och medverkan vid IAF General Assembly. In i det längsta hoppades vi ändå på att kunna genomföra utbildningstill-

fället i Sundsvall men även det fick till sist stryka på foten. Inte heller kunde vi dra igång vårt nya inkluderingsprojekt Wareware, ett större VI inom Aikidon. Men som framgår av årets verksamhetsberättelse nedan har vi inte legat på latsidan, utan jag kan med stolthet säga att denna styrelse har hanterat omställningsarbetet med bravur. Jag hoppas nu att situationen i vårt samhälle ändras till det bättre så vi kan se fram emot ett mycket mer aktivt 2021.

Ett hjärteprojekt som vi dock lyckades genomföra var produktionen av marknadsföringsvideor anpassade för sociala medier. Jag är imponerad över den insats som alla gjorde i anslutning till detta projekt och resultatet är i mina ögon en pärla. Använd dessa filmer i er marknadsföring när den rådande situationen lättar. Peppa medlemmar att komma tillbaka, locka ny tränande, visa hur härligt det är att träna tillsammans.

Jag hoppas innerligen att denna pandemi släpper sitt grepp om vårt samhälle och världen och att vi sakta kan återgå mot något som kan kallas normalt. Åtminstone att vi kan få börja träna taijutsu igen, att vi kan få börja planera för träningar, läger och graderingar. Jag älskar bukiwaza men kroppen längtar efter att få göra kullerbyttor igen!

*Magnus*

## **Förbundsstyrelse och kommittéer**

Svenska Aikidoförbundet kallade till ordinarie förbundsstämma lördagen den 21 mars 2020 på World Trade Center i Stockholm. På grund av spridningen av covid-19 i det svenska samhället meddelade förbundets ordförande, Magnus Burman, den 13 mars SB&K:s kansli att Svenska Aikidoförbundet valde att ställa in sin årsstämma enligt SB&K:s rekommendation.

Årsstämman hölls i stället lördagen den 7 juni 2020 på den digitala plattformen Easymeet Online. SB&K:s

kansli tillhandahöll presidium och förbundets ordförande deltog på plats. Totalt deltog 28 klubbar med tillsammans 37 röster.

### *Förbundsstyrelse*

Förbundsstyrelsen har under 2020 bestått av Magnus Burman (ordförande), Henrik Agertz (vice ordförande), Helga Une (sekreterare), Barbro Cartwright (kassör), Jenny Lagerqvist, Fredrik Schirén samt Heidi Christensen.

Under året 2020 har förbundsstyrelsen hållit 17 protokollförda möten. Protokollen har publicerats på förbundets webbplats.

### *Särskilda ansvarsområden*

Jenny Lagerqvist – jämställdhet, Heidi Christensen – inkludering, Henrik Agertz – webbansvarig, kommunikation och PR samt covid-19, Magnus Burman – utbildning samt covid-19, Fredrik Schirén – barn & ungdom samt IAF & EAF Working Group koordinering, Helga Une – evenemang, Barbro Cartwright – bidrag, samt Stefan Jansson – nationella uppvisningstruppen.

### *Valberedning*

Valberedningen har 2020 bestått av Anna Spangfort (sammanställande) samt Moa Lindell och Emil Frank.

### *Graderingskommittén Aikikai*

Förbundsstyrelsen utser varje år, i enlighet med Aikikais internationella regelverk, en graderingskommitté som hanterar graderingsfrågor inom organisationen Aikikai. Graderingskommittén har under året bestått av Urban Aldenklint (sammanställande), Maria Ahlström, Lars-Göran Andersson, Åsa Bergström, Ulf Evenås, Jan Nevelius, Stefan Stenudd samt Leif Sunje.

## Förvaltning och utveckling

### *Coronapandemin och covid-19*

För att hantera frågor relaterade till coronapandemin tillsattes en arbetsgrupp bestående av ordförande Magnus Burman och vice ordförande Henrik Agertz.

Arbetsgruppens uppgift har varit att bevaka råd och rekommendationer främst från Folkhälsomyndigheten (FHM), Riksidrottsförbundet (RF) samt Svenska Budo & Kampsportsförbundet (SB&K) men även i viss mån regionala restriktioner. Gruppen har haft till uppgift att kommunicera förbundsrelevant information i ämnet såväl internt som externt, samt skapa kontaktytor med våra medlemsklubbar för att lyfta och dryfta olika frågor.

Förutom att ge kommentarer till de nya råd och rekommendationer som kommit från FHM, RF och SB&K, har under 2020 fyra dialogmöten organiserats på den digitala plattformen Zoom. Varje förening har erbjudits att delta med högst två representanter och i förväg har formulär använts för att samla in information och hjälpa mötets planering. Dessutom har en ny Facebookgrupp skapats där klubbar uppmanats att dela med sig av hur de anpassat aikidoträningen till rådande förhållanden. Arbetet kommer att fortlöpa så länge behov finns, och det inkluderar med all sannolikhet även verksamhetsåren 2021 och 2022.

### *Svenska Budo & Kampsportsförbundet*

SB&K vill involvera UF mer i vissa frågor och har därför sedan 2019 startat flera breda arbetsgrupper. I arbetsgruppen som skall se över SB&K:s hantering av ekonomi ingår Aikidoförbundets kassör. Ledamot från förbundet ingår också i den arbetsgrupp som bildats kring jämställdhetsprojektet "50/50. På riktigt." Vidare har Aikidoförbundet en representant i planeringsgruppen för förbundskonferensen som SB&K planerade till april 2020. Den arbets-

gruppen blev av förklarliga skäl vilande. Aikidoförbundet uppmärksammade SB&K:s styrelse genom en skrivelse på behovet av stöd till klubbar kring frågor rörande inkludering av transpersoner. SB&K avser skapa en sådan grupp och aikidoförbundet har nominerat två personer till denna. SB&K avser inleda ett arbete med en översyn av de egna och samtliga UF:s stadgar. Aikidoförbundet har även här nominerat en kandidat.

### *Social media-strategi och marknadsföringskampanjer*

Under 2020 initierade förbundsstyrelsen arbetet med att skapa en plan och strategi för hur svensk aikido, via förbundet, ska synas och höras i sociala media. Syftet är att öka den allmänna kännedomen om aikido samt locka fler medlemmar. Strategin fokuserar på sociala kanaler såsom Facebook, Instagram och Youtube. Prioriteringen av genomförandet av detta arbete har ändrats till följd av covid-19 och mediastrategin kommer att rapporteras under kommande verksamhetsår.

Förbundsstyrelsen planerade att 2020 fortsätta med landsomfattande marknadsföringskampanjer vid terminsstart med budskapet "Börja Träna". Eftersom rekommendationerna i samhället avrådde från träning inomhus och samling i grupper, samt att många klubbar pausat verksamhet eller inte tog in nya medlemmar, genomfördes inga sådana kampanjer.

### *Nationella uppvisningstruppen*

Nationella uppvisningstruppen representerar svensk aikido vid publika evenemang. Syftet är att skapa kunskap och intresse för aikido. Truppens medlemmar skall även fungera som förebilder för unga tränande.

Under 2020 planerade förbundet föreslå en uppdaterad policy för uppvisningstruppen. Huvudriktningen i

denna policy är att truppens ledare samt truppmedlemmar väljs på två år med ett avslut i samband med uppvisningen på Sverigelägret. Vidare att truppen med fördel kan bestå av tre, kanske fyra, regionala grupper som tillsammans utgör den nationella truppen och att det finns en ambition om två samlingar per år nationellt, där styrelsen kallar. På grund av coronapandemin blev Sverigelägret inställd och inga andra publika evenemang kunde genomföras. Planerna för den nationella uppvisningstruppen fick därför skjutas på framtiden.

### *Barn och ungdom*

Stora och små evenemang blev inställda under 2020, bland annat det läger som IAF skulle ha arrangerat i Vichy, Frankrike. Ambitionen är att Svenska Aikidoförbundet ansöker om att arrangera IAF International Youth Seminar 2022. Ansökan förbereds under 2021.

De avsatta medlen för barn och ungdomar under 2020 års budget har inte använts, då det inte har varit aktuellt att exempelvis dela ut de planerade mobilitetsbidragen på grund av covid-19.

Under hösten genomfördes en enkätundersökning, riktad till svenska aikidoföreningar som bedriver barn- och ungdomsträning. Frågeställningarna rörde hur covid-19 har påverkat barn- och ungdomsträningen, hur barnen och ungdomarna har upplevt träningen under den här perioden. En öppen fråga ställdes också om vilka erfarenheter man erhållit, positiva såväl som negativa. En artikel om klubbarnas svar publiceras på [svenskaikido.se](http://svenskaikido.se).

### *Jämställdhet*

En workshop med fokus på jämställdhet för klubbledare och klubbinstruktörer var planerad till mars 2020. Lokal och föreläsare var bokad och ett 25-tal deltagare anmälda

men som så mycket annat detta år fick denna avbokas i hast och skjutas på framtiden.

Jämställdhetsansvarig i styrelsen har under året ingått i SB&K:s arbetsgrupp för "50/50. På riktigt." som leds av en extern konsult anlitad av SB&K, finansierad med medel från RF. Arbetets första fas har handlat om att kartlägga och undersöka hur det ser ut med jämställdheten inom förbundet genom enkäter och intervjuer. Fas två i arbetet pågår just nu med att analysera och sammanställa det insamlade materialet i en rapport. Målsättningen med projektet som helhet är att komma fram till konkreta förslag till åtgärder i syfte att förbättra jämställdheten i SB&K och dess underförbund.

Under året har Jämställdhetsansvarig i styrelsen deltagit i IAF:s Gender Balance Working Groups online-möten. Verksamheten där har varit ganska stillastående på grund av pandemin.

### *Inkludering*

Inkludering handlar om alla individers tillgång till och förutsättning för att delta i aktiviteter på lika villkor. Under året har förbundsstyrelsen uppmärksammat att det behövs stöd till klubbar i frågor kring inkludering och HBTQ-frågor.

Ansvarig för inkludering i styrelsen har haft kontakt med region Skåne SISU och deltagit i seminariet #schysstidrott-transinkludering vilket anordnades av Lunds kommun och RF- SISU Skåne med deltagande från RFSU och RFSL. Styrelsen har tagit del av aktuell forskning kring transinkludering inom idrott och följer Riksidrottsförbundets samlade forskning och statistik. Ansvarig för inkludering i styrelsen kommer arbeta vidare med att sammanställa ett grundmaterial, som man kan ha som diskussionsmaterial i klubben.

Styrelsens har nominerat två personer till SB&K:s arbetsgrupp "Inkludering av transpersoner".

### *Inkludering av nyanlända*

RF vill ge idrotten förutsättningar att identifiera och sänka strukturella trösklar för inkludering av nyanlända samt även personer med migrationserfarenhet och andra personer med utländsk bakgrund. Stödet ska ge möjlighet att utveckla idrottsrörelsen utifrån ett jämlikhets- och inkluderingsperspektiv.

Svenska Aikidoförbundet har beviljats projektmedel från RF för 2018/2019 för "Wareware, ett större VI inom svensk Aikido". Syftet med projektet är att öka kunskapen om aikido inom målgruppen nyanlända och göra det lätt att komma i kontakt med en klubb, prova på, börja träna och bli medlem av en klubb och föreningslivet. Också detta projekt fick skjutas på framtiden, då det planerade genomförande inte var möjligt på grund av de rådande restriktionerna kring resande och personliga möten.

Idrottsmedel som beviljats Svenska Aikidoförbundet för 2020 kan flyttas till 2021. Medel beviljade för 2021 kan inte flyttas till 2022, och det betyder i praktiken att projekt planerat med verksamhet 2020 och 2021 måste utföra all sin verksamhet 2021. Komprimeringen möjliggör då att en större andel av genomförandet flyttas till digitala plattformar. Projektgruppen tror att detta nu är möjligt, då det svenska samhället snabbt har digitaliserats för att hantera spridningen av det nya coronaviruset. Möjligheterna till att genomföra projektet med att arbeta mera digitalt finns nu på ett sätt som nästan var otänkbart då den ursprungliga ansökan skrevs.

Den 8 december meddelade RF att delrapport med uppdaterad plan och budget är godkänd.



## Ekonomi

Förbundet har en fortsatt god ekonomi. Året visar ett överskott, vilket beror på att förbundet sökt och erhållit medel med 240 000 kronor för att genomföra olika projekt i kombination med att övrig verksamhet har fått ställas in på grund av den pågående pandemin.

När vi alla lärde oss mer om pandemin, hur allvarlig, omfattande och långdragen den är, stod det klart att en stor del av förbundets verksamhet inte skulle kunna genomföras under året. Styrelsen valde då att omarbeta budgeten och satsa på PR för att ta fram material i form av filmer och foton för att användas i omfattande kampanjer för att attrahera nya utövare så snart pandemin klingar av.

2021 kommer RF Ekonomi att övergå till att bokföra varje underförbund separat via ett webbaserat system, vilket kommer att underlätta kontrollen av bokföringen. Kassörerna i respektive underförbund kommer också att få behörighet att titta på sitt eget bankkonto så att man kan få aktuell information om sitt förbunds tillgångar.

## Nationell gemenskap

### *Sverigeläger*

Sverigelägret, ett vartannat år återkommande evenemang som anordnas av Svenska Aikidoförbundet skulle 2020 arrangeras av Ikigai Aikidoklubb i Gubbängen, Stockholm, under Kristi himmelfärdshelgen 21–24 maj 2020. Träningshallen var bokad, festlokalen och middagen likaså. Instruktörer var inbjudna och schemat lagt. Anmälningar och betalningar trillade in. Den 13 mars beslutade förbundsstyrelsen, i samarbete med arrangerande klubben Ikigai Aikidoklubb, att ställa in Sverigelägret 2020. Styrelsen ställde sedan frågan till Ikigai Aikidoklubb om att istället arrangera Sverigelägret Kristi himmelfärdshelgen 2021, något klubben accepterade.

### *Dokumentation av svenska aikidoprofiler*

Aikidoförbundet lanserade i samband med årsskiftet 2019-2020 en plattform för att dokumentera svenska aikidoprofiler, och manade klubbar att inkomma med underlag.

Arbetet kom att sammanfalla med pandemins första våg. Tillsammans med ett material som spretade betänkligt, behövdes ett mer robust arbetssätt tas fram för att säkerställa att projektets syften skulle kunna uppfyllas. Det arbetet kommer att fortgå in i nästa verksamhetsår.

### *Artikelserie om nya klubbar*

Pandemins framfart har inte hindrat nya föreningar att bildas, och hela tre klubbar har i skrivande stund valts in i Svenska Aikidoförbundet under verksamhetsåret:

Västerhaninge Kaizen Aikidoklubb, Hammarby Aikidoklubb samt Alnö Aikidoklubb.

För att ta vara på den inspiration och energi som präglat dessa klubbars bildande, har Svenska Aikidoförbundet publicerat en artikelserie med frågor som ställts till de drivande i respektive förening.

### **Utåtriktade aktiviteter**

Förbundet hade för verksamhetsåret 2020 ambitionen att fortsätta stödja samarbeten kring större publika evenemang där svensk aikido syns. Meningen var att detta skulle ske i samarbete med lokala klubbar och/eller den nationella uppvisningstruppen.

Förbundet fortsätter att vara tydligt med att efterlysa flera nya samarbeten med klubbar i olika delar av aikidosverige och välkomnar förslag.

Under året planerades det för och arbetades förberedande med följande utåtriktade evenemang, som i tur och ordning blev inställda på grund av coronapandemin:

Prideparaden i Stockholm, Göteborg och Malmö.

We are Stockholm, en festival för ungdomar i Kungsträdgården i Stockholm. Aikidons dag, en dag då landets alla klubbar och dess utövare uppmärksammar aikido genom egna publika aktiviteter. Kampsportsfestivalen på Stockholmsmässan.

## **Kommunikation**

### *Nyhetsbrev*

Förbundet har varit mycket aktivt med att skicka ut nyhetsbrev och under verksamhetsåret har till 2020 års utgång hunnits med 16 utskick, som nått 138 mottagare, där samtliga registrerade klubbkontakter är inkluderade.

### *Webbsida*

Under året har förbundssajten genomgått en del städning, såväl i innehåll som under huven. Målet har varit att inte behöva anlita extern hjälp för att hålla budgeten i schack, vilket också har uppnåtts.

Antalet besökare på hemsidan har på en punkt skilt sig kraftigt från 2019, och det är genom frånvaron av en kampanj i sociala medier, som får trafiken att mångdubblas under de månader kampanjen är aktiv. För övriga månader har dock besöksantalet förefallit vara varken signifikant mer eller mindre än 2019, utan ligger på cirka 500–800 unika besökare månatligen.

### *Mediabibliotek för klubbar*

Mediabibliotek på förbundets hemsida, under fliken "För klubbar" => "Marknadsföring" => "Mediabibliotek för klubbar" har utökats med ett stort antal bilder som är tillgängliga att ladda ner för klubbarna att använda i sin egen kommunikation och marknadsföring. Här finns även förbundets kanji och inte minst de nya filmer som spelades in i oktober på Lillsveds Idrottsfolkhögskola.

### *Filminspelning Lillsved*

Filminspelningen avlöpte enligt plan. Vi hade lite tur och hann med den precis innan restriktionerna på grund av pandemin hade gjort det omöjligt. Inspelningen gjordes med största hänsyn till de rådande restriktionerna den 24 oktober.

Nu är vi väl rustade att marknadsföra aikido så fort det är meningsfullt och det går att bedriva träning igen. Aikidoförbundet avvaktar med att köpa annonsutrymme till dess. Däremot går det utmärkt att dela filmerna på hemsidor och sociala medier för att öka kännedomen om aikido i väntan på bättre tider.

Filmerna finns i en längre version på 90 sekunder, samt fyra korta på 15 sekunder med lite olika tolkningar av den långa filmen. Filmerna finns tillgängliga i mediabiblioteket, så att klubbar kan ladda ner filmerna för delning och även köpt annonsplats i sociala medier med koppling till den egna klubbens hemsida.

### *Kommunikationsplattform och grafisk profil*

Revidering av förbundets kommunikationsplattform och slutförande av grafisk profil är fortsatt under arbete.

## **Internationell gemenskap**

Svenska Aikidoförbundet har beviljats bidrag från RF för 2020/2021 för internationellt utvecklingsarbete, ett strategiskt program för att utveckla/bibehålla positioner inom International Aikido Federation och motsvarande. IAF General Assembly var planerad till 2020 men har skjutits upp ett år med anledning av pandemin. Projektplanen för utvecklingsarbetet har uppdaterats och godkänts av RF, vilket bland annat innebär att vi kommer att kunna skicka en svensk delegation till Tokyo 2021.

IAF organiserar ett antal olika Working Groups



*Inspelning av aikidofilm i Lillsved, oktober 2020. Foto: Jenny Lagerqvist.*



*Inspelning av aikidofilm i Lillsved, oktober 2020. Foto: Jenny Lagerqvist.*

(WG). Svenska representanter har under året varit; Pia Moberg - Youth WG, Jenny Lagerqvist - GenderBalance WG och Fredrik Schirén – European Funding WG.

Svenska Aikidoförbundet var delaktiga i en ansökan hos Erasmus+ 2020, en fortsättning på ett tidigare projekt, SkillAi. SkillAi handlade om att använda aikido som ett anti-mobbingsverktyg i skolan. Den nya ansökan kallades SkillAi+ och hade återuppstartade European Aikido Federation som projektägare. Som partners i projektet var, förutom Svenska Aikidoförbundet, aikidoorganisationer från Slovenien, Ungern, Nederländerna, Rumänien, Grekland och Spanien. Ansökan skickades in, men beviljades dessvärre inte. Vi fick bra feedback från Erasmus+ och kommer att göra en ny ansökan nästa ansökningsperiod.

## **Organisationer i Aikidoförbundet**

### **Aikikai**

*Graderingskommittén Aikikai*

Kommittén har som vanligt haft fortlöpande kommunikation per e-post. Däremot satte pandemin stopp för fysiska möten. Fattade beslut per capsulam har sammanfattats i ett protokoll för hela 2020.

Exempel på uppgifter, ordinarie såväl som andra, som kommittén har genomfört:

- Beredning av högre grader enligt plan
- Justering av graderingsreglerna efter nya direktiv från Hombu dojo (fastställda av förbundsstyrelsen 29 september och publicerade 24 oktober)
- Genomgång, kontroll och korrigerande av utnämningar av fukushidoin och shidoin från 1990-talet fram till idag
- Uppdatering av graderingsregistret
- Genomgång av kommitténs interna arbetsprocess för dangraderingar

- Utrett och besvarat fråga från förbundsstyrelsen om förbundsinitierat dangraderingstillfälle med anledning av covid-19

- Tillsammans med förbundsstyrelsen utrett och fel-sökt betalning av till synes utestående Hombu-fakturor

Under året har den under 2019 utsedda arbetsgruppen med representanter från graderingskommittén och förbundsstyrelsen fortsatt sitt arbete som ska syfta till att utarbeta förslag på hur kommitténs sammansättning och uppdrag ska se ut för att framtidssäkra en välfungerande och stabil graderingssituation i enlighet med stiftelsen Aikikais regelverk.

Under året hade kommittén och styrelsens utbildningsansvariga tillsammans planerat att genomföra ett utbildningstillfälle av fukushidoin- och shidoinutbildningen som dock fick ställas in, se nedan.

#### *Nationellt Shidoin-nätverk*

Ett nätverk för shidoin diskuterades vid en träff hösten 2019. Under 2020 fanns inget budgetutrymme för motsvarande träff, utan styrelsen planerar tillsammans med graderingskommittén att föreslå en annan form för fortsatt diskussion och samverkan för detta nätverk. Arbetet ingår till del i ovannämnda arbetsgrupp.

#### *Graderingar Aikikai*

Endast ett dangraderingstillfälle kunde anordnas detta år, i februari, och arrangör var Vanadis Aikidoklubb. Notera att de högre graderna, 5-7dan, utdelas vid Kagamibiraki tidigt i januari och de som anges här är från 2020.

#### *Utbildning Aikikai*

Även årets utbildningsinsats för fukushidoin och shidoin ställdes in på grund av pandemin. Utbildningen var plane-

rad att genomföras i Sundsvall i samarbete med Sundsvall Meiseikai under november. Ett 20-tal anmälningar var noterade med deltagare främst från klubbar i norr.

Ett koncept där utbildningen bestod av en digital och en fysisk del utvecklades i syfte att öka tillgängligheten. Utbildningen är normalt två heldagar vilket skulle ha inneburit (minst) två övernattningar för ett flertal deltagare. Den föreslagna uppdelningen innebar att den fysiska delen kunde klaras av lunch till lunch med utrymme för restid morgon och kväll under helgen.

### **Iwama Shin Shin Aiki Shuren Kai**

Verksamhetsåret 2020 har för Takemusu Aikido Göteborg, precis som alla andra föreningar och människor i allmänhet, förstås präglats av pandemin och de begränsningar det medfört i den dagliga träningen.

Året inleddes dock som vanligt med traditionsenligt Kagami Biraki-läger tillsammans med systerklubben Three Rivers Aikido från England. Ett femtontal deltagare slöt upp för att tillsammans starta det nya träningsåret.

Därefter förändrades tillvaron drastiskt och från och med mars har vi enbart bedrivit träning utomhus. Träningen har uteslutande haft fokus på vapenträning och rörelseträning. Vi har under året haft ambitionen att samlas för träning två gånger i veckan och skiftat mellan lämpliga platser utomhus.

Under hösten har Iwama Shin Shin Aiki Shuren Kai nationellt haft zoom-träffar en gång i månaden. Träffarna har letts av Saito Sensei och samlat landsrepresentanter från alla världsdelar. Detta har varit ett bra sätt att dela erfarenheter och hålla kontakten under en för många mycket svår tid. Under hösten har också Yasuhiro Saito Sensei ansvarat för ett digitalt träningsinitiativ. Den vägen har alla medlemmar även kunnat få teknisk vägledning och



träningsråd i avsaknad av möjligheten att kunna åka till Iwama som uchideshi eller åka på internationella läger.

Takemusu Aikido Göteborg är fortsatt den enda klubben i Sverige ansluten till Saito Senseis organisation Iwama Shin Shin Aiki Shuren Kai. Vi fortsätter att arbeta i det lilla formatet, vilket från start varit en av klubbens ambitioner.

Vi fattade under hösten beslutet att inte ta in några nya medlemmar eftersom vi ansåg det svårt att göra Aikidoträningen rättvisa under rådande former. Inga graderingar har gjorts under året.

## **Ki no kenkyukai**

År 2020 har varit ett väldigt annorlunda år för oss alla på grund av covid-19. I mitten av vårterminen stängde många klubbar tillfälligt ner sina verksamheter och växlade över till vapenträning utomhus.

Innan nedstängningen hölls ett seminarium med Yoshigasaki doshu i Göteborg i början av mars där det genomfördes ett antal högre graderingar, både ki- och teknikgraderingar. Det genomfördes även träningsläger med högre graderade instruktörer och utövare i Öregrund i februari.

Under sommaren har verksamheterna varierat mellan klubbarna. En del har haft helt stängt, en del har haft vapenträning utomhus.

Under hösten började klubbarna att successivt starta upp verksamheterna igen utifrån de restriktioner och rekommendationer som förordades. Tyvärr har en del klubbar tappat en del aktiva tränande men det finns klubbar som kunnat rekrytera nya medlemmar.

I skrivande stund avvaktar alla nya restriktioner och rekommendationer för att se hur Aikidoåret 2021 skall se ut.

### Antalet medlemmar under respektive verksamhetsår

	Medlemmar totalt	Andel kvinnor		Andel flickor*		Andel män		Andel pojkar*	
2009	5045	31 %				69 %			
2010	4717	31 %				69 %			
2011	4371	555	13 %	728	17 %	1523	35 %	1565	36 %
2012	4312	549	13 %	750	17 %	1412	33 %	1601	37 %
2013	3909	537	14 %	723	18 %	1291	33 %	1358	35 %
2014	4279	520	12 %	783	18 %	1376	32 %	1600	37 %
2015	4108	562	14 %	805	20 %	1279	31 %	1462	35 %
2016	3921	541	14 %	799	20 %	1320	34 %	1261	32 %
2017	3774	481	13 %	733	20 %	1263	33 %	1297	34 %
2018	3788	561	15 %	720	19 %	1279	34 %	1228	32 %
2019	3653	563	15 %	733	20 %	1263	35 %	1094	30 %
2020**	3561	509	14 %	735	20 %	1144	32 %	1173	33 %

\*under 20

\*\*preliminära siffror

### Utfärdade dangrader per verksamhetsår Aikikai

Utfärdade dangrader	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Totalt	74	70	79	70	111	77	69	68	52	70	62	16
1-2 dan	48	51	47	41	79	55	39	35	36	47	28	2
3-4 dan	18	17	23	13	26	17	18	25	12	13	17	1
5-7 dan	8	2	9	16	6	5	12	8	4	10	17	13

### Procentuell andel Aikikai dangrader utfärdade till kvinnor per verksamhetsår

Andel kvinnor	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Totalt	20 %	20 %	23 %	17 %	26 %	21 %	28 %	19 %	35 %	29 %	21 %	19 %
1-2 dan	18 %	21 %	30 %	24 %	30 %	24 %	28 %	11 %	36 %	30 %	25 %	50 %
3-4 dan	16 %	11 %	13 %	8 %	19 %	18 %	11 %	24 %	33 %	46 %	18 %	0 %
5-7 dan	0 %	50 %	11 %	6 %	0 %	0 %	17 %	38 %	25 %	0 %	18 %	15 %

### Deltagare i utbildning för fukushidoin och shidoin Aikikai (per verksamhetsår)

	2010-11	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Antal deltagare	33	15	13	20	13	12	17	13	17	0
- därav kvinnor	4	2	3	10	1	3	7	5	12	0
- därav män	29	13	10	10	12	9	10	8	5	0

### Utnämningar till fukushidoin och shidoin Aikikai per verksamhetsår

	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Antal fukushidoin	8	10	15	10	8	6	14	4	12	8	4	2
-varav kvinnor	3	1	2	0	3	2	3	0	6	3	1	0
Antal shidoin	4	8	4	2	1	5	10	4	8	5	9	3
-varav kvinnor	1	2	0	0	0	0	0	1	2	1	2	1

## Utnämningar och graderingar

*Aikikai*

*Fukushido-in*

Johan Eriksson, Riai Aikido dojo

Patric Nordström, Riai Aikido dojo

*Shido-in*

Laila Fladberg, Göteborgs Aikidoklubb

Tomas Hellberg, Riai Aikido dojo

Tor Söderlund, Örebro Aikidoklubb

*7 dan*

Cecilia Ralfe-Stelander, KFUK KFUM Uppsala Aikidoklubb

Cenneth Sparby, KFUK KFUM Uppsala Aikidoklubb

*6 dan*

Bertil Andersson, Järfälla Aikidoklubb

Jöran Fagerlund, Göteborgs Aikidoklubb

Lennart Inedahl, Iyasaka Aikidoklubb

Stefan Jansson, Brandbergens Aikidoklubb

Jonas Palm, Lunds Aikidoklubb

Fredrik Snell, Karlstad Aikidoklubb

*5 dan*

Andreas Ebbelind, Sedokan Växjö IF

Mikael Eriksson, GAK Enighet

Laila Fladberg, Göteborgs Aikidoklubb

Mikael Friberg, Vellinge Aikidoklubb

Mårten Holmberg, Kalmar Budoklubb

*3 dan*

Svein Hatlen, Vanadis Aikidoklubb

*2 dan*

Cendi Gavois, Vanadis Aikidoklubb

*1 dan*

Theodoros Medrinos, Vanadis Aikidoklubb

*Iwama Shin Shin Aiki Shurenkai*  
Inga högre grader att rapportera under 2020.

*Ki No Kenkyukai Association International*  
*Sandan*

Fredrik Haglund, Öregruds IK

Peter Krans, Öregruds IK

*Joden*

Ellen Sjö Sander, Göteborgs Ki-Aikido Sällskap

*Shodan*

Mattias Johannesson, Öresunds Aikido

*Shoden*

Michael Holmberg, Enköping Ki-Aikido

### **Klubbar och medlemmar**

Antalet medlemsklubbar i Svenska Aikidoförbundet var vid årets slut 100.

# Armsportförbundet

## Våra medlemmar

Svensk Armsport bestod vid utgången av 2020 av 36 klubbar ute i landet, en mindre än det föregående året.

En mycket positiv tillväxtkurva har därmed brutits av det rådande pandemiläget, där den mesta verksamheten varit omöjligt att genomföra.

## Styrelsen 2020

Styrelsen har under året bestått av ordförande Anders Axklo, vice ordförande Andreas Johansson, Marie Widblom, Inger Stenlund, Roine Eklund, Elina Persson och Anders Karlsson, med suppleanterna Carl Lindblom och Roger Eriksson.

Styrelsen har under året sammanträtt åtta gånger, i huvudsak via zoom.

Då i princip all verksamhet varit omöjlig under rådande restriktioner har styrelsens arbete varit fokuserat på att hjälpa föreningar att tolka och tillämpa vad som varit möjligt, och hela tiden hålla ett beredskapsläge för en snabb uppstart närhelst det skulle bli möjligt. När restriktionerna stramades åt i den andra vågen tog styrelsen beslut om att rekommendera medlemsföreningarna att helt avstå organiserad gemensam verksamhet eftersom armbrytning till sin natur knappast kan bedrivas på ett rimligt smittsäkert sätt.

## Internationell representation

Under det märkliga år som 2020 har varit har svensk armsport fortsatt varit representerad i det internationella förbundet IFA genom Anders Axklo, som är vald till presi-



*Ett öde armbrytarbord får stå som symbol för detta år. Foto: Andreas Johansson.*

dent. Camilla Kättström har utsetts till en av sex ordinarie ledamöter i förbundets internationella domarpanel. Då i princip all internationell verksamhet har varit inställd under året har dessa funktioner primärt deltagit i det arbete som pågått digitalt för att förbereda en snabb uppstart av verksamheten när pandemin så tillåter.

### **Våra kommittéer**

Kommittéer och ansvariga utses löpande av styrelsen, och svarar inför denna.

Domarkommittén är under förändring och leds av Camilla Kättström. Antidopingkommittén har utgjorts av Reijo Ylitalo och Elina Persson.

### **SM 2020**

De svenska mästerskapen var för första gången förlagda till SM-veckan Vinter, något som mottagits med stor glädje av förbundets medlemmar och aktiva. Det förberedande

arbete som gjorts inför detta, även om veckan ställdes in, har sedan lett till att Svensk Armsport nu även sökt till SM-veckan 2022 i Piteå.

## **Tävlingsverksamheten**

I princip all tävlingsverksamhet har ställts in under året, och styrelsen har ansvarat för en tolkning och tillämpning av RF:s och myndigheternas riktlinjer under pandemin.

Armbryttävlingar har av hävd varit fokuserade på många klasser och en stor samling av gräsrotter till tävlingarna, vilket har varit omöjligt under pandemin. I början på hösten utformades därför en tävlingsserie för förbundets klubbar, där ett nytt format skapades för att föreningar skulle kunna tävla mot varandra i lag om fem aktiva. Tio klubbar var anmälda och beredda att delta, när restriktionerna i den andra vågen av pandemin gjorde även tävlingar i detta rejält mindre format omöjliga.

## **Internationella framgångar**

Eftersom samtliga internationella tävlingar har ställts in har möjligheten till internationellt tävlande helt uteblivit.

*Anders Axklo  
ordförande*

# BJJ-förbundet

## Ordföranden har ordet

2020 blev ett år olikt alla andra år, vi fick lära oss nya ord och klura på skillnaden mellan råd och lag. Covid-19 ställde hela BJJ-Sverige i ett svårt läge, smittspridningen såg olika ut i de olika regionerna. När vissa föreningar kunde köra på nästan som vanligt fick andra ställa in sin träning helt och hållet. Vi i förbundsstyrelsen har under året fått många frågor kring hur man skall förhålla sig till råd och rekommendationer och det har inte alltid varit lätt eller självklart hur vi ska svara. Vi har försökt ge råd och förklaringar till våra medlemmar, råd som följt Regeringens, Folkhälsomyndighetens, Riksidrottsförbundets och Svenska Budo & Kampsportsförbundets rekommendationer.

Att kunna se till andras och allas bästa och därmed lägga sin gi i garderoben för en period har inte varit lätt för alla, men jag är stolt och glad över det ansvar som så många av våra medlemsföreningar har tagit.

Det har varit ett kämpigt år för oss som sysslar med en idrott som går ut på närkontakt och för vissa har det rent ekonomiskt varit otroligt tungt. Vi ser dock med tillförsikt fram emot 2021 och hoppas att vi alla inom en snar framtid kan återgå till en så gott som ordinarie verksamhet på mattan igen.

*Margarata Myhr*

## Förbundsstyrelsen och kommittéer

Svenska Brasiliansk Jiu-Jitsuförbundets ordinarie förbundsstämma hölls torsdagen den 4 juni 2020 via den digitala plattformen Easymeet. Det var första, men troligen inte sista, gången som ett årsmöte genomfördes digitalt.



### *Förbundsstyrelse*

Förbundsstyrelsen har sedan årsmötet i juni bestått av Margareta Myhr (ordförande), Norma Jansson (vice ordförande), Monika Stylin (sekreterare), Roger Nissilä (kassör), Abbas Reyhanian, Veronika Holmsten, Maria Norberg samt suppleanterna Annica Jara Cofré och Alexander Baffoun.

Norma Jansson valde i slutet av september att lämna sitt styrelseuppdrag och Annica Jara Cofré ersatte då Norma som ordinarie ledamot.

Under året har förbundsstyrelsen hållit tolv protokollförda möten och styrelsens arbete har från årsmötet i juni mycket fokuserat på att skapa strukturer och säkerställa dokumentation. För att underlätta styrelsearbetet har Google Workspace införskaffats och alla i styrelsen har i och med det även fått tillgång till nya e-postadresser och det har upprättats en ny styrelseadress, styrelsen@sbjff.se.

### *Valberedning*

Valberedningen har 2020 bestått av Omid Azad (sammankallande), Neda Khezerian samt Stefan Wendel. Valberedningen har även den fått tillgång till en ny e-postadress, valberedning@sbjff.se.

### *Kommittéer och särskilda ansvarsområden*

Under året har det arbetats med att förbättra strukturer för förbundets arbete och en arbetsordning har tagits fram. Styrelsen har beslutat att både utveckla befintliga och upprätta nya kommittéer för att driva utvecklingen framåt inom svensk BJJ. De olika kommittéerna och verksamhetsområdena med ansvariga personer är följande:

- Domarkommittén - Alexander Baffoun
- Kommunikationskommittén- Abbas Reyhanian, Maria Nordberg samt Monika Stylin

- Sjukvårdskommittén - Annica Jara Cofré
- Utbildningskommittén - Monika Stylin samt Roger Nissilä
- Barn- och ungdomsverksamhet - Veronika Holmsten samt Roger Nissilä
- Landslagsverksamhet - Daniel Haglind

Ordförande Margareta Myhr har ett övergripande ansvar och säkerställer att arbetet går framåt i alla kommittéer och verksamheter.

Förbundsstyrelsen har under året bland annat tagit beslut om att ge ekonomiskt stöd till huvuddomare, så att de ska kunna genomgå den digitala domarutbildningen som Internationella BJJ-förbundet (IBJJF) erbjuder. Målet är att alla huvuddomare ska ha genomgått utbildningen med godkänt resultat och kunna uppvisa diplom.

Vidare har förbundsstyrelsen beslutat att SBJJF inte längre betalar ut arvode till sjukvårdare på sanktionerade tävlingar. Huvuddomaren (som utses av SBJJF) får istället ökat ansvar för att se till att arrangören följer de uppsatta kraven från SBJJF för sjukvårdare. SBJJF fortsätter dock arbetet med en sjukvårdskommitté som stöd för föreningarna och för att på så vis kunna vara arrangörer till hjälp med att exempelvis finna lämpliga sjukvårdare.

## **Tävlingar**

Förbundsstyrelsen har under 2020 beviljat sanktion till tolv tävlingar. Dock är det bara tre tävlingar (Nordiska Ungdomsspelen i Östersund, Halmstad Open BJJ samt Dynamix-teamtävling i Stenungsund) som har kunnat genomföras. Resterande har fått ställas in med anledning av coronapandemin. Det är även med anledning av pandemin som det inte heller har kunnat genomföras något SM i BJJ under 2020.

## Landslag

Under 2020 har i princip all idrottslig verksamhet legat nere och med utgångspunkt från den verksamhetsplan som sattes i början på året kan det konstateras att landslaget hann genomföra en tävling, EM 2020, innan världen började stänga ner. Det är dock värt att notera att landslaget skördade stora framgångar i Portugal i januari.

## EM 2020

Överlag var det en riktigt väl arrangerad tävling. Det var hög klass på både utövare och domare, även om det var några domarmissar varav åtminstone en kostade vinsten för en svensk utövare.

Landslaget presterade mycket bra. Innan tävlingen uppskattade elitansvarig Daniel Haglind att Sverige borde ta två till tre medaljer. Det slutade med att Sverige tog två, ett guld och ett silver. Den mest imponerande insatsen i år var från Felix Kull som tog silver i brunbältesklassen. Han gjorde en grymt imponerande insats.

Elina Moestam tog guld i sin klass. Hon gick två matcher varav finalen var mest imponerande. Hon var taktisk och vann matchen stabilt tack vare det.

Martina Gramenius gick sitt första EM som svartbälte. Hon tävlade i Master 1 och förlorade sin match. Martina fick sitt svartbälte precis innan EM vilket gjorde att hon saknade kvalpoäng för att tävla i Adult. Hon valde att delta på EM utan elitstöd från SBJFF.

Utöver detta kom Emad Omran, Scarlett Anstiss Liljefors och Max Lindblad till kvartsfinaler. Resterande förlorade sin första match eller tog sig inte till någon final.

Sverige som nation presterade riktigt bra och tog hem hela 37 medaljer.



BJJ-landslaget på EM i Lissabon, Portugal, januari 2020.

## Uppföljning av Årsplan 2020

EM	Januari
Landslagsläger (Göteborg)	4-5 April ( <b>inställt pga Corona</b> )
VM (Los Angeles)	28/29/30/31 Maj ( <b>inställt pga Corona</b> )
SM	26-27 september ( <b>inställt pga Corona</b> )
Bosön	31 oktober-1 november ( <b>inställt pga Corona</b> )
Vinterläger	Dec ( <b>inställt pga Corona</b> )

## Aktiviteter som genomförts 2020

### Corona

Under våren har elitansvarig i samtal med landslagsaktiva utgått från SBJJF:s rekommendationer med anledning av coronapandemin gällande träning och tävling.

Förhållningssättet har varit att först avstå från träning med närkontakt under våren till att under sommaren träna enbart med ett fåtal personer till att återigen avstå från träningen när rekommendationerna skärptes igen.

Tyvärr har pandemin försvårat möjligheten att utföra uppdraget på ett tillfredsställande vis. Landslaget har ett starkt behov av att träna "på mattan", främst då deras

konkurrenser, både nationellt och internationellt, gör det. Att avstå träningen under mer än ett år skulle vara förödande för utvecklingen.

### *Uttagning utan SM*

I samband med att beslutet kom att ställa in SM 2020 beslutade elitansvarig tillsammans med förbundsstyrelsen att låta deltagarna i landslaget behålla sina platser även under det kommande året. En viss rotation från Utvecklingstrupp till Landslagstrupp skedde och hela truppen minskades med en plats.

### *Individuellt arbete och uppföljningar*

Då rekommendationerna under året varit att undvika närmkontakt har elitansvarig mer fokuserat på individuella uppföljningar och samtal. Detta har skett på deltagarnas egna villkor och varierat kraftigt i omfattning från enbart korta samtal till flera på varandra följande långa samtal i stort förtroende.

Under året har givetvis den fysiska styrkan och konditionen fått en större plats i de flestas träningsregim. Planen var att ägna en stor del av tiden på det planerade lägret på Bosön åt att utbilda de aktiva i just fysträning och hur man på ett klokt sätt kan periodisera sin träning. Lägre ställdes in med kort varsel och ersattes istället med två föreläsningar.

### *Föreläsningar*

Istället för det inplanerade lägret på Bosön genomfördes två föreläsningar: en föreläsning genomförd av Helena Hugosson med fokus på styrketräning och hur man periodiserar sin träning för att toppa prestationen, samt en föreläsning av elitansvarig kring motivation kopplat till den svåra situationen vi nu befinner oss i.

### *Landslagsstöd X*

Landslaget har fyra idrottare, Martina Gramenius, Emad Omran, Alexander Baffoun och Max Lindblad, som är uttagna att få extra stöd från Riksidrottsförbundet (RF) och genom det som kallas Landslagsstöd X. Kort innebär det att dessa fyra har tillgång till extra stöd från RF och SB&K under 2020-2021 gällande all form av träning och relaterade frågor.

Det åligger varje individuell idrottare att själv (eller i samråd med elitansvarig) identifiera vilken form av stöd som behövs och sedan ansökan om detta.

Elina Moestam tilldelades Riksidrottsförbundets och Svenska Spels Elitidrottsstipendium (hon fick det även 2019). Hon blev därmed en av 60 idrottare från 35 idrotter som fick detta stipendium under 2020.

### *Deltagande på diverse konferenser via SB&K och RF*

Som representant för förbundet blir elitansvarig inbjuden till en mängd föreläsningar och aktiviteter som SB&K eller RF håller i. Tyvärr är den absoluta merparten av dessa mellan 9-17 måndag-fredag på Bosön, Lidingö.

Under 2020 har det skett en förflyttning mot att genomföra dessa digitalt vilket gjort att elitansvarig deltagit på ett urval av aktiviteter.

## **Föreningar och medlemmar**

Fem nya föreningar har beviljats medlemskap i SBJFF under året. Antalet medlemsföreningar i Svenska BJJ-förbundet var vid årets slut 148.

*Antal medlemmar under respektive verksamhetsår*

	Föreningar totalt	Medlemmar totalt	Antal kvinnor	Antal flickor	Antal Män	Antal pojkar
2013	71	2789	289	303	1361	836
2014	90	2818	265	292	1455	806
2015	-	3686	474	481	1715	1016
2016	104	4629	537	653	2130	1309
2017	-	5338	716	488	1467	2667
2018	-	6910	933	682	2120	3193
2019	-	8149	818	1044	4049	2238
2020	148	9071	745	1337	4073	2916

# Bujinkanförbundet

Så var Råttans år till ända. Vi hoppas inte denna nystart med Råttan även ger en likadan fortsättning utan att det var endast en prövning inför framtiden. Ett år där vi inte fått något tema från Soke.

Verksamhetsåret 2020 kommer alltid att ihågkommas för den pandemi som härjade. Den skapade färre träningstillfällen för våra medlemsföreningar inomhus, men gav en positiv utomhusträningsmöjlighet. Pandemin innebar stora avbräck i verksamheten hos våra medlemsföreningar. Den ställde även till det då vi inte såg möjlighet att hålla det traditionella Sverigeläget på normalt sätt. Årsmötet fick skjutas fram och krympte verksamhetsåret med två månader. Årsmötet hölls helt digitalt, en prövning till en början men mötet blev bra.

Pandemin till trots genomfördes Sverigeläget arrangerat av Hirameki dojo, det blev ett websänt seminarium, ett väldigt lyckat sådant vilket ledde till fler seminarier av denna typ.

Förbundet startade upp ett diskussionsforum på Facebook. Det föranledde en del stora diskussioner initialt med mot slutet av året övergicks det till att berätta positiva händelser och positiva frågeställningar. Syftet från start var just att få medlemmarna mer engagerade i Bujinkan Sverige på ett positivt sätt.

Under året hade det planerats in ett läger med instruktör från Japan, Nogushi Daishihan. Tyvärr blev det inställt, likaså fick ett läger med Duncan Stewart från Australien ställas in.

Flera andra seminarier/läger fick ställas in under året beroende på Pandemiläget.



## **Genomförda seminarier under året**

*Training for skill* 31 oktober i Norrköping, temat var bojutsu (långstav).

*Kaigosuru Taikai* 2020 25-27 sep, Kaigozan dojo, temat var långa vapen, yari, bo, naginata.

*Gyokko Ryū Ura Gata* med Kacem Zoughari 18-22 november, Hirameki dojo, litet läger med flera utspridda pass och få deltagare åt gången för att minska risken för smittspridning.

## **Möten**

Webinarier och Skypemöten har varit och kommer att bli standard för att hålla möten och träningar på distans för både grupper och enskilda. Förbundets styrelsemöten körs via Skype sedan lång tid tillbaka.

Det är en bra form för möten men vi har sett det som viktigt att styrelsen också ses fysiskt minst en gång under verksamhetsåret, förslagsvis under första delen av året för att sätta en verksamhetsplan med mera.

## **Daishihanråd**

Förbundet har tittat på möjligheten att starta upp ett Daishihanråd. Detta råd ser vi behov av för framtiden och utvecklingen av Bujinkan i Sverige. Dock ser vi att det första mötet bör vara IRL för att på ett positivt sätt hitta arbetsformerna för rådet.

De initiala kontakter som tagits med en del daishihan har varit med positiv respons. Dock är alla avvaktande för att se vad rådet ska ha för uppgift. Vi överläter det fortsatta arbetet med ett Daishihanråd till nästkommande styrelse med varm hand.

## **Nya föreningar**

Förbundet har även tittat på möjligheten att genomföra

satsningar på nya föreningar och bildandet av desamma på platser där vi inte haft verksamhet tidigare. Vi har fokuserat på att växa numerärt trots svårigheter med covid -19.

### Årets förening i Nynäshamn

Året avslutades med en positiv bild i massmedia. Föreningen Bujinkan Nynäshamn blev utsedd till årets förening i kommunen.

Motiveringen: Bujinkan Nynäshamn grundades under tidigt 1980-tal av eldsjelen Stefan Rehnström. Föreningen bidrar till en föreningskultur som hjälper och stöttar i olika samarbetsformer, vilket kommer fler medlemmar till del än föreningens egna.

Bujinkan har hållit kurser i fallteknik på bland annat Nynäshamns ridklubb, samt avgiftsfria kurser i självförsvar för tjejer. Bujinkan hjälper till att förmedla ny och gammal japansk kultur till intresserade.

Föreningen har lagt ner mycket tid och privata resurser för att bygga upp en träningslokal i traditionell japansk stil. Det finns ett stort engagemang och vilja att förmedla sporten och traditionerna vidare.

### Styrelse 2020

Stefan Rehnström, Bujinkan Dojo Nynäshamn (ordförande)

Robin Norrman, Bujinkan Dojo Malmö (kassör)

Urban Grundström, Bujinkan Tetsu Dojo (sekreterare + webbredaktör)



*Stefan Rehnström med prisutdelare Maria Gard Günsäter, kultur- och fritidsnämndens ordförande. Foto: Åsa Urberg.*

William Ustav, Bujinkan Hirameki Dojo (v. ordförande)  
Ulrika Kerstinsdotter, Bujinkan Dojo Göteborg (ledamot)  
Thor Dahl , Gyokuryu dojo, (ledamot)  
Två suppleanter vakanta.

## **Valberedning 2020**

Rikard Sundelius, Bushin Dojo, ordförande  
Två valberedare vakanta.

## **Revisor**

Richard Maier, Hirameki dojo.

## **Ekonomi**

År 2020 har rent ekonomiskt varit ett år i stiltje för Bujinkanförbundet. Det som brukar vara delar av verksamheten, Sverigelägret och deltagande på något av de övriga lägren som brukar hållas runt om under året, blev med några få undantag inställda.

Webb-läger har ersatt några av de planerade lägren, bland annat Sverigelägret, men då inte haft några kostnader för förbundet. Övriga planer som styrelsen arbetat med har dessutom skjutits på framtiden då dessa, liksom vår art i övrigt, nästan kräver en fysisk närvaro för att gå att genomföra.

Av de ekonomiska händelserna under året är det en som bör nämnas, och det är en återbetalning av bidrag från Nordic Buyukai på 15 000 kronor, halva den summa som lägret fick för att kunna genomföra lägret. Förbundet tackar för detta då det ger oss en möjlighet att kunna ge liknande stöd till framtida aktiviteter.

# Capoeiraförbundet

År 2020 har varit ett mycket svårt och speciellt år på grund av pandemin. De flesta capoeiragrupper har inte organiserat någon workshop. Flera capoeiraevenemang har inställts. Alla resor och tävlingar inom capoeira som vi har information om har skjutits upp eller ställts in.

Några grupper har behållit sina graderingar men de har följt de rådande rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten.

Det som har varit mest positivt under 2020 har varit att capoeiragrupper som är medlemmar i Capoeiraförbundet har fått ett tillskott i ekonomin i form av bidrag. Bidraget om 10.000 kronor har använts till att köpa material som behövs för barnträning.

Vi hoppas att pandemin kommer att lugna sig så att vi kan starta nya planer år 2021. Det finns ingenting planerat ännu. De flesta grupperna har inte börjat sina planeringar. Allt beror på hur coronapandemin kommer att utvecklas de kommande månaderna.

Idag (januari 2021) har regeringen sagt att kommunerna bör öppna sina gymnastiksalar för barnträning, vilket vi ser som en positiv signal för capoeira och alla andra medlemmar i SB&K.

# HEMA-förbundet

## Sammanfattning

Vid författandet av denna verksamhetsberättelse har förbundet 760 registrerade medlemmar uppdelat på 25 medlemsföreningar i alla sju distrikt under SB&K. Under året var det planerade fokuset på kärnfrågorna tillväxt, tävlingsverksamhet, forskning och träning.

Coronapandemin hade såklart stor påverkan på verksamheten hos förbundet och dess medlemsföreningar, vilket ledde till ett huvudsakligt fokus på att stödja medlemsföreningarna och den allmänna verksamheten genom bidrag och digitala initiativ.

Förbundet har även sett över sina samarbeten internationellt och i Norden.

Från medlemsföreningarna har många initiativ tagits för digitala träffar och utbyte av information, då det har varit olämpligt att planera fysiska event. Dessa har huvudsakligen varit i syfte att utbilda och dela information och kunskap, men även för att underhålla och uppmuntra gemenskap föreningar emellan.

## Organisation

### *Möten och kommunikation*

Förbundsstyrelsen har under året sammanträtt sex gånger över nätet.

Inget fysiskt möte hölls i år då det inte fanns något passande tillfälle att mötas. Styrelseprotokoll har efterhand lagts upp på förbundets hemsida.

Övrig kommunikation har skett framförallt via chatt-meddelanden och över sociala medier.



Fäktare i grenen "svärd och bucklare" från SM 2018. Foto: Martin Björndahl.

### *Medlemsansökningar*

Förbundsstyrelsen har under året fått in, granskat och godkänt ansökningar från två föreningar, nämligen Järvsö Historiska Fäktförening samt Föreningen Living HEMA Norrköping.

### *Trygghetsvärdar*

Under året påbörjade förbundsstyrelsen ett arbete med att stifta ett nätverk av trygghetsvärdar genom medlemsföreningarna, som en extra resurs för medlemmar att vända sig till i det fall de känner sig utsatta i träning eller annan aktivitet.

Tanken är att medlemsföreningar själva utser värdar som sedan med hjälp av förbundsstyrelsen sätts i kontakt med varandra. Intresse för att delta fanns men var lite svalt från medlemsföreningarnas håll, så punkten ska även tas upp på årsmötet inför nästa års verksamhetsplan.

## **Media & Information**

### *Hemsida och Sociala medier*

Under verksamhetsåret har förbundets hemsida uppdaterats kontinuerligt och hemsidans texter har setts över. Förbundets sociala medier har även uppdaterats efterhand. Nya styrelseprotokoll och nyhetsbrev har lagts upp och blivit länkade.

### *Nyhetsbrev*

Förbundet har under året skickat ut nyhetsbrev med information om vad som händer på den svenska HEMA-scenen.

### *Trailer för HEMA*

Förbundet har tagit fram ytterligare en trailer för att visa upp HEMA för en bredare publik. Tanken var att trailern skulle presenteras i samband med SM, men då det blev inställt släpptes den istället självständigt.

### *Medeltidsveckan i Visby*

I år var medeltidsveckan inställd fysiskt, men det hölls ändå ett digitalt event med videoklipp och föreläsningar. Förbundet deltog genom en bidragen video om montantefäktning från en medlemsförening.

## **Tävlingar och event**

### *Utökat eventstöd*

I vanliga fall tillgängliggör förbundet bidrag för event som hålls av medlemsföreningar, men då inga vanliga event hölls i år, tillsammans med det faktum att förbundsstyrelsen hade pengar över från andra utgifter som ej blev av, beslutades det att utöka bidragsansökningar så att medlemsföreningar fick chansen att ansöka om kompensation för utebliven träning, stöd till inköp av ny utrustning och dylikt.

### *Digitala initiativ & event*

Utöver Cold Cuts och Vasaslaget, som gick av stapeln tidigt i år, har inga andra fysiska event kunnat hållas. Däremot har medlemsföreningar och medlemmar på egna initiativ genomfört en del mindre event, dels digitala versioner av vad som annars skulle varit fysiska event, dels föreläsningar och liknande.

Mot slutet av året gick medlemsföreningar samman för att skapa en liten julkalender, där förbundsstyrelsen deltog.

## **Internationellt**

### *IFHEMA*

Förbundsstyrelsen har under året enligt verksamhetsplanen hållit uppsikt över IFHEMA:s verksamhet i ett försök att utvärdera om det fortfarande är intressant för vårt förbund att vara medlemmar.

Då förbundsstyrelsen anser att IFHEMA:s målsättningar inte riktigt verkar stämma överens med vad vårt förbund är ute efter just nu är förbundsstyrelsen osäker på om fortsatt medlemskap är att föredra. Ärendet kommer att tas till årsmötet.

### *Nordiskt samarbete*

Förbundsstyrelsen har även kollat in att starta samarbeten med de länder som ligger oss närmare till hands både geografiskt och genom målsättning. Styrelsen har kommit överens om att arbeta mot ett samarbete med länder som har ett eget förbund i ett första steg.



# Jujutsufederationen

## Ordförandens summering av 2020

Ett nytt år har gått och det är dags att summera året som har varit. År 2020 blev ett år vi inte hade kunnat föreställa oss skulle bli som det blev, ett år som helt och hållet styrts av ett virus, covid-19.

Förutsättningarna för vår träning påverkades av restriktionerna, som ledde till obefintlig tävlings- och lägerverksamhet under året. För att bromsa pandemin togs beslutet att ställa in de nationella och internationella mästerskapen SM, EM och VM, och World Games sköts upp till 2022. Klubbar har fått dra ner på sin verksamhet, utomhusträning erbjöds och den digitala världen gjorde sitt intåg.

Ett försenat årsmöte kunde genomföras digitalt i juni, som blev det längsta mötet jag på alla mina 20 år har deltagit i.

SJJF:s styrelse har under året haft digitala möten varje månad, en fysisk träff under sommaren i Värnamo och en digital konferens under hösten. Den huvudsakliga frågan som har berörts under året är hur vi bäst organiserar oss och hur vi kan driva en framgångsrik tävlingsverksamhet.

Många av styrelsens diskussioner har berört hur jujutsu ska bli ett starkt varumärke och hur vi kan göra tävlingsverksamheten mer attraktiv.

Vår ekonomi är knaper i jämförelse med andra idrotter inom RF, kostnader kan lätt sticka iväg och det är en utmaning att få ekonomin att räcka till. I år har vi inte haft så mycket kostnader på grund av uteblivna aktiviteter och vi har investerat i en ny matta som finns för utlåning till klubbarna.

Sportrådet initierade en fysisk träff på Bosön kring vår tävlingsverksamhet där styrelsen, domarrådet och landslagsledningen var inbjudna. Det blev en viktig träff för jujutsu och min förhoppning är att vi kan fortsätta med träffarna för att sträva mot samma mål och föra dialog med varandra med de olika delarna som finns inom tävling.

Som invald internationell representant för Sverige har jag deltagit på samtliga möten, vilka har skett digitalt. Mötena har främst berört hur vi bäst kan hantera tävlingarna om läget kring covid-19 fortsätter. JJIF:s internationella session i december genomfördes digitalt där alla kontinenterna var representerade med drygt 30-talet röstberättigade.

Läget idag är att vi inte riktigt vet vilka konsekvenser pandemin kommer att ha på vår idrott och när vi kan återgå till vanlig träning och tävling. Min förhoppning är att vi kan behålla våra medlemmar efter pandemins effekter.

Det jag vill särskilt lyfta fram som ordförande är att vår verksamhet huvudsakligen styrs ideellt. För att hålla verksamheten igång krävs engagemang, tid och en viss passion för jujutsu. Jag vill därmed ge en eloge till alla de positiva krafter vi har och som gör det möjligt med vår verksamhet för barn, unga och vuxna. Vi vill sträva framåt och behöver alla de ideella krafterna och ett engagemang för att göra det möjligt.

Låt oss nu blicka framåt mot 2021 med hopp om att kunna återgå till att träna tillsammans igen utan restriktioner och fortsätta med det goda arbete vi gör tillsammans för att utveckla vår idrott!

*Isabelle Sarfati*

## **Organisation**

Federationens årsmöte hölls digitalt på grund av pandemin, den 31 maj 2020.

Styrelsen har bestått av Isabelle Sarfati (ordförande), Johan Pettersson (sekreterare), Nico Christoforidis (kasör), Cicci Nyström (vice ordförande), Jonatan Dagnå (ledamot), Mikael Bengtsson (ledamot), Anna-Lena Löf (ledamot), Henrik Wendel (suppleant) och Berit Hornwall (suppleant).

Styrelsen har genomfört tolv möten, varav ett fysiskt tvådagarsmöte i juli i Värnamo.

Under året har arbetet bedrivits i ett antal råd/grupper: landslaget, sportrådet, domarrådet, föreningsrådet, ungdomsrådet och utbildningsrådet. Ansvariga har utsetts för följande områden: paraju-jitsu, kommunikation och internationell verksamhet.

## **Landslaget**

Landslagscoacher för junior och senior i fighting och ne-waza: Fredrik Widgren och Joakim Vistam, para ju-jitsu: Roger Berger, och duo: Isabelle Sarfati.

Året startade för landslaget med Combat Camp i Es-löv 3-5 januari, där sparring med flera av Europas landslag skedde för sjunde året i rad. Rob Haans ledde lägret med flera instruktörer från Europa och vår tidigare landslagsstjärna Linda Lindström.

Vid årets första internationella tävling i Hamburg deltog både seniorer och juniorer från flera olika klubbar runt landet. Landslagets fighters presterade bra och fick prova på att möta motstånd i världseliten. Glädjande var att fler unga atleter presenterade sig internationellt och att de kom från flera klubbar i landet. Fina presentationer av representanter från bland annat Göteborg, Stockholm och Värnamo.

Flera av deltagarna ser ut att kunna få representera landslaget under nästa år.

Under resten av året har tyvärr tävlingarna varit in-

ställda på grund av covid-19, så årets fokus har varit att hålla igång atleterna ändå och att hitta motivationen.

Vi har under året arbetat med online-utbildning där vi anlitat Rob Haans att via Zoom ha möten med landslaget. Där har vi gått igenom filmade sekvenser från atleternas träning och på så sätt kunna arbeta med tekniken. Vi har arbetat med svagheter och styrkor samt strategi. Lärdom har varit att det är ett mycket bra sätt att kunna följa fler atleter över landet och ge feedback. Vi kommer att utveckla tekniken hur vi ska använda det för att förbättra träning och kontakt för landslaget.

I augusti kunde vi ha ett läger i Nacka där Fredrik Widgren höll i träningen. Eftersom läget med covid-19 fortfarande var ovisst kunde många som behövde resa inte komma dit. Lägre var ändå en bra samling för de som var med och det känns att vi saknar att träffas.

Joakim Vistam har under året varit på utbildning/planering på Bosön i SB&K:s regi.

### *Landslagsstöd X*

Möte med Helena Hugosson som samordnare och flera landslagscoacher från underförbunden. En satsning från SB&K som heter prioriterade idrottare, innebärande för jujutsun att fyra atleter är med på gemensamma samlingar med de andra underförbundens prioriterade idrottare. Där genomförs träning och tester. En del har skett på hemmaplan och några tillfällen i mindre grupper.

Alla coacher i landslaget var med på sportrådets planeringsmöte på Bosön med representanter från styrelse, sportråd, domarråd, utbildningsansvarig och landslag.

Under hösten slutade Fredrik Widgren som coach i landslaget på grund av nytt arbete och svårigheter att lägga den tid som krävs för att hinna göra det som behövs.

Året har avslutats med träning i mindre grupper och

där atleterna får ta ett stort ansvar på sin hemmaklubb. En sista test på Bosön med SB&K den 27 december gjordes med fina resultat.

Planering och arbete med nästa säsong är igång och vi siktar på att utveckla landslaget och har VM i Abu Dhabi i november 2021 som främsta mål. Förhoppningsvis kommer tävlingarna igång, så vi hinner förbereda oss och ta ut ett bra lag i god tid innan.

För duons del har 2020 byggt på att försöka motivera och jobba med aspiranter till landslaget.

På grund av läget med covid-19 och de restriktioner FHM infört har ett planerat läger i Göteborg skjutits upp till 2021. Digital träning har erbjudits och Växjö jujutsuklubb har deltagit vid två tillfällen innan stränga restriktioner återinfördes.

Paralandslaget deltog på Combat Camp i januari och har därefter fått ställa in sina planerade aktiviteter under året. Ett samarbete med Österrike har påbörjats och kontakt med en klubb i Norge har skett som visat intresse för verksamheten.

## **Sportrådet**

Sportrådet har bestått av följande representanter: Cicci Nyström (sportchef t.o.m. mars 2020), Karl Dahlgren (sportchef fr.o.m. juni 2020), Mikael Sehlstedt, Sofia Billger, Henrik Wendel och Jonatan Dagnå.

Tyvärr har inga svenska mästare korats under året. Coronasituationen satte stopp för SM-veckan i Luleå och vårt planerade SM. Även senare SM-planer 2020 och det SM som var planerat till SM-veckan 2021 i Borås fick ställas in av samma anledning. För 2021 är planen att arrangera SM i Herrljunga senare under året. En ansökan om att vara med på SM-veckan i Piteå 2022 har skickats in.

Inför 2020 var planen att öka antalet tävlingar genom

lokalt arbete i distrikten. Dessa planer grusades dock av coronavirusets framfart. I juni månad tog Karl Dahlgren över som ordförande för sportrådet efter Cicci Nyström som haft uppdraget sedan 2017.

Under sommaren och hösten har utvecklingsarbete genomförts med fokus på att skapa gemensamma mål för hela tävlingsverksamheten. Under en helg i augusti samlades 14 personer på Bosön för att diskutera tävlingsverksamheten och staka ut vägen framåt. Närvarande var delar av sportrådet, landslagsledningen, domarrådet och styrelsen. Arbetet fokuserades på analys av nuläget och att identifiera utvecklingsområden. Flera styrkor och möjligheter identifierades, bland annat att vi har ett starkt landslag, många klubbar och ledare med hög kompetens och en idrott som är publikvänlig. Ökat samarbete och ökad kommunikation internt var två faktorer som ansågs centrala. De närvarande var eniga i att vi behöver förbättra oss inom dessa områden.

Vi identifierade små ekonomiska resurser och ledares tidsbrist som två återkommande utmaningar både på förbunds- och klubbnivå. Ökad professionalism var en av lösningarna som diskuterades och som vi såg även skulle kunna underlätta för de ideellt engagerade.

En målhierarki för tävlingsverksamheten har tagits fram av sportrådet, domarrådet, landslagsledningen och styrelsen.

### *Syfte*

Tävlingsverksamheten ska bidra till SJFF genom att:

- erbjuda utövarna en utmaning utöver träningen.
- förena klubbar genom gemensam struktur.
- skapa kontaktyta gentemot omvärlden.

### *Vision*

Svensk Jujutsu – världens bästa.

### *Huvudmål*

- Vi ska få fler tränande, tävlande och klubbar
- Vi ska skapa evenemang och möten
- Vi ska utveckla ledare
- Vi ska ha ett starkt landslag
- Vi ska ha högklassiga profiltävlingar
- Vi ska kvalitetssäkra och utveckla vår tävlingsidrott.

Utifrån dessa mål kommer vi fortsätta vårt arbete för att förbättra tävlingsverksamheten.

På sportrådets agenda framöver finns bland annat rekrytering till sportrådet och framtagande av en arbetsgrupp för SM samt fortsatt arbete med utvecklingen av våra distrikt.

*Karl Dahlgren, sportchef*

### **Domarrådet**

Domarrådet har under 2020 bestått av: Janet Smedberg (ordförande), Emil Gustafsson (ledamot), Niclas Sjöberg (ledamot) samt Jonas Elfving (ledamot).

Domarrådet har under året haft ett fysiskt möte och två digitala möten samt kontinuerlig kontakt via telefon, epost och messenger.

### *Nationell verksamhet*

#### *Regler*

Under året har vi uppdaterat vårt regelverk. Vi har även tillsammans med sportrådet tagit fram ett förslag till arrangörsreglemente.

#### *Utbildning*

Under året har vi haft två utbildningstillfällen för domare, newaza-licenskurs i Umeå, en godkänd deltagare, C-licenskurs i Umeå, två godkända deltagare.

Övriga utbildningstillfällen och domarträffar har blivit inställda relaterat till smittorisk covid-19.

Vi har under året undersökt möjligheten till att digitalisera delar av våra utbildningar och i december påbörjade vi arbetet med att ta fram ett förslag till sekretariatsutbildning tillsammans med Kenny Friman.

### *Internationell verksamhet*

De flesta internationella tävlingar har varit inställda under året, relaterat till covid-19. Därmed har Sverige inte haft några representanter från den svenska domarkåren.

JJIF har under den första delen av året uppdaterat det internationella regelverket där Sverige varit aktivt delaktigt i processen. Detta genom att vi lämnat och fått gehör för förändringar i nämnda regelverk, vilket innebär att det internationella regelverket nu har närmat sig det svenska.

Domarrådet har under året varit representerat (Jonas Elfving) i den internationella arbetsgruppen som tagit fram riktlinjer för digital tävling.

JJIF har uppdaterat sina uttagningskriterier för domare till Grandslam-turneringar som till exempel Paris Open, EM och VM.

*Janet Smedberg, ordförande domarrådet*

## **Föreningsrådet**

Föreningsrådet avvecklades i juni och ett utbildningsråd tillsattes istället.

Följande föreningar beviljades medlemskap under året:

Stark IF

Falu Ju-jutsuklubb

Bromölla Jujutsuklubb

Hörby Kampsportsklubb

IF Torsås Budokan



Beslut har fattats om flera lägerbidrag. Dessa har tyvärr inte kunnat genomföras på grund av pandemin.

### **Ungdomsrådet**

Under året har vi planerat för att genomföra ett barnläger och erfarenhetsutbyte mellan barninstruktörer. Vi hade planerat att genomföra ett sådant under 2020, vilket inte var möjligt.

### **Utbildningsrådet**

I juni inrättades ett utbildningsråd som ersätter föreningsrådet och ungdomsrådet. Styrelsen har under hösten diskuterat möjligheten att erbjuda medlemsklubbar digitala utbildningar inriktade både på träning och tävling.

Under det halvår som följt sedan årsmötet har federationen etablerat kontakter med SISU och andra utbildningsorganisationer. En plan för vilka utbildningar som det finns mest behov av håller på att tas fram.

*Jonatan Dagnå, ordförande utbildningsrådet*

### **Parajuutsu**

Verksamheten har under året, som all övrig verksamhet, varit begränsad. Ambitionen från styrelsen är att genom vår ansvarige för parajuutsu Roger Berger erbjuda stöd till medlemsklubbarna i hur de kan hålla träning för målgruppen.

*Roger Berger, ansvarig parajuutsu*

### **Kommunikation**

Arbetet med att uppdatera och sprida nyheter på vår hemsida och sociala medier har pågått fortlöpande.

### **Internationellt**

Som invald nordisk representant inom JJIRC, Jujutsu Re-

representative Internationell Committee, har Sverige genom Isabelle Sarfati deltagit på samtliga möten JJEU och JJIF har kallat till under året.

JJEU har under året haft fyra digitala träffar som huvudsakligen har berört hur vi kan driva tävlingsverksamheten utifrån covid-19.

Trots förhoppning om att kunna genomföra tävlingar, blev resultatet att samtliga mästerskape och internationella tävlingar ställdes in. En öppen internationell duotävling anordnades digitalt.

JJIF genomförde årets session digitalt och det blev ett drygt sex timmar långt möte med 32 röster från världens alla hörn. Den stora diskussionen under mötet var ett förslag JJIF hade kring avgifter för att delta i mästerskapen VM, EM och godkända rankingsgivande tävlingar.

Andra punkter som berördes under mötet var bland annat olika förslag på mindre ändringar i tävlingsreglementet, året som gått, nya föreskrifter för anti-doping, med mera. Australien godkändes som ny medlem inom JJIF.

Tävlingskalendariet för 2021 diskuterades och det som blir möjligt framöver utifrån läget med covid-19.

JJIF hade ett extrainsatt möte veckan innan jul där vi diskuterade ett regelverk för digitala möten samt digital votering. Efter en över tre timmar lång diskussion kunde vi rösta igenom det nya regelverket som möjliggör digitala möten.

SJJF har under året erhållit projektstöd från RF för kvinnliga representanter i internationellt arbete. Stödet på 35.000 kronor per år beviljades för 2020 och 2021.

Under året har en redogörelse skickats in som har godkänts av RF. Projektets mål är att:

- få fler SF att ha en internationell strategi
- öka andelen kvinnor bland de svenska representanterna

- få fler SF att genomföra konkreta insatser kopplat till good governance.

# Kampkonstförbundet

Svenska Kampkonstförbundet administrerar idrotterna allstyle, krav maga, kempo, FMA, systema, defendo och glima. Styrelsen har haft fyra styrelsemöten under året samt årsmötet.

Styrelsen har bestått av:

Ordförande Martin Jönsson

Kassör Marina Regner

Sekreterare Michael Carlsson

Ledamot Jens Nykvist

Ledamot Eva Callenbo Motsieloa

Suppleant Fredrik Johansson

Suppleant My Johansson

År 2020 har väl precis som för alla andra inneburit förändringar och att ställa om kring sådant man tagit för givet. Det har varit ett utmaningarnas år där många verksamheter, såsom tävlingar och cuper, har fått ställas in.

Vårt enda landslag, kempolandslaget, fick både VM och EM inställt och Kampsportsfestivalen i Stockholm där många av våra idrotter tänkt deltaga ställdes också in. Liksom så många föreningar som fått förändra, ställa om, ställa in och förhålla sig till riktlinjer som uppdaterats regelbundet för att begränsa denna smittspridning.

Styrelsen har under året haft fyra styrelsemöten, två fysiska och två digitala, samt årsmötet som också blev historiskt då vårt förbund var först ut med att hålla ett digitalt årsmöte inom Svenska Budo & Kampsportsförbundet.

Under året har styrelsen granskat och godkänt föreningsansökningar och tävlingsanktioner, granskat och berättigat bidrag till våra idrotter, tagit fram en bidragsmall för 2021 där våra idrotter kan söka medel, samt fortsatt vårt



*Allstyle.*

arbete med att synliggöra förbundet via sociala medier, det vill säga Facebook och vår hemsida som under början av året byggdes klart.

För att öka idrotternas inflyttande har styrelsen arbetat aktivt med att få våra idrotter att organisera sig inom kommittéer. I slutet av året var tre av våra sju idrotter organiserade men ytterligare två på god väg. Detta arbetet kommer fortgå under 2021.

Vid årsslutet lämnar allstyle Kampkonstförbundet och bildar eget underförbund, vilket klubbades igenom under SB&K:s årsstämma.

Utöver styrelsearbetet har mycket av arbetet skett ute bland våra idrotter och föreningar.

## **Året i siffror:**

<i>Idrott</i>	<i>Föreningar</i>
Allstyle	46
Krav maga	13
Kempo	12
FMA	8
Defendo	4
Systema	2
Glima	1

# Kickboxningsförbundet

*Björn Ljungdahl*

## Nationell tävlingsstatistik

*Antal matcher under 2020*      52

Siffrorna inom parentes är skillnaden mot föregående år.

K1 (K1)	5	(-81)
Low Kick (LK)	8	(-8)
Kick Light (KL)	83	(-173)
Junior Kickboxning (JK)	9	(-20)
PRO	0	(-6)
Totalt	108	(-285)
Antal RSC-H (Referee Stops Contest – Head):	2	(-2)
Antal RSC (Referee Stops Contest):	0	(-4)

Hela idrottssverige gick på en knock när viruset slog till och endast fyra tävlingar, sanktionerade av förbundet, kunde under 2020 genomföras, på grund av covid-19. Eftersom endast fyra tävlingar genomfördes och 75% av dem i Skåne blir årets statistik påver och förhoppningsvis missvisande utifrån antalet verkligt aktiva inom disciplinen K1, som förra året formligen exploderade utifrån ökat antal matcher året innan. Kick Light är fortsatt den disciplin som flest matcher genomförs i och toppar årets magra statistik.

## Arrangörer

Under året arrangerade Skurups Kick och Boxningsklubb tre tävlingar och Göteborgs Kickboxningsklubb en tävling. Totalt inkom 14 tävlingssanktioner under året men på grund av pandemin fick tio ställas in. Glädjande var några av ansökningarna från klubbar som tidigare inte hållit kickboxningstävlingar, vilket ser lovande ut för framtiden.

## **Rookie Rumble**

Tävlingen Rookie Rumble arrangerades sedan vanligt av Göteborgs Kickboxningsklubb. Årets tävling, som för övrigt är en nybörjartävling, innebar 56 genomförda matcher. Matcherna fördelades på 41 KL, 3 LK, 5 K1 och 8 JK.

## **SM 2020**

Pandemin medförde att ett SM under 2020 inte kunde genomföras.

## **Landslag 2020**

Årets landslag har bestått av:

Leo Eshagi

Klubbtilhörighet: Göteborg Muay Thai IF

Diciplin: K1, viktklass: -67kg

Alexandra Andersröd

Klubbtilhörighet: Göteborg Muay Thai IF

Diciplin: K1, viktklass: -60kg

Sofia Sjöström

Klubbtilhörighet: Masters Gym Kick & Thaiboxning IF

Diciplin: K1, viktklass: -56kg

*Veteran*

Annika Berglund

Klubbtilhörighet: Skurups Kick och Boxningsklubb

Diciplin: KL, viktklass: -65kg

Niklas Eberstein

Klubbtilhörighet: Östersunds Kampsportsförening

Diciplin: KL, viktklass: -74kg



Landslaget genomförde trots coronapandemin ett läger den 15-16 augusti i Göteborg och fystester på Bosön den 5-6 september. På grund av pandemin ställdes i november det uppföljande fystestet in men digitala föreläsningar tillhandahölls och genomfördes i samarbete Helena Hugosson, elitansvarig från SB&K.

Två av landslagsmedlemmarna (Leo och Sofia) tillhör SB&K:s prioriterade idrottare, vilka ingår i ett långsiktigt utvecklingsprogram med andra idrottare inom SB&K. Under året har de deltagit i föreläsningar och träffar vilka för deras utveckling varit både givande och gynsamma, enligt landslagledningen.

Tyvärr blev alla internationella tävlingar inställda och så även EM, vilket innebar att landslaget inte gavs möjligheten att tävla.

## **Internationell representation**

Björn Ljungdahl representerade Sverige digitalt på WAKO IF:s och WAKO Europes årsmöte.

Camilla Jörneheim, nationell domare, deltog som svensk domarrepresentant på WAKO:s digitala domarseminarium.

Emma Ankargren är en av delegaterna i WAKO:s Womens Committee och var under året delaktig i kommitténs arbete.

## **WAKO i världen**

Kickboxningens dag firades den 30 november globalt, ett återkommande evenemang som firas olika världen över för att synliggöra sporten. På grund av coronasituationen uppmärksammade förbundet firandet endast digitalt på sociala medier.

I slutet på 2020 aviserade Roy Baker, WAKO:s president, att kickboxning ska vara en del av Europeiska Spelen

i Krakow, Polen, under 2023. Europeiska spelen anordnas vart fjärde år av Europeiska Olympiska Kommittén och med kickboxningen som en deltagande sport i de olympiska finrummen hoppas man från WAKO och den globala kickboxningsgemenskapen på ett deltagande i OS inom en inte alltför avlägsen framtid.

## **PRO**

Under året arrangerades inga proffsmatcher i kickboxning i Sverige sanktionerade av Svenska Kickboxningsförbundet.

## **Gradering**

Tyvärr genomfördes ingen mästargradering 2020.

## **Styrelse 2020**

Ordförande: Björn Ljungdahl

Vice Ordförande: Camilla Jörneheim

Kassör: Jan Pettersson

Ledamöter: Martin Eisengarten och Elisabeth Hansson Olsson

Suppleanter: Joanna Camacho och Pär Berg

## **Operativa roller 2020**

Tävlingskommitté: Martin Eisengarten, Camilla Jörneheim, Robert de Zwart, Marcus Johansson

Kommunikationsansvarig: Camilla Jörneheim

Landslagsledning:

Förbundskapten – Sabrina Sedin Roskvist

Assisterande förbundskapten – Magnus Trommestad

Graderingsansvarig: Linus Grinswall

Valberedning:

Victoria Hedling, Alex Bring Palm, Ola Söderlin.

# Kung fu & Wushuförbundet

Förbundets verksamhet har under 2020 präglats av coronapandemin. Verksamhetsåret hann precis börja när effekterna av pandemin slog till mot all verksamhet, och tävlingsverksamheten i synnerhet. Vi hann precis genomföra SM den 29 februari innan alla tävlingar fick läggas på is, såväl nationella som internationella.

Vi har fått anpassa oss till detta, och befinner oss fortfarande under restriktioner av olika slag. Vi hoppas att 2021 blir ett bättre år!

## Tävlingar nationellt

Svenska Mästerskapen i Wushu genomfördes den 29 februari i Eriksdalshallen, Stockholm. Vi hade två grenar: *taolu* och *sanda*. Tyvärr hade *push hands*, som nu var inne på sitt andra SM-år, för få deltagare för att kunna genomföras. Deltagarantalet var totalt sett något mindre än föregående år, eftersom vissa klubbar redan hade börjat se deltagandet i SM som en risk för coronasmitta.

Westerås Sanda Cup genomfördes under tidig höst, eftersom tävlingar i mindre skala fortfarande var tillåtna då, och samlade utövare från olika klubbar. Även här var deltagarantalet lågt på grund av smittorisk och restriktioner.

Övriga planerade aktiviteter som inneburit resande och samlingar, såsom riksläger och andra tävlingar, har inte kunnat genomföras med anledning av pandemin.

## Internationellt

Varken tävlingsverksamhet eller förbundsträffar har skett på internationell nivå, av samma skäl.



*Deltagarna på SM i wushu den 29 februari 2020. Foto: Ahmed Adam.*

## **Projekt**

### *Domarutbildning online*

Under året har styrelsen satsat på att utveckla en digital plattform för utbildningar. De första utbildningarna är domarutbildningar för sanda och taolu, som lanseras i ett första steg i början av 2021.

Syftet med domarutbildningarna är att sammanfatta den kunskap och praxis som utarbetats för wushutävling i Sverige, och att den ska vara tillgänglig för alla medlemmar oavsett var de befinner sig. Målgruppen är primärt blivande domare, men även tävlande, coacher och klubbleddare ska ha nytta av utbildningarna.

Det har varit ett omfattande arbete att få detta på plats, men vi har en förhoppning av det ska komma till verklig nytta.

### *Hemsida*

Förbundets nya hemsida är under utveckling och lanseras även den under början av 2021.

## **Medlemmar**

År 2020 hade förbundet 2109 medlemmar, vilket är en minskning från föregående år med 141.

## **Ekonomi**

De större kostnaderna under året har varit SM, samt de digitala projekt som genomförts. Resultatet är preliminärt 50 000 kronor, med en utgående balans på cirka 177 000 kronor, vilket är under budget.

Pandemin har ju haft den "positiva" effekten att vi inte behövt spendera allt som budgeterats, framförallt för tävlingar. För fullständiga siffror hänvisas till årsredovisningen.

## **Styrelsen**

Arbetet har fortlöpt väl under året trots pandemin, och styrelsen har sammanträtt åtta gånger digitalt online.

Mycket tid har gått åt till att försöka planera och förutse problem utifrån pandemins påverkan. Vi har försökt koncentrera oss på det vi kan påverka och göra det bästa av situationen.

### *Styrelsen 2020*

Peder Finnsjö, ordförande

Ulrika Blom, sekreterare

Shauna Mae Adams, kassör

Luciano Macri, vice ordförande

Anwar Dehkani, ledamot

Li Min Hua Terseaus, ledamot

Viktor Nordgren, ledamot

Mikael Pettersson, suppleant

Valberedning: Viktor Nordström

*Peder Finnsjö, ordförande*

# Kyokushinförbundet

## Första officiella EM

European Fullcontact Karate Organisation (EFKO) arrangerade sitt första EM. Det är en relativt nybildad paraplyorganisation med mål att ena alla organisationer och stilar i ett gemensamt europamästerskap för fullkontaktkarate. Vi har en liknade roll i Sverige, att fungera som paraplyorganisation för olika karate-fullkontakt-stilar, vilket gör Europamästerskapet extra intressant för förbundet.

Tävlingen varade i två dagar och man tävlade i vikt-klasser. Sverige gjorde succé genom Rasmus Bergström, Bollebygd, som tog silver i -85 kg, och Ali Hayder, Stockholm, som tog brons i -75 kg.

## SM 2020

SM 2020 genomfördes inte. Planerna för SM 2021 har också förändrats. Ursprungligen skulle detta genomföras under SM-veckan i Linköping men denna har flyttats fram ett år. Därför söker vi nu en arrangör för 2021.

### *SM-kommittén*

Från styrelsen har Ulrik Hägge och Simon Eriksson fortsatt arbetet i kommittén.

## Övriga tävlingar

Endast en tävling hann arrangeras i SFKO:s regi, Uppsala kumite cup i februari, innan pandemin slog till med dess restriktioner.



*Ali Hayder och Rasmus Bergström på EFKO-EM. Foto: Magnus Bergström.*

## **Organisationen kring eliten**

Följande roller finns:

- Magnus Hanssen, Keiko – ansvarig för Swedish team seniorer (elit) och huvudansvarig
- Torbjörn Helmfrid, Uppsala – ansvarig för Swedish team juniorer och kadetter
- Helena Hugosson – elitansvarig Svenska Budo & Kampsportsförbundet (SB&K)
- Virpi Alajarva, Skövde – elitansvarig gentemot SB&K och RF
- Referensgrupp: Kenneth Karlsson, Banzai, Niklas

Ballay, Stora Höga, Toni Pasanen, Oyama, och ledamot i SFKO, Magnus Bergström, Bollebygd, Johan Jacobsson, Landvetter, Linus Gustafsson, Örebro, Annika Peterson, Banzai och Virpi Alajarva, Skövde, ordförande i SFKO.

## **Swedish team**

Året började med en gemensam samling den 11-12 januari av seniorer och juniorer på Bosön i egen regi. Introduktionen av unga elitssatsande som gjordes under 2019 har burit frukt och det var tre nya elitsatsande juniorer och lika många nya seniorer.

Programmet var, som brukligt, två dagars fystester där deltagarnas fysiska brister och styrkor skulle analyseras och resultatet av träningen utvärderas under ledning av Cecilia Wallin. Lars Frölander, meriterad simmare med bland annat olympiskt guld, höll föreläsning om mentala förberedelser inför tävling och hade med inslag om kost.

Elitstödet ändrades för 2020. SFKO fick inte någon elitstödspeng, men har istället tillgång till vissa resurser. Det innebar att SFKO fick välja ut fyra seniorer som ingår i Swedish team X och får då extra stöd av bland andra Helena Hugosson från SB&K. Vi behövde inte välja, utan alla fyra som anmälde sig ingår. Dessa är Sanne Larsson, KFUM Uppsala, Mette Nielsen, Minami, Ali Hayder, Stockholm, och Amando Morini, Luleå. Under våren har de haft personliga samtal med Helena och under hösten har de samlats med andra landslag på Bosön.

På träffen den 21-23 augusti var det genomgång av fystester samt andra träningsupplägg och en föreläsning om kost för de som tränar på elitnivå. Den 16-18 oktober var det fokus på teknikträning i ryck och stöt, samt spänst och explosivitet. Helgen innehöll även en föreläsning av Michael Wallsbeck om hur man håller motivationen uppe under den nuvarande situationen med kontaktrestriktio-



ner och inställda tävlingar. I december genomfördes fystesterna digitalt där våra fighters dominerade.

Delar av Swedish team samlades hos Keiko den 7 juni och träffen handlade främst om fystester, träningsplanering och träningsövningar, dock inte parvisa. För att få lite sparring fick våra deltagare träna med fäktningsklubben, tack för det!

Ytterligare resurs var bildandet av utvecklingsteam under ledning av Helena Hugosson på SB&K. Vi samlades tillsammans med wushu, taido och jujutsu på Bosön den 11-13 september. Helgens mål var att träna tillsammans och lära sig hur man tränar.

Ungdomarna började med parakrobatik. Sedan delades gruppen. Ena gruppen körde styrketräning medan andra lärde sig löpträningens variationer under ledning av Gabriella och Sam. På kvällen var det föreläsning om kost och återhämtning, väldigt uppskattat. Helgen avslutades med cirkelträning. Tränarna hade genomgång av åldersanpassad träning, praktisk workshop och styrketräning med skivstång ur ett pedagogiskt perspektiv.

## **Referensgrupp**

För att dels kunna möta upp arbetet med den Utvecklingsplan 2025 "mot världstoppen och medaljer" som togs fram 2019, dels för att möta krav för elitstöd, dels efter digitala mötet med Svenska Budo & Kampsportsförbundet i mars 2020, bestämdes att bilda en referensgrupp under sensomnaren.

I gruppen ingår vissa av de som har elitsatsande på sin förening och som har intresse av att gemensamt utveckla SFKO. Vi hann träffas två gånger under hösten.

Ett uppföljningsmöte genomfördes med andra landslag och Helena Hugosson i november.

Eftersom Elitidrottskonferens och konferens om

Antidoping genomfördes digitalt under hösten kunde vissa från referensgruppen delta.

## **Styrelsearbete**

Under årsstämman passade också förbundet på att byta namn till Svenska Fullkontaktsorganisationen, SFKO. Detta gjordes av två huvudsakliga anledningar:

1. För att tydliggöra att vi välkomnar alla typer av fullkontaktskarateklubbar som medlemmar och inte bara de som tränar och tävlar i en stilspecifik version.

2. För att ha en namngivning i linje med hur motsvarande förbund i andra delar av världen är namngivna, vilket ger en igenkänning när vi möts internationellt.

Styrelsen har under verksamhetsåret 2020 bestått av sex ledamöter. I och med årsstämman lämnade Henrik Jacobson styrelsen efter flera års arbete. Tack för din insats, Henrik! Styrelsen hälsade istället Toni Pasanen varmt välkommen som ny ordinarie ledamot.

Under verksamhetsåret har styrelsen sammanträtt fem gånger varav två gånger under heldagar i Stockholm. Den ordinarie inplanerade fysiska årsstämman i mars blev inställd och genomfördes istället som ett virtuellt möte den 26 maj i Stockholm.

Antalet klubbar som är medlemmar i SFKO ligger ganska konstant strax under 60. Även om vi naturligtvis hade hoppats på att utöka antalet är vi ändå glada att vi inte i nämnvärd omfattning har tappat medlemmar med tanke på hur året har varit.

## **Informationsarbete**

SFKO:s webbsida [www.sfko.se](http://www.sfko.se) är förbundets huvudsakliga kanal för kommunikation med medlemmarna. Under året har arbetet med att utveckla olika informationskanaler fortgått.

Bland annat har individuella presentationer av Swedish team lagts upp, ett och ett på Facebook, och ett Instagramkonto har startats. Nyhetssektionerna på hemsidan har kontinuerligt uppdaterats med resultat från tävlingar och med andra förbundsnyheter.

## **Internationella tävlingsresultat**

Det har genomförts ett fåtal tävlingar under året. Nedan följer en sammanställning av de resultat som rapporterats till SFKO under året.

### *Seniorer*

*The 1st Eueropean Fullcontact Karate Championship 2020 (EFKO), 15-16 januari Antwerpen, Belgien*

Rasmus Bergström, Bollebygd (silver), herrar -85 kg

Ali Hayder, Stockholm (brons), herrar -75 kg

*Carphatia Cup, 1-2 februari, Rzeszow, Polen*

Mirjam Björklund, Keiko (guld), senior damer -60 kg

Robert Strandberg, Lidköping (brons), senior herrar -65 kg

Mattias Lindgren, Uppsala (brons), senior herrar -95 kg

*Dutch Open, 9 februari, Drachen, Holland*

Sanne Larsson, Uppsala (guld), damer

*Kyokushin Open, 18 februari, Bergen, Norge*

Angela Aljaber, Skövde (guld), damer debutant

Ki Pasanen, Oyama (silver), mellanvikt damer

Daniel Elmo, Göteborg (silver), -90 kg herrar

Leo Rønnebo, Banzai (brons), öppen viktklass

Linus Gustafsson, Örebro (brons), -80 kg herrar

### *Juniorer och yngre*

#### *Carphatia Cup, 1-2 februari, Rzeszow, Polen*

Py Pasanen, Oyama (guld), U18 flickor -65 kg

Ellen Johansson, Uppsala (silver), U14 flickor +60 kg

Michelle Karlqvist, Huskvarna (brons), U16 flickor -65 kg

Eddie Heimonen, Örebro (brons), U16 pojkar -70 kg

Alexander Karlqvist, Huskvarna (silver), kata

#### *Kyokushin Open, 18 februari, Bergen, Norge*

Mirza Hukic, Banzai (guld), junior pojkar 15-17 år

Py Pasanen, Oyama (silver), mellanvikt junior flickor

Khamis El-habet, Mölndal (silver), 13-14 år pojkar -65 kg

Sabina Sterbäck, Luleå (brons), junior flickor

#### *Spanish Open, 7 mars, Carcaixent, Spanien*

Hampus Strömer, Bollebygd (guld), -80 kg junior

Py Pasanen, Oyama (brons), kata juniorer.

# MMA-förbundet

## Ordföranden har ordet

År 2020 har inte varit som andra år. På grund av pandemin har mycket av förbundets och våra klubbars verksamhet fått antingen begränsas eller ställas in. Av den anledningen blev det svårt, för att inte säga omöjligt, att genomföra den verksamhetsplan förbundet satte upp.

Det har naturligtvis även påverkat vår budget och utfallet har inte legat i linje med vad förbundet budgeterat. Mer info om det i förbunds förvaltningsberättelse.

Personligen har jag valt att inte ställa upp till omval som förbundsordförande. Jag har 20 år bakom mig av olika poster i förbundsstyrelser med kopplingar till MMA. Det har varit Svenska Shootfightingförbundet, SB&K Kampsportssektion och Svenska MMA-förbundet under denna period. 20 år är egentligen för lång tid i mitt tycke att vara engagerad på det sättet. Av den anledningen kliver jag nu av och hoppas att förbundet kommer att fungera väl i framtiden.

*Jesper Gunnarson, avgående förbundsordförande*

## Genomlysande av verksamhetsplan

Nedan återfinns en genomgång av vilka aktiviteter som gjordes i förhållande till verksamhetsplanen.

## Ökade intäkter

Att attrahera sponsorer är svårt normalt sett, under pandemin har det tyvärr inte blivit lättare. På den ljusa sida har förbundet sjösatt en ny sponsormodell med erbjudanden som gör det möjligt att hantera kommande sponsorer på ett bra sätt.

## **Kärnverksamhet**

Under 2020 var målet att återvända och fokusera på kärnverksamhet och nedanstående områden.

## **Sanktionera tävlingar**

Pandemin till trots gick det att genomföra ett flertal tävlingar utan publik men med olika typer av streaminglösningar. Extra noterbart var fyra BRAVE-tävlingar som genomfördes under cirka tre veckor i augusti. Men totalt sett var det färre tävlingar än normalt.

## **Arrangemang av MMA-ligan**

Det genomfördes några tävlingar i ligan men flertalet fick ställas in, inklusive SM, på grund av de riktlinjer Folkhälsomyndigheten riktat mot idrottsrörelsen. Ligan blev därmed rejält stukad under 2020.

På den ljusa sidan genomfördes streaming via FighterTV av ligan via ett avtal med dessa som SMMAF tecknat.

## **Arrangera instruktörsutbildningar**

Dessa gick ej att genomföra alls på grund av pandemin.

## **Arrangera domarutbildningar**

De flesta av dessa utbildningar fick också ställas in, förutom vissa poängdomarutbildningar.

## **Support av landslaget**

De flesta internationella mästerskapen blev inställda, förutom IMMAF Oceanic Open Championships 2020. Där gjorde landslaget sedvanlig succé och tog två guld och ett silver på tre tävlande. Under året förlängdes även landslagsledningen till och med 2023.



*Assisterande förbundskaptens Besam Yousef, Nina Back -silver, Bezan Mahmudi - guld, Bianca Antman - guld och Förbundskaptens Anders Ohlsson.*

## Ökade möjligheter att tävla

Denna punkt kunde på grund av pandemin inte uppfyllas.

## Fler aktiva i förbundet

Under året har styrelsen tagit initiativ att supporta förbundets kommittéer med både arbetssätt och definition av arbetsuppgifter. Väl fungerande kommittéer är viktigt för förbundet!

## Professionella utövare

Det var trots allt ett bra år för Sveriges professionella utövare. Klart starkast lyste Khamzat Chimaev med ett unikt intåg i UFC. Även Jack Hermansson hade ett starkt år och etablerade sig i den absoluta toppen i mellanvikt. På damsidan tog sig Pannie Kianzad till toppen av sin viktklass. Framtiden ser mycket lovande ut totalt sett.

## **Internationella funktionärer**

Svenska funktionärer i form av matchdomare, poängdomare, tidtagare och inspektörer blev vanligare på internationella aktörers galor.

Noterbart är speciellt att Kevin Sataki och Anders Ohlsson agerat matchdomare på UFC-titelmatcher. Det är både roligt och ett kvitto på att svenska funktionärer håller hög internationell klass.

## **Ej sanktionerade event**

Noterbart är även att antalet så kallade underground events med osanktionerade "tävlingar" verkar ha ökat. Förbundet har polisanmält ett sådant och haft dialog med SB&K, Länsstyrelsen, polisen såväl som media om detta fenomen.

Förhoppningen är att sådana event minskar i antal och att personer som ändå genomför dessa blir lagförda i enlighet med Kampsportslagen.



# Muaythaförbundet

## Styrelsen

Niclas Nilsson	Ordförande
Nicole Kaiser	Vice ordförande/sekreterare
Ana Seldes Persson	Kassör
Fredrik Johansson	Ledamot
Teemu Lehtinen	Ledamot
Clara Wetzelmayr	Ledamot
Rasmus Svensson	Ledamot
Sofia Göthe	Ledamot
Ewin Ates	Suppleant
Erik Bengtsson	Suppleant
Patrick Thomsen	Suppleant

## Covid-19

Det går knappast att nämna 2020 utan att beröra pandemin som till stora delar påverkade samhället och även idrotten i stor omfattning. För thaiboxningens del har det inneburit många anpassningar till olika rekommendationer och råd från olika myndigheter.

Årsmötet flyttades först fram för att sedan genomföras digitalt och trots vissa tekniska problem inledningsvis gick det att genomföra ett årsmöte utan större svårigheter.

Under våren valde flera föreningar att helt pausa sin verksamhet för att på så sätt bidra till minskad smittspridning. Andra valde att hålla öppet men anpassade sig genom utomhusträning, ingen kroppskontakt, färre deltagare i grupperna, utökad städning i lokalerna och krav på egen utrustning.

Då det infördes begränsningar för publik vid tävlingar har förbundet varit behjälpligt och täckt delar av kost-

naden för de föreningar som valt att genomföra tävlingar utan publik. Detta bidrog till att ett antal tävlingar trots allt kunde genomföras under hösten, innan smittspridningen återigen medförde nya restriktioner.

Tränarutbildningen steg 1 och 2, som var planerad att genomföras under hösten, fick flyttas framåt för att sedan ställas in under 2020. Planering finns för att genomföra utbildningen under 2021.

## SM

Årets SM genomfördes i Halmstad i slutet av februari och totalt genomfördes 75 matcher under de tre dagarna som arrangemanget pågick. Det blev totalt 27 nya svenska mästare, varav åtta på damsidan och tio på herrsidan för seniorerna. Resterande nio medaljer fördelades med tre till junior på damsidan och sex medaljer till herrarna på juniorsidan.

SM var en av årets sista tävlingar utan restriktioner och finaldagen besöktes av cirka 700 åskådare.

### *Årets svenska mästare efter viktklass*

#### *Senior Dam*

48 kg Johanna Persson, Gävle Stand-Up Fighting Camp IF

51 kg Josefine Lindgren Knutsson, Allstars Kampsportsförening

54 kg Sofia Olofsson, Odenplan Fightgym IF

57 kg Patricia Axling, Odenplan Fightgym IF

60 kg Ewin Ates, Öresund Muay Thai Camp IF

63,5 kg Erica Björnestrand, Öresund Muay Thai Camp IF

67 kg Emma Stonegård Abrahamsson, TIP Muay Thai IF

71 kg Angela Mamic, Öresund Muay Thai Camp IF

### *Senior Herr*

- 57 kg Nicholas Bryant, Göteborg Muay Thai IF
- 60 kg Sam Ghoroghi, Fighter Centre IF
- 63,5 kg Linus Bylander, Föreningen Fightgym Borås
- 67 kg Kenny Hong, Halmstad Muay Thai
- 71 kg Jonathan Larsson, Tullinge Muay Thai thaiboxningsförening
- 75 kg Mustafa Aboutaka, Helsingborg Muay Thai IF
- 81 kg Marcus Sundin Liljedorff, Halmstad Muay Thai IF
- 86 kg Anton Wall, Halmstad Muay Thai IF
- 91 kg Arvid Jacobsson, TIP Muay Thai IF
- + 91 kg Joacim Njie, TIP Muay Thai IF

### *Junior Dam*

- 51 kg Alexia Olsen, Stockholm Kickboxningsklubb
- 54 kg Moa Carlsson, Halmstad Muay Thai IF
- 57 kg Olivia Paaso Göransson, Varbergs Thaiboxningsklubb

### *Junior Herr*

- 57 kg Otto Mårdstrand, Varbergs Thaiboxningsklubb
- 60 kg Philipp Alsaksak, Allstars Kampsportsförening
- 63,5 kg Amir El-Dakkak, Malmö Muay Thai IF
- 67 kg Alan Horak, IF Svea Muay Thai/Kickboxning
- 71 kg Oliver Alkhouri, Tullinge Muay Thai thaiboxningsförening

## **Virtuella VM**

Årets internationella mästerskap ställdes in och ersattes med ett virtuellt VM för juniorer i fyra olika discipliner som inte kräver kroppskontakt. Sverige representerades av två duktiga juniorer från Stockholm i disciplinen Wai Kru, som är den traditionsenliga dans som genomförs innan en match startar.



*Rickard Pettersson (till vänster) och Temur Malick Khan på SM 2020 i Halmstad. Foto: Truls Bärög.*

## **Domarutbildning och regelförändringar**

Under hösten 2020 har förbundet genomfört två domarutbildningar, varav den ena genomfördes i Umeå och den andra i Stockholm. De båda utbildningstillfällena innehöll grundläggande poängbedömning samt en kortare introduktion till ringdomarens arbete. Totalt utbildades cirka 24 nya domare vid de två tillfällena.

Under året har ett par förändringar i regelverket tillkommit. Det gäller framförallt tjockleken på handskar i matcher under A-klassregler i viktclasser upp till 67 kg. Under vissa förutsättningar kan även A-klassmatcher numera tillåtas i MMA-bur utifrån rådande regelverk.

## **Ungdomsläger**

På Bosön i Stockholm genomfördes under sista halvan av 2020 ett ungdomsläger som leddes av bland andra Sofia Olofsson. Inledningsvis var ett femtiotal juniorer inbokade

på lägret men efter nya rekommendationer från myndigheterna utifrån smittspridningen begränsades deltagarna till att endast komma från Stockholm.

Ett tjugotal ungdomar deltog i ett tre dagar långt träningsläger med fokus på clinch och knä. Lägre blev mycket uppskattat och förhoppningsvis ett stående inslag framöver för våra juniorer.

# Shorinji Kempoförbundet

## Ordförandens inledning

2020 var året vi skulle fira vårt 50-årsjubileum. Flera duktiga instruktörer var inbjudna och vi planerade att hålla internationella tävlingar i embu. Allt fick ställas in, även våra egna SM-tävlingar som vi hoppades på ända in i det sista. Det hoppas vi kunna ta igen under 2021.

Alla föreningar har under året gjort sitt bästa för att hjälpa till att minska spridningen av covid-19. Vi har haft uppehåll i träningar och sett till att träna så bra som möjligt med så lite kontakt som möjligt med varandra när man fick träna.

Vi har lärt oss att kommunicera ännu mer digitalt än tidigare och det har fungerat bra. Nya sätt att träffas och träna via internet har provats. World Shorinji Kempo Organization har från huvudkontoret Hombu sänt flera webinarer där alla medlemmar har kunnat delta samt även kunnat få feedback på sin utövning. Det kommer att fortsätta under 2021.

Styrelsens fokus under året har varit att skapa en ny modern hemsida till vårt förbund men ändå behålla all bra information som fanns att tillgå på den gamla hemsidan. Hemsidan är igång och den kommer att fortsätta uppdateras löpande.

Vi hoppas att kunna komma igång med träningen på ett bra och säkert sätt under 2021, så att våra medlemmar kan utvecklas inom vår art, samt ge möjlighet till nya att prova på.

*Leif Kekonius, ordförande*



*Anders Pettersson sensei håller onlineläger arrangerat av Brittiska Shorinji Kempoförbundet.*

## Läger

Det enda lägret som hann genomföras under året var ett endags-seniorinstruktörläger i mars, som leddes av Alexander Tilly sensei.

I början av året var Anders Pettersson sensei inbjuden att instruera på ett läger i Amsterdam.

Anders Pettersson sensei var inbjuden som instruktör på ett onlineläger arrangerat av Brittiska Shorinji Kempoförbundet. Även instruktörer från WSKO:s huvudkontor var med på detta läger som banade väg för WSKO:s egna onlineläger.

## Landslaget

Som för så många andra var det inte mycket som gick enligt planerna under 2020. För landslaget, som gick från ett framgångsrikt och händelsefullt 2019, blev året mestadels präglad av inställda samlingar och inställda tävlingar.

Det hann bli ett par samlingar totalt under året, under de korta perioder då smittspridningen var något lägre.

Planer har förändrats och satsningar har fått ställas om något, efter att det VM som var planerat att hållas i Tokyo under hösten 2021 har flyttats fram till hösten 2023. Nästa stora satsning för landslaget är EM sommaren 2022, som planeras äga rum i Frankrike.

Landslagschefen Hanna Svedberg har påbörjat ett arbete med att informera och lära ut mer om embu i klubbarna. Ett pass i Bromma och Mosebacke hanns med innan pandemin bröt ut.

## **Tävlingar**

Årets mästerskapstävlingar blev inställda på grund av covid-19-pandemin.

## **Dangraderingar**

Inga dangraderingar genomfördes under året.

## **Övrigt**

Morikawa Zeo sensei från Rakuto Doin i Kyoto gick bort under året. Han var under många år en viktig person för svensk shorinji kempos utveckling. Han såg till att duktiga instruktörer från Rakuto Doin besökte Sverige under längre perioder för att stödja vår utveckling, däribland en av hans söner.

## **Styrelse**

Det finns för närvarande elva shorinji kempoföreningar i Sverige. Under verksamhetsåret har dessa föreningar representerats i Shorinji Kempoförbundet enligt följande:

Ordförande: Leif Kekonius (Bromma Shibu)

Vice ordförande: Alexander Tilly (Stockholm Södra Shibu)

Sekreterare: Richard Tjust (Karlstad Shibu)

Kassör: Stefan Jönsson Levin (Visby Shibu)



Ledamot: Arnaud Tiquet (Göteborg Shibu)  
Suppleant: Kenneth Ishii (Stockholm Södra Shibu)  
Suppleant: Mattias Wallén (Stockholm Norra Shibu)

Valberedningen har varit Christer Enfors, Karlstad Shibu (sammankallande), Hanna Svedberg, Stockholm Södra Shibu, och Magnus Leung, Stockholm Östra Shibu.

Styrelsen har huvudsakligen arbetat med diskussioner och beslut via digitala möten och e-post.

### **Internationellt arbete**

Förbundet representeras av Alexander Tilly i WSKO Council genom rollen som WSKO Councilor. Förbundets landsrepresentant är Anders Pettersson.

# Submission Wrestlingförbundet

År 2020 var ett omtumlande år för alla idrotter och inte desto mindre för svensk submission wrestling med tanke på covid-19. Vi har under året sett omställningar och anpassningar för att medlemsföreningarna ska ha kunnat bibehålla sina medlemmar och genomföra träningspass.

Trots detta har det tillkommit nya medlemsföreningar och vi har nu 187 föreningar. Vi hoppas att sporten kommer att fortsätta växa även under år 2021.

På tävlingsfronten har vi under årets första halvår inte genomfört några tävlingar alls.

Under andra halvåret kom RF med lättnader och tävlingar kunde åter hållas med restriktioner om maxantal deltagare och utökade hälsokontroller. Först ut var Göteborg, därefter Bromma (Stockholm), Malmö, Gävle och avslutningsvis Handen (Stockholm). Årets sista deltävling SSWL5 hade dessutom deltagarrekorde om 210 deltagare.

SM fick dessvärre ställas in och framskjutas, likaså ligafinalen.

## SSWL

Svenska submission wrestling-ligan fick under året välkomna två nya tävlingsarrangörer och i samma stad, tillika huvudstaden Stockholm. Ligan arrangerades vid fem tillfällen i stället för det sedvanliga tio tillfällen.

Ligan hade i stort fler tävlanden än något tidigare år. Detta i alla kategorier: juniorer, seniorer och veteraner. Juniorerna hade individuella deltävlingar där medaljer utdelades till de tre högst placerade i vardera kategori.

Olyckligtvis fick finalerna ställas in och framskjutas



*Nina Back dömer på Sswl 5, 17 oktober 2020. Foto: Kenth Norberg.*

då covid-19 återigen stoppade alla tävlingar samt många möjligheter att ens träna.

Styrelsen fick ställa om och ändra många rutiner för att ens kunna genomföra de fem deltävlingar som arrangerades, med publikförbud, maxantal deltagare och hälsokontroller. Årets sista deltävling livestreamades och det var den första tävlingen någonsin som haft liknande uppslutning.

Vi är tacksamma för alla atleter som bidragit till detta, och alla funktionärer och domare som gjorde tävlingarna möjliga att genomföra.

### **Nationella tävlingar**

Förbundet har under det gångna året sanktionerat endast två nationella tävlingar, detta mot bakgrund av de restriktioner som covid-19 har medfört.

## SM

Årets SM har inte genomförts då det var planerat till november och nya restriktioner gällande tävling stoppade genomförandet.

## Utbildningar/domarseminarier

En kortare domarutbildning genomfördes i samband med att ligatävlingen i Bromma gick av stapeln. Dock väcktes tankar om nya vägar att utbilda nya domare och tävlande atleter.

Förbundet har därför påbörjat flera digitala projekt där filmer om till exempel tävlingsregler har börjats producerats. Ett första utkast om ligans regelverk ligger på förbundets hemsida: [sswf.se](http://sswf.se)

## Juniorsatsningen

Juniörerna är ett prioriterat område för förbundet. Att satsa på juniörerna är att satsa på sportens framtida tillväxt. Förbundet har under året utformat ett projekt med namnet SSWF Junior Grappling. Förbundet hade en provtävling i Norrköping där många juniörer deltog.

Vidare har projektledaren Daniel Bäckefelt utvecklat en digital regelbok med illustrerande bilder över systemets regelverk. Detta för att utveckla tillgängligheten och förståelsen av systemet. Förbundet kommer att fortsätta med denna satsning även under år 2021.

Många juniörer är nu aktiva i svensk submission wrestling och förbundet står inför möjligheten att utveckla och revidera tävlingsformerna för framtida juniorsatsningar.

Fler tävlingskategorier i ligan med nybörjare och fortsättare samt utökade viktklasser och minskade åldersspann kommer att successivt införas där deltagarantalet gör det möjligt.

Under år 2021 planeras även junior-SM, då 2020 års juniordeltagande på årets ligatävlingar gjorde att vi såg detta som en utvecklingsmöjlighet.

# Taidoförbundet

Året 2020 har präglats av coronapandemin som lamslagit det mesta av den tilltänkta verksamheten under verksamhetsåret. Detta kommer också att påverka 2021.

Men tanken är att få igång verksamheten under 2021 och förbereda för att åka till VM i Sydney mars 2022.

## Januari

Klubbarna startade upp sin vanliga träning för året.

## Februari

Öresund Taïdo Open hölls i Höganäs.

## Mars

Årsmötet hölls både på plats i Rimnersbergshallen och som ett Internetbaserat möte. Mötet skulle egentligen hållas efter Taikei Öppna Mästerskap som ställdes in, förhoppningsvis tillbaka under mars 2022.

## April

Beslöt att skjuta upp all planerad verksamhet tills efter sommaren. Den ursprungliga planen med cirka hälften fysiska möten samt hälften Internetmöten ändrades till bara Internetmöten för verksamhetsåret 2020.

## Juli

Det tilltänkta träningslägret med Abe sensei från Japan fick ställas in, men vi hoppas att det ska gå att genomföra under 2021.

## **Augusti**

WTF Internetmöte.

## **September**

Delar av landslaget var på Bosön.

## **Oktober**

Sverigelägret ställdes in. Det bestämdes att Göteborgs Taidoklubb ska arrangera 2021 istället.

## **November**

Den 1 november tog Stefan Agnvall över som förbundskapten för taidolandslaget efter Gunnar Cervin, som gjort ett fantastiskt jobb de senaste fem åren som förbundskapten.

Tanaka Yuetsu sensei höll ett Internationellt Internet-baserat seminarium, där flera i Sverige deltog.

## **December**

På grund av covid-19 såg styrelsen att även 2021 kommer att påverkas och planerar för att lägga det mesta av verksamheten förutom årsmötet under andra halvåret 2021, till exempel KUT, Sverigeläger i oktober samt SM.



SVENSKA BUDO &   
KAMPSPORTSFÖRBUNDET