

# LEVANGER JUDOKLUBB

**Tanker om jubileumsåret  
2012**

---

LEVANGER JUDOKLUBB  
**sett fra et foreldresynspunkt**

---

**Hilsen fra NJF**

---

MANGE FLOTTE  
**glimt fra tidligere tider**

---

KOS DEG MED  
**resultatlister**

---

**Å være ung dommer**

---

OL I LONDON 2012  
**Judo i et internasjonalt  
perspektiv**



1972 – 2012  
**40-årsjubileum**



# Innhold

---

- 03** Tanker i jubileumsåret 2012
- 06** Resultater
  - 11** Knøttejudo
  - 12** LJK sett fra et foreldresynspunkt
  - 13** LJK som stevnearrangør
  - 14** Styrearbeid
  - 16** Glimt fra tidligere tider
- 20** Å være ung dommer
- 21** Hilsen fra NJF
- 22** Judo i et internasjonalt perspektiv



Jørgen Ruiz Garcia skårer en kraftfull ippon mot Simen Aas (NJJK) i semifinalen i U20 -66 kg, NM 2010.  
Foto : Christian Wolff

Redaktør: Snorre Johansen  
Layout: Takle UB avd Design  
Trykk: Innherred Grafisk AS  
Opplag: 300  
Dato: April 2012



# Tanker i jubileumsåret 2012

TEKST **ALF BIRGER ROSTAD, KLUBBLEDER**

Det er mange tanker som kommer i forbindelse med klubbens 40-årige historie. Mange situasjoner og historier dukker opp som bilder på netthinna og anekdoter fra disse årene presser seg fram fra minnebanken. I denne artikkelen er det likevel ikke dette som får hovedfokus. I klubben har vi stor oppmerksomhet på "å være en positiv oppvekstfaktor for barn og unge". Perspektivet med individet i sentrum, der judo er virkemiddelet og med vår pedagogiske og metodiske tilnærming som verktøy, skal vi være bedre forberedt i årene som kommer, enn vi noen gang tidligere har vært i klubbens historie.

I klubben har vi to hovedperspektiver i synet på individet. Det ene er at den enkelte skal sees, og det andre at utøverne skal gis utfordringer tilpasset sitt

leshet for en kampsportsklubb, først og fremst på grunn av aktiviteten som sådan, og fordi vi rekrutterer utøvere i dette nedslagsområdet. Vi i Levanger Judoklubb har alltid hatt fokus på å være tydelige i vår kommunikasjon så vel innad som utad i forhold til atferd og attityde for utøverne våre. Vi har brukt tid på å bygge integritet gjennom mange år og får regelmessig tilbakemeldinger om dette gjennom positive kommentarer fra foreldre så vel som fra andre også innen idrett og skole.

## De unge dedikerte

Det er som kjent vanskelig å spå om framtiden, og katastrofetenkerne den gang tok grundig feil, kan vi konkludere med i dag. Likevel var det ikke dette som ga de største utfordringene de første årene. Fraværet



Fra trening 1972

tekniske nivå, men også i forhold til sin personlige utvikling. Det skal være en dannelsesreise å trene judo. Fordi i motsetning til mange andre aktiviteter, har vi en grunnleggende filosofi der en del av denne er at vi skal bidra med noe til andre. Derfor blir blikket på historien og på de siste femten årene preget av dette.

## Judo i Levanger

Den gang vi startet Levanger Judoklubb begynte på mange måter et idrettsmessig nybrottsarbeid. Vel å merke hadde det vært en bokseklubb i byen der den mest meritterte utøveren hadde to kongepokaler i tungvekt, men den klubben ble lagt ned så tidlig som i 1950. I starten kunne vi høre kommentarer om at det hadde kommet en kampsport i byen og at dette helt sikkert ville lede til slåssing og vold.

Det er viktig å bygge tillit i lokalmiljøet og i særde-

av kompetente og dedikerte trenere og voksenressurser var det som kunne lede til at klubben hadde opphørt, i alle fall for en periode. At en håndfull unge utøvere tok ansvar på tidlig nittensyttitalt var et avgjørende bidrag til at klubben har hatt aktivitet i alle år siden etableringen. Det som er mindre kjent er at judotreningen egentlig startet høsten 1971 og at klubben ble registrert i 1972.

Det var feil fokus noen år etter oppstarten av klubben å satse på at judo skulle være et kurstilbud gjennom Friundervisningen, der kursmidlene forsvant til administrasjon og lønn til trener, og ikke ble pløyd inn i klubben for å generere aktivitet. Denne tidlige lærdommen har vi tatt med oss. Den virkelige utviklingen kom i gang da medlemskontingenten ble brukt til det som var mest prekært den gangen, til kjøp av matter og til utdanning og aktiviteter.

## **Erfaring gir nye tanker**

I jubileumsåret inviterer vi også tidligere medlemmer til jubileumsfesten. Dette skjer både gjennom annonsering, men også som direkte invitasjon i brev form. Blant de første medlemmene var det en del som trente judo i mange år og var sånn sett innovatører av kampidrett og judo i Levanger. Noen av disse var svært dedikerte. Vi hadde trening på byskolen og skulle ha judooppvisning på det som i dag heter Frol oppvekstsenter (tidligere Hegle skole) og på Nesheim, men ingen hadde verken førerkort eller bil. Løsningen ble da å låne en "tralle" fra NSB og med håndmakt dra matene på disse til Hegle og på Nesset. Foruten at dette krever fysisk styrke, er det også nødvendig med sterk dedikasjon til judo for å yte den type innsats.

Klubben hadde fra starten ca. 70 medlemmer. Gjennom krisetidene midt på syttitallet har antallet vært helt nede i 10-15 når vårsemesteret nærmet seg slutten. Det er ikke til å legge skjul på at treningen i for stor grad ble preget av kamp. Dette fokuset gikk på bekostning av trivselen til majoriteten av medlemmene som for det meste var mindre rutinerte utøvere. Denne erfaringen tok vi med oss inn i åttitallet. Fra tidlig åttitallet begynte den utviklingen som har gjort at Levanger Judoklubb i jubileumsåret er landets tredje største klubb og at våre konkurransemessige meritter fra år til annet plasserer oss blant de tre til fem beste judoklubbene.

## **Utdanning i judo**

Vi skjønnte det var viktig med utdanning i judo. Dette ledet til at vi sørget for å utdanne kursinstruktører innen egne rekker, særlig i forhold til dommer- og trenerutdanning. Gjennom nittennittitallet og tjuetitallet var vi den klubben i landet som hadde flest utdannede trenere som samtidig var aktive som trenere. Disse hadde trenerutdanning i spennet fra Trener 1 til Diplomtrenter, samtidig som vi også har trenere med høgskoleutdanning i idrett. I perioder har klubben hatt mer enn tjue utdannede trenere i aktivitet på treningene. De som har tatt trenerkurs hadde gjerne også dommerkurs. Det er en stor fordel å være god på kampregler når man skal være trener. På den måten kan man være tryggere på at utøveren vet hva som kreves i et stevne.

Dette gjort klubben svært godt rustet som stevnearrangør. I lokale stevner har vi mange ganger erfart at alle dommerne har vært fra Levanger Judoklubb. Det har bestandig vært et mål å redusere utgiftene til dommere, også de gangene vi har arrangert Norges-cup eller NM. Mange egne dommere og deres innsats har vært en ressurs som har gitt oss nye muligheter. På det årlige dommerseminaret har vi vært den klubben som har deltatt med overveiende flest dommere i flere år. Gjennom tålmodighet og utholdenhet har historiens utvikling lagt stein på stein. Den iterative,

gjentakende prosessen har gitt oss råd og anledning til den aktiviteten vi har i dag. Vi kan i dag høste av det arbeidet som både er gjort tidligere og som gjøres i dag. Levanger Judoklubb er på mange måter blitt en favorisert klubb ved at vi har mange ressurspersoner som har både lengre og kortere historikk i klubben. Alles innsats er like viktig. Til sammen er det denne som også skal bringe klubben videre. For arbeidet er på ingen måte gjort en gang for alle. Egenarten ved den iterative prosessen er at den stadig fortsetter – akkurat som vi må gjøre.

## **Trening, aktivitet og egenutvikling**

Arbeidet gjøres ved at hver eneste trening skaper aktivitet og utvikling både på det idrettsmessige og personlig planet. Selv om det sies med en stor grad av humor er det likevel et snev av sannhet når mangeårige nestleder i klubben Snorre Johansen uttrykker: "Å trene judo er en del av allmenndanningen til barn og unge i Levanger". Gjennom førti år er det mange barn og unge som har trent judo i Levanger. At mange av disse kommer tilbake med egne barn og også barnebarn, gir tro på at vi gjør noen ting riktig, eller at vi gjør noen riktige ting. Det aller viktigste er at alle som kommer inn i klubben blir tatt imot på en integrerende og vennlig måte. Samtidig kommer de inn i en klubb som kan tilby både judofaglig så vel som en personlig utvikling i et trygt miljø.

Vi tror det er et kriterium for både individ og klubb at man har en opplevelse av suksess, men at målene og verdimålingen varierer. Dette kan være ulike ting for hvert enkelt menneske. Vi vet at det oppleves godt å føle at man har lyktes, at det gjør noe med selvfølelsen. Det sies at suksess avler suksess og at suksess gir en meropplevelse. Når du føler at du har gjort noe som du selv eller andre synes er bra, er det en suksess. For at man skal bli "gagns" menneske, er det viktig å komme seg vellykket framover og skape mange gode følelser. Å oppleve at man mestrer, stort eller lite, er en metode til å oppnå følelsesmessig suksess. Utøverne må i treningssituasjonen oppleve at de får oppmerksomhet for ting de gjør og den utviklingen dette representerer. Dette gir større livsopplevelse som skal være med og trygge individet på egen verdi og egne valg. Vi tror at dette er nødvendig. Samtidig setter vi teknisk kvalitative mål, for eksempel gjennom graderingene.

Å gi karakterer på en gradering er et incitament til utøvelse av teknisk prestasjon, men dette sier ingenting om utøverens karakter. Det er ikke gode karakterer som gjør deg til et godt menneske. Vi vet hva gode karakterer er, men vet vi hva en god karakter er? Filosofen Sokrates sa "kjenn deg selv". Han hevdet også at "Et ureflektert liv er ikke verdt å leve". Når han maner mennesket til å lære seg selv å kjenne er det en oppfordring til innsikt og forståelse av både seg selv og andre.

## Klubbens gode hjelpere

I en judoklubb skal det naturlig nok foregå judotrening. Sånn sett er det den viktigste aktiviteten i klubben. Men å postulere det uten å se dette i en større sammenheng blir både fordummende og feil. En moderne drevet klubb må oppfylle forpliktelsen til en klubb som forvalter en olympisk idrett gjennom medlemskap i både Judoforbundet og Idrettsforbundet. Til å forholde seg til alle de krav klubben stilles overfor har vi en usedvanlig bidragsyter i klubbens sekretær Johnny Lund. Det har vært mange som har tatt sin tørn både i klubbstyre og i det øvrige administrative apparatet. Utøvere i alle aldre hjelper til på stevner og andre arrangementer.

Det er et mantra i klubben om at man må yte før man kan nyte. Dette innebærer at den enkelte på sitt nivå må bidra til helheten. De urutinerte utøverne må bidra gjennom egen trening. Mer rutinerte utøvere må ta ansvar som trenerassistenter og senere trenere. Mange av disse utgjør også klubbens konkurranseutøvere. Men alle har ansvar for å hjelpe hverandre til å utvikle seg som utøvere og

mennesker. Et afrikansk ordtak sier at: "Det kreves en hel landsby til å oppdra et barn". Vi har samme orientering og har omskrevet dette ordtaket til: "Det kreves en hel judoklubb for å utvikle en utøver".

Det er en gruppe i klubben som er helt uunnværlige. Ikke bare er de sponsorer, coacher, men de er også leverandører av utøvere og samtidig gjør de ulike jobber til beste for klubben. Ja, her er det snakk om utøvernes foreldre. Blant disse er det mange som gjennom årene har bistått med transport av matter, rigging av konkurransehallen, reiseledere til stevner, sjåfører, speakere på stevner, kiosk osv. Klubben kunne ikke ha hatt en aktivitet på det nivået vi har om ikke foreldrene hadde bidratt i den utstrekning de gjør.

Jeg vil på vegne av klubben uttrykke en inderlig takk til alle som har bidratt og som fortsatt bidrar til at klubbens tilbyr kvalitativt god trening og aktivitet og samtidig oppfyller så vel klubbens som utøvernes mål og visjoner. *Takk.*



Alf Birger Rostad mottok i 2012 NIFs ildsjelsdiplom for sin mangeårige innsats

# Resultater

## NM Senior

| År   | Plassering | Vektklasse    | Navn                                                                                      |
|------|------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1987 | 1          | -86 kg        | Egil Kvåle                                                                                |
| 1994 | 1          | +95 kg        | Egil Kvåle                                                                                |
| 1994 | 1          | +72 kg        | Ingjerd Camilla Skogmo                                                                    |
| 1994 | 3          | åpen          | Ingjerd Camilla Skogmo                                                                    |
| 1995 | 2          | +95 kg        | Egil Kvåle                                                                                |
| 1996 | 3          | +95 kg        | Egil Kvåle                                                                                |
| 1996 | 2          | +72 kg        | Ingjerd Camilla Skogmo                                                                    |
| 1997 | 3          | +95 kg        | Egil Kvåle                                                                                |
| 1998 | 3          | -100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2000 | 3          | åpen          | Egil Kvåle                                                                                |
| 2000 | 2          | -66 kg        | Ole Christian Langfjæran                                                                  |
| 2001 | 1          | -100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2003 | 2          | åpen +73 kg   | Egil Kvåle                                                                                |
| 2003 | 3          | -66 kg        | Vidar Lund                                                                                |
| 2004 | 2          | +100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2005 | 5          | lag           | Vidar Lund, Ole Chr. Langfjæran, Benjamin Rajabi, Håvard T. Johansen og Christian Toldnes |
| 2005 | 3          | -66 kg        | Vidar Lund                                                                                |
| 2005 | 1          | -78 kg        | Ingjerd Camilla Skogmo                                                                    |
| 2005 | 1          | +100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2006 | 2          | -73 kg        | Vidar Lund                                                                                |
| 2006 | 3          | +100 kg       | Christian Haugan Toldnes                                                                  |
| 2007 | 1          | +100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2007 | 2          | åpen -73 kg   | Vidar Lund                                                                                |
| 2007 | 3          | -66 kg        | Ole Christian Langfjæran                                                                  |
| 2011 | 2          | åpen -73 kg   | Ole Christian Langfjæran                                                                  |
| 2011 | 2          | -100 kg       | Håvard Thorsø Johansen                                                                    |
| 2011 | 3          | -57 kg        | Ingebjørg Holbø                                                                           |
| 2011 | 3          | åpen (+73 kg) | Egil Kvåle                                                                                |
| 2012 | 1          | +100 kg       | Egil Kvåle                                                                                |
| 2012 | 2          | -100 kg       | Håvard Thorsø Johansen                                                                    |
| 2012 | 3          | -81 kg        | Nils Robin Bjørklund                                                                      |

Egil Kvåle og Ingjerd Camilla Skogmo



Foto: STEINAR EGGEN  
**Supra veteraner:** Evigunge Egil Kvåle og Ingjerd Camilla Skogmo tok begge NM-gull nummer fire i Nadderudhallen i helga, og bekreftet Levangers sterke posisjon Judo-Norge. Adresseavisen 11.4.2005

## NM Junior

| År   | Plassering | Vektklasse | Navn                    |
|------|------------|------------|-------------------------|
| 1983 | 1          | +78 kg     | Rolf Langnes            |
| 1986 | 3          | -86 kg     | Egil Kvåle              |
| 1992 | 3          | +66 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo  |
| 1993 | 1          | +66 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo  |
| 1994 | 1          | +66 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo  |
| 1997 | 3          | -86 kg     | Robert Vingsnes         |
| 1999 | 3          | -81 kg     | Ivan Marius Kristiansen |
| 1999 | 3          | -81 kg     | Robert Lund             |

|      |   |         |                                                                                                                                                     |
|------|---|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2000 | 2 | +100 kg | Reidar Leangen                                                                                                                                      |
| 2001 | 1 | -55 kg  | Torje B. Venseth                                                                                                                                    |
| 2001 | 1 | -100 kg | Reidar Leangen                                                                                                                                      |
| 2001 | 2 | -60 kg  | Vidar Lund                                                                                                                                          |
| 2001 | 3 | -81 kg  | Håvard Barkhall                                                                                                                                     |
| 2001 | 1 | lag     | N-T Judokrets: T. B. Venseth, H. T. Johansen, V. Lund, O-J Lund, H. Barkhall, E.L. Strand og R. Leangen. (Fra Steinkjer: M. Ross)                   |
| 2002 | 3 | -66 kg  | Vidar Lund                                                                                                                                          |
| 2002 | 3 | -63 kg  | Kine T. Meinhardt                                                                                                                                   |
| 2003 | 2 | -81 kg  | Håvard T. Johansen                                                                                                                                  |
| 2003 | 3 | -73 kg  | Benjamin Rajabi                                                                                                                                     |
| 2003 | 3 | -66 kg  | Vidar Lund                                                                                                                                          |
| 2003 | 2 | lag     | Torje B. Venseth, Vidar Lund, Benjamin Rajabi og Håvard T. Johansen                                                                                 |
| 2004 | 1 | -66 kg  | Vidar Lund                                                                                                                                          |
| 2004 | 2 | -66 kg  | Torje B. Venseth                                                                                                                                    |
| 2004 | 2 | -81 kg  | Ole-Johnny Westrum                                                                                                                                  |
| 2004 | 2 | lag     | Torje B. Venseth, Vidar Lund, Benjamin Rajabi og Ole-Johnny Westrum                                                                                 |
| 2004 | 3 | lag     | N-T Judokrets: Truls Kirknes (TJKw), Stein Oddvar Sæthe (LJK), Arild de Vries (NJC) og Terje Sande (NJC)                                            |
| 2005 | 1 | -81 kg  | Benjamin Rajabi                                                                                                                                     |
| 2005 | 2 | -81 kg  | Ole-Johnny Westrum                                                                                                                                  |
| 2005 | 3 | -90 kg  | Håvard T. Johansen                                                                                                                                  |
| 2007 | 2 | -90 kg  | Ørjan Larsen                                                                                                                                        |
| 2009 | 2 | lag     | N-T Judokrets: Henrik Reitan og Jørgen Ruiz Garcia (Isak Danielsen, Magnus Nicolaysen, Aleksander Fossan, alle Steinkjer, og Erik de Vries, Namsos) |
| 2010 | 2 | -66 kg  | Jørgen Ruiz Garcia                                                                                                                                  |
| 2011 | 2 | -73 kg  | Jørgen Ruiz Garcia                                                                                                                                  |
| 2012 | 1 | -73 kg  | Henrik Reitan                                                                                                                                       |
| 2012 | 2 | -73 kg  | Jørgen Ruiz Garcia                                                                                                                                  |
| 2012 | 1 | -81 kg  | Nils Robin Bjørklund                                                                                                                                |
| 2012 | 3 | -81 kg  | Iver Finanger Nesbø                                                                                                                                 |

## NM Ungdom

(før 2004: Landsstevne for ungdom)

| År   | Plassering | Vektklasse | Navn                     |
|------|------------|------------|--------------------------|
| 1988 | 1          | -36 kg     | Ole Christian Langfjæran |
| 1991 | 1          | -61 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo   |
| 1993 | 1          | +61 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo   |
| 1996 | 3          | -71 kg     | Robert Lund              |
| 1997 | 1          | -71 kg     | Robert Lund              |
| 2000 | 3          | -55 kg     | Håvard Thorsø Johansen   |
| 2000 | 2          | -60 kg     | Vidar Lund               |
| 2000 | 1          | -66 kg     | Ole-Jon Lund             |
| 2000 | 2          | lag        | LJK                      |
| 2001 | 1          | -55 kg     | Torje Bragstad Venseth   |
| 2001 | 1          | -60 kg     | Vidar Lund               |
| 2001 | 2          | -60 kg     | Håvard Thorsø Johansen   |

|      |   |             |                                                                                                                                           |
|------|---|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2001 | 1 | -81 kg      | Håvard Barkhall                                                                                                                           |
| 2001 | 2 | lag         | N-T Judokrets: H.T. Johansen T. Venseth , H. Barkhall , V. Lund.<br>(Fra Namsos: A. de Vries)                                             |
| 2002 | 1 | -66 kg      | Håvard Thorsø Johansen                                                                                                                    |
| 2002 | 2 | -63 kg      | Kine Meinhardt                                                                                                                            |
| 2002 | 3 | -66 kg      | Ole Johnny Westrum                                                                                                                        |
| 2002 | 3 | -55 kg      | Torje Bragstad Venseth                                                                                                                    |
| 2002 | 1 | lag         | N-T Judokrets: Torje B. Venseth, Håvard T. Johansen, fra Namsos: Niels de Vries, Simon Einvik, Arild de Vries/Ole Anders Valseth          |
| 2004 | 2 | -81 kg      | Ole Johnny Westrum                                                                                                                        |
| 2005 | 3 | -81 kg      | Ole Johnny Westrum                                                                                                                        |
| 2005 | 3 | +81 kg      | Ørjan Larsen                                                                                                                              |
| 2005 | 3 | -50 kg      | Ivar Sollie Rønning                                                                                                                       |
| 2006 | 3 | +81 kg      | Ørjan Larsen                                                                                                                              |
| 2009 | 3 | U15 -50 kg  | Jørgen Flyum                                                                                                                              |
| 2009 | 3 | lag U17     | Sondre Hov Naavik, Henrik Reitan, Jørgen Ruiz Garcia, Ola Løvrød, Nils Robin Bjørklund og Iver Finanger Nesbø                             |
| 2010 | 1 | U17 -81kg   | Nils Robin Bjørklund                                                                                                                      |
| 2010 | 1 | U17 -66 kg  | Jørgen Ruiz Garcia                                                                                                                        |
| 2010 | 2 | U17 -60 kg  | Henrik Reitan                                                                                                                             |
| 2010 | 3 | U17 -73 kg  | Iver Finanger Nesbø                                                                                                                       |
| 2010 | 3 | U17 -63 kg  | Ingebjørg Holbø                                                                                                                           |
| 2010 | 2 | lag         | Jan Roger Strøm (Steinkjer JK), Sondre Hov Naavik, Henrik Reitan, Jørgen Ruiz Garcia, Nils Robin Bjørklund                                |
| 2010 | 3 | lag mix     | Sone midt: Ingebjørg Holbø. Runa Frengen (Tr.heim Jkw), Jan Roger Strøm (Steinkjer JK), Henrik Reitan, Nils Robin Bjørklund og Ola Løvrød |
| 2011 | 1 | -73 kg      | Henrik Reitan                                                                                                                             |
| 2011 | 3 | -66 kg      | Sondre Hov Naavik                                                                                                                         |
| 2011 | 3 | -81 kg      | Iver Finanger Nesbø                                                                                                                       |
| 2012 | 2 | -U15 -60 kg | Per Erling Haugan                                                                                                                         |



Imponerende resultater av LJKs ungdommer. F.v. Jørgen Ruiz Garcia, Iver Finanger Nesbø, Ingebjørg Holbø, Nils Robin Bjørklund, Henrik Reitan, Fabian Knutsen og Sondre Hov Naavik.

## Internasjonale stevner

| Navn på stevne     | År   | Plassering | Vektklasse | Navn                   |
|--------------------|------|------------|------------|------------------------|
| Nordisk mesterskap | 1983 | 3          | -86 kg     | Rolf Langnes           |
| Nordisk mesterskap | 1988 | 3          | lag        | Egil Kvåle             |
| Scottish Open      | 1988 | 5          | -95 kg     | Egil Kvåle             |
| Åpent Hollandsk    | 1994 | 1          | +72 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo |
| Swedish Open       | 1994 | 2          | +72 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo |
| Swedish Open       | 1994 | 2          | åpen       | Ingjerd Camilla Skogmo |
| Åpent Hollandsk    | 1995 | 3          | +72 kg     | Ingjerd Camilla Skogmo |
| Budo Nord Cup      | 2000 | 5          | -66 kg UG  | Vidar Lund             |
| Nordisk mesterskap | 2001 | 5          | -100 kg    | Egil Kvåle             |
| Swedish Open       | 2003 | 3          | -60 kg JH  | Torje B. Venseth       |
| Budo Nord Cup      | 2004 | 5          | -81 kg JH  | Håvard Thorsø Johansen |
| Nordisk mesterskap | 2004 | 4          | -81 kg UG  | Ole-Johnny Westrum     |
| Nordisk mesterskap | 2006 | 1          | -78 kg SD  | Ingjerd Camilla Skogmo |

|                    |      |   |            |               |
|--------------------|------|---|------------|---------------|
| Nordisk mesterskap | 2006 | 2 | -81 kg UG  | Ørjan Larsen  |
| Nordisk mesterskap | 2011 | 3 | U17 -73 kg | Henrik Reitan |

### Trenere

| Lisens       | År   | Navn                     |
|--------------|------|--------------------------|
| Diplomtrener | 2002 | Alf B. Rostad            |
| Trener 2     | 1984 | Torbjørn Eliasson        |
| Trener 2     | 1985 | Snorre Johansen          |
| Trener 2     | 1990 | Egil Kvåle               |
| Trener 1     | 1997 | Silje Volden Rostad      |
| Trener 1     | 1997 | Christian Toldnes        |
| Trener 1     | 1997 | Ole Christian Langfjæran |
| Trener 1     | 1997 | Ivan Marius Kristiansen  |
| Trener 1     | 1997 | Robert Lund              |
| Trener 1     | 2001 | Håvard Barkhall          |
| Trener 1     | 2001 | Håvard Sunde             |
| Trener 1     | 2001 | Vidar Lund               |
| Trener 1     | 2001 | Benjamin Rajabi          |
| Trener 1     | 2001 | Eirik Lein Strand        |
| Trener 1     | 2001 | Håvard Thorsø Johansen   |
| Trener 1     | 2001 | Ole-Jon Lund             |
| Trener 1     | 2001 | Torje Bragstad Venseth   |
| Trener 1     | 2001 | Kine Therese Meinhardt   |
| Trener 1     | 2003 | Petter Thorsø Johansen   |
| Trener 1     | 2003 | Pål Joar Ertsaas         |
| Trener 1     | 2003 | Ole Johnny Westrum       |

### Dan-graderte

| Dan-grad | År   | Navn                     |
|----------|------|--------------------------|
| 4. dan   | 2003 | Alf B. Rostad            |
| 2. dan   | 1999 | Lars Erik Bjørås         |
| 2. dan   | 2011 | Eirik Lein Strand        |
| 1. dan   | 1989 | Torbjørn Eliasson        |
| 1. dan   | 1989 | Snorre Johansen          |
| 1. dan   | 2001 | Egil Kvåle               |
| 1. dan   | 2004 | Håvard Thorsø Johansen   |
| 1. dan   | 2005 | Ole Christian Langfjæran |
| 1. dan   | 2005 | Vidar Lund               |
| 1. dan   | 2005 | Benjamin Rajabi          |
| 1. dan   | 2011 | Tore Brenne              |

## To KM-gull i styrkeløft til Skogn

KM i styrkeløft ble arrangert på Melhus i helga. Det stilte tre løftere fra Skogn, som løftet bra. Jan Håvard Indahl og Andreas Volden tok begge gull i henholdsvis Ungdom 75 kg og Ungdom 82,5 kilo. Magnus Jessen løftet til sølv i ungdom 67,5 kilo.

Indahl løftet 152,5 kilo i knebøy, 85 i benkpress, 162,5 i mar-

kløft. Volden løftet 127,5 kg i knebøy, 75 i benkpress, 180 i markløft, mens Jessen løftet 110 i knebøy, 57,5 i benkpress og 120 kilo i markløft.

Forøvrig satte Joakim Bjerke norsk rekord i benk i klasse 75 senior med 185 kg. Den gamle rekorden var på 181 kilo, satt i 2000.

## Larvik ønsker Siri Langseth

Larvik har meldt seg på i kampen om LHKs keeper, Siri Langseth. Larviks andrekeeper, Mimi K. Sle-vigen er gravid.

– Vi har fått en mail fra Larvik, der de sier de har tatt kontakt med Siri. Vi har ikke hørt noe, men vi forholder oss til at Siri er under kontrakt med oss også neste år, sier leder Vidar Venås i LHK.

Klubben har proffkontrakter med Langseth, Berit Hynne og Mari Loe, der lønnsutbetaling var knyttet opp til mellomspill i elite B.

– Det forandrer etter vår oppfatning ikke gyldigheten av proffkontraktene, sier Venås.

LHK-styret har dessuten bestemt seg for å tilby ungarske Adrienn Bogнар kontraktstilbud.

### FAKTA

\* Judo er en japansk kampsport og består av kast og kontrollteknikker. Utøvere over 16 år lærer også armbend og kvelinger. Judo er verdens sjuende største idrett med over 16 millioner utøvere på verdensbasis og har vært OL-gren siden 1964.

Judo har sitt utspring i stor grad fra jiu-jitsu (eller ju-jutsu) som trolig ble introdusert i Japan av kineserne, og senere videreutviklet av japanerne. Gradering: Hvit belte, deretter gult, oransje, grønt, blått, brunt og svart belte. Svart belte går fra 1. til 7. dan. For å kunne ta svart belte kan en utøver enten gjøre det gjennom tilstrekkelig kampoeng eller ved hjelp av poeng for trener, dommer eller administrativ virksomhet.

Levanger Judoklubb ble stiftet i 1972 med Olaf Kristian Eklo som formann og Alf B. Rostad som kasserer. Sistnevnte ble på Norges judoforbunds årsting i 2003 tildelt 4. dan. Han er nå den sjette i Norge med denne graderingen.

Kilde: [www.judo.no](http://www.judo.no) og [levangerjudoklubb.org](http://levangerjudoklubb.org)

**TEKNIKK:** Håvard Thorsø Johansen har nylig tatt svart belte. Her demonstrerer han låsning av albueleddet på Torje Venseth.



# Landets yngste med svart belte

**Håvard Thorsø Johansen er landets yngste judo-utøver med svart belte. 17-åringen besto garderingen med glans.**

Det er en, kanskje to yngre utøvere som har tatt svart belte i judo enn Håvard, men i øyeblikket er 17 år og åtte måneder gamle Håvard Thorsø Johansen landets yngste.

Det skjedde under en forbundsgradering i Oslo tidligere i måneden. For å kunne ta på seg

finalen under skandinavias største judostevne, Budo Nord Cup i Sverige.

– I kampsammenheng betyr ikke fargen på beltet noe som helst. Ofte kan høyere gradering føre til at du legger større press på deg selv, men selvsagt synes jeg det er stas å ha klart forbundsgraderingen. Dessuten håper jeg at dette inspirerer de andre i klubben til å satse enda mer på judo, sier han.

Håvard Thorsø Johansen er den sjette i Levanger Judoklubb med svart belte. Hans far, Snorre Johansen, har også svart belte. Det samme har Egil Kvåle og Torbjørn Elliasson. Alle disse har, sammen med Håvard, svart belte av første

legge det bort siden jeg ville prioritere konkurranser. Etter sesongslutt tok vi opp forberedelsene og heldigvis gikk det greit. Jeg har trent judo i 10 år, og det var ikke mye nytt jeg måtte lære, sier han.

– Hvordan foregikk selve graderingen?

– Egentlig var det en meget rask seanse. Jeg viste fram det jeg skulle etter et oppsatt program foran dommerne. Det hele var over på 40 minutter, sier unggutten.

– Det er en nedre aldersgrense for å ta svart belte på 16 år, men det er ikke vanlig at utøvere under 20 år tar gradering til svart belte. Håvard har hatt progresjon i sin utvikling, og var moden for en slik

Levanger Judoklubb som kan klare svart belte i løpet av få år.

– Normalt går det gjerne noen år mellom hver gradering. Håvard tok eksempelvis gradering til brunt belte for tre år siden, men vi har utøvere i klubben som kan ta svart belte før de er 20 år, sier han.

Ungguttens selv stortrives med judo, som han trener 10-12 timer hver eneste uke.

– To av disse øktene er på dagtid gjennom valgfag idrett ved Levanger videregående skole. Jeg synes judo er artig og har lyst til å se hvor langt jeg kan nå. Mitt første mål er å vinne junior-NM til høsten, mens langsiktig mål er å klare det samme i seniorklassen og deretter få gå flere internasjonale

# Knøttejudo

**Knøttejudo er et konsept som har vært en suksess i Levanger Judoklubb siden oppstarten for fire år siden. Til sammen har nesten 150 barn vært innom klubben for å være med på knøttejudo. Denne suksessen skal Tore Brenne ha mye av æren for. Han har hatt ansvaret for knøttejudoen siden oppstarten og har gjort den til det den er i klubben.**

TEKST INGEBJØRG HOLBØ

Sommeren 2008 ble det på Levanger arrangert kurs i hvordan man skal gjennomføre trening for små barn i form av judo. Kurset ble arrangert av Stian Jespersen, han er utdannet barnevernspedagog og er koordinator for barneidrett i Norges Judoforbund (NJF). Kurset varte i 12 timer og gikk over to dager. På kurset lærte man litt om det å skulle være trener for små barn, og hvordan man skal gjennomføre ei knøttetrening. Og om hva man kan forvente seg av både unger og foreldre. Med på kurset var det med trener fra tre klubber, Trondheim Judokwai, Namsos Judo Club og Levanger Judoklubb.

På knøttekurset ble det av NJF presentert en modell der man hadde judo for barn i alderen 3-6 år, og det skulle være mye lek og litt sang i tillegg til judo. I LJK har man gått litt bort i fra denne modellen og skapt sin egen. Etter at det andre kurset startet våren 2009 fant man ut at man trengte to grupper, da ble minstealder satt opp fra 3 til 4 år og øvrealdre ble satt fra 6 til 8 år. Litt av grunnen til dette var at man fant ut at pågangen av knøtter så stor at vi så behov for to grupper. Gruppene blir kalt for Gaupe for de yngste, og Tiger for de eldste. Gaupene har litt judo og en del lek, mens Tigrene har noe mer teknisk judo og mindre lek.



Birger Dahl sammen med pappa Steinar.

Knøttejudo er et konsept som er utarbeidet av Jespersen, som dessuten har svart belte (1.dan) i judo. I knøttejudo går man ikke inn på de mest avanserte judoteknikkene, men går noen inn på de enkleste. Man konsentrerer seg om barnas grovmotorikk, konsentrasjon, samhandling med andre på sin alder og om evnen til å motta korte og konkrete instruksjoner. Gjennom dette skal man også legge vekt på sosialisering, hygge og trivsel. Under trening bør det helst være med minst en av barnas foresatte, hos de yngste kan det bli aktuelt at de blir med på deler av treningen. På den eldste gruppen vil dette behovet være i mindre grad.

Siden oppstarten har ca. 150 barn vært med på knøttejudo, noen har også vært med flere ganger. Høsten 2010 var første gang at det på nybegynnergruppa (9 år og opp) var med tidligere knøtter. Det var da ti knøtter som begynte på nybegynnergruppa som hadde vært med siden oppstarten for fire år siden. Så langt er erfaringen at de som har bakgrunn fra knøttejudoen har et mindre frafall på nybegynnergruppa, enn de som ikke har denne erfaringen. Flere av de første knøttene har i dag gult belte, og noen forbereder seg nå til oransje belte.

# LJK sett fra et foreldresynspunkt

TEKST OVE TARANGER NESBØ



Det var med spenning vi var med niåringen vår på første judotrening. Vi var allerede erfarne barneidretts-foreldre, med et solid antall allidrettstreninger, fotballcuper og håndballhelger på referanselista. Vi hadde heiet, jublet, plastret og trøstet våre og andres barn, og så for oss en lang karriere med offside, kontringer og hjørnekast. Hvorfor judo? Hva var det med judo som var som spennende? Var det samme greia, på japansk?

Alt var annerledes i dojoen, draktene, språket, reglene, trenerne og holdningene. Først forsto vi ingenting, så forsto vi det vi trengte å forstå. I det øyeblikket vi skjønnte at denne idretten og leiken var basert på respekt, trengte vi ikke å bekymre oss over at vi ikke alltid visste om det var vår gutt som var øverst eller nederst, hadde fått eller tapt poeng. Respekt var poenget, og poenget var å vise respekt. Respekt for idretten, tradisjonen, treneren, kompisen, motstanderen og dommeren. Det var en underlig, men god følelse å se mannen med den store barten lære den vesle gutten vår i den altfor store drakta betydningen av respekt.

De første judostevnene var utrolig spennende å overvære. Vi hadde øynene klistret til den vesle gutten i stor judodrakt, holdt sammen av et gult belte. Hvordan skulle dette gå? Tynne, spinkle gutter i nervøs forberedelse til kamp. Fotballkamp er også kamp, men der er det mange gutter og jenter om en ball. Nå var det judokamp, en mot en. Vi kunne se at de vesle hodene tenkte store tanker. Er de andre guttene fra Trondheim, Namsos og Östersund så tøffe og selvsikre som de ser ut til? Er virkelig smerte godt? Er de mulig å vinne, om ikke annet enn en gang?

Vi gløttet litt bort på de store LJK-gutta, juniorene med blåe og brune belter. De så ut til å komme fra en annen rase enn våre små gutter og oss foreldre. Sterke og trygge i kroppen, smale om midjen og drakta blåst opp som en ballong om skuldrene. Var det bare muskler? De sto så godt, de beveget seg så grasiøst. Det var noe med balansen? Nei, det var heller noe med kroppsholdninga? Ja, men ikke bare kroppsholdninga, kanskje mer selve holdninga. Var dette respekt? Sjølrespekt?

Kunne våre små spinkle gutter bli slik? Muskler, balanse, ro, holdning og respekt? Det var vanskelig å se for seg, men midt opp i undringen vokste det fram et intenst ønske om at vår vesle gutt skulle klare seg gjennom det første stevnet og det første året. Vi ønsket oss en seier, bare en og et lite glimt av mestring.

Kanskje har vi en judogutt? Kanskje har han funnet idretten sin? Kan hende vi om noen år kan observere vår gutt bevege seg inn på matta med styrke, balanse, verdighet, ro og respekt?

Vi har vært med på mye, men ingenting kommer opp mot det å følge våre barn vokse seg fram i livet. Det har vært sorger og gleder, fortvilelse og lykke. Slik er det, og slik har det alltid vært. Barnas møter med andre voksne er noe av det aller mest spennende: lærere, slektninger, familievenner, naboer og trenere. Vi fylles derfor med stor glede og takknemlighet når vi tenker på hva våre barn og ungdommer har fått oppleve i judomiljøet. Vi kan i år feire at Levanger Judoklubb er førti år, og det er grunn til å feire. Vi feirer at barn og unge på Innherred i fire tiår har blitt møtt av voksne som vil dem godt. Ledere som lærer våre barn å vinne, men kanskje viktigere lærer dem den vanskelige kunsten å tape.

I LJK lærer våre barn gode holdninger, som sitter både i sjela og kroppen. I judoklubben blir de utfordret til å bli judodommere, i stedet for å klage på dommeren. Her blir ungdommene trenere i stedet for benkeslitere.

På vegne av foresatte, sponsorer og supportere til LJKs mange barne- og ungdomsutøvere, vil vi takke Alf, Snorre, Johnny og resten av LJKs frivillighetsapparat for den utrolig viktige jobben dere har gjort



Iver prøver seg som fakir

gjennom disse førti årene. Vi er glade for å kjenne tilhørighet til judosporten og til denne klubben, og vi er stolte av våre jenter og gutter. Mange av våre har lært å vinne, mange har lært å tape og alle har lært hva respekt er. Mer kunne vi ikke drømme om den kvelden vi møtte på den første treninga.

Vi ønsker Levanger Judoklubb til lykke med 40-årsjubileet, og håper at mange flere barn og unge får oppleve vekst og dannelse i LJK i tiårene som kommer.

*Med respekt*

*Ove*

# LJK som stevnearrangør

Levanger Judoklubb regnes i dag som en av de mest rutinerste stevnearrangørene i Norge. Klubbens første stevne gikk i gymsalen ved Levanger skole i 1981, med Åpent Trøndersk Mesterskap på en matte. Stevnet har hatt norgescupstatus siden 1996. Deltakerrekorden ble satt ved 25-årsjubileet i 2006 med hele 340 deltakere. Det har vært brukt datateknologi ved arrangementene siden tidligere klubbleder Torbjørn Olsens i 1988 utviklet et stevneprogram. I 2012 tar vi i bruk det finske programmet Judoshiai.



Åpent Trøndersk Mesterskap 1989.

## Norgesmeisterskap arrangert av LJK:

**2011** NM individuelt U/J/S

**2009** NM lag

**2005** NM ungdom

**2004** NM ind./lag Jr og NM lag Sr

**2000** Landsstevne for ungdom

**1997** NM junior, individuelt og lag

**1990** NM senior, lag

**1989** NM junior, individuelt og lag

**1988** Landsstevne for ungdom



Åpent Trøndersk Mesterskap på fire matter i 2006. Rekorddeltakelse med 340 utøvere. Her er det Ole-Johnny Westrum som kaster Lars Kyllingstad, SH -90 kg.

## Snakk om åpent stevne...

### Judoklubben i Levanger får besøk fra India

LEVANGER: Det åpne trønderske mesterskapet i judo i Levanger neste helg, vil virkelig leve opp til navnet. Blant de påmeldte i Levangerhallen: Sharma Ravinder, Kwatra Sumit, Dharmender, Sharma Kishor, Siivgh Gurpreet. Fem utøvere fra Apex Judoklubb i India. En «coach» og en «team manager» blir også med på reisen fra New Dehli til Innherred...

Steinar Kvamme  
kvamme@l.j.no 18.14.01.12.04

– Meget spesielt. Jeg har aldri hørt om noe lignende i nordisk sammenheng, sier Snorre Johansen i Levanger Judoklubb (LJK).

– Først trodde jeg dette var en spøk, iscenesatt av duoen Jens Finar Aune/Frode Hallen. Men jo mer vi har sjekket ut denne saken, jo sikrere blir vi på at vi må ta imot deltagere som kommer helt fra India, legger han til.

Hvor kan vi overnatte?

Senest torsdag denne uka møtte Johansen den – forelente –



VENTER LANGVEISFARENDE

**Faksimile Trønder-Avisa 20.4.2002:** Åpent Trøndersk Mesterskap er et populært stevne, og i 2002 fikk vi henvendelse fra en indisk klubb om å delta. Det ble ikke noe av deltakelsen, da vi etter konferanse med ambassaden mis-tenkte at det hele var et forsøk på å komme seg ulovlig inn i landet.

# Styrearbeid

Levanger Judoklubb er avhengig av å ha gode administrative rutiner dersom klubbvirksomheten skal fungere optimalt. Det er stor aktivitet på alle områder, og klubben har i jubileumsåret et budsjett på nærmere 500 000 kr. Det gjennomføres derfor månedlige styremøter, og normalt holdes disse på NAV, hvor klubleder Alf Birger Rostad jobber. I 2011 var klubben registrert med ca. 170 medlemmer. Dette gjør LJK til landets 4. største klubb av i alt 66 klubber.

## Ledere i Levanger judoklubb

| År      | Navn              |
|---------|-------------------|
| 1972-76 | Olaf K. Eklo      |
| 1976-78 | Gisle Amundal     |
| 1978-80 | Aasmund Ertsaas   |
| 1980-82 | Alf B. Rostad     |
| 1982-84 | Snorre Johansen   |
| 1984-89 | Hallvard Skogmo   |
| 1989-91 | Alf B. Rostad     |
| 1991-93 | Torbjørn Olsen    |
| 1993-95 | Snorre Johansen   |
| 1995-97 | Hallvard Skogmo   |
| 1997-   | Alf Birger Rostad |

## Æresmedlemmer

| År   | Navn             | Æresmedlem nr. |
|------|------------------|----------------|
| 2001 | Alf B. Rostad    | 1              |
| 2001 | Snorre Johansen  | 2              |
| 2007 | Johnny Lund      | 3              |
| 2012 | Lars Erik Bjørås | 4              |

## Verv i Norges judoforbund

| Verv                                                                                              | Periode   | Navn                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------|
| Kretsformann N.Tr. judokrets                                                                      | 1978-80   | Gisle Amundal         |
| Kretsformann N.Tr. judokrets                                                                      | 1980-88   | Torbjørn Eliasson     |
| Kretsformann N.Tr. judokrets                                                                      | 1988-91   | Knut Lian Kristiansen |
| Kretsformann N.Tr. judokrets                                                                      | 1992-     | Snorre Johansen       |
| Appellutvalget NJF                                                                                | 1991-93   | Torbjørn Eliasson     |
| Kontrollutvalget NJF                                                                              | 1993-94   | Torbjørn Eliasson     |
| Styremedlem i sentralstyret NJFTK (teknisk komite), TUK (trenerutd.komiteen), DK (dommerkomiteen) | 1994-     | Alf B. Rostad         |
| Lovkomiteen NJF                                                                                   | 1994-     | Alf B. Rostad         |
| Leder dommerkomiteen NJF                                                                          | 1997-     | Alf B. Rostad         |
| President i NJF                                                                                   | 1999-2003 | Alf B. Rostad         |

|                              |           |                      |
|------------------------------|-----------|----------------------|
| Appellkomiteen (medlem)      | 2001-     | Eirik Lein Strand    |
| Appellkomiteen (vara)        | 2001-     | Tore Brenne          |
| Ungdomskomiteen (leder)      | 2001-     | Christian H. Toldnes |
| Ungdomskomiteen (medlem)     | 2001-     | Silje V. Rostad      |
| Teknisk komite               | 2003-2005 | Alf B. Rostad        |
| Lovkomiteen (leder)          | 2007-2009 | Tore Brenne          |
| Kontrollkomiteen (vara)      | 2007-2009 | Jan-Erik Larsen      |
| Forbundsstyret (vara)        | 2011-     | Tore Brenne          |
| Landslagskomiteen (medlem)   | 2011-     | Snorre Johansen      |
| Honorær komite (medlem)      | 2011-     | Alf Birger Rostad    |
| Honorær komite (leder)       | 2011-     | Eirik Lein Strand    |
| Lovkomiteen (medlem)         | 2011-     | Snorre Johansen      |
| Stevne- og arr.kom. (medlem) | 2011-     | Johnny Lund          |



**Styret valgt på årsmøtet i 2012, f.v.:** Eirik Lein Strand, Jørn Magne Hansen, Gunnar Reitan, Anne Brit A. Reitan, Ragnar Norum, Ingebjørg Holbø, Jørgen Endresen Hansen, Alf Birger Rostad, Snorre Johansen og Johnny Lund.

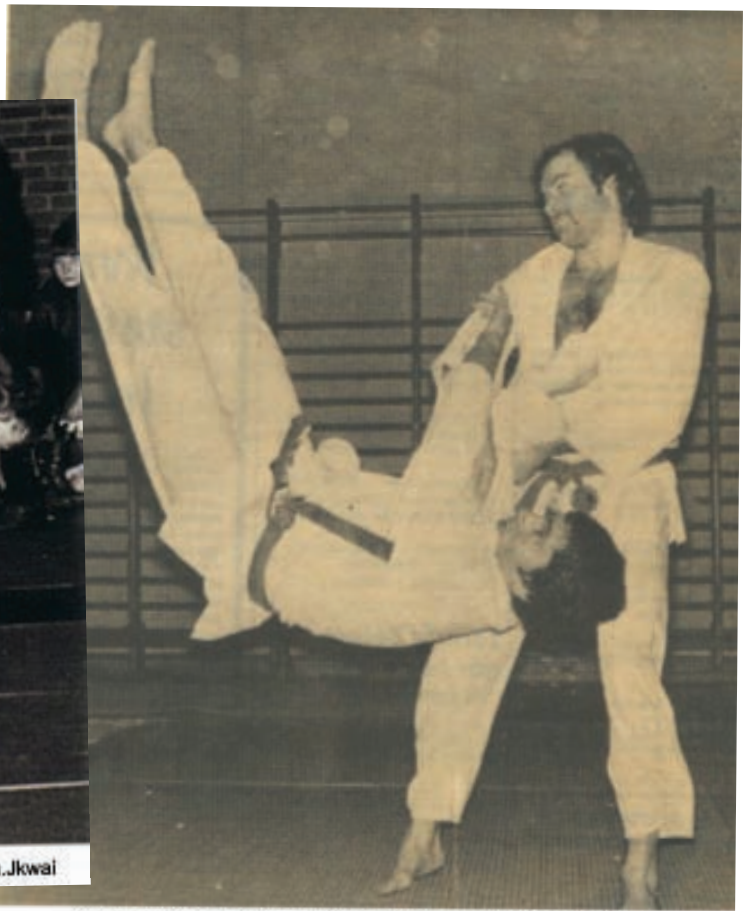
# Glimt fra tidligere tider

## 70-tallet



Gisle Amundal angriper Øyvind Jacobsen

Foto: Tr.h.Jkwai



Gisle kaster Torbjørn Eliasson på oppvisning i 1977

## 80-tallet



Trening med Tony Macconell, 6. Dan, 1982



Trening med Ken Freeman, 6. Dan, 1982



## Brattbakk til København

København (NTB-Reuters): Harald Martin Brattbakk (bildet) har skrevet kontrakt med FC København. Foreløpig gjelder kontrakten hans med den danske superligaklubben for tre og et halvt år.

I følge TVNorge går Brattbakk ned i lønn fra 3,5 millioner til 1,2 millioner, og overgangssummen skal ligge på 8 millioner kroner.



## «Dårlige norske ishockey-spillere»

Stockholm (NTB-TT): Espen «Shampo» Knutsen rangeres blant de aller beste utlendingene i svensk ishockey og er av folket stemt inn som senter i sør-lagets førstepremier i den kommende allstar-kampen. Men generelt er

utlendingene i eliteserien for dårlige, hevder Aftonbladet. Den svenske avisa skriver at innpå halvparten av de 48 utlendingene ikke har noe i svensk toppishockey å gjøre. Blant dem er flere norske spillere.

Aftonbladet har rangert alle utlendingene. Shampo plasseres som nummer to og er en av bare tre som får karakteren 5 poeng (verdensklasse), etter finske Juha Riihijärvi, men foran canadiske Tom Bissett.

# Judoklubben tar grep

LEVANGER: Skoleetaten tilbyr Levanger judoklubb to treningskvelder i gymsalen til Halsan skole. Judoklubben sier nei og varsler politisk oppvask.

Pet-Magne Midje  
midje@trondhjem.no TEL. 74 01 57 13

— Det handler ikke om å finne nødslutninger som skal gi oss et sted å være. Det handler om noe langt mer enn det. Vi finner oss ikke i å bli betraktet som en salderingspost når særinteresser skal ivaretas, sier leder Alf B. Rostad og nestleder Snorre Johansen i Levanger judoklubb.

Derfor krever de at samarbeidsutvalget (SU) ved Levanger skole behandler judoklubbens sak.



OPPVAASK: — Utbedringen av gymsalen ble begjært brukt som en anledning til å bli kvitt oss en gang for alle. Denne saken skal vi til bunns i, lover Alf B. Rostad (l. v) og Snorre Johansen i Levanger judoklubb.

opp leje-etter 25 ppsikt. nings- i søk- tbe-

på tabben med å tilby oss treningsstid på et helt annet sted. Skoleinspektør Geir Medias skal ha ros for at han har prøvd å hjelpe oss. Men saken er langt alvorligere enn som så, understreker Alf B. Rostad.

— Vi har gjort vårt. Vi har tilbudt Levanger judoklubb tr-

ningstid i en annen skoles gym-sal. Det er opp til klubben selv om de aksepterer tilbudet eller ikke. Vi har ikke gjort det, gjør de det ikke når de tar saken til skoleinspektør

ny behandling av saken i SU ved Levanger skole, akter klubben å gå saken nærmere i sømme. De mener klubbens treningsstid ofres på grunn av enkeltes særinteresser i saken.

— Selv om vi har trent på gymsalen i 25 år, har vi all-

Utbedringen av gymsalen ble begjært brukt som en anledning til å bli kvitt oss en gang for alle. Dette vil vi helt til bunns i. Bjella skal henges der den hører hjemme i denne saken, lover Alf B. Rostad og Snorre Johansen i Levanger judoklubb.

## Skolen SNUR

Levanger skole snur og vil nå tilby Levanger judoklubb leie av gymsalen. Det skjer etter et de ansatte ved skolen drøftet saken i går ettermiddag.

LA: Kjell E. Skarvel



## Innkalt til samling

Siri Langseth, Froel og Astrid A. Vennø. Næstgenen er begge uttatt til fylkesmesterskap i håndball for spillere i Nord-Trøndelag og Helgeland. Sammen i Mosjøen kommer permen i Mosjøen kommer de helse, og de to spillere er blant 21 spillere på samling. Fra Nord-Trøndelag er det ytterligere tre spillere i tillegg. Sammen i Mosjøen kommer de helse, og de to spillere er blant 21 spillere på samling. Fra Nord-Trøndelag er det ytterligere tre spillere i tillegg. Sammen i Mosjøen kommer de helse, og de to spillere er blant 21 spillere på samling.

**Kastet ut i pysjen**  
Den aktive Levanger judoklubb ble brukt som tungt argument i søknaden om Levanger skoles gym-sal. Under byggeperioden ble judoklubben slengt hit og dit, fra Nesset samfunnshus til et loftstom i Momarka grendehus. Da gymsalen endelig sto ferdig, ble judoklubben kastet ut, melder Trønder-Avisa. Det hele skal dreie seg om et simpelt feilgrep som nå er anket inn for skoleetaten i Levanger.

EINAR HANSEID  
Sjefredaktør

P  
P

## innsett i Nederland



FORNØYDE: Håvard T. Johansen, Torje B. Venseth og Vidar Lund, hadde en flott tur til Alkmaar.



## 8 MEDALJER I NM TIL LJK

Det ble hele 8 medaljer til Levanger Judoklubb i NM som ble arrangert i Trønderhallen 9 - 10 april. Med 4 medaljer i senior og 4 i ungdom og junior er dette klubbens beste resultat på mange år. Det ble gull til Henrik Reitan i U17 -73, sølv til Ole Christian Langfjæran i SH åpen -73, Håvard Thorso Johansen i SH -100 og Jørgen Ruiz Garcia i U20 -73. Bronsemedaljer ble det til Ingebjørg Holbø i SD -57 og Egil Kvåle SH åpen, Sondre Hov Naavik i U17 -66 og Iver Finanger Nesbø i U20 -81. Ex LJK-medlem Vidar Lund, nå Ippon JK, tok sølv i SH -73, og vi tar også med ham på skrytelisten.



Senior: F.v. Ingebjørg Holbø, bronse, Ole Chr. Langfjæran, sølv, Håvard Thorso Johansen, sølv, Egil Kvåle, bronse, og Vidar Lund, ex-LJK, nå Ippon, sølv.

# 2010 til 2012



Ungdom og junior: Jørgen Ruiz Garcia, sølv, Henrik Reitan, gull, Sondre Hov Naavik, bronse, Iver Finanger Nesbø, bronse.



Nordisk 2011.  
Bronse til Henrik Reitan  
i U17 -73 kg.

## LEVANGER JUDOKLUBB

### HURRA FOR 17. MAI!

Levanger Judoklubb gjorde seg godt bemerket i borgertoget 17. mai. Oppslutningen var bedre enn på mange år og det var omtrent tretti store og små som gikk bak klubbens fane. Nærmest bak fanen kjører riktig nok Johnny Lund med traktoren som trekker tilhengeren med matter. For noen av de yngste knytter det seg stor spenning til det å gå opp på tilhengeren og kaste, men desto lykkeligere er man når første runde er unnagjort. I Levanger er 17. mai en av de store dagene for markedsføring av judo. Klubben får honnor for å ha et underholdende innslag i borgertoget og vi ser for oss at tradisjonen vil vare like lenge som 17. mai-feiringa vil eksistere.



Stolt fanebærer Sondre Hov Naavik flankert av Ingebjørg Holbø og Aleksander Bye



Imponerende resultater av LJKs ungdommer. F.v. Jørgen Ruiz Garcia, Iver Finanger Nesbø, Ingebjørg Holbø, Nils Robin Bjørklund, Henrik Reitan, Fabian Knutsen og Sondre Hov Naavik.

# Å være ung dommer

TEKST JØRGEN ENDRESEN HANSEN

Siden starten i 1972 har Levanger Judoklubb utviklet flere gode utøvere som har hentet hjem plasseringer og medaljer. Vi som klubb har satt Levanger på kartet og markert for «søringene» at det er meget god judoaktivitet i Levanger. Vi har norgescupstevnet Åpent trøndersk mesterskap som trekker svensker og folk fra alle deler av landet. Men for å få et stevne som ATM og andre stevner i landet til å gå rundt, så er en gruppe mennesker viktige for å sikre at regelverket og prosedyrer blir overholdt. Norges judoforbunds dommere blir dyrket frem av klubbene i det lang-

med judodømming siden 2007, så har jeg brukt veldig mye av min tid til dette. Man skal kunne ha stor utholdenhet ved å bruke så mye tid som jeg har brukt frem til nå. Man bruker kanskje hele frihelger som man egentlig kunne ha brukt til å jobbe. På mitt erfaringsnivå så mottar jeg 200 kr per stevne. Det er klart at jeg ikke gjør dette for pengenes skyld. Frem til nå så har jeg fått vært med på to norgesmesterskap, lag-NM i Sandnes 2010 og individuelt norgesmesterskap Levanger 2011. Det har vært de to største høydepunktene i min dommerkarriere så langt. Jeg



**Jørgen dømmer kamp mellom Ola Løvrød og Aleksander Fossan, Vårspretten 2009**

strakte judoriket Norge. I vår egen klubb har vi flere personer som utmerker seg innenfor Judo-Norge. Vi har i dag følgende personer i klubben som dømmer aktivt rangert etter hvilken lisens de har:

Alf Birger Rostad (A), Eirik Lein Strand (A) og meg selv, Jørgen Endresen Hansen (C).

## **Min egen utvikling som dommer**

Min egen ferd, som jeg ennå er på for å bli en god judodommer, er krevende. Man skal tross alt være 100% i løpet av hele dagen. Jeg har utviklet meg mens jeg har vært judodommer. Jeg har blitt mer reflektert, fått mer selvtilit, ha utviklet evnen til å kunne virke autoritær uten å bruke autoritet. Jeg har vokst med idretten jeg elsker. Selv om jeg bare har drevet

har blitt tatt ut til å dømme NM individuelt i Larvik i 2012. Jeg synes det er svært motiverende for min egen del å få denne tilliten til å dømme så krevende stevner slik at jeg får utfordringer og at det forventes at jeg må levere. Det er noe jeg er veldig glad for. Jeg har mange å takke for at jeg har kommet så langt i min ferd. Det er som sensei Alf Birger Rostad sier: Det skal en hel klubb til for å fostre en judoutøver, jeg tror dette kan overføres til judodømming også.

## **Hvorfor gjør jeg det jeg gjør?**

Dette er et spørsmål jeg får av folk når jeg er ute på stevner, som ung dommer. Judo er ikke bare en "highway to heaven", rett fram, - det er mange veier. Noen satser på å konkurrere, mens jeg er en av svært

få som satser på å gjøre det bra som dommer. Grunnen til at jeg dømmer judo er egentlig ganske enkel: Jeg trives med det jeg gjør. Hvorfor? Jo, du får reise rundt og møte folk du ellers ikke møter. Det er sosialt, det er trivelig, du får se fin judo fra første rekke, noe jeg synes er meget eksklusivt ved å dømme, og ikke minst er det gøy! Du kan jo spørre en gammel mann om hvorfor han har jobbet i en bedrift i "ørt-å-førti år". Den enkleste grunnen er mest sannsynlig at han trives i jobben.

Jeg håper flere fra LJK ønsker å dømme judo.

#### Lisensierte dommere

| Lisens   | År   | Navn              |
|----------|------|-------------------|
| A-lisens | 1990 | Torbjørn Eliasson |
| A-lisens | 1991 | Alf B. Rostad     |
| A-lisens | 2004 | Eirik Lein Strand |
| B-lisens | 1988 | Snorre Johansen   |

**C-lisens:** Ole-Johnny Westrum, Stein Oddvar Sæthe, Ørjan Larsen, Jan Erik Lund, Torje Bragstad Venseth, Henrik Reitan, Ole Christian Langfjæran, Ole Jegtvolden, Benjamin Rajabi, Håvard Thorsø Johansen, Aleksander Bye, Nils Robin Bjørklund, Johnny Lund, Ola Valan, Ola Løvrød, Jørgen Ruiz Garcia, Iver Finanger Nesbø, Ingebjørg Holbø, Tone Sutterø, Jørgen Endresen Hansen, Jakob Karevold Grønhaug, Sondre Hov Naavik, Iver Tronstad, Joacim Arntsen Kristiansen, Per Erling Haugan, Ragnhild Holbø, Arnt Olav Midtaune Svendsen, Håkon Johansen, Kjartan Gjelvold.

# Hilsen fra NJF

TEKST **VIBEKE THIBLIN**



## Gratulerer!

Levanger JK feirer 40- års jubileum i 2012. Klubben har god grunn til å feire, i 2011 var Levanger JK Norges 4. Største klubb med hele 167 medlemmer. Det gjør klubben til et kraftsenter i både regional og nasjonal judo. Det er godt gjort i en liten by og vitner om både engasjement og kunnskap i den daglige driften av klubben.

#### Aktivitetsskaper

Det er det som kommer opp først når jeg skal forsøke å beskrive jubilanten med et ord.

Bare for å nevne noen av de mange arrangementene jeg forbinder med klubben; Åpent Trøndersk mesterskap, jentesamlinger, trenerkurs, treningssamlinger, Norgesmesterskap, dommerkurs og kretsmeesterskap. En imponerende liste som klubben kan være stolte av.

Judoens grunnlegger, Jigoro Kano, sa:

"Ut av judotreeningen skal en bli skikket til å bli en person som kan bidra til fordel for samfunnet. Dette er den ideelle mening i judotreeningen"

Å være en aktivitetsskaper er å være en bidragsyter.

Levanger judoklubb er en viktig bidragsyter til judomiljøet både lokalt, regionalt og nasjonalt.

Når man fyller år, er det normalt at man tenker litt over hvem man er. For å hjelpe Levanger JK (NJFs oppgave) med disse grubleriene, har jeg snakket litt med noen judofolk utenfor klubben. De oppsummerte Levangers kjerneidentitet i følgende punkter:, Alf/Snorre/Johnny, sindige og solide trøndere, joviale, Åpent Trøndersk mesterskap, bart. Her er det mye å bygge både en identitet og en jubileumsfest på.

Norges Judoforbund gratulerer Levanger JK med 40- års jubileet, og ønsker lykke til med videre utvikling!

MVH Vibeke Thiblin

President i Norges Judoforbund

# Judo i et internasjonalt perspektiv - OL i London 2012

TEKST HÅVARD THORSØ JOHANSEN

Til sommeren arrangeres som kjent de olympiske leker, noe som betyr høytid for judosporten. Fra 28. juli til 3. august skal det kjempes om medaljer i 14 vektklasser – sju for både kvinner og menn. Konkurransen foregår i Exhibition Centre London (ExCeL).

## Litt historikk og statistikk

Helt siden 1964 har judo vært en olympisk gren, og med unntak av OL i 1968 har sporten vært fast på programmet. Kvinner fikk innpass fra og med OL i Barcelona i 1992.

Gjennom historien er det Japan (65), Frankrike (37) og Sør-Korea (37) som har tatt flest medaljer. Av Japans medaljer er hele 35 av dem gull, mens det for Frankrike og Sør-Korea er henholdsvis 10 og 9. Kina og Cuba er to andre nasjoner som har utmerket seg på medaljestatistikken i olympisk sammenheng, da særlig i kvinnes tungvektsklasser. Ellers må det nevnes at alle seks kontinenter er representert blant medaljørene.

Med fire år mellom hvert mesterskap hører det med til sjeldenhetene at noen vinner flere OL-gull. En som må trekkes frem i denne sammenhengen er japaneren Tadahiro Nomura. Som den eneste judoutøveren gjennom tidene har han vunnet hele tre OL-gull på rad (1996, 2000 og 2004), dette i klassen -60 kg.

Norge i internasjonal judo

Norge har vært representert i OL to ganger. Første gang var i Los Angeles i 1982, da med tre deltakere. Den foreløpig siste gangen var med én deltaker i Barcelona i 1992. Dessverre ble det ingen sportslig suksess.

Norge kan imidlertid skilte med to medaljer fra VM for kvinner. I 1982 ble det sølv til Inger Lise Solheim i -61 kg, mens Heidi Andersen tok bronse i -66 kg.

Det er altså 30 år siden Norge hevdet seg blant verdenseliten. Nivået må i dag sies å være høyere og konkurransen hardere. I nyere tid er det særlig Esther Myrebøe og Martin Thiblin som har stått for den internasjonale satsingen. Begge har vunnet ett World Cup-stevne hver, i henholdsvis 2006 og 2008. Myrebøe vant -63 kg i Baku i Aserbajdsjan, mens Thiblin vant -73 kg på hjemmebane.

Thiblin forsøkte å kvalifisere seg til OL i London, men resultatene uteble. Norge er ingen judonasjon i den store sammenhengen, og for å hevde seg blant de aller beste kreves et større støtteapparat og flere sparringspartnere. Å være judoutøver på et internasjonalt høyt nivå er en fulltidsjobb. For å kunne satse optimalt, noe som innebærer 30-40 treningstimer i uka, må forholdene ligge bedre til rette, noe de per i dag ikke gjør.

## Litt om kvalifiseringen og deltakerantall

I likhet med mange andre idretter er det nok OL-gull som henger høyest for en judoutøver. Konkurransen for i det hele tatt å kunne delta er i dag knallhard. Deltakelse avgjøres på bakgrunn av en kvalifisering som foregår over to år. Hver nasjon får kun stille med én deltaker i hver vektklasse. For store judonasjoner byr dette på utfordringer når det gjelder utvelgelse av utøvere til kvalifiseringen, og en svakhet med systemet er at potensielle medaljevinnere ikke får muligheten til å delta. Tross denne regelen om én utøver per nasjon i hver vektklasse, er det til sammen et høyt deltakerantall. Under OL i Beijing i 2008 deltok 386 utøvere.

## Profilen i kommende OL

Å holde oversikten over alle judoutøverne som konkurrerer på høyt internasjonalt nivå er umulig. På verdensranking er det opp mot 300 utøvere i hver vektklasse. Av disse er det mange som hevder seg i de forskjellige turneringene. Foruten EM (andre kontinentale mesterskap), VM og OL er det Grand Prix, Grand Slam og Masters som er de gjeveste konkurransene å vinne. Det er her de absolutt beste samles. Undertegnede ser mye judo (ippon.tv), og vil trekke frem tre profiler det er verdt å følge med på i kommende OL.



## Ilias Iliadis – Hellas

Født i 1986 i Georgia. Vant OL-gull i -81 kg allerede som 17-åring i 2004. Det samme året vant han også EM. Konkurrerer nå i -90 kg, hvor han ble verdens-

mester både i 2010 og 2011. Med et stort repertoar er Iliadis en mann som alltid hevder seg i de store mesterskapene. Er i skrivende stund nummer 1 på verdensrankingen.



*Teddy Riner – Frankrike*

Med sine 204 cm og 139 kg er han, også bokstavelig talt, den største judoprofilen innen internasjonal

judo for tiden. Til tross for at han bare er 23 år (født i 1989), har han allerede vunnet 6 VM-titler, hvorav 5 individuelle. Den første vant han bare 18 år og 5 mnd gammel, og er med det tidenes yngste verdensmester i judo. I tillegg er han også to ganger europamester. I Beijing i 2008 ble det bronse, så OL-gullet mangler fortsatt. Teddy Bear er selvsagt nummer 1 på verdensrankingen og soleklar favoritt til å vinne +100 kg.



*Lucie Decosse – Frankrike*

Decosse fyller 31 år like etter OL. I løpet av sin judokarriere har hun vunnet utrolige 3 VM-gull og 4 EM-gull. I forrige OL kom hun til finalen, men måtte se seg slått av japanske Masae Ueno, som for øvrig er to ganger olympisk mester. Med full uttelling kan hun gå helt til topps i London. Er nummer 1 på verdensrankingen i klassen -70 kg.

## Guinness REKORDER

Judomesteren Yashiro Yamashita (f. 1. juni 1957) trakk seg ubesieret tilbake etter 203 etterfølgende triumfer i perioden 1977–85. Blant disse var ni japanske mesterskap i rekkefølge og fem verdensmesterskap.



Tegnet av DICK MILLINGTON

14/9

Siden introduksjonen av judo-verdensmesterskap for kvinner i 1980 er belgiske Ingrid Berghmans (f. 24. august 1961) den som har vunnet mest, med seks titler.



Brødrene Carl og Peter Udry gjennomførte 18 779 judokast i løpet av ti timer på Hendra idrettsbane i Cornwall 29. august 1987.



LEVANGER JUDOKLUBB

40 år  
1972 - 2012



Trening i gymsalen ved Levanger skole i 1997.