

## DAGSKRÁIN Í JÚNÍ/JÚLÍ.

13. júní Kolportsdagur: Allir félagsmenn eru beðnir um að gefa kökur til styrktar barna og unglingsstarfinu hjá KFR. Vinsamlegast skilið kökunum inn fös. 12. júní á Sundlaugaveg 28 eða komið í Kolaportið kl. 9 - 10, 13. júní. Eflum unglinastarfið !!

17. júní: KFR verður með sölubás í miðbænum til að koma fjármálum félagsins á réttann kjöll. Það vantar gasgrill fyrir þennan dag því meiningin er að vera með grillaðar pylsur. Sjálfboðaliðar óskast til aðstoðar við pítsugerð, poppun og bakstur. Á næstunni skuluð þið því búast við áhlaupi stjórnarmanna. Verið viðbúin !!

4 -5. júlí: Æfingabúðir að Klébergi nálægt Mosfellsbæ. Æfingar, leikir, matur, unglingsmót ofl. Verð kr. 2.500.- pakkinn. Innifalin ein góð máltið á laugardegi og félagsmenn beðnir um að koma með nesti. ALLIR MEÐ !!

Seinnipartin í júlí, Frakklandsferð, smáatriðin um þá ferð koma fljóttlega.



SÍMASKRÁ.

Fyllið út þennan miða og klippið út. Skrifið greinilega og setið hann svo í hugmyndabankann.

KLIPPID HÉR

Nafn: \_\_\_\_\_

Heimili: \_\_\_\_\_ h.s. \_\_\_\_\_

Vinnustaður / skóli: \_\_\_\_\_ v.s. \_\_\_\_\_

## Fréttabréf KFR.

Karatefélag Reykjavíkur

Júní 1992 1. tölublað



OKINAWA GOJU RYU

## Ágætu félagsmenn !

Hér fer af stað tilraunarútgáfa fréttabréfs KFR. Markmiðið er að gefa það út 6 til 8 sinnum á ári. Reynt verður að koma öllum helstu upplýsingum á framfæri tengt starfi félagsins, fréttir að utan osfrv. Allar ábendingar eru vel þegnar. Við vonum að þið hafið gagn og gaman að. Stjórn KFR J.O.

## FJÖLMENNUM TIL FRAKKLANDS !!!!

Í júlí n.k. verða Evrópuæfingabúðir í Frakklandi í Okinawa - Goju ryu. Kennarar þar verða þeir bestu sem völ er á og mun Sensei Higoanna verða þar fremstur. Að fara í svona ferð er mikil reynsla og mjög skemmtilegt. Æfingabúðirnar verða í fimm daga og á sjötta degi er Evrópumeistaramót í Okinawa Goju ryu. Heildar kostnaður þ.e. fargjald, æfingar, hálfst fæði, gisting og keppnisgjald er um 60.000.- Sé um að ræða fullt fæði þá hækkar talan um ca. 5.000.- Það er ekki búið að ræða alla möguleika við Flugleiðir varðandi fluggjald en það er öruggt að upphæðin lækkar eftir því sem fleiri fara. Við munum vera með fjáoflun 17. júní fyrir þessa ferð og mun það einnig minnka kostnað. Mikilvægt er að þeir sem hafa tækifæri á að fara og áhuga æfí vel og fylgist með upplýsingum á töflunni um ferðina. Þeir krakkar sem hafa áhuga á að fara, fá heim með sér blað með öllum upplýsingum á innan skamms. Pessi ferð er það besta sumarleyfi sem völ er á, staðsetningin er frábær og öll aðstaða til æfinga og tómstunda í sérflokk. Það er ekkert mál að lengja ferðina fyrir þá sem vilja t.d. ef einhverjir ætla að ferðast til annarra landa, þá er allt hægt með nægum fyrirvara. Pessi ferð er öllum nauðsynleg sem hafa áhuga á að auka við getu sína í karate og mikil lyftistöng fyrir félagið okkar.



SENSEI HIGOANNA

EKKI MISSA AF PESSU !!

FJÖLMENNUM TIL FRAKKLANDS !!

## ÁGÆTUR ÁRANGUR KFR MANNA Í ÚTLOÖNDUM !

Pað voru íslenskir keppendur á þremur alþjóðlegum mótum sem haldin voru með stuttu millibili frá lok apríl til maíloka. Á Opna hollenska mótinu kepptu Halldór Svavarsson í - 60 kg. í opnum fl. og í kata og Jónína Olesen í - 53 kg. og í kata. Jónína fékk bronsverðlaun í kumite og varð 10 í kata (af 25. kepp.) Þau kepptu einnig á Evrópumeistaramótinu sem líka var í Hollandi. Þau keppti Hallór í sínum þyngdarfl. og opnum fl. og Jónína í - 53 kg. opnum fl. og kata. Þau náðu sama árangri, hlutu fimmtra sætið, Halldór í - 60 kg. og Jónína í opnum fl. og hún varð í 13. sæti í kata af 28 kepp. Á opna danska mótið fóru Konráð Stefánsson og Jónína Olesen. Vegna mistaka hér heima þá var Konráð ekki skráður á mótið og eftir MIKIÐ þref fékkst leyfi fyrir hann í opna flokkinn. Hann komst í baráttuna um að keppa um að fá að keppa um þriðja sætið en tapaði. Jónína hlaut silfur bæði í kata og kumite og var valin "female-fighter" mótsins. Þau er mikill undirbúningur fyrir svona móti og þurftu keppendur allir að léttu sig um 4-5 kg! Ólafur Wallevik fór með í fyrstu tvær ferðirnar og á hann hrós skilið fyrir stuðning sinn við ísl. kepp. Þegar út í lönd er komið er geysilega mikið atriði að þjálfari sé virkur og fylgist vel með framgangi mótsins. Hann þarf einnig að hvetja sína menn áfram í upphitun sem og þegar út á völlinn er komið. Að mati undirr. Þá getur á það haft áhrif á árangur kepp. hvernig þjálfarinn bregst við aðstæðum þegar komið er á móti þar sem reglur eru strangar og hefðin sterkt. En að sjálfsögðu er undirstaða góðs árangurs fólgin í reglulegri ástundun í sínu félagi og að leggja sig fram við grundvallaraefingarnar !! J.O.

## STJÓRN KFR.

Formaður:	Jónína Olesen
Varaformaður:	Anna Carlsdóttir
Gjaldkeri:	Konráð J. Stefánsson
Ritari:	Áslaug Jónasdóttir
Meðstjórnendur:	Salvar H. Björnsson og Kjartan Guðmundsson.

Jónína var settur formaður til hausts. Ólafur Hreinsson hætti snögglega störfum og við tók Sigurður Sverrisson. Hann vék svo úr embætti vegna lélegs fjárhags félagsins, en hann var á góðum launum. Í haust verður aðalfundur og þá verður kosið í stjórn að nýju.

Karatefélag Reykjavíkur Sundlauguar Laugardal sími 35025

## KYNNINGIN

### Ester Ósk Jónasdóttir.



Ester hefur haldið uppi heiðri kvenþjóðarinnar af yngri kynslóðinni með því að gefast ekki upp þótt á móti blási. Bróðir hennar Sigurður byrjaði að æfa 1984, og stóð sig mjög vel, en þegar hann hætti þá byrjaði sú stutta. Það eru ekki margar stúlkur sem standa sig eins vel og Ester, að vera alltaf ein með strákunum getur ábyggilega verið strembið, en það sýnir kannski best hversu góðan krakkahóp við höfum hér í félaginu.

1. Fd. og ár: 02.01 1981
2. Lengi æft: 16 ár
3. Gráða: 4 kyu
4. Skemmtilegast að æfa: Kata
5. Leiðinlegast að æfa: Prek
6. Draumaprinssinn: Góður
7. Sumarið.: Fara til Vopnafjarðar og ferðast um landið
8. Skólinn: Ágætur
9. Stóri draumurinn: Að ná langt í karate
10. Best að borða: Hamborgari og franskur, og kjúklingar
11. Áhugamál: Karate og aftur karate
12. Hvað fer mest í taugarnar á þér :  
Þegar bróðir minn lumbrar á mér
13. Uppáhaldshljómsveitin: Stjórnin
14. Mottó: Bæta mig í öllu sem ég geri