



Hej, och välkommen till ett nytt träningsår, en sprillans ny dojo - samma gamla beprövade tekniker!

Invigningsträning söndag 12/1

Som alla vet har vi en ny dojo i Tellusborgshallen. De flesta av er har redan varit där och provtränat (om inte vad väntar du på). Mer info om invigningsträningsdagen hittar du på Svenska Aikidoförbundets [Kalendarium](#)

Medlems och träningsavgift

Vi har ett nytt hyresavtal och därmed en högre lokalhyra som numera helt baseras på bokad tid. Klubbens ekonomi är god, så inledningsvis kommer vi inte att höja några avgifter och förhoppningsvis kan vi fortsätta så. Det dock viktigt att alla betalar medlemsavgift för året samt träningsavgiften så snart som möjligt, gör det direkt så är det klart!

Prata med kassören om du har problem med att betala allt på en gång så han vet att du är på G.

Ny träningstid på tisdagar

Vi ändrar tid på tisdagar till 18.15-20.00, med start från tisdagen den 7/1. Vi rekommenderar våra nyare medlemmar att komma då, men tiden är öppen för alla och vi delar eventuellt upp deltagarna efter nivå. I februari planerar vi även att ha en ny introduktionskurs parallellt med den vanliga träningen.

Hakama på dagtid

Från början var dagträningen mer informell och vi rationaliserade oftast bort att bära Hakama, vilket med tiden blivit mer regel än undantag. Nu är dagpassen en stor del av klubbens ordinarie träning med många deltagare och vi föreslår att regeln ändras till att bära Hakama även på dagtid, dvs undantagen är att inte bära den.

Aktivera och använda kod i kodlåset i entréer och omklädningsrum

Det här är ju lite krångligt och inte helt lätt att förklara, men vi gör ett försök igen:

- Alla som har passerkort från Brännkyrkahallen kan använda det för att komma in i hallen och in i våra omklädningsrum (B5 herrar och B7 damer). Korten fungerar 1 timme innan och 30 min efter bokad tid.
- Det finns en funktion som heter "Efterföljandekod" som alla med kort kan aktivera vid entréerna och omklädningsrummen. Den innebär att alla efterföljande kan komma in med enbart kod. Även detta fungerar 1 timme före och 30 minuter efter bokad tid.
- Om du aktiverar koden vid en entré aktiveras den automatiskt även för den andra entrén, men omklädningsrummen måste hanteras var för sig.

Gör så här:

När du kommer till kodlåset vid entré eller omklädningsrum så testa först funktionen "Kodlås" med vår kod (1278). Om någon redan aktiverat koden så låses dörren upp. Om inte dörren låses upp så:

1. Placera ditt kort på kortläsaren,
2. Tryck på meny i mitten längs upp,
3. Välj "Ändra efterföljandekod",
4. Placera ditt kort på kortläsaren en gång till,
5. Skriv sedan in koden (1278).
6. Nu ska du och efterföljande kunna komma in genom att välja "Kodlås" och använda den registrerade koden

Och koden är...

Vi har använt samma kod som judon dvs 1278, vilket innebär att vi ibland kan komma in genom entréer om de aktiverat koden innan oss. Vi fortsätter med kod 1278 så länge, men ändrar kanske längre fram.

Förrådet och städning

Vi ska se över och planera förrådet tillsammans med judon och en idé är att skapa plats för den som vill att lämna en Hakama därinne. Även städning (typ blodfläckar, tejprenster, vattenflaskor etc) har vi en diskussion med dem om, vilket naturligtvis innebär att vi också måste hålla rent efter oss.

Nycklar/nyckelbrickor samt passerkort från Brännkyrkahallen

Alla som har en nyckel samt eventuellt en nyckelbricka SSF till lokalen i BH kan nu lägga dessa i metallåtervinnningen, men behåll passerkorten eftersom de fungerar i nya hallen. Om du har ett passerkort men inte använder det så kom gärna förbi med det eller lägg det i ett kuvert och skicka det till

Peter Spangfort

Betebyvägen 30
137 95 Österhaninge

Vad är på G

- 12/1 – Inflyttningsträning SAK
- 13-31/1 – Peter i Japan
- 26/1 – Fall-akademin SAK
- 4/2-4/3 – Introduktionskurs på tisdagar
- 23/2 – Fall-akademin SAK
- 14-16/3 – Kuribayashi i Barcelona
- 23/3 – Fall-akademin SAK
- 12/4 – Dangraderingsträning SAK
- 10/5 – Endagsläger med dangradering SAK
- 23-25/5 – Tissier i Sigtuna
- 31/5-1/6 – Namba i Poznan
- 13-15/6 – Ariga i Oslo
- 28-29/6 – Kuribayashi i Stockholm

Välkommen till SAK 2025

ETT NYTT ÅR, EN NY DOJO - SAMMA GAMLA BEPRÖVADE TEKNIKER



Copyright (C) 2025 Stockholm Aikikai Aikido. Alla rättigheter förbehållna.

Vår adress är:

Vill du ändra hur du får dessa e-post meddelande?

Du kan [uppdatera din information](#) eller [avsluta e-post meddelande](#)

