



## Västerås Judo klubb presenterar instruktören/domaren Kjell Ingemansson



1977 1:a Dan,  
1980 2:a Dan,  
1983 3:e Dan,  
1995 4:e Dan,  
2002 5:e Dan  
2010 6:e Dan.

Jag är född **1954** och började träna **1970** och min nuvarande judograd är **6 Dan**. Jag blev den **16 personen** att graderas till denna grad och totalt är det nu ett 25 tal som uppnått grad 6 eller högre i Sverige räknat från 1958 då judo startade i Sverige. **Det svarta bälte** är indelat i **10 grader** som benämns **Dan**, grad **1-5 svart**, **6-8 rött/vitt** och **9-10 rött**.

**Bästa tävlingsplacering! 3:a** på öppna Svenska Mästerskapen **1976**. (Tävlade mellan 1974 och 1985)

### Utmärkelser:

- 1997** SJF:s högsta förtjänst tecken (nr3 guldring på svart botten).  
**1999** Årets Judoka (person som tränar judo) av Svenska Judo Förbundet för utmärkt arbete inom SJF.  
**2015** Årets Domare **2014**.

### Instruktörsutbildning:

- 1975** **C-Instruktör** (första utbildnings nivån för instruktörer på klubben, klubbens första utbildade instruktör).  
**1980** **A-Instruktör** som senare ändrade benämning till **steg 4 instruktör**.  
Jag har även gått vidareutbildningar som **barn** och **motionsinstruktör** inom SJF.  
**1976** Idrottspsykologi (10p) på Högskolan Västerås-Eskilstuna för den kände Psykologen Lars-Erik Unestål.  
**1998-2000** **Stensunds Folkhögskola** för tränare inom idrotten. Utbildningen motsvarade då nivå 4 av 5 i utbildningsplanen för samordnad tränarutbildning inom Europa (**ENSSHE**).

### Domarelicenser:

- 1977** **C-domare** den första domarlicensen som nu heter **D-licens** (distriktsdomare)  
**1980** **N-licens** (En Nationell domare får döma i hela Sverige, SM och Svenska internationella tävlingar).  
**1986** **Elitdomare** högsta nationella domarlicensen ger möjligheten till att erövra internationell domarlicens.  
**2013** **N-Licens** för tävlande med funktionshindrade (Special Needs).  
**2015** **IJF Honorary referee** som tilldelades mig av Internationella Judo Federationen Domarkommitté en kontinental heders domar licens och blev därmed den 21 svensk med en internationell domarlicens.

### Utbildningsuppdrag och andra uppdrag inom Svenska Judo Förbundet (SJF):

- 1983-2000** **Domarkommittén** som utbildningsansvarig moderniserade utbildningen för domare.  
**2006** Återupptog jag ansvaret för domare i den norra zonen (**NZDK Västerås- Östersund**) där jag nu kallar, utbildar och utvecklar våra domare i zonen.  
**1985** **Utbildningskommittén** gav mig uppdraget att utforma domarutbildning inom SJF i ett projekt som gick under benämningen **Lär om Judo** för blivande domare. Utsågs även att utbilda instruktörer i Västmanland.  
**2002-2004** **Tävlingskommitténs** ordförande och för den kommittén skrev från **1985** utbildningsmaterial för tävlingsfunktionärer som fram till 2014 utvecklades och uppdaterades av mig.  
**2006** **Veteran kommittén** som ledamot där jag slutade 2012.  
**2011** Utsågs jag som resursperson av **Riks Graderings Kommittén** och adjungeras av **RGK** för att examinera judotränande till svartbälte på distrikts- (1-2 Dan) och riksnivå (1-5 Dan).

### Arbete inom Västmanlands Judo förbund:

- 1976** Var jag med och bildade Västmanlands Judo Förbund. Jag blev kassör i den första styrelsen. Genom att bilda ett distriktsförbund så gavs möjligheten till att arrangera DM. Jag blev Västmanlands första distriktsmästare i 65Kg:s klassen. Jag är distriktets utbildningsansvarig.

### Vilka visioner har du för Västerås Judo Klubb?

**Att alla som är medlemmar i klubben skall finna att VJK är en bra klubb att tillhöra.**

Jag vill att alla klubbmedlemmar skall ges möjlighet att utifrån sina egna förutsättningar få träna den judo som passar den egna kroppen och intresseinriktning bäst. På min träning så uppmuntrar jag spontanitet och nyfikenhet att prova sin förmåga där individen känner sig tillfredställd med sig själv i utövandet av judo. Jag ser mig mera som en "vägvisare" än tränare som lär ut olika tekniker. Jag vill att den som tränar judo för mig skall upptäcka sin egen kropps förmåga och utveckla den på bästa sätt och att alla som tränar judo hos oss skall kunna erövra det svarta bältet utan svårighet som ett resultat av vår träning.

### Övriga intresseområden inom Judoträning:

Motoriskutveckling, träning för rörelsesvaga och Kata (träning i bestämd form).