



Verksamhetsberättelse 2025

Kata

Stockholms Karateförbunds träningar i kata har varit öppna för tävlande födda 2011 eller tidigare och tillhörande en klubb som betalat avgiften till Stockholms Karateförbund. När lokalerna tillåtit har även klubbtränare varit välkomna att delta.

Under 2025 har vi haft fyra öppna träningsläger, två under våren och två under hösten. Vi hade ett kärt återbesök av fysioterapeut Sidnie Komlenic som byggde vidare på kunskaperna om skadeförebyggande träning och gav förslag på upplägg för sommarträning. Stockholms Kata deltog också med fem utövare på samträningen med landslag och RIG 17-18:e maj på Bosön.

Årets avslutningsläger hölls traditionsenligt på Bosön där vi även bjöd deltagarna på lunch.

Stockholm Kata hade fyra tävlande med på Arawaza Cup i Leipzig i april där Ilias tog ett brons i Juniorklassen. En fin framgång för Ilias och Stockholms Karateförbund!

Vi hade också fyra representanter på Budapest Open 12-14:e september. I Budapest landade Jakob en fin femteplats i Juniorklassen. Med på resorna som coach var Conny. Utagningar har gjorts på tävlingsmeriter samt deltagande på våra läger.

Vi har också haft möjlighet att ge ekonomiskt stöd till några deltagare som deltog på seminariet med världsmästarinnan Rika Usami Sensei i Eriksdalshallen 3-5:e juli.

Från Svenska Mästerskapen i Katrineholm 2025 landade 12 individuella katamedaljer i Stockholmsklubbar. En minskning från 2024, men ändå godkänt. Vi gläds åt att därtill räkna hem 3 medaljer i para-karate.

Stockholm Kata gratulerar våra uttagna representanter i svenska landslaget: Alexander (senior), Jakob (junior) och Ilias (junior). Samt i utvecklingstruppen: Felicia (senior), Alma (senior), Isak (senior), Melina (junior), Oscar (kadett).

Vi ser fram emot ett riktigt gott nytt tränings-år!

Emma Helgesson & Conny Helgesson Ferm

Distriktstränare Kata Stockholm

Kumite

Stockholmsdistriktets träningar i kumite har varit öppna för tävlande födda 2011 eller tidigare och tillhörande en klubb som betalat avgiften till Stockholms Karateförbund.

Under 2025 hade vi 3 öppna träningsläger och 1 gemensamt med landslag och RIG 17-18:e maj på Bosön.



Bosön 2025-05-18



Solna 2025-09-13

SM 2025

Klubbar från stockholmsdistriktet tog en ansenlig del av medaljerna på Svenska Mästerskapen i Katrineholm.

Individuella klasser: 25 guld, 18 silver och 36 brons.

Lagklasser: 8 guld, 5 silver och 7 brons.

Ett fantastiskt resultat och en tydlig ökning jämfört med föregående år

Alexander Gomez & Sacha Petrovic-Dyner

Distriktstränare Kumite Stockholm

"Pizzaläger"

2025 fortsatte vi med konceptet Pizzaläger - Distriktsträning för 7-13 åringar.

Träningen består av grundläggande kumite kihon, parövningar samt många träningsmatcher.

Till lunch serveras givetvis pizza.

Första tillfället var den 30 mars.

Träningen hölls av Agnes Nyman och Zhir Karem.



Andra tillfället var den 26 oktober.

Alexander Gomez och Sacha Petrovic-Dyner höll i träningen.



Inspirationsföreläsningar och fystränarutbildning

Helgen 5-6 april var instruktörer från stockholmsklubbarna inbjudna till inspirationsföreläsningar med Omar Ahmedin från RIG och Khalied El-Nawajhah från RF-SISU Stockholm samt Karateförbundets fystränarutbildning med Gülsah Tarabit och Sidnie Komlenic.



Gülsah och Sidnie



Stockholms DM

DM gick i år lördagen den 27 september i Tallbacka sporthall i Solna.

I samband med DM arrangerades en distriktscup för 10-13 åringar.

DM och distriktscupen samlade 222 starter från 22 klubbar.



Stilträning för domare

Lördagen den 15 februari arrangerade Stockholms karateförbund stilträning för domarna i distriktet.

Träningens syfte är att öka förståelsen för likheter men också skillnaderna mellan de olika stilarna.

Tack till Sensei Valter Vernström (Goju Ryu) och Sensei Mikael Lundström (Shito Ryu) för välplanerade träningspass med kihon, kata och parövningar.

Styrelsen tackar för allt engagemang ute i klubbarna.

Vi vet att ni lägger ner väldigt mycket tid och energi på era verksamheter.

Vi vill också tacka distriktstränarna i både Kata och Kumite för ett fantastiskt jobb.

Styrelsen 2025



Andreas Fritsch
Ordförande



Olov Fäst
Kassör



Kristina Milenkovic
Sekreterare

Dragica Högberg
Ledamot

Olga Garcia Guillen
Ledamot