



UTSTYRSBESKRIVELSE

Her følger en beskrivelse av utstyret som brukes av en kendoutøver, når det må anskaffes og litt om hvor mye det koster. Hjelp og mer informasjon kan du få av klubbmedlemmer som har trent en stund. Det er bare å spørre !

Noe av utstyret bestilles gjennom klubben samlet, men alt kan kjøpes individuelt i nettbutikker som f.eks. www.e-bogu.com.

Shinai

Det første som må anskaffes når du begynner å trene Kendo er en shinai. Shinaien er lagd av bambus og er helt essensiell. Den kan kjøpes gjennom klubben på de første treningene og koster ca. kr. 250,-. Shinaier er forbruksvare og kan brette/splintres, så du må nok beregne å kjøpe en ny shinai av og til etter hvert som du trener.



Bokuto

Etter noen uker begynner man å trene Kendokata, som er en stilisert treningsform, uten fullkontakt. I katatrening benytter man seg av en bokuto (eller bokken) i stedet for en shinai, selv om de fleste nybegynnere godt kan bruke shinaien sin i begynnelsen. Til første gradering (etter ca 4 mnd. trening) skal man vise kata, og da kan det smake det godt å gradere seg med sin egen bokuto, som koster ca. 300,- kr.



Shinaibag

Det er veldig greit å samle shinaier/bokutoer i en shinaibag når du skal til/fra trening. Her er utvalget stort, men du får en fin bag til mellom 250,- til 500,- kr.



Kendogi/Hakama

Når du har funnet ut at Kendo er en sport for deg, eller etter første gradering, er det på tide å anskaffe Kendogi og Hakama. Kendogi er jakken og Hakama er buksene. Priser her varierer etter kvalitet, men klubben har fått satt sammen noen pakker hos en norsk importør til gode priser. Mer om dette på trening.

Hakamaen varer nærmest livet ut, da det forekommer svært lite slitasje. Kendogien er mer utsatt grunnet reimene (kalt do-himo) til rustningen som sliter på stoffet. Allikevel bør den normalt holde i 5-7 år.



Bogu

Når man har trent en termin og har gradert seg bør man planlegge å anskaffe en Bogu. Bogu er fellesbenevnelsen på rustningen som benyttes i treningen og består av fire deler:

- Men – hjelmen
- Do – mavebeskyttelsen
- Kote – hansker
- Tare – hoftebelte

Bogu kjøpes i begynnelsen normalt som sammensatte sett, der prisene avgjøres av kvalitet på stoff og sømmer. Et nybegynnersett koster rundt 3.000,- kr. og har en holdbarhet på ca. 10 år. Slitasjen er tyngst på hanskene (Kote) som man må regne med begynner å slites ut etter 5-6 år. Siden er det hjelmen (Men) som antageligvis

må fornyes etter 10-12 år. Do og Tare kan lett holde i 15-20 år om man pleier utstyret. Når man skal fornye deler av rustninger kjøper man som regel delen hver for seg – et par nye Kote f.eks. Klubben har en del boguer til utlån for nybegynnere.



Tenugui

Tenugui er det lille tørkleet som man har på hodet under hjelmen. Det følger som regel med en tenugui når du kjøper en bogu, og de fleste klubber lager sine egne som reklame. Ellers er det vanlig å få slike tørkler ifm. turneringer o.l.



Tare-Zekken

Helt til slutt anskaffer man seg en Tare Zekken. Dette er en liten pose med utøverens navn og klubbnavn som man fester på taren.

