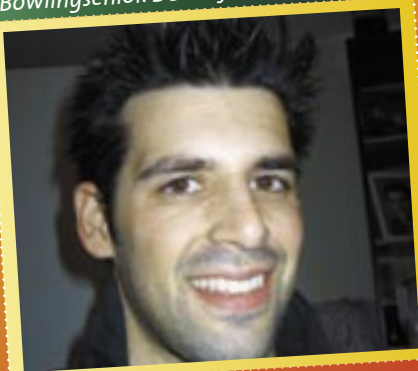


Rebecca & Alexandra par i golf

De har spelat golf
lika länge som
de har kunnat gå.
Nu spelar Rebecca
16 år och Alexandra
15 år för Sverige i
Makkabiaden
i sommar.

TONY MANKOWITZ

Bowlingsenior. Deltar för tredje gången.



– Har kört höghöjdsträning så jag har stora förväntningar på mig själv inför denna Makkabiad. Jag tror och hoppas att jag kan se till att bowlarna kommer hem med minst en medalj även denna gång.

Maccabiah
2005
מכביה
SPECIAL



Ulf Peterson –
Head of Private Banking

Välkommen till Sveriges bästa Private Bank !

Du som har en förmögenhet att förvalta måste fatta många viktiga beslut kring din ekonomi som påverkar dig och din familj i många år framöver. Därför kan det vara skönt att få professionell hjälp av en Private Bank.

SEB har, för andra året i rad, utsetts till bästa Private Bank i Sverige av tidningen Euromoney. Det är alltid roligt att få ett öppet erkännande men faktum är att vi egentligen bara ägnar oss åt det vi alltid gjort; i 150 år har vi finlipat vår portföljförvaltning genom skräddarsydda lösningar till varje unik kund.

Ända sedan starten 1856 har vi varit aktiva inom förmögenhetsförvaltning - det vi idag kallar Private Banking. Under årens lopp har många av Sveriges mest förmögna anförtrott oss sina pengar. Det har gett oss en unik möjlighet att samla egna erfarenheter och expertkompetenser inom placeringar, skatter och juridik. Välkommen att välja oss du också!

För mer information kontakta oss på
0771-625 201 eller läs mer på
www.seb.se/enskildabanken

SEB är Sveriges bästa Private Bank.

För andra året i rad har tidskriften Euromoney utsetts SEB till Sveriges bästa Private Bank. Förutom Euromoneys egen bedömning vägs även konkurrenternas åsikter in när man gör sin ranking. Det gör oss förstås extra stolta!

SEB



Trefaldig stolthet

Juli¹⁹⁷³

Som artonårig yngling står jag utanför Ramat Gan-stadion i fyra timmar, mitt på dagen, mitt i juli, iklädd skjorta och kostym! Där har vi nämligen fösts ihop, alla Makkabiadeltagare, i väntan på att få göra inmarsch till den nionde Makkabiadens invigning. Väntan var en nästan outhärdlig pina som dock snart gott och väl uppvägs av det jag skulle få uppleva.

Att få marschera in på stadion tillsammans med 4 000 andra judiska ungdomar och att få hälsa på Israels dåvarande premiärminister Golda Meir, är ett av de främsta minnena jag kommer att ta med mig till ålderdomshemmet. Men inget uppväger den känsla av stolthet som for genom min kropp. Jag fick vara del av den då endast 25 år unga staten Israel omringad av judiska bröder och systrar från hela världen.

Juli¹⁹⁸⁵

Något äldre och mer erfaren, med bättre organisation och vettigare kläder, är det dags för min tredje Makkabiadinvi- gning, men denna gång som Sveriges fanbärare. Under de tolv åren som hade gått hade jag hunnit vänja mig vid känslan av att vara en stolt jude, vilket var en ny känsla för mig 1973. Denna invigning genomförs jag plötsligt av en ny känsla av stolthet, jag tågade in som en stolt svensk jude! Bland alla deltagande judar representerade jag nu minoriteten svenskar, och bar den svenska flaggan.

Maj²⁰⁰⁵

Sedan november 2004 har jag, tillsammans med Abbe Adler, Daniel Jonas, Heléne Sommerfeld och Mats Israelsson, tagit på mig ansvaret för att få iväg en svensk trupp till sommarens Makkabiad. Aldrig har väl startsträckan varit så kort, och det är återigen en känsla av stolthet som dyker upp när jag inser att vi har klarat uppgiften.

Sverige kommer att ha en fullgod representation i Israel, och vi har klarat av finansiering, utrustning och alla andra detaljer som måste lösas inför tävlingarna. När detta nummer av Judiska SportMagazinet dyker ner i din brevlåda är det drygt en månad kvar till spelen och alla deltagare tränar säkert hårt.

Genom att vara med och arrangera har jag i min tur kunnat bidra till att andra får upplevelser som kommer att bli oförglömliga minnen i deras liv. På så sätt betalar jag tillbaka för det jag själv har upplevt!

Till alla deltagare! Må bäste man/kvinna vinna, men tänk på att vad som än händer tävlingsmässigt, se till att ta tillvara på alla upplevelser som kommer att möta er under dessa två veckor! Lycka till!

Thomas Grünwald

Medarrangör Svenska Makkabitruppen 2005 och ansvarig för Makkabiadfonden.

Stort TACK!!

Den svenska makkabiadtruppen tackar sina sponsorer
Brands Factory Outlet • Ago Reklam • Libro

**JUDISKA SPORTMAGAZINET GES UT
AV SVENSKA MAKKABIFÖRBUNDET.**

ANSVARIG UTGIVARE:

Harry Nudel 08-20 40 60 harry.nudel@telia.com

REDAKTÖR: Margarete Nudel 08-21 27 27
margarete.nudel@telia.com

GRAFISK FORM: Karl Gabor 08-640 60 55
karl@gabor.se

KANSLI: Darian Wielgosz 08-660 18 14
makkabi.forbund@tele2.se

SVENSKA MAKKABIADFONDEN: Thomas Grünwald
thomas@huddingeres.se

JUDISKA SPORTMAGAZINET

Box 5053 102 42 Stockholm

Postgiro: 25 71 12 - 3 Bankgiro: 780-5476

ISSN: 1652-6899

OMSLAG: REBECCA & ALEXANDRA/FOTO: Mats Lederhausen

Tidningen ansvarar inte för icke-beställt material.

Citera oss gärna men glöm inte att ange källan!

Vi önskar den svenska truppen LYCKA TILL i Makkabiaden!

Aronson Sara, Asarnej Bernhard med familj, Bab Thomas, Bagner Hans, Belchat Max, Bornstein familjen, Caddy Kontor AB, Cahn Ester, Berndt och Mikael, Citrom Elisabeth och George, Dahlström Bosse och Lotta, Davin Gunilla och Bertil, Einhorn Stefan med familj, Engel Annika och Ben med familj, Gerson Martin och Carmela, Gerson Josef och Basia, Finder familjen, Fligman Susanna och Isak, Fligman Familjen, Frenkel Agneta och Rikard, Frenkel Henrik, Frenkel Robin med familj, Friedman Jan, Frydman Szymon, Gartenkraut Oscar och Michele med familj, Goldman Dan med familj, Goldman Kickan och Sigge, Goldman Tommy med familj, Goldstein Sharon och Tynell Johan, Gradowski-Arnback Marianne och Gradowski John, Grünwald Thomas och Elaine, Gustavsson Stefan och Reuven Ben Dor, Guter Dan och Stefan med familjer, Herdevall Britt-Marie, Gabriel och Jonathan, Jarroff Marianne och Ted, Jawitz Nanna, Josef, Jonathan och Anna, Kamras Eva och Mikael, Katina familjen, Katz Charlotte, Thomas, Jonathan, Kirschon Ruth och Gunnar, Gabriella och Saralee, Kjellqvist Gunilla och Ove, Klagsbrun Karola, Kudrén Fanny, Kudrén Paula och Fred, Köpniwsky Eva och Hans, Lebsund Familjen, Lederhausen Irene, Lega David, Lega Karin och Mikael, LillNippe, Loewinski Anci och Günter, Lomfors-Carlberg Ingrid, Anders, Elias och Dalia, Mangell familjen, Melzer Mirjam, David, Daniela och Rebecca, Mlezkovitz Perez, Anita med familj, Nachman Familjen, Nejman Liselotte, Nudel Margarete och Harry med familj, Nyiri-Magnusson Jennie, Jan, Sara och Felix, Pihri Joel med familj, Pleen Lea och Kaj, Pommert Harry, Rittri Bror, Safir Anita, Mikael med familj, Salamon Rita och Henrik med familj, Scheriber Josef, Schönpkopf Allan och Brotman Evan, Shahin George, Rubin Eva och Allan, Tovi Rita och Jonas, Tsarfati Jannike, Yaacov, Nathalie, Josh, Naomi och Nellie, Urwitz Annika och Gabriel, Wald Morgan med familj, Witz Peter, Louise med familj, Yorkevitch Lena, Avi, Max och Jacob.

Med sport mot terror



Under Makkabiaden i sommar kommer alla deltagare att bära detta band i kampen mot terror och rehabilitering av dem som drabbats.

Idrott för rörelsehindrade är inget nytt inom den judiska idrottsvärlden och Israel och Maccabi World Union har en lång erfarenhet. De många krigen och attackerna utöver att inspirera dem med medfödda skador har lett till en utbredd handikappidrottsrörelse, sedan länge anser man att idrott är bra.

DE SENASTE ÅRENS terrorattacker har lett till andra typer av offer än dem man sett tidigare. I många fall har hela familjer sargats eller mördats, de som överlevt har gjort det med svåra skador. Världen har svarat och många är de volontärorganisationer som

I höst är det fem år sedan den tragiska Intifadan blossade upp. Tusentals människoliv har spillts i onödan och tio gånger fler har fått sina liv totalt förstörda via de skador de, eller familjemedlemmar, har ådragit sig. Många israeliska familjer måste nu ta hand om ett handikappat barn, en handikappad förälder eller annan släkting. När det handlar om familjeförsörjare ställs hela familjens ekonomi på sin spets. Nu går den judiska idrottsrörelsen in och hjälper till med rehabilitering och terapi genom sport via projekt Tikvah, hoppets projekt.

hjälper till att stötta de överlevande. Vad som skiljer Maccabi World Unions Projekt Tikvah är att de är den enda organisation som erbjuder rehabilitering genom sport och träning. För närvarande får cirka 100 civila personer hjälp via projektet, ytterligare 400 personer kommer att få hjälp så fort medlen finns tillgängliga.

I FÖRRA NUMRET av Judiska SportMagazinet skrev vi om Asael Shabo, 12 år, vars familj mördades framför hans ögon. Han överlevde tack vare att han spelade död bakom soffan, där låg han svårt skadad och hörde sin bror dö. Asael var tvungen att amputera sitt högra ben. I allt elände har Asael hittat nya mål med livet, han sportar med hjälp av Projekt Tikvah och är en duktig idrottare vars målmedvetenhet leder honom till många vinster. Medaljerna är viktiga men självkänslan och återkomsten till livet är en större vinst.

– Efter ett par veckor av sjukgymnastik och anpassad idrott har jag börjat få tillbaka känslan i mitt skadade ben något som läkarna inte trodde skulle kunna ske, berättar Tamir Shrem, 32-åriga pappa till fem barn som i november 2001 fick ett flertal kulor genom sitt ben efter en terroristattack mot civila fordon. Alla Projekt Tikvas deltagare har historier liknande Asael eller Tamir bakom sig. De flesta deltagarna i projektet når goda personliga resultat, en av anledningarna är att de själva får välja den sport eller aktivitet de vill syssla med. Ingen tvingas in i något. Det handlar om styrketräning, ridning (mycket bra för balansproblem som ofta drabbar bomboffer) vattenterapi, segling för blinda, styrketräning hemma och mycket mer. Tränarna är specialutbildade.

Projekt Tikvah kostar cirka 2 000 dollar per person och år i tre års tid. Det drivs enbart av volontärer och eftersom man utnyttjar redan befintliga strukturer finns inga administrationskostnader. Vill du få mer information om projektet eller bidra ekonomiskt, skicka en e-post till oss på makkabiforbund@tele2.se



Malmö



Under Kristi Himmelfärds helgen spelades PGT, Pierre Guildesgames Tournament, i Oslo med ett flertal svenska fotbollslag. Under strålande sol kunde deltagare och åskådare avnjuta mängder av spännande matcher.

Speciellt värd att nämnas var Simon Hasson, Makkabi 95/96 otrolige anfallare. Av lagets 17 mål under turneringen satte han ensamt 14 av dem!

Bäva månde Zlatan.

Mitt under matchen skrek 17-åringen "judejäväl" till en motståndare.

Nu döms han av Svea hovrätt till 30 dagsböter.

– En stor klump i magen försvann i dag, säger den förolämpade pojkens pappa till Sportbladet.

Kallade motspelare "judejäväl" – fick böter

Matchen i Tibblehal-
len hösten
2003 led mot sitt slut. Då skrek den nu
dömde 17-åringen "judejäväl" till sin före
detta lagkamrat - nu i motståndarlaget.
– Det var en oerhört otäck och obehaglig
situation. Stämningen var direkt hätsk,
säger den förolämpade pojkens pappa.
Händelsen polisanmälades och har un-
der nästan ett och ett halvt år varit un-
der utredning i olika instanser. Domen
i Svea hovrätt har tagit hänsyn till att
spelet ishockey innebär att dess utö-
vare kan råka ut för viss misshandel och
även ofredande under stridens hetta.

Men att förolämpa någon på grund av hans
eller hennes etniska ursprung och trosbe-
kännelse, anser hovrätten, måste betraktas
som helt främmande från spelets idé. Den
dömde pojken anser sig oskyldig och häv-
dade att hans förra lagkamrat startade brä-
ket med att kalla honom "böggjäväl". Något
hovrätten varken kunde bevisa eller utesluta.
Därför sänkte Svea hovrätt den dom på 60
dagsböter som tingsrätten tidigare fastställt.
Att man sänker straffet motiveras också
med att 17-åringen blev avstängd från
spel i en månad av Riksidrottsnämnden.
– Jag borde ha blivit helt friad, säger den
dömde pojken.

Den förolämpade pojken och hans familj
är lättade över hovrättens dom. Däremot
är man besvikna över att man inte fått
någon ursäkt, vare sig från den dömda
pojken eller av hans klubb, IFK Täby.
– Vi tar avstånd från det här beteendet
och beklagar det inträffade djupt, säger
IFK Täbys ordförande Bertil Stivén.
– Vi önskar att det här kommit till vår
vetskap långt tidigare. Då hade vi kun-
nat lösa problemet utan att behöva gå till
domstol, avslutar Stivén.

Mattias Larsson

*Artikeln har varit publicerad i Aftonbladet,
8 februari 2005*

Hej!

Jag vill tacka min arbetsgivare Dataphone för att de stödjer
mitt deltagande i 17:e Israel Makkabiaden 2005.

Dataphone hjälper företag med datakommunikation över
IP-baserade nät. Det innebär givetvis internetanslutningar,
men också säkra IP-VPN-nät mellan företagets olika kon-
tor, eller managed hosting/colocation i vår toppmoderna
serverhall. Kundens behov avgör lösningen.

Under våren eller sommaren kommer jag att kontakta dig
för att höra mer om hur just era behov ser
ut kring detta.

Självklart är du välkommen att ringa mig i
stället, så kommer vi igång snabbare!

*På återhörande,
David Gordon*



dataphone

IP-lösningar för företag med krav.

Direktel 08-566 106 43 • www.dataphone.net



Över en miljard till idrotten...

Riksidrottsförbundet fick 867 miljoner kronor och Ungdomsstyrelsen 143 miljoner av Svenska Spels överskott år 2004.

Dessutom är Svenska Spel en av landets största sponsorer av idrott. Sponsorskapet är ett ömsesidigt samarbete för att nå uppsatta mål och ingår i företagets långsiktiga strategi som en investering i profil och attityd. Våra sponsoraktiviteter är också ett sätt för Svenska Spel att engagera sig i samhället.



ADVOKATFIRMAN ULF STIGARE

ULF STIGARE ADVOKAT

Member of the Swedish Bar Association

Box 7197 Telefon +46-8-407 09 00
SE-103 88 STOCKHOLM Telefax +46-8-407 09 10
Besöksadress: Birger Jarlsgatan 15 E-mail: ulf.stigare@se.mags.com

Affärsrättsliga tvister samt skatte- och tulltvister

Mot Makkabiaden! Rebecca och Alexandra par i golf

De lärde sig i princip spela golf samtidigt som de lärde sig att gå.
Nu representerar de Sverige vid Makkabiaden i sommar.
Möt Rebecca och Alexandra Lederhausen.



Golf har alltid varit ett centralt intresse i familjen Lederhausen. Mycket tack vare mamma Jessica som länge var professionellt aktiv. De första 7-8 åren av Rebecca och Alexandras liv handlade det mest om att vifta med klubborna på driving rangen samt att leka på puttinggreenen. Men intresset ökade, de började ta lektioner både av mamma Jessica och moster Jennifer samt att spela mer på banor både i Sverige och i Spanien. Sedan flytten till Chicago för sex år spelar de mest på Oak Brook och La Grange Country Club men även på Fågelbro på somrarna.

– Vi tycker golf är en otroligt bra sport. Självklart underlättar det att både Jessica och jag kan mycket om golf och har haft stor glädje av vårt spelande, säger pappa Mats som har sju i handicap.

Golf har mycket att erbjuda och man kan hålla på i princip hela livet, få sporter kan erbjuda samma sak.

– Det är också mycket mentalt utvecklande eftersom bollen ligger still och man har (alldeles) för mycket tid att tänka sig för innan man ska slå, anser Jessica. En annan fördel är också att barn lär sig umgås med vuxna under långa perioder eftersom en golfrunda är lång och förutsätter att man kan föra en dialog med människor man inte känner.

Både Rebecca och Alexandra är duktiga spelare med ett handicap runt fem. Rebecca kom på sjätte plats i State Championships i staten Illinois (större än Sverige). Hon tävlade i high schoolklassen mot flickor som var upp till 2,5 år äldre. Nu har hon två år på sig att vinna tävlingen. Alexandra kom på meriterande 17:e plats vilket också är ett mycket gott resultat för att vara förstagångstävlande. Hon vann dessutom flera stora tävlingar innan State Championships.

– Golf är utmanande och roligt. Det finns massor



VÄKLÄDD



MODE FÖR MÄN

VÄLKOMNA

VÅRA ÖPPETTIDER ÄR

ONSD - FRED. 10:00-18:00
LÖRD. 10:00-14:00
SÖND. 11:00-14:00

KLANGFÄRGS GATAN 8
TELE: 29 43 93 / 29 38 98



**Europeiska
Försäkringsmäklarna**
DANIEL ROCK

SVERIGE: NYBROGATAN 15, 114 39 STOCKHOLM
TEL: 08-545 819 90 FAX: 08-667 91 42

SCHWEIZ: ROUTE DES ESSERTS 6, CH-1270 BOGIS-BOSSEY
TEL: 00 41 22 776 70 10 FAX: 00 41 22 776 70 14

WWW.EUROPEISKAFORSAKRINGSMAKLARNA.SE

Länsförsäkringar, Ikanobanken, Bilia är några exempel på företag som valt Kerfi som leverantör till deras ContactCenter



Vill du veta varför? Kontakta Stephen Schlemowitz, 08-546 70 465
stephen.schlemowitz@kerfi.com www.kerfi.com

Kerfi finns i Stockholm, Göteborg, Malmö, Västerås, Linköping, Norrköping, Karlshamn, Karlskrona, Eskilstuna, Växjö och Örebro



**DÖRRAR
FÖNSTER
FASADER
i aluminium**



**Göteborgs
Metallpartier AB**

Taljegårdsgatan 7 • 431 53 Mölndal
TEL 031-77 66 777 • FAX 031-77 666 11



av svårigheter som man måste lära sig överkomma. Ingen bana är den andra lik, väder och vind förändras hela tiden. Och så får man vara ute hela tiden, det gillar jag, säger Rebecca.

TÄVLINGSSÄSONGEN PÅGÅR från slutet av april till början av november. I princip tävlar de varje vecka; ibland är det på helgerna och ibland är det eftermiddagar och kvällar. När de inte tävlar så tränar de allt ifrån varje dag till minst 3-4 gånger i veckan. Till det kommer styrketräning flera gånger i veckan samt lektioner med tränare. Hur hinner de med skolan?

– Golf är en koncentrationssport och det är något man kan ta hjälp av i skolan. Det gäller att vara fokuserad för att hinna med och klara av. Visst är det tufft ibland, men det är det värt, anser Alexandra. Rebecca håller med.

Rebecca var i Israel under vinterlovet tillsammans med sin rabbin och 25 andra ungdomar. Resan gav mersmak, hon kan



knappt bärga sig för att få återvända och förväntan har smittat av sig på syrran. Mest lycklig verkar nog Jessica vara att få återvända en fjärde gång till Makkabiaden. Denna gång som stolt mamma till två av sina medspelare.

– Det är en speciell känsla. Den som en gång deltagit i en Makkabiad vet hur otroligt det är, det går helt enkelt inte att förklara utan måste upplevas. Jag ser verkligen fram emot att få dela detta med Rebecca och Alexandra.

ÄR MAN SOM JESSICA väldigt mål- och tävlingsinriktad finns det bara en sak som gäller i sommar. Att vinna.

– Vi hoppas fortfarande på en fjärde flicka/dam. Chanserna ökar om vi har fyra spelare i laget. Tre resultat räknas varje dag och det är fyra dagars tävling. Det är svårt att spela fyra dagar jämnt och bra. En fjärde person vore bra, säger Jessica.

Första gången Jessica deltog gjorde hon det som barn till truppens läkare Ralph, hennes pappa 1973, Andra gången, 1985, spelade hon och kom tvåa. Hon var ensam golfare från Sverige. Mats fanns med i rollen som pojkvän, caddie och "ledare" för golfsektionen. Senast var 1997, första gången Sverige skickade både ett dam- och ett herrlag. Mats spelade

för herrarna, Jessica och hennes duktiga syster Jennifer, även hon proffs, spelade för damlaget. De kom trea som lag, Jennifer kom tvåa individuellt och Jessica kom fyra.

– Min dröm för i år är att mina tjejer och jag vinner lagtävlingen och att jag i vinnartalet få säga att jag var tvungen att föda fram nya talanger för att äntligen få vinna Makkabigolfen, avslutar Jessica med ett skratt.



Namnet Hakoah Wien kände jag redan till i min barndom. Min far underströk upprepade gånger, när vi i Polen tillsammans gick på fotbollsmatcher i sena 1940-talet, att detta lag hörde till de bästa i Europa under mellankrigstiden.

Jag visste inte då att klubben representerade även det bästa i judisk idrott i flera andra grenar. Dess simmerskor uppenbarades för mig under en visning av en färsk israelisk dokumentär Watermarks av Yaron Zilberman, som visades under den senaste Judiska Filmfestivalen i Stockholm i april i år.

Filmen presenterar flera förtjusande damer i 80+ ålder, som nu lever utspridda i USA, England och Israel, men som hade sin storhetstid under 1930-talet som ledande österrikiska simmerskor, med flera nations- och/eller Europarekord på sitt samvete. Att dessa rekord ströks från listorna efter An-

schluss är en del av historien (först under senare år hittade de tillbaka dit). Att de flesta av Hakoahs simmerskor med flera idrottsutövare räddades från Österrike av klubbens ledning undan annalkande Förintelse och kan numera såväl berätta som konfrontera sin historia (under filmens avslutande simtag i Wiens bassäng) – är en annan del.

Filmen gör så starkt, positivt och livsbejakande intryck inte bara tack vare de överlevande simmerskornas personliga charm och utlevelseförmåga. De andra faktorerna är en skicklig blandning mellan nutida intervjuer och dåtida journalfilmer och inte minst användning av musiken.

Ty även Schuberts och Schumanns melodier känner jag igen från min musikaliska barndom och ungdom och i visst

Watermarks

sammanhang gör de allttjämt starkt intryck, utan att förfalla till sentimentalt.



Aleksander Kwiatkowski
Filmrecencent

I mars höll Gunnar Persson, författare till boken Sikta mot stjärnorna en föreläsning i Makkabiadklubbens regi.

Ett 50-tal personer hade samlats på Café Crème i Stockholm för att lyssna till ett föredrag om det judiska fotbollslaget Hakoah Wien, dåtidens Real Madrid.

Vi välkomnar **Svenska Makkabiadfondens nya medlemmar**

Henrik Radomski Harry Nudel
Jessica Lederhausen Morgan Wald

Vi tackar befintliga medlemmar för ytterligt stöd
Folke Scherlin Mats Lederhausen

Svenska Makkabiadfonden är en ideell förening vars avkastning går till att stödja den svenska Makkabiadtruppen till Israel. Ett ständigt medlemskap kostar 2 000 kronor. Vill du veta mer, kontakta Thomas Grünwald thomas@huddingeres.se

Barnläkare Robert Szigeti

Personlig kontakt via tel: 08-641 34 44
Telefonsvarare dygnet runt!

Betald annonsplats

DAVID SCHREIBER
Fotbollsjunior.
Deltar för första gången



– Jag hoppas att vi ska göra en sportsligt bra insats och att vi tar oss ända till finalen. Men framförallt hoppas jag att resan blir ett fint minne. Att träffa många judiska sportutövande ungdomar kommer att bli fantastiskt. Boka biljetten till Israel så ses vi på Ramat-Gan Stadion den 18 juli. Då är det final i fotbollsturneringen. Jag kommer att vara där i alla fall.

HEJA PÅ SVENSKARNA PÅ MAKKABIADEN!

Kombinera sol och bad med fantastiska tävlingar och matcher.
Vi har tagit fram olika paketresor till superpriser!

	City***	Metropolitan ****	Sheraton Moriah *****
Del i dubbelrum	6500	6650	8900
Extravecka	2800	2700	4900
Barn* i delat dubbelrum	3650	3650	3500
Extra vecka	1050	1050	1000

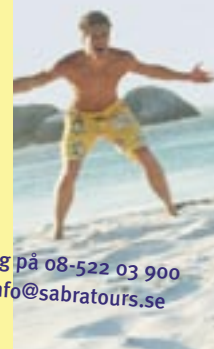
*Barn under 12 år.

I priset ingår:

- Flygresa Stockholm – Tel Aviv t o r med ARKIA
- Israelisk frukostbuffé
- Inkvartering i delat dubbelrum i sju nätter på respektive hotell
- Alla skatter

Beställ idag på 08-522 03 900
eller på info@sabratours.se

sabra
tours AB
www.sabratours.se



**INGEN BEHÖVER HA
BEKYMNER MED
LÄCKANDE TAK**

EUROTAK

Eurotak AB
Spjutvägen 5, 175 61 Järfälla.
Tel: 08-795 94 80.
Fax: 08-761 61 53.

www.eurotak.se

L & P NIERENBURG AB

HELÉNE SOMMERFELD

Överledarteamet. Deltar för tredje gången.



– Jag hoppas att juniormakkabiaden ska bli lyckad då halva vår trupp består av juniorer. Jag hoppas att de juniorer som inte tillhör någon judisk klubb ansluter sig. Detta är ett sätt för våra ungdomar att känna judisk tillhörighet och glädje genom idrotten.

Historiskt bäst

Maccabi Tel Aviv har vunnit europeiska basketcupen för andra gången i rad med 90 - 78 mot det spanska laget Vitoria.

Därmed tar Maccabi Tel Aviv plats i basketens historia genom att vara det enda lag som vunnit den europeiska cupen tre gånger under en femårs period.

Barnen blir allt fetare

Redan i 6-årsåldern rör flickor på sig mindre än pojkar. Men experter varnar nu för att över-skatta rörelsen utan även titta på vad barnen stoppar i sig. I och för sig är det viktigt med fysisk aktivitet men i de flesta fall handlar det om felaktig kost och för många mellanmål. Barn måste lära sig äta rätt. Att motionera bort all den föda barn stoppar i sig är inte praktiskt möjligt.

Fetman bland svenska sjuåringar har ökat från 8,5% till 22-23% under de senaste åren.



Mästarmöte

– Att vara med i OS är att leva fullt ut timme för timme, sa Johan Harmenberg, OS guldmedaljör 1980 i fäktning. Han samtalade tillsammans med Bengt Baron (OS guld i simning) och TV4s Arthur Ringart kring ämnet "Hur kombinerar man en idrottskarriär med civil karriär".

De tre samtalade avslappnat och med många skratt kring känslor, fokusering och den glädje idrotten ger.

Kvällen var ett samarrangemang mellan Svenska Makkabifonden, Svenska Makkabiadklubben samt SEB.



KOMMUNICERA

DANIEL FEINBAUM

Fotbollsjunior. Deltar för första gången.



– Jag tror inte att vi kommer att vinna hela Makkabiaden men jag hoppas att vi ska spela så bra som vi bara kan och att allt blir jätteroligt, och det vet jag att det blir. Det finns ingenting som är så roligt som att spela boll med ett skönt gäng i ett mästerskap. Det här är något jag verkligen ser fram emot.



Nya fitnessrender

Det amerikanska motionsrådet ACE tror att följande aktiviteter kommer bli årets trender:

1. Balanssträning som typ Thai Chi, yoga och Pilates i många fall på balansplattor.
2. Sammanslagning av mind-body träning med mer traditionell träning.
3. Kortare träningspass.
4. Coaching inom wellness och nutrition.
5. Flexibla träningspass i mindre grupper (personlig träning i grupp).
6. Arbetsgivare uppmuntrar till träning.
7. Träning med fokus på basövningar som förbereder kroppen bättre för ansträngningar.
8. Personliga tränare byter kunder med varandra för variation.
9. Aktiv träning familjevis utomhus.
10. Träna i grupp med goda vänner med mål att delta i tävlingar utan mål att vinna (maraton, triathlon, äventyrsrace, mm).

KÄLLA: KOST & KROPP

Att paddla kanot är aktiv träning utomhus som passar hela familjen.

Det goda gröna

Barn upp till elva år har andra behov av vitaminer och mineraler än vuxna. De bör få i sig cirka 400 gram varje dag, cirka tre frukter om dagen plus en stor näve grönsaker både till lunch och till middag. Detta hjälper att bekämpa vår tids välfärdssjukdomar.

Trots det ackompanjeras grönsakerna oftast av protester. En av orsakerna är faktiskt att mat faktiskt smakar annorlunda i barnens munnar. De har nämligen mer utvecklade smaklökar och måste lära sig tycka om det som är surt eller beskt.

Det krävs således träning, men föräldrar! Barn som äter mycket frukt och grönt äter mindre söta och feta produkter, så ge inte upp!



www.varumaklaren.se

Profilkläder
Skoltröjor
Handdukar med tryck
Borddukar från Israel

Tfn: 08-742 38 00



CARMEL GRAPE JUICE ROSÉ

Köp den här:
Kosherian i Stockholm
Kosher Livs i Göteborg

För frågor ring Brill & Co AB tel 08-660 69 20



Västerås Mediahus
Kuggstångsgatan 9, 721 38 Västerås
Tel 021-30 07 75

Fax 021-30 05 11
E-mail: industrivideo@swipnet.se

Tack för Ert stöd till den judiska idrottsrörelsen i Sverige

Bab Thomas, Baruch Hans, Besjakov Jack, Bjuvhed Anita, Bodlander Gunvor & Allan, Christensen Susanna & Arne, Creson Abbe & E, Dangoor Ruth, Danin Lennart, Davin Niclas, Diamant Herman, Frister Bruno & Gita, Freund Ulrich, Gandal Ruben, Glück David, Glückman Torsten, Gorevitz Bernhard, Gottfarb Inga, Grienspan Abraham, Gruszka Laja, Grünfarb Josef, Grünwald Eva, Helperin-Dahm Brita, Horn Moritz, Jodelsohn Arnold & Lili, Jonas Rosa, Klagsbrun Carola, Koniarski David, König Hans, Langer Rosa, Lederhausen Iréne, Loewinski Anci & Günter, Löwengart Vera, Mankowitz Tony, Mleczkovicz Peretz & Anita, Morne Ruben, Mozelsio Irene, Murkes Daniel & Lena, Nasielski Jakob, Radomski Henrik, Reisch Susanna & Friggyes, Reman Henry, Rembelin Cypjra, Rittri Bror, Rosenberg David, Rosenblum Benny, Rothstein Sylvester, Salamon Henrik & Rita, Scherlin Folke, Schyllander Edith, Schwarzenstein Isak, Skaj Curt, Smolak, familjen, Somogyj Josef, Steinkeller Icek, Spungin Eskil, Weil Jack, Wilczkowski Jakob, Zylberszac Mojzesz, Zyskind Pinkus.

MATS ISRAELSSON

Ledare för fotbollsjuniorena.
Deltar för tredje gången.



– Ser med glädje fram emot detta äventyr. Det känns i hela kroppen att detta kommer att bli stort, väldigt stort!!!

RAFAEL MOSKOVITS

Pingisjunior. Deltar för första gången.



– Det här är en jättegrej för mig. Både min pappa och min farfar har deltagit i Makkabiader i pingis för Sverige så det känns stort. Klart att jag har förhoppning om medalj.

LEON NUDEL

Fotbollsjunior. Deltar för första gången.



– Jag hoppas att det kommer att bli en oförglömlig upplevelse och att vi kommer att gå långt i turneringen.

ABBE ADLER

Golf. Deltar för fjärde gången



– Eftersom jag varit med som överledare två gånger kommer jag denna gång att få uppleva Makkabiaden som utövare och vara en idrottsman bland andra. Att få spela golf under två veckor med deltagare från hela världen ska bli lärorikt.

ATLAS DESIGN ÖNSKAR MAKKABI-GRUPPEN LYCKA TILL!



SIMON KÖRÖSI*Pingisjunior. Deltar för första gången*

– Jag är så förväntansfull och det blir roligt hur det än går i tävlingarna. Det kommer att vara en erfarenhet, som man kan bära med sig i bagaget genom hela livet.

Håll formen på topp!

Nu är det beslutat. Nästa europeiska Makkabispiel hålls i den anrika staden Rom i juli år 2007!
Kontakta din judiska idrottsklubb och börja träna redan nu.
IK Makkabi - Stockholm
IF Hakoah - Göteborg
SK Hakoah - Malmö

Inte ikväll älskling...

Att huvudvärk kan sätta stopp för mycket är ett känt faktum. Fenomenet beror på att något är fel; druckit för lite, spänningar i nacken, för lite sömn eller allmän stress är vanliga orsaker. Det finns dock fler sätt att råda bot på huvudvärken än att stoppa i sig piller.

God kondition, regelbunden träning och aktiv avspänning kan i många fall stoppa värken. Så vad väntar ni på gubbar?

**DANIEL KUDRÉN***Fotbollsjunior. Deltar för första gången.*

– Jag tror att hela den svenska truppen kommer att göra bra ifrån sig i Israel. Jag har goda förhoppningar om att vårt fotbollslag kommer nå långt i turneringen.

DAVID GORDON*Fotbollssenior. Deltar för första gången.*

– Självklart har jag höga förväntningar. Det finns andra bra lag men under en pressad matchsituation kan alla göra misstag som vi förhoppningsvis kan dra nytta av. Vi har ett bra lag med en bra ledning som kan definitivt kan spela bra fotboll. Alla är fokuserade på guld, i juli får vi se hur långt vi kommer.

Spara in på tvättmedlet

Genom att föra in silvernanopartiklar i vanliga tyger har forskare fått fram en vatten och smutsavstötande yta som gör att kläder i princip inte kan smutsas ner, ja i princip är de självtvättande.

Nu jobbar man på att föra in partiklar som bekämpar mikrober. Då försvinner kroppslukt (läs svett), röklukt och annat från tyget.

Du är väl med?

Svenska Makkabiadklubben är öppen för dig som deltagit i Europeiska Makkabispiel och/eller Makkabiaden i Israel som ledare eller deltagare. Ett medlemskap kostar 175 kronor. Ständigt medlemskap kostar 2 000 kronor.

**SÄTT IN DIN MEDLEMSAVGIFT PÅ POSTGIRO 25 71 12-3**

Glöm inte att informera oss om din e-postadress (om du har någon) så att vi kan kommunicera med dig snabbt, enkelt och billigt. Skriv tydligt. Du kan även gå in på vår hemsida www.makkabiforbundet.com och registrera dig.

Vi sponsrar
juniortruppen i fotboll
vid Makkabiaden 2005.

Bertil Nejman Wineconsulting
BMN Vinimport AB

HOTELL ANNO

MARIAGRÄND 3, 116 46 STOCKHOLM. PHONE 08-442 16 80 FAX 08-442 16 47
E-MAIL info.anno@swedenhotels.se



En miljöklassad hotell

SAMUEL SCHLEMOWITZ

Fotbollsjunior. Deltar för första gången.



– Det ska bli grymt kul att delta och vi ska vinna Makkabiaden! Och så hoppas jag på att bli intervjuad i israelisk TV...

DAVID KLAGSBRUN

Fotbollsjunior. Deltar för första gången.



– Det kommer att bli otroligt kul och en upplevelse jag sent kommer att glömma!

DANIEL LEVIN

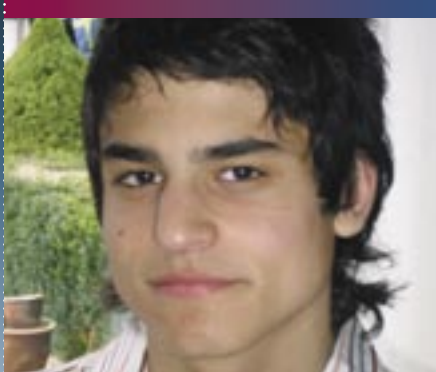
Fotbollssenior. Deltar för första gången.



– Jag hoppas och tror att det kommer bli en oförglömlig resa. Det kommer att bli kul att träffa nya kompisar och spela fotboll men framförallt att få åka till Israel som jag drömt om länge. Sportsligt så tror jag vi kan gå långt. Ser ut att få ett bra lag med många unga och duktiga spelare.

JOSH TSARFATI

Fotbollsjunior. Deltar för första gången.



– Jag hoppas på en god och trevlig sammanhållning tillsammans med laget och övriga deltagare. Självklart hoppas jag på bra placering för oss i Israel.

Succé för kvinnlig basket

Den israeliska, kvinnliga baskettränaren Orna Ostfeld har tilldelats 2005 års europeiska "Kvinnor och Sport" trofén av IOC, den Internationella Olympiska Kommittén.

Ostfeld valdes ut bland 68 kandidater i Europa för att ha "fått fler unga kvinnor att sporta på alla nivåer".

Ostfeld är Anda Ramat HaSharons tränare och trots att hon tagit sitt lag till final i den israeliska cupen i sex år, och trots att hon innehar Guinness rekord för flest poäng i en match (108) fick hon utmärkelsen främst för att hon startat den största kvinnliga basketskolan i Israel.

Var femte fyraåring överviktig

Var femte fyraåring är överviktig. Det visar landets första kartläggning av fyraåringars längd och vikt. Hälften av de överviktiga barnen riskerar dessutom att bli feta som vuxna. Studien omfattar alla barn födda år 2000 i Örebro län, rapporterar Sveriges Radios program Kropp och själ.

Resultaten bekräftar larmen om fetma bland barn, enligt barnhälsovårdsöverläkare Leif Ekholm vid universitetssjukhuset i Örebro.

– Samma siffror som vi sett på tioåringar ser vi nu redan på fyraåringar, säger han.

Det finns ett gott sätt att motverka detta, börja med motion och rörelse tidigt. Kontakta din judiska idrottsklubb och se vad de har att erbjuda för dig och ditt barn.

Rikard Folkman Tandläkare
Sturegatan 18 114 35 STOCKHOLM
Tel: 661 56 84



vertex training ab®

Professionell marknadskommunikation
företagsutbildning kompetensutveckling coaching

susanne@vertextraining.se

Tel. 033-25 53 60

ELcenter i Borås AB

P O S T T I D N I N G B

RETURADRESS:

Judiska SportMagazinet/Makkabi
Box 5053
102 42 Stockholm
Periodisk medlemsinformation



ARÖDS INDUSTRIVÄG 54

422 43 HISINGS BACKA

TEL 031-744 19 80