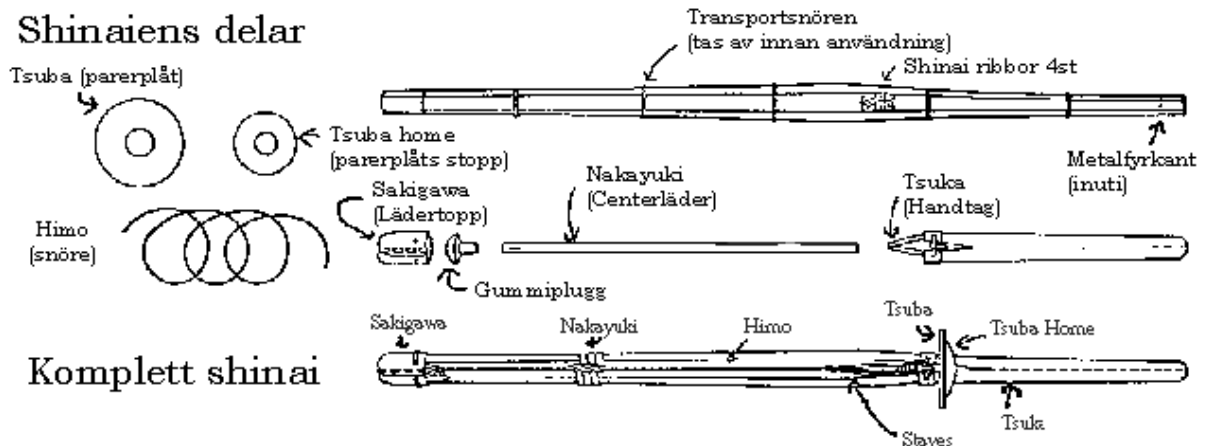




## Shinai Manualen

### Shinaiens delar



### Komplett shinai

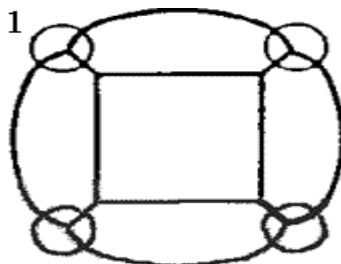
Shinai, eller träningsvärdet utvecklades runt 1750. Det är gjort av fyra bambu ribbor, en metallfyrcant sitter inkilad i nedre änden av de fyra ribborna för att ge extra stabilitet. En T-formad gummiplugg ligger som stötdämpning mellan ribborna och sakigawa. Nakayuki håller ihop alla ribborna på mitten och i nederände sitter tsuba som fungera både som handtaget och håller ihop ribborna nedantill. Himo (snöret) håller ihop delolika läderbitarna och indikera var svärdryggen går. Parerplåten eller tsuba, är gjord antingen av plast eller val skinn (plast är det vanligaste) och hålls på plats av parerplåts stoppen eller tsuba home av gummi.

## Isärtagning

Ta först bort tsuba home och tsuba. Knyt därefter upp knuten vid *handtaget* (tuba), dra sedan av handtaget. Dra nu av sakigawa (tappa inte bort gummipluggen!) och nakayuki som kommer med snöret, det sparar dig besväret att behöva knyta upp fler knutar. Håll ihop alla fyra ribborna och markera in botten vilken som sitter vart; topp, botten, höger och vänster. Sära nu på dem men var försiktig så att du inte tappar metallfyrcanten.

## Underhåll

Denna proceduren skall upprepas flera gånger per vecka för att garantera kvaliteten, livslängden och säkerheten i din shinai. Innan varje träning var noga med att kolla så att inga sprickor, eller flisor finns på någon av ribborna. Sandpappra ribborna, var extra noga runt rundingar där ribbيران möter varandra. (se figur 1) När shinaien börjar bli gammal, sandputsas bort alla flisor och ojämnheter, smörj in med lätt olja (symaskinsolja är utmärkt) och låt stå och dra i minst tre dagar, helst en vecka. Under tiden den står och drar kolla shinaien dagligen och lägg på ny olja om oljan har absorberats, en gammal shinai är ofta ganska torr och behöver mycket olja. Innan shinaien sätts ihop torka bort all överskotts olja med en trasa.



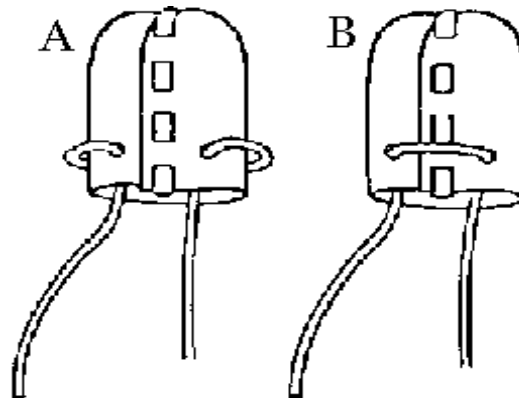


Sandpappra och olja ribborna so ovan, ta bort trasiga ribbor. Kasta trasiga ribbor, små sprikor kan lagas med lim som sedan tejpas, det brukar dock inte hålla så länge. Sätt nu samman ribborna som du har markerat dem i botten (glöm inte metallfyrkanten), se till så de ligger jämt. Trä på tsuban och sedan nakayui och sakigawa (glöm inte gummipluggen), knyt ihop som beskrivs nedan.

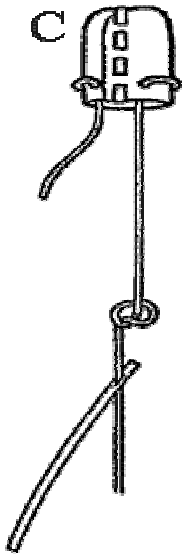
## Att sätta samman shinaien olika delar

### Sakigawa

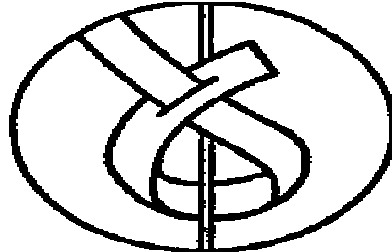
Trä snöret (himo) genom sakigawa som nedan i figur B; figur A är fel då det kommer att leda till extra slitage på snöret. Lämna cirka 5 centimeter, knyt sedan en knut som visas i figur E och F.



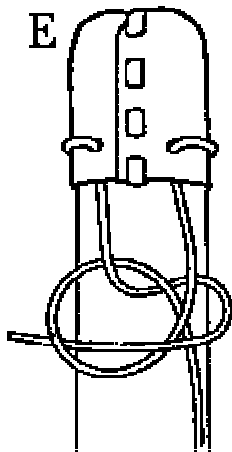
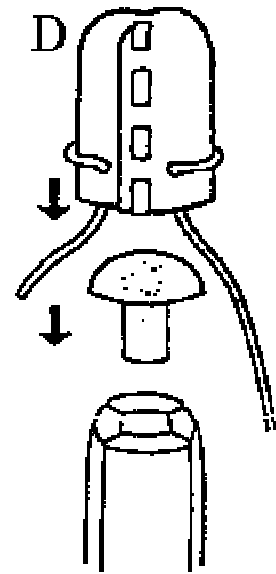
**OBS!!** I figurerna nedan visas snöret trätt igenom sakigawa som i figur A vilket är fel, skall vara som i figur B!!



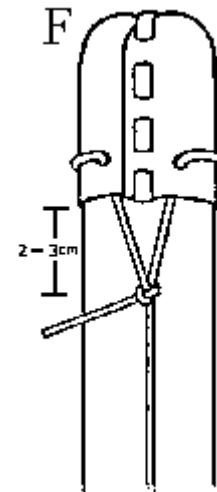
Knyt en enkel knut på snöret så den hamnar en liten bit under överst skarven på bambu ribborna.



Trä snöret genom nakayui som visas här. Sätt sedan sakigawa på gummipluggen som i figur D.



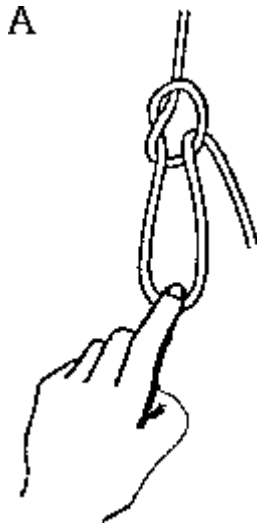
Knyt knuten som i figurerna E och F.



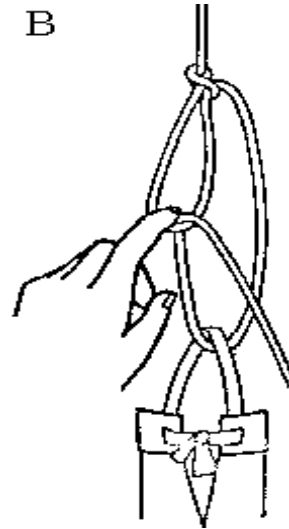


### Tsuba

Knyt en ögla på snöret som visas i figurerna nedan. Öglan ska var cirka 10 centimeter från läder öglan i tsuba. Öglan på snöret bör vara runt 1,5 centimeter, något mindre än nedan.

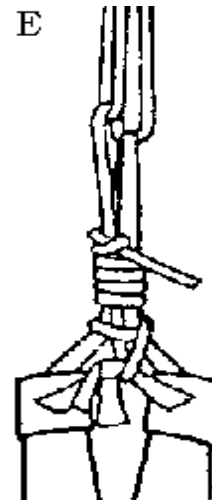
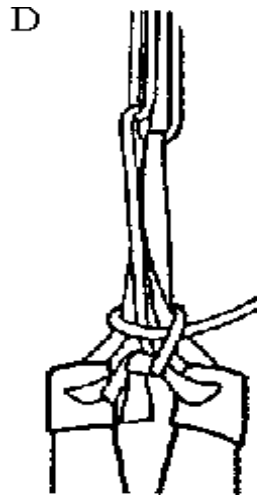
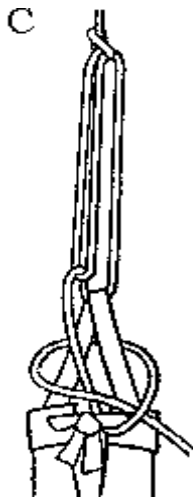


Trä snöret igenom första knuten som i figur A. Därefter trä den igenom läder öglan på tsuba som i figur B.



Spänn nu hårt genom att dra det mot dig, snöret ska vara så hårt spänt att det ger ifrån sig en ton när man "spelar" på det.

Dra snöret igenom läderbiten på tsuba (figur C) dra åt (figur D) linda till snöret tar slut och fäst (figur E)





### Nakayui

Knyt nakayui som visas nedan, klipp bort allt extra läder.

