

VELO Ryu Ha Judo Nieuwsbrief november 2018

Beste judoka's van VELO Ryu Ha,
Hierbij alweer de derde nieuwsbrief van dit seizoen.



Juf Marie-José en Irene Goud op de Open Zuid-Nederlandse Kampioenschappen



Het weekend van 3 en 4 November hebben Marie-José, Irene en Sebastiaan zich onder leiding van de Japanse Koji-Komata sensei (8e dan judo) verdiept in het Kodokan kata. In deze vaste vormen ligt een hoop kennis verborgen over de principes van het judo. Zaterdag waren Marie-José en Irene zelfs de assistenten van Komata Koji tijdens de uitleg van het ju-no-kata. Een dag later konden zij hun nieuwe inzichten direct in de praktijk brengen met een eerste plaats in het ju-no-kata tijdens de

Open Zuid-Nederlandse Kampioenschappen.



Gastles van Bondscoach Nederlands Kata team



Op donderdag 7 november verzorgde Sander Stammers een gastles voor de senioren van VELO Judo. Sander is bij ons bekend als vader van judoka bij onze vereniging begonnen. Echter, hij is ook met Jasper van Wortel Europees kampioen kime-no-kata geworden en op dit moment bondscoach van het Nederlandse kata team.

Het was een erg leerzame en leuke training met als thema de seoi-nage. Vooral gericht op de rol van uke, die correct moet verdedigen en valbreken. De gastles is zeker voor herhaling vatbaar in het nieuwe jaar!

Wil je beginnen met judo of het judo weer oppakken? Je bent van harte welkom voor een proefles.

VELO Ryu Ha Jeugd-en Juniorenkamp Sponsor actie!

Voor het VELO Ryu Ha Jeugd- en dit jaar voor het eerst een Juniorenkamp voor leden van 13 t/m 17 jaar organiseert de kampcommissie een SPONSOR actie

De organisatie van zo'n kamp kost natuurlijk niet niks. Wij jullie om hulp vragen.



Dit najaar houden wij net als in het voorjaar een sponsoractie. Omdat er veel vraag is naar de No Water Flowers van de vorige sponsoractie, hebben we besloten deze met Kerst weer te doen. Deze Kerst No Water Flowers zijn erg leuk om te verwerken in een kerststukje die je zelf maakt of om te geven als je bij iemand op visite gaat ipv een kerststukje of bloemetje maar je kan hem natuurlijk ook zelf thuis een leuk plekje geven. Hij kan overal staan en heeft geen water nodig.

Het zou geweldig zijn wanneer jij je best zou doen om zoveel mogelijk Kerst No Water Flowers te verkopen aan jouw familie, vrienden, kennissen, burens, collega's van papa & mama en noem maar op. Hoe meer je hoe beter.

De actie wordt in de les uitgedeeld met bestellijst.

Vragen? Mailen kan naar kamp@veloryuha.nl.

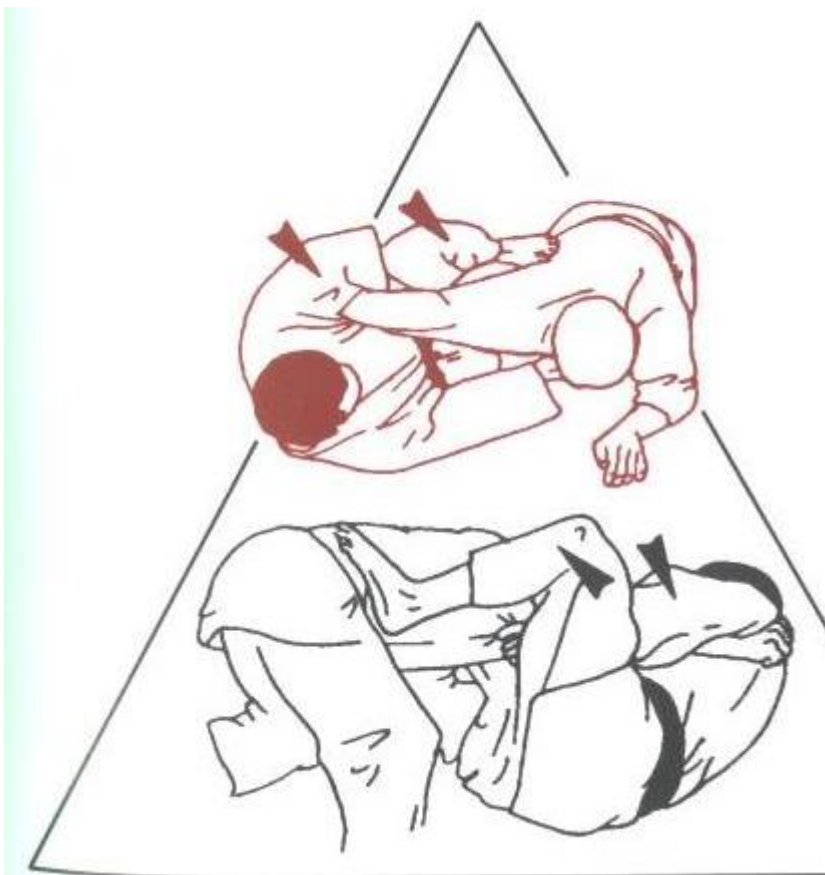
Senioren judo kamp

Na het succes van vorig jaar is er besloten om ook dit seizoen, in samenwerking met Budo Gouweleeuw, een senioren judo kamp te organiseren.

Datum : **12 tot 14 april 2019**

Voor wie : Senioren vanaf 18 jaar

Meer informatie volgt. Dus hou het in de gaten.



Hiza Gatame

Trollentoernooi verslag

Vandaag, 3 november 2018, kwamen de talenten van VELO judo weer in actie. Ditmaal op het Trollentoernooi bij Budoclub Geisha.

Rasmus is een echte doorzetter. Gedisciplineerd gaat hij alle toernooien af en leert hij elke keer weer bij. Deze keer maakte hij twee prachtige osotogari en wist hij meerdere malen uit de houdgreep te ontsnappen. Ik geniet van zijn enthousiasme.

Xander won zijn partijen bijna allemaal met een soort uranage. Dit is een mooie overname! Kijk wel uit dat je niet een te goede kumikata weggeeft aan de andere judoka.

Daniel moest lang wachten op zijn eerste partij. Daarna was hij erg goed bezig. Spannende partijen, staand en op de grond. Probeer meer worpen uit, dan kun je de ander verrassen.

Anouwar heeft ook een goede osotogari! Wellicht kun je volgende keer proberen twee benen weg te halen als een been niet lukt. Voor de rest probeer je veel en beweeg je mooi, blijf zo doorgaan.

Nouafel heeft ook heel veel verschillende technieken voor een ippon. We gaan dit uitbreiden met meerdere manieren van vastpakken. Zorg dat jij een goede kumikata hebt en verstoort die van de tegenstander. Je bent een veelzijdig judoka, blijf je zo ontwikkelen.

In de tweede groep van het Trollentoernooi kwamen de broertjes Gio en Django in actie. Ik zag hele duidelijke vooruitgang ten opzichte van het vorige toernooi!

Gio liet zien dat hij de beenworpen goed beheerst. Zowel met een directe aanval als een overname. Hij danst mooi om de andere judoka heen. Blijf jouw goede beenworpen gebruiken en probeer ook andere technieken!

Django had duidelijk een plan voor de competitie. De voorbereiding was iets minder: zijn judogi was niet in orde! Hij moest een broek lenen van iemand anders. Gelukkig verliepen de wedstrijden wel mooi volgens plan. Werpen met een beenworp en dan direct de tateshihogatame. (zie foto) Dat werkte super!

Goed gedaan jongens. Blijf goed opletten en veel lachen tijdens de toernooien. Super gedaan!



Happy Judo Kids Toernooi.

Het toernooi is bedoeld voor de recreatieve Judoka 6 t/m 12 jaar met weinig of geen wedstrijd ervaring. Er punten gespaard. Bij 20, 50 en 80 punten krijg je een certificaat met een bronzen, zilveren respectievelijk gouden medaille. Bij elk toernooi worden eerder behaalde punten erbij opgeteld. Het is dus geen probleem als een Judoka een keer een toernooi overslaat. Punten worden ook in 't volgende seizoen meegenomen. De Judoka's kunnen dus instromen wanneer zij willen. Ter plekke kan er worden ingeschreven onder betaling van € 5,- per keer per deelnemer.

Waarom doe je mee?

- Om dat je het leuk vind om te Judoën en 1x per maand op zaterdag middag extra wil oefenen.
- Je wil erachter komen of je er aan toe bent om aan andere wedstrijdjes mee te doen.
- Een competitie samen met andere clubs bij jou in de buurt.
- Voor beginnende en recreatieve Judoka's.
- Om jeugd Judoka's kennis te laten maken met het doen van Judo wedstrijden.
- Het streven is om iedere Judoka 6 a 7 partijtjes van 2 minuten te laten Judoka's.
- Er zijn 3 categorieën 6-8 jaar, 9-10 jaar en 11-12 jarige.

Elke wedstrijd duurt altijd 2 min.

- Bij het Happy Judo Kids Toernooi Judo je de volle wedstrijdijd van 2 min.
- Wanneer je bent geworpen sta je op en gaat het partijtje gewoon verder.
- De wedstrijd wordt geleid door een waarnemer die er voor zorgt dat de partijtje eerlijk en veilig is.
- Bij een houdgreep houdt de waarnemer andere Judoka's uit de buurt en telt tot 10, waarna beide Judoka's opstaan en het partijtje kunnen voort zetten. Punten telling.
- Een gewonnen partij levert 3 punten op
- Een gelijk spel, beide Judoka's 2 punten.
- Een verloren partij 1 punt.

Je besluit samen wie er heeft gewonnen

- Alle wedstrijden beginnen en stoppen tegelijkertijd.
- Wanneer de Judoka's klaar staan om te beginnen steekt de waarnemer een arm in de lucht.
- Alle wedstrijden beginnen tegelijk. Na 2 min stoppen alle wedstrijdjes te gelijk.
- Na afloop gaan beide Judoka's naar de wedstrijdtafel om te vertellen wie er heeft gewonnen.

Wanneer en Waar:

- 24 nov 2018 Budo Hans Roos
- 26 jan 2019 Sportschool Richard de Bijl en Chita Gross
- 9 mrt 2019 Budo Hans Roos
- 6 april 2019 Sportschool Richard de Bijl en Chita Gross
- 11 mei 2019 Budo Hans Roos
- 22 juni 2019 Sportschool Richard de Bijl en Chita Gross
- 26 okt 2019 Budo Hans Roos



Tijden:

leeftijd 6 - 8 jaar vanaf 13:00-13.15 melden we starten om 13:30!
Leeftijd 9 -12 jaar vanaf 15:00-15.15 melden we starten om 15:30!

Adressen:

Budo Hans Roos Burgermeester Diepenhorstsingel 4, Oud- Beijerland.
Sportschool Richard de Bijl en Chita Gross, Galileilaan 5, Spijkenisse. Sportboulevard Dordrecht, Fanny Blankers Koenweg 10, Dordrecht.

Let op: Bij dit toernooi is geen coach aanwezig.

Dit toernooi is alleen bedoeld **voor de echte beginner.**



Leraar in opleiding

Vele van jullie zijn 'm al tegen gekomen: Meester Thomas.

Tot zijn blauwe band leerling bij VELO Ryu Ha judo en was hij dojo assistent bij Sensei Jennifer. Later is hij zich gaan verdiepen in het Jujutsu bij VELO Ryu Ha.

Tegenwoordig doet hij de opleiding "Sport en beweging". Als een keuze vak heeft hij daar natuurlijk gekozen voor Judo. Dus toen hij vroeg of hij bij ons zijn stage mocht doen was dit natuurlijk goed.

Inmiddels loopt hij alweer een tijdje mee bij Sensei Sebastiaan en Sensei Jennifer.

Ook heeft hij het wedstrijd judo weer opgepakt en is aan het trainen voor zijn zwarte band.

District Dan-examentrainingen 2018-2019

Toegankelijk voor JBN-leden vanaf 14 jaar minimaal **blauwe band**.

Deze keer in onze eigen Dojo! Ben je serieus voor je zwarte band aan het trainen? Dan kan je deze toch niet missen!

Zaterdag 8 dec. 2018 14.00 - 16.00 uur (toegang € 6,00) Dojo open om 13.30 uur	Offerworpen, hikomiwaza met controletechniek, uke op rug Kata 1e - 3e dan	Dojo: Velo Noordweg 26 2291 EE Wateringen
--	---	---

The Hague Grand Prix 16 - 18 november 2018

De internationale judotop komt in november naar Nederland voor The Hague Grand Prix! Voor het tweede jaar op rij is de Sportcampus Zuiderpark het decor voor dit toernooi. Alle informatie is te vinden via www.thehaguegrandprix.nl.

24 November 2018 Happy Kids zie artikel hier boven

Grand Slam Osaka 23 - 25 november 2018

Eind november staat de Grand Slam in het Japanse Osaka op het programma. Van vrijdag 23 tot en met zondag 25 december strijden de Nederlandse judoka's om de medailles. Check www.jbn.nl voor de bekendmaking van de selectie.

Eerdenburg Kersttoernooi zondag 9 december 2018 Uiterlijk inschrijven zaterdag 17 november vóór 12u00. Formulieren liggen in de dojo en binnenkort op de site in de kalender.

Peds Sports Centre zaterdag 15 december 2018 Uiterlijk inschrijven zaterdag 24 november vóór 12u00 staat binnenkort op de site in de kalender. En in de dojo. Hou het in de gaten!

World Masters Guangzhou 15 en 16 december 2018

In december vindt de World Masters plaats in Guangzhou (CHN), het toernooi voor de top-16 van de wereld in elke klasse. Later dit jaar zijn de Nederlandse judoka's te bekijken via www.jbn.nl.

Oliebollentoernooi 2019 Woensdag 2 januari 2019 Uiterlijk inschrijven zaterdag 8 december vóór 12u00. staat binnenkort op de site in de kalender. En in de dojo. Hou het in de gaten! Het toernooi is bedoeld voor wedstrijdjudoka's van beginnend tot gevorderd. Het toernooi is speciaal voor judoka's die net overgaan naar een nieuwe leeftijdsklasse.

Vakanties VELO Ryu Ha 2018/2019

Zomervakantie	zondag 8 juli t/m zaterdag 25 augustus 2018
Herfstvakantie	zondag 21 oktober t/m zaterdag 27 oktober 2018
Sinterklaas	Donderdag 5 december is er geen les ivm sinterklaas
Kerstvakantie	zondag 23 december 2018 t/m zaterdag 5 januari 2019
Voorjaarsvakantie	zondag 24 februari t/m zaterdag 2 maart 2019
Paasweekend	vrijdag 19 april t/m maandag 22 april 2019
Koningsdag	zaterdag 27 april 2019 (valt in meivakantie)
Meivakantie	Dinsdag 23 april t/m zaterdag 4 mei 2019
Hemelvaartweekend	Donderdag 30 mei 2019 t/m 1 juni 2019
Pinksteren	zondag 9 juni t/m maandag 10 juni 2019
Zomervakantie	zondag 14 juli t/m zaterdag 31 augustus 2019

**Kijkdagen: 29 oktober t/m 3 november 2018.
20 mei t/m 26 mei 2019**

Bij de judo is het voor de rust in de les niet toegestaan om tijdens de les langs de kant te zitten. Tijdens examens, kind-ouderlessen, vriendjeslessen, toernooien en andere speciale dagen bent u natuurlijk van harte welkom om te kijken.

Omdat u natuurlijk ook wil zien hoe het in de gewone lessen is, zijn er ook dit seizoen weer kijkweken. Er wordt dan gewoon les gegeven en u mag de hele les mee kijken.

Judo Examens. 21 t/m 26 januari 2019.

Ieder seizoen zijn er twee examens. Dit eerst examen is in jouw reguliere les.

Ieder die aan het examen mag deelnemen krijgt van de leraar een inschrijfformulier.

Ouder-kind lessen 11 t/m 16 februari 2019

Elk kind mag 1 ouder/ verzorger meenemen om mee te trainen. U volgt dan de judoles samen met uw kind. Losse kleding zonder harde stukken (ritsen, knopen) geen sieraden om. De andere ouders/verzorgers mogen natuurlijk langs de kant kijken en foto's maken!

Inschrijfformulieren worden uitgedeeld tijdens de examens in januari.

Clubkampioenschap judo 9 maart 2019

Voor alle leden. Jong en oud kan hieraan mee doen.

Vriendjeslessen 11 t/m 16 maart 2019.

Elk kind mag 1 vriendje/vriendinnetje mee nemen om mee te trainen. Ouders/ verzorgers mogen natuurlijk langs de kant komen kijken.

Inschrijfformulieren worden hiervoor uitgedeeld tijdens de kind-ouderlessen.

2^{de} VELO Ryu Ha BUDO festival 30 maart 2019

We hebben voor jullie verschillende gasttrainers uitgenodigd die interessante en leerzame lessen komen geven. Naast judo gaan jullie ook kennis maken met andere budo-vormen

Inschrijfformulieren worden uitgedeeld tijdens de kind-ouder lessen.

Pinkstertoernooi 10 juni 2019

Toernooi in onze eigen dojo waarbij ook een paar bevriende clubs worden uitgenodigd. clubs

Judo Examen/ Witte bandentoernooi zaterdag 6 juli 2019

Ieder seizoen zijn er twee examens. Eind seizoen is er een groot examen. Voor witte banden betekent dit dat ze mee doen aan een toernooi. Voor de hogere banden betekent dit een individueel technisch examen. Ieder die aan het examen mag deelnemen krijgt van de leraar een inschrijfformulier.

Hebben jullie suggesties voor de nieuwsbrief? Laat het dan vooral weten!

VELO Ryu Ha

- judonieuws@veloryuha.nl Voor inschrijven judo-nieuwsbrief. Insturen Kopij
- wedstrijd@veloryuha.nl Voor inschrijven wedstrijden en vragen aangaande wedstrijdjudo. Voor vragen over de judo lessen (inhoudelijk), judo evenementen, judo examens
- 06-22873883** alleen WhatsApp of sms. Voor het afmelden voor wedstrijden op de wedstrijddag zelf Tijdens wedstrijden kunnen wij natuurlijk opnemen.
- ledenadministratie@veloryuha.nl Voor vragen over ledenadministratie, lidmaatschap Ryu Ha, JBN en contributie
- Info@veloryuha.nl Voor informatie over proeflessen e.d.
- secretariaat@veloryuha.nl Voor alle overige vragen of bel of whapp naar **06-10666253**



<https://www.facebook.com/VeloRyuHa>

Uitschrijven voor de nieuwsbrief kunt u ten alle tijden door een mailtje te sturen naar judonieuws@veloryuha.nl met als onderwerp uitschrijven. U krijgt binnen twee weken een antwoord dat u uitgeschreven bent voor toekomstige nieuwsbrieven.