



Katsu Heiwa Nieuwsbrief

Mijn eigen seiza moment ...

De nieuwsbrief is altijd een moment om terug te kijken naar wat we hebben gedaan en vooruit te kijken naar wat we gaan doen. Dat zou seiza aan het begin en einde van de les ook moeten zijn. Een kort meditatiemoment om wat je tot dat moment (school, werk, thuis) hebt meegemaakt achter je te laten en je te concentreren op de les die komt.

Helaas hebben we in dit kwartaal drie keer stil moeten staan bij een overlijden. Een collega-karateka uit Amsterdam overleed vlak na een wedstrijd, Jack van Gils (leverancier van onze trainingspakken) en Shihan Loek Hollander overleden als gevolg van een ziekte. Bij alle uitvaarten was Katsu Heiwa vertegenwoordigd.

Hier een foto van de begrafenis van Shihan Hollander, de leermeester van o.a. Shihan Vlado en Sensei Jenny. Ook tijdens de les is bij zijn overlijden stilgestaan.



Wedstrijden

We streden in twee toernooien. Twee maal kumite- en één maal katawedstrijden. (De Kimaita-cup op 25 januari en de Yujin-cup die twee dagen duurde: 8 en 9 februari).

Heel tevreden zijn we met iedereen, maar natuurlijk mogen de eerste plaatsen van Koen en Manoah (kumite), Armand en Lucas (Kata) wel even genoemd worden.

Het belangrijkste is dat karateka's meededen. Ook de onervaren jongeren. Het meedoen telt! En daar zijn we trots op!

Jaargang 12, nummer 2

9 maart 2020

Inhoud:

- Seiza
- Wedstrijden
- Valentijntraining
- Examens
- Bondsgeld
- Uitbreiding uren Barendrecht





Katsu Heiwa Nieuwsbrief

Spring Camp

Het Spring Camp in Kroatië gaat definitief niet door. De onrust die het Corona-virus op dit moment veroorzaakt, zorgt ervoor dat het lastig is de juiste dingen te regelen. Hotel, restaurants, dojo's. Te veel onzekerheden. Ook in Kroatië worden er maatregelen genomen. Dus ... we focussen op de Herfstclinic.

Valentijntraining 14 februari

Wat was het leuk om toch een aardig stel (groot)ouders en een broertje bij de groep te hebben. Dit gaan we zeker vaker doen. Op naar de Halloweentraining?

Examens

De vrijdag jl., 6 maart, gehouden examens hadden een goed resultaat. Niet veel mensen deden examen, maar we proberen toch drie keer per jaar een examenmoment in te lassen. Ook om teleurstellingen te voorkomen wanneer iemand tijdens een examenmoment niet in staat is erbij te zijn.

Het volgende examenmoment is op vrijdag 3 juli.

Hoge banden komen natuurlijk aan de beurt tijdens de Herfstclinic. Geef je altijd minimaal twee weken van tevoren op (door inlevering van je paspoort)!

Bondsgeld

Met het lesgeld van volgend kwartaal zal het bondsgeld ook ingehouden worden. Zodra het is ingehouden kunnen we de paspoorten aftekenen. Dus neem ze in april mee.

Uitbreiding lesuren in Barendrecht

Na de meivakantie, 12 mei, starten we op dinsdag al om 19.00 uur. Dat extra uur is in het leven geroepen om ook de hoge banders (die vaak zelf instructie geven) gelegenheid te geven o.a. kata's te trainen.

De indeling (Barendrecht) op dit moment is:

Dinsdag:

20.00 uur Kumitetraining volwassenen

Vrijdag:

19.00 uur Jeugd algemeen

20.00 uur Oudere jeugd en volwassenen algemeen

Zondag:

10.00 uur technieken en katatraining volwassenen

10.00 uur Kumitetraining jeugd

Hoe we het extra uur gaan invullen en of er wijzigingen in het programma komen laten we zo snel mogelijk weten.

Osu

Sensei Jenny

Jaargang 12, nummer 2

9 maart 2020

Inhoud:

- Seiza ...
- Wedstrijden
- Valentijntraining
- Examens
- Bondsgeld
- Uitbreiding uren Barendrecht

