



"TOKETA"

Dit is de Japanse term die we gebruiken wanneer een judoka uit een houdgreep ontsnapt. De corona maatregelen worden met ingang van zaterdag 5 juni versoepeld. Ook alle senioren mogen weer de judomat op!

Op maandag 7 juni gaan we daarom het reguliere lesrooster hervatten. Ook de judoka & jiu-jitsuka vanaf 18 jaar mogen eindelijk hun judopak weer uit de kast halen en aantrekken.

Voor alle kinderen verandert er binnen het huidige lesrooster niets. Het lesrooster voor de senioren ziet er vanaf 7 juni als volgt uit:

Maandag

20:15-21:15 uur JUDO
Etten-Leur > Vier Heemskinderen

Dinsdag

19:30-20:30 uur JIU-JITSU
20:30-21:30 uur JUDO
Roosendaal > BS Joseph, Norbartlaan 36

Woensdag

17:00-17:45 uur AANGEPAST JUDO
Voor judoka met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking
Bergen op Zoom > Gymzaal Zuiderdreef (ingang: 'de Verlenging')

Donderdag

20:15-21:15 uur JUDO VOLWASSEN BEGINNERS
Roosendaal > BS Joseph, Norbartlaan 36

Vrijdag

20:15-21:30 uur JUDO KATA & DANEXAMEN
Roosendaal > BS Joseph, Norbartlaan 36

Kijk [HIER](#) voor het volledige lesrooster.

MAATREGELEN:

- Bij corona gerelateerde klachten blijf je thuis
- Gebruik kleedkamers & toilet is toegestaan
- Toeschouwers zijn niet welkom
- Vanaf 12 jaar een mondkapje dragen binnen de gebouwen, behalve tijdens sporten
- Desinfecteren van de handen bij aanvang/einde les
- Toernooien en wedstrijden mogen weer

AANMELDEN / AFMELDEN:

- Leden die voor het eerst gaan deelnemen melden zich één keer aan via de website.
- Afmelden voor een les kan onder het aanmeldformulier of door een WhatsApp bericht te sturen.
- *Leden die zich sinds de vorige veranderingen (woensdag 19 mei) al eens hebben aangemeld hoeven dit niet nog eens te doen.*

[HIER AANMELDEN](#)

PROMOTIELESSEN / EXAMENS

Voor alle jeugdleden zullen er nog voor de vakantie weer 'promotielessen' gehouden worden. Dit gebeurt in de week van 12 t/m 16 juli. Een uitnodiging hiervoor ontvangen de kinderen tijdens de les. Opkomst tijdens de trainingen, inzet en gedrag bepalen of de leerling deze examenronde wordt uitgenodigd.

Promotieles > Wat is dit?

Voor de leden die nog niet zo lang aan judo doen volgt hier een korte uitleg.

De technieken die de judoka tijdens de lessen leren zijn bestemd voor de judosport. Deze beoefen je in een zaal op de judomat om je tegenstander te verslaan of om er steeds beter in te worden. Je deskundigheid en vaardigheid wordt bij ons twee keer per jaar getoetst. Dit doen we tijdens de promotieles. De kinderen laten een demonstratie zien van de technieken die we oefenen en trainen.

Naarmate de vaardigheid toeneemt en de kinderen ouder worden zal het steeds meer de vorm van een examen krijgen. In de praktijk kies ik er liever voor om een leerling niet op examen te laten gaan als hij/zij het vereiste niveau nog niet voldoende beheerst om daarmee afwijzing te voorkomen. Bij jonge kinderen maken we er vooral een feestje van in het bijzijn van de ouders. Dit is dan tevens een kijkles die we eens per kwartaal organiseren. Dit jaar moeten we nog even kijken of het mogelijk is om toeschouwers tot de zaal toe te laten. Hopelijk volgen er de aankomende tijd nog verdere versoepelingen zodat we dit kunnen realiseren.

Aan het einde van de les hoort de leerling of hij/zij een promotie heeft gemaakt naar de volgende graduatie. De kosten voor een promotie (eenmalige machtiging) bedragen:

€ 2,50 voor een 'stip'

€ 5,00 voor een 'slip'

€ 10,00 voor een 'band' *

Bij elke promotie krijgt de leerling een diploma.

Promoties binnen de club kunnen tot en met bruine band (1e kyu). Wil je daarna nóg verder doorgaan en bijvoorbeeld je zwarte band behalen? Het examen vindt dan plaats op districtsniveau. Binnen onze judoclub hebben we ook een drietal leden die succesvol een landelijk examen gedaan hebben voor de 4e dangraad. De mogelijkheden om door te groeien zijn dus volop aanwezig.

* Indien een dikkere band gewenst is dan kan deze tegen extra kosten worden besteld.

WEDSTRIJDEN & COMPETITIE

Een andere manier om alle technieken beter onder de knie te krijgen is het beoefenen van wedstrijden. Binnen onze judoclub hebben we de **RANDORI COMPETITIE**. Deze zullen we proberen te houden op zondag 27 juni. De aanvraag om in de zaal te mogen is gedaan, maar ik wacht nog even op groen licht voor de uitnodiging definitief aan de kinderen meegegeven zal worden.

In de toernooi agenda van de JBN staan alle evenementen en wedstrijden tot aan de zomervakantie op 'geannuleerd'. Vanaf september hopen we dat er weer toernooien op de kalender komen. Er staan enkele wedstrijden gepland. De aanvraag hiervoor is lang geleden gedaan dus de officiële bevestiging wachten wij ook hier nog even af.



Website



Facebook



Instagram



YouTube



Twitter



LinkedIn

Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@sportschool-ikigai.nl toe aan uw adresboek.



Laposta