



NIEUWSBRIEF SEPTEMBER

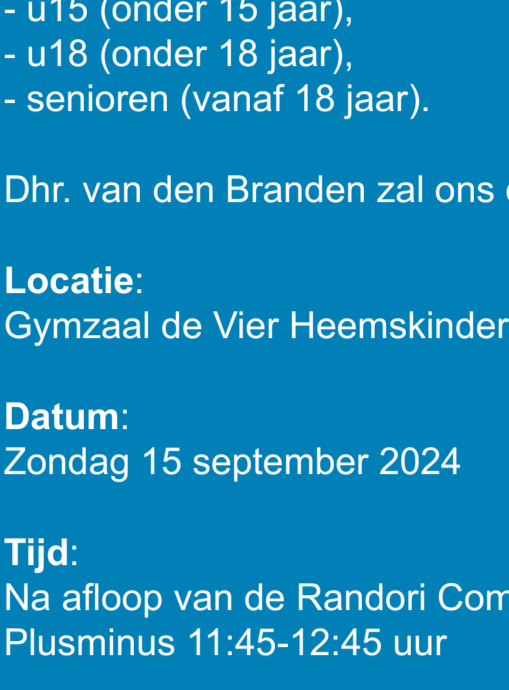


IN DEZE NIEUWSBRIEF INFORMATIE OVER o.a. WEDSTRIJDEN & HYGIËNE & KAMP

WWW.SPORTSCHOOL-IKIGAI.NL

- UITLEG WEDSTRIJDREGELS
- KAMERADENDIVISIE 2024-2025
- PEILING: OPSTART JUDO 'LADIES ONLY'
- SLIPPERS
- HOOFDLUIS
- AANVULLING WEDSTRIJDGROEP
- WEDSTRIJDKALENDER
- KAMP IKIGAI
- CONTACT : info@sportschool-ikigai.nl

UITLEG WEDSTRIJDREGELS



Ter voorbereiding op het nieuwe judo seizoen en de aankomende wedstrijden vindt er aanstaande zondag 15 september in Gymzaal de Vier Heemskinderen een uitleg over de spelregels plaats door Dhr. A. van den Branden (JBN Scheidsrechter).

Afgelopen seizoen liepen we soms wel eens tegen bepaalde vragen aan ten aanzien van wel en wat niet is toegestaan tijdens een wedstrijd. Bijvoorbeeld over de haardracht, het vastpakken, en welke worpen wel of niet mogen tijdens wedstrijden.

Tijdens randori in de training is dit ook wel eens anders dan bijvoorbeeld tijdens de randori competitie. Neem bijvoorbeeld het oefenen van omstrengelingen met elkaar, of bijvoorbeeld bepaalde offerwerpen.

De spelregels veranderen wel eens als er een nieuwe olympische cyclus op het punt staat van aanvangen wat nu het geval is. Ook voor de jeugdcategorieën zijn er soms wel eens aanpassingen. Wat mag bijvoorbeeld wel/niet bij de leeftijdscategorieën:

- u8 (onder 8 jaar),
- u10 (onder 10 jaar),
- u12 (onder 12 jaar),
- u15 (onder 15 jaar),
- u18 (onder 18 jaar),
- senioren (vanaf 18 jaar).

Dhr. van den Branden zal ons daar wat duidelijkheid in geven.

Locatie:

Gymzaal de Vier Heemskinderen

Datum:

Zondag 15 september 2024

Tijd:

Na afloop van de Randori Competitie
Plusminus 11:45-12:45 uur

ZORG DAT JE ERBIJ BENT

KAMERADENDIVISIE 2024-2025

Het nieuwe seizoen voor de Kameraden Divisie staat voor de deur.

In het afgelopen seizoen won Team IKIGAI de titel. Natuurlijk gaan we proberen deze te verdedigen en een tweede kampioenschap te behalen.

Alle senioren vanaf 16 jaar zijn van harte welkom om deel te nemen aan de ontmoetingen. Deze bestaan uit een training van een uur door een leraar of gasttrainer van de organiserende club. Daarna draait elk team (bestaande uit 5 deelnemers) drie wedstrijden. Team Zuid-West is uitgestapt en daarvoor in plaats is Sportschool Geelhoed in de plaats gekomen.

Voor ons team zoeken we voor de eerste ronde vijf deelnemers:

1. Dames
2. Heren -70 KG
3. Heren -80 KG
4. Heren -90 KG
5. Heren +90 KG

Meld je [HIER](#) aan op onze website

Zuidwest-Nederland 2024/2025

Zuidwest-Nederland doet 5 teams mee. Ieder team organiseert 1x een toernooi bij hun op locatie. Een team doet mee aan vier toernooien en het eindtoernooi. Tijdens het eindtoernooi zullen mogelijk ook nieuwe clubs aansluiten.

| Datum | Teams | Locatie |
|---|--|---|
| 19 oktober 2024 Weging: 13.30 - 13.50 uur Aanvang: 14.00 uur | Sportschool Shintai (organisator) Judo school Ikigai Sportcentrum Delta Team Gooze | Sporthal de Kannebus Poelekes 12 4661 LR Halsteren |
| 7 december 2024 Weging: 13.30 - 13.50 uur Aanvang: 14.00 uur | Team Gooze (organisator) Sportschool Geelhoed Sportschool Shintai Judo school Ikigai | Dojo Omnium Goes Zwembadweg 3 4463 AB Goes |
| 18 januari 2025 Weging: 13.30 - 13.50 uur Aanvang: 14.00 uur | Sportschool Geelhoed (organisatie) Sportcentrum Delta Judo school Ikigai Sportschool Shintai | Dojo Koopmansvoetpad 81 4388 AS Oost-Souburg |
| 15 februari 2025 Weging: 13.30 - 13.50 uur Aanvang: 14.00 uur | Judo school Ikigai (organisatie) Team Gooze Sportschool Geelhoed Sportcentrum Delta | Gymzaal KPO Basisschool Joseph Norbartlaan 36 (zij-ingang speelplaats) 4702 AX Roosendaal |
| 5 april 2025 Weging: 14.00 - 14.20 uur Aanvang: 14.30 uur | Sportcentrum Delta (organisator) Team Gooze Sportschool Geelhoed Sportschool Shintai | Sporthal 't Sportuus Oud-Oosteinde 1 4571 DA Axel |
| 14 juni 2024 (eindtoernooi) Weging: 13.30 - 13.50 uur Aanvang: 14.00 uur | Alle teams | Dojo Omnium Goes Zwembadweg 3 4463 AB Goes |

[instagram.com/kameradendivisiezuidwest](https://www.instagram.com/kameradendivisiezuidwest)

PEILING: OPSTART JUDO 'LADIES ONLY'

Nogmaals het bericht van de vorige nieuwsbrief, omdat er nog te weinig reacties op gekomen zijn.

Waarom een Ladies Only groep?

Judo biedt niet alleen een geweldige workout, maar versterkt ook zelfvertrouwen, discipline en weerbaarheid. In een omgeving voor alleen vrouwen voelen veel dames zich comfortabeler om nieuwe technieken te leren en zichzelf uit te dagen.

Door deze veilige en ondersteunende sfeer willen we vrouwen de kans geven om zich volledig te focussen op hun judo-ontwikkeling, samen met anderen die dezelfde doelen hebben.

We horen graag jullie interesse of als jullie iemand kennen die graag een poging wil wagen. Meld je aan of laat ons weten dat je mee wilt doen op woensdagavond tussen 20:00 en 21:00 uur in Roosendaal.

De groep is er voor dames vanaf ongeveer 17 jaar en van alle niveaus, of je nu een beginner bent of al ervaring hebt.

Bij voldoende belangstelling kunnen we snel beginnen met de lessen. Laat gerust een bericht achter als u een vraag of een opmerking heeft. Aanmelden kan [HIER](#).



SLIPPERS

Waarom is het dragen van slippers belangrijk?

Bij onze judoclubs streven we naar een schone en veilige omgeving voor al onze sporters. Daarom raden wij ten zeerste aan om slippers of crocs te dragen tijdens de kleedkamer en de judomat. Hieronder leggen we uit waarom dit zo belangrijk is:

1. Hygiëne

Door slippers te dragen, voorkomen we dat vuil, stof, bacteriën en andere ongewenste stoffen van buitenaf op de judomat terecht komen. Dit helpt om de mat schoon te houden en vermindert het risico op infecties en huidproblemen, zoals voetschimmel of wratten, die via de voeten kunnen worden overgedragen.

2. Bescherming van de voeten

Het dragen van slippers beschermt de voeten tegen kleine verwondingen, zoals het stoten tegen harde oppervlakken of het stappen op scherpe voorwerpen. Dit is vooral belangrijk omdat judoka's op blote voeten trainen en hun voeten nodig hebben voor stabiliteit en controle tijdens het beoefenen van technieken.

3. Respect voor de dojo

In de judotractie is het belangrijk om respect te tonen voor de dojo (de trainingsruimte). Het dragen van slippers helpt om de mat – een centraal onderdeel van de dojo – schoon en in goede conditie te houden. Dit draagt bij aan de discipline en het respect dat centraal staan in de judosport.



4. Gemakkelijk en snel

Slippers zijn gemakkelijk aan en uit te trekken, wat ervoor zorgt dat judoka's snel van de kleedkamer naar de mat kunnen gaan zonder de hygiëne in gevaar te brengen. Dit is vooral handig tijdens drukke trainingsdagen of toernooien.

Wat wij aanraden:

Zorg ervoor dat uw kind altijd een paar schone slippers meeneemt naar de judoles.

- Slippers dienen alleen gebruikt te worden voor het traject tussen de kleedkamer en de mat, en niet buiten gedragen te worden om het binnenbrengen van vuil te voorkomen.

Ook voor de kosten hoeft u het niet te laten; Vaak heb je bij bijvoorbeeld Zeeman, Wibra of Action al een paar eurovedige badslippers tussen de € 2,50 en € 5,00

Door deze simpele gewoonte aan te nemen, dragen we allemaal bij aan een hygiënische en veilige trainingsomgeving.



HOOFDLUIS

Binnen onze judoschool houden we ons misschien aan wat strengere regels dan het onderstaande advies van de huisarts.

Mocht bij uw kind hoofdluis zijn, geconstateerd dan houdt u hem/haar bij voorkeur een keer thuis.

*** Lees verder onder het advies van de huisarts!*

Advies van de huisarts over hoofdluis en deelname aan judolessen

Wanneer er hoofdluis is geconstateerd, is het belangrijk om te weten dat hoofdluis geen reden hoeft te zijn om de judolessen te missen. Hoofdluis kan niet springen of vliegen en wordt voornamelijk overgedragen door direct contact met het haar van een besmet persoon. In een judoles kan er echter meer direct contact zijn dan in andere situaties, dus het is verstandig om er heel voorzichtig mee te zijn.

JUDOSCHOOL IKIGAI

Bij onze judoclubs staan gezondheid en hygiëne voorop. Om een gezonde trainingsomgeving te behouden, hebben we ervoor gezorgd dat kinderen tijdens het judo niet deel te nemen aan de lessen als zij hoofdluis hebben, of als er een vermoeden is dat ze nog besmet zijn. Graag geven we hier wat meer uitleg over:

1. Direct contact in judo

Judo is een sport waarbij veel direct contact plaatsvindt. Dit vergroot het risico op overdracht van hoofdluis, zelfs als deze normaal gesproken niet makkelijk verspreidt. Hoewel weinig schadelijk is, kan het veel ongemak veroorzaken, en we willen voorkomen dat andere kinderen of families hier last van krijgen.

2. Preventie van verdere verspreiding

Door kinderen met hoofdluis tijdelijk niet aan de lessen te laten deelnemen, beperken we de kans dat de luizen zich verspreiden onder andere kinderen. Dit helpt om de verspreiding snel onder controle te krijgen en voorkomt dat meer gezinnen ermee te maken krijgen.

3. Snelle behandeling en terugkeer

Wij vragen ouders om onmiddellijk na het constateren van hoofdluis te beginnen met de behandeling. Zodra de behandeling is gestart en het kind luizenvrij is, is het van harte welkom om weer mee te doen aan de lessen. We willen benadrukken dat dit beleid tijdelijk is en gericht is op de gezondheid van iedereen.

4. Respect en samenwerking

We begrijpen dat dit soms lastig kan zijn, maar door samen te werken en alert te zijn, kunnen we een gezonde omgeving creëren waarin iedereen met plezier kan trainen. Wij rekenen op uw begrip en medewerking om verdere verspreiding te voorkomen.

We willen benadrukken dat dit geen stigma van hoofdluis plaatst, maar dat het een voorzorgsmaatregel is die in het belang is van alle kinderen.

AANVULLING WEDSTRIJDGROEP

We willen jullie graag opnieuw uitnodigen om deel te nemen aan onze wedstrijdtraining op zaterdagochtend in Gymzaal 'De Vleer' in Elten-Leur, van 09:45 tot 11:00 uur. Deze trainingen zijn een geweldige kans om de judo-ervaring van je kind naar een hoger niveau te tillen!

Waarom is deelname aan wedstrijdtraining zo waardevol?

Versterkte vaardigheden: Tijdens de wedstrijdtraining ligt de nadruk op het verbeteren van kracht, conditie en bijzondere wedstrijdtechnieken die je in reguliere lessen niet altijd tegenkomt. **Meer zelfvertrouwen:** Door te oefenen met wedstrijd situaties leren judoka's om te gaan met spanning en competitie, wat hun zelfvertrouwen enorm versterkt. **Speciale aandacht voor tactiek:** Onze trainingen richten zich ook op het begrijpen van de wedstrijdregels en scheidsrechtgebaren, zodat de judoka's met meer inzicht de mat op gaan. **Unieke ervaring:** De lessen duren iets langer dan reguliere trainingen, wat ons de ruimte geeft om dieper in te gaan op de diverse facetten van het wedstrijd element van judo.

Deze speciale wedstrijdtraining biedt een kans om in een veilige en motiverende omgeving te groeien als judoka. Het is de perfecte manier om fysiek en mentaal sterker te worden en om je techniek tot in de puntjes te ontwikkelen.

Schrijf je in!

Hoewel deelname aan de wedstrijdtraining niet verplicht is, raden we het sterk aan voor judoka's die hun vaardigheden willen aanverfrisen. Voor slechts € 35,- per kwartaal per leerling kunnen zij zonder profiteren van deze extra begeleiding en uitdaging.

Wil je dat je kind een keer mee komt trainen?

Stuur dan een bericht naar info@sportschool-ikigai.nl

Wij verwelkomen nieuwe deelnemers graag om vrijblijvend een keer mee te doen!

Grijp deze kans om de judo-ervaring van je kind te verrijken en hen een geweldige trainingservaring te geven.

WEDSTRIJDKALENDER

RANDORI COMPETITIE 2024-2025

Noteer in uw agenda:

Zondag 15 SEPTEMBER 2024

Zondag 3 NOVEMBER 2024

Zondag 26 JANUARI 2025

Zondag 16 MAART 2025

Zondag 11 MEI 2025

Zondag 29 JUNI 2025

TOERNOOIEN ZONDER JBN PASPOORT

Zondag 6 OKTOBER 2024
MEIDENTOERNOOI (Veldhoven)

TOERNOOIEN MET JBN PASPOORT

Zondag 6 OKTOBER 2024
MEIDENTOERNOOI (Veldhoven)

Zondag 3 NOVEMBER 2024
OPEN BREDASE KAMPIOENSCHAPPEN
(Let op: gelijktijdig met Randori Competitie)

Zondag 23 NOVEMBER 2024
INSTAPTOERNOOI 2 DORDRECHT

Zondag 19 JANUARI 2025
LANGSTRAATTOERNOOI KAATSHEUVEL

Om aan te melden dan ga je naar website en kijk je in de wedstrijdagenda.
Neem contact op met Eric, indien het niet lukt.

KAMP IKIGAI

De organisatie van een clubkamp in het voorjaar (mei/juni) van 2025 heeft een nieuwe impuls gekregen. Het gaat om een kamp voor twee dagen (zaterdag/zondag). Een overnachting is natuurlijk ingegrepen net als het eten. Mocht je mee willen doen, maar durf je niet te blijven slapen, dan is er de gelegenheid om thuis te slapen, want de reisafstand is te overbruggen met een extra ritje.

Heb jij zin om mee te gaan, laat dan alvast weten via onze website.

Je wordt dan alvast op de deelnemerslijst geplaatst.

Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar dus zorg dat je het niet mist.

KOSTEN?

Met behulp van de opbrengst van de Grote Clubactie 2022 hebben we al wat geld in de spaarpot zitten. Een bijdrage zullen we echter niet kunnen voorkomen. We proberen deze echter voor iedereen zo laag mogelijk te houden en hopen daardoor op een extra groot deelnemersaantal om zo een mooie traditie op te starten.

Wil jij er bij zijn?

Laat dan [HIER](#) een bericht achter op de website.

CONTACT : info@sportschool-ikigai.nl



Website Facebook Instagram YouTube Twitter LinkedIn

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

