



## Gambaru nieuwsbrief januari 2017

Beste karateka en ouders,

Een iets vroegere nieuwsbrief: dit i.v.m. de uitnodiging tot deelname aan de Beker van Berlaar.

### **Beker van Berlaar:**

Op zondag 5 maart gaat opnieuw de Beker van Berlaar door ( **zie de bijgevoegde flyer** ). Dit is een wedstrijd voor beginnende jonge karateka's.

Onze club neemt deel aan de kata-wedstrijden.

De leden vanaf 15-16 jaar mogen meedoen aan de kumite-wedstrijd in de klasse 14 tot 17 jaar op eigen verantwoordelijkheid en met toestemming van de ouders. Wij hopen dat zij oud genoeg zijn om te beseffen wat de gevolgen van hun eigen controle en die van hun " tegenstanders " kunnen zijn, alsook wat de gevolgen van eventuele kwetsuren betreft.

De leden, die willen deelnemen, moeten dit aan de lesgevers laten weten voor eind februari.

### **ALGEMENE VERGADERING: 3 maart 2017**

De jaarlijkse Algemene Ledenvergadering gaat door op 3 maart 2017 in de cafetaria van de sporthal na de vrijdagtraining. Alle leden en hun ouders ( of broers en zussen ) zijn van harte welkom. Een gelegenheid om voorstellen te doen of opmerkingen te maken.

### **CLUBKAMP Herpen ( Nederland ) 3 april tot 6 april 2017**

*Zoals reeds vermeld op de trainingen, gaan wij op clubkamp tijdens de eerste week van de Paasvakantie in het Nederlandse Herpen.*

*Deze midweek gaat in vanaf 16.00- 17.00 u op maandag 3 april 2017 tot 18.30-20.00 u op donderdag 6 april 2017. Op de volledige dagen wordt er tweemaal een karatetraining gehouden, de andere dagen één. De overblijvende tijd wordt opgevuld met ontspannende activiteiten.*

*Het kamp gaat door in het boerderijgedeelte van de Rowaldhoeve, Hoefstraat 11B, 5373KJ Herpen-Koolwijk. Dit ligt tussen 's Hertogenbosch en Nijmegen, ongeveer 1 uur en 3 kwartier rijden vanuit Lier.*

*De website van de Rowaldhoeve is: [www.rowaldhoeve.nl](http://www.rowaldhoeve.nl) . het bekijken waard voor wie eens een oogje wil werpen op de infrastructuur.*

*We gaan met eigen vervoer of doen aan carpooling met andere leden. Voor en na de trainingen, via email, facebook, enz. kan er worden afgesproken.*

*Nota:*

*-de ziekenkas geeft, naast de tussenkomst voor het lidmaatschap van een sportclub, ook één voor sportkampen of sportstages. U kan dit formulier aan het ziekenfonds vragen en door Nathalie de clubstempel er laten opzetten.*

*-Voor kinderen jonger dan 12 jaar is het kamp ook fiscaal aftrekbaar. Het kan ingebracht worden in het aanslagjaar 2018 voor de belastingen van het jaar 2017. Nathalie zal tegen die tijd het nodige formulier aan de betrokkenen uitdelen.*

••• *Wij vragen de ouders te zorgen voor een reistoelating voor kinderen jonger dan 18 jaar, die zonder hun ouders naar het buitenland reizen. Dit kan bekomen worden via de gemeente of stad. Voor de Lierenaars: eerst een afspraak maken bij het stadskantoor.*

••• *Wij vragen ook te zorgen voor een Europese ziektekaart ( best van de jongere zelf ). Men kan die aanvragen aan het ziekenfonds( ook online - invullen van het rijksregisternummer ).*

*Verdere informatie i.v.m. de mee te nemen spulletjes- kledij enz., eventueel medicatie waar wij mee voor moeten opletten, vegetarisch eten of niet enz., zal zo snel mogelijk volgen.*

*Voor de nieuwelingen: vraag eens rond bij de leden die al zijn mee geweest of bij de lesgevers.*

### **Bruine en blauwe gordels**

Vanaf de volgende trainingen verwachten wij dat de blauwe en bruine gordels, ongeacht hun leeftijd, les kunnen geven aan de beginners. Er zal rekening gehouden worden met de leeftijd qua tijd voor het les geven: bv elke jongere een 20 of 25 min en dan afwisselen met een andere jongere. Van de oudere blauwe en bruine gordels zal ook gevraagd worden aan de middengroep les te geven, tenzij zij liever les geven aan de beginners.

### **Op enkele vrijdagen eindigen de trainingen iets vroeger.**

Op enkele vrijdagen doorheen het seizoen veranderen onze trainingsuren lichtjes. Dit heeft te maken met wijzigingen door de zaalvoetbalbond opgelegd aan de sportdienst Lier. Wanneer ZVK Proost een thuiswedstrijd speelt dan kunnen we maar beschikken over de zaal van 17u30 tot 18u50 (i.p.v. 19u). De andere vrijdagen kunnen we wel trainen van 17u30 tot 19u op het rechtse veld (zijde cafetaria).

We trainen op volgende vrijdagen tot 18u50:

**20 januari 2017**

**27 januari**

**3 februari**

**17 februari**

**24 februari**

**10 maart**

**24 maart**

**7 april**

Daarna zijn die voetballerkes moe en moeten zij rusten.

### **Examen:**

Regelmatig houden we een clubexamen. Zo kunnen leden, die aan de graduatievoorwaarden voldoen, hier zonder lange wachttijd naar uitkijken. Het volgende examen zal doorgaan op **vrijdag 17 februari 2017.**

Het is belangrijk om voldoende trainingen te hebben om aan het examen te kunnen deelnemen. Hoeveel lessen je nodig hebt, lees je in onze examengids. Op de homepage [www.gambarukarate.be](http://www.gambarukarate.be) klik je links op de rubriek **ledeninfo**. Rechtsboven staat de link naar **examenprogramma's**. Voorin heb je hoeveel lessen je moet hebben. Scroll je naar onder dan zie je de inhoudelijke examenprogramma's.

Voor vragen hierover kan je bij de lesgevers terecht.

Denk zeker ook aan de werkpunten die je bij het laatste examen kreeg. Daar moet je de weken en maanden na je laatste examen op letten en verbeteren. Want zoals iedereen ondertussen al zou moeten weten, wordt je beoordeeld naar je inzet en vooruitgang in je kihon, kata, bunkai

en kumite tijdens de trainingen tussen je laatste en je volgende examen. Het examen zelf is een voorbereiding voor je examen voor zwarte gordel voor een internationale jury. Let op: jyu ippon kumite en bunkai zijn verschillend. Van de examenkata moet je het verplichte aantal aangeleerde bunkai's kunnen uitvoeren op een realistische manier ( m.a.w. wij moeten kunnen zien of de technieken effectief zouden zijn, indien uitgevoerd zonder controle ) . Voor je graadverhoging wordt dit bekeken tijdens je trainingen. Jyu ippon kumite is een technische aanval- en verdedigingssimulatie. Hier mag je zelf je afweer, afhankelijk van de aanval van je partner, en tegenaanvallen kiezen, maar de technieken en de standen moeten naar BKSA normen correct zijn.

**Nota: Breng zeker je vergunningsboekje mee op het examen.** De ouders en familieleden zijn welkom om het examen bij te wonen in de sportzaal. We verwachten wel stilte en respect voor alle deelnemers.

### Externe ervaring vanaf blauwe gordel

Voor meer informatie hierover kan U terecht bij de lesgevers.

### Nieuwe leden

Ook in het verdere seizoen 2016-2017 hopen we nog een aantal nieuwe leden in onze club te mogen verwelkomen. Dus als je iemand kent die interesse heeft in karate, breng deze dan gerust eens mee voor een paar proeflessen. Wie weet vinden ze het net als wij een leuke sport en schrijven ze zich in. Dan krijg jij er naast een extra vriendje in de les ook nog eens 10 trainingen gratis bovenop. Dat is onze gouden regel en is toch handig meegenomen?

### Stages:

#### *Komende stages:*

**Een aanrader: 26-27-28/ 05 /2017-Stage in Hasselt Memorial Kasé (Dirk Heene e.a.), organisatie KC Honbu Dojo. De uren volgen zodra wij deze van het secretariaat van de BKSA krijgen.**

#### **Nationale BKSA training:**

De kandidaat zwarte gordels ( met een blauwe kaart ) worden ook door het BKSA secretariaat op de hoogte gehouden van alle trainingen, die voor hen in aanmerking komen.

***Vanaf nu is men verplicht tenminste vijf academy-trainingen te volgen voor de blauwe kaart. De aanwezigheden worden in elke academy-training genoteerd. Denk er aan dat je maar drie maal bij dezelfde trainer les mag volgen.***

De trainingsdagen voor de nationale training van de BKSA, enkel voor dangraden en karateka's met een blauwe kaart, zijn:

<b>Sportcentrum Wijnegem, Kasteellei 67 2110 WIJNEGEM</b>	<b>Campus Erasme dojo ,N', Route de Lennik 808 1070 BRUSSEL</b>
<b>Donderdag/Jeudi/Thursday/Donnerstag 20.00-21.30 hr</b>	<b>Woensdag/Mercredi/Wednesday/Mittwoch 20.00-21.30 hr</b>
<b>29-09-2016</b>	<b>26-10-2016</b>

<b>24-11-2016</b>	<b>14-12-2016</b>
<b>26-01-2017</b>	<b>22-02-2017</b>
<b>30-03-2017</b>	<b>26-04-2017</b>
<b>25-05-2017</b>	
<b>Dinsdag 27-06-2017</b> <b>20.00-21.30 hr</b> <b>HONBU DOJO</b> <b>HASSELT</b> <b>Herkenrodebosstraat 40</b> <b>3511 HASSELT</b>	

Nota: Wegens de lage opkomst van andere clubs op andere donderdagavonden en de hoge kostprijs van de externe trainers heeft de karateclub Wijnegem beslist dat hun eigen trainers die andere donderdagen les geven. Wel komt Mario Vanroy ( = academytrainer en 6 ° dan ) elke tweede donderdag nog ( training vanaf blauwe gordel, en kostprijs: 5 € ). Voor alle zekerheid, gelieve eerst eens te kijken op de website van karateclub Wijnegem.!!!!!!De donderdag **16 februari en 9 maart 2017** geeft Mario van Roy (6de dan) een training voor gevorderden vanaf blauwe gordel  
 waar : Wijnegem karate center Kasteellei 67 2110 Wijnegem ( gemeentelijk sportcentrum)  
 deelname 5 euro : vanaf blauw en geldige vergunning.  
 ( <http://www.wijnegemkaratecenter.be> ).

#### **Provinciale trainingen: seizoen 2016-2017**

Woensdag 1/2 om 19-20u30 met Dirk in Zomergem (sporthal Den Boer, Den Boer 17, Zomergem)

Zondag 2/4 om 10u30-12u met François in Waarschoot (gem. sportcentrum, Sportstraat 3, Waarschoot)

Woensdag 7/6 om 19-20u30 met Dirk in Assenede (gem. sporthal, Kapelledreef 4, Assenede)

#### **BKSA TRAINING o.l.v. Dirk Heene 8st Dan ( geen academytraining )**

Maandelijks op woensdag:

28-09-2016	15-02-2017
19-10-2016	15-03-2017
16-11-2016	19-04-2017
<b>21-12-2016 ( wijziging )</b>	17-05-2017
18-01-2017	14-06-2017

De trainingen zullen doorgaan in de polyvalente zaal van de sporthal 'Kristoffelheem' te 3945 HAM, Schoolstraat 10

Uren: 19.30 – 21.00 Hr

Toelatingsvoorwaarden: Vanaf 5 ° Kyu en voor BKSA leden gratis.

#### **Activiteiten/Activities/Activités BKSA 2016-2017 :**



25-26/ 03 /2017-Stage Arlon(François Vanbinst/Marc Stevens)-organisatie KC Arlon

23/ 04 /2017 -Shotokan cup 2017-organisatie van KC Messelbroek

19-20-21/ 05 /2017-Stage Chiny (François Vanbinst/Juan-Pablo)-organisatie KC Ashi Barai,

°°°26-27-28/ 05 /2017-Stage in Hasselt Memorial Kasé (Dirk Heene e.a.), organisatie KC Honbu Dojo

11/ 06 /2017-Stage 40+ Zonhoven-organisatie KC Dokan Zonhoven

23-24-25-26-27/ 08 /2017-Zomerstage Hasselt-organisatie KC honbu Dojo

°°°10/ 09 /2017-Mini-stage in Scherpenheuvel-organisatie KC Messelbroek

10/ 09 /2017-jaarlijkse vergadering BKSA in Scherpenheuvel om 16.30u

10/ 10 /2017-jaarlijkse diploma uitreiking Dan-grading in de Honbu Dojo Hasselt om 19.00 uur

**Voor alle soorten informatie of vragen:**

Sensei Werner: [werner.de.vos@skynet.be](mailto:werner.de.vos@skynet.be)

Sensei Nathalie: [gambaru.karate@skynet.be](mailto:gambaru.karate@skynet.be) ( secretariaat )

Sensei An: [an.pedus@telenet.be](mailto:an.pedus@telenet.be)

Website: <http://www.gambarukarate.be>

Oss

De lesgevers

