



N.K.R.

Opgericht in 1966. Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel te 's-Gravenhage onder nummer 40341999. Aangesloten bij de Internationale Kendo Federatie en de Europese Kendo Federatie. Erkend door NOC*NSF via lidmaatschap Federatie Oosterse Gevechtkunsten. Website: www.nkr.nl

Voorzitter:

KOOS VAN HATTUM
Hoofdstraat 187
3114 GD Schiedam
tel. 010-4191631
e-mail k.vanhattum@nkr.nl

Secretaris:

JOKE DE JONG
Oeverlandenweg 32
7951 KL Staphorst
tel. 0522-253871 / 06-22803878
e-mail joke.dejong.t@gmail.com

Penningmeester:

Elise Heijboer
Molièreweg 669
3076 GE Rotterdam
tel. 06-18110144
e-mail: e.heijboer@nkr.nl

Technische-/wedstrijdzaken algemeen;

Vice Voorzitter:

AAD VAN DE WIJNGAART
Havikshorst 85
2317 AM Leiden
tel. 071-5225198
e-mail: aad@aadvandewijngaart.nl

Bestuurslid:

ANDRÉ SCHIEBROEK
Dubbestraat 5
5674 AE Nuenen
tel. 06-53738537
e-mail: a.a.g.schiebroek@inter.nl.net

Adreswijzigingen:

JOKE DE JONG
joke.dejong.t@gmail.com

Ledenadministratie:

Secretariaat: JOKE DE JONG (zie boven)
Het lidmaatschap van de N.K.R. loopt per kalenderjaar. De contributie voor 2017 is vastgesteld op € 65 voor senioren en € 32,50 voor junioren (tot 18 jaar). Bij toestemming voor automatisch incasso is er een korting van € 5 voor senioren en € 2,50 voor junioren. De incasso-opdrachten worden 1 x per jaar geïncasseerd te weten eind februari. Contributiefacturen worden eind februari verstuurd en dienen uiterlijk voor 1 april betaald te worden. Toezending Zanshin en deelname aan wedstrijden is uitsluitend voor leden van de Nederlandse Kendo Renmei, die geen contributieachterstand hebben. Opzegging dient altijd schriftelijk te geschieden voor 1 december. Opzegging bij de dojo betekent niet automatisch opzegging van de N.K.R.

Betalingen:

Contributie op ING-rekening 3223156 t.n.v. Nederlandse Kendo Renmei (bond) te Rotterdam.

IBAN: NL42INGB0003223156
BIC code: INGBNL2A

COMMISSIELEDEN:

Technische zaken iaido/jodo:

AAD VAN DE WIJNGAART
tel. 071-5225198
e-mail: aad@aadvandewijngaart.nl

ANDRÉ SCHIEBROEK
tel. 06-53738537
e-mail: a.a.g.schiebroek@inter.nl.net

Technische zaken kendo

SOESANTO BOSARI
e-mail: soesanto.bosari@icloud.com

JORIS CORNELISSEN
tel. 06-30741024
e-mail: joris_cornelissen@yahoo.co.uk

ARNE REIMERS

Webmaster:

JOHAN VAN DE BROEK
e-mail: web-master@nkr.nl

JEROEN MEIJER (KENDO)
e-mail: meijeroen@gmail.com

administrator EKF-website

JORIS CORNELISSEN
tel. 06-30741024
e-mail: joris_cornelissen@yahoo.co.uk

Zanshin

JACK TACKE
tel. 0488 - 482121
e-mail: zanshin@nkr.nl

Deadlines kopij:
2017/2: 1 juni 2017
2017/3: 1 augustus 2017
2017/4: 1 december 2017

Public Relations en Advertenties/Sponsoring:

Vacature

Coach Nederlands Kendo Team

Guido Minnaert
Tel.: 06-20519170
guido@nederkendo.com

Manager: WERNER KARNADI
TEL.: 06-25082208
nerius@gmail.com

Coach/manager Nederlands Iaido team

Cees van der Zee
076-5874035

Manager Nederlands Jodo team

Elise Heijboer
Tel.: 06-18110144
eliseheijboer@outlook.com

Contactpersoon Opleidingen L.M.A. (Leraar Martial Arts)

Anne-Marie ten Broeke
e-mail: lma@nkr.nl

Numero drie alweer. De tijd vliegt. Deze keer heeeeeeel veeeeeel Jodo, ik moest er extra pagina's voor toevoegen. Altijd leuk om zoveel persoonlijke belevenissen te ontvangen.

Deze keer ook iets minder leuk...het overlijden van Suzuki Sensei; en afgelopen week overleed ook Jean Piere Raick, vele jaren technisch directeur van de EKF. De eerste generatie kendo-iai- en jodoka die europa enthousiast maakten begint ons te ontvallen. Het werk dat ze vele jaren lang hebben verricht ontvalt ons nooit!

Veel leesplezier verder!

Jack Tacke
redactie Zanshin

In dit nummer

van de voorzitter	3
Van de Bestuurstafel	4
In Memoriam Suzuki Sensei	5
EK Jodo 2017	7
Kendo Summer Seminar	15
Budo principes	18
Onderscheiding Hein Odinot	19
7e Dan Jodo	20
Ishidocup	21
Varia	22
Agenda Activiteiten	achterpagina



Nu ik mijn aandeel voor deze Zanshin zit te schrijven is het voor mijn gevoel al volop herfst, hoewel pas rond 23 september de astronomische herfst begint. De zomer is dus gevoelsmatig al ver weg en het nieuwe sportseizoen is reeds in volle gang. Zo'n eerste Zanshin is meestal een moment om terug te blikken op het vorige en een vooruitblik te geven op het volgende seizoen. Ik merk echter dat er steeds

minder sprake is van een 'sportseizoen', maar dat er meer en meer een seizoen is dat het gehele jaar voortduurt en men slechts het trainen onderbreekt voor een vakantie van een paar weken. Dojo proberen afspraken te maken met de verhuurders van zalen om ook in de vakantie te kunnen doortraineren en waar dit niet mogelijk is gaan mensen elkaar bezoeken. Een prima ontwikkeling lijkt mij. Dit alles naast de vele seminars die in Europa gedurende de zomer worden georganiseerd.

Dit brengt mij op ons eigen Kendo Zomer Seminar, wat gehouden werd in Amsterdam onder de bezielende leiding van Nabeyama-sensei. Ik heb het al via Facebook gedaan, maar ook hier wil ik de organisatoren: Guido, Arne, Marije en Soesanto van harte bedanken voor hun werkzaamheden en niet in de laatste plaats Elise, voor de niet geringe financiële klus die er altijd weer aan vast zit.

Zo'n 150 deelnemers uit 18 landen bezochten dit seminar. Speciaal wil ik Soesanto bedanken, omdat hij het aanmelden via de website en de daarop volgende administratieve afhandeling heel mooi heeft gestroomlijnd. Dat dit voor iedereen, deelnemers en organisatie, voordelen heeft opgeleverd bleek uit de enquête die na afloop naar alle deelnemers is opgestuurd. Enkele resultaten uit deze enquête wil ik daarom graag met u delen.

- Het online registreren was voor 20% makkelijk en voor 78% erg makkelijk;
- De registratie op de dag zelf verliep vlot: 100%;
- De indeling in groepen was: logisch (90%), goed (1%);
- De mate dat rekening was gehouden met het niveau van de groep: goed (76%);
- De mogelijkheid om geiko te doen met de leraren: goed (43%), voldoende (30%); onvoldoende 27%
- Overall indruk van het seminar: fantastisch (39%), goed (52%), matig (9%);
- Bent u van plan om volgend jaar weer te komen: absoluut (73%), misschien (24%), niet (3%);
- Door het seminar is mijn kendo verbeterd (43%), weet ik waar ik aan wil/kan werken (54%);
- De gerichte examentraining op zondagmorgen was zeer nuttig (68%), nuttig (25%);

Volgend jaar wil Nabeyama een lezing geven. In de enquête is gevraagd welke onderwerpen men behandeld wil zien. Er werden uiteenlopende antwoorden gegeven, maar onderwerpen die regelmatig genoemd werden zijn: seme, zanshin, te no uchi en de mentale/psychologische aspecten van kendo.

Over het algemeen mooie scores, maar het blijft zaak kritisch te zijn en we zullen de verbeterpunten die mensen hebben aangegeven op hun merites beschouwen en serieus kijken of we hieraan wat kunnen doen.

EK JODO HEIDELBERG

Inhoudelijk kan ik weinig over dit evenement zeggen omdat ik sec alleen de uitslagen ken. Ik verwacht dat er elders in dit blad wel een verslag staat van dit kampioenschap. Felicitaties gaan in ieder geval uit naar Kees Bartels die de derde plaats behaalde in de mudan-categorie en Elise Heijboer die de fighting spirit prijs won in het teamtoernooi. De geselecteerde Nederlandse scheidsrechter bij dit EK waren: René van Amersfoort, Edwin de Wit, André Schiebroek en Aad van de Wijngaart. Felicitaties gaan ook uit naar de geslaagden: 7e dan – Aad van de Wijngaart en Jef Heuvelmans; 5e dan – Robert Zeegers; 4e dan – Veronica Rijke.

EK IAIDO TORINO

Onder leiding van Cees van der Zee is het NL Iaido team zich aan het voorbereiden op het EK in Italië.

De selectie bestaat uit: (Mudan)- Bayu van Houten en Stefan van Gool; (Nidan)- Bob Jagernath; (Sandan)- Baukje Weber en Rick van de Hoef; (Yondan)- Stan Engelen en Liam Myers; (Godan)- Piotr Kukla en Jolanda van der Veer.

Er zijn drie Nederlandse scheidsrechters geselecteerd: René van Amersfoort, Aad van de Wijngaart en André Schiebroek. We wensen allen veel succes bij dit kampioenschap.

ISHIDO-CUP 2018

Een memorabel evenement dat zeker genoemd moet worden is de 20ste jubileum editie van de Ishido-Cup, die gehouden zal worden van 26 t/m 29 januari. Ishido-sensei heeft toegezegd bij deze gebeurtenis aanwezig te zijn en hij neemt nog een tweetal leraren mee. Dit zijn: Keiichi Shoji (8e dan jodo, 7e dan iaido) en Kinomoto Miyuki (8e dan iaido).

Het succes van dit toernooi, annex seminar, dat al voor de 20ste keer wordt gehouden spreekt voor zich. Ook internationaal heeft het aanzien weten te verwerven en zeker nu bekend is dat Ishido-sensei zelf komt, bijgestaan door de twee andere Japanse leraren, reken ik erop dat een groot aantal deelnemers uit binnen- en buitenland de weg naar Vianen weten te vinden. Er kan examen gedaan worden tot en met 5e dan.

DOJOLEIDERSDAG KENDO

Op zondag 24 september is de jaarlijkse kendo dojoledersdag gehouden. Louis Vitalis was uitgenodigd deze dag te leiden. Gevraagd was om onderwerpen voor de invulling van de dag aan te dragen en hier is uitgebreid gehoor aan gegeven. Er is aandacht besteed aan kendo kata en de exameneisen voor de

diverse dangraden; de eisen die gesteld worden aan een 'geldige' ippon, waarbij specifieke aandacht was voor oji waza, hiki waza, jodan en ni to technieken. En uitgebreid is het begrip 'seme' aan de orde gekomen. Er waren deelnemers uit Groningen, Meppel, Arnhem, Utrecht (Yushinkan), Amsterdam, Rotterdam, Amstelveen, Amersfoort en Den Haag (Kendo Kai Den Haag). In de toekomst hopen we vertegenwoordigers van alle kendo dojo te mogen begroeten.

Louis wil ik bedanken voor de invulling van deze leerzame dag.

SUZUKI-SENSEI OVERLEDEN

Tot slot van dit stukje wil ik graag nog even aandacht schenken aan het overlijden van Suzuki-sensei van Kendo Kai Suzuki. Niet geheel onverwacht, maar toch altijd weer heftig als het zover is, heeft het bericht ons bereikt dat op vrijdagmorgen 15 september Suzuki-sensei op 79 jarige leeftijd is overleden. Tot op hoge leeftijd was hij nog actief en betrokken bij 'zijn' club.

Sinds mensen heugenis is hij de drijvende kracht geweest achter Kendo Kai Den Haag en later Kendo Kai Suzuki. Veel kendoka heeft hij op inspirerende wijze ingewijd in de wereld van het kendo. We wensen de leden van Kendo Kai Suzuki veel sterkte bij dit verlies en hopen dat de inspirerende kracht van Suzuki nog lange tijd levend blijft.

Koos van Hattum

Van de bestuurstafel



Wij kijken een beetje terug op de afgelopen maanden.

Het voltallig bestuur was aanwezig op 4 juli toen onze ere- voorzitter Hein Odinot werd onderscheiden door de Japanse Ambassadeur, de heer Inomata. Hij ontving de Order of the Rising Sun, Gold and Silver Rays. Er waren vele bekenden van Hein, die hem hiermede kwamen feliciteren, waaronder Alain Ducarme en Donatella Castelli van de EKF en Henk Verschuur van de FOG. Vele NKR

leden waren ook aanwezig. Vice-voorzitter Aad deed namens het bestuur het woord. Het was niet zeker of Koos als voorzitter erbij aanwezig kon zijn, daarom deed Aad de toespraak.

Het Kendoseminar heeft plaatsgevonden en we kunnen concluderen, dat het een succes is geweest.

In deze Zanshin een verslag van Soesanto. In het voorwoord van de voorzitter wordt het ook vermeld. De nieuwe agenda en zalen zijn nu volledig op de NKR site vermeld. Ieder jaar is het weer een gepuzzel om alles rond te krijgen. Het EK Jodo is achter de rug en het EK Iaido staat er aan te komen. Het bestuur heeft besloten om voor het WK Kendo bij de Pre-Entry 6 heren 5 dames en max. 4 begeleiders op te geven. Er moeten ideeën komen om de kosten binnen de perken te houden.

De organisatiecommissie van de Ishido cup die in januari 2018 voor de 20ste keer gehouden zal worden, is hard aan het werk en op dit moment is de inschrijving open.

Direct na het seminar kwam het bestuur bijeen op 8 augustus. Bovenstaande zaken kwamen aan de orde en ook de vernieuwde regels bij de EKF ten aanzien van het organiseren van examens werden besproken. De automatisering bij de EKF wordt steeds verder doorgevoerd Joris heeft hierover een artikel geschreven. Wij zijn ook zeer blij met het aanbod van Soesanto om voor ons te kijken waar werkzaamheden meer gedigitaliseerd kunnen worden. Hij is hiermede aan de slag gegaan en wij zijn zeer benieuwd naar de resultaten.

Voor de dojoleidersdag waren alle Kendo dojo's uitgenodigd. Op de dag zelf waren 9 dojo's vertegenwoordigd en hadden we afmeldingen ontvangen van 3 dojo's. Als je denkt, dat je de uitnodiging niet hebt ontvangen, stuur mij dan even een mail met contact persoon van jullie dojo.

De voorbereidingen voor de Iijimacup 24-25 februari 2018 zijn in volle gang en de datum voor het Kendoseminar 2018 is bekend namelijk: 3, 4 en 5 augustus 2018.

En natuurlijk onze hartelijke felicitaties voor de geslaagden en speciaal de nieuwe 7e danners.

Sergio 7e dan Kendo en Aad en Jef werden 7e dan Jodo.

De lijst met nieuwe leden groeit gestaag, dit jaar alweer 63 nieuwe leden en nog maar 30 opzeggingen. Ook de lijst met openstaande posten van de contributie is behoorlijk geslonken.

Joke de Jong
secretaris
06-22803878
Joke.dejong.t@gmail.com

In memoriam Suzuki Sumio Sensei



SUZUKI SUMIO, MIJN SENSEI

In aanvulling op wat anderen over Suzuki sensei hebben gezegd en geschreven, geef ik hier een persoonlijke herinnering om met u te delen.

‘Suzuki’, zoals hij me in 1981 werd voorgesteld toen ik bij Kendo Kai Den Haag ging trainen, was de enige Japanner die bij ons trainde in die tijd. Een ‘echte Japanner’. Dat zou niet zo lang duren, want in die tijd kwam de klad er een beetje in bij de club en toen een jaar later de ledenlijst werd opgeschoond, bleken er van de 54 leden nog maar 12 actief en betalend te zijn. Ook Sumio – zoals we hem later gingen noemen – was toen even onzichtbaar voor mij, de beginnening. Daar kwam verandering in toen we met een klein groepje een soort dependance gingen openen en Peter Bink zijn oude kameraad Sumio wist over te halen om weer één keer in de week te komen trainen. Het leek voor ons vanzelfsprekend dat Sumio de trainingen zou leiden. Hij had weliswaar geen dangraad, maar dat hadden wij ook niet. En hij was de oudste en bovendien Japanner. Ik denk dat door deze beslissing het verantwoordelijkheidsgevoel van Sumio werd geprikkeld. Geen ego dat de kans ziet om nu eindelijk de baas te gaan spelen, maar wel een vaderfiguur die de energie van jonge honden in goede banen leidt. Binnen de kortste keren werd die ene training uitgebreid naar drie keer per week en later zelfs vier, toen we op vrijdagmorgen (!) op de zolder van Don Bosco in Rijswijk terecht konden. De resultaten lieten niet lang op zich wachten, want de late jaren tachtig en begin negentig wonnen we heel veel titels. Sumio had geen rijbewijs en dus haalden Bram Swaneveld of Peter hem op voor de training. Meestal gingen we nog een ‘second doojootje’ pakken bij Florencia, met koffie, ijs en gebak. Dat werd soms laat en dan had de sensei wel eens wat uit te leggen thuis, bij moeder de vrouw Greet, op wie hij dol was.

Voor mij was Suzuki een enorm goede mentor. Niet alleen hield hij van veel en hard trainen, maar hij had ook altijd nieuwe

trainingsstof. Die haalde hij uit Japanse kendo-tijdschriften en die probeerden we dan uit. Hij had op een gegeven moment een aantal borden klaargemaakt met allerlei streepjes en pijltjes. Die stelden combinatietechnieken voor en daar gingen we mee aan de slag. Nog steeds maak ik van die inzichten gebruik, al zitten de schema's nu in het hoofd in plaats van op borden.

Hij liet mij ook steeds meer de lessen overnemen. Zodoende kreeg ik de kans om het lesgeven onder de knie te krijgen. Hij gaf mij de ruimte om te experimenteren zelfvertrouwen te kweken. Er was echter nooit enige twijfel over wie de ‘sensei’ was. Zodoende werd Sumio langzamerhand ‘Suzuki sensei’. Toen ik 25 jaar geleden naar Aruba verhuisde, was hij al lang mijn tweede vader, mijn kendovader. In feite is de dojo in Aruba een verlengstuk van Suzuki sensei's dojo.

Rond zijn vijfenzestigste jaar ontviel zijn vrouw Greet hem op tragische wijze, net toen een welverdiend pensioen voor hen beiden leek te glore. Een minstens even grote, want geheel onverwachte slag kreeg sensei enkele weken na Greet's overlijden te verduren. Toen raakte hij door een droevig ongeval ook zijn oudste dochter kwijt.

Voor zover ik het van grote afstand kon bekijken, stortte sensei zich nu helemaal op zijn dojo. Het leek ook wel of hij steeds Japanner werd, terugkeerde naar zijn roots. Dat was te merken aan zijn eetgewoonten, de Japanse televisiezender en zijn niet aflatende passie voor Kendo.

Hoewel een grote oceaan ons scheidde, hielden we altijd contact, via telefoon of door bezoekjes over en weer. Toen ik in 2003 mijn huidige vrouw Eun Jung leerde kennen, bezochten we in die tijd ook Nederland. We logeerden bij de sensei en Eun Jung en Suzuki sensei ontwikkelden een hechte band met elkaar. Met haar kon hij én in het Japans én over Kendo spreken. In 2012 logeerden we met drie Arubaanse kendoka bij sensei op het Kaapseplein, op doorreis naar de WK in Italië.

Gelukkig heeft sensei ons twee maal mogen bezoeken in Aruba. De laatste keer duurde dat welgeteld vier (4!) dagen. Kiran en sensei kwamen op vrijdag aan, maar moesten op woensdag alweer terug in Den Haag zijn vanwege de nieuwe beginnerscursus. Dat was tekenend voor zijn onvoorwaardelijke toewijding aan de dojo die zijn naam draagt. Ik heb niemand ontmoet die zo voor zijn dojo en studenten leefde en in alle eerlijkheid vraag ik mij af wie wij zijn dat we zo'n sensei verdienden.

Suzuki Sumio sensei heeft bij mijn weten nooit dan-examens gedaan. Hoewel op en top Japanner en kendoka, paste hij nooit helemaal in het keurslijf van de groepscultuur, maar durfde hij zijn eigen weg te volgen. Daar had hij geen statussymbolen als dangraden of een plaats aan de sensei-kant van de dojo voor nodig. Hij ging altijd voorop in de rij met zijn studenten en voorop in de training. Dat is de sensei die mij altijd met zijn voorbeeld heeft weten te inspireren en die hopelijk in al zijn vele studenten – en hun studenten – zal blijven voortleven.

Sergio Velásquez
Aruba

AFSCHIED VAN SUZUKI SENSEI

Op 15 september jl. overleed Sumio Suzuki sensei, oprichter van Kendo Kai Suzuki. Hij werd 79 jaar oud. Onderstaande tekst is een bewerking van de speech die namens de vereniging werd uitgesproken tijdens zijn uitvaartceremonie.

Heel erg lief en krachtig tegelijk, grappig, gul, gedisciplineerd, eigenwijs en een hele grote lach. Dat zijn de eerste woorden die zijn leerlingen te binnenschieten als ze aan sensei denken.

Sumio Suzuki, vader, opa, vriend en leraar heeft zijn laatste gevecht gevochten. Namens Kendo Kai Suzuki breng ik eerbetoon aan onze sensei en zijn familie. Ik wil hem herinneren als kendoka, als leermeester maar vooral als prachtig mens.

1. DE KENDOKA

De reden waarom wij sensei hebben leren kennen, is omdat hij een geweldige kendoka was. Hij begon zijn training in Japan. Nadat hij voor zijn werk als cameraspecialist naar Europa vertrok, pikte hij in Nederland – na een uitstap naar honkbal – de kendo weer op. Hij groeide snel uit tot een vaardige kendoka en leverde ook een belangrijke bijdrage aan de introductie en verspreiding van kendo in Nederland. De prijzenkast was goed gevuld en de aanvoer van prijzen duurde lang. Zo won Suzuki sensei op 65-jarige leeftijd nog de derde plaats tijdens de Nederlandse Kampioenschappen.

2. DE LEERMEESTER

Gedurende de jaren groeide sumio suzuki uit tot leermeester. Hij hield van veel trainen en van hard trainen. Hij deed continue inspiratie op uit Japanse kendo tijdschriften en was altijd bezig met de ontwikkeling van nieuwe oefeningen. Sumio Suzuki groeide zo uit tot Suzuki sensei. Hij leidde goede kendoka op. Zijn dierbare leerling Sergio Velásquez won bijvoorbeeld het Europese Kampioenschap. Sensei werd daarom meermaals voor seminars in het buitenland uitgenodigd, zoals in Duitsland, Israël en Hongarije.

Iedereen die interesse had in kendo was welkom en de uitleg aan beginners was altijd weer even bevlogen. Ji geiko was nogal een ervaring. In de laatste jaren was sensei natuurlijk niet meer zo snel als vroeger, maar hij doorzag je aanval en voor je het doorhad, was de counter al gemaakt. Moedeloosheid bij ons, een brede glimlach bij hem. Maar als je dan toch een keer wist te scoren (of misschien liet hij je wel scoren) was zijn glimlach nog veel groter.

Tot het laatste moment wilde sensei zijn kendo en conditie onderhouden. Dat is ook wat hij naar ons uitstraalde: kokoro no kamae. Je best doen en 'mooie kendo' was voor sensei belangrijker dan het resultaat. "Winnen verliezen maakt niet uit", zei hij dan.

3. DE MENS

Maar kendo is veel meer dan een sport en we hebben allemaal lessen van sensei geleerd die kendo overstijgen. Want sumio suzuki was vooral een prachtig mens. Ik wil graag samen stilstaan bij een paar van zijn karaktereigenschappen.

- Zijn jeugdigheid en humor

Sensei had een geweldig gevoel voor humor en stond nog altijd in contact met het kind in hem. Hij genoot van het contact met jongeren en deed altijd volop mee als we flauwe grappen maakten. We konden heerlijk samen lol trappen in restaurantjes of koffiebarretjes, bij concerten en de bowlingbaan.

- Zijn gulheid

Hij was ontzettend gul. Niet alleen in de zin dat hij ons vaak wilde trakteren en zo. Maar vooral ook in zijn tijd en aandacht. Wanneer er een toernooi was, stond hij om 5 uur 's ochtends op om eten voor ons te maken. Als de pauze begon en andere deelnemers vaak veroordeeld waren tot witte bolletjes met kaas, genoten wij uitgebreid van sushi, mét stokjes, sojasaus en al.

- Zijn eigenwijsheid

Aan zijn ogen zag je het al: sensei was eigenwijs, op het ondeugende af. Nadat hij bijna twintig jaar geleden, open-hart-chirurgie onderging, stond hij na een paar dagen – tegen doktersadvies in – alweer vrolijk zijn shinai te zwaaien in de dojo.

- Zijn openheid

Als laatste wil ik Suzuki sensei's openheid noemen. Hij was trots op zijn Japanse roots en hield tradities hoog. Maar tegelijkertijd stond hij open voor alle mensen en culturen en hij was zo trots op de diversiteit van culturen en achtergronden die vertegenwoordigd waren in zijn club.

4. AFSLUITING

Ik wil afsluiten met een herinnering waarin deze eigenschappen mooi samenkomen. Ik vind dit moeilijk om te beschrijven, want ik kon destijds niet weten dat dit de laatste keer was dat ik sensei zou spreken. In de afgelopen weken verslechterde sensei's gezondheid. Op een gegeven moment moest hij opgenomen worden in een verzorgingstehuis. Rachel Chow en ik gingen hem opzoeken. Zijn enthousiasme spatte van hem af toen hij ons zag. "Hey! Wat doen jullie hier!?" Uiteraard vond hij het echt niet fijn om niet meer thuis te zijn. Aan de andere kant vond hij het zo leuk om daar tussen mensen te zitten met zoveel verschillende achtergronden: Nederlands, Indonesisch, Turks, Marokkaans, enz. Alleen jammer dat die Chinezen zo stug waren en vooral naar elkaar toe trokken. We hadden sushi meegenomen en toen we die wilden eten op zijn kamer, kwam er een oudere – ietwat verwarde – vrouw binnen. Sensei sprong meteen op en zei: "pak een stoel, wij eten Sushi. We pakken even een bord, dan kun je mee-eten". Hij verheugde zich er al op om voor iedereen Japans te gaan koken.

Het is moeilijk zonder sensei in ons midden. Maar we gaan natuurlijk door met zijn vereniging, zoals hij ook hoopte. Onze Kiran Mertopawiro is voortreffelijk door sensei opgeleid. En onder zijn leiding zullen we sensei's traditie, passie en naam voort laten leven.

Lieve Suzuki sensei, dankuwel voor alles.

Virgil Rerimassie
Kendo Kai Suzuki

Een team is geboren



Tijdens de Europese Kampioenschappen in Turijn in 2014 werden Louis Vitalis en René van Amersfoort gevraagd door het bestuur van de Nederlandse Kendo Renmei om het Nederlandse jodoteam (Jodoteam NL) technisch te gaan begeleiden. Onder de supervisie van mijn leraar Louis Vitalis ben ik hiermee aan de slag gegaan. De eerste voorwaarde die wij hebben gesteld, was om de teamtrainingen voor iedereen toegankelijk te maken; een open training. Daarnaast gingen de volgende benodigde competenties (het geheel van kennis, inzicht, attitude en vaardigheidsaspecten) door mijn hoofd en ontstonden definities als: structuur, systemen, stijl, strategie, vaardigheden, significante waarden en mensen die jodo beoefenen (personeel). Benodigd: een teammanager! Keuze: Elise Heijboer. Benodigd: een "floor manager". Keuze: Johan van den Broek. Aan de slag! Benodigd: een trainingsplan (structuur). Jaarlijks (seizoen lopend van de ene EJC naar de volgende EJC). Frequentie: 12-14 teamtrainingen. Extra: Teambuildingweekend.

Concept gereed 2015 en akkoord NKR bestuur. Verder uitwerken van het concept in 2016 en 2017. Eerste prioriteit: bemanningslijst. Overname team in 2014/2015 bemanning: 4. Ambitie: 12 teamleden uitzenden naar EJC. 2015: 8 - 2016: 10 - 2017: 12. Ambitie bemanningslijst gehaald!

Structuur aangebracht door de teammanager: transparante, zakelijke berichtgeving en professionele discussies (zonder emoties) komende tot de juiste invulling van onze gestelde taken. Termijndoel: de jodo leden binnen de NKR zo enthousiast (ambitieuw) maken dat het zo noodzakelijke "prestatie-klimaat" ontstaat. Dus: op welke wijze kunnen wij (Elise: Teammanager & Rene: Oefenmeester) als organisatie doeltreffend zijn door doelen te stellen en na te streven? In bedrijfsjargon heet dat: klantgericht, innovatief en omgevingsgericht zijn. Wij hebben deze strategie omgezet naar een maatpak voor jodo. Pijlen richten op nieuwe invloeden. Dus nieuwe mensen opleiden, die beschikken over de juiste competenties voor deze nieuwe 'baan' als lid van Jodoteam NL. Oudere jodoka en teamleden opfriscursussen geven

en mentale begeleiding naast het ombuigen van oude ingesleten technieken naar hun moderne versie.

Een cultuuromslag verwezenlijken. Wat wil een Nederlandse dojo bereiken op gebied van jodo? (technische, mentale, omgevingsgerichte variabelen etc.) En hoe basaal is hun kijk op de "vernieuwing" van het jodoteam? De "directie" van het nieuwe jodoteam is vrij strak als het gaat om korte, middellange en lange termijn-doelen omdat nu eenmaal de gespecialiseerde kennis en ervaring in 'de directie' aanwezig is. Met kreten als: 'ze moeten meer peper in hun achterste hebben' kunnen we niets. Die hangen meer samen met het oude spreekwoord: "de beste stuurlui staan aan wal". Wij als 'directie' stellen onze doelen. Niet alle doelen zijn nu al te verwezenlijken. Omdat wij een carte blanche hebben van het NKR bestuur, hebben wij als directie ook ons persoonlijke tijdschema aangepast en onderhevig gemaakt aan het jodoteam en het verwezenlijken van onze doelen. Dat doen wij omdat wij erin geloven dat wij in zeg vijf jaar een goed geoutilleerd teamplan op tafel kunnen hebben. Wij zijn dus altijd aanwezig! Wij nemen geen vrij. Wij verwachten als directie niet dat ons personeel ons gedrag kopieert. Nee, aandacht voor het individu staat bij ons voorop. Verder is harmonie, het creëren van een goede workflow, goede arbeidsomstandigheden met plaats voor sociale ontwikkeling, een logische ontwikkeling binnen een teamstructuur.

Zogenaamde sidekicks: wij als directie van het jodoteam bieden - vanwege de open training clausule - ook de mogelijkheid aan alle Nederlandse en enkele buitenlandse jodoka om deel te nemen. Bijvoorbeeld als voorbereiding op individuele jodo examens of ter verdere ontplooiing van de eigen jodo ontwikkeling. De aanwezigheid van deze 'sidekicks' geven de leden van het NL Jodo Team de gelegenheid voor het ontwikkelen van een beter relevantie- en analysevermogen, referentiegevoel, en de mogelijkheid te concurreren of te wedijveren met (buitenlandse) derden, die verschillende motieven hebben tot deelname aan de NL Team trainingen.

Speerpunten seizoen 2015 en 2016: team samen stellen rond een paar sterke jodoka. In NL aanwezige expertise op jodogebied inzetten als ervaringsdeskundigen. Rond deze jodoka: nieuw personeel aantrekken en op korte termijn ontwikkelen volgens het teamconcept en "oud" personeel bijscholen en hun aanwezige wedstrijddervaring duiden, gebruiken en omzetten naar de nieuwe structuur. Kort gezegd: omscholen. Benodigd: saamhorigheid! Speerpunt 2017: zich ontwikkelen in de breedte en diepte plus teamontwikkeling! Er is altijd een harde kant: vakkennis, beloning, opleiding, beoordeling en selectie! Maar ook een zachte kant: moreel, motivatie en gedrag! Succesvol zijn betekent vaak: wisseling in de top, nieuwe strategiebepaling en herschikking personeel.

Wij zijn pas drie jaar bezig en het Nederlandse jodo is nog niet van ons af. De eerste 2 seizoenen leverden medailles op voor ons nieuw aangetrokken personeel en onze boegbeelden. Dit derde seizoen hebben we een voltallige ploeg met individuele spelers: 12, dus in elke categorie de maximale invulling. En voor het landenteam (bestaande uit 4 spelers) een 50/50 verhouding: 50% door ons opgeleid nieuw personeel en 50% omgeschoold personeel.

Voornaamste doelstelling deelname EJC 2017 is: wees serieus in je pogingen, niet teveel streven naar specifieke prestaties, maar vooral tonen aan de jodo community in binnen- en buitenland dat wij het Nederlandse jodoteam zijn en dus heel kort omschreven een groep zijn! En zie hoe een NEDERLANDS TEAM werd geboren in Heidelberg EJC2017 Duitsland. Ik heb wat traantjes van blijdschap weg moeten wrijven. Dank voor jullie saamhorigheid en inzet. De resultaten als NL Team (d.w.z. de resultaten van alle 12 deelnemers liegen er niet om; ze zijn misschien niet gelijk zichtbaar in het aantal gewonnen medailles, maar tonen zeker de juiste breedte en diepte ontwikkeling aan; zie NKR Facebook of de resultaten op de website EJC2017)).

12 NL deelnemers; 8 NL deelnemers kwamen uit de poules in het knock-out systeem; een paar NL deelnemers waren 1 vlag verwijderd van een medaille; Eindresultaat: Elise Heijboer kreeg één van de Fighting Spirit prijzen in het Jodo Team kampioenschap, waar in totaal 4 individuele FS werden uitgereikt; en Cees Bartels won een welverdiende 3de plaats in de individuele Mudan categorie. Jullie zijn geweldig! Jullie zijn allen kanjers! We danken ook Marjan de Block voor haar altijd aanwezige enthousiasme, inzet als ervaringsdeskundige (tijdens de EJC2017 werd zij opnieuw kampioen in de 4de dan categorie; Proficiat van ons allen), voor het maken van foto's tijdens het teambuildingweekend, de (Belgische) gezelligheid en het samen met Elise Heijboer (Teammanager) informeren en '(bij)sturen' van de oefenmeester, v.w.b. de dagelijkse praktijk, zodat deze weet wat er zich afspeelt op de werkvloer en hierdoor organisatorische of persoonlijke aanpassingen kan doorvoeren. Binnen de gehele teamstructuur ontwikkelen zich ook ideeën voor het aantrekken van een andere ervaringsdeskundige (Kevin Groos) zodat de diepgang en specialisatie in de komende jaren zal toenemen. Een belangrijke competentie is het moeten hebben van ruim voldoende wedstrijdresultaten.

Waarom weet ik dat een NEDERLANDS TEAM is geboren? Enerzijds door de foto's en anderzijds omdat ik in het werkveld EJC2017 geluiden heb gehoord; "die Nederlanders zijn echt een groep geworden!" Wij ('de directie') zijn supertrots op jullie: het NEDERLANDSE JODOTEAM. Beloning: een nieuw trainingsschema is in wording. En op naar de EJC2018 in Boedapest, Hongarije! Veel succes!

René van Amersfoort – Oefenmeester
Elise Heijboer – Teammanager



Europese Kampioenschappen Jodo 2017



Afgelopen weekend vonden de Europese Kampioenschappen jodo 2017 plaats in Heidelberg Duitsland. Voor sommigen de 1e keer op een groot toernooi voor andere bekend terrein, alleen de plaats is anders. De hoofdreden om hier te zijn was uiteraard jodo. Het team had in vergelijking met 2016 een andere samenstelling door de bevordering van Kevin Groos tot 6e dan, Baukje Weber en Tom Koeverrmans tot 1e dan moesten we op zoek naar nieuwe mudans. deze werden al gauw gevonden in Kees Bartels van KKDH en Sander Pereboom van Kiryoku. Door de bevordering van Elise naar 4e dan en het feit dat Piotr Kukla dit jaar voorbij moest laten gaan, kwam er ook een plek in de 3e dan categorie. deze werd ingenomen door Dennis Briene en later in het jaar kwam Veronica Rijke, die terug was in Nederland na een verblijf in Zwitserland, erbij. De voorbereidingen in de vorm van teamtrainingen begonnen al in januari 2017 op dinsdagavonden. Gehouden als een open training, dus voor een ieder toegankelijk. dit betreft ook de vier dag trainingen in Den Bosch op zondagen. Alle trainingen werden druk bezocht, inclusief de zondag trainingen, waar ook buitenlandse jodoka gebruik van maakten. Goed voor het concurrentie wedijver en wedstrijdgevoel.

Nederlandse hogere dan graden vonden ook hun weg naar deze trainingen als examenvoorbereiding.

Het weekend van 1 t/m 3 september was de afsluiting van het trainingsschema seizoen 2016/2017 en de gehele delegatie was aanwezig. Getraind werd op alle facetten van het kampioenschap. Doordat iedereen in het hotel of in de buurt daarvan overnachtte, was er veel aandacht voor 'socialising' onder het genot van een hapje en drankje.

Dit keer konden we met de auto naar de EK, met een op elkaar afgestemde carpooling en vertrek met de auto vanuit de eigen woonomgeving zijn de meeste rond 10.00 uur gaan rijden. De meesten waren dan ook rond 16.00 uur bij Leonardo-hotel Heidelberg aanwezig. 's Avonds zijn we, met wat vertraging en hindernissen, naar binnenstad Heidelberg gegaan. Na korte wandeling door Heidelberg zijn we gezamenlijk gaan eten, in het kader van de verdere groepsvorming.

Zaterdag begon om 09.30 het seminar onder leiding van de ZNKR-delegatie en onder het toezicht van Kurogo sensei. deze duurde tot 17.00 uur. Zo rustig als zaterdag verliep, zo zwaar werd de zondag ervaren. Opstaan 06.00 uur, ontbijt 06.30 vertrek naar de zaal 07.15 om 08.10 klaar staan onder de vlag voor de openingsceremonie, zowaar een strak schema.

Na de openingsceremonie startte het Teamkampioenschap. Het NL jodo-team startte onder leiding van Elise Heijboer als captain, met aan haar zijde Steven Burgman, Maarten Peereboom en Jeroen Kanters. Waarbij Maarten en Jeroen afwisselend als sempo zouden optreden De 1^e partij werd met 1-2 verloren van United Kingdom, de 2e partij werd met 3-0 gewonnen van Frankrijk. in de 1^e knock-out ronde tegen Italië verloren we met 1-2 en lag het team eruit.





Daarna de individuele wedstrijden. in de mudan klasse kwamen Sander Pereboom en Kees Bartels als 1e uit hun pool. Sander verloor daarna met 3-0, Kees won met 2-1. in de strijd om de 3^e plek verloor Kees met 1-2, wat Kees een bronzen medaille opleverde. Bij shodan kwamen Baukje Weber en Tom Koevermans beide uit de pool, in de daarop volgende ronde verloor Baukje met 0-3 en Tom met 2-1. In de strijd om de 3^e plek verloor Tom met 1-2. In de nidan klasse kwam Maarten helaas niet uit de pool, maar Jeroen wel, deze had een vrije ronde en verloor helaas de 3^e plek met 1-2. Bij sandan kwam Dennis Briene niet uit de pool en Veronica wel zij verloor echter de 1^e ronde met 0-3. Bij yondan kwamen Elise Heijboer en Steven Burgman beide uit de pool, in de daarop volgende 1^e ronde verloor Steven met 0-3 en won Elise met 3-0, in de strijd om de 3^e plek verloor zij helaas met 1-2. In de godan klasse kwamen Loek Lexmond en Willem Neuteboom helaas niet uit de pool. Hoewel een aantal van ons bleven

steken in de poolfase, kwamen er wel een 8-tal door uit de pool en vandaar een 4-tal in de 2^e ronde waar Kees wist door te breken naar het podium en Kees een bronzen plak om zijn nek kon laten hangen door een van de Japanse leraren. Elise Heijboer werd voor haar inzet tijdens de teamwedstrijden beloond met de fighting spirit prijs.

De strakke regie van de technisch directeur EKF zorgde ervoor dat we om 16.00 uur het toernooi konden sluiten. na de wedstrijden volgden traditiegetrouw de examens. Tijdens deze gelegenheid behaalde Kees Bartels shodan, Veronica Rijke yondan. Een nieuwe rokudan in Nederland en wel Robert Zeegers, Jef Heuvelmans en Aad van der Wijngaart sloten de examens af met het behalen van hun 7^e dan. nogmaals van harte gefeliciteerd met het behaalde resultaat.



Hierna, inmiddels 18.30uur douchen en naar een erg leuke en gezellige sayonara party, waarbij de Duitse organisatie had bewezen dat iets strak gepland toch ook leuk kan blijven. een ontzettend mooi weekend met mooie prestaties en kleurrijke momenten. deze EJC zal ook weer lang in onze herinnering blijven. Aanvullend op het bovenstaande wil ik nog even aangeven dat de Nederlandse vertegenwoordiging op dit toernooi weer een voorbeeld was van een gedisciplineerde vriendelijke groep.

Ik heb dan ook van verschillende buitenlandse deelnemers complimenten gekregen voor het niveau van het Nederlandse jodo en het optreden van de Nederlandse deelnemers, kortom waardering alom. Mijn waardering gaat als eerste naar de teammanager Elise Heijboer die met onverminderde



inzet daartoe bijdraagt. Naast het vaststellen en organiseren samen met de coach, van de teamtrainingen en ook vanaf mei tot eind juli de inschrijvingen van de EK bewaakt, zorgt ze er ook voor dat dit in goede banen wordt geleid.

Ook de boekingen t.a.v. de reis kwam op haar conto. ik spreek dan ook namens de groep als ik zeg, hartelijk dank voor alle inspanning en tijd je hieraan hebt willen geven.

Verder wil ik ook de coaching, in de persoon van Vitalis en van Amersfoort sensei, dank zeggen voor de tijd, inspanning en interesse die zij de afgelopen jaren al hebben gegeven, alsmede gaat mijn dank uit naar ook de jodoka's en hogere dan graden, die regelmatig de teamtrainingen kwamen versterken.

De Nederlandse groep zoals hierboven op de foto, was een heel goede vertegenwoordiging van het Nederlandse jodo van de N.K.R. zowel in- als buiten de dojo. Het was mij dan ook weer een eer en waar genoeg, om voor jullie als floor-manager (delegation leader) te mogen optreden.

Ik hoop dat we voor het komende jaar, de ingeslagen weg kunnen vervolgen. dit kan uiteraard met de steun van alle jodoka. We moeten open gevallen plaatsen invullen. en volharden in het bezoeken van de toekomstige open teamtrainingen, zodat uw het team kunt steunen. Voor het aankomende jaar is er ook weer plaats voor nieuwe mudans. Waardoor er misschien, volgend jaar in Hongarije weer een

mooi resultaat kan worden behaald.

We hebben nu een groep, een echt team, nu moeten we verder professionaliseren dus hard trainen!

denk niet het team is met mudans weer compleet door training en inzet kan een ieder een plaats veroveren binnen de Nederlandse deelnemers. de eerste kans om je jodo te laten zien is de Ishido-cup van 26 t/m 29 januari 2018

De eerste teamtraining is alweer op 28 november a.s.

Johan vd Broek
Floor-manager



DAG 1- DE REIS

Heidelberg ligt op een comfortabele 4,5 uur rijden van 's-Hertogenbosch. Nadat ik Tom Koevermans en Veronica Rijke had opgepikt konden we ons begeven naar het land van currywurst, dieselschandalen, en Nederlandse fietsen. Ik kende Heidelberg niet goed, had er amper van gehoord en was er zeker nog nooit geweest. Toen we in de vroege middag aankwamen bleek het besluit om de stad te verkennen uiterst goed. Het is een prachtig stadje. Echt oud Duits, in een dal tussen groen beboste heuvels, met een hoger gelegen immens grote ruïne.

Na even door het stadje gelopen te hebben leek het een aantal van ons een goed idee die ruïne te bezoeken. Samen met René-sensei, Tom, Veronica, Elise Heijboer, Baukje Weber en Steven Burgman begon ik aan de klim tegen een slecht betegeld pad met een hoek van 9 graden omhoog.

René-sensei herinnerde zich al snel dat hij nog een excuus in de auto had laten liggen wat opgehaald diende te worden, dus zonder hem gingen we verder. De kuitspieren alvast rekken, zeg maar. Het was de moeite waard. Eenmaal aangekomen bleek het gehele ruïnecomplex nog groter dan verwacht. Vervallen torens, diepe voormalige grachten, en mooie natuur leverde genoeg fotomateriaal op. Tom waren we al snel kwijt, maar hem kennen-de wisten we dat we hem op de afgesproken tijd op de afgesproken lokatie terug zouden vinden, waarschijnlijk met zijn handen in zijn zakken en de vraag "hey, waar waren jullie nou?"

Toen we na de imposante wandeling op de afgesproken tijd bij de afgesproken lokatie in het centrum aankwamen (en Tom ons niet teleurstelde) was het tijd voor het dinér. Team Holland was inmiddels compleet, met ook Loek Lexmond, Jef Heuvelmans, Kees Bartels, Dennis Briene, Johan van den Broek, Maarten Peereboom, en Sander Peereboom en zijn ouders (geen familie want -1 e). De lokatie die we voor ogen hadden bleek een nare

"eten en dan oprotten" regel te hebben, dus we slenterden verder tot we een soort moderne eettent-met-cocktailbar-en-discolichten tegenkwamen. De mild schizofrene inrichting deed me twijfelen of het een goed idee was, maar ik hield de twijfels voor me, en toen de chef kwam vertellen over zijn zelf-verzonnen hamburger met een blok fètakaas verdwenen mijn twijfels als sneeuw op de grill. Hij loog niet. Het was enkel door onze intense training in luide kiai dat Maarten en ik onze kaken wijd genoeg opengesperd kregen om deze groteske maar smakelijke gevaartes naar binnen te werken (hoewel ik moet toegeven dat we snel overgingen op mes en vork, om ketchup-incidenten te voorkomen). Na veel gezelligheid, smakelijk eten, gelach en een paar drankjes ging het gehele team Holland terug naar het hotel. Na ook daar wat drankjes genuttigd te hebben, samen met oude en nieuwe Europese vrienden, was het bedtijd.

DAG 2- HET SEMINAR

Over het ontbijt zal ik niets schrijven. Niet dat het slecht was, maar omdat ik, mild gezegd, geen ochtendmens ben. Bacon geneest vele wonden, maar om mij voor 10:00 vrolijk te maken is een wonder nodig. Enfin, op naar de zaal. Na de officiële opening gingen we meteen van start. Met een kwartiertje in seiza zitten. Ik schrok even en dacht dat ik per ongeluk bij het EK iaido beland was, maar Kurogo-sensei legde al snel uit dat hij bewust koos om ons in seiza te laten zitten. Het is niet enkel een methode om Europeanen te martelen, naar blijkt, maar ook een absoluut teken van respect naar de leraar. In Japan gaat men ook bij jodo naar seiza wanneer een sensei iets uitlegd. Vervolgens besteedde hij veel aandacht aan de tachi en kamae, en legde uit dat de tachi eigenlijk meer dan de helft van jodo is. Hierop volgde natuurlijk een hoop werk met bokuto, waarbij we herinnerd werden aan het belang van bewust trainen. Niet de snede maken omdat je er 30 moet maken, maar de snede maken om te analyseren wat je verkeerd deed, en dan de volgende beter

maken. Bewuste herhaling is de enige manier om echt beter te worden.

In de middag was meer aandacht voor de jo-zijde en kata. Het seminargedeelte heb ik moeten missen, omdat het Duitse en het Nederlandse landenteam, bestaande uit Elise, Steven, Maarten en ikzelf, verzocht werd te assisteren bij het scheidsrechterseminar. Zeer korte wedstrijden, zowel in team- als individuele opstelling, zodat ook de scheidsrechters goed beslagen ten ijs konden komen. Eigenlijk vond ik dat wel best. De hele middag een volledige wedstrijdroutine trainen voelde als een goeie voorbereiding op de wedstrijden. Na ook nog wat hilarische verzoeken van René-sensei om de scheidsrechters van weinig voorkomende situaties te voorzien (het absolute hoogtepunt was "wie kan goed doen alsof 'ie flauwvalt?"), gingen we weer hotelwaarts.

Het dinér op de zaterdagavond was gezamenlijk in het hotel. Lopend buffet. Kaasdingen, vleesdingen, groentedingen (vooral bloemkool-achtig), en bier. De daadwerkelijke sayonara-party was door de immer wijze Duitsers op de zondag gepland. Ik was al nerveus voor de teamwedstrijden (vooral omdat ik dan meer mensen dan mezelf kan teleurstellen), maar teamwedstrijden met een megakater leken me gewoonweg onwenselijk, en ik zou het jammer vinden om zo nuchter en vroeg sayonara te moeten zeggen tegen een eh... Sayonara-party. Dus, na een nederig drankje kon ik tijdig naar bed zonder een megafeest te missen.

DAG 3 - DE WEDSTRIJDEN

Ontbijt; zie dag 2. De immer wijze Duitsers vonden het een goed idee om de wedstrijddag om 08:30 te openen. Ik zou willen zeggen "zie nogmaals dag 2", maar de zin in en zenuwen voor de

wedstrijden begonnen hun werk te doen. Ik was daadwerkelijk in een goede bui. Onze poule was behoorlijk vroeg aan de beurt, en Maarten zou de eerste wedstrijd tegen Groot-Brittannië opgesteld worden. Maarten en ik hebben een fijne rivaliteit in het jodo, waarin we elkaar afwisselen in momenten dat we beter zijn. Als ik van hem gewonnen heb bij een toernooi, kun je er donder op zeggen dat hij de volgende keer van mij wint, en vice-versa. We houden elkaar goed scherp, zeg maar. Dat bleek niet in het voordeel van het team te werken. Hij had van mij gewonnen bij het NK Teams, dus nu was het klaarblijkelijk mijn beurt om beter te zijn; de eerste wedstrijd ging verloren.

Ik werd opgesteld tegen het Franse team, waar ik, wegens mijn brugklasjaar Franse taal, nog een appeltje mee te schillen had. Ik heb mijn revanche kunnen nemen en won mijn wedstrijd. Elise en Steven deden hun taak ook uitmuntend, waardoor we als tweede uit de poule kwamen. Maarten kwam erin tegen de Italianen in de eerste knock-outs, en helaas bleek spaghetti sterker dan hutspot. Gelukkig kon ik wel zeggen dat ik al mijn wedstrijd gewonnen had, en voorzichtig grappen dat het in ieder geval niet aan mij lag. Heel voorzichtig.

Zweden, immer sterk, en Duitsland kwamen uiteindelijk in de finale. Beide landen deden hun best en lieten top-jodo zien, maar Zweden zou uiteindelijk winnen.

In de middag waren de individuele wedstrijden, en gesterkt door al mijn gewonnen wedstrijd begon ik aan de poulefase. Ik herinnerde me nog wat er mis ging tijdens het EK iaido in 2016, waarin ik 45 minuten voor mijn wedstrijd zou beginnen klaarstond bij mijn shiaiyo, en mezelf drie kwartier gek kon maken over alles wat ik wel en niet moest herinneren. Ik besloot ditmaal



kalm tot het laatste moment op de tribune te hangen en te controleren of mijn haar nog wel goed zat.

En toen was het zo ver. Bam, 3-0. Bam, nog eens 3-0. Als eerste uit de poule en ik ging door naar de kwartfinale. En daar ging het mis. Door een fortuinlijke loting mocht ik de achtste finales overslaan, en zat ik een paar uur niks te doen. Nou ja, niks... Ik begon me af te vragen wat ik nu anders of beter moest doen dan daarvoor om ook in de kwartfinales te winnen en hoe ik een betere spirit kon laten zien en dat mijn hikotoshi soepeler moest en zie EK iaido 2016 voor hoe goed dat werkt. Het ging niet gruwelijk mis, maar door een rumoerige geest maakte ik meer fouten dan in de wedstrijden daarvoor, en verloor ik met 2-1. Les geleerd voor volgende keer; ook als je de poule uit bent, bankhangen en en je kapsel corrigeren tot je aan de beurt bent.

Al met al hebben we het goed gedaan. 8 van onze 12 deelnemers kwamen de poules uit, 4 hebben de kwartfinales bereikt, en nieuweling Kees haalde het tot de halve finales voor een welverdiende bronzen medaille. Elise scoorde in de teamwedstrijden ook de fighting spirit prijs. En ons haar zat geweldig.

DAG 3 - SAYONARAAAA!

Tijd voor een feestje. Na een wachtrij voor een fijn glaasje bubbels, waar een budoka kalm het geduld kon oefenen (toch, Kees?), namen we plaats aan een grote centrale tafel. We raakten ietwat versplinterd, omdat er niet genoeg stoelen waren voor alle Nederlanders, maar dat cultiveert internationale contacten. Het eten was wederom via lopend buffet prima verzorgd, en ditmaal vloeide de drank rijkelijk. Eerst aan tafel, later buiten, waar de Duitse Mattias die ook regelmatig de teamtrainingen bijwoont alleen zat. Toen ik bij hem plaatsnam vroeg hij of ik een glaasje van zijn Nikka single malt lustte. En nog een. En nog een. En nog een. En voor je het wist zat ik met halfdronken Duitsers over technologische vooruitgangen dankzij internationale conflicten te praten en andere gesprekken die mannen voeren als ze richting dronken gaan.

Maar hierdoor verzaakte ik mijn plicht. Elise, die mij wekelijks probeert uit te leggen hoe jodo wel moet, danst graag op dergelijke feestjes. En ik dans graag met Elise. En ik zat buiten met dronken Duitsers. Mijn plichtsbesef wakkerde een paniek in mij aan en ik rende met gezwinde spoed terug naar het feest (noot: mogelijk is dit niet waar en ging ik gewoon weer naar binnen en wil ik het leuker laten klinken dan het was). Eenmaal met mijn senpai op de dansvloer aangekomen bleek de DJ te zuigen. Dat mocht de pret niet drukken en we hebben er even op los gestampt, tot de repetitie en de slechte selectie ons te veel werd. Onze vluchtpoging leidde ons naar de buffetruimte, waar een aantal andere deelnemers hun eigen feestje bouwden. Met behulp van een mobiele telefoon in een bierglas als versterking was er ineens daadwerkelijk goeie muziek. Samen met een Jordaniër, een paar Finnen, Belgen en Duitsers, hebben we ons nog even goed vermaakt.

DAG 4 - DE TERUGREIS.

We reden naar huis. Er was curryworst onderweg.

En daarmee is mijn verhaal bijna ten einde. Een verhaal, wat mij verzocht werd "op zijn Jeroens" te schrijven. Ik hoop dan ook dat de lezer hier en daar kon lachen, en het bovenal leuk vond om te lezen. En curryworst is altijd een goede afsluiter.

Toch wil ik op een serieuzere noot eindigen; René-sensei geeft niet een training, René-sensei cultiveert een team. Het is een meerjarenplan. Ik ben nu even "vrij" van teamtrainingen, maar in Januari gaan we alweer aan de slag, en zullen vanaf dat moment elke paar weken naar het volgende EK in Hongarije bouwen. En zoals ook in vorige jaren zal het culmineren in een trainingsweekend waarin overdag keihard gewerkt wordt, maar in de avonden ruimte is voor vertier en goede gesprekken met teamgenoten.

We groeien, niet alleen individueel in jodo en budo, maar ook als team naar elkaar toe. Ik ben elke teamgenoot en René-sensei immens dankbaar dat ik twee jaar geleden mee mocht doen, en dat we sindsdien zo ver gegroeid zijn. Mijn nederige dank gaat uit naar René-sensei, teammanager Elise, en alle leden van het Nederlandse Jodoteam, huidig en vroeger, dat ik met jullie mag trainen, beter mag worden, en wie weet ooit, samen met jullie Zweden in mag maken.

Jeroen Kanters

NKR Kendo Zomer Seminar 2017

Afgelopen 4 tot en met 6 augustus was het kendo zomer seminar wederom in Amsterdam gehouden.

Na een lange en drukke voorbereiding konden Marije Wouters, Elise Heijboer, Guido Minnaert en ik vrijdagochtend de registratietafels opstellen in Sporthallen Zuid.

Hadden we alles klaar staan om de grote toeloop aan 155 kenshi uit 18 landen soepel te laten verlopen?

We hadden een lange lijst aan deelnemers op de laptops, zakken met munten voor de lunches en hier en daar posters met de tijdschema's opgehangen.

De eerste (buitenlandse) deelnemers zaten al bij de ingang van Sporthallen Zuid, wachtend tot de kantine open ging om een koffie te kunnen drinken.

Stipt om 10:00 stonden de eersten aan de registratietafels en tot vlak voor 11:00 konden alle deelnemers zonder lange wachttijden doorstromen naar de zaal om een plekje te zoeken voor hun spullen.

Dit jaar werden Iijima-sensei en Nabeyama-sensei vergezeld door de volgende docenten; Kiyoshi Kanda (Japan, docent Chubu University), Ryo Arai (Japanner woonachtig in Griekenland), Saki Oishi (Japanse woonachtig in Senegal) en Asuka Yabe (studente Tsukuba University).

Vrijdag werden de kendoka in vier groepen verdeeld; een mudan groep, een sho-dan en ni-dan groep, een san-dan groep en een yon-dan tot en met nana-dan groep.

De eerste training was van 11:00u tot 13:00 en iedere groep had een aspect die door de docent behandeld werd. De sho-dan/ni-dan groep kreeg les van Arai en hij werkte toe naar een snelle men met soepele polsen en vlug voetenwerk. Er werd tijdens de training veel nadruk gelegd op het voetenwerk.

Voor de lunch kreeg de mudan groep gelegenheid om jigeiko te doen met de docenten.

Na de welverdiende lunch kreeg de groep waar ik bij hoorde les van Kanda.

Hij werkte tijdens zijn sessie toe naar een debana men met de zanshin na impact stilstaand omhoog in plaats van voorbij de motodachi. Omdat wij het op deze manier niet tot nauwelijks trainen werd de oefening stap voor stap opgebouwd. Iedereen had moeite om de felheid in de beweging te krijgen, omdat je praktisch stil staat na impact.

Voor het einde van de dag mochten de sho-dan en ni-dan kendoka het opnemen tegen de leraren.

Zaterdagochtend was het voor de organisatie weer een vroeger-tje.

Degenen die vanaf of alleen op zaterdag kwamen moesten ook worden geregistreerd. Het verliep minstens net zo soepel als de ochtend ervoor.

De dagindeling was op de zaterdag anders.

In de ochtend kregen de wedstrijdvechters en de hogere dangraden shiai (wedstrijd) training van Nabeyama-sensei. De kendoka van zaterdag (of zelfs heel het weekend) was Roelof Schra; hij versloeg Kanda (voormalig All Japan Championship deelnemer) met twee goed uitgevoerde men kaeshi do's.

De rest van de aanwezigen (waaronder ik) kreeg in de ochtend les van Iijima-sensei.

Iijima-sensei gaf in de ochtend veel aandacht aan tenouchi. We deden verschillende oefeningen om de polsen minder stijf te krijgen, waardoor de slagen vlugger maar niet per se (fysiek) harder worden.





Voor de lunch mocht de grote san-dan groep het opnemen tegen de leraren.

Na lunch werden de groepen weer ingedeeld als zaterdag.

Onze groep kreeg in de middag training les van Nabeyama-sensei. De focus lag op hiki oefeningen. Zoals bij iedere slag, lag de nadruk op het voetenwerk. Nabeyama-sensei liet zien hoe je een hoge acceleratie kan genereren in de hiki technieken. Door een goede en vlugge beweging naar achteren kom je makkelijker op een goede afstand om een slag uit te voeren.

Als toetje mochten de hogere dangraad kendoka het opnemen tegen de Japanse delegatie.

Zaterdagavond was de sayonara dinner bij Sumo in Amsterdam Centrum.

Er werd veel gegeten, veel gedronken en nog meer gelachen.

Zondagochtend werd de groep in tweeën gedeeld.

Een groep examenkandidaten en de rest werd weer onderverdeeld in kleinere groepen.

De examengroep was onder leiding van:

- Guido Minnaert-sensei; die de kandidaten voor Ikkyu en shodan begeleidde,
- Koos van Hattum-sensei; die de kandidaten voor ni-dan en san-dan klaarstoomde en
- Louis Vitalis-sensei; die de hogere dangraad examenkandidaten voor zijn rekening nam.

Zelf vond ik de aparte examen training zeer nuttig, omdat het behalen van het examen het doel was.





Goed en net kendo moest worden laten zien tijdens het examen, dus moesten alle oefeningen goed en netjes worden uitgevoerd tijdens de training.

Na een wat langere lunchpauze was het dan zover; Examen. Een beetje gezonde spanning stroomde door mijn lichaam, toen ik voor de jury stond. De spanning verdween in 1 klap (letterlijk) toen ik de kirikaeshi moest opvangen. Een ronde examen jigeiko waarbij ik mijn beste kendo moest laten zien. Daarna zelf kirikaeshi uitvoeren gevolgd door nog een ronde jigeiko. Naar mijn gevoel had ik (uiteraard voor mijn niveau) twee prima potjes kendo laten zien, hopelijk was het genoeg.

Niet veel later nadat wij weer in een rij zaten liep Elise voorbij met een lijstje van degenen die kata mochten doen van de nidan groep. Iedereen was door het eerste gedeelte. Met meer spanning dan bij het eerste gedeelte stond ik voor de jury om de zeven kata te laten zien. Na het af groeten was het weer in spanning wachten wat er op het velletje te zien zou zijn. Heb ik de kata's wel goed genoeg uitgevoerd? En toen liep Elise weer voorbij met een a4 velletje; Iedereen geslaagd voor 2e dan!

*Soesanto Bosari,
Technische Commissie Kendo
foto's Kris Lazarevi*



Budo principes

In een serie artikelen heeft Andre Schiebroek getracht de belangrijkste Budo principes toe te lichten. Dit is het vijfde en laatste deel.



FUDOSHIN (ONBEWEEGLIJKE GEEST)

Een vast doel voor ogen hebben en je niet meer af laten leiden door allerlei invloeden van buiten. Dat is eigenlijk in het kort wat onder fūdōshin wordt verstaan. Dus niet te verwarren met het over een veel kortere termijn spelende muga mushin, een 'lege geest'. Fūdōshin heeft meer te maken met het doorzettings-vermogen dat nodig is om bijvoorbeeld een budō echt te leren beheersen, hetgeen gemakkelijk een leven

lang kan duren. Fūdōshin is geen principe dat je jezelf kunt aanleren maar je kunt er jezelf dus wel op trainen.

Denkbeelden van anderen, angst voor van alles en nog wat, wisselende stemmingen of gevoeligheden, dit kunnen allemaal hindernissen zijn die het zicht op 'de weg' vertroebelen. Fūdōshin is dus meer een houding of een manier van doen; je weet wat je wilt, staat sterk in je schoenen en kunt hoofd- en bijzaken goed van elkaar scheiden.

Bij iemand met een behoorlijke zelfkennis en levenservaring, noodzakelijk voor fūdōshin, lijkt het soms wel of emoties wat naar de achtergrond zijn verdrongen maar dat is slechts schijn. Ze zijn er wel, zij het in een meer beheerste vorm. Jezelf overwinnen met het benodigde doorzettingsvermogen is de manier om fūdōshin te bereiken.



SHU HA RI (守 - BESCHERMEN / INSCHIKKEN. 破 - BEZINNING. 離 - WEGGAAN,)

Het būdō principe shū ha ri is toepasbaar op elk leerproces en zelfs op onze levensloop. Het duidt in būdō op drie verschillende stadia van ontwikkeling van een leerling op de lange 'weg' naar volledig meesterschap. De eerste fase, shū, is de leerfase die je kunt vergelijken met de eerste jaren van een studie of gewoon met de eerste levensjaren van een mens. Je leert

basisprincipes en brengt die in praktijk precies zoals het je is aangeleerd. Er is hoegenaamd geen eigen inbreng en de leraar geeft een intensieve begeleiding. Wat je wordt verteld is zonder twijfel de hele en enige waarheid.

Na enige jaren van intensieve training waarin alle basisbegrippen zijn aangeleerd, laat een goede leraar de leerling gaan om zijn kennis te verdiepen. Dit is de tweede fase; ha. Van bijv. Kano Jigoro, de bedenker van het judō, is bekend dat hij zijn gevorderde leerlingen naar andere būdō scholen stuurde om hun kennis te verbreden en te verdiepen. De leerling begint dan te overdenken en te vergelijken tussen de verschillende methoden die hij nu aanleert. Maar in alles is de invloed van de eerste meester –lees 'ouders' in het normale leven– nog onmiskenbaar.

De derde en laatste fase –ri– ontstaat als vanzelf uit de voorgaande twee. Een eigen stijl wordt ontwikkeld en in het normale leven wordt bijv. 'les' gegeven aan de eigen kinderen. De leerling van vroeger gaat zijn eigen weg en is nu zelf de leraar geworden. In het gewone leven gaat het bijna altijd op deze manier, maar in būdō komt het veel minder vaak voor dat een leerling de leraar opvolgt omdat het hierboven beschreven fūdōshin helaas niet iedereen is gegeven. En daarbij komt nog dat echte diepgaande zelfkennis soms zelfs een nederige hoog gegradueerde belet, te vinden dat hij met zijn in andermans ogen enorme kennis, wel leraar moet zijn.



MISOGI (無 - VRIJWAREN, ZUIVEREN)

Na het leveren van een grote inspanning, waarvan je dacht dat je dat nooit zou kunnen volbrengen, kun je een ervaring die bedoeld wordt met Misogi overhouden.

Halverwege of misschien al eerder had je al gedacht aan opgeven, maar anderen gingen door en je wilde je niet laten kennen. In Parijs had ik tijdens een seminar voorafgaand aan de Europese kampioenschappen iaido zo'n ervaring. Konaka sensei (Hoki ryu), een oude wat beverige meester begon de warming-up met suburi, het maken van rechte slagen met het zwaard. Meestal beperkt dit zich tot zo'n 20 a 30 keer, maar nu niet. Vele vele slagen volgden en iedereen begon uit te zien naar het yame (stop!) van Konaka. Maar nee, hij ging maar door in een moordend tempo dat eigenlijk bij een jonge man hoort en niet bij iemand van in de zeventig. Na enige tijd krijg je zo'n niets ziende blik in je ogen en voel je je armen niet meer. Je denk niet meer na en maakt de bewegingen automatisch. Een enkeling stopt maar sluit zich licht beschaamd al snel weer bij de groep aan. En dan eindelijk geheel onverwacht; Yame. De groep stopt en een geroezemoes stijgt op. Een uitleg is niet echt nodig. De groep heeft een ervaring van misogi meegemaakt en kan daar nog jaren later over verhalen.

Een jaar later in Kyoto zag ik Konaka terug toen hij, nog steeds wat beverig, voor een grote groep van de hoogst gegradueerde Japanners en buitenlandse iaidoka een serie kata mocht demonstreren. Ik heb er met veel respect naar gekeken.

Belangrijkste bronnen voor de artikelen;

"Legacies of the Sword" door Karl Friday (ISBN 0824818474)

"The sword and the mind" door Hiroaki Sato (ISBN 0-87951-256-3)

"Jodo, the way of the stick" door Pascal Krieger (ISBN 2-9503214-0-2)

"The sword of no sword" door John Stevens (ISBN 1-57062-050-4)

"Kyudo, the essence and practice of Japanese Archery" door Hideharu Onuma (ISBN 4-7700-1734-0)

"Japanese Swordsmanship" door G. Warner / D. Draeger (ISBN 0-8348-0236-8)

"Flashing steel" door M. Shimabukuro (ISBN 1-883319-18-8)

"Budo, Thoughts on Michi" door Iwao Matsui (ISBN 9064555222)

Japanse onderscheiding voor Hein Odinot

Bij de uitreiking van de onderscheiding aan Hein op 4 juli hield Aad namens de NKR de volgende toespraak.



As vice president of the Netherlands Kendo Renmei It's my honor and pleasure today to share with you some perceptions of our honorary president, Hein Odinot.

His achievements are many:

- as an instructor of judo and kendo
- as a president of the Dutch judo instructors union
- as president of the Netherlands Kendo Renmei for almost 50 years
- and as treasurer and vice president of the European Kendo Federation.

My personal acquaintance of Hein is through the Netherlands Kendo Renmei, so that's what I will be focusing on.

The Netherlands Kendo Renmei, or NKR, is a small but thriving sports union. Its success in establishing and supporting three rather exotic and demanding martial arts is due in no small measure to the leadership qualities that Hein has shown during the nearly half century that he presided over our organization. These leadership qualities are a mix of presence, intelligence, kindness, and decency.

As far as I can see, the fifty years of Heins presidency have seen very little conflict. I think that's remarkable for a martial arts organization. All too often, martial arts instructors and champions have egos that are too big to fit into one organization. The NKR, however, has managed to more or less keep everyone in the boat. There were differences of opinion, to be sure, but in the end things settled down into a pattern that people could live with.

This is all the more remarkable since the NKR combines three disciplines, one of which is considerably bigger than the other two. Things could easily have descended into very unequal arrangements or even schisms.

Yet none of this happened in the NKR. I think Hein set the course that made this possible. First of all, by making sure that the NKR was ran responsibly and transparently. Second, and maybe more important, by treating every member as a human being in his or her own right. It didn't matter whether you were a veteran or a raw beginner; Hein was interested in hearing what you had to say. And even if that was very different from his own views, you were never ridiculed or kicked out.

Hein was always smart enough to see the causes behind the differences. And wise enough to find a solution that favored the common good.

All of this really made the NKR into a big family, with Hein as the undisputed father figure.

However, the NKR is part of a much bigger budo world. Hein made his presence felt there, too.

One of my recollections is of a discussion at a meeting of the Netherlands' Federation of Oriental Martial Arts, FOG in short. After the FOG board had presented rather grand plans, Hein used his reply to make them aware of the bottom line of the NKR's attitude to these ambitions, namely: we didn't think it would be a good idea to actually spend any money on them. However, he kindly did this in an indirect way, by describing the financial needs of our own organization.

As a longtime board member of the European Kendo Federation or EKF, Hein made an impression that is both lasting and positive. We asked the former president of the EKF, Alain Ducarme, for his view. Alain praised Heins open mind and outspokenness and remembered how Hein brought his experience to solve problems. In his own words: "For sure, Hein dedicates his life to the martial arts. His contribution to the development of kendo is priceless."

One last quality of Hein that I would like to mention is his playfulness. It often fell to him to give the speeches at European championships. He never failed to inspire and unite the participants from so many different countries. As an example, I remember fondly his farewell speech at one of the European iaido championships. After all the fights had finished and the sound of swords swishing through the air had died down, his fatherly words to these razor sharp swordsmen and swordswomen were: "When you travel back to your homes, please be careful. It's a dangerous world out there."

As a conclusion, looking back at the years of Heins active presidency of the NKR, there is one central factor behind his success. And that is: the last thing we ever wanted was to disappoint Hein.

I hope and believe that in the future his example will keep driving us to do the right thing.

7-dan jodo - een nieuwe start



Sinds 10 september verkeer ik in een lichte identiteitscrisis. Na drie vergeefse pogingen om 7-dan jodo te halen was ik eraan gewend geraakt te zakken voor het examen. En nu ben ik plotsklaps toch geslaagd!

Het is echt wennen. Doch zoals Einstein zei: "Misschien is alles een illusie. Maar dan wel een heel hardnekkige illusie." Na alle felicitaties op Facebook en in het echte leven begin ik er warempel in te geloven.

Het was uiteraard nooit mogelijk geweest zonder de hulp van een aantal mensen. Om te beginnen Louis Vitalis sensei, die de examenkandidaten uit Nederland en daarbuiten de laatste jaren meerdere weekends onder handen heeft genomen. Daardoor kregen we niet alleen waardevolle feedback, maar konden we ook met elkaar trainen.

Daarnaast René van Amersfoort sensei, die ons liet meedraaien in de teamtrainingen. Zoals het spreekwoord zegt: "Cry in the

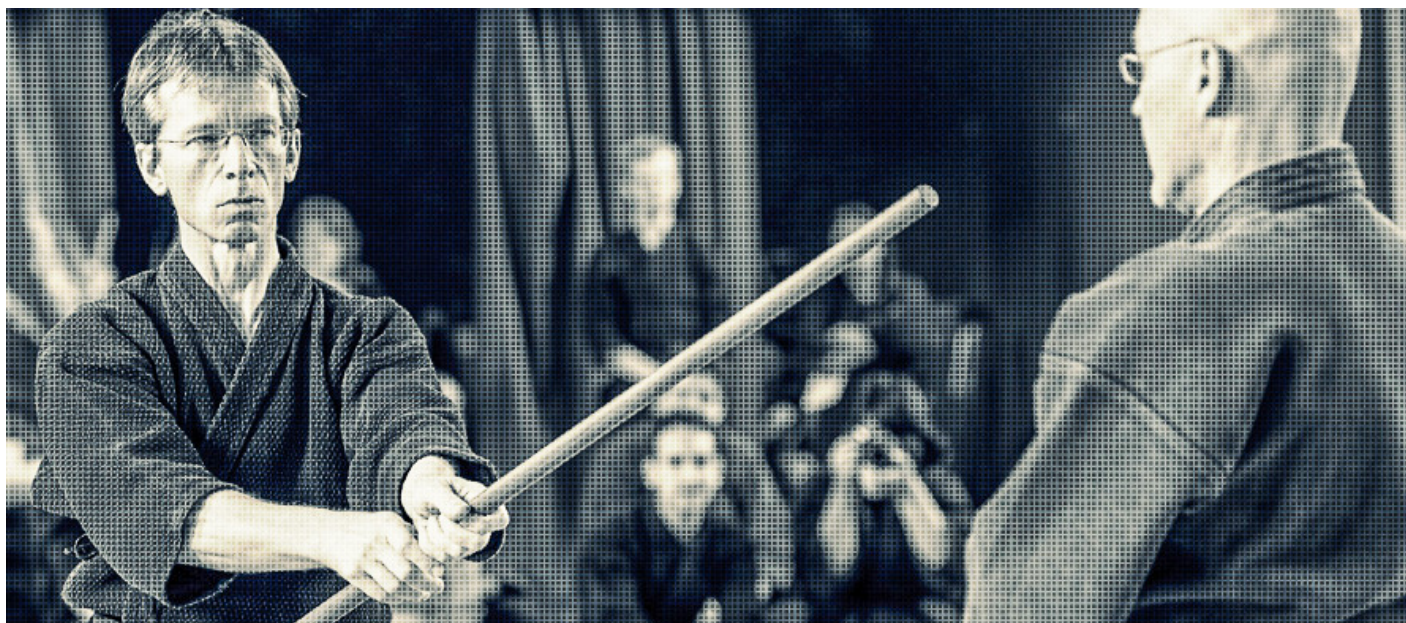
dojo, laugh on the battlefield." Het was even inspirerend als intensief.

Verder Edwin de Wit sensei, die de laatste jaren bij Kendo Kai Den Haag lesgeeft. Daardoor profiteerde ik niet alleen van zijn feedback, maar kreeg ik ook geregeld de kans om op 7-danniveau met hem te trainen.

En ten slotte mijn partners bij het examen: Bernhard Merkel (tachi) en Jef Heuvelmans (jo). Jodo is teamwork en samen hebben we het echt laten werken.

Nu deze mijlpaal achter me ligt, wil ik maar één ding: datgene wat ik de afgelopen, intensieve periode heb geleerd, verder ontwikkelen en uitdiepen. Jodo is een prachtige krijgskunst en verdient het dat we dit ook laten zien.

Aad van de Wijngaart





Graag nodigen wij u uit voor de jaarlijkse Ishido Cup, het eerste iaido- en jodotoernooi van het jaar. De 20^e editie zal plaatsvinden van 26 t/m 29 jan 2018.

Naamgever Ishido Shizufumi sensei, hanshi 8dan iaido en kyoshi 8dan jodo, zal bij hoge uitzondering aanwezig zijn om deze jubileumeditie in Vianen te leiden.

Bij het iaido zal hij bijgestaan worden door Kinomoto Miyuki sensei, kyoshi 8dan iaido. Bij het jodo zal René van Amersfoort sensei, kyoshi 8dan jodo, hem bijstaan.

Tevens zullen voor beide disciplines velerlei sensei uit Europa aanwezig zijn.

Het evenement zal verspreid over vier dagen plaatsvinden, met

- het jodo seminar op vrijdag 26 januari;
- de jodo taikai en examens op zaterdag 27;
- het iaido seminar op zondag 28 januari;
- de iaido taikai en examens op maandag 29.

Examens in beide disciplines tot en met 5^e dan.

Verdere info op <https://nkr.nl/nkr350/ishidocup/> en het Facebook evenement. Voor vragen zijn wij ook bereikbaar via ishidocup@nkr.nl

Het organisatiecomité

IBAN bankrekeningnummer

Verzoek van de penningmeester om bij het indienen van een reiskostendeclaratie of andere declaratie het IBAN nummer van uw bankrekening te vermelden.

Hartelijk dank voor de medewerking.

Elise Heijboer
Penningmeester

Geslaagden kendo Dan-examens

1STE KYU

Geert Ham
Mathijs Lochs
Shenglong Shi
Rick van de Hoef
Zouhair Hammana
Lai Mei tang
Mark Berghaan

1STE DAN

Niels Beukers
Renier van Neer
Alex van de Vliert
Stan van Heerbeek
Inge Rurik
Sander van Mourik

2DE DAN

Soraya Tjon-Kon-Fat
Soesanto Bosari

3DE DAN

Jonathan de Croon
George Kowenhoven
Nataliya Rozvezeva
Roel Weber
Arne Reimers
Fred Nieuwenhuijzen

4DE DAN

Frank Grüne

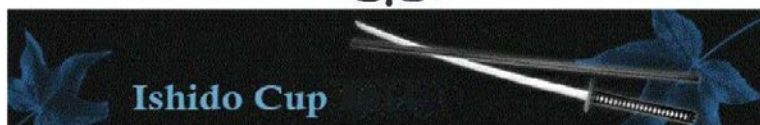
5DE DAN

Hugo Trouw

Nederlandse Kendo Renmei



オランダ 剣道連盟



ISHIDO CUP



Oproep voor vrijwilligers voor de iaido- en/of jododagen, voor werkzaamheden als:

- scoreteller tijdens de 2^e en/of 4^e dag (wedstrijden);
- helper bij de zaalopbouw en -afbouw;
- runner en manusje van alles (denk aan wedstrijdformulieren halen, eventueel koffie of water aanvullen).

Als je mee wilt helpen kun je dit per mail doorgeven. Met degenen die worden uitgekozen worden vrijwilligersovereenkomsten gesloten waarin we rechten en plichten vastleggen. Vanuit het organisatiecomité zal een coördinator aangewezen worden zodat jullie één aanspreekpunt hebben.

Als je je bij ons opgeeft krijg je van ons een invulformulier. Deze kun je invullen en naar ons terugsturen.

Aanmeldingen ontvangen wij graag vóór 1 januari 2018, met in de mail graag duidelijk je naam, woonplaats, mobiel nummer, leeftijd en evt. dojo.

Opgeven kan per mail via ishidocup@nkr.nl

Nieuwe leden vanaf juli 2017

Naam	Dojo	Iaido	Jodo	Kendo
Sato, Mariko	Renshinjuku	Nee	Nee	Ja
Kuijpers, Simon	KK Higashi	Nee	Nee	Ja
Immerzeel, Pascal	Washinkan	Nee	Nee	Ja
Schol, Sebastiaan	Fumetsu	Nee	Nee	Ja
Lous, Robin	KK Den Haag	Ja	Nee	Nee
Bekema, Ricardo	Holland Jikiden Kan Zaandam	Ja	Nee	Nee
Chiu, Yu Hau	Fumetsu	Nee	Nee	Ja
Weidema, Dennis	Kendo Leeuwarden	Nee	Nee	Ja
Bloemheuvel, René	Shudokan	Nee	Nee	Ja
Martherus, Mike	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Martherus, Joe	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Habich-Masius, Ellen	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Broers, Marcel	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Griek, Roland	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Grivec, Marcel	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Bussers, Theo	Agohacho	Ja	Nee	Nee
Lechanteur, Monique	Agehacho	Ja	Nee	Nee
Karis, Ratna	Yushinkan	Ja	Nee	Nee
Nobel, Marcel	Museido	Nee	Nee	Ja
Haanen, Melle	Budo Ryu Zitterd	Ja	Nee	Nee
Gooszen, Nancy	Kendo Almere	Nee	Nee	Ja
Mark, Frans van der	KK Den Haag	Ja	Nee	Nee
Mark-Rijkuit, Alice van der	KK Den Haag	Ja	Nee	Nee
Sevinc, Taciser	Yushinkan	Ja	Nee	Ja
Gerritzen, Koen	KK Higashi	Ja	Nee	Nee
Hop, Kelly	hudokan	Nee	Nee	Ja
Robijn, Rachel	Washinkan	Nee	Nee	Ja
Daniëls, Rudy	Washinkan	Nee	Nee	Ja

Ondertussen in Japan.....

Blijf lol maken, ook als je oud bent

Naam:
Shigeaki Hinohara
(1911-2017)

Geboren te
Yamaguchi

Was:
Arts

Zelfs toen hij 105 jaar oud was, hield de Japanse arts Shigeaki Hinohara niet op met gezondheidsadviezen geven. „Neem altijd de trap en draag je eigen tassen”, was een van zijn laatste tips. En zelf was hij nog lang niet uitgeblust. Hij werkte tot enkele maanden voor zijn dood. Deze maand overleed de beroemde arts.

Hoe plots het leven je kan ontglippen, ervoer Hinohara op diverse manieren. Hij begon zijn carrière in de jaren veertig, toen hij tijdens de Tweede Wereldoorlog brandwondenslachtoffers verzorgde. Velen konden niet worden gered, omdat er nauwelijks medische middelen voorhanden waren.

Die grimmige jaren maakten diepe indruk op Hinohara, die tot ver na zijn honderdste verjaardag zijn levensmissie om mensen te helpen met tomeloze energie

voortzette. Nachten van 4 à 5 uur slaap waren geen uitzondering, ook niet op latere leeftijd.

De arts werd in de Japanse medische wereld vooral bekend vanwege het invoeren van medische routinecontroles, die nu standaard zijn geworden voor veel oudere Japanners. Ook zette hij in op preventieve gezondheidszorg. Of het één tot het ander heeft geleid valt moeilijk te zeggen, maar al jaren is Japan het land met de hoogste levensverwachting.

Hinohara kwam in 1994 op het idee om in het ziekenhuis in Tokio waar hij directeur was, zuurstofbuizen door de muren van het gebouw aan te brengen. Zo konden grote groepen gewonden worden opgevangen, mocht de hoofdstad getroffen worden door een verwoestende aardbeving. Een jaar later liet een Japanse sekte het chemische gas sarin los in de metro,



FOTO REUTERS

waarbij dertien doden en duizenden gewonden vielen. Dankzij Hinohara's vondst kon het ziekenhuis in twee uur 640 patiënten behandelen, van wie slechts één stierf.

Eenmaal stond Hinohara zelf oog in oog met de dood. In 1970 was hij een van de passagiers van het vliegtuig dat geïkapt werd door een voorloper van het Japanse Rode Leger. Uiteindelijk liet de terreurgroep de inzittenden gaan.

Gewone Japanners kennen Hinohara van zijn boeken en spraakmakende tv-interviews: „We herinneren ons allemaal wel dat we als kinderen zo'n lol hadden dat we vergaten te eten of te slapen.” Zijn gezondheidsadvies was die kinderlijke vitaliteit op latere leeftijd vast te houden. Hinohara zelf lukte dat tot zijn 105de.

Casper van der Veen

N.K.R. Activiteiten 2017-2018

Iaido/ Jodo		Locatie	Kendo	Locatie
za 7 en zo 8 okt 2017			Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 8 okt 2017	CT jodo/iaido 10.00 - 17.00 uur	Zuid hal 3 + scherm		
zo 15 okt 2017			Fumetsu cup	Vlaardingen
za 21 en zo 22 okt 2017	Koryu-jodo-seminar			
zo 22 okt 2017			CT Kendo + beginners 11.00 - 16.00	Van Hogendorphal 1
vr 3 - zo 5 nov 2017	EK iaido	Turijn		
za 4 en zo 5 nov 2017			Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 12 nov 2017	CT jodo/iaido 10.00 - 17.00 uur	Zuid hal 2 + scherm		
zo 19 nov 2017			NK Kendo	Amersfoort
zo 26 nov 2017			CT Kendo + examens 11.00 - 16.00 uur	Zuid Hal 3
za 2 en zo 3 dec 2017			Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 10 dec 2017	CT jodo/iaido 10.00 - 17.00 uur	Utrecht		
za 16 en zo 17 dec 2017	Nakakura-seminar	Brussel	Nakakura-seminar	Brussel
zo 7 jan 2018			Nieuwjaarstraining kendo; 11.30 - 14.30	Meppel
za 13 en zo 14 jan 2018	Mudan en scheidsrechterseminar iaido	Zoetermeer	Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
vr 26 - ma 29 jan. 2018	Ishido Cup	Vianen	WWW Toernooi???	Duitsland
za 3 en zo 4 feb 2018			Referee-seminar	Brussel
za 10 en zo 11 feb 2018			Teamtraining Kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
za 24 en zo 25 feb. 2018			Iijimacup	Sporthallen Zuid
zo 4 mrt 2018	CT jodo/iaido 10.00 - 17.00 uur	Zuid Hal 3 en Scherm		
10 en 11 mrt 2018			Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 18 mrt 2018				
zo 25 mrt 2018	ALV CT Jodo Iaido	Amsterdam Hal 2 en 3	ALV + Kata Centrale training	A'dam hal 2 en 3
za 7 en zo 8 apr 2018			Teamtraining kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 15 april 2018	NK jodo/iaido	Eindhoven		
zo 22 apr 2018			Edo cup	Zwolle of Groningen
zo 6 mei 2018	CT jodo/iaido 10.00 - 17.00 uur	Zuid Hal 2 en scherm		
za 5 en zo 6 mei 2018			Teamtraining Kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
zo 3 juni 2018			CT Kendo + examens 11.00 - 16.00 uur	Zuid Hal 2
do 31 mei - zo 3 jun	Seminar Villingen?	Duitsland		
zo 17 juni 2018	NK jodo/iaido teams	Den Haag	NK Kyu en Team	Rotterdam
zo 1 juli 2018	Muso Shinden Ryu-seminar	Zoetermeer	CT wedst. en shimpan (aanloop WK)	Zuid hal 2
za 14 en zo 15 juli 2018			Teamtraining Kendo 10.30 - 13.00 uur	Zeelandiahoeve
vr 3 - zo 5 aug			Zomerseminar kendo	Sporthallen Zuid

De agenda op de website van de NKR heeft de meest recente data van evenementen.

DE TEAM-TRAININGEN KENDO ZIJN ALTIJD OP ZATERDAG EN ZONDAG VAN 10.30 – 13.00 UUR IN DE ZEELANDIAHOEVE TE AMSTELVEEN.